



Sektor Gesellschaftlicher Zusammenhalt

29. September 2026

Pensionierung und Finanzen

Willkommen!



Informationsabend zur Pensionierung

Stadt Freiburg

EPER/HEKS

Pro Senectute



Ablauf

18.30 Uhr : Vorstellung durch das EPER/HEKS
auf französisch mit Simultanverdolmetschung auf Deutsch

19.30 Uhr : Fragen und Antworten

20.30 Uhr : Ende des Informationsabends



Sich auf den Ruhestand vorbereiten

Hilfswerk der Evangelisch-reformierten Kirche Schweiz – HEKS | 29. September 2026 Fribourg



EPER
Pain pour
le prochain.

Einführung

Vorstellung HEKS | Programm Alter und Migration | Die Referentinnen
Einführung in das Schweizer Rentensystem



Hilfswerk der Evangelisch-reformierten Kirche Schweiz | HEKS/EPER

Wer sind wir?

Hilfswerk der Evangelisch-reformierten Kirche Schweiz | HEKS/EPER

Schweizer Hilfswerk, gegründet 1946, in der Schweiz und im Ausland tätig.

Schwerpunkte: Klimagerechtigkeit, Recht auf Land und Nahrung, Asyl und Migration sowie Inklusion.

Das Programm Alter und Migration

- Den Zugang zu Informationen und Leistungen im Bereich Gesundheit und Sozialversicherung erleichtern
- Kulturelle, sportliche und soziale Aktivitäten anbieten, um die Vereinsamung zu überwinden
- Die Akteure im Sozial- und Gesundheitswesen für die Herausforderungen und Besonderheiten der Bevölkerung mit Migrationshintergrund sensibilisieren

Referentinnen

Luljeta Hajzeraj

Juristin

Programm-Mitarbeiterin

Marcia Neves

Sozialarbeiterin

Programm-Mitarbeiterin

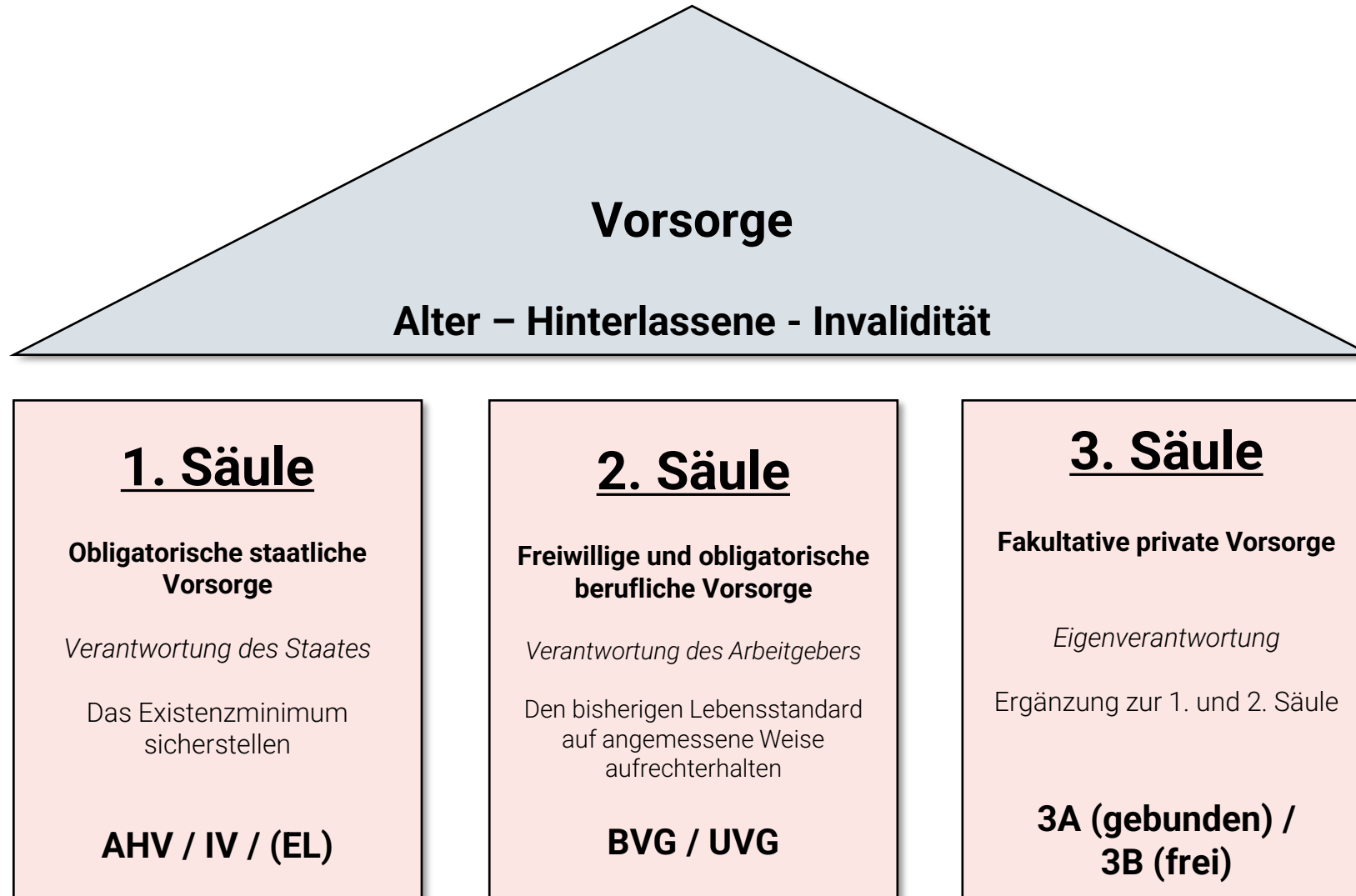


Übersicht

Sich auf den Ruhestand vorbereiten: finanzielle Aspekte

1. Begrüssung und Vorstellung der Referentinnen sowie des Abendprogramms
2. Das 3-Säulen-System in Kürze
3. Die Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV)
4. Das Gesetz über die berufliche Vorsorge (BVG)
5. Die Ergänzungsleistungen und andere Hilfen im Ruhestand
6. Der Ruhestand im Ausland oder Rückkehr ins Herkunftsland
7. Fragen und Austausch

