



Übersicht:

- Warum jetzt im Herbst & Winter jede(r) Einzelne dringend Energie sparen sollte
- Stromverbrauch zu Hause: Daten, Zahlen und Fakten

Entlastungen im Überblick:

- So funktioniert die Gaspreisbremse
- Dezember-Soforthilfe
- So funktioniert die Strompreisbremse
- Härtefallregelung

Heizkosten & Warmwasser sparen:

- ✓ Duschen & Baden
- ✓ Machen Sie Ihr Heim winterfest
- ✓ Heiztemperaturen und Thermostat
- ✓ Raumgestaltungen und kleine Dämmungen
- ✓ Richtig Lüften
- ✓ Wer Geld sparen will, vermeidet diese Fehler

Stromkosten sparen:

- ✓ Kochen und Backen
- ✓ Wohnen und Arbeiten
- ✓ Großgeräte
- ✓ Längere Abwesenheit

Beratung und Unterstützung:

- Energiesparberatung für Menschen mit niedrigem Einkommen
- Energieberatung
- Beratung bei finanzieller Überlastung



Warum jetzt im Herbst & Winter jede(r) Einzelne dringend Energie sparen sollte:

Einsparziel: mindestens 20 %

Im Juni 2022 hat das Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz (BMWK) die zweite Stufe des Notfallplans Gas aktiviert. Der Notfallplan Gas hat drei Stufen:

- Stufe 1: **Frühwarnstufe** (aktiviert 30. März 2022)
- Stufe 2: **Alarmstufe** (aktiviert seit 23. Juni 2022)
- Stufe 3: **Notfallstufe**

Die Lage ist angespannt und eine weitere Verschlechterung der Situation kann nicht ausgeschlossen werden. Die Gasversorgung in Deutschland ist im Moment aber stabil.

Die Bundesregierung betont gleichwohl ausdrücklich die Bedeutung eines sparsamen Gasverbrauchs.

Die Speicher sind gefüllt – warum dennoch Energiesparen?

Die gefüllten Speicher geben uns Sicherheit für den Start in den Winter und helfen den Anstieg der Gaspreise zu bremsen. Gleichwohl braucht es die **Einsparungen von mindestens 20 % Energie** und den planmäßigen Start der LNG-Terminals zum Ende des Jahres, da ein sehr kalter Winter unsere Reserven sonst zu früh aufbrauchen würde. Die Folge wäre eine Gasmangellage, der wir aber mit Energiesparen vorbeugen können und müssen.

Gas bleibt knapp und teuer!





Warum jetzt im Herbst & Winter jede(r) Einzelne dringend Energie sparen sollte:

**Einsparziel:
mindestens 20 %**

- **Gasversorgung:** die Gasversorgung - auch im späteren Winter - bleibt dann am sichersten, wenn jeder(r) Einzelne den Verbrauch um mindestens 20 % senkt
- **Finanzielle Entlastung:** die geplante Energiepreisbremse bezieht sich auf **80 % Ihres Verbrauchs von Gas und Strom**, d.h. für den größten Teil Ihres Energiebedarfs wird ein fester (vom Staat unterstützter) Preis garantiert!
Für Ihren restlichen Verbrauch zahlen Sie hingegen den höheren (vertraglichen) Marktpreis. Sparen Sie diese verbleibenden 20 % Energie ein, dann profitieren Sie vollständig von der Preisbremse und Ihre Kosten sinken sehr deutlich.

Das **nationale Einsparziel von 20 %** ist notwendig, um die Gasversorgung für den gesamten Winter stabil zu erhalten und die eigenen Energiekosten spürbar zu senken.

29 % des gesamten Energieverbrauchs in Deutschland entfallen auf Privathaushalte.

