

Basiscursus



Hanke Mauser / Robert ter Smette

Duurzaam energiegebruik



wattn*ny*
energiecoöperatie gooise meren

 **Weesp
EcoEnergie**

Huizen 
Duurzaam

**Energie
Verbonden
In 't Gooi**

het
hilversumse energie transitie

 **EEMNES
ENERGIE**

 Energie Coöperatie
Wijdemeren


Hut van Mie
**Blaricum Laren
Energie Samen**


HilverZon

Opbouw cursus

- ❑ Dag 1 Kleine maatregelen
- ❑ Dag 2 Bouwkundig
- ❑ Dag 3 Installatietechniek
- ❑ Dag 4 Praktijk
- ❑ Dag 5 Gesprekstechnieken



Duurzaam energiegebruik

Kennis maken

- Naam en energiecoöperatie
- Wat is je achtergrond?
- Wat is je motivatie?
- Heb je ervaring met je eigen huis?



Dagdeel 1

- Rol als energievoach
- Doelgroepen
- Invloed gedrag op energieverbruik
- Kleine maatregelen en besparing
- Hoomdossier



Rol als Energiecoach

Géén adviseur, tot op zekere hoogte wel verstand van zaken en toegang tot experts

Meedenken met bewoners, vanuit hun belevingswereld met respect.

Onafhankelijk, geen ander belang dan bewoners op weg te helpen met hun vragen



Onze insteek



Rol als Energiecoach

- Onafhankelijk
- Luisteren
- Respect
- Vertrouwen
- Samenwerken



Belangrijkste waarden



Rol als Energiecoach



Luisterend oor | Verkennen van vraag en budget

Structuur bieden | Informatie verschaffen

Besparingsmogelijkheden | Actie

Manier van werken



Een **energie gesprek**
met verschillende
doelgroepen

Vraagt om
verschillende
benaderingen



Motivaction; Doelgroep segmentatie



Aansluiten bij belevingswereld



Motivaction onderzoek duurzaamheid

	2015	2019
1. Structuurzoekers:	32%	
2. Verantwoordelijken:	30%	- 22%
3. Statusbewusten :	15%	- 23%
4. Plichtsgetrouwen :	13%	
5. Ontplooiers:	10%	

1. Structuurzoekers 32%

- ✓ Weinig vertrouwen in overheid en andere instanties
- ✓ Houden van een gemakkelijk en regelmatig leven
- ✓ Niet zo'n ruim bestedingspatroon (maar best materialistisch ingesteld)
- ✓ Deels sceptisch over duurzaamheidsprobleem, weinig kennis
zien de waarden ook niet niet van eigen duurzaam gedrag
- ✓ Houden van zekerheden, nemen weinig risico

Doelgroep segmentatie

1. Structuurzoekers

- Kies voor een persoonlijke benadering, gebruik geen jargon
- Benadruk persoonlijke relevantie zoals geldbesparing, een investering die zich terugverdient
- Ga uit van ontzorgen, wij kunnen alles regelen
- Geef het gevoel dat iedereen het al doet, niet achter willen blijven
- Verleid ze met een aanbod dat ze niet kunnen weerstaan



2. Status bewusten 23%

- ✓ Individualistisch ingesteld
- ✓ Ambitieuus, prestatiegericht, maatschappelijk succes is belangrijk
- ✓ Bewust van milieuproblematiek, maar leven niet milieubewust
- ✓ Laatste jaren wordt duurzaamheid steeds meer een statussymbool
- ✓ Overtuigd dat technologie en goed ondernemerschap oplossingen zullen realiseren
- ✓ Consumptieve leefstijl, interesse in technologie en innovatie
- ✓ Behoudende ouderen en carrière gerichte jongeren

Doelgroep segmentatie



2. Statusbewusten

- Leg geen nadruk op duurzaamheid maar op de persoonlijke voordelen zoals comfort, gemak, technologie en innovatie
- Wees een gelijkwaardige gesprekspartner, niet belerend
- Maak het nieuwste van het nieuwste, de slimme investering aantrekkelijk



Communicatie



3. Verantwoordelijken 22%

- ✓ Sterk maatschappelijke betrokken, wereldburgers
- ✓ Thema duurzaamheid leeft en ze zijn goed geïnformeerd
- ✓ Duurzaamheid is verantwoordelijkheid van overheid, bedrijven en burgers
- ✓ Bewust van ecologische voetafdruk en effecten van gedrag op termijn
- ✓ Streven naar bewust duurzame levensstijl, maar ook balans duurzaam, comfort en genieten
- ✓ Vertellen anderen graag wat goed is

Doelgroep segmentatie



3. Verantwoordelijken

- Sterk gericht op de inhoud, mits informerend en transparant
- Houd het gesprek gelijkwaardig
- Insteken op maatschappelijke verantwoordelijkheid. Balans zoeken tussen bijdrage leveren en comfort
- Focus op samen wereld verbeteren

Communicatie



4. Plichtsgetrouwen 13%

- ✓ Hechten aan traditionele normen en waarden en het gezin
- ✓ Sterk maatschappelijk betrokken, vooral lokaal eigen leefomgeving
- ✓ Sterk plichtsbesef, respecteren autoriteiten als overheid
- ✓ Leven duurzaam, vanuit zuinigheid en netheid
- ✓ Houden niet van verspilling en overbodige luxe, prijsbewust
- ✓ Maken zich zorgen over schade die de mens aan de aarde toebrengt
- ✓ Weerstand tegen veranderingen

Doelgroep segmentatie



4. Plichtsgetrouwen

- Focus op de waarde voor het gezin, kinderen en kleinkinderen
- Geef het vertrouwen dat ze niet meteen hoeven te beslissen
- Maak het simpel
- Ga uit van ontzorgen
- Geef voorbeelden
- Geef een duidelijke afzender, ze zijn gevoelig voor autoriteit



5. Ontplooiers 10%

- ✓ Willen vooral vrij zijn en avontuurlijk leven.
- ✓ Doel is zichzelf te ontplooien, niet om maatschappelijk te presteren
- ✓ Geven eigen invulling aan duurzaamheid in lijn met eigen behoefte
- ✓ Sluiten zich mondjesmaat aan bij brede maatschappelijke initiatieven
- ✓ Niet materialistisch ingesteld
- ✓ Geloven dat creativiteit een belangrijke bijdrage kan leveren aan oplossen duurzaamheidsproblemen

Doelgroep segmentatie



5. Ontplooiers

- Speel in op hun informatiebehoefte
- Het gaat om creatief zijn, samen iets interessants doen
- Trigger zelfontplooiing en plezier
- Inspirerend gesprek



Communicatie



Opdracht in groepjes van 3

1. Structuurzoekers
2. Statusbewusten
3. Verantwoordelijken
4. Plichtsgetrouwen
5. Ontplooiers

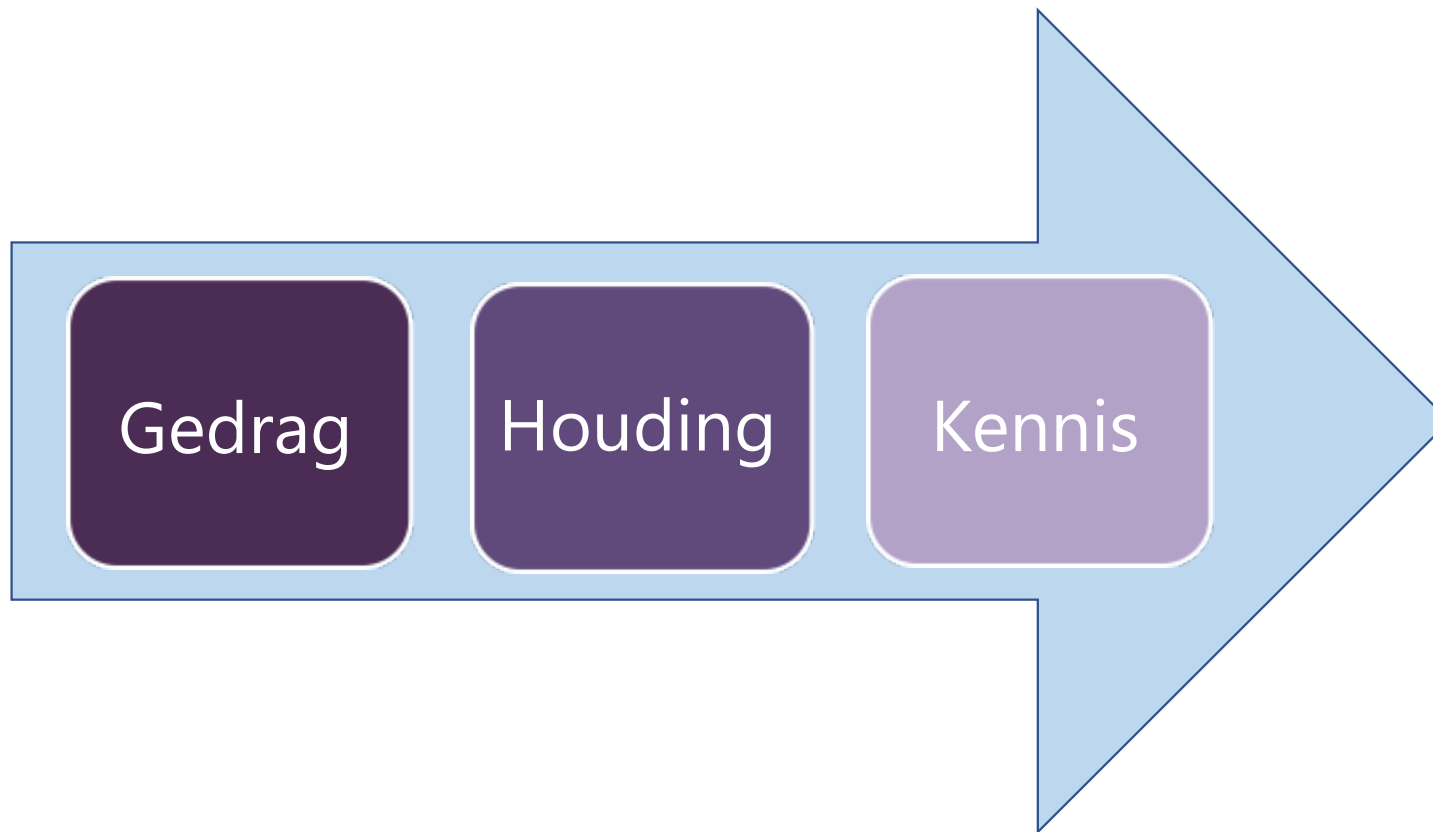
Tot welke doelgroep(en) behoor jijzelf en waarom?
Wat zijn voor jou de belangrijke drijfveren om iets te doen?