Das 3-Säulen-System



Die drei Säulen

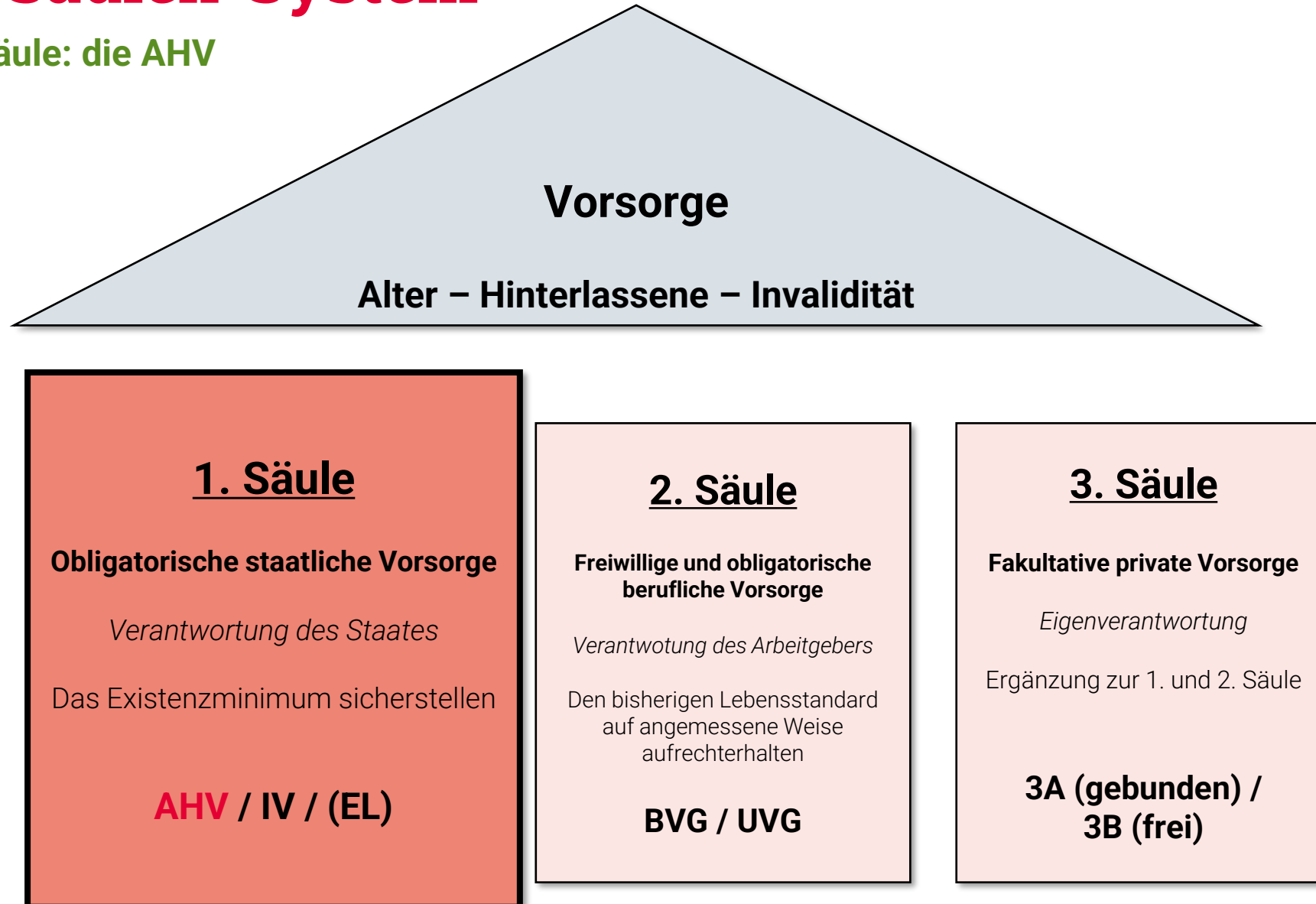
Allgemeines

- Drei Säulen, drei Funktionen
 - 1. Säule: das Existenzminimum
 - 2. Säule: Ergänzung zur AHV
 - 3. Säule: eine wertvolle Ergänzung
- Eine Mischung aus Umlageverfahren und Kapitaldeckung
- Eine variable Deckung
- Ein System im Wandel

Die Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV)

Das 3-Säulen-System

Die erste Säule: die AHV



Die erste Säule

Allgemeines

Zweck

- Die Grundbedürfnisse im Alter oder bei einem Todesfall decken

Voraussetzungen

- Mindestens ein Jahr Beitragszahlung
- Das 65. Lebensjahr erreicht haben, um die Altersleistungen beziehen zu können
- Tod eines nahen Verwandten, der für Hinterbliebenenleistungen versichert war

Ausgleichskassen

Eine Vielzahl von Kassen, die für die 1. Säule zuständig sind

Private



Etwa 63
Berufskassen

Kantone



26
Kantonale
Kassen

Bund



Schweizerische
Ausgleichskasse

SAK

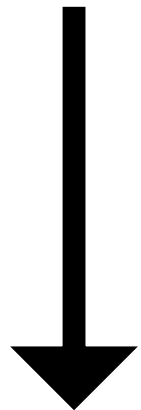


Eidgenössische
Ausgleichskasse

EAK

Wie wird die Rente berechnet?

