



# Bespaar op energie

Goed voor je portemonnee  
en het milieu

---

---



# Inhoud

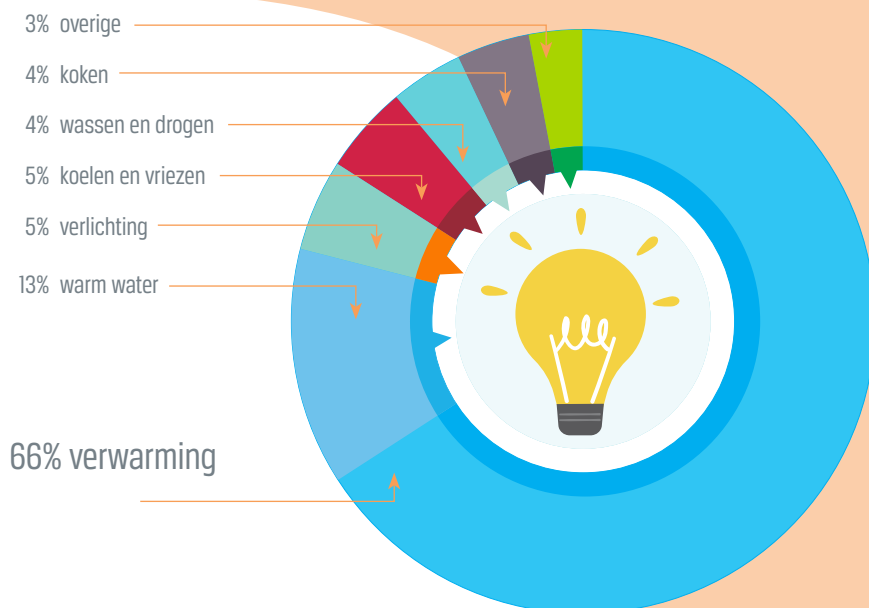
1. Waar gaat onze energie naartoe? .....	3
2. Hoe kan je energie besparen? .....	3
• Verwarming .....	4
• CV .....	6
• Vloerverwarming .....	8
• Accumulatieverwarming .....	9
• Ventileren & verluchten .....	12
• Wassen, drogen en strijken .....	14
• Koelen en vriezen .....	15
• Koken en bakken .....	15
• Warm water .....	16
• Licht, computer en TV .....	17
• Koop energiezuinige toestellen .....	18
3. Meten = weten:	
Hou je energieverbruik in de gaten .....	20

## Energie is duur!

Verwarming, warm water en elektriciteit zijn heel duur in België.

Als je minder energie nodig hebt, is dat goed voor je portemonnee en voor het milieu.

In deze brochure leren we je hoe je kan besparen op je energiefactuur.





## Verwarming

De ideale temperatuur in een woning ligt tussen de 18 en 22°C. Meestal moet er verwarmd worden tussen oktober en april.

Niet alleen de lucht, maar ook de warmte die voorwerpen uitstralen (stralingstemperatuur) beïnvloedt hoe warm een ruimte aanvoelt. Warme muren en ramen dragen bij aan een comfortabel gevoel, terwijl koude, slecht geïsoleerde oppervlakken juist voor een kille indruk zorgen.

In huizen met weinig isolatie moeten bewoners de thermostaat vaak hoger zetten, soms tot 22°C of meer, om toch een aangenaam warmtegevoel te krijgen. Dit komt doordat de koude oppervlakken de warmte als het ware 'wegtrekken', waardoor de lucht extra verwarmd moet worden.

In goed geïsoleerde woningen met warme muren en superisolerend glas voelt een lagere temperatuur al comfortabel aan. Hier volstaat een thermostaatinstelling van 19 à 20°C.

De **comforttemperatuur** in huis wordt bepaald door het gemiddelde van de luchttemperatuur, luchtvochtigheid en de stralingstemperatuur van muren, ramen, vloeren en andere oppervlakken in de ruimte.