Traditionele aanpak gedragsverandering



Recente inzichten; sturen op gewenst gedrag



Psychologie van de

Hoeveel procent van ons gedrag is rationeel?

Hoeveel procent van ons gedrag is automatisch gedrag, instinctmatig, intuïtief

Gedragsverandering



Psychologie van de

5% van ons gedrag is rationeel
95% van ons gedrag is automatisch

Onderbreek automatisch
gedrag door

- ✓ Incentive aanbieden voor
ander gedrag
- ✓ Benutten van natuurlijke
verandermomenten

Gedragsverandering



Psychologie van de

Werkelijke drijfveren zijn onbewust

- ✓ Mensen doen graag wat andere ook doen (Sociale bewijskracht)
- ✓ Gemak
- ✓ Sympathie, vertrouwen
- ✓ Verhalende informatie belangrijker dan statistische informatie
- ✓ Wederkerigheid
- ✓ Autoriteit en deskundigheid

Gedragsverandering



Gedragsverandering Wat is er nodig?

Mensen zijn geen rationele wezens; 6 richtlijnen voor coaches

1. Gebruik de kracht van relaties
2. Maak het persoonlijk; wat kan er in hun huis, wat zijn hun behoeften
3. Waarderend; sluit aan bij wat er is, reageer positief
4. Simpel; ontzorgen en praktisch (mensen kiezen voor gemak)
5. Verhalend; gebruik verhalen en voorbeelden van anderen
6. Nieuwe ijkpunten; niet alleen rendement, maar ook comfort, saamhorigheid, toekomst voor onze kinderen.....



Korte pauze



Invloed gedrag op energieverbruik



Invloed gedrag op energieverbruik

Ik douche in een teiltje. Het water gebruik ik om het toilet door te spoelen



Ons huis is nu geïsoleerd, dus ik leef er lekker op los

Energiebesparen via gedrag

Hiermee kun je bewoners

- Bewust maken van invloed gedrag
- Inzicht geven in besparingsmogelijkheden
- Helpen om succesvol te besparen



Duurzaam energiegebruik





Wat is goedkoper: gas of stroom?

€ 0,82/m³

€ 1,80 - € 3,50

€ 1,45

€ 0,23/kWh

€ 0,46 - € 0,72

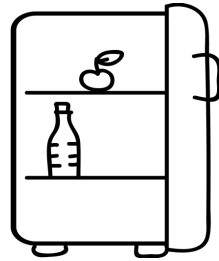
€ 0,40

1 m³ = 10 kWh

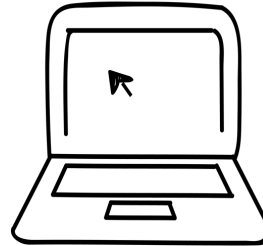
Dus stroom 3x zo duur

Wat doe je met 1 kWh en 1 m³?

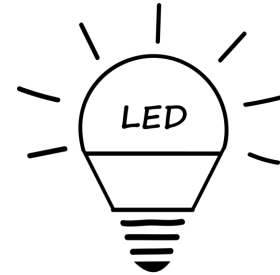
1 kWh =



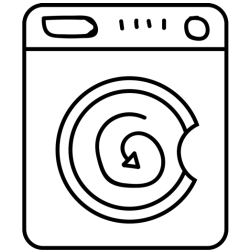
120 uur/ 18*



13 uur

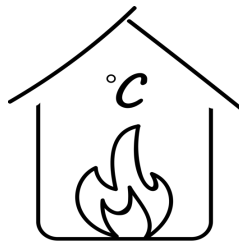


166 uur/ 25*

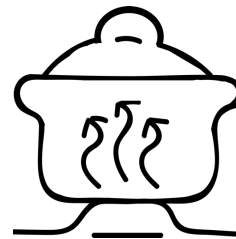


1,3 wasbeurt

1 m³ =



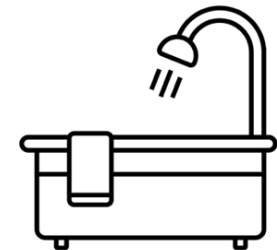
1 uur



6 maaltijden



20 minuten



1 bad

Energiegedrag en kleine maatregelen

Energiegedrag
nieuwe gewoonte/
gedragsaanpassing

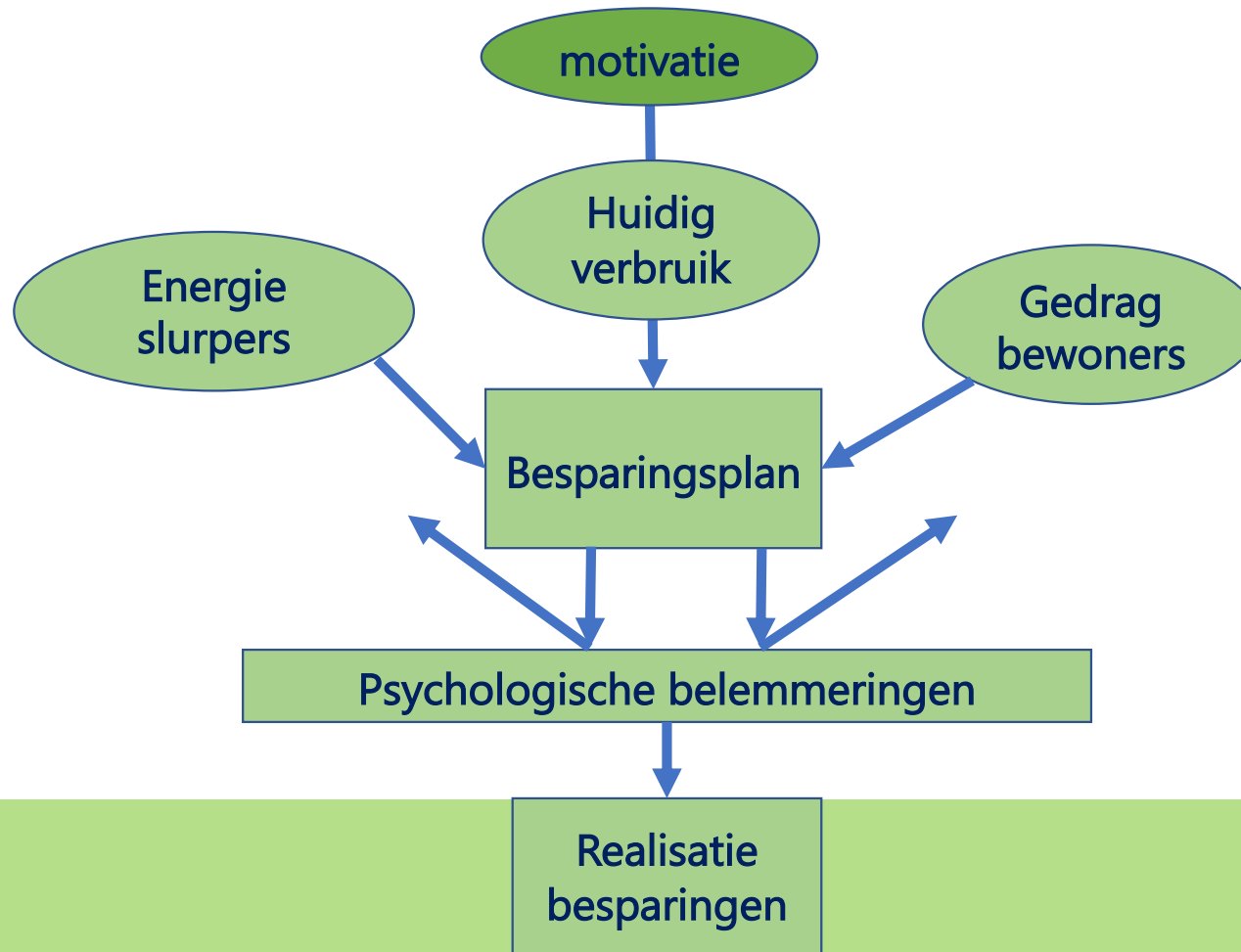
Kleine maatregelen =
eenmalige
aanpassing



