



Stiftung Warentest

Unabhängig. Objektiv. Unbestechlich.

Testsieger schenken

Qualität zum Fest

Für Technikfans, Wintersportler,
Gesundheitsbewusste
und Genießer

Das Beste finden

Kaffeevollautomaten 61

Küchenmaschinen 54

Smartphones 28

Smartwatches 36

Tablets 42

Schokolade 10

Autokindersitze 74

Skihelme 68

E-Zahnbürsten 18

Tageslichtlampen 88

Licht gegen
Winterdepression
5 von 19
Tageslichtlampen
sind gut

Seite 88



Stiftung Warentest im Vorteils-Abo lesen



Gratis

Jahrbuch für 2026 +
Archiv-CD-Rom 2025²⁾

9 Hefte für
nur 35,00 €¹⁾



Dankeschön
Notizbuch



Jetzt Stiftung Warentest
im Vorteils-Abo bestellen
und außerdem eins von
zehn iPads Air gewinnen.*

Gleich Bestellkarte rechts ausfüllen oder anrufen:

030/346465082

Montag bis Freitag: 8:00–19:00 Uhr
Bitte bei Ihrer Bestellung Aktions-Nr. **2183905** angeben.

Oder noch schneller online:

test.de/archiv12-sw

Angebot gültig bis 29.01.2026

1) Angebotsdetails:

Die Lieferung beginnt nach Eingang Ihrer Zahlung mit der nächstverfügbarer Ausgabe. Sofern Sie innerhalb von 2 Wochen nach Erhalt des 9. Heftes nicht abbestellen, erhalten Sie die Zeitschrift Stiftung Warentest Monat für Monat gegen Rechnung für insgesamt 42,60 € halbjährlich (entspricht monatlich 7,10 €); Ausland: 43,80 €; CH: 50,20 sFr. Der Bezug ist dann jederzeit kündbar. Bei Vorliegen Ihrer E-Mail-Adresse erhalten Sie die Rechnung per E-Mail. Preise inkl. Versandkosten (innerhalb Deutschlands) und MwSt. Bei Auslandsbestellungen zzgl. Versandkosten pro Ausgabe; für A: 0,60 €; CH: 1,20 sFr.; restl. Ausland: 2,00 €. Abonnenten in der Schweiz erhalten eine Rechnung in sFr. Es gilt das gesetzliche Mängelhaftungsrecht. Alle Informationen zu Ihrem Widerrufsrecht und zum Datenschutz finden Sie im Heft auf Seite 96. Dies ist ein Angebot der Stiftung Warentest, Vorständin Julia Böniß, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin. Beschwerden richten Sie bitte an Stiftung Warentest, Kundenservice, 20080 Hamburg, Tel.: 030/3 46 46 50 80, Fax: 040/37845567, E-Mail: abonnement@warentest.de.

2) Versand: Die Archiv-CD und das Jahrbuch werden nach Erscheinen Ende Dezember versendet zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

*** Informationen zum Gewinnspiel | Apple iPad Air 11 2024 (M2), 128 GB:**

Mit der Bestellung nehmen Sie automatisch am Gewinnspiel teil. Veranstalter ist die Stiftung Warentest. Einsendeschluss ist der 31.12.2025. Die Gewinner werden unter allen eingegangenen Einsendungen aus Werbeaktionen im Jahr 2025 durch das Losverfahren ermittelt und im Januar 2026 schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitmachen darf jeder ab 18 Jahren mit Ausnahme von Mitarbeitern der Stiftung Warentest und von Angehörigen der Mitarbeiter.



„Hersteller, die Sicherheitsstandards einhalten, müssen Auflagen erfüllen – und das macht die Produktion teurer.“

Verbraucherschutz ist nicht selbstverständlich. Das hat mir rechtzeitig vor den Weihnachtseinkäufen ein ganz spezieller Test vor Augen geführt: Gemeinsam mit dänischen und belgischen Verbraucherorganisationen ist auch die Stiftung Warentest shoppen gegangen. Objekte der Begeierde: Kinderspielzeug, Schmuck und USB-Ladegeräte, erstanden bei Händlern auf den Online-Marktplätzen Temu und Shein.

Wir wollten wissen: Wie sicher sind die eingekauften Schnäppchen und wie sieht es mit Schadstoffen aus? Das Ergebnis unserer Laboranalysen hat mich erschreckt: 110 der insgesamt 162 Produkte erfüllen die EU-Standards an Produktsicherheit nicht. Rund ein Viertel schätzen unsere Tester sogar als potenziell gefährlich ein.

Online-Shopping ist praktisch, zugegeben. Glücklich macht es dagegen nicht immer, wie ein aktueller Report des Verbraucherzentrale Bundesverbandes (vzbv) offenbart: 65 Prozent der Befragten fühlen sich nicht gut vor irreführender Werbung und versteckten Kosten geschützt, knapp die Hälfte berichtet von Problemen mit der Produktqualität. „Online-Marktplätze dürfen sich nicht aus der Verantwortung stehlen können“, fordert vzbv-Vorständin Ramona Pop.

Lesen Sie auf Seite 48, wie Shein und Temu auf unsere Einkäufe reagierten (denn das haben sie tatsächlich!). Und denken Sie bei Ihrer nächsten Schnäppchenjagd daran: Hersteller, die Sicherheitsstandards einhalten, müssen bestimmte Auflagen erfüllen – und das macht Entwicklung und Herstellung von Produkten eben bisweilen teurer.

Unsere Tests helfen Ihnen, die echten Schnäppchen zu finden – ob im Geschäft oder im Internet: von der Smartwatch (S. 36) bis zum Snowboardhelm (S. 68). Auch für den schmalen Geldbeutel gibt es sichere, langlebige und unbelastete Geschenke – versprochen!

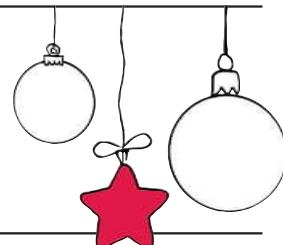
Ihre

A handwritten signature in blue ink that reads "Isabella Eigner".

Isabella Eigner
Chefredakteurin Stiftung Warentest

Geschenktipps für Ihre Lieben

Von Airfryer bis Gesichtscreme, von Streaming-Stick bis Nackenkissen: Wir haben auf den Seiten 8, 26 und 52 jeweils eine bunte Auswahl empfehlenswerter Produkte aus den Tests 2025 für Sie zusammengestellt. Damit Sie gar nicht erst in Weihnachtsstress kommen ...



Inhalt

Ernährung und Kosmetik

in Kürze 8

- Geschenktipps: Diese Cremes machen sich gut unterm Christbaum
- Weihnachtsgans: Worauf Sie beim Tierwohl achten können
- Dörrobst im Schadstoff-Check

Test Milchschokolade 10

Schoko schenken? Drei Tafeln schmecken sehr gut, andere enttäuschen. In einer fanden wir Salmonellen

 **Kakaoanbau** 17

Wie glaubwürdig sind die Nachhaltigkeitsversprechen der Schoko-Anbieter?

Test Elektrische Zahnbürsten 18

Gute Modelle gibts schon ab 20 Euro. Plus: U-Bürsten sollen das Putzen erleichtern, bei uns fallen sie durch

Test Trinkmahlzeiten 24

Besser als Junk-Food, aber nicht für alle empfehlenswert

Multimedia

in Kürze 26

- Laptop, Streaming-Stick, Kopfhörer: Gadgets für den Gabentisch
- So erkennen Sie Fake-Shops
- Smarte Steckdosen im Test

Test Smartphones 28

Das iPhone 17 bleibt hinter dem Vorgänger zurück. Auch in der Android-Welt lohnt der Blick auf ältere Modelle

Test Smartwatches 36

Die besten des Jahres und die neuesten Modelle: Unser Preistipp ist mit Gut bewertet und kostet nur 77 Euro

Test Tablets 42

Viele sind gut und die Preisunterschiede riesig



10

Schokolade

Schleifchen drum: Die besten Tafeln aus unserem Test machen sich auch gut auf dem Gabentisch.



© Stiftung Warentest, 2025
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



54

Küchenmaschinen



61 Kaffeevoll- automaten



88 Tageslichtlampen



18 Elektrische Zahnbürsten



68 Skihelme

Test Online-Shopping
bei Temu und Shein 48
Unsicheres Spielzeug, giftige Schwermetalle in Schmuck: 110 von 162 Produkten halten EU-Standards nicht ein

Haushalt und Garten

in Kürze 52
 • AAA-Batterien im Test
 • Wie Sie mit einem Weißanstrich jetzt junge Bäume schützen
 • Besser bohren, frittieren, schlafen: Geschenktipps für den Haushalt

Test Küchenmaschinen
ohne Kochfunktion 54
Bosch knetet sich an die Spitze, bei Kenwood heißt es aufpassen

Test Thermomix TM7 60
Was taugt das neue Modell aus dem Hause Vorwerk? Erste Ergebnisse und bewährte Alternativen

Test Kaffeevollautomaten 61
Nur vier Geräte überzeugen mit gutem Kaffee und guter Handhabung

Freizeit und Verkehr

in Kürze 66
 • Im Test: Longtail-Bikes mit E-Antrieb
 • In Bewegung bleiben: Unsere Ideen für den Gabentisch
 • Erstickungsgefahr: Warnung vor Fake-Labubus



Nachhaltig leben

Blatt entdeckt? Texte mit diesem Symbol helfen Ihnen, nachhaltig(er) zu leben.

Test Ski- und Snowboardhelme 68
Alle bestehen die Sturzprüfungen. Aber nicht jeder passt auf jeden Kopf

Test Autokindersitze 74
Gute Produkte für jede Altersklasse

Geld und Recht

in Kürze 76
 • Vom Chef gedemüigt: Angestellte erhält 68 000 Euro Entschädigung
 • Pauschalreise: Wann Sie stornieren und Schadenersatz fordern dürfen
 • Vorsicht, neue Masche: Phishing auf Secondhand-Portalen

Mieterhöhung 80
Was Vermieter dürfen und wie Mieter am besten reagieren

Kolumne Sosalla sagt 84
Online-Shopping: Diese drei Dinge sollten Sie stutzig machen

Gesundheit

in Kürze 86
 • Alles ein bisschen viel? Wir zeigen Wege aus der mentalen Überlastung
 • Die besten Therapien bei Migräne

Test Tageslichtlampen 88
Fünf überzeugen, eine fällt durch. Plus: Was Tageslichtbrillen taugen

Winterdepression 94
Woher sie kommt und was dagegen helfen kann – auch vorbeugend

Rubriken

Editorial	3
Echo	6
Schnell informiert auf test.de	35
Themen 12/24–11/25	96
Impressum	97
Testsache	98



Wie gefällt Ihnen unser Magazin?

Ihre Meinung interessiert uns.

Kritik, Lob, Anregungen

oder Ergänzungen können Sie uns per Post senden oder mailen.

Per Mail

Leserservice@stiftung-warentest.de

Per Post

Stiftung Warentest
Postfach 30 41 41
10724 Berlin

Die Beiträge im Echo geben die Meinungen der Leserinnen und Leser wieder, nicht die der Redaktion. Damit möglichst viele Menschen zu Wort kommen können, behalten wir uns Kürzungen vor.

Im Netz



test.de: www.test.de

Facebook:

facebook.com/stiftungwarentest

Instagram:

@stiftungwarentest

@stiftungwarentest-finanzen

X: @warentest

Youtube: youtube.com/stiftungwarentest

Tiktok: tiktok.com/@stiftungwarentest

Hustenmittel helfen nur mäßig

Interview „Drei bis vier Wochen sind normal“

Husten dauert länger als viele denken – geht aber in der Regel von allein weg, berichtet die Fachärztin Dr. Sabine Gehrké-Beck.

Wie oft kommen Menschen wegen Husten zum Hausarzt? Bei einer Erkältung kommt am häufigsten hustendes Kind, weil es eine Krankenschleuder braucht. Aber Husten kann auch bei Erwachsenen längstens erholt. Dafür fragen Patienten nach: „Wie lange kann ich noch gegen den Husten tun?“

Und, braucht es bei normalem Husten ein Mittel? „Nein“, sagt Dr. Gehrké-Beck. Sie gibt nichts. Husten ist in der Regel nicht behandlungsbedürftig. „Es ist eine Reaktion, das stellt die arztfreie Leidlinie ganz sicher.“ Nur wenn es zu einer gravierenden Verschärfung bringt, allenfalls bei Kindern, kann es sinnvoll sein. Das Wichtigste ist Ruhe – und Geduld. Viele Patienten erwarten, dass der Husten sofort verschwindet. „Das kann nicht mal und eher drei bis vier Wochen, bei Kindern länger“, sagt Dr. Gehrké-Beck.

Viele Betroffene möchten aber irgendwas tun gegen den Husten.

Unser Rat

Bei Husten brauchen Sie kein Mittel aus der Apotheke oder Drogerie. Nur für Kinder unter drei Jahren ist eine solche Wirkung nachgewiesen, und diese ist auch nicht sehr stark. Eine Behandlung, die in der Medizin als Reiztherapie verstanden wird, kann die Hustenreaktion lindern. Zuckerkneife Lutschbonbons, Süßigkeiten, Honig, Salbei, Zimt, Ingwer, Fleisch. Den Rachen feucht zu halten, hilft dem Körper, den Husten selbst zu stoppen.

Aber wenn ich nichts wegen Husten nicht schlafen kann?

„Dann kann ich Ihnen eine Kombination mit Honig oder nur Honig, von synthetischen Hustenlösern abraten. Einige synthetische Hustenlöser beginnen mit einem zuckerhaltigen Sirup, nehmen diese einzugehen leicht nach, da Husten meist von offenheit.“

Dr. Sabine Gehrké-Beck ist Fachärztin am Institut für Allgemeinmedizin der Charité in Berlin und Mitglied des Deutschen Arztesammels, einer Gruppe von Ärzten und chronischer Husten“.

www.warentest.de

11/2025 Stiftung Warentest 91

Hustenmittel, 11/25

Warum keine Kombipräparate?

Unser Test zeigte, dass viele Hustenmittel nur begrenzt wirksam sind. Das löste zahlreiche Zuschriften aus.

Hustensaft – ob angebliche „Stiller“ oder „Löser“ – haben keinen belegten therapeutischen Nutzen. Husten ist keine Krankheit, sondern eine physiologisch sinnvolle Reaktion des Körpers. Durch Sekretbildung werden Erreger gebunden und ausgeschieden. Ich verstehe den Wunsch vieler Eltern, aktiv etwas zu tun, und halte Maßnahmen wie ausreichende Flüssigkeitszufuhr für nachvollziehbar.

**Dr. Özgür Dogan, Stuttgart,
Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin**

Ich hatte mal einen starken Reizhusten, der mir nächtelang den Schlaf raubte. Ein Hustenstillier aus der Apotheke hat den Reiz deutlich gelindert, sodass ich wieder schlafen konnte. Dieses Ergebnis floss natürlich nicht in eine Studie ein. Ich gebe Ihnen recht, dass die Werbung für solche Mittel Wunder verspricht, die man nicht wirklich erwarten darf. Aber ist ein Mittel wirkungslos, nur weil es zu wenige oder zu schlechte Studien gibt?

AHahne auf test.de

Freunde von mir schwören auf die Wirksamkeit von Wick-Erkältungssäften und -pillen. Hat es einen besonderen Grund, dass die nicht dabei waren?

Udo Hartung, Münster

Antwort der Redaktion: Ihre Frage bezieht sich vermutlich auf die Kombinationspräparate der Marke Wick, die mehrere Erkältungssymptome gleichzeitig behandeln sollen. Die Arzneimittelexperten der Stiftung Warentest raten dazu, jedes Symptom einzeln zu behandeln. Schließlich treten Halsweh, Schnupfen, Husten und andere Symptome oft hintereinander und in verschiedener Intensität auf. Nicht jeder Wirkstoff eines Kombi-Mittels ist in jeder Erkältungsphase notwendig, sie strapazieren den Körper oft unnötig. Die Kombination verschiedener Wirkstoffe im selben Medikament geht zudem mit einem erhöhten Risiko von Nebenwirkungen einher. Aus diesem Grund haben wir uns dafür entschieden, im Test Hustenmittel keine Kombi-Präparate zu berücksichtigen.

Labubus, 11/25

Vorsicht: Fakes!

Das Problem: Es gibt praktisch keine Labubus zu kaufen, außer man geht in das Berliner Geschäft vom Hersteller Popmart. Selbst im Online-Store von Popmart ist seit Ewigkeiten keine einzige Puppe lieferbar. Was man findet: Fälschungen meist von schlechter Qualität. Als Fan muss man horrende Preise an Wiederverkäufer zahlen, um ein Original zu bekommen.

Clemens Hauck, Landshut

Generalüberholte Laptops, 9/25

Update-Zeit prüfen

Nicht jeder Prozessor ist für Windows 11 geeignet und von Microsoft zugelassen. Es werden nämlich auch refurbished Notebooks mit Windows 11 verkauft, bei denen diese Sperren umgangen worden sind. Das funktioniert zwar zunächst, aber man weiß nicht, wie lange – und wie es mit den Updates in Zukunft aussieht. Daher sollte man vor einem Kauf immer erst nachsehen, ob der Prozessor auf der Kompatibilitätsliste von Microsoft für Windows 11 steht.

Gerhard Lauzi, Rüsselsheim

Waschmaschinen, 11/25

Nicht nachmachen

Auf dem Titelbild wird ein Hase gezeigt, der in die Waschmaschine klettert. Kinder könnten es nachmachen und somit ist das Foto total falsch gewählt.

Th. Stump

Antwort der Redaktion: Wir halten jeden Unglücksfall im Haushalt für einen zu viel, schätzen aber das Risiko als äußerst gering ein, dass wegen unseres Titelmotivs ein Kind zu Schaden kommt.

Ich bin Abonnentin seit 40 Jahren und endlich erlebe ich, dass etwas Humor auf Ihrer Titelseite Platz findet, so wie der Plüschtier, der in die Waschmaschine steigt. Sehr schön!

Sonja Hamann-Klein, Bad Bramstedt

Wärmepumpen, 10/25

Zu hoher Strompreis

Sie behaupten, die Mehrkosten einer Wärmepumpe gegenüber einer Gasheizung seien „nach 10 bis 15 Jahren wieder drin“. Das ist falsch. An meinem Wohnort Hamburg beträgt der aktuelle Gaspreis mehrerer Anbieter rund 9 Cent je Kilowattstunden, der

Preis für Wärmepumpenstrom rund 27. In Ihr Resümee hätte der Hinweis gehört, dass eine Wärmepumpenheizung nicht wirtschaftlich ist, solange die Stromkosten so hoch sind wie zurzeit. Der Umstieg auf eine Wärmepumpe ist – wenn überhaupt – nur ökologisch zu rechtfertigen.

Peter Troglauer, Hamburg

Antwort der Redaktion: Wir hatten mit Strompreisen verschiedener Orte kalkuliert – Hamburg gehörte leider nicht dazu. Liegen dort die Wärmepumpentarife preislich so viel höher, ist die Rentabilität schlechter.

Sexspielzeug, 11/25

Erschreckendes Ergebnis

Die Produkte werden hunderttausendfach verwendet. Es ist außerordentlich erschreckend, dass viele Produkte nicht dem heutigen Standard hinsichtlich Sicherheit entsprechen und leider auch noch oft gesundheitsgefährdende Schadstoffe beinhalten. Indirekte Datenerhebungen via Nutzung der entsprechenden Apps gehen überhaupt nicht. Gut, dass Stiftung Warentest diesen Produkten diese wichtige Aufmerksamkeit geschenkt hat.

Thomas Korbach, Kassel

Große Verpackungen mit wenig Inhalt



Kölln Hafer-Müsli Banana Bread Style

Die Tüte in der Packung war nur halb voll. Irgendwann muss ich wohl mein eigenes Müsli mitbringen, wenn ich noch etwas essen möchte.

Daniel Bläser, Elmshorn

Antwort der Redaktion: Kölln erklärte uns, das Müsli werde durch den Transport verdichtet. Schwere Bestandteile wie Datteln verstärken diesen Effekt. Enttäuschungen nicht ausgeschlossen.



Thermacare Wärmeumschläge

Diese Mogelpackung ist mir negativ ins Auge gefallen.

Margret Korn, Trierweiler

Antwort der Redaktion: Brauchen zwei Pflaster so viel Verpackung? Auf unsere Nachfrage begründete der Anbieter die Verpackungsgröße mit produktionstechnischen Anforderungen.



Weihnachtsbraten

Wissen, woher die Gans kommt

Der Kauf einer Weihnachtsgans wird dieses Jahr wohl noch anspruchsvoller als bisher. Wer Wert aufs Tierwohl legt, sollte zuverlässige Hinweise kennen.

Viele Menschen, die zu Weihnachten einen Gänsebraten auf den Tisch bringen möchten, achten darauf, ein Tier aus artgerechter Haltung zu kaufen. Infolge der Vogelgrippe (siehe S. 86) dürfte die Auswahl in diesem Jahr kleiner werden. Die Deutsche Geflügelwirtschaft rechnet dennoch mit Preisen wie im Vorjahr: für Frischware pro Kilo circa 20 Euro, für Tiefkühlware 15. Tiefkühl-Gänse aus Polen oder Ungarn gibt es schon ab 7 Euro pro Kilo. Das gehe aber zu Lasten des Tierwohls, warnt die Verbraucherzentrale und rät zur deutschen Gans.

Drei Stufen der Freilandhaltung. Wer beim Bauern vor Ort kauft, kann sich zuvor von der artgerechten Gänsehaltung überzeugen: Bekommen die Tiere Getreide statt Kraftfutter? Haben sie viel Platz im Stall, Auslauf im Freien, einen Badeteich? Beim Online-Einkauf oder im Supermarkt empfehlen sich Produkte mit EU-Bio-Siegel und Siegeln der Bio-Anbauverbände. Gute Hinweise liefern auch die EU-weit geschützten

Kennzeichnungen zur Freilandhaltung in drei Abstufungen: Bei „Freilandhaltung“ darf die Gans ihr halbes Leben tags auf eine teils begrünte Freifläche, hat dort vier Quadratmeter zur Verfügung und ihr Futter besteht zu 70 Prozent aus Getreide. Mehr Platz garantiert die „bäuerliche Freilandhaltung“, höchster Standard ist „bäuerliche Freilandhaltung – Unbegrenzter Auslauf“.

Tipp: Schauen Sie genau hin. Varianten wie „bäuerliche Aufzucht“ oder „tiergerechte Haltung“ sind nicht rechtsverbindlich.

Vorsicht bei der Herkunft. In Polen und Ungarn wird noch Lebendruf zur Daunengewinnung betrieben, in Frankreich und Ungarn die Zwangsmast für Stopfleber. Beides ist bei uns verboten. Manche Tiefkühlware trägt zwar Aufdrucke wie „ohne Lebendruf“ oder „ohne Zwangsmast“. Das sind aber freiwillige Hersteller-Angaben.

Tipp: Meiden Sie Frühmastgänse oder Produkte aus Junggänsemast. Sie werden mit Kraftfutter turboschnell hochgezüchtet.

36

Prozent der Menschen in Deutschland planen, Weihnachten Würstchen mit Kartoffelsalat zu essen – Platz 1 unter den deftigen Gerichten.

Quelle: Statista-Umfrage, 2024

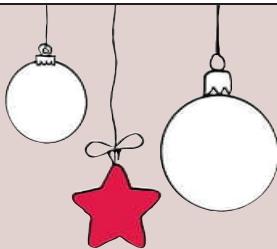
Trockenfrüchte

Gekauftes Dörrobst besser umfüllen

Trockenfrüchte aus dem Handel sind nur selten mit Schädlingen oder Schimmel belastet. Das haben Tests des Niedersächsischen Landesamts für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit ergeben. Von rund 120 Proben waren nur vier auffällig. Damit auch zu Hause der Genuss ungetrübt bleibt, sollten angebrochene Rosinen, Datteln, Aprikosen und andere Trockenfrüchte in dicht schließenden Gefäßen wie Einmachgläsern aufbewahrt werden. Die Originaltüten schließen meist nicht wieder luftdicht.



Geschenktipps



Handcremes

Aus dem Test ist die gute **Kneipp Intensiv Handcreme Reichhaltige Pflege** (3,29 Euro je 75 Milliliter) die beste laut Anbieter noch unverändert lieferbare Creme. Beste zertifizierte Naturkosmetik und ebenfalls gut: die **Sante Naturkosmetik Intensive Repair Handcreme** (3,19 Euro je 75 Milliliter) und die **Weleda Intensiv Handcreme Granatapfel** (6,95 Euro je 50 Milliliter).



BB-Creams

Sie bringen blasser Winterhaut einen natürlichen Glow, spenden Feuchtigkeit und sind laut den Anbietern weiter unverändert im Handel. Testsieger sind die guten **Müller CV Cadea Vera BB Tagescreme** (2,49 Euro je 50 Milliliter) und **Nivea 5 in 1 Tagespflege BB** (8,99 Euro je 50 Milliliter). Beste Naturkosmetikcreme ist die **Sante Naturkosmetik Glow Boost Getönte BB Creme** (9,99 Euro je 30 Milliliter).



Sonnenschutzmittel fürs Gesicht

Auch bei Wintersonne unverzichtbar – diese guten Gesichtssonnencremes sind die Besten aus dem Test, die laut den Anbietern unverändert zu haben sind: **Eucerin Oil Control Face Sun Gel-Creme** (24,25 Euro je 50 Milliliter) und **Garnier Ambre Solaire Super UV Sonnenschutzfluid mit Hyaluronsäure** (12,99 Euro je 40 Milliliter).

Fliegende Haare

Mit Feuchtigkeit legt sich die Mähne

Elektrisch geladene Haare sind vor allem im Winter ein Problem. Dagegen helfen einfache Pflegetipps: Nach dem Waschen einen feuchtigkeitsspendenden Conditioner benutzen und die Haare an der Luft trocken lassen, statt sie zu föhnen. Kamm und Bürste aus Naturmaterial wie Holz oder Horn wählen, Mützen aus Baumwolle oder Wolle tragen – statt Synthetik. Unterwegs etwas Handcreme oder ein Feuchttuch in den Handflächen verreiben und sanft über die fliegenden Haare streichen.

Kartoffeln

Gute Ernte macht die Knolle preiswert

2025 wird ein Mega-Jahr für die heimische Kartoffel: Amtliche Vorhersagen gehen von einer Erntemenge von 13,4 Millionen Tonnen aus – 17 Prozent mehr als im Durchschnitt der vergangenen Jahre. Größere Anbauflächen und eine günstige Wetterlage trugen dazu bei. Das Plus lässt die Preise purzeln: Im September zahlten Verbraucher für Speisekartoffeln rund 14 Prozent weniger als im Vorjahresmonat.

Tipp: Achten Sie fürs perfekte Weihnachtessen auf die Sorte: Festkochende wie Linda oder Sieglinde machen bissfesten Kartoffelsalat. Vorwiegend festkochende wie Marabel oder Granola eignen sich für Salz- und Pellkartoffeln. Top für Klöße sind mehlig-kochende wie Adretta oder Afra.

Drei zum Dahinschmelzen

Milchschokolade Im Test sind Tafeln, die so gut schmecken, dass sie als Geschenk taugen. Andere enttäuschen eher. Vor einer warnen wir – wegen Salmonellen.





21

**Prozent: Um so viel
teurer wurde
Schokolade in
Deutschland von
August 2024
bis August 2025.**

Quelle: Statistisches Bundesamt

Deutlich nach Kakao, milchig-sahlig und süß: So schmeckt typische Milchschorolade. Oft ist sie leicht cremig und zergeht auf der Zunge. Von den durchschnittlich elf Tafeln Schokolade, die sich jeder Mensch in Deutschland im Jahr 2024 gönnte, waren sieben Tafeln Milchschorolade – zu der auch Vollmilch und Edel-Vollmilch zählen.

Je nach Rohstoffen, Rezeptur und Verarbeitung unterscheiden sie sich in der Qualität. Das offenbart dieser Test, für den wir 22 Tafeln mit überwiegend hochwertiger Aufmachung prüften – darunter auch zwei vegane Produkte. Mehr als jede zweite Tafel zeigte sich von ihrer Schokoladenseite und erreicht das Gesamurteil Gut.

Aromatisch und facettenreich

Die drei Testsieger überzeugen besonders, weil sie zu den wenigen Produkten zählen, die aromatisch schmecken. Die Edel-Voll-

milch-Schorolade von Lauenstein Confiserie bietet zusätzliche Facetten wie eine leicht fruchtige Note, die von Rewe Bio hat noch leicht röstige Nuancen. In die würzig-malzige Richtung geht die Gourmet-Schorolade Valrhona aus Frankreich. Mit 10 Euro pro 100 Gramm ist sie die teuerste im Test.

Fade schmeckende Käfer-Schorolade

Doch nicht jede teure Schokolade macht glücklich. Ausgerechnet zwei Tafeln, die

fast sieben und acht Euro pro 100 Gramm kosten, sind nur ausreichend: Die Edel-Vollmilch von Feinkost Käfer schmeckte fade und leicht fettig. Zudem ist bei ihr – wie auch bei der Worry free der finnischen Marke Dammenberg – auf die Angabe der Vanillezutat im Zutatenverzeichnis kein Verlass. Statt Vanille fanden wir Ersatzstoffe.

Tipp: Vergleichen Sie unbedingt den Preis je Kilogramm. Auf Seite 12 steht, warum.

Salmonellen in veganer Tafel

Ein Produkt im Test birgt gar ein Gesundheitsrisiko und rasselt deswegen mit Mangelhaft durch: Die vegane iChoc Planty Classic war mit Salmonellen belastet. Das stellten wir bereits im Juli 2025 fest. Sofort warnten wir auf test.de davor, das Produkt der betroffenen Charge mit dem Mindesthaltbarkeitsdatum 7/26 zu essen. Parallel informierten wir den Anbieter. Der rief die Tafeln direkt aus dem Handel zurück.

Bei Schokolade reichen schon wenige Salmonellen, um ernste Infektionen zu verursachen. Eingehüllt im reichlich vorhandenen Fett gelangen die Keime gut geschützt durch den Magen und deshalb meist lebend in den Darm. Sensible Menschen wie Kinder und Immungeschwächte sind besonders gefährdet.

Keine Schadstoff-Ausreißer

Ansonsten waren Keime aber kein Thema in unserem Test – ebenso wenig Schadstoffe wie Cadmium, Pestizide oder Mineralölbestandteile. Letztere kritisierten wir in Schokolade erstmals in unserem Test von Adventskalendern 2012. Seither hat sich zum Glück viel verbessert. Die Branche hat mögliche Eintragsquellen identifiziert – zum Beispiel Jutesäcke für Kakaobohnen und Altpapierverpackungen – und wirk- →



**Sieger-Trio. Die
drei Besten sind
zudem sehr gut
im Geschmack.**

Unser Rat

Testsieger: Drei Produkte stehen an der Spitze und sind sensorisch sehr gut – Edel-Vollmilch von Lauenstein Confiserie für 7,44 Euro pro 100 Gramm, Edel-Vollmilch von Rewe Bio für 2,19 Euro und Jivara von Valrhona für 10 Euro.

Preistipp: Am günstigsten unter den Guten ist die Gold Schatz von Ritter Sport für 1,80 Euro pro 100 Gramm.

Umwelttipp: Bevorzugen Sie Schokolade, die nicht übermäßig verpackt ist – am besten in leichter Kunststofffolie.

same Gegenmaßnahmen getroffen. Erfreuliche Ergebnisse lieferte auch unsere Analyse auf Kakao und Milchbestandteile: Alle Produkte im Test enthalten die vorgeschriebenen Mindestmengen und tragen damit zurecht ihre jeweilige Bezeichnung als Milchschokolade, Vollmilch- oder Edel-Vollmilchschokolade (siehe Kasten S. 14).

Viel Kakao heißt nicht automatisch Top-Geschmack. Unter den Tafeln mit Kakaoanteilen ab 40 Prozent finden sich zwar einige Leckerbissen, aber auch weniger überzeugende. Umgekehrt schmeckt die Tony's Chocolonely sehr gut, obwohl sie laut Verpackung nur 32 Prozent Kakao enthält.

Kakao-Wirrwarr bei Milka Darkmilk

Auf der Darkmilk mit Alpenmilch ist die Angabe des Kakaoanteils nicht transparent. Sie suggeriert viel Kakao: „46 Prozent min-



**Schräg. Einige Tafeln
(Beispiele links) weichen
von der klassischen Ein-
teilung in Rechtecke ab.**

destens in der dunklen Schokolade“. Doch die Prozentangabe bezieht sich nicht – wie bei massiven Tafeln üblich – auf die ganze Tafel, sondern nur auf die eingesetzte milchfreie Schokoladenmasse. Milchbestandteile bleiben in dieser Rechnung also außen vor. Unsere Analyse ergab: Der Kakaogehalt der kompletten Tafel beträgt nur 37 Prozent. Nur mit einer solchen Angabe lassen sich Kakaomengen von Milchschenkeln vergleichen. Aus unserer Sicht ist der Kakaoanteil der Darkmilk schöngerechnet, um einfache Milchschenke mit dem Qualitätshinweis „dunkle Schokolade“ zu verkaufen. Wir bewerten die Deklaration der Darkmilk nur mit Ausreichend.

Vanille verzweifelt gesucht

Schlechte Urteile für die Deklaration bekommen auch Käfer und Dammenberg,

Preisexplosion

Warum die Schoki Luxus wird

Kaum ein Lebensmittel hat sich so stark verteuert wie Schokolade. Die Gründe.

Starke Nachfrage, knappes Angebot.

Die Hauptanbauländer von Kakao, Elfenbeinküste und Ghana, verzeichneten in den letzten Jahren Missernten durch Extremwetter. Es gab also weniger Kakao auf dem Weltmarkt, die Nachfrage zog aber an. Die Folge: Der Preis für die wichtigste Zutat von Schokolade stieg an den Rohstoffbörsen enorm – laut Statistischem Bundesamt verdoppelte er sich von 2023 auf 2024. Zusätzlich können Strategien der Anbieter den Schokoladenpreis treiben: etwa, wenn sie bei Preiserhöhungen der Konkurrenz mitziehen oder die Zahlungsbereitschaft der Kundschaft ausreizen.

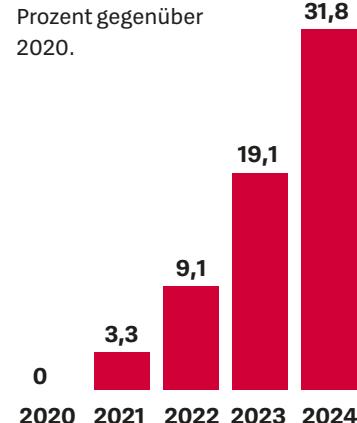
Versteckte Preiserhöhungen. Mancher Anbieter erhöht Preise versteckt und verkauft ein Produkt mit weniger Inhalt

als früher in nahezu unveränderter Packung zum gleichen Preis – ohne aufklärenden Hinweis. Die Verbraucherzentrale Hamburg verklagte deshalb 2025 den Konzern Mondelez, weil er seine Milka Alpenmilch nun als 90-Gramm-Tafel verkauft statt wie bisher als 100-Gramm-Tafel. Zwar steht das neue Gewicht auf der Vorderseite, aus Sicht der Verbraucherzentrale aber zu unauffällig. Das ist ärgerlich, aber nicht illegal. Seit 2009 dürfen Schokotafeln in der EU weniger als 100 Gramm wiegen – wie sechs Produkte im Test. Wenn Anbieter gewohnte Inhaltsmengen schrumpfen, sollten sie in der ersten Zeit danach darüber informieren.

Tipp: Achten Sie beim Einkaufen auf das Gewicht der Tafeln und vergleichen Sie die Preisangaben pro Kilogramm.

Tafelschokolade jedes Jahr teurer

Preisentwicklung in Prozent gegenüber 2020.



Quelle: Statistisches Bundesamt

So haben wir getestet

Im Test: 22 Tafeln mit Kakaogehalten von 30 bis 45 Prozent, darunter 20 Milchschokoladen und 2 vegane Varianten; 6 Produkte tragen das EU-Bio-Siegel. Wir wählten insbesondere marktbedeutende und vorrangig wertig aufgemachte Schokoladen aus. Eingekauft haben wir im Juni 2025. Die Preisabfrage bei den Anbietern erfolgte im September 2025.

Untersuchungen: Details zu Methoden unter test.de/milchschokolade.

Sensorisches Urteil: 50 %

Fünf geschulte Prüfpersonen verkosteten die Schokoladen in unterschiedlicher Reihenfolge und unter gleichen Bedingungen bei 21 Grad Celsius Produkttemperatur. Die Tafeln teilten wir in Riegel und servierten diese umgedreht, damit Marken und Prägungen nicht erkennbar waren. Die Prüfpersonen beschrieben die Produkte in Bezug auf Aussehen, Geruch, Geschmack, Nachgeschmack und Mundgefühl – auffällige und fehlerhafte Produkte mehrmals. Der erarbeitete Konsens war Basis der Bewertung.

Schadstoffe: 25 %

Wir prüften auf Cadmium, Nickel, Aluminium, Blei und Kupfer, auf das Schimmel pilzgift Ochratoxin A, polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe, Acrylamid, Pflanzenschutzmittel und Mineralöl-kohlenwasserstoffe (Mosh, mosh-ähnliche Substanzen und Moah).

Mikrobiologische Qualität: 5 %

Wir prüften jeweils auf die Gesamtkreimzahl, Krankheitserreger wie Salmonellen sowie auf Hygiene- und Verderbniskeime wie E. coli, Enterobacteriaceen, Hefen und Schimmelpilze.

Verpackung: 5 %

Drei Fachkundige testeten die Handhabung (Öffnen, Entnehmen, Wiederverschließen). Wir bewerteten den

Verpackungsaufwand und die Entsorgungshinweise. Zudem prüften wir auf Mogelpackungen.

Deklaration: 15 %

Wir beurteilten, ob die Angaben auf der Verpackung lebensmittelrechtlich vollständig und korrekt sind. Wir bewerteten zudem, ob etwa der Kakaogehalt auf der Vorderseite steht Drei Fachkundige bewerteten Leserlichkeit und Übersichtlichkeit. Bei drei Produkten, die konkrete Versprechen in Bezug auf ihr Nachhaltigkeitsengagement machten, überprüften wir die Plausibilität der Aussagen. Dafür baten wir die Anbieter um Belege, die Fachgutachter für uns auswerteten.

Abwertungen

Abwertungen führen dazu, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. Sie sind in der Tabelle mit einem Sternchen *) gekennzeichnet. Folgende Abwertungen setzten wir ein: Lautete das Urteil für die mikrobiologische Qualität Mangelhaft, konnte das Qualitätsurteil nicht besser sein. Lautete das Urteil für die Deklaration Ausreichend, werteten wir das Qualitätsurteil um eine halbe Note ab. Lautete das Urteil für die Deklaration Mangelhaft, werteten wir das Qualitätsurteil um eine Note ab.

Weitere Untersuchungen

Wir bestimmten verschiedene Parameter wie Zucker, Gesamtgefett und Eiweiß, um den physiologischen Brennwert zu berechnen. Zudem ermittelten wir schokoladentypische Parameter wie Theobromin und Koffein. Auffälligkeiten waren hier kaum zu bemängeln. Ohne Auffälligkeiten war auch der Allergen-Check: Dafür prüften wir etwa Produkte, die als allergenfrei deklariert sind, auf Allergene wie Nuss und Soja. Bei Produkten, die kein Aroma, natürliches Aroma oder Vanille-Zutaten deklarierten, führten wir eine Aromaanalyse durch.

weil sie ihre Vanille-Zutaten falsch benennen. So fanden wir bei der Aromenanalyse in der Schokolade von Dammenberg statt der angegebenen echten Vanille nur den künstlichen Aromastoff Ethylvanillin. Und in der Schokolade von Käfer, die Vanilleextrakt deklariert, wiesen wir lediglich einen erhöhten Gehalt an Vanillin nach – das ist eine Einzelkomponente aus dem Vanillespektrum, die oft isoliert zugesetzt wird.

Nicht bewertet haben wir Fälle, bei denen Vanille, Vanilleextrakt oder natürliches Vanillearoma im Labor nicht nachweisbar waren, obwohl sie als Zutaten aufgeführt sind. Wir können nicht ganz ausschließen, dass dennoch extrem kleine Mengen eingesetzt wurden. Eine Mindestmenge an Vanille in Milchschokolade ist nicht vorgeschrieben.

Unnötig aufwendig verpackt

In puncto Verpackung sind Dammenberg, Marabou, Milka und Ritter Sport vorbildlich. Leichte Kunststofffolie umhüllt deren Tafeln, sie macht nur 1 bis 2 Prozent des Produktgewichts aus. Die Testsieger hingegen kommen im üppigen Gewand aus Folie und Pappe daher. Beim Produkt der Lauenstein Confiserie entfallen gar 18 Prozent des Gewichts auf die Verpackung.

Rund 85 Prozent Fett und Zucker

Eine Schwäche eint alle Milchschokoladen. Sie bestehen vor allem aus Fett und Zucker, deren Mengen variieren. Die Produkte enthalten 29 bis 41 Prozent Fett und 33 bis 60 Prozent Zucker. Am Ende ähneln sich die Kaloriengehalte aber: 523 bis 588 Kilokalorien pro 100 Gramm. Was bleibt, ist der Genuss – schließlich heißt es auch „Schokolade macht glücklich“. ■

Text: Ina Bockholt; Testleitung: Janine Schlenker; Produktauswahl: Julia Leise; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens



Schön gerechnet.
Milka nennt
46 Prozent
Kakao im Anteil an dunkler Schokolade.
Die komplette Tafel hat nur
37 Prozent.

Milch, Vollmilch, Edel-Vollmilch

Schokolade ist nicht gleich Schokolade

Milchschorolade ist der Oberbegriff für alle Schokoladen im Test. Darunter fallen auch Sorten wie Vollmilch und Edel-Vollmilch. Wo die Unterschiede liegen, gibt die Kakaoverordnung vor. Alle Produkte im Test halten sie ein.

Milchschorolade. Sie muss zu mindestens 25 Prozent aus Gesamt-Kakaotrockenmasse bestehen. Das sind alle Kakaobohnenbestandteile minus Wasser. Wenn man davon die Kakaobutter abzieht, bleibt fettfreie Kakaotrockenmasse übrig. Sie muss zu 2,5 Prozent enthalten sein. Für den Milchanteil gilt: mindestens 14 Prozent Milchtrockenmasse und 3,5 Prozent Milchfett.

Vollmilchschorolade. Sie enthält jeweils mindestens 30 Prozent Gesamt-Kakaotrockenmasse, 18 Prozent Milchtrockenmasse und 4,5 Prozent Milchfett. Sahne-Schorolade braucht 5,5 Prozent Milchfett.

Edel-Vollmilchschorolade. Die Angabe „edel“ ist traditionell zulässig, wenn mindestens 40 Prozent der Kakaomasse zur Kategorie Edelkakao zählen. Er stammt aus 20 Staaten, die das Internationale Kakaobündnis festlegen.

Vegane Tafeln. Sie enthalten keine tierischen Zutaten, also auch keine Milch. Als Ersatz kommen bei den Produkten im Test Buchweizen- oder Mandelmehl zum Einsatz. Beim Anteil an Kakaozutaten ähneln Vegane dem Original, sie dürfen aber nicht Schokolade heißen.



Foto: imago Images / YAY Images

Milchpulver. So kommt die Milch in die Schokolade.



Milchschorolade: Das Top-Trio schmeckt sehr gut

Milchschorolade						
Produkt	Lauenstein Confiserie 45 % Cacao Edel-Vollmilch-Schorolade Bio	Rewe Bio Edel-Vollmilch Kakao 37 % ⁶⁾ Bio	Valrhona Jivara 40 % Cacao	Alnatura Vollmilch Bio	Lidl Fairglobe Bio Schokolade Vollmilch Kakao-gehalt 32 % ⁷⁾ Bio	
Kakaogehalt mindestens (%) ¹⁾	45	37	40	33	32	
Nachhaltigkeitssiegel ²⁾	Ohne	Fairtrade (Kakao, Zucker, Vanille), EU-Bio	Ohne	EU-Bio	Fairtrade (Kakao, Zucker, Vanille), EU-Bio	
Kakaoherkunft laut Anbieter	Keine Angabe	Peru, Dominikanische Republik	Hauptsächlich Westafrika	Dominikanische Republik	Ghana	
Inhalt (g)/Mittlerer Preis ca. (Euro)	80/5,95 ⁴⁾	100/2,19	70/7,00	100/2,29	100/2,19	
Preis pro 100 g ca. (Euro)	7,44	2,19	10,00	2,29	2,19	
■ QUALITÄTSURTEIL	100 %	GUT (1,9)	GUT (1,9)	GUT (2,0)	GUT (2,1)	GUT (2,1)
Sensorisches Urteil	50 %	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,5)	gut (2,0)	gut (2,0)
Wenn nichts anderes unter Besonderheiten vermerkt, sind die Schoroladen wie folgt zu beschreiben	Aussehen: helles Mittelbraun bis Dunkelbraun, überwiegend glänzend bis Mundgefühl: leicht bissfest bis bissfest, leicht cremig bis cremig, glatt.					
Besonderheiten in Aussehen, Geruch, Geschmack, Konsistenz und Mundgefühl (Fehler sind gefetet)	Dünne Tafel. Insgesamt aromatisch. Kräftig nach Kakao, leicht herb, leicht kakaosäuerlich, leichte Milch-/Sahnenote. Im Geschmack facettenreich: leicht fruchtig.	Dünne Tafel. Insgesamt aromatisch. Kräftig nach Kakao, leicht kakaosäuerlich, leicht vanillig. Im Geschmack facettenreich: leicht röstig, sehr leicht herb, sehr leicht fruchtig.	Dünne Tafel. Sehr leicht kakaosäuerlich, sehr leicht herb, leicht vanillig. Im Geschmack aromatisch, leicht würzig-süßig, sehr süß.	Sehr leicht herb, sehr leicht nach Karamell. Sehr leicht kakaosäuerlich.	Dünne Tafel, vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Riecht nur leicht nach Kakao, schmeckt sehr süß. Im Mund langsamer Schmelz.	
Schadstoffe	25 %	befriedigend (2,8)	befriedigend (2,7)	gut (2,2)	gut (2,0)	gut (2,0)
Mikrobiologische Qualität	5 %	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,5)
Verpackung	5 %	befriedigend (3,3)	befriedigend (3,3)	befriedigend (2,8)	gut (2,2)	gut (2,3)
Deklaration	15 %	befriedigend (3,3)	befriedigend (3,1)	befriedigend (3,1)	befriedigend (2,6)	gut (2,4)

Ausgewählte Merkmale laut Analyse

Brennwert pro 100 Gramm (kJ/kcal)	2453/588	2355/564	2411/578	2331/558	2346/562
Fett- und Zuckergehalt pro 100 Gramm (g)	40,7/46,3	36,2/48,9	39,8/45,6	35,0/49,4	35,4/51,7
Vanillezutaten deklariert ³⁾ /nachgewiesen	■/□ ⁵⁾	■/■	■/■	■/□ ⁵⁾	■/□ ⁵⁾
MHD (MHD-Frist in Monaten)	27.09.2026 (K. A.)	09.03.26 (12)	06/2026 (15)	10/2026 (18)	17.10.2026 (18)

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

Sehr gut (0,5–1,5). Gut (1,6–2,5).
Befriedigend (2,6–3,5). Ausreichend (3,6–4,5).

Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 13).

MHD = Mindesthaltbarkeitsdatum laut Deklaration (MHD-Frist laut Anbieter).

K. A. = Keine Angabe.

■ = Ja. □ = Nein.

1) Laut Deklaration, im Labor bestätigt.

2) Laut Deklaration.

3) Im Zutatenverzeichnis steht beispielsweise Vanille-extrakt, natürliches Vanillearoma oder Vanille.

4) Von uns bezahlter Einkaufspreis.



Lindt Excellence Extra cremig Vollmilch	Edeka Herzstücke Edel-Vollmilch Schokolade, mindestens 34 % Kakao	Heilemann Confiserie 32 % Kakao Pure Edelvoll-milch	Aldi Moser Roth Edel Vollmilch	Merci Edel-Rahm Milk Chocolate	Ritter Sport Gold Schatz Vollmilch 40 %	Milka Alpenmilch	Gepa Vollmilch pur 37 % Bio	Tony's Chocolonely Vollmilch	Plant-for-the-planet Die Gute Schokolade Vollmilch ¹⁶⁾
30	34	32	32	32	40	33	37	32	31
Ohne ⁸⁾	Rainforest Alliance (Kakao)	Ohne	Fairtrade Cocoa	Ohne	Rainforest Alliance (Kakao)	Ohne ¹²⁾	Gepa, Fair +, Naturland fair, EU-Bio	Fairtrade (Kakao, Zucker)	Fairtrade (Kakao, Zucker)
Keine Angabe	Keine Angabe	Westafrika	Elfenbeinküste, Ghana, Ecuador	Ecuador, Westafrika (Elfenbeinküste, Ghana)	Elfenbeinküste, Nicaragua, Nigéria	Hauptsächlich Côte d'Ivoire, Ghana ¹³⁾	Dominikanische Republik, Bolivien, São Tomé, Peru	Keine Angabe	Ecuador, Ghana
100/4,99	100/1,89	100/3,29	5 x 25/2,29	4 x 25/1,99	250/4,49	90/1,99 ⁴⁾	100/3,29	180/3,99	100/1,89
4,99	1,89	3,29	1,83	1,99	1,80	2,21	3,29	2,22	1,89
GUT (2,2)	GUT (2,3)	GUT (2,3)	GUT (2,4)	GUT (2,4)	GUT (2,4)	GUT (2,5)	BEFRIEDIGEND (2,7)	BEFRIEDIGEND (2,7)	BEFRIEDIGEND (2,8)
gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,5)	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,5)	befriedigend (3,0)	sehr gut (1,5)	befriedigend (3,0)

mattglänzend, im Bruch leicht fest. **Geruch und Geschmack:** deutlich nach Kakao mit deutlicher Milch-/Sahnenote, süß.

Dünne Tafel. Sehr leicht kakaosäuerlich, vanillig-herb. Schmeckt sehr süß, leicht nach Karamell. Im Mund sehr cremig, anhaltender süßer Nachgeschmack.	Dünne Tafel. Sehr leicht nach Karamell. Riecht vanillig, schmeckt sehr süß, leicht vanillig. Im Mund langsamer Schmelz.	Weich im Bruch. Ausgeprägte, gehaltvolle Milch-/Sahnenote. Mild im Geschmack, sehr süß, leicht nach Sahnekaramell. Im Mund langsamer Schmelz, sehr cremig.	Dünne Tafel, vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Kräftige Milch-/Sahnenote, erinnert im Geruch an Milchpulver. Mild im Geschmack. Im Mund langsamer Schmelz, sehr cremig.	Vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Kräftige Rahmnote, leicht nach Karamell. Riecht mild, leicht vanillig, schmeckt sehr süß. Im Mund sehr cremig, sahnig im Nachgeschmack.	Dicke Tafel. Vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Kräftig nach Kakao, leicht herb, leichte Milch-/Sahnenote. Im Mund kräftig im Biss.	Vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Kräftig nach Kakao, leicht herb, leichte Milch-/Sahnenote. Im Mund kräftig im Biss.	Vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Sehr leicht nach Karamell. Im Geschmack sehr süß, sehr leicht röstig, sehr leicht nach Karamell, sehr leicht herb. Im Mund stumpf, kaum cremig .	Dicke Tafel. Vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Sehr leicht nach Karamell. Im Geschmack sehr süß, sehr leicht herb, sehr leicht röstig. Im Geschmack sehr leicht nach Karamell, sehr leicht herb. Im Mund stumpf, kaum cremig .	Vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Riecht vanillig. Schmeckt sehr süß, leicht nach Karamell, erinnert an Kondensmilch, sehr leichte Nougatnote. Im Mund leicht stumpf .
gut (2,0)	befriedigend (3,0)	befriedigend (2,9)	gut (2,5)	befriedigend (2,9)	befriedigend (3,5)	gut (2,5)	gut (2,0)	gut (2,3)	gut (2,5)
sehr gut (1,5)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,5)	gut (2,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,0)
befriedigend (3,2)	gut (2,2)	befriedigend (2,9)	gut (2,3)	befriedigend (2,6)	gut (1,7)	sehr gut (1,5)	befriedigend (2,6)	gut (2,3)	gut (2,2)
befriedigend (2,9)	gut (2,5)	befriedigend (2,6)	gut (2,1)	befriedigend (3,0)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,6)	befriedigend (3,2)	ausreichend (4,5)*¹⁴⁾	befriedigend (3,2)

2359/565	2319/555	2309/552	2410/578	2404/576	2402/575	2232/533	2386/571	2297/549	2328/558
35,9/52,6	33,8/54,2	33,4/55,1	38,4/49,9	38,1/50,8	37,9/47,4	30,4/56,0	37,8/46,6	32,7/52,8	35,2/51,7
□ ⁹⁾ /Entfällt	□ ¹⁰⁾ /Entfällt	■/□ ⁵⁾	■/□ ⁵⁾	■/□ ⁵⁾	□ ¹¹⁾ /Entfällt	□ ⁹⁾ /Entfällt	■/□ ⁵⁾	□ ¹⁵⁾ /Entfällt	□ ¹⁰⁾ /Entfällt
01/2026 (12)	09.01.2026 (15)	21.07.2026 (15)	01.01.26 (10)	01.02.26 (10)	13.01.2026 (12)	11.02.26 (12)	05/2026 (16)	16.10.2026 (K. A.)	29.12.25 (12)

5) Vanille war mit hochempfindlichen Analysemethoden (etwa 1 Schote auf 30 Kilogramm Schokolade) nicht nachweisbar. Bewertet haben wir das nicht, weil es keine verpflichtende Mindestmenge für Vanille in Schokolade gibt.

