

5.000 Euro zur Geburt –

wie frühe Vermögensbildung die Altersvorsorge verändern könnte

MeisCon Research · Prof. Dr. Harald Meisner · blog.meisnerconsult.de

1. Die Rentendebatte und ihr blinder Fleck

Die Rentendebatte in Deutschland dreht sich meist um Beitragssätze, Rentenniveau und demografischen Wandel. Dabei wird häufig übersehen, welche Wirkung frühe Vermögensbildung entfalten kann. Ein vergleichsweise kleines Startkapital und regelmäßiges Sparen können über viele Jahrzehnte erhebliche Vermögen schaffen – und damit die Altersvorsorge auf eine breitere Grundlage stellen.

2. Das Gedankenexperiment

Jedes Neugeborene erhält ein staatliches Startkapital von 5.000 Euro. Dieses Geld wird in einen breit gestreuten ETF investiert und bleibt bis zum 70. Lebensjahr unangetastet. Zusätzlich spart die Person ab dem 20. Lebensjahr regelmäßig einen festen Betrag von nominal 100 Euro bzw. 200 Euro monatlich.

Für die Rechnung unterstellen wir eine langfristige nominale Rendite von 7 Prozent pro Jahr sowie eine durchschnittliche Inflation von 2 Prozent. Historisch betrachtet liegen breit diversifizierte Aktienanlagen über sehr lange Zeiträume in dieser Größenordnung – wenngleich keine Garantie für die Zukunft besteht.

3. Was tatsächlich auf dem Konto steht – die Nominalrechnung

Bevor wir Kaufkraft und Inflation berücksichtigen, lohnt ein Blick auf die reinen Nominalbeträge. Das Startkapital von 5.000 Euro wächst bei 7 Prozent Jahresrendite über 70 Jahre auf:

$$5.000 \text{ €} \times 1,07^{70} \approx 570.000 \text{ € (nominal)}$$

Der Sparplan von nominal 100 Euro monatlich über 50 Jahre ergibt bei 7 Prozent Rendite einen nominalen Endwert von rund 545.000 Euro. Bei 200 Euro monatlich entsprechend rund 1.090.000 Euro.

Addiert man Startkapital und Sparplan, ergeben sich folgende Nominalbeträge mit 70 Jahren:

Baustein	Nominaler Endwert mit 70	Deflationiert ($\div 4,0$)	Bemerkung
Startkapital 5.000 €	ca. 570.000 €	ca. 143.000 €	70 Jahre @ 7 %
Sparplan 100 €/Monat	ca. 545.000 €	ca. 258.000 €* 50 Jahre @ 7 % nominal	
Summe Variante A	ca. 1.115.000 €	ca. 401.000 €	
Sparplan 200 €/Monat	ca. 1.090.000 €	ca. 516.000 €* 50 Jahre @ 7 % nominal	
Summe Variante B	ca. 1.660.000 €	ca. 659.000 €	

* Die Deflationierung des Sparplans verwendet die reale Rendite von ca. 4,9 % direkt über 50 Jahre. Da die Einzahlungen über 50 Jahre zu unterschiedlichen Kaufkraftzeitpunkten erfolgen, ist dies eine methodisch konsistente Näherung.

Diese Nominalbeträge klingen beeindruckend – sie spiegeln jedoch auch die Geldentwertung über sieben Jahrzehnte wider. Wer 2025 geboren wird und 2095 in Rente geht, lebt in einer Welt mit deutlich höherem Preisniveau. Deshalb ist die Kaufkraftbetrachtung der ehrlichere Maßstab.

4. Was das Geld wirklich wert ist – die Realrechnung

Um die nominalen Endwerte in heutige Kaufkraft umzurechnen, dividieren wir durch den kumulierten Inflationsfaktor. Bei 2 Prozent Inflation über 70 Jahre gilt:

$$1,02^{70} \approx 4,0 \text{ – das Preisniveau ist dann viermal so hoch wie heute}$$

Das Startkapital von 570.000 Euro nominal entspricht damit rund 143.000 Euro in heutiger Kaufkraft. Der Sparplan von 100 Euro monatlich ergibt über die reale Rendite von 4,9 Prozent rund 258.000 Euro. Zusammen:

Monatliche Sparrate	Eigene Einzahlungen	Vermögen mit 70 Jahren (real)	davon Startkapital
100 €/Monat	65.000 €	ca. 401.000 €	ca. 143.000 €
200 €/Monat	125.000 €	ca. 659.000 €	ca. 143.000 €

Der entscheidende Punkt: Bereits 125.000 Euro an eigenen Einzahlungen – davon 5.000 Euro Startkapital und 120.000 Euro eigene Sparleistung – können zu einem realen Vermögen von 659.000 Euro führen. Das Verhältnis von eingezahltem Kapital zu Endvermögen beträgt mehr als 1 zu 5.

5. Der entscheidende Faktor: Der Zinssatz

Die angenommene Rendite von 7 Prozent ist keine willkürliche Zahl – aber sie ist auch keine Selbstverständlichkeit. Ein Blick auf alternative Anlageformen zeigt, wie stark der Zinssatz das Ergebnis beeinflusst:

Anlageform	Rendite	5.000 € nach 70 J. (nominal)	5.000 € nach 70 J. (real)	Sparplan 100 €/Mo. 50 J. (nominal)
Tagesgeld	2,5 %	ca. 32.000 €	ca. 8.000 €	ca. 83.000 €
Anleihen / konservativ	4,0 %	ca. 147.000 €	ca. 37.000 €	ca. 152.000 €
ETF breit diversifiziert	7,0 %	ca. 570.000 €	ca. 143.000 €	ca. 545.000 €

Der Unterschied zwischen Tagesgeld und einem breit diversifizierten ETF-Portfolio ist dramatisch. Beim Startkapital allein beträgt der Faktor zwischen 2,5 Prozent und 7 Prozent Rendite nominal rund 18 – aus 5.000 Euro werden entweder 32.000 Euro oder 570.000 Euro. Real, also in heutiger Kaufkraft, ist der Unterschied noch gravierender: 8.000 Euro stehen 143.000 Euro gegenüber.

