

„Man müsste eine halbe Million Euro ansparen“

Interview Wer im Alter noch mindestens 20 Jahre gut leben möchte, braucht einen großen Kapitalstock, sagt der Augsburger Anlagefachmann Sandro Fetscher. Im Gespräch erklärt er, wie die Chancen dafür aussehen

Herr Fetscher, Oma Frieda hat ein Leben lang geschuftet und gespart. Und jetzt merkt sie im Alter, dass sie nur wenig Rente hat. Diesen Fall schildern Sie in Ihrem Buch. Was ist das schiefgelaufen?

Sandro Fetscher: Nach über 5000 Finanz-Beratungsgesprächen habe ich einen guten Überblick, wie die Leute finanziell denken. Bei rund 80 Prozent der Deutschen zeigt sich ein Muster: Wir sparen uns arm. Oma Frieda ist nur ein fiktives Beispiel. Es könnte auch die Familie von nebenan sein, egal. Manche Fehler wiederholen sich immer wieder. Beispiel Lebensversicherungen: Es gibt in Deutschland 90 Millionen Verträge. Ich kenne Handwerker, die zur Altersvorsorge über zehn Verträge abgeschlossen haben und dafür rund 1200 Euro im Monat einzahlen! Wenn man aber nachrechnet, was am Ende rauskommt, bekommt man das große Grausen.

Was ist so falsch an Lebensversicherungen?

Fetscher: Lebensversicherungen bündeln Altersvorsorge und eine Todesfallabsicherung. Viele denken, der gesamte eingezahlte Beitrag wird für die Altersvorsorge verzinst. Tatsächlich gibt es aber nur Zinsen auf den Sparanteil. Und der ist deutlich geringer als die Einzahlung. Nicht selten fallen bis zu 30 Prozent des eingezahlten Betrags für die Risikoabdeckung, für Abschluss- und Verwaltungskosten an. Am Ende ist die Auszahlung häufig nicht höher als der eingezahlte Betrag, wenn man die Inflation mit berücksichtigt. Eine Katastrophe!

Aber braucht man nicht eine Absicherung für den Todesfall?

Fetscher: Dies kann man separat viel günstiger versichern – mit einer reinen Risikolebensversicherung.

Was kann man denn besser machen als Oma Frieda?

Fetscher: Das größte Problem ist, dass viele Bundesbürger in finanziellen Dingen tatenlos bleiben. Sie trauen sich bei Finanzen wenig zu. Und den Beratern trauen sie auch nicht mehr. Überteuerte Versicherungen, geschlossene Beteiligungen und dergleichen mehr haben dazu geführt, dass die Leute keine Lust mehr haben, sich mit dem Thema zu beschäftigen. Die Finanzbildung ist aus meiner Sicht in Deutschland auf einem Tiefpunkt. Viele Leute verhalten sich heute passiver denn je und lassen ihr Geld auf dem Konto liegen, wo es keine Zinsen bringt. Obwohl sie wissen, dass sie das Thema anpacken müssten.

Was ist denn der häufigste Fehler der Geldanlage?

Fetscher: Viele nutzen zum Beispiel das Girokonto zur Geldanlage. An-



Pro 250 000 Euro Vermögen kann man im Alter 1000 Euro im Monat entnehmen, damit das Geld längere Zeit ausreicht, rechnet Finanzfachmann und Autor Sandro Fetscher vor. Er erklärt, wie man dem zumindest näherkommt. Foto: ag visuell, stock.adobe.com

genommen, Sie sparen 20 000 Euro auf dem Girokonto. Das Ziel der EZB ist eine Inflationsrate von zwei Prozent. Gefühlt sind es vielleicht eher drei Prozent, weil Lebensmittel, Tanken oder Wohnen stärker im Preis steigen. Nach 23 Jahren wären damit real noch 10 000 Euro da. Denn auf dem Girokonto gibt es null Prozent Zins. Auch die Zinsen auf dem Tagesgeldkonto sind zu gering, um die Inflation auszugleichen. In unserem Beispiel sind es rund 50 Euro, die jeden Monat die Toilette heruntergespült werden. Dieses gute Geld ist einfach weg.

Kommen wir zurück zu Oma Frieda... Wie viel Kapital muss man sparen, um im Alter gut leben zu können?

