

Vorteile nützen. Klima schützen.

# Curriculum

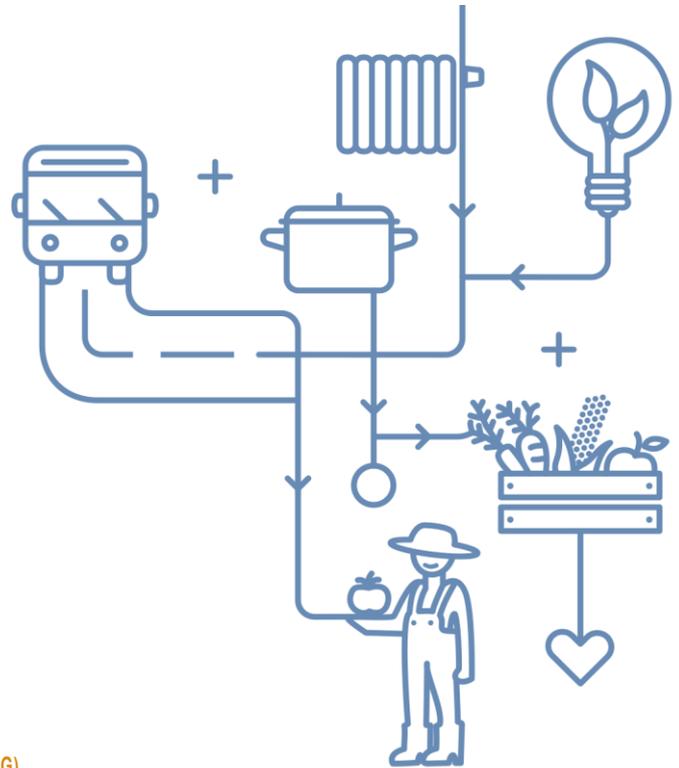
Grundausbildung zum  
Energie- & Klimacoach

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Vorteile nützen.  
Klima schützen.



CURRICULUM  
ENERGIE- & KLIMACOACH

## DOPPELPLUS-GRUNDLEHRGANG

36-STÜNDIGE AUSBILDUNG

(40 UNTERRICHTSEINHEITEN (1UE=45MIN), ZWEI PROJEKTARBEITEN, 1 PRÜFUNG)

### Strukturplanung Grundlehrgang Energie- & Klimacoach

## 1. ZIELE DES GRUNDLEHRGANGS ENERGIE- & KLIMACOACH

Die Ausbildung zum Energie- & Klimacoach soll die ehrenamtlich tätigen Personen im Zuge des Projektes DoppelPlus zu Experten ausbilden, die einfach umsetzbare Tipps und Tricks vermitteln können. Dabei ist es wichtig, das Auge zu schulen um Energie- & Stromfresser in der Wohnung ausfindig machen zu können und den Haushalten erklären zu können, was sie in Zukunft besser machen können. Das Wissen rund um weitere Tipps und Tricks um das Klima zu schonen und einen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten, runden die Ausbildung ab.

Die Ausbildung ist in 40 Unterrichtseinheiten gegliedert und wird zu 6 Tagen abgehalten. Dabei soll eine praktische Übungseinheit im eigenem Haushalt die Sicherheit in der Coachingsituation erhöhen.

Neben dem fachlichen Wissen rund um das Thema Klimaschutz gehört auch die Vermittlung von sozialen Verhalten in einer Beratungssituation dazu. Vermittelt werden in der Grundausbildung auch Verhaltensregeln zum Schutz und Selbstschutz der ehrenamtlichen Energie- & Klimaschutztes.

Die folgende Übersicht zum Grundlehrgang Energie-& Klimacoach soll als Rohskizze verstanden werden, indem in Ansätzen auf Zeitliches, Inhaltliches, Methodisch und Didaktisches eingegangen wird. Dies soll also als Basis dienen, um im konkreten Anlassfall in den Unterrichtseinheiten Entscheidungen treffen zu können.

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

### Themenfelder

- + Klimawandel & Klimaschutz: Grundlagen (Experten: KLIMABÜNDNIS und ALLE)
- + Energie & Klimaschutz (Experten: ENERGIE TIROL und ALLE)
- + Soziale Kompetenz, Kommunikation, Psychologie, Gesprächsführung (Experten: CARITAS)
- + Dokumentations-Tool (Ausführung und Hintergründe) KOMMUNITY
- + Übungs-Tool: Energie- & KlimaschutzCoaching  
(Erfahrungen aus Pilotberatung, Beratungsexpertise Brigitte Tassenbacher – Christian Melichar, Erfahrungen aus EIF-Wörgl)
- + Modul Hinführung zum Aufbaulehrgang
- + Wesentliche Aspekte und Einsparmöglichkeiten bei Themen wie Ernährung/Kochen, Mobilität, nachhaltiger Konsum und Abfallvermeidung und -trennung

## TAG 1 (8 UE)

---

### 1.1. KENNENLERNEN (1UE)

**Lernziel:** Da sich die KursteilnehmerInnen über einen längeren Zeitraum hinweg begleiten, ist es wichtig, dass sie sich untereinander kennenlernen. Dies erleichtert auch im Nachhinein den Austausch über Erfolge und eventuelle Misserfolge und soll die Basis für eine gute Zusammenarbeit bilden.

