

VONOVIA



Jeder Euro zählt

Wertvolle Spartipps
rund ums Wohnen

Richtig heizen, mehr Kohle

Seit Jahren steigen die Heizkosten, und zwar enorm. Viele Energieversorger haben ihre Preise deutlich erhöht, weshalb Mieterinnen und Mieter bis zu 75 Prozent* mehr bezahlen müssen. Vermieterinnen und Vermieter reichen die Kosten für Heizung und Warmwasser im Rahmen der jährlichen Heizkostenabrechnung an ihre Mieterinnen und Mieter weiter. Da diese Kosten auch verbrauchsabhängig sind, wird es höchste Zeit, zu handeln: Um die Kosten so gering wie möglich zu halten, lohnt es sich, auf das eigene Heizverhalten zu achten und ein paar Kniffe im Alltag zu beherzigen. Ihr Geldbeutel wird sich bedanken!



FÜR JEDEN RAUM DIE RICHTIGE WÄRME

Sie müssen nicht in allen Räumen gleich viel heizen. So entsteht beispielsweise in der Küche bereits durch Kochen und Backen oft genügend Wärme. Wer beim Heizen sparen will, kann sich an diesen Temperaturen orientieren:

- Wohnräume (Wohn-, Ess- und Kinderzimmer) = 20 °C
- Küche = 18 bis 20 °C
- Badezimmer = 18 bis 24 °C
- Schlafzimmer = 17 bis 20 °C

GUT GEREGLT IST HALB GESPART

Eine lohnenswerte Anschaffung ist ein programmierbares Thermostat. Damit können Sie komfortabel jede Heizung ansteuern und jedes Zimmer bedarfsgerecht heizen.

Ob digital oder analog: Nutzen Sie das Thermostat aktiv, um Ihren Verbrauch zu regulieren! Drehen Sie es zum Beispiel etwas herunter, wenn Sie mehrere Stunden nicht in der Wohnung sind. Auch nachts sollten Sie die Temperatur senken. Das gilt ebenfalls, wenn Sie einmal mehrere Tage lang nicht da sind.

MINDESTENS

17 °C

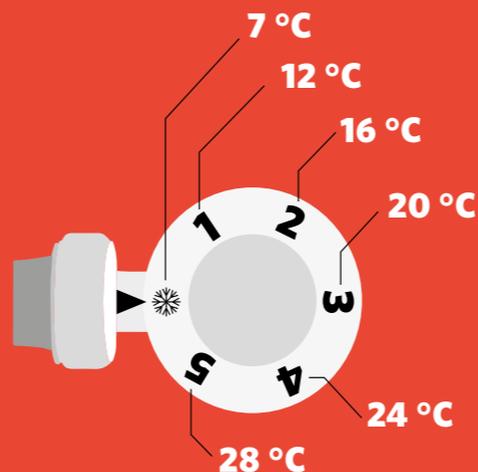
sollte die Raumtemperatur betragen, um Kälteschäden wie Schimmelbildung zu vermeiden.



Jedes Grad weniger spart: Wenn Sie die Raumtemperatur um nur ein Grad senken, verbrauchen Sie bis zu sechs Prozent weniger Energie.

DIE FÜNF STUFEN DES THERMOSTATS

Am Thermostat steht jede Stufe für eine Zieltemperatur. Faustregel: Der Unterschied beträgt jeweils vier Grad – nur die Schneeflocke tanzt hier etwas aus der Reihe.



Illustrationen: freepik/raufeld

Tipps zum Stromsparen

So sparen Sie wirksam Energie beim Kochen, Spülen und Wäschewaschen sowie bei Tablet und TV.



[vonovia.de/energiesparen](https://www.vonovia.de/energiesparen)

*Quelle: Haufe.de, 2022

Heizkörper freiräumen

Damit sich die Wärme im Raum optimal verteilt und nicht verloren geht, brauchen Heizkörper möglichst viel Freiraum. Räumen Sie also Möbel, Pflanzen, Vorhänge oder den Wäscheständer zur Seite – und stellen Sie Möbel mit mindestens zehn Zentimeter Abstand zur Außenwand auf.



