

# Früher in Rente gehen: Das sollten Sie wissen

Darum geht es

Viele möchten nicht bis zum gesetzlichen Rentenalter arbeiten. Sie wünschen sich, mit 63 oder sogar mit 60 in Rente zu gehen und ihren Lebensstandard halten zu können. Wer früher aufhört und sich im Ruhestand nicht einschränken möchte, muss aber zwei Einkommenslücken schließen: die wegfallenden Gehälter und die lebenslange Kürzung der Renten.

Dafür benötigt man Vermögen, das man bis zur geplanten Erwerbsaufgabe aufbaut. Das gelingt am besten, wenn man frühzeitig in die Planung einsteigt und individuelle und dynamische Faktoren berücksichtigt. Das Merkblatt zeigt Ihnen die wichtigsten Aspekte, auf die Sie bei der Vorbereitung Ihres vorzeitigen Ruhestands achten sollten.

Wann kann ich in Frührente gehen?

Jeder Zweite in Deutschland geht vorzeitig in Rente. Immer mehr Berufstätige ziehen sich auf eigenen Wunsch vorzeitig zurück. Die Entscheidung über die Machbarkeit dieses Vorhabens hängt u. a. vom Renteneintrittsalter (siehe unten) und der Lebens-

erwartung ab. 65-jährige Männer und Frauen haben heute eine Lebenserwartung von 18 bzw. 21 Jahren. Die statistische Restlebenserwartung gibt einen Anhaltspunkt, auf welchen Zeitraum Sie Ihre Ruhestandsplanung mindestens ausrichten sollten.

Die Regelaltersgrenze steigt auf 67

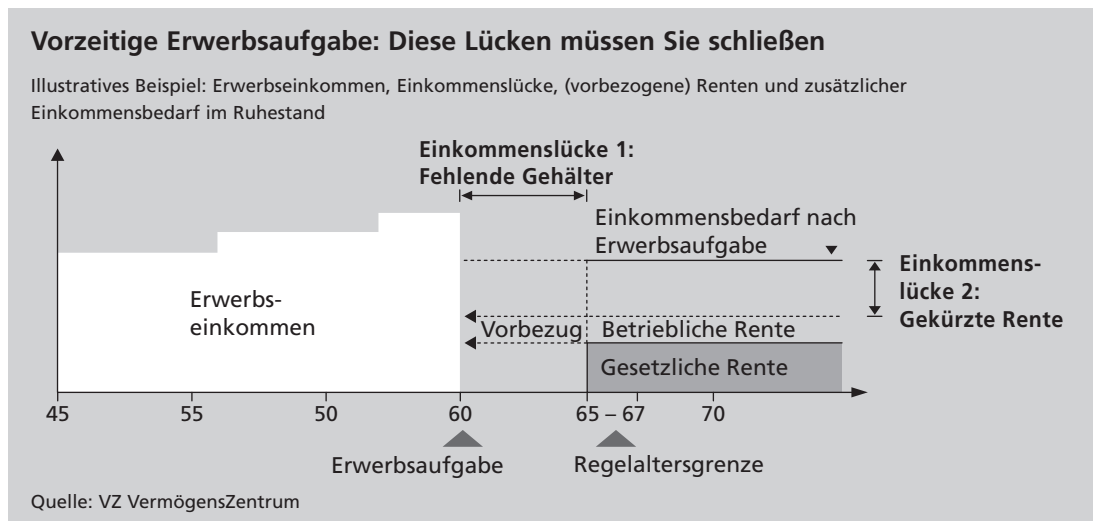
Die Regelaltersgrenze ist das Alter, in dem Sie Ihre Rente ohne Abschläge beziehen können. Bis 2031 wird sie stufenweise auf 67 angehoben. Für die Geburtsjahrgänge bis 1958 verschiebt sie sich um jeweils einen, für die Jahrgänge 1959 bis 1964 um zwei Monate. Dadurch wachsen die Einkommenslücken: Der Zeitraum ohne Gehälter wird länger, und beim

Rentenvorbezug müssen immer größere Abschläge in Kauf genommen oder ausgeglichen werden. Nur wer 45 Jahre in die Rentenkasse eingezahlt hat, kann je nach Jahrgang ab 63 abschlagsfrei in Rente gehen. Ihre Regelaltersgrenze entnehmen Sie Ihrer Renteninformation, die Ihnen die Deutsche Rentenversicherung jährlich zuschickt.

