

# Steigende Energiepreise: Was tun?

## ENERGIESPARTIPPS UND INFOS ZU SITUATIONEN, WENN AUCH DIE NICHT MEHR HELFEN

Seit Oktober 2021 kommt der Energiemarkt nicht zur Ruhe. Drastische Preissteigerungen sind die Folge. Jede nichtverbrauchte Kilowattstunde Strom und Gas spart bares Geld! Mit diesen Informationen bieten wir Ihnen Möglichkeiten, Energie einzusparen. Außerdem finden Sie Hinweise, was zu tun ist, wenn Sie in finanzielle Schwierigkeiten kommen.

Und so funktioniert's:

€ = 10 – 20 EURO/Jahr Einsparung, d.h. dieser Tipp: €€€€€ spart jährlich ca. 50 – 100 Euro

### STROM SPAREN



©oedekoven

€€€€€

- Stand-by ausschalten
- Nutzen Sie eine Steckerleiste zum bequemen Abschalten



©oedekoven

€€€€€

- Wäsche auf der Leine trocknen, statt den Trockner nutzen



©lumen St gettyimages

€€€€€

- Wäsche auf 30°C
- Schleudern auf 1400
- Das spart Strom beim Waschen und Trocknen



©oedekoven

€€€€€

- Mit Deckel kochen!
- So entweicht keine Wärme und kein Dampf aus dem Topf



©oedekoven

€€€€€

- Passende Herdplatte verwenden
- Damit wird die Wärme am besten genutzt



©oedekoven

€€€€€

- Töpfe auskühlen lassen, erst danach in den Kühlschrank stellen



©Daniil Dubov gettyimages

€€€€€

- Glühbirnen und Halogenlampen durch LEDs austauschen



©oedekoven

€€€€€

- Kühlschrank +7°C
- Gefrierschrank -18°C
- Damit halten Sie alles frisch



©oedekoven

€€€€€

- Wasser im Wasserkocher erhitzen statt auf dem Herd



©Artush gettyimages

€€€€€

- Set-Top-Boxen und TV-Receiver außerhalb der Nutzung vom Strom trennen

### WISSENSWERT



©simpson33 gettyimages

- Zähler bei Preisänderung ablesen oder mit dem Handy fotografieren



©verbraucherzentrale

- Stromverbrauch alter Geräte (älter als 10 Jahre) messen, Messgeräte verleihen die Beratungsstellen der Verbraucherzentrale

## HEIZKOSTEN SPAREN



©oedekoven



- Thermostat einstellen:
- Flur 16°C
- Schlafzimmer 16°C
- Wohnzimmer 20°C



©aliaksandrbarysenka



- Wird der gesamte Heizkörper warm?
- Wenn nicht, sprechen Sie Ihren Vermieter an



©oedekoven



- Thermostate flexibel nutzen
- Bei Abwesenheit und nachts herunterdrehen



©in4mal iStock



- Heizung nicht mit Möbeln zustellen
- Dann verteilt sich die Wärme optimal



©aliaksandrbarysenka



- Türen zwischen kalten und wärmeren Räumen schließen

## WISSENSWERT



©axelbueckert

Probieren Sie unseren Duschrechner aus:  
[www.verbraucherzentrale.nrw/duschrechner](http://www.verbraucherzentrale.nrw/duschrechner)



©oedekoven



- Feuchtigkeit messen
- Bei Feuchtigkeit ab 50% regelmäßig lüften



©Jun gettyimages



- 3x täglich kurze Querlüftung
- Das beugt Schimmelbildung vor



©oedekoven



- Beim Lüften Thermostat auf 0 drehen
- Sonst heizen Sie für Draußen



©pixelshot



- Fensterdichtungen prüfen und ausbessern



©axelbueckert



- Duschen statt Baden
- Sparduschkopf verwenden
- Kürzer Duschen



©oedekoven

Legen Sie aus dem Heizkostenzuschuss der Bundesregierung einen Notgroschen an.

## RECHNUNG KONTROLLIEREN

### Allgemein

- Was für eine Preiserhöhung habe ich erhalten und wie wird die Erhöhung in der Rechnung berücksichtigt?
- Wurde mit dem richtigen Preis gerechnet?
- Stimmen Zählernummer und Zählerstand?
- Wurde der Verbrauch abgelesen oder geschätzt?
- Wurden die Abschlagszahlungen richtig verbucht?

