



Den Haag

Bewonersbijeenkomst

Met het 5 stappenplan 30% besparen en
hulp bij uw geldzaken

De energierekening



Maak je je zorgen over
jouw energierekening?

Het 5 stappenplan

- 1 Bepaal waar het warm moet zijn in huis
- 2 Houd de warmte binnen
- 3 Zorg dat je CV optimaal werkt
- 4 Slim omgaan met warm water
- 5 Slim verwarmen

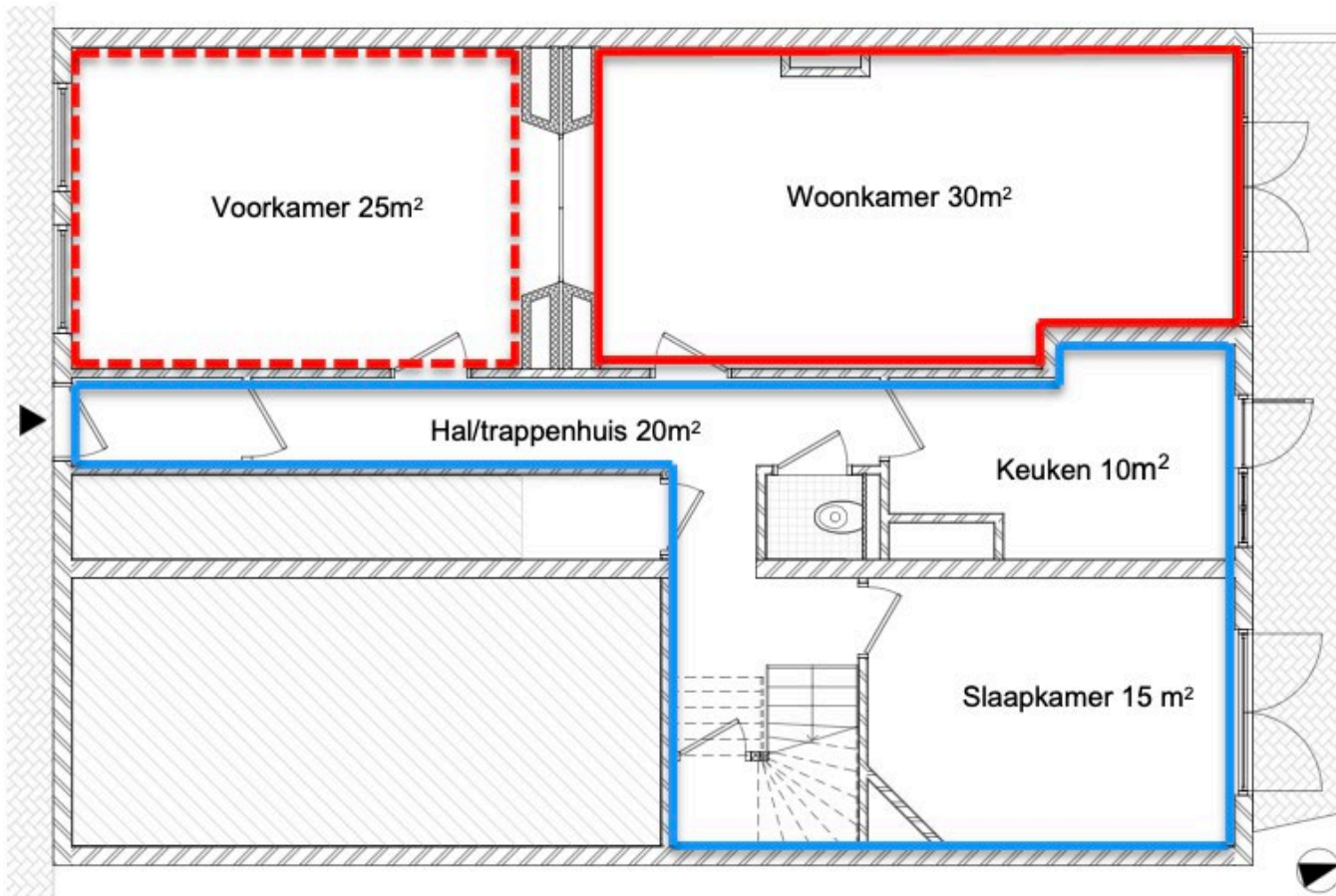
Besparingen worden, zover deze bekend zijn bij Milieu Centraal berekend met een gasprijs tussen de € 1,20 - € 3.

