



### Winter is coming: So bleibt's warm und das Konto cool

ARAG Experte Tobias Klingelhöfer über Einsparmöglichkeiten beim Heizen

**Der Herbst ist da und mit ihm die Heizsaison. Viele Verbraucher drehen das Thermostat mit gemischten Gefühlen auf: Energie bleibt teuer, und die nächste Nebenkostenabrechnung sorgt bei vielen für Unbehagen. ARAG Experte Tobias Klingelhöfer erklärt, wie man Heizkosten senken kann, ohne auf Komfort zu verzichten und worauf Verbraucher beim Sparen achten sollten.**

Gas, Öl, Strom – egal, womit man heizt, die Kosten steigen. Wird eine warme Wohnung zum Luxusgut?

**Tobias Klingelhöfer:** Ganz so drastisch würde ich es nicht formulieren, aber klar ist: Energie ist in den letzten Jahren deutlich teurer geworden. Jeder möchte es zu Hause warm haben. Das ist ein Grundbedürfnis. Aber alle sollten sich im Sinne der Energieressourcen dazu aufgerufen fühlen, sinnvoll zu heizen. Das heißt: nicht verschwenderisch, sondern effizient.

Die optimale Raumtemperatur liegt je nach Zimmer bei 16 bis 22 Grad. Und ja, prinzipiell ist es richtig, dass sich alle Energiequellen in den letzten Jahren verteuert haben. Aber im letzten Jahr gab es ein [Novum](#), das für die meisten Mieter eher zu einer leichten Senkung der Heizkosten führt: Denn seit 2024 müssen die Vermieter die seit 2011 erhobene CO<sub>2</sub> (Kohlendioxid)-Abgabe, die vorher allein beim Mieter lag, anteilig mittragen. Wie viel sie zahlen müssen, hängt vom energetischen Zustand der Immobilie ab. Je schlechter dieser ist, desto höher auch der Kostenanteil für Vermieter und die Einsparung für den Mieter.

**Welche Möglichkeiten haben Mieter und auch Haus- und Wohnungsbesitzer denn noch, um Heizkosten zu sparen?**

**Tobias Klingelhöfer:** Was inzwischen sehr hilfreich ist, sind die Smart Home Tools, mit denen wir die Heizung auch steuern können, wenn wir nicht zu Hause sind. Man kann damit beispielsweise die Heizung so einstellen, dass sie ein bis zwei Grad weniger abgibt, wenn wir abwesend sind, sie rechtzeitig aber wieder hochfährt, bevor wir zurückkommen. Denselben Effekt kann man mit einem programmierbaren Thermostat erreichen. Denn tatsächlich spart ein Grad weniger schon rund sechs Prozent des Verbrauchs ein. Außerdem sollte die Heizung natürlich ihre Idealleistung erbringen. Das kann sie aber nur, wenn sie entlüftet ist.

Dasselbe gilt für Fenster und Außentüren: Sind sie dicht oder lassen sie die Wärme ungehindert nach draußen ziehen? Bei Fenstern müssen daher Dichtungen regelmäßig erneuert, bei Türen oft erst einmal eingesetzt werden. Ist die Tür zu kurz und entstehen

## ARAG Verbraucherinformation

Düsseldorf, 13.11.2025 2/3



Schlitze zum Boden, kann man sich ebenfalls mit Dichtungsbändern behelfen oder noch einfacher mit Kältestopfern, die man vorlegt.

Etwas komplizierter ist es bei der Dämmung von Heizungsrohren und Heiznischen mit Dämmschalen oder Schläuchen. Wer handwerklich geschickt ist, kann die Isolierung auch selbst anbringen. Aber auch die Beauftragung einer Fachfirma ist die Mühe wert. Denn die meiste Energie spart man nicht, indem man wenig heizt, sondern indem man die abgegebene Wärme behält. Zudem ist richtiges Lüften enorm wichtig: etwa fünf Minuten Stoßlüften zwei- bis dreimal täglich, statt dauerhaftem Kipplüften, lautet hier die Devise.

