

In 2019 betaal je gemiddeld 23 cent voor een kWh stroom en 79 cent voor een m³ gas. Daarnaast betaal je vaste kosten aan je energieleverancier en de netbeheerder. Hoe ziet jouw energierekening eruit en waar kun je op besparen?

De prijs voor gas en stroom is het afgelopen jaar flink gestegen. En ook de vaste kosten zijn omhoog gegaan. Dat zie je terug op je energierekening: de gemiddelde energierekening is in 2019 zo'n 18 procent hoger dan vorig jaar. Gemiddeld is een huishouden dit jaar € 2.100 per jaar kwijt aan energie: € 1.150 voor gas, € 690 voor stroom en € 260 voor vaste kosten. Aan de vaste kosten kun je niet zo veel doen, maar op die € 1.840 voor gas en stroom kun je wel [besparen](#). Bijvoorbeeld door te isoleren, zuinig te verwarmen en zuinige apparaten te gebruiken.

Klik direct naar

- [Welke kosten betaal ik allemaal voor energie?](#)
- [5 Redenen waarom de energierekening in 2019 hoger is](#)
- [Tips om op je energierekening te besparen](#)
- [Energiebedrijven vergelijken](#)
- [Berekeningen op deze website](#)

Welke kosten betaal ik allemaal voor energie?

Je energierekening is als volgt opgebouwd:

- a. De variabele leveringskosten voor stroom en gas (prijs per kWh en m³).
- b. De vaste leveringskosten van jouw energieleverancier.
- c. De netbeheerkosten.

Daarnaast vind je nog een paar andere posten en woorden op je energierekening, zoals vermindering energiebelasting en correctiefactor. Ook die leggen we kort uit.

- Variabele leveringskosten voor stroom en gas
- Vaste leveringskosten voor stroom en gas
- Vaste kosten netbeheerder
- Andere posten op je energierekening
- Vast of variabel contract

5 Redenen waarom de energierekening in 2019 hoger is

In 2019 is de gemiddelde energierekening € 2100 per jaar (bij een energieverbruik van 3000 kWh stroom en 1470 m³). Dat is € 320 meer dan in 2018: een stijging van 18%. Hoe komt dit?

1. Hogere gasprijs

Het **tarief voor 1 m³ gas** is 12 cent omhoog gegaan, van 67 naar 79 cent. Daarvan komt 5 cent door een stijging van de marktprijs voor gas en 7 cent door een stijging van de energiebelasting en opslag duurzame energie (ODE). Voor 1470 m³ gas komt dit neer op € 180 per jaar.

2. Hogere stroomprijs

Het **tarief voor 1 kWh stroom** is 2 cent omhoog gegaan, van 21 naar 23 cent. Dat komt in z'n geheel doordat de marktprijs is gestegen, de belastingen op stroom zijn ongeveer gelijk gebleven (de ODE is iets omhoog gegaan, maar de energiebelasting iets omlaag). Voor 3000 kWh stroom komt dit neer op € 50 per jaar.

3. Minder teruggave energiebelasting

De overheid heeft de vermindering energiebelasting (een belastingteruggaaf) met ruim € 60 verlaagd, van € 373 naar € 311. Je krijgt in 2019 dus minder geld terug, waardoor de energierekening stijgt.

4. Iets hogere vaste kosten energiebedrijf

Energiebedrijven rekenen vaste kosten voor het leveren van gas en stroom (vastrecht). Ze mogen deze zelf bepalen. Gemiddeld zijn de vaste leveringskosten per jaar zo'n € 65 voor gas en € 65 voor stroom, bij elkaar is dat € 130. In 2018 waren deze kosten € 120 per jaar.

5. Iets hogere vaste kosten netbeheerder

Netbeheerders rekenen voor het gebruik van het gasnet en elektriciteitsnet ook vaste kosten per jaar. Gemiddeld zijn deze netwerkkosten € 440 per jaar. In 2018 waren deze € 420 per jaar.

De netto vaste kosten - de optelsom van vaste kosten netbeheerders, energiebedrijf en de teruggave van energiebelasting - **zijn gestegen** van € 170 in 2018 **naar € 260** in 2019.

Tips om op je energierekening te besparen

1. De beste manier om je energierekening omlaag te brengen is: **minder energie verbruiken**. Wil je weten hoe jij scoort in vergelijking met anderen? [Vergelijk je energieverbruik](#).

2. Door de hogere gasprijs levert het nóg meer op om de **isolatie van je huis te verbeteren**. Veel huizen hebben nog geen [spouwmuurisolatie](#) en [vloerisolatie](#). Samen kost dat gemiddeld 4000 euro, je **bespaart elk jaar € 950**.
3. **Slim verwarmen** kost bijna niets en je kunt er honderden euro's mee besparen. Doe bijvoorbeeld **deuren in huis dicht** en verwarm alleen de kamers waar je bent. Bekijk alle [bespaartips voor verwarming](#).
4. Check eens **hoeveel stroom je apparaten verbruiken**: kies voor een zuinige [koelkast](#) of [wasdroger](#), draai overal [ledlampen](#) in en doe [grote stroomslurpers](#) de deur uit.

Energiebedrijven vergelijken

Het kan de moeite waard zijn om energieleveranciers te vergelijken. Maar staar je niet blind op het tarief per kWh of m³ en ook niet op de vaste kosten. Het ene energiebedrijf hanteert hogere vaste kosten, en wat lagere kosten per kWh stroom en m³ gas. Het andere energiebedrijf doet het andersom: lagere vaste kosten en wat hogere kosten per eenheid gas en stroom. De verschillen tussen energiebedrijven zijn groot: bij de goedkoopste aanbieder betaal je voor de vaste kosten bij elkaar zo'n € 60, bij de duurste zo'n € 200 per jaar. Als je een zuinige gebruiker bent, is het soms slimmer om voor lagere vaste kosten te kiezen.

Tip: vul jouw situatie in op 2 of 3 vergelijkingssites en kijk welke aanbieder er als beste uitkomt. Op alle sites kun je aangeven dat je voor [groene stroom](#) kiest. De meest groene keuze is groene stroom uit Nederland.

Berekeningen op deze website

Milieu Centraal gebruikt bij de berekeningen op deze website het tarief van 23 cent voor 1 kWh en 79 cent voor 1 m³ gas. Deze energieprijzen zijn gebaseerd op een variabel contract dat je meteen kan opzeggen. Veel mensen hebben een vast contract, met iets lagere prijzen.

Overstappen van energieleverancier?
Check dan de volgende vergelijkingssites.

www.pricewise.nl

www.gaslicht.com

Website Zoeterwoude Duurzaam: <https://zd2030.nl/>

Bron : [Milieu Centraal](#)