Voor meer informatie kijk op <https://www.milieucentraal.nl/energie-besparen/duurzaam-verwarmen-en-koelen/besparen-op-gas/>

Stap 1: Bepaal waar het warm moet zijn



1.1 Aan de slag met ruimtes



Zet de verwarming uit in ruimtes die niet de hele dag warm hoeven te zijn.

Kosten: gratis

Opbrengst: 370-900 euro per jaar

1.2 Aan de slag met Plaatselijk verwarmen



Als je plaatselijk en tijdelijk verwarmt met infrarood kan dat veel geld besparen. Voorbeeld: je verwarmt de badkamer niet meer de hele dag met de radiator maar met een infrarood verwarming die alleen aan staat als je in de ruimte bent. Dan bespaar je per jaar 60 m3 gas. Het IR-paneel gebruikt in dit voorbeeld 100 kWh stroom per jaar waardoor de energierekening daalt met euro 40 per jaar.

Kosten: afhankelijk van het type

Opbrengst: Afhankelijk van de situatie

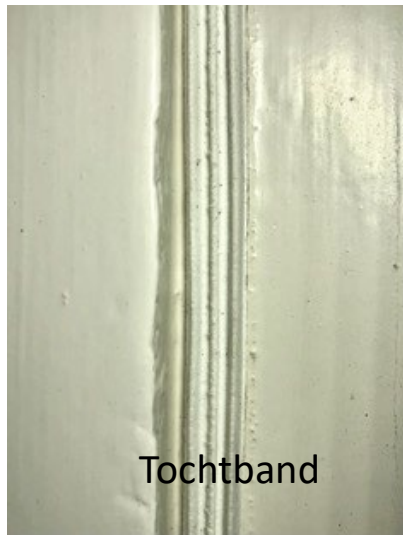
Stap 2: houd de warmte binnen



2.1 Aan de slag met... tochtwering



Tochtstrip
kozijn



Tochtband



Tochtborstel



Tochtprofiel



Valdorpel



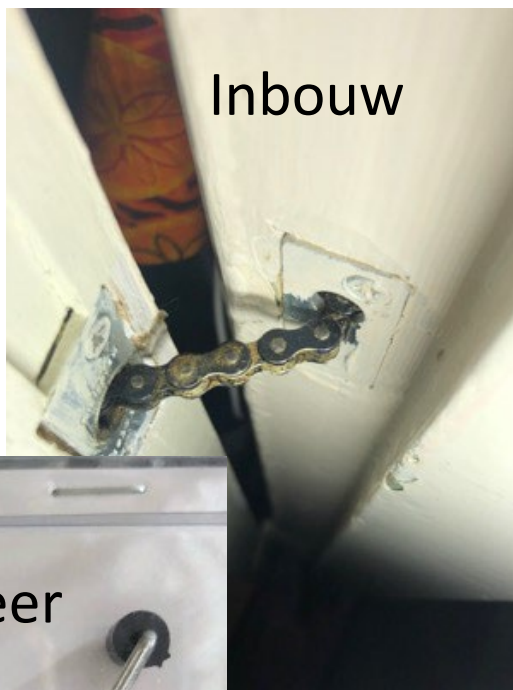
Tochtrol

Door naden en kieren ontsnapt er veel warmte. Door deze dicht te maken verlaag je het gasverbruik en verhoog je het comfort

Kosten: afhankelijk van de situatie

Opbrengst : euro 70-200 per jaar

2.2 Aan de slag met... deurdranger



Met een deurdranger blijft de deur dicht en houd je de warmte binnen.

Kosten: Deurveer vanaf 5 euro, deurdranger vanaf 30 euro

Opbrengst: winst in comfort, gasbesparing is afhankelijk van de situatie.

2.3 Aan de slag met... kozijnfolie



Kozijnfolie zorgt voor een laagje stilstaande lucht door het aanbrengen van een dunne, bijna onzichtbare folie. Hierdoor houd je de warmte beter binnen.

