

## MILIEU CENTRAAL DOE HET ZELF ACTIELIJST

**Aan de slag met duurzaam leven? Er zijn heel wat acties die jij zelf kunt uitvoeren. Sommige zijn geschikt voor de doorgewinterde klusser (zoals het isoleren van je schuine dak), andere zijn zelfs voor mensen met twee linkerhanden nog goed te doen. Zo maak je met een kleine investering heel wat stappen voor een beter klimaat.**

Waar kan je dan aan denken? En hoe pak je het aan? Milieu Centraal inspireert je graag met een actielijst vol doe-het-zelf ideeën. Op onze website vind je de bijbehorende tips en instructies. Dus stel je eigen lijst samen, ruim wat tijd in, roep hulptroepen erbij, en ga aan de slag! Hoeveel acties krijg jij in een weekend voor elkaar?

Ben jij een handige Harry? Een tuinliefhebber? Een opgeruimd type? Voor iedereen zijn er geschikte acties.

### Acties voor handige Harry's

*Handige Harry's kunnen punten scoren door zelf het huis te isoleren of een groen dak neer te leggen. Dit zijn acties die iets meer tijd en investering vragen, maar daar krijg je dan ook heel veel waardering voor terug.*

#### **Doe de isolatiezelfscan**

Met de isolatie-zelfscan ontdek je hoe goed de isolatie is in je woning en krijg je advies over wat je kunt verbeteren. Je loopt in een paar stappen je huis door, vult in hoe dik je isolatie is, en krijgt inzicht in wat voor jouw situatie de beste eerste stap is.

*Moeilijkheidsgraad: \*\**

*Tijdsinvestering: 15 minuten*

*Nodig: aansteker, rolmaat*

→ [Vertel mij meer over de isolatie-zelfscan](#)

→

#### **Isoleer je vloer**

Handige klussers kunnen zelf de onderkant van de vloer op de begane grond isoleren. Je bespaart daarmee op de kosten voor uitvoering en het levert je warmere voeten en een lager energieverbruik op!

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\*\*\**

*Tijdsinvestering: 2 dagen*

*Nodig: isolatiemateriaal, dampremmende folie, beschermende kleding, gereedschap*

→ [Laat me zien hoe ik zelf mijn vloer kan isoleren](#)

#### **Isoleer je schuine dak aan de binnenkant**

Heb je een schuin dak? Dan kan je als doe-het-zelver zelf isolatiemateriaal aanbrengen aan de binnenkant van het dak. Je betaalt alleen voor het materiaal en bespaart daarmee op de kosten.

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\*\*\**

*Tijdsinvestering: 1 dag*

*Nodig: isolatiemateriaal, klimaatfolie of dampremmende folie, beschermende kleding, gereedschap*

→ [Laat me zien hoe ik mijn schuine dak kan isoleren](#)

### **Plaats voorzetwanden**

Buitenmuren kun je aan de binnenkant isoleren door zelf voorzetwanden te plaatsen. Je kunt dit doen met glas- of steenwol. Of je kiest voor dunnere hardschuimplaten.

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\*\*\**

*Tijdsinvestering: 1 dag*

*Nodig: isolatiemateriaal, dampremmende folie, houten latten, beschermende kleding, gereedschap*

- [Vertel me meer over glas- of steenwol](#)
- [Vertel me meer over dunnere hardschuimplaten](#)

### **Plaats isolerende raamfolie**

Heb je enkel of dubbel glas en ben je niet in staat om het glas te vervangen voor HR++ of triple glas? Dan zou je tijdelijk isolerende raamfolie kunnen plaatsen. Hiermee kun je de isolatiewaarde van enkel en dubbel glas verbeteren.

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\**

*Tijdsinvestering: 1 dag*

*Nodig: raamfolie, gereedschap*

- [Vertel me meer over isolerende raamfolie](#)

### **Plaats isolerende raambekleding**

Heb je enkel of dubbel glas en ben je niet in staat om het glas te vervangen voor HR++ of triple glas? Dan zou je isolerende raambekleding kunnen plaatsen. Deze helpt de warmte binnen te houden.

*Moeilijkheidsgraad: \*\**

*Tijdsinvestering: 1 dag*

*Nodig: isolerende raambekleding, gereedschap*

- [Laat me zien welke raambekleding hiervoor geschikt is](#)

### **Kort je gordijnen in**

Vallen je gordijnen over je warme radiator? Dan wordt de warmte niet goed verspreid door de ruimte. Kort je gordijnen in en zorg ervoor dat de radiator vrij is.

