



ÜBERGANG IN DEN RUHESTAND

VAA *Verband Angestellter Akademiker*

VORWORT

Mit dem Eintritt in den Ruhestand beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Neue Herausforderungen, unendliche Freizeit – das sind die positiven Schlagworte. Viele Betroffene quälen aber auch die Zweifel: Der bisherige Tagesablauf ändert sich schlagartig. War die Arbeit bislang nicht der Lebensinhalt? Bis zum letzten Arbeitstag mit Volldampf im Job, zehn bis zwölf Stunden Arbeit am Tag, da bleibt wenig Zeit sich Gedanken über die Zukunft im Ruhestand zu machen. Und häufig erfolgt der Eintritt in den Ruhestand eher als erwartet, zum Beispiel durch Frühpensionierung aufgrund von Umstrukturierungen beim Arbeitgeber.

Die Kommission 60plus im VAA möchte die Thematik „Übergang in den Ruhestand“ mit dieser Broschüre vertiefen. Unter den Mitgliedern der Kommission sind viele, die selbst den Übergang in den Ruhestand bereits erlebt haben und somit ihre Erfahrung einbringen konnten.

Otto L. Quadbeck, pensionierter Bankdirektor, hat sich wissenschaftlich im Rahmen seines im Ruhestand absolvierten Studiums mit psychischen Problemen von Führungskräften im Ruhestand beschäftigt: Seine Erkenntnisse finden Sie gleich zu Beginn der Broschüre.

In einem weiteren Teil berichten pensionierte VAA-Mitglieder, wie sie ihren sogenannten dritten Lebensabschnitt gestalten. Sei es ein Studium im Alter, die Beschäftigung mit EDV und neuen Medien, ehrenamtliches Engagement zugunsten von Jugendlichen oder bei den Tafeln: Die aufgeführten Beispiele sind vielfältig und interessant zugleich. Eine Darstellung zur Finanz- und Vermögensplanung, sowie umfassende Ausführungen zum Thema Steuern im Ruhestand liefern praktische Hinweise in monetärer Hinsicht.

In dem Artikel Impressionen zum Erbrecht werden grundlegende Überlegungen zum Erben und Vererben aufgezeigt.

Denkanstöße geben sicherlich die zahlreichen Internetadressen, die insbesondere Möglichkeiten des ehrenamtlichen Engagements aufzeigen. Lassen Sie sich von den Beispielen und Tipps inspirieren.

Dezember 2020

In dieser Broschüre wird aus Gründen der Lesbarkeit und Verständlichkeit das generische Maskulinum verwendet. Damit sind jedoch grundsätzlich alle Geschlechter und Geschlechtsidentitäten gemeint.

INHALT

Die Leere nach der Pensionierung: Interview mit dem Diplom-Psychologen Otto Quadbeck	6
Porträts und Interviews von VAA-Mitgliedern im Ruhestand	10
Dr. Josef Kalka: Zurück an die Uni	11
Reinhold Maier: Starthilfe in die Berufswelt	15
Wolfram Kothe: Verpflichtung zum sozialen Engagement	18
Dr. Rudolf Fiedler: Etwas zurückgeben	22
Prof. Thomas Beisswenger: Freizeit zum Gestalten nutzen	24
Vermögensanlage im Ruhestand	28
Steuern im Ruhestand	36
Impressionen zum Erbrecht	44
Ehrenamtliche Engagements: Übersicht über die Möglichkeiten	49

INTERVIEW MIT OTTO QUADBECK

OTTO L. QUADBECK

Otto L. Quadbeck ist Diplom-Volkswirt und Bankdirektor im Ruhestand. Nach seiner Pensionierung absolvierte er ein Psychologiestudium und erforschte im Rahmen seiner Diplomarbeit die psychischen Probleme von Führungskräften im Ruhestand. Gemeinsam mit Wolfgang L. Roth hat er das Buch „Das ‚Empty Desk Syndrom‘“ mit dem Untertitel ‚Die Leere nach der Pensionierung: Wie Führungskräfte nach Beendigung der Erwerbsarbeit ihre psychischen Probleme bewältigen‘ veröffentlicht (Pabst-Verlag, Lengerich 2008, 152 Seiten, 20 Euro, ISBN 978-3-89967-437-8). Quadbeck ist ausgebildeter Verhaltenstrainer und Führungskräftecoach. Er bietet unter anderem die Vorträge „Das Empty-Desk-Syndrom oder ein gelungener Ruhestand?“, „Lernen im Alter“ und „Psychisches Wohlbefinden im Alter“ an sowie ein Seminar für Führungskräfte vor ihrer Pensionierung mit dem Titel „Aus einem erfolgreichen Arbeitsleben in einen gelungenen Ruhestand“.

Foto: privat



WENN DER SCHREIBTISCH PLÖTZLICH LEER IST

Wenn das Arbeitsleben endet, fangen für einige Führungskräfte die Probleme an. Otto Quadbeck ist ehemaliger Bankdirektor und verfügt selbst über umfassende Erfahrung als Führungskraft. Nach seiner Pensionierung studierte er Psychologie und erforschte das „Empty-Desk-Syndrom“. Im Interview mit dem VAA spricht Quadbeck über den Wegfall von Macht und Ansehen und die richtige Gestaltung des Ruhestandes.

VAA: Sie haben in Anlehnung an das „Empty-Nest-Syndrom“, das den krisenhaften Wegfall von Lebensinhalt nach dem Auszug des letzten Kindes beschreibt, den Begriff „Empty-Desk-Syndrom“ geprägt. Wie kam es dazu?

Quadbeck: Ich war selbst 28 Jahre lang als Führungskraft tätig. Als ich während meines Studiums nach der Pensionierung die Erkenntnisse und Methoden der heutigen Psychologie kennenlernte, bin ich auf ein Problem gestoßen, das Jüngere aufgrund ihrer fehlenden Lebenserfahrung so vielleicht gar nicht sehen können. Wie kommen Führungskräfte mit ihrer eigenen Pensionierung klar? Von einem Empty-Desk-Syndrom sprechen wir, wenn Ruheständler nach dem Ende ihres Berufslebens in ein tiefes Loch fallen.

VAA: Sind Führungskräfte von diesem Phänomen besonders betroffen?

Quadbeck: Wie alle anderen Arbeitnehmer auch sind Führungskräfte in ihrer Persönlichkeitsstruktur – in ihren individuellen Bedürfnissen, die sie an das Leben, an ihre Umwelt und an sich selber haben – weitgehend ein Produkt ihrer Umgebung, vor allem ihres beruflichen Umfeldes. Ähnlich wie Lehrer, die in ihrer Tätigkeit wenig kritisiert werden und dadurch gelegentlich zur Karikatur ihrer selbst werden, erfahren Führungskräfte eine besonders starke Ausprägung und Erfahrung in punkto Menschenführung, Status, Image und Macht. Diese besonders hoch angesiedelten Bedürfnisbefriedigungen, die sie im Berufsleben erfahren haben, vermissen sie natürlich umso schmerzlicher, wenn sie danach der „liebe Niemand“ sind. Viele soziale Beziehungen sind überhaupt erst mit dem Beruf entstanden und fallen dann häufig mit dem Ruhestand weg. Es gibt keinen Pförtner mehr, der buckelt und sagt: „Guten Tag, Herr Doktor.“ Ich habe im Rahmen meiner Examensarbeit viele Interviews mit Führungskräften geführt und von denen hatte etwa ein Drittel mehr oder weniger stark mit solchen Problemen zu tun.

VAA: Wie äußern sich diese Probleme?

Quadbeck: Die Symptome sind vielfältig. Das kann ein Gefühl der inneren Leere sein, der Nutzlosigkeit oder des Versagens, bis hin zu Schuldgefühlen. Häufig entstehen auch Probleme in der Partnerschaft, wenn der Pensionär ungewohnter Weise dauernd zu Hause ist. Viele Betroffenen fühlen sich unausgeglichen, einige werden streitlustig, was sogar zu sozialem Rückzug und damit zu weiteren Problemen führen kann. Am Ende können Depressionen oder gar Suizid stehen.

VAA: Viele Arbeitnehmer freuen sich allerdings auf den Ruhestand ...

Quadbeck: Die Einstellung zum Ruhestand ist bei vielen Menschen im Verlauf des Lebens sehr verschieden. Mit 30 sagt man: „Das ist weit weg“. Mit 50 sagt man: „Na ja, etwas Vorsorge, aber das hat noch Zeit.“ Mit 60 sagt man sich: „Mensch, nur noch wenige Jahre, was mache ich dann? Aber das wird herrlich sein, ich kann endlich die Füße hochlegen, ausschlafen, keine Verantwortung mehr.“ Mit 64, kurz vor der Pensionierung, wollen viele Führungskräfte dann meistens länger arbeiten. Nach der Pensionierung folgt dann oft eine Zeit von drei bis sechs Monaten, die sich wie ein langer Urlaub anfühlt. Aber nach einer gewissen Zeit kommt die Frage: Was mache ich eigentlich mit mir selbst?

VAA: Sie selbst haben im Ruhestand ein Psychologiestudium absolviert. Hatten sie beim Wechsel in den Ruhestand Angst vor dem „leeren Schreibtisch“?

Quadbeck: Ich hatte mir vorgenommen, im Ruhestand etwas zu tun, was mich ausfüllt. Mit der Psychologie hatte ich schon während meines ersten Studiums zu tun, habe das aber nicht weiterverfolgt, weil diese Wissenschaft damals im Verhältnis zu heute noch in den Kinderschuhen steckte. Was gibt es Spannenderes als den Menschen? Nicht die rein körperlichen Aspekte, wie sie die Mediziner behandeln, sondern der Mensch als Ganzes, als Wesen. Das war etwas, das mich schon sehr begeisterte. Also habe ich nach der Pensionierung Psychologie studiert und sehr schnell die Liebe für dieses Fach wiederentdeckt.

VAA: Können Sie das als vorbeugende Maßnahme empfehlen? Sich einfach etwas vorzunehmen und es dann auch durchzuziehen?

