‘Ik douch me nooit en maak zelf tandpasta'

De Standaard 30 JANUARI 2013 | PAUL DEMEYER

**Ze douchen nooit, hebben geen stofzuiger of vaatwasmachine en maken hun tandpasta zelf. Evelien Matthijssen, haar man en twee kindjes leven donkergroen in de Ardennen en dat houdt hun energierekening extreem laag. ‘Maar schilder ons niet af als hippies.'**

Evelien Matthijssen (31) leeft met haar vriend Marcel (34) en de kindjes Olaf (3 jaar) en Linde (17 maanden) in het Ardense stadje Vielsalm. Voordien woonden ze in Essen bij Antwerpen, maar het gezin wilde dichter bij de natuur leven. De verhuis had één nadeel: er moest een auto gekocht worden. Evelien is leerkracht en raakt anders niet op haar werk.

Voor de rest wordt alles gedaan om energiezuinig te leven. Per maand betalen ze 10 euro voor elektriciteit en 8 euro voor water. Ze proberen die prijzen nog naar beneden te halen en houden daarvoor lijstjes bij, op de enveloppen waarin de energiefacturen toekomen.

Om elektriciteit te besparen wordt een eenvoudige truc toegepast: weinig elektrische apparaten. Geen koffiezet, geen stofzuiger, geen vaatwas, geen droogkast, geen microgolfoven, geen stereo of tv, geen diepvriezer en zelfs geen ijskast. De lampen zijn energiezuinig en laten we zo veel mogelijk uit. De lampen die branden zijn vaak op zonne- of bewegingsenergie.

Het koppel bedenkt alternatieven: vegen in plaats van stofzuigen, wakker worden met een opwindbare wekker in plaats van met een elektrische. Groenten blijven fris in de garage, in een bak met wat nat zand, en het gras wordt met een zeis gekort in plaats van met een grasmachine.

De waterbesparing is nog spectaculairder. Een gemiddelde Belg betaalt per dag voor 120 liter water. Evelien houdt het op acht liter. Handen wassen, de tafel poetsen en afwassen doet ze met regenwater. De wasmachine en het toilet zijn aangesloten op een waterput in de tuin.

‘Mijn man en ik wassen ons aan de wastafel', zegt Evelien. ‘Zonder zeep, want die droogt de huid uit en dan moet je toch weer vet aanbrengen. Tandenpoetsen doen we wel, maar met zelfgemaakte tandpasta op basis van natriumbicarbonaat. Daaraan zijn een paar druppeltjes etherische pepermuntolie toegevoegd voor de smaak. De kinderen krijgen wel een warm bad: twee maal per week. Zo leven maakt ons zeker niet ongezond. We zijn niet vaak ziek. Allicht ook door de gezonde Ardennen-lucht.'

‘Koken doen we op ga omdat dit veel energiezuiniger is en fijner kookt. De oven is vervangen door de wonderpan. Je moet enkel de pan verwarmen en geen hele oven waardoor je minder ruimte moet verwarmen en dus elektriciteit bespaart. Water koken doen we niet met een waterkoker, maar met een fluitketel, dit is veel energiezuiniger.’

Het hele jaar door is de temperatuur in het huis van Evelien 16°C. Ze houden zich warm door dikke kleren en warme dekentjes. ‘Het huis is goed geïsoleerd zodat de warmte binnen blijft en de koude buiten blijft, maar we zijn de koude temperatuur ook gewoon geworden.’

# Wie als kind niet energiezuinig leerde leven, doet het later ook niet

De Standaard 14 APRIL 2008

**Maarten Hens (37) en Veerle Vlassak (37) en hun vier kinderen, gingen meer dan twee maanden geleden de uitdaging aan om energiezuinig te leven. Ze schreven zich in via de nieuwe campagne van het WWF, de 'Climate Impact Reducer'. De campagne bestaat uit vier delen - mobiliteit, wonen, reizen en voeding - waarbij mensen engagementen kunnen aangaan. De afgelopen weken ging de familie Hens na hoe ze hun energieverbruik in de woning konden verminderen.**  
'We zijn overgeschakeld op groene stroom', vertelt Maarten. Hens. 'We zijn klant bij Nuon en hebben via de website ons contract overgezet van “pakket comfort, naar “pakket nature,, waardoor alle energie van groene stroom komt. We hebben de meerprijs berekend en komen uit op 7 euro extra op jaarbasis, dat is dus verwaarloosbaar. Op 1 mei gaat ons nieuwe contract in.'  
  
Veel engagementen die WWF aanbood, deed de familie Hens al. 'Ons gebruik van de verwarming was al erg efficiënt met een timer, zodat de ketel afslaat als we weggaan en pas aanslaat als we terug thuis komen. Kamers die we niet gebruiken, verwarmen we niet en als we de kamer uitgaan, doen we het licht uit. Dat leek ons allemaal erg evident. Maar toen we eens navraag deden bij vrienden en collega's, bleek dat niet iedereen zo leeft en dat er nog altijd heel wat mensen zijn die in huis één constante temperatuur hebben en lichten laten branden. Opvoeding blijkt een belangrijke rol te spelen. Wie het als kind met de paplepel heeft meegekregen om deuren dicht te doen en lichten uit te doen, doet het op latere leeftijd nog. Wie dat niet heeft geleerd, doet het later ook niet.'  
  
De familie Hens ging wel zelf na wat ze nog kon doen om haar verbruik te verminderen. Ze haalde bij de gemeente een energiemeter om het verbruik van de toestellen te meten.  
'We waren verbaasd hoeveel onze diepvriezer verbruikt, namelijk 228 kilowattuur per jaar. We hebben hem volledig ontdooid en ijsvrij gemaakt, maar tot onze verbazing maakte dat qua verbruik geen enkel verschil', vertelt Maarten Hens. Hij ging ook het sluimerverbruik na.  
  
'De modem van onze telefoon en computer verbruikt het meest, maar omdat de modem van de telefoon en het internet dezelfde is, kunnen we die niet afzetten. Voor andere toestellen hebben we een tussenschakelaar geplaatst om het sluimerverbruik uit te schakelen, maar eigenlijk levert dat weinig op. In één kamer hebben we gloeilampen vervangen door spaarlampen, maar in de rest van de woning gebruiken we halogeenlampen en die zijn moeilijk door spaarlampen te vervangen.'   
  
Hens stelt vast dat hij door rationeel energieverbruik in de woning weinig op elektriciteit kan besparen, maximum 30 euro per jaar. 'Financieel is de stimulans dus erg beperkt om je gedrag aan te passen', concludeert hij. Dat komt volgens hem omdat hun elektriciteitsverbruik al erg laag is, onder meer omdat ze op gas koken. 'We verbruiken jaarlijks zo'n 2.000 kilowattuur aan elektriciteit, tegenover 20.000 kilowattuur voor verwarming. Als we dus echt energie willen besparen, dan moeten we ons aardgasverbruik verminderen en dan kom je er met je gedrag alleen niet. Dan moet je investeren in isolatie.'