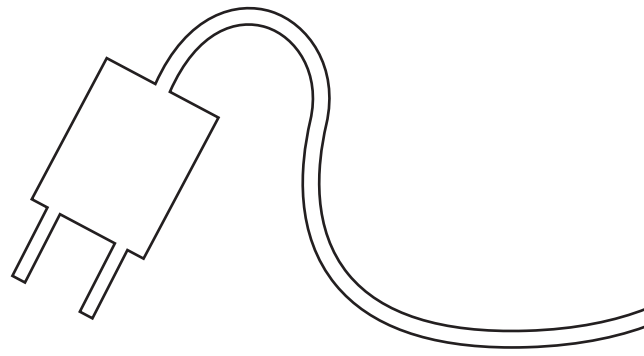


WAT DOE JIJ UIT?

op 10 oktober



10 LIFESTYLE TIPS

Op 10 oktober brengen we samen de nationale elektriciteitsmeter omlaag. Hoe? Gewoon door iets uit te doen. Ook jij kunt het verschil maken!

1 Zet de spieren aan het werk

Niet overal is stroom voor nodig. Voor sommige apparaten zijn er ook alternatieven op spierkracht: denk aan de tandenborstels, blikopeners en de citruspers. Op 10 oktober ruilen we alle 'gadgets' en handige apparaten in voor fysieke kracht.

2 Grootverbruikers

Warme dag vandaag? Wuif jezelf wat koelte toe en kleedt jezelf in laagjes zodat je makkelijk iets aan of uit kunt doen. De aircó is namelijk een echte energieslurper, net als het waterbed en de vijverpomp. Pas ook op met een oude koelkast, die 'vreet' energie. Lees meer op (www.milieucentraal.nl)

3 Doe het licht uit

Vanavond is het tijd voor een romantisch diner bij kaarslicht! Doe het licht uit in ruimtes waar je geen gebruik van maakt. Voor ruimtes waar je vaak in en uit gaat, zoals de gang en het toilet, maar ook voor buitenverlichting kan een licht- of bewegingssensor uitkomst bieden.

4 Laat de boel de boel

Een korte maar krachtige tip: Vandaag heb jij een mooi excuus om alles uit te laten. Je stofzuiger, je wasmachine, je vaatwasser etc. En vooral ook niets bakken in je elektrische oven. Gewoon even op de bank relaxen met een groot glas wijn. Morgen weer een dag.

5 Warm bed

Ben je een koukleum en wil je het niet te koud hebben als je 's avonds naar bed gaat? Maak dan gebruik van een kruik of een oversized trui van vriend(in)lief in plaats van de verwarming of elektrische deken. Dit bespaart een hoop en in je bed is het heerlijk warm!

6 Natuurlijk

Hoe graag vrouwen ook elke dag hun haar mooi in model föhnen, laat de haardroger een dagje links liggen. Dit geldt natuurlijk ook voor de stijl-, of krultang. Gaan we een dagje voor de naturele look.

7 Stand-by gebruik

Een apparaat verbruikt nog steeds elektriciteit wanneer het in stand-by staat. Zet het apparaat dus echt helemaal uit. Stekker eruit! Of gebruik hiervoor eventueel een stekkerblok met aan/uit-schakelaar.

8 Volle bak

Natuurlijk wil je voorzichtig doen met dat ene kasjmieren truitje, maar was deze wel samen met andere (fijne) was. Was deze volle trommel ook nog op een lage temperatuur (30 graden), dat scheelt veel elektriciteit!

9 Lekker efficiënt

's Avonds de televisie aan laten staan terwijl je in slaap valt is niet zo milieuvriendelijk. Kijk een spannende film of een boeiende romantische komedie zodat je de televisie nauwkeuriger kunt zetten (het liefst met de stekker er uit!)

10 Gezellig groen

Nodig vandaag al je vrienden en vriendinnen bij je thuis uit voor een 'raw food' etentje. Dat scheelt pas elektriciteit!

MEER INFO

1010nl.org

10:10
THE ENERGY
CHALLENGE