Quadbeck: Es sollte nicht „irgendwas“ sein. Man sollte sich der eigenen Ressourcen bewusst werden und etwas tun, das einen fordert. Die wenigsten intelligenten und gut ausgebildeten Männer und Frauen werden im Ruhestand echte Befriedigung erfahren, wenn sie sich der Gartenarbeit verschreiben oder „Beim Spülen helfen“. Mir hat das jedenfalls nicht genügt. Man sollte sich selbst einige Fragen stellen: „Will ich

überhaupt aktiv werden?“ Die meisten werden das früher oder später bejahen. Dann kann man sich fragen: „Was hatte ich mal vor und konnte es aus irgendwelchen Gründen nicht umsetzen? Was ist eigentlich das, was ich mir zur Aufgabe stellen möchte für meine Zukunft, für den dritten und letzten Teil meines Lebens?“ Wenn man sich diese Frage stellt, kommt man schon ein Stück weiter. Wesentlich ist, dass die neue Tätigkeit auch die Funktionen weitgehend erfüllt, die vorher der Beruf schon erfüllt hat. Denn sonst wird man in seiner neuen Tätigkeit nicht aufgehen und nicht die Hinwendung fühlen, die echtes Wohlbefinden im Alter ausmacht.

VAA: Also keine triviale Angelegenheit. Wann sollte man anfangen, sich mit der Gestaltung seines Ruhestandes zu befassen?

Quadbeck: Der dritte Lebensabschnitt ist heute – Gott sei Dank – oft sehr lang und man sollte sein Leben und sich selbst auch in diesem Abschnitt vernünftig und auch befriedigend planen. Es ist natürlich sinnvoll, dies vor dem Eintritt des Ruhestandes zu tun. Vielen ist das Problem allerdings überhaupt nicht bewusst, weil sie von ihrem Ruhestand ex ante annehmen, das sei das Paradies auf Erden und man könnte einfach tun, was man wollte. Leider ist der Mensch anders gestrickt. Er braucht Herausforderungen. Ein Blick in die wissenschaftliche Literatur macht klar, dass es im Ruhestand Probleme geben kann. Und diese Tatsache sollte den rational denkenden Menschen dazu veranlassen, prophylaktisch etwas dagegen zu tun, auch wenn man sich selbst als sehr positiven Menschen sieht.

VAA: Wird das Thema in den Unternehmen aktiv angesprochen?

Quadbeck: Nach meiner Erfahrung wird die Gestaltung des Ruhestandes bislang in den Unternehmen – wie auch das Thema psychische Gesundheit am Arbeitsplatz – relativ wenig angegangen. Unternehmen haben die Pflicht, die menschliche Pflicht, nicht nur darauf zu achten, dass der Mitarbeiter sich nicht verletzt, sondern auch für sein psychisches Wohlbefinden zu sorgen. Das ist eine Frage guter Arbeitsleistung, sollte aber auch über die Pensionierung hinausgehen. Denn die Fürsorgepflicht und ein humaner Unternehmensansatz sollten durchaus beinhalten, dass man dem Mitarbeiter auch nach dem Ruhestand ein glückliches Leben wünscht.



**PORTRÄTS UND
INTERVIEWS VON
VAA-MITGLIEDERN
IM RUHESTAND**

Foto: privat

INTERVIEW MIT DR. JOSEF KALKA



DR. JOSEF KALKA

Dr. Josef Kalka ist promovierter Chemiker und war vor seiner Pensionierung 2002 zuletzt acht Jahre bei der Vestolit GmbH & Co. KG für Produktion und Technik verantwortlich. Er engagiert sich bei den Pensionären der Werksgruppe Marl. Einige Jahre nach seiner Pensionierung nahm er das Studium „Alte Geschichte“ an der Universität Münster auf.

Foto: privat

ZURÜCK AN DIE UNI

Fast 2.200 Jahre Alte Geschichte in acht Semestern – Dr. Josef Kalka ist kein Bummelstudent. Er gehört zur wachsenden Gruppen der Pensionäre, die im Ruhestand ein Zweitstudium absolvieren. Die Redaktion des VAA sprach mit ihm über seine Motivation zum Studium, die Reaktion der jüngeren Kommilitonen und die Lehren aus der Geschichte.

VAA: Die Forderung, lebenslang zu lernen, ist heute allgegenwärtig. Sie leben das in gewisser Weise vor. Mit 68 haben Sie sich entschieden, wieder die Universität zu besuchen. Warum?

Kalka: Schon als ich noch berufstätig war, hatte ich mir vorgenommen, nach der Pensionierung wieder die Uni zu besuchen um mein Wissen in theoretischer Physik zu erweitern. Als es mit der Pensionierung soweit war, wurde ich allerdings von chinesischen Firmen als Berater engagiert und kam nicht dazu. Als mein China-Engagement zur Ruhe kam, war ich schon 68. Da wollte ich dann nicht mehr so viel Mathematik machen.

VAA: Zum Studium haben Sie sich dennoch entschlossen und mit dem Studium „Alte Geschichte“ an der Universität Münster begonnen.

Kalka: Ich habe mich schon immer sehr für Geschichte interessiert. Während meines naturwissenschaftlichen Studiums habe ich nebenbei Geschichtsvorlesungen gehört. Dort habe ich damals auch meine Frau kennengelernt. Sie war es, die schließlich sagte: Hören wir doch Alte Geschichte. So haben wir im Wintersemester 2006 als Gasthörer angefangen und inzwischen habe ich fast die gesamte Alte Geschichte durch, also etwa die Zeit zwischen 1700 v. Chr. und 500 n. Chr. des Mittelmeerraumes und der angrenzenden Länder. Im Moment bin ich bei der Geschichte des frühbyzantinischen Reiches.

VAA: Wie ist die Uni Münster auf ihre älteren Studierenden eingestellt?

Kalka: Es gibt ein spezielles Gasthörerstudium für Ältere. Man kann bestimmte Vorlesungen besuchen, die Teil des regulären Studienprogramms sind. Ich bin auch schon in Proseminare gegangen, dafür braucht man aber vorher die Zustimmung des jeweiligen Hochschullehrers. Die zu bekommen, ist aber in der Regel kein Problem.

VAA: Lassen Sie sich auch prüfen?

Kalka: Nein, das tue ich mir nicht mehr an. Heute können eingetragene Studierende die Vorlesungsinhalte häufig über die Internetseite der Uni abrufen. Und die arbeite ich neben meinen Mitschriften und weiterer Literatur so durch, als müsste ich eine Prüfung ablegen.

VAA: Treffen Sie in den Veranstaltungen viele Gleichgesinnte oder sind Sie als älterer Student die Ausnahme?

Kalka: Das schwankt sehr. In manchen Veranstaltungen sind zehn Prozent der Zuhörer Senioren, in anderen sind es 75 Prozent. Das hängt vom Thema ab. Im Proseminar war ich in einer Gruppe von 30 Studenten der einzige Pensionär. Dort wurde intensiv zusammengearbeitet und ich bin äußerst zuvorkommend und mit sehr viel Respekt behandelt worden.

VAA: Keine Vorwürfe, Sie nähmen den Jüngeren die Plätze weg?

Kalka: Überhaupt nicht. Manche Hörsäle sind brechend voll, da sind Sitzplätze natürlich begehrt. Ich habe da auch schon auf dem Boden gesessen und den Jüngeren den Vortritt gelassen, aber meistens lichten sich die Reihen, wenn die Anwesenheitsliste unterschrieben wurde [lacht]. Nach den Vorlesungen kommt man oft noch mit den Jüngeren in Kontakt, man unterhält sich noch etwas oder diskutiert über den Stoff. Dieser Kontakt mit den Jüngeren verjüngt uns Alte.

VAA: Inzwischen sind auch in Münster Bachelor- und Master-Studiengänge eingeführt worden. Bemerken Sie Unterschiede?

Kalka: Es ist anders geworden, weil die Bachelor-Studiengänge ungeheuer verschult sind. Die ständige Anwesenheitspflicht, neuerdings etwas gelockert, und die vielen Prüfungen werden auch manchmal für einen Pensionär, der ein reguläres Studium aufgenommen hat, in Münster zur Belastung. Ansonsten sehe ich viele Vorteile der neuen Studiengänge.

VAA: Welchen Eindruck haben Sie von den Fächer-Vorlieben der älteren Studenten?

Kalka: Meine Frau hört neben Geschichte noch Philosophie. Diese Fächer werden von Senioren sehr gern wahrgenommen. Auch Theologie und Sozialwissenschaften sind beliebt. Ich kenne aber auch einen Chemiker, der nach der Pensionierung in Molekularbiologie promovierte.

VAA: Und die Alte Geschichte? Können Sie die empfehlen?

Kalka: Auf jeden Fall allen, die sich für Geschichte interessieren. Die Alte Geschichte hat sich weiterentwickelt aufgrund neuer Erkenntnisse interdisziplinärer Forschungen, sodass heute ein ganz anderes Bild als vor 30 Jahren vermittelt wird. Mich interessiert: Was sind Treiber der menschlichen Entwicklung und weshalb entstanden Demokratie und Individualismus im Mittelmeerraum? Das hilft, die Gegenwart besser zu verstehen. Diese Erkenntnisse relativieren die alltäglichen Aufregungen doch ziemlich. Beispiele: Finanzkrise und Globalisierung. Bei der Finanzkrise war immer von Gier die Rede. Die gab es früher auch schon und ist nichts

Neues. In einem Höchstpreisedikt, das der Römische Kaiser Diokletian 301 n. Chr. zur Beschneidung der Exzesse im Rahmen einer Reform des Geld- und Steuersystems erlassen hatte, ist in jedem zweiten Absatz von grenzenloser Raff-, Habgier und Habsucht die Rede. Nach nicht einmal zehn Jahren musste es zurückgenommen werden, weil es in Mangelwirtschaft endete.

Genauso das Thema der Globalisierung. Alexander der Große war der Erste, der eine Globalisierung eingeleitet hat. Schon damals löste sie einen ungeheuren Schub für die gesamte Menschheit aus. Wenn Sie studiert haben, was es schon gegeben hat, reißen Sie viele Ereignisse nicht mehr vom Hocker. Außerdem kann ich etwas machen, das den jungen Studenten aus zeitlichen und finanziellen Gründen oft nicht so möglich ist: Ich bereise mit meiner Frau die Regionen, um die es in den Vorlesungen geht. Diese Studienreisen sind dann natürlich besonders aufschlussreich und interessant.