*Moeilijkheidsgraad: \*\**

*Tijdsinvestering: halve dag*

*Nodig: naaigereedschap*

### **Sluit een klokthermostaat of slimme thermostaat aan**

Je kunt energie besparen door slim met je verwarming om te gaan. Een klokthermostaat of slimme thermostaat kan je hierbij helpen.

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\**

*Tijdsinvestering: 1 uur*

*Nodig: thermostaat, gereedschap*

- [Vertel me meer over een klokthermostaat](#)
- [Vertel me meer over een slimme thermostaat](#)

### **Repareer je oude fiets**

Heb je nog een ongebruikte, oude of kapotte fiets staan? Herstel hem in ere, ga er zelf mee fietsen, of doneer hem.

*Moeilijkheidsgraad: \*\**

*Tijdsinvestering: halve dag*

*Nodig: gereedschap, fietsonderdelen*

### **Leg een groen dak aan**

Een groen dak vangt water op, biedt voedsel voor insecten en werkt verkoelend in de zomer. Daarbij ziet het er ook nog eens leuk uit én draagt het bij aan een gezonde en prettige leefomgeving voor jouw buurt.

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\*\**

*Tijdsinvestering: 1 dag*

*Nodig: (kant en klaar) sedumpakket, gereedschap, bezem, tuinsproeier*

→ [Vertel me meer over een groen dak](#)

### **Installeer infiltratiekragen**

Infiltratiekragen vergroten de hoeveelheid regenwater die je tuin kan opvangen. De kragen zitten onder de grond, vangen het regenwater op en geven het water in de loop van de volgende dagen langzaam af aan de omliggende grond.

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\**

*Tijdsinvestering: halve dag*

*Nodig: infiltratiekragen, emmer, geotextiel, zandvanger, PVC-buizen en bochten, grind, zand of steenslag, PVC-lijm*

→ [Laat me zien hoe ik infiltratiekragen installeer](#)

### **Repareer elektrische apparaten**

Voor de meeste apparaten geldt dat je er het beste zo lang mogelijk mee kunt doen. Heb jij apparaten in huis die stuk zijn? Zoals een koffiezetapparaat of telefoon? Repareer ze dan. Je kan ook bij een Repair Café langsgaan, vrijwilligers helpen je dan met jouw reparatie.

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\**

*Tijdsinvestering: halve dag*

*Nodig: gereedschap, onderdelen*

→ [Vertel me meer over repareren](#)

### **Maak naden en kieren dicht**

Ga op onderzoek uit in je woning en spoor alle naden en kieren op. Je kunt deze zelf dichtmaken met isolatiemateriaal dat speciaal voor naden en kieren is gemaakt.

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\**

*Tijdsinvestering: halve dag*

*Nodig: isolatiemateriaal (zoals tochtband of kit), gereedschap*

→ [Laat me zien hoe ik naden en kieren vind en dichtmaak](#)

## Acties voor drukke mensen

*Wil je energie besparen, maar heb je weinig tijd om flink te klussen? Besparen kan al met een paar kleine aanpassingen in je woning. Eén keer in actie komen, en daarna ongemerkt besparen.*

### **Plaats een deurveer**

Een deurveer (of deurdranger) zorgt ervoor dat de deur naar je woonkamer, studeerkamer of keuken automatisch dichtgaat. Handig als je vaak in- en uit je verwarmde kamer loopt en de deur vaak vergeet dicht te doen. Met een deurveer gaan de deuren van verwarmde ruimtes automatisch dicht en verlies je veel minder warmte.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 15 minuten*

*Nodig: deurveer*

→ [Vertel me meer over het plaatsen van een deurveer](#)

### **Plaats een waterbesparende douchekop**

Een waterbesparende douchekop laat maximaal 7,2 liter per minuut door en doucht net zo lekker als iedere andere douchekop. Daarmee bespaar je op water en energie.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 15 minuten*

*Nodig: waterbesparende douchekop*

→ [Laat me zien waar ik op moet letten](#)

### **Plaats een thermostaatkraan in de douche en/of keuken**

Een thermostaatkraan brengt de temperatuur van het warme water sneller op peil. Dat is comfortabel en je bespaart op water en energie.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 15 minuten*

*Nodig: thermostaatkraan, gereedschap*

→ [Vertel me waarom een thermostaatkraan loont](#)

### **Plaats waterbesparende mondstukken**

Waterbesparende mondstukken en doorstroombegrenzers besparen water zonder dat je dat doorhebt. Vervang je huidige mondstukken op je kranen voor een waterbesparende. Dat scheelt bij warm water ook in je energieverbruik!