Die KursteilnehmerInnen sollen einen Überblick über das Projekt DoppelPlus erhalten und kurz erläutern, warum sie die Ausbildung besuchen. Der/ die KursleiterIn kann so in einer ersten Kennenlernrunde die anderen KursteilnehmerInnen kennenlernen und deren weitere Talente, Fähigkeiten sowie Kompetenzen einsehen .

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)



LIFE15 GIC/AT/000092





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

Zeit		Inhalt	Ziele	Methoden/ Medien (Arbeitsschritte)
30 min	5 min	Vorstellung Vortragende	Kennenlernen der Anwesenden und erste Vorsondierung spezieller Eigenschaften der TeilnehmerInnen sowie Motivation der Ehrenamtlichen	Flip Chart
	25 min	Vorstellungsrunde TeilnehmerInnen		Partnerinneninterview [1]

### Methoden/ Medien (Arbeitsschritte)

#### [1] PartnerInneninterview:

Art: klassisches Kennenlernspiel über die Eigenschaften der Leute

Ziel: PartnerIn der Gruppe vorstellen

Dauer: 8-10 Minuten plus 1,5min pro TeilnehmerIn

Wir brauchen dazu: Schreibzeug für alle, einen Sitzkreis

Ablauf: Die SpielerInnen finden sich zu Pärchen zusammen (oder werden von der Seminarleiterin eingeteilt), die sich im Raum oder Gebäude verteilen. Beide Teile jedes Pärchens interviewen sich gegenseitig je 4-5 Minuten (also insgesamt 8-10 Minuten pro Pärchen).

Die InterviewerIn fragt dabei Folgendes ab:

- + Namen, Wohnort, Arbeit, Alter, Hobbys, Haustiere, Anekdote
- + Was ging dir auf dem Weg hierher durch den Kopf?
- + Was würdest du tun, wenn Geld keine Rolle spielte?
- + Als was für ein Tier wärst du geboren worden?
- + Was für Erwartungen hast du an das Seminar?
- + Warum hast du dich als Ehrenamtlicher gemeldet?

Beim Interview kann es hilfreich sein, sich die Fakten aufzuschreiben.

Nach der Interviewphase kommen die TeilnehmerInnen wieder zum Stuhlkreis zusammen. Die TeilnehmerInnen stellen nun die interviewte Person in max. 60sek kurz vor.

<sup>1</sup> Verändert nach: Oliver Klee: <https://www.spielereader.org/spielereader.pdf>; 20170931



Vorteile nützen.  
Klima schützen.

## 1.2. VORSTELLUNG DOPPELPLUS (1UE)

**Lernziel:** Am Ende dieser Einheit sollen die TeilnehmerInnen einen Überblick über das Projekt DoppelPlus geben können, die Tätigkeit des Ehrenamtlichen beschreiben können und ein Bild des Großen und Ganzen haben.

Zeit		Inhalt	Ziele	Methoden/ Medien (Arbeitsschritte)
15 min	5 min	Vorstellung DoppelPlus	Kennenlernen des Projektes DoppelPlus (Partner, Finanzierung, Dauer, Zielgruppe, Hintergrund und Ziele)	PowerPoint, Schulungsunterlagen, Flipchart
	2 min		Ablauf der Ehrenamtlichen-Ausbildung (Aufbau Grundkurs und Fortbildung)	PowerPoint, Schulungsunterlagen, Flipchart
	5 min		Wie sieht die Tätigkeit des Ehrenamtlichen aus? (Anzahl Haushaltscoachings, Inhalte etc)	PowerPoint, Schulungsunterlagen, Flipchart
	3 min		Vorstellung Rahmenstrategie: Tirol 2050	PowerPoint, Schulungsunterlagen, Flipchart

## 1.3. WARUM KLIMASCHUTZ? (1UE)

**Lernziel:** Um überzeugend auftreten zu können und ein gutes Grundwissen zu erlangen, um eventuellen Rückfragen in den Coachings gewappnet zu sein, ist es unumgänglich die

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

wichtigsten Basics rund um die Themen Klima und Klimaschutz zu kennen und erklären zu können.

Zeit		Inhalt	Ziele	Methoden/ Medien (Arbeitsschritte)
1 UE	15 min	Basics zum Thema Klima(schutz)	Fakten zum Klimawandel und Folgen kennenlernen	FlipChart, Ratespiel mit Zahlen einfügen
	5 min		Treibhauseffekt erklären können und die wichtigsten Begrifflichkeiten kennen	Schulungsunterlagen (Übungsblatt einfügen, was welche Begrifflichkeiten bedeuten)
	5 min		Fossile von erneuerbaren Energieträgern unterscheiden können sowie Vor- & Nachteile kennen; Zusammensetzung des Energiemix in Tirol erklären können; die größten Energieverbraucher exemplarisch aufzählen können;	Zuordnen auf Kärtchen zu den passenden Kategorien; Merkblatt aus Schulungsunterlagen; selbst skizzieren, woher was kommt
	5 min		Kennen von regionalen, nationalen und europäischen Klimazielen: Pariser Klimaabkommen, Klima- & Energiestrategie der österreichischen Bundesregierung und Tirol 2050	Schulungsunterlagen; Film: Pariser Klimaabkommen: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=nsYUs5EeFoQ">https://www.youtube.com/watch?v=nsYUs5EeFoQ</a>