UM ETWA

20 %

lässt sich der nächtliche Wärmeverlust im Zimmer senken, wenn Sie abends die Rollläden herunterlassen. Geschlossene Vorhänge verstärken den Effekt.

DREI TIPPS FÜR GUTE LUFT

Indem Sie lüften, fördern Sie ein gesundes Raumklima und sparen dabei. So geht's:

1

Feuchtigkeit entweicht am besten beim Stoßlüften. Öffnen Sie die Fenster mehrmals täglich weit für fünf bis zehn Minuten. Das sorgt für einen schnellen Luftaustausch, ohne dass die Wände auskühlen. Bei hoher Luftfeuchtigkeit, zum Beispiel nach dem Duschen, Kochen oder Schlafen, sollten Sie sofort durchlüften.

2

Weniger beheizte Räume sollten nicht durch andere Räume mitbeheizt werden. Denn überall dort, wo warme Luft auf Kälte trifft, wird es feucht. Schließen Sie deswegen die Türen zwischen verschiedenen warmen Räumen und lassen Sie kein Fenster dauerhaft gekippt. Sonst kühlen die Wände zu stark aus.

3

Je niedriger die Zimmertemperatur, desto häufiger sollten Sie frische Luft hineinlassen. Drehen Sie die Heizung beim Lüften herunter.

Übrigens: Trockene Luft von draußen erwärmt sich besser als abgestandene, feuchte.

Einrichten mit wenig Geld

Mit unseren Tipps müssen Sie beim Kauf von Einrichtungs- und Gebrauchsgegenständen wie Möbeln, Geschirr, Elektrogeräten und Küchenutensilien nicht tief in die Tasche greifen. Es gilt die Faustregel: Kaufen Sie zu einem Zeitpunkt, an dem es andere nicht tun.

ANSCHAFFUNGEN GEGEN DEN TREND



IM FRÜHLING
Haushalts- und Gartenartikel

IM SOMMER
Betten, Möbel und Großgeräte

IM HERBST
Laptops, Grills, Spielzeug 

IM WINTER
Haushaltsgeräte, Fernseher



ZUM RICHTIGEN ZEITPUNKT

Onlinehändler ändern ihre Preise immer wieder. Manchmal sind Waren am Abend und am Wochenende teurer, weil mehr Menschen genau dann Zeit für ihren Einkauf haben. Beobachten Sie die Preisentwicklungen eine Zeit lang. Vergleichsportale wie → [ideal.de](https://www.ideal.de) oder → [check24.de](https://www.check24.de) und Websites für Preisalarme helfen dabei, den niedrigsten Preis zu finden.

SECONDHAND

Spätestens seit es im Trend liegt, Gebrauchtes zu kaufen, gibt es zahlreiche Gelegenheiten und Angebote für Möbel, Wohntextilien und Geschirr aus zweiter Hand. Tolle Schnäppchen direkt in Ihrer Nähe finden Sie etwa auf → [kleinanzeigen.de](https://www.kleinanzeigen.de) und → [moebelkeller.de](https://www.moebelkeller.de). Wem das Stöbern vor Ort besser gefällt, sollte sich auf Flohmärkten und in Secondhandläden umschaun.



Tischlein, deck dich günstig!

Steigende Lebensmittelpreise machen sich im Geldbeutel deutlich bemerkbar. Wer den Einkauf von Getränken und Essen gut plant, muss auf eine ausgewogene Ernährung und frische Lebensmittel nicht verzichten. Das hilft: Planen Sie mehrere Tage im Voraus und schreiben Sie sich eine Liste – so vermeiden Sie spontane Käufe und besorgen nur das, was Sie wirklich brauchen.

