



Verstehen, prüfen & senken Sie
Ihren Stromverbrauch



bdew
Bundesverband der Energie- und
Wasserwirtschaft e.V.

co2online

dena

DMB DEUTSCHER MIETERBUND

EnergieAgentur.NRW

ea
Bundesverband der
Energie- und Klimaschutzexperten
Deutschlands e.V.

HEA
Fachgemeinschaft für
effiziente Energieverwendung e.V.

Institut für
sozial-ökologische
Forschung

Öko-Institut e.V.
Institut für angewandte Ökologie
Institute for Applied Ecology

70
1949-2019
VKIU
VERBAND KOMMUNALER
UNTERNEHMEN e.V.

verbraucherzentrale
Energieberatung

So funktioniert's



Ist Ihr Stromverbrauch zu hoch? Prüfen Sie mit dem Stromspiegel Ihren Verbrauch – und finden Sie Sparmöglichkeiten.

Der Stromspiegel für Deutschland liefert Ihnen bundesweit gültige Vergleichswerte von Privathaushalten. Jetzt können Sie Ihren Stromverbrauch leicht bewerten und vergleichen: Verbrauchen Sie mehr oder weniger als ähnliche Haushalte?

Werden Sie zum Stromsparer – es lohnt sich

1.000 Kilowattstunden (kWh) Strom, 540 Kilogramm CO₂ und rund 290 Euro: So viel kann ein durchschnittlicher Dreipersonenhaushalt in einer Wohnung im Mehrfamilienhaus (Warmwasserbereitung ohne Strom) pro Jahr vermeiden und damit sparen. Denn während der Bundesdurchschnitt in dieser Haushaltsgröße rund 2.600 kWh Strom verbraucht, kommt ein Dreipersonenhaushalt der besten Stromspiegel-Kategorie (A) mit 1.600 kWh Strom oder weniger aus.



Durch den Stromspiegel habe ich herausgefunden, dass mein Stromverbrauch zu hoch war. Jetzt spare ich jedes Jahr fast 200 Euro Stromkosten.

Henrike R., Stromspiegel-Nutzerin



Verstehen

Diese Faktoren beeinflussen Ihren Stromverbrauch:



Haushaltsgröße

Mit der Personenzahl steigt auch der Verbrauch – allerdings nicht im gleichen Maße. Der Grund: Haushaltsgeräte und Beleuchtung werden gemeinsam genutzt.



Warmwasser mit oder ohne Strom

Wird das Wasser mit Strom durch einen Durchlauferhitzer oder Warmwasserspeicher erhitzt, erhöht sich der Stromverbrauch. Das betrifft etwa ein Viertel der Haushalte in Deutschland.



Ein-/Zweifamilienhaus oder Mehrfamilienhaus

Der Stromverbrauch im Eigenheim ist meistens höher als in einer Wohnung. Außenbeleuchtung, Garage und der Strom für die Heizungspumpe machen sich bei der Abrechnung bemerkbar.

Wie setzt sich der Stromverbrauch eines Haushalts zusammen?

13 %

Waschen und Trocknen

7 %

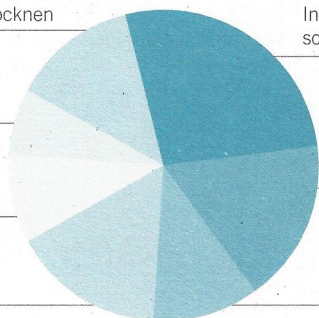
Spülen

9 %

Licht

16 %

Sonstiges



27 %

Informationstechnik
sowie TV und Audio

17 %

Kühl- und
Gefriergeräte

11 %

Kochen

Quelle: BDEW, EnergieAgentur.NRW, HEA
Dreipersonenhaushalt, Warmwasserbereitung ohne Strom

Der Stromspiegel für Deutschland – ein Netzwerk für den Klimaschutz

Der Stromspiegel für Deutschland ist das Ergebnis eines breiten gesellschaftlichen Bündnisses von Verbraucherorganisationen, Wirtschaftsverbänden, Energieagenturen und Forschungseinrichtungen. Gemeinsam wollen sie die Energieeffizienz erhöhen und einen wichtigen Beitrag für den Klimaschutz leisten.