Beitragsdauer



Für eine vollständige Rente muss man **mindestens 44 Jahre** lang Beiträge bezahlt haben

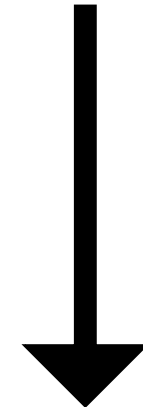
Rentenskala



Rentenbetrag bei 44 Beitragsjahren

Alleinstehende Person
Min. 1'260 CHF/Monat
Max. 2'520 CHF/Monat
Paar
Min. 1'890 CHF/Monat
Max. 3'780 CHF/Monat

Löhne und Bonuszahlungen



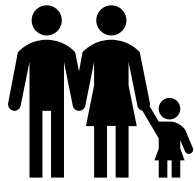
Für eine volle Rente muss man **mindestens 90'720 CHF/Jahr** eingezahlt haben

Durchschnittliches Einkommen



Die Gutschriften

Erziehungsgutschriften



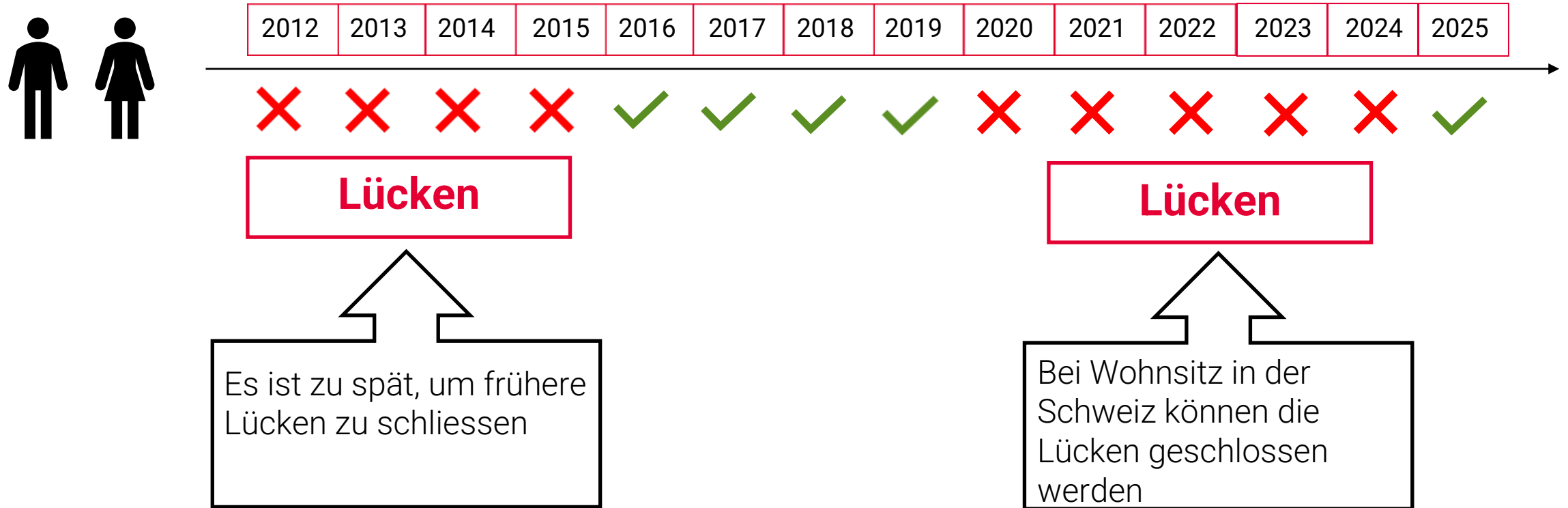
Automatisch

Betreuungsgutschriften



Auf Antrag

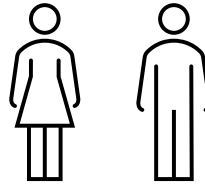
Was bei Lücken tun?



Rückwirkende Zahlung während maximal 5 Jahren möglich !

Aufteilung der Einkünfte (Splitting)

Während der Ehe



Vor der Ehe

Nach der Ehe



Die Beiträge sind individuell



Jedes Paarmitglied zahlt Beiträge in seine Kasse ein, doch die Beiträge gehören beiden
Achtung: Das Paar erhält eineinhalb Renten und nicht zwei



Bei einer Scheidung werden die während den Ehejahren erworbenen Beiträge geteilt.

Ab wann kann ich meine Rente beziehen? | 1

4 Möglichkeiten

Vorzeitig

Vor 65 | *Gekürzte Rente*

Üblich

Mit 65 | *Rente*

Partiell

Nach 65 | *Rente und Einkommen*

Vertagt

Nach 65 | *Nur Einkommen*

Ab welchem Alter kann ich in Rente gehen? |

Vor 65?