PORTRAIT REINHOLD MAIER



REINHOLD MAIER

Reinhold Maier von der VAA-Werksgruppe Hoechst-Pensionäre engagiert sich ehrenamtlich in einer Projektgruppe des Sachausschusses Berufs- und Arbeitswelt (Saba) der Kirchengemeinden. Wöchentlich hilft Maier Haupt- und Realschülern beim Start ins Berufsleben.

Foto: privat

STARTHILFE IN DIE BERUFSWELT

Welcher Beruf ist der Richtige für mich? Diese Frage muss Reinhold Maier für sich natürlich nicht mehr beantworten. In seiner ehrenamtlichen Tätigkeit bei der Projektgruppe Saba gibt er aber wöchentlich Hilfestellungen für Haupt- und Realschüler, die gerade mit dieser entscheidenden Frage konfrontiert sind.

Saba, das steht für Sachausschuss Berufs- und Arbeitswelt der Kirchengemeinden. Und einen enormen Wissens- und Erfahrungsschatz. Bereits seit 1984 besteht die Projektgruppe in Nauheim, seit vielen Jahren auch in der jetzigen Konstellation aus pensionierten Lehrern und vorwiegend im Ruhestand befindlichen Arbeitnehmern aus Industrie und Handel. Maier war Industriekaufmann bei der Hoechst AG, dort in seiner letzten Position unter anderem für die kaufmännischen Auszubildenden zuständig. Mit 59 Jahren wurde er frühpensioniert. Etwas Sinnvolles leisten und nicht einfach nur im Ruhestand sein, das stand für Maier von Anfang an bei seinem Übergang in den neuen Lebensabschnitt fest. Jetzt berät er die Jugendlichen direkt in den Schulen. Fünf Haupt-, Real- und Gesamtschulen suchen Maier und seine Kollegen regelmäßig auf. Komplette Bewerbungstrainings mit simulierten Vorstellungsgesprächen ebenso wie Einzelberatungen für die Jugendlichen – die Schüler bestimmen, wie ihnen geholfen werden soll. Einmal in der Woche ist ein Beratungs- und

Nachhilfetermin im örtlichen Jugendhaus offen für alle.

Was willst Du machen? Welches Profil passt zu Dir? Mit diesen Fragen startet Maier häufig. Nur wenn ein Vorstellungsgespräch geführt wird, läuft es nicht ganz so locker. Wie ein Vorgesetzter tritt Maier dann auf, manchmal noch mit Schlips und Kragen, die Schüler werden gesiezt und wie in einem echten Vorstellungsgespräch befragt. Die Übung für den Ernstfall einer Bewerbung, über den die Schüler sich vielfach zu wenig Gedanken machen. Sie nennen zwar ein Hobby oder erzählen, dass sie schon einmal etwas organisiert haben, beispielsweise eine Geburtstagsparty. Aber dann Nachfragen nach ihren Beweggründen, ihren Fähigkeiten und ihren Kenntnissen über den gewählten Beruf kommen, damit rechnen die wenigsten Jugendlichen, so Maier. Er ermutigt sie dann, etwas ausführlicher und ungefragt von ihrem Hobby oder der Partyorganisation zu erzählen. Begeisterung rüberbringen, Interesse des Arbeitgebers an seiner Person wecken, selbstbewusst, aber nicht arrogant. Dies sind die Stichworte, die Maier den Jugendlichen mit auf den Weg gibt.

Zur Vorbereitung der Schüler gehören auch Eignungstests, die ebenfalls von Saba angeboten werden. Auf die konkreten Bedürfnisse der Schüler wird eingegangen. Wenn gewünscht, wird auch Nachhilfe bei den Hausaufgaben erteilt.

Über die notwendigen Kontakte zu regionalen Unternehmen braucht Maier sich keine Sorgen zu machen – die Türen stehen immer offen. Zuletzt halfen die Unternehmen bei dem von Maier mitorganisierten Berufsparcours: 14 Auszubildende verschiedener regionaler Unternehmen stellten ihre Berufe in einer Schule vor. Jeder von ihnen brachte eine Aufgabe für die Schüler mit, sodass diese nicht nur durch Worte, sondern tatkräftig einen Einblick in die jeweiligen Berufe erhielten. Wer sich für den Ausbildungsberuf des Mechatronikers interessierte, durfte mit den Auszubildenden einer Elektronikfirma einen Elektromotor zusammenbauen. Andere maßen Blutdruck, arbeiteten mit Bankbelegen, studierten Gesetzestexte oder bestimmten elektrische Widerstände. „Wir bieten etwas, das die Schulen nicht leisten können.“ Darauf ist Maier stolz. Man erfährt eine große Anerkennung für sein ehrenamtliches Engagement. Einige Auszeichnungen

für dieses Engagement und die positive Resonanz in der örtlichen Presse belegen dies. Vor allem sei es eine anspruchsvolle Beschäftigung, betont Maier. Fortbildungen zu den aktuellsten Ausbildungsberufen oder zur Entwicklung der Jugend gehören für die Projektmitglieder von Saba regelmäßig dazu.

Viele Eltern können ihren Kindern bei der Ausbildungswahl kaum noch helfen – zu viele neue Ausbildungsberufe sind in den letzten Jahren hinzugekommen oder wurden einfach umbenannt. Von einem regelmäßigen Austausch mit den Arbeitsagenturen und Jugenddezernaten bei den Gemeinden profitieren beide Seiten. Aber vor allen Dingen die Schüler, denn deren Erfolg bei der Suche nach dem richtigen Ausbildungsberuf steht für Maier im Mittelpunkt.

INTERVIEW MIT WOLFRAM KOTHE, WERKSGRUPPE CHEMIEPARK MARL



DR. WOLFRAM KOTHE

Dr. Wolfram Kothe ist Mitglied der VAA-Werksgruppe Chemiepark Marl. Sein Berufswissen über technische EDV bringt er jetzt ehrenamtlich für die eigene Homepage der Werksgruppe ein.

Foto: privat

VERPFLICHTUNG ZU SOZIALEM ENGAGEMENT

Einige Werksgruppen im VAA haben einen eigenen Internetauftritt und sprechen damit die Mitglieder gezielt an. Dies bietet den Vorteil, genau die Informationen zu verteilen, für die sich die jeweiligen VAA-Mitglieder besonders interessieren. Bislang einmalig ist dabei der Auftritt der Pensionäre von Werksgruppe Marl, sie bieten als einzige Werksgruppe zielgerichtete Informationen für die pensionierten VAA-Mitglieder. Verantwortlich dafür ist Wolfram Kothe, der mit Leidenschaft eine ständig aktualisierte Homepage betreut.

VAA: Sie waren bis 2007 bei der Degussa AG beschäftigt und sind bereits mit 60 Jahren in den Ruhestand gegangen. Wie kam es dazu?

Kothe: Das war die damals übliche Altersteilzeit. Wir wurden damals jahrgangsweise abgefragt und normalerweise sind die Leute gegangen, wenn das Angebot stimmte.

VAA: Gab es von Unternehmensseite eine entsprechende Erwartungshaltung?

Kothe: Nein, es wurde kein Druck ausgeübt und man konnte sich frei entscheiden. Ich habe auch Kollegen, die bis 65 geblieben sind. Mein

Chef machte mir das Angebot zu bleiben und fragte, weshalb ich gehen will. Da habe ich ihn gefragt, was er tun würde, wenn er im Lotto gewinnt. Und er sagte: „Ich würde mir überlegen, aufzuhören.“ Ich vergleiche das mit einem Lottogewinn, weil man auch in dieser Situation darüber nachdenken muss, ob man sein Leben ändert. Der entscheidende Punkt ist meiner Ansicht nach, dass man beim Eintritt in die Rente sicher überschauen kann, ob man genug Geld zum Leben für die Zukunft hat. Der Rest ist eine Frage der Einstellung. Wenn ich unabhängig und frei leben kann und genug Geld habe, dann entscheide ich mich, das zu tun. Unabhängig vom Arbeitgeber. Ich kann aber genauso die Kollegen verstehen, die sagen „Ich bleibe, ich arbeite gerne“.

VAA: Hatten Sie also das Gefühl, finanziell gut genug abgesichert zu sein, um in den Ruhestand zu gehen?

Kothe: Da gilt es ja verschiedene Sachen zu berücksichtigen. Man kann natürlich nachfragen, wie viel die Rentenversicherung bezahlt und wie hoch die betriebliche Altersversorgung durch den Arbeitgeber ist und dann einen Strich darunter machen. Dann kommt aber der Punkt, wie sich das Ganze steuerlich auswirkt und welche Rolle die Inflation in der Zukunft spielen wird. Hätte ich dazu vorher keine Beratung gehabt und das nicht geregelt, hätte ich ein ungutes Gefühl im Bauch. Ich hatte zum Beispiel Kollegen, die haben die Altersteilzeit unterschrieben und mich danach gefragt, was man denn eigentlich an Rente von der Gesetzlichen Rentenversicherung bekommt. Wenn ich etwas blanko unterschreiben würde und nicht wüsste, was auf mich zukommt, dann würde ich ein bisschen schlechter schlafen.

VAA: Sie haben sich also beraten lassen?

Kothe: Ein Kollege, der schon in der Altersteilzeit war, hatte mich ein Jahr vorher darauf aufmerksam gemacht. Der sagte mir, ich solle mir das doch einfach mal in der Personalabteilung ausrechnen lassen. Das hat mir unheimlich geholfen, weil man zum ersten Mal konkrete Zahlen hatte, mit denen man arbeiten konnte. Denn es wurde nicht nur ein Szenario berechnet, sondern verschiedene Möglichkeiten mit den entsprechenden

Konsequenzen aufgeführt. Also zum Beispiel: Wenn ich jetzt ein Jahr länger bleiben würde, was würde das finanziell bedeuten. Man hatte also im Prinzip eine echte Entscheidungsgrundlage. Danach konnte man frei entscheiden. Meiner Ansicht nach geht es im Schwerpunkt erst einmal darum, sicher versorgt zu sein. Wenn Sie genau wissen, was Sie im Ruhestand machen wollen, aber nicht gut versorgt sind, sind Sie trotzdem nicht gut beraten.