## Wat zijn de ideale temperaturen?



Slaapkamer: +/- 16 °C



Badkamer (in gebruik): +/- 23 °C

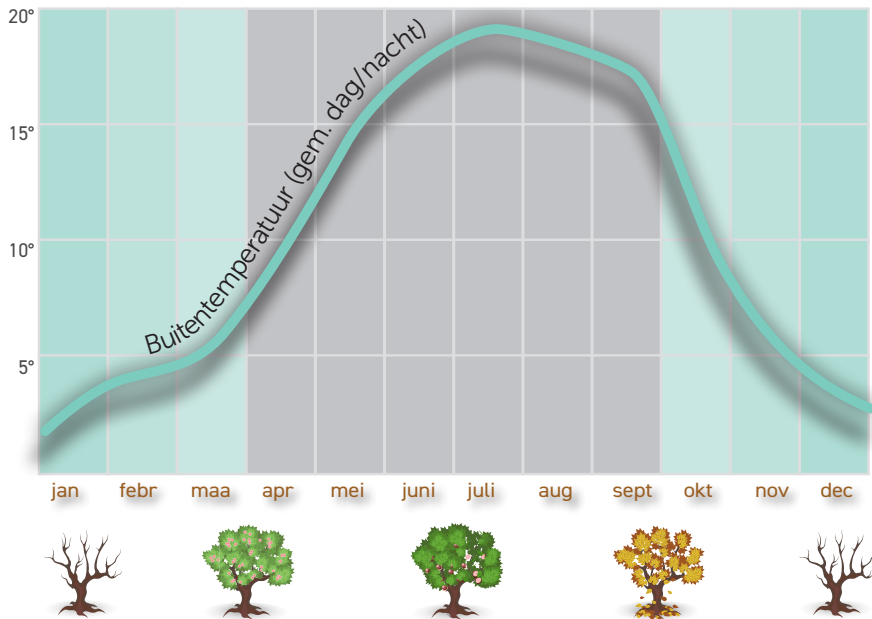


Keuken: +/- 18 °C



Woonkamer/salon: +/- 20 °C

## Wanneer moet je verwarmen?



## Zuinig verwarmen?

Hoe je op een juiste manier verwarmt, hangt af van welk systeem je bij jou thuis hebt. Bij centrale verwarming wekt 1 toestel de warmte op (centrale ketel). De warmte wordt via leidingen verdeeld over de woning.

Er zijn verschillende soorten verwarmingssystemen.

Bij de centrale verwarming staan afzonderlijke toestellen in voor de warmteafgifte in verschillende ruimtes.

Ook de keuze van brandstof speelt een belangrijke rol. De meest gebruikte energiebronnen zijn aardgas, stookolie/mazout, elektriciteit en pellets.



## Centrale verwarming

### Kamerthermostaat instellen

Als je kamerthermostaat beschikt over een dag- en nachtregering, kun je de **thermostaat programmeren** om op bepaalde momenten **automatisch om te schakelen** naar een ander temperatuurregime.

Met volgende stappen geniet je altijd van een aangename temperatuur:

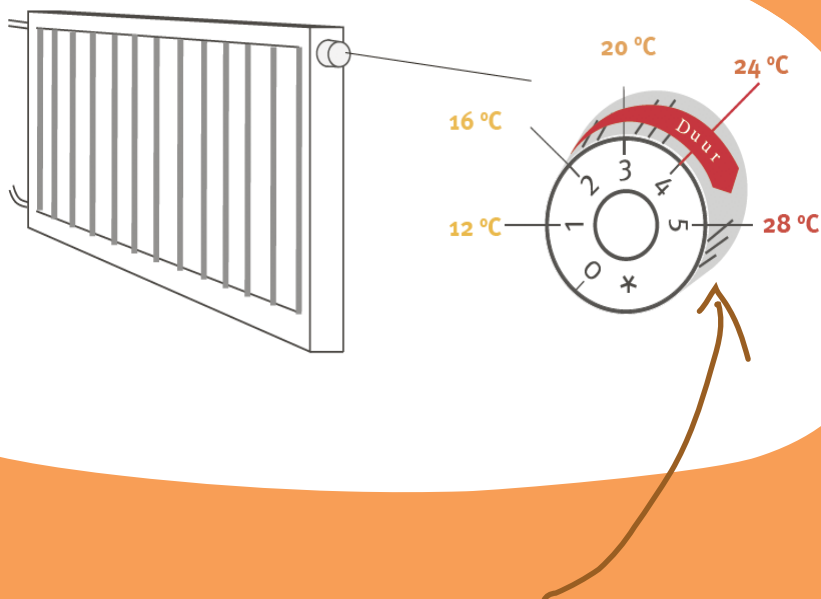
- 30 minuten voor het opstaan: breng de woning op de gewenste comforttemperatuur
- 15 minuten voor het vertrek: schakel de verwarming terug naar het lagere temperatuurregime
- 30 minuten voor thuiskomst: breng de woning opnieuw naar comforttemperatuur
- 30 minuten voor het slapen gaan: schakel de verwarming naar nachtregering
- een stooktemperatuur van 60° zorgt er voor dat bij een condenserende ketel heel wat gas bespaard kan worden.

De woning blijft nog een tijdje op comforttemperatuur zonder hulp van de verwarming. Je kunt klokthermostaten ook programmeren met een aangepast weekend- of vakantieregime.

