Verbraucherzentrale Hamburg

Pressemitteilung vom 23. April 2020

Den Energieverbrauch im Homeoffice senken

Verbraucherzentrale Hamburg gibt Tipps zum Stromsparen

Die Corona-Pandemie zwingt viele Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer ins Homeoffice. Auch für Kinder und Jugendliche sind Kitas und Schulen seit Wochen geschlossen. Die Folge: Das Leben spielt sich überwiegend zu Hause ab. Das treibt auch die Stromkosten in den eigenen vier Wänden in die Höhe. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale gibt Tipps, um im Homeoffice Strom zu sparen.

Der Computer läuft im Homeoffice viele Stunden am Tag. Dessen Bauart und Leistungsfähigkeit beeinflussen den Stromverbrauch erheblich. So verbraucht ein Standard-Laptop für typische Büroanwendungen während eines achtstündigen Arbeitstages im Dauerbetrieb etwa 0,2, Kilowattstunden, ein Desktop-PC mit vergleichbarer Leistung ungefähr das Dreifache. In sechs Wochen Homeoffice ergibt das zwei Euro Stromkosten für den Laptop und sechs Euro für den Desktop-PC. Hoch gerüstete Gamer-PCs sollten nicht über einen längeren Zeitraum im Homeoffice verwendet werden, da deren hohe Leistungsfähigkeit zu einem 70 % höheren Stromverbrauch im Vergleich zu einem Standard-Desktop-PC führen kann. In Arbeitspausen sollte jeder PC in den Energiesparmodus versetzt werden. In den Energieoptionen lassen sich genaue Energiespar-Einstellungen vornehmen. Nachts und bei längeren Arbeitspausen sollte der PC ausgeschaltet sein.

Router sind zu richtigen Großverbrauchern 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 beispielsweise nachts abschalten. Wer nachts außerdem WLAN-

Empfänger (PC, Handy, Smart TV) komplett ausschaltet, verringert damit auch den Stromverbrauch des Routers. Gleiches gilt für WLAN-Repeater. WLAN-Repeater erweitern die Reichweite des Funknetzes und kommen deshalb oft in großen Wohnungen oder Häusern zum Einsatz.

Abschaltbare Mehrfachsteckdosen sind empfehlenswert, da einige elektrische Geräte, die in der Steckdose stecken, auch nach der Abschaltung weiterhin Strom verbrauchen. Durch die Abschaltung der Mehrfachsteckdose wird der unnötige Stand-by-Verbrauch verhindert. So genannte Master-Slave-Steckdosen schalten selbsttätig weitere Geräte wie etwa PC-Peripherie vom Netz, allerdings haben sie einen Eigenverbrauch. Dieser liegt bei 1 bis 2 Watt.

Am Telefon beraten lassen

Rund ums Stromsparen bietet die Energieberatung der Verbraucherzentrale Hamburg eine telefonische Beratung an. Kurzauskünfte und Anmeldungen für ausführliche Beratungsgespräche sind möglich über die Hamburger Energielotsen unter (040) 248 32-250.

In Hamburg kooperiert die Energieberatung der Verbraucherzentrale mit den Hamburger Energielotsen, einer Kooperation von Zebau gGmbH, Verbraucherzentrale Hamburg, der Bundesförderung für Energieberatung der Verbraucherzentrale und der Handwerkskammer Hamburg und arbeiten im Auftrag der Behörde für Umwelt und Energie der Freien und Hansestadt Hamburg. Mehr unter https://hamburg.de/energielotsen

Hinweis: Die telefonischen Langberatungen der Bundesförderung für Energieberatung der Verbraucherzentralen werden vom Bundesministerium für Wirtschaft gefördert.

Bitte beachten Sie, dass die Meldung den Stand der Dinge zum Zeitpunkt ihrer Veröffentlichung wiedergibt.

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

https://www.vzhh.de/presse/den-energieverbrauch-im-homeoffice-senken