

Rentenplaner

Lebenslange Ausgaben brauchen lebenslange Einnahmen

Um Ihre zukünftigen Ausgaben im Alter einzuschätzen, sollten Sie Ihre aktuellen Ausgaben erfassen und dann überlegen, wie sie sich im Ruhestand entwickeln werden.

Berücksichtigen Sie den Wegfall berufsbezogener Kosten und mögliche steigende Gesundheitsausgaben. Denken Sie auch an persönliche Pläne wie Reisen und Hobbys. Eine realistische Einschätzung hilft Ihnen, ein Bild Ihrer finanziellen Bedürfnisse im Alter zu erhalten. Individuelle finanzielle Bedürfnisse im Ruhestand variieren stark.

Eine professionelle Beratung durch einen Finanzberater kann helfen, eine fundierte Schätzung der zukünftigen Ausgaben zu erhalten und eine maßgeschneiderte finanzielle Strategie zu entwickeln. Berücksichtigen Sie Ihre aktuelle finanzielle Situation, Schulden, Ersparnisse und Investitionen.

Ausgaben vor Rentenbeginn (Durchschnitt je Haushalt 2019*)		Wie verändern sich diese Kosten nach Rentenbeginn? Ihre Einschätzung:			
Wohnen inklusive Nebenkosten	(890 Euro)	↑		↓	=
Lebensmittel, Getränke, Zigaretten u. ä.	(356 Euro)	↑	○	↓	= ○
Auto und andere Verkehrsmittel	(351 Euro)	↑		↓	= ○
Hobbies, Freizeit, Kultur	(284 Euro)	↑	○	↓	= ○
Übernachtungen, Restaurants	(157 Euro)	↑	○	↓	= ○
Möbel und Haushaltsgeräte	(141 Euro)	↑		↓	= ○
Kleidung	(106 Euro)	↑	○	↓	= ○
Gesundheit	(104 Euro)	↑	○	↓	= ○
Telefon und Post	(65 Euro)	↑	○	↓	= ○
Bildung	(21 Euro)	↑	○	↓	= ○
Private Krankenversicherung	(1246 Euro)	↑	○	↓	○
Sonstiges	(98 Euro)	↑	○	↓	= ○
Summe	0				(2.573 Euro)

* Quelle: Statistisches Bundesamt; <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Einkommen-Konsum-Lebensbedingungen/Konsumausgaben-Lebenshaltungskosten/Tabellen/privater-konsum-d-lwr.html>

Lebenslange Einnahmen nach Rentenbeginn

Es ist wichtig, die jährlichen Renteninformationen zu lesen, um einen Überblick über die aufgebaute Rente zu erhalten. Jedoch geben diese Informationen keine genaue Auskunft über den tatsächlichen Geldbetrag, den Sie später zur Verfügung haben werden. Neben der gesetzlichen Rente gibt es noch weitere Vorsorge-Bausteine, die berücksichtigt werden müssen. Insgesamt ergibt sich folgender grober Überblick:

	Abgleich 1: So viele Senioren-Haushalte in Deutschland bekommen das (Verbreitung in % bei Ehepaaren)*	Abgleich 2: So viel kommt im Schnitt rein, wenn Baustein vorhanden (brutto, Ehepaare und Alleinstehende)*	Und bei Ihnen?
Gesetzliche Rente	94 %	1.961 Euro	
Betriebliche Altersvorsorge	42 %	675 Euro	+
Rente aus privaten Renten- und Lebensversicherungen	7 %	332 Euro	+
Mieteinnahmen	18 %	1.064 Euro	+
Zinseinkünfte	22 %	241 Euro	+
Sonstige private Vorsorge, staatliche Hilfen, private Unterstützung, Unterhalt	37 %	734 Euro	+
Monatliche Einnahmen		2.207 Euro (durchschnittliches Nettoeinkommen sämtlicher Senioren-Haushalte in Deutschland – Ehepaare und Alleinstehende)	= 0

Steuern und Abgaben

Renten sind grundsätzlich einkommenssteuer- beziehungsweise lohnsteuerpflichtig. Gegebenenfalls sind Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung zu zahlen. Holen Sie sich Rat von einem Fachmann.