Thermostaten beschikken vaak over een zomerstand. Deze voorkomt dat uw ketel in de zomer aanslaat als het 's morgens ietsjes frisser is. Een handige tip om onnodig verbruik te vermijden.

Kleef radiatorfolie tegen de wand achter de radiator. De folie bespaart energie bij zowel niet-geïsoleerde als geïsoleerde muren. En de kostprijs van de folie heb je binnen het jaar terugverdiend.

## Thermostaatkraan



- Elke stand beantwoordt aan een gewenst temperatuurpeil, van 1 (minst warm) tot 5 (warmst).
- Als de omgevingstemperatuur daalt, gaat het mechanisme van de thermostaatkraan open om warm water door de radiator te laten lopen.
- De stand vorstvrij \* beschermt de installatie bij vrieskou.
- Zet de thermostaatkranen volledig (5) open in de ruimte waar de kamerthermostaat (doorgaans de woonkamer) zich bevindt.
- In de andere kamers kan je met de thermostaatkraan de ideale temperatuur kiezen.
- Vind je het 's ochtends niet warm genoeg? Regel dan niet opnieuw de thermostaatkranen, maar laat de verwarming vroeger aanslaan door de programmatie van de kamerthermostaat aan te passen!

## Vloerverwarming

Bij vloerverwarming moet de thermostaat anders ingesteld worden. Vloerverwarming is namelijk trager dan een systeem via stralingswarmte, zoals bv. verwarming met radiatoren. Het zal daarom langer duren om de ruimte op te warmen. Maar eenmaal op temperatuur kost het nagenoeg geen energie om die constant te houden.

Hanteer deze vuistregels:

- Ideaal is om de temperatuur 's nachts met max. 1°C te laten zakken, de nachtmodus. Deze modus kan ook gebruikt worden wanneer men een weekendje weg gaat.

Als de nachttemperatuur teveel zou zakken, dan kost het veel energie om de chape van uw vloer 's ochtends weer warm te krijgen.



## Accumulatieverwarming (enkel bij voordelig nachttarief)

- Accumulatoren laden 's nachts op wanneer het daltarief (of exclusief nachttarief) actief is.
- Overdag geven ze spontaan hun warmte af wat zorgt voor een basistemperatuur.
- Als deze warmteafgifte niet genoeg is kunnen ventilatoren ingeschakeld worden om meer warmte af te geven.
- Eventueel kan ook het extra verwarmingselement aangezet worden.

Accumulatieverwarming regel je met:

- 1) Draaiknop op de accumulator (3 of 5 standen).
- 2) Kamerthermostaat aan de muur.

Het juiste gebruik van accumulatoren hangt af van vele factoren. Een energiescanner kan je hierbij extra advies geven.

### 1. Draaiknop op accumulatoren:

Dient om de hoeveelheid te bepalen die de accumulator 's nachts oplaadt :

- Draaiknop dicht: hij laadt niet op
- Draaiknop open: hij laadt volledig op
- Hoe lager de stand, hoe minder de accumulator opgeladen wordt.  
Meestal is dit 1 voor het tussenseizoen, 2 voor de winter en 3 bij vrieskou.



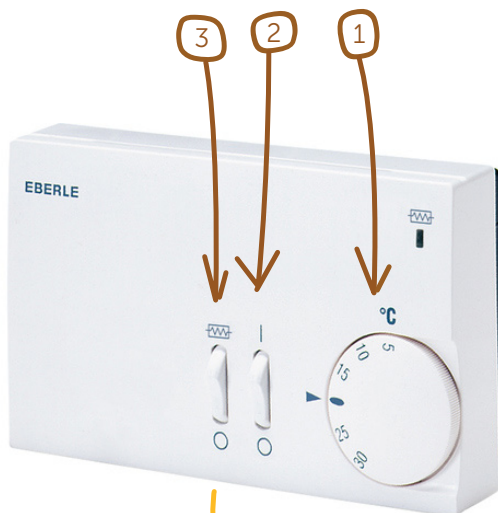
## 2. Kamerthermostaat:

Zoals met elke andere kamerthermostaat stel je er de gewenste temperatuur mee in.

Hoe werkt het?

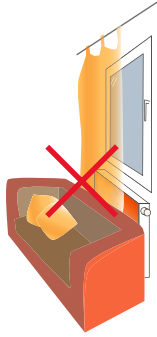
Op de kamerthermostaat zijn twee schakelknoppen en één draaiknop.