BIS ZU

30%

*günstiger, aber ähnlich hochwertig wie die Vergleichsprodukte bekannter Marken sind meist die Eigenmarken der Supermärkte wie **Gut & Günstig, ja!, K-CLASSIC** und Co. Wer regionales und saisonales Obst und Gemüse kauft, kann oft zusätzlich sparen.*

Illustrationen: freepik/taufeld



KLICKTIPPS

Sparfüchse können auch mal abseits der Supermärkte und Discounter nach Lebensmitteln schauen. Es gibt viele nützliche Apps und Webadressen, die beim Sparen helfen! Eine Auswahl:

 **Bring!** und  **Buy me a Pie!**
Übersichtliche Apps, mit denen sich Einkaufslisten erstellen und mit anderen teilen lassen.

 **Choosy**
Essensplanung und Wocheneinkauf gelingen mit dieser App schnell und günstig.

 **Easy Menu Planner**
Alle Mahlzeiten der Woche lassen sich in dieser App im Voraus planen.

 **motatos.de** und  **sirplus.de**
Online-Shops, die gerettete Lebensmittel zu günstigen Preisen anbieten.

 **foodsharing.de**
Deutschlandweite Abholstellen, bei denen Sie kostenfrei frische Lebensmittel erhalten.

 **zugut fuer dietonne.de**
Hier gibt es Tipps, wie Sie Reste verwerten und Lebensmittel richtig lagern.

 **Too Good To Go**
Über die App verteilen Restaurants, Bäckereien und Kantinen Übriggebliebenes vom Tag an Selbstabholer.

 **kaufDA** und  **Shoop**
Die beiden Schnäppchen-Apps informieren über Rabatte und Bonus-Aktionen.

Fahren und sparen

AM GÜNSTIGSTEN MIT BUS UND BAHN

Lohnt sich das 49-Euro-Deutschlandticket für Sie? Teilen Sie doch einfach 49 Euro durch die Anzahl Ihrer monatlichen ÖPNV-Fahrten. Ist das Ergebnis höher als der Fahrpreis pro Einzel- oder 10er-Ticket, lohnt es sich nicht. Einen Online-Rechner, der Ihre gesamte Mobilitätssituation einbezieht, finden Sie unter: → fairtiq.com/de/deutschlandticket-rechner

STICHTAG NUTZEN

Kfz-Versicherungen lassen sich meistens bis zum 30. November kündigen! Deshalb im Herbst auf → [Verivox](https://www.verivox.de) oder → [Check24](https://www.check24.de) die Preise checken. Dann mit Ihrem Versicherer Rabatte aushandeln – oder zu einem günstigeren Anbieter wechseln.



BIS ZU
8 Cent

pro Liter Benzin können Sie sparen, wenn Sie abends statt morgens tanken. Apps wie → [clever-tanken.de](https://www.clever-tanken.de), → [ADAC Drive](https://www.adac-drive.de) oder → [mehr-tanken](https://www.mehr-tanken.de) zeigen rund um die Uhr, wo es in Ihrer Nähe gerade am günstigsten ist.

DAS AUTO MIT ANDEREN TEILEN

Haben Kollegen oder Nachbarn den gleichen Weg zur Arbeit wie Sie? Dann fahren Sie doch gemeinsam und teilen sich die Spritkosten! Das lohnt sich auch für Teilstrecken – und sogar dann, wenn Sie bloß an einem Tag pro Woche eine Fahrgemeinschaft bilden. Wenigfahrer können vielleicht sogar ganz aufs eigene Auto verzichten und das örtliche Carsharing nutzen – z. B. von → [Miles](https://www.miles.de), → [Share Now](https://www.share-now.de) oder → [stadtauto](https://www.stadtauto.de). Abgerechnet wird hier nur die Nutzung pro Kilometer oder im Minutentakt.

RUND
70 Euro

pro Jahr kann man durchschnittlich sparen, wenn man den Reifendruck alle 14 Tage anpasst. Denn ist zu wenig Luft im Autoreifen, erhöht das den Spritverbrauch. Der empfohlene Reifendruck steht meistens im Rahmen der Fahrertür oder im Tankdeckel. Der ADAC rät sogar zu 0,2 bar über der Herstellerangabe.