www.doppelplus.tirol





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

	15 min	Mein Beitrag zum Klimaschutz	Vorteilhafte und weniger vorteilhafte Verhaltensarten in Bezug auf den Klimaschutz unterscheiden können; CO2 Fußabdruck erklären können	Film, Schulungsunterlagen, Diskussion in Kleingruppen; <a href="https://www.youtube.com/watch?v=LFNmoDYpLRg">https://www.youtube.com/watch?v=LFNmoDYpLRg</a>
			Auswirkungen meines Verhaltens auf gesellschaftlicher und globaler Ebene einordnen können.	
			Eine eigene Meinung bilden zu globalen Energieverbrauchsthemen	
			Erklären können, was es heißt bewusst mit Energie umzugehen.	

## 1.4. MOBILITÄT (1UE)

**Lernziel:** Die Mobilität ist einer der größten CO2 Produzenten und gleichzeitig als ein Grundbedürfnis der Menschen zu sehen. Daher ist es wichtig, dass die TeilnehmerInnen verschiedene Mobilitätsformen kennen, deren Vor- & Nachteile und Angebote für die kleine Geldtasche nennen können.

1UE	MOBILITÄT
-----	-----------

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

10 min	Einstieg in das Thema: Wie sind wir heute hierhergekommen + Begründung	Sensibilisierung für das Thema Mobilität	Mappe aus Deutschworkshops mit Pins - wo jeder seine gewählte Mobilitätsform anheften kann	
20 min	CO2 und Mobilitätsformen: Zusammenhang und wieviel brauchen welche Mobilitätsformen	Erklären können, welche Mobilitätsformen am meisten CO2 verbrauchen und warum andere besser für das Klima sind	Mobilitätsquiz und anschließend kleine Goodies vergeben	
15 min	Was kann ich tun?	Kennen und Benutzung von klimafreundlichen Mobilitätsformen.	Erklärung anhand von Broschüren und Unterlagen, welche Mobilitätsalternativen es in Tirol gibt.	

## 1.5. ERNÄHRUNG UND KOCHEN (1UE)

**Lernziel:** Die richtige Lagerung von Lebensmitteln, regionale Produkte und bewusster Umgang mit dem was wir Essen, erspart eine Menge CO<sub>2</sub>. Die TeilnehmerInnen sollen den Zusammenhang zwischen Ernährung und dem Klima erkennen können und anderen erklären können. Ein bewussterer Umgang mit den Lebensmitteln ist wünschenswert.

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

1UE	Ernährung/ Kochen		
10 min	Einstieg in das Thema: Schale mit unterschiedlichem Gemüse und Obst: Woher kommen die Sorten und wann ist ihre Reifezeit?	Sensibilisierung für das Thema Ernährung und Kochen	Anhand der unterschiedlichen Sorten Herkunftsländer nennen können und damit einhergehend CO2 Bilanz einschätzen können. Was braucht mehr CO2 - Tomate vom Bauern ums Eck oder Glashaustomate aus Spanien? Wenn möglich: Verkostung von unterschiedlichen Tomaten.
10 min		Saisonen von Früchten und Obst	Saisonkalender ohne farbliche Hinterlegung - raten, wann welches Gemüse/ Obst Saison hat
5 min	Lebensmittelverschwendung	Richtige Lagerung von Gemüse und Obst	Einen Kühlschrank einräumen.
5 min	Restl- Küche	Ideen zu haben und umzusetzen, dass Reste	kleine Gerichte aus Restl- Küche; wer macht was? Jeder schreibt ein rezept auf bis zum nächsten Mal

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)



LIFE15 GIC/AT/000092





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

			aus der Küche wertvoll sind	und wir tauschen untereinander aus
5 min	Regional und Saisonal		Wissen, dass regional Produkte auch günstig bezogen werden können und diese weniger CO2 verbrauchen.	Einstiegsfrage: wo werden Lebensmittel gekauft? Unterschied: Bauernladen - Bauermärkte und Ab-Hof); Weiß wer was in der Region? Austeilen der Adressen
10min	Fleischkonsum		Sensibilisierung dafür, dass Fleisch viel CO2 in der Produktion verbraucht	Wieviel Fleisch essen Herr und Frau Österreicher im Jahr geschätzt? Was glaubt ihr, wieviel CO2 ein kg Rindfleisch in der Produktion ausstößt?
	Bio- Labels		Wissen, dass es verschiedene Bio-Labels gibt und diese unterschiedliche Anforderungen haben	Wenn schon Fleisch...regional und vielleicht fällt einem das ein oder andere Bio- Logo auf und es ist leistbar

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

## 1.6. NACHHALTIGER KONSUM (1UE)

**Lernziel:** Die TeilnehmerInnen sollen am Ende dieses Blockes wissen, dass Produkte in ihrer Herstellung viele Ressourcen verbrauchen und CO<sub>2</sub> produzieren. Das Kennen und Vermitteln können von Alternativen zum Neukauf sowie das Erkennen, worauf man beim Neukauf achten soll, ist Ziel dieses Modules. Die Vermeidung bzw. das richtige Trennen von Abfall soll nicht nur gewusst sein, sondern auch vermittelt werden können.