Fetscher: Über Rentenrechner lässt sich schnell checken, wie meine aktuelle Lage aussieht. Genauso wie die Leute ihren Urlaub planen oder ihren Autokauf, sollten die Leute einmal etwas Zeit für ihre Finanzplanung aufwenden. Dazu braucht man nicht einmal einen Berater. Die erste Frage, die sich jeder stellen sollte: Wird mein Einkommen im Ruhestand ausreichen? Das kann fast jeder mit Nein beantworten. Angenommen, Sie haben 2000 Euro Nettolohn und gehen morgen in den Ruhestand, dann bekommen Sie vielleicht nur noch 1000 Euro ge-

setzliche Rente. Die Lücke von 1000 Euro muss man irgendwo herbekommen. Dazu muss man den Inflationsausgleich berücksichtigen. Statt 1000 Euro braucht man in 25 bis 30 Jahren bei zwei bis drei Prozent Inflation also 2000 Euro. Für eine Entnahme von 2000 Euro im Monat muss man aber ungefähr eine halbe Million Euro angespart haben. Die Daumenregel lautet: Pro 250 000 Euro Vermögen kann man pro Monat gut 1000 Euro entnehmen, damit das Geld längere Zeit ausreicht.

Eine halbe Million ist viel Geld...

Fetscher: Ja, für die meisten ist es unvorstellbar viel Geld. Vor allem, weil wir nicht wissen, wie wir in der Nullzins-Welt solche Summen auf die Seite schaffen sollen.

Gibt es überhaupt eine Chance, trotzdem das Ziel zu erreichen?

Fetscher: Erst wer sein Zielvermögen – also das Fundament – kennt, kann den zweiten Schritt einleiten. Nämlich mit welchem monatlichen und einmaligen Betrag dieses Ziel erreicht werden kann. An diesem Punkt wird vielen erst klar, wo sie stehen und dass sie sich um die Geldanlage kümmern müssen.

Welches sind die Wege, einen Kapitalstock aufzubauen?

Fetscher: Die Leute brauchen ein Tagesgeldkonto mit zwei bis drei Monatsgehältern darauf als Sicherheit für überraschende Ausgaben. Und sie brauchen ein Depotkonto. Das aber haben aktuell nur 13 Prozent in Deutschland. In Augsburg zum Beispiel ist die Lage noch schlechter: Wir sind Schlusslicht in Bayern zusammen mit Hof. Wir haben vier Prozent Aktienbesitzquote und sieben Prozent Fondsbesitzquote. Unsere Nachbarn – die Münchner – haben dagegen 17 Prozent Aktienquote und 50 Prozent Fondsbesitzquote! Das Depotkonto sollte dann mit einer klaren Anlagestrategie mit entsprechendem Anlageprofil aus aktiv gemanagten Fonds oder Indexfonds, kurz ETFs, bestückt sein. Die Gebühren liegen bei gemanagten Fonds bei einhalb bis zwei Prozent pro Jahr, bei ETFs sind es zwischen 0,2 und 0,8 Prozent.

Was halten Sie denn von Immobilien? Viele stecken ja die 300 000 Euro, die sie angespart haben, in ein Haus...

Fetscher: Das wird kontrovers diskutiert. Die letzten Jahre hätte man nichts Besseres machen können und in Ballungsräumen zehn Prozent pro Jahr und mehr verdient. Im Bundesdurchschnitt ist Wohnraum in den letzten 30 Jahren nur knapp über der Inflationsrate an Wert gestiegen.

Erst die Nullzins-Politik der EZB hat den jüngsten Boom angefacht.

Wann glauben Sie, dass die Zinsen wieder steigen?

Fetscher: Die Antwort ist ganz klar: Nie! Zumindest, wenn wir über vier bis fünf Prozent reden. Wir werden sehr, sehr lange keine bis niedrige Zinsen haben. Ein Beispiel: Immobilienkäufer, die ihre Wohnung mit einem Kredit gekauft haben, könnten bei signifikantem Anstieg der Zinsen ihre Rate nicht mehr bedienen und würden die Immobilie an die Bank verlieren. Den Staaten geht es ähnlich: Deutschland könnte höhere Zinsen vertragen, Griechenland, Frankreich und Italien nicht. Keiner in Politik und Zentralbank will dieses Risiko eingehen. Wir bekommen wahrscheinlich japanische Verhältnisse. Japan ist im 23. Jahr der Nullzinspolitik. Vielleicht gibt es in Europa irgendwann Zinsen von plus/minus 0,5 Prozent. Aber vier oder fünf Prozent halte ich für absolut unwahrscheinlich.

Haben Sie nicht auch schon einmal Geld in Aktien verloren?

Fetscher: Ja sicher.

Das ist doch die Sorge vieler Anleger...

Fetscher: Das Problem ist, dass die meisten ohne Strategie arbeiten. Man versucht es – und macht seine Erfahrungen. Wichtig ist aber zu investieren, nicht kurzfristig zu spekulieren. Ein Beispiel dazu: Was wurde aus einem Dollar in den letzten 217 Jahren?

Was wurde daraus?

