

woonbewuster

The background of the cover is a photograph of a modern living room. In the foreground, there is a blue armchair with a red patterned cushion. In the background, there is a blue sofa. The lighting is soft and modern.

NR. 01

HERFST 2026

GRATIS

Elke prijs
met bron
en datum

Warm de winter in

- Spouw, dak of vloer: wat eerst?
- Wat isoleren kost, per woningtype
- Huur je? Dit kun je zelf

In dit nummer

- 03 **Van de redactie**
Waarom dit blad bij het antwoord begint.
- 04 **In welke volgorde pak je je huis aan?**
Eerst de schil, dan ramen en zon, dan de afwerking binnen.
- 06 **Spouwmuurisolatie**
Kan het bij jou, wat kost het, en waarom je UF-schuim overslaat.
- 09 **Dakisolatie**
Schuin dak of zoldervloer, en wanneer je het zelf doet.
- 11 **Vloerisolatie**
Begin met 35 centimeter.
- 13 **Kunststof kozijnen en glas**
U-waarde, keurmerk en een eerlijk woord over dubbel glas.
- 15 **Zonwering**
Rolluik of screen: buiten werkt minstens twee keer zo goed.
- 16 **Traprenovatie**
Renoveren of vervangen, met de maten uit de wet.
- 17 **PVC of HPL**
Het verschil zit in de kern.
- 18 **Subsidie ISDE in gewone taal**
Wanneer, wat je nodig hebt en wat je niet zelf mag doen.
- 19 **Offerte-checklist**
Wat erin moet staan, per klus.
- 20 **Huur je? Dit kun je zelf**
Kieren, raambekleding en hitte.
- 21 **Prijzen in één oogopslag**
Alle bedragen uit dit nummer op één liniaal.
- 22 **De woningscan**
Je eigen volgorde, met kosten en besparing.
- 23 **Bronnen en fotoverantwoording**
Elke bron met datum.

ZO WERKEN WIJ

Bron en datum bij elke prijs.

Bedragen komen uit onafhankelijke en officiële bronnen, zoals Kenniscentrum Duurzaam Leven en RVO. We nemen ze over zonder om te rekenen.

Geen bron, geen bedrag. Voor zonwering, traprenovatie en PVC- of HPL-vloeren hebben we nog geen onafhankelijke prijsbron. Dan staat er geen prijs.

Zeggen wat niet kan. Heeft je huis geen spouw of huur je, dan zeggen we dat.

Geen verzonnen verhalen. Geen lezers, citaten of ervaringen die we niet kunnen controleren. Illustraties die met AI zijn gemaakt, staan als 'Illustratie (AI)' in het bijschrift.

Hoe we betaald worden. Lezen is gratis. **PLACEHOLDER: exact verdienmodel**

COLOFON

Woonbewuster Magazine

Nr. 01 • Herfst 2026 • Gratis

Redactie: de redactie van Woonbewuster

Uitgever: **PLACEHOLDER: handelsnaam en KvK**

Contact: **PLACEHOLDER: e-mailadres redactie**

Peildatum prijzen en regels: 13 oktober 2026.

Bedragen zijn gemiddelden van de bron; jouw offerte is leidend.

woonbewuster.nl



VAN DE REDACTIE

Eerst het antwoord, dan de rest

Bakstenen huizen rond een hofje. Foto: M Polinder, Unsplash.

Twee van de drie Nederlandse woningen zijn nog niet goed geïsoleerd, schrijft Kenniscentrum Duurzaam Leven. Grote kans dat de jouwe daar ook bij hoort.

De herfst is een goed moment om dat te bekijken, voordat de verwarming weer maanden aanstaat. In dit eerste nummer zetten we de klussen op een rij waar eigenaren van een rijtjeshuis, hoekwoning of 2-onder-1-kap het vaakst mee bezig zijn: spouwmuur, dak, vloer, kozijnen, zonwering, de trap en een nieuwe vloer.

Per klus lees je eerst het korte antwoord. Daarna wat het kost, wat het oplevert en waar je op let in een offerte. Elk bedrag staat er met bron en datum bij. Hebben we geen onafhankelijke bron, zoals voor traprenovatie, rolluiken of een PVC-vloer, dan zeggen we dat en laten we het bedrag weg.

Huur je? Dan beslist je verhuurder over de meeste van deze klussen. Op pagina 20 staat wat je zelf kunt doen.

**Een warme winter gewenst,
De redactie**

Eerst de **schil**, dan ramen en zon, dan binnen

Inhoud

Er is geen volgorde die voor elk huis klopt. Wel een die bijna altijd logisch is: eerst wat warmte vasthoudt, dan wat licht en zon binnenlaat, en pas daarna wat je ziet en waar je op loopt.

1

De schil

SPOUWMUUR • DAK • VLOER

Hier lekt de warmte weg, en hier zit de subsidie. Combineer je twee isolatiemaatregelen binnen 24 maanden, dan verdubbelt het ISDE-bedrag voor isolatie (RVO). Isoleren en ventileren horen bij elkaar: een beter geïsoleerd huis is ook luchtdichter.