1UE		Nachhaltiger Konsum	Bewusstsein für den CO <sub>2</sub> Verbrauch beim Konsum	
	10 min	Einstieg in das Thema: Was hat Konsum mit Klima zu tun?		offene Diskussion zum Thema.
	5 min	Abfallvermeidung beginnt beim Einkauf.		Erklärung der Energiesparlabels
	15 min	Recyceln von Müll	Wissen wo welcher Abfall hinkommt bzw wo man nachsehen kann	Müll trennen mit mitgebrachten Abfall
	15 min	Welche anderen Methoden gibt es, um Abfall zu vermeiden?	Wissen, dass auch Müll noch wertvoll ist.	Gruppenarbeit. Einige Müllartikel für Upcycling bereitstellen und die TeilnehmerInnen basteln lassen. (div Vorlagen bereitstellen) zb. <a href="http://www.geo.de/geolino/basteln/4456-rtkl-basteltipp-geldboersen-aus-karton">http://www.geo.de/geolino/basteln/4456-rtkl-basteltipp-geldboersen-aus-karton</a>

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)



LIFE15 GIC/AT/000092





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

## 1.7. ENERGIEARMUT (1UE)

Anhand des Themenbereichs der Energiearmut werden den TeilnehmerInnen die Zielgruppe und deren Herausforderungen im Alltag, speziell das Themenfeld des Haushaltsenergiebedarfs näher gebracht

### LERNZIEL (TAG1: ENERGIEARMUT):

---

- + Die TeilnehmerInnen verstehen die Begrifflichkeit der Energiearmut und warum dies auch in Österreich möglich ist; Definition Energiearmut; Begriffserklärung Armutsgefährdung / Armutsgefährdungsschwelle und Kriterien der Inanspruchnahme des kostenlosen Angebotes von DoppelPlus (Heizkostenzuschuss, Mindestsicherung, Mietzinsbeihilfe, Ausgleichszulage).
- + Sensibilisierung im Wording – armutsgefährdeter Haushalte – Thema Armut oft mit Scham behaftet.
- + Systemzusammenhang von Energiearmut – Energiearmut VS Armut und Ursachen von Energiearmut und deren Folgen.
- + Wie äußern sich die angesprochenen Ursachen in der Praxis, mit welchen Herausforderungen wird man im Coaching-Alltag konfrontiert.

### ÜBUNGEN UND METHODISCHE HERANGEHENSWEISE

---

- + Erfahrungsaustausch, eigene Erfahrungen und Erfahrungen aus Pilotberatung sowie aus Erzählungen kooperierender sozialer Einrichtungen .
- + Aufzeigen der Problemvielfalt in den Haushalten der Zielgruppe
- + Offene Diskussionsrunde zum Projekt, weitere organisatorische Grundlagen – Fahrtkosten, Versicherungsschutz.

### NÜTZLICHE DEMONSTRATIONSOBJEKTE

---

- + Flip Chart für allgemeine Notizen
- + PowerPoint-Präsentation mit diversen Bildern aus Fallbeispielen
- + Erfahrungsbericht aus Pilotberatung / Videomaterial von Ablauf eines Coachings

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

## 2. GRUNDLAGEN ENERGIE (2UE)

### LERNZIEL (TAG 2):

---

- + Die TeilnehmerInnen verstehen die Methodik der Herangehensweise in der Grundausbildung zum Energie- & Klimacoach → Erzählen → Vorzeigen → Selber Tun → Sein Wissen Vermitteln. Der Fokus der Grundausbildung liegt im Selber Tun und Sein Wissen Vermitteln können.
- + Die TeilnehmerInnen erkennen den Unterschied zwischen Fachlicher und persönlicher Problemstellung
- + Die TeilnehmerInnen wissen, was Energie ist, welche Energieformen und welche Energieträger es gibt.
- + Die Teilnehmer kennen Argumente um möglichen Widerstand gegen erneuerbare Energieträger, im speziellen Wasserkraft (Windkraft), zu relativieren
- + Die TeilnehmerInnen können am Ende zwischen erneuerbaren und fossilen Energieträgern und deren Einfluss auf die Umwelt unterscheiden und diese erklären
- + Kennenlernen der wesentlichen physikalischen bzw. Energie-Energieeinheiten cal – kcal sowie Joul/Watt bis kWh
- + Die TeilnehmerInnen verstehen den physikalischen Zusammenhang und die dahinterstehende Formel, wissen auf welche Art und Weise sie ihren Energieverbrauch reduzieren können.
- + Die TeilnehmerInnen lernen den Energieverbrauch einzelner Haushaltsgeräte kennen und wo und wie dieser abzulesen bzw. zu interpretieren ist.