Fetscher: Ganze vier Cent, da die Inflation voll zugeschlagen hat. Jede Papierwährung tendiert Richtung null. Wer in Gold anlegte, hatte am Ende einen Gegenwert von vier Dollar, das entspricht einer Rendite von 0,6 Prozent pro Jahr. Am Geldmarkt – also mit Sparanlagen – wurden daraus über 200 Dollar, Anleihen brachten knapp 800 Dollar. Und in Aktien wurden daraus 1,5 Millionen Dollar – alles nach Inflation. Das entspricht der Rendite global agierender Unternehmen von knapp sieben Prozent. Als Aktionär wird man Teilhaber der Weltwirtschaft und bleibt nicht nur Konsument.

Interview: Michael Kerler

Sandro Fetscher, 40, ist Investmentexperte in Augsburg. Er hat 17 Jahre Erfahrung im Bereich Finanzen und studierte Betriebswirtschaft an der Fachhochschule Pforzheim. Von ihm stammt die Comic-Finanzgeschichte „Hilfe, wir sparen uns arm“, FBV, 16,99 Euro. Im September hält er Vorträge in Augsburg.



Geld & Leben kompakt

SOMMER

Insektenstich: Wann man zum Arzt muss

Wer von einer Mücke oder Wespe gestochen wird, muss in aller Regel nicht zum Arzt. Anders ist der Fall nur bei Allergikern, bei sehr heftigen Reaktionen des Körpers oder bei Insektenstichen im Mund- oder Rachenraum, heißt es in der *Neue Apotheken Illustrierte*. Denn Schwellungen dort können zu Atemnot führen. Ansonsten sollten Betroffene erst über einen Arztbesuch nachdenken, wenn der Stich länger als drei Tage stark schmerzt. Gleiches gilt, wenn man sich krank fühlt, die Lymphknoten anschwellen oder der Stich eitert: Diese Symptome können Anzeichen einer Entzündung sein. Vermeiden lassen sich Entzündungen, indem man sich nicht kratzt. Bestes Hausmittel gegen Insektenstiche ist Kälte, erklärt die Stiftung Gesundheitswissen: Bei Wespen- und Bienenstichen verhindert dies die Ausbreitung des Gifts. (dpa)

MOBILITÄT

Vor der ersten Fahrt mit dem E-Scooter üben

Vor der ersten Fahrt mit einem E-Tretroller sollten sich Benutzer unbedingt mit dem Gefährt vertraut machen. „Man sollte sich nicht sofort in den öffentlichen Verkehr begeben, sondern zunächst auf einem geschützten Platz üben“, rät Thomas Rohr, Zweiradexperte des TÜV Rheinland. Kurvenfahren, Bremsen, abruptes Ausweichen und Gas geben sollten Fahrer in Ruhe ausprobieren. „Selbst für geübte Radfahrer ist die Nutzung eines E-Scooters ein ganz neues Gefühl“, warnt Rohr. Wegen der kleinen Räder reagierten E-Scooter auf Bordsteinkanten, Bodenwellen und sonstige Unebenheiten anders als Fahrräder. Auch der schmalere Lenker sei gewöhnungsbedürftig. Aus Sicherheitsgründen sollten Fahrer einen Helm tragen. (dpa)



Eine Fahrt mit dem E-Scooter sollte geübt werden, bevor man sich in den Verkehr begibt. Foto: Silvio Wyszengrad

Telefontarife Mo-Fr

Günstige Anbieter im Call by Call

Ortsgespräche	Zeit	Anbieter	Vorwahl	Ct./Min.
0-7	Sparcall	01028	01028	0,10
		01052	01052	0,92
7-12	Sparcall	01097	01097	1,55
		01028	01028	1,66
12-18	Sparcall	01028	01028	1,66
		01097	01097	1,67
		Tellmio	01038	1,69
18-19	Sparcall	01097	01097	1,45
		01028	01028	1,66
19-24	Tele2	01052	01052	0,92
		01013	01013	0,94
Ferngespräche Inland	Star79	01079	01079	1,49

Ferngespräche Inland	Zeit	Anbieter	Vorwahl	Ct./Min.
0-7	Sparcall	01028	01028	0,10
		01088	01088	0,52
7-8	3U	01078	01078	0,66
		01011	01011	0,52
		01078	01078	0,66
8-18	3U	01012	01012	0,73
		01012	01012	0,73
		01078	01078	1,23
		01098	01098	1,24
18-19	Priotel	01068	01068	1,34
		01011	01011	0,52
		01078	01078	0,66
19-24	3U	01012	01012	0,73
		01068	01068	0,79
		01078	01078	0,66
		01012	01012	0,73
Festnetz zum deutschen Mobilfunk	Priotel	01068	01068	0,79
		01098	01098	0,92

Alle Anbieter mit Tarifsangabe; Abrechnung im 60s-Takt. Nutzung nur von einem Festnetzanschluss der Dt. Telekom möglich. Angaben ohne Gewähr
Quelle: biajlo.de 04.07.2019

Warum alle wieder Essen vorkochen und wie das geht

Haushalt „Ich koche vor“, klingt spießig. Und doch ist es ein Trend, die Mahlzeiten für die ganze Woche vorzubereiten

Bonn Die Vorteile liegen auf der Hand: Nie mehr abends noch in den Supermarkt, kein fettiges Kantinenessen mehr – stattdessen sonntags etwas mehr Zeit investieren, und dann die ganze Woche genießen. Das hieß mal Vorkochen und existiert als Idee spätestens seit dem Siegeszug der Mikrowelle. Neu ist die Idee also nicht. Und doch feiert sie gerade wieder ihre Auferstehung, unter dem Namen „Meal Prep“.