Duurzaam energiegebruik



Energiegedrag en kleine maatregelen

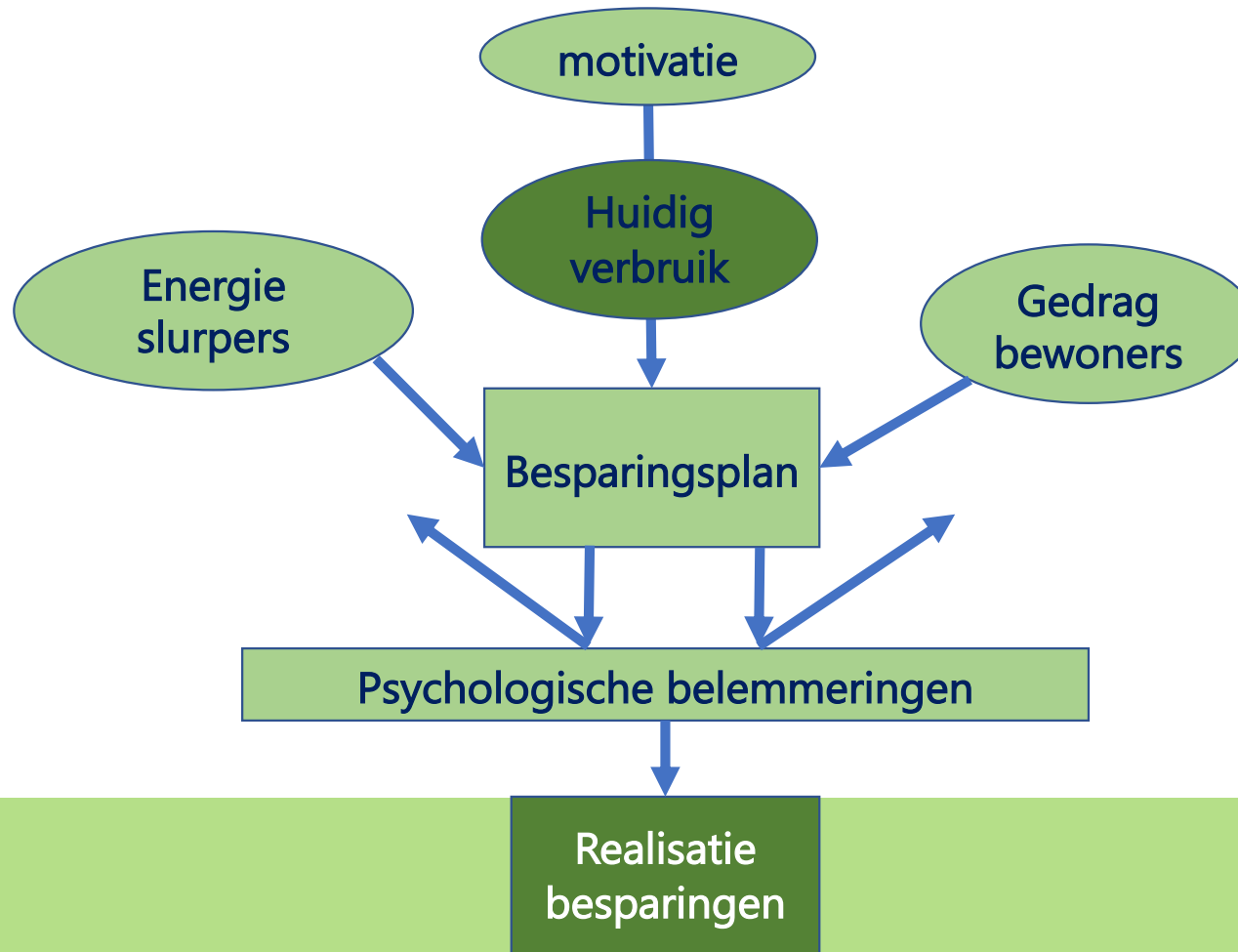


Motivatie bewoners



- ✓ Comfortverbetering (tocht, kou gebruiksgemak)
- ✓ Besparen op de maandlasten
- ✓ Iets voor het milieu doen
- ✓ Stap voor stap van het aardgas af
- ✓ Gezondheid (vocht, schimmel)
- ✓ Goed rendement op een investering
- ✓ Onderhoud of verbouwing
- ✓ Meedoen aan een inkoopactie

Energiegedrag en kleine maatregelen



Vergelijkmijnergieverbruik.nl

advies-op-maat.milieucentraal.nl/aom/Vergelijk_mijn_energiegebruik

Apps weergeven



Vergelijk mijn energieverbruik



Is mijn energieverbruik hoger of lager dan vergelijkbare huishoudens?

- vul 5 vragen in
- kijk hoe je scoort ten opzichte van andere huishoudens in jouw situatie
- ontdek hoe je je verbruik kan verlagen

Start advies

Vergelijkmijnenergieverbruik.nl

advies-op-maat.milieucentraal.nl/aom/Vergelijk_mijn_energiegebruik



Vul hier je energieverbruik in.

Vul het elektriciteits- en gasverbruik in zoals dat is aangegeven op het laatste jaaroverzicht van je energierekening. Je kunt je jaaroverzicht telefonisch of via internet opvragen bij je energiemaatschappij.

Mijn elektriciteitsverbruik is

Indien je zonnepanelen hebt en een oude meter die terug kan draaien, geeft de meterstand een te laag verbruik aan. Tel in dat geval de opgewekte stroom van de zonnepanelen mee.

Mijn gasverbruik is

Weet je niet wat jouw individuele gasverbruik is, bijvoorbeeld omdat je gebruik maakt van blokverwarming? Vul dan '0' in bij je gasverbruik. Wij kunnen je dan alleen een vergelijking in elektriciteitsverbruik tonen.

Mijn warmteverbruik is

Vergelijkmijnergieverbruik.nl

advies-op-maat.milieucentraal.nl/aom/Vergelijk_mijn_energiegebruik



In welk type woning woon je?

Ik woon in een...

- Twee onder één kap
- Appartement
- Hoekwoning
- Tussenwoning of geschakelde woning
- Vrijstaande woning

Vorige stap

Volgende stap

Vergelijk mijn energieverbruik.nl

advies-op-maat.milieucentraal.nl/aom/Vergelijk_mijn_energiegebruik



In welke periode is je woning gebouwd?

- tot en met 1945
- van 1946 t/m 1964
- van 1965 t/m 1974
- van 1975 t/m 1991
- van 1992 t/m 1999
- van 2000 t/m 2005
- van 2006 t/m 2012
- 2013 en later

Vorige stap

Volgende stap

Vergelijk mijn energieverbruik.nl

advies-op-maat.milieucentraal.nl/aom/Vergelijk_mijn_energiegebruik



Wat is het totale woonoppervlak van je woning?

Hiermee bedoelen we het totale oppervlak van alle woonruimten bij elkaar opgeteld.

Heb je geen idee wat jouw woonoppervlak is? Hieronder vind je de gemiddelde oppervlaktes per type woning:

- Appartement / boven- of benedenwoning 81 m²
- Rijtjeswoning (tussenwoning) 123 m²
- Rijtjeswoning (hoekwoning) 128 m²
- Twee-onder-een-kap 145 m²
- Vrijstaande woning 203 m²
- Oppervlak gemiddelde woning 124 m²

- 15 tot 50 m²
- 50 tot 75 m²
- 75 tot 100 m²
- 100 tot 150 m²
- 150 tot 250 m²

Vergelijkmijneenergieverbruik.nl

advies-op-maat.milieucentraal.nl/aom/Vergelijk_mijn_energiegebruik



Ik woon hier met ... personen inclusief mijzelf.

- 1 persoon
- 2 personen
- 3 personen
- 4 personen
- 5 personen of meer

Vorige stap

Volgende stap

Vergelijk mijn energieverbruik.nl

Je gebruikt veel elektriciteit

Je hoort bij de 40% huishoudens in Nederland met het hoogste elektriciteitsverbruik. Je verbruikt per jaar 3.400 kWh. In jouw situatie is het gemiddelde verbruik 3.130 kWh.

Als je een warmtepomp of elektrische auto hebt, kan dat een hoger elektriciteitsverbruik verklaren. In deze tool kunnen we huishoudens met elektrische auto's en warmtepompen nog niet vergelijken met soortgelijke huishoudens.



Je gebruikt heel weinig gas/warmte

Je hoort bij de 10% huishoudens in Nederland met het laagste gas/warmte verbruik. Je verbruikt per jaar 920 m³ gas. In jouw situatie is het gemiddelde verbruik 1.800 m³.



