

Geld & Leben kompakt

HAUSHALT

Linsenwasser zum Kochen verwenden

Getrocknete oder vorgegarte Hülsenfrüchte sind eine gute Eiweißquelle. Sie enthalten im gegarten Zustand bis zu 15 Gramm Eiweiß pro 100 Gramm. Am besten kann der Körper das Eiweiß in Kombination mit Getreide aufnehmen, wie zum Beispiel bei einem Erbseneintopf mit Brot oder Linsengemüse mit Reis. Darauf weist die Deutsche Gesellschaft für Ernährung hin. Getrocknete Hülsenfrüchte müssen vor dem Kochen idealerweise über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Das Einweichwasser kann in der Regel zum Kochen mitverwendet werden. (dpa)

TEMPERATUR

Wie aus der Wärmflasche eine Kühlflasche wird

Eine Wärmflasche lässt sich im Sommer gut zum Kühlelement umfunktionieren. Dafür befüllt man sie mit Wasser und legt sie etwa drei Stunden vor dem Schlafengehen in den Kühlschranks, rät die Zeitschrift *Senioren Ratgeber*. Nimmt man sie mit ins Bett, schlägt man sie am besten in ein dünnes Laken ein. Wem es im Sommer nachts zu warm ist, dem kann auch eine Dusche vor dem Schlafengehen helfen: Am besten duscht man lauwarm und streift das Wasser nur leicht ab. (dpa)

TECHNIK

Mit Zahnpasta oder Politur gegen Display-Kratzer

Feine Kratzer auf dem Handy-Display sind ärgerlich. Nutzer können versuchen, die Mucken mit Zahnpasta in den Griff zu bekommen, rät das Medienportal *Handysekretär.de*. Diese enthält Schleifpartikel, die die Kratzer unter Umständen eliminieren. Dazu wird eine dünne Schicht auf dem Bildschirm verteilt, die man leicht antrocknen lässt. Dann wird mit einem feinen Tuch poliert. Allerdings gibt es auch Zahnpasta, deren Schleifpartikel zu grobkörnig sind und das Display weiter zerkratzen, warnen die Experten. Wer auf Nummer sicher gehen will, besorgt sich spezielle Display-Politurpasten. (dpa)

Festgeld

Konditionen in % p.a.		
Anlagebetrag 25.000 Euro	Laufzeit in Monaten	Zinsen* für
Anbieter-Auswahl	12	12 Monate
Deniz-Bank ¹	1,00	250,00
CreditPlus Bank	0,90	225,00
Renault Bank direkt ¹	0,90	225,00
MoneyYou ¹	0,80	200,00
Debeka Bausparkasse	0,65	162,50
Audi Bank	0,50	125,00
IKB Deutsche Industriebank	0,50	125,00
Santander Cons. Bank	0,50	125,00
Targobank Augsburg	0,20	50,00
Oberbank	0,15	37,50
PSD Bank München	0,10	25,00
Augsburger Aktienbank	0,05	12,50
Sparada-Bank Augsburg	0,05	12,50

*In Euro
1) Einlagensicherung: 100.000 Euro/Person, bei allen anderen Anbietern liegt die Einlagensicherung darüber.

Trend beim Festgeldzins: leicht fallend

Online-Abwurf
www.augsburger-allgemeine.de
Quelle: biallo.de 01.07.2016

Fondsgebundene Rentenversicherung

Mögliche Monatsrente im 1. Jahr		
Versicherer	Tarif	in Euro
Canada Life	Generation private	334,00
Alte Leipziger	Tarif LFR15	325,00
Stuttgarter	Tarif 830G	305,00
Nürnberg	NIR2801 Dax Rente	305,00
Württembergische	Genius m. Garantie	298,00
HDI	FRWX(E)15	298,00
LV1871 PA	RTp	296,00
Axa	ALV1(E) Chance	296,00
Swiss Life	Maximo Dynamic	294,00
die Bayerische	Garantierente Zukunft	292,00
Arag	Forte 3D-FRAB15	290,00
Gothaer	ReFlex (FR15-8)	288,00
Teuerster Anbieter		175,00

Berechnungsgrundlage: Mann/Frau, 30 Jahre alt bei Versicherungsbeginn 01.08.2016, monatlicher Beitrag 100 Euro, völdynamischer Rentenbezug, Vertragslaufzeit 37 Jahre; 4 % Wertentwicklung unterstellt; Todesfall-schutz; Beitragsrückgewähr/Guthaben in der Ansparzeit sowie im Rentenbezug für Hinterbliebene eine Rentengarantiezeit von 10 Jahren. Angaben ohne Gewähr
Quelle: Biallo.de

Stand: 01.07.2016

Online-Abwurf
www.biallo.de/altersvorsorge

Wenn fitte Menschen weniger zahlen

Versicherung Lebt jemand gesund, sinken die Beiträge: Als Erstes hat Generali einen solchen Tarif eingeführt. Was dahintersteckt und warum manche die Entwicklung kritisch sehen

VON NIKLAS MOLTER

Augsburg 7500 Schritte am Tag: 50 Punkte. Ein Fitnessstudio besuchen: 100 Punkte. Ein halbes Jahr nicht rauchen: 4000 Punkte. Was nach einem sportlichen Wettbewerb klingt, ist für manche Versicherte seit kurzem Realität. Denn Deutschlands zweitgrößte Versicherungsgruppe Generali hat zu Monatsbeginn einen neuen Tarif eingeführt. „Vitality“, so der Name des Programms, soll Versicherte belohnen, die gesundheitsbewusst leben.