2

Ramen en zon

KOZIJNEN EN GLAS • ZONWERING

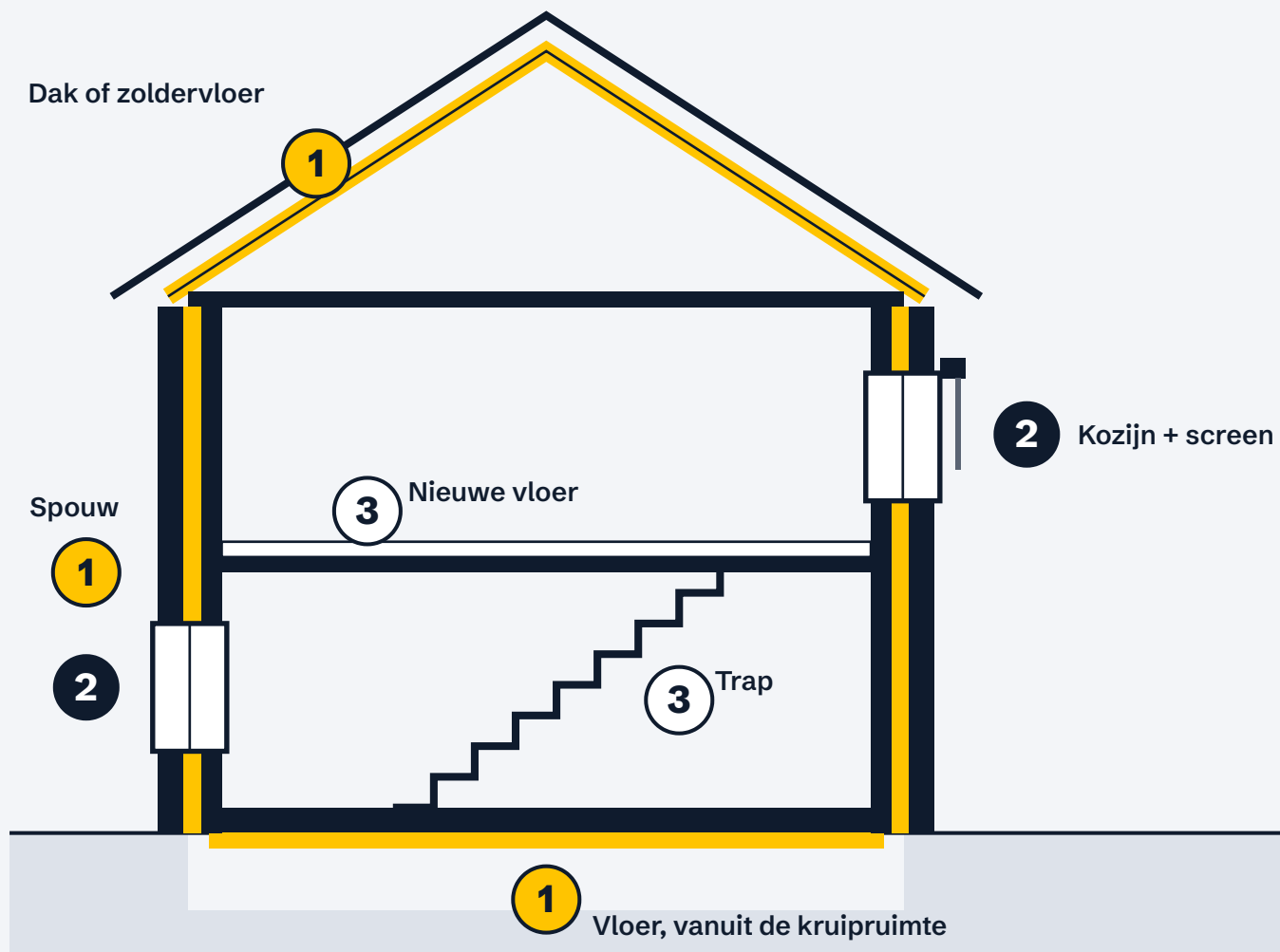
Een nieuw kozijn sluit je aan op de muurisolatie. En een goed geïsoleerd huis houdt de warmte vast, ook in juli. Wie isoleert, moet dus ook nadenken over zonwering.

3

Afwerking binnen

TRAP • VLOER

Heb je een koude vloer, kijk dan eerst naar vloerisolatie en leg pas daarna een nieuwe vloer. Leg je meteen vloerverwarming aan, kies dan een vloer met een R_d van maximaal $0,15 \text{ m}^2\text{K/W}$.



● 1 De schil
 ● 2 Ramen en zon
 ○ 3 Afwerking binnen

€ 1.800

spouwmuur, hoekwoning, vóór subsidie

€ 2.240

vloer, hoekwoning, vóór subsidie

€ 6.500

schuin dak, hoekwoning, vóór subsidie

SNELLE CHECK: KAN HET BIJ JOU?

MAATREGEL	KAN ALS...	PAGINA
Spouwmuur	je huis een spouw heeft. Huizen van vóór 1920 hebben vaak alleen enkelsteensmuren.	06
Schuin dak of zoldervloer	altijd. De zoldervloer alleen bij een onverwarmde zolder die je kunt afsluiten.	09
Vloer	je kruipruimte minstens 35 cm hoog is onder de balken. Lager? Dan zijn er alternatieven.	11

Bron: Kenniscentrum Duurzaam Leven, pagina's spouwmuur-, dak- en vloerisolatie (gewijzigd 8 juli en 27 augustus 2026).



Rijtheshuizen met witte kozijnen. Foto: M Polinder, Unsplash.

Spouwmuurisolatie

Kan het bij jou, wat kost het en waar let je op

Spouwmuurisolatie is meestal de goedkoopste isolatieklus met de snelste winst. Maar niet elk huis heeft een spouw, en niet elk materiaal is een goed idee.

€ 1.800

gemiddelde kosten bij een hoekwoning, vóór subsidie. Besparing: zo'n 400 m³ gas per jaar, ongeveer € 575.

HET KORTE ANTWOORD

Heeft je huis een lege spouw, laat die dan door een gevelisolatiebedrijf vullen. Zelf doen kan niet: het materiaal wordt van buitenaf in de gevel gespoten. Volgens Kenniscentrum Duurzaam Leven (voorheen Milieu Centraal) bespaar je bij een hoekwoning zo'n 400 m³ gas per jaar, bij een gasprijs van € 1,37 per m³.



ILLUSTRATIE (AI) Een monteur blaast isolatiemateriaal via een geboord gat in de spouw.

Heeft jouw huis een **spouw**?

Een spouwmuur bestaat uit twee muren met een paar centimeter ruimte ertussen. Huizen die vóór 1920 zijn gebouwd, hebben volgens Kenniscentrum Duurzaam Leven vaak alleen **enkelsteensmuren** zonder spouw. Die kun je ook isoleren, maar dan met een voorzetwand aan de binnenkant of isolatie tegen de buitenkant.

Twijfel je? Laat een camera kijken

Een isolatiebedrijf boort een klein gaatje en kijkt met een camera in de spouw. Zo zie je of hij leeg is en hoe breed. Vraag of die inspectie in de offerte zit.

Welk materiaal?

Gangbaar zijn **EPS-parels** (piepschuimbolletjes, ook als bio-foam of grafiet-EPS) en **inblaasglaswol** (glaswolvlokken).

Zelf doen kan niet: het materiaal wordt van buitenaf in de gevel gespoten.

Wat kost het?

