

Geldbewusst durchs Leben.

Fürs Alter  
vorausplanen



## Inhaltsverzeichnis

Der Blick in die Zukunft.....	4
Altersarmut: Warum sind vor allem Frauen betroffen?.....	7
Welche psychologischen Hürden erschweren die Altersvorsorge?.....	8
Welche Möglichkeiten der Altersvorsorge gibt es?.....	10
Das staatliche Pensionssystem.....	10
Die staatliche Pension auf einen Blick.....	10
In vier Schritten zu einem klareren Bild der eigenen Pension .....	11
Das betriebliche Pensionssystem .....	12
Abfertigung Neu .....	12
Betriebliche Pensionskasse .....	12
Zukunftssicherung.....	13
Private Vorsorgemöglichkeiten .....	13
Zusätzliche Einzahlungen in das staatliche System.....	14
Private Pensionsversicherungen und Lebensversicherungen.....	14
Investitionen am Kapitalmarkt.....	15



### **Hinweis:**

In dieser Broschüre werden Sie geduzt. Wir hoffen, das ist in Ordnung für Sie.

Diese Broschüre soll als Erstinformation dienen. Bei individuellen Fragen stehen dir die Expert\*innen von Bildung & Beratung Geldleben sowie die in der Broschüre angeführten Beratungsstellen zur Verfügung.

Selbstverständlich sind alle Inhalte dieser Broschüre sorgfältig recherchiert. Wir bitten aber zu berücksichtigen, dass sich gesetzliche Vorgaben, Beihilfen etc. immer wieder ändern können. Aus diesem Grund können wir die Aktualität und Vollständigkeit der beinhalteten Informationen nicht garantieren.

Wir weisen außerdem darauf hin, dass Bildung & Beratung Geldleben keine Anlageberatung i. S. d. WAG 2018 anbietet.

**Tipp:** Per Klick auf die unterstrichenen Text-Teile gelangst du direkt zur entsprechenden Website.

### **Zeichenerklärung:**



Dieses Symbol verweist auf eine Website oder ein Online-Tool. Am Ende dieser Broschüre findest du eine Adresse und einen QR-Code, über die du auf alle Ressourcen zugreifen kannst.



Dieses Zeichen zeigt an, dass es zu diesem Thema weitere Angebote von Bildung & Beratung Geldleben gibt.

**Achtung:** Wenn in diesem Folder über Pensionen gesprochen wird, geht es immer um die Alterspension, also um jenes Geld, das man im Alter vom Staat anstelle des Lohns bzw. Gehalts bekommt. Pensionen, auf die man in anderen Lebenssituationen Anspruch hat, werden hier nicht thematisiert.

### **Impressum**

Three Coins - Verein zur Förderung von finanzieller Bildung  
Lichtensteinstraße 25/DG, 1090 Wien, Österreich  
ZVR-Zahl: 477945884, Tel: +43 681 811 351 37, E-Mail: info@threecoins.org

### **Vereinszweck**

Der Verein, dessen Tätigkeit nicht auf Gewinn gerichtet ist, bezweckt die Förderung des verantwortungsvollen Umgangs mit Geld und die dadurch zu erreichende verminderte Ver- und Überschuldung von Privathaushalten. Für den Inhalt verantwortlich: Goran Maric, BSc (WU), Lichtensteinstraße 25/DG, 1090 Wien, info@threecoins.org

## Der Blick in die Zukunft


Die wenigsten Menschen denken gerne übers Altwerden nach. Das Thema Altersvorsorge löst häufig Stress, Sorgen und Unsicherheit aus. Um diese Barriere zu überwinden, ist es hilfreich, sich dem Thema über einen anderen Blickwinkel anzunähern:

Mache dir Gedanken darüber, wie du im Alter leben möchtest. Ein klares Bild des eigenen Ichs im Alter hilft dabei, diese Lebensphase zu visualisieren. Das motiviert dich dazu, Schritte in Richtung Altersvorsorge zu setzen. Außerdem hängt von dieser Vorstellung maßgeblich ab, wie viel Geld du später brauchen wirst.