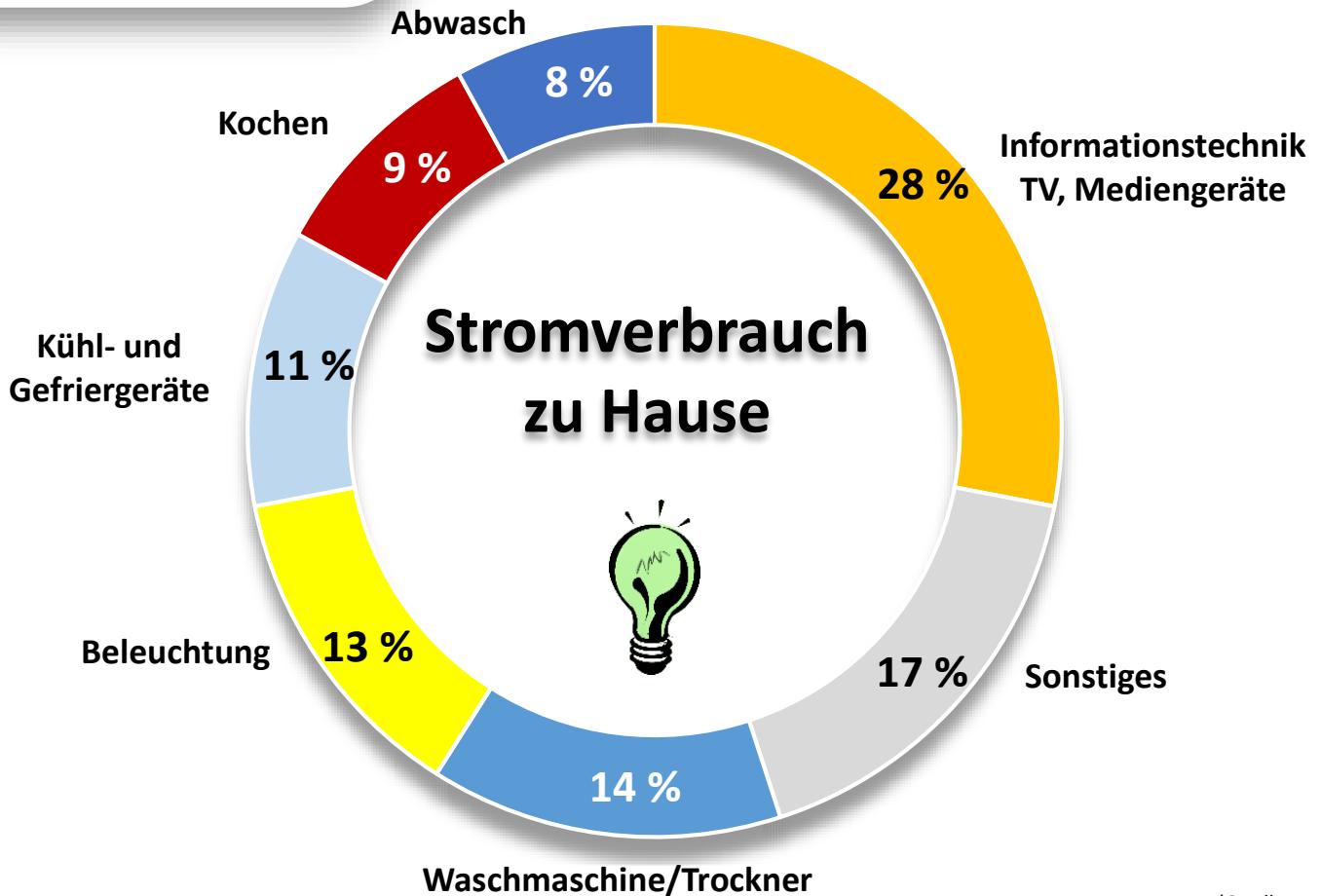
67 % unseres privaten Energieverbrauchs im Haushalt benötigen wir für die Wärmeerzeugung. Unsere größten Einsparpotenziale zuhause liegen also in den Bereichen Heizen und Warmwasser.



Mit jeder gesparte Kilowattstunde Energie entlasten Sie deutlich Ihren Geldbeutel und helfen uns allen für die kommenden Winter!



Stromverbrauch zu Hause: Daten, Zahlen und Fakten



(Quelle: BMWK)

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

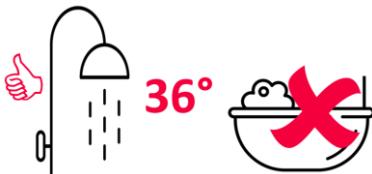
niedersachsen.de/energiekrise/spartipps



Energiespar-Tipps Nr. 01

Duschen & Baden

*Unsere größten Gas-Einsparpotenziale zuhause liegen neben dem Heizen im **Warmwasserverbrauch!***

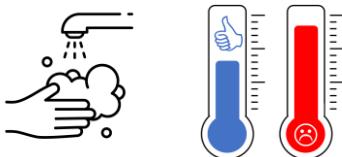


Lieber Duschen statt Baden und dabei die Temperatur runterdrehen: warm (36° Grad) anstatt heiß.