### ÜBUNGEN UND METHODISCHE HERANGEHENSWEISE

---

- + Die TeilnehmerInnen teilen verschiedene Energieträger anhand von die Energieträger visualisierende Objekte in 3 Kategorien ein – Rot (schlecht) – Gelb (mittel) – Grün (gut) bzw. von fossil bis erneuerbar.
- + Die TeilnehmerInnen üben anhand verschiedener Rechenoperationen, wie sie den Verbrauch in kWh einzelner Elektrogeräte reduzieren können (minus Leistung, minus Zeit) und welche Möglichkeiten es dafür gibt.
- + Anhand verschiedenster mitgebrachter Haushaltsgeräte können die TeilnehmerInnen selbst die Typenschilder suchen und deren Verbrauch ablesen bzw. errechnen.

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

## NÜTZLICHE DEMONSTRATIONSOBJEKTE

---

- + Flip Chart für allgemeine Notizen
- + Verschiedene Energieträger visualisierende Objekte (Holz, Kohle, Wasser, kurzes Kabel mit Netzstecker, Bild der Sonne, Glas mit Benzin, ...) sowie 3 Tücher in den Ampel-Farben rot, gelb und grün.
- + Verschiedene kleine Haushaltsgeräte (Wasserkocher, Föhn, Nachttischlampe, ...)
- + Taschenrechner oder eigene Smartphones mit Rechenfunktion
- + Verschiedene Stromverbrauchs-Messgeräte

## 3. STROMVERBRAUCH (5UE)

### LERNZIEL (TAG 2):

---

- + Errechnen von Jahresverbrauch in kWh und Euro
- + Erkennen der Sandby-Verbraucher
- + Können mit dem Stromverbrauchs-Messgerät umgehen und wissen die gemessenen Werte zu interpretieren
- + Die Teilnehmer wissen, welche Möglichkeiten es zur Reduktion des Stromverbrauches gibt und können dieses Wissen auch weitergeben
- + Die TeilnehmerInnen kennen die Unterschiede zwischen LED-Lampen, Glühbirnen und Energiespar-Lampen
- + Die Teilnehmer wissen Argumentationstechniken und Inhalte um möglichen Widerstand zu Gunsten der Glühbirne zu zerstreuen
- + Die Teilnehmer können einfache Rechenoperationen zur Visualisierung unterschiedlicher Stromverbräuche durchführen und dem Gegenüber erklären
- + Die Teilnehmer wissen um Energieeinsparende Verhaltensänderungen bescheid
- + Können sich anhand der Stromrechnung selbst den Preis für eine kWh ausrechnen
- + Wissen um Alternativen der Stromverbrauchsmessung (Stromzähler-Ablesung bzw. Tagebuch)
- + Verstehen den Zusammenhang zwischen Nutzerverhalten und Verbrauch z.B. Kühlschrank und Waschmaschine, Kochen mit Deckel – richtige Größe der Herdplatte
- + Wissen über die verschiedenen Werkzeuge der Coaching-Tasche welche im Zusammenhang mit Stromverbrauch stehen.

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)



LIFE15 GIC/AT/000092





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

- + Die TeilnehmerInnen lernen mögliche Transferleistungen für die Zielgruppe kennen, z.B. Stromhärtefonds, Deckelung der Mindestsicherung

## ÜBUNGEN UND METHODISCHE HERANGEHENSWEISE

---

- + Die TeilnehmerInnen bilden zweier oder dreier Teams errechnen Stromverbrauch vor Verbesserungsmaßnahmen und nach Verbesserungsmaßnahmen und üben diese Inhalte in einer Coachingsituation seinem Gegenüber zu vermitteln.
- + Die TeilnehmerInnen messen mit Energiekosten-Messgeräte den Stromverbrauch verschiedener Haushaltsgeräte, schätzen den Jahresstromverbrauch aufgrund eigenem Nutzerverhalten ein und errechnen deren Jahreskosten sowie möglicher Optimierungsmaßnahmen
- + Demonstration von aktueller Verbrauchsmessung und Langzeitmessung sowie Verständnis wann eine Langzeitmessung Sinn macht z.B. Kühlschrank
- + Lernen anhand des Hauseigenen Stromzählers Möglichkeiten zur eigenen Verbrauchsmessung kennen
- + Die TeilnehmerInnen simulieren Coaching-Situationen mit schwierigen Klienten

## NÜTZLICHE DEMONSTRATIONSOBJEKTE

---

- + Flip Chart für allgemeine Notizen
- + Stromverbrauchs-Messgeräte
- + Verschiedene Klein-Haushaltsgeräte bis hin zu Zugang zur Küche oder Brüroräumlichkeiten, Stromzähler
- + Verschiedene LED-Lampen und Visualisierungsobjekte für Energielabel
- + Coaching-Tasche mit Inhalt (schaltbare Steckerleiste, LED-Lampen, ...)
- + Taschenrechner oder Smartphone mit Rechenfunktion
- + Schulungsunterlagen und Energiespar- & Klimaschutz-Tipps (Broschüre)

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)



