

Strom & Heizung – Nutzerverhalten im Büroalltag

- 1) Einstellung der Thermostate → Das Thermostat regelt die Temperatur und nicht wie oft fälschlicherweise vermutet, „wie schnell“ es warm wird. In Büroräumen ist ein Raumklima von 19–22 Grad ideal (ggf. Wolldecke mitnehmen, gesünder als zu warme Raumluft oder Heizlüfter). Pro 1°C Raumtemperatur können Heizkosten um bis zu 6% gesenkt werden.
 - Ziffer 1: 12 Grad Celsius
 - Ziffer 2: 16 Grad Celsius
 - Ziffer 3: 20 Grad Celsius
 - Ziffer 4: 24 Grad Celsius
 - Ziffer 5: 28 Grad Celsius
- 2) In wenig genutzten Räumen (Druckerraum, WC etc.) und nach Dienstschluss Thermostate auf „Frostschutz“ stellen, generell sollte Heizung konstant laufen und selten reguliert werden
- 3) Stoßlüften – nicht Fenster kippen (währenddessen Thermostate geschlossen halten z.B. durch Abdecken oder Runterdrehen), Fenster auch im WC wieder schließen
- 4) Türen geschlossen halten, Rollläden herunterlassen (Wärme halten)
- 5) Nichts vor die Heizkörper stellen
- 6) PC, Monitore, Maus, Drucker und andere elektrische Geräte (z.B. in den Teeküchen) bei längerer Nichtnutzung ausschalten oder sofern möglich ausstecken – nicht auf Standby
- 7) Im PC Betrieb Energiesparmodus nutzen und Bildschirmhelligkeit reduzieren
- 8) Geschirrspüler in den Teeküchen erst anschalten, sobald dieser voll ist (alternativ die „halb-voll“ Funktion nutzen um Warmwasser zu sparen)
- 9) Licht ausschalten, wenn nicht benötigt
- 10) Treppe nutzen statt Aufzug
- 11) E-Mail-Postfächer aussortieren und unnötige Dateien löschen (Serverleistung = Stromverbrauch)
- 12) Abwägung Präsenztreffen oder Videokonferenz (je nach Infektionsgeschehen)
 - Bei geringen oder keinen Anfahrtswegen: Präsenztreffen
 - Bei Anfahrtswegen, die nicht per Rad/Öffis zurückgelegt werden: Videokonferenz
 - Videokonferenzen besser ohne „Video“
- 13) Nur Ausdrucken was unbedingt nötig ist, beidseitig drucken