Kürzer Duschen (5 Minuten) und beim Einseifen das Wasser kurz abstellen – die Halbierung der Duschzeit (im Durchschnitt sonst ca. 10 Minuten) halbiert auch Ihre Duschkosten für Warmwasser.

Mit der Anschaffung eines Sparduschkopfs für Ihre Dusche reduzieren Sie zusätzlich Ihren Verbrauch.



Waschen Sie Ihre Hände öfter mit kaltem Wasser. Die Seife entfernt Schmutz auch ohne warmes Wasser.



Energiespar-Tipps Nr. 02

Kochen & Backen

Rund 10 % unseres Stromverbrauchs fällt in der Küche beim Kochen und Backen an.



Umluftfunktion im Backofen spart 20 % gegenüber Ober-/Unterhitze; ein Vorheizen ist häufig nicht nötig.



Kochen mit Deckel auf dem Topf reduziert den Verbrauch um fast 50 %.

Ein (flacher, nicht verformter!) Topf- oder Pfannenboden spart bis zu 30 % Energie, wenn die Topfgröße dem Kochfeld entspricht.

Bei Elektroherden die Nachwärme nutzen, 5 bis 10 Minuten vor Ende der Garzeit den Herd abstellen. Das reicht in der Regel für das gewünschte Ergebnis.



Für kleinere Wassermengen (bis 1,5 Liter, z.B. für eine Suppe oder Nudeln) ist das Erhitzen mit einem Wasserkocher um etwa ein Drittel günstiger als auf dem Herd.

Icons: lembervector/stock.adobe.com

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

niedersachsen.de/energiekrise/spartipps



Energiespar-Tipps Nr. 03

Wohnen & Arbeiten

Über 40 % unseres Stromverbrauchs fällt bei Informationstechnik und Beleuchtung an.



Abschaltbare Steckdosen stoppen die Standby-Kosten von TV und anderen Mediengeräten.



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



Licht nur dort an, wo es wirklich benötigt wird (nicht in ungenutzten Räumen, keine Lichterketten oder Dekoleuchten).



LED-Lampen kosten zwar mehr in der Anschaffung als eine normale Lampe, dank des wesentlich geringeren Energieverbrauches lohnt sich die Investition aber schon nach etwa einem Jahr.



Energiespar-Tipps Nr. 04

Großgeräte

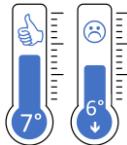
Knapp 35 % unseres Stromverbrauchs fallen bei den Großgeräten wie Wasch- und Spülmaschine sowie Kühlschrank an.



Geschirrspüler – Energiesparprogramme nutzen und nur anstellen, wenn das Gerät wirklich voll ist.



Waschmaschine – Energiesparprogramme nutzen und die Waschmaschine voll machen. Das 40°C-Programm spart im Vergleich zum 60°C-Programm rund 45 Prozent Strom.



Kühlschrank – Kühltemperatur auf 7 Grad oder vergleichbare Einstellung erhöhen – spart 6 Prozent Strom.

Übrigens: Regelmäßiges Abtauen des Gefrierfachs reduziert deutlich den Energieverbrauch – möglichst jährlich, auf jeden Fall ab 1 cm Eisschicht.



Energiespar-Tipps Nr. 05

Längere Abwesenheit

Gönnen Sie Ihren Geräten bei längeren Abwesenheiten (mehrere Tage oder Wochen) eine Pause.



Standby-Funktionen von Fernsehern, Monitoren, Internet-Routern und anderen Geräten (z.B. elektr. Warmwasser-Boiler) sind nutzlose Stromfresser, während Sie nicht zu Hause sind ... also vor der Abreise einfach ganz ausschalten oder besser den Stecker ziehen.



Ein (fast) leerer Kühlschrank muss bei einer längeren Abwesenheit nicht kühlen ... also vor der Abreise abschalten und die Kühlschranktür offen lassen (Vermeidung von Schimmel). Bei einem Gerät mit Frostfach sollte dies allerdings vor der Abreise abgetaut werden.

Übrigens: Regelmäßiges Abtauen des Gefrierfachs reduziert deutlich den Energieverbrauch – möglichst jährlich, auf jeden Fall ab 1 cm Eisschicht.



Energiespar-Tipps Nr. 06

Machen Sie Ihr Heim winterfest!