VAA: *Wussten Sie, was Sie im Ruhestand machen wollen?*

Kothe: Ja. Zunächst einmal habe ich eine Frau und vier Kinder, da hat man schon genug Bezugspunkte. Zudem hatte ich bereits während des Berufslebens angefangen, Dinge zu tun, die man außerhalb der Firma macht. Denn Führungskraft hin oder her, man muss sich ja fragen, wofür man eigentlich arbeitet. Ich hatte überhaupt keine Schwierigkeiten, mir zu überlegen, was man machen könnte. Also nicht die Weltreise, sondern Dinge, die den Tagesablauf ausfüllen.

VAA: *Können Sie ein Beispiel nennen?*

Kothe: In meiner aktiven Zeit habe ich mich in der VAA-Werksgruppe in Marl nicht stark engagiert. Jetzt im Ruhestand mache ich für die Pensionäre der Werksgruppe die Internetseite und kümmere mich um MeinVAA. Das fiel quasi automatisch an. Die Information geht ja immer mehr auf elektronische Medien über. Die Rentner, die vor mir da waren, hatten damit nichts am Hut. Sie kennen vielleicht die Bezeichnung „Internet-ausdrucker“. Die arbeiten nur mit Papier, während die nachkommende Generation ein Smartphone oder ein iPad hat und ihre Kalender elektronisch führt. Die möchten im Internet sehen, wann der nächste Termin ist. Ich bin gelernter Ingenieur und habe im Berufsleben eine technische EDV geleitet. Dinge wie HTML oder den Umgang mit dem Content-Management-System TYPO3, auf dem ja auch MeinVAA basiert, habe ich mir im Ruhestand angeeignet. Wenn einem solche Dinge leicht fallen, ist man der natürliche Kandidat und dann muss man es auch tun. Nach dem Berufsleben ist das so: Wenn Sie mit dem Beruf noch etwas zu tun haben wollen, setzen Sie ihr Berufswissen spezifisch ein und beschäftigen sich

mit Sachen, mit denen Sie sich auskennen. Da sind auch viele meiner Kollegen aktiv, zum Beispiel an der Uni oder als Berater, auch ehrenamtlich. Ich bin der Meinung, dass man sein Berufswissen weitergeben sollte, nicht nur an die eigenen Kinder. Ich meine, jeder Rentner hat auch eine Verpflichtung, sich im weitesten Sinne in irgendeiner Form sozial zu engagieren.

PORTRÄT DR. RUDOLF FIEDLER, WERKSGRUPPE WESSELING



DR. RUDOLF FIEDLER

„Ich möchte etwas zurückgeben“ – so lautet das Motto von Dr. Rudolf Fiedler, Mitglied der VAA-Werksgruppe Wesseling, für den Ruhestand. Nach dem Ende des aktiven Berufslebens ist es sehr wichtig, weiter aktiv und im Kontakt mit Menschen zu bleiben.

Foto: privat

„ICH MÖCHTE ETWAS ZURÜCKGEBEN“

Erfüllung – dieses Wort fällt während des Gespräches mehrere Male. Dr. Rudolf Fiedler findet sie in seinem sozialen Engagement. Der 71-jährige ist seit 2010 ehrenamtlich für die „Brühler Tafel“ tätig. Bereits während des Berufslebens hat er sich den Mittwochvormittag freigehalten, um für die Tafel tätig zu werden. Seit Oktober 2012 befindet er sich im Ruhestand und hat sein Engagement seitdem verstärkt.

Bereits zu seiner aktiven Zeit wusste Fiedler, dass er sich gern sozial engagieren möchte. Als 2006 die Tafeln in Brühl gegründet wurden, hat er dies genau verfolgt. „Seitdem ist in mir der Gedanke gereift, dass ich mich bei dieser guten Sache einbringen möchte.“ Was ihn antreibt, ist die persönliche Erfahrung. Fiedler hat sein Studium auf dem zweiten Bildungsweg absolviert. Das hat ihn geprägt. Obwohl er aus einem einfachen Elternhaus komme, hätten seine Eltern ihm mit staatlicher Unterstützung das Studium ermöglicht. „Ich habe das als Geschenk empfunden und möchte der Gesellschaft nun etwas zurückgeben.“

Ehemals für die heutige Evonik Industries AG tätig, war der promovierte Ingenieur während seines Berufslebens immer wieder verantwortlich für

die Schulung und Fortbildung von Mitarbeitern. Dieses Wissen kann er in seiner ehrenamtlichen Tätigkeit gut einbringen. Fiedler ist bei den Tafeln in Brühl zuständig für die sogenannten Hygiene-Schulungen. Nach der Ersts Schulung durch das Gesundheitsamt werden diese Schulungen durch ihn für jeden Mitarbeiter einmal jährlich wiederholt. „Es hat mir schon immer Spaß gemacht, mit Leuten zusammenzuarbeiten und mein Wissen weiterzugeben“, schildert Rudolf Fiedler. „Ich finde es toll, dass ich diese Tätigkeit jetzt bei den Tafeln fortführen kann.“

Der Übergang in den Ruhestand war für Fiedler fließend, auch aufgrund seines langjährigen Engagements in der VAA-Werksgruppe. „Über die Werksgruppenarbeit und das Engagement im VAA hatte ich schon immer einen Anker.“ Bis zum Ende seines Berufslebens hat er die Werksgruppe in Wesseling als Vorsitzender geleitet und sich in der VAA-Kommission Betriebliche Altersversorgung eingebracht. Auch nach Eintritt in den Ruhestand trifft er sich regelmäßig mit seinen ehemaligen Kollegen und tauscht sich mit ihnen aus. Seit März 2012 engagiert er sich nun in der VAA-Kommission 60plus.

Fiedlers Ehefrau ist ebenfalls aktiv geworden, um die neu gewonnene Freizeit mit ihrem Mann zu gestalten. Sie hat ihn direkt in dem Chor angemeldet, in welchem sie selbst schon seit 20 Jahren singt. Durch zwei Kollegen bei der Brühler Tafel ist er seit 2010 auch Mitglied im Männerkochklub der Pfarrgemeinde Sankt Servatius in Brühl geworden. Neben dem gemeinsamen Kocherlebnis sorgt der Männerkochklub bei verschiedenen Anlässen für das leibliche Wohl der Gäste.

„Man muss sich frühzeitig Gedanken darüber machen, wie es nach dem Ende des Berufslebens weitergehen könnte“, meint Fiedler. Er habe sich nie Sorgen über die Gestaltung des dritten Lebensabschnitts machen müssen, da er frühzeitig wusste, wo und wie er sich dann engagieren möchte. Besonders wichtig sei, dass man aktiv werde und im Kontakt mit Menschen bleibe. „Man muss unter Leute gehen und gemeinsam etwas anpacken.“ So lerne man ständig dazu und erlebe gemeinsame Erfolge. „Mein Leben gestaltet sich deshalb sehr erfüllt.“

INTERVIEW MIT PROF. THOMAS BEISSWENGER



PROF. THOMAS BEISSWENGER

Seit 1998 ist Prof. Thomas Beisswenger Mitglied im VAA. Das Mitglied der Werksgruppe Industriepark Wolfgang hat in seinem langen Berufsleben für die Evonik Industries AG und ihre Vorläuferunternehmen gearbeitet. Außerdem lehrt der Chemiker als Honorarprofessor an der Technischen Universität Dresden Wirtschaftschemie.

Foto: privat

FREIZEIT ZUM GESTALTEN NUTZEN

Wer vor dem Renteneintritt steht, kann sich auf einen neuen Lebensabschnitt freuen, der nicht weniger spannend und ausgefüllt sein kann als das Berufsleben. Schon heute sind Pensionäre viel aktiver als noch vor einem Jahrzehnt. Ob Engagement im Ehrenamt, Hobbys oder auch die Entdeckung neuer Sportarten: Die Möglichkeiten sind zahlreich. Bestes Beispiel für die neue Kraft im Alter ist Prof. Thomas Beisswenger. Im Interview mit dem VAA Magazin verrät der Vorsitzende der VAA-Kommission 60plus und begeisterte Triathlet, was ihn zu neuen Höchstleistungen antreibt und wie der Übergang in den Ruhestand am besten gelingt.

VAA: *Viele VAA-Mitglieder, die sich mit Ihnen ehrenamtlich engagieren, kennen Sie als einen leidenschaftlichen Sportler. Wie halten Sie sich fit?*

Beisswenger: Ich trainiere natürlich fast täglich weiter, wenn auch auf einem moderaten Niveau. Durch meine langjährige sportliche Betätigung verfüge ich über ein doch recht hohes Fitnesslevel, was hoffentlich meine Gesundheit weiterhin unterstützt. Ich laufe und fahre Fahrrad.

VAA: *Was ist bei Ihnen das normale Maß?*

Beisswenger: Ziel ist hier fünfmal die Woche jeweils eine Stunde – dreimal Schwimmen sowie zweimal Laufen beziehungsweise zweimal Radfahren. Das ist mein entspanntes Trainingspensum in wettkampffreier Zeit.

Letztes Jahr während der Wettkampfvorbereitung sind da schon 20 bis 25 Stunden die Woche normal gewesen – zusätzlich Krafttraining, Dehnen und Faszienübungen. Das ging schon in Richtung einer Vollzeitbeschäftigung. Ich habe den Leistungssport ja erst mit dem Alter richtig kennengelernt.

VAA: Was war der Auslöser dafür?

Beisswenger: Ein Freund hat vor rund fünf Jahren einen Trainingspartner gebraucht. Und da ich schon immer gelaufen bin, habe ich dann einfach noch das Schwimmen und Radfahren neu erlernt. Es ist generell sehr empfehlenswert, gemeinsam zu trainieren, weil es viel motivierender und einfacher ist, fortlaufend die nötige Disziplin aufzubringen. 2017 hatte ich dann bereits meinen ersten Ironman absolviert. Nach einem Jahr Trainingspause zur Regeneration war ich dann 2019 wieder am Start.

Ich bin sehr dankbar dafür, dass ich von Verletzungen verschont geblieben bin. Man muss schon sehr genau auf den eigenen Körper hören, um Überforderung zu vermeiden und die Belastungen zu dosieren. Da habe ich schon viele Jüngere gesehen, die sich durch Überlastung verletzt haben. Physische Leistungskraft, seelische Ausgeglichenheit und mentale Kraft müssen miteinander in Einklang stehen.

VAA: Konnten Sie da von Ihren Erfahrungen aus dem Berufsleben profitieren?

