

DAG IN, DAG UIT, VOOR IN HUIS

100 tips om comfortabeler te
leven in een gezond leefmilieu



LEEFMILIEU BRUSSEL
BIM - BRUSSELS INSTITUUT VOOR MILIEUBEHEER





OVERZICHT

Aandacht hebben voor het leefmilieu, betekent onze levenskwaliteit verbeteren!	3
21 tips in een oogopslag	4
Voeding	6
In de winkel	6
In de koelkast	8
Aan het kookfornuis	8
Na de maaltijd	9
Water	10
In de badkamer	10
In de toiletten	11
In de keuken	11
Was en afwas	12
Voor de afwasmachine	12
Voor de was	13
Schoonmaak	14
In de keuken	15
Lucht in huis	16
Ontspannen	18
Computers	19
Verwarming	21
Voor de afkoeling	23
Verlichting	24
Aankopen	25
Meer informatie	27

AANDACHT HEBBEN VOOR HET LEEFMILIEU, BETEKENT ONZE LEVENSKWALITEIT VERBETEREN!

Geen mens kan het nog ontkennen: de aarde, onze biotoop, is in gevaar. Het bekendste en meest gemediatiseerde van die gevaren is de klimaatwijziging, te wijten aan de verhoogde uitstoot van CO₂ die het broeikas effect veroorzaakt.

Maar er zijn ook de rechtstreekse gevolgen van diverse soorten verontreiniging op onze gezondheid, de afname van de watervoorraden, de verdwijning (met honderden tegelijk) van dier- en plantensoorten, enz.

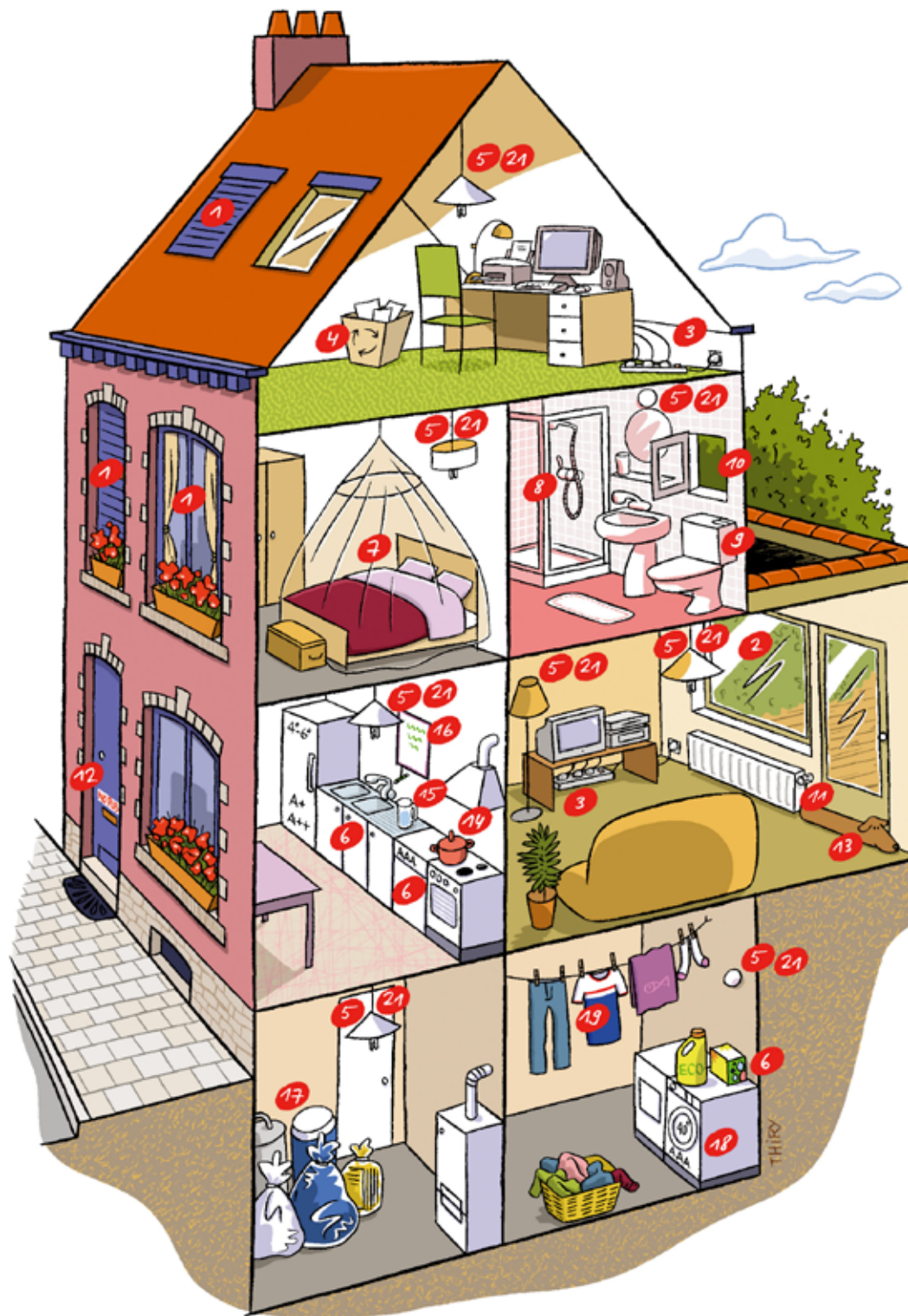
We mogen ons daar zeker niet fatalistisch bij neerleggen! Want er bestaan heel wat oplossingen die ons toelaten hiertegen te ageren, en wel op dusdanige wijze dat we niet alleen onze levenskwaliteit en ons comfort kunnen behouden maar zelfs verbeteren. Het gaat gewoon om kleine wijzigingen in onze gewoonten door een meer 'milieuvriendelijk' gedrag aan te nemen.

Ieder van ons kan ijveren voor het leefmilieu door in zijn dagelijks leven enkele heel eenvoudige handelingen toe te passen die getuigen van gezond verstand. Dit gedrag zal heel snel een automatisme worden in ons dagelijks leven.

Deze brochure stelt u 100 tips voor om u te helpen dit gedrag eigen te maken. Als wij erin slagen om - zelfs maar een gedeelte van - deze tips in de praktijk om te zetten, dan leveren we hiermee een aanzienlijke bijdrage tot het leefmilieu in ons Brussels Gewest. Want élk gebaar - hoe klein ook - telt, zeker als een miljoen Brusselaars het elke dag opnieuw stellen!

Ijveren voor het leefmilieu, dat is het onmisbare in stand houden: onze gezondheid en onze levenskwaliteit beschermen maar ook, en vooral, de toekomst van onze kinderen veiligstellen!