Beim Tagesgeld mit 2,5 Prozent Nominalrendite und 2 Prozent Inflation bleibt real kaum etwas übrig. Das Geld wächst zwar nominal, verliert aber fast vollständig seinen Kaufkraftzuwachs. Erst ab einer Nominalrendite deutlich über der Inflationsrate entfaltet der Zinseszins seine volle Wirkung.

Diese Erkenntnis ist zentral: Nicht die Sparrate allein entscheidet über den langfristigen Erfolg, sondern das Zusammenspiel aus Zeit, Sparleistung und – vor allem – Rendite.

Die Wirkung verschiedener Renditen lässt sich im interaktiven MeisCon-Vermögensrechner auf blog.meisnerconsult.de direkt durchspielen – mit frei wählbarer Sparrate, Inflationsrate, Zinsvergleich und Entnahmedauer.

6. Die Rentenphase: monatliche Zusatzrente aus eigenem Kapital

Mit 70 Jahren tritt die Person in den Ruhestand. Das aufgebaute Vermögen wird nun schrittweise verbraucht – über eine angenommene Restlebenserwartung von 15 Jahren bis zum Alter von 85 Jahren. Das Kapital bleibt dabei konservativ angelegt und erzielt real noch 2 Prozent Rendite pro Jahr.

Auf Basis der Annuitätenformel ergibt sich folgende monatliche Zusatzrente in heutiger Kaufkraft:

Monatliche Sparrate	Vermögen mit 70 Jahren (real)	Monatliche Zusatzrente	Gesamtentnahme
100 €/Monat	ca. 401.000 €	ca. 2.580 €	ca. 464.000 €
200 €/Monat	ca. 659.000 €	ca. 4.240 €	ca. 763.000 €

Diese Beträge kommen zusätzlich zu einer möglichen gesetzlichen Rente hinzu und sind bereits in heutiger Kaufkraft ausgewiesen. Wer ab dem 20. Lebensjahr lediglich 100 Euro monatlich spart, kann im Alter eine Zusatzrente von rund 2.580 Euro monatlich erwarten – mehr als das Doppelte der eigenen monatlichen Einzahlung als Auszahlung über 15 Jahre.

7. Die eigentliche Lehre: Zeit schlägt Höhe

Die Modellrechnung zeigt eindrücklich, wie stark die Kombination aus frühem Start, Kapitalmarktrendite und Zinseszinsseffekt wirkt. Drei Erkenntnisse stechen hervor:

1. Zeit ist das wertvollste Gut. Die ersten Jahrzehnte einer Kapitalanlage sind aus Sicht des Zinseszinses die wichtigsten. Zeit lässt sich später nicht nachholen.
2. Die Rendite entscheidet. Der Unterschied zwischen Tagesgeld und einem diversifizierten ETF-Portfolio beträgt über 70 Jahre nominal Faktor 18. Wer langfristig spart, sollte die Anlageform bewusst wählen.
3. Nominal und real sind verschiedene Welten. 1.115.000 Euro auf dem Konto klingt beeindruckend – in heutiger Kaufkraft entspricht das 401.000 Euro. Beide Zahlen sind korrekt, aber nur die reale Zahl zeigt, was das Geld tatsächlich kaufen kann.

Ein staatliches Startkapital von 5.000 Euro würde keine Rentenprobleme lösen. Es könnte jedoch den Grundstein für finanzielle Eigenständigkeit legen – und langfristig Vermögen schaffen, das weit über die ursprüngliche Investition hinausgeht.

Vielleicht sollten wir deshalb weniger darüber diskutieren, wie Renten im Alter erhöht werden können, und stärker darüber nachdenken, wie junge Menschen möglichst früh Zugang zu produktivem Kapital erhalten.

Wer die eigenen Annahmen testen möchte, findet auf blog.meisnerconsult.de den zugehörigen Vermögensrechner – inklusive Zinsvergleich Tagesgeld / Anleihen / ETF und Wachstumsverlauf in heutiger Kaufkraft.

Methodischer Hinweis

Alle Realwerte sind in heutiger Kaufkraft (Basisjahr 2025) ausgewiesen. Die Deflationierung des Startkapitals erfolgt mit $1,02^{70} \approx 4,0$. Der Realwert des Sparplans wird über die reale Rendite von ca. 4,9 % p.a. direkt berechnet (Fisher-Gleichung: $(1,07/1,02)-1$). Da die Einzahlungen über 50 Jahre zu unterschiedlichen Kaufkraftzeitpunkten erfolgen, ist dies die methodisch konsistenteste Näherung für den heutigen Kaufkraftwert des Endvermögens. Die Sparrate von 100 € bzw. 200 € monatlich ist nominal konstant; real sinkt ihre Kaufkraft über die 50-jährige Ansparphase mit der Inflationsrate. Die Annuität in der Rentenphase basiert auf einer realen Verzinsung von 2 % p.a. über 180 Monate (15 Jahre).

Der beigefügte Rechner ist nur zu Demonstrationszwecken gedacht und nicht kommerziell nutzbar – die methodischen Hinweise sind zu beachten. Für Fehler und Mängel wird keine Haftung übernommen – der Rechner wird auch nach der Probephase überarbeitet.