WONINGTYPE	KOSTEN	SUBSIDIE	NETTO
Tussenwoning	€ 800	€ 200	€ 600
Hoekwoning	€ 1.800	€ 450	€ 1.350
2-onder-1-kap	€ 1.900	€ 450	€ 1.450
Vrijstaand	€ 2.700	€ 700	€ 2.000

Gemiddelde kosten en subsidie. Bron: Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Spouwmuurisolatie', pagina gewijzigd 8 juli 2026.

Wat levert het op?

WONINGTYPE	GAS PER JAAR	IN EURO'S
Tussenwoning	180 m ³	€ 240
Hoekwoning	400 m³	€ 575
2-onder-1-kap	400 m ³	€ 575
Vrijstaand	600 m ³	€ 800

Uitgaande van een spouw zonder isolatie en € 1,37 per m³, de gasprijs die de bron verwacht voor 2026 tot 2040. Jouw besparing hangt af van je eigen gasprijs en stookgedrag.

Sla UF-schuim over

Bij meerdere GGD'en zijn meldingen bekend van ernstige problemen na gebruik van UF-schuim (ureum-formaldehydeschuim). De GGD'en raden het voorlopig af, Kenniscentrum Duurzaam Leven ook, en de subsidie (ISDE en SVVE) voor dit materiaal is per 1 april 2026 tijdelijk stopgezet.

Subsidie: ISDE

Als eigenaar-bewoner vraag je ISDE-subsidie aan bij RVO, **ná** het isoleren en binnen 24 maanden na afronding. Je hebt nodig: een factuur met de meldcode van het isolatiemateriaal en het aantal m², een betaalbewijs, en een foto van de werkzaamheden.

Neem je binnen 24 maanden een tweede isolatiemaatregel, zoals vloer of dak, dan verdubbelt het subsidiebedrag voor isolatie. Meer op pagina 18.

Isoleren en ventileren horen bij elkaar

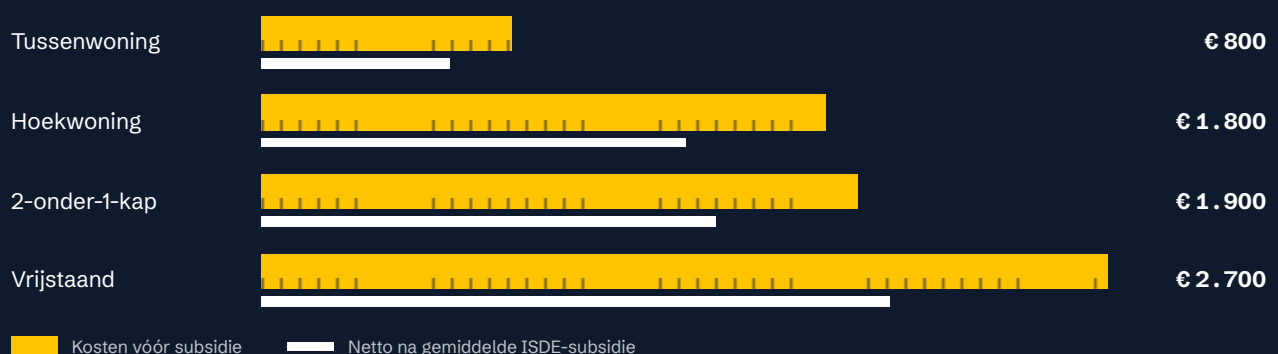
Een beter geïsoleerd huis is ook luchtdichter. Zorg dat je ventilatie op orde is: roosters open, mechanische ventilatie minimaal in de middenstand als er iemand thuis is. Anders houdt je vocht binnen, en vocht geeft schimmel.

Staat UF-schuim in je offerte, vraag dan om een alternatief.

Waar let je op in de offerte?

- ☐ Is de spouw vooraf geïnspecteerd met een camera, en staat de spouwbreedte erin?
- ☐ Welk materiaal, met meldcode, en hoeveel m²?
- ☐ Wat gebeurt er met ventilatieopeningen in de gevel en met de boorgaten?
- ☐ Staat de meldcode op de factuur? Zonder meldcode geen ISDE.
- ☐ Is er garantie op de uitvoering, en door wie?

Spouwmuurisolatie: gemiddelde kosten per woningtype



Bron: Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Spouwmuurisolatie', gewijzigd 8 juli 2026. Overgenomen op 13 oktober 2026. Een offerte is altijd leidend.

Dakisolatatie

Kosten, besparing en wanneer je het zelf doet

Dakisolatatie is duurder dan spouwmuurisolatie, maar het dak is ook een groot vlak waar warmte weglekt. De slimste keuze hangt af van hoe je je zolder gebruikt.

HET KORTE ANTWOORD

Een gemiddelde hoekwoning met een schuin dak laten isoleren kost volgens Kenniscentrum Duurzaam Leven ongeveer **€ 6.500**, vóór subsidie. Van geen naar goede isolatie (Rd 3,8) bespaar je zo'n **340 m³ gas per jaar**, ongeveer € 480. Ben je handig, dan kun je een schuin dak ook zelf isoleren; je betaalt dan alleen het materiaal, zo'n **€ 1.700**.

Een open zolder zonder luik of deur? Dan heeft zoldervloerisolatie geen zin.

Eerst: hoe gebruik je je zolder?

Woon- of slaapruimte

Isoleer het schuine dak.

Onverwarmde opslag, af te sluiten met luik of deur

Isoleer de zoldervloer. Volgens de bron scheelt dat kosten en bespaart het net zo veel.

Plat dak

Een andere klus, met andere kosten, en altijd voor een bedrijf. Kenniscentrum Duurzaam Leven raadt isoleren aan de binnenkant van een plat dak af vanwege het vochtrisico.

Schuin dak laten isoleren: kosten

WONINGTYPE	KOSTEN	SUBSIDIE	NETTO
Tussenwoning	€ 6.000	€ 850	€ 5.150
Hoekwoning	€ 6.500	€ 900	€ 5.600
2-onder-1-kap	€ 6.500	€ 950	€ 5.550
Vrijstaand	€ 10.000	€ 1.500	€ 8.500

Bron: Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Dakisolatie', laatst gewijzigd 8 juli 2026.

Besparing per jaar

WONINGTYPE	GAS PER JAAR	IN EURO'S
Tussenwoning	320 m ³	€ 460
Hoekwoning	340 m³	€ 480
2-onder-1-kap	360 m ³	€ 510
Vrijstaand	550 m ³	€ 750

Van geen naar goede isolatie (Rd 3,8), bij € 1,37 per m³, ervan uitgaande dat het schuine dak bij de zolder hoort en niet bij de woonkamer.