6) Hergestellt von Halba.

7) Hergestellt von J. D.G. Fine Food.

8) Verweist auf der Verpackung auf firmeneigenes Kakao-Nachhaltigkeitsprogramm „Cocoa Farming Program“.

9) Mit „Aroma“. 10) Mit „natürlichem Aroma“.

11) Ohne weiteren Aromazusatz.

12) Anbieter Mondelez verweist auf der Verpackung auf firmeneigenes Kakao-Nachhaltigkeitsprogramm „Cocoa Life“.

13) Auch Indien, Indonesien, Brasilien, Dominikanische Republik, Brasilien und Nigeria.

14) Die Vollmilch-Schokolade von Tony's Chocolonely trägt das Fairtrade-Siegel und verspricht zudem auf der Verpackung, „Ausbeutung, Zwangsarbeit und Abholzung im Kakaoanbau zu beenden“. Doch das eigene, über die Zertifizierung hinausgehende Engagement hat der Anbieter uns gegenüber nicht belegt. Wir hatten ihn um Nachweise gebeten, aber keine Antwort erhalten.

15) Ohne weiteren Aromazusatz.

16) Laut Anbieter inzwischen Kennzeichnung geändert.



Milchschokolade: Drei Testverlierer mit Geschmacks-, Vanille- oder Keimproblem

	Milchschokolade						Vegane Tafeln
Produkt	Milka Darkmilk Dunkle Schokolade mit Alpenmilch	Marabou Mjölkchoklad	Rapunzel Vollmilch Schokolade ¹³⁾ Bio	Dammenberg Worry free Venezuela Milk Chocolate Cocoa 43% ¹⁶⁾	Käfer Edel Vollmilch Schokolade mit 40% Kakao	Frankonia Chocolat Classic vegan	iChoc Planty Classic Bio
Kakaogehalt mindestens (%) ¹⁾	46 ⁴⁾	30	38	43	40	35 ²⁰⁾	38 ²⁰⁾
Nachhaltigkeitssiegel ²⁾	Ohne ⁵⁾	Ohne ⁵⁾	EU-Bio ¹⁴⁾	Ohne	Ohne	Rainforest Alliance (Kakao)	Fairtrade Cocoa, EU-Bio
Kakaoherkunft laut Anbieter	Hauptsächlich Côte d'Ivoire, Ghana ⁶⁾	Hauptsächlich Côte d'Ivoire, Ghana ⁶⁾	Peru, Dominikanische Republik, Lateinamerika, Afrika	Südvenezuela	Afrika, Asien, Lateinamerika, Ozeanien	Überwiegend Westafrika	Dominikanische Republik
Inhalt (g)/Mittlerer Preis ca. (Euro)	85/1,99 ⁷⁾	220/4,49 ¹⁰⁾	100/2,99	70/5,59	100/6,90	4 x 25/2,69	80/2,99
Preis pro 100 g ca. (Euro)	2,34	2,04	2,99	7,99	6,90	2,69	3,74
QUALITÄTSURTEIL	100 % BEFRIEDIGEND (2,9)	BEFRIEDIGEND (3,0)	BEFRIEDIGEND (3,0)	AUSREICHEND (3,8)	AUSREICHEND (4,1)	BEFRIEDIGEND (2,9)	MANGELHAFT (5,0)
Sensorisches Urteil	50 % sehr gut (1,5)	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,0)	ausreich. (4,0)	gut (2,5)	Nicht geprüft
<p>Wenn nichts anderes unter Besonderheiten vermerkt, sind die Schokoladen wie folgt zu beschreiben</p> <p>Aussehen: helles Mittelbraun bis Dunkelbraun, überwiegend glänzend bis mattglänzend, im Bruch leicht fest.</p> <p>Geruch und Geschmack: deutlich nach Kakao mit deutlicher Milch-/Sahnenote, süß.</p> <p>Mundgefühl: leicht bissfest bis bissfest, leicht cremig bis cremig, glatt.</p>							
Besonderheiten in Aussehen, Geruch, Geschmack, Konsistenz und Mundgefühl (Fehler sind gefettet)	Vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Insgesamt aromatisch. Kräftig nach Kakao, leicht herb, leicht kakao-säuerlich, sehr leicht röstig, leichte Milch-/Sahnenote. Schmeckt sehr leicht bitter.	Dicke Tafel. Kräftige Milch-/Sahnenote, deutlich nach Karamell, leicht vanillig. Intensiv süß. Im Mund kräftig bissfest.	Vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Insgesamt aromatisch. Kräftig nach Kakao, leicht herb, leicht vanillig. Schmeckt leicht kakaosäuerlich mit Honignote. Im Mund kräftig im Biss, leicht stumpf .	Kräftig nach Kakao, sehr leicht herb. Schmeckt sehr süß, sehr leicht nach Karamell.	Vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Insgesamt fade. Schmeckt nur leicht nach Kakao, nur leichte Milch-/Sahnenote, leichter Fettgeschmack. Riecht leicht vanillig.	Dünne Tafel, vereinzelt mit kleinen Luftblasen. Leicht röstig, sehr leicht herb, sehr leicht kakaosäuerlich. Im Geruch kräftig nach Kakao, leichter Milch-/Sahneindruck, geschmacklich weniger ausgeprägt. Schmeckt nach Nougat, sehr süß – anhaltend im Nachgeschmack.	Nicht geprüft, weil Salmonellen nachweisbar waren.
Schadstoffe	25 % befried. (3,4)	befried. (3,0)	gut (2,3)	befried. (3,5)	gut (2,5)	befried. (3,5)	gut (2,1)
Mikrobiologische Qualität	5 % sehr gut (1,5)	sehr gut (1,5)	gut (2,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	gut (2,0)	mangelhaft (5,0)*²¹⁾
Verpackung	5 % sehr gut (1,5)	sehr gut (1,5)	gut (2,0)	gut (1,6)	ausreich. (3,7)¹⁸⁾	befried. (3,2)	befried. (2,6)
Deklaration	15 % ausreichend (4,0)*⁸⁾	ausreichend (4,0)*¹¹⁾	ausreichend (4,5)*¹⁵⁾	mangelhaft (5,0)*¹⁷⁾	ausreichend (4,5)*¹⁹⁾	befriedigend (3,1)	befriedigend (3,1)

Ausgewählte Merkmale laut Analyse

Brennwert pro 100 Gramm (kJ/kcal)	2192/523	2257/539	2417/579	2411/577	2413/578	2289/547	2410/577
Fett- und Zuckergehalt pro 100 Gramm (g)	29,4/51,1	31,0/60,2	39,4/44,0	39,2/46,3	38,3/47,6	32,9/33,4	37,8/40,6
Vanillezutaten deklariert ³⁾ / nachgewiesen	■/□ ⁹⁾	□ ¹²⁾ /Entfällt	■/■	■/□ ⁹⁾	■/□ ⁹⁾	■/□ ⁹⁾	■/■
MHD (MHD-Frist in Monaten)	07.02.2026 (12)	08.12.2025 (Ca. 10)	19.05.26 (15)	24.07.2026 (15)	30.05.2026 (12)	08.04.2026 (15)	07/2026 (16)

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

Sehr gut (0,5–1,5). Gut (1,6–2,5).

Befriedigend (2,6–3,5). Ausreichend (3,6–4,5).

Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

* Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 13).

MHD = Mindesthaltbarkeitsdatum laut Deklaration (MHD-Frist laut Anbieter).

K. A. = Keine Angabe. ■ = Ja. □ = Nein. 1) Laut Deklaration, im Labor bestätigt.

2) Laut Deklaration. 3) Im Zutatenverzeichnis steht beispielsweise Vanilleextrakt, natürliches Vanillearoma oder Vanille. 4) Die Angabe des Kakaogehalts bezieht sich auf den Anteil in der „dunklen Schokolade“. Auf das Gesamtprodukt berechnet, ergibt die Analyse 37 Prozent. 5) Anbieter Mondelez verweist auf der Verpackung auf firmeneigenes Kakao-Nachhaltigkeitsprogramm „Cocoa Life“. 6) Auch Indien, Indonesien, Brasilien, Dominikanische Republik, Brasilien und Nigeria. 7) Von uns recherchiert Online-Preis.

8) Die Angabe „,46 Prozent mindestens in der dunklen Schokolade“ suggeriert einen höheren Kakaogehalt als im Gesamtprodukt vorhanden ist (37 Prozent). Bei massiven Tafeln ist es üblich, dass sich diese Prozentangabe auf die ganze Tafel bezieht, nicht nur auf die eingesetzte milchfreie Schokoladenmasse.

9) Vanille war mit hochempfindlichen Analysemethoden (etwa 1 Schote auf 30 Kilogramm Schokolade) nicht nachweisbar. Bewertet haben wir das nicht, weil es keine verpflichtende Mindestmenge für Vanille in Schokolade gibt. 10) Von uns bezahlter Einkaufspreis. 11) Kennzeichnung teils kaum lesbar. Mindesthalbarkeitsangabe ist verwischbar. 12) Mit „Aroma“. 13) Laut Anbieter inzwischen Kennzeichnung geändert. 14) Verweist auf der Verpackung auf firmeneigenes Nachhaltigkeitsprogramm „Hand in Hand“. 15) Trägerstoff für Aroma nachgewiesen, der mit keiner Zutat zu erklären ist. Damit ist das Zutatenverzeichnis fehlerhaft. Zudem weitere kleine Mängel in der Kennzeichnung. 16) Wirbt mit speziellen Aussagen für Allergiker, zum Beispiel sojafrei oder nussfrei. 17) Laut Zutatenverzeichnis mit Vanille. Vanille war nicht nachweisbar, aber der vanilleartige Aromastoff Ethylvanillin sowie ein Trägerstoff für Aroma. Damit ist das Zutatenverzeichnis fehlerhaft. Zudem weitere Mängel in der Kennzeichnung. 18) Verpackung kann unbemerkt geöffnet werden. 19) Laut Zutatenverzeichnis mit natürlichem Vanilleextrakt. Vanille war nicht nachweisbar, aber ein erhöhter Gehalt an Vanillin, der sich durch keine der genannten Zutaten erklären lässt. Damit ist das Zutatenverzeichnis fehlerhaft. Zudem weitere kleine Mängel in der Kennzeichnung. 20) Berechnet aus Angaben im Zutatenverzeichnis. 21) In diesem Produkt waren Salmonellen nachweisbar (Charge: L25125 a). Da schon geringe Mengen der Keime ausreichen, um eine Infektion auszulösen, ist eine akute gesundheitliche Gefährdung insbesondere beispielweise für Kinder nicht auszuschließen. Der Anbieter hat die betroffene Charge bereits zurückgerufen.

 Nachhaltigkeitsversprechen

Extra Engagement im Check

Drei Anbieter im Test werben mit konkreten Versprechen, gegen Missstände im Kakaоanbau vorzugehen. Wir prüften die Glaubwürdigkeit der Aussagen.

Obwohl Kakao auf dem Weltmarkt zu Rekordpreisen gehandelt wird, profitieren die Kakaobauern und -bäuerinnen in den Hauptanbauländern davon nicht. So die Einschätzung des Kakaobarometers 2025, einer internationalen Studie von Nachhaltigkeitsinitiativen. Viele Menschen in der Elfenbeinküste und Ghana bekommen demnach bis heute zu wenig Geld für ihre Ware und kämpfen um ihre Existenz. Die Folgen: Armut, Ausbeutung, Kinderarbeit, Abholzung von Wäldern. Die meisten Versuche, das Einkommen der Kakaobauern zu erhöhen, zeigen laut Kakaobarometer bestenfalls marginale Effekte. Die Grünen seien vielfältig: Unklare Verträge etwa benachteiligen viele Bauern. Der Klimawandel senke die Ernteerträge, politisches Engagement für transparente Lieferketten lasse nach.

Zwölf mit Nachhaltigkeitssiegel. Zwölf der 22 Produkte unseres Tests tragen eines der folgenden Nachhaltigkeitssiegel: EU-Bio, Fairtrade, Hand-in-Hand, Rainforest Alliance. Sie stehen dafür, dass der Kakao in der Tafel aus ökologischem oder fairem Anbau stammt und Lieferketten kontrolliert werden. Unabhängige Stellen prüfen die Einhaltung.

Drei gehen noch weiter. Rapunzel, Tony's Chocolonely und Plant-for-the-Planet werben zusätzlich zu einem Fairtrade-Siegel mit weiterem Engagement. Wir baten die drei Anbieter um Belege, die Fachgutachter auswerteten.

Rapunzel sendet alten Beleg. Der Bio-Anbieter belegte, dass er die Standards an das Siegel Hand-in-Hand einhält. Doch die Extra-Versprechen (siehe rechts) wurden nur zum Teil nachgewiesen: Das Ermöglichen von Schulutensilien für Kinder belegte nur ein Dokument von 2014, Infos zu Uni-Stipendien fehlten aber ganz.



Rapunzel. Der Kauf der Bio-Fair-Tafel soll die Ausbildung von Kindern unterstützen.

Tony's Chocolonely schweigt. Wir erhielten auf unsere Anfrage nur eine Eingangsbestätigung, aber keine Nachweise für den prominent beworbenen Einsatz gegen Ausbeutung, Zwangsarbeit und Abholzung. Der Anbieter aus den Niederlanden war auch telefonisch nicht zu erreichen. Das Fairtrade-Siegel steht für soziale Verantwortung. Das sozial-ökologische Engagement des Unternehmens ist für uns aber ohne Belege nicht nachvollziehbar. Das bedeutet: gerade noch Ausreichend in der Deklaration.



Tony's Chocolonely. Der Anbieter will im Kakaoanbau Ausbeutung beenden.

Plant-for-the-Planet nebulös. Die Initiative machte glaubhaft, Bäume in Mexiko zu pflanzen. Für die Rechnung „5 Tafeln = Dein Baum“ fehlte ein nachvollziehbarer Beleg.



Plant-for-the-Planet. Für fünf gekaufte Tafeln soll ein Baum gepflanzt werden.



Kakaoplantage in der Elfenbeinküste. Arbeiter wenden die geernteten Bohnen zum Trocknen. Die Löhne sind oft extrem niedrig.

Doppelsieg für Philips

Elektrische Zahnbürsten Zwei Philips-Modelle entfernen Plaque sehr gut, zwei neuartige Bürsten versagen. Teuer sind alle vier. Schön, dass es gute Modelle schon ab 20 Euro gibt.

Philips
Sonicare
7100
140 Euro

GUT (1,8)



Karies beginnt schleichend. Wenn Plaque dauerhaft auf den Zähnen klebt, sind beste Voraussetzungen geschaffen. Was schützt? Regelmäßiges, gründliches Zähneputzen. Mit elektrischen Zahnbürsten fällt das vielen Menschen leichter als mit Handzahnbürsten. Doch auch manche Elektrobürste kommt kaum gegen Zahnbefall an. Das zeigen unsere Tests immer wieder. In unserer aktuellen Untersuchung sind es 2 von 13 neu getesteten Modellen, denen wir deshalb die Note Mangelhaft geben.

Alle anderen schneiden besser ab. Zwei erreichen im wichtigsten Prüfpunkt – der Zahneingung – sogar die Spitzennote Sehr gut: die Philips Sonicare 5500 für 90 Euro und die Philips Sonicare 7100 für

140 Euro. Das gab es lange nicht. Je 30 Testpersonen haben sich mit jeder Bürste im Test in unserem Auftrag die Zähne geputzt. Mit den beiden Philips-Modellen gelang es im Vergleich am besten, Zahnbefall von den Zähnen zu entfernen.

Gute Konkurrenten kosten wenig

Insgesamt kommen die beiden Superputzer von Philips auf ein Gut und belegen Platz eins und zwei in der Tabelle. Doch dahinter folgt starke Konkurrenz: sieben elektrische Zahnbürsten, die ebenfalls gut abschneiden und zum Teil deutlich weniger kosten. Dazu gehören etwa die Prokudent Sonic Schall-Zahnbürste von Rossmann für 35 Euro sowie die Sensident Perfect Clean Professional der Drogeriemarkt Müller für unschlagbar günstige 20 Euro. Auf lange Sicht zusätzlich von Vorteil: Bei beiden sind auch die Ersatz-Bürstenaufsätze vergleichsweise preisgünstig. Sie sollten etwa alle drei Monate gewechselt werden.

Weiter unverändert erhältlich ist die gute Philips Sonicare 3100 Series, die wir für unseren Test aus dem Dezember 2024 geprüft haben. Damals unterlief uns allerdings ein Fehler bei der Bewertung der Andruckkontrolle – bei ihr und damit auch bei der Handhabung haben sich die Noten geringfügig verbessert. In der Tabelle auf Seite 22 bilden wir die aktuelle Bewertung ab, auf test.de haben wir sie ebenfalls korrigiert.

Revolution des Zähneputzens bleibt aus

Das Zähneputzen „revolutionieren“ wollen die Anbieter der Unique und Y-Brush. Sie haben Elektrobürsten mit bogenförmigen →

Unser Rat

Testsieger: Erster und zweiter Platz gehen an Philips – mit der guten Sonicare 5500 für 90 Euro und der ebenfalls guten, aber teureren Sonicare 7100 für 140 Euro. Nur sie reinigen sehr gut.

Preistipp: Ebenfalls gut und ein Schnäppchen ist die Müller Sensident Perfect Clean Professional für gerade einmal 20 Euro.

Umwelttipp: Schwache Bürstenakkus tauscht der Kundenservice mancher Anbieter aus (siehe Tabelle S. 22/23).



Philips
Sonicare
5500
90 Euro

GUT (1,7)



Müller
Sensident Ak-
ku-Zahnbüste
Perfect Clean
Professional
20 Euro

GUT (2,5)



Y-Brush
Essential Electric
Toothbrush
85 Euro

MANGELHAFT (4,6)



Bamtoo
Bamboo-Style KOA V2
90 Euro

BEFRIEDIGEND (2,8)

Systemvergleich. Eine Schall-
zahnbürste neben einer rotie-
rend-oszillierenden, einer
neuartigen U-Bürste und ei-
nem Modell, das wie aus
Bambus wirkt.

Putzen, fädeln, spülen

Fluorid und Zahnseide sind unverzichtbar

Nicht nur die Bürste zählt – denn Zahnpflege funktioniert wie ein Baukastensystem. Was Sie außerdem brauchen:

Zahnpasta. Ob Universal-, Weißmacher- oder Sensitivzahnpasta – in jedem Fall sollte Fluorid enthalten sein. Denn nur für Fluoride ist bisher wissenschaftlich klar erwiesen, dass sie helfen, der Zahnoberfläche Mineralien zurückzugeben. So bleiben die Zähne widerstandsfähiger gegen Säuren. Das beugt Karies vor.

Zahnseide. Zahnseide reinigt die engen Zahzwischenräume und sollte am besten einmal täglich angewendet werden. Bei weiter auseinanderstehenden Zähnen sind Interdentalbürstchen geeignet, um Beläge zu entfernen. Es gibt sie in verschiedenen Stärken.

Mundspülösung. Sind die Zähne anfällig für Karies oder neigt das Zahnfleisch zu Entzündungen, kann eine Mundspülösung helfen. Auch sie sollte Fluorid enthalten und nach dem Spülen vollständig wieder ausgespuckt werden.

Bürstenpartner.
Mundspülösung,
Zahnpasta und -seide
putzen mit.



„Zähneputzen lässt sich nicht abkürzen und bleibt Handarbeit. Elektrische Zahnbürsten können uns unterstützen, aber nicht ersetzen.“

Lea Lukas,
Kosmetik-Redakteurin

Köpfen entwickelt – sogenannte U-Bürsten. Auf den Kiefer gesteckt, sollen sie die Zähne fast automatisch reinigen. Doch im Praxistest fielen beide U-Bürsten durch, unser Urteil lautet Mangelhaft (siehe S. 21).

Bambus-Bürste aus Kunststoff

Auch die Bamboo-Style KOA V2 von Bamtoo ist etwas Besonderes – laut dem in Berlin ansässigen Anbieter eine „nachhaltige Schallzahnbürste“. Mit ihrer braunen Farbe und der Holzmaserung wirkt die 90 Euro teure Bürste auf den ersten Blick wie aus Bambus gefertigt – dafür spricht auch der Name Bamtoo. Nach einem Suchen auf der Unternehmens-Webseite wird aber klar: Das Handstück besteht aus einem „speziellen ABS-Kunststoff in einem umwerfenden Bambus-Look“. Immerhin die Bürstenköpfe sollen laut Anbieter aus Bambus sein – er wirbt sogar mit „Bambus aus nachhaltigerem Anbau“. Was das heißt? Bleibt offen, Details dazu oder Zertifikate bietet Bamtoo auf der Webseite nicht.

Immerhin: Im Schadstofftest, in den wir die drei neuartigen Bürsten schickten, fiel keine der drei negativ auf.

Akku-Tausch? Schwierig bis unmöglich

Mit der Gesamtnote Befriedigend gehört die Bamtoo-Bürste zu den Schwächeren. Sie reinigt die Zähne mittelmäßig, auch im Prüfpunkt Umwelteigenschaften kommt sie trotz großer Ambitionen auf ein Befriedigend. Der Akku, oft Schwachpunkt

elektrischer Zahnbürsten, lässt sich nur durch den Kundenservice wechseln. Von einer nachhaltigen Bürste hätten wir eine einfachere Lösung erwartet. Allerdings bietet auch keine andere Bürste im Test einen unkomplizierten Akku-Tausch zu Hause.

Hilfreich: Timer und Andruckkontrolle

Zahnärzte empfehlen, zweimal täglich mindestens zwei Minuten lang die Zähne zu putzen. Bürsten mit Putzzeitsignal helfen, die Zeit zu kontrollieren und vor allem nicht zu unterschreiten. Summen oder stottern sie beispielsweise nach zwei Minuten deutlich wahrnehmbar, bewerten wir das positiv. Ebenso, wenn Bürsten zwischen-durch signalisieren, dass es Zeit ist, den Putzbereich im Mund zu wechseln. Punkt-abzug gibt es, wenn sie sich nach zwei Minuten automatisch abstellen. Denn ob und wann die Zähne sauber sind, sollten Anwendende selbst entscheiden.

Hilfreich ist auch eine Warnung vor zu starkem oder schwachem Druck, der Zahnfleisch und Zähne schädigen oder die Reinigung mindern kann. Mit Timer-Funktion und Andruckkontrolle überzeugen die gute Oral-B iO Series 3N, die Bürste von Beurer und das Schnäppchen von Müller. Bei fünf Bürsten fehlt eine Andruckkontrolle gänzlich, das ist mangelhaft. ■

Text: Lea Lukas; Testleitung: Dr. Thomas Koppmann; Produktauswahl: Julia Leise; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

U-Zahnbürsten im Test

Gegen Zahnbelag so gut wie machtlos

Bürsten in Bogenform versprechen einfaches, schnelles Putzen. Die zwei geprüften fielen durch.

Vor allem für Zahnputzmuffel dürfte verführerisch klingen, was die Anbieter der Elektrobürsten Unique One und Y-Brush versprechen: In gerade einmal 60 Sekunden soll die Unique One die Zähne „klinisch sauber“ putzen. Die Y-Brush soll sogar „nur 10–20 Sekunden pro Kiefer“ benötigen, denn sie reinigt „schnell, effizient und lässig“. Mit 85 Euro für die Y-Brush und 129 Euro für die Unique One sind beide kein Schnäppchen. Sind sie ihr Geld wert? Wir haben sie getestet.

Bogenförmige Mundstücke. Unique One und Y-Brush haben keine länglichen oder runden Bürstenköpfe, die per Hand über die Zähne geführt werden. Ihre Mundstücke sind U- oder Y-förmig angelegt und mit Nylonborsten beziehungsweise weichen Silikonlamellen ausgekleidet. Die Y-Brush wird wechselweise auf den Ober- und Unterkiefer gesteckt. Bei der Unique One beißen beide Kiefer gleichzeitig von oben und unten auf das Mundstück. Per Knopfdruck setzen sich Borsten und Lamellen in Bewegung und sollen die Zähne fast ohne weiteres Zutun reinigen. Die Anbieter empfehlen nur, während des Putzens unterstützende Kau- und Seitwärtsbewegungen durchzuführen.

Standardpaste und Spezialgel. Die Unique One verwendeten unsere Probandinnen und Probanden mit dem vom Anbieter empfohlenen Spezial-Zahngel. Denn er schreibt: „Mit herkömmlicher Zahnpasta funktioniert die Unique One nur stark eingeschränkt.“ Worin der Unterschied zu herkömmlichen Zahnpasten besteht, ließ sich während unserer Recherche auf der Webseite des Anbieters aber nicht herausfinden. Immerhin soll das Gel zum

Schutz vor Karies Natriumfluorid enthalten. Mit 720 ppm (Parts per Million) Natriumfluorid käme es in unseren Zahnpasta-Tests im Prüfpunkt Kariesprophylaxe allerdings maximal auf ein Ausreichend. Bei der Y-Brush benutzten unsere Testpersonen die gleiche herkömmliche Zahnpasta, mit der wir auch die klassischen Elektrobüsten im aktuellen Test geprüft haben.

Kontrolle durch Expertin. Vor und nach dem Putzen ließen wir eine Expertin die Plaque auf den Zähnen unserer Probandinnen und Probanden kontrollieren und beurteilen. Das Ergebnis fällt enttäuschend aus: Gegen Zahnbelag sind

Y-Brush und Unique One so gut wie machtlos. Von „klinisch sauber“ kann keine Rede sein. Für die Zahnreinigung erhalten beide die Note Mangelhaft (siehe Tabelle auf S. 23). Auch in anderen Prüfpunkten zeigten sie Schwächen: An schwer erreichbare Stellen im Mund gelangt vor allem die klobige Unique One nur kaum. Unsere Testpersonen waren von Größe, Form und Mundgefühl der Bürsten nicht überzeugt.

Stiftung-Warentest-Kommentar: Beide U-Bürsten brechen ihr Versprechen von sauberen Zähnen in extrakurzer Putzzeit, trotz happier Preise. Unser Qualitätsurteil: zweimal Mangelhaft.





Elektrische Zahnbürsten: Von sehr gut bis mangelhaft – die Unterschiede bei der Zahnreinigung

Produkt	Philips Sonicare 5500	Philips Sonicare 7100	Oral-B iO Series 3N	Oral-B iO Series 2	Philips Sonicare 3100 Series	Rossmann Prokudent Sonic ⁹⁾	Beurer TB50	Müller Sensident Perfect Clean Professional
Zuerst veröffentlicht in Stiftung Warentest	Neu	Neu	12/24	Neu	12/24	Neu	Neu	Neu
Art der Bürstenbewegung	Vibration (Schall)	Vibration (Schall)	Oszillierend-rotierend	Oszillierend-rotierend	Vibration (Schall)	Vibration (Schall)	Oszillierend-rotierend	Oszillierend-rotierend
Getesteter Bürstenaufsatz	W2 Optimal White	G3 Premium Gum Care	iO Ultimative Reinigung	Sanfte Reinigung	C1 Pro Result ⁷⁾	Sonic	Clean	Smart X
Mittlerer Preis ca. (Euro)	90	140	80	58	50	35	56	20
Mittlerer Preis für einen Ersatz-Bürstenaufsatz ca. (Euro) ¹⁾	7,76 ⁴⁾	11,45 ⁴⁾	7,49	9,00	5,00	2,57	2,50	1,48
▪ QUALITÄTSURTEIL	100 % GUT (1,7)	GUT (1,8)	GUT (1,9)	GUT (2,2)	GUT (2,2)	GUT (2,4)	GUT (2,5)	GUT (2,5)
Zahnreinigung	60 % sehr gut (1,3)	sehr gut (1,4)	gut (1,7)	gut (2,1)	gut (2,2)	gut (2,4)	befriedigend (2,6)*)	gut (2,4)
Handhabung	30 % gut (2,4)	gut (2,4)	gut (2,5)	befriedigend (2,6)*)	gut (2,4)	befriedigend (2,6)*)	gut (2,5)	befriedigend (2,8)*)
Zähneputzen (z. B. Handlichkeit, Benutzung an schwer erreichbaren Stellen, Geräusch)	+	+	○	+	+	+	○	○
Andruckkontrolle	+	+	++	○	+	○	+	+
Putzzeitsignal (Timer)/Gebrauchsanleitung	○/○	○/○	+/○	+/○	○/○	+/○	+/○	+/○
Reinigung des Geräts/Stand- und Liegefertigkeit	○/+	○/+	○/○	○/○	+/-	○/○	○/○	○/+
Betriebszeit mit einer Akkuladung (Minuten)	+ (112)	+ (150)	○ (72)	+ (151)	○ (92)	+ (120)	+ (163)	+ (148)
Haltbarkeit	5 % sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)
Umweltmerkmale	5 % befriedigend (2,6)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,8)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,8)	befriedigend (3,2)	befriedigend (2,7)
Stromverbrauch	++	++	+	++	++	++	++	++
Austauschbarkeit des Akkus ²⁾	⊖ ⁵⁾	⊖ ⁵⁾	⊖ ⁵⁾	⊖ ⁵⁾	– ⁸⁾	⊖ ⁵⁾	– ⁸⁾	⊖ ¹⁰⁾
Ausstattung/Technische Merkmale								
Anzahl der Bürstenaufsätze	1	2	1	1	1	1	1	1
Zubehör zum Laden an der Steckdose	□	□	■	■	□	■	■	■
Ausstattung, Zubehör	Ladestation mit USB-Kabel	Ladestation mit USB-Kabel, Reiseetui	Ladestation mit Netzstecker, Etui für zwei Bürstenaufsätze	Ladestation mit Netzstecker, Halterung mit 3 Aufnahmedornen für Bürstenaufsätze, Reiseetui	Ladestation mit USB-Kabel, Reiseetui	Ladestation mit Netzstecker	Ladestation mit Netzstecker und USB-Kabel, Reiseetui	Ladestation mit Netzstecker und 2 Aufnahmedornen für Bürstenaufsätze
Andruckkontrolle ³⁾	■	■	■	■	■	■	■	■
Anzahl der Putzeinstellungen	2	4 ⁶⁾	3	3	1	6	3	3
Putzzeitsignal: Intervalltimer/Ende der Putzzeit	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■
App vorhanden/Mängel im Datensendeverhalten	□	■/sehr geringe	□	□	□	□	□	□

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

++ = Sehr gut (0,5–1,5), + = Gut (1,6–2,5).

○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).

– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 23).

■ = Ja. □ = Nein.

Mängel im Datensendeverhalten:

keine, sehr geringe, geringe, deutliche, sehr deutliche.

1) Ermittelt anhand der kleinsten erhältlichen Packungsgröße.

2) Laut Anbieter.

3) Laut Deklaration.

4) Von uns bezahlter Einkaufspreis.

5) Akkutausch laut Anbieter durch Kundenservice möglich.

6) Mit drei Intensitätsstufen pro Putzeinstellung.

7) Laut Anbieter Material der Bürstenaufsätze inzwischen geändert.

8) Akkutausch weder durch Anwender noch durch Kundenservice möglich.

9) Laut Anbieter Deklaration inzwischen geändert.



sind groß

Müller Sensident Qi 11.000	Oral-B Vitality Pro	Wondersmile W-Pro Schall- zahnbürste Rose ¹²⁾	Alpine White Sonic Tooth- brush	Bamtoo Bamboo- Style KOA V2 ¹³⁾	Happybrush ECO VIBE 3+ Schall-Zahn- bürste ⁹⁾	Y-Brush Essential Electric Toothbrush	Unique One
12/24	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu
Oszillierend- rotierend	Oszillierend- rotierend	Vibration (Schall)	Vibration (Schall)	Vibration (Schall)	Vibration (Schall)	Vibration (Schall)	Vibration (Schall)
Smart X Prevention	Pro Cross Action	Soft	Alpine White	Pro 3D	Eco Vibe 3+	Clean240 M	S/M/L
35	22	70	100	90	53	85 ⁴⁾	129
1,98	3,38	4,48	9,95	4,83	3,32	35,00 ¹⁴⁾	14,90
GUT (2,5)	BEFRIEDI- GEND (2,6)	BEFRIEDI- GEND (2,6)	BEFRIEDI- GEND (2,8)	BEFRIEDI- GEND (2,8)	BEFRIEDI- GEND (2,8)	MANGEL- HAFT (4,6)	MANGEL- HAFT (4,7)
gut (2,2)	gut (2,2)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,8) [*]	befriedigend (2,8) [*]	befriedigend (2,8) [*]	mangelhaft (4,6) ^{*)¹⁵⁾}	mangelhaft (4,7) ^{*)¹⁶⁾}
befriedigend (2,9) [*]	befriedigend (3,0) [*]	befriedigend (2,8) [*]	befriedigend (3,0)	befriedigend (2,8)	befriedigend (2,9)	ausreichend (4,2)	befriedigend (3,2)
○	+	+	+	+	○	○	⊖
⊖	– ¹¹⁾	– ¹¹⁾	– ¹¹⁾	– ¹¹⁾	– ¹¹⁾	Entfällt	Entfällt
+/O	+/O	O/O	O/O	O/O	+/O	+/- ^{*)}	O/++
O/+	O/O	O/O	O/O	O/O	+/O	O/+	O/++
+(132)	⊖ (46)	+ (208)	○ (91)	++ (312)	+(116)	○ (94)	⊖ (32)
gut (2,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)
befriedigend (3,3)	befriedigend (3,2)	befriedigend (2,7)	befriedigend (3,1)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,6)	befriedigend (3,2)
++	++	++	++	++	++	++	++
– ⁸⁾	– ⁸⁾	⊖ ⁵⁾	– ⁸⁾	⊖ ⁵⁾	⊖ ⁵⁾	⊖ ⁵⁾	– ⁸⁾
1	1	1	2	2	1	1	3 ¹⁷⁾
■	■	■	□	□	□	□	■
Ladestation mit Netz- stecker und 2 Aufsteck- dornen	Ladestation mit Netz- stecker	Ladestation mit Netz- stecker und USB-Kabel	USB-Kabel	USB-Kabel, Reiseetui	Ladestation mit USB- Kabel	USB-Kabel	Ladestation mit Netz- stecker
■	□	□	□	□	□	□	□
5	3	4	3	5	3	2	1
■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/□	■/■	□/■
□	□	□	□	□	□	□	□

10) Akkutausch laut Anbieter durch Fachleute oder -stellen möglich.

11) Laut Deklaration keine Andruckkontrolle vorhanden.

12) Laut Anbieter Produkt inzwischen geändert.

13) Laut Anbieter Ausstattung, Härte des Bürstenaufsetzes und Gehäusematerial der Zahnbürste inzwischen geändert.

14) Von uns recherchierte Onlinepreis.

15) Geprüft gemäß Herstellerangaben mit 20 Sekunden Putzdauer.

16) Geprüft gemäß Gebrauchsanleitung mit 60 Sekunden Putzdauer und mit vom Anbieter empfohlenen Unique Zahngel.

17) Je ein Mundstück in den Größen S, M und L.

So haben wir getestet

Im Test: 13 elektrische Zahnbürsten verschiedener Preisklassen, die wir bisher nicht getestet hatten. Wir kauften sie im April und Mai 2025 ein. Außerdem die guten und laut Anbietern unverändert erhältlichen Bürsten aus dem Vortest (12/24). Die Preise ermittelten wir per Anbieterbefragung im September 2025.

Untersuchungen: Alle Untersuchungen und die Darstellung der Ergebnisse erfolgen entsprechend unserem vorherigen Test Elektrische Zahnbürsten in 12/24. Detaillierte Beschreibungen der Prüfmethoden stehen auf unserer Webseite unter test.de/zahnbuersten/methodik.

Abwertungen

Abwertungen sorgen dafür, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. Sie sind mit einem Sternchen *) gekennzeichnet. Diese Abwertungen setzen wir ein: Ab der Note Befriedigend für Zahreinigung und Handhabung werten wir das Gesamturteil ab. Sind die Urteile gleich oder nur wenig schlechter als diese Noten, ergeben sich nur geringe negative Auswirkungen. Je schlechter die Urteile, desto stärker wirkt der jeweilige Abwertungseffekt. Ist die Gebrauchsanleitung mangelfhaft, wird das Urteil für den Prüfpunkt Handhabung eine Note abgewertet.

Weitere Untersuchungen

In den U-Bürsten Y-Brush und Unique sowie in der Bamtoo-Bürste sind Materialien wie Bambus verbaut. Wir prüften sie auf Schadstoffe wie Chlorparaffine, Chlorphenole, Holzschutzmittel, Schwermetalle, polzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe und Weichmacher. Die Ergebnisse sind unauffällig.

Zusätzliche Untersuchung von Apps

Philips bietet eine App für Android und iOS an. Wir lasen die Daten, die von der App bei der Verbindung mit dem Smartphone übertragen werden, mithilfe eines dazwischengeschalteten Proxy-Rechners aus. Wir analysierten und entschlüsselten sie, falls notwendig. Kritisch bewerten wir, wenn Daten gesendet werden, die für das Funktionieren der App nicht nötig sind – wie etwa die Gerätedaten des Smartphones.

Prost Mahlzeit!

Trinkmahlzeiten Praktisch, lecker, ausgewogen – so feiern Anbieter wie Yfood und Huel ihr flüssiges Essen. Unsere Analysen zeigen: Sie sind besser als Junk Food, empfehlen sich aber nicht für jeden.



Zwischen den tausend Dingen des Alltags keine Zeit zum Essen? Macht nichts, sagt die Werbung, dafür gibts jetzt Trinkmahlzeiten: Flasche aufdrehen, austrinken, satt ist der Mensch. Die Produkte versprechen, den Körper mit allen wichtigen Nährstoffen zu versorgen. Also endlich gesundes Fast Food?

Flaschenkost im Schnell-Check

Wir haben exemplarisch sechs marktbedeutende und teils stark beworbene Trinkmahlzeiten geprüft. Sie kosten rund drei bis vier Euro pro Portion und basieren auf Milch, Erbsen oder Hafer. Experten haben die Drinks für uns verkostet, im Labor auf Nährstoffe analysiert und Studien zum Thema gewälzt. Eignen sich die Drinks überhaupt als Alternative zu festem Essen? Unser Fazit: Ja, aber nur im Notfall. Wenn es

mal schnell gehen muss, sind sie besser als Currywurst mit Pommes und Majo.

Eine Hauptmahlzeit, kein Snack

Die Trinkmahlzeiten im Test wollen eine Hauptmahlzeit vollwertig ersetzen. Mit Blick auf den Energiegehalt kommt das in etwa hin. Die Produkte liefern zwischen 400 und 515 Kilokalorien, sind also kein Extra-Snack für zwischendurch.

Viel Protein plus weitere Nährstoffe

In erster Linie bringen sie viel Eiweiß mit, wobei alle deutlich mehr Eiweiß liefern als nötig wäre. Gesunden schadet das nicht, überflüssiges Eiweiß baut der Körper ab. Menschen mit eingeschränkter Nierenfunktion kann das aber belasten. Die Trinkmahlzeiten enthalten zudem nahezu alle Vitamine und Mineralstoffe – überdosiert

Unser Rat

Gesundes Essen braucht auch Zeit. Mahlzeiten sind kein lästiges To-do zum Abhaken und sollten bewusst gegessen und gekaut statt schnell heruntergespült werden. Die Trinkmahlzeiten im Test sind also als regelmäßiger Ersatz für ausgewogenes Essen nicht geeignet. Sie liefern unnötig viel Protein, und ihr Zuckergehalt ist meist so hoch, dass aufs Trinken eine Heißhungerattacke folgen kann. Als gelegentliche Alternative zu ungesunder Fertigkost wie Fast Food können sie aber sinnvoll sein.



Kostprobe im Büro.
Unsere Redakteurin
Sara Waldau probiert
eine der geprüften
Trinkmahlzeiten.

Reloat gar auf 30 Gramm. Bestimmte Kohlenhydrate, zu denen neben Zuckern auch Maltodextreine zählen, werden schnell verstoffwechselt. Das führt zu stark schwankenden Blutzuckerspiegeln und danach zu Heißhunger. Vor allem für Personen mit Diabetes oder gestörter Glukosetoleranz (Prädiabetes) sind hohe Zuckergehalte problematisch. Für sie sind die Drinks daher weniger geeignet. Übrigens: Keinem Produkt wurde Zucker zugesetzt, er stammt aus den Zutaten.

Von süß bis sehr kräftig süß

Fünf der Drinks schmecken süß oder kräftig süß, Barebells sogar sehr kräftig süß. Das liegt meist an Süßstoffen wie Sucralose. Der Stoff steht in Verdacht, den Appetit anzuregen. Nur Kölln süßt mit Agavendicksaft. Seine Mahlzeit war die einzige, die den Verkosten negativ auffiel: Sie schmeckte kräftig bitter und das anhaltend.

Kauen ist keine Zeitverschwendug

Durch ihre meist dickflüssige und cremige Konsistenz wirken Trinkmahlzeiten durchaus sättigend. Essen, das gekaut werden muss, macht in der Regel aber länger satt. Studien haben zudem gezeigt, dass Kauen die kognitive Leistungsfähigkeit verbessern kann. Flüssige Mahlzeiten fördern hingegen schnelle Nahrungsaufnahme und können so dazu verleiten, viel mehr zu essen als nötig. Kauen kann das begrenzen.

Trinkmahlzeiten sind wie eine Zapfsäule: Sie füllen den menschlichen Nährstofftank auf. Essen bedeutet aber auch Genuss und Wohlbefinden. Gemeinsames Essen verbindet. Nehmen Sie sich Zeit, so oft es geht! ■

Text: Sara Waldau; Testleitung: Dr. Jochen Wettach;
Faktencheck: Annika Scheerer

sind sie aber nicht. Die deklarierten Gehalte passen meist grob zu dem, was Fachgesellschaften empfehlen.

Große Unterschiede bei den Fettsäuren

Akzeptabel ist auch der Gesamtgefahrgehalt der Drinks. Wir ließen im Labor die Fettsäuren genau analysieren. Gesättigte Fette wirken negativ auf den Cholesterinspiegel. Am meisten davon enthält Yfood, am wenigsten Kölln Reloat. Mehrfach ungesättigte Fettsäuren dagegen sind positiv und unverzichtbar. Der Kölln-Drink bringt viele Omega-6-Fettsäuren mit, der Huel hat den höchsten Gehalt an Omega-3-Fettsäuren.

Nach dem Trinken droht der Heißhunger

Huel punktet auch, weil es kaum Zucker enthält. Die anderen Drinks kommen auf circa 16 bis 22 Gramm pro Portion, Kölln

Details zu unserer Untersuchung unter test.de/trinkmahlzeiten/methodik.

Die Trinkmahlzeiten im Test



Barebells Fast Food.
Vanilla,
500 Milliliter für
4,00 Euro.¹⁾



Ehrman Foodie.
Vanilla,
400 Milliliter für
2,99 Euro.²⁾



Huel.
Vanilla,
500 Milliliter für
3,92 Euro.²⁾



Just Food.
Choco
Geschmack,
500 Milliliter für
3,99 Euro.²⁾



Kölln Reloat.
Vanille,
500 Milliliter für
3,99 Euro.²⁾



Yfood This is Food.
Smooth Vanilla,
500 Milliliter für
3,99 Euro.²⁾

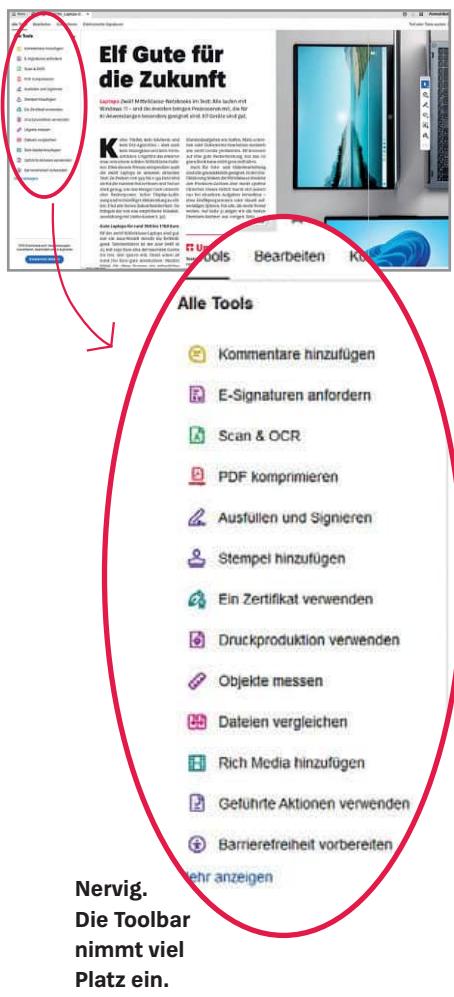
1) Von uns bezahlter Online-Einkaufspreis plus 25 Cent Pfand. Laut Anbieter-Webseite aktuell nicht lieferbar. 2) Online-Preis (Stand: 29.10.2025). Hinzu kommen jeweils noch 25 Cent Pfand.

Multimedia

Acrobat Reader

Tools ausblenden

Seit einiger Zeit klagen Nutzende darüber, dass das Standard-Programm für PDF-Dateien, Adobes Acrobat Reader, automatisch eine Werkzeug-Leiste namens „Alle Tools“ öffnet. Die nimmt beim Lesen von Dokumenten viel Platz weg. So lässt sie sich dauerhaft ausblenden: Schließen Sie die Leiste, öffnen Sie dann links oben im Programm das Menü und danach „Einstellungen > Dokumente“. Aktivieren Sie dort folgende Option: „Beim Öffnen von Dokumenten den letzten Status des Bereichs „Alle Werkzeuge“ speichern“. Nun merkt sich der Adobe Reader den letzten Zustand. War die Toolbar zuletzt ausgeblendet, bleibt sie auch beim nächsten Programmstart geschlossen.



Nervig.
Die Toolbar
nimmt viel
Platz ein.



Einkaufen im Internet

So erkennen Sie Fake-Shops

Vor Weihnachten brummt der Handel im Netz. Doch manche Portale sind unserös. Die Verbraucherzentrale Hamburg führt eine Liste solcher Seiten.

Im Internet wimmelt es von Shopping-Seiten, die seriös aussehen, es aber nicht sind. Wer dort bestellt und per Vorkasse zahlt, wartet vergebens auf die versprochene Ware. Auf Nachfrage erhalten Kunden oft keine Antwort oder werden vertröstet. Häufig verschwinden solche Seiten nach kurzer Zeit wieder. Die Verbraucherzentrale Hamburg führt unter der Internetadresse vzhh.de/fake-shop-liste eine Liste solcher Fake-Shops. Vor dem Bestellen können Kaufinteressierte dort prüfen, ob der von ihnen besuchte Online-Shop darunter ist.

Nicht auf Lockpreise hereinfallen. Die Verbraucherzentrale nennt auch Indizien, an denen sich Fake-Shops mitunter selbst erkennen lassen: zum Beispiel, dass sie nur Zahlungen per Vorkasse akzeptieren und mit auffällig günstigen Preisen werben, die sonst nirgendwo zu finden sind. Das Impressum kann ebenfalls Hinweise liefern – etwa wenn es fehlt oder der Anbieter trotz deutscher Adresse ein Konto bei einer

ausländischen Bank angibt. Weiterhin ist es sinnvoll, nach Erfahrungsberichten im Internet zu suchen, bevor man auf einem unvertrauten Portal etwas kauft.

Polizei und Bank einschalten. Ist das Geld bereits weg, sollten Betroffene Strafanzeige bei der Polizei erstatten und ihre Bank kontaktieren, um den Kaufbetrag – falls möglich – rückbuchen zu lassen.

Shops checken lassen. Verbraucher haben auch die Möglichkeit, Online-Shops unter verbraucherzentrale.de/fakeshopfinder von Fachleuten auf Echtheit prüfen zu lassen.

Bei Billigware misstrauisch sein. Auf den ersten Blick sehr günstige Produkte werden auch auf Webseiten verkauft, die aus Asien versenden. Das sind keine Fake-Shops – die Qualität der dort angebotenen Produkte genügt aber oft nicht europäischen Standards. Mehr dazu in unserem Bericht auf Seite 48 und unter vzhh.de/china-shops.

Filesharing-Dienste

Große Dateien einfach übertragen

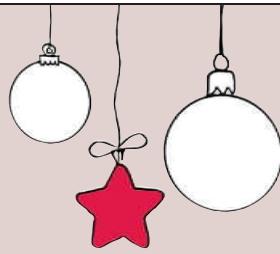
Laut einem aktuellen Vergleich unserer niederländischen Partner vom Consumentenbond eignen sich folgende Dienste am besten zum Versenden großer Dateien: Wormhole (wormhole.app), Tresorit (send.tresorit.com) und KPN Secure File Transfer (filetransfer.kpn.com). Alle drei verschlüsseln die Dateien vor der Übertragung und lassen sich gratis ohne Registrierung nutzen. Lange galt WeTransfer als erste Wahl zum Versenden von Videos und anderen Dateien, die zu groß sind, um sie per E-Mail zu teilen. WeTransfer hatte aber zuletzt seine Bedingungen verschlechtert.

Smarte Steckdosen

Testsieger schon ab 10 Euro erhältlich

Fünf smarte Steckdosen teilen sich den ersten Platz im Test unserer belgischen Partner von Test Aankoop. Die fünf Modelle sind auch in Deutschland verfügbar: TP-Link Tapo P100 und P110 kosten nur 10 Euro. Homblis Smart Socket gibts für 20 Euro, Philips Hue Smart Plug für 27 Euro und Eve Energy für 36 Euro. Sie dienen etwa dazu, Geräte wie Lampen oder Klimaanlagen aus der Ferne per Handy ein- und auszuschalten. Eve, Homblis und TP-Link P110 können auch den Stromverbrauch messen. Eve braucht eine Steuerzentrale, die die Techniken Matter und Thread unterstützt: etwa einen Amazon Echo, Apple HomePod oder Google Nest Hub.

Geschenktipps



Laptops

Mit der Note Sehr gut (1,3) ist **Apples MacBook Pro 16" M4 Pro** der beste bisher von uns getestete Computer. Da das Gerät stolze 2580 Euro kostet, passt es sicher nicht auf jeden Rentierschlitten. Viel günstiger ist das reparaturfreundliche Windows-Modell **Framework Laptop 13 – Performance** für 1660 Euro: Gut (1,8) und Bestes mit vom Nutzer wechselbarem Akku.



Streaming-Geräte

Falls an den Feiertagen nichts Verträumtes im Fernsehen läuft, ist der **Waipu.tv 4K Stick** für 60 Euro eine echte Hilfe: Gesamtnote Gut (1,7). Er bringt Netflix & Co auch auf TV-Geräte, die nicht internetfähig sind. Noch besser, aber mit 185 Euro auch viel teurer ist die Streaming-Box **Apple TV 4K**: Sehr gut (1,2).



Bluetooth-Kopfhörer

Ob Jingle Bells oder Last Christmas: Wer Musik mit kleinen Kopfhörern genießen will, aber das Druckgefühl von In-Ear-Geräten nicht mag, liegt mit den **JBL Soundgear Sense** richtig – dem besten Open-Ear-Modell (Gut [2,0], 106 Euro). Unter den In-Ears liegen die **Sennheiser Accentum True Wireless** vorn (Gut [1,6], 131 Euro).



Generationsvergleich

Smartphones Die neuen iPhones bleiben in einigen Aspekten hinter ihren Vorgängern zurück. Und auch bei manchen Android-Geräten lohnt sich der Blick auf die älteren Modelle.

Eine wichtige Erkenntnis aus unserem Smartphone-Test lautet: Neuer ist nicht immer besser – selbst bei Hightech nicht. 30 aktuelle Smartphones mit Android und iOS haben wir unseren Prüfverfahren unterzogen. Die 21 besten von ihnen haben es in die Tabelle auf Seite 32 geschafft. Sie kosten zwischen 277 und 1.543 Euro und schnitten mindestens gut (2,2) ab. Der Testsieger, das Apple iPhone 17 Pro Max, erreichte als einziges Gerät sogar ein Sehr gut – mit Top-Kamera und hervorragendem OLED-Display. Knapp dahinter: das kompaktere iPhone 17 Pro.