Beispiel: Laufende Altersrentenzahlungen aus privaten Rentenversicherungen sind gemäß § 22 Nr. 1 Satz 3 Buchstabe a Doppelbuchstabe bb Einkommensteuer-gesetz

(EStG) mit dem Ertragsanteil zu versteuern. Der Ertragsanteil ist der einkommensteuerpflichtige Anteil einer Leibrente. Er ist abhängig vom Alter der versicherten Person bei Beginn der Rentenzahlung und bleibt während der Dauer der Rentenzahlung unverändert. Hat z. B. der Rentenberechtigte bei Beginn der Rente sein 65. Lebensjahr vollendet beträgt der Ertragsanteil 18 %.

* Quelle: Alterssicherungsbericht 2020 der Bundesregierung, alle Daten beziehen sich auf das durchschnittliche Haushaltsnettoeinkommen aller Ehepaare im Alter ab 65 Jahren im Jahr 2019; Tabelle BC.7
https://www.bmas.de/SharedDocs/Downloads/DE/Rente/alterssicherungsbericht-2020.pdf?__blob=publicationFile&v=1

FREELAX^{SOFORT} als wichtiger Baustein

Rente aus Vermögen: Vermögen kann in lebenslange Sofortrente umgewandelt werden. FREELAX^{SOFORT}: Für 50.000 Euro erhält man aus der FREELAX^{SOFORT} nach den derzeitigen Konditionen 217,29 Euro monatlich ein Leben lang!*

Überblick über Vermögenswerte verschaffen:

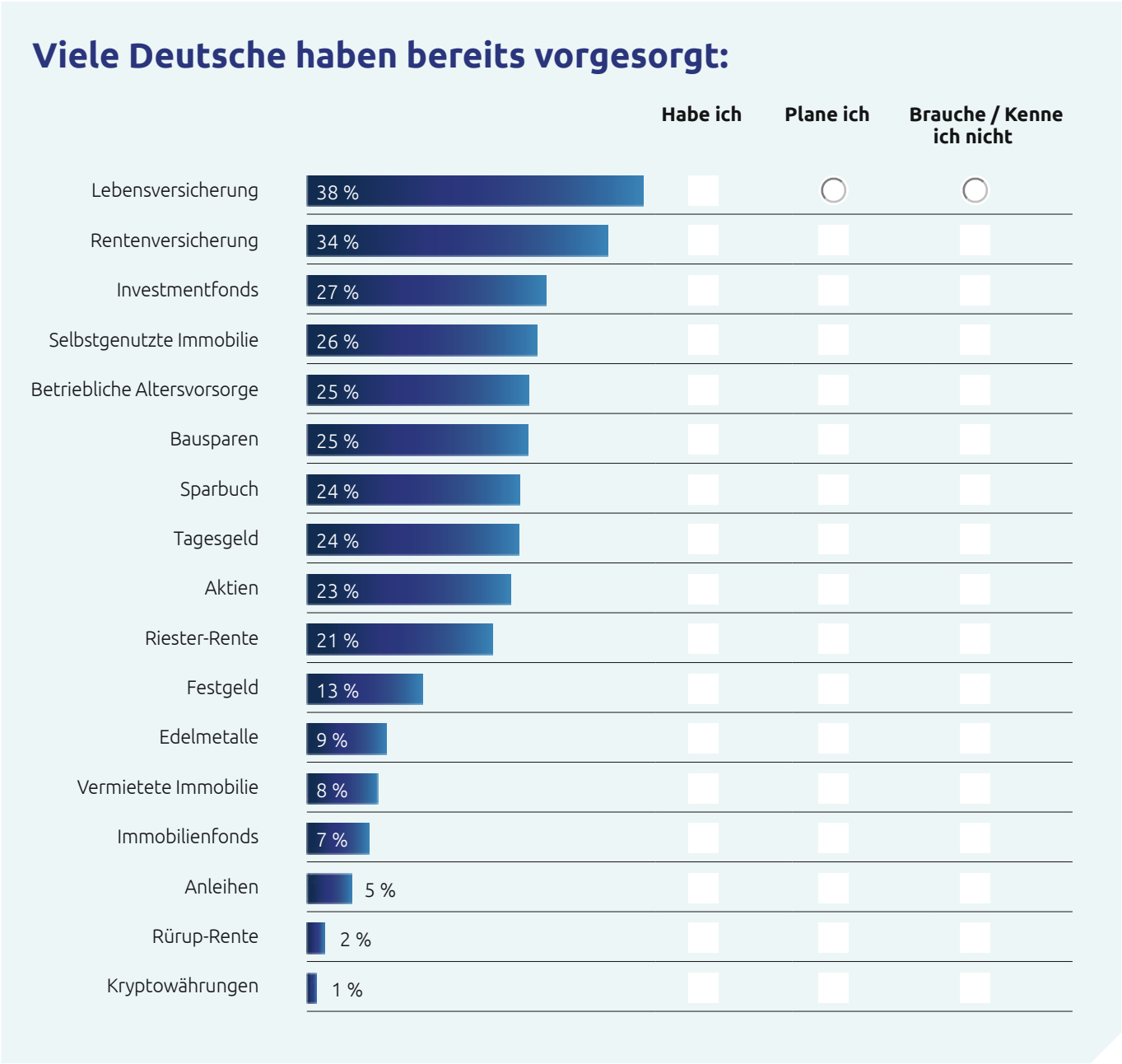
	Was die Deutschen besitzen:**	Und bei Ihnen?
Eigenheime	170.437 Euro	
Vermietete Immobilien	195.581 Euro	+
Geldvermögen (Aktien, Investmentfonds, Sparbriefe, Bargeld, ...)	36.560 Euro	+
Lebens- und Rentenversicherungen	21.401 Euro	+
Bausparguthaben	10.491 Euro	+
Betriebsvermögen	244.076 Euro	+
Wertsachen (Schmuck, Kunst, Gold, ...)	15.014 Euro	
Fahrzeuge	9.770 Euro	
Monatliches Budget	156.616 Euro (durchschnittliches Bruttovermögen pro Kopf in Deutschland, 2017)	= 0

* Annahmen: Garantierter Verrentungszins 2,95 % (freibleibend), Geburtsdatum 01.01.1959, Einmalbetrag: 50.000 EUR, Versicherungsbeginn 01.02.2026, ohne Kapitalschutz.

** SOEP 2017, https://www.diw.de/de/diw_01.c.679909.de/publikationen/wochenberichte/2019_40_1/vermoegensungleichheit_in_deutschland_bleibt_trotz_deutlich_steigender_nettovermoegen_anhaltend_hoch.html#section3

Vorsorgebausteine

Die Deutschen nutzen vor allem Versicherungen und Fonds zur Altersvorsorge. Aktien, Immobilien und staatlich geförderte Rentenprodukte sind weniger beliebt. Machen Sie den Schnelltest, um Ihre eigenen Vorstellungen von Altersvorsorge zu klären und den Überblick zu gewinnen.



Lassen Sie sich beraten, wie Sie in der Rentenphase bestmöglich investiert bleiben.

Wir möchten Menschen jeden Geschlechts gleichermaßen ansprechen und wählen daher neutrale Schreibweisen, wo es uns möglich ist. Jedoch bitten wir um Verständnis, dass wir teilweise dem Lesefluss zuliebe nur die binäre oder auch nur die männliche Schreibweise verwenden.

standardlife.de

Standard Life Versicherung, Zweigniederlassung Deutschland der Standard Life International DAC
 Lyoner Straße 9, 60528 Frankfurt am Main, Telefon: 0800 2214747 (kostenfrei),
 kundenservice@standardlife.de, standardlife.de

© 2026 Standard Life. Alle Rechte vorbehalten.