1 Jahr

-6.8% : endgültige
Reduzierung

2 Jahre

-13.6% :
endgültige
Reduzierung

Ab wann kann ich in Pension gehen? | 3

Gesetzesänderung für die Frauen

1960

64 Jahre

1961

64 Jahre + 3 Monate

1962

64 Jahre + 6 Monate

1963

64 Jahre + 9 Monate

Ab 1964

65 Jahre

Zwei Arten von Ausgleichsmassnahmen für Frauen, die zwischen 1961 und 1969 geboren wurden

Wenn Vorwegnahme :

	<58'800CHF	58'801 CHF - 73'500 CHF	>73'501CHF
1 Jahr	0%	2.5%	3.5%
2 Jahre	2%	4.5%	6.5%
3 Jahre	3%	6.5%	10.5%

Wenn reguläre Pensionierung:

- Rentenzuschlag

Wie beantrage ich meine AHV-Rente?

Frist

Vor meinem 65. Geburtstag

Wie

Mittels Antragsformular

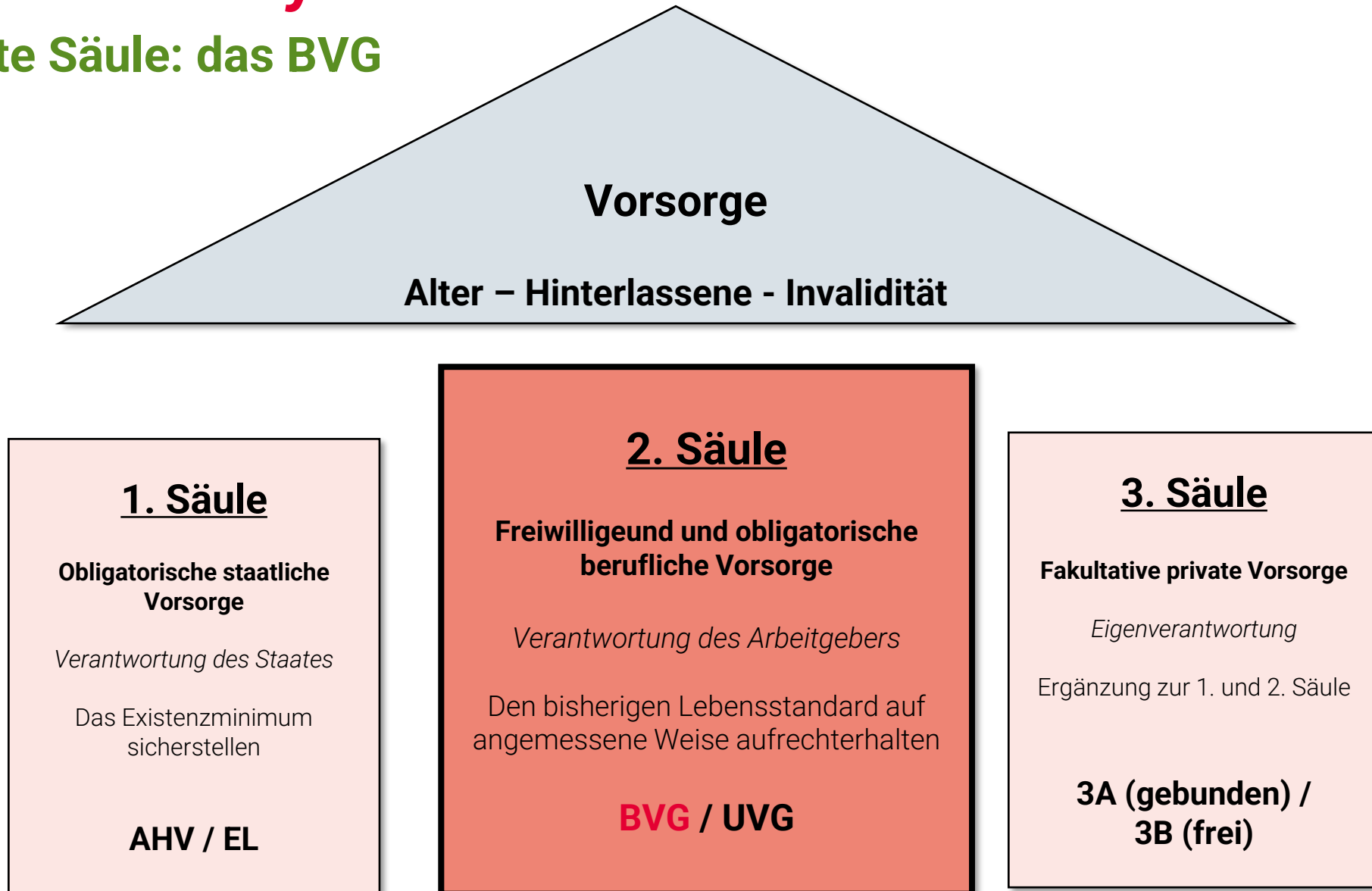
Oder

- *für die Arbeitnehmenden:* die Kasse, bei welcher der Arbeitgeber angeschlossen ist
- *für die Selbstständigerwerbenden und Nichtwerberbstätige:* die Kasse, bei der eine Mitgliedschaft besteht
- *für die Versicherten, die bereits eine Rente beziehen oder deren Ehepartner bereits eine Rente erhalten:* die Kasse, welche die Rente des Ehepartners ausbezahlt
- *für die Versicherten mit Wohnsitz im Ausland:* die Schweizerische Ausgleichskasse in Genf

Das Gesetz über die berufliche Vorsorge (BVG)

Das 3-Säulen-System

Die zweite Säule: das BVG



Die zweite Säule

Allgemeines

Zweck:

- Die AHV-Rente ergänzen, um einen ähnlichen Lebensstandard wie vor der Pensionierung aufrechterhalten zu können

Bedingungen:

- Über 17 Jahre alt sein und vom selben Arbeitgeber einen Jahreslohn von über 22'680 CHF beziehen
- Der AHV unterliegen
- Für eine Dauer von über 3 Monaten angestellt gewesen sein

Sonderfälle:

- Arbeitslose unterliegen der obligatorischen Versicherung für die Risiken Tod und Invalidität. In diesem Fall übernimmt die Arbeitslosenkasse die Rolle des Arbeitgebers.
- Die Selbstständigen unterliegen nicht der zweiten Säule, können sich aber auf freiwilliger Grundlage versichern.