ZELF DOEN

€1.700

aan materiaal om een schuin dak van een hoekwoning zelf te isoleren, tegen € 6.500 als je het laat doen (Kenniscentrum Duurzaam Leven).



Glaswol tussen houten dakspanten. Foto: Canada's Restoration Services, Unsplash.

Ook in de zomer merkbaar

Goede isolatie houdt de warmte in de zomer langer buiten. Maar alleen isoleren is niet genoeg: als het binnen eenmaal warm is, houdt isolatie die warmte juist vast. Combineer dakisolatie met zonwering op dakramen en lucht 's avonds en 's nachts door.

Binnenkant of buitenkant?

Isoleren aan de buitenkant (pannen eraf, isolatie op het dakbeschot) isoleert zeer goed en is vooral logisch als je toch je dak vernieuwt. Het dak wordt dan wel hoger: de aansluiting met de dakgoot, en soms met het dak van de burens, moet opnieuw, en je krijgt met de Omgevingswet te maken. Altijd een klus voor een bedrijf.

Waar let je op in de offerte?

- ☐ Welke Rd-waarde wordt gehaald, met welk materiaal en meldcode?
- ☐ Bij een zoldervloer: komt de dampremmende laag aan de warme kant, dus onder het isolatiemateriaal?
- ☐ Wordt er een foto gemaakt tijdens het werk? Die heb je nodig voor ISDE.
- ☐ Binnenkant of buitenkant, en waarom?



Zonlicht over een houten vloer. Foto: Artem, Unsplash.

Vloerisolatie

Kosten, besparing en zelf doen

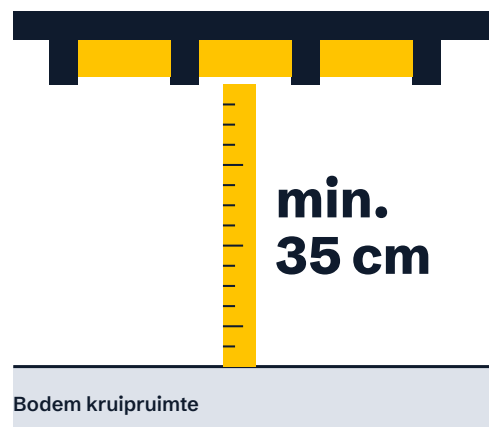
Koude voeten en een vochtige kruipruimte?
Vloerisolatie is een overzichtelijke klus die je merkt zodra je op de vloer staat.

HET KORTE ANTWOORD

Heb je een kruipruimte, dan kan de onderkant van de begane grondvloer worden geïsoleerd. Voor een gemiddelde hoekwoning kost uitbesteden volgens Kenniscentrum Duurzaam Leven ongeveer **€ 2.240**, zelf doen ongeveer **€ 1.100** aan materiaal. Je bespaart zo'n **130 m³ gas per jaar**, ongeveer € 180. De bron vergelijkt de winst met een rente van 5 procent op je spaarrekening.

DE 35 CM-CHECK

Vloer met isolatie tussen de balken



Volgens Kenniscentrum Duurzaam Leven kan isoleren tegen de onderkant van de vloer als je kruipruimte **minstens 35 centimeter hoog is onder de balken** en je er via een luik in kunt. Isolatiebedrijven hanteren wel verschillende eisen; vraag dus meerdere offertes.

Kosten als je het werk uitbesteedt

WONINGTYPE	KOSTEN	SUBSIDIE	NETTO
Tussenwoning	€ 2.150	€ 260	€ 1.890
Hoekwoning	€ 2.240	€ 280	€ 1.960
2-onder-1-kap	€ 2.900	€ 350	€ 2.550
Vrijstaand	€ 4.200	€ 500	€ 3.700

Bron: Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Vloerisolatie', laatst gewijzigd 27 augustus 2026.

Besparing per jaar

WONINGTYPE	GAS PER JAAR	IN EURO'S
Tussenwoning	80 m ³	€ 110
Hoekwoning	130 m³	€ 180
2-onder-1-kap	170 m ³	€ 230
Vrijstaand	250 m ³	€ 340

Van geen naar goede vloerisolatie (Rd 3,5), bij € 1,37 per m³.

€ 2.240

laten doen, hoekwoning

€ 1.100

zelf doen, aan materiaal

130 m³

minder gas per jaar, ongeveer € 180

Lagere of geen kruipruimte?

Dan kun je de kruipruimte laten vullen met isolatiemateriaal, of isolatie boven op de vloer aanbrengen.

Zelf doen of uitbesteden?

Zelf isoleren vanuit een hoge kruipruimte kan als je handig bent; je betaalt dan vooral het materiaal. Wil je ISDE-subsidie, laat het dan door een bedrijf doen: volgens RVO mag je de installatie voor ISDE niet zelf uitvoeren.

Nieuwe vloer erbovenop?

Leg die pas als de isolatie eronder klaar is. Komt er vloerverwarming, kies dan een vloerbedekking met een Rd van maximaal 0,15 m²K/W. Meer op pagina 17.

Wil je ISDE-subsidie, laat het dan door een bedrijf doen.

Waar let je op in de offerte?

- ☐ Welke Rd-waarde wordt gehaald, met welk materiaal en meldcode?
- ☐ Welke eis stelt het bedrijf aan de hoogte van je kruipruimte?
- ☐ Komt de meldcode met het aantal m² op de factuur?
- ☐ Wordt er een foto gemaakt van het werk?

Kunststof kozijnen en glas

Wat is echt het verschil met hout of aluminium?

De verkoper van kunststof zegt kunststof, de timmerman zegt hout. De onafhankelijke bron is nuchter: kies kwaliteit, het materiaal maakt minder uit dan je denkt.

HET KORTE ANTWOORD

Volgens Kenniscentrum Duurzaam Leven is **niet bewezen dat hout, aluminium of kunststof duurzamer is** voor kozijnen. Kozijnen van hoge kwaliteit gaan langer mee. Kies dus op uitstraling, onderhoud en budget, en let bij elk materiaal op de U-waarde en een keurmerk.

Kozijnen van hoge kwaliteit gaan langer mee.