Es gilt zwei Einkommenslücken zu schließen

Wer vorzeitig in Rente geht, muss zwei Einkommenslücken schließen (siehe Grafik): Zwischen der geplanten Erwerbsaufgabe und der gesetzlichen Regelaltersgrenze fehlen die Erwerbseinkünfte. Je früher Sie aufhören, desto mehr Jahresgehälter fallen weg. Zu-

sätzlich werden die gesetzlichen und betrieblichen Renten lebenslang um bis zu 14,4 Prozent gekürzt, wenn man diese vorzeitig bezieht. **Tipp:** Finden Sie heraus, wie viel Kapital Sie benötigen, um Ihre Einkommenslücken zu decken.



Die Kosten einer vorzeitigen Erwerbsaufgabe

Ein früher Ausstieg aus dem Erwerbsleben ist nicht gerade günstig. Wenn Sie Ihren Ruhestand um ein Jahr vorziehen, entsprechen die Kosten mehr als die Hälfte eines Jahresbruttogehalts (siehe Grafik). Ein Jahreseinkommen fällt weg, bereinigt um die niedrigeren Einkommenssteuern und Sozialabgaben, wie Beiträge zur Rentenversicherung. Beziehen Sie Ihre Rente vor, fallen die gesetzliche und die betriebliche Rente wegen des Vorbezugs lebenslang niedriger aus.

Im Beispiel in der Tabelle sind die Kosten aufgeführt, die bei einem vorzeitigen Ruhestand anfallen. Für die Finanzlücke sind wegfallende Einkünfte sowie Rentenkürzungen verantwortlich. Die Berechnungen basieren auf einem Bruttojahresgehalt von 90.000 Euro. Der Vorbezug um ein Jahr kostet in diesem Fall 56.000 Euro. Wird der Ruhestand um zwei bzw. vier Jahre vorgezogen, kostet dies bereits 115.100 Euro bzw. 235.800 Euro.

### So viel kostet der vorgezogene Ruhestand

Annahmen: Alleinstehender Arbeitnehmer ohne Kinder, konfessionslos, Bruttogehalt 90.000 Euro, ges. Krankenversicherung, reguläre Rentenerwartung mit Alter 67 26.100 Euro p.a., netto Rentensteigerung ein Prozent p.a., Lebenserwartung 90 Jahre. Angaben gerundet in Euro, Näherungswerte.

	Ruhestand vorgezogen um		
	ein Jahr	zwei Jahre	vier Jahre
Wegfall Bruttogehalt	-90.000	-180.000	-360.000
Vorgezogene Rente (max. vier Jahre)	24.200	44.800	76.700
Ersparnis Sozialabgaben und Steuern	32.300	65.800	135.900
<b>Wegfall netto (gerundet)</b>	<b>-33.500</b>	<b>-69.400</b>	<b>-147.400</b>
Rentenkürzung netto pro Jahr	-1.100	-2.200	-4.200
Rentenkürzung netto gesamt (bis 90)	-28.600	-58.000	-112.200
<b>Barwert<sup>1</sup> der Rentenkürzung (gerundet)</b>	<b>-22.500</b>	<b>-45.700</b>	<b>-88.400</b>
<b>Kosten des vorzeitigen Ruhestandes</b>	<b>56.000</b>	<b>115.100</b>	<b>235.800</b>

1 Wert der zukünftigen Zahlungen in der Gegenwart  
Quelle: Berechnung VZ VermögensZentrum

Zusatzrente: Wie viel Kapital benötigt man?

Wer sein Vermögen für Zusatzeinkünfte einplant, muss das notwendige Kapital korrekt berechnen. Dafür sind die Restlebenserwartung und die Anlagenrendite zu berücksichtigen, zu der das Kapital angelegt wird. Hinzu kommen die Inflation und der sogenannte Abzinsungsfaktor. Dieser macht den abnehmenden Wert zukünftiger Zahlungen für eine heutige Planung kalkulierbar.  
Ein Beispiel: Die Rentenlücke beträgt anfänglich 2.000 Euro pro Monat beziehungsweise 24.000 Euro

pro Jahr. Bei einer Inflationsrate von 2,5 Prozent und einem Abzinsungsfaktor von einem Prozent wächst die Lücke in 23 Jahren auf fast 34.000 Euro pro Jahr. Bei einer Anlagenrendite von einem Prozent würde ein 60-jähriger Mann zu Beginn seines Ruhestands ein Vermögen von 685.900 Euro benötigen, um seine Rentenlücke bei einer durchschnittlichen Lebenserwartung von 83 Jahren dauerhaft zu schließen. Bei einer höheren Anlagenrendite von drei Prozent sind dafür rund 545.000 Euro notwendig.