### Die folgenden Fragen können dir dabei helfen:

- In welcher Umgebung möchte ich in der Pension leben? In der Stadt oder am Land? Haus oder Wohnung? Alleine oder mit jemandem zusammen?
- Wie möchte ich meine Freizeit gestalten?
- Welche Wünsche möchte ich mir in der Pension erfüllen?
- Brauche ich Unterstützung bei der Alltagsbewältigung? Wie möchte ich unterstützt bzw. im Fall der Fälle gepflegt werden?

Halte deine Gedanken dazu gleich hier fest:



## Warum sollte ich jetzt schon an die Zukunft denken?

Dafür gibt es aktuell viele Gründe:

### 1. Geld verliert an Wert.

Niedrige Zinsen gepaart mit hoher Inflation führen dazu, dass das Geld an Wert verliert, wenn es am Konto liegen bleibt. Jahrzehntlang bewährte Finanzprodukte wie das Sparbuch sind für den Vermögensaufbau aktuell nicht mehr geeignet.

### 2. Unsere Gesellschaft altert.

Das führt dazu, dass das Verhältnis zwischen Menschen in Pension und Menschen in Erwerbstätigkeit nicht mehr ausgeglichen ist. Als unser heutiges Pensionssystem in den 1970er Jahren ausgearbeitet wurde, kamen auf eine Person in Pension noch 2,5 Erwerbstätige. Im Jahr 2070 werden es nur noch 1,25 erwerbstätige Personen sein. Das bedeutet eine hohe Belastung für das Pensionssystem und verursacht Unsicherheiten in Bezug auf die Höhe der staatlichen Pension.

### 3. Die Bedürfnisse verändern sich.

Unsere Lebenserwartung steigt zwar kontinuierlich, wir sind deswegen aber nicht automatisch länger gesund. Pflege und Betreuung im Alter gehen mit hohen Kosten einher. Daher haben wir im Alter häufig einen höheren finanziellen Bedarf.



### Welche Risikofaktoren gibt es in Bezug auf die Altersvorsorge?

Wenn einer oder mehrere der folgenden Sätze auf deine Lebenssituation zutreffen, ist möglicherweise besonderer Handlungsbedarf für die Altersvorsorge gegeben:

- Ich arbeite in Teilzeit oder habe lange in Teilzeit gearbeitet.
- Ich war länger arbeitslos.
- Ich habe im Ausland gearbeitet.
- Mein Gehalt variiert stark.
- Ich bin oder war Saisonarbeiter\*in.
- Ich habe Elternkarenz in Anspruch genommen.
- Nicht alle meine Versicherungszeiten wurden im Pensionskonto erfasst.

All diese Umstände führen dazu, dass wenig oder gar kein Geld auf das staatliche Pensionskonto eingezahlt wird. Dabei gilt: Je weniger Versicherungszeiten aufgebracht werden und je weniger in das Pensionssystem eingezahlt wird, desto geringer fällt am Ende die Pension aus.

Falls du einen oder mehrere dieser Punkte mit „Trifft für mich zu“ beantwortet hast und mehr erfahren möchtest, kannst du dich gerne an die Expert\*innen von Bildung & Beratung Geldleben wenden.


**Gut zu wissen:** Die Auswirkungen von Teilzeitarbeit bzw. Erwerbsunterbrechung auf die Pension können nach Angaben des Bundeskanzleramts grob folgendermaßen berechnet werden:

- Ein Jahr Teilzeit = 1 % weniger Pension
- Ein Jahr Berufsunterbrechung = 2 % weniger Pension




## Altersarmut: Warum sind vor allem Frauen betroffen?

Im Jahr 2021 waren in Österreich laut Statistik Austria waren 2023 30 % der alleinlebenden Frauen in Pension armuts- oder ausgrenzungsgefährdet. Bei alleinlebenden Männern sind es 18 %, in Mehrpersonen-Haushalten immer noch 12 % (beider Geschlechter), die am oder unter dem Existenzminimum leben. Die Gründe dafür sind vielfältig. Unter anderem spielt das System der „lebenslangen Durchrechnung“ eine Rolle, durch die auch schlecht bezahlte Erwerbszeiten, Phasen der Arbeitslosigkeit oder andere Nicht-Erwerbszeiten in die Pensionsberechnung miteinbezogen werden.