Das können Sie selber tun:



- ✓ Fenster/Türen prüfen, ob diese dicht sind – mit einfachen Dichtungsbändern kann im Winter bis zu 10 Prozent 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
- ✓ Hydraulischen Abgleich vornehmen lassen. Beim hydraulischen Abgleich stellt ein Fachbetrieb sicher, dass die Heizung die Wärme gleichmäßig verteilt



Clever und sparsam heizen Nr. 01

Thermostat und Raumtemperaturen



28 °C

26 °C

24 °C

22 °C

20 °C

18 °C

16 °C

14 °C

12 °C

6 °C



Bei Absenkung der Heiztemperatur um 1 Grad sparen Sie bereits 6 % Energie.

22°C Badezimmer.....→

20° bis 22°C Wohnbereich→

17° bis 18°C Küche & Schlafzimmer.....→

Nachtbetrieb – alle Räume.....→

Frostschutz.....→

5

4



3



2



1

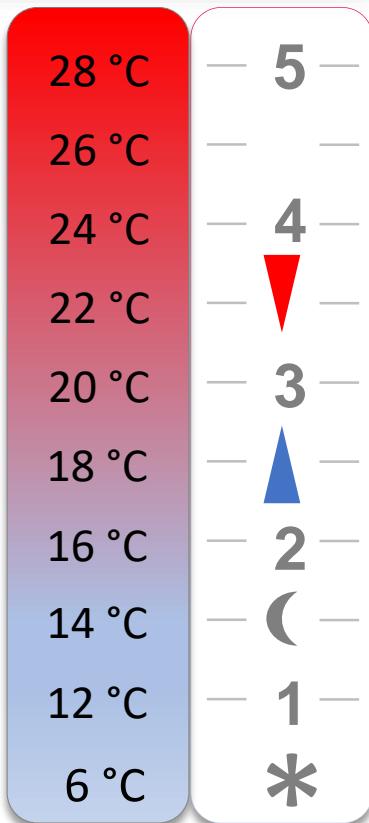


Nicht vergessen: Jede gesparte Kilowattstunde Energie entlastet Ihren Geldbeutel und hilft uns allen für die kommenden Winter!



Clever und sparsam heizen Nr. 02

Heiztemperatur kostensparend einstellen



- **Restwärme nutzen** – z.B. kann die Heizung im Wohnzimmer bereits eine Stunde vor dem Schlafengehen heruntergestellt werden
- **Gewünschte Temperatur ist entscheidend** – ein rasches Aufheizen mit Stufe 5 verbraucht sehr viel Energie, ist aber nur geringfügig schneller beim Aufwärmen als bei Stufe 3 bis 4
- **Programmierbare Thermostatventile** haben den Vorteil, dass sie Räume selbsttätig zu den eingegebenen Zeiten auf die gewünschte Temperatur heizen. Sie können dadurch etwa 10 % Heizenergie sparen
- **Ungenutzte Räume oder längere Abwesenheit** – trotz Energiesparen und gesenkter Heizleistung bitte die Raumtemperatur so anpassen, dass keine Schimmelbildung entsteht

Bei Absenkung der Heiztemperatur um 1 Grad sparen Sie bereits 6 % Energie.

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

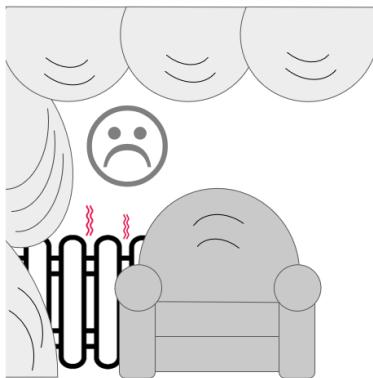
niedersachsen.de/energiekrise/spartipps



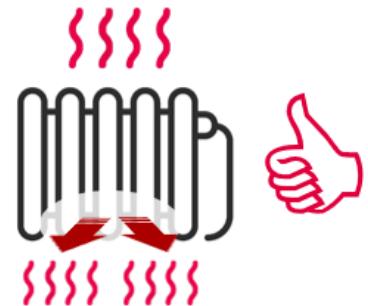
Clever und sparsam heizen Nr. 03

Raumgestaltung und kleine Dämmungen

Auch wenn nicht jeder Heizkörper schön anzusehen ist – damit er richtig heizen kann, muss er dennoch freistehen.