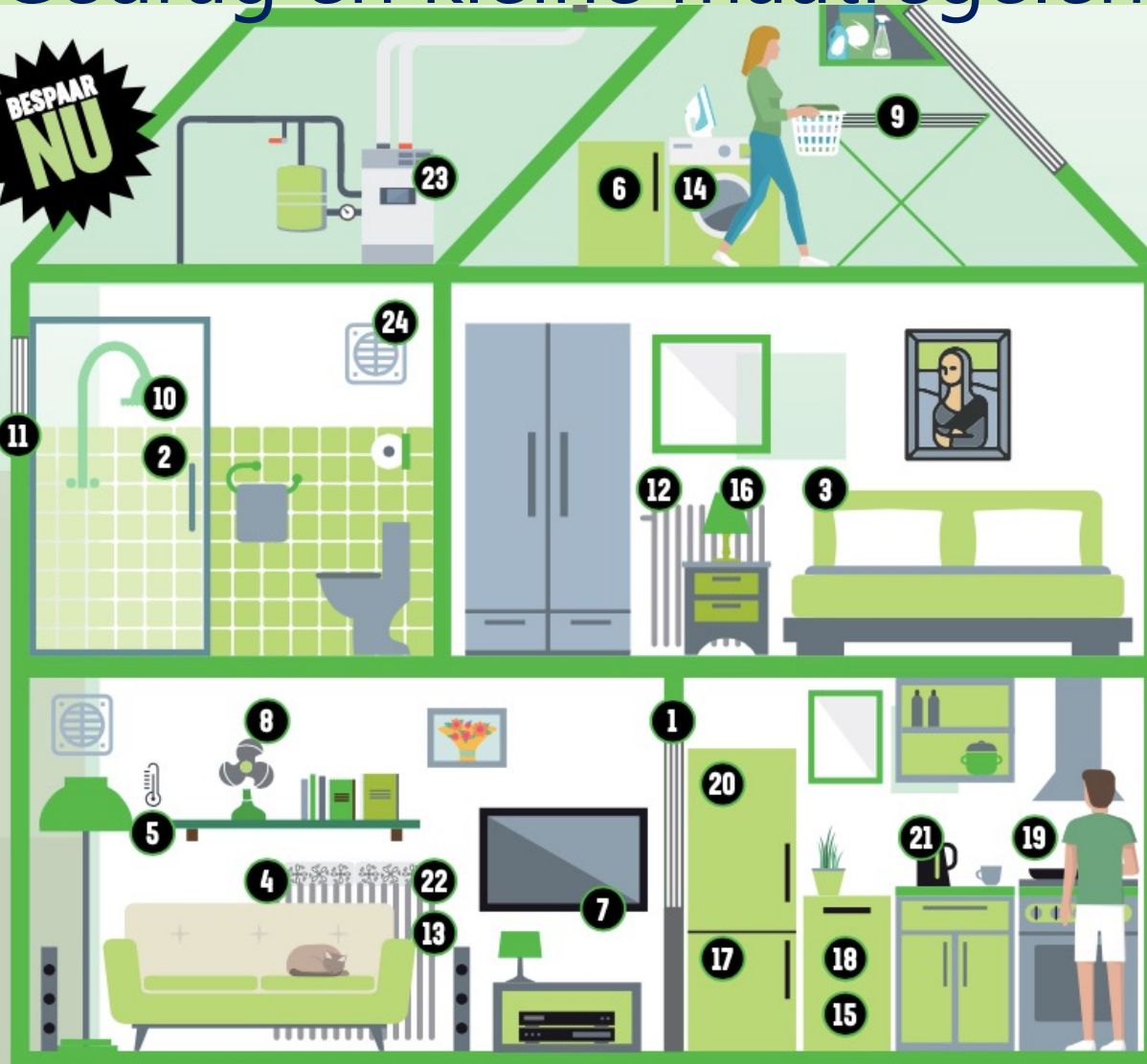


Wat zorgt voor afwijkingen van het gemiddelde?

- Veel of weinig thuis
- Leeftijd bewoners
- Isolatie van je woning
- Temperatuur van je thermostaat, CV
- Kieren en gaten
- Veel of weinig stekkers in huis
- Verouderde apparatuur
- Gedrag.....

Gedrag en kleine maatregelen; mogelijkheden

**BESPAAR
NU**



Zet een kruisje in de één van de rondjes: interesse heb/doe ik al

- | | | |
|---|--|--|
| 1 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Plaats deurdrangers | 2 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Douche niet langer dan 5 minuten | 3 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Verwarm minder kamers in huis |
| 4 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Gebruik een radiator ventilator | 5 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Zet de thermostaat een graadje lager | 6 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Doe 2 ^e koelkast weg |
| 7 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Zet apparaten uit en niet op stand-by | 8 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Gebruik de ventilator in plaats van de airco | 9 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Hang je was aan de lijn |
| 10 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Plaats een douchespaarkop | 11 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Plaats tochtstrips | 12 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Plaats radiatorfolie achter je radiatoren |
| 13 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Houd radiatoren vrij | 14 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Was op 40 graden | 15 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Zet de vaatwasser op ECO stand |
| 16 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Gebruik LED-lampen | 17 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Zet je vriezer op max. -18°C | 18 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Zet vaatwasser pas aan als deze vol is |
| 19 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Kies de juiste vlam, en doe deksel op de pan | 20 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Koel zuinig en ontdooi regelmatig de koelkast | 21 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Gebruik de waterkoker zuinig |
| 22 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Ontlucht radiatoren regelmatig | 23 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Laat je CV-ketel afstellen | 24 <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Zorg voor goede luchtcirculatie |

Gedrag en kleine maatregelen; 24 tips

24 TIPS OM TE BESPAREN OP JOUW ENERGIEREKENING

die tevens bijdragen aan een beter milieu door vermindering van CO₂ uitstoot



wattnū
energiecoöperatie gooise meren

Grootste besparingen leveren de meeste winst op

<p>1 ca. €250,- p/jaar</p> <p>Plaats deurdrangers</p> <p>Als je alle tussendeuren in huis sluit en in kamers waar je niet bent de radiator uitzet, bespaar je tot €250,- per jaar aan gas.</p>	<p>2 ca. €225,- p/jaar</p> <p>Douche niet langer dan 5 minuten</p> <p>Iedere dag 20 minuten douchen kost €300,- p/jaar en 5 minuten kost €75,- p/jaar. (per persoon) Tip: plaats een (leuke) douchetimer in de douche.</p>	<p>3 ca. €170,- p/jaar</p> <p>Verwarm minder kamers in huis</p> <p>Verwarm alleen de kamers waarin je zit of werkt en sluit alle deuren in huis.</p>	<p>4 ca. €170,- p/jaar</p> <p>Gebruik een radiator ventilator</p> <p>Met radiator ventilatoren kan de keteltemperatuur omlaag tot 60°C en wordt woonkamer toch snel lekker warm.</p>	<p>5 ca. €85,- p/jaar</p> <p>Zet de thermostaat een graadje lager</p> <p>Zet de thermostaat 1°C lager. Tips: doe een warme trui aan, gebruik een deken op de bank en zet 1 uur voordat je gaat slapen de thermostaat op nachstand.</p>	<p>6 ca. €80,- p/jaar</p> <p>Doe 2^e koelkast weg</p> <p>Een 2^e koelkast is vaak oud en verbruikt veel stroom. Doe hem weg of gebruik hem alleen tijdens een feestjes.</p>	<p>7 ca. €75,- p/jaar</p> <p>Zet apparaten uit en niet op stand-by</p> <p>Laat elektrische apparaten niet op stand-by staan, maar zet ze helemaal uit. Tip: gebruik hiervoor een stekkerdoos met schakelaar.</p>	<p>8 ca. €60,- p/jaar</p> <p>Gebruik de ventilator in plaats van de airco</p> <p>Een airco verbruikt veel stroom als hij aan staat. Een ventilator is energiezuiniger en dus milieuvriendelijker dan een airco.</p>
---	--	---	---	--	--	--	--

Alle beetjes helpen en zijn goed voor het milieu

<p>9 ca. €70,- p/jaar</p> <p>Hang je was aan de lijn (i.p.v. in de droger)</p> <p>Hang je was aan de lijn. Heb je daar weinig ruimte voor, probeer dan de helft van je was op te hangen, dat bespaart toch ook al zo'n €30,-.</p>	<p>10 ca. €55,- p/jaar</p> <p>Plaats een douchespaarkop</p> <p>Monteer een waterbesparende douchkop. Dat bespaart ca pp €40,- per jaar en bij het vervangen van een regendouche wel €55,- pp per jaar.</p>	<p>11 ca. €50,- p/jaar</p> <p>Plaats tochtstrips</p> <p>Plaats tochtstrips in deuren en ramen (en een tochtborstel voor de brievenbus). Tip: isoleer ook het luik van je kruipruimte!</p>	<p>12 ca. €30,- p/jaar</p> <p>Plaats radiatorfolie achter je radiatoren</p> <p>Plaats radiatorfolie bij radiatoren tegen een niet geïsoleerde buitenmuur.</p>	<p>13 ca. €20,- p/jaar</p> <p>Houd radiatoren vrij</p> <p>Hang geen gordijnen voor de radiator en zorg dat er (vooral in de winter) geen meubels voor de radiator staan.</p>	<p>14 ca. €20,- p/jaar</p> <p>Was op 40 graden</p> <p>Was niet warmer dan op 40 graden. Tip: het is voor hygiëne niet altijd nodig heter te wassen dan 40°C. (behalve bv vaatdoekjes)</p>	<p>15 ca. €15,- p/jaar</p> <p>Zet de vaatwasser op ECO stand</p> <p>Gebruik je toch een vaatwasser, zet hem dan op ECO stand. Dit wast doorgaans goed schoon en is veel zuiniger. Je bespaart zo'n €15,-.</p>	<p>16 ca. €4,50 p/jaar</p> <p>Gebruik LED-lampen</p> <p>Vervang gloei- en halogeenlampen door LED-lampen. Besparing per lamp is € 4,50 per jaar.</p>
--	---	---	--	---	---	--	---

Handige extra tips kleine besparingen en/of meer comfort

<p>17 TIP</p> <p>Zet je vriezer op...</p>	<p>18 TIP</p> <p>Zet vaatwasser pas...</p>	<p>19 TIP</p> <p>Kies de juiste vlam,</p>	<p>20 TIP</p> <p>Koel zuinig en</p>	<p>21 TIP</p> <p>Gebruik de</p>	<p>22 TIP</p> <p>Ontlucht radiatoren</p>	<p>23 TIP</p> <p>Laat je CV-ketel</p>	<p>24 TIP</p> <p>Zorg voor goede</p>
--	---	--	--	--	---	--	---



Oefening 2

Werk in tweetallen;
Bekijk de placemat

Wissel met elkaar uit;

- Wat heb je in huis al succesvol gedaan?
- Wat nog niet en waarom niet?