EVELYNE HUYTEBROECK
Brussels Minister van Leefmilieu en Energie



21 TIPS IN EEN OOGOPSLAG

- 1 sluit gordijnen en luiken 's nachts of bij warm weer
- 2 profiteer van het natuurlijk licht
- 3 gebruik stekkerblokken om alles in één keer uit te schakelen
- 4 gebruik een papiermand
- 5 gebruik lampen met een laag verbruik
- 6 gebruik milieuvriendelijke en geconcentreerde producten
- 7 gebruik muskietennetten
- 8 verkies een vlugge douche boven een bad
- 9 gebruik de spaarknop van het toilet
- 10 verlucht
- 11 stel uw thermostatische kranen af op 19-20°
- 12 kleef een 'stop reclame'-sticker op de brievenbus
- 13 vermijd tocht
- 14 zet een deksel op uw potten
- 15 drink kraantjeswater
- 16 maak boodschappenlijstjes en (her)gebruik de restjes van uw maaltijden
- 17 sorteer uw afval
- 18 was op lage temperatuur
- 19 droog uw was op een goed verluchte plaats
- 20 composteer
- 21 doe het licht uit als u de kamer verlaat





VOEDING

Een groot gedeelte van onze voeding wordt industrieel geproduceerd. Hieraan komen massa's natuurlijke rijkdommen, meststoffen, pesticiden, GGO's (genetisch gemodificeerde organismen) enz. te pas. Voeding is verantwoordelijk voor 20 tot 30 % van de uitstoot van broeikasgassen. Niets belet ons echter om lekker en gezond te blijven eten en tegelijk tóch deze hinder terug te dringen.

IN DE WINKEL

1/ KOOP VERSE, INHEEMSE SEIZOENSPRODUCTEN

Niet-seizoensproducten moeten uit de vier hoeken van de wereld worden aangevoerd. Dat betekent transport over zeer lange afstanden, vervuilende trajecten en/of energieverslindende transformaties (diepvries) voordat ze op ons bord liggen. Vandaar dat ze meestal ook erg duur zijn. Consumptie van verse inheemse seizoensproducten is dan ook goed voor de lokale economie, voor uw portefeuille én voor het leefmilieu. Bovendien zijn ze verser en vaak ook veel lekkerder.

2/ CONTROLEER DE VERVALDATUM VAN DE PRODUCTEN

Controleer in de winkel de vervaldag van de producten. Producten die vlug bederven koopt u best in aangepaste hoeveelheden, naarmate u ze nodig hebt : zo vermijdt u verkwisting.

3/ KOOP 'IN BULK'

In vele supermarkten en ook bij kruideniers worden groenten, fruit, koekjes, snoepjes, ... verkocht per gewicht. Een kleine, lichte verpakking – of zelfs helemaal geen verpakking voor een komkommer of



citroen – is altijd beter dan een bakje in karton en/of polystyreen.

Vermijd ook individueel verpakte producten (miniporties, 'kussentjes' enz.) die de afvalberg vergroten. Geef de voorkeur aan producten in één grotere verpakking en die niet gegroepeerd verpakt zijn (karton, plastic enz.)

4/ KOOP UW DRANK IN FLESSEN MET STATIEGELD

Deze zijn herkenbaar aan hun logo. En vergeet vooral niet deze flessen weer in te leveren in de winkel. Statiegeld is algemeen verspreid voor limonade, wijn, bier en sommige watermerken. Bestaan er voor uw product geen statiegeldflessen, kies dan een glazen fles die via de glasbak gerecycled wordt. Plasticflessen worden eveneens gerecycled, via de blauwe PMD-zak.

GOED OM TE WETEN

- Voedingswaren die verkocht wordt binnen een straal van 20 kilometer rond de productieplek, hebben een milieu- en infrastructuurkost die tien keer lager ligt dan die van producten die van verder moeten worden aangevoerd.
- 1 ananas, met het vliegtuig ingevoerd uit Ghana, is verantwoordelijk voor 5 kilo CO₂-uitstoot in de atmosfeer.

5/ MAAK EEN BOODSCHAPPENLIJSTJE

Stel, voordat u gaat winkelen, uw menu's voor de volgende dagen op. Controleer uw koelkast, diepvriezer en voorraadkasten: ga na wat u nog in voorraad hebt en dus best éérst gebruikt, en wat u verder nog nodig hebt. Maak dan uw boodschappenlijstje op basis van het aantal tafelgenoten en een raming van de nodige hoeveelheden. Koop tijdens uw winkelbezoek alleen wat op het lijstje staat.

6/ VERMIJD WEGWERPZAKKEN

Vervoer uw aankopen in een boodschappentas, opvouwkistje, caddie, korf, rugzak enz. Zorg ervoor dat u iets dergelijks altijd gebruiksklaar hebt op strategische plaatsen (bv. in uw handtas, kofferbak van de wagen, portaal, ...). Zo kunt u aan de kassa de aangeboden (en soms te betalen) wegwerptassen altijd vriendelijk afwimpelen.

7/ RESPECTEER DE KOUDEKETEN

Koop diepvriesproducten aan het einde van uw boodschappenronde, vlak voor u naar de kassa gaat, en vervoer ze in een herbruikbare isothermische zak. Respecteer de koudeketen: zo voorkomt u bederf en dus verkwisting van voeding.



8/ KOOP 'BIO'

Biologische voedingsproducten worden geproduceerd zonder gebruik van groeihormonen, GGO's, chemische meststoffen, pesticiden, antibiotica en andere chemische additieven in het diervoer. Bij de verwerking van biologische voedingsproducten zijn synthetische additieven, chemische smaakstoffen of bewaarmiddelen verboden. Productie en transformatie van 'bio'-voeding zijn dus veel beter voor de gezondheid en voor het leefmilieu. En ze zijn niet altijd duurder!

9/ GEBRUIK LIEVER KRAANTJESWATER

Water in flessen is zeer duur. De botteling, de verwerking van verpakkingsafval en het vervoer verslinden enorm veel energie. Kraantjeswater is nochtans perfect gezond en wordt streng gecontroleerd. Merkt u een bepaalde lichte geur? Giet het water in een kan en plaats deze enkele minuten in de koelkast: de geur verdwijnt vanzelf.

10/ DOE UW BOODSCHAPPEN NÁ HET ETEN

Met een voldaan gevoel bent u veel minder geneigd eerder wat te kopen. Dat geldt vooral voor overbodige producten die vaak vlakbij de kassa worden opgesteld of met verleidelijke promoties worden aangeboden.



GOED OM TE WETEN

- Ieder van ons produceert dagelijks 1 kilo afval!
- In Brussel komen jaarlijks 100 miljoen plasticzakjes in de verbrandingsoven terecht!
- Verpakkingen vormen 50 % van het gewicht van onze vuilzakken; 2/3 hiervan zijn verpakkingen van voedingsproducten!

IN DE KOELKAST

11/ CONTROLEER DE TEMPERATUURREGELING EN HOUD DE KOELKAST SCHOON

Zorg ervoor dat de temperatuur in de koelkast tussen 4 en 6°C blijft. De temperatuur van uw diepvriezer moet -18°C bedragen. Nóg kouder heeft geen zin en kost alleen maar geld. Ontstof geregeld de achterkant van koelkast en diepvriezer: daardoor zullen deze toestellen minder energie verbruiken.

12/ RANGSCHIK DE VOEDINGSPRODUCTEN OP DE JUISTE MANIER

Berg uw voedingsproducten op in de vakken die het instructieboekje van uw koelkast hiervoor aanbeveelt. Stop de koelkast niet overvol: dit verhoogt het energieverbruik en verkort de bewaartijd van voeding (omdat de koude lucht minder goed kan circuleren). Een diepvriezer hoort daarentegen altijd goed gevuld te zijn: vul eventueel de lege ruimtes op met piepschuim.

13/ ONTDOOI GEREGELD

Uw diepvriezer moet geregeld ijsvrij worden gemaakt. Zodra het ijslaagje dikker is dan twee millimeter, is het hoog tijd om dit te doen, want het energieverbruik van het toestel is dan al met 10% gestegen.