**Gut zu wissen:** Die durchschnittliche Alterspension beträgt derzeit 1.409 € brutto bei Frauen und 2.374 € brutto bei Männern  ([Statistik Austria, Stand 2023](#)). Der Gender Pension Gap beträgt damit rund 41 %. Das bedeutet, dass Frauen im Durchschnitt 41% weniger Pension als Männer erhalten. Die Differenz des letzten Nettogehalts zur Nettopension beträgt bei Frauen im Durchschnitt schockierende 52 % (Babos 2022).



In Österreich gibt es keine Mindestpension. Es besteht aber ein Anspruch auf eine  [Ausgleichszulage](#), wenn der Pensionsanspruch unter einem Schwellenwert liegt. 2024 beträgt der Richtsatz für Alleinstehende 1.217,96 €, für Ehepaare sowie Paare in eingetragener Partnerschaft 1.921,46 €. Dieser Betrag liegt allerdings deutlich unter der Armutsgefährdungsschwelle (2024: 1.572 €).



### Pensionssplitting

Ein Weg, um die Altersarmut von Frauen zu entschärfen, ist das  [freiwillige Pensionssplitting](#). Das bedeutet, dass derjenige Elternteil, der ein höheres Einkommen hat, freiwillig einen Teil seiner Pensionskontogutschriften an denjenigen Elternteil abgibt, der sich überwiegend um Pflege und Betreuung der gemeinsamen Kinder kümmert. So wird das Pensionskonto der Person aufgebessert, die Nachteile aufgrund der Kindererziehungszeiten in Kauf nehmen muss.

Das Pensionssplitting kann höchstens für die ersten sieben Lebensjahre des Kindes beantragt werden. Der gemeinsame Antrag der Eltern muss spätestens bis zum 10. Geburtstag des jüngsten Kindes gestellt werden. Das vereinbarte Splitting kann später – z. B. im Fall einer Scheidung oder bei Arbeitsunfähigkeit der übertragenden Partner\*innen – nicht mehr rückgängig gemacht werden. Der Antrag kann beim zuständigen Pensionsversicherungsträger eingebracht werden.

**Gut zu wissen:** Strukturelle Veränderungen sind notwendig, um Altersarmut zu bekämpfen. Wirkungsvolle Maßnahmen sind unter anderem Lohntransparenz, die Aufwertung von weiblich dominierten Branchen, die Förderung flexibler Arbeitszeitmodelle sowie eine verpflichtende Aufteilung von Sorgearbeit. Gleichzeitig gilt: Jede Person sollte sich frühzeitig um die eigene Altersvorsorge kümmern, um das Risiko individuell zu reduzieren.



## Welche psychologischen Hürden erschweren die Altersvorsorge?

Die meisten von uns spüren es deutlich: Wir beschäftigen uns nicht gerne mit dem Thema Altersvorsorge. Dafür verantwortlich sind unter anderem psychologische Hürden – also die Programmierung unseres Gehirns.

Um diese Hürden erfolgreich zu überwinden, ist es wichtig, sich ihrer bewusst zu sein und entsprechende Strategien zu entwickeln.



Eine Hürde, die uns die Altersvorsorge schwer macht, ist unsere Tendenz zur **Selbstüberschätzung**: Menschen sehen ihre Zukunft häufig durch die rosarote Brille. Wir haben oft unrealistische Erwartungen an die Zukunft und blenden mögliche negative Ereignisse aus. Aber für die meisten von uns ist das Leben leider nicht nur rosig, sondern hält auch den einen oder anderen Regentag bereit. Das betrifft auch die Altersvorsorge: „Es wird schon irgendwie reichen“ ist hier kein passendes Motto. Es ist wichtig, bereits frühzeitig an die Altersvorsorge zu denken, anstatt das Problem erst anzugehen, wenn man „später mal mehr verdient“. Je früher du handelst, desto entspannter ist das Leben im Alter!

Außerdem steht uns eine Hürde namens **Present Bias** im Weg. Das bedeutet: Unser aktuelles Ich steht uns immer näher als unser zukünftiges Ich – es fällt uns daher schwer, mit unserem Zukunfts-Ich empathisch zu sein. Wir geben uns also lieber mit einer kleineren sofortigen Belohnung oder Geldsumme zufrieden als auf eine größere zukünftige Belohnung zu warten. Das betrifft auch unsere Spar- und Vorsorgegewohnheiten. Versuche daher, bei deinen Geldentscheidungen auch an dein Zukunfts-Ich zu denken. Ein möglichst klares Bild deines Lebens im Alter hilft dir dabei.