Der Stromspiegel liefert bundesweit gültige Vergleichswerte für den Stromverbrauch von Privathaushalten. Grundlage dafür sind 226.000 Verbrauchsdaten und aktuelle Studien der Projektpartner. Nutzen Sie die Informations- und Beratungsangebote der Stromspiegel-Partner und ihrer Mitgliedsunternehmen.

- Bundesverband der Energie- und Klimaschutzagenturen Deutschlands (eaD) e. V. | www.energieagenturen.de
- BDEW Bundesverband der Energie- und Wasserwirtschaft e. V. | www.bdew.de
- co2online gemeinnützige GmbH | www.co2online.de
- Deutsche Energie-Agentur (dena) | www.stromeffizienz.de
- Deutscher Mieterbund | www.mieterbund.de
- EnergieAgentur.NRW | www.energieagentur.nrw.de
- HEA – Fachgemeinschaft für effiziente Energieanwendung e. V. | www.hea.de
- ISOE – Institut für sozial-ökologische Forschung | www.iso.e.de
- Öko-Institut e. V. | www.ecotopten.de
- Verband kommunaler Unternehmen e. V. | www.vku.de
- Energieberatung der Verbraucherzentrale | www.verbraucherzentrale-energieberatung.de

Überreicht durch:



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Impressum

Realisiert durch das Kampagnenbüro des Stromspiegels
Herausgeber: co2online gemeinnützige GmbH, Hochkirchstraße 9, 10829 Berlin
Gestaltung: Mia Sedding; Foto Titelseite: iStock.com/Poike;
© 2019 www.stromspiegel.de; Stand: Februar 2019, 1. Auflage



Prüfen

In nur drei Schritten erhalten Sie Ihr Ergebnis. Mit dem Stromspiegel vergleichen und bewerten Sie Ihren Stromverbrauch und ermitteln Ihr individuelles Sparpotenzial.

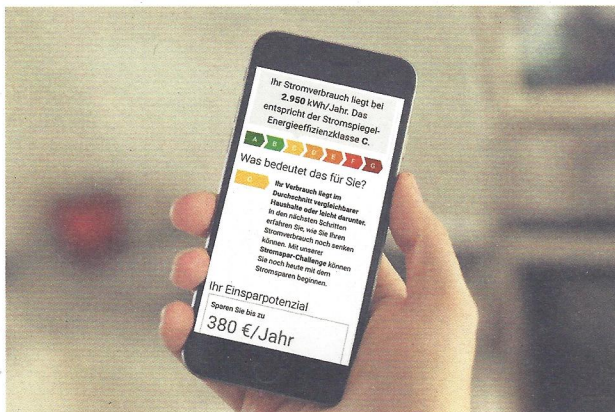
So gehen Sie vor:

- 1 **Nehmen Sie Ihre aktuelle Stromrechnung zur Hand** und schauen Sie, wie hoch Ihr jährlicher Stromverbrauch ist. Dieser ist in Kilowattstunden (kWh) angegeben.
- 2 **Wählen Sie in der Vergleichstabelle** die für Sie passende Zeile – abhängig von Gebäudetyp, Warmwasserbereitung und Personen im Haushalt.
- 3 **Suchen Sie in der Zeile den richtigen Wert.** Jetzt wissen Sie anhand der Kategorien A bis G, wo Sie mit Ihrem Stromverbrauch stehen.

Online prüfen und konkrete Tipps erhalten

Der interaktive Online-Rechner bewertet nicht nur Ihren Stromverbrauch, sondern hilft auch beim Aufspüren von Stromfressern und empfiehlt konkrete Sparmaßnahmen.

www.stromspiegel.de



Senken

Ihr Stromverbrauch fällt in die Kategorien mittel, hoch oder sehr hoch?

Nutzen Sie das kostenlose und unabhängige Online-Angebot des Stromspiegels unter www.stromspiegel.de.

Dort finden Sie:



geprüfte Experten-Tipps

Alle Tipps werden von unseren unabhängigen Experten geprüft. So erhalten Sie nur Tipps, die wirklich helfen und leicht umsetzbar sind – für Mieter und Hauseigentümer.



Stromspar-Newsletter

Unsere Tipps können Sie auch bequem per Newsletter abonnieren. So sind Sie in Sachen Stromsparen immer auf dem neuesten Stand.