14/ GEBRUIK HERBRUIKBARE BEWAARDOOSJES

Bewaar uw voedingsproducten liever in herbruikbare bewaardoosjes – verkrijgbaar in alle maten – dan in (wegwerp) plastic- of aluminiumzakjes en -folie.

15/ KOOP TOESTELLEN MET LABEL

Moet u een nieuwe koelkast of diepvriezer kopen, kies dan een model van de A++-klasse. Deze verbruiken en vervuilen veel minder. Deze huishoudtoestellen zijn weliswaar iets duurder in aankoop, maar u hebt hiervoor recht op premies en uw gebruiksuitgaven zijn lager.



16/ DEK UW PANNEN AF

Zet een deksel op uw potten terwijl u kookt: het eten is sneller gaar, u vermijdt belangrijke warmteverliezen en u bespaart 50 % energie per kookbeurt.

17/ HAAL INGEVROREN PRODUCTEN VROEGER UIT DE DIEPVRIEZER

Haal uw ingevroren voeding enkele uren voor het koken uit de diepvriezer zodat ze op natuurlijke wijze kunnen ontdooien. Zo koken ze beter en hebben ze minder energie nodig.



18/ PROFITEER VAN THERMISCHE INERTIE

Als u een elektrisch fornuis gebruikt, schakel dan de kookplaat enkele minuten vóór het einde van de kooktijd uit. Dankzij de thermische inertie (de plaat blijft nog enkele minuten heet) kan het eten nog enkele minuten verder sudderen zonder energie te verbruiken.

19/ GEEF DE VOORKEUR AAN DE MAGNETRON

Vele voedingsproducten (zoals aardappelen) kunnen worden gekookt of opgewarmd in de magnetron (microgolfoven). Deze verbruikt minder energie

dan een klassieke elektrische oven. Voor het ontdooien van uw ingevroren producten past u echter beter tip 17 toe.



20/ GEBRUIK DE SNELKOOKPAN

Gebruik uw snelkookpan zo vaak mogelijk. U kan er heel wat gerechten mee bereiden en u bespaart er 40 tot 70 % tijd en energie mee. Een andere gezonde en snelle kookwijze (bijvoorbeeld voor groenten) is het gebruik van een stoompan.

GOED OM TE WETEN

Koken neemt in een doorsnee gezin 6 % van de energieconsumptie voor zijn rekening; de elektrische huishoudtoestellen, 24 %.

NA DE MAALTIJD

21/ COMPOSTEER

Met deze eenvoudige techniek kunt u voorkomen dat bijna een derde van het biologisch afbreekbaar keukenafval (witte zak) en het tuinafval in de verbrandingsoven terecht komen. Bovendien verkrijgt u zo een kosteloze en zeer efficiënte meststof.

22/ SORTEER

Sorteer uw afval voor de selectieve huisvuilinzameling: karton in de gele zak; plastic, metaal en drankkarton in de blauwe zak; glas in de glasbol. Frituurolie en ander chemisch afval horen in geen geval in de gootsteen thuis! Lever dit afval af in de Groene Plekjes of in de gemeentelijke of gewestelijke containerparken. Wilt u meer weten? www.netbrussel.be.

23/ BEWAAR

Blijft er na de maaltijd nog een restje over? Bewaar het op een frisse plaats. En het kan nog beter: als u aan het koken bent, kunt u evengoed in één moeite genoeg bereiden voor twee of drie maaltijden. Gewoon alles in porties verdelen en invriezen voor later.

24/ RESTJES ZIJN OOK LEKKER

Uit restjes kunt u vaak nog lekkere gerechten te voorschijn toveren ... en dat is zuivere winst. U vindt heel wat heerlijke ideeën in onze 'voeding'-fiches (cf. tip 99).

GOED OM TE WETEN

- Voeding is verantwoordelijk voor een kwart van de impact van de Brusselaars op het leefmilieu.
- Wij gooien per jaar en per persoon 15 kilo nauwelijks of niet aangeraakt eten weg in de witte zak!
- Met een beetje aandacht kunnen wij het voedingsafval met 80 % verminderen!





WATER

In België wordt 55 % van het drinkwater verbruikt door de gezinnen. Elke Brusselaar verbruikt per dag gemiddeld 120 à 130 liter drinkwater. Een groot gedeelte hiervan wordt gebruikt voor doeleinden die niets met voeding te maken hebben. En toch is water een schaarse grondstof die alsmaar duurder wordt door de behandeling die nodig is om het drinkbaar te maken. Iedereen kan elk jaar duizenden liters water besparen door enkele heel eenvoudige ingrepen.



25/ REPAREER LEKKEN

Om te beginnen moet u de kraan goed sluiten na gebruik. Een kraan die blijft druppelen, verspilt 5 liter water per dag. Controleer af en toe de watermeter voordat u gaat slapen. Als de teller 's morgens een andere waarde toont, wijst dit op een lek. Repareer dat zo snel mogelijk. In afwachting van de herstelling kunt u het water opvangen om de planten te begieten.

IN DE BADKAMER

26/ VERKIEF EEN SNELLE DOUCHE

Een snelle douche verdient de voorkeur op een bad: u gebruikt slechts 40 à 60 liter water tegenover 100 à 130 liter voor een bad. Kleine kinderen kunnen samen in bad. Zo bespaart u opnieuw 50 %.

27/ VERMINDER HET DEBIET

Draai de douchekraan dicht terwijl u zich inzeept, draai de wastafelkraan dicht terwijl u uw tanden poetst of terwijl u zich scheert: het heeft totaal geen zin intussen het water te laten lopen. Een kraan laat per minuut 12 liter wegvloeien... en u hebt slechts een glaasje van 25 cl nodig om uw tanden te poetsen. Dat is 48 keer minder!

GOED OM TE WETEN

Een waterdichte en goed onderhouden regenwaterput kan kosteloos (!) tot 80 % van de behoeften aan huishoudelijk water dekken.

IN DE TOILETTEN

28/ MINDER WATER PER SPOELBEURT

De wc-spoeling verbruikt dagelijks gemiddeld 30 liter water per persoon. Als uw wc ermee uitgerust is, gebruik dan zo veel mogelijk de spaarknop die 2 tot 3 keer minder water gebruikt dan de klassieke spoeling. Als uw wc hier niet mee is uitgerust, plaats dan een of twee bakstenen (in een plasticzak om te vermijden dat ze verweren) of een met water gevulde fles in het waterreservoir, zodat er minder water nodig is om het te laten vollopen.



IN DE KEUKEN

29/ LAAT HET WATER NIET ZOMAAR LOPEN

Water zomaar laten wegglopen om de afwas even te spoelen? Een enorme verspilling! Vul liever twee bakken water: één om af te wassen, één om te spoelen. En uiteraard kunt u vers water nemen zodra het water te vuil is geworden...

30/ LAAT ZEER VUILE AFWAS VOORAF WEKEN

Gebruik geen ketelsteenoplossende producten. Deze zijn immers zeer vervuilend. Indien het vuil aangekorst is op uw afwas, kunt u deze eerst een paar uur laten weken in zeepwater. Meestal volstaat dit – eventueel samen met wat spierballenwerk – om het hardnekkigste vuil weg te schrobben.



