



5. Slim gebruik, gedrag en praktische tips

Introductie bij het onderwerp praktische tips

Tips die meer met gedrag te maken hebben. Want een energiezuinig huis maken door te investeren in kierdichting, ventilatie, isolatiemaatregelen en efficiënt verwarmen kan natuurlijk altijd maar vooral door je huis slim te gebruiken is er veel te besparen en op comfort te winnen. Op deze pagina verzamelen we een aantal van die tips

Introductievideo bij dit onderwerp (klik op plaatje hieronder)



Warmtebehoud

Warmte vasthouden is veel makkelijker dan warmte opwekken, vandaar ook de focus op kieren dichten. Door je woning slim te gebruiken kan je er voor zorgen dat warmte goed behouden blijft op de plekken waar je er graag gebruik van maakt. Met tochtstrips, een tube kit en luchtdichtingstape zijn goede resultaten te halen.

Deuren dicht houden

Door de tussendeur naar keuken, hal of trap dicht te houden zorg je er voor dat warme lucht niet op kan stijgen naar boven of koude lucht toe kan stromen uit koude ruimtes. Om dat deuren dicht doen automatisch te doen kan je kleine deurdrangers plaatsen, ze kosten een paar euro en zijn uiterst effectief. Er zijn meerdere soorten, voor opdekdeuren en stompe deuren.



Kattenluik in tussendeur

Een kattenluik in de buitendeur is heel gewoon bij kattenliefhebbers maar als dat luik in de bijkukendeur zit dan staat de deur naar de keuken/woonkamer alsnog op een flinke kier. Het is daarom een heel goed idee om in zo'n situatie ook in de tussendeur een kattenluik te zetten. Ook ben ik al kattenluiken tegengekomen in deuren naar de gang als effectief warmtebuffer.



Watersparende Douchekop

De watersparende douchekop is er inmiddels in soorten en maten. De ouderwetse 10 liter per minuut is echt niet meer nodig, met een 7,5 liter per minuut douchekop bespaar je 25%, met een 5 liter per minuut douchekop zelfs bijna 50% op het gas dat je voor douchen gebruikt. Bonus is dat je ook meteen fors bespaart op je watergebruik.

Restwarmte gebruiken

Door je **oven open zetten** nadat je deze gebruikt hebt krijg je een warmtepuls op het moment dat iedereen aan tafel gaat. Dit is meer een comfortpuntje want de warmte komt uiteindelijk natuurlijk sowieso in je huis, alleen duurt het wat langer als je de deur dicht laat.

De vaatwasser open zetten heeft een vergelijkbaar effect maar hierbij komt wel meteen veel vocht vrij. Het is dus vooral aantrekkelijk om dit te doen in de winter als het vriest als de lucht erg droog is.

Het kookwater van de groenten af laten koelen in de keuken (in een afgesloten pan) spaart ook weer een beetje energie (die anders door het afvoerputje weg zou stromen). Het vergt wel enige oefening.

Hier mag trouwens de **snelkookpan** niet overgeslagen worden. Als je geregeld rijst of aardappels kookt kan je met een snelkookpan flink besparen doordat de kooktijd fors bekort wordt.

Lokale isolatie

Het menselijk lichaam in ruste produceert zo'n 100 Watt aan warmte. Door lokale isolatie toe te passen in de vorm van een vest, sloffen of een dekentje kan je deze opgewekte warmte dicht bij je houden. Ook het plaatsen van reflecterende folie onder een vloerkleed op de plek waar je vaak zit valt in deze categorie.

Jouw 5 actiepunten om morgen aan te pakken

Maak eens een top 5 lijstje van kleine ergernissen (druppelende kraan, piepende deur). Je zult ervaren door ze op te schrijven dat het veel makkelijker wordt om er wat aan te doen.