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 15 minuten*

*Nodig: waterbesparende mondstukken, gereedschap*

→ [Vertel me waarom mondstukken en doorstroombegrenzers handig zijn](#)

### **Plaats een radiatorventilator**

Heb je een radiator met een dubbele of driedubbele plaat? Een radiatorventilator blaast lucht langs de platen waardoor je kamer sneller opwarmt. Hiermee bespaar je energie want de verwarming hoeft minder hard te werken.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 15 minuten*

*Nodig: radiatorventilator, bevestigingsmateriaal*

→ [Vertel me meer over radiatorventilatoren](#)

→

#### **Plaats radiatorfolie tussen buitenmuur en radiator**

Zitten jouw radiatoren tegen een ongeïsoleerde buitenmuur? Plaats dan [radiatorfolie](#) tussen de muur en de radiator om te voorkomen dat de warmte via de muur naar buiten toe verloren gaat.

*Moeilijkheidsgraad: \*\**

*Tijdsinvestering: 1 uur*

*Nodig: radiatorfolie, tape of magneetjes, gereedschap*

→ [Vertel me meer over radiatorfolie](#)

#### **Isoleer verwarmingsleidingen**

Leidingen van de verwarming lopen soms door ruimtes die je niet verwarmt. Op die plekken kun je de leidingen isoleren zodat er geen warmte verloren gaat. En let op: isoleer je drinkwaterleiding niet.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 1 uur*

*Nodig: isolatiemateriaal voor buizen, tape, gereedschap*

→ [Vertel me meer over het isoleren van leidingen](#)

#### **Plaats een douchetimer**

Korter douchen bespaart op zowel water als energie. Met een douchetimer (bijvoorbeeld een zandlopertje) wordt het makkelijk om je douchebeurt kort te houden.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 15 minuten*

*Nodig: douchetimer*

→ [Vertel me meer over een douchetimer](#)

#### **Plaats ledlampen**

Oude gloei- of halogeenlampen verbruiken onnodig veel energie. Het is slim deze meteen te vervangen, ook als ze het nog doen. Een ledlamp is 90% zuiniger dan een gloeilamp en verbruikt 85% minder stroom dan een halogeenlamp. Ledlampen zijn er in vele kleuren, vormen en formaten.

*Moeilijkheidsgraad: \*\**

*Tijdsinvestering: halve dag*

*Nodig: ledlampen*

→ [Vertel me meer over ledlampen](#)

#### **Doe een tweede vriezer of koelkast de deur uit**

Een vriezer of koelkast verbruikt energie om de temperatuur op peil te houden. Heb je geen tweede koelkast of vriezer nodig? Dan kan je hem dus beter uitzetten of helemaal weg doen. Je

kunt 'm beter niet verkopen of naar de kringloop brengen. Het beste is om de koelkast of vriezer te recyclen via een witgoedwinkel of de milieustraat.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 15 minuten*

*Nodig: aanhanger of grote auto om de koelkast/vriezer te vervoeren*

→ [Vertel me meer over een tweede koelkast of vriezer](#)

#### ***Doe energieslurpers de deur uit***

Sommige apparaten verbruiken erg veel energie, dit noemen we energieslurpers. Denk aan een waterbed of een elektrische kachel. Wellicht kunnen ze de deur uit, of vind je een geschikt alternatief.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: -*

*Nodig: -*

→ [Vertel me meer over energieslurpers](#)

#### ***Laad je wasmachine en vaatwasser goed vol***

Door je wasmachine en vaatwasser goed vol te stoppen voordat je hem aanzet, bespaar je energie. Je wasmachine is vol als er nog een vuist aan ruimte past tussen de was en de trommel. Gebruik ook het eco-programma als dat mogelijk is.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: -*

*Nodig: -*

→ [Vertel me meer over zuinig wassen](#)

→ [Vertel me meer over het zuinig gebruiken van mijn vaatwasser](#)

#### ***Vervang een oude koelkast of vriezer***

Koelkasten en vriezers zijn veel energiezuiniger geworden de laatste jaren. Oudjes kun je dus beter vervangen voor een nieuwe. Is die van jou 10 jaar of ouder, dan kan je hem het beste vervangen. Kies voor een nieuwe met een zuinig energielabel: hoe groener het label, hoe zuiniger het apparaat.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: -*

*Nodig: -*

→ [Vertel me meer over zuinige koelkasten en vriezers](#)

### **Acties voor opgeruimde types**

Houd jij van overzicht en orde? Dan zijn deze acties voor jou.

