

Energieneutraal 2040



Artikel 2: Ik stook me nog steeds het leplazerus

Door Hans Kuppens m.m.v. Frans Versteeg

Vijf artikelen gepubliceerd in het lokale dagblad "Het Groentje", als bijdrage aan het Burgerberaad energie transitie van de gemeente Houten.

September 2023

Een initiatief van:



Ik stook me nog steeds het leplazerus

Wordt het deze winter weer met een dikke jas op de bank om de hoge energierekening onder controle te houden? Hoe koud wordt het, wat doet de overheid? Vragen die dit najaar weer leven. In dit stuk bekijken we hoe we op simpele manieren minder energie kunnen gaan gebruiken in ons huis. Vaak gewoon door net iets anders te doen dan we gewend zijn. Het wordt even wennen...

Dit is het tweede artikel in de reeks van vijf die de samenwerkende energie-initiatieven in Houten publiceren in het kader van Houten energieneutraal in 2040. In het eerste artikel van vorige week staat dat de plannen ervan uitgaan dat we met zijn allen (huishoudens, maar ook bedrijven en overheden) over 17 jaar 21% minder energie gaan gebruiken door isolatie. Dat is alvast ingecalculeerd, maar het moet nog wel gebeuren. Er zijn tal van mogelijkheden om minder gas te gebruiken en er toch wat comfort betreft op vooruit te gaan. Los van de grote plannen is dat altijd verstandig. Hans Kuppens van Coöperatie Duurzaam Eiland sprak met Frans Versteeg, energieambassadeur bij EnergieRijk Houten die alles kan vertellen over het besparen van energie en het verkrijgen van een comfortabel, warm huis in de winter.

Eerst besparen en dan opwekken

Hoe minder energie we verbruiken, hoe minder we hoeven op te wekken. Dat klinkt logisch, maar toch kunnen we hier niet genoeg de nadruk op leggen. Opwekken betekent windmolens, zonnevelden, kernenergie, warmtepompen. Het is nodig, maar zorgt ook voor politiek gedoe door de enorme bedragen die ermee gemoeid zijn, aangevuld met geluidsoverlast en horizonvervuiling.

Dus, hoe minder opwek, hoe beter. Alles wat we zelf en eenvoudig kunnen doen om die ingrepen te beperken, moeten we dus doen. En dat kan, want we verspillen veel...

Hou de warmte binnen

Zorg er eerst voor dat de warme lucht niet direct weer verdwijnt. Zie het huis als een warme jas. Alles zit dicht en beschermt ons tegen de kou. Frans geeft tips en toelichting die direct besparing en comfort opleveren. Maar eerst:

- Ga op kierenjacht en gebruik je ogen, oren en neus. Kun je door naden en kieren de buitenlucht zien, hoor je de auto's buiten langsrijden of verdwijnt of verwaait de rook van een wierookstokje langs een kozijn, raam of deur? Dan tocht het en verlies je kostbare warmte.
- Vraag hulp. En doe dat nu ze het nog niet zo druk hebben. Deskundige vrijwilligers staan klaar bij EnergieRijk Houten en Coöperatie Duurzaam Eiland.

Stook alleen waar je bent

Via de zolder vliegt de warmte vaak het huis uit. Als je overdag niet op zolder komt, hoort die niet verwarmd te zijn. Het hoort koud te zijn op zolder.

Als de kinderen uit huis zijn, hoeft hun kamer niet verwarmd te worden. Verwarmen van gangen en toiletten is niet nodig. Verwarm alleen de ruimte waar je bent.

Het huis is in de winter als een schoorsteen, alle lucht wil er door het dak uit. Een raam op kierstand of een klep in het dakraam zorgt ervoor dat de warme lucht van beneden zich eenvoudigweg een weg baant naar buiten.

