

Quellen

Quelle 1	Methode des mentalen Kontrastierens: Professor Gabriele Oettingen im Interview bei der Techniker Krankenkasse: https://www.tk.de/techniker/gesundheit-foerdern/stress-entspannung/motivation/interview-woop-gabriele-oettingen-2060220 außerdem: Universität Konstanz, Gabrielle Oettingen, Peter M. Gollwitzer: 7 Strategies of Setting and Implementing Goals Mental Contrasting and Implementation Intentions: https://kops.uni-konstanz.de/server/api/core/bitstreams/f312f6c1-116d-496b-9706-ee8a91e616ac/content#
Quelle 2	Statistik Berlin Brandenburg vom 23.5.2025: Neue Wohnungszahlen für Berlin und Brandenburg, Fortschreibung des Wohnungsbestandes auf Basis Zensus 2022: https://www.statistik-berlin-brandenburg.de/077-2025
Quelle 3	Deutscher Mieterbund auf facebook, Beitrag vom 18.12.2025: https://www.facebook.com/DMBMieterbund/posts/mieterinnen-und-mieter-mussten-im-jahr-2024-in-deutschland-durchschnittlich-267-/1366972458565694/
Quelle 4	Statistisches Bundesamt DSTATIS: Korrektur: Inflationsrate im Jahr 2025 bei 2,2%: https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2026/01/PD26_019_611.html
Quelle 5	Thermisch nicht getrennte Balkone, Hausmagazin: energetische Schwachstellen bei Altbauten https://www.hausmagazin.ch/de/dossier-energie/gebaeudesanierung/detail/374/energetische-schwachstellen-bei-altbauten.html#:~:text=Thermisch%20nicht%20getrennte%20Balkone:%20Balkone%20an%20Altbauten,Dach%20und%20wirken%20ebenfalls%20wie%20eine%20K%C3%BChlrippe PlanRadar: die häufigsten Baumängel & oft gestellte Fragen und Antworten, Artikel von Johannes Heinrich vom 20.08.2024 https://www.planradar.com/de/15-haeufigste-baumaengel/ Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen: Alten Bodenbelag auf Schadstoffe prüfen: Wer kann weiterhelfen vom 29.12.2024: https://www.verbraucherzentrale.nrw/schadstoffe/gebaeude/bodenbelag-auf-schadstoffe-pruefen-wer-kann-weiterhelfen-43287
Quelle 6	Sperrfrist: https://kommunalwiki.boell.de/index.php/K%C3%BCndigungssperrfrist)
Quelle 7	Kein Sanierungszwang bei Effizienzklasse G oder H https://www.daemmung-nord.de/post/energieeffizienzklasse-g-sanierungspflicht#viewer-welche-pflichten-gelten-ab-2026-fuer-klasse-g