Beisswenger: Durchaus. Leistungssport ist wie Projektmanagement. Man arbeitet auf einen Wettkampf, auf einen Termin hin und baut seine Kondition an der Leistungsgrenze stufenweise in Etappen auf. Zunächst muss man Grundlagen schaffen, dann Zeit und Mittel bereitstellen, Schwachstellen bearbeiten, Leistungstests durchführen, Meilensteine

abearbeiten. Das hat schon viel mit gutem, systematischem und wissenschaftlichem Management zu tun.

VAA: Womit haben Sie sich vor dem Ruhestand zuletzt beschäftigt?

Beisswenger: Zuletzt hatte ich die interne Beratung bei Evonik geleitet und da gehörte Projektmanagement natürlich auch zu meinen Aufgaben. 2013 bin ich in den Vorruhestand gegangen. Damals habe ich aber noch nicht an Triathlon gedacht, sondern bin höchstens ab und zu einen Halbmarathon mit meiner Tochter gelaufen.

VAA: Was motiviert Sie eigentlich, sich neben dem Sport nun auch noch beim VAA als Kommissionsvorsitzender zu engagieren?

Beisswenger: Ich bin dem Verband sehr dankbar, weil ich während meiner aktiven Zeit sehr von der Unterstützung durch die VAA-Juristen profitiert habe. Auch die Beratung in meiner Zeit als Sprecherausschussmitglied durch den VAA hat uns damals sehr geholfen, gerade wenn es um Restrukturierungen bei meinem Unternehmen ging. Da war ich sehr froh, den VAA an meiner Seite zu wissen, der mit rechtlichem und organisatorischem Rat hilft.

Ich finde, dass man auch nach dem Berufsleben vom VAA profitiert, weil unter anderem mehr gesellschaftliche Interaktion und Integration möglich ist. Der Netzwerkcharakter ist für Pensionäre nicht zu unterschätzen. Da gibt der VAA beispielsweise mit Veranstaltungen der Werksgruppen oder Pensionärsreisen einen guten Rahmen, um alte Kontakte zu pflegen und neue Dinge zu erfahren.

Darüber hinaus gibt es eine ganze Reihe von Fragestellungen, etwa zum Rentenrecht, zur Altersvorsorge, bei denen wir uns als Kommission 60plus auch einbringen und den VAA-Mitgliedern konkrete Hilfestellungen an die Hand geben. Wir wollen dafür sorgen, dass noch mehr Werksgruppen Angebote und Veranstaltungen für Pensionäre anbieten und ausbauen. Wir wollen den Mehrwert des VAA für die Pensionäre stärker herausstellen und auch neue Trends aufnehmen.

VAA: *Sind Sie nach wie vor als Hochschullehrer tätig?*

Beisswenger: Ja, zuletzt habe ich meine Vorlesung in Dresden gehalten. Normalerweise mache ich das blockweise, um den Reiseaufwand zu minimieren. Vorlesungen werden mittlerweile digital angeboten. Viele Studenten kommen damit sogar besser zurecht als vorher. Es hängt natürlich von der Qualität der Hochschulangebote ab, aber ich bin da positiv eingestellt.

VAA: *Eine positive Einstellung ist ja auch wichtig für einen gelungenen Übergang in den Ruhestand. Welche Tipps können Sie aus eigener Erfahrung geben?*

Beisswenger: Wichtig ist, dass man den Ruhestand schon im Voraus plant. Man kann alte Hobbys reaktivieren oder seine Interessen ordnen. Ich habe mich beispielsweise in der Flüchtlingshilfe bei mir in Bad Vilbel engagiert – ich habe Deutschkurse gegeben und Behördengänge übernommen. Soziale Aufgaben haben mich persönlich weitergebracht.

Natürlich gehören auch Aktivitäten mit der Familie zu einem aktiven Ruhestand. Man hat mehr freie Zeit, aber man sollte sie wirklich ausgestalten. Seelische und emotionale Ausgeglichenheit sind wichtig. Ein gutes Zeitmanagement ist wichtig. Es ist beachtlich, mit anzusehen, wenn Menschen noch in den Achtzigern in Hawaii beim Ironman teilnehmen können. Hier kommt bei mir der Sport ins Spiel, wo ich ja wirklich im ‚Ruhestand‘ noch zwei Gänge hochschalten konnte.

Ein weiterer Tipp ist die Planung der Altersvorsorge: Man sollte noch während des Berufslebens genau prüfen, womit man rechnen kann. Dies erfordert auch etwas Zeit, aber es lohnt sich. Wenn es um die Betriebsrente geht, hilft übrigens auch der VAA mit seiner Beratung weiter.



**VERMÖGENSANLAGE
IM RUHESTAND**

Foto: Andrey Popov – iStock

VERMÖGENSANLAGE IM RUHESTAND

MARION LAMBERTY

Finanz- und Vermögensexperte
www.fvp-gmbh.de
+49 221 9140980

Marion Lamberty ist geschäftsführende Gesellschafterin der FVP Gesellschaft für Finanz- und Vermögensplanung mbH in Köln und langjährige Kooperationspartnerin des VAA. Sie berät Privatpersonen und institutionelle Investoren bei allen Fragen, die sich im Zusammenhang mit der Vermögensanlage ergeben können. Darüber hinaus zählt der Bereich „Steuereffiziente Strategien bei Abfindungen“ seit vielen Jahren zu ihren Spezialgebieten.

Foto: privat



Beim Übergang in den Ruhestand wird häufig unterschätzt, wie viel Geld man benötigt, und überschätzt, wie viel man bekommt. Angesichts sinkender Versorgungsgrade und Problemen der Versicherungssysteme im Niedrigzinsumfeld spielt die private Vermögensanlage zukünftig eine entscheidende Rolle bei der Sicherung des Lebensstandards im Alter. Hier gibt es nun einige Hinweise und Faustregeln für die Ruhestandsplanung.

Aktuell können Führungskräfte bei Renteneintritt mit Ruhestandsbezügen von fast 40 Prozent ihres letzten Arbeitseinkommens rechnen. Das ist auf den ersten Blick ein beruhigendes Ergebnis. Allerdings sinkt der Versorgungsgrad seit Jahren und betrug 1994 noch knapp 50 Prozent. Der Trend setzt sich beschleunigt fort. Wegen der Umstellung von endgehalts- zu beitragsorientierten Betriebsrentensystemen und der zunehmenden Besteuerung der Alterseinkünfte ist in der Zukunft mit weiteren Einbußen zu rechnen. Prognosen zufolge werden gesetzliche und betriebliche Renten im Jahr 2050 nur noch etwas mehr als ein Viertel

des letzten Einkommens einer Führungskraft ausmachen. Deshalb wird für die heute 35- bis 50-jährigen Führungskräfte der Lebensstandard im Alter mehr denn je von den Ergebnissen der privaten Vermögensanlage abhängen. Nicht erst nach dem Bezug der ersten Renten, sondern bereits Jahre vor dem Eintritt in den Ruhestand sollten die Weichen für einen aus finanzieller Sicht sorgenfreien Ruhestand gestellt werden.

Individuelle Versorgungssituation bei Renteneintritt ermitteln

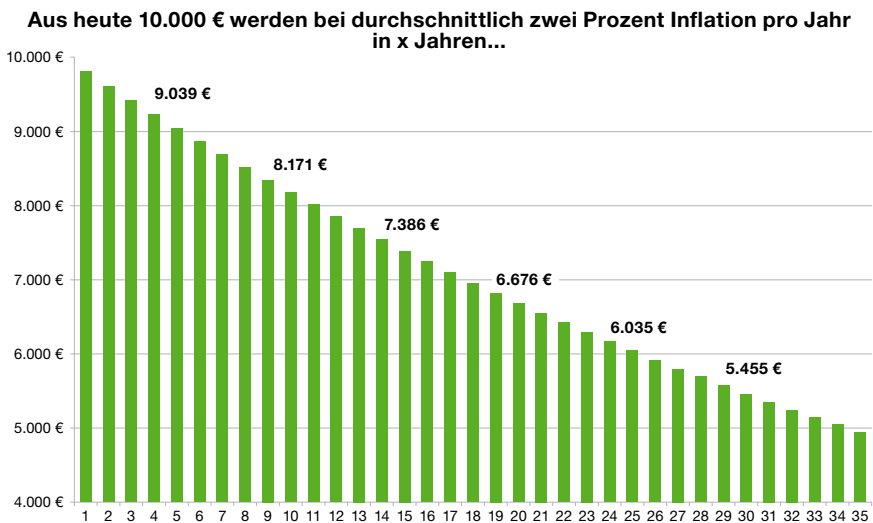
Wer vor der Frage steht, wie und in welchem Umfang privater Vermögensaufbau betrieben werden sollte, muss im ersten Schritt seinen individuellen Versorgungsbedarf ermitteln. Grundsätzlich muss jeder für sich selbst klären, wie hoch sein Versorgungsbedarf ist – wie viel Geld er also im Alter braucht, um seinen bisherigen Lebensstandard zu halten und ein Leben in finanzieller Sicherheit führen zu können. Ausgehend von den gesamten laufenden Kosten für Lebenshaltung, Wohnen, Versicherungen und eventuellen Kreditraten sollte geprüft werden, welche persönlichen Ansprüche man an das Leben im Ruhestand hat: Reisen oder Hobbys sollten ebenso in der Ausgabenplanung berücksichtigt werden wie die Anschaffung eines neuen Autos, neuer Einrichtungsgegenstände oder auch Umbau beziehungsweise Renovierungen an Haus oder Wohnung. Da die individuelle Ermittlung des finanziellen Bedarfs im Ruhestand nicht leicht ist, kann der Versorgungsbedarf auch anhand einer groben Schätzung bestimmt werden: Im Allgemeinen gilt ein Rentenniveau (Nettorente) von 70 Prozent des letzten (hochgerechneten) Nettoentgelts vor dem Renteneintritt als ausreichend, um den Lebensstandard im Ruhestand zu sichern.

Im zweiten Schritt müssen die Anwartschaften von gesetzlichen Renten und Betriebsrenten ermittelt werden. Dabei sollten Steuern und Sozialbeiträge berücksichtigt werden. Sollte das so ermittelte Rentenniveau niedriger als 70 Prozent des letzten Nettogehaltes sein, ist es ratsam, in Höhe der Differenz privates Vermögen aufzubauen, damit der gewohnte Lebensstandard im Alter aufrechterhalten werden kann.

Hierzu ein Beispiel: Bei Hochrechnung eines Nettogehaltes von 75.000 Euro vor Rentenbeginn und Nettorenten von 37.500 Euro ergibt sich eine Versorgungslücke von 15.000 Euro pro Jahr (70 Prozent von 75.000 Euro minus 37.500 Euro). Nach einer Faustformel reicht das 25-fache dieses Betrages in etwa aus, um die Lücke zu schließen. Bei Kapitalverzehr lässt sich nämlich aus einem Guthaben von 375.000 Euro etwa 30 Jahre lang eine monatliche Auszahlung von 1.250 Euro nach Steuern finanzieren.

Geldillusion und Rentenillusion

Bei der Betrachtung der zukünftigen Einnahmen wird allerdings häufig die Wirkung der Inflation unterschätzt. Ein Geldbetrag von 10.000 Euro hört sich zunächst nach viel an, entspricht aber bei durchschnittlich zwei Prozent Inflation pro Jahr (EZB-Inflationsziel) in 20 Jahren nur noch knapp 7.000 Euro gemessen in heutiger Kaufkraft.



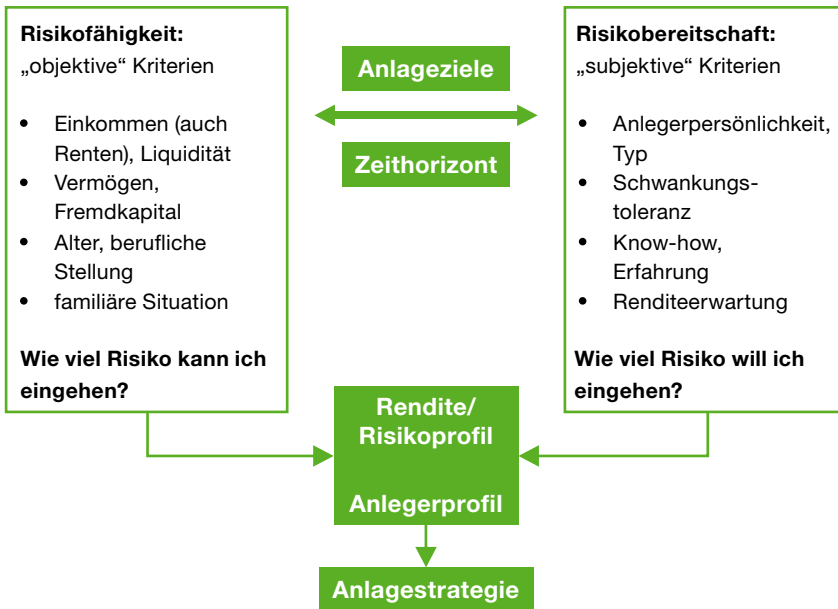
Das heißt, in 20 Jahren wird man für 10.000 Euro noch so viel an Waren und Dienstleistungen bekommen, wie man heute für rund 7.000 Euro kaufen kann. Werden also bei der Hochrechnung der Rentenanwartschaften und der Auszahlung aus dem gesparten Vermögen nur die nominalen Werte zugrunde gelegt, unterliegt man der Geldillusion und wiegt sich angesichts der augenscheinlich hohen Beträge in falscher Sicherheit. Deshalb muss neben zukünftigen Steuern und Sozialbeiträgen auch die Inflation berücksichtigt werden. Als Ergebnis solcher Berechnungen erhält man das tatsächliche reale Rentenniveau. Es gibt die Kaufkraft des im Alter verfügbaren Einkommens auf der Basis des heutigen Preisniveaus an.

Bei Übergang in den Ruhestand: Portfolio-Check

Bereits einige Jahre vor, aber auf jeden Fall spätestens zu Beginn der Ruhestandsphase sollten Anleger ihr Portfolio dann sorgfältig überprüfen und eine Finanzplanung für den Ruhestand aufstellen. Wie bei jeder Anlageentscheidung müssen dabei zwei grundsätzliche Fragen beantwortet werden.

Erstens: Wie viel Risiko kann ich eingehen? Diese sogenannte Risikofähigkeit hängt von objektiven Kriterien wie der Höhe des Einkommens (hier in der Ruhestandsphase) und des Vermögens, dem Alter sowie der beruflichen und familiären Situation ab.

Die zweite Frage lautet: Wie viel Risiko will ich eingehen? Die Risikobereitschaft hängt unter anderem von der Persönlichkeit und Erfahrung des Anlegers, aber auch von der Renditeerwartung ab.



Sicherheit im Niedrigzinsniveau

Tendenziell verschiebt sich mit dem Eintritt in den Ruhestand die Priorität der Anlageziele: Sicherheit und Verfügbarkeit werden wichtiger, während die Rendite oft weniger wichtig und die Notwendigkeit zur Steueroptimierung geringer wird. Bei der Überprüfung des Portfolios sollte eine Risikobewertung für alle liquiden Anlagen erfolgen und das gesamte Portfoliorisiko sollte gegebenenfalls an die geänderte Risikoneigung angepasst werden.

Grundsätzlich sollten Vermögensanlagen insbesondere dann sicherheitsorientierter ausgerichtet werden als in der aktiven Berufsphase, wenn angespartes Vermögen im Ruhestand dem Lebensunterhalt dienen muss. Dabei sollten die Gelder, die kurzfristig verbraucht werden, auch bei Nullzinsen sicher, das heißt ohne Schwankungsrisiko angelegt werden.

Bei längerem Anlagehorizont ist dagegen im Niedrigzinsumfeld eine Beimischung von aktienorientierten Anlagen unbedingt notwendig, um Ren-

ditechancen zu wahren und Inflationsrisiken zu verringern. Auch ist eine breite Streuung der Anlagen sehr wichtig. Im Portfolio sollten verschiedene Anlageklassen (Renten-, Rohstoff- und wertorientierte Aktienfonds) aus unterschiedlichen Ländern und Regionen enthalten sein. Jede dieser Anlageklassen sollte möglichst risikoarm sein sowie unterschiedlich stark und zum Teil auch entgegengesetzt auf Einflüsse von außen reagieren, um temporäre Verluste in einer Anlageklasse durch Gewinne anderer Anlageklassen auszugleichen. Etwaige Klumpenrisiken, wie sie häufig durch den jahrelangen günstigen Erwerb von Mitarbeiteraktien entstanden sind, sollten nach Ablauf der Bindungsfristen reduziert und die Aktienanlage beispielsweise mit Investmentfonds breiter aufgestellt werden.

Im Rahmen der regelmäßigen Überwachung der Vermögensanlagen sollte von Zeit zu Zeit die ursprüngliche Zielgewichtung zwischen chancenorientierten und eher defensiven Anteilen wiederhergestellt werden, damit das Portfolio auch langfristig in der Balance bleibt.

A close-up photograph of a person's hands working at a desk. The person is wearing a blue button-down shirt. Their right hand is holding a green pencil, and their left hand is using a black calculator. The desk is covered with various financial documents, including a line graph and a bar chart. The background is softly blurred, showing a window with light coming through. The overall color palette is dominated by blues and greens, with a warm, slightly yellowish light from the window.

STEUERN IM RUHESTAND

Foto: Wichayada Suwanachun – Shutterstock

WAS BLEIBT NETTO VON DER RENTE?

Von Lutz Runte



LUTZ RUNTE

Diplom-Kaufmann und Steuerberater Lutz Runte vom Steuerbüro Runte & Partner ist Kooperationspartner des VAA.

Tel.: 0221 9216340

Fax: 0221 92163456

E-Mail: rentner@runte-partner.de

Foto: Runte & Partner

Da der wohlverdiente Ruhestand finanziert sein will, stellt sich die Frage: Welche Rentenbezüge sind zu erwarten? Unweigerlich gelangt man von dort zu der Frage, was davon für die Lebenshaltung zur Verfügung steht, nachdem der Fiskus seinen Anteil erhalten hat. Im Folgenden wird an einem Beispielsfall exemplarisch erläutert –, wie die Steuerlast für unterschiedliche Rentenarten berechnet wird.

Für den Fall eines verheirateten, konfessionslosen Rentners, dessen Ehefrau keine eigenen Einkünfte hat, und der für seine Kinder keine Kinderfreibeträge mehr erhält, soll beispielhaft das zu versteuernde Einkommen und die darauf entfallende Steuerbelastung ermittelt werden. Der mit vollendetem 63. Lebensjahr zu Beginn 2020 in Rente gehende Beispielrentner hat dabei als Einkünfte die drei Rentenarten, welche die meisten Mitglieder des VAA beziehen: eine Betriebsrente von 2.200 Euro im Monat, eine gesetzliche Rente von 1.800 Euro monatlich und eine Pensionskassenrente von monatlich 1.000 Euro. Zudem soll dargestellt werden, welche Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge der Beispielrentner bei freiwilliger gesetzlicher Krankenversicherung dabei insgesamt zu zahlen hat und wie sich diese bei der Ermittlung seines zu versteuernden Einkommens steuermindernd auswirken.