**Kann man auch am falschen Ende sparen?**

**Tobias Klingelhöfer:** Leider ja. Der Wunsch, Kosten zu senken, macht viele Menschen anfällig für Betrugsversuche – etwa durch Fake-Shops im Internet. Sie locken mit extrem günstigen Angeboten für Heizöl oder Pellets, verlangen Vorkasse und liefern dann nicht. Verbraucher sollten besonders wachsam sein: Wenn Preise zu gut klingen, um wahr zu sein, stimmt häufig etwas nicht. Ein vollständiges Impressum, sichere Zahlungsmethoden wie PayPal oder Kreditkarte und seriöse Bewertungen sind wichtige Anhaltspunkte. Und es lohnt sich immer, den Anbieter kurz zu googeln, denn oft gibt es bereits Warnungen.

**Hat der Mieter eigentlich eine Heizpflicht oder könnte er auch sparen, indem er darauf verzichtet?**

**Tobias Klingelhöfer:** Dass Mieter zum Heizen verpflichtet werden können, ist so nicht festgeschrieben. Man ist aber verpflichtet, die Wohnung gut zu erhalten. So wie beispielsweise durch regelmäßiges Lüften Schimmel vermieden werden muss, hat ein Mieter ebenfalls dafür zu sorgen, dass keine Schäden an Rohren oder den Heizkörpern selbst entstehen. Wie er das sicherstellt, ist aber seine Sache. Es gibt keine grundsätzliche Heizpflicht. Umgekehrt ist aber der Vermieter verpflichtet, dem Mieter eine Heizmöglichkeit zur Verfügung zu stellen. Eine prinzipielle Regelung besagt, dass dies von Anfang Oktober bis Ende April zu geschehen hat. Allerdings gibt es auch diverse Gerichtsurteile, die sich eher auf die Mindesttemperatur beziehen. Diese darf sich nachts üblicherweise höchstens bis zu 18 Grad absenken, tagsüber müssen zwischen 20 und 22 Grad erreicht werden können (AG Dortmund Az.: 413 C 10946/13). Sind also auch die Monate Mai oder September so kalt, dass die Wohnung diese Temperaturen nicht hält, muss sogar dann das Heizen ermöglicht werden. Kommt der Vermieter dieser Verpflichtung nicht nach, darf sogar die Miete gemindert werden (LG Berlin Az.: 64 S 291/91).

Weitere interessante Informationen unter:

<https://www.arag.de/versicherungs-ratgeber/>

# ARAG Verbraucherinformation

Düsseldorf, 13.11.2025 3/3



Sie wollen mehr von den ARAG Experten lesen oder hören?  
Dann schauen Sie im [ARAG newsroom](#) vorbei.

## Ihre Ansprechpartnerin

Jennifer Kallweit

Konzernkommunikation/Marketing ARAG SE

Pressereferentin

Telefon: 0211 963-3115

E-Mail: [Jennifer.Kallweit@ARAG.de](mailto:Jennifer.Kallweit@ARAG.de) [www.ARAG.com](http://www.ARAG.com)

Sie möchten unsere Verbraucher-Informationen nicht mehr erhalten? Melden Sie sich [hier](#) ab.

Die ARAG ist das größte Familienunternehmen in der deutschen Assekuranz und versteht sich als vielseitiger Qualitätsversicherer. Sie ist der weltweit größte Rechtsschutzversicherer. Aktiv in insgesamt 19 Ländern – inklusive den USA und Kanada – nimmt die ARAG über ihre internationalen Niederlassungen, Gesellschaften und Beteiligungen in vielen internationalen Märkten mit ihren Rechtsschutzversicherungen und Rechtsdienstleistungen eine führende Position ein. Ihren Kunden in Deutschland bietet die ARAG neben ihrem Schwerpunkt im Rechtsschutzgeschäft auch eigene einzigartige, bedarfsorientierte Produkte und Services in den Bereichen Komposit und Gesundheit. Mit mehr als 6.100 Mitarbeitenden erwirtschaftet der Konzern ein Umsatz- und Beitragsvolumen von über 2,8 Milliarden €.

**ARAG SE** ARAG Platz 1 · 40472 Düsseldorf **Aufsichtsratsvorsitzender** Dr. Dr. h. c. Paul-Otto Faßbender  
**Vorstand** Dr. Renko Dirksen (Vorsitzender) · Dr. Matthias Maslaton · Wolfgang Mathmann · Dr. Shiva Meyer ·  
Hanno Petersen · Dr. Joerg Schwarze

**Sitz und Registergericht** Düsseldorf · HRB 66846 · USt-ID-Nr.: DE 119 355 995