#### ***Verzamel bakjes/zakjes/labels voor het bewaren van restjes***

Kliekjes zijn goed in de koelkast te bewaren in een afgesloten bakje. Leg dus een mooie voorraad aan. Denk aan oude verpakkingen, bakjes van afhaalmaaltijden of bakjes bij de kringloop.

*Moeilijkheidsgraad: \**

Tijdsinvestering: -

Nodig: -

→ [Vertel me meer over het bewaren van restjes](#)

### **Ruim je voorraadkast op**

Ga eens door je voorraadkast en/of koelkast en maak een handige indeling. Zet producten die het eerst op moeten vooraan in de kast.

Moeilijkheidsgraad: \*

Tijdsinvestering: 15 minuten

Nodig: -

### **Richt je eigen afvalscheidingsstation in**

Zorg voor een handige vaste verzamelplek voor elk type afval: papier, glas, gft, en textiel. Zorg voor voldoende ruimte en dat je er goed bij kunt.

Moeilijkheidsgraad: \*

Tijdsinvestering: 30 minuten

Nodig: bakken om afval in te verzamelen

→ [Geef me tips voor het scheiden van afval](#)

### **Doe de afvalquiz**

Weet jij in welke afbakbak de pizzadoos hoort? En het theezakje? Doe de afvalquiz en kom erachter of jij nog beter kunt scheiden. Of zoek het op in de afvalscheidingswijzer.

Moeilijkheidsgraad: \*

Tijdsinvestering: 5 minuten

Nodig: -

→ [Vertel me meer over de afvalquiz](#)

→ [Ontdek de afvalscheidingswijzer](#)

### **Ga zwerfafval opruimen**

Zwerfafval is slecht voor natuur, dier en mens. Een opruimactie is dus een goed idee. Organiseer een actie met je gezin, burens, familie of vrienden. Ga eropuit en ruim je buurt op. In sommige gemeentes kan je gratis grijpers en afvalringen lenen of krijgen!

Moeilijkheidsgraad: \*

Tijdsinvestering: zo lang als je wil

Nodig: vuilniszak, grijper, handschoenen

→ [Vertel me meer over zwerfafval](#)

### **Kook op maat**

Voorkomen dat je eten weggooit is altijd de moeite waard: met het eten gooi je immers geld en energie weg. Zonde toch? Probeer op maat te koken door je eten af te meten.

Moeilijkheidsgraad: \*

Tijdsinvestering: 5 minuten

Nodig: weegschaal, maatbeker of eetmaatje

→ [Vertel me meer over koken op maat](#)

#### **Poets duurzamer**

Gebruik bij het schoonmaken niet te veel warm water en doseer je schoonmaakmiddelen goed. Doe producten met vluchtige organische stoffen, zoals bepaalde spuitbussen of glasreinigers de deur uit.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: -*

*Nodig: -*

→ [Vertel me meer over duurzaam schoonmaken](#)

→ [Check de keurmerkenwijzer voor schoonmaakmiddelen](#)

→

#### **Plak een nee/nee of nee/ja sticker**

Met een nee/nee of een nee/ja sticker voorkom je onnodige reclamefolders en beperk je het gebruik van papier, inkt en energie voor productie, vervoer en afvalverwerking. Gemiddeld krijg je 26 kilo aan papier per jaar op je deurmat aan reclamefolders en huis-aan-huis bladen.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: een ritje naar de gemeente*

*Nodig: nee/nee of nee/ja sticker (gratis op te halen bij jouw gemeente)*

→ [Vertel me meer over besparen op reamedrukwerk](#)

## **Acties voor slimmerds**

Zet je hersens aan het werk. Deze acties zijn voor slimme mensen.

#### **Verdiep je in keurmerken**

Loop de producten in je keuken eens na en verdiep je in de keurmerken die erop staan. Wat zeggen deze keurmerken? Zijn er alternatieven die beter scoren?

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 1 uur*

*Nodig: keurmerkenwijzer*

→ [Vertel me waar ik op moet letten bij keurmerken](#)

→ [Direct naar de Keurmerkenwijzer](#)

#### **Neem je voorraadkast en koelkast eens door**

Voedselverspilling voorkom je door je producten slim te bewaren. Weet jij bijvoorbeeld wat er wel en niet in koelkast hoort? En wat de verschillende houdbaarheidsdata betekenen?

