

## Watt? So einfach geht Energie sparen! Hamburger Energielotsen und Caritas unterstützen einkommensschwache Haushalte beim Sparen

**Hamburg, 16. Februar 2026: Steigende Energiepreise belasten Haushalte mit geringem Einkommen besonders stark. Für viele machen Strom- und Heizkosten einen immer größeren Anteil der monatlichen Ausgaben aus. Um gezielt zu entlasten, unterstützen die Hamburger Energielotsen gemeinsam mit dem Caritasverband für das Erzbistum Hamburg e.V. mit einem kostenfreien Service für einkommensschwache Haushalte. Das Angebot bietet Energieberatung am Telefon, Stromspar-Checks zu Hause, praktische Alltagstipps und Zuschüsse sowie Unterstützung bei der neuen Hamburger Balkonkraftwerk-Förderung. Ziel ist es, Energiesparen niedrigschwellig, verständlich und praktisch umsetzbar zu machen.**

- Wie können Sie Ihre Strom- und Heizkosten senken?
- Worauf sollten Sie im Alltag achten?
- Welche Möglichkeiten haben Sie als Mieter:in aktiv Energie zu sparen?

„In jedem Haushalt steckt Sparpotenzial, entweder durch kleine Anpassungen im Nutzverhalten, einfache Maßnahmen oder den Austausch von Geräten. Durch die enge Zusammenarbeit von den Hamburger Energielotsen mit der Caritas und der Stadt Hamburg entsteht ein Beratungs- und Förderangebot, das finanzielle Entlastung schafft und Menschen befähigt, aktiv an der Energiewende teilzuhaben“, erklärt Peter-M. Friemert, Koordinator der Hamburger Energielotsen.

Ein zentraler Baustein des erweiterten Angebots der Hamburger Energielotsen ist die kostenfreie Energiespar-Beratung. Im Fokus steht die einfache und direkte Hilfe im Haushalt: Bereits mit kleinen Maßnahmen, lassen sich Strom- und Heizkosten sowie der Wasserverbrauch deutlich senken. Gerade die Heizenergie macht mit rund 70 Prozent den größten Anteil am Energieverbrauch beim Wohnen aus.

Über die Telefon-Hotline der Hamburger Energielotsen erhalten Ratsuchende eine erste Orientierung und Weiterleitung. Ergänzend dazu bietet der bundesweite Stromspar-Check von Caritas und Bundesverband der Energie- und Klimaschutzagenturen Deutschland (eaD) eine persönliche Beratung an, mit der Haushalte ihre Energiekosten um bis zu 300 Euro pro Jahr senken können. „Unsere Aufgabe ist es, dort anzusetzen, wo finanzielle Sorgen und Unsicherheit den Alltag bestimmen, mit praktischer Unterstützung rund um den Energieverbrauch, die direkt entlastet“, erläutert Christoph Dreger, Leitung Stromspar-Check.

**Kontakt**  
Stella Ritter  
presse@zebau.de  
040-380 384-0

[www.hamburg.de/  
go/energielotsen](http://www.hamburg.de/go/energielotsen)



Gefördert von:



Die Hamburger Energielotsen sind eine Kooperation von:



Die Beratung erfolgt durch das Team der Hamburger Energielotsen, einer Kooperation von Handwerkskammer Hamburg, der Verbraucherzentrale Hamburg, der Bundesförderung für Energieberatung der Verbraucherzentralen und der ZEBAU GmbH.

Die Hamburger Energielotsen werden von der Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft und aus Klimamitteln der Freien und Hansestadt Hamburg gefördert. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird durch das Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz gefördert.

## Strom vom Balkon: Solarenergie für Haushalte mit geringem Einkommen

Mit dem Förderprogramm „Balkonkraftwerk – Förderung für Haushalte mit geringem Einkommen“ ermöglicht die Stadt Hamburg den Zugang zu Solarstrom auch für Mieter:innen und Haushalte mit knappen finanziellen Spielräumen. Gefördert wird die Anschaffung steckerfertiger Balkonsolaranlagen mit bis zu 90 Prozent der Kosten bis 500 Euro. Antragsberechtigt sind unter anderem Haushalte, die Bürgergeld, Sozialhilfe, Grundsicherung, Wohngeld, BAföG, Kinderzuschlag oder Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz beziehen sowie Haushalte mit Einkommen unterhalb des Pfändungsfreibetrags.