Möbel, Vorhänge und andere Verkleidungen sollten ausreichend Abstand (20 bis 30 cm) zum Heizkörper haben



Prüfen Sie Fenster und Türen, ob diese dicht sind – mit einfachen Dichtungsbändern oder Dichtprofilen für Fenster und Türen kann im Winter bis zu 10 % Energie gespart werden.



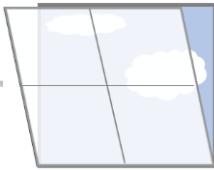
Auch freiliegende Heizungsrohre und Heizkörpernischen dämmen, damit keine Wärme verloren geht – Material zum Dämmen gibt es im Fachhandel und in Baumärkten



Clever und sparsam heizen Nr. 04

Richtig Lüften

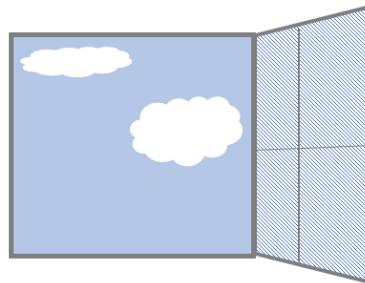
Auch wenn es draußen kalt ist, regelmäßiges Lüften ist während der Heizsaison sehr wichtig! Das Lüften verringert die Feuchtigkeit in den Wohnräumen und sorgt für eine gute Luftqualität.



Fenster länger oder dauerhaft zu kippen, bringt wenig frische Luft und begünstigt Schimmelbildung im Fensterbereich.



Tausche Feuchtigkeit gegen frische Luft!



Mehrmals täglich (3x) für ca. 5 bis 10 Minuten ein oder mehrere Fenster weit öffnen.

Und nicht vergessen:

Vor dem Lüften noch das Thermostat herunterdrehen.

Bei Querlüftung in mehreren Räumen und geöffneten Türen ist der Luftaustausch am besten. Im Badezimmer beim Lüften nach der Dusche (soweit Fenster vorhanden) die Tür zulassen, da sonst die Feuchtigkeit nur im Wohnraum verteilt wird.



Bei Durchzug und Querlüftung wird am schnellsten die Luft ausgetauscht.

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



Clever und sparsam heizen Nr. 05

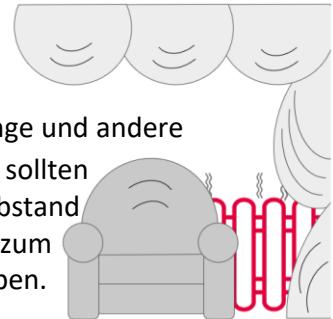
Stopp 🖐️ Wer Geld sparen will, vermeidet diese Fehler!

Thermostat zum Anheizen voll Aufdrehen



Ein rasches Aufheizen mit Stufe 5 verbraucht sehr viel Energie, ist aber nur geringfügig schneller beim Aufwärmen als bei Stufe 3 bis 4.

Heizkörper verdecken



Möbel, Vorhänge und andere Verkleidungen sollten ausreichend Abstand (20 bis 30 cm) zum Heizkörper haben.

Dauerlüften mit gekippten Fenster



Besser mehrmals täglich (3x) für ca. 5 Minuten die Fenster weit öffnen.

Und nicht vergessen:

Vorher noch das Thermostat herunterdrehen.

Elektrische Heizlüfter zum Geld sparen

Wenn die Gaspreise sehr stark steigen, dann ziehen auch die Strompreise an. Hinzu kommt die Gefahr, dass die Stromnetze überlastet werden, wenn viele Heizlüfter in Betrieb genommen würden.





Entlastungsmaßnahmen Gas/Fernwärme 1 | 2

So funktioniert die Preisbremse

Verbraucherinnen und Verbraucher sowie kleine und mittlere Unternehmen (mit SLP-Verträgen) werden spätestens ab März 2023 – eventuell rückwirkend zu Anfang Februar – durch die Preisbremse entlastet.

Hinweis:
Gesetzgebungsverfahren zur finalen Gestaltung der Preisbremse läuft noch

Durch die Bremse können Gaskunden **80 Prozent des Vorjahresverbrauchs (als Basisversorgung) zum verminderten Gaspreis von 12 Cent** pro Kilowattstunde (kWh) beziehen.

Für **Fernwärmekunden** gilt ein verminderter Preis von **9,5 Cent** pro Kilowattstunde.

