

## Stromspar-Tipps fürs Homeoffice

Seit Corona spielt sich das Arbeitsleben vieler Menschen vermehrt in den eigenen vier Wänden ab. Viele arbeiten dauerhaft oder zumindest anteilig im Homeoffice. Das treibt auch die Stromkosten in die Höhe. So können Sie Energie einsparen.



© Bruno Cervera on Unsplash

### **DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE**

1. Geräte, die nicht benutzt werden, sollten richtig ausgeschaltet sein. Der Standby-Betrieb verbraucht Strom.
2. Verbraucherinnen und Verbraucher sollten den Stromzähler regelmäßig ablesen, um den Überblick zu behalten.
3. Ein Anbieterwechsel kommt nur dann in Betracht, wenn die monatlichen Abschlagszahlungen sicher bezahlt werden können.

Stand: 09.02.2022

Die Rechnung ist einfach: Je mehr Zeit man zu Hause verbringt, desto mehr Strom wird dort verbraucht. Aber durch bewusstes Verhalten können Sie Strom spürbar einsparen. Da ist gut für die Umwelt und Ihren Geldbeutel. Darauf sollten Sie achten:

**Lieber Laptop als PC verwenden:** Viele Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer haben ihre Tätigkeiten ins Homeoffice verlagert. Nutzen Sie für Ihre Arbeit am Schreibtisch einen Laptop oder Notebook. PCs verbrauchen in der Regel deutlich mehr Strom.

**Laptop und PC in den Energiesparmodus schalten:** Die meisten Geräte besitzen einen Energiesparmodus, in den sie sich nach einer bestimmten Zeit der Untätigkeit automatisch schalten. Aktivieren Sie diese Funktion.

**Kein Standby-Betrieb:** Fernseher oder Spielekonsolen stehen in der Regel auf Standby, wenn sie gerade nicht benutzt werden. Aber auch dieser Modus verbraucht Strom. Schalten Sie diese Geräte besser ganz aus.

**Router timen:** Router gehören zu den Großverbrauchern im Haushalt. Sie verbinden die internetfähigen Geräte über eine WLAN-Verbindung mit dem Internet. Bei vielen Router-Modellen lassen sich die Datenübertragungsfunktionen zeitlich begrenzen und beispielsweise nachts abschalten. Wer nachts außerdem seine WLAN-Empfänger komplett ausschaltet, verringert damit auch den Stromverbrauch des Routers.

**Abschaltbare Mehrfachsteckdosen verwenden:** Diese sind empfehlenswert, da einige elektrische Geräte auch ausgeschaltet Strom verbrauchen. Durch das Abschalten der Mehrfachsteckdose vermeiden Sie den unnötigen Standby-Verbrauch.

**Strommessgerät benutzen:** Kaufen Sie sich im Baumarkt ein Strommessgerät. So können Sie den Verbrauch verschiedener Geräte im Blick behalten. Gleichzeitig können Sie die Kinder spielerisch für einen sparsamen Umgang mit Elektrogeräten sensibilisieren.

**Stromzähler ablesen:** Checken Sie wöchentlich Ihren Stromzähler und behalten Sie so den Stromverbrauch im Haushalt im Blick.

---

**Augen auf beim Anbieterwechsel**

Wenn Sie wegen der höheren Kosten Ihren Stromanbieter wechseln möchten, nutzen Sie am besten mehrere Vergleichsportale und überprüfen die Entgelte mit den Angeboten auf der Website des jeweiligen Anbieters. Wenn Sie die Vertragsunterlagen erhalten überprüfen Sie, ob die Angaben mit dem Angebot im Internet übereinstimmen!

Wenn Sie nicht selbst vergleichen wollen oder andere Fragen zum Anbieterwechsel haben, können Sie sich an die Hamburger Energielotsen unter Tel. (040) 24832-250 wenden und beraten lassen.

## **UNSER ANGEBOT**

Unsere Energieberatung hilft Ihnen dabei, im Homeoffice Strom einzusparen: am Telefon, per Videochat oder in einem persönlichen Gespräch – falls sinnvoll auch bei Ihnen zu Hause. Unsere Fachleute beraten Sie anbieterunabhängig und individuell. Mehr Informationen erhalten Sie an der Telefon-Hotline der Hamburger Energielotsen unter (040) 24832-250.

Alternativ empfehlen wir Ihnen unsere kostenlosen Online-Vorträge. Hier finden Sie zu vielen Themen den passenden Vortrag.

---

## **Über die Energieberatung**

*Die Beratung wird vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz gefördert. Durch die Übernahme des Eigenkostenanteils von 30 Euro für Beratungen bei Ihnen zuhause durch die Stadt Hamburg sind alle Beratungen im Rahmen des Kooperationsangebotes „Hamburger Energielotsen“ für Hamburger Haushalte kostenfrei. Die Beratungen werden von der Energieberatung der Verbraucherzentrale durchgeführt.*

*Die Telefonberatung der Hamburger Energielotsen wird ebenfalls von der Verbraucherzentrale Hamburg durchgeführt. Die „Hamburger Energielotsen“ sind eine Kooperation von Zebau gGmbH, Verbraucherzentrale Hamburg, der Bundesförderung für Energieberatung und der Handwerkskammer Hamburg und werden von der Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft der Freien und Hansestadt Hamburg gefördert.*

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

<https://www.vzhh.de/themen/bauen-immobilien-energie/energiesparen-im-haushalt/stromspar-tipps-fuers-homeoffice>