GOED OM TE WETEN

- In Brussel betekent het verbruik van warm water gemiddeld 12 % van de energiefactuur van een gezin.
- Een kraan (of erger nog een wc-spoeling) die een jaar lang lekt, betekent een waterverspilling van meer dan 2000 liter. Reken, tegen de huidige waterprijs, maar uit hoeveel u aldus verliest ...

AFWAS EN WAS

Wassen en afwassen zijn zelden erg geliefde bezigheden, maar het moet... En we willen hier niet hypocriet zijn: wasmachine en afwasmachine zijn schitterende uitvindingen! Maar beide zijn ook flinke water- en stroomverbruikers, terwijl het overmatig gebruik van detergents schadelijk kan zijn voor de kwaliteit van het water waarin ze terecht komen. Er bestaan echter enkele oplossingen om het effect van afwas- en wasmachine op het leefmilieu te beperken.

31/ GEBRUIK EEN ECOLOGISCH EN/OF GECONCENTREERD DETERGENT

Ecologische detergents zijn efficiënt en minder vervuilend. Ze vormen interessante alternatieven voor een hele waaier klassieke producten. Verkiest u dan toch nog een traditioneel product, opteer dan voor een geconcentreerde en navulbare formule. U hebt dan voor elke wasbeurt een kleinere dosis nodig.



VOOR DE AFWASMACHINE

32/ VUL DE AFWASMACHINE VOLLEDIG

Een afwasmachine verbruikt veel water (tussen 12 en 20 l per afwasbeurt) en elektriciteit. A rato van 4 wasbeurten per week kost deze machine u bijna 50 €/jaar. Gebruik ze dus alleen als ze goed vol is.

33/ REINIG REGELMATIG DE FILTER

Een regelmatig gereinigde filter (liefst na elke wasbeurt) verhoogt de levensduur van uw afwasmachine en ook van uw wasmachine, en vermindert het energieverbruik ervan.

34/ KOOP EEN TOESTEL MET LABEL

Als u een nieuwe afwasmachine koopt, verdient een toestel uit de AAA-klasse de voorkeur. Deze zijn duidelijk efficiënter en zuiniger met water en elektriciteit.

GOED OM TE WETEN

Wij verbruiken elke dag gemiddeld 120 tot 130 liter drinkwater. Slechts 3 à 5 liter daarvan dienen voor de bereiding van voeding of om te drinken.

VOOR DE WAS

35/ WAS BIJ LAGE OF MATIGE TEMPERATUUR

Gezien de prestaties van de machines en de frequentere wasbeurten, heeft het nagenoeg geen zin meer om op hoge temperaturen te wassen. Programma's op 60°C en 40°C volstaan ruimschoots. Voor moderne kleren is vaak 30°C al genoeg. Op 40°C bespaart u 70 % energie in vergelijking met een wasbeurt op 90°C.

36/ VERMIJD VOORWASJES

Vul uw machine goed en vermijd voorwasjes. Ze duren lang en zijn vaak overbodig, zeker met de huidige wasproducten. Uw winst? 15 % aan water en elektriciteit.

37/ 'BEWERK' DE WAS IN DE MACHINE

Gebruik wasballen of oude tennisballen om de was in de machine te 'ranselen'. Op die manier hoeft u, dankzij de mechanische inwerking van de ballen, minder wasproduct te gebruiken.

38/ CENTRIFUGEER MAXIMAAL EN GEBRUIK DE DROOGKAST ZO WEINIG MOGELIJK

Programmeer bij elke wasbeurt een intensieve droogzwierbeurt voor de was. Hoe beter uitgedroogd, hoe minder energie is er nodig om hem te drogen. Laat uw was zoveel mogelijk in de buitenlucht of in een goed geventileerde ruimte drogen. De droogkast is een toestel dat erg veel energie verslindt: 2 tot 3 keer méér dan uw wasmachine. Als u dit toestel absoluut moet gebruiken, kies dan voor een maximaal droogzwieren aan minstens 1200 toeren/minuut: hoe minder doorweekt de was is, hoe zuiniger de droogkast.

39/ KOOP EEN TOESTEL MET LABEL

Moet u een nieuwe droogkast kopen, kies dan een elektrische met A-label, of een toestel op gas. Deze zijn duidelijk efficiënter en vervuilen dus minder. Ze zijn iets duurder in aankoop, maar er zijn premies beschikbaar voor deze toestellen en uw gebruikskosten liggen lager.





DE SCHOONMAAK

Wij brengen gemiddeld 80% van onze tijd in gebouwen door, en het grootste gedeelte daarvan thuis. Sommige producten die we gebruiken om onze woning te reinigen, verontreinigen echter de lucht in huis. Het is nochtans mogelijk in een nette en gezonde woning te leven zonder deze te desinfecteren met detergenten die schadelijk zijn voor gezondheid en milieu.

40/ MAAK GEREGELD SCHOON

Het is beter geregeld schoon te maken dan hardnekkig vuil te laten aankorsten zodat u later bijtende en giftige stoffen moet gebruiken om alles weer proper te krijgen.

41/ GEBRUIK EEN ECOLOGISCHE, GECONCENTREERDE ALLESREINIGER

Waarom zou u tien specifieke producten kopen om alles schoon te maken? Met een veelzijdig, geconcentreerd en liefst ecologisch product kunt u uw interieur doeltreffend reinigen. Tegelijk bespaart u en beperkt u de hoeveelheid en schadelijkheid van uw afval en afvalwater.

Vermijd zo veel mogelijk producten met een zwart logo op oranje achtergrond.



Giftig product



Schadelijk of irriterend



Bijtend product



Oxiderend product



Gevaarlijk voor het leefmilieu



Ontvlambaar product



Explosief product



42/ VERMIJD PRODUCTEN MET BLEEKWATER

Radicaal desinfecteren bij elke schoonmaakbeurt is overbodig. Integendeel, door het vernietigen van het bacteriële evenwicht in de woning, kan het zelfs leiden tot het opduiken van agressievere kiemen. Desinfecterende schoonmaakproducten met bleekwater zorgen ook voor een meer vervuild afvalwater. Gebruik bleekwater enkel voor bepaalde ingrepen waarbij een ontsmetting écht vereist is.

43/ VERMIJD WEGWERPTISSUES

Vloeren reinigen met wegwerptissues kost 15 keer meer dan met dweil en detergent. En dan hebben we het nog niet over de afvalberg die ze creëren. Kies voor duurzame alternatieven (dweil, zwabber, stofzuiger, spons enz.). Stofvegen gaat prima met een elektrostatische doek. Dat is efficiënter en minder vervuilend dan wegwerptissues.

44/ VERTROUW OP DE TRADITIONELE PRODUCTEN

Vlekken en hardnekkig vet? Grijp niet meteen naar uiterst gespecialiseerde en vaak gevaarlijke producten! Kies efficiënte oplossingen: ze zijn minder duur en minder vervuilend. Tegen kalkaanslag (in badkamer en wc): alcoholazijn. Tegen vet en vieze geurtjes: kristalsoda. Tegen vlekken of om te bleken: actieve zuurstof.



45/ VERMIJD PRODUCTEN IN SPIJTBUSSEN

Spijtbussen vernevelen kleine druppeltjes schoonmaakproduct in de lucht. Deze producten bevatten vaak schadelijke deeltjes zoals vluchtige organische stoffen (VOS) die we dus nog gemakkelijker zullen inademen. Bovendien valt die nevel ook op oppervlakken waar dat niet wenselijk is (bv. de muren). En tot slot zijn lege spijtbussen veel moeilijker te recyclen dan een gewone flacon.

