

Flink lagere rekening door energie coaching

Goed en veilig wonen Wil je je energierekening flink verlagen, dan helpt energie coaching. Het helpt extra als je ook een slim verbruiksmetertje geïnstalleerd krijgt.



Een energiecoach geeft tips en helpt bij kleine energiebesparende aanpassingen in huis

Dat blijkt uit onderzoek in samenwerking met het Amsterdamse huurteam! WOON.

Gezamenlijk onderzoek

Onderzoeksinstelling AMS Institute heeft samen met !WOON het effect van energie coaching onderzocht. Energiecoaches komen bij mensen thuis om praktische tips te geven over energie besparen in huis. Veel energiecoaches helpen ook bij het bevestigen van tochtstrips, radiatorfolie of een waterbesparende douchekop. Soms hebben ze ook meetapparatuur bij zich waarop je je energieverbruik direct kunt zien of die de gezondheid van de lucht in huis meet.

Van €170 naar €88 per maand

Aan het onderzoek deden 117 huishoudens met lage inkomens in Amsterdam mee. Hun energierekening was ongeveer €170 per maand. De mensen die dat wilden kregen bij de coaching ook een energiedisplay, een apparaatje waarop ze live hun energieverbruik kunnen zien. Huishoudens zonder energiedisplay verlaagden hun energierekening na coaching naar €128, en huishoudens met display naar €88.

Bijzonder dat 'energiearme' huishoudens meededen

Op 13 januari publiceerde het beroemde wetenschappelijke tijdschrift Nature een artikel over dit kleine maar bijzondere onderzoek in Amsterdam. Bijzonder, omdat er ook huishoudens met energiearmoede meededen. Deze groep wordt niet vaak bij onderzoek betrokken, vertelt Reint Jan Renes, HvA-lector Psychologie voor een duurzame stad, aan het Parool.

Ook bij energiearmoede flinke verlaging

Opmerkelijk is dat ook de huishoudens in energiearmoede hun energierekening flink verlaagden. Bovendien kregen zij door het gebruik van een energiedisplay meer grip op hun energieverbruik. "Sommige dingen gebruiken minder energie dan ik dacht. Ik heb heel lang niet het gevoel gehad dat ik grip had op mijn energieverbruik. Het apparaatje heeft me geholpen," zegt Fleur.

Ik ben verbaasd dat zo'n simpel apparaat ons gedrag heeft veranderd.
Davide

Groter effect met energiedisplay

Uit het onderzoek blijkt dat mensen met een energiedisplay meer bespaartips opvolgen, zoals alleen de kamers verwarmen waar je bent, en de verwarming 's nachts laag zetten. Zij pasten zes van de zeven adviezen toe, terwijl mensen zonder display vier van de zeven tips toepasten. Opvallend is vooral het effect van 10 minuten per dag de ramen openzetten om te luchten. Tim en Fiona: "Het voelt heel onlogisch, maar het huis warmt er sneller door op. Het is grappig dat het werkt, ook voor onze gezondheid."

Elk huishouden een energiedisplay

Davide die ook aan het onderzoek meedeed, zegt over het energiedisplay: "Ik ben verbaasd dat zo'n simpel apparaat ons gedrag heeft veranderd. Het zou goed zijn als elk huishouden er één had." De Woonbond wil dat alle huurders een energiedisplay in huis hebben. Daarom zette de Woonbond het project Slimmer met je Energie op. Hiermee wil de Woonbond woningcorporaties en gemeenten stimuleren om te zorgen dat huurders gratis een display thuis geïnstalleerd krijgen.

Wil je ook energie coaching?

Wil je ook dat een energiecoach je thuis persoonlijk advies komt geven? Kijk dan op Energiehulpvinden.nl of er een energiecoach bij jou in de buurt actief is. Je kunt ook bij je gemeente of verhuurder vragen of er een energiecoach beschikbaar is. Energiebespaaradviezen voor huurders vind je op Haalenergieuitjerekening.nl.

Bron: Woonbond
5 februari 2025