Also alles prima bei der jüngsten iPhone-Generation? Fast. Denn iPhone 17 Pro Max und iPhone 17 (ohne „Pro“) schnitten insgesamt – wenn auch nur minimal – schlechter ab als ihre Vorgängermodelle. Und weil diese mittlerweile auch günstiger zu haben sind als die Neulinge, winkt hier Sparpotenzial, für das viele Nutzer kaum Kompromisse eingehen müssen. Das wirft die Frage auf: Gilt das auch für andere Anbieter? Detalliertere Antworten darauf liefert unser Modellvergleich ab Seite 30.

Neues Energielabel

Neu in unserer Tabelle sind die Zeilen zum Energie-Label, das die EU jetzt auch für Smartphones und Tablets vorschreibt. Die Anbieterangaben sollen auf einen Blick verraten, wie nachhaltig das jeweilige Gerät ist, unter anderem wie gut es Stürze übersteht, wie lange der Akku hält oder wie einfach es

sich reparieren lässt. Details des EU-Labels erklären wir auf Seite 34.

Die besten Androiden

Knapp hinter den Pro-iPhones landen drei Android-Geräte: Google Pixel 10 Pro, Nothing Phone (3) und Xiaomi 15 Ultra erhielten alle ein Gut (1,7). Ein Sehr Gut hat in der Android-Welt bislang nur das Samsung Galaxy S25 Ultra erreicht. Samsungs Spitzenmodelle haben wir bereits in Heft 7/25 veröffentlicht, deswegen sind sie nicht in der Tabelle auf Seite 32 zu finden.

Das Pixel 10 Pro wird mit dem aktuellen Android 16 ausgeliefert. Die neue Betriebssystemversion bringt unter anderem umfangreichere Unterstützung für Hörhilfen mit, neue Sicherheitsfunktionen und eine überarbeitete Bedienoberfläche. Übrigens: Google verteilt Updates immer als erstes an seine Pixel-Phones.

Die Stärken des Xiaomi 15 Ultra liegen unter anderem beim Akku, im Laufzeittest hielt er über 46 Stunden durch. Nur das Sony Xperia 1 VII konnte diesen Wert noch übertreffen, erheblich sogar: Sein Akku arbeitete 59 Stunden ohne Steckdose.

Im Spitzensfeld der Geräte mit Android findet sich auch das vergleichsweise preiswerte Nothing Phone (3). Bei gleicher Gesamtnote wie Pixel 10 Pro und 15 Ultra kostet es mehrere Hundert Euro weniger. Zudem bietet es ein noch besseres Display und liefert bei schlechten Lichtverhältnissen die besseren Fotos. Auch unser Preis-

tipp Google Pixel 9a für 459 Euro hält mit Geräten mit, die weit teurer sind. Es führt auch die Liste der besten Smartphones für unter 500 Euro an (siehe S. 34).

Falter und Flunden

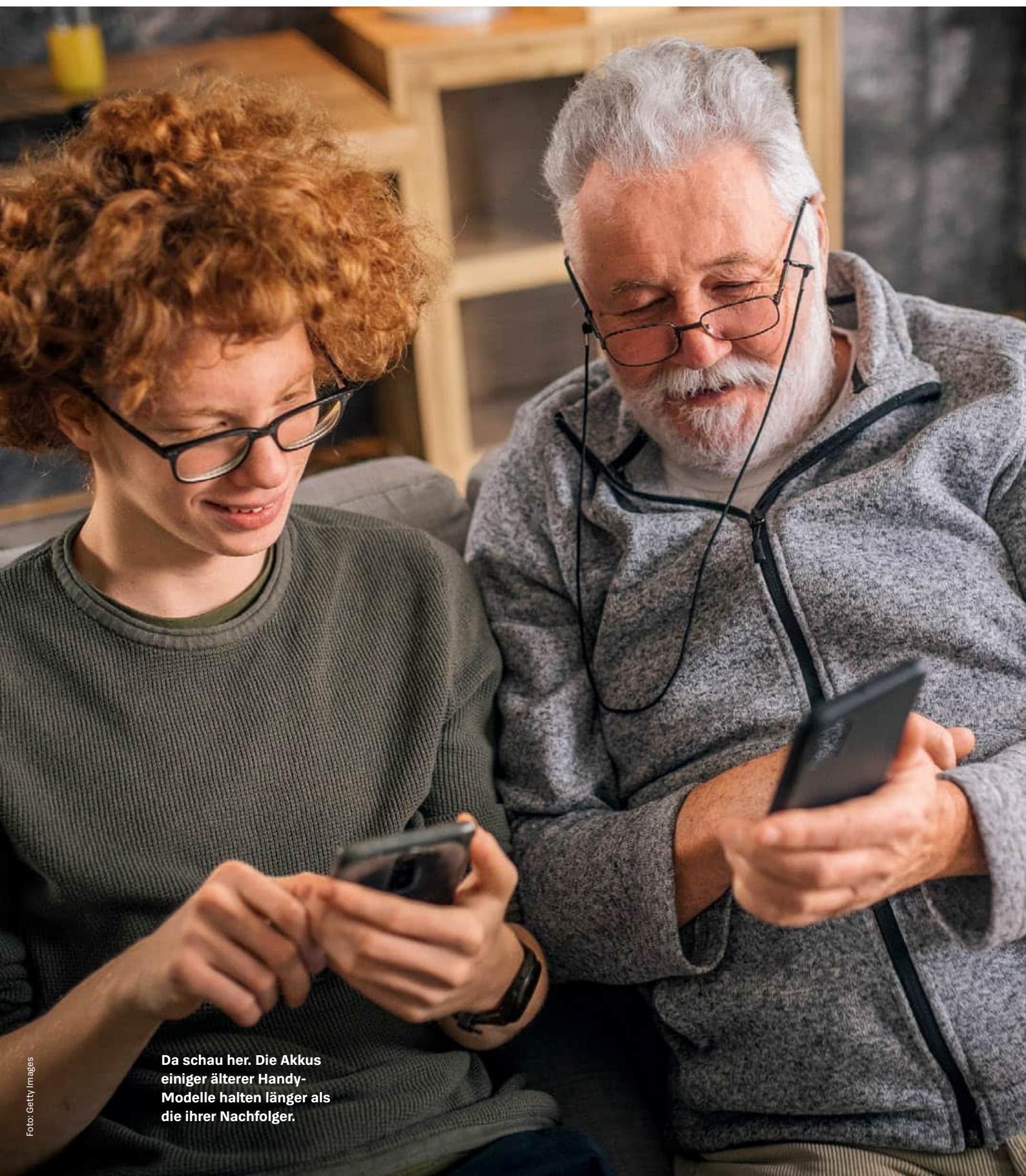
Insgesamt vier Klapphandys haben es in die Spitzentabelle geschafft. Das beste unter ihnen ist das Motorola Razr 60 Ultra (Gut 2,0). Samsung Galaxy Z Fold7 und Galaxy Z Flip7 FE haben zwar mit 33 und über 31 Stunden nicht die längsten Laufzeiten, zeigen ansonsten aber kaum Schwächen. Dass die Klappmodelle keine besseren Qualitätsurteile einfahren, liegt an ihren →

Unser Rat

Testsieger: Apple iPhone 17 Pro Max (1449 Euro) und 17 Pro (1299 Euro) führen das Testfeld an. Die besten Alternativen mit Android: Google Pixel 10 Pro (1045 Euro), Nothing Phone (3) (785 Euro) und Xiaomi 15 Ultra (1195 Euro).

Preistipp: Das Google Pixel 9a für 459 Euro bietet deutlich teureren Konkurrenten die Stirn.

Umwelttipp: Das Fairphone (Gen. 6) für 599 Euro hat die höchste Reparierbarkeitsklasse.



Da schau her. Die Akkus
einiger älterer Handy-
Modelle halten länger als
die ihrer Nachfolger.

Gegenübergestellt: Neuheiten und ihre Vorgänger



iPhone 17 Pro Max

1449 Euro

SEHR GUT (1,5)

iPhone 16 Pro Max

1380 Euro

SEHR GUT (1,4)

Apple

iPhone 17 Pro Max gegen iPhone 16 Pro Max

Das neue iPhone 17 Pro Max machte in unserem Laufzeittest sechs Stunden früher schlapp als sein Vorfahr, das iPhone 16 Pro Max – brauchte aber eine halbe Stunde weniger zum Laden. Andererseits bringt das neue Modell ein etwas besseres Display und leicht verbesserte Kameras mit. Wem längere Laufzeiten also wichtiger sind als leicht bessere Fotos, entscheidet sich für das Vorgängermodell.



Pixel 10 Pro

1045 Euro

GUT (1,7)

Pixel 9 Pro

808 Euro

GUT (2,0)

Google

Pixel 10 Pro gegen Pixel 9 Pro

Liegt der Fokus auf Grundfunktionen, Kamera, Display und Handhabung, kann man ruhig noch zum Pixel 9 Pro greifen – oder bei ihm bleiben, da das 10 Pro hier kaum Verbesserungen bietet. Anders bei der Laufzeit: Ist das neueste Modell mit 38 Stunden schon kein Langläufer, geht dem Vorgänger bereits nach gut 28 Stunden die Puste aus. Die neueste Android-Version gibt es für beide Geräte.

flexiblen Display-Oberflächen. Sie sind deutlich kratzempfindlicher als die der starren Konkurrenz-Modelle. Stürze und Tauchtest überstanden die Faltmodelle aber ohne Auffälligkeiten.

Auch die extrem flachen Smartphones Apple iPhone Air und Samsung Galaxy S25 Edge stechen etwas aus der Masse heraus. Kein Gerät im Test ist leichter, keines dünner – zumindest wenn man die Kamerabuckel nicht mitmisst. Das ist zwar schick, bringt aber Nachteile mit sich: In den hauchdünnen Gehäusen ist wenig Platz für Bauteile,

gewisse Abstriche müssen Nutzende deshalb beispielsweise beim Akku machen. Dem iPhone Air geht schon nach gut 29 Stunden die Luft aus – Negativrekord im Test, kein Konkurrent ist kurzatmiger. Zudem sitzt auf der Rückseite des iPhones nur eine einzelne Kamera – die bei normaler und geringer Beleuchtung aber sehr gute Fotos schießt. Das Galaxy S25 Edge hat eine zweite Kamera mit Ultraweitwinkel, und sein Akku kommt immerhin auf eine Laufzeit von 36 Stunden.

Bis auf das Sony Xperia 1 VII lassen sich alle Handys dieses Tests per Gesichts-

erkennung entsperren. Noch im letzten Test konnten unsere Prüfer diese Sicherheitsfunktion bei fast allen Android-Geräten mit einem Foto des Besitzers austricksen. Bei den aktuellen Smartphone-Modellen hat sich die Lage etwas gebessert: Immerhin sieben Android-Geräte ließen sich nicht per Foto knacken – ebenso wenig die iPhones. ■ →

Text: Hannes A. Czerulla; Testleitung: Dr. Florian Ostermann; Produktauswahl: Danielle Leven; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens



Phone (3)
785 Euro

GUT (1,7)

Nothing

Phone (3) gegen Phone (2)

Beim Nothing Phone (3) hat der Anbieter Netzempfindlichkeit und WLAN gegenüber dem Vorgänger nochmals verbessert. Auch die Kameras schießen noch bessere Bilder als die des Phone (2). Das ältere Modell verfügt aber über längere Akkulaufzeit (49 Stunden, die neueste Generation läuft nur gut 40). Zudem ist es über 150 Euro günstiger und insgesamt nur eine Zehntelnote schlechter.

Phone (2)
599 Euro

GUT (1,8)



**Das Fairphone
(Gen. 6)**
599 Euro

GUT (2,2)

Fairphone

Fairphone (Gen. 6) gegen Fairphone 5

Das Fairphone (Gen. 6) ist seinem Vorgänger größtenteils überlegen. Ein Neukauf des Fairphone 5 lohnt sich deswegen kaum – die Ersparnis wäre aktuell minimal und das neue Modell schnitt in vielen Punkten gut ab, wo das alte nur befriedigend war: Grundfunktionen, Laufzeit (37,5 gegen 28,5 Stunden), Handhabung. Nur als deutlich rabattiertes Gebrauchtergerät kann sich das alte Fairphone lohnen.

Fairphone 5
579 Euro

GUT (2,4)



Schlank und leicht. Apple iPhone Air (rechts oben) und Samsung S25 Edge (darunter) sind flacher als andere wie das Nothing Phone (3).



Smartphones: Die besten Neuen

Produkt	Apple iPhone 17 Pro Max (256 GB)	Apple iPhone 17 Pro (256 GB)	Google Pixel 10 Pro (128 GB)	Nothing Phone (3) (256 GB)	Xiaomi 15 Ultra (512 GB)	Apple iPhone 17 (256 GB)	Apple iPhone Air (256 GB)	Google Pixel 10 (128 GB)	Google Pixel 9a (128 GB)
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	1449	1299	1045	785	1195	949	1199	775	459
Zuerst veröffentlicht in Ausgabe	Neu	Neu	Neu	Neu	8/25 ⁶⁾	Neu	Neu	Neu	8/25 ⁶⁾
▪ QUALITÄTSURTEIL	100 %	SEHR GUT (1,5)	GUT (1,6)	GUT (1,7)	GUT (1,7)	GUT (1,7)	GUT (1,8)	GUT (1,8)	GUT (1,8)
Grundfunktionen	30 %	gut (1,6)	sehr gut (1,5)	gut (1,9)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,3)	gut (1,8)	gut (1,8)	gut (1,9)
Sprachqualität	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Netzempfindlichkeit/WLan-Verbindung	○/++	○/++	+/-	++/++	++/++	○/++	+/-	+/-	+/-
Rechenleistung/Ortung	++/++	++/++	+/-	++/○	++/++	++/○	++/○	++/++	+/-
Kamera	20 %	sehr gut (1,2)	sehr gut (1,2)	sehr gut (1,4)	gut (1,6)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,4)	gut (1,7)	gut (1,6)
Foto bei normaler/geringer Beleuchtung	++/++	++/++	++/+	++/++	++/+	++/++	++/++	++/++	++/++
Zoom-Foto/Auslöseverzögerung	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++	○/++	+/-	○/++
Video/Selfie mit Frontkamera	++/+	++/+	++/+	+/+	++/+	++/+	++/+	++/+	++/+
Display	15 %	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,4)
Akku	15 %	gut (2,0)	befriedigend (2,8)	befriedigend (2,7)	gut (2,0)	gut (1,6)	befriedigend (3,0)	befriedigend (3,5)	befriedigend (2,6)
Handhabung	15 %	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,4)	gut (2,3)	befriedigend (3,3)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,4)	sehr gut (1,5)
Gebrauchsanleitung und Inbetriebnahme	+	+	+	○	⊖*)	+	+	+	+
Menü und Bedienung	++	++	++	++	++	++	++	++	++
Biometrisches Entsperren	++	++	++	⊖ ⁵⁾	⊖ ⁵⁾	++	++	++	++
Stabilität	5 %	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (1,7)	gut (2,1)	gut (1,9)	gut (2,0)	sehr gut (1,5)	gut (1,9)
Stoß-/Kratz-/Wasserfestigkeit	+/+/-	+/+/-	++/○/++	+○/+	++/○/+	+/+/-	++/+/++	++/○/++	+/○/+
Klappmechanismus	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt
Ausstattung/Technische Merkmale									
Geprüft mit Betriebssystem	iOS 26.0	iOS 26.0	Android 16	Android 15	Android 15	iOS 26.0	iOS 26.0	Android 16	Android 15
Display Diagonale (cm)	17,5	16,0	16,1	17,0	17,1	16,0	16,6	16,0	16,0
Auflösung (Pixel)	1320 x 2868	1206 x 2622	1280 x 2856	1620 x 2800	1440 x 3200	1206 x 2622	1260 x 2736	1080 x 2424	1080 x 2424
Datenfunk: 5G/Wifi 6/6E/7	■/■/■/■/■	■/■/■/■/■	■/■/■/■/■	■/■/■/■/■	■/■/■/■/■	■/■/■/■/■	■/■/■/■/■	■/■/■/■/■	■/■/■/■/■
Sim-Kartenformat	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	2 x Nano-Sim + eSim ³⁾	2 x Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	2 x eSim	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾
Interner Speicher (GB)/erweiterbar	256/□	256/□	128/□	256/□	512/□	256/□	256/□	128/□	128/□
Akku Laufzeit ¹⁾ /Ladezeit ca. (hh:mm)	43:00/1:30 ⁴⁾	34:00/1:30 ⁴⁾	38:00/1:30 ⁴⁾	40:30/1:15 ⁴⁾	46:30/1:30 ⁴⁾	32:30/1:15 ⁴⁾	29:30/1:45 ⁴⁾	39:30/1:45 ⁴⁾	40:00/1:45 ⁴⁾
Induktiv ladbar	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Entsperren: Fingerabdruck/Gesichts-Scan	□/■	□/■	■/■	■/■ ⁵⁾	■/■ ⁵⁾	□/■	□/■	■/■	■/■
Sicherheitsupdates bis mindestens ²⁾	K. A.	K. A.	8/32	7/32	3/31	K. A.	K. A.	8/32	4/32
Energie-Label-Klasse: Energieeffizienz/ Reparierbarkeit/Zuverlässigkeit nach freiem Fall ²⁾	A/C/B	A/C/B	A/B/A	A/C/C	A/C/C	A/C/B	A/C/B	B/B/A	B/B/A
Akkuhaltbarkeit (Zyklen) ²⁾	1000	1000	1000	1400	1000	1000	1000	1000	1000
Länge x Breite x Dicke (cm)	16,3 x 7,8 x 0,9	15,0 x 7,2 x 0,9	15,3 x 7,2 x 0,9	16,1 x 7,6 x 1,0	16,1 x 7,5 x 0,8	15,0 x 7,2 x 0,6	15,6 x 7,5 x 0,9	15,3 x 7,2 x 0,9	15,5 x 7,3 x 0,9
Gewicht (g)	233	205	208	219	227	177	165	204	186
Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:									
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).	Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.								
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).	*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 34).								
- = Mangelhaft (4,6–5,5).	1) Der Wert bezieht sich auf eine regelmäßige Nutzung bei vergleichbarer Bildschirmhelligkeit.								
	2) Laut Anbieter.								
	3) Es können maximal zwei Sim-Karten gleichzeitig benutzt werden.								



Samsung Galaxy S25 Edge (256 GB)	Sony Xperia 1 VII	Xiaomi 15 (512 GB)	Motorola Edge 60 Pro	Motorola Razr 60 Ultra	Nothing Phone (3a) (128 GB)	OnePlus Nord 5 (256 GB)	Motorola Edge 60 Fusion	Samsung Galaxy Z Flip7 (256 GB)	Samsung Galaxy Z Fold7 (256 GB)	Fairphone Das Fair-phone (Gen. 6) ¹⁰⁾	Samsung Galaxy Z Flip7 FE (128 GB)
723	1543	730	549	999	329	442	277	828	1399	599	856
8/25 ⁶⁾	Neu	8/25 ⁶⁾	Neu	Neu	8/25 ⁶⁾	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu
GUT (1,8)	GUT (1,8)	GUT (1,8)	GUT (1,9)	GUT (2,0)	GUT (2,0)	GUT (2,0)	GUT (2,1)	GUT (2,1)	GUT (2,1)	GUT (2,2)	GUT (2,2)
gut (1,8)	befriedigend (2,6)	sehr gut (1,5)	gut (1,8)	gut (1,7)	gut (2,1)	gut (1,9)	gut (2,4)	gut (1,6)	gut (2,2)	gut (2,2)	gut (1,6)
+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
○/++	-*)/++	/++	○/++	○/++	/++	/++	○/○	/+/	○*)/++	○/++	/+/
++/+	++/+	++/++	/++	++/+	/○	++/○	/++	++/++	/○	++/++	
gut (1,6)	gut (2,0)	sehr gut (1,5)	gut (1,9)	gut (1,7)	gut (2,2)	gut (2,0)	gut (2,3)	gut (1,6)	sehr gut (1,4)	gut (2,4)	gut (1,6)
++/+	+/+	++/+	/+	++/++	/+	/+	/+	++/++	++/++	/+	++/+
/++	/++	++/++	/+	/++	○/++	/++	○/+	/++	/++	○/+	/++
++/+	+/+	++/+	/+	/+	/+	/+	/○	++/+	++/+	/+	++/+
sehr gut (1,3)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,4)	gut (1,9)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,4)	sehr gut (1,4)	sehr gut (1,5)	gut (1,6)	gut (1,6)
befriedigend (2,6)	sehr gut (1,1)	gut (1,7)	gut (2,0)	sehr gut (1,5)	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (1,7)	gut (2,3)	befriedigend (2,9)	gut (2,2)	befriedigend (3,1)
gut (2,1)	sehr gut (1,4)	befriedigend (3,3)	gut (2,1)	gut (1,6)	gut (2,4)	befriedigend	gut (2,2)	gut (1,8)	sehr gut (1,5)	gut (2,4)	gut (1,9)
+	+	○*)	+	+	○	○*)	+	+	+	○	+
++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	+
○ ⁵⁾	++	○ ⁵⁾	○ ⁵⁾	++	○ ⁵⁾	○ ⁵⁾	○ ⁵⁾	+	++	○ ⁵⁾	+
gut (1,8)	gut (2,1)	gut (2,2)	gut (2,3)	ausreichend (3,8)* ⁷⁾	befriedigend (2,8)	gut (2,4)	gut (2,3)	ausreichend (3,8)* ⁷⁾	ausreichend (3,6)* ⁸⁾	befriedigend (2,6)	ausreichend (3,8)* ⁷⁾
++/○/+	+○/+	+○/+	+○/+	+/-* ⁸⁾ /+	○*)/○/○	+○/○	+○/+	+/-* ⁸⁾ /+	++/-* ⁸⁾ /++	+○/○	+/-* ⁸⁾ /+
Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	++	Entfällt	Entfällt	Entfällt	++	++	Entfällt	++

Android 15	Android 15	Android 15	Android 15	Android 15	Android 15	Android 15	Android 15	Android 16	Android 16	Android 15	Android 16
17,0	16,4	16,1	17,0	17,7	17,2	17,3	17,0	17,5	20,3	16,0	17,1
1440 x 3120	1080 x 2340	1200 x 2670	1220 x 2712	1224 x 2912	1080 x 2392	1272 x 2800	1220 x 2712	1080 x 2520	1968 x 2184	1116 x 2484	1080 x 2640
■/■/■/■	■/■/■/■	■/■/■/■	■/■/■/■	■/■/■/■/□	■/■/■/■	■/■/□/□	■/■/■/□	■/■/□/□	■/■/■/■	■/■/■/□	■/■/■/□
2 x Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	2 x Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	2 x Nano-Sim	2 x Nano-Sim	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	2 x Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾	Nano-Sim + 2 x eSim	Nano-Sim + 2 x eSim ³⁾
256/□	256/■	512/□	512/□	512/□	128/□	256/□	256/■	256/□	256/□	256/■	128/□
36:00/1:30 ⁴⁾	59:00/1:15 ⁴⁾	43:00/1:15 ⁴⁾	42:00/1:45 ⁴⁾	44:30/1:00 ⁴⁾	42:00/1:00 ⁴⁾	43:00/1:00 ⁴⁾	43:00/1:15 ⁴⁾	37:30/1:30 ⁴⁾	33:00/1:30 ⁴⁾	37:30/1:30 ⁴⁾	31:30/1:30 ⁴⁾
■	■	■	■	■	□	□	■	■	□	■	■
■/■ ⁵⁾	■/□	■/■ ⁵⁾	■/■ ⁵⁾	■/■	■/■ ⁵⁾	■/■ ⁵⁾	■/■	■/■	■/■ ⁵⁾	■/■	■/■
5/32	5/31	3/31	4/29	2/29	3/31	7/31	2/29	7/32	7/32	7/33	7/32
A/C/A	B/D/B	A/C/C	A/B/A	A/B/D	C/C/C	B/B/C	A/B/A	B/C/A	B/C/A	A/A/A	B/C/A
2000	1400	1000	1000	1000	1400	1200	1600	2000	2000	1000	1700
15,8 x 7,6 x 0,6	16,2 x 7,5 x 0,9	15,2 x 7,1 x 0,9	16,1 x 7,3 x 0,8	8,8 ⁹⁾ x 7,4 ⁹⁾ x 1,6 ⁹⁾	16,4 x 7,8 x 0,9	16,3 x 7,7 x 0,8	16,1 x 7,3 x 0,8	8,5 ⁹⁾ x 7,5 ⁹⁾ x 1,4 ⁹⁾	15,8 ⁹⁾ x 7,3 ⁹⁾ x 0,9 ⁹⁾	15,7 x 7,3 x 1,0	8,5 ⁹⁾ x 7,2 ⁹⁾ x 1,5 ⁹⁾
162	197	196	188	198	204	216	178	192	218	192	191

4) Kein Ladegerät mitgeliefert. Geprüft mit einem leistungsfähigen Schnellladegerät.

5) Ließ sich im Test mit einem Foto täuschen.

6) Auf test.de.

7) Alle Tests führten wir mit der vorinstallierten Schutzfolie durch, da der Anbieter davon abrat, diese zu entfernen.

8) Schäden im Kratztest am Display.

9) Zusammengeklappt.

10) Laut Anbieter Software inzwischen geändert.

Die Besten unter 500 Euro

Die Tabelle zeigt die besten, noch erhältlichen Smartphones unter 500 Euro, die wir seit 2024 geprüft haben.

Produkt	Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	Sicherheits-updates bis mindestens ¹⁾	Grund-funktionen	Kamera	Display	Akku	Hand-habung	Stabilität	QUALITÄTS-URTEIL	Zuerst veröffentlicht in Ausgabe
		30 %	20 %	15 %	15 %	15 %	15 %	5 %	100 %	
Google Pixel 9a (128 GB)	459	4/32	+	+	++	+	++	+	GUT (1,8)	8/25 ²⁾
Nothing Phone (2a) Plus	307	7/28	+	+	++	+	+	+	GUT (2,0)	7/25
Nothing Phone (3a) (128 GB)	329	3/31	+	+	++	+	+	○	GUT (2,0)	8/25 ²⁾
OnePlus Nord 5 (256 GB)	442	7/31	+	+	++	+	○	+	GUT (2,0)	Neu
Google Pixel 8a (128 GB) ³⁾	440	5/31	+	+	++	⊖ ⁴⁾	+	+	GUT (2,1)	2/25 ²⁾
Motorola Edge 50 Pro	480	1/28	+	+	++	+	+	+ ⁴⁾	GUT (2,1)	2/25 ²⁾
Motorola Edge 60 Fusion	277	2/29	+	+	++	+	+	+	GUT (2,1)	Neu
OnePlus Nord 4 (256 GB)	429	7/30	+	+	++	+	○	+	GUT (2,1)	12/24
Xiaomi 13T Pro (512 GB, 12 GB Ram)	499	9/28	+	+	++	+	○	+	GUT (2,1)	7/24
Xiaomi Poco F6 Pro (256 GB)	436	K. A.	+	+	++	+	○	○	GUT (2,1)	12/24
Motorola Edge 50 Neo	293	8/29	+	+	++	+	+	+	GUT (2,2)	7/25
Nothing Phone (2a) (128 GB)	309	3/28	+	○	++	○	+	○	GUT (2,2)	7/24
Samsung Galaxy A35 5G (128 GB)	274	3/28	+	+	+	+	+	+	GUT (2,2)	7/24
Samsung Galaxy A56 5G (128 GB)	325	3/31	+	+	++	○	+	+	GUT (2,2)	7/25
Samsung Galaxy S23 FE (128 GB)	405	10/27	+	+	++	⊖ ⁴⁾	+	+	GUT (2,2)	7/24
Xiaomi 13T	359	9/28	+	○	++	+	○	+	GUT (2,2)	7/24

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse: ++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5). ○ = Befriedigend (2,6–3,5).

⊖ = Ausreichend (3,6–4,5). — = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ rechts). K. A. = Keine Angabe. 1) Laut Anbieter. 2) Auf test.de.

3) Laut Anbieter Software inzwischen geändert. 4) Für unseren Test entfernten wir die vorinstallierte Schutzhülle.

So haben wir getestet

Im internationalen Gemeinschaftstest: Von den 30 Smartphones, die wir seit dem letzten Test im Juli 2025 neu getestet haben, zeigen wir die 21 besten. Zudem vergleichen wir populäre Modelle mit ihren Vorgängermodellen und zeigen die besten Geräte für unter 500 Euro. Einkaufszeitraum: März bis September 2025. Die Online-Preise ohne Versandkosten ermittelte Geizhals.de im Oktober 2025.

Untersuchung: Alle Prüfungen erfolgten in Anlehnung an den Smartphone-Test in Ausgabe 7/24. Die vollständige Beschreibung der Prüfmethoden ist im Internet zu finden unter test.de/handys/methodik.

Abwertungen

Abwertungen bewirken, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Stiftung-Warentest-Qualitätsurteil auswirken. Sie sind in der Tabelle mit einem Sternchen *) gekennzeichnet. Folgende Abwertungen haben wir eingesetzt: Ab der Note Ausreichend für Netzempfindlichkeit werteten wir die Grundfunktionen ab. Ab der Note Ausreichend für Gebrauchsleitung und Inbetriebnahme werteten wir die Handhabung ab. Ab dem Urteil Ausreichend für Akku oder Stabilität werteten wir das Qualitätsurteil ab. Ab der Note Befriedigend für Stoßfestigkeit oder ab Ausreichend für Kratzfestigkeit werteten wir die Stabilität ab. Je schlechter die Urteile, desto stärker der jeweilige Abwertungseffekt.

EU-Verordnung

Neu: Energie-Label für Smartphones und Tablets

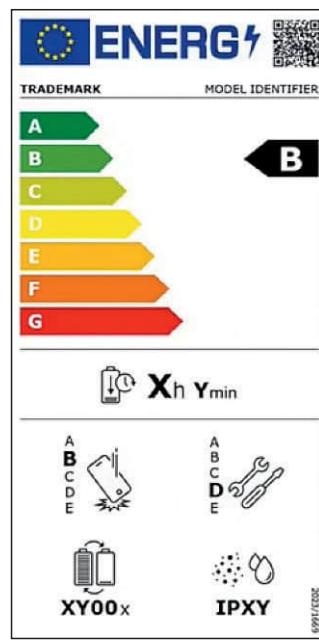
Anbieter müssen nun über die Nachhaltigkeit ihrer Geräte informieren.

Seit Juni müssen in der EU auch Smartphones und Tablets im Handel mit einem Energie-Label gekennzeichnet werden. Das Aussehen des Labels kennen die meisten Verbraucherinnen und Verbraucher bereits: Großgeräte wie Kühlschränke oder Fernseher tragen es seit Langem. Wie bei diesen zeigt auch das Label für smarte Geräte in seinem oberen Teil die Energieeffizienz anhand einer farblich abgestuften Skala von A bis G: Modelle mit grünem A haben die höchste Energieeffizienz, Geräte mit rotem G die niedrigste.

Der untere Teil des Labels wurde für Mobilgeräte angepasst. Dort finden sich fünf Symbole mit Anbieterangaben dazu,

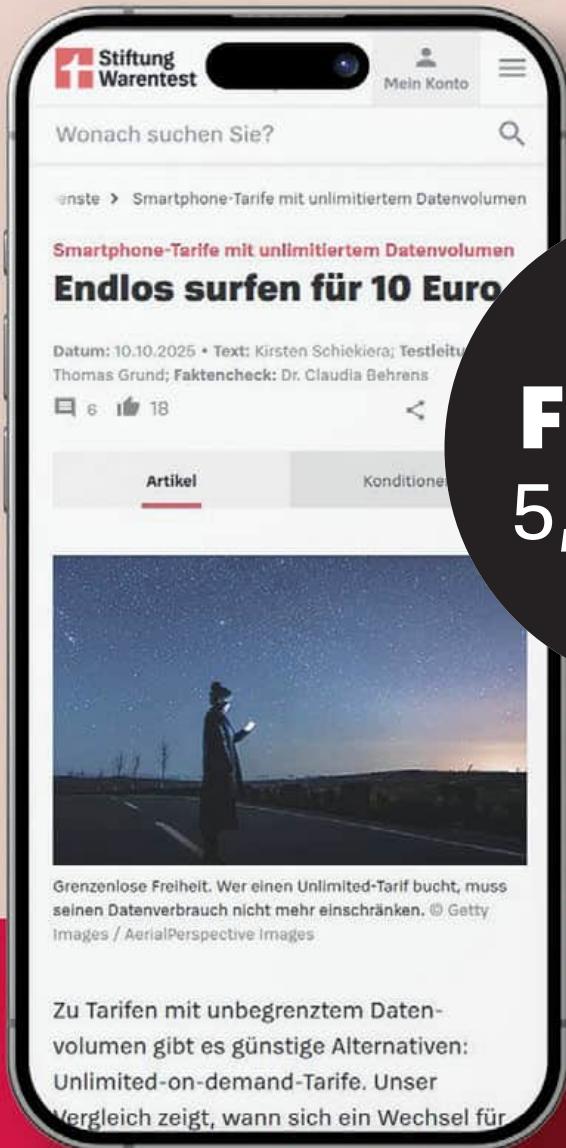
- wie lange eine Akkuladung reicht,
- wie robust das Gerät ist (ermittelt in Falltests),
- wie gut sich das Gerät reparieren lässt,
- wie viele Ladezyklen es dauert, bis der Akku 20 Prozent der Kapazität verliert,
- wie gut das Gerät gegen Staub und Wasser geschützt ist.

Zusätzliche Infos finden sich über den QR-Code auf dem Label. Die Einstufungen der Anbieter veröffentlichen wir ab sofort in unseren Tabellen. Die Angaben überprüfen wir nicht, führen aber ähnliche umfangreiche Tests durch, die sich in Details von denen der EU-Vorgaben unterscheiden. Daher weichen einige Ergebnisse ab.



Zeit für einen Tarifwechsel

Surfen, Streamen, Spielen – macht mehr Spaß ohne Datenlimit. Entsprechende Handy-Tarife waren bislang sehr teuer. Nun gibt es neuartige Unlimited-on-demand-Tarife. Sobald deren Datenkontingent verbraucht ist, kann man nachladen – und zwar gratis und unbegrenzt. Vergleichen lohnt sich: Die günstigsten von uns getesteten Tarife kosten pro Monat 10 Euro, der teuerste 100 Euro:
test.de/unlimited-tarife



✓
Flatrate
5,90 Euro
monatlich*

Weiterlesen auf test.de

Mit der test.de-Flatrate haben Sie freien Zugriff auf:

- ✓ alle Testergebnisse ✓ umfassende Gesundheitsangebote
- ✓ Online-Artikel und Downloads ✓ ständig aktualisierte Test- und
- ✓ Geldanlagetipps ✓ Fondsdatenbanken

0 Euro kostet die Jahresflatrate, wenn Sie Stiftung Warentest und Stiftung Warentest Finanzen abonniert haben.

2,95 Euro kostet die Jahresflatrate monatlich (35,40 Euro jährlich), wenn Sie ein Abo von Stiftung Warentest oder Stiftung Warentest Finanzen haben.

*5,90 Euro kostet die Jahresflatrate monatlich (70,80 Euro jährlich), wenn Sie keines unserer Abos haben.

Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Viel mehr als eine Uhr

Smartwatches Eine teure Garmin zieht mit den bisherigen Spitzenreitern von Apple, Google und Samsung gleich. Gute Uhren gibts ab 77 Euro, billigere versagen beim Pulsmessen.

Immer dabei, unverzichtbar im digitalen Alltag wie beim Fitness-Training: Für viele ist die Smartwatch vom Handgelenk nicht mehr wegzudenken. Doch wer neu einsteigen will in die Welt der schlauen Uhren, steht vor einem schwer überschaubaren Angebot. Wir helfen, ein passendes Modell zu finden.

In der Tabelle auf Seite 40 zeigen wir Testergebnisse von 21 neuen Smartwatches, die wir seit dem letzten Test im Juni geprüft haben. Zudem geben wir einen Überblick über die besten Uhren des Jahres (siehe Tabelle S. 38) und einen Ausblick auf die neueste Generation von Apple-Watches (siehe S. 39), die für den vollen Test zu spät kamen.

Die Preise im aktuellen Testfeld liegen bei 36 bis 764 Euro. Die teuerste, die Garmin Venu X1, schließt zu den Siegern von Apple, Google und Samsung aus dem Vortest auf und schafft es unter die vier Jahresbesten. Unter den neuen Uhren finden sich aber auch vier gute unter 100 Euro. Besonders die Amazfit Bip 6 für 77 Euro lockt mit attraktivem Preis-Leistungs-Verhältnis. Die billigsten für 36 und 40 Euro überzeugen nicht, sie messen den Puls ungenau.

Die Uhr muss zum Handy passen

Welche Uhren überhaupt infrage kommen, hängt auch davon ab, welches Smartphone man nutzt: Die Apple Watches sprechen nur mit iPhones, Uhren von Google, Mobvoi, Motorola, OnePlus und Samsung nur mit Android-Handys. Die Geräte der übrigen Anbieter verbinden sich dagegen sowohl mit iPhones als auch mit Androiden, darunter auch der Testsieger von Garmin.

Das Smartphone bleibt in der Tasche

Die enge Verknüpfung der Uhren mit einem Smartphone lohnt sich, wenn man viele Handy-Funktionen vom Handgelenk aus steuern will: Die Uhren können direkt auf Smartphone-Funktionen zugreifen wie Telefon, Textnachrichten, Kalender oder Musikwiedergabe. Zudem gibt es zahlreiche vertraute iOS- und Android-Apps auch in einer passenden Uhren-Version.

Anbieter aus dem Outdoor- und Fitness-Bereich wie Amazfit, Garmin oder Polar legen den Schwerpunkt mehr auf die Fitness-

funktionen: Puls-, Schritt- und Streckenmessungen, Trainingsprogramme fürs Laufen, Schwimmen, Radfahren. In Sachen Kommunikation sind sie nicht ganz so eng mit den Smartphones verzahnt, verstehen sich dafür aber mit den meisten Handys.

Die besten Fitnessfunktionen bieten Testsieger Garmin Venu X1 sowie die Huawei Watch Fit 4 Pro. Sehr gute Noten sowohl für Fitness als auch für Kommunikation schaffen Modelle von Apple, Google und Samsung. Die besten kosten mehrere Hundert Euro. Günstiger ist die Samsung Galaxy Watch FE aus dem Vortest für 180 Euro.

Fünf Knöpfe plus Touchscreen

Alle Uhren lassen sich per Touchscreen bedienen. Die meisten haben zusätzlich mindestens einen Knopf, viele eine drehbare Krone. Das kann die Handhabung erleichtern. Bei Regen oder mit Handschuhen wird es mit Touchscreens schwierig. Im Vorteil sind hier Uhren wie Garmin Forerunner 570 oder Polar Grit X2, die sich komplett über ihre fünf Druckknöpfe bedienen lassen. Deren Funktion muss man allerdings erst einmal erlernen.

Samsung-Uhren machen früh schlapp

Bei den Akkutests zeigen die Geräte enorme Unterschiede. Die Laufzeiten von Amazfit-, Garmin-, Huawei-, Motorola- oder Xiaomi-Uhren zählt man eher in Wochen als in Tagen. Apple- und Galaxy-Watches müssen dagegen je nach Nutzung und Modell alle ein bis zwei Tage ans Netzteil. →

Unser Rat

Testsieger: Der Neuling Garmin Venu X1 für 764 Euro zieht mit den Siegern des Vortests gleich. Das sind: Apple Watch Series 10 (428 Euro), Google Pixel Watch 3 (357 Euro) und Samsung Galaxy Watch Ultra (2024, 453 Euro). Die neue Garmin macht sehr präzise Fitnessmessungen, bietet gute Kommunikationsfunktionen und hat einen guten Akku.

Preistipp: Unter den neuen Modellen liefert die gute Amazfit Bip 6 für 77 Euro das beste Preis-Leistungs-Verhältnis.





Knopfsache. Die neue Venu X1 von Garmin (r.) hat nur zwei Knöpfe. Traditionell setzt Garmin auf fünf (l.: Forerunner 570).

sie die letzten Plätze. Selbst bei einer so essenziellen Grundfunktion wie der Pulsmessung liegen sie teilweise weit daneben.

Kein Ersatz fürs Blutdruckmessgerät

Dabei sollen die Uhren von Bea-fon und Emporia sogar den Blutdruck messen können. Bei der weit teureren Galaxy Watch7 haben wir es überprüft – das Ergebnis überzeugte nicht (Heft 9/25). Insgesamt sehen wissenschaftliche Studien bei der Blutdruckmessung ohne Manschette noch Probleme mit der Genauigkeit. Besser stehen die Chancen in Sachen Herzgesundheit: So sind die EKG-Funktionen einiger Uhren etwa von Apple, Garmin und Samsung als Medizinprodukte zertifiziert. Sie können Vorhofflimmern frühzeitig erkennen. ■ →

Journalistische Leitung: Georg Dahm; Testleitung: Benjamin Barkmeyer; Produktauswahl: Lutz Konzag; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

In diesem Punkt haben sich die neuen Samsung-Uhren gegenüber ihren Vorgängermodellen sogar noch leicht verschlechtert. Galaxy Watch8, Watch8 Classic und Watch Ultra (2025) liefern im Test noch etwas kürzere Laufzeiten als ihre jeweiligen Vorgänger. Dafür messen sie Puls und Strecken noch ein wenig genauer. Insgesamt sind die Unterschiede zu den Vorgängern aber überschaubar. Sparfüchse können getrost zu einem der günstigeren Vorgängermodelle greifen.

Wer noch preisgünstiger fahren will, muss Abstriche bei der Ausstattung machen. So bietet etwa der Preis-Leistungs-Sieger Amazfit Bip 6 für 77 Euro zwar verlässliche Puls-, Schritt- und Streckenmessungen, gutes Handling von Anrufen und Nachrichten sowie einen guten Akku, aber zum Beispiel keinen Höhenmesser und keinerlei Musikfunktionen.

Noch weniger kosten die Modelle von Bea-fon, Emporia und der MediaMarkt-Saturn-Eigenmarke Peaq. Im Test belegen

Smartwatches: Die besten des Jahres

Dies sind die besten Smartwatches, deren Ergebnisse wir im Jahr 2025 veröffentlicht haben.

Produkt	Mittlerer Preis ca. (Euro)	Kompatibel mit Android/iOS	Fitnessfunktionen	Kommunikation und weitere Funktionen	Handhabung	Akku	Stabilität und Verarbeitung	Datenschutz und Datensicherheit	QUALITÄTSURTEIL	Zuerst veröffentlicht in Heft
Apple Watch Series 10 Aluminium (GPS) 46 mm	428	□/■	++	++	++	○	++	○	GUT (1,6)	6/25
Garmin Venu X1	764	■/■	++	+	++	+	++	○	GUT (1,6)	Neu
Google Pixel Watch 3 45 mm (Bluetooth/Wlan) ¹⁾	357	■/□	++	++	++	○	++	○	GUT (1,6)	6/25
Samsung Galaxy Watch Ultra (2024)	453	■/□	++	++	++	⊖	++	○	GUT (1,6)	6/25
Garmin Fenix 8 Amoled 51 mm ¹⁾	943	■/■	++	+	++	+	++	○	GUT (1,7)	6/25
Garmin Forerunner 570 47 mm	528	■/■	++	+	++	+	++	○	GUT (1,7)	Neu
Garmin Vivoactive 6	308	■/■	++	+	++	+	++	○	GUT (1,7)	Neu
Huawei Watch Fit 4 Pro	257	■/■	++	○	++	+	++	○	GUT (1,7)	Neu
Huawei Watch GT 5 Pro 46 mm	329	■/■	++	○	++	++	++	○	GUT (1,7)	6/25
OnePlus Watch 3	275	■/□	+	++	+	+	++	○	GUT (1,7)	Neu
Samsung Galaxy Watch FE	180	■/□	++	++	++	⊖	++	○	GUT (1,7)	6/25
Samsung Galaxy Watch Ultra (2025)	602	■/□	++	++	++	⊖	++	○	GUT (1,7)	Neu
Samsung Galaxy Watch7 (Bluetooth) 44 mm	230	■/□	++	++	++	○	++	○	GUT (1,7)	6/25
Samsung Galaxy Watch8 (Bluetooth) 44 mm	349	■/□	++	++	++	○	++	○	GUT (1,7)	Neu

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5). ○ = Befriedigend (2,6–3,5).
⊖ = Ausreichend (3,6–4,5). — = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

■ = Ja. □ = Nein.

1) Laut Anbieter Firmware inzwischen geändert.

Drei neue Apple-Watches im Test

Präzisere Messungen, kein Durchbruch beim Akku

Apples Uhren der neuesten Generation zeigen teils deutliche Verbesserungen, im Detail aber auch kleinere Rückschritte. Die Einstiegs-Watch hat Apple aufgewertet.

Apples Smartwatches kommen in drei Modellreihen, in allen drei gibt es nun Nachfolger: die Apple Watch Series 11 folgt der Series 10 von 2024. Die robuste Watch Ultra 3 folgt der Ultra 2 von 2023 und auf das drei Jahre alte Einstiegsmodell Watch SE folgt die SE 3. Die Neuen kamen erst Ende September ins Labor – zu spät, um sie vollständig zu testen. Erste Prüfergebnisse zeigen aber ein interessantes Bild.

Präzisere Messungen. Die Kommunikationsfunktionen der Apple-Uhren waren seit jeher spitze. Daran hat sich nichts geändert. Deutlich besser geworden sind die Fitnessfunktionen der neuen Modelle. Den Puls messen sie nun besonders beim Laufen genauer. Den Schrittzähler hat Apple vor allem beim Messen im Alltag verbessert. Den größten Sprung macht das Hauptmodell, die Series 11. Sie misst präziser als alle anderen Smartwatches im Test.

Mäßige Akkus. Apple bewirbt die neuen Watches auch mit besseren Akkulaufzeiten. Doch da zeigt unser Test ein differenzierteres Bild. Tatsächlich hält die Watch Series 11 ohne Trainingsmo-

dus im Test gut einen halben Tag länger durch als die Series 10, mit Trainingsmodus jedoch eine Stunde kürzer. Auch bei Watch SE und Ultra haben sich die Laufzeiten im Training eher verschlechtert, Ladezeiten dafür verbessert. Insgesamt gehört der Akku weiterhin nicht zu den Stärken der Apple Watches.

Watch SE leicht aufgewertet. Anders als beim Vorgänger kann das Display der Watch SE 3 nun dauerhaft eingeschaltet bleiben („Always On“). Außer-

dem misst die neue SE nun auch die Hauttemperatur. Den Blutsauerstoffgehalt messen bei Apple dagegen weiter nur die teureren Modelle. Dabei ist das heute eigentlich ein Standardfeature.

Fazit: Die neuen Apple Watches liefern bessere Fitnessmessungen als die Vorgänger – die Watch Series 11 misst präziser als alle anderen im Test. Die Akkus gehören weiter nicht zu ihren Stärken, sie sind im Trainingsmodus sogar noch etwas schwächer als früher.



Apple Watch
Ultra 3
Ab 899 Euro

Apple Watch
Series 11
Ab 449 Euro

Apple Watch
SE 3
Ab 269 Euro

So haben wir getestet

Im internationalen Gemeinschaftstest prüfen wir regelmäßig Smartwatches. In diesem Heft zeigen wir davon 21 neu geprüfte Modelle zwischen 36 und 764 Euro. Wurden mehrere Modellvarianten getestet, wählten wir daraus die größte Variante, und davon, sofern vorhanden, die ohne Mobilfunk aus. Wir kauften die Geräte von März bis Juli 2025 anonym im Handel ein. Die Online-Preise ohne Versandkosten erhielt Geizhals.de im Oktober 2025.

Untersuchungen: Wir testeten Smartwatches mit aktuellen Android- und iOS-Smartphones.

Die Prüfungen entsprechen dem Smartwatch-Test aus Heft 12/22. Die vollständige Beschreibung der Prüfmethoden finden Sie online unter test.de/wearables/methodik.

Abwertungen

Abwertungen sorgen dafür, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. Sie sind in der Tabelle mit einem Sternchen *) gekennzeichnet. Folgende Abwertungen setzten wir ein:
Ab der Note Ausreichend für Stabilität und Verarbeitung oder Datenschutz und Datensicherheit sowie ab Mangelhaft für die Fit-

nessfunktionen werteten wir das Qualitätsurteil ab. Ab der Note Ausreichend für die Pulsmessung werteten wir das Urteil Fitnessfunktionen ab. Ab der Note Ausreichend für Einrichtung und Gebrauchsanleitung werteten wir das Urteil Handhabung ab. Ab der Note Ausreichend für Schutz von Nutzerkonto und Datenübertragung werteten wir das Urteil für Datenschutz und Datensicherheit ab. Je schlechter die Urteile sind, desto stärker ist der jeweilige Abwertungseffekt. Bei deutlichen Mängeln in der Datenschutzerklärung konnte das Urteil Datenschutz und Datensicherheit maximal Befriedigend (3,5) sein.



Neue Smartwatches: Garmin vorn, gute ab 77 Euro

Produkt	1 Garmin Venu X1	2 Garmin Forerunner 570 47 mm	3 Garmin Vivoactive 6	4 Huawei Watch Fit 4 Pro	5 OnePlus Watch	6 Samsung Galaxy Watch Ultra (2025)	7 Samsung Galaxy Watch8 (Bluetooth) 44 mm	8 Amazfit Balance 2	9 Amazfit Bip 6
Mittlerer Preis ca. (Euro)	764	528	308	257	275	602	349	280	77
QUALITÄTSURTEIL	100 % GUT (1,6)	GUT (1,7)	GUT (1,7)	GUT (1,7)	GUT (1,7)	GUT (1,7)	GUT (1,7)	GUT (1,8)	GUT (1,9)
Fitnessfunktionen	35 % sehr gut (1,1)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,4)	sehr gut (1,1)	gut (1,7)	sehr gut (1,2)	sehr gut (1,3)	gut (1,6)	gut (1,6)
Pulsmessung ¹⁾	++	++	++	++	+	++	+	+	+
Schrittzähler/Streckenmessung	++/++	++/++	++/+	++/++	++/++	++/++	++/++	/++	++/+
Kommunikation und weitere Funktionen	25 % gut (2,1)	gut (2,1)	gut (2,3)	befriedigend (2,7)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,5)	gut (2,4)	gut (2,5)
Anruf-Funktionen/Nachrichten	+/-	+/-	○/+	+/-	+/-	++/++	++/++	+/-	+/-
Musikfunktionen/Schlafüberwachung	○/++	○/++	○/++	-/+	+/-	+/-	+/-	-/+	-/+
Vielseitigkeit	+	+	+	+	++	++	++	++	+
Handhabung	20 % sehr gut (1,3)	sehr gut (1,4)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,4)	gut (1,6)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,4)	sehr gut (1,5)	gut (1,6)
Einrichtung und Gebrauchsanleitungen	+	+	+	+	○	+	+	○	○
Täglicher Gebrauch	++	++	++	++	++	++	++	++	++
Display/Bedienung per App	++/++	++/++	++/++	++/○	++/+	++/++	++/++	++/+	++/+
Akku	10 % gut (2,2)	gut (1,9)	gut (2,0)	gut (1,6)	gut (2,0)	ausreichend (4,1)	befriedigend (3,3)	sehr gut (1,5)	gut (2,1)
Stabilität und Verarbeitung	5 % sehr gut (0,7)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (0,7)	sehr gut (0,9)	sehr gut (0,7)	sehr gut (0,8)
Datenschutz und Datensicherheit	5 % befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)
Sparsames Erheben von Nutzerdaten	+	+	+	○	+	++	++	○	○
Schutz von Nutzerkonto und Datenübertragung	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Mängel in der Datenschutzerklärung	deutliche*)	deutliche*)	deutliche*)	deutliche*)	deutliche*)	deutliche*)	deutliche*)	deutliche*)	deutliche*)
Ausstattung/Technische Merkmale									
Kompatibel mit Android/iOS	■/■	■/■	■/■	■/■	■/□	■/□	■/□	■/■	■/■
WLan/NFC-Chip ²⁾	■/■	■/■	■/■	□/■	■/■	■/■	■/■	■/■	□/□
GPS/Höhenmesser/Kartennavigation	■/■/■	■/■/□	■/■/□	■/■/■	■/■/■	■/■/■	■/■/■	■/■/■	■/□/■
EKG/Hauttemperatur	□/■	□/■	□/□	■/■	■/■	■/■	■/■	□/■	□/□
Sturzerkennung/Musikspeicher	□/■	□/■	□/■	□/■	■/■	■/■	■/■	□/■	□/□
Musik-Streaming: Apple Music/Deezer/Spotify/Youtube Music	□/■/■/□	□/■/■/■	□/■/■/□	□/□/□/□	□/■/■/■	□/■/■/■	□/■/■/■	□/□/□/□	□/□/□/□
Akkulaufzeit mit/ohne Training ca. (h) ³⁾	13/200	19/297	19/300	23/297	38/145	14/27	14/57	30/446	19/253
Ladezeit ca. (Min)	107	93	134	66	69	126	125	107	119
Länge x Breite x Dicke ca. (mm)	52 x 42 x 10	52 x 48 x 14	47 x 44 x 13	45 x 42 x 12	51 x 51 x 14	47 x 47 x 16	46 x 44 x 12	52 x 51 x 13	47 x 41 x 12
Gewicht ca. (g)	40	50	36	54	80	93	54	61	44

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).