Nur ein neuer Name? Oder mehr? „Im Prinzip ist es das Vorkochen, das Oma schon gemacht hat“, sagt Kochbuch-Autorin Inga Pfannebecker. Aber eben nur im Prinzip: Ein wichtiger Bestandteil des neuen Vorkochens ist zum Beispiel der To-Go-Gedanke – also am Sonntag schon die gesunde Büromittagspause für Dienstag vorzubereiten. „Das haben die Großeltern natürlich eher nicht gemacht.“

Zudem stehen meistens Ausgewogenheit und Abwechslung im

Mittelpunkt. „Früher war das klassische Vorkochen eher, mehr von einem Gericht zu kochen und das dann über zwei bis drei Tage verteilt zu essen“, erklärt Veronika Pichl, die ein Buch über den Ernährungstrend geschrieben hat. „Die Weiterentwicklung ist jetzt, das abwechslungsreich immer neu zusammenzustellen.“ Vor allem Grundzutaten – Nudeln, Quinoa oder Süßkartoffeln, auch manches Gemüse oder gebratenes Fleisch – lassen sich so immer anders und neu verwenden.

Diese Idee steht auch für Andrea Martens im Mittelpunkt des neuen Vorkochens. „Es geht nicht darum, für jeden Tag komplett was Neues zu kochen“, sagt sie. „Das muss ein Baukastensystem sein.“ In ihrem Buch „Alles schön vorbereitet“ zeigt sie dafür Beispiele: Gebeizter Lachs etwa landet da erst auf Pasta, dann in Pfannkuchen-Rollen. Pulled Pork ist erst das Sonntags-Fest-

mahl und taucht dann dienstags noch mal in einem Burger auf.

Die Frage ist nur: Warum? Dafür nennen die Expertinnen gleich mehrere Gründe, allen voran die Sparsamkeit. Am Wochenende kostet die Methode zwar erst einmal Zeit. Samstags wird geplant und eingekauft, sonntags gekocht. Ein paar Stunden sollte man dafür schon einplanen, da sind sich die Profi-Prepper einig. Ein halber Tag muss es aber eigentlich nicht sein.

Unter der Woche geht es dafür deutlich schneller: Nur noch aufwärmen und genießen, dafür weniger Einkäufe und kleinere Geschirrberge. Und Geld spart man auch noch: „Weil man sehr genau plant“, sagt Pichl. „So hat man mehr Kontrolle darüber, was man wirklich braucht und muss nicht so viel wegschmeißen.“ Größere Lebensmittel-Mengen sind zudem oft günstiger als Single-Portionen.

Das Thema Kontrolle spielt auch

beim zweiten Vorteil von Meal Prep eine Rolle. „Wenn wir vorkochen, wissen wir, was drin ist“, sagt Pichl. „Bei Fertiggerichten oder in der Kantine wissen wir es nicht.“ Davon profitieren vor allem Kalorienzähler oder Menschen mit Allergien und Unverträglichkeiten. Deshalb passt das moderne Vorkochen auch gut zu



Inga Pfannebecker kennt sich im Vorkochen gut aus. Foto: Maja Smend, dpa

Ernährungskonzepten wie „Clean Eating“. Dabei geht es darum, möglichst nur naturbelassene und unverarbeitete Lebensmittel zu essen. Und das fällt mit Meal Prep leichter: „Der Vorteil ist, dass man dran bleibt“, sagt Food-Bloggerin Julia McCoy. „Man isst ja eher vier, fünf oder sechs Mahlzeiten am Tag mit Clean Eating, also auch die Snacks zwischendurch.“

Aber längst nicht jedes Lebensmittel ist fürs Vorkochen geeignet. „Kohlenhydrathaltige Beilagen lassen sich gut vorbereiten, proteinhaltige Sachen oft auch“, sagt Pfannebecker. Schwierig wird es bei frischem Fisch – da müssen Räucherlachs oder Thunfisch aus der Dose her. „Obst und Gemüse dagegen sollte man möglichst frisch zubereiten, aufgeschnitten verliert es doch viel an Vitaminen.“ Eine Ladung Gemüse aus dem Ofen ist aber auch zwei Tage später noch gut und lecker. Tobias Hanraths, dpa