46/ GEBRUIK MILIEUVRIENDELIJKE PRODUCTEN VOOR UW MEUBELS EN HOUTWERK

- Modern hout veegt u schoon met een vochtige doek en een oplossing van water en een niet agressief detergent. Navegen doet u met een droge doek.
- Voor geolied of met poriënvuller behandeld hout gebruikt u een vochtig zeem of een goed uitgewrongen doek.
- Bijenwas en plantaardige was onderhouden en verfraaien oud hout, en gaan bovendien langer mee dan industriële was.
- Lijnolie reinigt alle hout en doet het glanzen.
- Vermijd in elk geval producten die siliconen bevatten. Ze worden aangeraden omdat ze een beschermende film achterlaten... Maar het stof hecht zich uitgerekend dáár op vast...

IN DE KEUKEN

47/ REINIG UW OVEN MET NIET-VERONTREINIGENDE PRODUCTEN

Voorkom aangekoekte voedingsresten in uw oven door een aangepaste temperatuur en kooktijd te kiezen en de schotels af te dekken. Als u de oven desondanks moet reinigen, gebruik dan eenvoudige technieken:

- laat in de magnetron (microgolfoven) een kom water met een schijf citroen opwarmen en veeg daarna de wasem met een doek weg;
- gebruik in de traditionele oven een veelzijdig schoonmaakproduct of een beetje natriumbicarbonaat (zuiveringszout).



48/ ONTKALK EN ONDERHOUD MET AZIJN

Alleen azijn is echt efficiënt en gevaarloos voor het ontkalken van koffiezetapparaten, waterkokers en andere keukenrobots. Het werkt ook doeltreffend voor het ontkalken van kranen, om tegelwerk in keramiek (opgelet: géén marmer!) weer te doen glanzen en koperwerk op te poetsen. Verdund met water, brengt azijn de kleuren van tapijten en mahoniehouten meubels opnieuw tot leven.

49/ ONTSTOP MECHANISCH OF BIOLOGISCH

Afvoerleidingen verstopt? Vaak volstaat een zuignap, pomp of spiraalkabel om het probleem op te lossen. Moet u desondanks een ontstoppingsmiddel gebruiken, kies dan een biologisch afbreekbaar (op basis van bacteriën en enzymen) in plaats van een chemisch product.

GOED OM TE WETEN

Meng nooit producten op basis van chemische bestanddelen onderling of met bleekwater. Al hun afval moet selectief, afzonderlijk van huishoudafval, worden ingezameld of afgeleverd op de gemeentelijke of gewestelijke containerparken. (www.netbrussel.be)

LUCHT IN HUIS

Ook binnenshuis zijn we blootgesteld aan zeer talrijke chemische stoffen. Ze komen voort uit onze meubels, uit sommige vloerbekledingen, uit verf en lijm, uit onderhoudsproducten, ... Enkele goede gewoonten kunnen ons helpen de lucht in huis gezonder te maken.

50/ VERLUCHT

Koken, poetsen, verwarmen en zelfs gewoon ademen: dat alles produceert vervuulende dampen in de lucht. Ook waterdamp (zeker wanneer die zich opstapelt) kan vochtigheidsproblemen veroorzaken in uw woning. Als uw woning geen enkel ventilatiesysteem heeft, moet u elke dag in elke ruimte de vensters voldoende lang volledig openen om de lucht te verversen.

51/ VERMIJD SCHIMMELVORMING

Verlucht geregeld uw badkamer of douche om schimmelvorming op de muren te vermijden. Die kan ook optreden in andere kamers waar zich condensatie opstapelt. Indien er toch schimmelvorming is, reinig die dan zo snel mogelijk met een beetje azijn. Daarna goed verluchten.

52/ KIES ZUIVERENDE PLANTEN

Voor een nuttige versiering kiest u luchtzuiverende kamerplanten: ficus (vijgenboom) neutraliseert het formaldehyde (kankerverwekkende stof in lijmen en vernis van vezelplaten, verf, cosmetica, huishoudproducten, vasttapijt enz.); azalea neutraliseert de ammoniak die schoonmaakproducten verspreiden; chrysantheem absorbeert de geur van trichloorethyleen in pas geschilderde kamers, enz.



Blijf echter voorzichtig: sommige bloemen en kamerplanten zijn giftig bij inname en/of aanraking: poinsettia (kerstster), clivia maar ook hulst, lelietje-van-dalen (meiklokje), lijsterbes, enz. Was dus uw handen telkens als u in contact bent geweest met uw planten!

Wilt u meer weten?

Antigifcentrum, 02 264 96 36 of 070 245 245 (spoedgevallen); www.antigifcentrum.be

53/ BERG UW CHEMISCHE PRODUCTEN OP

Sluit alle flacons en flessen met chemische producten goed af en bewaar ze in een goed verluchte ruimte, ver van de leefruimtes.

54/ KIES NATUURLIJKE MATERIALEN

Gaat u schilderen, behangen, vloeren of muren bekleden, isoleren, ...? Tegenwoordig hebt u meer keuze dan ooit, en zijn er ook materialen op de markt die weinig of geen schadelijke chemische producten bevatten. Wilt u meer weten? Bestel onze brochure «Renoveren en bouwen : 100 tips om het leefmilieu te sparen en minder energie te verspillen» (cf. tip 99).

55/ GEBRUIK NATUURLIJKE INSECTICIDEN

Tegen insecten bestaan massa's chemische producten, het ene nog giftiger dan het andere. Verkies liever een van volgende methodes:

- tegen vliegen en muggen: vliegenraam en vliegenmepper;
- tegen muggen: citronellaolie;
- tegen vliegen 's avonds: doof alle lichten in de slaapkamer, laat de slaapkamerdeur op een kier en zorg voor een beetje licht in de hal. De vliegen houden zich op bij het licht;
- tegen mieren: spreid lavendel of marjolein uit op het spoor dat ze volgen om uw woning binnen te dringen. Ook zeepwater is zeer doeltreffend;

GOED OM TE WETEN

Gedurende ons leven worden we blootgesteld aan bijna 70.000 chemische stoffen... waaronder een aantal gevaarlijk zijn.

- tegen kakkerlakken: zet (minstens 24 u.) kleine kartonnen doosjes met vogellijm op de vloer;
- tegen motten: reinig uw delicate kleren en de kasten waarin u ze opbergt (vooral in augustus, wanneer de eitjes uitkomen) en gebruik geurende planten die de motten verjagen: lavendel, rozemarijn, cederhout of een sinaasappel, doorprikt met kruidnagels;
- voor een goede nachtrust, zonder muggen: bevestig een muskietennet boven uw bed of tegen de vensters.





ONTSPANNEN

Een avondje tv-kijken of cd's beluisteren, de verjaardag van de kinderen filmen, ... Ook onze vrije tijd wordt gedomineerd door toestellen die stroom verbruiken. De productie van elektriciteit veroorzaakt (rechtstreeks of onrechtstreeks) verontreiniging, en dat geldt ook voor batterijen en accu's die elementen bevatten die giftig zijn voor het leefmilieu en voor de gezondheid. Gelukkig kan een correcte behandeling van deze (zogenaamde) onmisbare speeltjes de schade voor het milieu beperken.