**Tipp:** Wenn es dir schwerfällt, dir dein Leben im Alter vorzustellen, kann ein virtueller Trick Abhilfe schaffen. Es gibt Apps, mit denen man sich selbst „altern“ lassen kann – du lädst ein Foto von dir hoch und siehst dann, wie du als alte Person aussehen würdest. Studien haben gezeigt, dass das dabei hilft, mit unserem Zukunfts-Ich empathischer und verbundener zu sein (Hershfield et al. 2011).



## Welche Möglichkeiten der Altersvorsorge gibt es?

Die Altersvorsorge in Österreich besteht aus drei Säulen:

1. Die **gesetzliche Altersvorsorge** bzw. die staatliche Pension stellt die grundlegende finanzielle Absicherung im Alter sicher.

2. Die **betriebliche Altersvorsorge** wird von manchen Arbeitgeber\*innen angeboten und ist eine sinnvolle Ergänzung zur gesetzlich verankerten Pension.

3. Die **private Altersvorsorge** kann zusätzlich zur Beibehaltung des gewohnten Lebensstandards nach der Erwerbstätigkeit beitragen.

### Das staatliche Pensionssystem




In der gesetzlichen Pensionsversicherung in Österreich sind alle Erwerbstätigen, die über der Geringfügigkeitsgrenze verdienen, automatisch pflichtversichert. Das Ziel ist die finanzielle Absicherung nach Beendigung der Erwerbstätigkeit.


Das Pensionssystem in Österreich basiert auf dem sogenannten Umlageverfahren. Das bedeutet, dass die Pensionsbeiträge der aktuell erwerbstätigen Menschen direkt an die derzeitigen Pensionist\*innen ausbezahlt werden. Die Beitragsgelder werden nicht veranlagt und sind somit keinem Spekulations- und Verlustrisiko unterworfen.

#### Die wichtigsten Infos zur staatlichen Pension auf einen Blick


- Alle Menschen, deren Lohn/Gehalt die Geringfügigkeitsgrenze übersteigt, sind automatisch pensionsversichert und zahlen Beiträge.
- Pro Kalenderjahr werden 1,78 % (Stand: 2025) der Beitragsgrundlagen dem eigenen Pensionskonto gutgeschrieben. Das nennt man Teilgutschrift.
- Alle diese Teilgutschriften zusammen ergeben die Gesamtgutschrift. Die Höhe der Alterspension hängt also direkt von der Höhe des persönlichen Bruttoeinkommens ab.

Das aktuelle Pensionsantrittsalter in Österreich liegt für Männer bei 65 Jahren, für Frauen wird es seit dem 1. Jänner 2024 stufenweise angehoben, und zwar um jeweils sechs Monate pro Jahr. Ab dem Jahr 2033 können auch Frauen erst mit 65 Jahren in Pension gehen, wenn sie keine Abzüge in Kauf nehmen wollen.



Die Pensionshöhe hängt davon ab, wie viele Jahre man gearbeitet hat, wie hoch der Lohn bzw. das Gehalt war und ob weitere Versicherungszeiten außerhalb der Erwerbstätigkeit (z. B.  [Kindererziehungszeiten](#)) berücksichtigt werden oder spezielle Pensionsregelungen (wie die  „[Hacklerregelung](#)“ oder die  [Korridor pension](#)) zur Anwendung kommen.

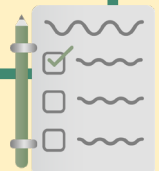
**Tipp:** Um herauszufinden, wie hoch deine Pension einmal sein wird, gibt der  [Pensionskontorechner](#) einen guten Überblick. Dort kannst du sehen, wann du in Pension gehen kannst und wie hoch deine eigene Pension ungefähr sein wird.



Außerdem kannst du in deinem persönlichen  [Pensionskonto](#) nachsehen, wie viele Versicherungsmonate du schon erworben hast und wie hoch der aktuelle Stand deiner Pension ist.

### In vier Schritten zu einem klareren Bild der eigenen Pension

1. Mache dich mit deinem  [Pensionskonto](#) vertraut.
2. Berechne deine voraussichtliche Pensionshöhe mit dem  [Pensionskontorechner](#).
3. Berücksichtige auch die betriebliche und private Altersvorsorge.
4. Kontrolliere Versicherungszeiten und Pensionsansprüche.



