

Energieberatung

Stromkosten im Homeoffice?

Die Energieberatung der Verbraucherzentrale gibt Tipps um im Home-Office Strom zu sparen

(verbraucherzentrale / 15.5.2020) Derzeit arbeiten viele Beschäftigte im Homeoffice. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt e.V. hat sich der Frage nach den damit verbundenen Stromkosten angenommen und klärt auf.

Computer: Beim Computer beeinflussen 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 Leistungsfähigkeit führt auch bei Textverarbeitung, Tabellenkalkulation und Surfen im Internet zu höherem Verbrauch. Im Vergleich zu einem niedriger ausgestatteten Desktop-PC ist der Stromverbrauch bei hoch gerüsteten Gamer-PCs 70 Prozent höher. 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.

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 WLAN-Repeater. WLAN-Repeater erweitern die Reichweite des Funknetzes und kommen deshalb oft in großen Wohnungen oder Häusern zum Einsatz.

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

Beim Kauf dieser Elektrogeräte sollte auf das Umweltzeichen „Blauer Engel“ geachtet werden.

Unabhängige Beratung der Energieberatung der Verbraucherzentrale

Individuelle Stromspartipps gibt die Energieberatung der Verbraucherzentrale. Sie berät individuell und anbieterneutral. Informationen gibt es auf

www.verbraucherzentrale-sachsen-anhalt.de.

Derzeit beraten unsere Energieberater auch telefonisch für Arendsee und Umgebung unter 03901 3059801.

Pressestelle:
Tel. (0345) 2 98 03 27
Fax (0345) 2 98 03 26
medien@vzsa.de
www.verbraucherzentrale-sachsen-anhalt.de



verbraucherzentrale

Sachsen-Anhalt

Für weitere Informationen:

- Martina Angelus,
Tel. (0345) 2 98 03-38, angelus@vzsa.de

Hinweis an die Redaktionen:

Oben genannte Rufnummer / E-Mail-Adressen bitte nicht veröffentlichen. Diese Presseinformation ist innerhalb von drei Wochen, gerechnet ab Ausgabedatum, zu verwenden. Bei Nachdruck bitten wir um ein Belegexemplar. Bei Veröffentlichung einer Servicrufnummer der Verbraucherzentrale muss immer das Entgelt angegeben werden: z.B. (0900) 1 77 57 70 für 1,00 Euro/Min. aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunkpreise abweichend.

presseinfo presseinfo presseinfo

Pressestelle:
Tel. (0345) 2 98 03 27
Fax (0345) 2 98 03 26
medien@vzsa.de
www.verbraucherzentrale-sachsen-anhalt.de

Verbraucherzentrale
Sachsen-Anhalt e.V.