Oefening 2.

Terugkoppeling

Korte pauze



Energieslurpers Gas

Verwarming

- Thermostaat
- CV ketel
- Radiatoren
- Gashaard

Warm water

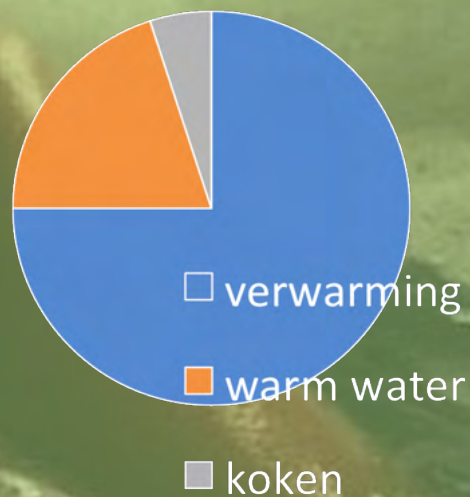
Douche

Bad

Hottub, zwembad

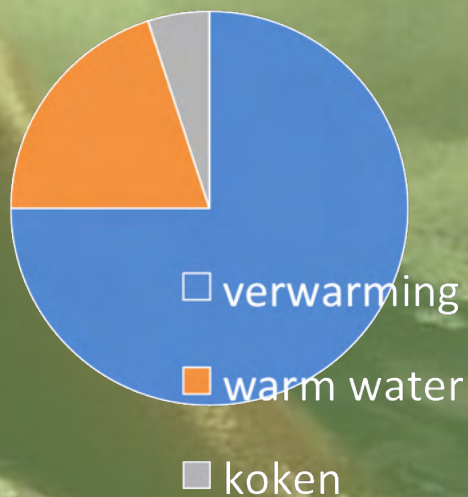
Koken

- Gasfornuis



Besparingsmogelijkheden; GAS berekend mbv prijsplafond € 1,45/m³

- Thermostaat omlaag zetten
Besparing voor iedere graad omlaag gemiddeld € 135,-/jr
(10% besparing op gasverbruik per graad)
- Temperatuur s nachts naar 15 C°
Besparing tot € 300,-

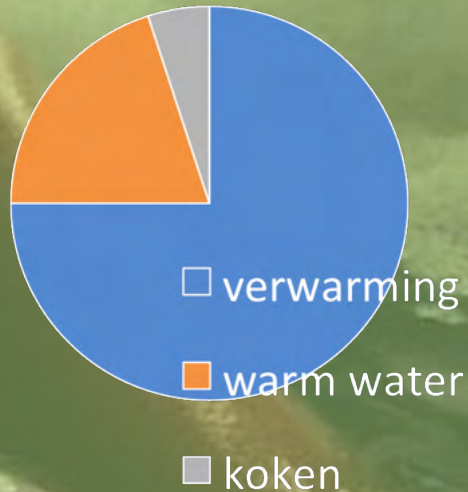


Besparingsmogelijkheden; GAS

- CV ketel fabrieksinstelling op 80 of 90 °C

Besparing CV ketel op 60 °C gemiddeld € 108,-/jaar
www.zetmop60.nl

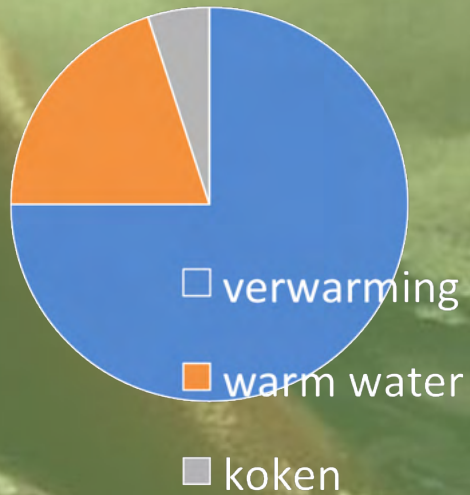
- Comfortbehoud; Radiator ventilator



Besparingsmogelijkheden; GAS

- Radiatorfolie achter radiatoren

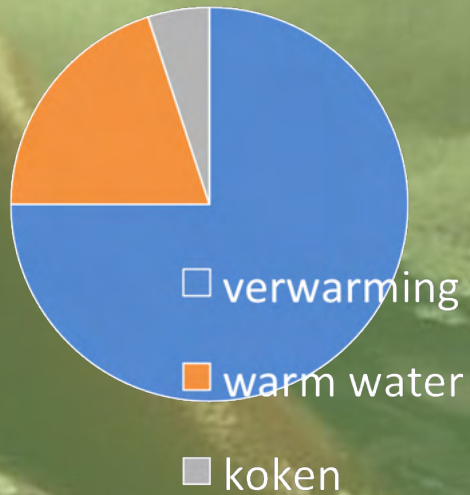
Besparing radiatorfolie gemiddeld € 55,-/jaar



Besparingsmogelijkheden; GAS

- Houd radiatoren vrij van stof

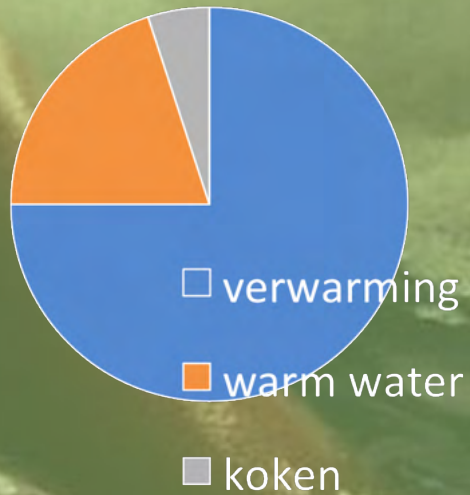
Besparing vrij houden radiatoren gem € 20,-/jaar
Beter voor je gezondheid



Besparingsmogelijkheden; GAS

- Geen meubels of gordijnen voor radiatoren

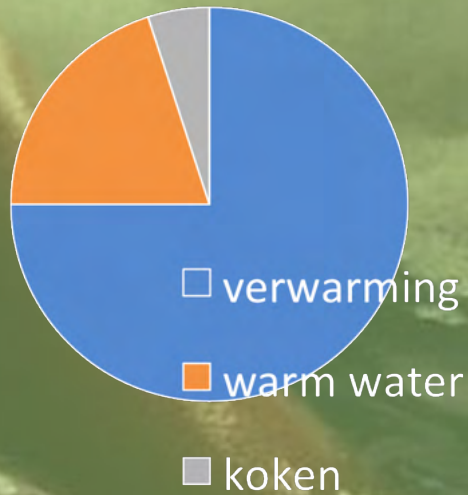
Besparing vrij houden radiatoren gem € 35,-/jaar



Besparingsmogelijkheden; GAS

- Leidingen in koude ruimte isoleren zoals kruipruimte, zolder, gang

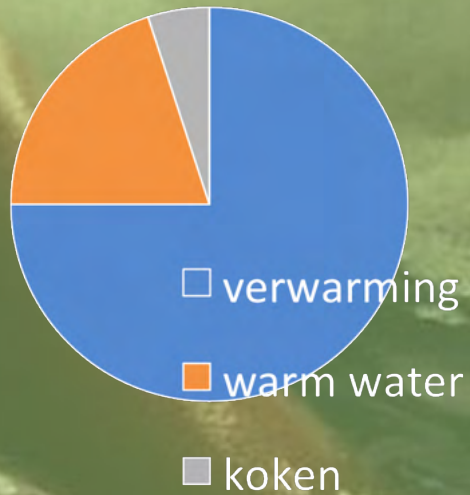
Besparing per meter leiding gem € 4,00/ jaar



Besparingsmogelijkheden; GAS

- Deurveren op alle deuren of dicht deuren
- Radiatoren uit waar je niet bent

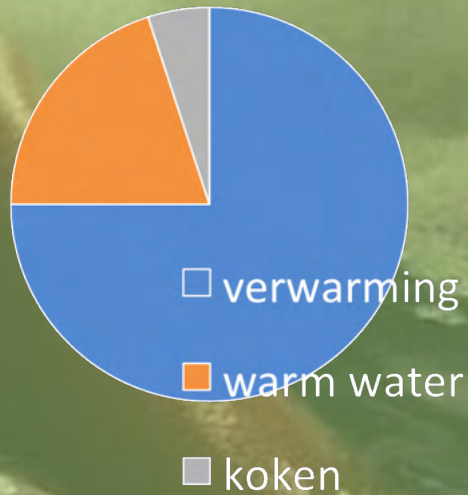
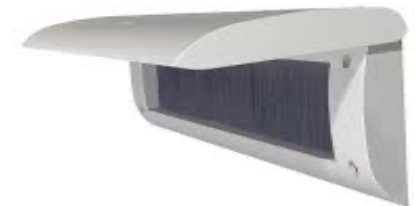
Besparing tot € 625,-/jaar



Besparingsmogelijkheden; GAS

- Tochtstrips bij deuren en ramen
- Brievenbusborstel

Besparing tot € 90,-/jaar

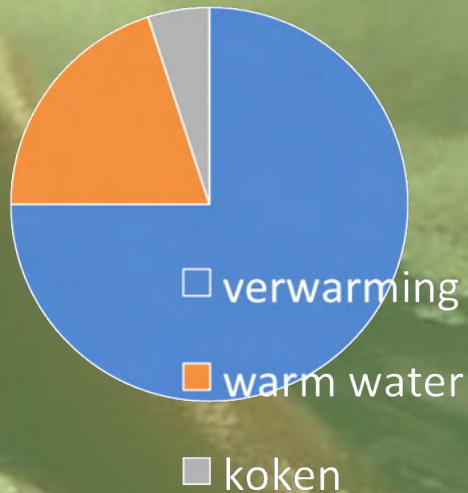


Besparingsmogelijkheden; GAS

- Waterbesparende douchekop
- 5 min per dag douchen ipv 20 min.