Bedenk eerst of vervangen nodig is

Schade kun je vaak repareren, en houten of aluminium kozijnen kun je soms aanpassen zodat er nieuw, beter glas in past. Vervangen is logisch als je kozijnen op zijn, als er enkel glas in zit dat je niet in het bestaande kozijn kunt vervangen, of als je toch al verbouwt.

Kies je kunststof?

- Vraag naar het **VKG-keurmerk**: eisen aan constructie, inbraakwering en installatie.
- Vraag hoeveel gerecycled kunststof erin zit. Dat staat vaak niet op het product.
- Niet schilderen.** Eenmaal geveerd heb je juist meer onderhoud.



U-waarde: het getal dat telt

0,7

gemiddelde U-waarde van tripleglas

1,3

of lager: het kozijn dat bij tripleglas past, met minder kans op condens

1,5

maximaal, in W/m²K: een goede waarde voor een isolerende buitendeur

Hoe lager de U-waarde, hoe beter het kozijn isoleert. Bron: Kenniscentrum Duurzaam Leven.

Wat kost het? Isolerend houten kozijn met glas, als referentie

SOORT KOZIJN (HOUT)	RAAM 2 M ²	RAAM 6 M ²	SCHUIFPUI 8 M ²
Isolerend, tripleglas	€ 1.800	€ 5.500	€ 10.000
Isolerend, HR++-glas	€ 1.700	€ 5.000	€ 10.000
Gewoon, HR++-glas	€ 1.700	€ 5.000	€ 10.000

Bron: Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Isolerende kozijnen en deuren', gewijzigd 29 juni 2026. **Kunststof is volgens dezelfde bron gemiddeld 5% goedkoper** dan deze houten referentie, aluminium gemiddeld 5% duurder. We rekenen de bedragen niet zelf om.

Wat bespaar je? Raam met kozijn van 6 m²

JE VERVANGT	DOOR	GAS	PER JAAR
Enkel glas	isolerend kozijn + triple of HR++	80 m ³	€ 110
Dubbel glas	isolerend kozijn + triple	30 m ³	€ 40
Dubbel glas	isolerend kozijn + HR++	28 m ³	€ 38

Bron: Kenniscentrum Duurzaam Leven. Bij enkel glas gerekend met € 1,37 per m³, bij dubbel glas met € 1,42 per m³, zoals de bron het doet.

EERLIJK GEZEGD

Wie al dubbel glas heeft, vervangt kozijnen vooral voor comfort, onderhoud en uitstraling, minder voor de energierekening.

Vergunning

Een kozijn vervangen aan de achtergevel, of aan een zijgevel die niet naar openbaar gebied is gekeerd, is volgens het Besluit bouwwerken leefomgeving (art. 2.29) vergunningvrij. Aan de voorkant alleen als detaillering, profilering en vormgeving niet veranderen. Monument of beschermd stadsgezicht? Doe de vergunningcheck op het Omgevingsloket.

Vleermuizen in de spouw

Vervang je kozijnen in een **ongeïsoleerde spouw**, dan kunnen vleermuizen via de naden toegang tot de spouw hebben. Die toegang mag je onder de Omgevingswet niet zomaar dichten. Bij houten kozijnen is een overzetkozijn een oplossing. Check het bij je gemeente.



Drie rolluiken in een gevel. Foto: Pawel Czerwinski, Unsplash.

Rolluik of screen?

Rolluiken maken het donker, screens laten je naar buiten kijken. Beide houden de zon buiten, en daar draait het om.

2×

Zonwering buiten werkt minstens twee keer zo goed als binnen.

Zonwering **aan de buitenkant** werkt volgens Kenniscentrum Duurzaam Leven minstens twee keer zo goed als zonwering binnen, omdat de zon dan niet eerst het glas en je gordijnen opwarmt. Kies een **screen** als je overdag naar buiten wilt blijven kijken, een **rolluik** als je ook wilt verduisteren.

EIGENSCHAP	ROLLUIK	SCREEN
Zicht naar buiten	Nee of beperkt	Ja, door het doek
Verduisteren	Ja	Beperkt
Hitte buiten houden	Ja, vóór het glas	Ja, vóór het glas

75%

minder kans op oververhitting van je woning met zonwering

80%

van de warmtestraling tegengehouden door HR++-glas plus buitenzonwering

- Kies **geen** zonwerend HR++- of tripleglas: dan mis je in de winter de gratis zonnewarmte.
- Rolgordijnen of lamellen binnen hang je minstens **5 cm van HR-glas** en sluit je helemaal, tegen thermische breuk.

Hittedag? Hang op, doe dicht, lucht door

Hang een schaduwdoek of oud laken buiten voor je raam, **doe** overdag zonwering, ramen, buitendeuren en gordijnen dicht, en **lucht door** zodra het buiten koeler is dan binnen.

Vergunning en prijs

Een zonwering of rolluik aan een woning is volgens het Besluit bouwwerken leefomgeving (art. 2.29) vergunningvrij; bij een monument of beschermd stadsgezicht gelden strengere regels. **Prijzen tonen we nog niet:** we hebben geen onafhankelijke, gedateerde prijsbron.

Overzettreden of een nieuwe trap?

De keuze begint niet bij de kleur van de treden, maar bij de vraag of de trap zelf goed is.

HET KORTE ANTWOORD

Is je trap **stevig, kraakt hij niet en loop je er veilig op**, dan is renoveren meestal genoeg. Is hij **te steil, wankel of te smal**, dan los je dat met nieuwe treden bovenop niet op. Dan is vervangen de eerlijke keuze.

Eerst meten: voldoet je trap?

MAAT	BESTAANDE TRAP (ART. 3.20)	NIEUWE TRAP (ART. 4.26)
Breedte	min . 0,7 m	min . 0,8 m
Vrije hoogte boven de trap	min . 1,9 m	min . 2,3 m
Aantrede op de klimlijn	min . 0,13 m	min . 0,22 m
Optrede (hoogte per trede)	max . 0,22 m	max . 0,188 m
Klimlijn tot zijkant	min . 0,2 m	min . 0,3 m

Bron: Besluit bouwwerken leefomgeving, art. 3.20 en 3.22 (bestaande bouw) en art. 4.26 (nieuwbouw), geraadpleegd 13 oktober 2026. De klimlijn is de denkbeeldige looplijn over de voorkanten van de treden. Een trap steiler dan 2:3 die meer dan 1,5 m overbrugt, heeft aan minstens één kant een leuning nodig (art. 3.22).