1. met de draaiknop stel je de gewenste temperatuur in.
2. met deze schakelknop zet je de ventilator aan (blazen). Zakt de temperatuur onder de ingestelde temperatuur, dan zal de accumulator blazen als deze schakelaar aan staat. De accumulator zal nooit blazen als deze knop uit staat.
3. met deze schakelknop zet je een extra verwarmingselement aan.

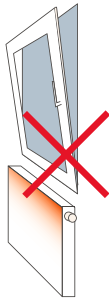
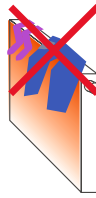


=> duurder (indien geen exclusief nacht)  
Het extra verwarmingselement verbruikt onmiddellijk veel energie.

Zorg dat je verwarmingselementen volledig vrij zijn.



Droog geen kleren op je verwarming.



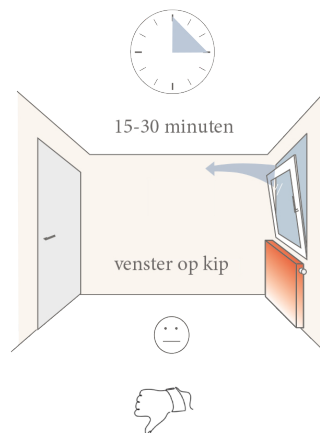
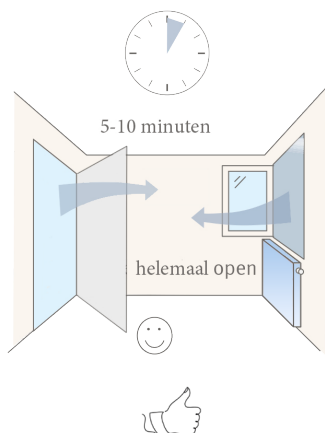
Zet je verwarming uit als je een raam opent.



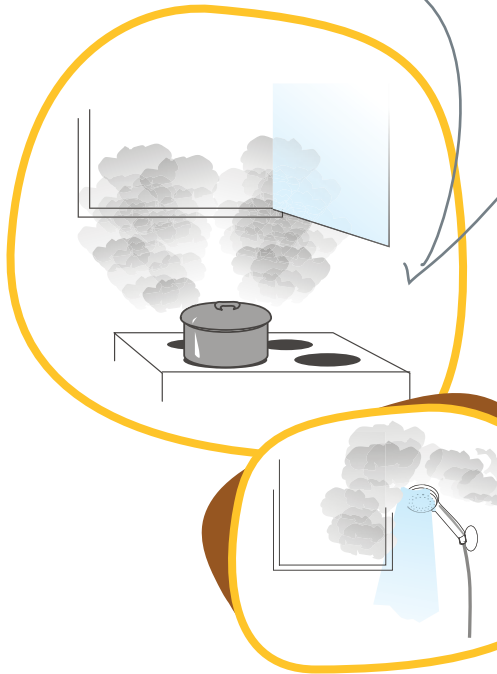
## Ventileren en verluchten

Bij het ademen (van jezelf, je huisdieren, zelfs van planten) komt er een kleine hoeveelheid waterdamp in de lucht. Wanneer je een douche of een bad neemt of als je kookt komt er waterdamp vrij. Door al deze activiteiten kan er per dag wel zo'n 10 tot 15 liter water in de vorm van waterdamp in de woning komen. Deze moet de kans krijgen om weg te geraken. Als je niet voldoende verlucht of ventileert dan kan er zich schimmel vormen.

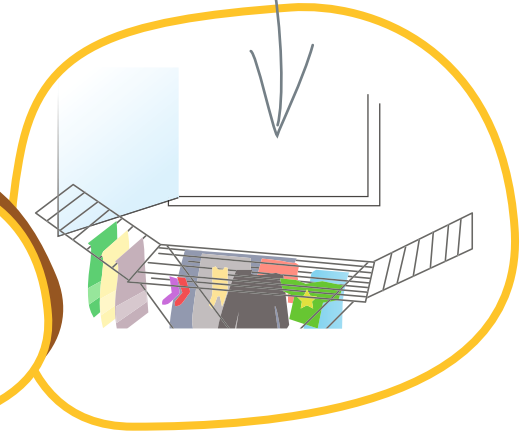
Heb je een ventilatiesysteem C? Dan is het belangrijk dat de toevoerroosters OPEN staan. Heb je een ventilatiesysteem D? Dan reinig je best maandelijks de filters en vervang je ze 1 à 2 maal per jaar.



Verlucht na het koken



Ook als je je was droogt in de woning moet je verluchten om het overtollige vocht af te voeren



## Schimmel in je woning?

Schimmels zijn de meest voorkomende oorzaak van vervuiling in gebouwen. Je kan ze herkennen door de verkleurde vlekken op verschillende oppervlakken en door een muffe geur die ze in aangetaste kamers verspreiden.