Für den darüber hinausgehenden Verbrauch (20 %) gilt der Preis des individuellen Versorgungsvertrags. Als Vorjahresverbrauch gilt die Jahresverbrauchsprognose, die der Abschlagszahlung für den September 2022 zugrunde gelegt wurde.

Vorjahresverbrauch:

September **2021** bis
September **2022**

Beispielhafter Verbrauch
in diesem Zeitraum
09/2021 bis 09/2022:

20.000 Kilowattstunden
= Verbrauchsprognose ab 10/2022

Gas- bzw. Fernwärme-Preisbremse:

Ab März 2023 (ggf. rückwirkend ab Februar 2023)
bis Ende April 2024



80 % (als Basisversorgung)
der Verbrauchsprognose von **20.000 kWh** = **16.000 kWh**
zum verminderten Gaspreis von
12 Cent bzw. **9,5 Cent** bei Fernwärme

Um die Zeit bis zur Einführung der Gaspreisbremse zum 1. März 2023 zu überbrücken, werden im Rahmen einer **Soforthilfe** die im **Dezember 2022 fälligen Abschlagszahlungen für Gas und Fernwärme** vom Bund übernommen!



Entlastungsmaßnahmen Gas/Fernwärme 2 | 2

So funktioniert die Gaspreisbremse

Für die Beispielrechnung sind eine Verbrauchsprognose von 20.000 Kilowattstunden (beispielhafte Schätzung für eine Familie in einem Einfamilienhaus) und ein vertraglicher Gaspreis von 18 Cent zugrunde gelegt worden.



Ohne Gaspreisbremse:

Beispielrechnung:
Verbrauchsprognose 20.000 kWh
Jahresverbrauch 20.000 kWh
Vertraglicher Preis
Kilowattstunde 18 Cent
20.000 kWh x 18 Cent
(vertraglicher Preis)

3.600 €
mtl. 300 €

Mit Gaspreisbremse:

Beispielrechnung:
Verbrauchsprognose 20.000 kWh
Jahresverbrauch 20.000 kWh
16.000 kWh x 12 Cent
(Gaspreisbremse) plus
4.000 kWh x 18 Cent
(vertraglicher Preis)

2.640 €
mtl. 220 €

Mit Gaspreisbremse

UND 20 % Wärme eingespart:

Beispielrechnung:
Verbrauchsprognose 20.000 kWh
Jahresverbrauch 16.000 kWh
16.000 kWh x 12 Cent
(Gaspreisbremse)

1.920 €
mtl. 160 €



Entlastungsmaßnahmen Gas/Fernwärme 1 | 2

Soforthilfe für Dezember 2022

Um die Zeit bis zur Einführung der Gaspreisbremse zum 1. März 2023 zu überbrücken, werden im Rahmen einer Soforthilfe die im Dezember 2022 fälligen Abschlagszahlungen für Gas und Fernwärme vom Bund übernommen.

Wie funktioniert die Soforthilfe?

Für den Bezug von Erdgas **entfällt im Dezember die Pflicht, vertraglich vereinbarte Voraus- oder Abschlagszahlungen zu leisten**. Dennoch gezahlte Beträge müssen Gasversorgungsunternehmen in der nächsten Rechnung abziehen.

Für Wärmeversorgungsunternehmen (Fernwärme) gilt ein analoges Verfahren. Im Rahmen von Mietverhältnissen sind Vermietende verpflichtet, die Entlastung über die Betriebskostenabrechnung an die Mieterinnen und Mieter weiterzugeben.

Wer hat Anspruch?

- Von der Soforthilfe profitieren **alle Haushalte, sowie kleine und mittelständischen Unternehmen (mit SLP-Verträgen)** die Gas oder Fernwärme nutzen.
- Berechtigt darüber hinaus sind:
zugelassene Pflege-, Vorsorge- und Rehabilitationseinrichtungen, staatliche, staatlich anerkannte oder gemeinnützige Einrichtungen des Bildungs-, Wissenschafts- und Forschungsbereichs sowie Werkstätten für Menschen mit Behinderungen oder anderer Leistungsanbieter.

Wie bekomme ich die Soforthilfe? >>>



Entlastungsmaßnahmen Gas/Fernwärme 2 | 2

Soforthilfe für Dezember 2022

Um die Zeit bis zur Einführung der Gaspreisbremse zum 1. März 2023 zu überbrücken, werden im Rahmen einer Soforthilfe die im Dezember 2022 fälligen Abschlagszahlungen für Gas und Fernwärme vom Bund übernommen.