Rentenvorbezüge nutzen, aber mit Bedacht

Wer Rente vorbeziehen kann, sollte dies in Betracht ziehen. Allerdings fallen bei der gesetzlichen Rente für jeden Monat, den sie früher bezogen wird, Abschläge von 0,3 Prozent an. Die Rente wird bei einem einjährigen Vorbezug lebenslang um 3,6 Prozent gekürzt, bei zweijährigem Vorbezug um 7,2 Prozent. Der maximale Abschlag ist 14,4 Prozent. Da die Rentenzahlungen aber früher beginnen, kann sich ein Vorbezug trotzdem rechnen.

Die Rente vorbeziehen können langjährig Versicherte, die mindestens 35 Jahre lang Beiträge in die Rentenversicherung eingezahlt haben. Zur Versicherungszeit gehören auch die sogenannten Anrechnungs- und Berücksichtigungszeiten, in denen z. B. aufgrund von Krankheit, Arbeitslosigkeit oder Kindererziehung keine Beiträge gezahlt wurden. Bei betrieblichen Renten sind die Möglichkeiten zum Vorbezug entsprechend anzufragen und zu prüfen.

Rentenabschläge mit freiwilligen Beiträgen ausgleichen

Mit freiwilligen Beiträgen an die Deutsche Rentenversicherung können Sie die Abschläge ausgleichen, die bei einem vorzeitigen Bezug der gesetzlichen Rente anfallen. Mit freiwilligen Beiträgen kaufen Sie

sich die benötigten Entgeltpunkte (siehe Tabelle auf der nächsten Seite). Sollten Sie sich anschließend entscheiden, die Rente doch nicht früher zu beziehen, fällt Ihr Rentenanspruch entsprechend höher aus.

Lange Zeit konnten Pflichtversicherte freiwillige Beiträge erst ab 55 und nur mit einer Einmalzahlung tätigen. Die Flexi-Rente bietet ihnen deutlich mehr Spielraum. Einzahlungen sind schon ab 50 und bis zur Regelaltersgrenze möglich. Außerdem können

Sie bis zu zwölf Zahlungen pro Jahr tätigen. Diese Flexibilität und der lange Zeitraum machen es wesentlich einfacher, selbst hohe Gesamtsummen in viele kleine Raten aufgeteilt einzuzahlen.

So berechnen Sie die benötigte Summe in drei Schritten

Ein Beispiel zeigt, wie man seinen persönlich benötigten Beitrag berechnet:

1. Herr Meier erwartet 1.500 Euro Rente. Er möchte drei Jahre früher in Rente gehen. Dafür muss er einen Abschlag von 10,8 Prozent in Kauf nehmen. Als Ausgleich muss er seinen Rentenanspruch um 162 Euro steigern.

2. Beim Rentenwert von 37,60 Euro (Wert seit 1. Juli 2023) benötigt er für 162 Euro Mehr-Rente 4,3 Entgeltpunkte.
3. Jeder Entgeltpunkt kostet derzeit 8.436,6 Euro (Berechnung siehe Grafik, Schritt 3). 4,3 Entgeltpunkte kosten Herrn Meier demnach 36.277 Euro.

### Wie viel kostet es, den Abschlag für drei Jahre Vorbezug auszugleichen?

Illustratives Beispiel; alle relevanten Werte der Rentenversicherung (West) 2023

#### Schritt 1: Die notwendige Mehr-Rente

Rente bei regulärem Renteneintritt	1.500 Euro
Abschlag bei drei Jahren Vorbezug 10,8 Prozent (0,3 Prozent × 36 Monate)	162 Euro
Notwendige Rente, um nach dem Abschlag das ursprüngliche Niveau zu erreichen	1.682 Euro

#### Schritt 2: Die notwendigen Entgeltpunkte<sup>1</sup>

162 Euro/37,60 Euro (aktueller Rentenwert)	4,3 Entgeltpunkte <sup>1</sup>
--	--------------------------------

#### Schritt 3: Die notwendige Ausgleichszahlung

4,3 Entgeltpunkte <sup>1</sup> × 8.436,6 Euro	36.277 Euro
45.358 Euro (vorläufiges Durchschnittsentgelt aller Versicherten) × 18,6 Prozent (Beitragssatz zur Rentenversicherung)	

<sup>1</sup> Entgeltpunkte repräsentieren die Rentenanwartschaft, die man sich mit seinen Beiträgen erkaufte  
Quelle: VZ VermögensZentrum

Abfindung: Vorsicht, hohe Steuern!

Manche Arbeitgeber zahlen Mitarbeitern, die vorzeitig in Rente gehen, eine Abfindung. Diese kann steuerlich mit der Fünftel-Regelung optimiert werden. Vereinfacht ausgedrückt wird die Summe durch fünf geteilt und die anschließend auf dieser reduzierten Basis ermittelte Steuerschuld wiederum mit fünf multipliziert. Dadurch fällt die Entlastung bei nied-

rigen Abfindungen sehr hoch aus. Wegen der Steuerprogression kann es zu beträchtlichen Steuerersparnissen kommen. Die tatsächliche Steuerbelastung hängt davon ab, wie hoch die Gesamteinkünfte im entsprechenden Veranlagungszeitraum sind.

**Tipp:** Mit einer guten Planung und in Absprache mit dem Arbeitgeber können Sie viel Geld sparen.

Finanzquellen zur Deckung der Einkommenslücken

Viele nutzen vorzeitig bezogene gesetzliche und betriebliche Renten, um ihre Einkommenslücken zu schließen. Auch Einmalzahlungen können dafür eingesetzt werden, wie Abfindungen, Auszahlungen von Kapitallebensversicherungen, Erbschaften und Schenkungen oder der Erlös aus dem Verkauf des eigenen Unternehmens. Darüber hinaus kommen weitere Finanzquellen infrage:

**Rürup-Rente (Basisrente), Riester-Rente oder private Rentenversicherung:** Der Auszahlungszeitpunkt oder Rentenbeginn ist vertraglich festgehalten. Prüfen Sie den frühestmöglichen Termin. Bei Riester- und Rürup-Renten ist ein Bezug ab 62 möglich, vor 2012 abgeschlossen auch ab 60.

**Renditeimmobilie (z. B. Mietwohnung, Ferienhaus oder Gewerbeflächen):** Die Mieterträge sind verlockend, doch die Kosten sind hoch. Die Nettorendite (nach Kosten, Abschreibungen und Rückstellungen) beträgt oft nur ein bis zwei Prozent.

**Erwerbstätigkeit:** Viele haben Teilzeitjobs oder sind freiberuflich tätig, beispielsweise als Berater. Seit 2023 wird der Hinzuverdienst von Frührentnern nicht mehr auf die Rente angerechnet. Steuerfrei sind zum Beispiel Tätigkeiten als Dozent, Trainer, Ausbilder, Erzieher oder Pfleger („Übungsleiterpauschale“ bis 3.000 Euro pro Jahr) und Ehrenämter bis 840 Euro pro Jahr.

**Wertpapier-Depot:** Das Anlagekapital wird breit gestreut in Wertpapiere investiert, wie Aktien und Anleihen. Trotz Wertschwankungen und Verlustrisiken bieten diese langfristig gute Renditechancen, Wertsteigerungspotenzial und zum Teil Dividenden.

**Substanzverbrauch:** Hierbei nimmt der Teil Ihres Vermögens, der für den geplanten Verbrauch vorgesehen ist, laufend ab. Das Einkommen beträgt zum Beispiel bei einer Verzehrphase von zehn Jahren jährlich elf bis 13 Prozent des Anfangskapitals.

Faktoren, welche die Höhe Ihres Ruhestandskapitals beeinflussen

Spätestens mit 50 sollten Sie herausfinden, wie viel Ruhestandskapital Sie bis zum geplanten Zeitpunkt Ihres vorgezogenen Ruhestands benötigen. Ein Teil der Summe lässt sich häufig mit erwarteten Geldern kompensieren, wie Abfindungen, Auszahlungen von Lebensversicherungen, Erbschaften oder Schenkungen. Und je mehr Zusatzeinkünfte Sie haben – wie Mieten, Kapitalerträge und (vorbezogene) Renten –, desto niedriger ist das benötigte Ruhestandskapital. Den Rest sparen Sie an.