56/ SCHAKEL UW TOESTELLEN VOLLEDIG UIT

Tv-toestel, dvd-speler, decoder, stereo-installatie, computers, printers... Al die toestellen die in 'waakstand' of 'stand-by' ingeschakeld blijven, blijven elektriciteit verbruiken terwijl ze niet in actie zijn. Het is beter ze 'volledig' uit te schakelen, met andere woorden met de 'aan/uit'-knop op het toestel zelf.

57/ LEES DE HANDLEIDINGEN

De handleidingen van toestellen, games, ... vermelden dikwijls besparingstips. Lezen loont!



VOOR BATTERIJEN EN ACCU'S

58/ HAAL DE STEKKER VAN DE LADER UIT HET STOPCONTACT

Het is totaal nutteloos en integendeel duur om toestellen met transformator en laders van batterijen, gsm, tandenborstel, fototoestel, enz. aangesloten te houden: haal de stekker uit het stopcontact als ze niet in gebruik zijn.

59/ KIES VOOR HERLAADBARE BATTERIJEN

Vermijd zoveel mogelijk de aankoop van speelgoed en andere apparaten die op batterijen werken. Als u ze echter niet kunt missen, gebruik ze dan bij voorkeur met herlaadbare batterijen. Niet alleen zijn ze (op termijn) heel wat goedkoper dan wegwerpbatterijtjes, hun ecologisch voordeel spreekt voor zich!



DE COMPUTER

60/ GEBRUIK EEN STEKKERBLOK MET SCHAKELAAR

Rond de computer zijn nog andere apparaten aangesloten (printer, scanner, luidsprekers, scherm). Als u al die toestellen aansluit op één stekkerblok met schakelaar, kunt u alles met één vingervingerknip uitschakelen en vermijdt u verborgen verbruik (want computers verbruiken ook als ze uitgezet zijn).

61/ PRINT ALLEEN WAT NODIG IS

Lees na op het scherm, beperk uw documentafdrukken tot het strikte minimum. Gaat het om werkdocumenten die niet definitief en niet officieel zijn, denk er dan aan om ze in een zuinige modus ('draft') en zeker niet in kleur af te drukken.

62/ ARCHIVEER VIRTUEEL

Het is dikwijls totaal overbodig en het vraagt veel ruimte om een papieren versie van alle documenten te willen bewaren. Met computerback-ups en een virtueel klassemment schiet u minstens even goed op. Weg met overbodig afval en verbruik.

63/ COMMUNICEER ELEKTRONISCH

Als er geen reden is voor een officiële, via de post verstuurde brief, kunt u beter met e-mail (elektronische post) werken. Dat is sneller, efficiënter en goedkoper. En het levert minder afval op.

64/ GEBRUIK GERECYCLEERD PAPIER

Gerecycleerd papier bevat minstens 50 % vezels van papierafval. De productie ervan verbruikt minder water, minder hout, minder energie. Dankzij technologisch onderzoek is de kwaliteit de laatste jaren enorm verbeterd. Het voldoet nu perfect voor uw printer en uw handgeschreven post. Gebruik het!

U herkent gerecycleerd papier aan de volgende logo's en labels :



65/ HERGEBRUIK UW EIGEN PAPIERAFVAL

Een afgedrukte pagina heeft meestal nog een maagdelijke achterkant! U kunt de achterzijde van uw afgedrukte en achterhaalde documenten gebruiken voor allerlei kladderwerk (al dan niet afgeprint).

66/ DRUK TWEE PAGINA'S PER A4-BLAD

Uw software biedt u een afdrukoptie om twee pagina's op één vel papier af te drukken. Voor heel wat documenten blijft dit formaat perfect leesbaar. Zo halveert u uw papierverbruik. Als dit niet mogelijk is, blijft recto/verso-afdrukken een mooie papierbesparing!

67/ SORTEER PAPIER

Installeer onder uw werktafel een papierbak, uitsluitend voor papierafval. Achteraf kunt u de inhoud van deze papierbak met de gele zak afvoeren.

68/ HERLAAD INKTPATRONEN

Gebruik voor uw printer herlaadbare inktpatronen: minder uitgaven, minder afval.

69/ GEEF DE VOORKEUR AAN EEN KLEIN SCHERM MET VLOEIBARE KRISTALLEN

Als u uw computerscherm wilt vervangen, opteer dan voor een vlak LCD-scherm (vloeibare kristallen). Zo bespaart u meer dan 60 % energie tegenover een klassiek CRT-scherm (elektronenstralen). Bedenk wel dat een groter scherm meer energie verbruikt.

GOED OM TE WETEN

We verbruiken massa's papier (kranten, tijdschriften, schriften, verpakkingen, ...). In het Brussels Gewest bedraagt dit jaarlijks 55 kg/persoon per jaar !



VERWARMING



Een Brussels gezin besteedt gemiddeld 54 % van zijn energiebudget aan verwarming! Deze enorme uitgavenpost is bovendien de belangrijkste bron van de CO₂-uitstoot vanuit onze woningen. Minder of beter verwarmen is dus een logische eerste stap naar een rationeel energiegebruik.

70/ ZET DE VERWARMING EEN GRAADJE MINDER

Als u de temperatuur in uw woning één graad verlaagt, bespaart u 6 à 7 % op uw factuur. Van 22 naar 19°C betekent zelfs een besparing van 20 %!

71/ STEL AF OP DE JUISTE TEMPERATUUR

Stel uw thermostaten in uw leefkamers af op 19 à 20°C (thermostatische kranen maximaal op 3). Dat volstaat ruimschoots voor uw comfort. Met een goed winterdekbed is 16°C (thermostatische kranen op 2) een gezonde temperatuur om te slapen. Beperk de temperatuur van een doorlooptoestel 's winters tot 50°C, en die van een boiler tot 60°C.

72/ VERLAAG DE TEMPERATUUR 'S NACHTS EN BIJ AFWEZIGHEID

Zet de temperatuur lager als u uit werken gaat. Ook als u voor een langere periode van huis bent (bijvoorbeeld een volledig weekend of een vakantie-week), stelt u uw verwarming best af op maximaal 12°C. Met een thermostaat kunt u deze verwarmingsperiodes automatisch instellen. Als u die mogelijkheden niet hebt, neem dan de gewoonte aan om die regelingen manueel uit te voeren.

73/ SLUIT IN DE WINTER 'S NACHTS DE GORDIJNEN, OVERGORDIJNEN EN LUIKEN

U vermindert de warmteverliezen via de vensters met 30 tot 50 %, vooral bij koud weer en als u geen dubbele beglazing hebt. Laat gordijnen niet over of tot vlak boven de radiatoren hangen: zo vermijdt u dat u het venster verwarmt in plaats van de kamer!



74/ SCHAKEL DE VERWARMING UIT TERWIJL U VERLUCHT

Als u 's winters de kamers verlucht, schakelt u uiterwaard eerst de verwarming uit om geen calorieën te verspillen.

75/ VERMIJD ELEKTRISCHE VERWARMING

Elektriciteit is de meest vervuilende primaire energie en kost 2,5 tot 5 keer meer dan gas of stookolie. Centrale verwarming op elektriciteit is dus af te raden. Kunt u niet zonder elektrische bijverwarming, beperk dan het gebruik zoveel mogelijk tot de tijd die werkelijk nodig is.

