

Presseinformation

Stromspar-Tipps für das Home-Office

Home-Office und -Schooling betrifft nach wie vor viele Menschen auch in der Region, daher geben die Energieagentur Südostbayern GmbH und die Verbraucherzentrale Bayern Tipps um beim Arbeiten und Lernen zu Hause Strom zu sparen.

10. Februar 2021

Computer: Beim Computer beeinflusst die Bauart und die Leistungsfähigkeit den Stromverbrauch erheblich. So verbraucht ein Standard-Laptop für typische Büroanwendungen während eines achtstündigen Arbeitstages im Dauerbetrieb etwa eine Fünftel Kilowattstunde. Bei einem etwa gleichstarken Desktop-PC (bezeichnet meist ein stehendes Computergehäuse mit einem separat stehenden Bildschirm) darf mit dem dreifachen Verbrauch gerechnet werden. In 6 Wochen Home-Office macht das 2 Euro Stromkosten beim Laptop und 6 Euro beim Desktop-PC. Hoch gerüstete Gamer-PCs sollten nicht über einen längeren Zeitraum im Home-Office verwendet werden. Deren wesentlich höhere Textverarbeitung, Tabellenkalkulation und Surfen im Internet zu höherem Verbrauch. Im Vergleich zu einem niedriger ausgestatteten Desktop-PC sollte dieser noch mal 70 Prozent höher, also mit rund 10 Euro in 6 Wochen, kalkuliert werden. In Arbeitspausen sollte jeder PC in den Energiesparmodus versetzt werden, dann verringert sich der Verbrauch bereits deutlich. In den Energieoptionen lassen sich genaue Energiespar-Einstellungen vornehmen. Nachts und bei längeren Arbeitspausen sollte der PC ausgeschaltet werden.



© energie & umweltzentrum allgäu
Leistungsfähigkeit führt auch bei höherem Verbrauch.

Router: Zu richtigen Großverbrauchern von Strom sind Router geworden. Sie verbinden den PC in der Regel über eine WLAN-Verbindung mit dem Internet. Auch deren Verbrauch lässt sich verringern. Bei vielen Modellen lassen sich die Datenübertragungsfunktionen zeitlich begrenzen und bspw. nachts abschalten. Wer nachts außerdem WLAN-Empfänger (PC, Handy, Smart TV) komplett ausschaltet, verringert damit auch den Stromverbrauch des Routers. Gleiches gilt für Repeater.

Mehrfachsteckdosen: Solange ausgeschaltete elektrische Geräte in der Steckdose stecken, verbrauchen sie Strom. Es ist empfehlenswert abschaltbare Mehrfachsteckdosen zu verwenden und sie auszuschalten, wenn die angeschlossenen Geräte nicht mehr verwendet werden. So genannte Master-Slave-Steckdosen schalten selbstständig weitere Geräte, z. B. PC-Peripherie vom Netz. Master-Slave-Steckdosen haben aber einen Eigenverbrauch. Dieser liegt bei 1 bis 2 Watt.

Licht: Wer Glüh- oder Halogenlampen für Arbeitsplatzbeleuchtung verwendet, verbraucht fünf bis sechsmal so viel Strom wie mit LED-Lampen. Die Umrüstung lohnt sich in der Regel auch finanziell. Nach dem Austausch alter Leuchtmittel durch sparsamere, lässt sich das Geld nach weniger als zwei Jahren wieder einsparen.

Beim Kauf von Elektrogeräten sollte auf das Umweltzeichen „Blauer Engel“ geachtet werden.

Bei allen Fragen zu den Themen Energieeffizienz und Energiesparen hilft die Energieberatung der Energieagentur Südostbayern GmbH und der Verbraucherzentrale Bayern weiter. Die aktuell telefonische Beratung ist für die Bürgerinnen und Bürger der Landkreise Berchtesgadener Land und Traunstein kostenfrei. **Info und Anmeldung (erforderlich) unter Telefon 0861 58-70 39.** Weitere Info unter www.energieagentur-suedost.bayern

Kontakte für Journalisten:

Verbraucherzentrale Bayern, Stephanie, Spaett, Mozartstraße 9, 80336 München
Tel. 089 55 27 94 177, E-Mail: energie@vzbayern.de

Energieagentur Südostbayern GmbH, Bettina Mühlbauer, Maximilianstraße 33 in 83278 Traunstein
Tel. 0861 58-70 39, E-Mail: bettina.muehlbauer@energieagentur-suedost.bayern

Beratungstermine finden Sie auf der Folgeseite.

Die nächsten telefonischen Energieberatungstermine (nur nach Terminvereinbarung):

Montag	15. Feb 2021	14:00 - 18:00 Uhr
Dienstag	16. Feb 2021	13:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch	17. Feb 2021	13:00 - 17:00 Uhr
Donnerstag	18. Feb 2021	14:00 - 18:00 Uhr
Montag	22. Feb 2021	14:00 - 18:00 Uhr
Dienstag	23. Feb 2021	14:00 - 18:00 Uhr
Donnerstag	25. Feb 2021	14:00 - 18:00 Uhr
Montag	01. Mrz 2021	14:00 - 18:00 Uhr
Donnerstag	04. Mrz 2021	14:00 - 18:00 Uhr
Montag	08. Mrz 2021	14:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch	10. Mrz 2021	14:00 - 18:30 Uhr
Montag	15. Mrz 2021	14:00 - 18:00 Uhr
Dienstag	16. Mrz 2021	13:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch	17. Mrz 2021	13:00 - 17:00 Uhr
Donnerstag	18. Mrz 2021	14:30 - 18:00 Uhr