### Bei Heizkostenrechnungen vom Vermieter

- Sind die Angaben zur Wohnfläche richtig?
- Vergleichen Sie Ihre Verbrauchseinheiten mit denen aus dem Vorjahr
- Wurde nach Wohnfläche **und** Verbrauch abgerechnet? (50:50 oder 30:70)
- Wurden Vorauszahlungen richtig verbucht?

## **Passen die Abschläge zum Verbrauch?**

Zu niedrige Abschläge führen zu hohen Nachforderungen bei der Jahresabrechnung. Realistische Werte erhält man bei Strom- und Gaslieferverträgen so:

- Zunächst die Zahl der Kilowattstunden auf der Jahresrechnung mit dem aktuellen Preis pro Kilowattstunde multiplizieren,
- Dann den sogenannten Grundpreis für das ganze Jahr hinzurechnen,
- Zum Schluss die entstandene Summe durch zwölf teilen.

Lesen Sie den Stromzähler nach Aufforderung oder Preiserhöhung und die Funkmessstellen an den Heizkörpern am 31.12. ab.

## **WENN DAS GELD NICHT REICHT**

### **Gibt es Rücklagen?**

Besteht nur ein kurzer finanzieller Engpass, ist es sinnvoll, auf Rücklagen zurückzugreifen. Damit verhindern Sie weitere Kosten z.B. für Inkassotätigkeiten oder Verzugszinsen. Legen Sie die Zuschüsse aus den Entlastungspaketen der Bundesregierung für die Zahlung der Energierechnungen beiseite.

Die Energierechnung aus dem Dispo zu leisten, ist wegen der hohen Dispozinsen deutlich teurer.

### **Ist eine Ratenzahlung möglich?**

Wenn Sie eine Nachzahlung nicht auf einmal zahlen können, versuchen Sie, mit Ihrem Energieversorger/Vermieter eine Ratenzahlung auszuhandeln. Achten Sie darauf, dass die Raten aus dem verfügbaren Einkommen bezahlt werden können. Im Zweifel ist eine längere Laufzeit bei niedrigeren Raten besser.

**Achtung:** Stellen Sie bei Zahlungen an den Energieversorger unmissverständlich klar, welcher Anteil der Summe auf die laufende Abschlagszahlung entfällt und welcher auf die Altforderung.

### **Rechnung übersteigt meine finanzielle Leistungsfähigkeit**

Auch wenn Sie bisher keine Leistungen vom Jobcenter („Hartz IV) oder vom Amt für Grundsicherung (Sozialamt) erhalten haben, können Sie nur für den Monat, in dem die hohe Nachzahlung fällig ist, eine Übernahme der Kosten erhalten. Wenden Sie sich an das örtliche Jobcenter, wenn Sie erwerbfähig sind, oder Sozialamt, wenn Sie bereits in Rente sind. Dort können Sie einen Antrag auf Übernahme der Energieschulden stellen. Wird der Antrag bewilligt, erfolgt dies bei Stromschulden im Regelfall auf Darlehensbasis.

**Achtung:** Der Antrag **muss** im Monat der Fälligkeit gestellt werden.

### **Wohngeld beantragen**

Der Kreis der Wohngeldberechtigten wird von der Regierung ab Januar 2023 erweitert. Prüfen Sie mit dem Wohngeldrechner, ob ein Antrag Aussicht auf Bewilligung hat und stellen Sie den Antrag bei der Wohngeldstelle Ihrer Kommune.

**Wohngeld berechnen:** Wohngeldrechner: <https://www.bmwsb.bund.de/Web/BS/DE/themen/stadt-wohnen/wohnraumfoerderung/wohngeld/wohngeldrechner-2022-artikel.html>

### **Bilanz ziehen**

Verschaffen Sie sich einen Überblick über Ihre Haushaltsfinanzen:

- Summe aller Einnahmen
- Summe aller festen Ausgaben (Miete, Strom, Monatskarte, Rundfunkbeitrag u.a.)
- = Budget für veränderliche Ausgaben (Lebensmittel, Kleidung u.a.)