76/ STOOK ALLEEN ONBEHANDELD HOUT IN UW OPEN HAARD

In een open haard of in een houtkachel hoort uitsluitend onbehandeld droog hout thuis. Stook nooit met groen hout, afval, kunststofmaterialen, tijdschriften met glanzend papier, spaanderplaat, triplex of ander beschilderd of behandeld hout. Deze brandstoffen doen giftige chemische producten vrijkomen en dragen bij tot de roetaanslag in uw schoorsteen.

77/ HOUD DE WARMTE VAST

Verwarmen is één, warmte vasthouden is nog iets anders... Sluit de onverwarmde ruimten en de deuren tussen leefruimte en doorloopruimte om de koude niet binnen te halen in de leefruimtes.



78/ GA OP ZOEK NAAR TOCHTSTROMEN

Tocht het via de oude vensterramen, onder de deuren of via de brievenbus? Breng hier isolerende materialen aan: rubberen of synthetische dichtingen, tochtstrippen, tochtbanden, tochtthonden, ... Ze zijn te koop in elke doe-het-zelfwinkel.

79/ PLAATS REFLECTERENDE PANELEN

Breng tussen uw muren en uw radiatoren een plaat van (isolierend) piepschuim en (reflecterend) aluminium aan. Zo wordt de warmte van de radiator beter gebruikt om de ruimte te verwarmen en beperkt u het warmteverlies door de muur (vooral als het een niet-geïsoleerde buitenmuur betreft) tot 70 %.

80/ ISOLEER UW LEIDINGEN

Plaats in de niet-verwarmde delen van uw woning een koker van isolatieschuim rond de verwarmingsbuizen. U bespaart 6 euro per jaar en per geïsoleerde meter leiding.



VOOR DE AFKOELING

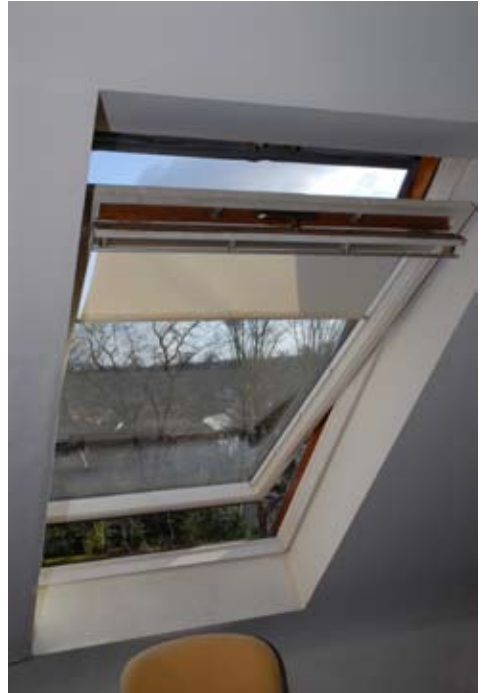
81/ BESCHERM U TEGEN DE ZON EN ZORG VOOR VERLUCHTING

Sluit tijdens warme dagen de luiken en gordijnen aan de zonnekant van uw woning. Open de vensters 's nachts en 's morgens, wanneer de temperatuur buiten lager is dan de binnen.

82/ ZORG VOOR NATUURLIJKE VENTILATIE

De warmte van overdag kan 's nachts met een koel briesje worden verdreven. Als uw woning vensters heeft op twee verschillende gevels, kunt u, door ze tegen elkaar te openen, een verfrissende luchtstroom creëren.

U kunt ook profiteren van een verticale thermische luchtstroom door tegelijk de vensters in de af te koelen kamers en in het bovenste gedeelte van het gebouw (dakvenster bijvoorbeeld) te openen.



GOED OM TE WETEN

- U kunt 3 tot 5 % brandstof besparen door uw verwarmingsketel goed te laten onderhouden. Dat verhoogt meteen ook uw veiligheid.
- Door uw woning correct te isoleren kunt u 22 tot 35 % besparen op uw verwarming.
- Een slecht verluchte en te vochtige kamer is een broeinest voor bacteriën en schimmels die ook de rest van uw woning kunnen aantasten en allerlei ademhalingsallergieën veroorzaken.

VERLICHTING



Verlichting is verantwoordelijk voor gemiddeld 2 % van uw totale energie-uitgaven. Dat lijkt misschien weinig, maar het blijft toch nog altijd 16 % van uw elektriciteitsfactuur. Kwaliteitsvolle verlichting is, vooral tijdens het lezen en het werken, noodzakelijk om uw ogen niet te bederven. Verkwisting is echter gemakkelijk te vermijden: correcte verlichting hoeft niet duurder te zijn. Een gemiddeld gezin kan zo tot 70 euro per jaar besparen.

83/ PROFITEER VAN NATUURLIJK LICHT

Het daglicht blijft het beste licht voor het menselijke oog. Open luiken en gordijnen zodra u 's morgens opstaat, en richt uw werkruimte in om optimaal te profiteren van deze natuurlijke verlichting.

84/ KIES LICHT TINTEN

Gaat u uw kamers opnieuw behangen of schilderen? Kies heldere tinten. Een donker interieur verplicht u om de intensiteit van uw verlichting te verdubbelen en zelfs te verdriedubbelen. Hetzelfde geldt overigens voor lampenkappen in een donkere kleur.

85/ REINIG UW VERLICHTINGSPUNTEN

Stof uw lampen en lampenkappen regelmatig af om hun lichtrendement te verbeteren. Was ook regelmatig de lichtdoorlatende gordijnen.

86/ VERLICHT DOELGERICHT

Het heeft geen zin de hele ruimte in licht te doen baden om in een hoekje te zitten lezen of aan uw werktafel te werken. Kies liever een gerichte verlichting die minder verbruikt.

87/ GEBRUIK LAMPEN MET EEN LAAG VERBRUIK

Een spaarlamp verbruikt vier keer minder elektriciteit om dezelfde lichtintensiteit te schenken. Uw energiebesparing bedraagt dus 75 tot 80 %. Een spaarlamp wordt bovendien veel minder warm en gaat tot 15 keer langer mee. Klassieke tl- of buislampen hebben vergelijkbare prestaties als spaarlampen. Ze zijn geschikt voor keukens, garage, berging, kelder enz.

88/ ... MAAR RECYCLEER ZE

Let op: spaarlampen en tl-lampen bevatten kwik en zijn daarom gevaarlijk afval. Ze moeten, met het oog op recyclage, worden ingeleverd bij de specifieke verzamelpunten voor chemisch huishoudelijk afval (Groen Plekje, Mobiel Groen Plekje, gemeentelijke of gewestelijke containerparken).

Cf. www.netbrussel.be (rubriek 'chemisch huishoudelijk afval').

89/ SCHAKEL HET LICHT UIT WAAR HET NIET NODIG IS

Doof het licht als u een kamer of doorloopruimte verlaat. Het heeft geen enkele zin die lampen te laten branden. Leer ook uw kinderen die gewoonte aan, want "jong geleerd..."

GOED OM TE WETEN

Klassieke gloeilampen (die vandaag nog altijd het meest worden gebruikt) hebben een zeer beperkt rendement. De energie die ze verbruiken, wordt voor 5 % omgezet in licht en voor 95 % in warmte!