1. BESTEUERUNG DER BETRIEBSRENTE

Betriebsrenten, die dem monatlichen Lohnsteuerabzug unterliegen, werden wie das vorherige Gehalt nahezu vollständig der Besteuerung unterworfen. Lediglich der sogenannte Versorgungsfreibetrag und der Zuschlag zum Versorgungsfreibetrag bleiben steuerfrei. Für die Höhe des lebenslang konstanten Versorgungsfreibetrags und Zuschlags zum Versorgungsfreibetrag ist das Kalenderjahr des Versorgungsbegins maßgebend, denn Versorgungsfreibetrag und Zuschlag werden geringer, je später der Rentenbezug beginnt:

Versorgungsbeginn	2005	2010	2015	2020	2021	2022	2023	2025	2030	2040
Versorgungsfreibetrag										
in Prozent	40,0	32,0	24,0	16,0	15,2	14,4	13,6	12,0	8,0	0,0
maximal in Euro	3.000	2.400	1.800	1.200	1.140	1.080	1.020	900	600	0
Zuschlag in Euro	900	720	540	360	342	324	306	270	180	0

Ermittlung des steuerpflichtigen Teils der Betriebsrente im Beispielfall:

Brutto-Versorgungsbezüge, 12 x 2.200 Euro =	26.400 Euro
./. Versorgungsfreibetrag, 16 % = 4.224 Euro, maximal	./. 1.200 Euro
./. Zuschlag zum Versorgungsfreibetrag	./. <u>360 Euro</u>
steuerpflichtig	24.840 Euro

2. BESTEUERUNG DER GESETZLICHEN RENTE

Seit 2005 sind gesetzliche Renten mit einem Steueranteil von mindestens 50 Prozent zu versteuern. Dieser Besteuerungsanteil ist abhängig vom Jahr des Rentenbeginns und steigt von 2005 bis 2020 in Zwei-Prozent-Schritten und von 2020 bis 2040 in Ein-Prozent-Schritten. Ab 2040 sind Renten aus der gesetzlichen Rentenversicherung dann im Rahmen des sogenannten Übergangs zur nachgelagerten Besteuerung voll zu versteuern:

Rentenbeginn	2005*	2010	2015	2020	2021	2022	2023	2025	2030	2040
Steueranteil	50%	60%	70%	80%	81%	82%	83%	85%	90%	100%

* und früher

Der steuerpflichtige Teil der Rente wird im ersten Rentenbezugsjahr unter Anwendung des Tabellenprozentsatzes auf den Jahresbetrag der Rente (Bruttorente) ermittelt. Analog wird der steuerfreie Teil der Rente berechnet, den man Rentenfreibetrag nennt. Er gilt für die gesamte Laufzeit der Rente mit der Folge, dass regelmäßige jährliche Rentenerhöhungen der Folgejahre voll steuerpflichtig sind.

Ermittlung des steuerpflichtigen Teils der gesetzlichen Rente im Beispielfall:

Jahresbetrag der Rente, 12 x 1.800 Euro =	21.600 Euro
./. Rentenfreibetrag, 20 % =	<u>./. 4.320 Euro</u>
Besteuerungsanteil, 80 % =	17.280 Euro

3. BESTEUERUNG DER PENSIONSKASSENRENTE

Die Besteuerung von Pensionskassenrenten hängt von der steuerlichen Behandlung der Beiträge in der Ansparphase ab. Renten aus Pensionskassen sind in voller Höhe steuerpflichtig, soweit die Beiträge durch den Arbeitgeber gefördert wurden (arbeitgeberfinanziert). Wurden die Beiträge aus versteuertem Einkommen geleistet (eigenfinanziert) und nicht als Sonderausgaben geltend gemacht, sind die Rentenleistungen nur mit dem Ertragsanteil zu versteuern. In Mischfällen teilen die Pensionskassen die Rente in den Bescheinigungen auf.

Für den zugrunde gelegten Beispielsfall wird eine hälftige Aufteilung unterstellt. Maßgebend für die Bestimmung des steuerpflichtigen Ertragsanteils der eigenfinanzierten Rente ist das vollendete Lebensjahr des Rentenberechtigten bei Rentenbeginn. Dieser einmalig festgesetzte Satz gilt für die gesamte Dauer des Rentenbezugs:

Eintrittsalter	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67
Ertragsanteil	26 %	25 %	24 %	23 %	22 %	22 %	21 %	20 %	19 %	18 %	18 %	17 %

Ermittlung des steuerpflichtigen Teils der Pensionskassenrente im Beispielsfall:

Jahresbetrag des eigenfinanzierten Rententeils, 12 x 500 Euro =	6.000 Euro
Davon zu versteuernder Ertragsanteil, 20 % =	1.200 Euro
Jahresbetrag des arbeitgeberfinanzierten Rententeils, 12 x 500 Euro =	<u>6.000 Euro</u>
Insgesamt steuerpflichtig	7.200 Euro

4. KRANKEN- UND PFLEGEVERSICHERUNGS- BEITRÄGE

Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung ermitteln sich folgendermaßen:

Betriebsrente	26.400,00 Euro
Rente aus der gesetzlichen Rentenversicherung	21.600,00 Euro
Rente aus der Pensionskasse	<u>12.000,00 Euro</u>
Bemessungsgrundlage	60.000,00 Euro
maximale Beitragsbemessungsgrenze (im Jahr 2020)	56.250,00 Euro

Krankenversicherung, allgemeiner Beitragssatz, 14,6 % =	8.212,50 Euro
Zusatzbeitrag zur Krankenversicherung, zum Beispiel 0,9 % =	506,25 Euro
./. 50 % Zuschuss zur Krankenversicherung (auf gesetzliche Rente)	./. 1.674,00 Euro
Pflegeversicherung, 3,05 % =	<u>1.715,63 Euro</u>
Eigene Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung	8.760,38 Euro

Der Beispielsrentner muss also von seinen Renteneinkünften Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge von 8.760,38 Euro bezahlen, die er im Rahmen seiner Einkommensteuererklärung als Vorsorgeaufwendungen geltend machen kann.

VAA-Praxistipp: Nur wenn ein Anspruch auf Krankengeld besteht, ist ein Kürzungsbetrag zu berücksichtigen, der vier Prozent der eigenen Krankenversicherungsbeiträge beträgt. Obwohl diese Kürzung nur in seltenen Ausnahmefällen erfolgen darf, wird sie in Einkommensteuerbescheiden oft berücksichtigt und sollte überprüft und reklamiert werden.

5. **ERMITTLUNG DES ZU VERSTEUERNDEN EINKOMMENS UND DER STEUERBELASTUNG**

Das zu versteuernde Einkommen ermittelt sich wie folgt:

Betriebsrente, soweit steuerpflichtig	24.840 Euro
./. Werbungskosten, mindestens Pauschbetrag	./. <u>102 Euro</u>
Einkünfte aus nichtselbstständiger Arbeit	24.738 Euro
Gesetzliche Rente, Besteuerungsanteil	17.280 Euro
Pensionskassenrente, zu versteuernder Anteil	7.200 Euro
./. Werbungskosten, mindestens Pauschbetrag	./. <u>102 Euro</u>
Sonstige Einkünfte	24.378 Euro
Summe/Gesamtbetrag der Einkünfte	49.116 Euro
./. Vorsorgeaufwendungen, Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge	./. 8.761 Euro
./. übrige Sonderausgaben, zum Beispiel Spenden, mindestens Pauschbetrag von 72 Euro	./. 72 Euro
./. außergewöhnliche Belastungen	./. <u>0 Euro</u>
Einkommen/zu versteuerndes Einkommen	40.283 Euro
Einkommensteuer	4.766 Euro
Solidaritätszuschlag	<u>262 Euro</u>
Gesamtsteuerbelastung	<u>5.028 Euro</u>

Im beschriebenen Beispiel beträgt der durchschnittlich auf das zu versteuernde Einkommen gezahlte Steuersatz 12,5 Prozent und der durchschnittlich auf die Summe der Bruttorenten gezahlte Steuersatz 8,4 Prozent.

Im Ergebnis bleibt dem Rentner von den 60.000 Euro Bruttorenten (5.000 Euro monatlich) somit nach Abzug von Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträgen sowie Steuern ein Jahresnettobetrag in Höhe von 46.212 Euro (3.851 Euro monatlich).

6. INDIVIDUELLE FAKTOREN BEEINFLUSSEN BESTEUERUNG

Obwohl viele VAA-Mitglieder die im Beispiel behandelten Renten beziehen werden, werden sich die Besteuerungssituationen dennoch stark unterscheiden, weil zum Beispiel die Höhe der Renten anders ist, zusätzlich Vermietungseinkünfte erzielt werden, der Ehepartner auch Einkünfte erzielt oder keine gesetzliche, sondern eine private Krankenversicherung bezahlt werden muss. Derartige Abweichungen führen im Ergebnis zu einem anderen zu versteuernden Einkommen und zu einer anderen Belastung mit Steuern und Beiträgen.

In welchem Maß zusätzliche Einnahmen beziehungsweise zusätzliche Ausgaben mit Einkommensteuer belastet werden, sagt der sogenannte Grenzsteuersatz. Im Beispiel liegt er für zusätzliche 100 Euro bei 26 Prozent. Wenn der Grenzsteuersatz unter 25 Prozent liegt, ist ein Antrag auf Tarifbesteuerung eventuell vorhandener Einkünfte aus Kapitalvermögen sinnvoll.

Den meisten Fällen ist gemeinsam, dass die im Laufe des Jahres nur auf die Betriebsrente gezahlte Lohnsteuer nicht ausreicht, um die Steuerlast zu decken. Deshalb wird es bei der ersten Einkommensteuererklärung zu einer Nachzahlung kommen. Für die kommenden Jahre setzt das Finanzamt in aller Regel vierteljährliche Vorauszahlungen fest, die künftige Nachzahlungen verhindern sollen.



ERBEN UND VERERBEN

Foto: Inside Creative House – iStock

IMPRESSIONEN ZUM ERBRECHT

Von Gert Grey



GERT GREY

Kanzlei Grey & Grundhoff

Gert Grey ist Rechtsanwalt, Mediator, Fachanwalt für Erbrecht sowie Testamentsvollstrecker und Nachlasspfleger. Seit 2020 ist Grey Kooperationspartner des VAA.

Foto: Doreen Kühr

Worum geht es? Das Erbrecht regelt das Schicksal unseres Vermögens nach dem Tod eines Menschen, dem Erbfall. Das Erbrecht sagt uns, was wir tun können und wie wir dies zu tun haben. Es sagt uns auch, was wir nicht tun können und regelt die Fälle, wenn wir nichts tun. Der Gesetzgeber formuliert natürlich bedeutender und spricht von den Grundentscheidungen zum Privaterbrecht (Wir oder der Staat?), dem Familienerbrecht samt Pflichtteilsrecht (Wer von uns was?) und der Testierfreiheit (Ich entscheide, wer erbt). Letztere wiederum wird inhaltlich eingeschränkt (Wer darf nicht leer ausgehen?) und mit Form- und Typenzwängen (Wie muss ein Testament verfasst sein?) weiter reguliert.

Die Grundentscheidung lautet: Das Vermögen bleibt in privater Hand. Der Staat erbt im Regelfall nicht. Gleichwohl geht er nicht leer aus. Im Wege der Erbschaftsteuer schöpft er – aus Sicht mancher sogar zu viel – ab. Als Berater weise ich darauf hin und zeige gegebenenfalls Möglichkeiten, diesen Abfluss zu begrenzen.