## Das betriebliche Pensionssystem

Die betriebliche Altersvorsorge ist die zweite Säule des österreichischen Pensionssystems und eine sinnvolle Ergänzung zur staatlichen Pension. Unter diesem Begriff werden alle Vorsorgemaßnahmen zusammengefasst, die Arbeitgeber\*innen für ihre Arbeitnehmer\*innen leisten (können):

### Abfertigung Neu

Das System der Abfertigung Neu ist eine gesetzliche Vorgabe. Arbeitgeber\*innen sind dazu verpflichtet, jeden Monat 1,53 % des Bruttogehalts in eine betriebliche Vorsorgekasse zu überweisen. Diese Regelung gilt für alle Dienstverhältnisse, die nach dem 1.1.2003 begonnen haben.

Wird ein Dienstverhältnis einvernehmlich beendet, besteht der Anspruch auf Auszahlung der Abfertigung. In den meisten Fällen wird diese aber bis zur Pension mitgenommen. Bei einer Selbstkündigung (also der Kündigung durch den\*die Arbeitnehmer\*in) besteht kein Anspruch auf Auszahlung der Abfertigung, die Ansprüche werden zur nächsten Anstellung mitgenommen.

**Achtung:** Die Pflicht zur Einzahlung in diese betriebliche Vorsorgekasse umfasst nicht alle Dienstverhältnisse. Frage bei deiner Arbeitsstelle, bei deinem Betriebsrat (sofern vorhanden) oder bei der Arbeiterkammer nach, ob auf Basis deines Dienstvertrages die Einzahlung in eine betriebliche Vorsorgekasse gesetzlich vorgesehen ist.

### Betriebliche Pensionskasse

Die Pensionskasse ist eine freiwillige Option der betrieblichen Altersvorsorge. Arbeitgeber\*innen können in eine betriebliche Pensionskasse einzahlen und damit für Mitarbeiter\*innen Geld ansparen. Die Einzahlung der Beiträge bringt Arbeitgeber\*innen steuerliche Vorteile, weil die Beiträge sozialversicherungs- und lohnsteuerfrei sind.

Die eingezahlten Beträge werden später als Betriebspension direkt von der Pensionskasse zusätzlich zur staatlichen Pension ausbezahlt. Diese Auszahlung der Pension an die Arbeitnehmer\*innen muss allerdings versteuert werden.

### Zukunftssicherung

Die sogenannte Zukunftssicherung – auch 25-Euro-Polizze genannt – ist ebenfalls eine Form der freiwilligen betrieblichen Altersvorsorge. Arbeitgeber\*innen zahlen dabei einen monatlichen Betrag in eine spezifische Vorsorgekasse. Dieser Betrag wird später zusätzlich zur staatlichen Pension ausbezahlt. Bis zu 300 € jährlich ist dieser Betrag sowohl für Arbeitnehmer\*innen als auch für Arbeitgeber\*innen komplett steuerfrei. Die Zukunftssicherung wird daher gerne auch für steueroptimierte Gehaltserhöhungen verwendet.



Weitere Informationen zur betrieblichen Altersvorsorge findest du bei der [!\[\]\(74d4806277d7e73349d8e8c0897931e9\_img.jpg\) Arbeiterkammer](#).

### Private Vorsorgemöglichkeiten

Als Sozialstaat ist Österreich dazu verpflichtet, eine staatliche Pension an alle Menschen auszubezahlen, die die entsprechenden Kriterien erfüllen. Die staatliche Pension hat zum Ziel, die Grundbedürfnisse von Menschen nach ihrer Pensionierung zu decken. Allerdings steigt mit immer höherer Lebenserwartung auch der Druck auf das Pensionssystem.


**Gut zu wissen:** Prognosen gehen davon aus, dass die Lücke zwischen dem letzten Gehalt vor der Pensionierung und der staatlichen Pension in Zukunft größer wird. Es kann also schwieriger werden, den gewohnten Lebensstandard zu halten. Umso wichtiger ist es, sich so früh wie möglich um die Altersvorsorge zu kümmern.