Stromspar-Beratung vor Ort

Sie wollen sich persönlich beraten lassen? Mit einer Postleitzahl-Suche liefert unsere Datenbank Ihnen Adressen von Energieagenturen, Energieversorgern oder der Energieberatung der Verbraucherzentrale in Ihrer Nähe.

Tipp: Für Empfänger von Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe oder Wohngeld bieten die Energieberatung der Verbraucherzentrale sowie das Projekt „Stromspar-Check“ eine kostenlose Vor-Ort-Beratung an:

www.stromspar-check.de

Stromspiegel für Deutschland 2019

Ist Ihr Stromverbrauch sehr hoch oder gering?

Gebäudetyp	Warmwasser	Personen im Haushalt	Verbrauch in Kilowattstunden (kWh) pro Jahr						
			gering					sehr hoch	
			A	B	C	D	E	F	G
Haus	ohne Strom	1 Person	bis 1.300	bis 1.700	bis 2.000	bis 2.500	bis 3.000	bis 4.000	über 4.000
		2 Personen	bis 2.000	bis 2.500	bis 2.800	bis 3.100	bis 3.600	bis 4.400	über 4.400
		3 Personen	bis 2.500	bis 3.000	bis 3.500	bis 3.800	bis 4.300	bis 5.300	über 5.300
		4 Personen	bis 2.900	bis 3.500	bis 4.000	bis 4.300	bis 5.000	bis 6.000	über 6.000
		5+ Personen	bis 3.500	bis 4.100	bis 4.800	bis 5.500	bis 6.300	bis 8.000	über 8.000
	mit Strom	1 Person	bis 1.500	bis 2.000	bis 2.400	bis 2.900	bis 3.500	bis 5.000	über 5.000
		2 Personen	bis 2.500	bis 3.000	bis 3.500	bis 4.000	bis 4.500	bis 6.000	über 6.000
		3 Personen	bis 3.000	bis 3.600	bis 4.200	bis 4.900	bis 5.800	bis 7.500	über 7.500
		4 Personen	bis 3.500	bis 4.200	bis 5.000	bis 5.500	bis 6.500	bis 8.100	über 8.100
		5+ Personen	bis 4.200	bis 5.000	bis 6.000	bis 7.000	bis 8.400	bis 11.000	über 11.000
Wohnung	ohne Strom	1 Person	bis 800	bis 1.000	bis 1.300	bis 1.500	bis 1.800	bis 2.200	über 2.200
		2 Personen	bis 1.300	bis 1.600	bis 2.000	bis 2.400	bis 2.600	bis 3.000	über 3.000
		3 Personen	bis 1.600	bis 2.000	bis 2.500	bis 2.900	bis 3.400	bis 4.000	über 4.000
		4 Personen	bis 1.900	bis 2.300	bis 2.800	bis 3.200	bis 3.900	bis 4.500	über 4.500
		5+ Personen	bis 2.000	bis 2.700	bis 3.300	bis 4.000	bis 5.000	bis 6.000	über 6.000
	mit Strom	1 Person	bis 1.200	bis 1.500	bis 1.800	bis 2.000	bis 2.300	bis 3.000	über 3.000
		2 Personen	bis 2.000	bis 2.500	bis 2.800	bis 3.100	bis 3.500	bis 4.100	über 4.100
		3 Personen	bis 2.500	bis 3.100	bis 3.600	bis 4.000	bis 4.600	bis 5.700	über 5.700
		4 Personen	bis 2.800	bis 3.600	bis 4.000	bis 4.800	bis 5.400	bis 6.800	über 6.800
		5+ Personen	bis 3.000	bis 4.500	bis 5.200	bis 6.000	bis 7.000	bis 9.000	über 9.000

■ **A = gering**
Glückwunsch, Sie verbrauchen viel weniger Strom als vergleichbare Haushalte.

■ **B = niedrig**
Sie benötigen weniger Strom als vergleichbare Haushalte. Doch auch Sie können noch sparen.

■ **C und D = mittel**
Ihr Verbrauch liegt im Schnitt bzw. leicht darunter. Nutzen Sie alle Möglichkeiten zum Stromsparen aus.

■ **E und F = hoch**
Sie verbrauchen mehr Strom als jeder zweite vergleichbare Haushalt. Stromsparen lohnt sich für Sie besonders.

■ **G = sehr hoch**
Sie sollten dringend handeln. Sie verbrauchen mehr Strom als 85 % aller vergleichbaren Haushalte.