Energietipp der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e. V.

Einstellungssache: 5 Tipps für geringere Heizkosten bei Gas- und Ölheizungen

(VZ-RLP / 24.11.2026) Die Heizperiode ist in vollem Gange – ein guter Zeitpunkt, die eigene Heizungsregelung zu prüfen. Ist sie nicht optimal eingestellt, kann das zu unnötig hohen Heizkosten führen und der Wohnkomfort leidet. Mit den richtigen Einstellungen lassen sich Heizkosten einsparen, bei gleichzeitig angenehmer Raumtemperatur.

Hier 5 Tipps für das richtige Einstellen der Heizungsanlage:

1. **Anpassung der Heizungsregelung:** Die Heizungsregelung sollte an die Sommer- und Winterzeit angepasst werden. Moderne Regelungen übernehmen diese Umstellung in der Regel automatisch.
1. **Überprüfung der Heizkurve:** Im Rahmen der regelmäßigen Wartung sollten die Einstellungen der Heizkurve gemeinsam mit dem Heizungsinstallateur überprüft werden. Bereits eine geringfügige Absenkung kann Energie einsparen.
2. **Heizbetrieb bei längerer Abwesenheit:** Bei längerer Abwesenheit im Winter empfiehlt sich der Frostschutz- oder Absenkbetrieb. Dabei ist zu beachten, dass das Wiederaufheizen eines ausgekühlten Gebäudes häufig ein bis zwei Tage in Anspruch nimmt.
3. **Nachtabsenkung optimieren:** Bei Heizungsreglern mit Wochenprogramm empfiehlt es sich, unterschiedliche Nachtabsenkzeiten für Arbeitstage und Wochenenden einzustellen.
4. **Nachtabschaltung bei milden Temperaturen:** Bei milden Außentemperaturen kann die Nachtabsenkung durch eine vollständige Nachtabschaltung ersetzt werden.

Alle Fragen zum sparsamen Heizen beantworten die Energieberater:innen der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz in einem persönlichen und kostenlosen Beratungsgespräch nach telefonischer Voranmeldung.

Der Energieberater hat **am Mittwoch, dem 16. Dezember, von 14.15 bis 17.15 Uhr** Sprechstunde im Rathaus der Verbandsgemeinde **Asbach** in der Flammersfelder Straße 1. Die Beratungsgespräche sind kostenlos.

Anmeldung unter Tel. 02683 912-232.

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:
Bundesministerium für Wirtschaft und Energie
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

RheinlandPfalz
MINISTERIUM FÜR WIRTSCHAFT, TOURISMUS, ENERGIE UND KLIMA

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