

# Warum Wechseljahre finanziell entscheidend sind – 3 Tipps, was du jetzt tun kannst!

Bei manchen beginnen sie bereits mit 39, bei manchen erst mit 52 – die Wechseljahre gehen vor allem bei Frauen häufig mit körperlichen Veränderungen, Schlafproblemen und manchmal auch mit depressiven Verstimmungen einher. Laut einer Studie gaben ca. 21 % an, aufgrund von Wechselbeschwerden Arbeitszeit reduzieren zu müssen. Manche gehen deretwegen in Frühpension. So gehen wertvolle Jahre – und Beträge – auf den Pensionskonten verloren. Hier erfährst du, was du jetzt für deine finanzielle Zukunft tun kannst.

## Niemand ist zu jung zum Ansparen



Viele wollen vom Thema Vorsorgen nichts hören. "Dazu bin ich noch viel zu jung", "das ist endlos weit weg", "ich kümmere mich später darum", sind so die gängigsten Ausflüchte. Doch die Wechseljahre und das Näherrücken der Pensionsjahre können für dich Ansporn sein, dich jetzt mit dem Thema auseinanderzusetzen.

## Warum überhaupt mit Vorsorgen beschäftigen?

Die Gehaltslücke zwischen Männern und Frauen ist groß. Frauen sind länger bei den Kindern zuhause, arbeiten oft viele Jahre in Teilzeitjobs und sind immer noch seltener in Führungspositionen zu finden als Männer. Lies dazu auch: [Warum Altersarmut auch dich treffen könnte](#). Alles Gründe, die dafür sprechen, das Pensionskonto etwas aufzupeppen und seine finanzielle Zukunft rechtzeitig zu bedenken.

# Dazu noch das Thema Wechseljahre



92 % der Frauen in den Wechseljahren klagen laut Studie des Forschungsprojektes MenoSupportAustria<sup>1</sup> über körperliche und geistige Erschöpfung in dieser Zeit. Ca. 66 % geben an, sich weniger konzentrieren zu können, 64 % fühlen sich in dieser Zeit gestresster als sonst. Dies und mehr sind wohl Gründe dafür, weshalb ca. **21 % der Frauen in dieser Zeit ihre Arbeitsstunden reduzieren**. Bei den über 55-jährigen Frauen überlegen ca. 14 %, früher in den Ruhestand zu gehen bzw. sind sie bereits in Ruhestand. Die Umfrage wurde gemeinsam mit wechselweise.net und unserem Unternehmen durchgeführt.

Aufgrund dieser Tatsachen steigt **die Gehaltslücke zwischen Männern und Frauen weiter an**. Und die Notwendigkeit einer finanziellen Vorsorge wird vor allem für Frauen immer wichtiger.

## Deine Vorteile in den Wechseljahren



### 1. Vorteil: Klarheit

In den Jahren zwischen 40 und 50 hat man das Glück, meist schon mehr **Klarheit über Zukunftspläne und Wunschziele** zu haben. Denn Klarheit über langfristige Ziele sind gemeinsam mit einem **aktuellen Status deiner Finanzen** eine gute Basis, die du brauchst, um einen groben Ansparplan zu erstellen.

Dazu kann dir auch dieser Beitrag helfen: So gelingt deine Finanzplanung. Mit einem aktuellen Überblick über deine Finanzen kannst du viel fokussierter für die Pensionsjahre vorsorgen.

### 2. Vorteil: Wissen

Du hast dir durch die Jahre bereits eine Menge Wissen in den verschiedensten Bereichen angeeignet. Deshalb brauchst du auch **keine Scheu vor Finanzwissen** zu haben. Du musst nicht bis in die Tiefe Bescheid wissen – ein wenig Basiswissen schadet jedoch nicht: Hier auf unserem Blog findest du [Finanzwissen einfach erklärt](#) – auf das Thema [Frauen & Finanzen](#) gehen wir speziell ein. Kurzweilige, informative Videos findest du auf unserem [YouTube-Channel](#).



Denn: Neben den klassischen Sparformen gibt es **Produkte, die höhere Ertragschancen bieten**, unter Inkaufnahme der jeweils höheren Risiken. Gerade für langfristiges Ansparen kann sich ein Blick auf [Fonds](#) lohnen. Je länger du zuwartest, umso mehr Monate und Jahre verstreichen, in denen du schon **vorsorgen könntest**. Für einen sanften, stufenweisen Einstieg in den Kapitalmarkt gibt es auch die Möglichkeit, [Schritt für Schritt einzusteigen](#).

## Die Zeit arbeitet für dich!

Am Kapitalmarkt arbeitet die Zeit für dich. Viele haben Angst vor [Aktien](#). **Aktienkurse steigen jedoch** – historisch betrachtet – **langfristig** an. Kurzfristig schwanken sie jedoch stark, beides zeigen die langjährigen **Beobachtungen aus der Vergangenheit**. Die zukünftige Entwicklung kann nicht prognostiziert werden. Schau dir dazu dieses Video an: [Aktienmarkt – die Zeit ist auf deiner Seite](#).

## 3. Vorteil: Du stellst die richtigen Fragen!

In den mittleren Lebensjahren hast du bereits jede Menge Selbstbewusstsein gesammelt und scheust dich nicht, so lange nachzufragen, bis **alle dir wichtigen Punkte** vollends geklärt sind.

Nutze diesen Vorteil und gönne dir ein unverbindliches Beratungsgespräch, das **gänzlich auf deine persönlichen Bedürfnisse** eingeht, ohne dich zu einem Abschluss verpflichtet zu fühlen. Gönn dir die Freiheit, alles, das dich beschäftigt und dir unklar ist, zu hinterfragen. Unsere [Berater:innen](#) nehmen sich **sehr gerne Zeit für dich**.

## Quellenangabe:

<sup>1</sup>-Forschungsprojekt MenoSupportAustria, Ergebnisse der ersten österreichweiten Befragung zum Thema Wechseljahre am Arbeitsplatz, September 2024

*Dies ist eine Marketingmitteilung der Raiffeisen Kapitalanlage GmbH, Mooslackengasse 12, 1190 Wien. Stand/Aktualisierung: Oktober 2024.*

Raiffeisen Capital Management steht für Raiffeisen Kapitalanlage GmbH oder kurz Raiffeisen KAG

Ein Investmentfonds ist kein Sparbuch und unterliegt nicht der Einlagensicherung. Veranlagungen in Fonds sind mit höheren Risiken verbunden, bis hin zu Kapitalverlusten.

Bildquelle: gettyimages, shutterstock.