Volker Henkel vom Verein SoliSolar-Hamburg erklärt: „Wer schnell mitmacht, kann sich über unsere Webseite anmelden und auch den 10 % Eigenanteil bis zur Förderobergrenze von uns bekommen“. Die Antragstellung erfolgt über die Caritas. Ergänzend begleiten die Ehrenamtlichen von SoliSolar die Haushalte bei der Auswahl geeigneter Balkonkraftwerke und bieten praxisnahe Unterstützung auch für schwierigere Bedingungen.

**Sie wollen sparen?** Einfach kostenfreien Beratungstermin zur Orientierung mit den Hamburger Energielotsen vereinbaren (040/248 32 250). Weitere Informationen bieten die Website oder der Newsletter der Hamburger Energielotsen.

**Über die Hamburger Energielotsen:** Die Hamburger Energielotsen unterstützen Hamburger:innen bereits seit 2019 und verzeichnen über 60.000 erfolgreiche Erstberatungen. Die Hamburger Energielotsen sind eine Kooperation von Handwerkskammer Hamburg, der Verbraucherzentrale Hamburg, der Bundesförderung für Energieberatung der Verbraucherzentralen und der ZEBAU GmbH. Die Hamburger Energielotsen werden durch die Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft und aus Klimamitteln der Freien und Hansestadt Hamburg gefördert. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird auch gefördert durch das Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz. Die Handwerkskammer Hamburg bietet Beratungen in der Dauerausstellung am ELBCAMPUS zu folgenden Öffnungszeiten an: Montag, Mittwoch, Freitag 9-16 Uhr, Dienstag 8-16 Uhr, Donnerstag 9-18 Uhr und i.d.R. jeden letzten Samstag im Monat 9-14 Uhr. Events: Die Hamburger Energielotsen veranstalten zudem regelmäßig Informationsveranstaltungen und Expertenkreise, an denen Interessierte online teilnehmen können. Alle Infos online auf [hamburg.de/energielotsen](http://hamburg.de/energielotsen)

### Gefördert von:



### Die Hamburger Energielotsen sind eine Kooperation von:



Die Beratung erfolgt durch das Team der Hamburger Energielotsen, einer Kooperation von Handwerkskammer Hamburg, der Verbraucherzentrale Hamburg, der Bundesförderung für Energieberatung der Verbraucherzentralen und der ZEBAU GmbH.

Die Hamburger Energielotsen werden von der Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft und aus Klimamitteln der Freien und Hansestadt Hamburg gefördert. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird durch das Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz gefördert.

**Über die ZEBAU GmbH – Zentrum für Energie, Bauen, Architektur und Umwelt:** Die ZEBAU GmbH in Hamburg wurde 2000 gegründet und ist Mitglied im Bundesverband der Energie- und Klimaschutzagenturen Deutschlands e. V. (eaD). Die unabhängige, halböffentliche norddeutsche Netzwerkstelle für Bauherr:innen, Planer:innen und Kommunen hat das Ziel, energieeffizientes Bauen und den Einsatz erneuerbarer Energien in der Gebäude- und Stadtplanung zu etablieren. Das interdisziplinäre Team aus Architekt:innen, Ingenieur:innen, Stadtplaner:innen sowie Umwelt- und Kommunikationswissenschaftler:innen ist in den Feldern Projektentwicklung, Kommunaler Klimaschutz, Gutachten, Beratung, Planung, Qualitätssicherung, Zertifizierung, Weiterbildung und Kommunikation aktiv und bietet ein umfassendes Leistungsspektrum aus einer Hand. Die ZEBAU GmbH ist Hamburger Umweltpartner und als familienfreundliches Unternehmen ausgezeichnet.

**Gefördert von:**



**Die Hamburger Energielotsen sind eine Kooperation von:**



Die Beratung erfolgt durch das Team der Hamburger Energielotsen, einer Kooperation von Handwerkskammer Hamburg, der Verbraucherzentrale Hamburg, der Bundesförderung für Energieberatung der Verbraucherzentralen und der ZEBAU GmbH.

Die Hamburger Energielotsen werden von der Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft und aus Klimamitteln der Freien und Hansestadt Hamburg gefördert. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird durch das Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz gefördert.