LIFE15 GIC/AT/000092





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

## 4. SCHIMMEL (5UE)

### LERNZIEL (TAG 3):

---

- + Mögliche Feuchtigkeitseinträge
- + Richtiges Lüften, Zeitpunkt, Technik, Dauer sowie Unterschiede Sommer und Winter
- + Richtige Raumtemperatur
- + Wissen über maximale Temperaturdifferenz zwischen den einzelnen Räumen bescheid
- + Teilnehmer wissen oberflächlich über Wärmebrücken bescheid und erkennen so mögliche Hotspots der Schimmelentstehung
- + Schimmelentstehung, mögliche Ursachen und Folgen
- + Schimmelprävention
- + Sensibilität rund um das Thema Schimmel, Unterscheidung zwischen fachlichem und persönlichem Problem
- + TeilnehmerInnen wissen mit Thermo- Hygrometer umzugehen
- + TeilnehmerInnen kennen die Bedeutung der relativen Luftfeuchtigkeit
- + Teilnehmer kennen die bauphysikalischen Gegebenheiten der Zielgruppe
- + TeilnehmerInnen wissen um die Risiken von Schimmel bescheid und wann sie sich an einen Experten wenden müssen
- + TeilnehmerInnen kennen die Mietrechtlichen Bestimmungen bzw. die Anzeigepflicht beim Vermieter
- + TeilnehmerInnen können praktisch Schimmel beseitigen und wissen um deren Ursachenvermeidung bescheid
- + TeilnehmerInnen können in einer Coaching-Situation mit der sensiblen Thematik umgehen

### ÜBUNGEN UND METHODISCHE HERANGEHENSWEISE

---

- + Zeigen verschiedener Arten von Schimmel
- + Praktische Übungen zur Schimmelentfernung – Oberfläche mit Alkohol abtupfen
- + Praktische Übungen zur Messung der Oberflächentemperatur und Raumlufttemperatur → finden des kältesten Punktes in den Schulungsräumlichkeiten, Messung von Raum- und Außenluft

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)



LIFE15 GIC/AT/000092





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

- + Coaching-Situation in zweier- und dreier-Teams durchspielen – Thema Schimmel (Rollenverteilung: Coach, Haushalt und Beobachter)

## NÜTZLICHE DEMONSTRATIONSOBJEKTE

---

- + Flip Chart für allgemeine Notizen
- + Schimmel-Visualisierungsobjekt und Reinigungsmittel (70% Alkohol, 1x Handschuhe und 1 x Tuch sowie Gipskartonplatte oder Holzplatte)
- + Wärmebildkamera
- + Feuchtigkeits-Visualisierungsobjekte → Tablet, Wasser und Löschpapier
- + Relative Feuchtigkeitsvisualisierung – kalte Getränkeflasche aus Kühlschrank in warmen Raum stellen sowie gleiche Menge Wasser z.B. 0,3 Liter und drei verschieden große Gläser – 0,5 / 0,4 und 0,25 → relative Luftfeuchte
- + Thermo- und Hygrometer, Infrarot-Oberflächenthermometer
- + Coaching-Tasche Inhalte (Thermo- Hygrometer für Haushalte)
- + Verschiedene Tipps zu richtig Lüften und Heizen in Form von Broschüre oder schriftlicher Sammlung

## 5. RICHTIG HEIZEN (3 UE)

### LERNZIEL (TAG 4):

---

- + TeilnehmerInnen kennen den Unterschied zwischen subjektiv gefühlter Wärme und tatsächlicher Temperatur – kalter Fußboden – Wände, Zugluft
- + TeilnehmerInnen kennen den Zusammenhang von Heizen, Lüften und Feuchtigkeit
- + TeilnehmerInnen kennen die verschiedenen Energieträger für das Heizen
- + TeilnehmerInnen wissen wie verschiedenen Heizsysteme funktionieren und was dabei zu beachten ist, Fernwärme, Bodenheizung (Teppich), Infrarot-Heizung bzw. elektrische Heizung, Radiatoren – nicht mit Möbel oder sonstigem verstellen
- + Wissen wie verschiedene Raumthermostate funktionieren
- + Wissen theoretisch wie man einen Radiator entlüftet und über die Gefahren welche bestehen, wenn man das selbst tut – oxydierte Ventile die möglicherweise abbrechen
- + Wissen über Thermostatventile bescheid

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

- + TeilnehmerInnen kennen die empfohlene Raumtemperatur und Energieersparnis pro Grad gesenkter Raumtemperatur
- + Wissen über die Mietrechtlichen Verpflichtungen der Mieter bescheid – regelmäßige Wartung des Heizsystems
- + TeilnehmerInnen können Inhalte in einer Coachingsituation vermitteln

## ÜBUNGEN UND METHODISCHE HERANGEHENSWEISE

---

- + Die TeilnehmerInnen üben in diesem Kapitel vornehmlich Coachingsituationen rund um das Thema Heizen, Lüften, Schimmel in Zweier und Dreier-Teams

## NÜTZLICHE DEMONSTRATIONSOBJEKTE

---

- + Flip Chart für allgemeine Notizen
- + Thermostatventil
- + Möglichkeit zur Besichtigung des Heizraumes
- + Coaching-Tasche

## 6. RICHTIG HEIZEN MIT HOLZ (2 UE)

### LERNZIEL (TAG 4):

---

- + Die TeilnehmerInnen wissen welches Holz verheizt werden darf – Zusammenhang aus behandeltem und unbehandeltem Holz sowie richtiger Feuchtigkeitsgehalt
- + Die TeilnehmerInnen verstehen warum und wann es sich beim Heizen mit Holz um ein CO<sub>2</sub> neutrales Heizen handelt
- + Die Teilnehmer wissen um die rechtlichen Folgen der Abfallverbrennung bescheid
- + Die Teilnehmer wissen um mögliche Transferleistungen für die Zielgruppe bescheid - Heizkostenzuschuss