○ = Befriedigend (2,6–3,5). □ = Ausreichend (3,6–4,5).

– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

Mängel in der Datenschutzerklärung:
keine, sehr geringe, geringe, deutliche.

*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 39).

■ = Ja. □ = Nein.

Alle geprüften Smartwatches bieten Schlafüberwachung, alle außer Bea-fon, Emporia und MediaMarktSaturn sind zum Schwimmen geeignet. Nur Samsung Galaxy Watch Ultra und Huawei Watch 5 können per eSIM eine Mobilfunkverbindung nutzen. Nur die Modelle von Garmin und Polar lassen sich zur Datenübertragung per USB-Kabel mit einem PC verbinden.



10	Huawei Watch Fit 4	11	Samsung Galaxy Watch8 Classic (Bluetooth) 46 mm	12	Huawei Watch 5 46 mm	13	Mobvoi TicWatch Pro 5 Enduro	14	Amazfit Active 2	15	Xiaomi Redmi Watch 5	16	Motorola Moto Watch Fit	17	Polar Grit X2	18	Xiaomi Watch S4	19	Bea-fon SmartWatch 402	20	Media-MarktSaturn Peaq PSW 100	21	Emporia Watch Joy ⁹⁾
147	426	427	225	96	89	81	469	130	64	36	40												
GUT (1,9)	GUT (1,9)	GUT (2,0)	GUT (2,0)	GUT (2,2)	GUT (2,2)	GUT (2,4)	GUT (2,4)	GUT (2,4)	GUT (2,4)	GUT (3,4)	AUSREICHEND (3,9)	AUSREICHEND (4,1)											
sehr gut (1,3)	gut (2,1)	sehr gut (1,2)	gut (1,9)	gut (2,4)	gut (2,0)	gut (1,8)	gut (2,0)	befriedigend (2,6)	ausreichend (4,4)	mangelhaft (5,0) ^{*)}	ausreichend (3,8)												
+	○	+	+	○	○	+	+	⊖*) ⁵⁾	—*) ⁶⁾	—*) ⁷⁾	—*) ¹⁰⁾												
++/++	++/++	++/++	++/+	++/+	++/+	++/+	○/++	++/++	○/○	○/○	○/○												
befriedigend (2,7)	sehr gut (1,5)	gut (2,5)	sehr gut (1,5)	gut (2,4)	befriedigend (3,1)	ausreichend (4,0)	ausreichend (3,6)	befriedigend (3,1)	befriedigend (3,3)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,4)												
+/-	+/-	-/+	+/-	-/+	-/+	-/+	-/+	-/+	-/+	-/+	-/+												
+	++	+	+	++	○	○	○	+	+	○	○												
sehr gut (1,5)	sehr gut (1,2)	gut (1,6)	gut (2,0)	gut (1,6)	gut (1,8)	gut (1,8)	gut (1,7)	gut (1,9)	befriedigend (2,9)	gut (2,5)	gut (2,5)												
+	+	+	+	○	○	○	○	○	⊖*)	○	○												
++	++	++	+	++	+	+	+	+	○	○	○												
++/○	++/++	++/○	++/+	++/+	++/+	++/++	++/○	++/+	++/+	++/+	++/+												
gut (1,9)	befriedigend (3,3)	gut (2,2)	befriedigend (2,8)	gut (2,2)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,4)	gut (2,2)	sehr gut (1,4)	gut (2,0)	befriedigend (2,7)	gut (2,4)												
sehr gut (1,0)	sehr gut (0,7)	ausreichend (3,6) ^{*)⁴⁾}	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,0)	sehr gut (0,7)	sehr gut (0,8)	sehr gut (1,2)	sehr gut (1,4)	sehr gut (1,5)											
befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)	ausreichend (4,5) ^{*)}											
○	++	○	++	○	+	○	+	+	+	+	+	○											
+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	++	⊖*) ¹¹⁾										
deutliche ^{*)}	deutliche ^{*)}	deutliche ^{*)}	deutliche ^{*)}	deutliche ^{*)}	deutliche ^{*)}	deutliche ^{*)}	deutliche ^{*)}	deutliche ^{*)}	deutliche ^{*)}	deutliche ^{*)}	deutliche ^{*)}	deutliche											

■/■	■/□	■/■	■/□	■/■	■/■	■/□	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	
□/■	■/■	■/■	■/■	□/■	□/□	□/□	□/□	□/■	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	
■/■/■	■/■/■	■/■/■	■/■/■	■/■/■	■/■/■	■/■/□	■/■/□	■/■/■	■/■/□	■/■/□	■/■/□	■/■/□	■/■/□	■/■/□	■/■/□	■/■/□	■/■/□	■/■/□	■/■/□	■/■/□	■/■/□	
□/□	■/■	■/■	□/■	□/■	□/□	□/□	□/□	■/■	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	
□/■	■/■	■/■	■/■	□/■	□/□	□/■	□/□	□/□	□/□	■/■	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	
□/□/□/□	□/■/■/■	□/□/□/□	□/■/■/■	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/□	
16/246	20/50	38/166	16/80	17/191	38/500	20/417	12/218	20/418	100/246	Entfällt ⁸⁾ /112	Entfällt ⁸⁾ /234											
78	129	98	120	111	119	74	96	64	185	98	120											
43 x 39 x 12	52 x 47 x 14	51 x 49 x 15	54 x 50 x 14	44 x 44 x 12	48 x 43 x 13	54 x 38 x 11	45 x 45 x 13	53 x 51 x 14	53 x 50 x 12	53 x 48 x 12	51 x 48 x 13											
50	86	90	75	42	46	32	61	69	55	41	56											

1) Alle Messungen außer der des Ruhepulses erfolgen im jeweiligen Trainingsmodus.

2) Zum kontaktlosen Bezahlen.

3) Trainingsmodus mit eingeschaltetem GPS, wenn vorhanden.

4) Displayschaden nach Falltest.

5) Besonders große Abweichung beim Gehen.

6) Besonders große Abweichung beim Gehen und Laufen.

7) Durchweg große Abweichungen von der Referenzmessung.

8) Die Akkuanzeige ermöglichte keine präzise Ermittlung der zu erwartenden Laufzeit im Trainingsmodus mit aktiviertem GPS während des Trainingsszenarios.

9) Laut Anbieter Auslaufmodell.

10) Besonders große Abweichung beim Gehen und in Ruhe.

11) Erlaubt zu kurze Passwörter.

Teamwork bringt Spaß

Tablets Nur wenn alle Komponenten gut zusammenpassen, bieten Tablets tolle Leistung. Das gelingt nicht allen, aber vielen: 14 der 18 Neulinge sind gut – los gehts ab rund 200 Euro.

Vielseitig, schnell, leistungsfähig – die besten Tablets können eine Alternative zu Laptops sein: Sie ermöglichen das Schneiden von Videos, stellen 3-D-Spiele flüssig dar und knicken auch bei komplexen Rechenaufgaben nicht ein. Die Anbieter bewerben ihre Tablets mit tollen Werten – doch manch ein Gerät erweist sich im Praxistest als langsam, ist wenig vielseitig oder hat eine schwache Kamera.

Diesmal stellen wir 30 Tablets in den Größen klein, mittel und groß vor: 18 frisch geprüfte plus die besten 12 Modelle aus dem

Test im August-Heft. Apple und Samsung dominieren das Spitzensfeld – mit riesigen Preisunterschieden: Bei den großen Tablets mit über 30 Zentimeter Bilddiagonale gesellen sich neben das Apple iPad Air 13“ für 913 Euro zwei Neulinge von Samsung – das Galaxy Tab S10 FE+ für 544 Euro und das Galaxy Tab S11 Ultra für rund 1340 Euro.

Zwei neue Samsung Galaxy sind spitze

In der Gruppe der mittelgroßen Tablets überholen zwei neue Samsungs den bisherigen Spitzenreiter von Apple sogar: Das Galaxy Tab S11 für rund 900 Euro setzt sich an die Spitze, knapp vor dem Galaxy Tab S10 FE für rund 450 Euro. Apples iPad Air 11“ für 660 Euro liegt somit nun auf dem dritten Platz. Bei den kleinen Tablets gibt es keine Neuzugänge: Vorn liegen weiterhin zwei gute Geräte von Apple und Lenovo.

Auf die Top-Geräte folgt eine Reihe von guten und teilweise deutlich preiswerteren Modellen für unter 400 Euro von Apple, Honor, Lenovo, OnePlus, Oppo und Xiaomi. Das günstigste gute Tablet und damit unser Preistipp ist das mittelgroße OnePlus Pad Lite für nur rund 200 Euro (siehe rechts).

Teamwork bringt Geschwindigkeit

Ein schneller Prozessor ermöglicht aufwendige Anwendungen wie Videobearbeitung oder 3-D-Spiele. Ein großer Arbeitsspeicher erleichtert Multitasking – viele Apps können gleichzeitig im Hintergrund laufen,



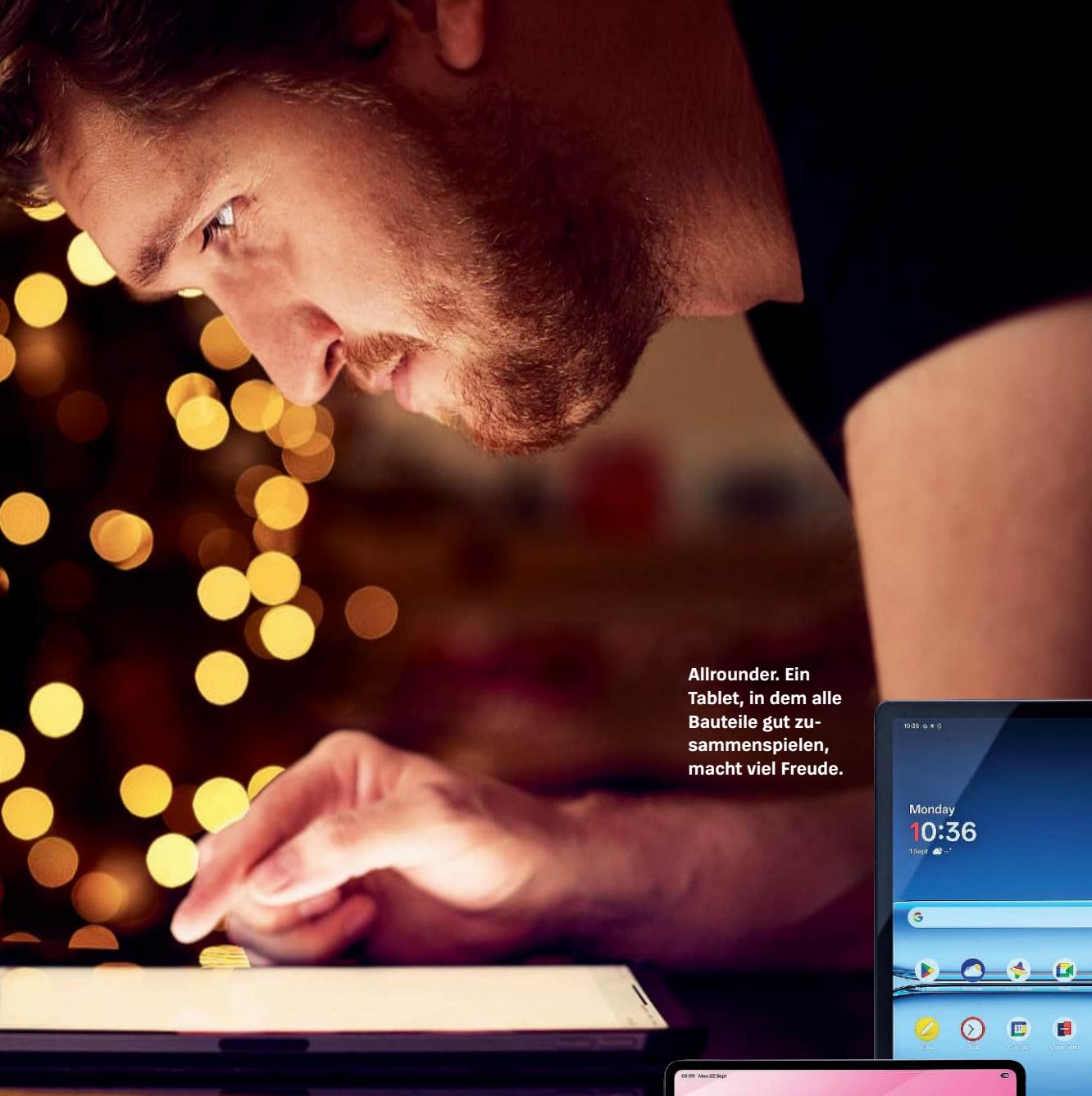
Unser Rat

Testsieger: Unter den großen Tablets liegen die drei besten Modelle gleichauf – die zwei Neulinge Samsung Galaxy Tab S10 FE+ (544 Euro) und Galaxy Tab S11 Ultra (1339 Euro) sowie Apples iPad Air 13“ (913 Euro). Die mittelgroßen Tablets führt das gute Galaxy Tab S11 (899 Euro) an. Beste kleine Tablets: Apple iPad Mini (580 Euro) und Lenovo Legion Tab Gen 3 (579 Euro).

Preistipp: Günstigstes gutes Tablet ist das OnePlus Pad Lite (202 Euro).

ohne dass das Tablet langsamer wird. Und auf einen großen internen SSD-Speicher passen viele Videos, Fotos sowie die Daten speicherintensiver Apps. Doch nur wenn Prozessor, Arbeitsspeicher und interner Festspeicher harmonieren und kein Teil die anderen ausbremst, kann das System optimal funktionieren. Das zeigt sich auch in diesem Test.

Negativ fiel zum Beispiel das große Blackview Mega 8 auf. Der Anbieter wirbt zwar mit einem üppigen Arbeitsspeicher von 12 Gigabyte (GB) und 256 GB internem Speicher. Zugleich steckt in dem Tablet allerdings der etwas leistungsschwächere Prozessor Unisoc Tiger T620. Im Praxistest erzielte das Gerät mit dieser Kombination nur ausreichende Rechen- und Grafikleistungen – zu-



Allrounder. Ein Tablet, in dem alle Bauteile gut zusammenspielen, macht viel Freude.



Günstigstes gutes Gerät

OnePlus
Pad Lite Wi-Fi,
202 Euro

GUT (2,5)

dem ist sein Urteil für „Funktionen“ das schlechteste im Test. Das ähnlich große OnePlus Pad 2 dagegen kommt mit Qualcomm-Prozessor Snapdragon 8 Gen 3 und nur 4 GB Arbeitsspeicher sowie ebenfalls 256 GB internem Speicher auf gute Noten in Rechen- und Grafikleistung.

Selbst Top-Geräte im Test haben weniger Speicher als das Blackview: Apples iPad Air 13“ und Air 11“ zeigen mit M3-Prozessor mit je 8 GB Arbeits- und 128 GB internem Speicher trotzdem sehr gute Leistungen.

Kamera und Display nicht immer gut

Auch hohe Werte bei der Bildschirmauflösung bedeuten nicht automatisch bessere Displays. So hat das große OnePlus Pad 3 rein rechnerisch mit 3392 mal 2400 Pixel →

Schnell und teuer

Samsung
Galaxy Tab S11
Ultra Wi-Fi,
1339 Euro

GUT (1,7)

Mehr als 30 cm Bilddiagonale (11,8 Zoll)



die höchste Bildschirmauflösung, das Display ist gut. Das vergleichbar große Apple iPad Air 13“ hat jedoch mit „nur“ 2732 mal 2048 Pixel sogar ein sehr gutes Display. Denn: Neben der Auflösung zählen auch Faktoren wie Farbgenaugigkeit, störende Reflexionen und Blickwinkelstabilität.

Große Unterschiede fanden wir auch bei den Kameras. In ihren Rückkameras bieten Tablets oft eine Auflösung von 12 bis 13 Megapixel. Blackview Mega 8, Huawei MatePad Pro 12,2“ und Xiaomi Pad 7 Pro verwenden allerdings Kameras mit rund 50 Megapixel. Im Praxistest bringen diese hohen Zahlen aber keine Vorteile: Die Kameras von Huawei und Xiaomi sind befriedigend, die Kamera von Blackview ist sogar nur ausreichend. Ähnliche Ergebnisse zeigen seit Jahren unsere Tests von großen Systemkameras: Viele Pixel liefern nicht automatisch tolle Bilder – sie können sogar das Bildrauschen verstärken und Farben verfälschen.

Neues EU-Energie-Label

Seit Juni 2025 müssen Anbieter von Tablets und Smartphones ihre Geräte mit einem EU-Energielabel ausstatten (siehe S. 34). Per Farbskala von A bis G soll es unter anderem über Energieeffizienz, Reparierbarkeit und Zuverlässigkeit nach Stürzen informieren – diese Parameter nennen wir in der Tabelle.

Die Energieeffizienz von Tablets rangiert oft in den schlechtesten Klassen F oder G, was unter anderem an der Größe im Vergleich zum Smartphone liegt. Die Reparierbarkeit ihrer Tablets weisen die Anbieter dagegen meist in den Klassen B und C aus. Die großen Lenovos fallen hier mit ihrem A auf. Sie sollen unter anderem sieben Jahre lang Sicherheitsupdates erhalten und haben ausführliche Reparaturanleitungen.

Tipp: Nutzende können sämtliche Details zu Tablets in der EU-Datenbank EPREL auf eprel.ec.europa.eu einsehen. ■ →

Text: Henning Withöft; Testleitung: Dr. Kirstin Wethkamp; Produktauswahl: Thomas Grund; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

Tablets ab 30 Zentimeter Bilddiagonale: Die drei besten Geräte

Produkt	Mehr als 30 cm Bilddiagonale (11,8 Zoll)			
	1 Apple iPad Air 13" (M3) Wi-Fi (128 GB)	2 Samsung Galaxy Tab S10 FE+ Wi-Fi (SM-X620, 128 GB, 8 GB)	3 Samsung Galaxy Tab S11 Ultra Wi-Fi (SM-X930, 256 GB, 12 GB)	4 Lenovo Yoga Tab Plus ⁶⁾
Zuerst veröffentlicht in Stiftung Warentest	8/25	Neu	Neu	8/25
Mittlerer Onlinelpreis ca. (Euro)	913	544	1339	808
Geprüft mit Betriebssystem	iPadOS 18.3.2	Android 15	Android 16	Android 14
Google-Dienste verfügbar ¹⁾	Entfällt	■	■	■
▪ QUALITÄTSURTEIL	100 %	GUT (1,7)	GUT (1,7)	GUT (1,7)
Funktionen	30 %	sehr gut (1,4)	gut (2,1)	sehr gut (1,4)
Rechenleistung/Internetsurfen	++/++	○/+	+/++	+/++
Grafikleistung/Ton	++/+	+/+	++/++	+/+
Kameras: Frontkamera (Webcam)/Rückkamera	+/+	+/+	+/+	O/O
Bildschirm	20 %	sehr gut (1,1)	gut (1,7)	gut (1,6)
Bildqualität/Blickwinkelabhängigkeit	++/++	+/+	++/+	+/+
Akku	20 %	gut (2,3)⁴⁾	sehr gut (1,0)⁴⁾	gut (2,1)⁴⁾
Handhabung	20 %	gut (1,8)	gut (1,6)	gut (1,7)
Gebrauchsanleitung und Hilfen	+	+	+	+
Inbetriebnahme und Wiederherstellung	++	++	+	++
Täglicher Gebrauch/Eingabestift	++/Entfällt	++/++	++/++	+/++
Handlichkeit und Transport/Verarbeitung	+/+	+/++	O/++	O/++
Vielseitigkeit	10 %	befried. (2,8)	gut (2,1)	gut (1,7)
Ausstattung/Technische Merkmale				
Nutzbare Diagonale (Zoll/cm)	12,9/32,8	13,1/33,3	14,6/37,1	12,7/32,3
Bildschirm-Auflösung (Pixel)	2732 x 2048	2880 x 1800	2960 x 1848	2944 x 1840
Max. Helligkeit ca. (Candela pro m ²)	640	620	500	700
Arbeitsspeicher (GB)/Micro-SD-Kartenleser	8/□	8/■	12/■	16/□
Interner Speicher: Kapazität/davon verfügbar ca. (GB)	128/102	128/104	256/225	256/220
Anschlüsse: USB-C/3,5-mm-Kopfhörer	1/□	1/□	1/□	1/□
WiFi 6/WiFi 6E/WiFi 7/GPS	■/■/□/□	■/□/□/■	■/■/■/■	■/■/■/□
Mitgeliefert: Eingabestift/Tastatur	□/□	■/□	■/□	■/■
EU-Energie-Label-Klasse: Energieeffizienz/Reparierbarkeit/Zuverlässigkeit nach freiem Fall ²⁾	G/C/E	F/C/E	G/C/E	F/A/E
Kamera-Auflösung Foto: Rück/Front (Megapixel)	12,2/12,2	12,8/12,0	12,8 ⁵⁾ /12,0	13,0 ⁵⁾ /13,0
Akku Laufzeit beim Surfen/Videoabspielen ca. (h:min) ³⁾	10:10/15:00	16:50/17:30	10:50/14:00	15:40/15:10
Ladedauer ca. (h:min)	2:20 ⁴⁾	2:10 ⁴⁾	1:50 ⁴⁾	1:20 ⁴⁾
Höhe x Breite x Tiefe ca. (cm)	28 x 22 x 0,8	30 x 20 x 0,8	33 x 21 x 0,8	29 x 19 x 0,9 ⁷⁾
Gewicht ca. (Gramm)	610	670	690	640 ⁷⁾
Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:				
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).				
○ = Befriedigend (2,6–3,5). Θ = Ausreichend (3,6–4,5).				
■ = Mangelhaft (4,6–5,5).				
Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.				
*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 47).				
■ = Ja. □ = Nein.				
Alle Tablets haben: Bluetooth, WLAN 2,4 und 5 Gigahertz.				
Kein Tablet hat einen wechselbaren Akku.				



kosten zwischen 544 Euro und 1339 Euro

5	Samsung Galaxy Tab S10 Ultra Wi-Fi (SM-X920, 256 GB, 12 GB)	6	OnePlus Pad 3 (256 GB, 12 GB)	7	Samsung Galaxy Tab S10+ Wi-Fi (SM-X820, 256 GB, 12 GB)	8	Honor MagicPad 2	9	Huawei MatePad Pro 12,2" (2025)	10	OnePlus Pad 2	11	Honor Pad 10	12	Huawei MatePad 12X	13	Lenovo Idea Tab Pro WiFi (256 GB, 8 GB)	14	Acer Iconia X12 (X12-11-873D, 128 GB)	15	Blackview Mega 8 (256 GB)
8/25	Neu	8/25	8/25	Neu	8/25	Neu	8/25	Neu	8/25	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	
1021	549	840	459	928	429	352	612	386	383	281											
Android 14	Android 15	Android 14	Android 14 - MagicOS 8.0.1	HarmonyOS 4.3.0	Android 14,1 - OxygenOS 14.1	Android 15	HarmonyOS 4.2.0	Android 14	Android 14	Android 14											
■	■	■	■	□	■	■	□	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
GUT (1,9)	GUT (2,0)	GUT (2,0)	GUT (2,2)	GUT (2,2)	GUT (2,2)	GUT (2,3)	GUT (2,3)	GUT (2,4)	GUT (2,4)	BEFRIEDIGEND (2,9)	BEFRIEDIGEND (3,0)										
gut (1,7)	gut (1,9)	gut (1,7)	gut (2,2)	gut (2,3)	gut (2,1)	befriedigend (2,6)	gut (2,4)	gut (2,4)	ausreichend (3,6)*	ausreichend (3,8)*											
+/++	+/++	+/++	O/+	O/++	+/++	O/+	O/+	+/+	Θ/O	Θ*/O											
++/++	++/+	+/++	+/+	+/+	+/+	+/○	+/+	+/+	O/O	O/O											
+/+	O/O	+/+	O/O	O/O	O/O	O/O	O/O	O/O	Θ*/Θ	Θ/Θ											
gut (1,9)	gut (2,1)	gut (2,0)	gut (1,9)	gut (1,6)	gut (1,9)	gut (2,1)	gut (1,9)	gut (2,4)	gut (2,3)	gut (2,3)	gut (2,8)	gut (2,3)	gut (2,6)								
+/+	+/+	+/+	+/+	++/+	+/+	+/+	+/+	O/O	+/-	O/+											
befried. (2,7)*	gut (1,8)*	befried. (2,8)*	gut (2,4)*	gut (2,3)*	gut (2,2)*	gut (2,0)*	gut (2,2)*	gut (2,2)*	befried. (2,8)*	befried. (2,9)	gut (2,3)*										
gut (1,6)	gut (2,2)	gut (1,6)	gut (1,9)	gut (2,0)	gut (2,1)	gut (1,9)	gut (2,3)	gut (1,8)	gut (2,0)	gut (2,2)											
+	Θ*)	+	+	+	Θ*)	+	+	+	+	+											
+	++	+	+	++	++	+	++	++	++	++											
++/++	+/Entfällt	++/++	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt											
O/++	O/++	+/++	+/++	+/○	+/++	+/++	+/○	+/++	+/++	+/++											
gut (1,7)	gut (2,5)	gut (1,8)	befried. (2,9)	befried. (2,7)	befried. (3,0)	befried. (3,4)	befried. (3,3)	befried. (3,3)	gut (1,7)	ausreich. (4,0)	gut (2,3)										

14,6/37,1	13,2/33,5	12,4/31,5	12,3/31,2	12,2/31,0	12,1/30,7	12,1/30,7	12,0/30,5	12,7/32,3	12,6/32,0	12,9/32,8										
2960 x 1848	3392 x 2400	2800 x 1752	3000 x 1920	2800 x 1840	3000 x 2120	2560 x 1600	2800 x 1840	2944 x 1840	2560 x 1600	1920 x 1200										
390	490	400	600	590	540	560	610	320	400	490										
12/■	12/□	12/■	12/□	12/□	4/□	8/□	12/□	8/■	8/■	12/■										
256/227	256/236	256/227	256/218	512/478	256/229	256/226	256/235	256/237	128/113	256/245										
1/□	1/□	1/□	1/□	1/□	1/□	1/□	1/□	1/■	1/■	1/■										
■/■/■/■	■/□/■/■	■/■/□/■	■/□/□/□	□/□/□/■	■/□/■/■	■/□/□/□	□/□/□/□	■/■/□/■	□/□/□/□	□/□/□/□										
■/□	□/□	■/□	□/□	□/■	□/□	□/□	□/■	■/□	□/□	■/□										
G/C/E	F/B/E	G/C/E	Keine Angabe ⁸⁾	Keine Angabe ⁸⁾	Keine Angabe ⁹⁾	F/C/E	Keine Angabe ⁸⁾	F/A/E	F/B/E	F/B/D										
12,8 ⁵⁾ /12,0 ⁵⁾	13,0/8,0	12,8 ⁵⁾ /12,0	13,0/9,0	50,3 ⁵⁾ /7,7	13,0/8,0	8,0/8,0	13,0/8,0	13,0/8,0	13,0/8,0	50,3 ⁵⁾ /13,0										
9:00/13:20	13:40/13:30	9:30/11:30	10:00/15:30	10:30/16:20	9:30/13:40	12:20/14:50	12:50/15:20	9:00/12:00	10:40/11:10	13:20/15:10										
2:30 ⁴⁾	2:20 ⁴⁾	2:20 ⁴⁾	3:00 ⁴⁾	3:00 ⁴⁾	1:50 ⁴⁾	2:10 ⁴⁾	4:30 ⁴⁾	2:50 ⁴⁾	3:50	4:10 ⁴⁾										
33x21x0,8	29x21x0,8	29x19x0,7	28x18x0,8	27x18x0,9 ⁷⁾	27x19x0,9	28x18x0,9	27x18x0,9 ⁷⁾	29x19x0,9	28x19x0,9	30x20x1,0										
730	680	580	570	530 ⁷⁾	580	540	560 ⁷⁾	620	550	750										

1) Google-Dienste wie der Play Store und Google Mobile Services (GMS) für Geräte verfügbar, die auf dem Betriebssystem Android basieren. Entfällt bei iPados.

2) Laut Anbieterangabe in der EU-Datenbank EPREL <https://eprel.ec.europa.eu>.

3) Geprüft bei einer Helligkeit von circa 200 Candela pro Quadratmeter und ohne Tastatur.

4) Kein Ladegerät mitgeliefert. Geprüft mit einem leistungsfähigen Schnellladegerät.

5) Dual-Kamera mit zwei Brennweiten.

6) Getestet mit mitgelieferter Tastatur und mitgeliefertem Stift.

7) Ohne mitgelieferte Tastatur.

8) Produkt wurde laut Anbieter bereits vor dem Stichtag 20. Juni 2025 in die EU eingeführt.

9) Innerhalb des Testzeitraums waren keine Daten in der EU-Datenbank EPREL angegeben.

25 bis 30 cm Bildschirmdiagonale (9,7 bis 11,8 Zoll)



Tablets bis 30 Zentimeter Bildschirmdiagonale: Gute Geräte ab etwa 200 Euro

25 bis 30 cm Bildschirmdiagonale (9,7 bis 11,8 Zoll)								
Produkt	1 Samsung Galaxy Tab S11 Wi-Fi (SM-X730, 128 GB, 12 GB)	2 Samsung Galaxy Tab S10 FE Wi-Fi (SM-X520, 128 GB, 8 GB)	3 Apple iPad Air 11'' (M3) Wi-Fi (128 GB)	4 Samsung Galaxy Tab Active5 Pro (SM-X356)	5 Apple iPad (A16) Wi-Fi (128 GB)	6 Xiaomi Pad 7 Pro (256 GB, 8 GB)	7 Honor Pad V9	
Zuerst veröffentlicht in Stiftung Warentest	Neu	Neu	8/25	Neu	8/25	Neu	Neu	
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	899	451	660	554	389	409	350 ^{g)}	
Geprüft mit Betriebssystem	Android 16	Android 15	iPadOS 18.3.2	Android 15	iPadOS 18.3.2	Android 15	Android 15	
Google-Dienste verfügbar ¹⁾	■	■	Entfällt	■	Entfällt	■	■	
QUALITÄTSURTEIL	100 %	GUT (1,7)	GUT (1,8)	GUT (1,9)	GUT (1,9)	GUT (2,0)	GUT (2,1)	GUT (2,2)
Funktionen	30 %	sehr gut (1,5)	gut (2,2)	sehr gut (1,4)	gut (2,4)	gut (1,7)	gut (2,1)	gut (2,3)
Rechenleistung/Internetsurfen	+/++	○/+	++/++	○/+	+/++	+/++	○/+	
Grafikleistung/Ton	++/+	+/+	++/+	+/○	+/+	+/+	+/+	
Kameras: Frontkamera (Webcam)/Rückkamera	+/+	+/+	+/+	○/+	+/+	○/○	○/○	
Bildschirm	20 %	gut (1,8)	gut (1,8)	sehr gut (1,2)	gut (1,9)	gut (1,6)	gut (1,9)	gut (2,5)
Bildqualität/Blickwinkelabhängigkeit	+/-	+/+	++/++	++/○	++/+	++/+	+/○	
Akku	20 %	gut (1,8)⁴⁾	sehr gut (1,1)⁴⁾	befriedigend (2,9)⁴⁾	sehr gut (0,9)⁴⁾	gut (2,5)⁴⁾	gut (2,0)⁴⁾	sehr gut (1,5)⁴⁾
Handhabung	20 %	gut (1,7)	gut (1,6)	gut (1,7)	gut (2,0)	gut (1,6)	gut (2,1)	gut (1,8)
Gebrauchsanleitung und Hilfen	+	+	+	+	+	⊖*	+	
Inbetriebnahme und Wiederherstellung	+	++	++	++	++	++	+	
Täglicher Gebrauch/Eingabestift	++/++	++/++	/Entfällt	/○	/Entfällt	/Entfällt	/++	
Handlichkeit und Transport/Verarbeitung	+/++	+/++	+/+	○/+	+/++	+/++	/++	
Vielseitigkeit	10 %	gut (1,9)	gut (2,1)	befriedigend (2,8)	gut (1,6)	befriedigend (3,0)	gut (2,5)	befriedigend (3,2)
Ausstattung/Technische Merkmale								
Bildschirm	Nutzbare Diagonale (Zoll/cm)	10,9/27,7	10,9/27,7	10,9/27,7	10,0/25,4	10,9/27,7	11,2/28,4	11,5/29,2
	Auflösung (Pixel)	2560x1600	2304x1440	2360x1640	1920x1200	2360x1640	3200x2136	2800x1840
	Max. Helligkeit ca. (Candela pro m ²)	480	550	510	570	520	640	470
	Arbeitsspeicher (GB)/Micro-SD-Kartenleser	12/■	8/■	8/□	6/■	6/□	8/□	8/□
	Interner Speicher: Kapazität/davon verfügbar ca. (GB)	128/98	128/104	128/103	128/103	128/110	256/228	256/234
	Anschlüsse: USB-C/3,5-mm-Kopfhörer	1/□	1/□	1/□	1/■	1/□	1/□	1/□
	WiFi 6/WiFi 6E/WiFi 7/GPS	■/■/□/■	■/□/□/■	■/■/□/□	■/□/□/■	■/□/□/□	■/■/■/□	■/□/□/□
	Mitgeliefert: Eingabestift/Tastatur	■/□	■/□	□/□	■/□	□/□	□/□	■/□
	EU-Energie-Label-Klasse: Energieeffizienz/Reparierbarkeit/Zuverlässigkeit nach freiem Fall ²⁾	G/C/E	F/C/E	G/C/E	E/B/E	G/C/E	Keine Angabe ⁸⁾	Keine Angabe ⁸⁾
	Kamera-Auflösung Foto: Rück/Front (Megapixel)	12,8 ⁵⁾ /12,0	12,8/12,0	12,2/12,2	12,0/8,0	12,2/12,2	49,9/32,0	13,0/8,0
Akku	Laufzeit beim Surfen/Videoabspielen ca. (h:min) ³⁾	11:10/15:40	17:00/16:30	8:30/11:40	21:20/23:40	9:10/14:00	12:10/13:30	14:10/18:40
	Ladedauer ca. (h:min)	1:50 ⁴⁾	2:00 ⁴⁾	2:20 ⁴⁾	3:20 ⁴⁾	2:20 ⁴⁾	2:00 ⁴⁾	2:40 ⁴⁾
	Höhe x Breite x Tiefe ca. (cm)	25x17x0,8	25x17x0,8	25x18x0,9	24x17x1,1 ⁶⁾	25x18x0,9	25x17x1,0	26x18x0,9
	Gewicht ca. (Gramm)	470	490	470	690 ⁷⁾	480	500	480

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

■ = Sehr gut (0,5–1,5). □ = Gut (1,6–2,5).

O = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).

– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ rechts).

■ = Ja. □ = Nein.

Alle Tablets haben: Bluetooth, WLAN 2,4 und 5 Gigahertz. Nur Samsung Galaxy Tab Active5 Pro hat vom Nutzer wechselbare Akkus.

1) Google-Dienste wie der Play Store und Google Mobile Services (GMS) für Geräte verfügbar, die auf dem Betriebssystem Android basieren. Entfällt bei iPadOS.

2) Laut Anbieterangabe in der EU-Datenbank EPREL <https://eprel.ec.europa.eu>.

3) Geprüft bei einer Helligkeit von circa 200 Candela pro Quadratmeter und ohne Tastatur.

Bis 23 cm Bilddiagonale



Bis 23 cm Bilddiagonale															
8	Xiaomi Pad 7 (128 GB)	9	Nubia Pad Pro (256 GB, 8 GB)	10	OnePlus Pad Lite Wi-Fi (128 GB, 6 GB)	11	Oppo Pad SE LTE (OPD2420)	12	Xiaomi Redmi Pad 2 Wi-Fi (128 GB, 4 GB)	13	Honor Pad X9a	14	Apple iPad Mini (A17 Pro) Wi-Fi (128 GB)	15	Lenovo Legion Tab Gen 3
Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	Neu	8/25	8/25		
360	419 ⁹⁾	202	269	166	201	580	579 ⁹⁾								
Android 15	Android 15	Android 15	Android 15	Android 15	Android 15	iPadOS 18.0.1	Android 14								
■	■	■	■	■	■	Entfällt	■								
GUT (2,2)	GUT (2,3)	GUT (2,5)	GUT (2,5)	BEFRIEDIGEND (2,7)	BEFRIEDIGEND (3,0)	GUT (1,9)	GUT (1,9)								
gut (2,2)	gut (2,1)	befried. (3,0)	befried. (3,2)	befried. (3,2)	befried. (3,5)	gut (1,7)	gut (1,9)								
+/++	+/+	O/O	O/O	O/O	Θ*)/O	+/++	+/++								
+/○	+/○	O/+	O/O	O/O	Θ/O	+/+	++/+								
O/O	O/O	O/O	O/O	O/O	Θ/O	+/+	O/O								
gut (1,9)	gut (2,3)	gut (2,1)	gut (2,4)	befried. (2,6)	befried. (2,9)	sehr gut (1,3)	gut (2,2)								
+/+	+/+	+/+	+/O	+/O	O/O	++/++	+/+								
gut (2,0)⁴⁾	gut (2,3)	gut (1,8)⁴⁾	gut (1,6)⁴⁾	gut (2,1)⁴⁾	befriedigend (2,9)⁴⁾	befriedigend (3,0)⁴⁾	sehr gut (1,4)⁴⁾								
gut (2,2)	gut (2,1)	gut (2,2)	gut (2,2)	gut (2,2)	gut (1,8)	sehr gut (1,5)	gut (1,6)								
Θ*)	Θ*)	Θ*)	Θ*)	Θ*)	+	+	+								
++	++	++	++	++	++	++	++								
+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt								
+/++	+/++	+/++	+/++	+/++	+/++	+/++	+/++								
befriedigend (2,8)	befriedigend (3,0)	ausreichend (3,7)	befriedigend (3,2)	befriedigend (3,2)	ausreichend (3,7)	befriedigend (2,8)	gut (2,4)								
11,2/28,4	11,0/27,9	11,0/27,9	10,9/27,7	10,9/27,7	11,4/29,0	8,3/21,1	8,8/22,4								
3200x2136	2880x1800	1920x1200	1920x1200	2560x1600	2508x1504	2266x1488	2560x1600								
630	430	510	510	450	420	540	500								
8/□	8/□	6/□	6/□	4/■	6/□	8/□	12/□								
128/102	256/233	128/108	128/107	128/106	128/105	128/111	256/230								
1/□	1/□	1/□	1/□	1/■	1/□	1/□	2/□								
■/■/□/□	■/□/□/□	□/□/□/□	□/□/□/■	□/□/□/□	□/□/□/□	■/■/□/□	■/■/■/□								
□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□								
F/C/A	Keine Angabe ¹⁰⁾	F/B/E	F/B/E	E/C/B	F/C/E	E/C/D	D/B/E								
13,0/8,0	13,0/20,2	5,0/5,0	5,0/5,0	8,0/5,0	8,0/5,0	12,2/12,2	13,0/8,0								
12:30/13:30	11:50/10:00	13:40/14:50	14:40/15:10	13:50/14:30	8:40/11:40	8:00/10:10	16:30/13:30								
2:00 ⁴⁾	1:10	2:10 ⁴⁾	2:10 ⁴⁾	3:10 ⁴⁾	2:30 ⁴⁾	2:20 ⁴⁾	1:00 ⁴⁾								
25x17x1,0	25x17x1,0	26x17x0,9	25x17x0,9	25x17x0,9	27x17x0,9	20x13x0,8	21x13x0,9								
510	530	540	540	510	480	290	350								

4) Kein Ladegerät mitgeliefert. Geprüft mit einem leistungsfähigen Schnellladegerät.

8) Produkt wurde laut Anbieter bereits vor dem Stichtag 20. Juni 2025 in die EU eingeführt.

5) Dual-Kamera mit zwei Brennweiten.

9) Preis laut Anbieter-Website.

6) Abmessungen ohne Schutzhülle.

10) Innerhalb des Testzeitraums waren keine Daten in der EU-Datenbank EPREL angegeben.

So haben wir getestet

Im internationalen Gemeinschaftstest: 18 Tablets im Vergleich zu den 12 besten Modellen aus der Ausgabe 8/25 mit den Betriebssystemen Android, HarmonyOS oder iPadOS. Wir kauften die neuen Geräte von März bis September 2025 ein. Die Onlinepreise (ohne Versandkosten) erhob Geizhals.de im Oktober 2025.

Untersuchung: Alle Prüfungen und die Ergebnisdarstellung erfolgen in Anlehnung an den Tablet-Test in Heft 8/25. Die ausführlichen Prüfmethoden finden Sie online auf test.de/tablets/methodik.

Abwertungen

Abwertungen sorgen dafür, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. Sie sind in den Tabellen mit *) gekennzeichnet. Folgende Abwertungen setzen wir ein: Ab der Note Ausreichend für die Funktionen werten wir das Qualitätsurteil ab. Ab Ausreichend für Rechenleistung oder Frontkamera werten wir die Funktionen ab. Ab Ausreichend für Gebrauchsanleitung und Hilfen werten wir die Handhabung ab. Je schlechter das auslösende Urteil, desto stärker der jeweilige Abwertungseffekt.



Energie. Das Samsung Galaxy Tab Active5 Pro hat zwei Wechselakkus.



Gefährliche Schnäppchen

Online-Marktplätze Unsicheres Spielzeug, Schwermetalle in Schmuck, zu heiße Ladegeräte: Wir haben 162 Produkte von Temu und Shein getestet. 110 erfüllten nicht die EU-Standards.

Eine Halskette für 87 Cent, ein USB-Ladegerät für 2,51 Euro – die meisten Waren auf den chinesischen Online-Marktplätzen Temu und Shein sind unglaublich billig. Das lockt viele Käufer aus Deutschland und ganz Europa an. So gelangen massenweise Billigprodukte aus China nach Europa.

Laut EU-Kommission kamen im vergangenen Jahr rund 4,6 Milliarden Pakete mit geringem Warenwert von außerhalb der EU, also etwa 12 Millionen pro Tag. Das sind doppelt so viele wie 2023 und etwa dreimal so viele wie 2022. Das bringt die Einfuhrkontrollbehörden an ihre Grenzen.

Bunte Vielfalt. 162 Produkte nahmen wir unter die Lupe – Kinderspielzeug, Halsketten und USB-Ladegeräte, gekauft über Temu und Shein. Mehr als zwei Drittel genügen nicht den Sicherheitsanforderungen der Europäischen Union.

Wir wollten wissen, ob diese Produkte wirklich Schnäppchen sind, sich also trotz ihres niedrigen Preises sicher nutzen lassen und den rechtlichen Vorgaben der EU entsprechen. Gemeinsam mit Verbraucherschutzorganisationen aus Belgien und Dänemark kauften wir auf Temu und Shein haufenweise ein: Schmuck, Babyspielzeug und USB-Ladegeräte fürs Smartphone oder Tablet – insgesamt 162 Artikel für rund 690 Euro. Alle geprüften Produkte stammen von Drittanbietern, die eine der beiden Onlinefirmen als Verkaufsplattform nutzen. Temu verkauft ohnehin nichts selbst, sondern fungiert ausschließlich als Marktplatz.

Produkte mit Problemen

Zahl der Produkte im Test, die EU-Sicherheitsstandards nicht erfüllt haben
– nach Produktkategorie, Art der Mängel und Plattform

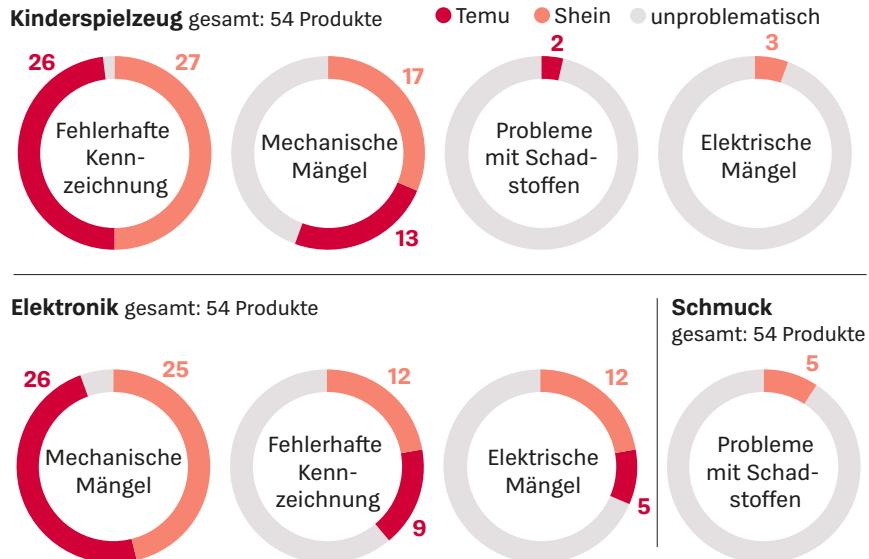
Mehr als zwei Drittel der Produkte erfüllten nicht die EU-Sicherheitsanforderungen. Etwa ein Viertel bewerten wir als potenziell gefährlich. Diese besonders kritischen Fälle veröffentlichen wir online unter test.de/temu-und-shein – mit Artikelnummern, so dass Käufer nachvollziehen können, ob ein von ihnen gekauftes Produkt betroffen ist.

Bestellt haben wir auf Temu und Shein wie jeder normale Verbraucher. Unsere anonymen Einkäufer wählten nach dem Zufallsprinzip aus der Liste der beliebtesten Artikel aus: 27 Halsketten, 27 Spielzeuge, 27 USB-Ladegeräte pro Plattform. Anschließend prüften wir im Labor die elektrische und mechanische Sicherheit, ob Schadstoffe enthalten und die Produkte korrekt kennzeichnet sind.

Schmuck: Kirsch-Anhänger mit giftigem Schwermetall

Von 54 Halsketten aus Metall bestanden 49 unseres Schadstofftests, 5 fielen mit besorgniserregend hoher Schadstoffdosis durch. Bei allen Kettenbestandteilen aus Metall haben wir den Gehalt der giftigen Schwermetalle Cadmium und Blei gemessen und auch die sogenannte Nickellässigkeit – der Test simuliert, wie viel Nickel durch Schweiß bei längerem Hautkontakt freigesetzt wird. Der Bleigehalt war unbedenklich, die Nickellässigkeit bei zwei Ketten zu hoch.

In drei Ketten von Shein entdeckten wir gefährlich viel Cadmium – immer steckte



der Schadstoff im Anhänger, einen sehr hohen Gehalt wies etwa ein Kirsch-Anhänger auf (siehe Bild rechts).

Cadmium ist als krebserzeugend eingestuft und kann Knochen- und Nierenschäden verursachen. Sein in der EU zulässiger Grenzwert für Schmuck liegt bei 0,01 Prozent des Gewichts eines Schmuckstücks. Wir fanden in zwei Ketten von Shein jeweils mehr als 85 Prozent – also das 8500-Fache des Grenzwertes. Die dritte Kette überschritt den Grenzwert nicht so extrem, war aber immer noch erheblich belastet: Sie enthielt zehnmal so viel Cadmium wie in der EU erlaubt.

Am gefährlichsten ist Cadmium, wenn man es in den Mund nimmt, daran lutscht oder es verschluckt. Menschen, die ab und zu gedankenverloren ihren Kettenanhänger zwischen die Lippen nehmen, sind dann natürlich besonders gefährdet.

Die Stiftung Warentest empfiehlt: Falls Sie eines der stark mit Cadmium belasteten Schmuckstücke gekauft haben, entsorgen Sie es. Achtung: Giftige Schadstoffe gehören nicht in den Hausmüll, bringen Sie den Schmuck zu einer Schadstoffsammelstelle, etwa einem Recyclinghof. Halten Sie die Ketten besonders von Kindern fern. Kleinkinder könnten den Anhänger verschlucken. →



Giftig. Der Anhänger dieser Kette von Shein enthielt extrem viel Cadmium.

Unser Rat

Die von uns aufgelisteten Produkte mit schwerwiegenden Mängeln sollten Sie nicht nutzen. Falls Sie sie gekauft haben, empfehlen wir, sie zu entsorgen. Wägen Sie grundsätzlich gut ab, welche Produkte Sie auf Temu oder Shein bestellen. Außereuropäische Anbieter garantieren oft nicht die Sicherheitsstandards, die wir innerhalb der Europäischen Union gewohnt sind. Verbraucherschutz ist keine Selbstverständlichkeit.



USB-Ladegeräte: Nicht alle sind elektrisch sicher

USB-Netzteile gehören zu unserem digitalen Alltag, wir laden damit Handys, Laptops oder Tablets auf. Die kleinen Geräte müssen viel Leistung bringen, einen Stromschlag, Kurzschluss oder Brand will beim Aufladen aber niemand riskieren. Ernüchterndes Prüfergebnis: 52 von 54 Netzteilen im Test erfüllten nicht die EU-Sicherheitsanforderungen an elektrische Bauteile und Schaltungen sowie an die Haltbarkeit der Ladegeräte.

Die Ladegeräte von Shein hatten vor allem ein Problem mit der elektrischen Sicherheit, 10 von 27 wurden beim normalen Aufladen zu heiß – bis zu rund 88 Grad Celsius. Der in der EU erlaubte Grenzwert liegt bei

Baby-Spielzeug: Zu viel Formaldehyd in bunten Tüchern

Beißring, Rassel, Badetier – die Spielzeuge für Kinder unter drei Jahren im Test hatten teilweise kleinere Mängel, zum Beispiel ein fehlendes CE-Zeichen, teilweise größere Mängel: Etliche bestanden aus Kleinteilen, hatten Aufkleber oder Saugnäpfe, die sich leicht lösen und verschlucken lassen. Dann besteht Erstickungsgefahr.

Vier Quietschbälle eines Bälle-Sets von Shein waren zu laut. Wir haben eine Spitzenlautstärke von bis zu rund 115 Dezibel gemessen, erlaubt sind maximal 110 Dezibel. Auf den ersten Blick mag die Überschreitung gering wirken, zwischen 110 und 115 Dezibel besteht aber ein erheblicher Unterschied: Das menschliche Ohr nimmt eine Erhöhung des Schalldruckpegels um 10 Dezibel als Verdopplung der Lautstärke wahr. Zum Vergleich: Lärm auf einer dicht befahrenen Hauptverkehrsstraße entspricht 85 Dezibel.

Zu viel Formaldehyd enthielten Stofftücher aus einer Spielzeug-Tücherbox von Temu. Die Chemikalie wird Textilien zugesetzt, unter anderem weil damit Stoff weniger knittert. In geringer Konzentration ist Formaldehyd erlaubt, zu viel davon kann Kontaktallergien verursachen. Deshalb sind die EU-Grenzwerte niedrig: Für Kinder unter 36 Monaten liegt der Wert bei 30 Milligramm je Kilogramm Materialgewicht. In zwei Tüchern fanden wir jedoch 164 beziehungsweise 143 Milligramm Formaldehyd je Kilogramm Materialgewicht.

Fast alle Spielzeuge waren schlecht gekennzeichnet, zum Beispiel fehlen Warnhinweise oder die Hinweise waren irreführend. Ein CE-Zeichen trugen zwar alle Spielzeuge und USB-Ladegeräte, allerdings nicht immer an der vorgeschriebenen Stelle –

Zu viel Chemie. In zwei Tüchern dieser Spielzeugbox von Temu fanden wir eine deutlich zu hohe Dosis des Schadstoffs Formaldehyd.

etwa nur auf der Verpackung und nicht direkt auf dem Spielzeug. Das Zeichen ist in der Europäischen Union für bestimmte Produkte Pflicht. Damit erklärt der Hersteller, dass er sich an die gesetzlichen Vorschriften hält. Nachweisen muss er es nicht.

Eine mangelhafte Kennzeichnung gefährdet oft nicht unmittelbar Leib und Leben, sagt aber etwas darüber aus, wie genau es Hersteller mit der Produktsicherheit nehmen. In der EU gelten hohe Sicherheitsstandards zum Schutz der Verbraucherinnen und Verbraucher. Hersteller, die sich an die Vorgaben halten, müssen viele Auflagen erfüllen – das macht die Produktentwicklung und Herstellung aufwendig und kostet Geld.