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 5 minuten*

*Nodig: -*

→ [Vertel me hoe ik voedsel slim kan bewaren](#)

#### **Gebruik een energieverbruiksmanager**



Een energieverbruiksmanager geeft je inzicht in je stroom- en gasverbruik en maakt het makkelijker om te besparen.

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\**  
*Tijdsinvestering: halve dag*  
*Nodig: energieverbruiksmanager*

→ [Vertel me meer over de energieverbruiksmanager](#)

#### **Koop seizoensgroente en fruit**

Sta bij de keuze van je groente en fruit eens stil bij waar het vandaan komt en welke impact dat heeft. Kies eens voor groente en fruit van een akker in Nederland tijdens het vollegrondseizoen.

*Moeilijkheidsgraad: \**  
*Tijdsinvestering: 5 minuten*  
*Nodig: -*

→ [Vertel me meer over seizoensproducten](#)

#### **Check de bandenspanning van je autobanden**

Met banden die goed op spanning zijn, verbruik je minder brandstof. Bovendien zorgen opgepompte banden voor een veilige remweg, minder slijtage van je banden en een kleiner risico op een klapband.

*Moeilijkheidsgraad: \*\**  
*Tijdsinvestering: 15 minuten*  
*Nodig: een bandenspanningsmeter (die vind je bij een tankstation)*

→ [Laat me zien hoe ik dit moet doen](#)

### **Acties voor durfals**

Klaar om eens iets anders te proberen?

#### **Maak een vegetarische of vegan avondmaaltijd**

Vlees is een belangrijke bron van eiwitten, maar niet de enige. Voor het milieu kun je beter kiezen voor plantaardige producten (zoals peulvruchten, sojaburgers en tofu). Dus zoek een lekker recept uit, en maak eens een maaltijd zonder vlees.

*Moeilijkheidsgraad: \**  
*Tijdsinvestering: -*  
*Nodig: lekkere recepten*

→ [Vertel me meer over de voordelen van plantaardig eten](#)

#### **Probeer een elektrische deelauto uit**

Een eigen auto voor de deur geeft gemak, maar kost ook veel geld. Als je niet veel rijdt is een auto delen of huren soms goedkoper én beter voor het milieu. Probeer het eens uit.

*Moeilijkheidsgraad: \*\**  
*Tijdsinvestering: -*  
*Nodig: een app op je telefoon waarmee je een auto kunt huren of delen*

→ [Vertel me meer over autodelen](#)

#### [Plan je volgende vakantie klimaatbewust](#)

Vakantie vieren is leuk. Helaas heeft reizen ook impact op het klimaat. Het goede nieuws is dat je deze impact kunt verkleinen! Hoe? Check het in de Klimaatwijs op vakantie tool.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 10 minuten*

*Nodig: -*

→ [Ontdek de Klimaatwijs op vakantie tool](#)

#### [Pak de fiets of het ov in plaats van de auto](#)

Voor korte ritjes is de fiets vaak een prima alternatief. Ook het ov is een duurzame optie. Dus laat de auto een keertje staan.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: afhankelijk van je rit*

*Nodig: fiets of ov-kaart*

→ [Vertel me meer over de voordelen van duurzaam vervoer](#)

#### [Organiseer een kledingruil](#)

Een kledingruil is een leuke manier om nieuwe kleding te krijgen, zonder dat de kleding nieuw gemaakt moet worden. Dus roep je familie of vrienden bij elkaar en ruilen maar.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: -*

*Nodig: mooie kleding die je niet meer draagt*

→ [Laat me zien hoe ik een kledingruil kan organiseren](#)

## **Acties voor tuinliefhebbers**

Herstel je tuin in ere. Met een slim ontwerp, heb je minder onderhoud, wordt je tuin een paradijs voor jezelf, insecten en dieren én ben je beter voorbereid op de gevolgen van klimaatverandering.

#### [Vervang tegels voor groen](#)

Een groene tuin is het beste voor het milieu. Deze neemt water op en is een goede omgeving voor dieren, vogels en insecten. Door een slim tuinontwerp valt het onderhoud mee.