Renoveren of vervangen?

Stevig, maar versleten of gedateerd	Renoveren met overzettreden of bekleding
Kraakt of beweegt	Eerst de constructie laten nakijken
Te steil	Vervangen ; bekleden maakt hem niet minder steil
Te smal of te weinig hoofdruimte	Vervangen , eventueel met kwart- of halfdraai

Let op de eerste en laatste trede

Maakt een overzettrede elke trede 1 cm hoger, dan blijven de tussenliggende optredes gelijk, maar wordt de **eerste trede 1 cm hoger** en de **laatste stap naar de overloop 1 cm lager**. Ongelijke treden zijn een struikelrisico; vraag hoe de trapbouwer dat oplost. **Prijzen tonen we niet:** we vonden geen onafhankelijke, gedateerde prijsbron.

PVC of HPL?

Beide vloeren lijken op hout en beide heten onderhoudsvriendelijk. Het verschil zit in de kern, en die bepaalt waar je ze kunt leggen.

PVC is een kunststofvloer (polyvinylchloride), gelegd als klikplanken of verlijmd. **HPL** (High Pressure Laminate) is laminaat dat onder hoge druk is geperst: een kern van houtvezels met een harde, met melaminehars versterkte toplaag.



Zon en schaduw op een houten vloer. Foto: Efe Kekikciler, Unsplash.

EIGENSCHAP	PVC	HPL
Kern	Kunststof	Geperste houtvezels
Toplaag	Slijtlaag van kunststof	Melaminehars, kras- en slijtvast
Vocht	Neemt geen water op; let op naden en ondergrond	Waterafstotend, maar volgens Klusnova niet volledig waterdicht: bij langdurig water kan de kern beschadigen
Vloerverwarming	Pvc-stroken combineren goed met vloerverwarming	Kan, als vloer plus ondervloer een lage warmteweerstand hebben; check de fabrieksopgave
Grondstof	Aardolie	Houtvezel met harsen

Bronnen: Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Vloeren en vloerbedekking', 31 augustus 2026; Klusnova (commerciële klussite, alleen gebruikt voor de definitie en het vochtgedrag van HPL), geraadpleegd 13 oktober 2026.

OP VLOERVERWARMING

0,15

maximale R_d in m^2K/W van je vloer, zodat de warmte goed doorkomt. Op de verpakking helpen de PIT-symbolen: geschikt voor vloerverwarming, de R -waarde en de λ -waarde. Bij beide is lager beter.

Milieu: wat zegt de onafhankelijke bron?

- Er is **niet één milieuvriendelijkste vloer**. De laagste milieubelasting krijg je als je een vloer zijn hele levensduur gebruikt.
- Leg zwevend als het kan**, zonder lijm. Dan kun je de vloer meenemen, hergebruiken of beter recyclen.
- Ventileer goed** na het leggen, zeker bij een verlijmd vloer.
- Een goede ondervloer dempt geluid voor jou en je burens en beschermt tegen vocht.

Prijzen tonen we nog niet: per m^2 verschillen ze sterk per merk, dikte en legwijze, en we hebben geen onafhankelijke, gedateerde bron. Vergelijk offertes inclusief ondervloer, egaliseren, plinten en afvoer van de oude vloer.

ISDE in gewone taal

De ISDE is de subsidie van de overheid voor isolatie in je eigen huis. Je vraagt hem aan bij RVO, en pas als het werk klaar is.



Gevel met voordeur. Foto: Ries Bosch, Unsplash.

Voor wie?

Voor eigenaar-bewoners. Huur je, dan is isolatie een zaak van je verhuurder.

Wanneer vraag je aan?

Ná de installatie, binnen 24 maanden na afronding. RVO beslist binnen 8 weken.

Wat heb je nodig?

- Een factuur met de meldcode van het isolatiemateriaal en het aantal m²
- Een betaalbewijs
- Een foto van de werkzaamheden
- DigiD

Mag je het zelf doen?

Nee. Volgens RVO mag je de installatie voor ISDE niet zelf uitvoeren.

Twee maatregelen? Dubbel bedrag

Neem je binnen 24 maanden een tweede isolatiemaatregel, dan verdubbelt het subsidiebedrag voor isolatie.

Ventilatie en glas

Vanaf 2026 kun je ook ISDE krijgen voor ventilatie, als je die combineert met een of meer isolatiemaatregelen. Isolatieglas komt in aanmerking als je het combineert met een andere isolatiemaatregel.

Niet voor UF-schuim

De subsidie voor UF-schuim is per 1 april 2026 tijdelijk stopgezet.

Kun je het niet in één keer betalen?

Dan noemt Kenniscentrum Duurzaam Leven de Energiebespaarlening van het Warmtefonds als mogelijkheid.

Gemiddelde subsidie per woningtype

MAATREGEL	TUSSENWONING	HOEKWONING	2-ONDER-1-KAP	VRIJSTAAND
Spouwmuur	€ 200	€ 450	€ 450	€ 700
Schuin dak	€ 850	€ 900	€ 950	€ 1.500
Vloer	€ 260	€ 280	€ 350	€ 500

Bronnen: RVO, 'ISDE: subsidie voor verduurzaming van uw woning', gecontroleerd door RVO op 10 september 2026; bedragen per woningtype: Kenniscentrum Duurzaam Leven (spouw en dak 8 juli 2026, vloer 27 augustus 2026). Controleer de actuele voorwaarden altijd op rvo.nl.

Wat moet er in een offerte?

Vraag minstens twee offertes en leg ze naast elkaar op dezelfde punten. Vink af wat erin staat; wat ontbreekt, vraag je na.



ILLUSTRATIE (AI) Twee mensen lezen een offerte.

Isolatie: spouw, dak, vloer

- ☐ Materiaal met meldcode, aantal m² en de Rd-waarde die wordt gehaald
- ☐ Inspectie vooraf (bij de spouw met camera, met spouwbreedte)
- ☐ Meldcode op de factuur, en een foto van het werk (voor ISDE)
- ☐ Garantie op de uitvoering, en door wie
- ☐ Spouw: wat gebeurt er met ventilatieopeningen en boorgaten?