Rechtlicher Rahmen

Besonderheiten

Eine obligatorische Vorsorge

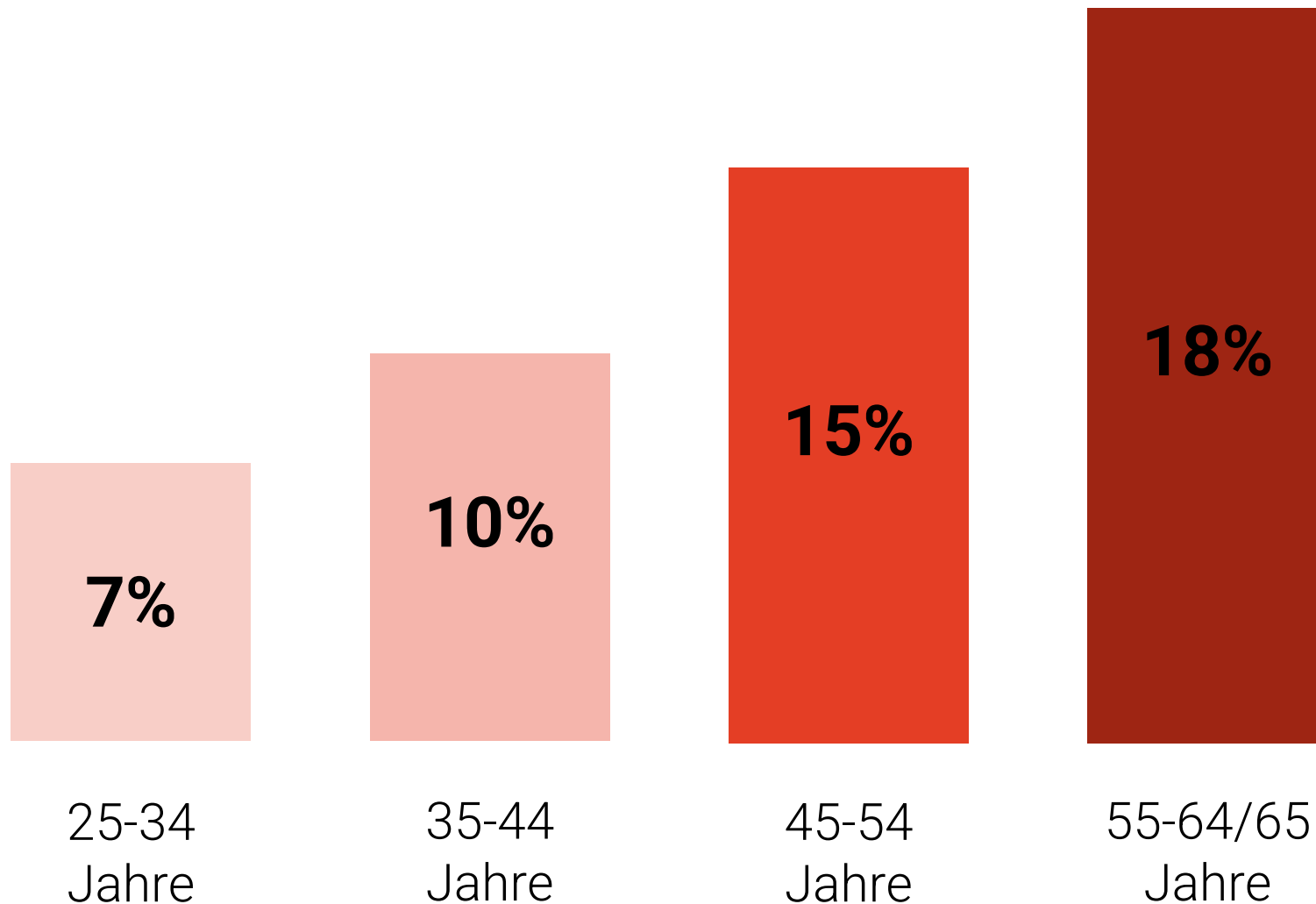
- Das Bundesgesetz über die berufliche Vorsorge (BVG) und seine Verordnungen legen die Mindestanforderungen fest, welche die registrierten Pensionskassen erfüllen müssen.
- Die Lohnbestandteile werden bis zu einem jährlichen Betrag von CHF 90'720 berücksichtigt.
- Der Koordinationsabzug ist fix und beträgt CHF 26'460.00.

Eine überobligatorische oder erweiterte Vorsorge

- Die Statuten und/oder Reglemente der Pensionskassen können grosszügigere Leistungen vorsehen, die über die vom BVG vorgesehenen Mindestanforderungen hinausgehen.

Die Altersgutschriften (Ersparnisse)

% des versicherten Lohns



Die Leistungen des BVG

Risikoabdeckungen

Alter

Invalidität

Tod

Die Leistungen des BVG

Altersleistung

Die Altersrenten, welche die Kassen ihren Versicherten auszahlen, hängen vom angesammelten Kapital ab.