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)



LIFE15 GIC/AT/000092





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

## ÜBUNGEN UND METHODISCHE HERANGEHENSWEISE

---

- + Die Teilnehmer sortieren richtiges Heizmaterial aus einer Ansammlung von Müll und unterschiedlichen Holzarten aus und diskutieren das in der Gruppe
- + Die Teilnehmer üben in Zweier- und Dreier-Teams Coachingsituationen

## NÜTZLICHE DEMONSTRATIONSOBJEKTE

---

- + Flip Chart für allgemeine Notizen
- + Verschiedene Arten von Heizmaterialien – Plastik, verschiedene Holzarten von feucht bis trocken, behandelt bis unbehandelt
- + Informationsmaterial rund um richtig Heizen mit Holz

## 7. (WARM)WASSERVERBRAUCH (2UE)

### LERNZIEL (TAG 5):

---

- + Mit dem durchschnittlichen Wasserverbrauch von Haushalten vertraut werden
- + Wo entsteht überall Wasserverbrauch
- + Welche Kosten entstehen – Wasser – Heizung – Kanal
- + Die TeilnehmerInnen wissen über die technischen aber auch verhaltensabhängigen Möglichkeiten der Wassereinsparung bescheid
- + Welche Möglichkeiten für Warmwasser gibt es – Elektrische- und Gastherme, Durchflusserhitzer, Boiler, Untertischboiler
- + Richtige Temperatur für das Brauchwasser
- + Unterschiedlicher Verbrauch von maschineller und händischer Wäsche
- + Die TeilnehmerInnen können in einfachen Rechenoperationen mögliche Einsparungen dem Haushalt näher bringen

## ÜBUNGEN UND METHODISCHE HERANGEHENSWEISE

---

- + Die TeilnehmerInnen nehmen selbstständig Wasserdurchflussmessungen vor
- + Die TeilnehmerInnen machen sich vertraut mit Perlatoren und Wassersparduschköpfen
- + Simulierung verschiedener Coachingsituationen in den Haushalten

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

- + Kurze Einführung zu den Wasserpreisen
- + Wissen theoretisch und wenn möglich auch praktisch einfache Installationsarbeiten durchzuführen – Installation des Perlators
- + Wissen bescheid über die Möglichkeiten der Reduzierung der Heiztemperatur bei Boiler und Untertischboiler

### NÜTZLICHE DEMONSTRATIONSOBJEKTE

---

- + Flip Chart für allgemeine Notizen
- + Wasserdurchflussmessbeutel
- + Perlatoren und andere Wasser einsparende Utensilien – Duschköpfe, Dichtungen, Durchflusstopper, Zeitschaltuhr, Thermo-Stop

## 8. ABRECHNUNGEN (2UE)

### LERNZIEL (TAG 5):

---

- + Die TeilnehmerInnen wissen die entscheidenden Positionen der Endabrechnungen – Jahresstromverbrauch, Monatliche Pauschalzahlungen, Ökostrompauschalen und andere Förderbeträge
- + Die TeilnehmerInnen können die Endabrechnung ihrem Gegenüber verständlich erklären
- + Die TeilnehmerInnen können anhand der Endabrechnung z.B. den Kilowattstundentarif errechnen
- + Die TeilnehmerInnen erkennen einen überdurchschnittlichen Verbrauch
- + Kennen mögliche Befreiungen von staatlichen Steuern (Ökostromförderbetrag und Ökostrompauschale)
- + Die Teilnehmer sind vertraut mit durchschnittlichem Energieverbrauch von Haushalten mit unterschiedlicher Bewohnerstruktur
- + Die TeilnehmerInnen wissen bescheid, an wen sich die Haushalte bei drohenden Energieabschaltungen oder bei Energieschulden wenden können

### ÜBUNGEN UND METHODISCHE HERANGEHENSWEISE

---



LIFE15 GIC/AT/000092



[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)



Vorteile nützen.  
Klima schützen.

- + Den Teilnehmern wird anhand eines Haushaltes aus der Pilotberatung ein Praxisbeispiel mit Energiekostenabrechnung, Haushaltsgeräte und den sonstigen Problemen näher gebracht
- + Die TeilnehmerInnen üben in Zweier- und Dreier-Teams typische Coaching-Situationen rund um die Strom- und Heizkosten- sowie Betriebskostenendabrechnungen

#### NÜTZLICHE DEMONSTRATIONSOBJEKTE

---

- + Von den TeilnehmerInnen mitgebrachte Energiekosten- und Betriebskostenabrechnungen
- + Strom- und Heizkostenabrechnungen lokaler Energieversorger
- + Betriebskostenabrechnungen lokaler gemeinnütziger Wohnbauträger
- + Heizkostenabrechnungen lokaler Energieversorger

## 9. ABLAUF HAUSHALTSCOACHING (5UE)

#### LERNZIEL (TAG 2 BIS 5):

---

- + Die TeilnehmerInnen wissen um eine Routine im Haushaltscoaching bescheid und kennen den geplanten Ablauf des Haushaltscoachings

