

# Bildschirmhelligkeit anpassen

---

*Von Len Wirtz*

8. Dezember 2022, 12:23

Haben Sie schon einmal überlegt, die Bildschirmhelligkeit an Ihrem Computer anzupassen? Bei normalen Büroarbeitsplätzen reicht eine Bildschirmhelligkeit von ca. 70% aus, ohne dass dies zu spürbaren ergonomischen Nachteilen führt. Wenn Sie die Helligkeit den Lichtverhältnissen anpassen, können Sie über die Hälfte des Stroms sparen.

Und: Nach der Arbeit abschalten nicht vergessen – sonst verbleibt der Monitor im Standby und verbraucht weiter Strom, wenn auch ohne Beleuchtung.