Die Stiftung Warentest empfiehlt: Achten Sie beim Spielzeugkauf auf unabhängige Prüfsiegel, zum Beispiel das GS-Zeichen für geprüfte Sicherheit. Im Gegensatz zum CE-Kennzeichen bestätigt es, dass das Produkt von einer staatlich anerkannten Prüfstelle auf Sicherheit getestet wurde und die gesetzlichen Vorschriften einhält.



Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

**Krumm und schief.
Die Stecker vieler USB-Ladegeräte waren nach dem Falltest so stark verbogen, dass sie nicht mehr in die Steckdose passten.**

77 Grad. Vier Geräte von Temu zeigten die gleiche Schwäche. Starke Hitze kann das Kunststoffgehäuse des Ladegeräts verformen, die elektronische Isolierung im Inneren beschädigen und im schlimmsten Fall zum Brand führen. Ein potenzielles Brandrisiko bestand im Test auch bei einem weiteren Netzteil von Temu, weil die Isolationsabstände zwischen den einzelnen Bauteilen zu klein waren.

21 Geräte waren nicht EU-konform gekennzeichnet, auf ihren Gehäusen fanden wir unvollständige oder falsche Informationen. Dies werteten wir als niedrige Gefahr. Viele gingen zudem schnell kaputt. 37 von 54 Temu- und Shein-Steckern ließen sich zu leicht verbiegen. Dabei können Stromkabel im Inneren brechen, was Stromschläge oder Kurzschlüsse zur Folge haben kann.

Im Falltest wurden 30 Ladegeräte obendrein so stark beschädigt, dass sie anschließend nicht mehr in eine Standardsteckdose passten. Da Nutzer verbogene Stecker oder aufgebrochene Gehäuse selbst erkennen können (und das Gerät dann hoffentlich nicht mehr verwenden), werteten wir dies als mittlere Gefahr.

Die Stiftung Warentest empfiehlt: Entsorgen Sie Ihr Billig-Ladegerät und kaufen Sie ein neues im Fachgeschäft vor Ort oder in bekannten deutschen Online-Shops. Dann erreichen Sie im Haftungsfall den Händler als Ansprechpartner. ■

Text: Sandra Schwarz; Wissenschaftliche Leitung: Dr. Markus Bieletzki; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

Mehr zum Thema: Haben Sie eines der gefährlichen Produkte gekauft? Unter test.de/temu-und-shein finden Sie Tabellen mit Artikelnummern zum Nachschlagen.

Zweierlei Maß

So reagierten Temu und Shein auf unsere Ergebnisse

Mit den Funden, für die wir die Gefahr als hoch einstufen, haben wir Temu und Shein konfrontiert. Seit letztem Jahr gilt in der EU der Digital Services Act (DSA). Das Gesetz verpflichtet Online-Plattformen, gegen nicht-EU-konforme Produkte von Drittverkäufern auf ihren Webseiten vorzugehen.

Mit dieser Untersuchung wollten wir prüfen, ob Temu und Shein ihren rechtlichen Pflichten nachkommen. Deshalb haben wir ausschließlich Waren von Drittanbietern bestellt. Bei Temu wäre anderes gar nicht möglich gewesen: Die Plattform arbeitet ausschließlich als Marktplatz für andere Unternehmen.

Einige Artikel mit offensichtlichen Mängeln haben wir verdeckt als „normale

Käufer“ schriftlich bei Temu und Shein moniert. Wir bekamen auf unsere Anfragen nur wenig hilfreiche Standardantworten. Aktiv wurden die Unternehmen erst, als wir uns als Verbraucherorganisation zu erkennen gaben und Temu und Shein schriftlich auf die Produkte mit schwerwiegenden Mängeln hinwiesen. Beide Anbieter meldeten sich sofort bei uns und nahmen sämtliche kritische Artikel innerhalb weniger Tage von ihren Plattformen. Zusätzlich warnte Shein Käuferinnen und Käufer der schadstoffbelasteten Halsketten sowie bestimmter USB-Ladegeräte und Spielzeuge per E-Mail. Dabei wurde der Online-Händler sehr deutlich: „Dieses Produkt ist illegal“, schreibt er und weiter: „Als Vorsichtsmaßnahme empfehlen wir, dieses Produkt nicht zu verwenden.“

So haben wir die Produktsicherheit getestet

Im Test: 54 Halsketten, 54 USB-Ladegeräte und 54 Spielzeuge für Kinder unter drei Jahren. Wir testeten die Produkte gemeinsam mit Verbraucherorganisationen aus Dänemark und Belgien und kauften sie ausschließlich bei Drittverkäufern auf Temu und Shein – zwei großen Online-Marktplätzen, die sich auf den Direktverkauf von Waren aus dem EU-Ausland spezialisiert haben.

Produktauswahl und Einkauf

Wir suchten auf den Webseiten von Temu und Shein nach Artikeln aus den oben genannten Produktgruppen. Dabei verwendeten wir verbrauchertypische Suchbegriffe und berücksichtigten die vom jeweiligen Marktplatz angebotenen Kategorien. Aus der Liste der meistverkauften beziehungsweise beliebtesten Produkte wählten wir nach dem Zufallsprinzip Artikel von Drittanbietern aus und kauften sie anonym ein.

Untersuchung

Wir prüften anhand EU-weit gültiger Standards, ob die gekauften Produkte den Anforderungen der Europäischen Union an die Produktsicherheit entsprechen. Die gefundenen Mängel stuften wir nach ihrer potenziellen Gefahr für Verbraucherinnen und Verbraucher als „niedrig“, „mittel“ oder „hoch“ ein. Wir meldeten den Online-Marktplätzen Pro-

duktmängel und dokumentierten deren Reaktion: Zum einen gaben wir uns als normale Kunden aus und wiesen exemplarisch auf einige Mängel hin, die offensichtlich waren, aber nicht schwerwiegend. Zum anderen konfrontierten wir Temu und Shein mit allen als „hoch“ eingestuften Mängeln offen als Verbraucherorganisation.

Halsketten

Wir untersuchten die Ketten und ihre Anhänger auf Schadstoffe in Anlehnung an die Grenzwerte der Europäischen Chemikalienverordnung Reach.

Spielzeug

Auf Basis der europäischen Richtlinien zur Produktsicherheit (etwa EU-Spielzeugrichtlinie, Reach- und POP-Verordnung) prüften wir, ob das Spielzeug korrekt beschriftet war, ob es die Anforderungen an die Mechanik und gegebenenfalls an die Elektrik erfüllte und ob es Schadstoffe enthielt.

USB-Ladegeräte

Wir kontrollierten, ob die Ladegeräte wie vorgeschrieben beschriftet waren und ob sie Anforderungen zur elektrischen und mechanischen Sicherheit der Niederspannungsrichtlinie einhielten.

Haushalt & Garten

AAA-Batterien im Test

Billigzellen reichen

Die tschechischen Tester von dTest haben 13 kleine Einweg-Batterien der Größe AAA geprüft. Die betrieben sie mit Geräten, die hohe, mittlere oder wenig Leistung brauchen (etwa ferngesteuerte Autos, Videospiel-Controller oder Radios). Die günstigen Alkaline-Zellen (Stückpreis: 20 bis 50 Cent) waren von ähnlicher Qualität. Die gut 2 Euro teure Lithium-Zelle Energizer Ultimate hatte bei hoher und mittlerer Leistung etwa ein Drittel mehr Saft – lohnt sich aber nur, wenn der Batteriewechsel sehr nervt.



Testsieger. Mehr Saft, aber um ein Vielfaches teurer als der Rest.

11,7
Minuten waren Menschen in Deutschland 2024 durchschnittlich ohne Strom. Hauptursachen: Schäden und Wartungen in Übertragungsnetzen.

Quelle: Bundesnetzagentur



Baumschutz

So werden Obstbäume winterfest

Ein Weißanstrich schützt die Stämme junger Bäume vor Frostschäden und Krankheitserregern. Wir sagen, wann der optimale Zeitpunkt dafür ist.

Obstbäume mögen in den ersten Jahren Unterstützung. Im Winter sind sie starken Temperaturschwankungen ausgesetzt: An sonnigen Tagen erwärmt sich der Stamm auf bis zu 40 Grad Celsius, in klaren Nächten folgt der Frost. Durch diese Temperaturschwankungen können Risse in der Baumrinde entstehen, Bakterien oder Pilze eindringen. Ein Weißanstrich bietet Schutz und reflektiert das Sonnenlicht.

Wann? Der ideale Zeitpunkt für einen Weißanstrich ist ein frostfreier, trockener Tag mit Temperaturen über 5 Grad Celsius. Behalten Sie die Wettervorhersage im Auge: Auch in den Stunden nach dem Weißen sollte es möglichst nicht regnen. Bis in den Januar hinein ist es sinnvoll. Das größte Frostrisiko besteht in der zweiten Januarhälfte und im Februar.

Wie? Im Gartenfachhandel oder in Baumärkten gibt es fertige Weißanstrich-Mischungen, mit oder ohne Biosiegel.

Sie basieren in der Regel auf Calciumhydroxid, auch als Löschkalk bekannt. Das Mittel wird im Obstanbau auch als Dünger eingesetzt. Vorsicht bei der Anwendung: Wegen seines hohen pH-Wertes kann Löschkalk Haut und Augen reizen.

Bis wohin? Flechten auf dem Stamm lassen sich mit einer Wurzelbürste abbürsten. Den Stamm dann von unten her großzügig mit der Paste einpinseln. Der Weißanstrich kann bis inklusive des Ansatzes der unteren dicken Ästen reichen.

Kann ich mir die Paste auch selbst mixen? Ja, die Paste für den Weißanstrich lässt sich auch zu Hause anrühren. Basis dafür ist oft Kaolin, im Handel unter dem Namen Porzellanerde oder weiße Tonerde erhältlich. Zum Anrühren portionsweise Wasser in das weiße Pulver gießen und einarbeiten, etwa mit einem Teigschaber. Die fertige Mischung sollte eher die Konsistenz von Hefe- als von Pfannkuchenteig haben.

Energieberatung

Neues Angebot

Die Seite verbraucherzentrale-energieberatung.de bietet jetzt bundesweit spezielle Beratung für Wohnungseigentümerge-meinschaften (WEG). Das Ganze kostet maximal 80 Euro, weil der Bund bis zu 1000 Euro zuschießt. Das soll die oft schwierigen Entscheidungen bei WEG erleichtern – von energetischer Sanierung bis hin zur Einbindung von Photovoltaik. Für einzelne Verbraucher ist die Energieberatung kostenlos. Infos gibt es auch unter der Nummer 0 800/8 09 80 24 00.

Sekundenkleber im Test

Nicht alles hält toll

Was zerbricht, will oft wieder heile werden. Zwölf Sekundenkleber hat das Schweizer Verbrauchermagazin Saldo geprüft. Plastik konnten alle reparieren. Bei Aluminium schwächelten die Testsieger Uhu blitzschnell Supergel (3-Gramm-Tube etwa 4,50 Euro) und 3M Weld SF 100 (20g ca. 17,50 Euro) etwas, waren dafür bei Leder auf Kunststoff (Schuhsohle!) die besten. Bei Keramikgeschirr ließen Uhu easy fluid (top bei Alu) und Pattex Flüssig Control etwas zu wünschen übrig. Letzterer trocknet auch langsam und hält Nässe nicht stand.

Tipp: Günstiger Holzleim klebt auch vieles gut – außer Glas und Keramik.

Foto: SRF / Gian Vaiti; stiftung Warentest; Illustration: Stiftung Warentest / Katja Späth



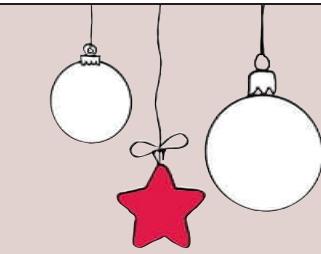
Supergel. Der Testsieger klebt schnell und gut, vor allem Schuhsohlen.

Geschenktipps



Wasserkocher

Bester ohne Temperaturregelung und schon für 43 Euro zu haben: **Bosch MyMoment TWK2M163**.



Nackenkissen

Das komfortable Testsieger-Stützkissen **Emma Classic** für 100 Euro lässt sich in der Höhe anpassen.



Heißluftfritteuse

Gut handhabbar und stromsparend: die **Ninja AF180DE** für 116 Euro.

Bohrschrauber

Top-Gerät mit Schlagfunktion: **Einhell Professional TP-CD 18/70 Li-i BL-Solo** kostet mit Akku 145 Euro und 98 ohne.



Saug-Wisch-Roboter

Bester mit Servicestation: **Ecovacs Deebot T30 Pro Omni** (679 Euro). Die Station leert nach jedem Lauf den Staubtank und wäscht die Wischpads.

Eine schöne Boscherung!

Küchenmaschinen

Kneten, rühren, schnippen:
Gut sind nur zwei Bosch-
Modelle mit Schwenkarm.
Von den Kompaktgeräten
überzeugt keins so recht.



Rührpott. Das
Bosch-Modell
Serie 6 knetet
und püriert sich
zum Testsieg.

Kochen und Backen könnte viel mehr Spaß machen – wenn die lästigen Aufgaben nicht wären: Teig kneten strengt an, Zwiebeln schneiden ist zum Heulen, der Schneebesen kämpft gegen Klümpchen, die Reibe nimmt gern mal Haut mit.

Schön, wenn elektrische Helfer diese Arbeit übernehmen: Die zehn Küchenmaschinen im Test können unter anderem kneten, raspeln und pürieren. Nur kochen können sie nicht, dafür sind andere Geräte nötig.

Tipp: Falls Sie eine Maschine mit Kochfunktion suchen, finden Sie auf Seite 60 frische Testergebnisse für den neuen Thermomix 7.

Nur zwei gute – beide von Bosch

Helfen die Küchenmaschinen wirklich? Jein. Keine kann alles, jede hat Stärken und Schwächen. Gut sind nur zwei Modelle von Bosch: die Serie 6 für 695 Euro und das nicht einmal halb so teure Gerät der Serie 4 für 293 Euro, jeweils mit Zubehör. Beide arbeiten mit Schwenkarm, ihr Motor sitzt im Kopfteil (siehe Kasten rechts).

Unser Rat

Testsieger: Vorn landet die Bosch Serie 6 MUMS6ZS13D. Sie kostet 695 Euro – inklusive Zubehör, das wir dazukaufen, um pürieren und zerkleinern zu können. Das Gerät hat eine große Schüssel.

Preistipp: Das gute Bosch-Modell Serie 4 MUM58W20 kostet mit Zubehör nur 293 Euro.

Umwelttipp: Die Geräte erzeugen nur wenige Euro Stromkosten pro Jahr – und noch weniger, wenn Sie ihnen bei Nichtgebrauch den Stecker ziehen.

Geprüft haben wir neben sechs Modellen mit Schwenkarm vier Kompakt-Küchenmaschinen, auch als Foodprozessoren bekannt. Sie werden von unten angetrieben. Die Kompakten erzielen bestenfalls befriedigende Gesamtergebnisse. Schlusslicht in beiden Gerätegruppen sind zwei ausreichende Modelle von Kenwood.

Keine Maschine kann alles gut

Wir kneteten Teig, pürierten Gemüse, schlügen Sahne, mixten Mayonnaise, raspelten Möhren, hackten Mandeln, Zwiebeln, Petersilie, schnitten Gurken und Porree – sofern sich die Geräte laut Anbieter dafür eigneten.

Rührteig kneten alle gut. Doch insgesamt erreicht kein Gerät in den Funktionstests eine gute Durchschnittsnote. Jedes schwächelt oder versagt in mindestens einer Disziplin. Philips, Tefal und selbst Testsieger Bosch 6 können Zwiebeln nicht ordentlich hacken. Die Kenwood KMX750 scheitert daran, Porree zu schneiden und Möhren zu reiben. Der Kenwood Multipro glückt keine Sahne, die Ninja zerhackt Mandeln in alle möglichen Größen – und nur zufällig auch mal in die gewünschte.

Zubehör kostet extra

Für alle Schwenkarm-Geräte bis auf die befriedigende und recht günstige Tefal Bake Partner mussten wir Zubehör dazukaufen, um in der Küche gerüstet zu sein. Dadurch steigt der Gesamtpreis: für die KitchenAid auf mehr als 600 Euro, für die Bosch Serie 6 sogar auf fast 700. Selbst mit Zubehör werden die Maschinen keine Alleskönnner: Die Bosch Serie 6 und die Philips emulgieren auch nach dem Upgrade keine Mayonnaise, die Philips kann zudem weder schneiden noch reiben. Die Schwenkarm-Geräte von Kenwood und KitchenAid pürieren nicht, Letztere kann auch nicht zerkleinern. Unter den Kompakten brauchte nur die Bosch Multitalent für die von uns geprüften →

Zwei Arten von Maschinen im Test

Mit Schwenkarm oder mit Mixgefäß



Maschinen mit Schwenkarm: Der obere Teil der Maschinen lässt sich hochklappen, dann wird das gewünschte Werkzeug eingeklinkt – vom Schneebesen bis zum Knethaken. Oft lässt sich am Schwenkarm Zubehör für weitere Funktionen anbringen – etwa eine Mixtulpe zum Pürieren. Je nach Modell kostet das aber extra. Kochen können die Geräte nicht.



Kompakt-Küchenmaschinen: Auch als Foodprozessoren bekannt. Im Gegensatz zu den Geräten mit Schwenkarm kommt der Antrieb hier von unten. Je nach geplanter Speise lassen sich Drehmesser, Knethaken oder Schneebesen in den Gefäßboden einsetzen. Wie die geprüften Modelle mit Schwenkarm können auch die Kompakt-Küchenmaschinen nicht kochen.

Küchenmaschinen im Vergleich

Aufgaben Zubehör, kann aber auch damit keine Mayonnaise emulgieren.

Kaum ins Geld geht dagegen der Stromverbrauch der Geräte: Selbst wer jede Woche Sahne schlägt, Käse reibt und Brotteig knetet, zahlt dafür höchstens zwei Euro im Jahr.

Mehlreste am Schüsselboden

Erstaunt hat uns, dass drei Geräte mit Schwenkarm Vollkornbrotteig nur mittelmäßig kneten, da sich ihre Bauart dafür eigentlich besonders eignet. Doch am Schüsselboden von Kenwood, KitchenAid und Philips blieb Mehl hängen: Die Knethaken hatten es nicht erreicht. Ein Hinweis in der Gebrauchsanleitung – den die anderen Anbieter geben – hätte das vermeiden können: Für Brotteig sollten erst flüssige und dann trockene Zutaten in die Schüssel.

Quetschgefahr und Wackeldeckel

Die Schwenkarm-Geräte im Test sind teils ziemlich schwer. Die KitchenAid wiegt über zehn Kilo, die Kenwood rund achtseinhalb. Steht ihr schweres Kopfteil unverriegelt offen, kann es runterklappen und im Scharnier die Finger quetschen.

Mit unter vier Kilo am leichtesten sind die Kompakten von Kenwood und KitchenAid. Sie können im Betrieb aber wackeln, der Deckel der Kenwood kann sich sogar entriegeln – dann schaltet das Gerät ab.

Unserem Testteam lärmten die Kompakten außerdem zu sehr. Am unangenehmsten klangen Kenwood und Ninja. ■ →

Text: Daniel Kastner; Wissenschaftliche Leitung:
Dr. Dirk Lorenz; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens



Backprobe. Rührteig gelingt allen gut – hier der Kuchen des Testsiegers von Bosch.

Foto: Stiftung Warentest

Küchenmaschinen mit Schwenkarm



[1] **Bosch Serie 6**

695 Euro

GUT (2,4)



[2] **Bosch Serie 4**

293 Euro

GUT (2,5)

Extrawünsche. Für einige Funktionen müssen Aufsätze dazugekauft werden. Püriert sehr gut, patzt beim Zwiebelhacken, kann keine Mayonnaise zubereiten. Große Schüssel (5,5 Liter) schwer auszugießen. Mit Waage.

Fazit: Guter, aber recht teurer Helfer.

Ausgerüstet. Der Preis-Leistungs-Sieger ist auch mit dem zum Hacken benötigten Extra-Zubehör eines der günstigsten Geräte. Scheitert nur an Babybrei. Die Reinigung ist mühsam: Das Messer der Mixtulpe lässt sich nicht ausbauen.

Fazit: Günstiger Fast-Allesköninger.



[4] **Philips 7000 Series**

337 Euro

BEFRIEDIGEND (2,7)

Wählerisch. Es gibt kein Zubehör, um Käse zu reiben und Gemüse zu schneiden. Püriert gut, hackt Zwiebeln und Mandeln eher schlecht. Sehr leicht zu befüllen und zu entleeren, Reinigung schwierig: Messer der Mixtulpe nicht abnehmbar.

Fazit: Begrenzter Funktionsumfang.



[5] **Tefal Bake Partner**

280 Euro

BEFRIEDIGEND (2,9)

Hackschwach. Kein Zubehör nötig. Kriegt Mayo sehr gut hin, raspelt Möhren und hackt Zwiebeln, Mandeln, Petersilie eher mau. Schüssel hat unangenehm scharfe Kanten. Reinigung lästig: Messer der Mixtulpe nicht abnehmbar.

Fazit: Ist nicht immer eine Hilfe.

Kompakt-Küchenmaschinen



[3] KitchenAid 5KSM175PSE

650 Euro

BEFRIEDIGEND (2,7)

Eingeschränkt. Braucht teils Extra-Zubehör, kann dann trotzdem weder pürieren noch zerkleinern. Schwächelt beim Möhrenraspeln. Wiegt mehr als 10 Kilo, klingt unangenehm. Im Scharnier des Kopfteils kann man sich den Finger quetschen.

Fazit: Retro-Design allein reicht nicht.



[7] KitchenAid 5KFP0921E

178 Euro

BEFRIEDIGEND (2,6)

Durchwachsen. Schafft ordentlichen Vollkornbroteig und gleichmäßig gehackte Zwiebeln, hackt aber Mandeln und Petersilie eher schlecht. Viel Zubehör im Gerät verstaubar. Unangenehmes Geräusch. Kann im Betrieb wackeln.

Fazit: Knetet wie ein Großer.



[8] Bosch Multitalent 8

191 Euro

BEFRIEDIGEND (3,3)

Schwachbrüstig. Raspelt Möhren gut, hackt Mandeln eher schlecht. Sehr leicht zu bedienen, aber schwierig zu reinigen – Teigreste zum Beispiel lassen sich schwer entfernen. Im Dauertest fielen zwei Prüfmuster aus. Klingt unangenehm.

Fazit: Nur mäßig talentiert.



[6] Kenwood KMX750

382 Euro

AUSREICHEND (3,6)

Quetschgefahr. Sehr guter Sahneschläger, schlechter Mandelhacker, Möhrenraspler und Porreeschneider. Kann nicht pürieren. Leicht zu reinigen. Im Scharnier des entriegelten Kopfteils kann man sich den Finger quetschen. Schwer.

Fazit: Mehr Schein als Sein.



[9] Ninja Detect Power Mixer & Processor Pro

215 Euro

BEFRIEDIGEND (3,5)

Krachmacher. Kann keine Sahne schlagen. Püriert gut, rohes Gemüse sogar sehr gut. Versagt beim Mandelhacken. Gefäße für Rechts- und Linkshänder angepasst. Gerät lässt sich schlecht reinigen. Klingt sehr unangenehm.

Fazit: Gute Ideen, aber Praxisschwächen.



[10] Kenwood Multipro Onetouch

199 Euro

AUSREICHEND (3,9)

Wackelkandidat. Im Betrieb kann sich der Deckel entriegeln, Gerät schaltet dann ab. Schlagsahne, Brei, gehackte Mandeln und Möhrenraspel gelingen nicht. Schneidet gut. Schlecht zu reinigen, etwa von Teig. Klingt sehr unangenehm. Mit Waage.

Fazit: Braucht immer einen Aufpasser.

Küchenmaschinen ohne Kochfunktion: Bosch knetet sich an die Spitze

	Küchenmaschinen mit Schwenkarm						Kompakt-Küchen
Produkt	1 Bosch Serie 6 MUMS6ZS13D	2 Bosch Serie 4 MUM58W20	3 KitchenAid 5KSM175PSE	4 Philips 7000 Series HR7962/01	5 Tefal Bake Partner QB5258	6 Kenwood KMX750	7 KitchenAid 5KFP0921E
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	695¹⁾	293³⁾	650⁴⁾	337⁶⁾	280⁸⁾	382⁹⁾	178
Mitgeprüftes Zubehör	Mixaufsatz Glas (Blender) MUZS6MX, Multi-Zerkleinerer MUZS68CG	Multi Zerkleinerer MUZ45XCG1	Food-Processor-Vorsatz, 5KSM2FPA	Mixbehälter (1,5 l Glass Blender Jar), HR0721/00	Entfällt	Lebensmittelschneider-Aufsatz (Roto Food Cutter), KAX643ME	Entfällt
■ QUALITÄTSURTEIL	100 % GUT (2,4)	GUT (2,5)	BEFRIDIGEND (2,7)	BEFRIDIGEND (2,7)	BEFRIDIGEND (2,9)	AUSREICHEND (3,6)	BEFRIDIGEND (2,6)
Funktion	45 % befriedigend (2,9)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,7)	befriedigend (3,2)	befriedigend (3,4)	ausreichend (3,6)^{*)}	befriedigend (2,7)
Sahne schlagen	+	+	+	+	○	++	○
Rührteig herstellen	+	+	+	+	+	+	+
Vollkornbroteig kneten	+	+	○	○	+	○	+
Mayonnaise herstellen	Entfällt ²⁾	○	○	Entfällt ⁷⁾	++	○	Entfällt ⁷⁾
Pürieren/Zerkleinern	++/○ ^{*)}	○/○	Entfällt	+/ ^{*)}	+/ ^{*)}	Entfällt/ ^{*)}	○/○
Reiben/Schneiden	○/+	○/+	○/○	Entfällt	○/○	○/○	○/○
Handhabung	35 % gut (2,1)	befriedigend (2,7)	gut (2,5)	befriedigend (2,8)	befriedigend (2,9)	befriedigend (2,9)	gut (2,4)
Gebrauchsanleitung/Montage	+/+	+/+	○/○	○/+	○/+	○/○	+/+
Bedienen und Einstellen	+	+	○	+	+	+	+
Einfüllen und Entleeren	+	+	+	++	+	+	+
Reinigen/Abstellen und Aufbewahrung	○/○	○ ^{*)} /+	○/+	○ ^{*)} /○	○ ^{*)} /○	○/○ ^{*)}	○/○
Umwelteigenschaften	15 % gut (1,7)	gut (1,9)	befriedigend (3,0)	gut (1,7)	gut (1,8)	gut (1,7)	befriedigend (3,0)
Haltbarkeit	++	++	++	++	++	++	+
Geräusch	○	○	○ ^{*)}	○	○	○	○ ^{*)}
Sicherheit	5 % sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	befriedigend (3,0)	sehr gut (1,4)	sehr gut (1,4)	befriedigend (3,0)	befriedigend (3,0)
Elektrische Sicherheit	++	++	++	++	++	++	++
Schutz vor Verletzungsgefahren	++	++	○ ^{*)} ⁵⁾	+	+	○ ^{*)} ⁵⁾	++
Standfestigkeit	++	++	++	++	++	++	○ ^{*)}
Ausstattung/Technische Merkmale							
Gewicht mit Arbeitsschüssel und Rührwerkzeug ca. (kg)	7,9	4,7	10,1	6,9	5,8	8,6	3,1
Maximales Füllvolumen der Arbeitsschüssel laut Anbieter ca. (l)	5,5	3,9	4,8	K. A.	4,6	5,0	2,1
Höhe x Breite x Tiefe mit heruntergeklapptem Schwenkarm bzw. geschlossenem Deckel ca. (cm)	33 x 31 x 38	28 x 32 x 33	35 x 26 x 38	34 x 43 x 24	34 x 41 x 26	35 x 36 x 25	42 x 24 x 20
Höhe mit hochgeklapptem Schwenkarm ca. (cm)	52	42	44	47	49	43	Entfällt
Länge des Kabels ca. (cm)	113	112	103	107	123	117	88
Integrierte Waage/Automatikprogramme	■/■	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□	□/□
Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:							
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).							
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).							
– = Mangelhaft (4,6–5,5).							
Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.							
*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 59).							
K. A. = Keine Angabe.							
■ = Ja. □ = Nein.							
1) Gesamtpreis inkl. mitgeprüftem Zubehör (ca. 176 Euro).							
2) Laut Gebrauchsanleitung nicht möglich.							
3) Gesamtpreis inkl. mitgeprüftem Zubehör (ca. 60 Euro).							
4) Gesamtpreis inkl. mitgeprüftem Zubehör (ca. 150 Euro).							
5) Klemmgefahr bei unbeabsichtigtem Lösen der Schwenkarmverriegelung.							
6) Gesamtpreis inkl. mitgeprüftem Zubehör (ca. 52 Euro).							
7) Keine Angaben zum Ermulgieren in der Gebrauchsanleitung.							

maschinen		
8 Bosch Multitalent 8 MC812S814	9 Ninja Detect Power Mixer & Processor Pro TB401EU	10 Kenwood Multipro Onetouch FDM73.850SS
191 ¹⁰⁾	215	199
Reibscheibe mittelfein	Entfällt	Entfällt
BEFRIEDIGEND (3,3)	BEFRIEDIGEND (3,5)	AUSREICHEND (3,9)
befriedigend (2,6)	befriedigend (2,9)	befriedigend (3,5)
○	Entfällt	○*)
+	+	+
+	+	+
Entfällt ⁷⁾	Entfällt ⁷⁾	○
○/○	+/(○*)	○/○
○/+	○/+	○/+
befriedigend (2,8)	befriedigend (3,1)	befriedigend (3,1)
+/+	○/+	○/+
++	+	+
+	+	+
○*)/+	○*)/○	○*)/+
ausreichend (4,0)*	ausreichend (3,7)*	ausreichend (4,0)*
○*) ¹¹⁾	++	++
○	—*) ¹²⁾	—*) ¹²⁾
sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	befriedigend (3,0)
++	++	++
++	++	++
++	++	○*)
3,8	4,5	3,7
3,9	1,6	K. A.
41 x 25 x 31	46 ¹³⁾ x 22 ¹³⁾ x 24 ¹³⁾	40 x 22 x 27
Entfällt	Entfällt	Entfällt
107	85	115
□/□	□/■	■/■

8) Preis laut Anbieter-Webseite.
 9) Gesamtpreis inkl. mitgeprüftem Zubehör (ca. 95 Euro).
 10) Gesamtpreis inkl. mitgeprüftem Zubehör (ca. 13,95 Euro).
 11) Testgeräte fielen im Dauertest aus.
 12) Geräusch wurde von drei Testpersonen als sehr unangenehm empfunden.
 13) Maße für den größeren der beiden Behälter.

Foto: Stiftung Warentest

So haben wir getestet

Im Test: Zehn Küchenmaschinen, davon sechs mit Schwenkarm und vier mit Antrieb unter der Arbeitsschüssel. Einkauf der Prüfmuster im Mai und Juni 2025. Für die Zubereitung empfohlenes Zubehör kauften wir gegebenenfalls dazu, falls erhältlich. Die Preise ohne Versandkosten hat Geizhals.de im September 2025 für uns erhoben.

Untersuchung: Eine ausführliche Beschreibung der Testmethoden finden Sie online unter test.de/kuechenmaschinen/methodik.

Funktion: 45 %

Die Prüfungen entfielen, wenn passendes Zubehör nicht verfügbar und/oder die Zubereitung der betreffenden Speise in der Gebrauchsanleitung ausdrücklich ausgeschlossen war. Wir prüften, wie sich 200 Gramm **Sahne schlagen** ließen, und bewerteten Volumen und Stabilität. Wir ließen die Geräte einen **Rührteig herstellen** sowie **Vollkornbrotteig kneten** und beurteilten Volumen und Struktur des Kuchens oder Brotes. Wir ließen die Geräte eine **Mayonnaise herstellen**, rohes und gekochtes Gemüse für Babybrei sowie eine Gemüsesuppe **pürieren** und Zwiebeln, Petersilie und Mandeln **zerkleinern**. In allen Fällen bewerteten wir unter anderem Gleichmäßigkeit und Feinheit der verarbeiteten Lebensmittel. Wir testeten, wie gut die Geräte Möhren und Käse **reiben** sowie Porree und Gurke **scheiden** konnten.

Handhabung: 35 %

Ein Experte bewertete unter anderem Layout und Lesbarkeit der **Gebrauchsanleitung**. Drei Experten bewerteten die **Montage** der Schüssel, des Deckels sowie des Zubehörs. Im Prüfpunkt **Bedienen und Einstellen** testeten wir, wie sich Funktionen und Programme anwählen und einstellen lassen. Wir untersuchten das **Einfüllen und Entleeren**, bewerteten die **Reinigung** per Hand und ob Zubehör als spülmaschinengeeignet deklariert ist. Zum **Abstellen** und zur **Aufbewahrung** bewerteten wir Platzbedarf und Gewicht.

Umweltigenschaften: 15 %

Die **Haltbarkeit** prüften wir im Dauertest: Zuerst rührten wir Wasser für 100 Zyklen in höchster Stufe sowie 150 Zyklen Rührteig und 300 Zyklen Hefeteig. Ein Zyklus umfasste für die Geräte mit Schwenkarm dreimal fünf Minuten und für die Kompakt-Küchenmaschinen fünfmal drei Minuten Betrieb mit je zwei Minuten Pause. Das **Geräusch** beurteilten drei Probanden bei maximaler Drehzahl und Maximalbeladung mit Wasser.

Sicherheit: 5 %

Drei Experten bewerteten die **elektrische Sicherheit** sowie den **Schutz vor Verletzungsgefahren** wie Klemmstellen. Außerdem bewerteten wir die **Standfestigkeit** während des Betriebs.

Abwertungen

War das Urteil **Funktion Ausreichend**, konnte das Qualitätsurteil nicht besser sein. Lauteten die Urteile für **Sahne schlagen** oder **Zerkleinern Ausreichend**, werteten wir das Urteil **Funktion** um eine halbe Note ab. Lauteten die Urteile für **Reinigen oder Abstellen** und **Aufbewahrung Ausreichend**, werteten wir das Urteil für **die Handhabung** um eine halbe Note ab. Waren die **Umweltigenschaften ausreichend**, werteten wir das Qualitätsurteil um eine halbe Note ab. War die **Haltbarkeit befriedigend**, konnte das Urteil für die **Umweltigenschaften** nicht besser sein. War das **Geräusch ausreichend** oder **schlechter**, konnte das Urteil für die **Umweltigenschaften** maximal eine Note besser sein. War der **Schutz vor Verletzungsgefahren** **befriedigend**, konnte das Urteil für die **Sicherheit** nicht besser sein. Bei **ausreichender Standfestigkeit** konnte das Urteil für die **Sicherheit** maximal eine Note besser sein.



Mandelhaft. Unterschiedlich feine Siebe machen sichtbar, wie ungleichmäßig die Ninja Mandeln hackt.

Der stille Neue

Thermomix TM7 Die Tests laufen noch, doch erste Ergebnisse zeigen: Der TM7 arbeitet ähnlich gut wie der Vorgänger – aber deutlich leiser. Die Alternativen sind auch nicht zu verachten.



Thermomix TM7,
Preis: 1549 Euro

Modelle aus dem vorigen Test

Alle Küchenmaschinen mit Kochfunktion aus dem Heft 1/24.

Produkt	Mittlerer Preis ca. (Euro) ¹⁾	Gewicht ca. (kg)/Max. Füllvolumen (Liter) ¹⁾	Funktion	Handhabung	Umwelt und Haltbarkeit	Sicherheit	QUALITÄTSURTEIL
Bosch Cookit	1400	9,9/3,0	+	+	+	+	GUT (2,0)
Vorwerk Thermomix TM6 ⁴⁾	1500 ²⁾	8,0/2,2	○	+	○	+	GUT (2,5)
Lidl Silvercrest Monsieur Cuisine Smart SKMS 1200 A1	480 ³⁾	10,0/3,0	○	+	○	○	BEFRIEDIGEND (2,8)
Xiaomi Smart Cooking Robot ⁴⁾	1000	10,3/2,2	○	○	○	+	BEFRIEDIGEND (2,8)
Moulinex ClickChef HF4568 ⁴⁾	300	5,9/2,0	○	○	+	+	BEFRIEDIGEND (2,9)
Kenwood Cooking Chef XL KCL95.424SI	1130	12,9/6,7	○	○	○	+	BEFRIEDIGEND (3,0)
Klarstein GrandPrix ⁴⁾	265	6,2/2,0	○	⊖	○	+	BEFRIEDIGEND (3,2)

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse: ++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5). ○ = Befriedigend (2,6–3,5).

⊖ = Ausreichend (3,6–4,5). — = Mangelhaft (4,6–5,5).

1) Laut Anbieter. 2) Preis inklusive Gemüse Styler (99 Euro). 3) Preis inklusive Monsieur Cuisine Food Processor-Aufsatz SFMC 4 B2 (ca. 30 Euro). 4) Nur noch eingeschränkt erhältlich.

Ein großer Touchscreen bestimmt die Optik des neuen Thermomix. 1549 Euro kostet der TM7, 150 Euro mehr als sein Vorgänger TM6. Das Zubehör zum Schneiden und Reiben von Gemüse oder Käse war bis Redaktionsschluss nicht zu kaufen. Daher konnten wir den Test noch nicht abschließen. Wenn alles fertig ist, veröffentlichen wir auch ein Qualitätsurteil. Hier ein erster Ausblick.

Schlagen, Rühren, Pürieren: klappt

In den zentralen Funktionen einer Küchenmaschine kann der TM7 mithalten: Sahne schlagen und Mayonnaise rühren sind befriedigend, pürieren und Teige kneten kann er mit seinem Mixmesser gut. Insgesamt sind die Ergebnisse recht ähnlich zum Vorgängermodell TM6. Ein Schwachpunkt des TM6 war das Schneiden und Reiben von Gemüse und Käse, ausgerechnet die Eigenschaften, die wir mit dem TM7 noch nicht prüfen konnten.

Was auffällt: Der Neue ist deutlich leiser als der Alte, selbst mit Mixmesser. War der Thermomix im letzten Test eines der lautesten Geräte, ist es nun eines der leisesten.

Kochen nach Programm

Küchenmaschinen mit Kochfunktion zeichnen sich dadurch aus, dass sie ganze Gerichte kochen. Rezepte liegen in einer Datenbank, die man an der Maschine abruft. Das Gerät sagt dann, was wann zu tun ist.

Der TM7 lässt sich ähnlich gut bedienen wie der TM6. Die Rezepte setzt er gut um: Beim Rindergulasch schmort nichts an, Kugvertüre schmilzt schön, Pudding und Minestrone-Gemüsesuppe gelingen. Der TM7 hat einen größeren Garbehälter, etwa für Lachsfilet mit Brokkoli.

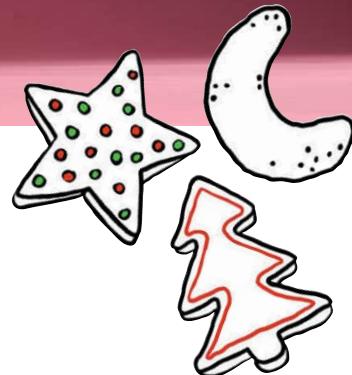
Vergleich mit den Alten

Kochfunktionen bieten auch andere Maschinen (siehe Tabelle). Für Vorwerk-Fans käme der TM6 infrage, etwa als runderneuerte Gebrauchtware. Eine Empfehlung für alle ist die Bosch Cookit, die besser schneidet, zerkleinert und reibt als der TM6. Auch die günstige Lidl Silvercrest eignet sich, mit Abstrichen beim Sahneschlagen, als Küchenhilfe, und die Xiaomi. Sie schwächtelt beim Brotteig. ■



Einer von zwei Test-siegern. Der Jura E6 bereitet Cappuccino mit präsentem Kaffeegeschmack zu.

Die Einstellung macht



Kaffeevollautomaten Alle lassen sich leicht bedienen und reinigen. Guten Kaffee machen aber nicht alle. Wer die Geräte optimal einstellt, holt mehr aus der Bohne.

Sie schnuppern, schlürfen, ziehen kleine Schlucke durch die Zähne – wenn unsere Kaffee-Sommeliers am Werk sind, klingen sie manchmal wie Banausen. Doch die Experten verfügen über geschulte Geschmacks- und Geruchssinne und erkennen feinste Nuancen und Aromen im Kaffee. Mit dem geräusch-

vollen Prozedere ergründen sie, wie der Kaffee schmeckt – angenehm aromatisch oder eher sauer, bitter, gar verbrannt?

Neun von elf Maschinen sind gut

Im Test traten elf Kaffeevollautomaten mit Preisen von rund 280 bis 1000 Euro gegeneinander an. Wir ließen drei Sommeliers Espresso und Cappuccino aus den Geräten blind verkosten – es hat ihnen nicht immer geschmeckt. Neun der Maschinen sind am Ende insgesamt gut, acht davon mit Milchaufschäumer. Neben der Verkostung zählte für das Gesamurteil auch, wie gut sich die Maschinen bedienen und reinigen lassen, was meist gut klappte. Außerdem schraubten wir alle Automaten auf, um die Re- →

Unser Rat

Testsieger: Jura E6 und Nivona NICR 790 für je 749 Euro liegen vorn.

Preistipp: Kaum schlechter ist De'Longhi Magnifica Evo Next für 499 Euro mit niedrigen Folgekosten für Wasserfilter.

Umwelttipp: Ökologisch sind Kapselmaschinen mit wiederauffüllbaren Kapseln am besten. Aber einen großen positiven Umwelteffekt erzielen Sie auch, wenn Sie Kaffeebohnen aus biologischem Anbau statt konventionellem verwenden.

parierbarkeit zu testen. Häufig ausfallende Ersatzteile ließen sich oft problemlos tau-schen. Auch Schadstoffe und Sicherheitsmängel fanden wir nicht.

Nivona liefert ab Werk Top-Cappuccino

Für die Verkostung servierte[n] wir den Sommeliers die Getränke erst so, wie sie in der Werkseinstellung aus den Maschinen kamen. Das war mitunter kein Genuss: wässrig, flach im Geschmack, teilweise mit Fehl-aromen, ungleichmäßiger Milchschaum.

Anschließend baten wir die Fachleute, die Einstellungen der Maschinen so zu ändern, bis diese ein optimales Ergebnis lieferten. Oft erhöhten sie dafür die Menge des Pulvers, stellten einen feineren Mahlgrad ein, verwendeten weniger Wasser oder senkten die Temperatur. So angepasst brühten alle Maschinen besseren Espresso als im Auslieferungszustand – auch Voraus-

setzung für guten Cappuccino. Beim Nivo-na schmeckte der Cappuccino als einziger schon in Werkseinstellung sehr gut: „Fein-poriger Schaum, leckere Süße, gut aus-balanciert, schön sämig.“ Seine Temperatur lässt sich jedoch kaum anpassen, sodass der Cappuccino der Jura E6 hauchdünn bes-ser abschneidet.

Nivona und Jura teilen sich punktgleich den Testsiege.

Saeco und Philips enttäuschen

Auch andere Maschinen machten, optimal eingestellt, guten Kaffee. Zwei enttäuschten aber: Den ab Werk schlechten Espresso von Saeco verbesserten die Sommeliers zwar auf ein knapp befriedigendes Niveau. Insgesamt blieb es aber bei einem Ausreichend. Den schlechten Cappuccino von Philips konnten die Experten nur unwesentlich verbessern.

Tipp: Experimentieren Sie mit den Einstel-lungen, den Kaffee- und Milchsorten. Man-che Baristas bieten an, Maschinen passend zur Kaffeesorte einzustellen.

Für gleichbleibende Qualität müssen Kaffeemaschinen sauber gehalten werden, sie bieten dafür Reinigungsprogra-mme. Um Kalkablagerungen zu reduzieren, empfehlen alle Anbieter außer Tchibo, die in den Geräten eingesetzten Wasserfilter zu nutzen. Zumindest in Regionen mit hartem Wasser ist das sinnvoll.

Wirkungsloser Wasserfilter von Grundig

Wir prüften, wie lange die eingesetzten Filter funktionieren. Philips und Saeco schafften 56 Liter. Das reicht für 779 Espressi inklusive Spülvorgängen. De'Longhi dagegen braucht schon nach 11 Litern oder 131 Espres-si einen neuen Filter. Nahezu wirkungslos war der Grundig-Filter.

Mit Milchsystem



1 Jura E6
749 Euro

GUT (2,0)

Halbautomatisch. Bereitet guten Cappuccino und Espresso zu. Milchschaum per Drehknopf. Alle drei Monate wird aus Hygienegründen ein Milch-schlauchwechsel empfohlen (4er-Pack 19 Euro). Umweltschädlicher Entkalker.



2 Nivona NICR 790
749 Euro

GUT (2,0)

Lecker. Bester Cappuccino in der Ver-kostung. Die Temperatur ist aber kaum än-derbare. Guter Espresso. Wasserfilter kosten 102 Euro im Jahr. Entkalkt sehr schnell. Nivonas Entkalker enthält umweltschädliche Sulfamidsäure.



3 De'Longhi
Magnifica
Evo Next
ECAM310.80.SB
499 Euro

GUT (2,1)

Preis-Leistungs-Sieger. Guter Espres-so und Cappuccino. Schäumt Milch sehr fein und cremig auf. Der Wasser-filter arbeitet zuverlässig und ist ver-gleichsweise günstig. Entkalkt sehr einfache, braucht aber recht lange.



4 Melitta Latticia OT
501 Euro

GUT (2,3)

Minimalist. Nur fünf Getränke zur Aus-wahl. Guter Espresso und Cappuccino mit sehr feinem Milchschaum. Die Temperatur des Cappuccinos lässt sich jedoch kaum verändern. Entkalkt schnell, aber umständliches Menü.



5 Siemens EQ
500 TP516DX3
649 Euro

GUT (2,3)

Für Geduldige. Espresso und Cappuc-cino überzeugten in der Verkostung. Das erste Getränk dauert aber lange. Siemens-Entkaltungstabletten enthal-ten umweltschädliche Sulfamidsäure. Recht günstiger Wasserfilter.



6 WMF
Perfection 660
999 Euro

GUT (2,3)

Heiß. Espresso ist nach Bezug mehrerer Tassen etwas zu heiß. Gerät entkalkt vergleichsweise lange. Der beigelegte Flüssigentkalker Cromargol enthält umweltschädliche Sulfamidsäure.

Regelmäßig fordern die Geräte zum Entkalken auf. Testsieger Jura empfiehlt dafür ausschließlich seine 2-Phasen-Entkalkungstabletten auf Basis von Sulfamidsäure, die biologisch nur schwer abbaubar und für Wasserorganismen schädlich ist. Nivona, der andere Testsieger, sowie Siemens raten ebenfalls zu ihren sulfamidsäurehaltigen Entkalkern, lassen aber auch Mittel ohne diese Säure zu. Krups und WMF erlauben ebenfalls beide Varianten. Die anderen Anbieter empfehlen umweltschonende Entkalker mit Milch- oder Zitronensäure. Wir raten, die Empfehlungen der Anbieter zu befolgen, da ungeeignete Entkalker die Geräte schädigen können. ■ →



Text: Stephan Scherfenberg; Testleitung: Dr. Peter Schick; Produktauswahl: Yvonne Sanguinette; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

Schaumig. Cappuccino besteht zu je einem Drittel aus heißer Milch, Espresso und Milchschaum. Der aus dem Gerät von Nivona ist perfekt (l.). Bei Grundig (r.) fließt alles ineinander.

■ **7** **Grundig**
KVA 8230
Delisia Coffee
499 Euro



Lau. Temperatur des Cappuccinos ist recht niedrig, Milchschaum zerfällt schnell. Cappuccino-Temperatur und Stärke des Espressos lassen sich kaum verändern. Nahezu wirkungsloser Wasserfilter, enthärtet Wasser nicht.

■ **10** **Philips**
EP2331/10
348 Euro



Langsamstarter. Braucht lange für ersten Espresso. Der Cappuccino schmeckt enttäuschend, der Espresso mäßig. Cappuccino-Temperatur kaum veränderbar. Nur vier Getränke zur Auswahl, kein separater Milchschaum.

■ **8** **Saeco**
Xelsis Deluxe
960 Euro

GUT (2,5)



Riesenauswahl. Liefert bis zu 22 Heißgetränke. Espresso in der Verkostung enttäuschend, Cappuccino mäßig – die Temperatur lässt sich kaum verändern. Großer Bohnenbehälter. Startet vergleichsweise langsam.

■ **9** **Krups**
Sensation EA910
444 Euro

BEFRIEDIGEND (2,6)



Schnellstarter. Sofort betriebsbereit. Espresso in der Verkostung gut, Temperatur kaum zu ändern. Cappuccino mäßig. Nur manuell geschäumte Milch, das erfordert Übung. Schaum kann überlaufen, fällt bald zusammen.

Ohne Milchsystem

■ **11** **Tchibo**
Esperto 2 Caffé
279 Euro

GUT (2,5)



Ohne Schaum. Bietet nur Espresso und Caffè Crema, keinen Cappuccino. Der Espresso überzeugte in der Verkostung. Die erste Tasse lässt aber etwas auf sich warten. Temperatur ist nicht veränderbar. Kein Wasserfilter.





Kaffeevollautomaten: Jura und Nivona liegen hauchdünn vorn

Produkt	Mit Milchsystem							
	1 Jura E6	2 Nivona NICR 790	3 De'Longhi Magnifica Evo Next ECAM310.80.SB	4 Melitta Latticia OT	5 Siemens EQ 500 TP516DX3	6 WMF Perfection 660	7 Grundig KVA 8230 Delisia Coffee	8 Saeco Xelsis Deluxe
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	749	749	499	501	649	999	499	960
■ QUALITÄTSURTEIL	100 % GUT (2,0)	GUT (2,0)	GUT (2,1)	GUT (2,3)	GUT (2,3)	GUT (2,3)	GUT (2,5)	GUT (2,5)
Espresso	30 % gut (2,1)	gut (2,4)	gut (2,2)	gut (2,2)	befried. (2,9)	befried. (2,7)	befried. (2,7)	befried. (3,1)
Verkostung ¹⁾	○	+	+	+	+	○	○	(*)
Zeit für Aufheizen und Zubereitung	○	○	○	○	⊖	+	○	⊖
Temperatur/Temperatur variieren	++/++	+/+	+/+	+/++	○/○	⊖/+	+/+	++/++
Stärke/Mahlgrad variieren	+/+	○/○	+/++	○/+	○/○	○/○	⊖/+	○/+
Konstanz der Menge/Menge variieren	+/+	+/++	++/+	○/++	+○	+○	+○	+○
Cappuccino	30 % gut (2,0)	gut (2,1)	gut (2,2)	gut (2,5)	gut (2,4)	gut (2,4)	befried. (3,0)	befried. (2,9)
Verkostung ¹⁾	+	++	+	+	+	○	○	○
Zeit für Aufheizen und Zubereitung	+	○	○	○	⊖	○	○	○
Temperatur/Temperatur variieren	+/+	+/⊖	+/○	+/⊖	○/+	+○	○/⊖	+/–
Separat aufgeschäumte Milch	++	++	++	++	+	+	+	+
Konstanz der Menge/Menge variieren	++/++	+/++	++/++	++/++	++/+	++/++	++/○	++/+
Handhabung	20 % gut (1,6)	sehr gut (1,5)	gut (1,8)	gut (2,1)	gut (1,7)	sehr gut (1,5)	gut (2,1)	sehr gut (1,5)
Gebrauchsanleitung	+	++	++	○	++	+	+	++
Zubereiten der Getränke	+	++	+	+	++	++	++	++
Reinigen	++	+	+	+	+	++	++	+
Entkalken/Dauer (Minuten)	++/37	++/14	+/26	+/15	++/27	++/26	⊖ ²⁾ /16	++/20
Umweltigenschaften	10 % gut (2,3)	gut (2,1)	gut (2,0)	gut (2,4)	gut (2,3)	gut (2,4)	gut (2,1)	gut (2,0)
Stromverbrauch/Geräusch	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	+/++	+/+	○/+
Reparierbarkeit	○	+	+	○	+	○	+	+
Schadstoffe	5 % gut (1,6)	gut (1,6)	gut (1,6)	gut (1,6)	gut (1,6)	gut (1,6)	gut (1,6)	gut (1,6)
Sicherheit	5 % sehr gut (1,5)	gut (2,2)	gut (1,9)	gut (1,9)	sehr gut (1,5)	gut (2,2)	gut (2,0)	gut (2,2)

Ausstattung/Technische Merkmale

Jährlicher Stromverbrauch im Beispiel (kWh) ²⁾	14	19	16	18	19	19	14	23
Höhe x Breite x Tiefe ca. (cm)	35 x 28 x 44	36 x 24 x 47	36 x 24 x 44	36 x 20 x 47	37 x 26 x 45	37 x 25 x 42	36 x 28 x 41	40 x 29 x 49
Gewicht ca. (kg)	9,0	8,6	9,5	7,7	8,0	9,3	9,7	11,0
Kaffeeauslaufhöhe minimal/maximal ca. (cm)	6,7/11,1	8,6/13,9	8,0/14,4	9,0/12,5	9,0/14,1	9,1/14,1	9,7/14,0	7,2/14,3
Fassungsvermögen Wassertank ca. (Liter)/Bohnenbehälter ca. (g)	2,0/280	2,2/250	1,9/250	1,5/250	1,9/270	2,9/250	2,0/250	1,7/450
Wasserfilter/jährliche Kosten für Wasserfilterpatronen ca. (Euro) ³⁾	■/84	■/102	■/42	■/90	■/42	■/120	■/72	■/52
Heißwasser	■	■	■	■	■	■	□	■
Fach für Kaffeevollautomaten	■	■	■	□	■	□	■	■
Brühpulpa herausnehmbar	□	■	■	■	■	□	■	■
Entkalkung laut Anbieter auch ohne Sulfamidsäure zulässig ⁴⁾	□	■ ⁵⁾	■	■	■ ⁶⁾	■ ⁷⁾	■	■

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).