Muss ich einen Antrag dafür stellen?

Nein! Die Abwicklung erfolgt in der Regel automatisch durch die Energieversorgungsunternehmen oder ggf. im Rahmen des Mietverhältnisses durch den Vermietenden bzw. durch die Wohnungseigentümergeinschaft.

Muss ich mich an meinen Energieversorger wenden?

Nein! Sofern Sie Ihrem Energieversorger ein Lastschrift- oder SEPA-Mandat erteilt haben (automatische Abbuchung), wird es im Dezember keine Abbuchung geben. Wenn Sie einen Dauerauftrag eingerichtet haben oder monatlich neu überweisen, dann setzen Sie Ihre Abschlagszahlung für Gas und Wärme im Dezember bitte einmalig aus.

Kann mir die Soforthilfe ausgezahlt werden?

Nein! Der Bund leistet die Zahlung direkt an die Energieversorger, im Gegenzug entfällt für Sie die Pflicht zur Zahlung des Abschlags im Dezember.



Entlastungsmaßnahmen Strom 1 | 2

So funktioniert die Strompreisbremse

Verbraucherinnen und Verbraucher sowie kleine und mittlere Unternehmen sollen zum 1. Januar 2023 durch die Strompreisbremse entlastet werden.

Hinweis:
Gesetzgebungsverfahren zur finalen Gestaltung der Preisbremse läuft noch

Durch die Bremse können Stromkunden **80 Prozent des Vorjahresverbrauchs (als Basisversorgung) zum verminderten Strompreis von 40 Cent** pro Kilowattstunde beziehen.

Für den darüber hinausgehenden Verbrauch (20 %) gilt der Preis des individuellen Stromversorgungsvertrags. Als Vorjahresverbrauch gilt die Jahresverbrauchsprognose, die der Abschlagszahlung für den September 2022 zugrunde gelegt wurde.

Vorjahresverbrauch:

September **2021** bis
September **2022**

**Beispielhafter Verbrauch
in diesem Zeitraum**
09/2021 bis 09/2022:

2.500 Kilowattstunden
= Verbrauchsprognose ab 10/2022

Strompreisbremse ab Januar 2023:

bis Ende April 2024



80 % (als Basisversorgung)
der Verbrauchsprognose von **2.500 kWh** = **2.000 kWh**
**zum verminderten Strompreis
von 40 Cent** bis April 2024

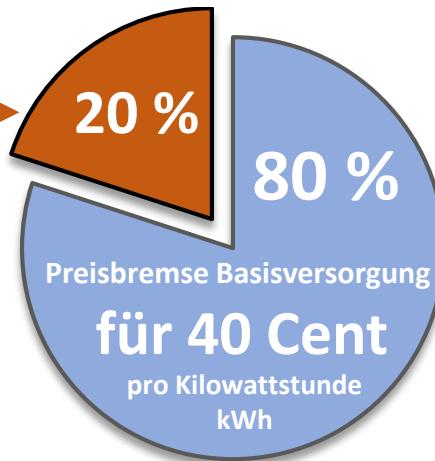
Für Industrieunternehmen gilt bei Strompreisen eine Deckelung für 70 Prozent des Vorjahresverbrauchs und ein gedeckelter Preis von 13 Cent pro Kilowattstunde.



Entlastungsmaßnahmen Strom 2 | 2

So funktioniert die Strompreisbremse

Für die Beispielsrechnung sind eine Verbrauchsprognose von 2.500 Kilowattstunden (beispielhafte Schätzung für 2-Personen-Haushalt) und ein vertraglicher Strompreis von 49 Cent zugrunde gelegt worden.



Ohne Strompreisbremse:

Beispielrechnung:
Verbrauchsprognose 2.500
Jahresverbrauch 2.500
Vertraglicher Preis
Kilowattstunde 49 Cent
2.500 kWh x 49 Cent
(vertraglicher Preis)

1.225 €
mtl. 102,08 €

Mit Strompreisbremse:

Beispielrechnung:
Verbrauchsprognose 2.500
Jahresverbrauch 2.500
2.000 kWh x 40 Cent
(Strompreisbremse) plus
500 kWh x 49 Cent
(vertraglicher Preis)

1.045 €
mtl. 87,08 €

Mit Strompreisbremse

UND 20 % Strom eingespart :

Beispielrechnung:
Verbrauchsprognose 2.500
Jahresverbrauch 2.000
2.000 kWh x 40 Cent
(Strompreisbremse)

800 €
mtl. 66,67 €



Entlastungsmaßnahmen Strom/Gas

Härtefallregelung

Im Rahmen einer Härtefallregelung werden für die Bereiche Hilfsprogramme finanziert, in **denen trotz der Strom- und Gaspreisbremse finanzielle Belastungen bestehen**, die von den Betroffenen nicht ausgeglichen werden können.