Kozijnen en glas

- ☐ U-waarde van kozijn én glas apart vermeld
- ☐ Keurmerk (VKG voor kunststof) en wie de montage garandeert
- ☐ Hoe de aansluiting op de muur wordt gedicht, binnen en buiten
- ☐ Ventilatioeroosters inbegrepen
- ☐ Afvoer van de oude kozijnen
- ☐ Meldcode van het glas op de factuur

Zonwering

- ☐ Maten per raam, en welke ramen (zuid en west eerst)
- ☐ Bediening: handmatig, elektrisch, met sensor of timer
- ☐ Doeksoort bij screens: hoeveel zicht, hoeveel warmtewering
- ☐ Wie aansprakelijk is voor schade aan de gevel
- ☐ Garantie op motor, doek en montage

Trap

- ☐ Bestaande trap vooraf beoordeeld op stevigheid en maten
- ☐ Hoe de eerste en laatste trede worden opgelost
- ☐ Materiaal, afwerking, antislip
- ☐ Leuning: blijft hij, of komt er een nieuwe, op welke hoogte
- ☐ Hoe lang je zonder trap zit

PVC- of HPL-vloer

- ☐ Prijs per m² inclusief ondervloer, egaliseren, plinten en afvoer oude vloer
- ☐ Geschikt voor vloerverwarming, met R-waarde van vloer en ondervloer

- ☐ Zwevend of verlijmd, en waarom
- ☐ Garantie op product en legwerk, door wie
- ☐ Reservemateriaal voor reparaties

Samengesteld uit de offertepunten in de artikelen van dit nummer, op basis van Kenniscentrum Duurzaam Leven, RVO en het Besluit bouwwerken leefomgeving. Deze checklist is informatie; Woonbewuster maakt zelf geen offertes.

Zonlicht door lamellen. Foto: Ariel, Unsplash.

Huur je? Dit kun je **zelf**

Over isolatie, kozijnen, de trap en alles aan de gevel beslist je verhuurder. Wat binnen je eigen muren gebeurt, kun je vaak wel zelf.

Tegen kou

- **Naden en kieren dichten.** Houd ventilatieroosters wel open.
- **Isolerende raambekleding.** Bij enkel glas helpen isolerende plissé- of vouwgordijnen al flink.
- **Een kleed,** of een isolerende ondervloer onder een nieuwe vloer, kan het verschil met een koude vloer iets verkleinen.

Tegen hitte

- Een **schaduwdoek** of een zonnedoek op zuignappen aan de buitenkant van het raam is een tijdelijke oplossing.
- Rolgordijnen of lamellen binnen hang je minstens 5 cm van HR-glas en sluit je helemaal.
- Hang op, doe dicht, lucht door (pagina 15).

Vraag het je verhuurder

Vraag je verhuurder naar spouwmuur-, dak- en vloerisolatie en naar nieuwe kozijnen. Overleg voordat je iets aan de gevel bevestigt, zoals een screen of rolluik, en voordat je aan de trap laat werken.

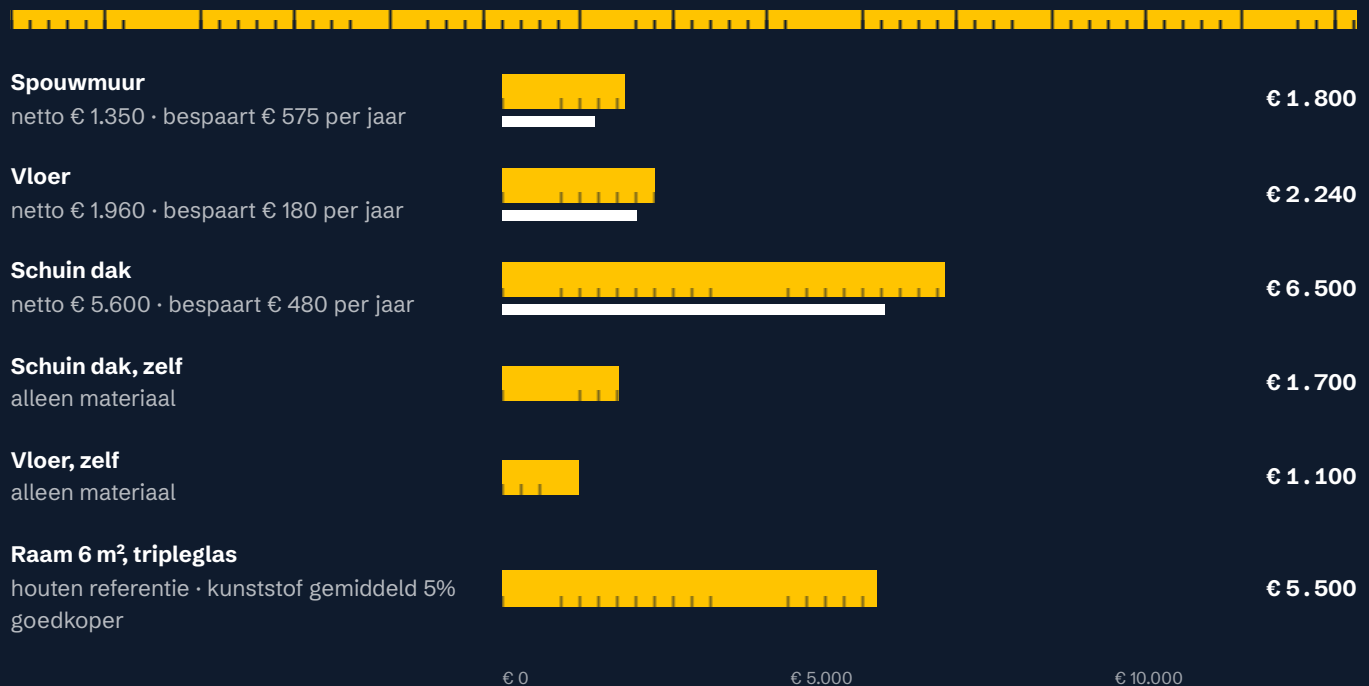
Kom je er samen niet uit?

Dan noemt Kenniscentrum Duurzaam Leven de **Woonbond** als vraagbaak.

Over isolatie, kozijnen, de trap en alles aan de gevel beslist je verhuurder.

Prijzen in één oogopslag

Alle bedragen uit dit nummer voor een gemiddelde hoekwoning, op dezelfde schaal. Geel is wat het kost, wit wat je na de gemiddelde subsidie betaalt. Besparing bij € 1,37 per m³ gas.



