



# DUURZAAM KLUSSEN

---

**Dat is goed voor je  
portemonnee én het klimaat**

---



**DOE HET  
DUURZAAM!**



### **GA JE ZELF JE HUIS VERBOUWEN OF UITBREIDEN?**

Met slimme isolatieoplossingen bespaar je flink op je energiekosten.

---

### **GEBRUIK JE DUURZAME MATERIALEN?**

Dan draag je bij aan een gezond milieu.

---

### **EN VOER JE JE BOUWAFVAL OP DE JUISTE WIJZE AF?**

Dan wordt dit ook duurzaam gerecycled en hergebruikt.

---

### **DOE HET ZELF. DOE HET DUURZAAM!**

Dat is goed voor je portemonnee én het klimaat.

---

In deze brochure vind je ideeën en inspiratie om duurzaam te doe-het-zelven. Wil je meer weten? Raadpleeg dan onze kluswijzers voor duurzaam klussen. Deze vind je op de websites van de bouwmarkten en op [doehetzelfdoehetduurzaam.nl](http://doehetzelfdoehetduurzaam.nl). Natuurlijk kun je je ook in de bouwmarkten laten adviseren. Medewerkers informeren je graag over duurzame materialen en oplossingen.

**Doe er je voordeel mee!**

# DOE HET ZELF DOE HET DUURZAAM!

**Je badkamer verfraaien, een extra kamer op zolder maken of een aanbouw aan je woning. Een nieuwe schutting en schuur of je tuin eens flink aanpakken. Voor handige doe-het-zelvers is er niks leukers. En de pret begint al bij de voorbereiding. De eerste ideeën bedenken, kleuren kiezen en natuurlijk het bedrag dat je wilt besteden bepalen.**

Vandaag de dag is het óók belangrijk om na te denken over het gebruik van duurzame materialen. Zodat je het milieu zo min mogelijk belast. Verder is het slim om ook de isolatie van je woning en andere energiebesparende maatregelen mee te nemen. Daarmee kan je woning weer jaren mee en bespaar je flink op je energierekening.

Bekijk de kluswijzers  
op [doehetzelfdoehetduurzaam.nl](http://doehetzelfdoehetduurzaam.nl)



## WAT IS DUURZAAM DOE-HET-ZELVEN?

Het begrip duurzaam heeft meerdere betekenissen. Het betekent dat iets goed gemaakt is, goed onderhouden kan worden en dus lang meegaat. Waarbij de natuur en het klimaat zo min mogelijk belast worden. Kies je voor duurzaam dan draag je ook bij aan de gezondheid van jezelf, je gezin en mensen in je buurt. En aan de gezonde toekomst van je kinderen en kleinkinderen.

## Wil jij duurzaam doe-het-zelven?

Dan zijn dit vragen om rekening mee te houden:

- Hoe gebruik ik zo min mogelijk energie?
- Hoe ga ik zuinig om met water?
- Welke materialen belasten het milieu zo min mogelijk?
- Hoe voorkom ik onnodig afval?
- Hoe zorg ik voor recycling en hergebruik?

Goed voor je portemonnee én het klimaat.

## DUURZAAM DOE-HET-ZELVEN, HOE DOE JE DAT?

Ook in jouw woning liggen volop kansen om te verduurzamen. Op [doehetzelfdoehetduurzaam.nl](http://doehetzelfdoehetduurzaam.nl) vind je informatie en praktische kluswijzers die je helpen om zelf duurzame maatregelen te treffen in en om je woning.



## MEER COMFORT, MINDER ENERGIEKOSTEN ÉN DUURZAAM!

Wist je dat een matig geïsoleerde eengezinswoning twee keer zoveel energie verbruikt als een goed geïsoleerde woning? Daarom is isoleren een eerste slimme, duurzame stap. Het levert je een comfortabelere woning op en zorgt voor minder CO<sub>2</sub>-uitstoot. En het betekent ook nog eens een lagere energierekening.

In de bouwmarkten zijn diverse soorten isolatiemateriaal en -producten te koop. Deze houden de warmte binnen en zorgen dat je minder last hebt van tocht in huis.

