



Weitere Informationen, um den Verbrauch zu senken und Geld zu sparen:

- Niedersachsen – Gemeinsam durch die Energiekrise:
» niedersachsen.de/energiekrise
- Kampagne: 80 Millionen gemeinsam für Energiewechsel:
» energiewechsel.de
- Energieberatungsstellen für Hauseigentümer:innen:
» klimaschutz-niedersachsen.de



Beratung zu Energielieferverträgen und Energiespartipps:

Die Verbraucherzentrale bietet Beratung zu Energieeinsparungen oder (kostenpflichtig) zu Strom- und Gaslieferverträgen.

Einen Termin kann man online buchen oder telefonisch unter 0511 911 96-0 vereinbaren.

Verbraucherzentrale: » verbraucherzentrale-niedersachsen.de

Beratung bei finanzieller Überlastung:

Die Verbraucherzentrale Niedersachsen empfiehlt allen von Verschuldung oder Überschuldung bedrohten bzw. betroffenen Verbraucher:innen, sich möglichst frühzeitig an eine offiziell anerkannte Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatungsstelle zu wenden.

Hier finden Sie Ihre regionale Schuldnerberatungsstelle:

» meine-schulden.de/beratungsstellen

Hinweis: Seriöse Schuldnerberatung ist kostenlos.

Es wird in der Regel von zahlungsunfähigen Personen keine Gebühr verlangt.

Antworten auf häufig gestellte Fragen (FAQ) zur Energiekrise:

» niedersachsen.de/energiekrise/faq

Herausgeberin:

Presse- und Informationsstelle der Niedersächsischen Landesregierung

Niedersächsische Staatskanzlei

Planckstraße 2 | 30169 Hannover | Pressestelle@stk.niedersachsen.de

August 2022

Jetzt Verbrauch senken ... und Geld sparen!



Tipps zum Energiesparen im Sommer

**Jede gesparte Kilowattstunde Energie
entlastet Ihren Geldbeutel und
hilft uns allen für die kommenden Winter!**

Warum wir jetzt dringend unseren Energieverbrauch senken sollten:

- zunehmend finanzielle Belastungen durch steigende Gas- und Strompreise für jeden Haushalt
- je mehr Gas wir im Sommer verbrauchen, umso schwieriger wird die Versorgung im Herbst und Winter

Jetzt sind Einsparungen notwendig, um die Gasspeicher weiter füllen zu können aber auch, um die **eigenen Kosten zu reduzieren und Geld zu sparen.**

29 % des gesamten Energieverbrauchs in Deutschland entfallen auf Privathaushalte. **67 %** unseres Energieverbrauchs im Haushalt benötigen wir für die Wärmeerzeugung. Unsere größten Einsparpotenziale zuhause liegen also beim Heizen und dem Warmwasserverbrauch.



Jede gesparte Kilowattstunde entlastet Ihren Geldbeutel und hilft uns allen für die kommenden Winter!

Machen Sie Ihr Heim jetzt schon winterfest:

Das können Sie selber tun:



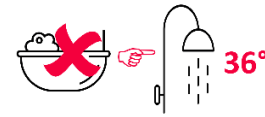
- Fenster/Türen prüfen, ob sie dicht sind – mit einfachen Dichtungsbändern kann im Winter bis zu 10 % Energie gespart werden
- Freiliegende Heizungsrohre und Heizkörpernischen dämmen, damit keine Wärme verloren geht – Material zum Dämmen gibt es im Fachhandel und in Baumärkten

Mit Hilfe eines Handwerksbetriebs:



- Heizung bzw. Gas-Therme warten und richtig einstellen lassen
- Hydraulischer Abgleich (Wärme wird über alle Heizkörper gleichmäßig verteilt)

Heizkosten & Warmwasser sparen



Duschen statt Baden, warm statt heiß



Möglichst kurz duschen (Richtwert 5 Minuten) und zum Einseifen das Wasser abstellen

Stromkosten sparen

Mindestens **300 Euro** Stromkosten im Jahr kann ein Haushalt in einem Mehrfamilienhaus sparen. In einem Einfamilienhaus sogar mindestens **400 Euro** pro Jahr!



TV und Mediengeräte – mit abschaltbaren Steckdosen die Standby-Kosten von Geräten stoppen



Beleuchtung – Licht nur dort an, wo es benötigt wird (keine ungenutzten Räume, Lichterketten, Dekoleuchten)



Notebook/PC/Monitor/Router – Energiesparmodus aktivieren und nachts Geräte über abschaltbare Steckdosen ganz ausschalten



Backofen – Umluftfunktion im Backofen spart 20 % gegenüber Ober/Unterhitze; ein Vorheizen ist in der Regel nicht nötig



Herd – Kochen mit Deckel auf dem Topf reduziert den Verbrauch um 50 %



Waschmaschine – Energiesparprogramme verwenden, auf Kochwäsche (90°) verzichten, Trommel immer voll befüllen



Geschirrspüler – Energiesparprogramme verwenden, nur anstellen, wenn das Gerät wirklich voll ist



Kühlschrank – Kühltemperatur auf 7° Grad oder vergleichbare Einstellung erhöhen