Besparing douchekop tot € 100,00,-/jaar

Besparing 5 min douchen ipv 20 min € 400,00,-/jaar

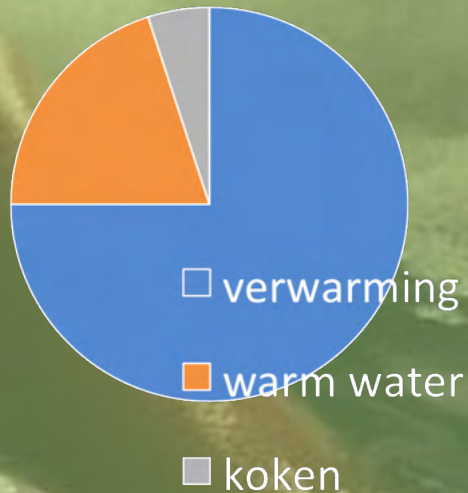


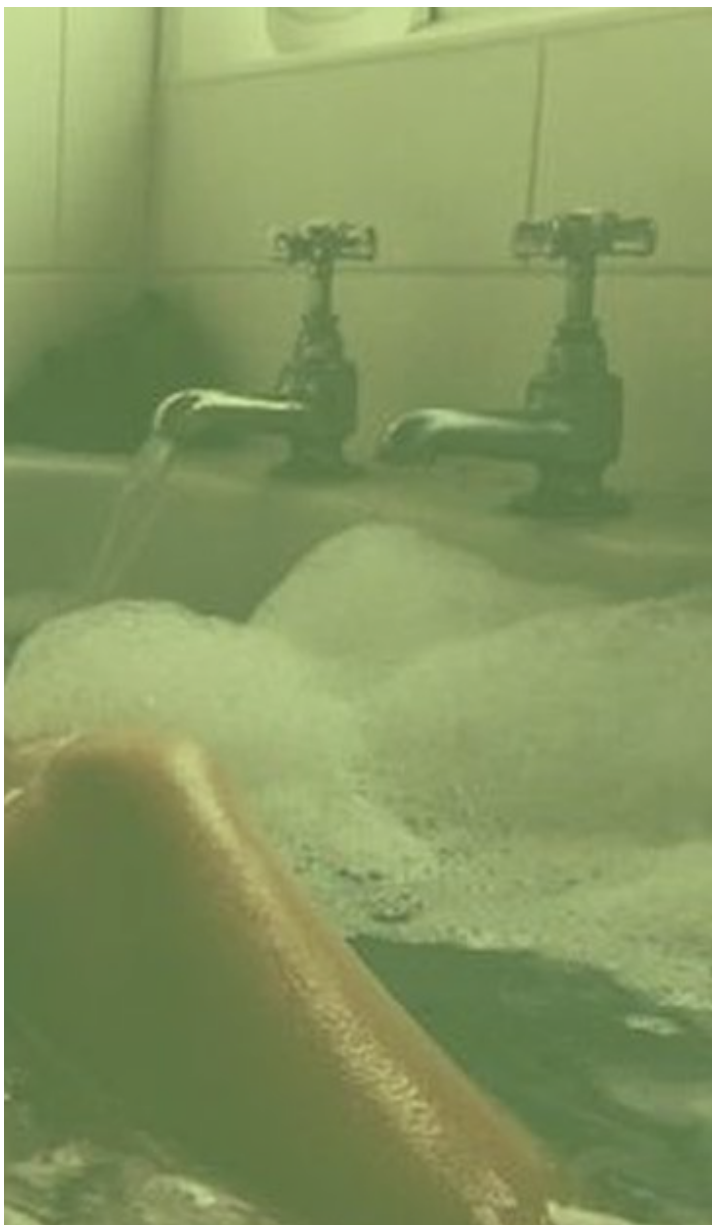
Besparingsmogelijkheden; GAS

- Inductiekookplaat ipv Gasfornuis

Beter voor het milieu en veilig
iets duurder dan koken op gas

Gasfornuis € 135,- Inductieplaat € 160,- elektriciteit





Energieslurpers Stroom

berekend mbv prijsplafond € 0,40/kWh

- Lampen
- Standby
- Witgoed en andere apparaten
- Airco, ventilatie
- Terrasverwarmers
- Vijverpompen

Energieslurpers, STROOM

Gloeilampen en halogeenlampen vervangen door LED

Besparing € 9,00 per lamp/jaar, gedurende 9 jaar



Energieslurpers, STROOM

Sluipverbruik van apparaten door standby

Besparing tot € 180,- /jaar



Energieslurpers, STROOM

- Groot plasma televisiescherm, hele dag aan (+ mediabox)
- s' Nachts niet op standby

Besparing tot € 360,00 /jaar



Energieslurpers, STROOM

- Oude apparaten;
Energie verbruiksmeter om apparaten door te meten op stroomverbruik





Energieslurpers, STROOM

- Wasmachines zijn niet heel veel zuiniger geworden de afgelopen jaren

laten repareren ipv vervangen



Energieslurpers, STROOM

- Oude condens wasdroger vervangen warmtepomp wasdroger veel zuiniger

Besparing min. € 110,00 per jaar



Energieslurpers, STROOM

- Oude koelkast/ vriezer vervangen
(Oude koelkast niet in de schuur zetten)

Besparing tot € 125,- /jaar





Energieslurpers, STROOM

- Vriezer of vriesvak goed ontdooien

Besparing 2 X per jaar ontdooien € 25,-



Energieslurpers, STROOM

- Koelkast/ vriezer op juiste temperatuur
koelkast 4 °C
vriezer – 18°C

Besparing tot € 20,- / per apparaat /jaar



Energieslurpers, STROOM

- Oude (af)wasmachine vervangen
- Goed onderhouden; ontkalken, ontvetten

Besparing tot € 125,- / per apparaat /jaar
Besparing door ontkalken € 20,-/ jaar



Energieslurpers, STROOM

- Keukenboiler, tijdklok inschakelen s' nachts de boiler uitschakelen

Besparing gemiddeld € 20,- / jaar





Energieslurpers, STROOM

- Geen airco gebruiken om te koelen maar ventilatoren in huis zetten

Besparing gemiddeld €160,- / jaar



Energieslurpers, STROOM

- Tuinvijverpomp 70 Watt of 40 Watt

Besparing gemiddeld €100,- / jaar



Energieslurpers, STROOM

- Terrasverwarmer

Besparing gemiddeld €100,- / jaar



Betrouwbare websites

Collectieve wijsheid die is vastgelegd op onafhankelijke websites

- [Milieu Centraal](#): brede info over duurzaamheid
- [Hier Verwarmt](#): focus op afscheid van aardgas
- [Energie Besparen doe je nu](#): website Rijksoverheid
- [RVO-subsidiewijzer](#) van de overheid



Gesprek kleine maatregelen



Jezelf voorstellen, jouw rol, toelichting coöp.

Wat is de aanleiding voor gesprek?

Wat wil je bereiken in je huis? (motivatie)

Hoe wordt het huis gebruikt? Gezinssituatie?

Wat is je energieverbruik? Vergelijk met gemiddelde

Wat zijn de energieslurpers in huis?

Waar zou je kunnen besparen?

Oefening 3.