Gebruik bij voorkeur geen PUR-schuim. Het hecht zich vast aan materialen die hierdoor later niet meer te recyclen zijn. Bij verkeerd gebruik kan PUR-schuim schadelijk zijn voor je gezondheid.

### Dit zijn jouw doe-het-zelf isolatiemogelijkheden

- Deurveer/deurdranger
- Brievenbusborstels
- Naden en kieren dichten
- Radiatorfolie
- Kozijnfolie
- Cv-leidingisolatie
- Vloerisolatie
- Wandisolatie
- Dakisolatie

### Besparingstip!

Dakisolatie levert je al snel een besparing van € 600 tot € 1300 euro per jaar op, afhankelijk van jouw type woning.

---

Isoleren is de eerste duurzame stap in huis.

---



## GOED VOOR JE PORTEMONNEE ÉN HET KLIMAAT

Ook in jouw woning kun je meer energie besparen dan je denkt. Denk aan verwarming, warm water en elektrische apparaten. En natuurlijk geldt: meten is weten. Met een energieverbruiks-app op je smartphone krijg je inzicht in je huidige energieverbruik én je besparingskansen. Vraag ernaar bij je energieleverancier. In de meeste gevallen is zo'n app gratis.

### BESPAREN OP VERWARMING EN WATER

In 2050 gebruiken we geen fossiele energiebronnen meer om onze woningen in Nederland te verwarmen. We gaan stap-voor-stap van het aardgas af. We stappen over op wind- en zonne-energie en andere vormen van duurzaam opgewekte energie. Maar ook nu kun je met een aantal slimme producten al flink besparen op verwarming en warm water.

## Dit zijn jouw besparingskansen

- Slimme thermostaat
- Radiatorthermostaat
- Radiatorventilator
- Waterbesparende douchekop
- Waterbesparende kranen
- Waterbesparend toilet
- Waterstraalregelaar

### Besparingstip!

Een waterbesparende douchekop, kraan of toiletstortbak levert een besparing op van 30 tot 50 procent.

## BESPAREN OP ELEKTRICITEIT

Bijna 40 procent van je energierekening gaat op aan elektriciteit. Met zuinige apparaten bespaar je geld én het is beter voor het milieu. Koop je een nieuw elektrisch apparaat? Check dan het energielabel en kies voor A+++.

Daarnaast kun je kijken naar hoe je een apparaat gebruikt. Veel apparaten hebben energiezuinige programma's.

Ook met binnen- en buitenverlichting kun je flink op elektriciteit besparen. Natuurlijk door het licht alleen aan te doen als het nodig is. En door ledlampen en led tl-verlichting te gebruiken. Ledverlichting verbruikt maar liefst 85 procent minder elektriciteit dan gloeilampen en 75 procent minder dan halogeenlampen. Vervang daarom al die niet zuinige 'peertjes en spotjes' door led, óók als ze nog werken.

Kijk voor meer informatie op [milieucentraal.nl](http://milieucentraal.nl)

## Meer besparingstips!

- Koop je een nieuw apparaat? Kies dan voor energie-label A+++.
- Gasfornuis vervangen? Kies voor een inductie-kookplaat.
- Apparaat kapot? Check wat beter is: repareren of vervangen.
- Cv-ketel vervangen? Zelf energie opwekken? Vraag je installateur naar een duurzame oplossing.

## Top tien energievreters in huis

1. Elektrische boiler
2. Tuinvijverpomp
3. Tropisch aquarium
4. Elektrische kachel
5. Waterbed
6. Vloerverwarmingspomp
7. Thuisstap (beertender)
8. Tweede koelkast/vriezer
9. Airconditioner
10. Groot televisiescherm

## JE HUIS ENERGIEZUINIG KOELEN

De zon warmt je huis op natuurlijke wijze én ook nog eens gratis op. Wordt het te warm in huis? Dan kun je in de bouwmarkten terecht voor diverse soorten buitenzonwering. Een duurzaam alternatief voor airco.

## MEER INSPIRATIE NODIG?

Ga dan naar [iedereendoetwat.nl](http://iedereendoetwat.nl). Lees wat anderen doen om hun steentje bij te dragen aan het klimaat. Of doe de test 'Wat jij kan doen?'.

### Tip!

Sommige gemeenten geven subsidies voor kleinere energiebesparende maatregelen in huis. De materialen hiervoor zijn te koop bij de bouwmarkten. Informeer ernaar bij je gemeente.



## KIES DE JUISTE MATERIALEN

---

**Ga je verbouwen of schilderen? Of pak je een andere klus aan in huis? Gebruik dan duurzame materialen. In de bouwmarkten heb je ruime keuze. Medewerkers geven je graag advies. Duurzame materialen herken je meestal aan een keurmerk.**

### DUURZAME HOUTSOORTEN

Ga je aan de slag met hout? Dan zijn er twee duurzame mogelijkheden. Kies voor tweedehands hout (gebruikt hout) of koop hout dat afkomstig is uit duurzaam beheerde bossen. Je herkent het aan het FSC- of PEFC-keurmerk. Geïmpregneerd hout met het KOMO-keurmerk is op een verantwoorde manier behandeld tegen verrotting.

---

Duurzaam hout herken je aan het FSC- of PEFC-keurmerk.

---

### DUURZAME VERFSOORTEN

Ga je schilderen, lakken of witten? Daarmee fleur je je huis op én behoud je de kwaliteit van materialen. Kies voor de juiste verfsoort en verven die het milieu zo min mogelijk belasten. Je herkent ze aan de keurmerken Ecolabel en NaturePlus. Behandel de ondergrond goed en breng waar nodig eerst een grondlaag aan. Gebruik verf die in zo min mogelijk lagen dekt. Dat scheelt je tijd en is goed voor het milieu. Maak kwasten en borstels nooit schoon onder de kraan en gooi verf niet weg via het riool. Dat zorgt voor vervuiling van het oppervlaktewater. Bied verfresten daarom altijd aan als chemisch afval.

### DUURZAME SCHOONMAAKMIDDELEN

Ga je na het klussen schoonmaken? Gebruik dan duurzame schoonmaakproducten zonder chloor en schadelijke oplosmiddelen. Gebruik zo weinig mogelijk warm water en verspil geen water. Gebruik voor het verwijderen van groene aanslag op je terras of stoep een duurzaam middel. Sommige schoonmaakmiddelen (en dat geldt ook voor bestrijdingsmiddelen voor in de tuin) bevatten een kleine concentratie azijnzuur (<6%). Dezelfde stof zit ook in keuken- en schoonmaakazijn. Maar let op, deze schoonmaakmiddelen voor in huis mag je niet buiten gebruiken.



## HET BETERE BUITENLEVEN

**Zet je een groene haag of een schutting om je tuin? Wil je tuinbestrating of gras met een plantenborder? Kies ook bij de inrichting van jouw tuin voor duurzaam.**

Met bloemen en planten bied je een natuurlijke omgeving aan vogels, bijen en andere nuttige insecten. Een groene haag zuivert de lucht. Kies je voor een tuin met veel groen en weinig bestrating? Dan neemt je tuin regenwater beter op. Dat is niet alleen goed voor je planten, maar helpt ook om wateroverlast tegen te gaan.

Wil je liever een schutting dan een haag? Kies dan voor tweedehands-hout (gebruikt hout) of hout dat afkomstig is uit duurzaam beheerde bossen. Je herkent dit hout aan het FSC- of PEFC-keurmerk. Gebruik voor de grondpalen van een schutting of pergola Europees hardhout of geïmpregneerd hout. Of gebruik bijvoorbeeld speciale paalhouders die het hout beschermen. Zo gaan de palen jaren mee in weer en wind en zijn niet of nauwelijks milieubelastend. Voor delen die niet in de aarde staan kun je prima uit de voeten met andere houtsoorten met het FSC- of PEFC-keurmerk.

## MEER DUURZAME BUITENOPLOSSINGEN

Regenwater is een uitstekende, duurzame oplossing om je tuin mee te bewateren. Vang het op in een regenton. Of sluis de dakafvoer door naar je tuin. Ook een infiltratiekrat of een drainagebuis biedt uitkomst.

Voorkom wateroverlast in je tuin en houdt het grondwater op peil. Dat kan met bijvoorbeeld voldoende planten en bomen, waterdoorlatende tegels, grind, schelpen of houtsnippers. Ook een vijver biedt uitkomst om water op te vangen tijdens een extreme regenbui.



### Duurzame tuintip!

**Maak tuingereedschap na gebruik goed schoon. Dan gaat het langer mee. En heb je echt die bladblazer of andere elektrische apparatuur nodig? Misschien kun je delen met de burens.**

Besproei je tuin met regenwater dat je zelf opvangt. Zo bespaar je fors op drinkwater.



## ZO PAK JE HET AAN

### 1. BEREID JE GOED VOOR

Lees de kluswijzers goed door, laat je informeren in een bouwmarkt of vraag advies aan een energie-adviseur. Zo krijg je een goed beeld van waar je energie kunt besparen in en om je huis. Hoe je de klus het beste kunt aanpakken. En welke duurzame materialen je hiervoor het beste kunt gebruiken. Steek genoeg tijd en energie in je voorbereiding. Je wint het tijdens het klussen dubbel en dwars terug.

### 2. KOOP SLIM, DUURZAAM EN VEILIG IN

Maak een boodschappenlijst met alle benodigheden om je duurzame doe-het-zelf klus te klaren. Zorg dat je alle noodzakelijke gereedschappen in huis hebt. Je hoeft ze niet allemaal zelf te kopen. Je kunt ze bij de bouwmarkt ook huren of van burens of vrienden lenen. Denk ook aan de juiste veiligheidsmaatregelen om beschadiging van je ogen, oren, huid en luchtwegen te voorkomen. Bij de bouwmarkt kun je bijvoorbeeld veiligheidsbrillen, gehoorbeschermende oordoppen, handschoenen en gecertificeerde stofmaskers met verwisselbaar filter kopen.

### Vorbereidingstips!

- Kijk op [doehetzelfdoehetduurzaam.nl](http://doehetzelfdoehetduurzaam.nl) voor tips en handige kluswijzers. Of ga naar de website van bouwmarkten.
- Maak een reële tijdsplanning.
- Meet alles zorgvuldig op en voorkom zo materiaalverspilling en afval.
- Vraag advies in de bouwmarkt.
- Vraag na welke veiligheidsmaatregelen nodig zijn voor jouw klus.

### 3. KLUS VEILIG EN GEZOND

Heb je alle materialen, gereedschappen en beschermingsmiddelen in huis? Ga dan zorgvuldig en voorzichtig te werk. Want bij elke doe-het-zelf klus staat jouw veiligheid en gezondheid en die van je mede-klussers voorop. Houd je aan alle productinstructies en veiligheidseisen. Zet je trap stevig neer op een vlakke ondergrond. En denk niet dat je wel even zonder je veiligheidsbril kunt als je nog een klein stukje moet slijpen, boren of zagen. Ga je isoleren met materiaal dat uit vezels bestaat, zoals glaswol of steenwol? Gebruik dan alle beschermingsmiddelen die in de kluswijzers staan vermeld. Houd gereedschap bij de hand, gebruik bijvoorbeeld een gereedschapsgordel. Of vraag iemand om je te helpen bij het aanreiken van gereedschap of materialen. Zorg voor voldoende frisse lucht in de ruimte waar je klust. En neem regelmatig pauze. Zo blijf je scherp.

Houd je altijd aan de veiligheidsvoorschriften die gelden voor jouw klus.





## **KLUS KLAAR? VOER JE AFVAL DUURZAAM GESCHEIDEN AF**

Hoe goed je ook meet en je klus voorbereidt, materiaalresten heb je na afloop altijd. Misschien kun je resten bewaren voor een volgende klus of aanbieden aan een andere klusser. Zo niet, dan is het belangrijk dat je deze op verantwoorde wijze weggooit of afvoert. Zodat ze op duurzame wijze kunnen worden verwerkt. Daarmee draag je bij aan een belangrijk doel in Nederland voor 2050: een circulaire economie, waarin geen sprake meer is van afval en alle materialen 100% worden hergebruikt.

### **Opruimtips!**

- **Koop voor bouwafval speciale afvalzakken.**
- **Sorteer afval op soort (hout, plastic, steen etc.) en breng het naar de afvalinzameling in jouw gemeente.**
- **Resten verf en lijm moet je aanbieden als chemisch afval bij je gemeente.**

## **SUBSIDIES: DOE ER JE DUURZAME VOORDEEL MEE!**

Je woning verduurzamen levert je meer wooncomfort en een lagere energierekening op. Maar je moet er wel eerst geld in investeren. De overheid komt je tegemoet met aantrekkelijke subsidies voor energiebesparende maatregelen. Dit zijn wel maatregelen die je door een professioneel bedrijf moet laten uitvoeren. Denk aan de isolatie van je woning of de aanschaf van energiezuinige installaties zoals zonnepanelen of een warmtepomp. Kijk voor alle subsidiemogelijkheden op [verbeterjehuis.nl](http://verbeterjehuis.nl).

### **SUBSIDIE VOOR DOE-HET-ZELF MAATREGELEN**

Sommige gemeenten geven ook subsidies voor kleinere energiebesparende maatregelen in huis. Deze zijn vaak eenvoudig zelf door te voeren. Informeer ernaar bij jouw gemeente.

# KEURMERKEN: ZO HERKEN JE DUURZAME PRODUCTEN EN MATERIALEN

Ga je naar de bouwmarkt om duurzame producten en materialen te kopen? Je herkent ze aan de volgende keurmerken:

1. Het keurmerk voor producten met een laag waterverbruik.

Zie ook [kiwa.com](http://kiwa.com).

2. Het keurmerk voor hout dat 100% afkomstig is uit FSC-gecertificeerde, duurzaam beheerde bossen. Zie ook [fsc.nl](http://fsc.nl).

3. Het keurmerk voor hout dat 100% afkomstig is uit PEFC-gecertificeerde, duurzaam beheerde bossen.

Zie ook [pefcnederland.nl](http://pefcnederland.nl).

4 en 5. Ecolabel en NaturePlus. Verfproducten die het milieu zo min mogelijk belasten herken je aan deze keurmerken.

Zie ook [europeesecolabel.nl](http://europeesecolabel.nl) en [natureplus.org](http://natureplus.org).

6. Het keurmerk voor duurzamere non-food producten en diensten.

Zie ook [milieukeur.nl](http://milieukeur.nl).

7. Isolatiematerialen met de minste milieubelasting zijn herkenbaar aan het DUBOkeur logo.

Zie ook [dubokeur.nl](http://dubokeur.nl).

## Energielabel wonen

Dit energielabel laat zien hoe energiezuinig de woning is ten opzichte van vergelijkbare woningen. Een energiezuinige woning is vaak beter geïsoleerd en/of heeft een energiezuinigere verwarmingsinstallatie. Daardoor is je energierekening lager.

Een goed energielabel is ook gunstig bij de verkoop van je huis. Wil je weten welk energielabel geldt voor jouw woning?

Kijk op [energielabel.nl](http://energielabel.nl).

## Energielabel apparaten

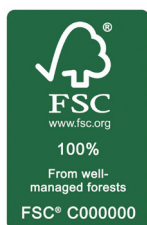
Dit energielabel laat in één oogopslag zien hoe energiezuinig een apparaat is. A+++ is het meest en D het minst energiezuinig. Ook vind je op het energielabel het stroomverbruik en eventuele waterverbruik. En informatie over bijvoorbeeld het vermogen van het apparaat en het geluidsniveau. Kijk voor meer informatie op [energielabel.nl](http://energielabel.nl).

Meer informatie over keurmerken vind je op [keurmerkenwijzer.nl](http://keurmerkenwijzer.nl).

1



2



3



4



5



6



7



## DOE HET ZELF. DOE HET DUURZAAM!

is een initiatief van: Bauhaus, Gamma, Hornbach, Hubo, Karwei, Multimate, Praxis, het Klimaatverbond en Milieu Centraal.



Doe het zelf. Doe het duurzaam! is partner van: **IEDEREEN DOET WAT.**

[doehetzelfdoehetduurzaam.nl](https://doehetzelfdoehetduurzaam.nl)

Deze informatie is tot stand gekomen in samenwerking met Milieu Centraal.

De informatie in deze brochure is gebaseerd op de algemeen geaccepteerde gegevens op het moment van samenstelling. Deze brochure is met de grootste zorg samengesteld. Aan de verstrekte informatie kunnen geen rechten worden ontleend.