Kosten: circa 2,50 euro per m²

Opbrengst: 15,6- 39 euro per
m² per jaar

Meer informatie <https://www.milieucentraal.nl/energie-besparen/isoleren-en-besparen/isolerende-raamfolie/>

Instructie video <https://www.youtube.com/watch?v=vop-Un2otmo&t=2s>

2.4 Aan de slag met... raamfolie

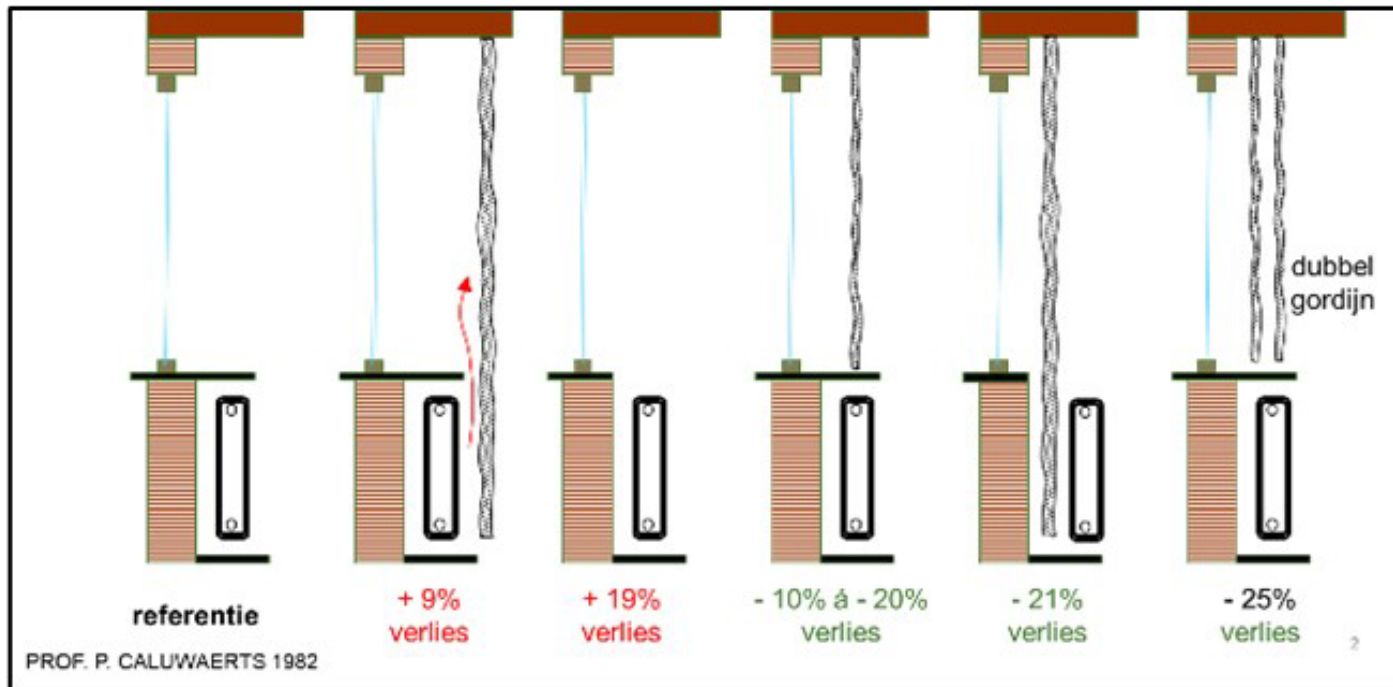


Raamfolie vormt een extra laag op het raam. Er zijn speciale folies op de markt. Je kan ook goedkopere noppenfolie aanbrengen door water op het raam te sproeien waar de folie met de gladde kant aan blijft plakken. Let op plaats geen folie op HR++ glas.

Kosten: circa 1 euro per m²

Opbrengst: 12,20-30 euro per m² per jaar

2.5 Aan de slag met... gordijnen



Goede gordijnen houden de kou buiten en besparen energie. Zeker als er een dikke zwaardere stof wordt gebruikt.

Kosten: afhankelijk van de situatie

Opbrengst: 35 tot 90 euro per jaar

Stap 3: zorg dat je CV optimaal werkt



3.1 Aan de slag met... vrijmaken radiator



Zorg dat de gordijnen niet voor de radiatoren hangen en zet de bank minimaal 30cm van de radiator af. Hierdoor kan de warme lucht makkelijker de ruimte in.

Kosten: gratis

Opbrengst: afhankelijk van de situatie

Meer informatie <https://www.milieucentraal.nl/energie-besparen/duurzaam-verwarmen-en-koelen/bespaartips-verwarming/>

3.2 Aan de slag met... ontluchten



Een radiator waar lucht in zit, zal minder warmte afgeven. Ontlucht daarom regelmatig de radiatoren.

