

Tipps zum Energiesparen im Home-Office

Die technische Ausrüstung fürs Home Office liegt mit 14% Anteil am Gesamtstromverbrauch an der Spitze der Verbrauchsparade deutscher Privathaushalte. Bei vielen von uns dürfte dieser Anteil gerade sogar noch höher liegen – dank Schulschließungen und Home Office... Fünf Tipps, wie Sie Strom sparen und weniger zahlen.

Tageslicht nutzen

Die Position des Schreibtisches kann zum Energiesparen beitragen. Am besten platzieren Sie ihn im rechten Winkel dazu, der Bildschirm soll grundsätzlich mit Blickrichtung parallel zum Fenster angeordnet sein.

Eine Aufstellung mit dem Fenster hinter dem Benutzer ist zu vermeiden, da hier Spiegelungen auftreten. So profitieren Sie von natürlichem Tageslicht und genießen gleichzeitig den Ausblick. Im Winter kommen Sie natürlich nicht immer ohne künstliche Beleuchtung aus. Dimmbare Lampen helfen an dunklen Tagen beim Energiesparen, da sie nicht permanent die volle Lampenleistung benötigen.

Achten Sie auch darauf, Ihr Arbeitszimmer nicht zu überheizen. Den mit Abstand größten Anteil am gesamten privaten Energieverbrauch in der Wohnung haben nämlich Heizung und Warmwasser: mehr als 84 Prozent.

Eine angemessene Temperatur und regelmäßiges Stoßlüften unterstützen außerdem Ihre Konzentration.

Prozesse beenden

Schließen Sie Programme und Anwendungen wieder, wenn sie nicht (mehr) benötigt werden! Denn viele von ihnen – zum Beispiel Internet-Browser – verbrauchen ununterbrochen Strom, auch wenn wir sie nicht nutzen.

Mit der Zeit häufen sich Hintergrundprozesse an und machen den Computer langsamer: Überflüssige Update-Dienste, Spyware oder automatisch gestartete Programme erhöhen den Energieverbrauch.

Daher: Hin und wieder einen Blick auf die sogenannte CPU-Auslastung werfen, die den Zustand der Hauptprozessoren (CPUs) beschreibt. Diese sollte unter fünf Prozent liegen. Sie lässt sich einfach über den Taskmanager unter der Rubrik „Leistung“ abrufen. Ist der Wert höher, helfen Programme, die den PC energieeffizienter machen.

Router vom Netz

Der Router zieht selbst dann Energie, wenn Sie das WLAN nicht nutzen und treibt so Stromverbrauch und -kosten nach oben. Darum schalten Sie ihn aus, wenn er nicht gebraucht wird – z.B. über Nacht! Am einfachsten geht das mit einer Zeitschaltuhr. Allerdings ist dann auch Ihr Festnetztelefon abgeschaltet – wollen Sie hier auch nachts erreichbar sein, muss der Router leider an bleiben.

Richtig abschalten!

Trennen Sie die IT-Geräte nach Feierabend vom Netz, sonst ziehen sie im Stand-by-Betrieb unnötig Strom. Bei Laserdruckern z.B. ist das oft mehr, als für den Druckvorgang benötigt wird! Dabei helfen Steckdosenleisten mit eingebautem Netzschalter. Ein Knopfdruck, schon werden alle Geräte abgeschaltet. Nicht vom Netz trennen sollten Sie dagegen Tintenstrahldrucker. Denn jedes Mal nach dem Start wird der Druckkopf gereinigt. Das kostet unnötig viel Tinte und Strom.

Bei Neuanschaffung effiziente Geräte kaufen

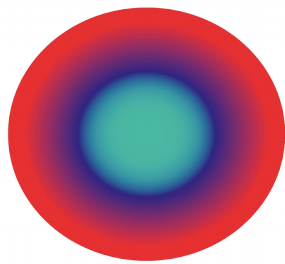
Je nach Geräteart und -typ lassen sich durch den Kauf eines energieeffizienten Computers oder Druckers bis zu 80 Prozent Stromkosten sparen. Ein Laptop verbraucht gut zwei Drittel weniger Energie als ein festinstallierter PC. Tablets sind noch effizienter.

Überlegen Sie deshalb vorher genau, welche technische Ausstattung Sie benötigen. Wer den Computer hauptsächlich für Schreibarbeiten nutzt, braucht keine High-End-Grafikkarte. Flachbildschirme benötigen im Vergleich zu ihren Vorgängern, den Röhrenmonitoren, weitaus weniger Strom. Noch mehr Energie sparen Verbraucher, indem sie die Helligkeit des Monitors reduzieren. Das schont Geldbeutel und Augen.

Zu guter Letzt

Überdenken Sie Ihre Gewohnheiten auch in anderen Bereichen!

Wer z.B. die Ökoprogramme von Spül- und Waschmaschine bisher aus Zeitmangel gemieden hat, sollte Ihnen jetzt eine Chance geben. Denn sie sparen bis zu 30% Strom und Wasser. Und vielleicht verhilft das milde Frühlingswetter ja sogar der guten alten Wäscheleine zu einem unverhofften Come back? Die Wäsche draußen zu trocknen, kostet nämlich gar nichts und verschafft uns dazu noch eine Bewegungspause...



Energieberatung STADT AUGSBURG

Die Energieberatung Stadt Augsburg steht Ihnen weiterhin zur Verfügung - wenn vorerst auch ausschließlich telefonisch unter 0821 324-7320.

Hier können Sie Ihre Fragen und Anliegen rund um Wohnen, Bauen und Sanieren stellen - ohne Voranmeldung! Diesen Service bieten wir in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Mo - Do: 8-18 Uhr, Fr: 8-16 Uhr.

Ab Juni beraten wir Sie nach vorheriger Anmeldung gerne auch wieder persönlich im Hollbüro (Elias-Holl-Platz 2) immer dienstags zwischen 13 und 16 Uhr.

Bitte vereinbaren Sie Ihren Beratungstermin [online](#) oder unter 0821/324 7322.

Wir wünschen Ihnen viel positive Energie in dieser für uns alle ungewöhnlichen Zeit!