

10 tips

om warm te blijven én voor een lagere energierekening

1. Warme voeten

Je handen en vooral je voeten zijn als eerste koud. Probeer met dikke sloffes, wollen sokken of een warme kruik te voorkomen dat je (extra) kou voelt van de vloer. Hierdoor kan de verwarming langer uit of op een lagere temperatuur.

2. Laagjes kleding

Je lichaam is als een huis. Wat je niet verliest aan warmte, hoef je ook niet te verwarmen.

Trek verschillende laagjes kleding aan en als je stil zit kan een (wollen) deken een uitkomst zijn.

Je hebt ook *onesies* of *snuggies* om het comfortabel en gezellig te houden.

Met een onesie kleed je je thuis lekker warm aan



3. **Meten = weten**

Je weet pas dat je bespaart, als je weet wat je verbruikt.

Sommige energieleveranciers bieden ook de optie om gedetailleerder het stroomverbruik te tonen. Maar je kan bijvoorbeeld ook zelf je slimme meter koppelen aan een (gratis) online tool om dagelijks of per uur je verbruik in te zien. 's Nachts kan het bijvoorbeeld in een oud en/of slecht geïsoleerd huis voordeliger zijn om de verwarming een paar extra graden lager te zetten en 's ochtends je woning te 'herwarmen'.

4. **Voorkom tocht**

Tocht komt uit naden en kieren in je huis. Hierdoor komt buitenlucht naar binnen. Het zorgt voor een kil gevoel en een hoge energierekening, want je moet meer stoken. Bovendien kan het op lange termijn slecht zijn voor je gezondheid. Er zijn veel goede manieren waarop je dit kan oplossen, met bijvoorbeeld tochtstrips of een brievenbusborstel. Ben je creatief? Maak dan je eigen tochtstopper van een lap stof, die je vult met rijst of zitzakvulling.

5. **Houd warmte binnen**

Gordijnen zijn een goede isolatie voor je ramen en buitendeuren.

Let wel goed op dat je gordijnen niet voor je radiatoren hangen en zo je kostbare warmte tegenhouden. Hang ze dus achter je radiatoren of kort ze in. Plak onder de vensterbank en achter de radiator speciale folie. Zo blijft de warmte van je radiator lekker binnen en gaat het niet door de muur naar buiten. Wil je je warmte nog efficiënter gebruiken?

Koop een radiator-ventilator. Die zorgt ervoor dat je woonkamer sneller warm wordt. Dat bespaart veel gas.

6. Verwarm je huis wanneer het nodig is

Ben je maar kort in de woonkamer voor bijvoorbeeld je ontbijt?

Zet de verwarming dan niet hoger. Ga je op een later moment de deur uit?

Zet de verwarming een uur voor vertrek al lager. Ook een uur voor je gaat slapen, kan de verwarming al omlaag. Het duurt even voor het is afgekoeld.

7. Slim en gezond verwarmen

Je kan tijdens de winter een kleinere kamer als woonkamer inrichten en alleen deze ruimte op een hogere temperatuur te verwarmen.

Draai radiatoren in andere kamers dicht waar je niet (veel) bent.

Verwarm je huis, als het kan, wel op minimaal 15 graden om vocht en schimmels te voorkomen. Lukt dit niet, probeer dan klachten te voorkomen door bijvoorbeeld de was niet in de woon- of slaapkamer te drogen.

En zet vochtvreter in huis.

8. Gratis energie

Als het buiten koud is, maar de zon schijnt op de ramen, zet dan de gordijnen open om je huis gratis te verwarmen. Is de zon weg? Doe dan de gordijnen dicht om de warmte te bewaren. Ga in de winter vroeg naar bed als dat kan. Tv-kijken of een boek lezen kan ook in bed (of op een tablet).

Onder de dekens is het altijd warm en slapen op een frisse en goed geventileerde kamer is juist gezond.

9. Warm, maar niet thuis

Overdag of 's avonds kan je er voor kiezen om langer op je werk of bij buren, vrienden of familie te blijven. Dit kan natuurlijk niet iedereen of altijd.

De gemeente onderzoekt mogelijkheden om dorpshuizen of kerken vaker te openen voor een 'warm ontvangst'.

10. Duurzamer verwarmen

Je huis op een lagere temperatuur verwarmen is goedkoper en duurzamer. Je thermostaat één graadje lager zetten, bespaart 6-7% op je gasverbruik.

Niet alleen de verwarming kan lager, maar de temperatuur van je CV-ketel ook. Deze verwarmt je huis vaak met water van 80-85 graden (comfortstand), maar dit kan je lager instellen. Zo verwarm je met minder gas je huis. Vaak is 60 graden al voldoende.

*Kijk op
www.zetmop60.nl
of vraag je monteur*



4x besparen door slim te verwarmen



Verwarm alleen de ruimtes
in huis waar je veel bent

€ € 550 per jaar*



Zet je thermostaat 1 uur
voor je gaat slapen op 15°C

€ € 260 per jaar*



Niemand thuis? Laat je
thermostaat op 15°C staan

€ € 200 per jaar*



Zet je thermostaat 1 graad
lager dan je gewend bent

€ € 200 per jaar*

*Berekend met een geschatte gasprijs van € 1,74 per m³ over een langere periode.

Bron: milieucentraal.nl