○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).

– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

* Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ rechts).

■ = Ja. □ = Nein.

1) Durch drei Kaffee-Sommeliers Espresso zubereitet mit guten Espressobohnen aus unserem letzten Test, Cappuccino außerdem mit einer Frischmilch mit 3,5 % Fettgehalt.

2) Nutzung: wöchentlich 8 Espresso + 8 Cappuccino + 8 x Milchaufschäumen, inklusive automatischem Spülen und Abschalten sowie aller Verbräue im Standby beziehungsweise im ausgeschalteten Zustand.

3) Wir ermitteln die Kosten der Wasserfilter anhand des Preises pro Filter und der vom Anbieter empfohlenen maximalen Nutzungsdauer.

4) Sulfamidsäure gilt als schädlich für Wasserorganismen. Sie reichert sich im Wasserkreislauf an, da sie durch Kläranlagen kaum entfernt wird. Ihre Verwendung sollte vermieden werden.

5) Anbieter empfiehlt sulfamidsäurehaltigen „Nivona Premium Flüssigentkalker“, erlaubt aber auch handelsübliche Flüssigentkalker.

6) Anbieter empfiehlt sulfamidsäurehaltige Entkalkungstabletten, erlaubt aber auch andere sulfamidsäurefreie Entkalker.

7) Mit Pulverentkalker auf Basis Zitronensäure-Monohydrat. Aber der ebenfalls empfohlene Entkalker „Cromargol“ enthält Sulfamidsäure.

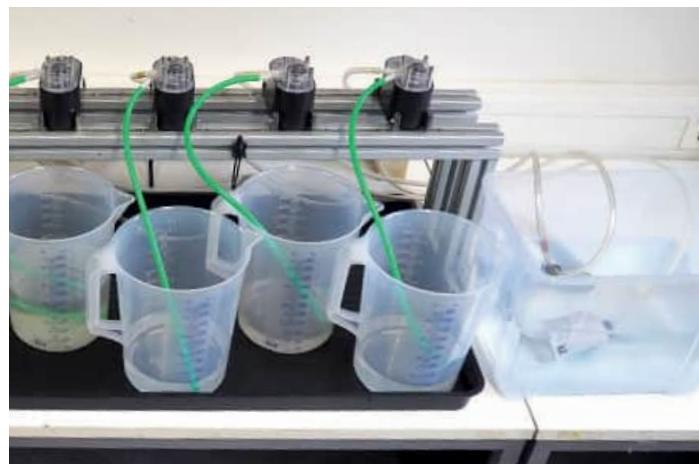
So haben wir getestet

Im Test: Elf Kaffeevollautomaten, davon zehn mit Milchfunktion und einer ohne. Wir wählten von marktbedeutenden Anbietern aktuelle, möglichst absatzstarke Modelle bis 1000 Euro aus. Diese kauften wir im Dezember 2024 und Januar 2025 ein. Die Preise ohne Versandkosten erhob Geizhals.de im Oktober 2025. Die jährlichen Kosten für Wasserfilter berechneten wir anhand des Preises pro Filter und der vom Anbieter empfohlenen maximalen Nutzungsdauer.

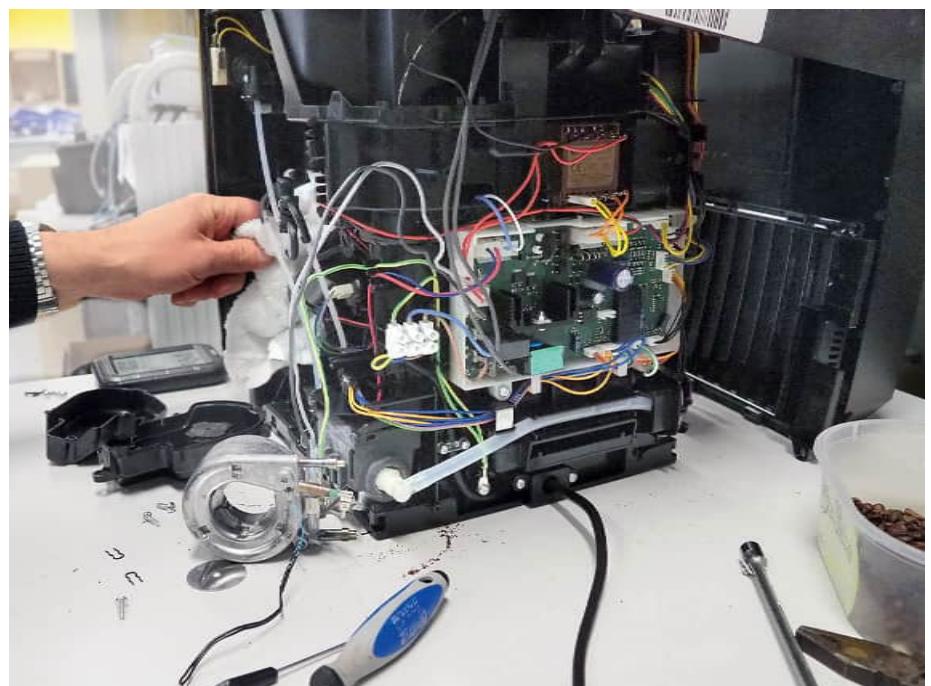
Untersuchungen: Wir prüften die Kaffeevollautomaten genauso wie für den Test in Heft 12/24. Ausführliche Prüfmethoden finden Sie unter test.de/kaffeevollautomaten/methodik.

Abwertungen

Abwertungen sind in der Tabelle mit Sternchen *) gekennzeichnet. Ab der Note Befriedigend (3,1) für die Verkostung werteten wir das Urteil für Espresso beziehungsweise Cappuccino ab. Je schlechter das auslösende Urteil, desto stärker der jeweilige Abwertungseffekt.



Weichmacher.
Wir prüften, wie effektiv die Filter der Geräte kalkhaltiges Wasser entären.



Reparierbarkeit. Wir prüften, wie schnell sich Teile wie Heizung, Dichtung und Pumpe auswechseln lassen.

Foto: Stiftung Warentest

Ohne Milchsystem		
9 Krups Sensation EA910	10 Philips EP2331/10	11 Tchibo Esperto 2 Caffé
444	348	279
BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (2,8)	GUT (2,5)
befried. (2,7)	befried. (3,2)	befried. (2,9)
+	○*)	+
++	⊖	⊖
+/-	+/+	+/-
O/O	O/+	O/+
+/O	+/+	+/+
befried. (2,9)	befried. (3,5)	Entfällt
○	⊖*)	
○	○	
O/O	+/-	Entfällt
+	Entfällt	
++/Entfällt ⁹⁾	++/+	
gut (1,8)	gut (2,1)	gut (2,1)
+	+	+
+	+	+
+	+	+
++/20	++/25	+/22
befried. (3,0)	gut (1,9)	gut (2,4)
+/O	+/+	+/O
○	+	+
gut (1,6)	gut (1,6)	gut (1,9)
gut (2,5)	sehr gut (1,4)	gut (1,7)
22	18	14 ¹⁰⁾
36 x 24 x 35	37 x 25 x 45	34 x 18 x 44
7,4	7,5	7,9
8,1/13,1	8,5/14,3	9,1/16,0
1,9/260	1,8/275	1,4/300
■/60	■/52	□/Entfällt
■	■	■
□	■	□
□	■	■
■ ⁷⁾	■	■

8) Die Enthärtungspatronen erreichen von Beginn an keine deutliche Wasserenthärtung.

9) Die Milch muss manuell aufgeschäumt werden. Die Milchmenge lässt sich variieren, indem mehr oder weniger Milch aufgeschäumt wird.

10) Inklusive des Stromverbrauchs eines separaten guten Milch-aufschäumers.

Freizeit & Verkehr

180000

öffentliche Ladepunkte für E-Autos gibt es derzeit in Deutschland, das sind 16 Prozent mehr als vor einem Jahr.

Quelle: Bundesnetzagentur
(Stand: 1. Oktober 2025)



Bahnreisen nach Frankreich

Ticket lieber über die DB buchen

Wer mit dem Zug von Deutschland nach Frankreich fahren will und fürchtet, einen Anschluss zu verpassen, sollte das Ticket online bei der Deutschen Bahn (DB) buchen. Denn dann gilt im Ernstfall eine Kulanzregelung zwischen den internationalen Eisenbahn-gesellschaften (AJC-Abkommen). Diese ermöglicht, dass die An-schlussfahrtkarte weiter gilt. Für reservierungspflichtige Züge wie TGV und Eurostar bucht das Personal auf Anfrage neue Plätze.



Mitfahrgelegenheit.
Das Sieger-Rad von Riese & Müller fährt und bremst gut.

Longtail-E-Bikes im Test

Die mit dem langen Gepäckträger

Belgische Warentester probierten fünf Longtail-Bikes mit Elektro-Antrieb aus. Auf den langen Rücksitz dieser Lastenräder passen bis zu zwei Kinder.

Mit ihrem verlängerten Gepäckträger machen sogenannte Longtail-Bikes gerade den Lastenrädern mit Box Konkurrenz. Anders als bei herkömmlichen Lastenfahrrädern werden Kinder und Einkäufe hinter und nicht vor dem Radfahrer transportiert. Unsere belgischen Partner von Test-Achats prüften fünf Modelle mit Elektro-Antrieb auf ihre Praxistauglichkeit. Darüber hinausgehende Sicherheits- und Haltbarkeitsprüfungen machten sie nicht.

Fahrkomfort. Im Praxistest erwiesen sich die Longtails als wendig und stabil. Mehrere Modelle sind auch in Deutschland zu haben, darunter der Testsieger: Das Multitinker Touren-Longtail-E-Bike von Riese & Müller (ab 4.800 Euro) überzeugte im Straßenverkehr besonders. Es ließ sich gut lenken und zuverlässig bremsen und trotz seiner rund 35 Kilo Gewicht leicht über Bordsteine hieven und stabil abstellen.

Motor und Handhabung. Weniger gut bewerteten die belgischen Testerinnen und

Tester den Bosch-Motor des Sieger-Longtails: Er schwächelte am Berg, bei 18 km/h und bei maximaler Beladung.

Kurventest. Ein Stück hinter dem Testsieger platziert sich das preiswerte Btwin R500E Longtail E-Bike von Decathlon (ab 2.700 Euro). Es ist insgesamt etwas weniger stabil. Das Bike ist mit einem Bafang-Motor am Hinterrad ausgestattet. Sein Vorderrad hatte zu wenig Bodenhaftung und wackelte, sobald die Tester mit viel Beladung in eine Kurve fuhren. Ein weiterer Minuspunkt des Btwin-Bikes: Wegen seines großen Vorderrades lässt es sich nur schwer über die Bordsteinkante heben oder eine Treppe hinauftragen.

Tipp: Haben Sie wenig Platz zum Abstellen, sind Longtail-Räder praktischer als Lastenräder mit Vorderbox. Für kleine Kinder können oft klassische Fahrradkindersitze montiert werden. Darin sollten sie aber erst mitfahren, wenn sie sicher selbstständig sitzen können – etwa ab neun Monaten.

Wintersport

In Italien mit Helm

Skihelme sind jetzt für alle Pflicht, die in Italien auf die Piste gehen. Seit dem 1. November hat das Land die Tragepflicht auf alle Altersgruppen ausgeweitet. Sie galt zuvor nur für unter 18-Jährige. Auch Snowboarder und Schlittenfahrer brauchen einen CE-zertifizierten Helm. Bei Verstoß droht ein Bußgeld von bis zu 150 Euro und der Verlust des Skipasses. Teuer wird es auch, wenn die Haftpflichtversicherung fehlt.

Gefälschte Plüschtiere

Erstickungsgefahr durch Fake-Labubus

Die EU-Verbraucherschutzplattform Safety Gate hat wiederholt vor gefälschten Labubu-Plüschtieren gewarnt, von denen sich verschluckbare Kleinteile lösen. Kinder könnten sie in den Mund stecken und daran erstickten.

Tipp: Die Echtheit eines Labubus lässt sich mithilfe des QR-Codes auf der Verpackung prüfen.



Fake-Labubu. Sieht aus wie ein Original, ist aber gefälscht.

Geschenktipps

Rudergeräte

Für Muskel- und Ausdauertraining mit Wassersport-Gefühl können wir drei Modelle besonders empfehlen: Testsieger **Christopeit WP 5000** für 749 Euro, den Klassiker **Water-Rower Eiche** für stolze 1399 Euro sowie das günstigste Gute aus dem Test: **Decathlon Domyos 500 B** (450 Euro).



Fahrradschlösser

Wer sein Fahrrad liebt, sperrt es ab. Am sichersten ist das sehr gute Bügelschloss **Abus Granit Super Extreme 2500** für 288 Euro. Das beste Ketten-schloss ist das **Decathlon Kettenschloss 920 Art3** (60 Euro; Qualitätsurteil: Gut). Ebenfalls gut, aber fast sechs Kilo schwer, ist das über einen Meter lange Kombischloss **Hiplok DXXL** für 161 Euro.



E-Scooter

Der **Segway Ninebot Max G2 D** kostet 792 Euro und eignet sich für alle, die auch längere Touren bequem fahren wollen. Der **Odys Alpha X5 Pro** ist ein solides Schnäppchen für 399 Euro. Muss der Roller auch mal in die Wohnung oder Bahn getragen werden, empfehlen wir den leichteren **Vmax VX5 Pro GT** (574 Euro).

Ab auf die Piste – aber sicher

Ski- und Snowboardhelme Gute Nachricht für Wintersportler: Alle Helme bestehen die Sturzprüfungen. Aber nicht jeder eignet sich für jeden Kopf.

Der erste Schwung, die Kanten greifen, das Adrenalin kickt: Wer im Winter die weißen Hänge hinuntersaust, kennt dieses Gefühl von Energie und Freiheit. Doch das Risiko fährt mit. Ob es im Falle eines Sturzes beim blauen Fleck bleibt oder schlimmer wird, hängt oft vom Helm ab.

Wir haben zwölf Modelle, die sich zum Ski- und Snowboardfahren eignen, getestet. Darunter sind drei mit integriertem Visier. Sie machen eine Skibrille überflüssig. Wichtig war uns im Test nicht nur, dass der Helm

bei einem Unfall zuverlässig schützt, sondern auch, dass er angenehm zu tragen, gut anpassbar und schadstofffrei ist.

Gute Helme für 120 bis 330 Euro

Das Ergebnis dürfte Wintersportlerinnen und Wintersportler freuen: Alle Helme sind sicher. Die meisten schneiden insgesamt gut ab, drei befriedigend. Trotzdem gibt es wichtige Unterschiede für die individuelle Helmwahl. So sind einige besonders leicht, andere sorgen für einen warmen Kopf. Ein Modell dämpft Abfahrtsgeräusche stark. Wirklich günstig jedoch ist keiner: Die guten klassischen Helme kosten 120 bis 224 Euro, der beste Visierhelm sogar 330 Euro.

Immerhin bleibt auch der Style nicht auf der Strecke: Die geprüften Helme sind Unisex-Modelle und in verschiedenen Farben erhältlich – so findet jede und jeder ein sicheres Modell, das zum Outfit passt.

Unfallschutz: Strenger als die Norm

Die getesteten Helme sind sogenannte Klasse-B-Helme – das sind Halbschalen für Freizeitsportler, bei denen die Ohren nur von warmen Polstern bedeckt sind. Klasse-A-Helme dagegen sind Vollschalen und schützen auch die Ohren. Sie sind eigentlich für Profis gedacht, die höhere Sicherheitsstandards brauchen.

Aber mal ehrlich: Auch Hobbyfahrerinnen und -fahrer brettern ordentlich die Piste

runter. Deshalb haben wir alle Helme nach strengeren Kriterien getestet, als in Klasse B gefordert. Nur wenn sie diese Hürde schafften, konnten sie für die Stoßdämpfung und die Durchdringungsfestigkeit die Note Gut erzielen.

Fünf Helme dämpfen Stürze gut ab

Bei der Stoßdämpfung messen wir, welche Kräfte am Kopf ankommen, wenn man hinten, vorn oder seitlich auf einen harten Untergrund aufschlägt. Gut dämpfen die drei Visierhelme sowie jene von Anon und Poc Stürze ab. Die in diesem Punkt befriedigenden Modelle schafften in einigen Aufprallversuchen nicht die strengen Werte, aber immerhin die der Freizeitnorm. Wir schätzen sie daher als sicher ein.

Die Durchstichfestigkeit sagt aus, wie gut der Helm beim Sturz spitze Gegenstände abwehrt, etwa Skistöcke. Die vier besten Helme im Test – von Scott, Oakley, Alpina und K2 – schützen sehr gut, alle anderen immerhin befriedigend. Auch die Abstreifprüfung bestanden alle Testkandidaten: Der simulierte Anprall eines Astes konnte keinen der Helme vom Prüfkopf schieben.

Praxistest auf Tiroler Pisten

Selbst der sicherste Helm nützt wenig, wenn er schlecht sitzt. Wie pistentauglich die Modelle sind, prüfte ein Testteam aus erfahrenen Skirennläufерinnen und -läufern in →

■ Unser Rat

Testsieger: Der Scott Flow Pro Mips für 171 Euro bietet einen guten Unfallschutz und hohen Komfort. Von den Visierhelmen überzeugte der Salomon Driver Pro Sigma Photo Mips am meisten. Sein Visier passt sich den Lichtverhältnissen an und verhindert ein schnelles Beschlagen. Er kostet stolze 330 Euro.

Preistipp: Der Alpina Nax für 120 Euro schützt gut und ist komfortabel. Alle getesteten Helme sind in mehreren Farben und Größen erhältlich.

Schutz und Komfort. Ein guter Helm sitzt bequem und ist belüftet.



Scott
Flow Pro Mips
171 Euro
GUT (1,9)



Salomon
Driver Pro Sigma Photo Mips
330 Euro
GUT (2,3)

Klassische Skihelme

Modelle für den Freizeitsport sollen hohen Schutz, eine gute Passform und Belüftung bieten. Im Test sind alle sicher. Am meisten überzeugte der Scott Flow Pro Mips. Beim Kauf kommt es aber auch auf die eigenen Vorlieben an. Unsere Prüfungen helfen, das optimale Modell zu finden.

Skihelme mit Visier

Helme mit Visier schützen vor Wind, Schnee und UV-Strahlung und bieten Brillenträgern mehr Komfort, da die Brille bequem darunter passt. Wir haben drei Modelle geprüft. Bester ist der Salomon-Helm mit selbsttönendem Visier und gut funktionierender Anti-Beschlag-Beschichtung.

So finden Sie den passenden Skihelm

Der perfekte Helm sitzt bequem, schützt zuverlässig – und hält viele Winter lang. Wir sagen, worauf es beim Kauf ankommt, wie man den Helm pflegt und wann ein neues Modell fällig ist.

Die richtige Größe. Ein Helm schützt nur optimal, wenn er richtig sitzt. Messen Sie Ihren Kopfumfang knapp über den Augenbrauen mit einem Maßband. Stellen Sie bei der Anprobe den Kinnriemen und das Drehrad am Hinterkopf ein. Der Helm darf nicht drücken, aber auch nicht verrutschen – zur Probe den Kopf mit offenem Kinnriemen schütteln. Zur Orientierung, welches Modell Ihnen passen könnte, geben wir in der Tabelle verfügbare Größen und geeignete Kopfformen an. Wer einen schmalen Kopf hat, kann es mit einem Modell für eine mittlere Kopfform versuchen.

Zusammen mit Brille ausprobieren. Kaufen Sie Helm und Skibrille entweder zusammen oder nehmen Sie zum Helmkauf Ihre alte Skibrille mit. Passen beide nicht zueinander, entstehen Druckstellen oder ein unangenehmer Spalt, durch den Wind und Schnee pfeifen. Achten Sie daher bei der Anprobe auf einen nahtlosen Übergang von Helm zu Brille. Sie muss sich zudem am Helm befestigen lassen und sollte hochgeschoben in Position bleiben.

Gewicht und Hörvermögen prüfen. Auf der Piste sollten andere Skifahrer jederzeit zu hören sein. Achten Sie darauf, dass der Helm Geräusche nicht zu stark dämpft. Prüfen Sie bei der Anpro-

be, ob eine normale Unterhaltung mit aufgesetztem Helm möglich ist. Er sollte sich zudem nicht schwer anfühlen. Auf die Dauer belastet er ansonsten die Hals- und Schultermuskulatur.

Skihelm pflegen. Lassen Sie Helm und Brille nach dem Skitag bei Zimmertemperatur trocknen – legen Sie sie also nicht auf die Heizung. Große Hitze könnte das Material schädigen. Deshalb sollte der Helm auch nicht längere Zeit in der prallen Sonne liegen oder am Fenster aufbewahrt werden. Nehmen Sie das Futter nach der Saison aus dem Helm und waschen Sie es. Lagern Sie den Helm anschließend kühl und trocken in einer Helmtasche.

Skihelm erneuern. Tauschen Sie den Helm nach einem Aufprall aus. Ein kräftiger Stoß kann die Schutzwirkung beeinträchtigen – auch wenn keine Risse oder Dellen sichtbar sind. Beschädigungen und abgebrochene Teile sind klare Signale dafür, dass ein Neukauf nötig ist. Unabhängig von Stürzen empfehlen viele Anbieter, den Helm nach drei bis acht Jahren zu ersetzen. Zu eilig muss man aber nicht sein: In einem Test unserer Schweizer Kollegen bestanden viele Helme, die zehn Jahre und länger in Gebrauch waren, die Sicherheitstests ohne Probleme.

Kopfübung. Messen Sie den Kopfumfang vor dem Kauf. Die verfügbaren Helmgrößen geben wir in der Tabelle an.



den Ötztaler Alpen. Besonders gut kamen bei ihnen der Testsieger Scott sowie der Uvex an.

Einen hohen Tragekomfort bieten aber alle Modelle. Viele lassen sich einfach mittels Drehrad am Hinterkopf anpassen. Der Oakley und die Visierhelme von Salomon und Head sind recht schwer; der Scott sowie Poc, Anon und Decathlon eher leicht.

K2 wärmt – aber dämpft Geräusche

Ob ein Helm kuschelig warm oder angenehm frisch ist, hängt vom Polster und den Lüftungsschlitzten ab. Wenig Innenfutter hat der Anon und eignet sich so für Menschen, die es kühl mögen. Luftig sind auch die Helme von Decathlon, Giro, Oakley, Poc und Scott. Sehr ausgeglichen empfanden die Tester den Salomon, am wärmsten die Modelle von Alpina, K2 und Uvex. Atomic und Head wärmen mit ihrem dicken, bequemen Innenfutter ebenfalls gut.

Kuschelig ist zwar schön, dicke Polster können aber viel Sound schlucken. Der K2 dämpfte beim Fahren Außengeräusche stark ab, sodass andere Skifahrer schlechter zu hören waren. Außerdem erzeugte er im Fahrtwind ein unangenehmes Pfeifen.

Visierhelme praktisch für Brillenträger

Das Testteam prüfte, ob sich die Helme mit verschiedenen Skibrillen bequem tragen lassen – ohne Druckstellen oder Spalt zwischen Brille und Helm. Erfreulich: Alle Modelle funktionierten im Test mit mehreren Brillen. Zum Helm eine neue Skibrille zu kaufen, ist also oft gar nicht nötig.

Schwieriger ist der Helmkauf für Brillenträger. Oft drückt die Skibrille auf die Sehhilfe darunter, die Gläser beschlagen. Eine Alternative sind die Helme mit Visier, unter dem die Brille bequem Platz findet – und dank Luftzirkulation seltener beschlägt.

Die Visiere mussten etliche Prüfungen bestehen. Im Labor erwiesen sie sich als äußerst bruchfest, auch Sandkörner richten im Abriebtest kaum Schaden an. In der Dauerprüfung öffneten die Tester jedes Visier 1000-mal – für Salomon und Head kein



Bergtest. Das Team prüfte in den Ötztaler Alpen etwa, wie gut sich Helme mit verschiedenen Skibrillen tragen lassen.

Problem. Beim Decathlon riss ein kleines Gummiband, ohne das der Mechanismus nicht funktioniert. Decathlon scheint die Schwachstelle zu kennen und legt zwei Ersatzgummis bei. Diese gut aufbewahren!

Visiere halten UV-Schutz ein

Sonnenschutz ist bei Skibrillen besonders wichtig, da die Strahlung im Gebirge selbst bei trübem Himmel stärker ist als im Flachland – und Schnee sie reflektiert. Schwere Augenschäden sind möglich. Zum Glück nicht mit den Visieren im Test. Alle drei blöken ultraviolette Strahlen komplett ab.

Das Decathlon-Visier eignet sich mit seinen dunklen Gläsern der Tönungsstufe 3 vor allem für sonnige Tage. Es ließ im Labor 14 Prozent Licht durch. Bei Head (Kategorie 2)

waren es 30 Prozent – perfekt für leichte Bewölkung und wechselhaftes Wetter. Bei beiden lassen sich die Visiere austauschen – das ist allerdings recht fummelig.

Der Salomon-Helm braucht keinen Wechsel: Sein selbsttönendes Visier passt sich der Lichtintensität an. Es hat zudem eine wirksame Anti-Fog-Beschichtung: In der Dampfprüfung blieb es klar, während die anderen Visiere schnell beschlugen.

Tipp: Lassen Sie ein nasses Anti-Fog-Visier an der Luft trocknen oder tupfen Sie es mit einem Spezialtuch ab. Nie mit Taschentuch oder Handschuh wischen. Das kann die Beschichtung beschädigen. ■ →

Text: Claudia Till; Testleitung: Nico Langenbeck;
Faktencheck: Annika Scheerer

Visiere und Brillen

So haben Sie auf der Piste eine klare Sicht

Die passende Skibrille hilft, bei jeder Wetterlage den Überblick zu behalten.

Bei Sonne: Dunkle Gläser der Kategorien 3 und 4 verringern die Blendung durch Sonne und Schnee deutlich. Wichtig ist ein UV-Schutz, möglichst UV400. Den boten alle Visiere im Test.

Bei Nebel und Schneefall: Gelbe oder orangefarbene Gläser verstärken Kontraste – das macht Bodenwellen und Hindernisse besser sichtbar.

Bei jedem Wetter: Selbsttönende photochrome Gläser passen sich den Lichtverhältnissen an – das macht einen Brillenwechsel überflüssig. Im Test ist nur das Salomon-Visier selbsttönend. Diese Funktion klappte gut.

Gegen Beschlagen: Eine Anti-Fog-Beschichtung soll das Beschlagen der Gläser von innen verhindern. Im Test funktionierte sie allerdings nur beim Salomon-Visier gut.



Futuristisch. Visiere (hier das des Salomon-Helms) sehen nicht nur stylish aus, sie sorgen auch für gute Sicht.

Ski- und Snowboardhelme ohne Visier



Oakley



K2



Uvex



Giro



Scott



Alpina



Poc



Anon



Atomic

Ski- und Snowboardhelme: Mehr als die Hälfte bietet einen guten Unfallschutz

Helme ohne Visier									
Anbieter	Scott Flow Pro Mips	Oakley Mod1 Pro Mips	Alpina Nax	K2 Phase Mips	Poc Obex Mips	Uvex Gravitate	Anon Logan Wavecell	Giro Tenet Mips	
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	171	140	120	147	210	150	224	200	
QUALITÄTSURTEIL	100 % GUT (1,9)	GUT (2,0)	GUT (2,1)	GUT (2,3)	GUT (2,4)	GUT (2,4)	GUT (2,5)	GUT (2,5)	
Unfallschutz	60 % gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,2)	gut (2,1)	gut (2,5)	befriedigend (2,7)	gut (2,5)	befriedigend (2,6)	
Stoßdämpfung	○	○	○	○	+	○	+	○	
Durchdringfestigkeit	++	++	++	++	○	○	○	○	
Abstreif Sicherheit	+	+	+	+	+	+	+	+	
Belastbarkeit von Riemen und Verschluss	+	+	+	+	+	+	+	+	
Sichtfeld/Bruchfestigkeit Visier	++/Entfällt	++/Entfällt	++/Entfällt	++/Entfällt	++/Entfällt	++/Entfällt	++/Entfällt	++/Entfällt	
Handhabung und Komfort	35 % gut (1,7)	gut (2,2)	gut (2,0)	befriedigend (2,6)	gut (2,3)	gut (1,9)	befriedigend (2,6)	gut (2,4)	
Gebrauchsanleitung	++	○	+	○	○	++	⊖	○	
Anpassen des Helmes/Auf- und Absetzen	+/++	+/++	+/+	+/+	+/+	+/+	+/++	+/+	
Tragekomfort (Helm, Riemen, Verschluss)	+	+	+	+	+	+	+	+	
Belüftung/Geräuschwahrnehmung	+/-	○/+	+/-	○/○ ⁴⁾	+/-	+/-	○/○	+/-	
Reinigen, Wechseln von Polster und Innenfutter	+	++	++	+	+	+	○	+	
Skibrillenkompatibilität	+	+	+	+	+	+	+	+	
Visier (u. a. Haltbarkeit, UV-Schutz, Anti-Fog)	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	
Schadstoffe	5 % sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	gut (1,6)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	befriedigend (2,6)	gut (1,6)	gut (1,7)	
Ausstattung/Technische Merkmale									
Anzahl der Größen/für Kopfumfang ca. (cm) ¹⁾	3/51–55, 56–59, 60–62	4/51–55, 55–59, 59–61, 61–63	2/51–55, 55–59	3/51–55, 55–59, 59–62	3/51–54, 55–58, 59–62	3/51–55, 55–59, 59–61	4/52–55, 56–59, 60–62, 63–64	3/52–55, 55–59, 59–62, 63–64	
Eher geeignet für Kopfform ²⁾	Mittlere	Mittlere	Mittlere	Mittlere	Mittlere bis runde	Mittlere bis runde	Runde	Mittlere bis runde	
Gewicht in mittlerer Größe ca. (g)	492	618 ³⁾	535 ³⁾	517	494	527	455 ⁵⁾	507	
Verschlusstyp	Magnetverschluss	Magnetverschluss	Rastverschluss	Steckverschluss	Steckverschluss	Rastverschluss	Magnetverschluss	Steckverschluss	
Belüftung verschließbar	■	□	■	■	■	■	□	■	
Visier: photochrom/verspiegelt/Anti-Fog-Beschichtung ¹⁾	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

++ = Sehr gut (0,5–1,5), + = Gut (1,6–2,5).
 ○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
 – = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

* Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ rechts).

■ = Ja, □ = Nein.

1) Laut Anbieter.

2) Wir haben das Verhältnis von Kopfbreite zu Kopflänge bestimmt (Längen-Breiten-Index). Wir unterscheiden schmale, mittlere und runde Kopfformen.

3) Ermittelt für Größe 55–59 cm.

4) Hörvermögen eingeschränkt, zudem deutliche Fahrgeräusche.

5) Ermittelt für Größe 56–59 cm.

6) Preis laut Anbieter-Webseite.

Ski- und Snowboardhelme mit Visier



Salomon



Head



Decathlon Wedze

So haben wir getestet

Im Test: Zwölf Ski- und Snowboardhelme für Erwachsene, davon drei mit integriertem Visier. Wir wählten Helme marktbedeutender Anbieter aus, möglichst aktuelle. Wir kauften sie im Februar 2025 ein. Die Preise ohne Versandkosten wurden im Oktober 2025 durch Geizhals.de erhoben.

Untersuchungen: Das vollständige Prüfprogramm finden Sie im Internet unter test.de/skihelme2025/methodik.

Unfallschutz: 60 %

Für die **Stoßdämpfung** wurden die Helme auf plus 20 und minus 25 Grad Celsius gebracht, unter diesen beiden klimatischen Bedingungen haben wir alle Modelle getestet. Mit einer Geschwindigkeit von circa 6 Meter pro Sekunde ließen wir den behelmten Prüfkopf frontal, seitlich und mit der Rückseite auf einen flachen Sockel fallen. Bei Nichtbestehen wiederholten wir den Test mit einer Aufprallgeschwindigkeit von circa 5,4 Meter pro Sekunde. Die **Durchdringungsfestigkeit** untersuchten wir mit einem kegelförmigen Prüfgegenstand, der mit circa 3,8 Meter pro Sekunde frontal, seitlich und hinten auf den Helm aufschlug. Bei Nichtbestehen prüften wir erneut – mit einer Geschwindigkeit von circa 2,7 Meter pro Sekunde. Bei der **Abstreif Sicherheit** prüften wir, wie weit sich der Helm von einem Zehn-Kilogramm-Gewicht nach vorn und hinten vom Prüfkopf ziehen lässt. Zur **Belastbarkeit von Riemen und Verschluss** bewerteten wir unter anderem, ob der Kinnriemen bei einer Belastung von neun Kilogramm ausleiert. Im **Sichtfeld** darf keine Sichtbehinderung auftreten. Die **Bruchfestigkeit des Visiers** prüften wir mit einer Konditionierung von minus 25 Grad und einer Aufprallgeschwindigkeit von circa 6 Meter pro Sekunde.

Handhabung und Komfort: 35 %

Sechs erfahrene Skifahrerinnen und Skifahrer – zwei Frauen, vier Männer – beurteilten unter anderem Aufbau und Verständlichkeit der **Gebrauchsanleitungen**, ein Experte, ob sie normgerecht sind. Die Prüfpersonen bewerteten, wie gut und leicht sich die Helme **anpassen, auf- und absetzen** lassen. Beim **Tragekomfort** (Helm, Riemen, Verschlüsse) bewerteten sie etwa, ob der Helm drückt, ob Verschluss oder Riemen verrutschen sowie den Komfort beim Tragen und Fahren – auch mit Brille. Sie beurteilten zudem die **Belüftung**, die **Wahrnehmung von Geräuschen** und die **Skibrillenkompatibilität**.

Sie bewerteten auch, wie komfortabel sich **Polster und Innenfutter wechseln und reinigen** lassen. Beim **Visier** prüften wir die Abriebfestigkeit sowie die Beständigkeit gegen Beschlägen, die Lichtdurchlässigkeit und -homogenität, den UV-Schutz sowie die Brechwirkung. Die Haltbarkeit der Visierbefestigung testeten wir durch 1000-maliges Öffnen und Schließen.

Schadstoffe: 5 %

Wir prüften Teile mit Hautkontakt – Riemens-, Ohren- und Stirnpolster sowie den Verschluss – auf PAK (polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe) und auf Weichmacher (Phthalate).

Abwertungen

Abwertungen führen dazu, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. Sie sind in der Tabelle mit Sternchen *) gekennzeichnet. Folgende Abwertung setzten wir ein: Lautete die Note fürs Visier Ausreichend, konnte das Urteil für Handhabung und Komfort maximal eine halbe Note besser sein.



Foto: Stiftung Warentest

Schützt der Helm vor Skistöcken?
Das prüfen wir mit einem spitzen Metallkörper, der mit rund 14 km/h auf den Helm prallte.

Helme mit Visier			
Atomic Revent GT Amid	Salomon Driver Pro Sigma Photo Mips	Decathlon Wedze PST 550	Head Cinema 5K
200	330	90 ⁶⁾	160
BEFRIEDI- GEND (2,6)	GUT (2,3)	BEFRIEDI- GEND (2,7)	BEFRIEDI- GEND (2,9)
befriedigend (2,9)	gut (2,5)	gut (2,4)	befriedigend (2,6)
○	+	+	+
○	○	○	○
+	+	++	○
+	+	+	+
++/Entfällt	++/++	++/++	++/++
gut (2,3)	gut (2,1)	befriedigend (3,5)	befriedigend (3,5)
○	○	○	○
+/-	++/+	+/-	+/-
++	+	+	+
+/-	+/-	+/-	+/-
⊖	++	++	⊖
+	Entfällt	Entfällt	Entfällt
Entfällt	+	⊖*) ⁷⁾ 8)	⊖*) ⁸⁾
sehr gut (1,0)	befriedigend (2,7)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)

3/51–55, 55–59, 59–63	3/53–56, 56–59, 59–62	3/52–55, 55–59, 59–62	3/52–55, 56–59, 60–63
Mittlere bis runde	Mittlere bis runde	Mittlere bis runde	Mittlere
535	734	498	655
Magnet- verschluss	Steck- verschluss	Steck- verschluss	Steck- verschluss

■	■	□	□
Entfällt	■/■/■	□/■/■	□/■/■

7) Nach ca. 500-maligem Öffnen und Schließen des Visiers versagte der aus einem Gummiring bestehende Mechanismus. Ersatzgummiringe liegen dem Helm bei.
8) Das Visier beschlag in unter 30 Sekunden und erfüllte damit die Norm nicht.



Pfiffig.
Beim Axkid
Up ist die
Sitzfläche
höhenver-
stellbar.

Sicher auf Tour

Autokindersitze Einer der 17 Neuen erzielt einen Spitzenplatz. Zwei Sitze sind gefährlich. Sie versagten im Crashtest.

Von 17 neuen Autokindersitzen sind 5 gut, 3 mangelhaft. Nicht für jede Altersgruppe sind gute Neuheiten dabei. Die Tabelle zeigt deshalb in drei Gruppen auch die Besten aus dem letzten Test.

Bester Neuer ist Britax Römer Kidfix Pro für Kinder von 100 bis 150 Zentimeter. Er zählt zu den besten drei nach aktuellem Prüfprogramm Getesteten, gleichauf mit den Babyschalen Joie Sprint und Maxi-Cosi Pebble S mit Isofix-Basis.

Mangelhaft sind zwei „mitwachsende“ Sitze von Recle und Chipolino: Entgegen der Fahrtrichtung eingebaut, besteht beim Frontal-Crash Lebensgefahr für die Kinder. Wir haben in unserer vorigen Ausgabe vorab vor ihnen gewarnt. Ebenfalls mangelhaft ist der Kleinkind-Sitz Maxi-Cosi Nomad Plus. Sein Bezug enthält sehr hohe Mengen der umweltschädlichen Fluorchemikalien PFAS. In der Unfallsicherheit ist er ausreichend: Im Crashtest bildete sich beim Frontaufprall ein Riss in der Lehne, der Dummy wurde mit dem Kopf weit nach vorn geschleudert. ■

Autokindersitze: Gute ab 149 Euro

Produkt	Mittlerer Preis ca. (Euro)	Unfall-sicherheit		Handhabung		Ergonomie	Gesundheit und Umwelt	QUALITÄTS-URTEIL	Zuerst veröffentlicht test.de
		50 %	40 %	10 %	0 %				
Baby (40 bis 87 cm)									
Joie Sprint ¹⁾	215	+	+	+	+	GUT (1,8)		5/25	
Maxi-Cosi Pebble S + FamilyFix S Base ²⁾	330 ³⁾	+	+	+	++	GUT (1,8)		5/25	
Joie i-Level Pro	199	+	+	+	++	GUT (2,3)	Neu		
Joie i-Level Pro + i-Base Encore	398	○*)	+	+	++	GUT (2,3)	Neu		
Nuna Arra Flex	280	+	○*)	+	++	BEFRIEDIGEND (2,6)	Neu		
Kinderkraft I-Lite ⁴⁾	129	+	○*)	+	++	BEFRIEDIGEND (2,7)	Neu		
Nuna Arra Flex + BaseCurv	540	○*)	+	+	++	BEFRIEDIGEND (2,7)	Neu		
Kinderkraft I-Lite + Endura Safe FX ⁴⁾	199	+	○*)	+	++	BEFRIEDIGEND (2,9)	Neu		
Baby plus Kleinkind (40 bis 105 cm)									
Graco Turn2Me DLX i-Size R129	149	+	○*)	+	++	GUT (2,4)		5/25	
Joie i-Pivot 360 ⁵⁾	270	+	○*)	+	++	GUT (2,4)		5/25	
Avova Sperber X	530	○*)	+	+	+	BEFRIEDIGEND (2,8)	Neu		
Osann One360 SL Mini	199	○*)	○	+	++	BEFRIEDIGEND (3,5)	Neu		
Kleinkind (67 bis 105 cm)									
Thule Elm - rückwärtsgerichteter Kleinkindsitz + Alfie Base	720	+	+	+	++	GUT (2,2)		5/25	
Maxi-Cosi Nomad Plus ^{4 6)}	150	○	○	+	-*) ⁷⁾	MANGELHAFT (4,6)	Neu		
Kleinkind plus Kind (76 bis 150 cm)									
Besafe Beyond 360 + Beyond Base ⁸⁾	828	+	○*)	○	++	GUT (2,4)	Neu		
Renolux Olymp Pro	369	○*)	○	+	+	BEFRIEDIGEND (3,3)	Neu		
Kind (100 cm bis 150 cm)									
Britax Römer Kidfix Pro	220 ⁹⁾	+	+	+	++	GUT (1,8)	Neu		
Axkid Up	500	+	+	+	++	GUT (2,0)	Neu		
Avionaut Maxspace Smart ¹⁰⁾	250	○*)	+	+	+*)	BEFRIEDIGEND (2,6)	Neu		
Maxi-Cosi Tanza i-Size	100	○*)	○	++	++	BEFRIEDIGEND (3,2)	Neu		
Baby plus Kleinkind plus Kind (40 cm bis 150 cm)									
Recline 360 (ZA 10 i-Size)	164 ⁹⁾	-*) ¹¹⁾	○	+	++	MANGELHAFT (5,0)	Neu		
Chipolino Olympus i-Size ¹²⁾	239 ⁹⁾	-*) ¹³⁾	○	+	- ¹⁴⁾	MANGELHAFT (5,5)	Neu		

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse: ++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).

○ = Befriedigend (2,6–3,5). ○ = Ausreichend (3,6–4,5). – = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet. *) Führt zur Abwertung.

Testergebnisse zuerst veröffentlicht unter test.de/autokindersitze am 22.05. und 21.10.2025.

1) Für Kinder von 40 bis 75 cm. 2) Für Kinder von 40 bis 83 cm. 3) Preis laut Anbieter-Website.

4) Laut Anbieter Bezug geändert. 5) Laut Anbieter bis auf den Bezug und die Gebrauchsanleitung gleich mit dem geprüften Graco Turn2Me DLX i-Size R129, daher haben wir diese Aspekte separat geprüft. 6) Für Kinder von 76 bis 105 cm. 7) Es wurden sehr hohe Mengen an PFAS gefunden. Der gemessene Gehalt überschreitet den Grenzwert der EU-Reach-Verordnung deutlich. 8) Für Kinder von 61 cm bis 125 cm. 9) Von uns bezahlter Einkaufspreis. 10) Laut Anbieter Gurtführung geändert.

11) Beim Frontalcrashversuch mit dem entgegen der Fahrtrichtung angeschnallten Dummy löste sich die Sitzschale von der Unterkonstruktion. Die Sitzschale blieb über den Top-Tether-Gurt mit dem Fahrzeug verbunden, dennoch wirbelte der Dummy mitsamt der Sitzschale durch das Fahrzeug. 12) Laut Anbieter nicht mehr im Handel erhältlich. 13) Beim Frontalcrashversuch mit dem entgegen der Fahrtrichtung angeschnallten Dummy riss die Sitzschale von der Unterkonstruktion ab und schleuderte mitsamt Dummy nach vorn. 14) Die Materialien enthielten sehr hohe Gehalte der Flammenschutzmittel TCEP, TPP und TDCP, die über dem Grenzwert der EU-Spielzeugrichtlinie liegen. Zusätzlich wurden hohe Mengen an PFAS gefunden.

Diesen Monat in Stiftung Warentest Finanzen

Jetzt
im Handel:
Heft
12/2025



Titelthema

Ihr großer Renten-Check. Gesetzlich, betrieblich, privat: Reicht das Geld im Ruhestand? Helfen digitale Übersicht und die Beratung der Rentenversicherung, um Finanzlücken früh zu erkennen? Wir haben beides getestet. Plus: Wie Sie die Rentenlücke schließen.

Weitere interessante Themen

Schnell zum Baukredit. Traumhaus gefunden? Das Okay von der Bank muss rasch her. Doch das klappt längst nicht immer, zeigt die Stichprobe.

Auslands-Krankenversicherung. Unser Vergleich von 91 Tarifen für Familien und Singles zeigt: Sehr guter Schutz ist günstig zu haben.

Finanzhilfen bei Krebs. Arbeitsunfähig, lange krank, erwerbsgemindert: Krebskranke müssen sich auch um ihren Lebensunterhalt kümmern. Diese Leistungen gibt es.



Depotkosten im Test

Fünf Neobroker bieten Depots gratis an. Unser Test zeigt: Wer wechselt, kann mehr als 800 Euro pro Jahr sparen. Erstmals dabei sind auch Sparpläne, die sind selbst bei vier Filialbanken günstig.



Steuertipps zum Jahresende

Eine hohe Erstattung vom Finanzamt setzt gute Planung voraus. Jetzt heißt es, noch mal Gas geben, um sich einen Geldsegen zu sichern. Viel Zeit bleibt nicht. Zehn Spartipps.

Girokonten im Test

Zahlungsdienst Wero jetzt filterbar

In unserem Vergleich von Girokonten gibt es jetzt einen neuen Filter. Unter test.de/girokonten ist nun zu sehen, welche der 711 geprüften Konten sich an dem europäischen Bezahlsystem Wero beteiligen. Wero ermöglicht mobile Zahlungen in Echtzeit von Handy zu Handy, als Alternative zu PayPal. Wer Geld senden will, benötigt nur Handynummer oder E-Mail-Adresse. In Deutschland beteiligen sich am im Sommer 2024 gestarteten Zahlungsdienst bisher vor allem Sparkassen sowie Volks- und Raiffeisenbanken.



Laub oder Eis

Haftung bei glitschigem Gehweg

Versäumen Mieter oder Eigentümer, vor dem von Ihnen selbst bewohnten Haus zu räumen, trägt ihre Privathaftpflichtversicherung daraus resultierende Schäden. Bei Eigentümern einer vermieteten Immobilie übernimmt deren Haus- und Grundbesitzerhaftpflichtversicherung mögliche Kosten.

Wichtig: Klären, wer bei Abwesenheit den Gehweg sauber hält. Verantwortlichen droht sonst zusätzlich ein Bußgeld bis zu 50 000 Euro. Dafür kommt keine Versicherung auf.



Übergriffig.
Arbeitgeber
müssen Be-
schäftigte vor
Erniedrigung
schützen.

Unzumutbares Arbeitsverhältnis

Gekündigte erhält 68 000 Euro

Jahrelang vom Chef erniedrigt: Als einer schikanierten Angestellten gekündigt wird, zieht sie vor Gericht. Entschädigt wird sie mit einer hohen Abfindung.

Angestellte müssen unangebrachtes sowie verletzendes Verhalten ihrer Vorgesetzten nicht tolerieren – insbesondere dann nicht, wenn dies zu einem unzumutbaren Arbeitsverhältnis führt. Weigern sie sich, auf unangemessene Forderungen einzugehen, und werden deshalb gekündigt, lohnt es sich, dagegen vorzugehen. Das zeigt ein Fall aus Nordrhein-Westfalen.

Grenze überschritten. Wutausbrüche, Beleidigungen und Avancen – das musste eine Angestellte von ihrem Chef jahrelang über sich ergehen lassen. In WhatsApp-Nachrichten forderte er unter anderem von ihr, keine Unterwäsche unter ihrem Rock anzuziehen und ihn mit „mein Schatz“ anzusprechen. Als sie ihn daraufhin in einer Nachricht „mein Bester“ nannte, eskalierte die Situation. Ihr Chef beurlaubte sie daraufhin und drohte ihr, persönliche Geschenke zurückzuverlangen. Ein Versöhnungsversuch mit Thermengutschein scheiterte und endete mit der Kündigung.

Recht einfordern. Vor Gericht klagte die Angestellte gegen die ihres Erachtens rechtswidrige Kündigung und verlangte dazu ein qualifiziertes Zeugnis sowie eine Abfindung von 70 000 Euro. Das Landesarbeitsgericht Köln urteilte zugunsten der Angestellten. Die Behauptung des Chefs, die Kündigung sei wegen Pflichtverletzungen ausgesprochen worden, überzeugte das Gericht nicht. Die grob sozialwidrige Kündigung sowie die erhebliche psychische Belastung, die die Angestellte davontragen musste, rechtfertigten eine Abfindung von zwei Monatsgehältern pro Beschäftigungsjahr – in Summe 68 152,80 Euro (Az. 4 SLA 97/25).

Sich selbst schützen. Arbeitgeber müssen ihre Beschäftigten schützen, sowohl vor Unfällen als auch vor psychischer Belastung. Brüllt der Chef, sollten Mitarbeitende versuchen, besonnen zu reagieren. Beruhigt sich die Situation, können sie auf den unangebrachten Ton hinweisen und sich für die Zukunft sachliche Kritik wünschen.

Urteile

Beamter scheitert an Rentenfrist

Ein schwerbehinderter Beamter, der vorzeitig in den Ruhestand gegangen war, hat keinen Anspruch auf eine zusätzliche Schwerbehindertenrente aus der gesetzlichen Rentenversicherung. Zwar war er vor seiner Beamtenzeit 17 Jahre lang gesetzlich rentenversichert gewesen, die erforderliche Wartezeit von 35 Versicherungsjahren erreichte er aber nicht. Das Landessozialgericht Berlin-Brandenburg entschied, die fehlende Wartezeit schließe den Rentenanspruch aus (Az. L 33 R 392/24, nicht rechtskräftig).

Sim-Sperre auch ohne Kennwort

Kunden müssen die Möglichkeit haben, ihre Sim-Karte bei Verlust oder missbräuchlicher Nutzung auch dann sperren zu lassen, wenn sie ihr persönliches Kennwort nicht parat haben. Der Bundesgerichtshof hat eine entsprechende Klausel in den Verträgen eines Mobilfunkanbieters gekippt (Az. III ZR 147/24).

Job nur für Kirchenmitglieder

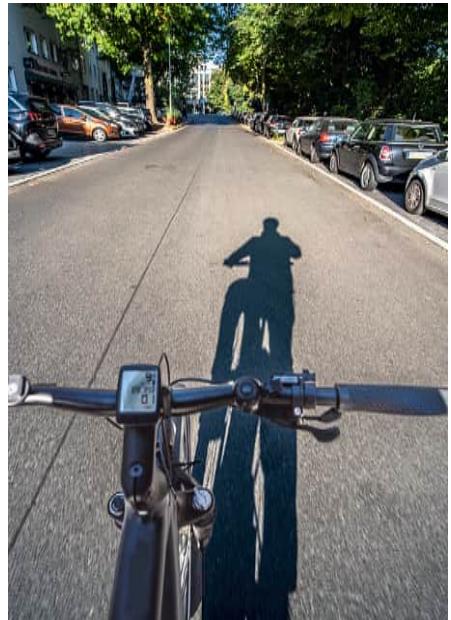
Kirchliche Arbeitgeber dürfen konfessionslose Job-Bewerber ablehnen, falls die Stelle eng mit dem religiösen Auftrag verbunden ist. Das Bundesverfassungsgericht hob ein gegenteiliges Urteil des Bundesarbeitsgerichts auf (Az. 2 BvR 934/19). Im konkreten Streitfall hatte sich eine konfessionslose Bewerberin auf eine Stelle bei einem evangelischen Wohlfahrtsverband beworben, wurde abgelehnt, zog vors Arbeitsgericht – und bekam dort Recht. Das höchste deutsche Gericht widersprach dem jetzt. Es sieht in der Einstellungsbedingung keine unzulässige Diskriminierung, sondern verfassungsrechtlich geschütztes kirchliches Selbstbestimmungsrecht.

Unfallfolgen

Pedelecfahrer muss für verletzten Skater zahlen

Ein Pedelecfahrer haftet voll für den Sturz eines Inlineskaters, auch wenn er ihn beim Überholen auf dem Radweg gar nicht berührt hat. Das Oberlandesgericht Hamm entschied: Der Radler hat ohne Vorwarnung mit zu wenig Seitenabstand überholt; bei einem nur 2,20 Meter breiten Radweg war es unmöglich, gefahrlos an dem in der Mitte des Weges fahrenden Skater vorbeizukommen. Der Radler gab zwar an, er hätte „Vorsicht“ gerufen, doch er hätte bremsen müssen, als der Inlineskater nicht reagierte. Deshalb muss er für die schweren Verletzungen des Skaters Schmerzensgeld und Schadenersatz zahlen (Az. I-7 U 5/24).

Tipp: Die Privathaftpflichtversicherung schließt Schäden mit E-Bikes meist ein. S-Pedelecs mit über 250 Watt Motorleistung erfordern einen Kfz-Haftpflichtschutz.



Vorsicht. Auch Radler müssen beim Überholen den Seitenabstand achten.



Savannah-Katze.
Sie ist eine Mischung aus Wild- und Hauskatze.

Tierhaltung

Savannah-Katze zu gefährlich für Wohngebiet

Die Stadt Kleve verbot einem Paar, eine Savannah-Katze in ihrem Wohngebiet zu halten. Zu Recht, wie das Oberverwaltungsgericht Münster auf einen Eilantrag hin entschied (Beschluss, Az. 10 B 1000/25). Savannah-Katzen sind ein Mix aus afrikanischer Wildkatze Serval und Hauskatze. Ob ihre Haltung erlaubt ist, hängt davon ab, welcher Generation sie angehören. Die Katze aus Kleve ist eine sogenannte F1-Hybride: Sie stammt aus der direkten Verpaarung

zwischen Serval und Hauskatze, der Wildkatzenanteil liegt bei 50 Prozent. Laut Fachleuten können die Tiere aggressiver sein als Hauskatzen. Das Gericht wertete die Haltung im Wohngebiet nicht als „üblich und ungefährlich“. Sie würde den „Rahmen der für eine Wohnnutzung typischen Freizeitbetätigung“ sprengen. Erst in der 5. Generation, nach Kreuzungen mit weiteren Hauskatzen, dürfen Savannah-Katzen ohne Sondererlaubnis gehalten werden.



Salatauslage. Dass hier mal ein Blatt auf dem Boden liegt, können selbst aufmerksame Supermarkt-Mitarbeiter kaum verhindern.

Ausgerutscht im Supermarkt

Markt haftet nicht für Unfallfolgen

Eine Kundin rutschte beim Einkaufen im Supermarkt auf einem Salatblatt aus und brach sich dabei einen Brustwirbel. Trotzdem bekam sie kein Schmerzensgeld – das Landgericht Frankenthal wies ihre Klage ab. 10 000 Euro hatte die Frau vom Marktbetreiber gefordert. Das Gericht entschied: Der Supermarkt hat seine Verkehrssicherungspflicht erfüllt (Az. I O 21/24). Supermärkte müssen alle zumutbaren Maßnahmen ergreifen, um Kunden vor Gefahren zu schützen. Dazu gehört, in regelmäßigen Abständen Gefahrenquellen wie nassen Boden, Stolperfallen oder heruntergefallenes Gemüse zu beseitigen. Dieser Pflicht sei der beklagte Marktbetreiber nachgekommen, stellte das Gericht fest. Dass andere Kunden zwischenzeitlich Gefahren verursachen – etwa durch ein heruntergefallenes Salatblatt –, lasse sich nicht vollständig verhindern und verletze die Verkehrssicherungspflicht des Supermarktes nicht.

Reiseschutz im Winter – die besten Tarife

Thailand, Costa Rica, Ägypten – in Ländern außerhalb Europas ist Auslandskrankenschutz sehr wichtig. Krankenkassen übernehmen dort keine Kosten, wenn Reisende krank werden oder sich verletzen. Neben der ärztlichen Behandlung müssen Versicherte oft den Rücktransport nach Hause zahlen, der Tausende Euro kosten kann. Da die gesetzliche Krankenkasse auch den Heimtransport aus europäischen Ländern nicht zahlt, empfehlen wir den Schutz für

alle Auslandsreisen – selbst wenn die Skifahrten direkt hinter der deutschen Grenze stattfinden. Bergungs-, Rettungs- und Suchkosten im Ausland sind ebenfalls über viele Tarife abgedeckt. Unsere Tabelle führt die vier besten Polices für Einzelpersonen auf. Der Vergleich von 91 Tarifen zeigt: Sehr guten Schutz für Singles gibt es für unter 8 Euro pro Jahr. Ab drei Personen lohnt meist der Abschluss einer Familienpolice. Details unter test.de/reisekrankenversicherung.

Anbieter (Risikoträger)	Tarif	Maximale Erstattung Such-, Rettungs- und Bergungskosten (Euro) ¹⁾	Jahresbeitrag Einzelperson (Euro)	Kunden zahlen mehr ab dem Alter von (Jahre)	Höherer Jahresbeitrag (Euro) ³⁾	QUALITÄTSURTEIL
Ergo Direkt (Ergo Krankenversicherung)	Reise-Krankenschutz Tarif RD ²⁾	20 000	12,90	65/70	27,40/ 44,90	SEHR GUT (0,5)
HanseMerkur	JRV	15 000	25,00	65	95,00	SEHR GUT (0,5)
TravelSecure (Würzburger)	TravelSecure-AR ohne SB	15 000	25,00	65/75	56,00/ 83,00	SEHR GUT (0,5)
DKV	Auslandskrankenversicherung Reise-Med Tarif RD Einzel	10 000	9,90	65/70	19,90/ 34,90	SEHR GUT (0,7)

Bewertung: Sehr gut (0,5–1,5). Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

SB = Selbstbeteiligung. 1) Personenbergung nach Unfall (Rettungskosten im medizinischen Notfall in der Regel unbegrenzt).

2) Beim Versicherer kein Onlineabschluss möglich, Direktabschluss telefonisch über 0 800/374 61 90 (Info unter ergo.de/de/Produkte/Reiseversicherung/Auslands-Krankenversicherung). 3) Zu zahlen ab der Altersgrenze. Stand: 1. Oktober 2025.

Inside Stiftung Warentest

Für alle, die es besser wissen wollen: Profitieren Sie vom exklusiven Wissen unserer Chefredakteure und erhalten Sie wertvolle Tipps direkt in Ihr Postfach – wöchentlich und kostenlos.

Jetzt anmelden:
test.de/newsletter





Pauschalreise

Entgangene Urlaubsfreuden

Verschlechtern sich wenige Tage vor Abflug die Umstände einer teuren Pauschalreise, dürfen Urlauber die Reise stornieren und Schadenersatz fordern.

Nicht selten ändern Reiseveranstalter nach einer Buchung Umstände des Urlaubs zum Nachteil des Kunden. Manchen Menschen vergeht dann die Lust an der Reise, sie wollen aus dem Reisevertrag raus. Geht das?

17 Stunden Flug statt 11,5 Stunden. Das Oberlandesgericht (OLG) Celle hatte jüngst über den Fall eines Vaters zu entscheiden, der für seine fünfköpfige Familie eine Flugpauschalreise mit Hotel in Asien für rund 23 000 Euro gebucht hatte. Ein halbes Jahr nach Buchung, zehn Tage vor Urlaubsbeginn, bekam er die Nachricht: Der gebuchte Flug sei storniert. Statt der Sitzplätze in der „Premium-Economy-Class“ bekomme die Familie auf dem Ersatzflug nur Plätze in der „Economy Class“. Außerdem erfolgte die Anreise nicht wie geplant per 11,5-stündigem Direktflug nach Singapur, sondern mit 17-stündigem Flug und Umstieg in Seoul.

Streit um Schadenersatz. Der Familienvater widersprach, bestand auf der ursprünglichen Buchung. Der Veranstalter kam die-

ser Forderung nicht nach. Seine Reise wurde storniert, der Veranstalter erstattete den Reisepreis komplett. Damit gab sich der Vater aber nicht zufrieden. Denn wenige Tage vor Urlaubsbeginn stand er nun ohne Urlaub da. Er forderte Schadenersatz für die nutzlos gewordene Urlaubszeit. Nach Ansicht des OLG Celle zu Recht (Az. 11 U 43/24). Durch die wesentlichen Flugänderungen habe der Veranstalter den Urlaub der Familie vereitelt. Dem Kunden stehe daher eine Entschädigung in Höhe von 75 Prozent des Reisepreises zu (rund 17 000 Euro).

So gehen Betroffene vor: Sobald Urlauber über eine Verschlechterung der gebuchten Reisebedingungen informiert werden, sollten sie schriftlich, etwa per E-Mail, beim Veranstalter widersprechen und auf die vereinbarten Reiseleistungen bestehen. Das wird den Veranstalter zwar in der Regel nicht umstimmen, aber so eröffnen sich Betroffene die Möglichkeit, später etwa Schadenersatz oder eine Reisepreisminderung zu verlangen.

in Kürze



Stiftung Warentest warnt

Böse Maschen mit Secondhand-Ware

Handel mit Gebrauchtem spart Geld oder bringt welches ein, und es schont Ressourcen. Doch gerade online sind viele Betrüger unterwegs. Aktuelle Maschen zielen vor allem auf Verkäufer.

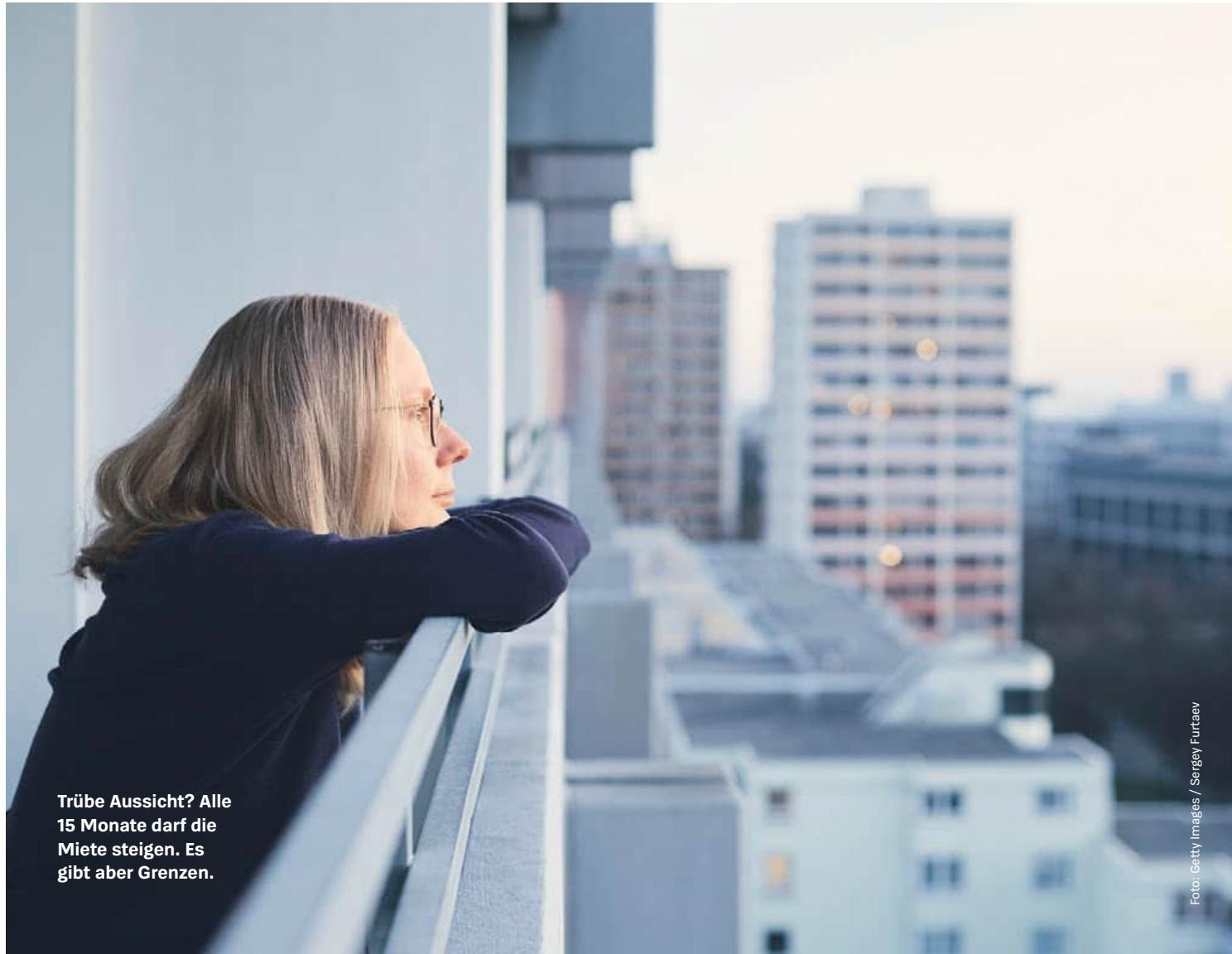
Phishing bei Vinted und Co. Vier bis fünfstellige finanzielle Schäden sind Verkäuferinnen und Verkäufern bereits auf Plattformen wie Vinted entstanden. Die Masche: Angebliche Interessenten fordern Informationen zu einem Produkt, möchten etwa ein Video von einem Kleid sehen. Da man bei Vinted keine Videos hochladen kann, läuft der weitere Kontakt zwischen Verkäufer und Kunden per Mail. Über eine gefälschte, echt aussende Vinted-Mail fordern Betrüger die Verkäufer dann auf, PayPal-Zugangsdaten zu nennen, und haben so Zugriff auf Konten ihrer Opfer.

Kreditkartenmasche. Vermehrt Kaufinteressierte geben vor, dass ihre Zahlung nicht geklappt hat. Kurz darauf verschicken sie an den Verkäufer eine gefälschte Nachricht des Online-Portals, die zur Eingabe von Kreditkartendaten auffordert, teils mit QR-Code.

Tipp: Lassen Sie sich nur auf Kaufvorgänge ein, die über die Online-Portale abgesichert sind. Akzeptieren Sie keine Schecks, melden Sie verdächtige Offerten.

Wann die Miete steigen darf

Mieterhöhung Die Wohnung soll teurer werden? Dafür gelten Spielregeln. Unser Beitrag klärt, was Vermieter dürfen, wie Mieter am besten reagieren und wo Stolperfällen lauern.



Trübe Aussicht? Alle
15 Monate darf die
Miete steigen. Es
gibt aber Grenzen.

Foto: Getty Images / Sergey Furtaev

M

ieterhöhungen sind ein sensibles Thema: Plötzlich liegt ein Schreiben im Briefkasten, und die monatliche Belastung soll steigen. Ob und in welchem Umfang das zulässig ist, hängt von klaren gesetzlichen Regeln ab. Diese Regeln schützen Mieterinnen und Mieter vor überzogenen Forderungen – geben Vermietern aber auch das Recht, die Miete anzupassen, falls bestimmte Voraussetzungen erfüllt sind.

In den meisten Mietverträgen steht nichts darüber, wann und um wie viel die Miete steigen darf. Dann gelten die Regeln des Bürgerlichen Gesetzbuchs (BGB). Im Kern sagt es: Liegt die Miete unter dem ortsüblichen Niveau für vergleichbare Wohnungen, darf der Vermieter vom Mieter die Zustimmung zu einer Erhöhung verlangen und dieser muss dann auch zustimmen. Auf einen höheren Preis als ortsüblich müssen sich Mieter aber nicht einlassen.

So weit, so einfach. Was „ortsüblich“ genau bedeutet und welche Formalien einzuhalten sind, ist aber oft ganz schön kompliziert.

Vermieter muss Formalien erfüllen

Wie muss ein Mieterhöhungsverlangen aussehen, damit es wirksam ist?

Zwei Punkte sind wichtig: Erstens muss das Schreiben an alle im Mietvertrag genannten Personen gerichtet sein. Zweitens muss der Vermieter seine Forderung nachvollziehbar begründen. Der Brief muss jedoch nicht persönlich unterschrieben sein. Erfüllt das Schreiben diese Anforderungen nicht oder nicht vollständig, ist es unwirksam. Mieterinnen und Mieter müssen dann nicht darauf reagieren – und sollten es auch nicht tun. Denn je eher der Vermieter seinen Fehler bemerkt, desto schneller wird er ihn korrigieren, und desto schneller kommt dann auch die wirksame Mieterhöhungsforderung. Aber Vorsicht: Nur wer sicher ist, dass das Schreiben unwirksam ist, sollte schweigen. Sonst wird der Vermieter wahrscheinlich gerichtliche Schritte einleiten. Das kann für Mieter teuer werden.

Kommt das Schreiben nicht vom Vermieter selbst, sondern als Verfasser ist ein unbekannter Mensch ohne Nachweis der Vertretungsbefugnis etwa über das Handelsregister genannt, dürfen

Mietpreisbremse

Recht auf Mietsenkung und Rückzahlung

Wenn eine Landesregierung es wegen Mangels an bezahlbarem Wohnraum anordnet, dürfen Vermieter von vor 2014 errichteten Wohnungen beim Abschluss von Mietverträgen maximal 10 Prozent mehr Miete fordern als ortsüblich.

Rüge ist nötig. Um die Mietpreisbremse zu nutzen, müssen Mieter die Höhe der Miete beim Vermieter rügen (Musterschreiben gibt es etwa beim Mieterbund). Tun sie das innerhalb von 30 Monaten ab Mietbeginn, muss er ihnen die über die Mietpreisbremsgrenze hinaus gezahlte Miete erstatten.



Mieterinnen und Mieter es zurückweisen. Das muss schnellstmöglichst passieren und verschafft häufig zumindest einen Monat mehr Zeit. Wichtig: Vermieter dürfen eine Wohnungsverwaltung beauftragen – sie müssen das den Mieterinnen und Mietern nur korrekt mitteilen.

Vier Erhöhungen in fünf Jahren erlaubt

Wie oft darf die Miete höchstens steigen?

Ein Jahr muss die Miete unverändert bleiben, bevor der Vermieter das nächste Mieterhöhungsverlangen schicken darf. Und frühestens 15 Monate nach Zahlung der Miete in der aktuellen Höhe darf die nächste Mieterhöhung in Kraft treten. Anders ausgedrückt: Innerhalb von fünf Jahren darf eine Miete höchstens vier Mal steigen.

Tatsächlich sind Mieterhöhungen in der Regel seltener. Kommt ein Mieterhöhungsverlangen doch mal eher als erlaubt, müssen Mieterinnen und Mieter wie bei einem Schreiben mit Formfehlern darauf nicht reagieren. Sie können abwarten, bis der Vermieter seinen Fehler bemerkt und erneut schreibt.

Mietspiegel begrenzt Mieterhöhung

Wie viel mehr darf der Vermieter höchstens fordern?

Voraussetzung für jede Mieterhöhung ist, dass für vergleichbare Wohnungen am Ort inzwischen mehr gezahlt wird, als Vermieter und Mieter zuletzt vereinbart hatten. Der Vermieter darf dann verlangen, dass die Mieter ebenfalls der so genannten ortsüblichen Vergleichsmiete zustimmen. Zusätzlich gilt die Kappungsgrenze: Die Miete darf innerhalb von drei Jahren höchstens →

tens um 20 Prozent steigen. In Gebieten mit Wohnungsmangel können die Landesregierungen verordnen, dass diese Kappungsgrenze sogar bei nur 15 Prozent liegt.

Wie finde ich heraus, welche Miete für meine Wohnung ortsüblich ist?

Am einfachsten geht das mit einem interaktiven Online-Mietspiegel, den es beispielsweise für die Städte Berlin, Hamburg und München gibt. Damit erfahren Sie nach ein paar Mausklicks, wie viel Miete für Ihre Wohnung passend ist. Meist bleiben dennoch kleine Unsicherheiten: Ob eine Wohnung beispielsweise eine „besondere Ausstattung“ hat oder in einer „nicht-zentralen Wohnlage“ liegt, sind Vermieter und Mieter zuweilen unterschiedlicher Meinung.

Deutlich schwieriger wird es, wenn es den Mietspiegel wie zum Beispiel in Köln nur in gedruckter Form gibt. Dann müssen Vermieter und Mieterin oder Mieter den gesamten Text durchgehen, um herauszufinden, was für die Wohnung ortsüblich ist.

Gibt es gar keinen oder einen nur sehr groben Mietspiegel, ist es fast unmöglich, die Vergleichsmiete für die Wohnung zuverlässig zu bestimmen. Vermieter können sich dann auf ausgewählte Vergleichsmieten oder ein Gutachten berufen. Können Mieter und Vermieter sich nicht einigen, ist das örtliche Amtsgericht zuständig und ermittelt die Vergleichsmiete für die konkrete Wohnung.

Wie finde ich heraus, welche Kappungsgrenze für meine Wohnung gilt?

Der Deutsche Mieterbund stellt online eine fortlaufend aktualisierte Liste zur Verfügung (zu finden auf mieterbund.de, Suchbegriff „Kappungsgrenze“). Steht Ihr Wohnort drauf, liegt die Kappungsgrenze bei 15 Prozent und sonst bei 20.

Wie berechne ich die Kappungsgrenze?

Ermitteln Sie die Miete, die Sie genau drei Jahre vor der geplanten Erhöhung gezahlt beziehungsweise erhalten haben. Falls an Ihrem Wohnort die Kappungsgrenze 15 Prozent gilt, multiplizieren Sie diesen Betrag mit 1,15 – ansonsten mit 1,2. Das Ergebnis ist Ihre Kappungsgrenze in Euro.

Mieter müssen ordentlich zustimmen

Reicht es bei einer Mieterhöhung, den Dauerauftrag entsprechend zu ändern?

Nein! Mieterinnen und Mieter müssen der Miet erhöhung ausdrücklich zustimmen, auch wenn es ihnen vielleicht schwer fällt. Fehlt die Zustimmung, wird der Vermieter sie mindestens einmal anmahnhen. Falls sie weiterhin ausbleibt, kann er den oder die Mieter auf Zustimmung verklagen. Ist seine Forderung ganz oder teilweise berechtigt, wird das Amtsgericht die Mieterinnen

Staffel- und Indexmietverträge

Verträge mit Preisautomatik

Mietsteigerungen können bereits im Mietvertrag festgelegt sein. Zulässig ist es, bestimmte Beträge zu vereinbaren (Staffelmietvertrag) oder die Miete an die Entwicklung der Verbraucherpreise zu koppeln (Indexmietvertrag). In solchen Fällen darf es darüber hinaus aber keine Mieterhöhungen mehr geben.

Bei Staffelmietverträgen müssen Mieter von sich aus die im Voraus vereinbarten Mieten zahlen. Bei Indexmietverträgen löst ein Schreiben des Vermieters die Anpassung der Miete aus.



oder Mieter zur Zustimmung verurteilen. Dann müssen sie auch noch zumindest einen Teil der Gerichts- und Anwaltskosten zahlen. Die Kosten liegen zum Beispiel bei 794 Euro, wenn die Miete um monatlich 50 Euro steigen soll, und bei 1094 Euro, wenn der Vermieter 100 Euro mehr will. Etwas teurer wird es, wenn mehr als zwei Menschen Vertragsparteien sind. Hinzu kommen im Einzelfall noch Kosten wie Zeugenentschädigungen oder Gutachter-Honorare.

Wer Mieter und Vermieter berät

Ich bin nicht sicher, ob mein Vermieter zu Recht mehr Miete fordert. Wer hilft?

Erste Adresse: ein Mieterverein. Wer Mitglied ist, wird dort beraten. Wichtig ist, sich sofort zu melden, denn oft gibt es Wartezeiten. Machen Sie es dringlich, falls Sie vermuten, dass das Erhöhungsschreiben von jemandem kommt, der nicht berechtigt ist, den Vermieter Ihnen gegenüber zu vertreten. Sie müssen in einem solchen Fall nämlich schnell reagieren.

Mietberatung vor Ort bieten manchmal auch lokale Initiativen oder Vereine, in Berlin zudem die Bezirksämter, in Hamburg die Öffentliche Rechtsauskunfts- und Vergleichsstelle (Öra) für Menschen mit geringem Einkommen. In Köln gibt es dafür die anwaltliche Beratungsstelle des Amtsgerichts und in München das Amt für Wohnen und Migration (JIZ München).

Wo ein Rechtsstreit wahrscheinlich ist, empfehlen wir, schon für die Beratung nach einer geeigneten Rechtsanwaltskanzlei zu suchen. Sie sollte auf Mietrecht spezialisiert sein und aus Ihrer



Modernisierung.
Wenn der Vermieter die Wohnung verbessert, darf er oft die Miete erhöhen.

Modernisierungen

Besser wohnen, mehr bezahlen

Zusätzliche Mieterhöhungen sind möglich, wenn der Vermieter das Gebäude nicht nur instand hält, sondern es verbessert. Er darf dann 8 Prozent seiner Investition auf die Miete umlegen. Beispiel: Der Vermieter eines Hauses mit 1000 Quadratmetern Wohnfläche investiert insgesamt 100 000 Euro, also 100 Euro je Quadratmeter. Die Jahresmiete pro Quadratmeter darf er dann um 8 Prozent erhöhen – pro Monat wären das in unserem Beispiel 0,67 Euro je Quadratmeter.

Energieeffizienz. Soweit durch zusätzliche Isolierung der Energieverbrauch sinkt, müssen Mieter mitbezahlen.

Komfort. An einer Investition zum Beispiel in größere Balkone müssen Mietrinnen und Mieter sich grundsätzlich beteiligen, ob sie wollen oder nicht.

Luxus. Italienischer Marmor im Bad oder Fußbodenheizung im Altbau sind meist Luxus. Die Kosten für derartige Umbauten dürfen nicht auf Mieter umgelegt werden.

Einwände. Mieter haben einen Monat Zeit, gegenüber dem Vermieter Einwände zu äußern. Falls der Umbau im Einzelfall unzumutbar ist, muss der Vermieter ihn stoppen.



Region kommen. Wer sich einen Rechtsbeistand nicht leisten kann und wessen Einkommen unterhalb bestimmter Grenzen liegt, hat Anspruch auf Beratungs- und Prozesskostenhilfe. Antragsformulare gibt es zum Download zum Beispiel beim Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz (bmjv.de).

Ich bin Mieter und möchte die Miete erhöhen. Wer berät mich zu Form und Inhalt des Mieterhöhungsverlangens?

Unterstützung für Vermieter bieten etwa die Verbände Haus & Grund (hausundgrund.de) und Wohneigentum (verband-wohneigentum.de) oder der Vermieterverein (vermieterverein.de). Spätestens wenn Sie sich mit Ihren Mietrinnen und Mietern nicht gütlich einigen können, brauchen Sie aber einen Anwalt oder eine Anwältin. Suchen Sie am besten nach einer Kanzlei in Ihrer Region, die Vermieter bereits möglichst oft erfolgreich vertreten hat. ■

Text: Christoph Herrmann



Vorsicht beim Online-Shopping: Diese drei Dinge sollten Sie stutzig machen

Wer – außer Juristen und Verbraucherschützern – liest schon das Klein gedruckte? Sie hoffentlich! Damit Sie beim Online-Shopping am Ende nicht kräftig draufzahlen. Denn die schlimmsten Fallen können auch Laien erkennen.



Wer online einkauft, eine App runterlädt oder Geldgeschäfte erledigt, kennt es: Kurz vor Schluss ploppt noch ein Hinweis auf die Geschäfts- oder Kreditbedingungen auf, die man bitte akzeptieren soll – und meistens hakt man das Kästchen an, ohne das Dokument dahinter auch nur überflogen zu haben.

Kein Wunder, denn gefühlt sind diese Dokumente seitenlange Ausführungen in langatmigem Juristendeutsch, die ganz banale Geschäfte wie etwa einen Online-Einkauf regeln. Ich persönlich rede mir meine Faulheit, dass ich den Text nicht lese, gerne schön: Im Laden lasse ich mir ja auch nicht die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) zeigen, bevor ich zur Kasse gehe.

Manchmal allerdings ist das Kleingedruckte plötzlich doch wichtig. Kürzlich hatte ich so einen Fall. Ich war auf der Suche nach einem neuen Notebook. In einem Shop gab es ein gutes Gerät als Restposten im Sonderangebot. Zusätzlich sollte es noch hundert Euro Rabatt obendrauf geben, wenn ich einen zinslosen Sofortkredit abschließe.

Man muss keine Wirtschaftsjournalistin sein, um sich da verwundert die Augen zu reiben: Ein zinsloser Kredit ist ohnehin schon eine Art Rabatt – und dann noch 100 Euro Preisnachlass extra? Wo ist hier der Haken? Schon aus Neugier habe ich mich durch das Antragsverfahren geklickt,



Ulrike Sosalla
ist stellvertretende
Chefredakteurin von
Stiftung Warentest
Finanzen und damit
ausgewiesene
Fachfrau für Finanz-
fragen. Ihre Kolumnen
erscheinen regel-
mäßig auf web.de.

bis ich schließlich bei den Kreditbedingungen landete. Die waren – so fair muss man sein – gar nicht übertrieben klein gedruckt, sondern recht gut lesbar. Trotzdem leicht vorstellbar, dass ein Teil der Kundschaft die Lektüre überspringt. Was in diesem Fall ein Fehler gewesen wäre. Das Angebot hatte gleich zwei Haken:

- Nummer eins: Zinsfrei ist der Kredit nur dann, wenn man ihn in sechs Monatsraten zurückzahlt. Wählt man – was prominent angeboten wird – acht, zehn oder zwölf Monatsraten aus, werden auf die überzähligen Monate stolze 18 Prozent Zinsen fällig.
- Nummer zwei: Den Kredit bekommt man in Form einer Kreditkarte. „Wir gewähren Ihnen eine Kreditlinie von 5 000 Euro“, steht da. „Das ist aber nett“, denke ich. Und lese dann, was kleiner darunter steht: Auch dafür gilt der hohe Zinssatz von 18 Prozent. Den kann man vermeiden, indem man nach Erhalt der Kreditkarte die voreingestellte Ratenzahlung abwählt und alle Kreditkartenumsätze am Monatsende ausgleicht. Aber dafür muss man – genau – erst mal das Kleingedruckte lesen.

Wer die Bedingungen nicht durchliest, kann in manchen Fällen also richtig draufzahlen. Aber wie weiß man, wann man den Haken bei den AGB – oder den Kreditbedingungen – nicht einfach unbeschenen setzen sollte?



In drei Fällen bin ich immer vorsichtig. Meist lese ich dann nicht nur das Kleingedruckte, sondern schaue mir auch die Bewertungen des Anbieters auf mehreren verschiedenen Portalen wie Google, Trustpilot oder Idealo an.

Fall 1: Ein Angebot klingt auffallend gut

Wer ohnehin gerade Preise vergleicht, merkt schnell, ob ein Sonderangebot wirklich günstig ist. Wenn es dann noch Zusatzrabatte gibt, wie meinen Notebook-Kredit, sollte man auf jeden Fall misstrauisch sein.

Ich schaue in den Geschäftsbedingungen vor allem auf drei Punkte:

- Gibt es ungünstige Rücknahmeregelungen? Wird beispielsweise die Rücknahme von gebrauchten Geräten oder Restposten ausgeschlossen?
- Gibt es – bei Abos oder Krediten – eine ungünstige zeitliche Begrenzung? Läuft zum Beispiel das vergünstigte Abo deutlich kürzer als die Mindestlaufzeit?
- Gibt es sonstige Kosten, die das Angebot verteuern könnten, etwa hohe Bearbeitungs- oder Versandkosten?

Diese Punkte kann ich meist auch als Nicht-Juristin entdecken, indem ich unter den entsprechenden Überschriften nachlese.

Fall 2: Es geht um eine größere Geldsumme

Wenn ich einen Schlüsselanhänger für 7,90 Euro auf Etsy kaufe, schenke ich mir die Lektüre der AGB. Geht es aber um mehrere hundert oder gar mehrere tausend Euro, bin ich vorsichtiger. Bevor ich so viel Geld in einem Online-Shop ausgebe, in dem ich noch nie zuvor eingekauft habe, checke ich sowohl die Bewertungen als auch die AGB.

Fall 3: Ein Kredit hat auffallend niedrige Zinsen oder eine Geldanlage bietet höhere Zinsen als üblich

In diesem Fall sollte man immer misstrauisch sein, denn vor allem bei Zinsanlagen gibt es im Internet viele, zum Teil sehr ausgeklügelte Betrugsmaschen. Wie Sie überprüfen können, ob ein Geldanlage-Angebot unseriös ist und Ihnen daher ein Totalverlust drohen könnte, steht kostenfrei unter [test.de/zinsportale-warnzeichen](#).

In meinem Fall habe ich den 100-Euro-Rabatt trotz der beiden Haken mitgenommen – aber natürlich sechs Monate Rückzahlung für den Kredit vereinbart, damit er wirklich zinslos bleibt. Die Kreditkarte, die ich bekommen habe, habe ich sofort zum nächstmöglichen Termin wieder gekündigt. Und außerdem habe ich mir vorgenommen, häufiger ins Kleingedruckte zu schauen – man weiß ja nie, was man dort findet. ■

2,7

Millionen Video-sprechstunden nahmen Patientinnen und Patienten 2024 in Anspruch – 24,8 Prozent mehr als im Vorjahr.

Quelle: Zentralinstitut für die kassenärztliche Versorgung

Vogelgrippe

Geflügelfleisch und Eier gut durchgaren

Die Vogelgrippe hat sich in diesem Herbst ungewöhnlich früh und stark in Deutschland ausgetragen. Das Virus H5N1 kann auch auf Menschen übertragen werden. Laut Bundesinstitut für Risikobewertung sind zwar keine Fälle bekannt, in denen das durch Lebensmittel geschah. Trotzdem raten die Experten vorsichtig, Geflügelfleisch so lange zu garen, bis es keine rosa Farbe mehr hat und kein roter Fleischsaft mehr austritt. Auf den Verzehr roher Eiprodukte, wie etwa Eischnee, sollte verzichtet werden und Eier sollten so lange gegart werden, bis auch das Eigelb fest ist. Wer tote Vögel im Freien findet, sollte sie nicht berühren und den Fund den Veterinärbehörden melden.



Mental Load

Wege aus der Überlastung

Haben Sie den Kopf voll mit Aufgaben-Listen? Auf Dauer kann die mentale Last krank machen. Doch es gibt Strategien, den Kopf freizubekommen.

Wann war noch mal der Arzttermin des Sohnes? Der Kühlschrank ist leer, ich muss dringend einkaufen! Und bis morgen muss noch die Präsentation fürs Meeting fertig werden. Was vielen im Alltag über den Kopf wächst, hat einen Namen: Mental Load.

Geistige Überlastung. Der Begriff bezeichnet die Last der Verantwortung für das Denken, Planen und Organisieren von Alltagsaufgaben sowie die emotionalen Folgen dieser Belastung. Als Krankheit gilt Mental Load nicht. Doch gesundheitliche Probleme können die Folge sein. Betroffene leiden etwa oft an Kopf- und Rückenschmerzen, Tinnitus, Magen-Darm-Beschwerden oder andauernder Müdigkeit.

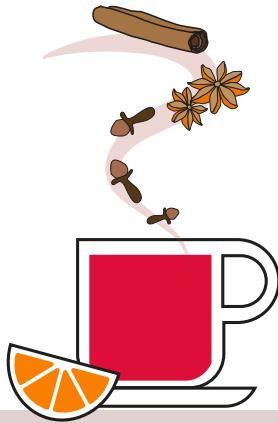
Erster Schritt: Bestandsaufnahme. Wer Mental Load verringern möchte, sollte sich einen Überblick über sämtliche Aufgaben mit Verantwortung machen. Alles aufzuschreiben kann nicht nur helfen, kreisende Gedanken zur Ruhe kommen zu lassen, sondern auch die Aufgaben zu finden, die

am meisten Energie ziehen. Wichtig sind Gespräche etwa mit Partner oder Partnerin, um klarzumachen, dass sich etwas ändern muss. Dann gilt es, Prioritäten zu setzen, Aufgaben neu zu verteilen, zu vereinfachen oder sogar ganz von der Liste zu streichen.

Tipp: Für wirkliche Entlastung reicht es nicht, nur den sichtbaren Teil der Arbeit abzugeben, sondern auch die Verantwortung dafür. Beispiel: Wer für den Wochenendeinkauf zuständig ist, plant auch die Mahlzeiten und schreibt die Einkaufsliste.



Weitere Entlastungstipps gibt unser neuer Ratgeber. 176 Seiten für 20 Euro (test.de/shop).



Abgeklopft

Macht Glühwein schnell betrunken?

Ja, Glühwein macht schneller betrunken als normaler Wein. Das liegt am Zuckergehalt und der Wärme von Glühwein. Beides sorgt dafür, dass der Alkohol beschleunigt aus dem Magen-Darm-Trakt ins Blut übergeht und entsprechend zu Kopfe steigt. Hinzu kommt, dass die Süße des Glühweins den Geschmack des Alkohols überdeckt – das verleitet dazu, schneller und mehr zu trinken als üblich. Wer Katzenjammer am nächsten Tag vermeiden möchte, trinkt Glühwein maßvoll und gemächlich. Zwischendurch tut ein Glas Wasser gut. Wer vorher etwas isst, beispielsweise etwas Deftiges vom Weihnachtsmarkt, verzögert die Aufnahme des Alkohols ins Blut.

Diabetes-Vorstufe

Erhöhter Blutzucker? Gegensteuern lohnt sich



Wer erste Anzeichen für Diabetes-Typ-2 aufweist, hat gute Chancen, den Blutzucker wieder zu normalisieren. Das zeigt eine Studie aus Australien. Mehr als jeder Dritte der rund 19 000 Probanden mit erhöhten Blutzuckerwerten schaffte es, diese im Verlauf von zehn Jahren zu senken. Dabei halfen Bewegung, Gewichtsreduktion und gesunde Ernährung. Etwas mehr als die Hälfte der untersuchten Personen erlebte im Zehn-Jahres-Zeitraum keine Veränderung, blieb also in der Diabetes-Vorstufe (Prädiabetes). 12,5 Prozent entwickelten einen Typ-2-Diabetes. Betroffen waren vor allem Menschen mit Übergewicht, Bewegungsmangel, erhöhtem Bauchfett, ungünstigen HDL-Cholesterolwerten und Raucher. In Deutschland haben laut Robert-Koch-Institut rund 20 Prozent der 18- bis 79-Jährigen einen Prädiabetes.

Neue Leitlinie

Mehr Hilfe bei Migräne

Gute Nachricht für alle, die an Migräne leiden: In den vergangenen Jahren haben sich die Behandlungsmöglichkeiten verbessert. Neue Wirkstoffe sind auf den Markt gekommen, die bei Attacken helfen oder Migräne wirksam vorbeugen. Die Neuerungen sind in die aktualisierte S1-Leitlinie „Therapie der Migräneattacke und Prophylaxe der Migräne“ von Fachgesellschaften eingeflossen. Die wichtigsten Empfehlungen: Als wirkungsvollste Medikamente zur Akutbehandlung gelten weiterhin Triptane, allen voran Eletriptan, Rizatriptan und Sumatriptan. Ein neues Mittel, das ein Triptan mit dem Schmerzmittel Naproxen kombiniert, wirkte in Studien besser als die einzelnen Substanzen – die Krankenkassen zahlen es in der Regel aber nicht. Für Menschen, bei denen Triptane nicht wirken oder die sie wegen anderer Erkrankungen nicht einnehmen dürfen, empfiehlt die Leitlinie die neu entwickelten Wirkstoffe Lasmiditan und Rimegepant. Bei hohem Leidensdruck kommen verschiedene, auch neuartige Wirkstoffe zur Vorbeugung infrage, um Schwere

Kein reines Frauenleiden.
Auch viele Männer haben Migräne-Attacken.



und Häufigkeit von Attacken zu verringern. Zusätzlich empfiehlt die neue Leitlinie unter anderem Ausdauersport, Entspannungs-techniken und Biofeedback.

Tipp: Unter hirnstiftung.org/neue-patientenleitlinie-migräne steht eine für Laien verständliche Version der Empfehlungen.

Licht gegen Depression

Tageslichtlampen Von 19 geprüften Lampen spenden mehrere zu wenig Licht für eine mögliche Wirkung gegen Winterdepression. Nur fünf sind insgesamt gut. Tageslichtbrillen sind keine Alternative.

Kurze Tage, wenig Licht – der Winter schlägt vielen aufs Gemüt. Etwa jeder zehnte Mensch reagiert auf die zunehmende Dunkelheit mit Stimmungsschwankungen: Das reicht vom Winterblues bis zur ernsthaften Winterdepression (siehe S. 94). Tageslichtlampen, so verspricht es der Anbieter Beurer auf seiner Webseite, sollen mit einer „Extraportion Tageslicht“ den „Lichtmangelscheinungen vorbeugen und Auswirkungen des Lichtmangels kompensieren“. Was leisten die Lampen tatsächlich?

Wir haben 19 Modelle untersucht (Preise: rund 30 bis 300 Euro), dazu außer Konkurrenz zwei Tageslichtbrillen für um die 200 Euro. Wie hoch fällt ihre Beleuchtungsstärke

aus, wie setzt sich ihr Kunstlicht zusammen, wie gut lassen sie sich handhaben? Und vor allem: Erfüllen sie die Anforderungen, die die medizinische Leitlinie an eine wirksame Lichttherapie stellt?

Fünf Lampen bewerten wir mit Gut, sie eignen sich für eine Lichttherapie. Die beiden besten kommen von Beurer. Die meisten anderen Lampen sind befriedigend. Auch sie können gegen Winterdepressions helfen, wenn man einiges beachtet. Ein Modell von Comfytemp ist mangelhaft, weil es beim Einschalten kaputtgehen kann. Die Tageslichtbrillen können wir nicht empfehlen (siehe S. 91). Alle wichtigen Informationen über den Test bündeln wir in Antworten auf die zentralen Fragen:

Ist Lichttherapie generell wirksam?

Unabhängig vom Testergebnis – ja. Seit den 1980er-Jahren wird künstliche Beleuchtung mit Erfolg bei Winterdepression eingesetzt. Generell kann das über die Augen aufgenommene Licht die Bildung des „Schlafhormons“ Melatonin drosseln – wir sind dann weniger müde. Die Nationale Versorgungsleitlinie empfiehlt zur Lichttherapie einer saisonalen Depression eine tägliche Anwendung von 30 Minuten mit einer Beleuchtungsstärke von 10 000 Lux. Die Maßeinheit Lux gibt an, wie viel Licht auf eine Fläche trifft.

Eine Garantie dafür, dass sich mit Lichttherapie ein Winterblues vertreiben lässt, gibt es nicht. Lichttherapie schlägt bei jedem unterschiedlich an – je nach Schlafgewohnheiten, Alter und weiteren individuel-

len Faktoren. Nach jetzigem Wissensstand gilt ein Lichtspektrum als günstig, das dem Tageslicht ähnlich ist: kaltweiß mit viel Blau. Die meisten Lampen im Test entsprechen diesem Spektrum – mit Ausnahme der Lumie Brazil, die auf neutralweiße Leuchtstoffröhren statt LED setzt.

Welche Lampen sind die besten?

Damit die Therapie wirken kann, müssen Beleuchtungsstärke und Abstand zwischen Lampe und Augen stimmen. Fünf Modelle im Test bewerten wir mit Gut, drei von Beurer, eins von Lumie, eins von Top Life.

Die beiden Testsieger Beurer TL 85 und TL 95 erzielen die empfohlenen 10 000 Lux auf der Netzhaut in einem Abstand von rund 30 Zentimetern. Im etwas komfortableren Abstand von 50 Zentimetern oder seitlich aufgestellt erreichen beide immer noch gute Beleuchtungsstärken von rund 4 000 Lux. Um die dann geringere Helligkeit auszugleichen, sollte man entsprechend länger davor sitzen – statt 30 Minuten etwa 75 Minuten.

Mit einer Leuchtfäche im Din-A3-Format sind die Testsieger von Beurer und die Lumie Brazil die größten Lampen im Test. „Es gibt wissenschaftliche Hinweise, dass bei gleicher Helligkeit eine größere Leuchtfäche stärkere nicht-visuelle Effekte hat als eine kleinere Fläche, was für eine Depressionsbehandlung entscheidend ist“, sagt der Humanbiologe Dr. Johannes Zauner. Er erforscht an der TU München, wie Licht auf die Gesundheit wirkt. Zudem können kleinere Modelle eher blenden als größere. →

Unser Rat

Testsieger: Nur die beiden Tageslichtlampen Beurer TL 85 (128 Euro) und TL 95 (175 Euro) bieten eine gute Beleuchtungsstärke auch im Komfortabstand von 50 Zentimetern. Beide haben eine große Leuchtfäche etwa in Din-A3-Format, sind gut zu bedienen und haben eine Zeitschaltuhr.

Preistipp: Für 63 Euro bietet die gute Lichttherapie-Lampe 15 000 Lux von Top Life viel Licht auf recht kleiner Fläche etwa im Din-A5-Format.

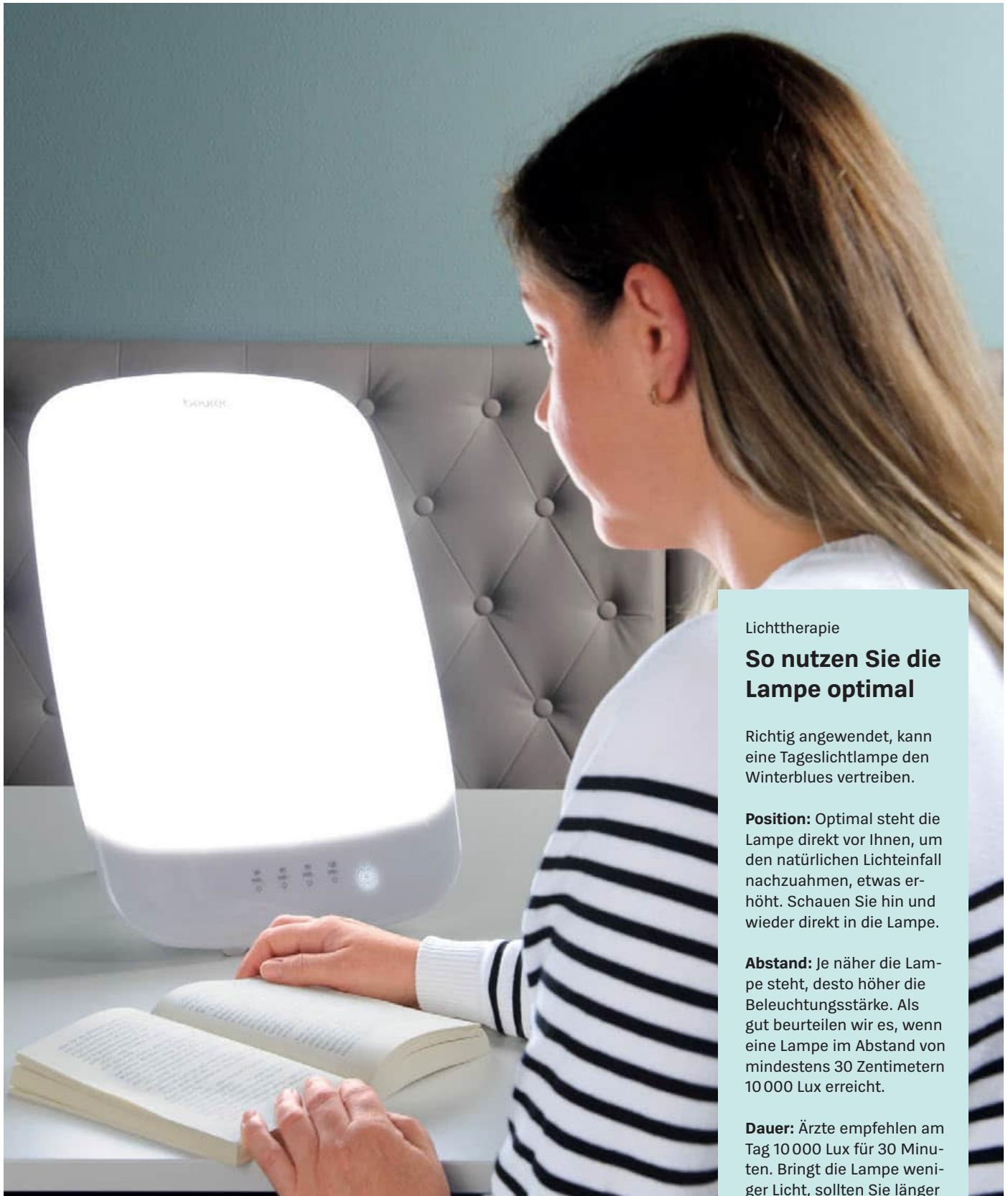


Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

Alltag. Man sollte öfter mal direkt in die Lampe schauen – ansonsten reicht es, davorzusitzen.

Lichttherapie

So nutzen Sie die Lampe optimal

Richtig angewendet, kann eine Tageslichtlampe den Winterblues vertreiben.

Position: Optimal steht die Lampe direkt vor Ihnen, um den natürlichen Lichteinfall nachzuahmen, etwas erhöht. Schauen Sie hin und wieder direkt in die Lampe.

Abstand: Je näher die Lampe steht, desto höher die Beleuchtungsstärke. Als gut beurteilen wir es, wenn eine Lampe im Abstand von mindestens 30 Zentimetern 10 000 Lux erreicht.

Dauer: Ärzte empfehlen am Tag 10 000 Lux für 30 Minuten. Bringt die Lampe weniger Licht, sollten Sie länger davor sitzen – zum Beispiel eine Stunde bei 5 000 Lux – oder näher heranrücken.

Mehrere Lampen bieten eine Zeitschaltuhr. Andere lassen sich dimmen oder leuchten farbig, was aber ohne Therapienutzen ist.

Welche Schwächen haben die Lampen?

Elf Lampen sind befriedigend. Das liegt oft an ihrer recht schwachen Beleuchtungs-

stärke. Sie erzielen die 10 000 Lux im Auge meist nur, wenn man in Abständen unter 20 Zentimetern vor ihnen sitzt, einmal sind es sogar nur neun Zentimeter. Im Komfortabstand von 50 Zentimetern erzeugen die meisten immerhin noch eine befriedigende Beleuchtungsstärke von 1250 bis 2500 Lux.

Wer zwei bis vier Stunden am Tag davor sitzt, kommt auch mit diesen Tageslichtlampen auf die empfohlene Lichtmenge.

Manche Lampen bringen im Komfortabstand nur noch sehr wenig Licht ins Auge. Bei Beurer TL 35, Medisana LT 460, Dayvia Mobilly und Trayvespace SAD sind es nur 625 bis 1250 Lux. Zu wenig kommt mit der günstigeren der beiden Top-Life-Lampen sowie der NIKYJM-Lampe an, beide sind insgesamt ausreichend.

Schlusslicht mit der Note Mangelhaft ist wegen einer technischen Kuriosität das Energy Mood Light von Comfytemp: Wird bei ihr der Stecker erst in die Steckdose und dann in die Lampe gesteckt, geht sie kaputt.

Gehen von den Lampen Risiken aus?

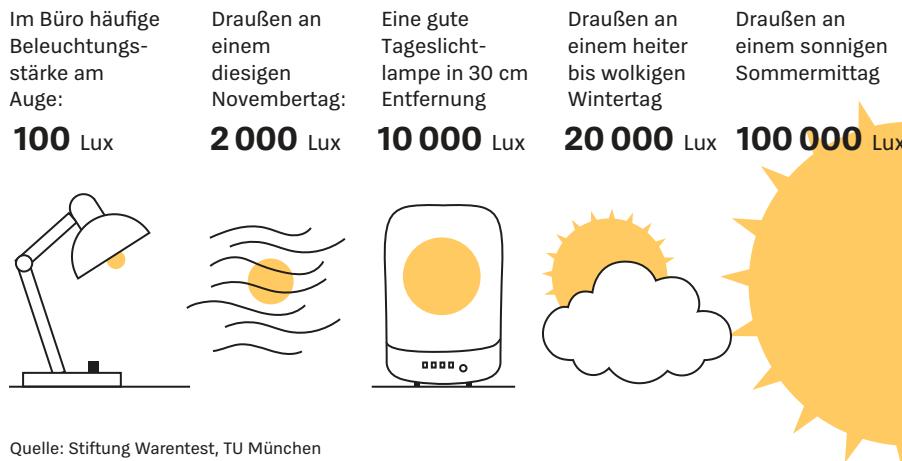
„Direkte Risiken für Augen oder Haut gehen von den Lampen für gesunde Personen nicht aus, selbst wenn sie deutlich länger als empfohlen genutzt werden“, sagt Manuel Spitschan, Professor für Chronobiologie an der TU München. Als negative Effekte sind Schlafstörungen, Kopfschmerz, Übelkeit oder angestrenzte Augen bekannt. Abhilfe leistet oft eine kürzere Anwendungsdauer oder mehr Abstand zur Lampe.