Kosten: gratis

Opbrengst: afhankelijk van de situatie

3.3 Aan de slag met... radiatorfolie



Radiatorfolie zorgt dat de warmte binnen blijft en niet in de muur gaat zitten. Maak de radiatoren eerst vrij van stof

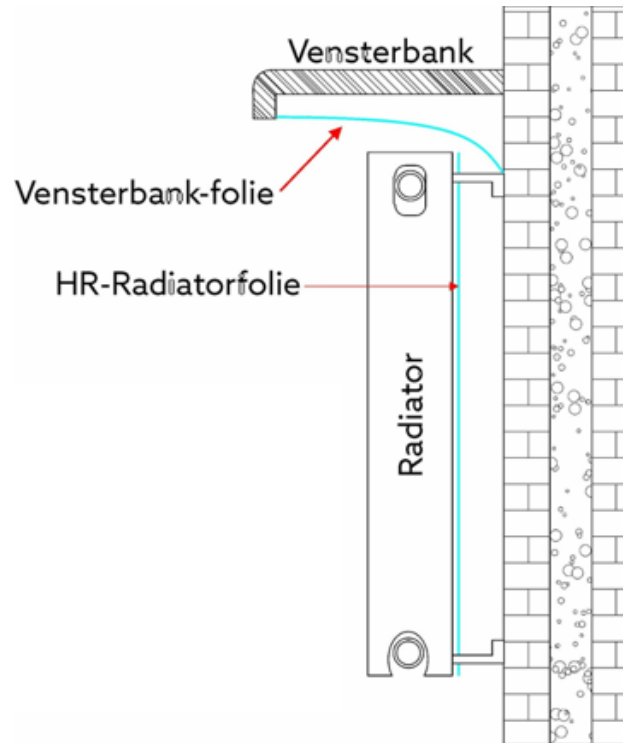
Kosten: inclusief bevestigingsmateriaal circa 8 euro m²

Opbrengst: 12,20-30 euro per m² per jaar

Meer informatie: www.milieucentraal.nl/energie-besparen/duurzaam-verwarmen-en-koelen/bespaartips-verwarming/#radiatorfolie-tegen-warmteverlies

Filmpje <https://www.youtube.com/watch?v=hXJxlI7aiFE> Foto links Tonzon

3.4 Aan de slag met... vensterbankfolie



Met vensterbankfolie zorg je dat de warme lucht sneller in de ruimte komt

Kosten: vanaf 2 euro per meter.

Opbrengst: afhankelijk van de situatie

3.5 Aan de slag met... buisisolatie



Isoleer leidingen in onverwarmde ruimtes. Dit doe je door buisisolatie aan te brengen. Nog meer besparen? Wikkel stroken radiatorfolie om de geïsoleerde buizen.

Kosten: circa 1 euro per meter

Opbrengst: per meter buisisolatie bespaar je van 3,90-9 euro per meter per jaar.

3.6 Aan de slag met... CV ketel op 60°C



De meeste cv-ketels staan op de fabrieksinstelling van 80°C, maar werken efficiënter op 60°C. Deze snelle besparing scheelt veel gas. En dit zonder verlies van comfort en geen risico op een koude douche.

Kosten: gratis

Opbrengst: 70-177 euro per jaar

3.7 Aan de slag met... radiatorventilatoren



Radiatorventilatoren blazen de warme lucht de ruimte in. Hiermee wordt het eerder warm en is goed voor het rendement van je kachel. Voor elke 30m³ ruimte heb je 1 ventilator nodig. Voorbeeld je hebt een kamer van 5 bij 8 meter en 3 meter hoog dan is de inhoud 120m³ deel dit door 30 dan kom je uit op 4 ventilatoren.

Kosten: vanaf 50 euro per ventilator

Opbrengst: 113-282 euro per jaar stookkosten en meer comfort door betere warmteverdeling

Stap 4: slim omgaan met warm water



4.1 Aan de slag met ... koud afspoelen



Als je iets afspoelt in de keuken en je zet de warme kraan aan dan duurt het even voordat deze warm is. Vaak ben je dan al klaar. Spoel daarom bij voorkeur af met koud water.

Kosten: gratis

Opbrengst: tussen de 17 en 44 euro per jaar

4.2 Aan de slag met... besparende douchekop



Met een waterbesparende douchekop bespaar je veel gas doordat er minder warmwater verbruikt wordt.