Ein weiterer Eckpfeiler ist das Familienerbrecht. Im Zweifel und wenn nichts geregelt wird, bleibt das Vermögen in der Familie bei unseren Verwandten: „Das Gut rinnt wie das Blut.“ Etwas verkürzt gesprochen trifft

dieser alte Rechtssatz durchaus zu. Ein relevanter Teil rinnt dabei zum – üblicherweise nicht verwandten – Ehepartner. Viele überrascht, dass es nur ein Teil ist. Regeln die Eheleute nichts, ist der Ehegatte fast nie Alleinerbe. Dies verstört im Erbfall kinderlose Paare nicht selten.

Unerwünschte oder erwünschte Mindestteilhabe durch den Pflichtteil nimmt in der Praxis einen großen Raum ein. Bestimmte Angehörige und Ehegatten dürfen nicht ganz leer ausgehen, sie haben Pflichtteilsansprüche. Diese Ansprüche korrekt zu ermitteln und durchzusetzen, ist nicht selten herausfordernd, weil der Konflikt zumeist tiefer angelegt ist. Nicht zuletzt deshalb werden die Regelungen von den Beteiligten nicht immer gewünscht. Überraschungen treten auch auf, wenn man den Kreis der Begünstigten erläutert. Gute Geschwister erhalten nichts, aber unbekannte Enkel unter Umständen sehr wohl etwas. Berater erläutern die Lage und erörtern Strategien, unerwünschte Beteiligungen zu minimieren. Umgekehrt unterstützen sie bei der Durchsetzung gesetzlich geschützter Mindestbeteiligungen.

Über allem schwebt die Testierfreiheit, sprich die Freiheit, über sein Erbe zu bestimmen, wie man es für richtig hält. So wie das Eigentum im Großen und Ganzen geschützt ist und ich damit machen kann, was ich will, verhält es sich auch beim Erbe. Der Erblasser bestimmt noch zu Lebzeiten über sein Vermögen auch über den Tod hinaus. Negativ formuliert: Er regiert mit „kalter Hand“ weiter! Die vom Gesetz vorgegebenen Gerechtigkeitskriterien (beispielsweise gleichmäßige Verteilung und Mindestteilhabe von Kindern) kann der Erblasser für sich individuell festlegen. Wenn er sein Vermögen dem Kaninchenzüchterverein zukommen lassen will – dann ist dies auch möglich. Bis auf die Mindestteilhabe (Pflichtteil), gehen alle anderen leer aus.

Diese Freiheit setzt Mündigkeit voraus und wird wegen der Bedeutung der Sache durch formale Schutzmechanismen abgesichert. Hier kommt auch der Schutz vor Erbschleicherei ins Spiel. Diskussionen über die Testierfähigkeit gerade im vorgerückten Alter zeugen von dem Versuch der Hinterbliebenen, Enttäuschungen zu korrigieren. Auch die Formvorschriften sollen schützen, wobei hier schon einfachste Mittel reichen. Ich kann ein Millionenvermögen mit einem Satz auf einem kleinen Blatt

Papier von Hand vererben – ich sollte aber dafür sorgen, dass der Zettel nicht verloren geht und ernst genommen wird. Rechtsanwälte haben hier die Aufgabe, Fehler aufzudecken und – meines Erachtens wichtiger – Fehler zu vermeiden.

Auch die sogenannten guten Sitten greifen zuweilen ein. Verstößt eine vom Erblasser getroffene Regelung gegen das „Anstandsgefühl aller billig und gerecht Denkenden“, kann sie unwirksam sein. Früher konnte dies schon die Begünstigung einer nichtehelichen Partnerin sein. Doch die Zeiten und das „Anstandsgefühl“ unterliegen dem Wandel. Vor Kurzem wurde eine Regel kassiert, die dem begünstigten Enkel auferlegte, den Opa bis zu seinem Tode zu besuchen. Das Gericht war der Auffassung, dieser Zwang sei unangemessen und damit sittenwidrig. Der Enkel erbt – auch ohne den Opa zu besuchen. Berater müssen auf derartige Untiefen hinweisen. Die schönste Regelung hilft nicht, wenn sie nicht hält.

Im eigentlichen Sinn kein Thema des Erbrechts ist das Geben mit „warmer Hand“. Gleichwohl gehört es hierhin, weil die Beteiligten das Vermögen auch schon zu Lebzeiten fließen lassen können – nie müssen! Sie tun dies gerade und mit Blick auf den späteren Erbfall. Dies kann steuerrechtlich sinnvoll sein. Auch werden gute Effekte – und sei es nur Dankbarkeit – ausgelöst, die im Erbfall entweder zu spät oder für den Erblasser eben gar nicht erkennbar wären.

Oft wird gerügt, das Erbrecht sei kompliziert. Das stimmt, aber auch der Mensch ist kompliziert. Das Recht versucht, Regeln aufzustellen, um ein ethisches Minimum zu gewährleisten. Bei komplexen Situationen folgt daraus oft auch ein komplexes Geflecht an Regelungen – selbst wenn es einfach sein soll.

Hinzu kommt, dass die Beteiligten sich anlässlich eines Erbfalls ohnehin in einer emotionalen Extremlage befinden. Wenn jetzt noch wirtschaftliche Sorgen oder gar Existenzängste hinzukommen, droht die Eskalation und kann eine qualifizierte Begleitung helfen. Oft reicht es schon, das Dickicht zu lichten, die Situation zu klären und eine Perspektive zu eröffnen. Wichtig: Längst nicht jeder Erbfall wird zu einem Streitfall. Das Gegenteil

trifft zu. Sind die Beteiligten erst einmal sachgerecht informiert, können sie ihre Situation deutlich entspannter und zielorientierter angehen. Selbst gegensätzliche Positionen lassen sich durch sachgerechtes Vorgehen im Interesse beider Seiten auflösen und friedlich abwickeln. Der echte Erbstreit ist eine Ausnahme – und die bestätigt bekanntlich die Regel.



EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT

Foto: Caritas

ADRESSEN FÜR EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT

Die überwiegende Zahl von Hilfsorganisationen und karitativen Einrichtungen sind aufgrund ihres bundesweiten Auftretens bekannt, so dass auf eine Aufzählung verzichtet werden kann. Im Internet findet man zahlreiche Datenbanken, die regional Möglichkeiten ehrenamtlichen Engagements aufzeigen. Eine beispielhafte Übersicht:

Aktion Mensch – Freiwilligendatenbank

Die Freiwilligendatenbank der Aktion Mensch ist nach eigener Darstellung die größte Freiwilligendatenbank Deutschlands, in der Initiativen, Verbände und Projekte ehrenamtliche Unterstützer suchen. Die Suche kann neben der Angabe der Postleitzahl nach Tätigkeitsfeldern erfolgen.
www.freiwilligendatenbank.de

Bundesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen e. V.

Die bagfa – Bundesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen e. V. ist der bundesweite Dach- und Fachverband der circa 400 Freiwilligenagenturen in Deutschland. Auf der Internetseite befindet sich eine Engagementdatenbank.
www.bagfa.de

Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e. V.

Die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e. V. ist ein Dachverband, unter dem sich über 100 Verbände zusammengeschlossen haben. Neben einer Interessenvertretung insbesondere gegenüber der Politik wird in Publikationen und Veranstaltungen über ein möglichst gesundes Altern informiert. In den Mitgliedsverbänden der BAGSO erfährt man mehr über die Möglichkeiten des ehrenamtlichen Engagements. Auf der Internetseite www.wissensdurstig.de listet die BAGSO unter anderem Tagungen, Kurse, Vorträge auf, die für die Altersgruppe 55plus interessant sind.
www.bagso.de

Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros e. V.

Die BaS – Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros e. V. ist ein Zusammenschluss der Träger von Seniorenbüros. Bundesweit über 300 Seniorenbüros fungieren als Informations-, Begegnungs-, Beratungs- und Vermittlungsstellen auf lokaler Ebene. Sie richten sich an Menschen ab 50 Jahren, die für sich und andere aktiv werden wollen. Über 1.200 verschiedenste Initiativen finden sich auf einer Homepage der BaS.

www.senioren-initiativen.de

Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement

Das Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement (BBE) ist ein Zusammenschluss von Akteuren aus Bürgergesellschaft, Staat und Wirtschaft. Das übergeordnete Ziel des Netzwerks ist die nachhaltige Förderung von Bürgergesellschaft und bürgerschaftlichem Engagement in allen Gesellschafts- und Politikbereichen.

www.b-b-e.de

Deutscher Verein für öffentliche Fürsorge e. V.

Im Internetportal des Vereins werden Fachinformationen und Praxistipps für ehrenamtliches Engagement veröffentlicht. In einer Suchfunktion können Engagements nach Ort und Tätigkeitsfeldern aufgerufen werden.

www.engagiert-in-deutschland.de

Stiftung Bürger für Bürger

Die Stiftung Bürger für Bürger hat sich zum Ziel gesetzt, das bürgerschaftliche Engagement in seiner Vielfalt zu stärken. Eine Übersicht regionaler Freiwilligenagenturen/Vermittlungsstellen findet man auf der Homepage unter der Rubrik „Engagementmöglichkeiten“.

www.buerger-fuer-buerger.de

Stiftung Mitarbeit

Die Stiftung Mitarbeit informiert auf der Homepage über Möglichkeiten des Engagements in der Bürgergesellschaft und liefert anhand von Praxishilfen einen Erfahrungsaustausch, Kooperation und gegenseitigem Lernen zwischen unterschiedlichen zivilgesellschaftlichen Netzwerken.

www.buergergesellschaft.de

Vorlesepatte

EDV-Trainer für Senioren

Demenzbegleiter

Großeltern auf Zeit

Nachbarschaftshilfe

Jugendmigration

Mathe-Nachhilfe



KONTAKT —

KÖLN

VAA

MOHRENSTRASSE 11 – 17

50670 KÖLN

TEL + 49 221 160010

FAX + 49 221 160016

MAIL INFO@VAA.DE

BERLIN

VAA

KAISERDAMM 31

14057 BERLIN

TEL + 49 30 3069840

FAX + 49 30 30698420

MAIL INFO.BERLIN@VAA.DE

WWW.VAA.DE