

Energietipp der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e. V.

Wärmespeicherung wichtiger als Wärmedämmung?

(VZ – RLP/02.06.2026) Ist es sinnvoller, die Wärme in massiven Wänden des Hauses zu speichern, als das Haus umfassend zu dämmen? Jeder Speicher muss zunächst aufgeladen werden und entlädt sich mit der Zeit wieder. Wie schnell sich ein Speicher entlädt, hängt von der Speichermasse, der Oberfläche, der Dämmung und den Temperaturunterschieden ab. Auch eine Wärmflasche im Bett ist nur hilfreich, wenn die Bettdecke als Dämmschicht hinzukommt. Ohne die Bettdecke ist die gespeicherte Wärme schnell verloren.

Übertragen auf Gebäude heißt das: Massive Wände mit viel Speichermasse können die Abkühlung und Aufwärmung im Haus verlangsamen, aber nicht die Energieverluste begrenzen. Wer diese Energieverluste verringern möchte, kommt an der Dämmung nicht vorbei. Im Winter kann jeder den Unterschied zwischen Dämmen und Speichern selbst erfahren. Der eigene Körper ist ein guter Wärmespeicher. Am angenehmsten fühlt sich der, der im Winter eine Wärmedämmung in Form einer kuscheligen Jacke anlegt. Niemand käme auf die Idee, eine Ritterrüstung zu tragen, weil die Speichermasse hoch ist.

Im Sommer verzögern Speichermassen das Aufheizen des Gebäudes. Es sei denn, es kommt den ganzen Tag über viel Sonnenstrahlung durch große Glasflächen oder Dachflächenfenster ins Haus. Dann haben es auch die Speichermassen schwer, diese Wärmeenergie wegzupuffern.

Weitere Details erläutern die Energieberater:innen der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz in einem persönlichen Beratungsgespräch nach telefonischer Voranmeldung.

Die Beratungsgespräche sind kostenlos. Die nächsten Sprechstunden der Energieberater finden statt:

In Saarburg telefonische Beratung am Freitag, dem 19. Juni, von 10 bis 13 Uhr Anmeldung unter Tel. 0 6581 81-111.

In Trier jeden Donnerstag von 10 bis 17.45 Uhr in der Verbraucherzentrale, Fleischstraße 77. Anmeldung unter Tel. 0651 48802.

Energietelefon der Verbraucherzentrale: 0800/60 75 600 (kostenfrei), montags von 9 bis 13 und 14 bis 18 Uhr, dienstags und donnerstags von 10 bis 13 und 14 bis 17 Uhr.

VZ-RLP

Die Energieberatung der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie und vom rheinland-pfälzischen Ministerium für Wirtschaft, Tourismus, Energie und Klima.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Über die Energieberatung

Die Energieberatung der Verbraucherzentrale ist das größte anbieterunabhängige Beratungsangebot zum Thema Energie in Deutschland und ist seit 1978 verlässlicher Begleiter auf dem Weg in eine energiebewusste Zukunft. Bundesweit stehen fast 1.000 Energieberater:innen Privathaushalten zur Seite. Im Jahr 2024 wurden rund 233.000 Ratsuchende in einer unserer 900 Beratungsstellen per Telefon, online oder direkt zu Hause beraten. Unser Ziel ist es, private Haushalte beim Energiesparen zu unterstützen. Dazu beraten die Energieberater:innen im Auftrag der Verbraucherzentrale zu den Themen Energiesparen, Wärmedämmung, moderne Heiztechnik und erneuerbare Energien. Hohe fachliche Kompetenz und strikte Unabhängigkeit zeichnen die Energieberatung der Verbraucherzentrale aus.

Pressestelle

Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e. V.
Seppel-Glückert-Passage 10
55116 Mainz

Tel. (0 61 31) 28 48–85
presse@vz-rlp.de

www.verbraucherzentrale-rlp.de