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\**

*Tijdsinvestering: een dag*

*Nodig: tuingereedschap, planten, gras*

→ [Laat me zien hoe ik tegels kan vervangen voor groen](#)

#### [Zorg voor goede waterdoorlating van verharde stukken](#)

De milieuvriendelijkste bestrating is geen bestrating. Maar wil je toch een pad of terras maken let er dan op dat het water makkelijk weg kan. Denk aan waterdoorlatende klinkers, een terras met brede voegen of halfverharding.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 1 dag*

*Nodig: waterdoorlatende klinkers of halfverharding zoals boomschors of houtsnippers*

→ [Vertel me meer over milieuvriendelijke bestrating](#)

### **Leg een geveltuintje aan**

Heb je geen voortuin? Je kunt wellicht een geveltuintje maken door langs je gevel een paar tegels weg te halen en daar planten neer te zetten.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: halve dag*

*Nodig: tuingereedschap, aarde, planten*

→ [Vertel me hoe ik een geveltuintje kan aanleggen](#)

### **Plaats een regenton**

Regenwater dat op een dak valt, kun je opvangen en opslaan in een regenton. Handig om in droge periodes je tuin of planten op je balkon water mee te geven.

*Moeilijkheidsgraad: \*\*\**

*Tijdsinvestering: 2 uur*

*Nodig: regenton, vulautomaat, PVC-lijm, schuurpapier, regentonvoetstuk of tegels, bladvanger*

→ [Vertel me hoe ik een regenton kan installeren](#)

### **Koppel regenpijp af**

Het afkoppelen van je regenpijp betekent dat regenwater niet meer het riool in stroomt. Het water stroomt naar de tuin of wordt ondergronds opgevangen. Goed voor de natuur, milieu en riool.

*Moeilijkheidsgraad: \*\**

*Tijdsinvestering: 1 uur*

*Nodig: afvoerpijp, deksel voor rioolpijp, een steen of tegel*

→ [Vertel me hoe ik mijn regenpijp kan afkoppelen](#)

### **Creëer schuilplekken in je tuin**

Wil je een tuin waarin insecten, vogels en andere dieren zich thuis voelen? Houd daar dan rekening mee bij de inrichting. Een groene tuin is aantrekkelijk voor allerlei beestjes en daarmee voorkom je plagen. Zorg voor voldoende voedsel, schuilplekken en nestmogelijkheden, dan wordt je tuin vanzelf door ze ontdekt.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 15 minuten*

*Nodig: waterschaaltje, eventueel ook nestkasjes*

→ [Vertel me meer over schuilplekken voor insecten en dieren in mijn tuin](#)

### **Maak een bijen- of insectenhotel**

Bijen en hommels zijn belangrijk voor de natuur en ons voedsel maar de laatste jaren sterven er meer bijen dan normaal. Met een eigengemaakte bijenhotel creëer je een bijenvriendelijke tuin.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 1 uur*

*Nodig: rietstengels of bamboestokken, klei, vogelhuisje, dunnere houtblokjes, zaag*

→ [Laat me zien hoe ik zelf een bijenhotel maak](#)

## **Acties voor shoppers**

Hou jij van winkelen en kan je wel tips gebruiken om dit duurzamer te doen? De volgende tips helpen je op weg.

### *Neem een eigen tas mee naar de winkel*

Door je eigen tas mee te nemen, voorkom je dat je elke keer een plastic tas aanschaft. Een makkelijke manier om je afval te verminderen.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: -*

*Nodig: een herbruikbare tas en kleinere herbruikbare tassen of netjes voor groenten en fruit*

→ [Vertel me meer over de milieu-impact van plastic en papieren tassen](#)

### *Koop tweedehands of leen*

Heb je iets nieuws nodig? Kijk dan eerst of je het van iemand kan lenen of dat je het tweedehands kan kopen. Want het maken van nieuwe spullen kost veel energie en grondstoffen.

*Moeilijkheidsgraad: \*\**

*Tijdsinvestering: -*

*Nodig: -*

→ [Vertel me meer over delen en lenen](#)

→ [Vertel me meer over tweedehands kopen](#)

→

### *Haal je pakketje op bij een ophaalpunt*

Koop je vaak spullen online? Je kunt dit duurzamer doen door slim te bestellen en slim te laten bezorgen. Bundel je aankopen, bestel op tijd en haal je pakketje lopend of met de fiets op bij een ophaalpunt. Zo voorkom je onnodige kilometers.

*Moeilijkheidsgraad: \**

*Tijdsinvestering: 15 minuten*

*Nodig: -*

→ [Vertel me meer over duurzaam online shoppen](#)