

Checklist

Zet een kruisje: ☐ heb of doe ik al ☐ ga ik doen

1 ± € 60 per jaar ☐ ☐

Zet uw cv-ketel op 60°C

2 ± € 60 per jaar ☐ ☐

Bestrijd tocht met tochtstrips

3 ± € 50 per jaar ☐ ☐

Isoleer cv-leidingen in onverwarmde ruimtes

4 ± € 50 per jaar ☐ ☐

Plaats radiatorfolie achter uw radiatoren

5 ± € 50 per jaar ☐ ☐

Plaats een water-besparende douchekop

6 ± € 20/50 per jaar ☐ ☐

Hang (isolerende) gordijnen op

7 ± € 40 per jaar ☐ ☐

Gebruik radiatorventilatoren

8 ± € 5 per lamp ☐ ☐

Gebruik ledlampen

9 ± € 50 per jaar ☐ ☐

Gebruik een ventilator in plaats van een airco

10 ± € 50 per jaar ☐ ☐

Maak uw brievenbus tochtvrij

11 ± € 30 per jaar ☐ ☐

Tochtwerend gordijn voor voordeur en trappenhuis

12 tot € 200 per jaar ☐ ☐

Sluit hal- en tussen-deuren in huis

13 ± € 100 per jaar ☐ ☐

Zet de thermostaat 1°C lager

14 ± € 100 per jaar ☐ ☐

Verwarm niet uw hele huis

15 ± € 60 per jaar ☐ ☐

Douche maximaal vijf minuten

16 ± € 60 per jaar ☐ ☐

Zet apparaten uit, niet op stand-by

17 ± € 50 per jaar ☐ ☐

Hang uw was aan de lijn, gebruik geen droger

18 ± € 30 per jaar ☐ ☐

Houd uw radiatoren vrij van spullen en stof

19 ± € 25 per jaar ☐ ☐

Was op lage temperatuur met volle wasmachine

20 ± € 25 per jaar ☐ ☐

Doe de vaatwasser vol en zet hem op eco-stand

21 ☐ ☐

Ontlucht radiatoren regelmatig

22 ☐ ☐

Koel zuinig en ontdooi regelmatig de vriezer

23 ☐ ☐

Ventileer uw woning

24 Scan QR-code ☐ ☐

Schakel de hulp in van een energiecoach

24 tips voor een lagere energierekening

Wilt u stappen zetten naar een energiezuinig en comfortabel huis, maar weet u niet goed hoe? Maak dan gebruik van een Energiecoach of het Energieloket Mook en Middelaar.



Energiecoach

Een energiecoach komt gratis bij u thuis en geeft persoonlijk en onafhankelijk advies over energiebesparing, verbetermaatregelen en mogelijke subsidies. Na het bezoek ontvangt u een advies op maat. Aanmelden kan via energiecoach@energiecafemookenmiddelaar.nl of scan de QR-code. Meer info: maasburen.nl/pagina/energiecafe/menu/energiecoaches



Energieloket Mook en Middelaar

Het Energieloket biedt advies over energie besparen, isolatie, zonnepanelen, (hybride) warmtepompen, financiering en subsidies. Geopend eens per twee weken op dinsdag van 09.00–12.00 uur, op afspraak. Gratis afspraak via mookenmiddelaar.nl/duurzaam-verbouwen (Hulp en advies) of scan de QR-code.



