

Energietipp der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e. V.

Strom- und Heizkosten im Blick – monatlicher Zähler-Check

(VZ – RLP/07.01.2026) Jedes Jahr erwartet man gespannt die Jahresrechnung für Strom und Heizung. Wer etwa neue, sparsame Haushaltsgeräte angeschafft hat, will natürlich den Erfolg auf der Verbrauchsabrechnung sehen. Wenn der Jahresverbrauch dann aber wider Erwarten nicht gefallen, sondern angestiegen ist, muss man sich auf die Suche nach den Energiefressern machen. Welche anderen neuen Geräte sind im Haushalt verwendet worden? Welche Geräte sind häufiger genutzt worden als im Vorjahr?

Wer immer über den Energieverbrauch informiert sein will, prüft regelmäßig die Zählerstände. So kann der Verbrauch dokumentiert werden und es können gegebenenfalls Anpassungen bei Nutzung und Geräteausstattung vorgenommen werden. Bei der unterjährigen Hochrechnung des Jahresverbrauchs ist zu berücksichtigen, dass der Stromverbrauch in den Sommermonaten nur leicht niedriger ist als in den Wintermonaten. Beim Heizungsverbrauch ist das naturgemäß anders. Hier helfen zur Orientierung die sogenannten Gradtagszahlen, die auf den Messungen des Deutschen Wetterdienstes beruhen. So entfallen 19 Prozent des Heizenergieverbrauchs auf die 6 Monate von April bis September. Im 20-jährigen Durchschnitt liegt der Heizenergieverbrauch nur für Januar und Februar in der Summe bei gut 30 Prozent des Jahresverbrauchs.

Wer Möglichkeiten finden will, seinen Strom- und Heizenergieverbrauch zu senken, kann sich individuell und kostenfrei in der persönlichen Energieberatung der Verbraucherzentrale beraten lassen.

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

In Saarburg telefonische Beratung am Freitag, dem 06. Februar, 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 Klimaschutz, Umwelt, Energie und Mobilität.

Gefördert durch:



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