Günstiger durch den Alltag

71%

DER MENSCHEN IN DEUTSCHLAND

gaben 2022 weniger Geld für Kleidung aus, weil sie gebrauchte Textilien gekauft haben – auf Plattformen wie → [vinted.de](https://www.vinted.de), → [momox fashion](https://www.momox-fashion.de) oder → [sellpy.de](https://www.sellpy.de).

GEBRAUCHT STATT NEU

Regelmäßig auszumisten und Gebrauchtes weiterzuverkaufen, zahlt sich aus. Auf Seiten wie → [kleinanzeigen.de](https://www.kleinanzeigen.de) oder dem Flohmarkt finden sich dankbare Abnehmerinnen und Abnehmer – aber auch Gelegenheiten, selbst Schnäppchen zu machen! Vor allem Kinder benötigen in den ersten Lebensjahren regelmäßig passende Kleidung und Spielzeug. Statt Neuware zu kaufen, findet sich oft auch Schönes in kleinen, familiären Onlineshops wie → [mamamiassecondhaendchen.de](https://www.mamamiassecondhaendchen.de) oder → [minimaximix.de](https://www.minimaximix.de). Oder Sie tauschen im Familien- oder Bekanntenkreis.

WERKZEUGE MIETEN

Für ein Renovierungs- oder DIY-Projekt ist ein spezielles Werkzeug nötig, das Sie jedoch anschließend nicht mehr benötigen? Fragen Sie doch mal Ihre Nachbarinnen und Nachbarn, ob sie das benötigte Werkzeug besitzen und Ihnen ausleihen würden. Wenn nicht: Baumärkte wie **Bauhaus**, **Obi** oder **Hornbach** vermieten Arbeitsgeräte stunden- oder tageweise zu einem Bruchteil des Kaufpreises.

ABOS ÜBERPRÜFEN

Legen Sie sich eine Liste Ihrer Abos, der entsprechenden Kosten und der Kündigungsfristen an. Was Sie nicht oder kaum nutzen: kündigen! Wer es nur einmal im Quartal ins Fitnessstudio schafft, hat vom Joggen in der Natur oder Hanteltraining zu Hause mehr. Aber auch der aktuelle Handyvertrag kann auf den Prüfstand: Nutzen Sie z. B. die Festnetzflatrate? Reizen Sie Ihr Datenvolumen aus? Wenn nicht: Mit einem anderen Tarif oder sogar einem Prepaid-Vertrag lassen sich einige Euro im Monat sparen.

GÜNSTIG BÜCHER LESEN

Die erste Anlaufstelle für günstigen Lesestoff ist – klar – die Bücherei. Was die nicht im Angebot hat, finden Sie auf → [medimops.de](https://www.medimops.de) oder anderen Portalen für gebrauchte Medien.

PRÄVENTIONSKURSE

Die Deutsche Rentenversicherung bietet ein kostenloses Trainingsprogramm an. Informationen gibt es auf → [rv-fit.de](https://www.rv-fit.de). Andere Präventionskurse werden von Krankenkassen bezuschusst. Nachfragen und Vergleichen zahlt sich aus!

Sparen per Haushaltsbuch

Herunterladen, ausdrucken, sparen. Unser Haushaltsbuch mit kurzer Anleitung gibt es hier:



vonovia.de/haushaltsbuch



Die Inhalte dieses Extraheftes
können Sie auch online lesen auf
vonovia.de/sparen-im-alltag



The content of this service
booklet is available in English at:
vonovia.de/en/day-to-day-saving



Bu ek sayının içeriği,
vonovia.de/tur/sparen-im-alltag
adresinde Türkçe de mevcuttur.



ببيتكال اذه انمرضتي يتال تايوتحمل
ينورتكلال اعقومرلا ىلع قحاتم يفاضل
vonovia.de/ar/sparen-im-alltag