Gemeinsam den Energiepreisen ein Schnippchen schlagen!

GELDWERTE TIPPS RUND UM DAS ENERGIEBEWUSSTE HEIZEN UND LÜFTEN

Seit 2020 verzeichnen wir einen unaufhaltsamen Anstieg der Energiekosten. Zunächst noch moderat wachsend, sind die Preise im Jahr 2021 geradezu explodiert. Der Ukraine-Krieg ist nun als weiterer Preistreiber hinzugekommen. Die Folge: Von 2019 bis Mitte April 2022 sind die Preise für Strom um knapp 28 % gestiegen, für Erdgas um 99 % und für Heizöl um 100 %. Und ein Ende dieser Entwicklung ist zurzeit nicht in Sicht.*

Umso wichtiger, dass Sie und wir gemeinsam etwas tun, um die absehbare Kostenentwicklung abzufedern. Deshalb unser Tipp: Je mehr Sie die folgenden Hinweise in Ihren Lebensalltag integrieren, desto mehr freut sich Ihre Haushaltskasse!

WAS SIE TUN KÖNNEN

Konstante Raumtemperatur für jeden Raumtyp zwischen 18 und 22 °C

Die Beibehaltung einer konstanten Raumtemperatur ist besonders energiesparend. Ständiges Herunter- und Heraufregeln der Heizung geht dagegen richtig ins Geld. Wir empfehlen für die unterschiedlichen Raumtypen die folgenden Richtwerte. Beachten Sie hierbei die Thermostat-Stufe, mit der Sie diese Werte erreichen:

Raum	Empfohlene Raumtemperatur	Thermostat-Stufe
Wohnzimmer	20 °C	3
Küche	18 °C	2
Bad	21 °C	3–4
Schlafzimmer	16 – 17 °C	2
Kinderzimmer	20 – 21 °C	3–4
Flur	16 °C	2
Arbeitszimmer	20 °C	3

Mehrmaliges Stoßlüften ist besser als dauerhaft geöffnete Fenster

Für einen kompletten Austausch der verbrauchten Raumluft durch frische Außenluft reicht das Stoßlüften vollkommen aus – also das kurzzeitige Öffnen sämtlicher Fenster. Zwar kühlt die Raumtemperatur ab. Doch die kalte, trockene Frischluft aufzuheizen, ist weniger energieintensiv als die verbrauchte feucht-warme Raumluft auf konstanter Temperatur zu halten. Wiederholen Sie diesen Vorgang mehrmals am Tag.

Weitere Tipps für das Energiesparen

Aber Sie können noch mehr tun, um Ihrem Energie-Budget Gutes zu tun:

- Nutzen Sie für die tägliche Körperpflege lieber die Dusche als die Badewanne. Ein Energiespar-Duschkopf reduziert den Energieeinsatz noch einmal.
- Verdecken Sie Ihre Heizung nicht mit Möbeln oder Gardinen. So sichern Sie eine vollflächige Wärmeabgabe an den Raum.
- Kühlschrank, Waschmaschine, Trockner & Co. sind die größten Stromfresser. Achten Sie bei der Anschaffung neuer Geräte auf die Effizienzklasse.
- Schalten Sie alle nicht genutzten Elektrogeräte aus, deaktivieren Sie den Standby-Betrieb, verwenden Sie Energiesparlampen.
- Kochen Sie energiesparend. Wählen Sie das zur Topfgröße passende Kochfeld, verwenden Sie nur wenig Wasser, kochen Sie hauptsächlich mit geschlossenem Deckel oder stellen Sie den Herd frühzeitig aus, um die Restwärme für das Garen zu nutzen.

TIPP

Behalten Sie die empfohlene Raumtemperatur konstant bei. Eine Heizungsanlage arbeitet immer dann besonders effektiv, wenn die Temperaturschwankungen so gering wie möglich sind. Nur bei längeren Abwesenheiten sollten Sie Thermostate auf eine Temperatur von 16 – 17 °C herunterregeln.

WAS WIR TUN

Mit einem Mix unterschiedlicher Maßnahmen unterstützen wir die Energieeffizienz unserer Heizungsanlagen. Hierzu gehören die elektronische Steuerung, die Abschaltung der Zentralheizungen bis zum Start der Heizperiode sowie die Nachtabsenkung während der Heizperiode. Nicht zuletzt investieren wir zurzeit stark in die Modernisierung bestehender Technik und bei Bedarf in die Installation komplett neuer Anlagen der neuesten Generation.

Ganz besonders wichtig hierbei: Die Energieeffizienz einer Heizungsanlage kommt nur dann zur vollen Entfaltung, wenn Sie durch Ihr eigenes Heizverhalten hierzu beitragen. Deshalb noch einmal unsere Bitte: Setzen Sie unsere Energiespar-Tipps konsequent in Ihrem Alltag um.

PROFESSIONELLE BERATUNG NUTZEN, FÖRDERMITTEL BEANTRAGEN

Weitere Angebote rund um das Thema „Energie sparen“

- *Auf Wunsch können Sie eine kostenlose Energieberatung bei der örtlichen Verbraucherzentrale in Anspruch nehmen. Aber auch eine Online-Beratung unter **https://verbraucherzentrale-energieberatung.de** ist möglich.*
- *Für eine kostenlose Erstberatung stehen Ihnen zudem viele professionelle Energie- und Klimaschutzagenturen zur Seite. Adressen finden Sie unter **https://energieagenturen.de/**.*
- *Viele kommunale Energieversorger – wie etwa die Stadtwerke – haben professionelle Beratungsangebote. Einkommensschwache Haushalte haben zudem die Möglichkeit einer kostenlosen Vor-Ort-Beratung.*
- *Personen, die Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe oder Wohngeld beziehen, können ihren Energieverbrauch mit Hilfe des „Stromspar-Checks Kommunal“ optimieren: **www.stromspar-check.de.***
- *Menschen, die in energieeffiziente Geräte investieren möchten, können Förderungen und Zuschüsse in Anspruch zu nehmen. Eine Übersicht der Mittel finden Sie unter **www.stromspiegel.de***

***Also:** Worauf warten? Schlagen wir gemeinsam den Energiepreisen ein Schnippchen!*

Sahle Wohnen
Unternehmenszentrale
Bismarckstraße 34
48268 Greven
Tel.: 02571/81-0
Fax: 02571/81-402

sahle-wohnen.de

Stand dieser Information: **August 2022**

*** Quelle:** https://de.statista.com/infografik/27457/entwicklung-der-energiepreise-fuer-private-haushalte-in-deutschland/

Bildnachweis: Titel: © Gerhard Seybert/stock.adobe.com, li; © Andrey Popov/Stock.adobe.com, re.; innen: © Dariusz Jarzabek/stock.adobe.com, re.; © brizmaker/stock.adobe.com, li.