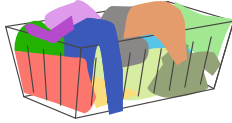
Schimmels planten zich voort door middel van sporen. Dit zijn microscopische deeltjes die door de lucht vervoerd worden. Om tot nieuwe schimmels uit te groeien hebben ze voldoende voedsel, een juiste temperatuur en voldoende vocht nodig.

Voorkom deze schimmels door voldoende te ventileren. Deze microscopische deeltjes kunnen zich voortzetten op de longen en je ziek maken.





## Wassen, drogen en strijken



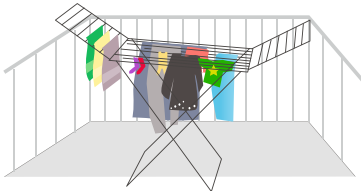
- Zorg ervoor dat je wasmachine steeds goed gevuld is.

1400 l 20°/ 30°

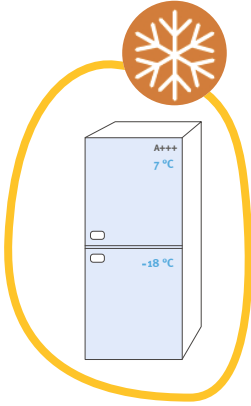


- Hoe hoger de temperatuur van je programma, hoe meer energie je verbruikt.
- Gebruik zoveel mogelijk de eco-stand van je was- en droogmachine. Dit programma neemt meer tijd in beslag aangezien de was langer wordt geweekt.

ECO



- Droog je was zoveel mogelijk op een wasrek of wasdraad. Vergeet niet te verluchten indien je de was in de woning laat drogen.
- Stel je wasmachine op een zo hoog mogelijk toerental.
- Indien je toch de droogkast gebruikt, gebruik dan de hoogste stand voor het uitzwieren van je was. (1400t/min)
- Bespaar op strijkwerk door de droge was onmiddellijk op te plooiën.
- Reinig regelmatig de filters van je machine.



## Koelen en vriezen

- Zet je koelkast op 6°C à 7°C (level 2 of 3) en je diepvries op -18°C.
- Plaats je koelkast/vriezer op een koele plaats.
- Zorg dat je toestellen goed sluiten. Vervang indien nodig de dichtingsrubber.
- Vul uw diepvriezer zoveel mogelijk. Desnoods vult u de lege ruimte op met piepschuim of een PET-fles die 3/4<sup>e</sup> gevuld is met water.
- Zet geen warme gerechten in de koelkast.
- Hoe meer u in de koelkast stopt, hoe meer hij verbruikt. Anders dan bij een diepvriezer, beperkt u zich hier dus beter tot het strikt nodige.
- Koop voortaan enkel nog koelkasten met min. een B label (zie pagina 18).



## Koken en bakken

- Kook zoveel mogelijk met een deksel.
- Gebruik wat vaker de wok. Zo hoeft u niet eerst water te verwarmen en de kleine stukjes vlees en groente zijn bovendien sneller klaar.
- Gebruik een thermos om je koffie of thee warm te houden.
- Gebruik een waterkoker om water te koken.
- Gebruik **NOOIT** je oven als verwarming!



## Warm water



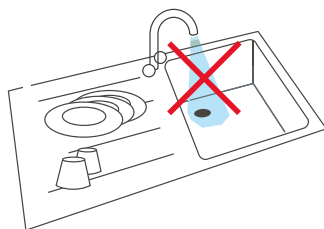
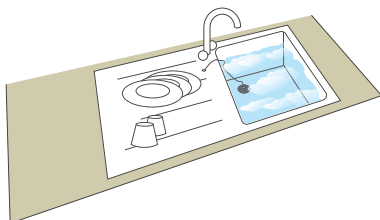
### De vaat - Vaatwasser

- Kies een vaatwasser met energielabel A.
- Spaar de vaat op tot de machine vol is: daardoor hoeft de afwasmachine minder vaak aan en het levert een beter wasresultaat.
- Het eco-programma is prima voor een niet al te vuile vaat en veel zuiniger dan standaardprogramma's. Programmaduur stijgt want vaat wordt langer geweekt.
- Voorspoelen met warm water is niet nodig maar het verwijderen van grote etensresten wel.
- Controleer regelmatig de filter onderin de vaatwasser. Dan blijft de afwasmachine goed werken.