Ventileer met verstand

De jas waarover we eerder spraken, moet ook ademen, dat noemen we ventilatie. Natuurlijk heb je in de winter verse lucht nodig. Maar wat is verse lucht? Mensen zijn slecht in staat dat te meten. We merken wel wanneer een ruimte bedompt is, maar zijn we eenmaal in die ruimte, dan zijn we er na een paar minuten aan gewend. En welke mate van versheid nodig is, daar heeft een mens geen gevoel voor. Dus worden ramen en raampjes volkomen willekeurig opengezet, volgens een oud patroon uit andere tijden toen het er allemaal niet toe deed.

Een CO₂ meter kan helpen. Daarmee weet je of je moet ventileren. Als een CO₂ meter een waarde aangeeft boven 1200 ppm, dan is verse lucht nodig. 's Morgens een raam openzetten om te luchten is dan op zich prima.

En dat hoeft maar eventjes want uren open laten staan geeft uiteindelijk veel warmteverlies. In 10 minuten is de lucht meer dan genoeg ververs.

Doe dan het raam weer dicht, dan blijven de muren warm en hoef je veel minder te stoken om weer op een aangename temperatuur te komen.

Een goede CO₂ meter kost tussen de 50-100 euro, maar je kunt hem ook eerst lenen in het EnergieBespaarCafé.

Slapen met het raam open?

Nogal wat mensen zweren bij het slapen met het raam open. Heerlijk die frisse, koude lucht. Maar een open raam is een gat waar alle warmte van het huis ongecontroleerd door naar buiten gaat. Als dat 8 uur open staat, verdwijnt er heel wat warmte uit het hele huis en koelen muren af. In de meeste huizen zijn de binnenmuren niet geïsoleerd, zodat door de muren en plafonds de warmte makkelijk verdwijnt via het openstaande raam. Je kunt beter een rooster open zetten, dat is al wat minder heftig. Of, als dat mogelijk is, de deur van de kamer naar de gang. Ook dan komt er verse lucht binnen.

Gebruik de mechanische ventilatie op de juiste manier

Huizen die gebouwd zijn na 1975, en dat zijn er veel in Houten, zijn voorzien van een mechanische ventilatie. In de woonkamer en slaapkamers komt via roosters verse, koude lucht naar binnen en via huiskamer, slaapkamers, badkamer, toilet en keuken verdwijnt de warme lucht naar buiten. Het systeem werkt voor het gehele huis. Als je een ei bakt en de ventilatie op 3 zet, wordt ook de badkamer ververst.

Voor de ventilatie is het nodig dat er altijd verse lucht naar binnen door het huis kan stromen. Zorg daarom voor roosters die een beperkte hoeveelheid lucht aanzuigen. Na bezoek, koken of douchen zet je gedurende een beperkte tijd de stand op 3. De CO₂ meter kan je helpen te bepalen wanneer en hoe lang dat moet gebeuren. Ramen en deuren opengooien gedurende langere tijd is te bruuft en zorgt voor onnodige afkoeling in huis.

Wat gaan we doen?

Het volgende artikel in de reeks Houten energieneutraal Houten 2040 zal gaan over de grootschalige opwek van duurzame energie. Er zal niet aan te ontkomen zijn. Laten we proberen om die ingrepen in onze omgeving te beperken door bij ons zelf te beginnen. Dit artikel ging over kleine betaalbare oplossingen in huis maar vooral over het aanpassen van gedrag als goedkoopste en meest effectieve manier om te besparen. Gedragsverandering is niet makkelijk, want gewoonten hebben zich tientallen jaren in ons brein genesteld.

Energieambassadeurs en energiebespaarcoaches van de vrijwilligersorganisaties in Houten en Schalkwijk zetten zich op allerlei manieren in om de inwoners met raad en daad te helpen. De gemeente Houten levert een onmisbare bijdrage door enkele van die initiatieven te subsidiëren. We zouden het burgerberaad willen adviseren dat wat is opgebouwd in de afgelopen jaren van harte te blijven ondersteunen. Zo helpen we elkaar.

Hans Kuppens m.m.v. Frans Versteeg

6 September 2023



EnergieRijk Houten: activiteitenmarkt 2023