Ihre monatliche Sparrate hängt von vielen individuellen Faktoren ab, vor allem:

- den Einnahmen und Ausgaben im Rentenalter,
- wie viel Kapital Sie haben und noch erwarten,
- ob Sie das Geld brauchen oder vererben wollen,
- wie viel eher Sie aufhören möchten zu arbeiten,
- wie viele Jahre Sie noch Zeit haben für den Kapitalaufbau (in der Regel 10–15 Jahre) und
- mit welcher Rendite das Kapital in der Anspar- und der Verzehrphase angelegt wird.

Wie Sie das Kapital für Ihren Ruhestand am besten aufbauen: in fünf Schritten

In fünf Schritten finden Sie heraus, wie viel Geld Sie benötigen, um Ihre Einkommenslücke im Rentenalter auszugleichen:

1. Wie viel brauche ich jeden Monat?
2. Was ist das Ziel: vererben oder verbrauchen?
3. Wie viel benötige ich und wie viel fehlt mir?
4. Wie viel muss ich jeden Monat sparen?
5. Wann kann ich aufhören zu arbeiten?

Fehlendes Vermögen für den Ruhestand sparen Sie am besten mit einem gut gemanagten Wertpapierdepot an. Optimal ist der Kapitalaufbau mit einer passgenauen, individuellen Lösung. Diese hängt vor allem ab von den persönlichen Zielen, dem Zeitrahmen, dem Risikoprofil sowie der steuerlichen und finanziellen Gesamtsituation. Hier empfiehlt sich eine umfassende, professionelle Analyse.

Was das VZ für Sie tun kann

Planen Sie Ihren Ruhestand mit den Expertinnen und Experten des VZ VermögensZentrums. Wir analysieren Ihre Situation und ermitteln Ihren Einkommensbedarf im Rentenalter. Das benötigte Vermögen bauen Sie mit effektiven Geldanlagen auf. Der kostenfreie Altersvorsorge-Check beim VZ zeigt Ihre Einkommenslücke, den Kapitalbedarf und die Spar-

raten ([www.vzde.com/altersvorsorge-check](http://www.vzde.com/altersvorsorge-check)). Mehr erfahren Sie auf den Vorträgen und in den Webinaren zu Altersvorsorge, Ruhestand und Geldanlagen. Oder vereinbaren Sie ein kostenfreies und unverbindliches Gespräch im VZ in Ihrer Nähe. Kontaktieren Sie unseren Hauptsitz unter Telefon 089 288 11 70 oder per E-Mail an [kontakt@vzde.com](mailto:kontakt@vzde.com).

Hier sind Sie gut beraten

Das VZ berät Privatpersonen und Firmen zu Ruhestand, Altersvorsorge, Geldanlagen und Nachlassplanung. Zudem sind wir als Vermögensverwalter tätig. Unsere Konzepte schaffen Gewissheit in allen finanziellen Fragen.

Als unabhängiger Berater und Vermögensverwalter unterstützen und begleiten wir ohne Zielkonflikt:

Wir haben keinen Vertrieb und keine eigenen Produkte. Ob Sie Ihr Vermögen bilden, vermehren oder neu strukturieren wollen – bei uns sind Sie an der richtigen Adresse.



**Tipp: Bleiben Sie zu diesem Thema regelmäßig und aktuell informiert:**  
[www.vzde.com/newsletter](http://www.vzde.com/newsletter)

#### VZ VermögensZentrum

[kontakt@vermoegenszentrum.de](mailto:kontakt@vermoegenszentrum.de)  
[www.vermoegenszentrum.de](http://www.vermoegenszentrum.de)

#### München

Maximiliansplatz 12, 80333 München, Tel. 089 288 11 70 (Hauptsitz)

#### Düsseldorf

Benrather Straße 12, 40213 Düsseldorf, Tel. 0211 54 00 56 00

#### Frankfurt/Main

Taunusanlage 17, 60325 Frankfurt am Main, Tel. 069 50 50 94 80

#### Lörrach

Tumringer Straße 191, 79539 Lörrach, Tel. 07621 951 40 50

#### Nürnberg

Königstraße 39, 90402 Nürnberg, Tel. 0911 881 88 90