

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 82 (2004)
Heft: 1-2

Rubrik: Geld

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Seniorenbudget – sich anpassen zahlt sich aus

VON ALFRED ERNST

Kaum sind die Festtage vorbei, gähnt vor uns das Januarloch. Doch auch unter dem Jahr kann es oft schwierig sein, mit den Alltagsfinanzen zurechtzukommen. Eine Budgetplanung kann verhindern, dass das Januarloch zum dauerhaften lästigen Begleiter wird.

Gerade das Seniorenbudget stellt besondere Anforderungen. Nicht nur fällt es in eine Phase, in der sich die Einkommensseite wesentlich verändert. Auch die Ausgabenseite will den neuen Gegebenheiten angepasst sein.

Die Mehrzahl der Rentner muss im Ruhestand mit weniger Einkommen haushalten als in der Erwerbsphase. Wann die Zäsur eintritt, hängt von vielen Faktoren ab. Neben Gesundheit und Arbeitsplatzsituation entscheiden natürlich die persönlichen finanziellen Verhältnisse, ob eine Frühpensionierung drin liegt oder ob ein Selbstständiger über das ordentliche Pensionierungsalter hinaus arbeiten will oder muss.

Frühpensionierungen entfalten ihre Wirkung aufs Portemonnaie gleich mehrfach. Einerseits fehlt das Erwerbseinkommen. Wer als Frührentner eine AHV-Rente beansprucht (höchstens zwei Jahre vor dem offiziellen Pensionsalter möglich), akzeptiert eine lebenslange Renten Kürzung um 6,8 Prozent pro Vorbezugsjahr (Ausnahme Frauen der Jahrgänge 1939 bis 1947: 3,4 Prozent). Zudem besteht in jedem Fall die Beitragspflicht bis zum Erreichen des ordentlichen Pensionierungsalters. Desgleichen ist beitragspflichtig, wer über das ordentliche Pensionsalter hinaus arbeitet und mehr als 1400 Franken im Monat verdient. Eine aufgeschobene Rente (um maximal fünf Jahre) führt auf der anderen Seite zu

einer lebenslangen Rentenerhöhung, die je nach Aufschubdauer 5,2 bis 31,5 Prozent beträgt.

Auf der Ausgabenseite verschieben sich die Aufwände ebenfalls. So möchten Pensionierte den Ruhestand mit neuen Aktivitäten wie Reisen und Hobbys gestalten, was meist nicht gratis ist. Mit steigendem Alter fallen aber beispielsweise Autokosten tendenziell weg und werden vielleicht durch Ausgaben für ein SBB-Abonnement abgelöst.

Verlagerungen sind auch beim leiblichen Wohl angesagt. Die berufsbedingte auswärtige Verpflegung entfällt, muss aber zum Teil über höhere Haushaltskosten kompensiert werden. Tendenziell nehmen die Ausgaben fürs Essen mit steigendem Alter eher ab.

Manchmal ist der Ruhestand mit einer Änderung der Wohnsituation verbunden. Ein Haus wird möglicherweise gegen eine kleinere Bleibe getauscht. Oder am Wohnsitz kann ein Zimmer vermietet werden. Bei Liegenschaften, in der Zimmer nicht genutzt werden, kann mit dem Fiskus eventuell ein Unternutzungs-

abzug vereinbart werden, was tiefere Steuern bringt. Mit zunehmendem Alter erscheint am Horizont dann aber wieder der grosse Aufwand, der mit einem Wohn- oder Pflegeheim anfällt.

Gesundheitskosten gehen im Alter immer stärker ins gute Tuch. Das fängt an mit Krankenkassenprämien, hat aber auch mit dem Selbstbehalt zu tun, der anfällt, wenn Leistungen über die Franchise hinaus beansprucht werden. Der Selbstbehalt beläuft sich auf 10 Prozent, maximal 700 Franken pro Jahr. Auch ältere Leute können die Grundversicherung getrennt von den Zusatzversicherungen abschliessen und für die Grundversicherung immer zum günstigsten Anbieter wechseln.

Oft ist es für Senioren eine Genugtuung, wenn sie ihren Nachkommen finanziell unter die Arme greifen können, etwa mit Darlehen. Solche Schritte bedürfen einer guten Planung, wirken sich die damit verbundenen Veränderungen der Kapitalerträge doch unmittelbar aufs Budget aus.

Tabellen von Budgetberatungen helfen, die Zahlen systematisch

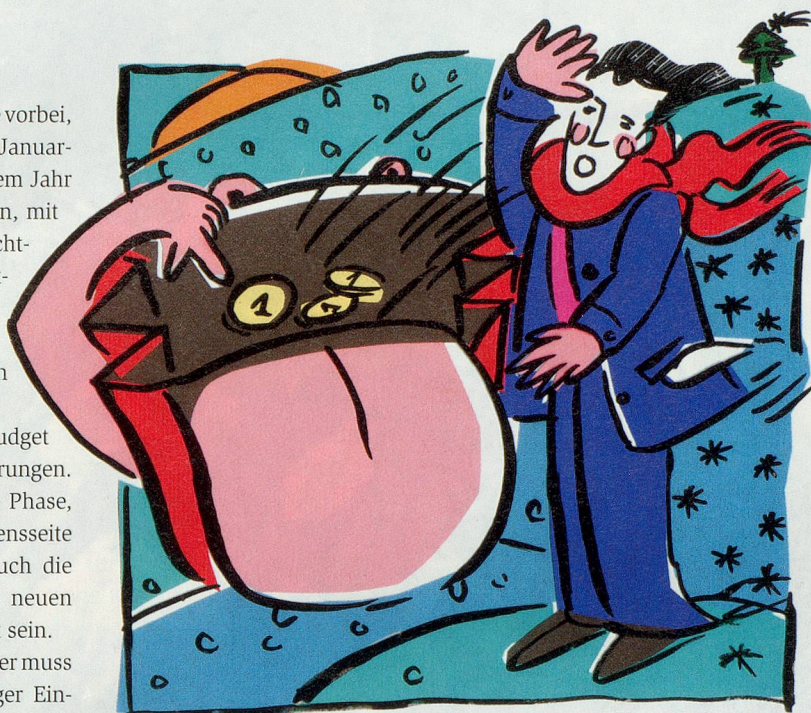
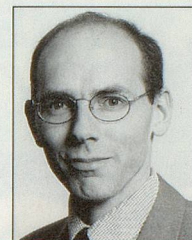


ILLUSTRATION: BARBARA BIETENHOLZ



FINANZ-FACHMANN

Alfred Ernst ist selbstständiger Finanzberater und Vermögensverwalter. Er gründete unter anderem die Firma Ernst & Zambra Allfinanz AG in Zürich.

aufzulisten und ein exaktes Budget zu erstellen. Die Homepage der Arbeitsgemeinschaft Schweizerischer Budgetberatungsstellen (ASB, siehe Kasten unten), die etwa 25 Anlaufstellen betreibt, erlaubt dies auch online.

Wer indes mit dem Budgetieren Mühe bekundet oder hoch verschuldet ist, sollte sich an eine öffentliche Beratungsstelle wenden. Mit fachlicher Hilfe lässt sich meist auch in schwierigen Situationen ein Weg finden. ■

INFORMATIONEN

► **Kontaktstelle für Budgetfragen:** Arbeitsgemeinschaft Schweizerischer Budgetberatungsstellen ASB, 5014 Gretzenbach: www.asb-budget.ch, Telefon/Fax 062 849 42 45.

► **Literaturhinweis:** Theres Anderes, Marianne Dörig, Rita Hermann (ASB): «Auskommen mit dem Einkommen, der Ratgeber für Ihr Haushaltbudget 2004/05». Orell-Füssli-Verlag, Zürich, 4. vollständig überarbeitete Auflage 2003, 179 Seiten, CHF 29.80.