Isolatieregeling Mook en Middelaar

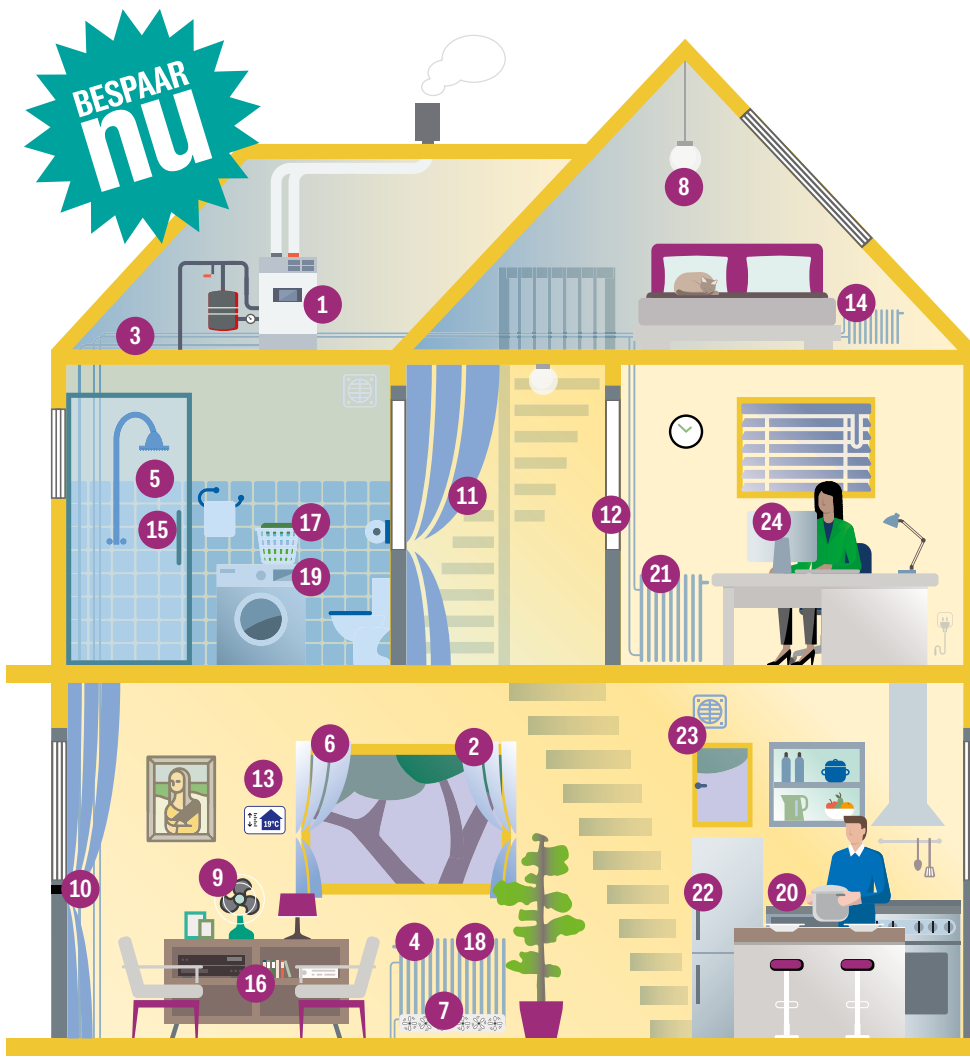
Heeft u een koopwoning met slecht geïsoleerde bouwdelen en een lage WOZ-waarde? Dan komt u mogelijk in aanmerking voor extra ondersteuning via het Isolatie Programma. Doe de aanmeldcheck door te gaan naar: mookenmiddelaar.nl/isolatieregeling of scan de QR-code.



De financiële gegevens in deze folder komen van Milieu Centraal (www.milieucentraal.nl). Milieu Centraal rekent met de energieprijzen die in 2030 verwacht wordt. Dat is: € 1,20 voor een kuub (m³) gas en € 0,25 voor een kilowattuur (kWh) stroom. Als u nog helemaal nergens op let, is uw gasverbruik hoog. In een matig geïsoleerde hoekwoning kunt u dan zo'n 470 kuub gas per jaar besparen, dat is met bovenstaande gasprijs € 564 per jaar. De genoemde besparingen zijn een gemiddelde, we geven geen garantie. **Kijk op uw energiecontract voor uw eigen prijs per m³ / kWh en reken uit wat u precies kunt besparen.**

Aan deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend. © 2026 concept & design: www.manufesta.nl

24TIPS om makkelijk te besparen op uw energierekening



24TIPS

om makkelijk te besparen op uw energierekening

Eenmalige aanpassingen in huis, met een kleine investering

1  ± € 60 per jaar

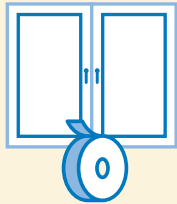
Zet uw cv-ketel op 60°C



De fabrieksinstelling van een cv-ketel is meestal 80°C. Op 60°C werken ze zuiniger, met behoud van comfort. Kijk op www.zetmop60.nl.

2  ± € 60 per jaar

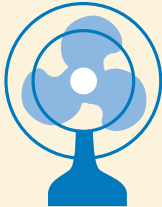
Bestrijd tocht met tochtstrips



Met tochtstrips voorkomt u dat koude lucht naar binnen komt én dat warme lucht door kieren naar buiten ontsnapt.

9  ± € 50 per jaar

Gebruik een ventilator in plaats van een airco



Een airco verbruikt vijftien keer meer stroom dan een ventilator. Een ventilator is energiezuiniger en dus goedkoper in gebruik dan een airco.

10  ± € 50 per jaar

Maak uw brievenbus tochtvrij



Dit kan met anti-tochtborstel of -klep. Hang eventueel ook een gordijn voor de voordeur of in het trappenhuis. Isoleer ook het luik van uw kruipruimte.

11  ± € 30 per jaar

Tochtwerend gordijn voor voordeur en trappenhuis



Een tochtige voordeur kan het comfort van uw huis flink aantasten, vooral tijdens de koude maanden. Kies een dikke en volumineuze gordijnstof.

17  ± € 50 per jaar

Hang uw was aan de lijn, gebruik geen droger



Hang uw was aan de lijn. Heeft u daar weinig ruimte voor, probeer dan de helft van uw was op te hangen, dat bespaart toch ook al ruim € 25.

18  ± € 30 per jaar

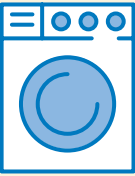
Houdt uw radiatoren vrij van spullen en stof



Een radiator moet vrij staan en schoon zijn om warmte af te geven. Hang of zet er niets op of voor. Houd ze stofvrij.