Kosten: vanaf 12,50

Opbrengst: 37-85 euro per jaar per persoon.

4.3 Aan de slag met... thermostatische kraan



Doordat je sneller de juiste temperatuur bereikt, bespaar je gas.

Kosten: vanaf 50 euro

Opbrengst: afhankelijk van de situatie

4.4 Aan de slag met... korter douchen



Gemiddeld douchen we in Nederland 9 minuten. Als we dat terugbrengen naar 5 minuten wordt veel gas bespaard.

Kosten: gratis

Opbrengst: 70-140 euro **per persoon** per jaar

Stap 5: slim verwarmen



5.1 Aan de slag met... kachel laag in de nacht



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

Laat in de nacht de temperatuur laag staan dat bespaart veel energie. Als je de verwarming 1 uur voordat je naar bed gaat laag zet blijft het warm genoeg en bespaar je nog meer.

Kosten: gratis

Opbrengst: 150-370 euro per jaar. 1 uur eerder uit is een extra besparing van 30-75 euro

5.2 Aan de slag met ... kachel laag bij vertrek



Zet de verwarming uit als er niemand thuis is. Ook als je een uurtje weg bent, loont het de verwarming laag te zetten. Bij vloerverwarming laat je de thermostaat op 17 tot 18 graden staan.

Kosten: gratis

Opbrengst: 140-350 euro per jaar

5.3 Aan de slag met... een graadje lager



Zet de verwarming 1 graadje lager en trek een trui aan.

Kosten: gratis

Opbrengst: 140-350 per graad lager per jaar

Samengevat

Stap 1: Bepaal waar het warm moet zijn

- 1.1 Welke ruimtes
- 1.2 Plaatselijk verwarmen

Stap 2: hou de warmte binnen

- 2.1 Tochtwering
- 2.2 Deurdranger
- 2.3 Kozijnfolie
- 2.4 Raamfolie
- 2.5 Gordijnen

Stap 3: zorg dat je CV optimaal werkt

- 3.1 Vrijmaken radiator
- 3.2 Radiator ontluchten
- 3.3 Radiatorfolie
- 3.4 Vensterbankfolie
- 3.5 Buisisolatie
- 3.6 CV ketel op 60°C
- 3.7 Radiatorventilatoren

Stap 4: slim omgaan met warm water

- 4.1 Koud afspoelen
- 4.2 Besparende douchekop
- 4.3 Thermostatische kraan
- 4.4 Korter douchen

Stap 5: slim verwarmen

- 5.1 Kachel laag in de nacht
- 5.2 Kachel laag bij vertrek
- 5.3 Graadje lager

Tijd voor actie!

1 Verwarm niet elke ruimte maar plaatselijk

→ collectieve inkoopactie voor infraroodverwarming

<https://duurzamestad.denhaag.nl/woning/inkoopactie-infrarood/>

2 Plaats tochtstrippen

→ gratis strippen beschikbaar

<https://duurzamestad.denhaag.nl/woning/direct-bespaaractie/>

3 Plaats radiatorfolie en radiatorventilatoren

→ gratis radiatorfolie beschikbaar en biedt een kortingscode voor radiatorventilatoren aan.

<https://duurzamestad.denhaag.nl/woning/direct-bespaaractie/> Code Speedcomfort.nl BESPAAR

4 Douche maximaal 5 minuten

→ gemeente stelt gratis douchetimers beschikbaar,

<https://duurzamestad.denhaag.nl/woning/hou-van-je-huis/>

5 Zet de kachel laag als je er niet bent

→ meet het verschil in verbruik met een gratis abonnement op De SlimWonen app

<https://duurzamestad.denhaag.nl/woning/slimwonen-app/>

Vragen?

Helpdesk Geldzaken

Telefoon: 070 - 353 61 88

E-mail: helpdeskgeldzaken@denhaag.nl

Meer informatie: www.helpdeskgeldzaken.nl



Hou van je huis

Telefoon: 070 - 353 99 31

Meer informatie: www.duurzamestad.denhaag.nl



We doen het samen

- Betrek buren, vrienden, familie of collega's
- Help anderen, meld je als energiecoach aan.

[Meld je aan als energiecoach | Duurzaam Den Haag](#)

Als energiecoach help je bewoners van Den Haag met een concrete aanpak om te besparen

<https://duurzaamdenhaag.nl/projecten/word-energiecoach>



Den Haag