UW AANKOPEN

Onze maatschappij werkt momenteel als volgt: we kopen, gooien weg, kopen opnieuw, ... En al is het leuk onszelf af en toe te verwennen met de aankoop van mooie en duurzame goederen, toch zijn er heel wat (meer) koopjes of geschenkjes die ons maar matig en kortstondig kunnen boeien. Door enkele eenvoudige raadgevingen op te volgen, kunnen we mooie besparingen realiseren én het leefmilieu sparen.

90/ VERMIJD WEGWERPPRODUCTEN

Vermijd batterijtjes voor eenmalig gebruik, wegwerpscheerapparaatjes, balpennen, aanstekers, overbodige verpakkingen en alles wat uw eigen afvalberg alleen maar groter maakt.

91/ KOOP 'DUURZAAM'

U kunt het zo gek niet bedenken of het is te koop. Gadgets zijn meestal waanzinnig duur voor wat ze moeten voorstellen en wat ze moeten doen (als ze daar überhaupt bruikbaar voor zijn): snuisterijtjes en speelgoedjes die meteen stuk zijn, die rondslingeren en dan snel in de vuilzak terechtkomen. Koop nuttige, kostbare en duurzame dingen, en hoed u voor boerenbedrog.

92/ GUN OUDERE SPULLEN EN KLEREN EEN TWEDE LEVEN

Heel wat spullen die u zelf beu bent, zijn nog veel te goed voor de vuilzak en verdienen een tweede leven. Zo kunnen oude kleren, in het slechtste geval, dienst doen als poetsdoek, maar als ze nog in goede staat zijn, zijn ze steeds welkom bij liefdadigheidsinstellingen. Meubilair en andere voorwerpen kunt u eveneens aan organisaties schenken of zelfs voor een prikje verkopen op een rommelmarkt.



93/ HUREN OF LENEN IN PLAATS VAN KOPEN

We kopen heel vaak cd's, dvd's, boeken, games die al snel in een kast of boekenrek verdwijnen. Het is nochtans heel wat gemakkelijker en zeker veel goedkoper om speelgoed te huren in de spel-otheek, boeken in de bibliotheek, films in de videotheek enz. U kunt ook meedoen met ruilclubs tussen vrienden ... zonder het tweedehandscircuit te vergeten waar u heel wat interessante koopjes op de kop kunt tikken.

94/ STIMULEER DE CREATIVITEIT VAN KINDEREN

Het is algemeen bekend: kinderen kunnen zich soms amuseren met 'niets'. Een grote kartonnen doos wordt de racewagen van hun dromen; een reclamefolder en we zijn vertrokken voor een uurtje plaatjes knippen, en met verpakkingen kunt u allerlei schitterende kunstwerkjes ineen knutselen ...



95/ KLEEF EEN 'STOP RECLAME'-STICKER OP DE BRIEVENBUS

Wordt u ook overspoeld door brochures die ongelezen naar de papierzak verhuizen? Met de 'Stop Reclame»-sticker van Leefmilieu Brussel – BIM op uw brievenbus gekleefd, vermijdt u dat er reclameen/of gratis nieuwsbladen in worden gestopt. Dat scheelt u al snel 2 kilo papier per maand! Neem contact op met de distributeurs om toch de specifieke reclame te blijven ontvangen die u werkelijk interesseert.

96/ HERGEBRUIK VERPAKKINGEN

Kantoorwerkzaamheden, afgedankte archieven of klassementen? Recupereer de ordners, mappen en andere bruikbare inlegvellen.

97/ VERZAAK AAN DE PAPIEREN TELEFOONGIDSEN

Bent u gewoon internet te gebruiken en hebt u geen papieren telefoongids nodig? Vul dan het elektronische formulier in op de website www.1307.be. Uw naam wordt geschrapt uit de distributielijsten van de volgende papieren telefoongidsen, Witte Gids en Gouden Gids.



GOED OM TE WETEN

U kunt zich inschrijven op de 'Robinson-lijst' via www.robinsonlist.be of via post-adres Robinson Service, Heizel-Esplanade, bus 46 in 1020 Brussel. De commerciële firma's die deelnemen aan dit project, verbinden zich ertoe uw naam uit hun reclamebestanden te verwijderen. Ook dat bespaart u een flinke hoeveelheid papier...

MEER INFORMATIE?

Wilt u nog meer energie besparen, nog meer afval voorkomen, nog beter het leefmilieu beschermen? Wij hebben nog meer tips voor u...

98/ INVESTEER

U kunt het milieu beschermen en energie besparen dankzij kleine, alledaagse handelingen, maar ook door een reeks investeringen. Denk aan het thermisch isoleren van uw woning, de aanschaf van een verwarmingsketel met hoog rendement, de aankoop van huishoudtoestellen met label, de renovatie van de woning met milieuvriendelijke materialen, de heringebruikname van uw regenwaterput, ... Wat energie betreft, betalen deze investeringen zichzelf na een paar jaar terug. En de vele beschikbare premies helpen u daar overigens bij. Wilt u meer weten? Surf naar www.leefmilieubrussel.be of bestel een van de volgende brochures.



99/ MAAK KENNIS MET ONZE ANDERE BROCHURES EN FOLDERS

Al deze documenten zijn gratis: u kunt ze bestellen of downloaden op www.leefmilieubrussel.be

- De brochure «100 tips om energie te besparen»
- De brochure «Renoveren en bouwen - 100 tips om het leefmilieu te sparen en minder energie te verspillen»
- De brochure «Hoe vermijden we gevaarlijk afval?»
- De brochure «Koop slim om minder weg te gooien»
- De brochure «Composteer! De natuur doet de rest»
- De brochure «Tips voor duurzaam en milieubewust gebruik van water in Brussel»
- De brochure «Zonder batterij! Beter voor het milieu»
- De folder «Hergebruiken: schenk, herverkoop ... of koop tweedehands»
- De folder «Zeg nee tegen wegwerpzakken»
- De folder «De juiste verlichting voor het juiste comfort en een beter leefmilieu»
- De fiches «Voeding en leefmilieu»

100/ INFORMEER U OVER ENERGIE EN MILIEU!

Wilt u meer weten over energie en leefmilieu in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest?

Leefmilieu Brussel - BIM

De Milieu- en Energieadministratie van het Brussels Hoofdstedelijk Gewest

Dienst Info-Leefmilieu

Gulledelle 100

1200 Brussel

Tel.: 02 775 75 75

E-mail: info@ibgebim.be

Internet: www.leefmilieu.be



02 775 75 75
www.leefmilieubrussel.be

Redactie : Fade In

Layout : L. Defaweux

Herlezingcomité : M. Mergam, J. Van Bambeke, R. De Laet, L. Grippa

Coördinatie : M. Mergam

Wettelijk gedeponneerd : D/5762/2007/2

Verantwoordelijke uitgevers : J.P. Hannequart & E. Schamp - Gulledele 100 - 1200 Brussel

Gedrukt met plantaardige inkt op gerecycleerd papier

Fotokrediet (©) :

Aude Vanlathem : cover

C. Carbonnelle : p. 2, p. 7, p. 8, p. 11, p. 12, p. 17, p. 16, p. 23, p. 26, p. 27

Corel : p. 6

M. Desager : p. 9, p. 14, p. 25 (rechtsboven)

APERe : p. 22 (linksboven)

Spullenhulp : p. 25