### De vaat - Handwas

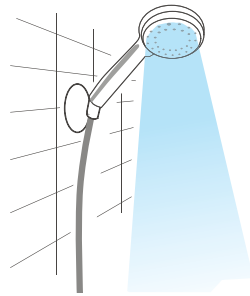
- Gebruik bij de handafwas zo weinig mogelijk warm water.
- Was niet af onder de lopende kraan, maar vul de wasbak.
- Gebruik koud water om voor- en na te spoelen. Alleen een héél vieze vaat heeft daarvoor warm water nodig.
- Gebruik de juiste hoeveelheid afwasmiddel. De beste dosering staat vermeld op de fles.





## Douche

- Douche max. 5 minuten.
- Een korte douche is tot 5 maal zuiniger dan een bad nemen.
- Installeer een spaardouchekop.
- Zet de douche uit tijdens het inzepen.
- Laat geen water lopen tijdens het tandenpoetsen.
- Een spaardouchekop verbruikt 5 à 7 liter per minuut.



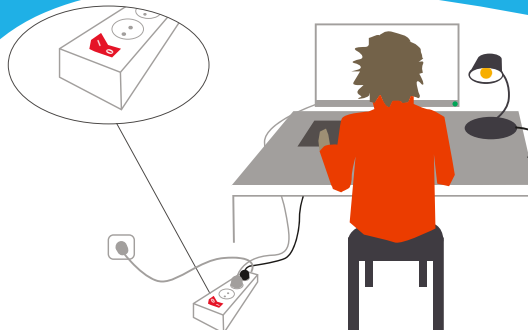
5 minuten



## Licht, computer en TV

Doof de lichten als je de kamer verlaat. De goedkoopste lamp is de lamp die niet brandt.

- Stap over op energiezuinige LED-verlichting.
- Laat toestellen niet op stand-by staan. Schakel ze steeds volledig uit. Je kan hiervoor gebruik maken van een stopcontact met schakelaar. Denk hierbij ook aan de laders van een kruimeldief of van een tandenborstel. Haal opladers (GSM, laptop, ...) ook uit het stopcontact als de apparaten opgeladen zijn.

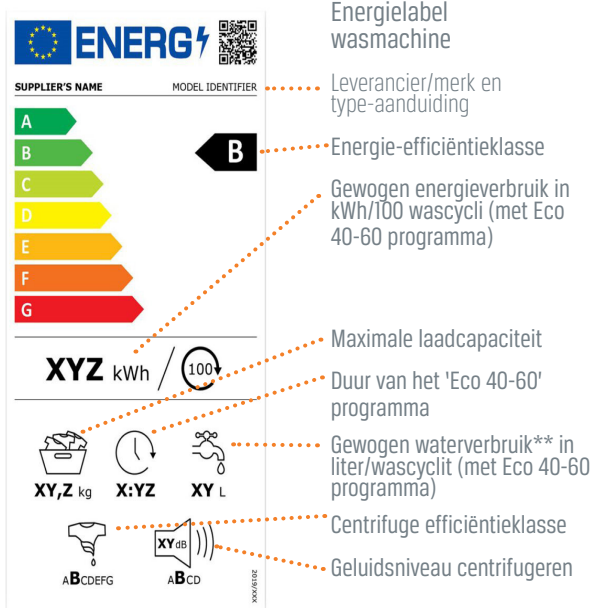




## Koop energiezuinige toestellen

- Kies een apparaat met een laag energieverbruik, te herkennen aan energielabel A of B. Dat is veel zuiniger.
- Vaak wordt ten onrechte gedacht dat een apparaat met label E of F ook al heel zuinig is. Dit klopt niet bij koelkasten, vriezers, vaatwassers en wasmachines: daar is F tegenwoordig zelfs het slechtste label op de markt!
- Koop een apparaat op maat: een kleinere koelkast of televisie verbruikt vaak minder energie.
- Gebruik elk apparaat efficiënt: draai pas een was als de trommel vol is, en laat de tv niet aan als niemand kijkt.
- Verminder stand-by verbruik: zet apparaten helemaal uit als je ze niet gebruikt.

Voorbeeld van een energielabel van een wasmachine



Op het energielabel kun je de energiescore aflezen, die aangeeft hoe energiezuinig een toestel is. Dit wordt weergegeven in energie-efficiëntieclassen, van **A (zeer energiezuinig)** tot **G (zeer energieverspillend)**. Zo weet je vooraf of een nieuw apparaat, zoals een vaatwasser of televisie, veel energie verbruikt.