19  ± € 25 per jaar

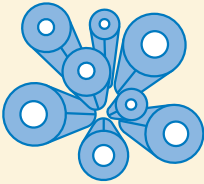
Was op lage temperatuur met volle wasmachine



Was op 30 graden of lager, met de wasmachine op eco-stand. Voor goede hygiëne moet u soms heter wassen. Vaatdoekjes bijv. wast u op 60°C.

3  ± € 50 per jaar

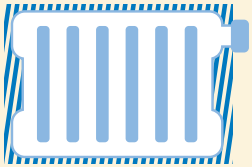
Isoleer cv-leidingen in onverwarmde ruimtes



Isoleer de verwarmingsbuizen met buisisolatie in onverwarmde ruimtes, zoals kruip- en bergruimte. Per meter isolatie bespaart dit per jaar € 4,50.

4  ± € 50 per jaar

Plaats radiatorfolie achter uw radiatoren



Het is slim om dit te doen bij al uw radiatoren in huis. Per vierkante meter radiatorfolie bespaart dit jaarlijks zo'n € 14.

5  ± € 50 per jaar

Plaats een water-besparende douchekop



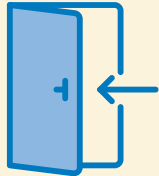
Klasse Z is de meest zuinige, klasse D de minst zuinige. Vervangen van een regendouche bespaart nog € 25 extra.

BESPAAR nu

Tips die vragen om dagelijkse aandacht en die u niets kosten

12  tot € 200 per jaar

Sluit hal- en tussendeuren in huis



U kunt ook deurdrangers plaatsen, daarmee sluiten de deuren vanzelf. Sluit ook uw ramen, zodat er geen onnodige warmte verdwijnt.

13  ± € 100 per jaar

Zet de thermostaat 1°C lager



Ga in stapjes van 1°C per week naar ± 19°C. Doe een warme trui aan en gebruik een deken op de bank.

20  ± € 25 per jaar

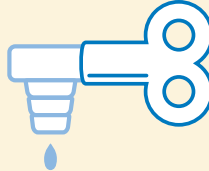
Doe de vaatwasser vol en zet hem op eco-stand



Draai alleen volle machines en gebruik de eco-stand. En draai af en toe een reinigingsprogramma voor een langere levensduur.

21  TIP

Ontlucht radiatoren regelmatig



Met te veel lucht in de leidingen werkt de verwarming niet optimaal. Dit kost extra energie. Controleer ook regelmatig de waterdruk (+1,5 bar).

22  TIP

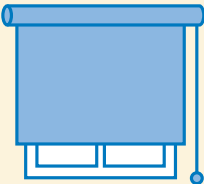
Koel zuinig en ontdooi regelmatig de vriezer



Laat spullen uit de diepvries in uw koelkast ontdooien. Ontdooi de vriezer ook regelmatig. Zet de kasten 10 cm van de muur af.

6  ± € 20/50 per jaar

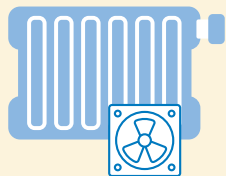
Hang (isolerende) gordijnen op



Hang ze tot aan de vensterbank, als daaronder radiatoren hangen. Besparing is afhankelijk van de isolatiewaarde van het soort gordijn.

7  ± € 40 per jaar

Gebruik radiatorventilatoren



Met radiatorventilatoren wordt de woonkamer snel lekker warm. De cv-ketel gaat dan eerder uit, waardoor u gas bespaart.

8  ± € 5 per lamp

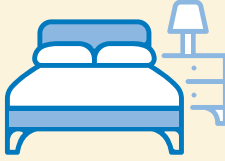
Gebruik ledlampen



Een ledlamp is 90% zuiniger dan een gloeilamp en 85% zuiniger dan een halogeenlamp. De besparing per lamp is € 2 tot € 8 per jaar.

14  ± € 100 per jaar

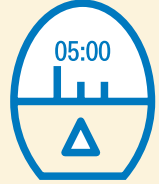
Verwarm niet uw hele huis



Draai de verwarming uit in ruimtes waar u niet bent, ook in de slaapkamers (heeft u thermostaatkranen, zet deze op vorststand).

15  ± € 60 per jaar

Douche maximaal vijf minuten



Daarmee bespaart u flink op gas én water. Houdt uw douchetijd bij met een douchetimer of zandloper. Minder vaak douchen bespaart ook.

16  ± € 60 per jaar

Zet apparaten uit, niet op stand-by



Zet elektrische apparaten helemaal uit. Gebruik hiervoor een stekkerdoos met schakelaar. Haal opladers uit het stopcontact als u ze niet gebruikt.

23 TIP

Ventileer uw woning



Dit kan met raamroosters. Niet te weinig (ongezond) en niet teveel (onnodige kosten). Een CO₂-meter toont wanneer de binnenlucht gezond is.

24 TIP

Schakel de hulp in van een energiecoach



Uw energiecoach heeft nog meer tips afhankelijk van uw situatie, bijvoorbeeld over isoleren en verwarmen. Scan de QR-code achterop.