Zonwering

Geen bron, geen bedrag. Vergelijk offertes per raam.

Traprenovatie

Geen bron, geen bedrag. Vraag minstens twee offertes.

PVC of HPL

Geen bron, geen bedrag. Vergelijk inclusief ondervloer.

Isolatie per woningtype: kosten (netto na gemiddelde subsidie)

MAATREGEL	TUSSENWONING	HOEKWONING	2-ONDER-1-KAP	VRIJSTAAND
Spouwmuur	€ 800 (€ 600)	€ 1.800 (€ 1.350)	€ 1.900 (€ 1.450)	€ 2.700 (€ 2.000)
Schuin dak	€ 6.000 (€ 5.150)	€ 6.500 (€ 5.600)	€ 6.500 (€ 5.550)	€ 10.000 (€ 8.500)
Vloer	€ 2.150 (€ 1.890)	€ 2.240 (€ 1.960)	€ 2.900 (€ 2.550)	€ 4.200 (€ 3.700)

Bronnen: Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Spouwmuurisolatie' en 'Dakisolatie' (8 juli 2026), 'Vloerisolatie' (27 augustus 2026), 'Isolerende kozijnen en deuren' (29 juni 2026; kunststof gemiddeld 5% goedkoper dan de houten referentie). Overgenomen op 13 oktober 2026. Gemiddelden; jouw offerte is leidend.



ILLUSTRATIE (AI) Een rij jaren dertig-huizen.

Welke volgorde past bij **jouw** huis?

Dit nummer geeft gemiddelden. De woningscan maakt er **jouw plan** van: met je eigen woningtype, je eigen zolder en je eigen kruipruimte.

1

Vul je adres in

Je begint met je postcode en huisnummer, daarna je woningtype en bouwjaar.

2

Vul aan wat alleen jij weet

Je glas, je zolder, je kruipruimte, waar het koud of warm is.

3

Krijg je stappenplan

In de goede volgorde, met kosten, subsidie en besparing uit dezelfde bronnen als dit blad.

— GRATIS · OOK VOOR HUURDERS

woonbewuster.nl/woningscan

Laat je daarna je gegevens achter, dan nemen we contact met je op.



Bronnen en datums

Kenniscentrum Duurzaam Leven (voorheen Milieu Centraal), 'Spouwmuurisolatie', gewijzigd 8 juli 2026. milieucentraal.nl/energie-besparen/isoleren-en-besparen/spouwmuurisolatie

Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Dakisolatie', gewijzigd 8 juli 2026. milieucentraal.nl/energie-besparen/isoleren-en-besparen/dakisolatie

Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Vloerisolatie', gewijzigd 27 augustus 2026. milieucentraal.nl/energie-besparen/isoleren-en-besparen/vloerisolatie

Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Isoleren en besparen', geraadpleegd 13 oktober 2026. milieucentraal.nl/energie-besparen/isoleren-en-besparen

Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Isolerende kozijnen en deuren', gewijzigd 29 juni 2026. milieucentraal.nl/energie-besparen/isoleren-en-besparen/isolerende-kozijnen-en-deuren

Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Kozijnen en deuren vervangen', 8 juli 2026. milieucentraal.nl/huis-en-tuin/verbouwen/kozijnen-en-deuren-vervangen

Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Vloeren en vloerbedekking', 31 augustus 2026. milieucentraal.nl/huis-en-tuin/klussen/vloeren-en-vloerbedekking

Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Woning koel houden', 29 juli 2026. milieucentraal.nl/energie-besparen/duurzaam-verwarmen-en-koelen/woning-koel-houden

Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Isolerende raambekleding', 29 juni 2026. milieucentraal.nl/energie-besparen/isoleren-en-besparen/isolerende-raambekleding

Kenniscentrum Duurzaam Leven, 'Ventilatie in huis', geraadpleegd 13 oktober 2026. milieucentraal.nl/energie-besparen/ventilatie

RVO, 'ISDE: subsidie voor verduurzaming van uw woning', gecontroleerd door RVO op 10 september 2026. rvo.nl/subsidies-financiering/isde/woningeigenaren

RIVM, 'Ventilatie', 14 juli 2022. rivm.nl/binnenmilieu/ventilatie

Besluit bouwwerken leefomgeving, art. 3.20 en 3.22 (bestaande bouw), [wetten.overheid.nl, BWBR0041297](https://wetten.overheid.nl/BWBR0041297), geraadpleegd 13 oktober 2026.

Besluit bouwwerken leefomgeving, art. 4.26 (trap, nieuwbouw), wettekst [BWBR0041297](https://wetten.overheid.nl/BWBR0041297), geraadpleegd 13 oktober 2026.

Informatiepunt Leefomgeving (IPLO), 'Trappen: regels bij nieuwbouw', geraadpleegd 13 oktober 2026.

Besluit bouwwerken leefomgeving, art. 2.27 en 2.29 (vergunningvrij bouwen), wetten.overheid.nl, geraadpleegd 13 oktober 2026.

Rijksoverheid, Omgevingsloket: vergunningcheck, geraadpleegd 13 oktober 2026. omgevingswet.overheid.nl/checken

Klusnova, 'Wat zijn High-Pressure Laminate vloeren?', commerciële klussite, alleen gebruikt voor de definitie, geraadpleegd 13 oktober 2026.

FOTOVERANTWOORDING

Foto's via Unsplash (Unsplash License): cover Taaans · p. 3 M Polinder · p. 6 M Polinder · p. 9 Brett Jordan · p. 10 Canada's Restoration Services · p. 11 Artem · p. 13 Laura Cleffmann · p. 15 Pawel Czerwinski · p. 16 Claude Nai · p. 17 Efe Kekiciler · p. 18 Ries Bosch · p. 20 Ariel · achterkant M Polinder.
Illustraties (AI): p. 7 monteur bij een spouwmuur, p. 19 offerte, p. 22 rij huizen. Gemaakt met AI, zonder bestaande personen of woningen als voorbeeld bedoeld.

Peildatum van alle prijzen en regels in dit nummer: 13 oktober 2026. Subsidievoorwaarden kunnen veranderen; controleer ze op rvo.nl voordat je begint.



woonbewuster

Magazine en woonadviseur voor wie aan
zijn huis gaat werken.

woonbewuster.nl

Nr. 01 • Herfst 2026 • Gratis

Foto: M Polinder, Unsplash