Naast de energiescore bevat het energielabel ook:

- Het **merk of de leverancier** van het toestel
- Het **jaarlijkse energieverbruik** in kWh
- **Extra pictogrammen**, afhankelijk van het type toestel

Bijvoorbeeld:

- Op het energielabel van een **wasmachine** zie je het **gemiddelde waterverbruik**, de **capaciteit in kilogram** en hoe efficiënt het toestel droogzwiert.
- Bij een **televisie** staat of het toestel een **uitschakelaar** heeft (om sluimerverbruik te voorkomen) en wat het **vermogen in verbruikstand** is.

Een energielabel is veel meer dan een kleurrijke sticker op elektrische toestellen. Het geeft belangrijke informatie over het energieverbruik en kan je helpen om op lange termijn geld te besparen.

## Waarom is een energielabel belangrijk?

- Een **goedkopere koelkast** lijkt misschien een slimme keuze, maar een iets duurder model met een betere energiescore kan op lange termijn voordeliger zijn.
- Als je was- of droogmachine vaak gebruikt wordt, maakt het een groot verschil of je een toestel met **energielabel B** kiest in plaats van **label C**. Dit kan je energiefactuur aanzienlijk verlagen.

### Een concreet voorbeeld:

Een **koelkast met vriesvak** en energielabel **B** verbruikt jaarlijks ongeveer **130 kWh**. Een vergelijkbaar toestel van **10 jaar oud** verbruikt **350 kWh**.

### Extra besparing op water

Bij een wasmachine vermeldt het energielabel ook het waterverbruik. Een zuiniger toestel betekent dus niet alleen een lagere energiefactuur maar ook een lagere waterfactuur.

### Goed voor je portemonnee én het milieu

Door energiezuinige toestellen te gebruiken, bespaar je niet alleen geld maar help je ook het milieu. Minder energie- en waterverbruik betekent minder verspilling van grondstoffen en een duurzamere toekomst.

Wil je je energieverbruik verlagen? Begin dan met het vervangen van de grootste energievreters. Op termijn maakt dit een enorm verschil!

# Metten = weten

## 1. Online bijhouden van je meterstanden

Heb je een digitale meter? Lees je verbruik van elektriciteit en gas af op [www.mijnfluvius.be](http://www.mijnfluvius.be)

Heb je geen digitale meter? Noteer op [www.energieid.be](http://www.energieid.be) maandelijks je meterstanden voor water, elektriciteit en gas. Maak een account aan en krijg maandelijks via mail een herinnering om je meterstanden te noteren.

## 2. Wat zegt mijn verbruik?

Hoe kan je nu weten of je een normaal of eerder een hoog/laag verbruik hebt? Hieronder zie je een overzicht van de gemiddelde verbruiken voor elektriciteit, gas en water.



### Elektriciteit ([www.vreg.be](http://www.vreg.be))

Verbruiker	Jaarverbruik dagmeter in kWh	Jaarverbruik nachtmeter in kWh	Jaarverbruik uitsluitend nachtmeter in kWh
Kleine verbruiker met 1 meter	600	/	/
Relatief kleine verbruiker met 1 meter	1.200	/	/
Doorsnee verbruik van een gezin met 2 meters	1.600	1.900	/
Doorsnee verbruik van een gezin met één meter	3.500	/	/
Relatief grote verbruiker met 2 meters	3.600	3.900	/
Grote verbruiker met 2 meters + accumulatieverwarming en/of elektrische boiler	3.600	3.900	12.500
Grote verbruiker, met 1 meter + accumulatieverwarming en/of elektrische boiler	7.500	/	12.500



## Gas ([www.vreg.be](http://www.vreg.be))

Gebruik	Verbruiker	Jaarverbruik aardgas-meter (in kWh)
Koken en warm water	Kleine verbruiker	2.326
	Relatief kleine verbruiker	4.652
Verwarming en koken en warm water	Doorsnee verbruik van een gezin	17.000
	Grote verbruiker	34.890



