

FINANZKLAR · WEIL DEINE FINANZEN KLARHEIT VERDIENEN.

Rentenlücke schließen – mit ETFs

Die gesetzliche Rente reicht für die meisten nicht. Die gute Nachricht: Mit einem simplen ETF-Sparplan baust du selbst vor, ohne Provision und ohne Finanzstudium.

WAS DU BEKOMMST

Nach diesem Leitfaden kennst du die Faustregel, wie viel du sparen solltest – und die drei Schritte zu deinem ersten ETF-Sparplan.

Bevor du anfängst

Ein kurzer Überblick, damit du das Beste aus diesem Leitfaden herausholst.

Das kennen viele: Über Geld wurde uns weder in der Schule noch zu Hause viel erzählt. Kein Wunder, dass „Altersvorsorge“ für viele nach komplizierten Verträgen und endlosem Kleingedruckten klingt.

Dabei reicht für den Anfang erstaunlich wenig: ein Depot, ein breit gestreuter ETF, ein Dauerauftrag. Dieser Leitfaden zeigt dir, wie groß deine Lücke ist und wie du startest.

SO NUTZT DU DIESES DOKUMENT

- 1** Lies jede Erklärung, bevor du die Felder ausfüllst.
- 2** Trag deine echten Zahlen ein – nicht das Idealbild.
- 3** Setz dir am Ende ein Startdatum. Der wichtigste Schritt ist der erste.

WAS DICH ERWARTET

- **Schritt 1 · Standort bestimmen:** Wie groß ist deine Lücke?
- **Schritt 2 · Sparrate festlegen:** Die 15-Prozent-Faustregel
- **Schritt 3 · Das Werkzeug verstehen:** Warum ausgerechnet ein ETF?
- **Schritt 4 · Loslegen:** In 3 Schritten zum Sparplan

01 Wie groß ist deine Lücke?

SCHRITT 1 · STANDORT BESTIMMEN

Zuerst der ehrliche Blick: Was bekommst du voraussichtlich vom Staat? Das steht in deiner jährlichen Renteninformation der Deutschen Rentenversicherung.

Eine einfache Faustregel: Im Ruhestand brauchst du rund 80 % deines letzten Nettos, um deinen Lebensstandard zu halten. Die Differenz zur gesetzlichen Rente ist deine Rentenlücke und sie wächst, weil die Renten langfristig langsamer steigen als die Preise.

✎ TRAG EIN

Prognostizierte Brutto-Rente (laut Renteninformation): _____ .

Heutige monatliche Ausgaben: _____

Dein grobes Gefühl zur Lücke: _____

02 Die 15-Prozent-Faustregel

SCHRITT 2 · SPARRATE FESTLEGEN

Eine bewährte Daumenregel: Bist du um die 30 und fängst gerade an, leg langfristig rund 15 % vom Netto fürs Alter zurück, am besten in breit gestreute Aktien-ETFs.

Je früher du startest, desto weniger musst du sparen, weil der Zinseszins für dich arbeitet.

Beim Budgetieren hilft die 50-30-20-Regel: 50 % Lebenshaltung, 30 % Freizeit, 20 % sparen (davon rund 15 % fürs Alter).

✎ RECHNE AUS

Dein Netto im Monat: _____ × 15 % = _____ € langfristige Sparrate fürs Alter.

03 Warum ausgerechnet ein ETF?

SCHRITT 3 · DAS WERKZEUG VERSTEHEN

Ein ETF bildet einfach einen ganzen Index nach, etwa den Weltaktienindex MSCI World mit über 1.000 großen Unternehmen. Du investierst also breit gestreut, zahlst niedrige Gebühren und musst keine Einzelaktien auswählen. Historisch legte der MSCI World seit 1970 im Schnitt rund 7–8 % pro Jahr zu.

Wichtig: Das ist Vergangenheit, keine Garantie, die Kurse schwanken stark.

Rechne für dich lieber vorsichtig mit etwa 6 % und einem langen Atem von 15+ Jahren.

VERSTANDEN?

- ☐ Mir ist klar: breit gestreut schlägt einzelne Wetten.
- ☐ Mir ist klar: Schwankungen gehören dazu, ich verkaufe nicht in der Panik.
- ☐ Mir ist klar: Renditen der Vergangenheit sind keine Garantie für die Zukunft.

04 In 3 Schritten zum Sparplan

SCHRITT 4 · LOSLEGEN

Jetzt wird es konkret. Du brauchst nur ein günstiges Depot, einen breit streuenden Welt-ETF, der Gewinne automatisch wieder anlegt und einen monatlichen Dauerauftrag. Den Rest erledigt der Sparplan von allein, am besten direkt nach dem Gehaltseingang.

DEINE 3 SCHRITTE

- ☐ Depot mit niedrigen Gebühren eröffnet.
- ☐ Breit gestreuten Welt-ETF ausgewählt (möglichst globale Streuung).
- ☐ Monatlichen Sparplan eingerichtet – auch kleine Beträge zählen.

→ FINANZKLAR-TIPP

Bevor du loslegst: Notgroschen und teure Schulden zuerst.

Wie das geht, steht in unserem Workbook „Notgroschen & der erste Schritt zur Börse“.

Jetzt handeln

Du hast dir Klarheit verschafft. Jetzt kommt der wichtigste Teil: der erste Schritt.

DEINE NÄCHSTEN 3 SCHRITTE

- 1 Diese Woche: Renteninformation rauskramen und Lücke grob schätzen.

Erledige ich am: _____

- 2 Diesen Monat: Depot eröffnen und ersten Sparplan einrichten, auch mit 50 €.

Erledige ich am: _____

- 3 Jährlich: Sparrate ans Gehalt anpassen, mindestens +2 % gegen die Inflation.

Erledige ich am: _____

Wie viel für dich realistisch ist, hängt von deinem Leben ab, Kinder, Selbstständigkeit, Gehalt.

Lass uns deinen Plan gemeinsam durchrechnen. Ehrlich und auf dich zugeschnitten.

[Zum Erstgespräch →](#)

Dieses Dokument dient der Information und ersetzt keine individuelle Beratung. Keine Anlage-, Steuer- oder Rechtsberatung. Stand 2026.