**Vorlage Haushaltsplan:** [www.meine-schulden.de/handeln/ueberblick-gewinnen/haushaltsplan](http://www.meine-schulden.de/handeln/ueberblick-gewinnen/haushaltsplan)

**Kinderzuschlag berechnen:** [www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kiz-lotse](http://www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kiz-lotse)

## WEITERE INFORMATIONEN



### 1. VERBRAUCHERZENTRALE SCHLESWIG-HOLSTEIN

Probleme mit Unternehmen, Fragen zu Verträgen oder unverständliche Rechnungen kommen im Alltag immer wieder vor. Wir unterstützen Sie mit unabhängigem Rat und Fachwissen. In unseren fünf Verbraucherberatungsstellen und auf vielen Veranstaltungen im Land sind wir persönlich für Sie da. Dort erhalten Sie auch unsere Ratgeber und kostenlosen Faltblätter. Zu ausgewählten Themen können Sie sich bei uns auch telefonisch beraten lassen.

### 2. BERATUNGSTHEMEN

Zu unseren aktuellen Beratungsthemen zählen bspw.:

- Verbraucherrecht, z.B. im Bereich Energie
- Gesundheit und Pflege
- Geld anlegen und vorsorgen, Versicherungen
- Immobilien bauen, kaufen und vieles mehr

#### Unsere Experten sind für Sie da!

Rufen Sie unser Service-Telefon an: **0431 590 99 40**  
Informationen bieten wir Ihnen auch im Internet unter [www.verbraucherzentrale.sh](http://www.verbraucherzentrale.sh)

### 3. KONTAKT

#### Beratungsstelle Norderstedt

Rathausallee 38 | 22846 Norderstedt  
Tel. (040) 52 38 455  
E-Mail [Norderstedt@vzsh.de](mailto:Norderstedt@vzsh.de)

#### Schuldner- und Insolvenzberatung Bad Segeberg

Kirchplatz 1 23795 | Bad Segeberg  
Tel. (04551) 90 84 40

#### Schuldner- und Insolvenzberatung Kaltenkirchen

Flottkamp 13b | 24568 Kaltenkirchen  
Tel. (04191) 72 27 40

#### Schuldnerberatung Bad Bramstedt

Altonaer Straße 2 | 24576 Bad Bramstedt  
Tel. (04191) 72 27 40

#### Schuldnerberatung Bornhöved

Lindenstraße 5 | 24619 Bornhöved  
Tel. (04323) 80 54 47 11

#### Schuldnerberatung Henstedt-Ulzburg

Rathausplatz 3 | 24558 Henstedt-Ulzburg  
Tel. (04191) 72 27 40

### 1. ENERGIEBERATUNG DER VERBRAUCHERZENTRALE SCHLESWIG-HOLSTEIN

Über die Bundesförderung für Energieberatung der Verbraucherzentrale in Schleswig-Holstein haben Sie die Möglichkeit, sich individuell beraten zu lassen. Neben der **kostenfreien Beratung** an einem der **22 Standorte** der Verbraucherzentrale in Schleswig-Holstein, einer **telefonischen Beratung** oder einer **Videoberatung**, können Sie sich auch von einem Energieberater in den eigenen vier Wänden besuchen lassen. Diese **aufsuchende Beratung kostet 30,- EUR** und richtet sich nach Ihrem individuellen Anliegen. Unsere Energieberater entscheiden nach eigenem Ermessen, ob eine geförderte Energieberatung in Ihrer Immobilie durchgeführt wird.

Die Angebote werden finanziert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz.

Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer Website unter der Adresse:

[www.verbraucherzentrale.sh/energieberatung](http://www.verbraucherzentrale.sh/energieberatung)

Oder vereinbaren Sie telefonisch einen Termin unter:

- **0431-590 99 40 (Ortstarif im Festnetz, Mobilfunktarif kann abweichen)**

#### BITTE BEACHTEN SIE:

Auf Grund der hohen Nachfrage kann es zu Einschränkungen bei den Beratungen kommen. Bitte informieren Sie sich telefonisch über den aktuellen Stand. Nehmen Sie gern auch unsere telefonische Beratung in Anspruch. Diese ist grundsätzlich kostenlos und kann sehr detailliert durchgeführt werden.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages