

Zorggroep Achterhoek

Energiewijzer

Keuken



- deksel op de pan tijdens het koken bespaart warmte
- niet onnodig de koelkast open laten staan of het gas aan laten
- eten eerst af laten koelen voor je het invriest
- 1 keer per jaar de vriezer ontdooien

Apparaten



- haal de stekkers uit het stopcontact
- zet apparaten helemaal uit, niet op stand-by
- laad apparaten niet langer op dan nodig is

Wassen en drogen



- geen halve wasjes, vul de trommel helemaal
- was zo koud en kort mogelijk
- hang je was op in plaats van in de droger

Verwarming



- zet de verwarming alleen aan in ruimtes waar je aanwezig bent
- zet voor het slapen gaan de thermostaat op 15 graden
- doe de gordijnen dicht
- doe de deuren in huis dicht

Badkamer



- douche zo kort mogelijk, maximaal 5 minuten. Gebruik een kookwekker, een douchetimer of zet het alarm op je telefoon om de tijd in de gaten te houden.
- zet de kraan uit tijdens het tandenpoetsen

Overige tips



- vervang oude lampen voor LED lampen
- doe het licht uit in ruimtes waar je niet bent
- koop je een nieuw apparaat? Let op het energielabel!

Zorggroep Achterhoek draagt graag bij aan een duurzame samenleving. Daarbij hoort bewust omgaan met het milieu en energie. Wij helpen iedereen met deze energiewijzer om verantwoord met energie om te gaan bij het wonen.

Help je mee
besparen?