Um sich für die Pension zusätzlich abzusichern, hat jede\*r die Möglichkeit, privat fürs Alter vorzusorgen. Dafür gibt es unterschiedliche Möglichkeiten:

### **Zusätzliche Einzahlungen in das staatliche System**

Eine Variante der privaten Altersvorsorge ist es, die staatliche Pension durch zusätzliche Einzahlungen aufzubessern.


- Für Schul- und Studienzeiten können nachträglich Versicherungszeiten nachgekauft werden.
- In Zeiten, in denen kein Pflichtbeitrag eingezahlt wird, besteht die Möglichkeit zur Selbstversicherung oder freiwilligen Weiterversicherung.
- Sind die eigenen Pensionsbeiträge aufgrund von geringem Einkommen eher niedrig, besteht außerdem die Möglichkeit der  [freiwilligen Höherversicherung](#). Diese Option bietet viel Sicherheit, da die Einzahlungen in das staatliche Pensionssystem erfolgen und ein Zahlungsausfall oder Totalverlust damit extrem unwahrscheinlich sind. Allerdings werden die Einzahlungen nicht veranlagt, die Berechnung ist komplex und der Ertrag macht sich bei später Einzahlung erst nach vielen Pensionsjahren bezahlt. **Achtung:** Eine freiwillige Höherversicherung ist nicht sinnvoll, wenn man eine Pension erwartet, die unter der Ausgleichszulage liegt.

### **Private Pensionsversicherungen und Lebensversicherungen**

**Private Pensionsversicherungen** werden in unterschiedlichen Formen von Versicherungen und Banken angeboten. Dabei ist vor allem darauf zu achten, wie hoch Rendite und Garantien wirklich sind.  Laut der [Arbeiterkammer](#) ist das garantierte Kapital am Ende der Prämienzahlungsdauer fast durchwegs geringer als die Summe der einbezahlten Prämien.

**Lebensversicherungen** können als Absicherung für die Hinterbliebenen im Todesfall dienen, aber auch als Pensionsvorsorge eingesetzt werden. Lebensversicherung ist also nicht gleich Lebensversicherung. Es gilt, bei Angeboten genau hinzuschauen:


- Handelt es sich um eine **Er- und Ablebensversicherung**? Dann gibt es Geld nach einer bestimmten Laufzeit (Erleben) – oder eben im Todesfall (Ableben).
- Handelt es sich um eine **Ablebensversicherung**? Dann ist es eine reine Risikoversicherung, die nur im Todesfall der versicherten Person eine vertraglich fixierte Summe ausschüttet.

Die  [Arbeiterkammer](#) gibt Tipps zum Abschluss von Lebensversicherungen und klärt über Vor- und Nachteile auf.

### Investitionen am Kapitalmarkt

Investitionen am Kapitalmarkt bieten derzeit sehr gute Aussichten für den Vermögensaufbau über einen längeren Zeitraum. Aufgrund eines breiten Angebots einfach verständlicher Produkte und der Option, auch mit geringen Beiträgen zu investieren, ist der Zugang zum Kapitalmarkt in der heutigen Zeit so barrierefrei wie noch nie.

Kapitalmarktprodukte sind jedoch auch mit mehr Risiko verbunden als zusätzliche Einzahlungen oder eine Lebensversicherung. Dieser Schritt erfordert daher viel Wissen und eine gewisse Risikobereitschaft.

**Tip:** Wenn du mehr Informationen zum Investieren am Kapitalmarkt möchtest, melde dich bei den Expert\*innen von Bildung & Beratung Geldleben oder schau in die  Broschüre „**Finanzielle Ziele setzen und erreichen**“.





## Sprich uns an!

Bei weiteren Fragen und Anliegen kannst du dich gerne an die Expert\*innen von Bildung & Beratung Geldleben wenden.

Wir freuen uns auch über Feedback:

[info@geldleben.at](mailto:info@geldleben.at)

## Standorte & Kontakte

### Wien

Nußdorfer Straße 27  
1090 Wien  
[wien@geldleben.at](mailto:wien@geldleben.at)

### Graz

Sackstraße 36  
8010 Graz  
[graz@geldleben.at](mailto:graz@geldleben.at)

Telefonisch erreichbar unter: 0720 303004



[www.geldleben.at](http://www.geldleben.at)

Stand: Jänner 2025



gefördert aus Mitteln des  
Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz