

Der unterschätzte Posten: Was die Krankenversicherung im Ruhestand wirklich kostet

Stand: Juni 2026 · Lesezeit: rund 12 Minuten

Das Wichtigste in Kürze

- Die Krankenversicherung ist einer der größten Fixkosten im Ruhestand — und wird selten eingeplant. Je nach Status kann sie mehrere hundert Euro im Monat ausmachen.
- Der Status entscheidet sich an der 9/10-Regel: Wer in der zweiten Hälfte des Erwerbslebens zu mindestens 90 Prozent gesetzlich krankenversichert war, kommt in die günstige Krankenversicherung der Rentner (KVdR). [1]
- Für Vermögende ist der Unterschied besonders groß: In der KVdR bleiben Kapitalerträge und Mieteinnahmen beitragsfrei; wer sich freiwillig versichern muss, zahlt Beiträge auf nahezu alle Einkünfte bis zur Bemessungsgrenze. [1][3]
- Der Best-Practice-Kern: Selbstständige und privat Versicherte sollten ihren Status in den Jahren vor dem Ruhestand bewusst gestalten. Die 9/10-Quote lässt sich vorher beeinflussen, aber nicht rückwirkend heilen.

Fun-Fact 1: In der KVdR zahlen Sie keinen Beitrag auf Kapitalerträge und Mieten — in der freiwilligen gesetzlichen Versicherung schon. Für Anleger mit Zusatzeinkünften ist das der teuerste Unterschied im ganzen Ruhestandsbudget.

Fun-Fact 2: Der oft genannte Beitragssatz von 14,6 Prozent ist nur die halbe Wahrheit: Zusatzbeitrag der Kasse und Pflegeversicherung kommen hinzu — und diese Sätze werden jährlich angepasst.

Berg Finance — unsere Sicht

In der Ruhestandsplanung dreht sich fast alles um die Einnahmenseite: Rente, Entnahmen, Kapitalerträge. Die Krankenversicherung taucht selten auf — und wird damit zum blinden Fleck eines der größten Fixkostenblöcke überhaupt. Wir bei Berg Finance sehen regelmäßig sorgfältig geplante Ruhestände, in denen ausgerechnet dieser Posten dem Zufall überlassen wurde. Dabei entscheidet er sich an Regeln, die man Jahre vorher kennen und beeinflussen kann.

Unsere Haltung in drei Sätzen.

Erstens: Der Versicherungsstatus im Ruhestand ist kein Schicksal, sondern das Ergebnis von Vorversicherungszeiten, die sich gestalten lassen — wer früh prüft, hat Handlungsspielraum.

Zweitens: Gerade für Vermögende mit Kapital- und Mieteinkünften ist der Unterschied zwischen KVdR und freiwilliger Versicherung erheblich, weil er über die Beitragsbasis entscheidet.

Drittens: Weil Beitragssätze und Bemessungsgrenzen jährlich angepasst werden, ist nicht die exakte Zahl von heute entscheidend, sondern die Struktur — und die richtige Weichenstellung im Vorfeld.

Was wir bewusst nicht tun: eine pauschale Empfehlung für GKV oder PKV aussprechen oder tagesaktuelle Beitragssätze als feste Größe behandeln. Diese Seite ersetzt weder die Steuer- noch die Sozialversicherungsberatung. Sie macht einen unterschätzten Posten sichtbar und seriös planbar, damit Sie aus Ihren eigenen Erfahrungen die richtigen Weichen stellen — rechtzeitig, nicht im Nachhinein.

Stand: Juni 2026

Warum die Krankenversicherung der unterschätzte Posten ist

Wer sein Ruhestandsbudget aufstellt, denkt an Wohnen, Reisen, Mobilität — und übersieht oft, dass die Krankenversicherung über zwei, drei Jahrzehnte Ruhestand zu den größten Einzelposten zählt. Anders als viele Ausgaben lässt sie sich kaum kürzen: Sie ist verpflichtend und richtet sich nach Regeln, nicht nach Konsumverzicht. Ein Fehler bei der Weichenstellung wirkt deshalb über den gesamten Ruhestand fort [6].

Das Tückische ist die Unsichtbarkeit im Vorfeld. Solange man erwerbstätig und pflichtversichert ist, läuft der Beitrag automatisch mit dem Gehalt. Im Ruhestand ändert sich die Logik grundlegend: Plötzlich entscheidet der Versicherungsstatus darüber, auf welche Einkünfte überhaupt Beiträge erhoben werden. Wer das erst mit dem Rentenbescheid bemerkt, hat die Gestaltungsmöglichkeiten bereits verpasst — denn die entscheidenden Vorversicherungszeiten liegen dann in der Vergangenheit.

Drei Wege: KVdR, freiwillige GKV und PKV

Im Ruhestand führt der Weg in einen von drei Versicherungsstatus, und jeder folgt einer eigenen Beitragslogik. Der erste ist die Krankenversicherung der Rentner, kurz KVdR: eine Pflichtmitgliedschaft in der gesetzlichen Kasse, in die kommt, wer die Vorversicherungszeiten erfüllt. Ihr großer Vorteil liegt in der Beitragsbasis — Beiträge fallen im Wesentlichen auf die gesetzliche Rente, auf Versorgungsbezüge und auf Arbeitseinkommen an, nicht aber auf Kapitalerträge oder Mieteinnahmen [1][3].

Der zweite Weg ist die freiwillige gesetzliche Versicherung, in der landet, wer die Vorversicherungszeiten nicht erfüllt. Hier kehrt sich der Vorteil um: Die Kasse zieht nahezu alle Einkünfte zur Beitragsberechnung heran — neben der Rente auch Kapitalerträge, Mieten und weitere Einnahmen, begrenzt durch die Beitragsbemessungsgrenze.

Der dritte Weg ist die private Krankenversicherung, in der privat Versicherte in der Regel bleiben. Ihr Beitrag ist einkommensunabhängig und richtet sich nach Tarif und Alter;

Alterungsrückstellungen und ein gesetzlicher Zuschlag sollen die Beiträge im Alter dämpfen. Ob die PKV günstiger oder teurer ist, lässt sich nicht pauschal sagen — es hängt vom Einzelfall ab.

Die 9/10-Regel verstehen

Der Schlüssel zur günstigen KVdR ist die sogenannte 9/10-Regel. Sie verlangt, dass man in der zweiten Hälfte des Erwerbslebens — gerechnet von der erstmaligen Aufnahme einer Erwerbstätigkeit bis zur Rentenantragstellung — zu mindestens 90 Prozent Mitglied einer gesetzlichen Krankenkasse war. Dabei zählen Pflichtmitgliedschaft, freiwillige gesetzliche Mitgliedschaft und Familienversicherung gleichermaßen [1]. Wer diese Quote erfüllt, wird in der KVdR pflichtversichert und profitiert von der schmalen Beitragsbasis.

Genau hier liegt der gestaltbare Hebel. Wer lange privat versichert war oder als Selbstständiger außerhalb der gesetzlichen Versicherung stand, erfüllt die 9/10-Regel häufig nicht — und landet in der freiwilligen Versicherung mit ihrer breiten Beitragsbasis. Wird der Status jedoch rechtzeitig in der zweiten Erwerbslebenshälfte angepasst, etwa durch einen Wechsel in die gesetzliche Versicherung, lässt sich die Quote noch beeinflussen. Der Best-Practice-Kern lautet deshalb: die 9/10-Regel früh prüfen und den Status bewusst gestalten, statt ihn dem Zufall zu überlassen. Rückwirkend heilen lässt sich eine verpasste Vorversicherungszeit nicht.

Was der Status kostet — die Größenordnungen

Die folgende Übersicht stellt die drei Wege und ihre Beitragslogik gegenüber. Sie zeigt Prinzipien, keine tagesaktuellen Sätze — denn Beitragssätze und Bemessungsgrenzen werden jährlich angepasst. Maßgeblich sind stets die aktuellen Werte Ihrer Krankenkasse und der Träger [2][4].

Stand Juni 2026

Status	Beitragsbasis	Für wen	Besonderheit
KVdR	Im Wesentlichen Rente, Versorgungsbezüge, Arbeitseinkommen	9/10-Regel erfüllt	Kapitalerträge und Mieten beitragsfrei [1]
Freiwillige GKV	Nahezu alle Einkünfte bis zur Bemessungsgrenze	9/10-Regel nicht erfüllt	Auch Kapital und Mieten verbeitragt [3]
PKV	Einkommensunabhängig, tarif- und altersabhängig	Privat Versicherte	Alterungsrückstellungen; nicht pauschal teurer

Wahrheit vor Höflichkeit: was sich nicht pauschal sagen lässt

Bei diesem Thema ist Ehrlichkeit über die Grenzen wichtiger als eine glatte Faustregel. Erstens lässt sich die konkrete Beitragshöhe nicht seriös in eine feste Zahl gießen: Der allgemeine Beitragssatz von 14,6 Prozent ist zwar seit Jahren stabil, doch der kassenindividuelle Zusatzbeitrag und die Pflegeversicherung kommen hinzu, und alle diese Werte samt der Bemessungsgrenze werden jährlich angepasst [2][4].

Jede Beispielrechnung ist daher eine Größenordnung, kein Festpreis.

Zweitens ist die PKV kein pauschales Feindbild und die GKV kein Selbstläufer. Für manche privat Versicherte mit guten Tarifen und soliden Alterungsrückstellungen kann die PKV im Ruhestand tragfähig bleiben; für andere wird sie zur Last. Umgekehrt ist die freiwillige gesetzliche Versicherung für Vermögende mit hohen Zusatzeinkünften oft teuer.

Drittens ist ein Wechsel zurück in die gesetzliche Versicherung im höheren Alter rechtlich anspruchsvoll und nicht immer möglich. Wer eine gute Lösung sucht, kommt an der individuellen Prüfung nicht vorbei — pauschale Ratschläge führen hier besonders leicht in die Irre.

Drei praktische Rechenbeispiele

Annahme 1 — was die Beitragsbasis für Vermögende ausmacht

Ein Ruheständler bezieht 24.000 Euro gesetzliche Rente im Jahr und zusätzlich rund 30.000 Euro aus Kapital und Vermietung. In der KVdR bleiben die 30.000 Euro Zusatzeinkünfte beitragsfrei. In der freiwilligen Versicherung werden sie mitverbeitragt: Bei einem angenommenen Gesamtsatz von rund 18 bis 20 Prozent für Kranken- und Pflegeversicherung entspricht das grob 450 bis 500 Euro im Monat, die in der KVdR gar nicht anfielen. Genau hier entstehen die „mehreren hundert Euro“ (Annahme; aktuelle Sätze und Grenzen bitte prüfen) [3].

Annahme 2 — was die 9/10-Regel über den Ruhestand wert ist

Angenommen, der Unterschied zwischen KVdR und freiwilliger Versicherung beträgt rund 400 Euro im Monat. Über einen Ruhestand von 25 Jahren summiert sich das auf etwa 120.000 Euro — ohne Berücksichtigung künftiger Anpassungen. Diese Größenordnung zeigt, warum die 9/10-Regel keine Formalie ist, sondern eine der folgenreichsten Weichenstellungen der gesamten Ruhestandsplanung. Sie zu prüfen kostet wenig, sie zu verpassen viel (Annahme zur Veranschaulichung).

Annahme 3 — die private Versicherung nüchtern betrachtet

Eine privat versicherte Selbstständige zahlt im Ruhestand einen einkommensunabhängigen Beitrag. Dieser kann durch Alterungsrückstellungen und den gesetzlichen Zuschlag gedämpft werden, steigt aber tendenziell mit dem Alter und den Gesundheitskosten. Ob das günstiger ist als die freiwillige gesetzliche Versicherung, hängt vom Tarif, den Rückstellungen und den sonstigen Einkünften ab. Die ehrliche Antwort lautet: Das ist eine Einzelfallrechnung, keine Regel — und sie gehört Jahre vor dem Ruhestand aufgemacht [7].

Praktische Umsetzung: den Status rechtzeitig gestalten

Aus dem Thema folgen drei nüchterne Schritte, und alle beginnen früh.

Erstens: den eigenen Status und die Vorversicherungszeiten prüfen, idealerweise Jahre vor dem geplanten Rentenbeginn. Die zentrale Frage lautet, ob die 9/10-Regel für die KVdR erfüllt ist oder noch beeinflusst werden kann.

Zweitens: die Beitragsbasis verstehen. Wer hohe Kapital- oder Mieteinkünfte hat, für den ist der Unterschied zwischen KVdR und freiwilliger Versicherung besonders groß und damit die frühzeitige Weichenstellung besonders wertvoll [1][3].

Drittens: bei privater Versicherung eine ehrliche Einzelfallrechnung aufmachen, statt pauschal zu wechseln oder zu bleiben. Tarif, Alterungsrückstellungen, der gesetzliche Zuschlag und die sonstigen Einkünfte gehören nebeneinandergelegt. Weil ein Wechsel im höheren Alter rechtlich anspruchsvoll ist, entscheidet auch hier der Vorlauf.

Die konkrete Ausgestaltung — welcher Weg im Einzelfall trägt und wie sich Vorversicherungszeiten sauber nachweisen lassen — gehört in die sozialversicherungsrechtliche und steuerliche Beratung; hier beginnt das seriöse Gespräch.

Steuer und ESG — der nüchterne Rahmen

Steuer.

Die Krankenversicherung hat eine steuerliche Entlastungsseite, die den Nettoeffekt mildert. Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung im Umfang der Basisabsicherung sind als Sonderausgaben abziehbar und mindern das zu versteuernde Einkommen — auch im Ruhestand [8]. Für Vermögende mit Kapitalerträgen ist zudem das Zusammenspiel relevant: Wer in der freiwilligen Versicherung Beiträge auf Kapitalerträge zahlt, trägt auf dieselben Erträge zusätzlich die Abgeltungsteuer von 25 Prozent plus Solidaritätszuschlag, zusammen 26,375 Prozent, soweit der Sparer-Pauschbetrag von 1.000 beziehungsweise 2.000 Euro überschritten ist [10]. Die KVdR entlastet hier doppelt, weil sie diese Erträge gar nicht erst verbeitragt.

ESG.

Der Bezug zur Nachhaltigkeit ist hier mittelbar: Er läuft über die Kapitalanlagen, aus denen ein Teil der Ruhestandseinkünfte stammt — und die im freiwilligen Status mit über die Beiträge entscheiden. Wer sein Portfolio nachhaltig ausrichtet, tut das auch für die Jahre, in denen es den Ruhestand trägt. Auf EU-Ebene ordnet die Offenlegungsverordnung (SFDR) Fonds unter anderem in Artikel 8 und Artikel 9 ein. Für die Krankenversicherung selbst spielt ESG keine unmittelbare Rolle; wichtig bleibt, die anlagebasierten Einkünfte sauber und steuerbewusst zu strukturieren.

Wann trifft das auf Sie zu — und wann nicht?

Wenn Sie selbstständig oder privat versichert sind und hohe Kapital- oder Mieteinkünfte haben, dann ist dieses Thema für Sie besonders folgenreich: Der Unterschied zwischen den Statuswegen kann mehrere hundert Euro im Monat betragen. Der wichtigste Schritt ist, Ihre Vorversicherungszeiten und die 9/10-Regel früh prüfen zu lassen, solange sich noch etwas gestalten lässt.

Wenn Sie durchgehend gesetzlich pflichtversichert waren, dann erfüllen Sie die 9/10-Regel meist ohnehin und profitieren von der KVdR — es lohnt sich dennoch, den Vorteil zu kennen und bei der Budgetplanung korrekt anzusetzen. Und wenn Sie eine Rückkehr aus der PKV

in die gesetzliche Versicherung erwägen, dann gilt: Prüfen Sie früh und einzeln, denn im höheren Alter ist ein Wechsel rechtlich anspruchsvoll.

Wenn Ihre Ruhestandseinkünfte hingegen im Wesentlichen aus gesetzlicher Rente bestehen und Sie in der KVdR sind, dann ist die Beitragslast überschaubar und planbar. Eine seriöse Antwort bemisst den Handlungsbedarf an Ihrer konkreten Einkunfts- und Versicherungslage, statt eine Sorge zu schüren, die für Sie womöglich gar nicht besteht.

Fazit

Die Krankenversicherung ist der Posten, den kaum jemand plant und viele unterschätzen — dabei entscheidet er sich an Regeln, die man Jahre vorher kennen und beeinflussen kann. Der Status, insbesondere die 9/10-Regel für die KVdR, bestimmt, auf welche Einkünfte überhaupt Beiträge fallen; für Vermögende mit Kapital- und Mieteinkünften geht es dabei um mehrere hundert Euro im Monat. Aus unseren Erfahrungen gewinnt nicht, wer im Rentenbescheid überrascht wird, sondern wer trittsicher vorausplant. Die verlässlichste Lehre ist deshalb keine Zahl, sondern eine Haltung: den unterschätzten Posten früh sichtbar machen und die Weichen bewusst stellen, solange noch Zeit dafür ist.

Wissenswertes — vier Fun-Facts

Kapitalerträge und Mieten — mal beitragsfrei, mal nicht.

In der KVdR bleiben sie beitragsfrei, in der freiwilligen gesetzlichen Versicherung werden sie verarbeitet. Für Anleger mit Zusatzeinkünften ist das der teuerste Unterschied im ganzen Ruhestandsbudget. [1][3]

14,6 Prozent sind nur die halbe Wahrheit.

Zum allgemeinen Beitragssatz kommen der kassenindividuelle Zusatzbeitrag und die Pflegeversicherung hinzu. Alle diese Sätze und die Bemessungsgrenze werden jährlich angepasst — feste Zahlen gibt es nicht. [2][4]

Die 9/10-Regel entscheidet sich in der Vergangenheit.

Sie misst die Versicherungszeiten in der zweiten Hälfte des Erwerbslebens. Beeinflussen lässt sie sich nur im Vorfeld — rückwirkend heilen kann man eine verpasste Vorversicherungszeit nicht. [1]

Die PKV ist kein pauschales Feindbild.

Mit guten Tarifen und soliden Alterungsrückstellungen kann sie im Ruhestand tragfähig bleiben; für andere wird sie zur Last. Ob günstiger oder teurer, ist eine Einzelfallrechnung, keine Regel. [7]

In 15 Minuten zur Klarheit — Schritt für Schritt

Schritt	Aktion	Zeit
1	Status bestimmen: gesetzlich pflicht-, freiwillig oder privat versichert?	3 Min
2	9/10-Regel prüfen: zweite Erwerbslebenshälfte zu mind. 90 % gesetzlich versichert? [1]	3 Min
3	Beitragsbasis abschätzen: Welche Kapital- und Mieteinkünfte kämen im freiwilligen Status hinzu? [3]	3 Min

Schritt	Aktion	Zeit
4	PKV-Fall rechnen: Tarif, Alterungsrückstellungen und Zuschlag nüchtern gegenüberstellen. [7]	3 Min
5	Vorlauf sichern: Weichenstellung Jahre vor Rentenbeginn mit Fachberatung klären.	3 Min

Häufige Fragen (FAQ)

Was kostet die Krankenversicherung als Rentner?

Das hängt vom Versicherungsstatus ab. In der KVdR fallen Beiträge im Wesentlichen auf die gesetzliche Rente und Versorgungsbezüge an, nicht auf Kapitalerträge oder Mieten. In der freiwilligen Versicherung werden nahezu alle Einkünfte verbeitragt. Der Unterschied kann mehrere hundert Euro im Monat betragen. [1][3]

Was sind die Voraussetzungen für die KVdR?

Entscheidend ist die 9/10-Regel: In der zweiten Hälfte des Erwerbslebens muss man zu mindestens 90 Prozent gesetzlich krankenversichert gewesen sein. Dabei zählen Pflicht-, freiwillige und Familienversicherung. Wer die Quote erfüllt, wird in der KVdR pflichtversichert. [1]

Warum ist die freiwillige Versicherung in der Rente oft teurer?

Weil die Beitragsbasis breiter ist. Anders als in der KVdR zieht die Kasse nahezu alle Einkünfte heran — auch Kapitalerträge und Mieten, begrenzt durch die Bemessungsgrenze. Für Vermögende mit hohen Zusatzeinkünften macht das den entscheidenden Unterschied. [3]

Kann ich als privat Versicherter zurück in die gesetzliche Versicherung?

Im höheren Alter ist das rechtlich anspruchsvoll und nicht immer möglich. Die Voraussetzungen sind streng, und PKV-Alterungsrückstellungen haben einen realen Wert. Eine frühe, individuelle Prüfung ist wichtiger als eine pauschale Entscheidung. [7]

Wie viel Beitrag zahle ich genau?

Eine exakte Zahl lässt sich nicht seriös nennen. Der allgemeine Beitragssatz von 14,6 Prozent ist stabil, doch Zusatzbeitrag und Pflegeversicherung kommen hinzu, und alle Sätze samt Bemessungsgrenze werden jährlich angepasst. Maßgeblich sind die aktuellen Werte Ihrer Kasse. [2][4]

Wann sollte ich mich um das Thema kümmern?

So früh wie möglich, idealerweise Jahre vor dem geplanten Rentenbeginn. Die entscheidenden Vorversicherungszeiten liegen in der zweiten Erwerbslebenshälfte und lassen sich nur im Vorfeld beeinflussen, nicht rückwirkend. Wer wartet, verliert Gestaltungsspielraum.

Kostenloser Kurz-Check / Erstgespräch

Wenn Sie Ihren Versicherungsstatus, Ihre Vorversicherungszeiten und die Beitragsfolgen für Ihr Ruhestandsbudget einmal nüchtern einordnen möchten: Kostenloser Kurz-Check / Erstgespräch bei Berg Finance. Kein Produktverkauf, keine pauschale Empfehlung, sondern eine Einordnung, die zu Ihrer Lage passt — und rechtzeitig ansetzt.

Wichtiger Hinweis: Dieser Artikel dient ausschließlich der allgemeinen Information und stellt keine Sozialversicherungs-, Steuer-, Versicherungs- oder Anlageberatung im Sinne § 2 Abs. 8 Nr. 10 WpHG / § 2 Abs. 2 Nr. 4 WpIG dar. Er ersetzt nicht das individuelle Beratungsgespräch. Beitragssätze, Zusatzbeiträge und Bemessungsgrenzen werden jährlich angepasst; die genannten Größenordnungen dienen der Veranschaulichung, maßgeblich sind die aktuellen Werte Ihrer Krankenkasse und der Träger sowie Ihre persönliche Situation. Beispielrechnungen sind als Annahme gekennzeichnet.

Stand: Juni 2026. © Berg Finance

Über den Autor

Berg Finance Redaktion — Fachredaktion Vermögensstruktur, Steuern und Vorsorge. Dieser Beitrag entstand in Abstimmung mit den Beraterinnen und Beratern von Berg Finance, die Privatkundinnen und Privatkunden mit größeren Vermögen im Übergang in den Ruhestand begleiten. Für sozialversicherungs- und steuerrechtliche Einzelfragen arbeiten wir mit den entsprechenden Fachberufen zusammen.

Redaktion: marketing@bergfinance.de

Quellenverzeichnis

Stand der Abrufe: 14. Juni 2026. (P) = Primärquelle.

[1] (P) **Gesetze im Internet** — Fünftes Buch Sozialgesetzbuch (SGB V), § 5 Abs. 1 Nr. 11 (KVdR, 9/10-Vorversicherungszeit). https://www.gesetze-im-internet.de/sgb_5/5.html

[2] (P) **Bundesministerium für Gesundheit (BMG)** — Beitragssätze der gesetzlichen Krankenversicherung (allgemeiner Satz, Zusatzbeitrag). <https://www.bundesgesundheitsministerium.de>

[3] (P) **GKV-Spitzenverband** — Beitragspflichtige Einnahmen freiwillig Versicherter und Beitragsverfahrensgrundsätze. <https://www.gkv-spitzenverband.de>

[4] (P) **Gesetze im Internet** — Elftes Buch Sozialgesetzbuch (SGB XI), soziale Pflegeversicherung. https://www.gesetze-im-internet.de/sgb_11/

[5] (P) **Deutsche Rentenversicherung** — Krankenversicherung der Rentner (KVdR) — Grundlagen und Vorversicherungszeit. <https://www.deutsche-rentenversicherung.de>

[6] **Verbraucherzentrale** — Krankenversicherung im Ruhestand — KVdR, freiwillige Versicherung und PKV. <https://www.verbraucherzentrale.de>

[7] **PKV-Verband** — Private Krankenversicherung im Alter, Alterungsrückstellungen und Beitragsentlastung. <https://www.pkv.de>

[8] (P) **Gesetze im Internet** — Einkommensteuergesetz (EStG), § 10 (Sonderausgaben; Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge). <https://www.gesetze-im-internet.de/estg/10.html>

[9] (P) **Gesetze im Internet** — Einkommensteuergesetz (EStG), § 32d (Abgeltungsteuer, 25 %). <https://www.gesetze-im-internet.de/estg/32d.html>

[10] **Finanzverwaltung NRW** — Sparer-Pauschbetrag und Freistellungsauftrag (1.000 / 2.000 Euro).
<https://www.finanzamt.nrw.de>

[11] **BaFin** — Verbraucherinformationen zur privaten Krankenversicherung. <https://www.bafin.de>

[12] (P) **Statistisches Bundesamt (Destatis)** — Verbraucherpreisindex und Inflationsrate; Mai 2026: +2,6 %.
<https://www.destatis.de>

[13] **Stiftung Warentest / Finanztest** — Krankenversicherung im Ruhestand, KVdR und PKV-Vergleich.
<https://www.test.de>

[14] (P) **Deutsche Rentenversicherung** — Rentenantrag und Meldewege zur Krankenversicherung der Rentner. <https://www.deutsche-rentenversicherung.de>