Die Berechnung der Altersrente erfolgt auf diese Weise: Das gesamte, bis zum Pensionsalter angesparte Kapital wird mit dem Umwandlungssatz von 6,8% multipliziert.

Unter bestimmten Bedingungen ist es möglich, sich diesen Betrag als Kapital auszahlen zu lassen. Es ist wichtig, sich bei Ihrer Pensionskasse zu informieren.

Die Leistungen des BVG

Leistung bei Invalidität oder Tod

- **Invalidität**

Die Personen, die zu mindestens 40% invalid sind (im Sinne der IV) und zum Zeitpunkt der Arbeitsunfähigkeit versichert waren, haben Anspruch auf diese Leistungen. (Die Ursache dieser Arbeitsunfähigkeit muss der Grund für die Invalidität sein.)

Der Umwandlungssatz der Altersrente entspricht demjenigen der Invalidenrente (die Berechnung erfolgt auf der Grundlage eines theoretischen Guhabens).

- **Tod**

60% der versicherten Invalidenrente oder der laufenden Altersrente erhält der überlebende Ehepartner.

Waisen erhalten 20% dieser Rente bis zum Alter von 18 Jahren (bis zum Alter von 25 Jahren, wenn sie eine Berufsausbildung absolvieren).

Was geschieht, wenn ich den Arbeitgeber wechsle?

- Sie bleiben grundsätzlich obligatorisch versichert, und Ihre Freizügigkeitsleistung muss zur Pensionskasse Ihres neuen Arbeitgebers transferiert werden.
- Um die Übertragung Ihres BVG-Guthabens zu veranlassen, fragen Sie Ihren neuen Arbeitgeber nach den Kontaktdaten Ihrer neuen Kasse und teilen Sie diese Ihrer alten Pensionskasse mit.
- Ohne diesen Schritt kann Ihre alte Kasse die Übertragung Ihres BVG-Guthabens nicht vornehmen und muss dieses an die Stiftung Auffangeinrichtung BVG übertragen.

Überprüfen Sie den Vorsorgeausweis, den Ihnen Ihre neue Pensionskasse ausstellt.

Wie kann ich meine Beiträge wiederfinden und diese zusammenfassen?

Zentralstelle 2. Säule

Sie können ein Gesuch an die **Zentralstelle der 2. Säule** richten, die für Sie Nachforschungen anstellen wird.

Die Zentralstelle der 2. Säule ist das Verbindungsorgan zwischen den Einrichtungen der zweiten Säule und den Versicherten.

Die Zentralstelle der 2. Säule

Sicherheitsfonds BVG
Geschäftsstelle
Postfach1023
3000 Bern 14

<https://sfbvg.ch/>

info@zentralstelle.ch

Rente oder Kapital – was soll man bei der Pensionierung wählen?

Faktoren, die zu berücksichtigen sind

Rente	Kapital
• Besteuerung zu 100% • Reduzierte Rente für den überlebenden Ehepartner • Keinerlei Restkapital für die Erben • Fakultativer Teuerungsausgleich	• Eigene Vermögensverwaltung • Anlage- und Langlebigkeitsrisiken werden von der betreffenden Person getragen • Keine Garantie für ein lebenslanges Einkommen

Es gibt 3 Möglichkeiten, um sein Kapital vor der Pensionierung abzuheben:

1. Kauf eines Hauptwohnsitzes
2. Gründung einer selbstständigen Tätigkeit
3. Endgültige Ausreise aus der Schweiz

Die Ergänzungsleistungen und anderen Leistungen bei der Pensionierung

Die Ergänzungsleistungen (EL)

Allgemeines

Zweck

- Es soll Personen geholfen werden, deren AHV-/IV-Rente nicht ausreicht, um ihren Lebensunterhalt zu bestreiten und ein Leben in Würde zu führen.

Bedingungen:

- Bezug einer AHV-/IV-Rente oder einer IV-Hilflosenentschädigung oder Bezug von IV-Taggeldern während mindestens 6 Monaten.
- Über ein Vermögen von weniger als 100'000 CHF (für Alleinstehende) oder 200'000 CHF (für Paare) verfügen.
- Anerkannte Ausgaben haben, die über dem massgebenden Einkommen liegen.
- Wohnsitz in der Schweiz
- Schweizer Staatsangehörigkeit, EU/EFTA-Staatsangehörigkeit oder ununterbrochener Aufenthalt in der Schweiz seit 10 Jahren (5 Jahre für Flüchtlinge).



Die Ergänzungsleistungen (EL)

Finanzielle Leistungen und/oder Senkung der Gesundheitskosten: einige Beispiele

Finanzielle Leistungen

- Der Betrag hängt vom Einkommen/Vermögen und den Ausgaben (Pauschalen) ab
- Jährlicher Betrag, der monatlich zusätzlich zu anderen Renten/Einkünften ausgerichtet wird

Zuschuss zur Krankenversicherung

- Entsprechend der kantonalen Referenzprämie
- Ausschliesslich für die Grundversicherung

Rückerstattung der Krankheits- und Behinderungskosten

- Franchise (300 CHF/Jahr)
- 10% (Selbstbehalt)
- Hilfsmittel

Die Ergänzungsleistungen (EL)

Weitere wichtige Elemente

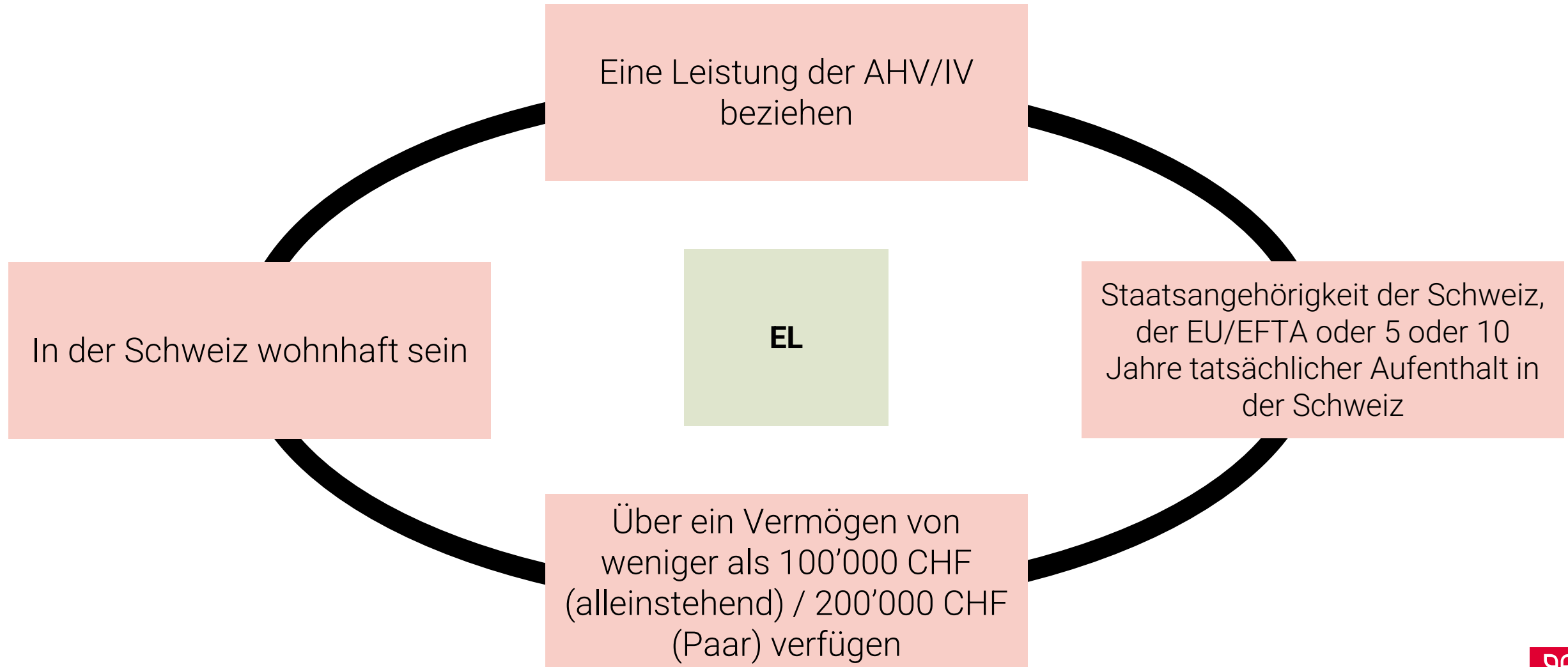
SERAFE

- Vollständige Befreiung (365 CHF)

Steuern

- Die von den EL ausgerichteten Beträge sind nicht steuerpflichtig

Zurück zu den Vergabebedingungen



Zusammengefasst

Ihre Ersparnisse oder Ihre Immobilie sind nicht unbedingt ein Hindernis für den Bezug von Ergänzungsleistungen: **Prüfen Sie Ihre Ansprüche!**

Ebenso wie bei der Beantragung der AHV-Rente muss ein Antrag gestellt werden (**es ist keine automatische Leistung**). Wenden Sie sich an die Ergänzungsleistungsstelle.

Sobald Sie eine Entscheidung erhalten haben: **Bitten Sie um Unterstützung**, um diese zu analysieren und besser zu verstehen.

Der Ruhestand im Ausland oder die Rückkehr ins Herkunftsland

Einführung

Einige Grundprinzipien

- Finanzielle Gründe
- Ein Land entdecken
- Rückkehr zu seiner Familie für die Ausländer
- Klima
- Eine Entscheidung, die eine ausreichende Vorbereitung und Information erfordert

Falls ich wegziehen möchte: Werde ich in dem Land, in dem ich mich niederlassen möchte, eine Rente beziehen können?

Welche Leistungen der Sozialversicherungen können exportiert werden?

- Die **AHV-Rente** (siehe Bedingungen)
 - Der Hauptansprechpartner: Die Schweizerische Ausgleichskasse (SAK)
 - Die SAK schickt Ihnen jährlich eine Lebens- und Zivilstandsbescheinigung zu. Damit Ihre Rente ohne Unterbruch ausbezahlt werden kann, müssen Sie diese innert 90 Tagen zurückschicken.
- Die Renten aus der beruflichen Vorsorge: **die BVG-Renten** können grundsätzlich im Ausland bezogen werden. Es ist wichtig, sich dafür an die eigene Vorsorgeeinrichtung zu wenden.

Zwei Fallbeispiele

Ich bin:

Schweizer

Staatsangehöriger eines EU/EFTA-Landes

**Staatsangehöriger eines Landes ausserhalb
der EU/EFTA**

Wenn ich Schweizer oder Staatsangehöriger eines EU/EFTA-Landes bin

AHV und Ausreise ins Ausland

Personenfreizügigkeit zwischen der Schweiz und den Ländern der EU/EFTA: Es ist möglich, seine monatliche Rente im Ausland zu beziehen.

Wenn ich Staatsangehöriger eines Landes ausserhalb der EU/EFTA bin

Es gibt 2 Möglichkeiten

Ihre Staatsangehörigkeit hat Vorrang !

- Sie sind Staatsangehöriger eines Landes, mit dem die Schweiz ein Übereinkommen über die Soziale Sicherheit oder ein Sozialversicherungsabkommen abgeschlossen hat: Grundsätzlich können Sie Ihre AHV-Rente auch nach Ihrem Wegzug aus der Schweiz beziehen.
- Staatsangehörige, mit denen die Schweiz kein Übereinkommen über die Soziale Sicherheit oder ein Sozialversicherungsabkommen abgeschlossen hat, können unter bestimmten Bedingungen die von ihnen und ihren Arbeitgebern gezahlten Beiträge rückerstattet erhalten:
 - ✓ Beiträge müssen mindestens ein Jahr lang bezahlt worden sein.
 - ✓ Sie und Ihre Familie (Ehepartner und Kinder unter 25 Jahren) müssen die Schweiz endgültig verlassen haben oder die feste Absicht haben, dies zu tun
 - ✓ Der Antrag auf Rückerstattung kann gestellt werden, sobald die Absicht besteht, die Schweiz zu verlassen, und nach der endgültigen Ausreise

Wenn ich Staatsangehöriger eines Landes ausserhalb der EU/EFTA bin

Vertragsstaaten

Es ist zu überprüfen, ob zwischen der Schweiz und dem betreffenden Land ein Sozialversicherungsabkommen besteht. Falls dies nicht der Fall ist, muss überprüft werden, ob die Rückerstattung der AHV-Beträge möglich ist.

- Albanien
- Bosnien-Herzegowina
- Brasilien
- Kanada
- Chile
- USA
- Kosovo
- Nordmazedonien
- Montenegro
- Grossbritannien
- Israel
- Japan
- Philippinen
- Australien
- San Marino
- Serbien
- Tunesien
- Türkei
- Uruguay

Das kann nicht exportiert werden

- Ergänzungsleistungen (höchstens 3 Monate Aufenthalt ausserhalb der Schweiz)
- Hilflosenentschädigung

Die Steuern

- Bei einer endgültigen Ausreise aus der Schweiz endet die unbeschränkte Steuerpflicht. Bestehen bleibt hingegen eine beschränkte Steuerpflicht auf das in der Schweiz gelegene Immobilienvermögen.
- Die Renten werden im Wohnsitzland besteuert (keine Quellensteuer in der Schweiz).

Ruhestand im Ausland: wichtige Vorbereitung

Andere Faktoren, die zu berücksichtigen sind

Gesundheit: Gesundheitssystem, Krankenversicherung, Medikamente usw.

Selbstständigkeit: Transport, Hilfe und Pflege zu Hause, Pflegeheim usw.

Administrative Fragen: Patientenverfügung, Testament, Tod usw.

Gesundheitsversorgung / Krankenversicherung

Wichtigste Ansprechpartner: Ihre Krankenkasse und die Gemeinsame Einrichtung KVG

Besondere Bestimmungen gelten für Rentenbezüger, die sich in einem EU-/EFTA-Staat niederlassen. Wenn sie ausschliesslich eine Schweizer Rente beziehen, bleibt die Versicherungspflicht in der Schweiz bestehen. In mehreren EU-Staaten besteht jedoch ein Wahlrecht hinsichtlich der Versicherungszugehörigkeit.

Sich im Ausland niederlassen

Aufenthaltstitel und Visa

Sich vorgängig bei den offiziellen Vertretungen (bei den Konsulaten / Botschaften) erkundigen

→ Unterschiedliche Bedingungen je nach Reiseziel

Seine Abreise melden:

Wenn Sie die Schweiz verlassen, um ins Ausland zu ziehen, müssen Sie Ihre Abreise melden. Für alle Formalitäten benötigen Sie eine Abmeldebestätigung, indem Sie sich einen Monat vor dem geplanten Abreisedatum bei der kantonalen Behörde für Bevölkerung und Migration melden. Die Kosten für diese Bestätigung betragen 25 CHF.

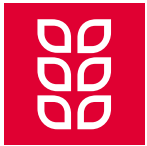
Die Frage der Aufenthaltsbewilligung

Die Inhaber einer Aufenthaltsbewilligung C, welche die Schweiz für einen Auslandsaufenthalt verlassen, können eine Abwesenheitsbewilligung beantragen. Diese Aufrechterhaltung der Bewilligung gibt dem Inhaber das Recht, innert vier Jahren in die Schweiz zurückzukehren und seine Aufenthaltsbewilligung C bei seiner Rückkehr zu behalten. Die Kosten dafür betragen in Genf 65 CHF.

Danke für Ihre Aufmerksamkeit

Fragen?

HEKS/EPER



EPER
Pain pour
le prochain.

HILFSWERK DER EVANGELISCH- REFORMIERTEN KIRCHE SCHWEIZ

Programm Alter und Migration
Seminarstrasse 28
Postfach
8042 Zürich
www.heks.ch





Ausgleichkasse des Kantons Freiburg

026 426 70 00

www.ecasfr.ch



Sie finden die Präsentation unter

www.stadt-freiburg.ch/seniorinnen



Wir stehen Ihnen noch zur Verfügung

Sprache:

- Deutsch
- Französisch
- Portugiesisch
- Spanisch
- Albananisch
- Serbo-kroatisch



Danke !