Werk in drietallen; bewoner, coach, observator

Voer een beknopt energiegelgesprek mbt kleine maatregelen en gedrag. Gebruik daarvoor de energie-vergelijker

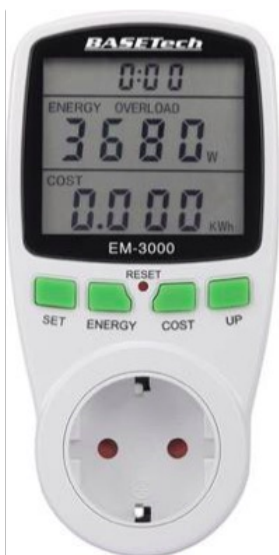
www.advies-op-maat.milieucentraal.nl/aom/Vergelijk_mijn_energiegebruik

En de placemat voor kleine maatregelen

30 minuten (incl feedback observator);



Besparingskansen



Energiecoach		Datum
Naam bewoner		
Huurder/ eigenaar		Coöperatie:
adres		
Beweegreden		
Gezinssamenstelling		
Energie jaarrekening	Gas:	Stroom:
Gemiddeld verbruik	Gas:	Stroom:

<u>Maatregel</u>	<u>klein</u>	<u>gedrag</u>	<u>groot</u>	<u>investering</u>	<u>besparing</u>
GAS					
				€	€
				€	€
				€	€
STROOM					
				€	€
				€	€
				€	€
Totaal				€	€

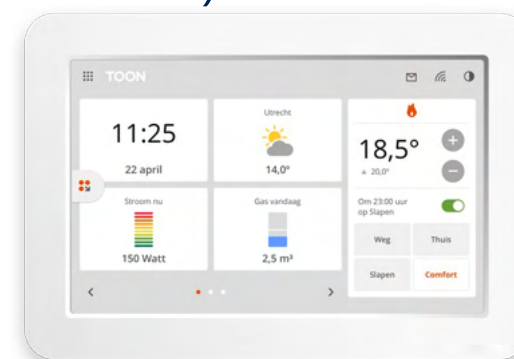
Energieverbruiksmanagers

Keuze uit minimaal 44 producten

Energieverbruiksmanagers www.energieverbruiksmanagers.nl
mindergas.nl

Keuze afhankelijk van:

- Soort meter (analoog, digitaal, slim)
- Gas én stroom of één van beide
- Per dag, per uur of real-time (opsporen sluipverbruik)?
- App of kastje aan de muur?
- Inzicht in verbruik losse apparaten?
- Leverancier-gebonden of niet?
- Wel of geen zonnepanelen
- Prijs



Energieverbruiksmanagers

Keuze uit minimaal 44 producten

Energieverbruiksmanagers www.energieverbruiksmanagers.nl
mindergas.nl



Korte pauze



Hoomdossier



Tip:
Maak een proefaccount aan op
<https://hoom.hoomdossier.nl/>

- Wordt aangeboden door lokale energiecoöperaties aan bewoners
- Tool voor maatregelen over energiebesparing
- Tool houdt ook rekening met onderhoud van het huis
- Online tool met open data ondersteuning en rekenkern
- Bewoners kunnen informatie over hun huis opslaan
- Coaches kunnen nav gesprek dossier bewerken
- Ondersteuningstool voor voorbereiding en verslag energiecoach gesprek



Hoomdossier

Hoomdossier



Uw huidige rol: Coach

Hanke Mauser

Als welke rol wilt u doorgaan?

Kies hier met welke rol u wilt doorgaan, u kunt dit op elk moment veranderen



Coach



Bewoner



Hoomdossier

Hoomdossier

Start

Basisadvies



Uw huidige rol: Bewoner ▾

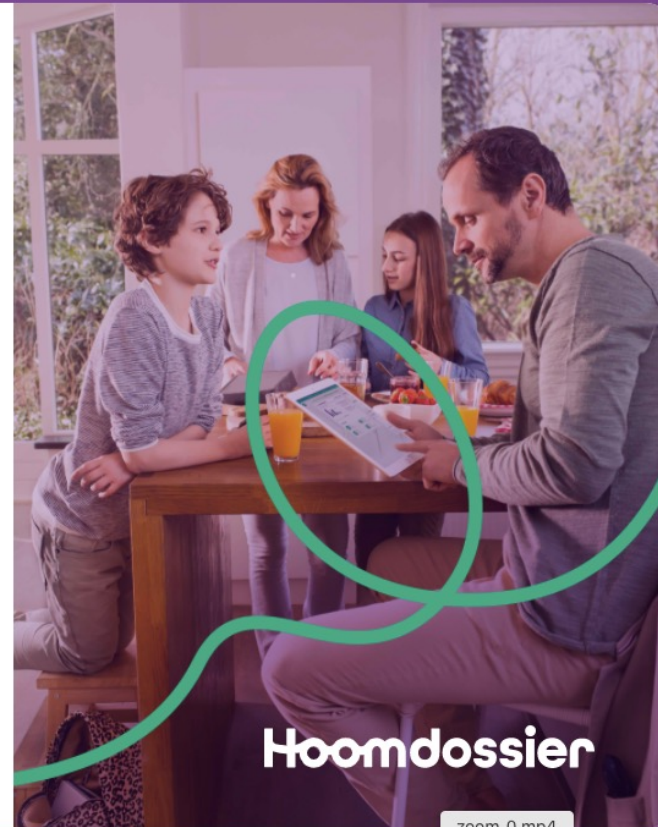
Hanke Mauser ▾

Welkom in het Hoomdossier: dé manier om in kaart te brengen welke energiebesparende maatregelen bij jouw wensen, woning en omstandigheden passen. Je krijgt straks een aantal vragen over je woning.

De vragen zijn opgesplitst in verschillende categorieën: Woninggegevens, Gebruik, Woonwensen en Woonstatus. De antwoorden die je geeft, vormen jouw persoonlijke Woonplan. Hierin staat welke maatregelen passend zijn voor jouw huis, wat de besparingen kosten en hoeveel het uiteindelijk oplevert. Het kan zijn dat sommige vragen al ingevuld zijn, bijvoorbeeld door een energiecoach of door gegevens uit de voorbeeldwoning. Hoe specifieker je de vragen beantwoordt, hoe beter het Woonplan past bij jouw situatie.

Kom je er niet uit? Dan kun je via het chat-scherm rechtsboven je vraag stellen. We helpen je dan zo snel mogelijk verder.

Start →



zoom_0.mp4



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, woonwensen, woningstatus

Hoomdossier

Start Uw huidige rol: Bewoner

Woninggegevens

Gebruik

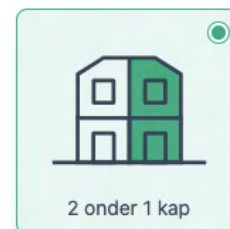
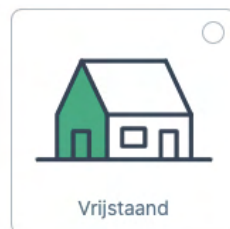
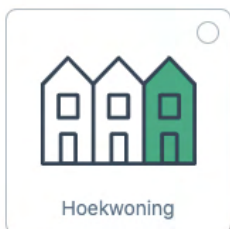
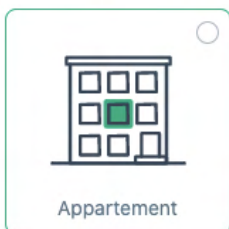
Woonwensen

Woningstatus



Woonplan


Wat voor soort woning heb je?


Antwoorden vergelijken









Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, woonwensen, woningstatus

Hoomdossier Uw huidige rol: Coach  

Woninggegevens Gebruik Woonwensen Woningstatus  Woonplan

Wat voor type is het hoofdak? Antwoorden vergelijken 

 Hellend dak	 Plat dak	 Punt dak	 Afgerond dak
 Rieten dak	 Niet van toepassing		

Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, woonwensen, woningstatus

✓ Woninggegevens

✓ Gebruik

✓ Woonwensen

✓ Woningstatus

Woonplan

Samenvatting woninggegevens

Wat voor soort woning heb je?

2 onder 1 kap 

Wat is het bouwjaar?

1920

Hoeveel bouwlagen heeft het huis?

3

Wat voor type is het hoofdak?

Hellend dak 

Is het een monument?

Nee

Wat is het huidige energielabel?

D 

Wat is de gebruiksoppervlakte van de woning?

152,0

Toelichting gebouwkenmerken (Bewoner)

Eén van de eerste spouwmuren. Serre opnieuw aangebouwd met spouw, zonder isolatie maar met vervuiling in de spouw. Dak heeft op zuidkant twee dakramen ingebouwd.

geen deur tussen keuken en gang, waardoor de kou door de buitendeur in de keuken het huis in gaat naar boven. Open trappengat naar zolder.



Toelichting gebouwkenmerken (Coach)

Antwoorden vergelijken



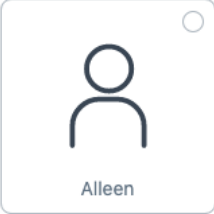







Hoomdossier; Woninggegevens, **gebruik**, woonwensen, woningstatus

Hoomdossier Uw huidige rol: Coach

Woninggegevens — **Gebruik** — Woonwensen — Woningstatus | Woonplan


Hoeveel mensen wonen er in de woning?

Antwoorden vergelijken ⓘ

 Alleen	 Twee	 Drie	 Vier
 Vijf	 Zes	 Zeven	 Acht

Hoomdossier; Woninggegevens, **gebruik**, woonwensen, woningstatus

Op welke temperatuur staat de thermostaat op de hoge stand?

Antwoorden vergelijken 



Op welke temperatuur staat de thermostaat op lage stand?

Antwoorden vergelijken 



Hoeveel uren per dag staat de thermostaat op hoge stand?

Antwoorden vergelijken 



← Vorige

Volgende →

Stap 10 van 31



Hoomdossier; Woninggegevens, **gebruik**, woonwensen, woningstatus

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach  

✓ Woninggegevens


✓ **Gebruik**

✓ Woonwensen

✓ Woningstatus

🏠 Woonplan

Wat is de situatie op de eerste verdieping?

Antwoorden vergelijken 

Verwarmd

Matig verwarmd

Onverwarmd

Niet van toepassing

Wat is de situatie op de tweede verdieping?