#### ÜBUNGEN UND METHODISCHE HERANGEHENSWEISE

---

- + Bildung von Zweier- und Dreier-Teams und praktische Simulation eines Haushaltscoachings mit unterschiedlichen Inhalten und Problemstellungen

#### NÜTZLICHE DEMONSTRATIONSOBJEKTE

---

- + Endabrechnungen von Energiekosten
- + Coaching-Tasche mit allen Inhalten
- + Zugang zu Küche oder anderen Verbraucher-Räumen wie z.B. Büro

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)



LIFE15 GIC/AT/000092





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

## 10. SOZIALE KOMPETENZ (4UE)

### LERNZIEL:

---

- + Möglichkeiten und Techniken der Abgrenzung für die TeilnehmerInnen zu anderen Themenbereichen und Problemfelder der HaushalsbewohnerInnen
- + Kulturelles Verständnis
- + Wertschätzende Gesprächsführung
- + Richtige Planung eines Haushaltscoaching – Zeit, Rollenfestlegung
- + Festlegen des nun richtigen Ablaufes aus persönlicher Erfahrung, Erfahrungen aus den Pilotberatungen, Erfahrungen aus den durchgeführten Übungen in den vorangegangenen Modulen
- + Teamarbeit – Kennen von Techniken der gegenseitigen Unterstützung

### ÜBUNGEN UND METHODISCHE HERANGEHENSWEISE

---

- + Brainstorming
- + Gemeinsames Erarbeiten des richtigen Ablaufes eines Haushaltscoachings
- + Durchspielen eines kompletten Haushaltscoachings in verschiedenen Themenbereichen (Planen und Begrüßen – Fragen und Schauen – Messen und Coachen – Dokumentieren, Ziele vereinbaren und Verabschiedung)

### NÜTZLICHE DEMONSTRATIONSOBJEKTE

---

- + Flip Chart für allgemeine Notizen
- + Dokumentationsbogen
- + Coaching-Tasche inkl. aller Inhalte

## 11. DOKUMENTATIONS-TOOL (2UE)

### LERNZIEL:

---

- + Den Nutzen der Dokumentation verstehen
- + Dokumentationstechniken kennen

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Vorteile nützen.  
Klima schützen.

## ÜBUNGEN UND METHODISCHE HERANGEHENSWEISE

---

- + Brainstorming über die Sinnhaftigkeit von Dokumentationen
- + Die TeilnehmerInnen gehen gemeinsam mit dem Vortragenden die einzelnen Fragen des Dokumentationsbogens durch
- + Verschiedene Möglichkeiten der Dokumentation durchspielen, Fragen, Schauen - Erkennen und Gedankennotiz, Prioritäten erkennen → Übungen anhand des Dokumentationsbogens

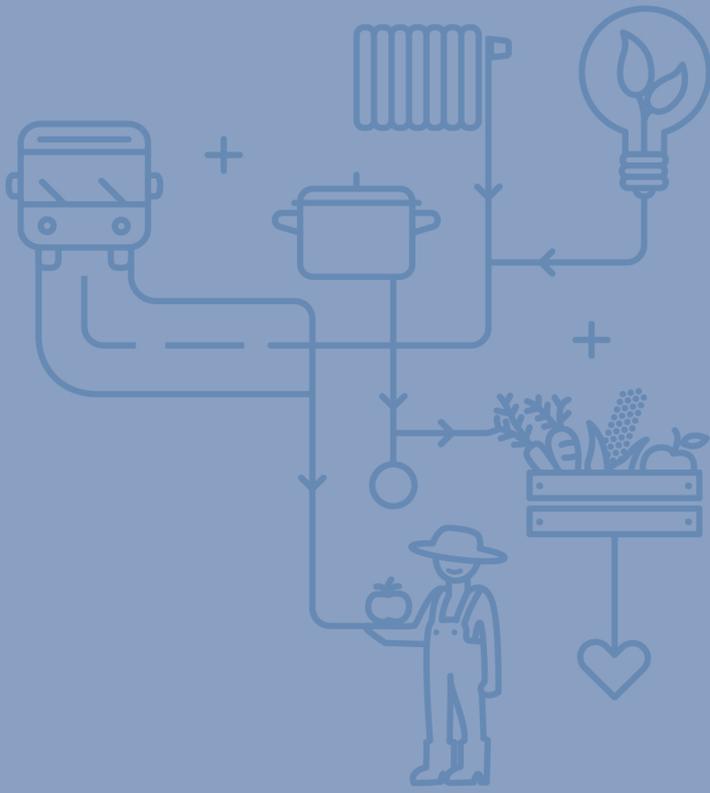
## NÜTZLICHE DEMONSTRATIONSOBJEKTE

---

- + Flip Chart für allgemeine Notizen
- + Dokumentationsbogen für das Haushaltscoaching

[www.doppelplus.tirol](http://www.doppelplus.tirol)





Initiative DoppelPlus  
LIFE15 GIC/AT/000092

info@doppelplus.tirol  
www.doppelplus.tirol

Gefördert von:



LIFE15 GIC/AT/000092