## Water ([www.vmm.be](http://www.vmm.be))

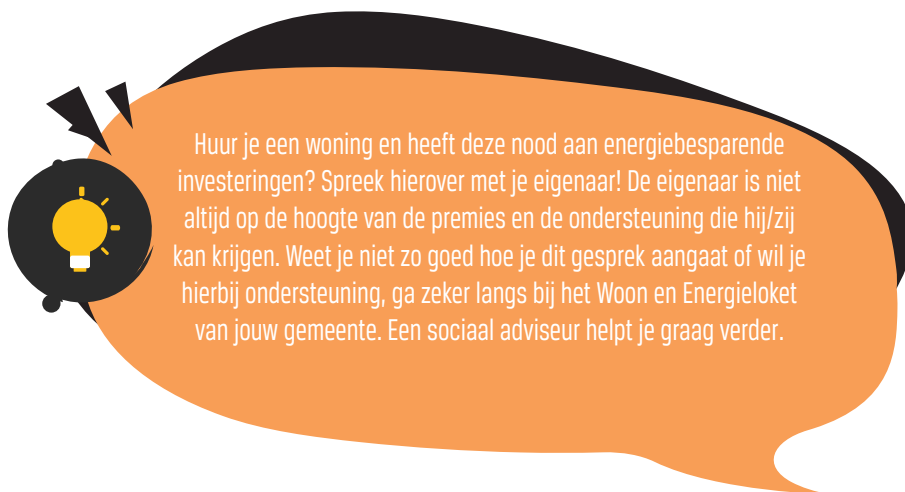
Er zijn sterke prijsverschillen naargelang de gemeente waar je woont en de watermaatschappij die je drinkwater levert. Hieronder een overzicht van de gemiddelde verbruiken en jaarkosten per gezinstype.

	Gemiddeld verbruik
1 persoons gezin	39 m <sup>3</sup>
2 persoons gezin	65 m <sup>3</sup>
3 persoons gezin	91 m <sup>3</sup>
4 persoons gezin	110 m <sup>3</sup>
5 persoons gezin	133 m <sup>3</sup>

Het is uiteraard ook van immens groot belang om te investeren in de energiezuinigheid van de woning. Wist je trouwens dat dak- of zoldervloerisolatie vanaf 1 januari 2020 verplicht is voor alle woningen? Ook dubbel glas is verplicht voor alle woningen.

Vlaanderen voorziet **premies** voor eigenaars die investeren in de energiezuinigheid van hun woning. Ook eigenaar-verhuurders kunnen beroep doen op deze premies.

De energie-efficiëntie van je woning is afhankelijk van de renovatiegraad. Het is belangrijk je woning energiezuinig te maken, zo kan je ook je energieverbruik verlagen.



De Vlaamse Mijn VerbouwPremie is er zowel voor eigenaar-bewoners als voor eigenaars-verhuurders. De premiebedragen zijn afhankelijk van je inkomen én van het soort werken dat men uitvoert.

Via de MijnVerbouwLening kan je lenen aan een lagere rentevoet voor het uitvoeren van energiebesparende werken.

Interessante websites:

- [www.mijnfluvius.be](http://www.mijnfluvius.be)
- [www.vtest.vreg.be](http://www.vtest.vreg.be)
- [www.energywatchers.be](http://www.energywatchers.be)
- [www.wooneco.be](http://www.wooneco.be)
- [www.energyid.eu](http://www.energyid.eu)

# Het Capaciteitstarief

Kort uitgelegd: Het capaciteitstarief is een nieuwe manier om de nettarieven op je elektriciteitsfactuur te berekenen. Sinds 2023 betaal je niet alleen op basis van hoeveel elektriciteit je verbruikt, maar ook op basis van *hoeveel je tegelijk verbruikt*. Hoe hoger je piekverbruik, hoe meer je betaalt.



## Wat houdt het capaciteitstarief in?

Het tarief kijkt naar je piekvermogen: de hoogste kwartiergemiddelde van je verbruik in een maand.

Het gemiddelde van je laatste 12 maandpieken vormt de basis voor het capaciteitstarief.



## Doel van het capaciteitstarief

Vorkomen van overbelasting van het elektriciteitsnet.

Stimuleren van gespreid verbruik: niet alles tegelijk aanzetten (bv. oven, wasmachine en droogkast tegelijk).

Efficiënter gebruik van het net: wie zijn verbruik spreidt, betaalt minder.



## Hoe merk je dit op je factuur?

Voor een doorsnee gezin maakt het capaciteitstarief ongeveer 7% van de totale factuur uit.

Met een digitale meter wordt je piek automatisch gemeten.

Heb je nog een klassieke meter, dan kan je vooral besparen door minder te verbruiken.



## Praktisch voorbeeld

Stel: je laadt je elektrische wagen op én gebruikt tegelijk oven en wasmachine -> hoge piek -> hogere kost.

Spred je dit (bv. wagen 's nachts opladen, oven later gebruiken), dan daalt je piek en dus je tarief.

# Notities

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

# Notities

A series of 25 horizontal dotted lines for taking notes.



## Colofon

Deze brochure is een initiatief van Wooneco een dienstverlening van Veneco

Uitgave: Veneco  
Panhuisstraat 1  
9070 Destelbergen  
[www.wooneco.be](http://www.wooneco.be)

Telefoonnr: 09 261 77 55

Email: [energiescan@wooneco.be](mailto:energiescan@wooneco.be)

V.U.: Sofie Vandelannoote

Oplage: Editie 2026