Antwoorden vergelijken 

Verwarmd

Matig verwarmd

Onverwarmd

Niet van toepassing

Microsoft PowerPoint



Hoomdossier; Woninggegevens, **gebruik**, woonwensen, woningstatus

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach  

Woninggegevens

Gebruik

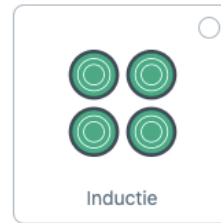
Woonwensen

Woningstatus

Woonplan

Hoe wordt er gekookt?

Antwoorden vergelijken 



Wat is het gasgebruik van het afgelopen jaar?

Antwoorden vergelijken 

m3

Wat is het netto elektragebruik van het afgelopen jaar?

Antwoorden vergelijken 

kWh



Hoomdossier; Woninggegevens, **gebruik**, woonwensen, woningstatus

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach  

Woninggegevens

Gebruik

Woonwensen

Woningstatus

Woonplan

Samenvatting bewoners-gebruik

Hoeveel mensen wonen er in de woning?	Twee 
Op welke temperatuur staat de thermostaat op de hoge stand?	19
Op welke temperatuur staat de thermostaat op lage stand?	15
Hoeveel uren per dag staat de thermostaat op hoge stand?	12
Wat is de situatie op de eerste verdieping?	Matig verwarmd
Wat is de situatie op de tweede verdieping?	Onverwarmd
Wat is het comfortniveau voor het gebruik van warm tapwater?	Comfortabel
Hoe wordt er gekookt?	Gas 
Wat is het gasgebruik van het afgelopen jaar?	1200
Wat is het netto elektragebruik van het afgelopen jaar?	2500

Toelichting gebruik van de woning (Bewoner)



Toelichting gebruik van de woning (Coach)

Geen gegevens bekend



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, **woonwensen**, woningstatus

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach  

✓ Woninggegevens


✓ Gebruik

✓ **Woonwensen**

✓ Woningstatus

🏠 Woonplan

Hoeveel jaar denk je hier nog te blijven wonen?

Antwoorden vergelijken 

1

7

Meer dan 10
jaar

← Vorige

Volgende →

Stap 14 van 31



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, **woonwensen**, woningstatus

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach  

✓ Woninggegevens


✓ Gebruik

✓ **Woonwensen**

✓ Woningstatus

Woonplan

Welke zaken vind je belangrijk?

Antwoorden vergelijken 

Comfort 5



Goede investering 3



Naar eigen smaak maken 3



Duurzaamheid 4



Verlaging maandlasten 4



Gezond binnenklimaat 4



← Vorige

Volgende →

Stap 15 van 31



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, **woonwensen**, woningstatus

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach

Woninggegevens

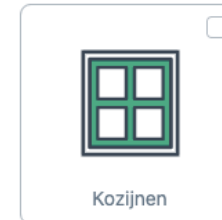
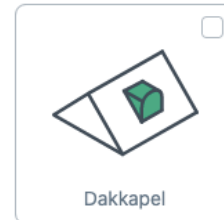
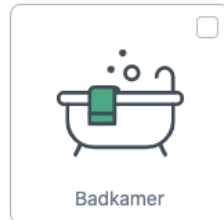
Gebruik

Woonwensen

Woningstatus

Woonplan

Welke zaken zou je aan jouw woning willen veranderen?



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, **woonwensen**, woningstatus

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach  

✓ Woninggegevens

✓ Gebruik

✓ **Woonwensen**

✓ Woningstatus

🏠 Woonplan

Samenvatting woonwensen

Hoeveel jaar denk je hier nog te blijven wonen? 7

Welke zaken vind je belangrijk?

Comfort	5
Duurzaamheid	4
Goede investering	3
Verlaging maandlasten	4
Naar eigen smaak maken	3
Gezond binnenklimaat	4

Welke zaken zou je aan jouw woning willen veranderen?

Toelichting op interesse en motivatie (Bewoner)



Toelichting op interesse en motivatie (Coach)

Geen gegevens bekend



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, **woonwensen**, woningstatus

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach  

✓ Woninggegevens

✓ Gebruik

✓ **Woonwensen**

✓ Woningstatus

🏠 Woonplan

Samenvatting woonwensen

Hoeveel jaar denk je hier nog te blijven wonen? 7

Welke zaken vind je belangrijk?

Comfort	5
Duurzaamheid	4
Goede investering	3
Verlaging maandlasten	4
Naar eigen smaak maken	3
Gezond binnenklimaat	4

Welke zaken zou je aan jouw woning willen veranderen?

Toelichting op interesse en motivatie (Bewoner)



Toelichting op interesse en motivatie (Coach)

Geen gegevens bekend



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, **woonwensen**, woningstatus

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach  

✓ Woninggegevens

✓ Gebruik

✓ **Woonwensen**

✓ Woningstatus

🏠 Woonplan

Samenvatting woonwensen

Hoeveel jaar denk je hier nog te blijven wonen? 7

Welke zaken vind je belangrijk?

Comfort	5
Duurzaamheid	4
Goede investering	3
Verlaging maandlasten	4
Naar eigen smaak maken	3
Gezond binnenklimaat	4

Welke zaken zou je aan jouw woning willen veranderen?

Toelichting op interesse en motivatie (Bewoner)



Toelichting op interesse en motivatie (Coach)

Geen gegevens bekend



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, woonwensen, **woningstatus**

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach  

✓ Woninggegevens

✓ Gebruik

✓ Woonwensen

✓ **Woningstatus**

Woonplan

Wat is de staat van de muurisolatie?

Antwoorden vergelijken 



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, woonwensen, **woningstatus**

Woninggegevens

Gebruik

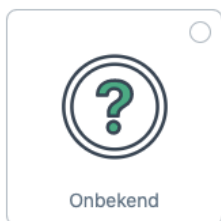
Woonwensen

Woningstatus

Woonplan

Wat is de staat van de dakisolatie?

Antwoorden vergelijken 



← Vorige

Volgende →

Stap 20 van 31



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, woonwensen, **woningstatus**

Woninggegevens

Gebruik

Woonwensen

Woningstatus

Woonplan

Welk type glas heb je in de leefruimtes?

Antwoorden vergelijken 



← Vorige

Volgende →

Stap 21 van 31

Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, woonwensen, **woningstatus**

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach 

✓ Woninggegevens

✓ Gebruik

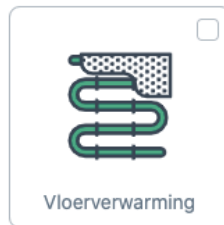
✓ Woonwensen

✓ **Woningstatus**

🏠 Woonplan


Hoe is de verwarming?

Antwoorden vergelijken 



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, woonwensen, **woningstatus**

Heb je kierdichting in je huis?

Antwoorden vergelijken 

Ja, in goede staat

Ja, in slechte staat

Nee

Onbekend

← Vorige

Volgende →

Stap 29 van 31



Hoomdossier; Woninggegevens, gebruik, woonwensen, **woningstatus**

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach  

✓ Woninggegevens

✓ Gebruik

✓ Woonwensen

✓ **Woningstatus**

🏠 Woonplan

Samenvatting woningstatus

Wat is de staat van de muurisolatie?

Geen isolatie 

Wat is de staat van de vloerisolatie?

Matige isolatie (tot 8 cm isolatie) 

Wat is de staat van de dakisolatie?

Matige isolatie (tot 8 cm isolatie) 

Welk type glas heb je in de leefruimtes?

Dubbelglas 

Welk type glas heb je in de slaapruimtes?

Dubbelglas 

Wat wordt er gebruikt voor verwarming en warm water?

Gasketel 

Wat voor gasketel heb je?

HR100 ketel

Wanneer is de gasketel geplaatst?

2011

Hoe is de verwarming?

Radiator 

Heb je een zonneboiler?

Geen 

Hoe wordt de woning nu geventileerd?

Natuurlijke ventilatie

Heb je kierdichting in je huis?

Nee

Zijn er zonnepanelen?

Nee 



Hoomdossier; Woonplan

Hoomdossier

Uw huidige rol: Coach  

✓ Woninggegevens

✓ Gebruik

✓ Woonwensen

✓ Woningstatus


 Woonplan


Uw Woonplan

Wilt u iets aanpassen? Sleep dan de maatregelen naar de gewenste kolom

U kunt hulp van een [energiecoach](#) aanvragen voor extra advies

In orde



Plat dak isoleren op dakbedekking 

€ 13.355 € 220

Nu aanpakken



Decentrale mechanische ventilatie 

Zie info € 0



Vraaggestuurde ventilatie

Zie info € 0



Zonneboiler plaatsen/vervangen 

€ 2.500 € 135

Later uitvoeren



Hoomdossier; Woonplan

Apps bekijken

€ 2.835 € 190

 **Zonneboiler plaatsen/vervangen** 
€ 2.500 € 135



 € 5.335
Investing

 € 325
Besparing per jaar



Opmerkingen bewoner

Ik ga hier zelf mijn stappenplan invullen die ik als coach wil meegeven aan de bewoner

Opslaan

Opmerkingen coach

Type hier uw opmerkingen...

Opslaan

Maak rapportage



Hoomdossier; Rapport

Hanke Mauser
Singel 90
1402 NW Bussum

Wattnu
25-02-2022
Energiecoach: Hanke Mauser