Hinweis:
Die Ausgestaltung der Härtefallregelungen erfolgt derzeit noch beim Bund und dem Land Niedersachsen.

Für wen ist eine Härtefallregelung vorgesehen?

- Die Härtefallregelungen sollen insbesondere für **Krankenhäuser, Universitätskliniken und Pflegeeinrichtungen** zur Verfügung stehen, um sie bei den gestiegenen Energiekosten zu unterstützen.
- Für **kleine und mittlere Unternehmen**, die trotz Strom- und Gaspreisbremse von stark gestiegenen Strom- und Gaspreissteigerungen besonders betroffen sind.
- Für **Kultureinrichtungen** werden außerdem gezielte Maßnahmen zur Verfügung gestellt.
- Für selbstgenutztes Wohneigentum, bei dem die **Bevorratung von anderen Heizmitteln (z.B. Öl und Holzpellets)** zu unzumutbaren Belastungen führt, ist eine Unterstützung im Sinne einer Härtefallregelung angedacht. Gleiches gilt für Mietende, die durch Aufwendungen für die Bevorratung dieser Heizmittel finanziell stark überfordert sind.



Beratung und Unterstützung

Beratung bei finanzieller Überlastung

Die Energiepreissteigerungen stellen viele Menschen und Familien vor die Frage:

Wie kann ich dies noch finanzieren und was kann ich tun, wenn ich keine Lösung mehr für meine Geldprobleme sehe?

Wir empfehlen allen von Verschuldung oder Überschuldung bedrohten bzw. betroffenen Menschen, sich möglichst frühzeitig an eine

offizielle Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatungsstelle zu wenden.

Wichtig: Seriöse Schuldnerberatung ist kostenlos!

Sie erhalten dort eine persönliche und unverbindliche Beratung zu Ihren finanziellen Problemen und bekommen individuelle Lösungsansätze unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Geldsituation.

Hier finden Sie online Ihre regionale Schuldnerberatungsstelle:

» meine-schulden.de/beratungsstellen



Beratung und Unterstützung

Energieberatung

In Niedersachsen gibt es viele Einrichtungen, die eine gute und unabhängige Energieberatung für Ihr Eigenheim anbieten.

Die lokalen Energieagenturen und Beratungsstellen sowie die niedersächsische Verbraucherzentrale vermitteln Energieberater:innen.

Übersicht der regionalen Energieberatungsstellen:

der Verbraucherzentralen, weiterer lokaler Energieagenturen und Beratungsstellen sowie eine Suchfunktion über Eingabe Ihrer Postleitzahl finden Sie online hier: » klimaschutz-niedersachsen.de/energieberatung/

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-niedersachsen.de



Beratung und Unterstützung Energiesparberatung für Menschen mit niedrigem Einkommen

Im „**Stromspar-Check**“ erhalten Haushalte mit geringem Einkommen eine **kostenlose Energiesparberatung** telefonisch, online oder ggf. in der eigenen Wohnung **sowie Energie- und Wassersparartikel**.

Der Stromspar-Check ist ein Angebot des Deutschen Caritasverbands und des Bundesverbandes der Energie- und Klimaschutzagenturen Deutschlands (eaD) mit finanzieller Unterstützung des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz.



Wer bekommt den Stromspar-Check?

- Beziehen Sie Arbeitslosengeld II („Hartz IV“), Sozialhilfe, Grundsicherung oder Wohngeld?
- Beziehen Sie eine geringe Rente oder Kinderzuschlag? Liegt Ihr Einkommen unter dem Pfändungsfreibetrag?

Dann können Sie am Stromspar-Check teilnehmen!

Ein Nachweis über die Berechtigung wird benötigt, die Mitarbeiter:innen der Stromspar-Check-Teams können Sie dabei aber unterstützen.

Beratung zuhause, online oder telefonisch

Das Stromspar-Check Büro in Ihrer Nähe finden Sie online unter:

» stromspar-check.de