

## Tipps für Praxis und Haushalt

# Wie Sie Stromfressern auf die Spur kommen

**Egal ob in der Praxis oder im privaten Bereich: Angesichts ständig steigender Energiepreise lohnt es sich mittlerweile, auf die Stromkosten zu achten. Wer z. B. neue IT-Geräte anschafft, dabei veraltete Technik durch energieeffiziente ersetzt und mit energiesparenden Maßnahmen ergänzt, kann bis zu 75% der Stromkosten einsparen, verspricht die Deutsche Energie-Agentur GmbH (dena). Nur wenige Punkte sind dabei zu beachten.**

— Steht die Anschaffung neuer Bürogeräte auf der Tagesordnung, rät die dena, genau zu überlegen, welche Ausstattung und Leistung tatsächlich benötigt wird, denn überdimensionierte Geräte bedeuten eben auch unnötige Stromkosten. Für gängige Office-Anwendungen ist beispielsweise kein stromintensiver High-End-PC nötig. Zudem kann sich der Stromverbrauch zum Beispiel bei Praxiscomputern mit vergleichbarer Ausstattung und Leistung um 50% oder mehr unterscheiden. Jedenfalls lohnt es sich, vor der Anschaffung den Stromverbrauch zu kontrollieren.

### Ein Gerät ist oft besser als vier

In den meisten Fällen können die Funktionen einzelner Geräte wie Ko-

pierer, Drucker, Scanner und Fax in einem Multifunktionsgerät zusammengefasst werden, um den Stand-by-Stromverbrauch mehrerer Einzelgeräte zu vermeiden. Derartige Geräte verursachen laut dena den größten Teil der Stromkosten während der Betriebsbereitschaft.

### Die Geräte optimal einstellen und richtig ausschalten

Einen großen Einfluss auf die energieeffiziente Nutzung der Geräte im Praxisalltag hat die bedarfsgerechte Konfiguration der Energiespareinstellungen. Die einfachste Sparmaßnahme ist laut dena, den Bildschirmschoner zu deaktivieren und stattdessen den Energiesparmodus des Monitors zu verwenden.

Die meisten Geräte verbrauchen noch Strom, wenn sie scheinbar ausgeschaltet sind, da sie nicht vollständig vom Netz abgetrennt werden. Mit einer abschaltbaren Steckdosenleiste lassen sich diese unnötigen Energiekosten vermeiden.

### Welche Geräte sind am sparsamsten?

Eine Liste energieeffizienter Bürogeräte finden Ärzte in der Datenbank „Office-TopTen“ ([www.office-topten.de](http://www.office-topten.de)). Hier finden Interessierte auch weitere Tipps zum Stromsparen in Büro und Haushalt. Mittlerweile gibt es externe Berater, die Praxis oder Privathaushalt vor Ort auf energiesparende Maßnahmen durchchecken. Adressen von Energieberatern sind unter [www.energieberatung-regional.de](http://www.energieberatung-regional.de) oder bei den Stromanbietern zu finden.

Auch im privaten Bereich lässt sich viel Energie einsparen. Die Empfehlung, insbesondere Ladegeräte nach dem Aufladen auszustecken oder für andere Stromverbraucher konsequent abschaltbare Steckdosenleisten zu benutzen, gilt natürlich nicht nur für die Praxis, sondern genauso für zu Hause.

### Energieeffizienz auch im Haushalt

Wer sich etwa einen Fernseher oder einen Beamer, einen DVD-Rekorder, eine Waschmaschine, einen Kühlschrank oder Ähnliches neu anschaffen möchte, sollte zuvor einen Blick auf die Internetadresse <http://www.test.de/themen/umwelt-energie/spargeraete/> werfen. Hier hat die Stiftung Warentest Anschaffungskosten und Stromverbrauch sowie Qualitätsurteile zu den Geräten unterschiedlicher Hersteller zusammengestellt. Diese Informationen können die Kaufentscheidung erleichtern helfen.

ANKE THOMAS ■

■ Quelle: Pressemitteilung dena, 11.12.2008, [www.test.de](http://www.test.de), [www.energieeffizienz-im-service.de](http://www.energieeffizienz-im-service.de), [www.energieberatung-regional.de](http://www.energieberatung-regional.de)

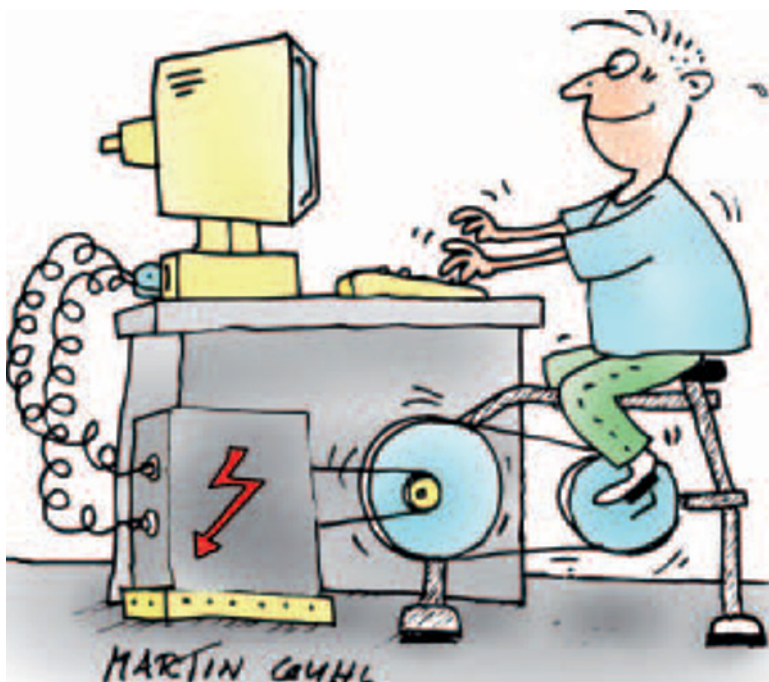


Abb.: dieKleiner/Mauritius-Images