Wie lange sollte ich die Lampen nutzen?

Es ist sinnvoll, die Tageslichtlampe über Wochen jeden Tag zu benutzen. Den besten

Wie viel Licht bekomme ich?

Die Einheit Lux gibt an, wie viel Licht auf die Netzhaut trifft. Ärzte empfehlen zur Lichttherapie eine Lichtstärke von 10 000 Lux für 30 Minuten.



Quelle: Stiftung Warentest, TU München

So haben wir getestet

Im Test: 19 Tageslichtlampen und zwei Tageslichtbrillen. Wir kauften sie von Mai bis Juli 2025 im Handel ein. Die Preise sind die von uns bezahlten Einkaufspreise.

Untersuchungen: Details zu den Methoden finden Sie unter test.de/tageslichtlampen.

Funktion: 65 %

Wir ermittelten die Beleuchtungsstärke der Tageslichtlampen in Abstrahlrichtung für Abstände von 0,1 bis 1 Meter. Daraus berechneten wir den **Abstand für** eine Beleuchtungsstärke von **10 000 Lux** und bewerteten diesen im Anschluss. Wir bewerteten auch die **Beleuchtungsstärke bei einem Komfortabstand von 50 Zentimetern** sowie bei einer **seitlichen Positionierung** in den Winkeln von 20 und 45 Grad. Wir ermittelten, wie die Bestrahlungsstärke in einem Spektralbereich

von 250 bis 800 Nanometer verteilt war, und bewerteten die **Ähnlichkeit** des jeweiligen Lichtspektrums der Lampe zum **Tageslichtspektrum**. Beim Punkt **Lichtflimmern** beurteilten wir, ob das Licht der Lampe dem Auge als flimmernd erscheint, und bewerteten dabei Flicker- und Stroboskopeffekte bei maximaler und minimaler Helligkeit.

Handhabung und Anwendungskomfort: 25 %

Fünf Probanden prüften die **Bedienungsanleitung**, die **erste Inbetriebnahme**, den **täglichen Gebrauch** sowie **Komforteinstellungen** (etwa Dimmbarkeit, Zeitschaltuhr). Zudem beurteilten sie, ob die Lampen **blenden**. Bei der **Homogenität des Lichts** bewerteten wir, wie stark die Leuchtdichte des Lichtes auf der Leuchtfäche der Lampen variiert beziehungsweise wie gleichmäßig das

Licht strahlt. Nach circa 30 Minuten Betrieb ermittelten wir die maximale **Oberflächentemperatur** der Lampe und bewerteten sie.

Sicherheit: 10 %

Wir prüften die **elektrische und mechanische Sicherheit** der Lampen sowie den **Schutz vor Augen- und Hautschäden** (photobiologische Sicherheit). Die Standstabilität der Lampen bewertete ein Experte mittels einer **Kippprüfung** in den Winkeln 6, 10 und 15 Grad.

Abwertungen

Abwertungen bewirken, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. Folgende Abwertungen setzten wir ein: War die Funktion ausreichend, werteten wir das Qualitätsurteil um eine halbe Note ab. Waren der Abstand für 10 000 Lux, die

Effekt zeigt Lichttherapie am Morgen – das bringt auch gleich den biologischen Rhythmus in den richtigen Takt. Die Lampen sollen positiv bei Jetlag oder Schichtarbeit wirken. Es reicht für die Anwendung, wenn die Augen offen sind und man öfter mal direkt hineinblickt – dann kann man nebenher lesen, Kaffee trinken oder plaudern.

Übrigens: Wer an einem nur leicht bewölkten Wintertag eine halbe Stunde draußen spazieren gehen kann, tankt schon genug Licht und braucht keine Extrapolation per Lampe. Eine Studie der TU München zeigte: In einem Büro treffen im Schnitt nur 100 Lux am Auge an (siehe Grafik links). Hier kann ein Platz am Fenster helfen.

Braucht es ärztliche Begleitung?

Betroffene sollte vor der Nutzung mit Arzt oder Ärztin abklären, ob sich ihre Depression mit Licht behandeln lässt oder ob eine andere Therapie nötig ist. Auch eine Kombination von Psycho- und Lichttherapie kann helfen. Besprochen werden sollten auch andere Einschränkungen: Bei bestimmten Epilepsieformen, Haut- oder Augenerkrankungen raten Ärzte von Lichttherapie ab. Bislang zahlen die Krankenkassen Lichttherapie und Lampen nicht. ■ →

*Journalistische Leitung: Nicole Merbach;
Projektleitung: Robert Brandt; Marktanalyse:
Danielle Leven; Faktencheck: Annika Scheerer*

Beleuchtungsstärke bei Komfortabstand von 50 Zentimeter sowie die Beleuchtungsstärke bei seitlicher Positionierung ausreichend oder schlechter, werteten wir das Gruppenurteil Funktion ab. Je schlechter das Urteil war, desto stärker war der Abwertungseffekt. Beurteilten wir die Ähnlichkeit zum Tageslichtspektrum mit Mangelhaft, konnte das Gruppenurteil Funktion bestenfalls Befriedigend lauten. Hieß das Urteil für die Handhabung Mangelhaft, konnte das Qualitätsurteil nicht besser sein. Lautete die Note für die Bedienungsanleitung Mangelhaft, zogen wir bei der Handhabung eine halbe Note ab. War die erste Inbetriebnahme mangelhaft, konnte die Handhabung nicht besser sein. Wenn wir die Homogenität des Lichts mit Mangelhaft beurteilten, werteten wir die Handhabung um 0,3 Punkte ab.



Tageslichtbrillen im Test

Keine Alternative zur Tageslichtlampe

Die Brillen bieten wenig Licht, sind recht unbequem und teuer.

Tageslichtbrillen sollen die Therapie einer Winterdepression besser in den Alltag integrieren. Dabei ist die Lichtquelle in eine Art Brille eingebaut, die oberhalb der Augen platziert wird, gegebenenfalls über einer Sehbrille. Wir haben zwei Modelle mit Akku getestet – mit enttäuschendem Ergebnis.

Teuer. Im Vergleich zu vielen stationären Tageslichtlampen sind die geprüften Lichtbrillen recht teuer. Die Luminette 3 von Lucimed kostet 229 Euro, die Sunactive 2 von Dayvia 195 Euro.

Unbequem. Die Lichtbrillen sollen laut Anbietern bei Alltagsaktivitäten wie leichtem Workout, Hausarbeit und Computerarbeit störungsfrei zu tragen sein. Zwar lassen sich die Brillen im Sitz durch den Nasenhalter anpassen, aber unsere Prüfpersonen empfanden sie teils als recht unbequem. Einige fühlten sich zudem durch die oberhalb der Augen liegende Lichtquelle irritiert oder geblendet.

Lichtschwach. Ob die Brillen ähnlich stimmungsaufhellend wirken wie die Tageslichtlampen, ist bisher wissen-

schaftlich nicht belegt. Wir haben gemessen, welche Beleuchtungsstärke die Brillen am Auge im Abstand von drei Zentimetern erzielen. Bei der Sunactive 2 ermittelten wir weniger als 500 Lux, bei der Luminette circa 1875 Lux. Das erscheint uns recht wenig. Für die Lichttherapie mit Tageslichtlampen empfehlen Mediziner eine Beleuchtungsstärke von 10 000 Lux für 30 Minuten, bei geringerer Lichtstärke sollen die Lampen entsprechend länger genutzt werden.

Grün. Im Einsatz gegen Winterdepression wird zu einem tageslichtähnlichen Lichtspektrum geraten. Die Luminette strahlt in diesem Spektrum. Die Sunactive 2 erzeugt eher grünes Licht. Das ist wissenschaftlich nicht begründet.

Stiftung-Warentest-Kommentar: So reizvoll die Idee einer „Lichttherapie to go“ ist: Die geprüften Tageslichtbrillen können wir zur Lichttherapie gegen Winterdepression nicht empfehlen. Sie bieten weniger Licht, sind teurer als viele stationäre Tageslichtlampen und sind teils unbequem. Es besteht dafür noch großer Forschungsbedarf.



**Lucimed Luminette 3,
Preis: 229 Euro**



**Dayvia Sunactive 2,
Preis: 195 Euro**



Tageslichtlampen: Nur 5 von 19 sind gut

Produkt	Beurer TL 85	Beurer TL 95	Lumie Vitamin L	Beurer TL 50	Top Life Lichttherapie-Lampe 15.000 Lux	Beurer TL 35	Easysleep Tageslichtlampe 10000 Lux	Fysic FW450
Von uns bezahlter Einkaufspreis ca. (Euro)	128,00	175,00	92,00	73,00	63,00	56,00	33,00	108,00
■ QUALITÄTSURTEIL	100 % GUT (1,8)	GUT (1,8)	GUT (2,3)	GUT (2,5)	GUT (2,5)	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (2,6)
Funktion	65 % gut (1,7)	gut (1,8)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,9)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,9)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,7)
Abstand für 10 000 Lux/ca. (cm) ¹⁾	○/29	○/28	○/24	⊖*/16	⊖*/17	⊖*/16	⊖*/19	⊖*/20
Beleuchtungsstärke bei Komfortabstand ²⁾ von 50 cm	+	+	○	○	○	⊖	○	○
Beleuchtungsstärke bei seitlicher Positionierung	+	+	+	○	○	○	○	○
Ähnlichkeit zum Tageslichtspektrum ³⁾	++	++	○	++	++	++	++	++
Lichtflimmern	++	++	++	++	++	++	++	⊖ ⁷⁾
Handhabung und Anwendungskomfort	25 % gut (2,1)	gut (2,1)	gut (2,0)	gut (2,1)	befriedigend (2,6)	gut (2,4)	befriedigend (2,8)	befriedigend (3,1)
Bedienungsanleitung	++	++	+	++	+	++	⊖	++
Erste Inbetriebnahme	++	++	++	++	○	++	++	++
Täglicher Gebrauch	+	+	+	+	+	+	+	+
Komforteinstellungen ⁴⁾	+	+	Keine	Keine	⊖	+	++	○
Blendeigenschaft	○	○	+	○	○	○	⊖	⊖
Homogenität des Lichts ⁵⁾	⊖	⊖	+	⊖	+	○	⊖	-*) ⁸⁾
Oberflächentemperatur	○	○	○	+	+	⊖ ⁶⁾	○	○
Sicherheit	10 % sehr gut (1,1)	sehr gut (1,2)	sehr gut (1,2)	sehr gut (1,4)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,3)
Elektrische/mechanische Sicherheit	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++	++/○
Schutz vor Augen- und Hautschäden	++	++	++	++	++	++	++	++
Kipprüfung	++	+	+	○	++	++	++	++
Ausstattung/Technische Merkmale								
Helligkeit regulierbar	□	■	□	□	■	■	■	■
Zeitschaltuhr	■	■	□	□	□	■	■	□
Leuchtfäche ca. (cm ²)	1125	1125	404	475	293	260	287	600
Stromverbrauch bei maximaler Helligkeit ca. (W)	47	59	25	21	13	15	20	27
Breite x Höhe x Tiefe ca. (cm)	30 x 40 x 27	30 x 48 x 16	20 x 28 x 8	25 x 26 x 12	16 x 25 x 10	16 x 22 x 14	18 x 24 x 9	25 x 22 x 17
Gewicht mit Netzstecker ca. (kg)	1,6	2,2	0,9	0,8	0,5	0,5	0,5	0,6
Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse: ++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5). ○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5). - = Mangelhaft (4,6–5,5).	*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 90). ■ = Ja. □ = Nein. 1) Beleuchtungsstärke nach Empfehlung der Nationalen Versorgungsleitlinie Unipolare Depression für die Behandlung einer Winterdepression.							
Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.	2) Der Komfortabstand wurde über eine Anwenderbefragung ermittelt. 3) Es gibt Hinweise aus der Forschung, dass ein tageslichtähnliches, kontinuierliches Lichtspektrum mit einem hohen kurzweligen (blauen) Lichtanteil besonders geeignet ist zur Lichttherapie.							

Sotipevs Tageslichtlampe 15000 Lux	BOOTECK Tageslichtlampe 15000 Lux	Dayvia Mobilly	NIKYJM Tageslichtlampe 25000 Lux	Comfyttemp Tageslichtlampe Schreibtisch 16.000 Lux						
Lumie Brazil	Lumie Task	Sotipevs Tageslichtlampe 15000 Lux	Medisana LT 460	BOOTECK Tageslichtlampe 15000 Lux	Lumie Mini	Dayvia Mobilly	Trayvespace SAD Lampe Größe S	NIKYJM Tageslichtlampe 25000 Lux	Top Life Lichttherapie-Lampe 10000 Lux	Comfyttemp Tageslichtlampe Schreibtisch 16.000 Lux

Lumie Brazil	Lumie Task	Sotipevs Tageslichtlampe 15000 Lux	Medisana LT 460	BOOTECK Tageslichtlampe 15000 Lux	Lumie Mini	Dayvia Mobilly	Trayvespace SAD Lampe Größe S	NIKYJM Tageslichtlampe 25000 Lux	Top Life Lichttherapie-Lampe 10000 Lux	Comfyttemp Tageslichtlampe Schreibtisch 16.000 Lux
290,00	242,00	34,00	49,00	29,99	50,00	222,00	55,00	33,00	45,00	29,39
BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (2,7)	BEFRIEDIGEND (2,8)	BEFRIEDIGEND (2,8)	BEFRIEDIGEND (2,9)	BEFRIEDIGEND (3,5)	AUSREICHEND (3,7)	AUSREICHEND (3,8)	MANGELHAFT (5,0)
befriedigend (2,6)	befriedigend (2,9)	befriedigend (2,7)	befriedigend (3,2)	befriedigend (3,0)	befriedigend (3,1)	befriedigend (3,5)	ausreichend (3,6)*	ausreichend (3,8)*	ausreichend (3,8)*	gut (2,3)
+/-40	○/21	⊖*/18	⊖*/14	⊖*/17	⊖*/18	⊖*/9	⊖/14	⊖*/7	⊖/12	○/22
++	○	○	⊖	○	○	⊖	⊖*	—	—	○
++	○	○	⊖	○	○	⊖	⊖	⊖	—*)	+
—*) ⁹⁾	○	++	++	++	○	++	+	++	++	++
++	++	++	++	+	++	++	++	++	++	++
befriedigend (3,1)	gut (2,4)	befriedigend (2,8)	gut (2,2)	befriedigend (3,1)	befriedigend (2,6)	gut (2,2)	gut (2,2)	gut (2,5)	befriedigend (3,0)	mangelhaft (5,0)*
++	⊖	⊖	++	—*) ¹⁰⁾	⊖	+	○	⊖	+	○
○	++	++	○	++	++	++	+	++	⊖	—*) ¹¹⁾
+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Keine	○	++	○	++	Keine	+	++	+	○	++
○	○	⊖	+	○	○	+	○	+	⊖	⊖
—*) ⁸⁾	+	⊖	○	++	○	⊖	+	○	⊖	○
⊖ ⁶⁾	+	○	+	○	○	+	○	○	○	⊖ ⁶⁾
sehr gut (1,5)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,2)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)
++/○	++/○	++/○	++/++	++/○	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++
++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++
++	++	++	++	++	+	+	++	++	++	++

□	■	■	■	■	□	■	■	■	■	■
□	□	■	□	■	□	□	■	■	□	■
1284	215	219	246	219	267	195	133	250	139	305
109	16	14	8	12	14	14	11	8	5	12
32 x 50 x 16	18 x 42 x 28	16 x 18 x 6	15 x 24 x 10	16 x 18 x 6	16 x 23 x 9	34 x 8 x 10	15 x 44 x 24	16 x 21 x 15	14 x 15 x 4	19 x 24 x 8
2,8	1,7	0,4	0,5	0,4	0,6	0,9	0,7	0,4	0,3	0,6

4) Unter anderem Farbwechsel und Dimmung.

5) Gibt an, inwieweit das Licht über die gesamte Leuchtfläche der Lampen die gleiche Helligkeit aufweist.

6) Bei längerem Gebrauch wird die Oberfläche stellenweise über 50 °C warm.

7) Es können Stroboskopeffekte auftreten.

8) Das ausgestrahlte Licht ist ungleichmäßig über die gesamte Leuchtfläche der Lampe verteilt.

9) Lichtspektrum der Lampe weicht stark vom Tageslichtspektrum ab.

10) Sehr kleine Schrift. Umfasst nur wenige technische Daten zur Lampe und Anwendungshinweise fehlen.

11) Gerät geht kaputt, wenn erst der Netzstecker in die Steckdose und anschließend das Stromkabel in die Lampe gesteckt wird.

Seele stärken an trüben Tagen

Winterdepression Viele Menschen fühlen sich in der dunklen Jahreszeit niedergeschlagen, manche werden seelisch krank. Woran das liegt und was helfen kann – auch vorbeugend.

Morgens im Dunkeln aus dem Haus gehen, dann den ganzen Tag in künstlich beleuchteten Räumen verbringen, abends im Dunkeln heimkommen – das kann aufs Gemüt gehen. Bei einigen Betroffenen führt es sogar zu einer psychischen Erkrankung, der sogenannten Winterdepression.

Eine spezielle Art von Depression

„Die Winterdepression ähnelt anderen Depressionen, hat aber Besonderheiten“, sagt der Psychiater Philipp Ritter, der am Uniklinikum Dresden unter anderem zum Einfluss der Tagesrhythmen und Jahreszeiten auf die Psyche forscht.

Typische Symptome seien etwa gedrückte Stimmung, Antriebslosigkeit und Interessenverlust. Hinzu kämen oft vermehrtes Schlafbedürfnis, Heißhunger auf kohlenhydratreiche Lebensmittel, Gewichtszunahme – ein Muster, das an Winterschlaf und die Vorbereitung dafür erinnere. „Andere Formen der Depression gehen dagegen oft mit Schlafstörungen, Appetitverlust und Gewichtsabnahme einher“, erklärt Ritter.

Dunkelheit fördert das Risiko

Weltweit leiden rund 5 Prozent der Menschen an Winterdepression und etwa 10 Prozent an mildereren Vorstufen, bekannt als „Winterblues“. Das zeigt eine im Juli veröffentlichte Studienauswertung durch süd-

koreanische Forschende im Journal of Affective Disorders. Danach steigt die Rate der Betroffenen mit der Entfernung vom Äquator: Je länger die Nächte im Winter, desto höher ist also das Risiko für Winterdepression.

Mehr Melatonin, weniger gute Laune

Diese Beobachtung passt zu den Ergebnissen der bisherigen Forschung. Demnach hat das Leiden mit der dunklen Jahreszeit zu tun: Fällt wenig Tageslicht auf die Netzhaut der Augen, produziert der Körper mehr vom „Schlafhormon“ Melatonin – das sorgt für Müdigkeit. Zudem steht weniger Serotonin zur Verfügung. Dieser Botenstoff ist für seine stimmungsaufhellenden Effekte bekannt. Fehlt er, kann das also die Laune trüben.

Wie empfindlich Menschen auf den Wechsel von Jahreszeiten und Lichtverhältnissen reagieren, ist sehr verschieden. Hier spielen wohl individuelle Faktoren eine Rolle, zum Beispiel die Gene. Klar ist aber: „Voll ausgeprägte Winterdepressionen und auch Vorstufen davon sind keine Lappalien – sie können enorm belasten“, sagt Ritter.

Mehrere Wege für hellere Stimmung

Helfen kann laut Studien eine einfache Therapie, die an der Ursache ansetzt: Licht, etwa durch einen Aufenthalt im Freien am Tag oder durch spezielle Tageslichtlampen. Im Test (siehe S. 88) überzeugen mehrere Modelle, aber nicht alle.



Vor allem in schweren Fällen kommen Therapien in Frage, die sich auch für die Behandlung anderer Formen der Depression bewährt haben, darunter rezeptpflichtige Antidepressiva. „Oft werden selektive Serotonin-Wiederaufnahmehemmer verordnet“, sagt Ritter. Dazu zählen etwa die Wirkstoffe Citalopram, Escitalopram oder Sertraline. Nutzen und mögliche Nebenwirkungen sind sorgfältig mit der Ärztin oder dem Arzt abzuwägen.

Auch psychotherapeutische Methoden können gegen eine Winterdepression helfen. Laut Studien besonders wirksam ist die kognitive Verhaltenstherapie. Sie unterstützt dabei, Denkmuster zu verändern, et-



wa den Alltag zu strukturieren und gezielt Aktivitäten einzuplanen, die gut tun.

Beschwerden abklären lassen

Welche der Behandlungsmethoden individuell am besten passen – und ob einzeln oder kombiniert –, sollten Betroffene mit einem Fachmann oder einer Fachfrau besprechen. Die möglichen Ansprechpersonen stehen im Kasten rechts. „Gerade bei hohem Leidensdruck ist eine Abklärung wichtig – schon um zu schauen, ob überhaupt eine Winterdepression vorliegt und nicht etwa eine andere Erkrankung, die dann natürlich auch anders zu behandeln ist“, sagt Philipp Ritter.

Auch wie sich einer Winterdepression vorbeugen lässt, können Leidgeprüfte mit dem Profi klären. Manchen hilft zum Beispiel, sich von Herbst bis Frühjahr morgens eine Weile vor eine Tageslichtlampe zu setzen. Auch allgemeine Seelenstärker wie Bewegung, soziale Kontakte und das Pflegen von Hobbys tun gut. Und: Wenn das möglich ist, Zeit bei Tageslicht im Freien verbringen! Vielleicht lässt es sich ja einrichten, regelmäßig in der Frühe nach Sonnenaufgang oder am Mittag einen Spaziergang zu machen. Licht tanken heißt Kraft tanken – auch an trüben Tagen. ■

Text: Dr. Bettina Sauer

Warnzeichen

Wann professionelle Hilfe nötig ist

Eine Winterdepression tritt namensgemäß in den Herbst- und Wintermonaten auf und bessert sich im Frühling wieder. Mögliche Anzeichen sind etwa:

- Gedrückte Stimmung,
- Interessenverlust,
- Antriebslosigkeit,
- Müdigkeit, vermehrter Schlaf,
- Heißhunger und Gewichtszunahme.

Wann Hilfe suchen? Bestehen starke Beschwerden über mindestens zwei Wochen, ist professionelle Hilfe ratsam. Hinweise sind etwa, dass Betroffene sehr unter ihrer Verfassung leiden, ihren Alltag schwer bewältigen können oder dass Angehörige Sorge äußern.

Wo Hilfe suchen? Erste Anlaufstelle kann der Hausarzt oder die Hausärztin sein. Oder man wendet sich direkt an Fachleute für seelische Erkrankungen, etwa einen Psychiater oder eine psychologische Psychotherapeutin. Praxen für Psychotherapie mit Kassenzulassung sind verpflichtet, Sprechstunden anzubieten. Dort lässt sich klären, ob Beschwerden eine Behandlung erfordern – und wenn ja, welche.

Tipp: Über etterminservice.de – einen Dienst der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV) – können Sie einen Sprechstundentermin in einer psychotherapeutischen Praxis in Ihrer Nähe buchen. Wählen Sie als Fachrichtung „psychotherapeutische Sprechstunde“. Eine Überweisung ist nicht nötig. Alternativ oder wenn es online nicht klappt, können Sie die Rufnummer 116 117 der KBV nutzen, die Termine vermittelt.

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, den mit uns geschlossenen Abonnementvertrag beziehungsweise den Vertrag über den Buchkauf binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt 14 Tage ab dem Tag, an dem Sie oder ein von Ihnen benannter Dritter, der nicht der Beförderer ist, die erste Ware in Besitz genommen haben beziehungsweise hat. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns, Stiftung Warentest, 20080 Hamburg, Tel. 030/346465080, E-Mail: stiftung-warentest@dpv.de mittels eindeutiger Erklärung (zum Beispiel ein mit der Post versandter Brief oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigelegte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Sie können das Muster-Widerrufsformular oder eine andere eindeutige Erklärung auch auf unserer Webseite test.de/widerrufsformular elektronisch ausfüllen und übermitteln. Machen Sie von dieser Möglichkeit Gebrauch, so werden wir Ihnen unverzüglich (zum Beispiel per E-Mail) eine Bestätigung über den Eingang eines solchen Widerrufs übermitteln. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstige Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich, spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben. Es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Wir können die Rückzahlung verweigern, bis wir die Waren wieder zurückgerhalten haben oder Sie uns den Nachweis erbracht haben, dass Sie die Waren zurückgesetzt haben – je nachdem, welches der frühere Zeitpunkt ist. Sie haben die Waren unverzüglich und in jedem Fall spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag, an dem Sie uns über den Widerruf dieses Vertrags unterrichten, an uns oder an die OH Connect GmbH & Co. KG, Merkurring 60–62, 22143 Hamburg zurückzusenden oder zu übergeben. Die Frist ist gewahrt, wenn Sie die Waren vor Ablauf der Frist von 14 Tagen absenden. Wir tragen die Kosten der Rücksendung der Waren. Sie müssen für einen etwaigen Wertverlust der Waren nur aufkommen, wenn dieser Wertverlust auf einen zur Prüfung der Beschaffenheit, Eigenschaften und Funktionsweise der Waren nicht notwendigen Umgang mit Ihnen zurückzuführen ist.

Das Widerrufsrecht besteht nicht bei versiegelten Datenträgern, wenn die Versiegelung nach der Lieferung entfernt wurde.

Muster-Widerrufsformular

Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück an: Stiftung Warentest, 20080 Hamburg, E-Mail: stiftung-warentest@dpv.de

Hiermit widerrufe(n) ich/wir* den von mir/uns* abgeschlossenen Vertrag über den Kauf der folgenden Ware(n):

bestellt am: _____ erhalten am*: _____

Name des/der Verbraucher(s)/der Verbraucherin: _____

Anschrift des/der Verbraucher(s)/der Verbraucherin: _____

Unterschrift des/der Verbraucher(s)/der Verbraucherin: _____

(nur bei Mitteilung auf Papier)

Datum: _____ * Unzutreffendes streichen.

Im Falle eines Widerrufs Ihres Vertrags können Sie die Ware an folgende Anschrift senden: Ohl Connect GmbH & Co. KG, Merkung 60 - 62, 22143 Hamburg. Bitte legen Sie der Rücksendung entweder einen Rücklieferschein oder den Originallieferschein bei. Dies ist jedoch nicht Bedingung für die Rücksendung. Es gilt das gesetzliche Mängelhaftungsrecht.

Informationen zum Datenschutz: Verantwortlicher ist die Stiftung Warentest, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin. Die Verarbeitung Ihrer Daten erfolgt zum Zwecke der Erfüllung des zwischen Ihnen und der Stiftung Warentest geschlossenen Abonnementvertrags. Dies gilt auch im Falle von Probeabonnements. Darüber hinaus nutzen wir Ihre Daten, um Ihnen von Zeit zu Zeit interessante Angebote der Stiftung per Post zu übersenden. Das berechtigte Interesse unsererseits, Ihnen postalisch Angebote der Stiftung zu übersenden, besteht darin, Sie über unser Programm zu informieren. Produktinformationen per E-Mail erhalten Sie selbstverständlich nur dann, wenn Sie vorher ausdrücklich eingewilligt haben. Die Verwendung von Daten für andere Zwecke ist ausgeschlossen, wenn Sie nicht zuvor ausdrücklich Ihre Einwilligung dazu erklärt haben. Der Verarbeitung Ihrer Daten für Zwecke der Werbung können Sie jederzeit gegenüber der Stiftung Warentest als Verantwortlichem widersprechen. Wir sind berechtigt, Ihre Daten nach den Vorschriften des Art. 6 Abs. 1 Satz 1 b) (Vertragserfüllung) und f) (Werbung) der Datenschutz-Grundverordnung zu verarbeiten. Darüber hinaus speichern wir Ihre Daten aufgrund gesetzlicher Vorschriften, wie beispielsweise handels- oder steuerrechtlicher Aufbewahrungspflichten. Die Rechtsgrundlage für diese Verarbeitung ist Art. 6 Abs. 1 Satz 1 c) der Datenschutz-Grundverordnung. Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Empfänger der Daten sind lediglich die von der Stiftung Warentest beauftragten Dienstleister.

Bei Bücherkäufen und Zeitschriftenabonnements werden die Daten bei dieser Bestellung im Auftrag der Stiftung Warentest von der DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, Koreastrasse 7, 20457 Hamburg, verarbeitet. DPV verteilt sämtliche gedruckten Publikationen im Auftrag der Stiftung Warentest. Eine Übermittlung ins Ausland, insbesondere in ein Drittland außerhalb der EU, erfolgt nicht.

Die Datenschutzbeauftragte der Stiftung Warentest erreichen Sie unter der folgenden E-Mail-Adresse: datenschutzbeauftragte@stiftung-warentest.de. Weitere Informationen zum Datenschutz erhalten Sie unter test.de/abo/datenschutz.

Themen 12/24 – 11/25

Die Beiträge sind nach Ressorts geordnet, die Zahlen am Ende nennen Veröffentlichungsmonat und -jahr. Bei Interesse können Sie das jeweilige Heft über die Telefonnummer 030/346 4650 80 oder unter test.de/shop bestellen. Zudem können Sie auf test.de einzelne Artikel herunterladen. **Abkürzungen:** R = Report, T = Test.

Ernährung und Kosmetik	
BB-Creams	(T) 10/25
Deos für Männer	(T) 6/25
Erdbeeren, Arbeitsbedingungen	(T) 7/25
Erdbeeren, Pestizid-Check	(R) 7/25
Grillkäse	(T) 6/25
Handcremes	(T) 2/25
Honig	(T) 4/25
Joghurt, vegane	(T) 3/25
Joghurtbecher richtig entsorgen	(R) 3/25
Kaffeekapseln	(T) 9/25
Limonaden	(T) 8/25
Lip-Plumper	(T) 12/24
Mundspüllösungen	(T) 3/25
Mülltrennung	(R) 9/25
Nassrasierer, Herren	(T) 12/24
Olivenöl	(T) 2/25
Pflanzenöle im Vergleich	(R) 2/25
Pre-Nahrung für Säuglinge	(T) 10/25
Putenfleisch Haltungsbedingungen	(T) 12/25
Putenschnitzel	(T) 12/25
Räucherlachs	(T) 1/25
Schlagsahne	(T) 7/25
Schokolade, Dubai	(T) 4/25
Sonnenschutzmittel	(T) 7/25
Sonnenschutzmittel fürs Gesicht	(T) 4/25
Süßstoffe	(R) 8/25
Test-Tops und -Flops	(R) 1/25
Toastbrot	(T) 5/25
Veggieprodukte, Testbilanz	(T) 1/25
Weihnachtsgebäck, Acrylamid in	(T) 12/24
Zahnbursten, elektr.	(T) 12/24
Zahnpasta, Weißmacher	(T) 9/25
Multimedia	
Antivirenprogramme	(T) 3/25
Apps, alternative Quellen	(R) 2/25
Drucker, Laser-	(T) 10/25
Drucker, Tinten-	(T) 6/25
Drucker Korrektur	(T) 7/25
eBook oder gedrucktes Buch, Ökobilanz	(T) 7/25
eBook-Reader	(T) 7/25
Fernseher, kleine	(T) 8/25
Fernseher	(T) 4/25
Fernseher, die besten	(T) 1/25
Kopfhörer	(T) 12/25
Kopfhörer	(T) 3/25
Laptops	(T) 9/25
Laptops, refurbished, Shops für	(T) 9/25
Laptops	(T) 5/25
Laptops	(T) 1/25
Lautsprecher, Bluetooth-, WLAN-	(T) 2/25
Lautsprecher, Party-	(T) 8/25
Online-Marktplätze	(T) 3/25
Smart-Home-Systeme	(T) 8/25
Smartphones	(T) 7/25
Smartphones, KI-Funktionen für	(R) 7/25
Smartphones	(T) 12/24
Smartphones, Nachhaltigkeitssiegel für	(R) 5/25
Hundefutter	(T) 8/25
Kinderhochstühle	(T) 12/24
Kinderseebettchen	(T) 12/25
Kinderwagen, Kombi-	(T) 7/25
Smartphones, Bedienhilfen	(R) 2/25
Smart-Ringe	(T) 6/25
Smartwatches und Fitnesstracker	(T) 6/25
Soundbars	(T) 12/25
Spiele-Controller	(T) 12/25
Streaming und KI, Energieverbrauch	(R) 10/25
Tablets	(T) 8/25
Tablets	(T) 12/24
TV-Streaming-Boxen und -Sticks	(T) 5/25
Korrektur	(T) 6/25
Videostreaming	(R) 5/25
Windows, Alternativen	(R) 9/25
Haushalt und Garten	
Akku-Saug-Wischer	(T) 7/25
Balkonkraftwerke	(T) 6/25
Dampfglättter	(T) 4/25
Dunstabzugshauben	(T) 3/25
Einbruchschutz	(R) 10/25
Fenstersicherungen	(T) 10/25
Gefriergeräte	(T) 2/25
Geschirrspüler	(T) 4/25
Grills, Elektro-	(T) 5/25
Heißluftfritteusen	(T) 1/25
Heizdecken	(T) 12/24
Indoor-Gärten, smarte Klimageräte	(T) 4/25
Kaffeevollautomaten	(T) 12/24
Kochfelder	(T) 12/25
Kühlschränke	(T) 8/25
Luftbefeuchter	(T) 10/25
Matratzen	(T) 10/25
Matratzen	(T) 3/25
Nackenkissen	(T) 9/25
Pfannen	(T) 1/25
Rasenmäher	(T) 4/25
Saug- und Saug-Wisch-Roboter	(T) 1/25
Schlagbohrer, Akku-Korrektur	(T) 6/25
Standmixer	(T) 12/24
Staubsauger, Akku-	(T) 2/25
Staubsauger, Kabel-	(T) 9/25
Stromtarife, dynamische	(R) 2/25
Überwachungskameras	(T) 10/25
Vollwaschmittel	(T) 4/25
Wärmezpumpen	(T) 10/25
Wäschetrockner	(T) 9/25
Waschmaschinen	(T) 12/25
Wasserkocher	(T) 3/25
Korrektur	(T) 4/25
Wassersprudler	(T) 7/25
WC-Reiniger	(T) 8/25
Freizeit und Verkehr	
Autokindersitze	(T) 6/25
Autokindersitze	(T) 12/24
E-Scooter	(T) 8/25
Fahrradkinder sitze	(T) 4/25
Fahrradschlösser	(T) 3/25
Hotels, Nachhaltigkeitssiegel für	(R) 5/25
Kinderhochstühle	(T) 12/24
Kinderreisebettchen	(T) 12/25
Kinderwagen, Kombi-	(T) 7/25
Nachhilfeportale	(T) 2/25
Nachtzüge	(R) 10/25
Rollatoren	(T) 9/25
Rudergeräte	(T) 1/25
Sexspielzeug	(T) 12/25
Stand-up-Paddle-Boards	(T) 6/25
Trampoline	(T) 5/25
Geld und Recht	
Arbeitsleben, Diskriminierung im Auslandskrankenversicherung	(R) 7/25
Bankbetrug	(R) 8/25
Enterben, Anhörige	(R) 12/25
Erwerbsminderungsrente	(R) 8/25
Finanzen ordnen	(R) 3/25
Finfluencer	(R) 2/25
Fröhrente	(R) 10/25
Gold kaufen	(R) 2/25
Haustiere, Kosten für Homeoffice, Rechte und Pflichten	(R) 1/25
Patientenverfügung	(R) 12/24
Privatverkauf im Web	(R) 6/25
Rechtsschutzversicherung	(R) 5/25
Rechtsstreit, Anwalt finden	(R) 9/25
Schufa-Score	(R) 7/25
Stromtarif wechseln	(R) 1/25
Testament machen, Gründe dafür	(R) 6/25
Umgang mit Geld, wie Kinder ihn lernen	(R) 4/25
Vererben, gemeinnützig	(R) 12/24
Versicherungs-Check	(R) 9/25
Vorsorgevollmacht	(R) 3/25
Wohngebäudeversicherung	(R) 12/25
Zinsanlagen	(R) 5/25
Gesundheit	
Durchfall, Medikamente bei Eisen-Präparaten	(T) 7/25
Elektronische Patientenakte	(R) 1/25
Halsschmerzen, Mittel bei Hustenstillern	(T) 12/24
Inhalationsgeräte	(T) 12/25
Insektentstichheiler	(T) 5/25
Kiefergelenkproblem	CMD (R) 10/25
Kniearthrose	(R) 8/25
Melatonin-Mittel für Kinder	(T) 7/25
Mücken und Zecken, Mittel gegen	(T) 5/25
Nahrungsergänzungsmittel für Kinder	(T) 4/25
Reiseimpfungen	(R) 5/25
Korrektur	(R) 7/25
Symptom-Checker	(T) 3/25
Tinnitus-Apps	(T) 9/25
Übergewicht abbauen	(R) 2/25
Verschwörungsdenken, Umgang mit	(R) 9/25
Korrektur	(R) 10/25

Kontakt

Leserservice

Sie haben inhaltliche Fragen zum Heft? Anfragen, die über die Informationen in den Publikationen der Stiftung Warentest hinausgehen, können wir leider nicht beantworten.

Internet: test.de/kontakt

Mail: leserservice@stiftung-warentest.de

Abo-Hotline

Sie möchten sich Ihr Heft an eine neue Adresse liefern lassen? Bitte geben Sie Ihre Abonummer an.

TeI. 030/346 46 50 80

(Mo bis Fr 8–19 Uhr)

Mail: stiftung-warentest@dpv.de

Internet: test.de/abo

Bestell-Hotline

Sie möchten Bücher und Hefte der Stiftung Warentest bestellen?

TeI. 030/346 46 50 82

(Mo bis Fr 8–19 Uhr)

Internet: test.de/shop

Soziale Netzwerke

facebook.com/stiftungwarentest

youtube.com/stiftungwarentest

instagram.com/stiftungwarentest

instagram.com/stiftungwarentest-finanzen

tiktok.com/@stiftungwarentest

x.com/warentest

So testen wir



Der Aufwand für unsere Tests ist enorm. Von der Idee bis zur Veröffentlichung vergehen Monate. Ein typischer Test-Ablauf im Video: test.de/testablauf.

Prüfinstitute

Die Stiftung Warentest bietet unabhängigen Instituten an, Prüfaufträge zu übernehmen. Details unter test.de/pruefinstitute.

Stiftung Warentest

Herausgeber und Verlag

Stiftung Warentest, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin, Postfach 30 41 41, 10724 Berlin, Telefon 0 30/26 31-0, Mail: Leserservice@stiftung-warentest.de, Internet: test.de UST-IdNr.: DE 1367 25570

Verwaltungsrat

Prof. Dr. Barbara Brandstetter (Vorsitzende), Dieter Lehmann, Ramona Pop, Prof. Dr. Tanjev Schultz, Matthias Spielkamp, Dr. Michael Stephan, Lina Timm

Kuratorium

Lukas Siebenkotten (Vorsitzender), Christian Bock, Prof. Dr. Gaby-Fleur Böll, Dr. Dietrich Harms, Gabriele Hässig, Prof. Dr. Dominik Herrmann, Dr. Inga Jensen, Dr. Barbara Keck, Petra Kristandt, Dr. Thorsten Maier, Dr. Bettina Rechenberg, Dr. Ulrike Regele, Dr. Christian A. Rumpke, Wolfgang Schulzinski, Joachim Schulte, Dirk Stein, Christoph Wendker

Vorständin

Julia Bönisch

Weitere Mitglieder der Geschäftsleitung

Dr. Holger Brackermann, Daniel Gläser, Dr. Birger Venn-Hein

Bereich Untersuchungen

Dr. Holger Brackermann (Bereichsleiter)
Dr. Johannes Stiller (Stellv. Bereichsleiter)

Preiserhebungen: Johanna Hinze, Diana Senger
Prüfmustereinkauf: Mirko Zimmermann (Leiter)

Verifikation

Dr. Claudia Behrens (Leiterin), Claudia Gaca, Dr. Andrea Goldbaum, Dr. Julia Kraft, Susanne Neunzerling, Janine Nord, Sibylle Schalock, Hartmut Schäfer, Annika Scheerer, Sabine Vogt

Digitales und Technik

Dr. Markus Bielecki (Wissenschaftlicher Leiter);
Projektleitung: Benjamin Barkmeier, Robert Brandt, Jenny Braune, Mark Jeschke, Dr. Florian Ostermann, Simone Vintz, Dr. Kirstin Wetekam; Marktanalyse und Projektassistenz: Heike Clemens, Philipp Dammschneider, Thomas Grund, Danielle Leven, Dr. Ulrike Vollstädt;
Teamassistenz: Daniela Helmerich, Daria Sprick

Georg Dahm (Journalistischer Leiter);

Redaktion: Hannes A. Czerulla, Ronald Dammschneider, Martin Gobbin, Sandra Schwarz, Henning Withöft, Michael Wolf

Haus, Energie, Freizeit und Verkehr

Dr. Axel Neisser (Wissenschaftlicher Leiter), Dr. Dirk Lorenz (Stellv.);
Projektleitung: Christiane Böttcher-Tiedemann, Renate Ehnsperger, Ralf Gaida, Marius Gemmel, Nico Langenbeck, Simone Lindemann, Michael Morys, Dr. Dorit Munzke, Anke Scheiber, Dr. Peter Schick, Konstantin Thurow, Sarah Vasconi, Dr. Sara Wagner-Leifhelm; Marktanalyse und Projektassistenz: Yvonne Gramsch, Toralf Hainsch, Yvonne Sanguinette, Eva-Maria Schnaus, Diana Senger, Michael Vogt;
Teamassistenz: Marlies Brandtner, Monique Schneider, Grit Schulze

Christian van de Sand (Journalistischer Leiter);

Redaktion: Daniel Kastner, Anne Mandt, Reiner Metzger, Cecilia Meusel, Meike Rix, Stephan Scherfenberg, Roman Schukies, Kerstin Singer, Claudia Till

Ernährung, Kosmetik und Gesundheit

Dr. Ursula Loggen (Wissenschaftliche Leiterin);
Projektleitung: Katrin Andruschow, Charlotte Granobs, Dr. Thomas Koppmann, Dr. Claudia Michael, Yvonne Neidhardt, Tim Quindars, Janine Schlenker, Dr. Gunnar Schwan, Julia Schwietering, Dr. Jochen Wettach; Marktanalyse und Projektassistenz: Michaela Backhus, Maria Anna Bernhart, Sylvia Keske-Fouda, Julia Leise, Nada Quenzel; Teamassistenz: Beate Engler, Karin Falkenthal

Nicole Merbach (Journalistische Leiterin); Redaktion: Ina Bockholt, Heike Dierbach, Christiane Hefendehl, Lea Sophie Lukas, Dr. Bettina Sauer, Dennis Stieler, Sara Waldau, Swantje Waterstraat;
Teamassistenz: Ulrike Guth

Geldanlage, Altersvorsorge, Kredite und Steuern

Stephan Kühnlitz (Wissenschaftlicher Leiter);
Projektleitung: Dr. Bernd Brückmann, Kathy Elmenthaler, Stefan Fischer, Anne Hausdörfer, Stefan Hüllen, Boštjan Krisper, Thomas Krüger, Gabriele Langermann, Heike Nicodemus, Stephanie Pallasc, Yann Stoffel, Rainer Zuppe;
Projektassistenz: Christian Bothfeld, Viviane Hamann, Stefanie Kreisel, Beatrix Lemke, Sina Schmidt-Kunter, Alexander Zabel;
Teamassistenz: Magdalena Krause

Michael Beumer (Journalistischer Leiter); Redaktion: Kerstin Backofen, Karin Baur, Renate Daum, Metin Güldem, Katharina Henrich, Alrun Jappe, Robin Kries, Fatima Krumm, Theodor Pischke, Daniel Pöhler, Isabell Pohlmann, Kai Schlierer, Max Schmutz;
Teamassistenz: Annette Eßelborn

Versicherungen, Recht, Energieverträge

Julian Chudoba (Wissenschaftlicher Leiter); Projektleitung: Sabine Baierl-Johna, Claudia Bassarak, Beate-Kathrin Bextermöller, Birgit Brümmel, Dr. Sebastian Gehrmann, Maria Hartwig, Karin Kuchelmeister, Michael Nischalke, Alicia Verwiebe;
Projektassistenz: Romy Philipp, Achim Pieritz, Nicole Rau, Dana Soete, Marcia Vargas Canales; Teamassistenz: Ina Schiemann Susanne Meunier (Journalistische Leiterin); Redaktion: Barbara Bückmann, Philip Chorzelewski, Christoph Herrmann, Alisa Kostenow, Sophie Mecchia, Kirsten Schiekiera, Lena Sington, Michael Sittig, Ulrike Steckköni, Simone Weidner, Marion Weitemeier, Eugenie Zobel-Varga; Teamassistenz: Annette Eßelborn

Marketing und Vertrieb

Dorothea Kern (Leiterin)

Vertrieb Abonnement und Direktverkauf:

DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, dpv.de
Kundenservice: Stiftung Warentest, 20080 Hamburg
Tel. 030/346 46 50 80, Fax 0 40/378 45 56 57,
Mail: stiftung-warentest@dpv.de

Vertrieb Einzelhandel: DMV Der Medienvertrieb GmbH & Co. KG, Meßberg 1, 20086 Hamburg, dermedienvertrieb.de

Kommunikation

Björn Köhlen-Steiner (Leiter); Claudia Brause, Bettina Dingler, Wolfgang Hestermann, Ron Koch, Christiane Lang, Sabine Möhr, Petra Rothbart, Martin Sattler

Redaktion Stiftung Warentest

Chefredakteurin

Isabella Eigner (verantwortlich)

Stellvertretender Chefredakteur, Stellvertretende Chefredakteurin
Werner Hinzpeter, Julia Witt

Projektredeakteur der Chefredaktion

Thierry Backes

Textchefs

Sebastian Bröder, Axel Henrici, Thomas Müller

Redaktionsassistentz

Christine Jannack, Britta Ossig-Moll

Grafik

Nina Mascher (Creative Director); Karen Adams, Isabella Galanty, Katja Späth, Beate Theill

Bildredaktion

Hendrik Rauch, Laura Schierholz, Annette Zidek; Ralph Kaiser (Fotograf)

Produktion

Sabine Gaffrey, Gabriele Meja, Yuen Men Nguyen, Martin Schmidt

Verlagsherstellung

Rita Brosius (Leiterin); Romy Alig, Susanne Beeh

Weitere Mitarbeit an dieser Ausgabe

Ulrike Sosalla Serodio, Thomas Vossbeck

Litho tiff.any GmbH Berlin

Druck Stark Medien GmbH, Pforzheim
Innenteile und Bestellkarten gedruckt auf Recyclingpapier mit dem Umweltzeichen „Der Blaue Engel“

Preise Jahresabonnement Print Inland: 85,20 Euro, Österreich: 87,60 Euro, Schweiz 100,40 sFr., restl. Ausland: 87,60 Euro.
Kombi-Abo Inland: 120,60 Euro (85,20 Euro für Stiftung Warentest + 35,40 Euro für die Stiftung Warentest Flatrate), Österreich: 123,00 Euro (87,60 Euro für Stiftung Warentest + 35,40 Euro für die Stiftung Warentest Flatrate), Schweiz: 151,40 sFr. (100,40 sFr. für Stiftung Warentest + 51,00 sFr. für die Stiftung Warentest Flatrate), restl. Ausland: 123,00 Euro (87,60 Euro für Stiftung Warentest + 35,40 Euro für die Stiftung Warentest Flatrate) (inklusive gesetzlicher MwSt., zzgl. Versandkosten Österreich: 0,60 Euro, Schweiz: 1,20 sFr., restl. Ausland: 2,00 Euro pro Ausgabe). Digitales Zeitschriften-Abo In- und Ausland: 76,80 Euro, Schweiz 89,99 sFr. Einzelheft Print Deutschland: 7,90 Euro, Ausland: 8,10 Euro, Schweiz: 9,40 sFr. (inklusive gesetzlicher MwSt., zzgl. Versandkosten).

ISSN 0040 – 3946

Rechte Alle in Stiftung Warentest veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Das gilt auch gegenüber Datenbanken und ähnlichen Einrichtungen. Die Reproduktion – ganz oder in Teilen – durch Nachdruck, fototechnische Vervielfältigung oder andere Verfahren – auch Auszüge, Bearbeitungen sowie Abbildungen – oder die Übertragung in eine von Maschinen, insbesondere Datenverarbeitungsanlagen verwendbare Sprache oder die Einspeisung in elektronische Systeme bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlags. Alle übrigen Rechte bleiben vorbehalten.



„Etwa 90 Prozent der Dreijährigen liegen bei Größe und Gewicht zwischen unseren beiden Kieler Kindern.“

Nico Langenbeck,
Projektleiter unserer Tests von
Buggys und Kinderwagen

Sitzvertreter

Der biblischen Überlieferung nach mussten Maria und Josef ihr Neugeborenes in einer Futterkrippe betten – ergonomisch höchst bedenklich. Um Haltungsschäden durch Produkte für Kinder vorzubeugen, laden wir gelegentlich quietschfidele Dreijährige ein (natürlich in Begleitung ihrer Eltern) und setzen sie zu Prüfzwecken zum Beispiel in Buggys. Nun gehört Stillsitzen aber nicht zu den Lieblingsbeschäftigungen von Dreijährigen; manche Testreihe läuft aus dem Ruder. So schuf unser Kieler Labor, bezuschusst von der Stiftung Warentest, 2004 die „Kieler Kinder“: Puppen aus Schaumstoff, Epoxidharz und einem vereinfachten Skelett aus gelenkigen, bleigefüllten Stahlrohren. Sie sind ähnlich groß, schwer und beweglich wie die meisten echten Dreijährigen, bewegen sich aber nur, wenn wir das wollen. Das kleinere „Kind“ ist 93,5 Zentimeter groß, das große 108,5. Das kleine wiegt 13,7 Kilo, das große 19,3. Anders als Crashtest-Dummys sind sie nicht mit Sensoren oder Kabeln vollgestopft – sie müssen auch keine Unfälle überstehen, sondern sollen nur zappelfrei sitzen, sich anlehnen, die Knie anwinkeln oder sich anschnallen lassen. Für Dreijährige haben die Unikate ein biblisches Alter erreicht: Seit über 20 Jahren prüfen wir Buggys und Kinderwagen immer mit denselben Puppen.

Text: Daniel Kastner



Lehnswesen.

Nach über 20 Jahren im Prüfeinsatz sind die Geschwister stellenweise schon etwas abgewetzt.

Kieler Kind

Einsatz für: Tests von Kinderwagen und Buggys

Material: Stahl, Blei, Schaumstoff, Epoxidharz

Preis: Eigenbau – eine Industrieanfertigung hätte 17500 Euro gekostet

Bedarf: Nur zwei Puppen – seit über 20 Jahren



Stiftung Warentest 1/2026

ab Donnerstag, 18. Dezember, im Handel

Vorschau

Diätshakes
Fernseher
Wollwaschmittel
Osteoporose-Checks
Bluetooth-Tracker
Vitamin-D-Präparate
Änderungen vorbehalten

Laufbänder

Auf die Plätze, fertig, loslaufen. Im Test von sieben Laufbändern für Einsteiger fanden wir überzeugende Modelle, aber auch solche mit Sicherheitsproblemen. Außerdem im Test: drei kompakte Walking-Laufbänder, die mehr Bewegung in den Alltag bringen sollen – etwa während der Schreibtischarbeit.



Laptops

Alles außer gewöhnlich: Einige der geprüften Laptops lassen sich in Tablets verwandeln, per Stift und Touchscreen bedienen, eins sogar selbst konfigurieren und reparieren. Andere sind leicht und optimal fürs mobile Arbeiten. Ob Rechenleistung, Displayqualität oder Akkulaufzeit – viele Ultrabooks und Convertibles lieferten im Test richtig ab.



Saug- und Wischroboter

Beim Wischen schnurren sie wie ein Kätzchen, beim Saugen wird oft gefaucht: Die zwölf geprüften Roboter zeigten im Test mitunter Launen wie ein Stubentiger. Die Preise für ein Rasse-Gerät können bei 1500 Euro liegen. Und manche fressen siebenmal so viel Strom wie andere.



Die Stiftung Warentest wurde 1964 auf Beschluss des Deutschen Bundestages gegründet, um Verbraucherinnen und Verbrauchern durch vergleichende Tests von Waren und Dienstleistungen unabhängige und objektive Unterstützung zu bieten.

Wir kaufen anonym im Handel ein und nehmen Dienstleistungen verdeckt in Anspruch.

Wir testen mit wissenschaftlichen Methoden in unabhängigen Instituten nach unseren Vorgaben oder selbst im Haus.

Wir bewerten mit Noten von Sehr gut bis Mangelhaft ausschließlich auf Basis der objektivierten Untersuchungsergebnisse.

Wir veröffentlichen anzeigenfrei in unseren Zeitschriften Stiftung Warentest und Stiftung Warentest Finanzen sowie auf test.de.