Konkret bedeutet das: Ein Versicherter ermittelt zunächst im Internet-Portal von Generali sein Gesundheits- und Fitnessniveau, indem er Verhaltensweisen und Gesundheitswerte angibt. Anschließend legt er Ziele fest, die er erreichen möchte. Generali wiederum belohnt den Kunden, indem die Versicherung ihm Punkte gutschreibt: etwa für die Wahrnehmung von Vorsorgeterminen oder für bestimmte sportliche Aktivitäten. Je mehr Punkte ein Versicherter sammelt, desto besser wird sein Vitality-Status: Er beginnt bei „Bronze“, kann von „Silber“ zu

Die Versicherung lockt mit Prämien

„Gold“ aufsteigen. Hat ein Versicherter 45.000 Punkte erreicht, erhält er „Platin“-Status.

Das Kalkül: Je höher der Status eines Versicherten ist, desto niedriger sind die Beiträge, die er an seine Versicherung zahlt. Daneben winken Prämien für erreichte Ziele, Einkaufsgutscheine etwa. Außerdem, so versichert Generali, muss ein Teilnehmer des Vitality-Programms nie höhere Beiträge zahlen als jemand, der nicht teilnimmt – selbst wenn er keine Aktivitäten unternimmt. Ein gesünder Lebenswandel plus niedrigere Versicherungsbeiträge – klingt das nicht gut?

Nein, sagt Sascha Straub. Er ist Versicherungsexperte der Verbraucherschutzzentrale Bayern. Der „Testballon“, den Generali mit seinem neuen Tarif starte, sei noch harmlos, ergänzt Straub. „So wie Generali das macht, ist das handwerklich in Ordnung. Aber wenn sich das durchsetzt, sind ganz andere Spielarten möglich.“ Der Verbraucherschutz sieht in dem neuen Tarif einen Paradigmenwechsel mit unklaren Folgen. „Der Versicherer wird zum Fitnesscoach“, sagt er. Er nehme erstmals direkt Einfluss auf das Verhalten seiner Kunden. Für Straub ist der neue Tarif daher vor allem eines: ein „Türöffner“. Immer und immer wieder betont er den Begriff, betont die unklare weitere Entwicklung. „Andere Versicherer werden das genau beobachten“, sagt Straub. Und mit eigenen Tarifen nachziehen, sollte das Angebot ankommen. Straub vermutet, dass vor allem jun-



Üben sie Sport aus, können Versicherte in einem neuen Tarif bei Generali Punkte sammeln – und ihre Versicherungsprämie senken. Ein Besuch im Fitnessstudio etwa bringt 100 Punkte. Foto: obs/Fitness First Germany GmbH

ge, gesundheitsbewusste Versicherte, die kein Problem damit haben, ihre Daten weiterzugeben, in den neuen Tarif wechseln könnten. „Wo bleiben dann die chronisch Kranken und die Älteren?“, fragt er. Wie versicherten sich diese künftig – und zu welchen Kosten?

Tatsächlich wird „Vitality“ zunächst nur in Verbindung mit Berufsunfähigkeits- und Lebensversicherungen angeboten, nicht mit Krankenversicherungen. Generali plant nach eigenen Angaben jedoch, „Vitality“ künftig auch in der privaten Krankenversicherung einzuführen. „Für die Krankenversicherung sind wir momentan noch in der Entwicklungsphase“, sagt ein Unternehmenssprecher. Er betont zudem, die Teilnahme am neuen Tarif sei bewusst freiwillig. „Vitality“ solle Kunden unterstützen, die gesundheitsbewusst leben wollen, so Kosten sparen und die Versicherten insgesamt entlasten. „Keiner zahlt mehr, wenn er nicht teilnimmt“. Und mit eigenen Tarifen nachziehen, sollte das Angebot ankommen. Straub vermutet, dass vor allem jun-

chen Tarife würden weiter nach dem individuellen Risiko berechnet. An „Vitality“ könne zudem jeder teilnehmen – auch ein älterer Kunde mit Erkrankungen. Alle Versicherer beginnen mit demselben Status. „Welche Ziele der Kunde erreichen möchte, entscheidet er selbst“, sagt der Unternehmenssprecher.

Generali sieht den neuen Tarif nach eigenen Angaben als Teil seiner „Smart-Insurance-Offensive“: Als kluge, moderne Versicherung, die sich an den jeweiligen Versicherten und sein Verhalten anpasst und versucht, diesem dabei zu helfen, sich stetig zu verbessern. Noch in diesem Sommer will Generali auch eine Kfz-Versicherung auf dem Markt bringen, die sich am Fahrstil des Versicherten orientiert. Das Unternehmen folgt gewissermaßen dem allgemeinen Trend zur Selbstoptimierung: immer besser, gesünder, sicherer leben, so das Motto.

Einer, der sich mit dem Phänomen der Selbstoptimierung auskennt, ist Stefan Selke. Er ist Professor für gesellschaftlichen Wandel an der Hochschule Furtwangen. In sei-

nem Buch „Lifelogging: Digitale Selbstvermessung zwischen disruptiver Technologie und kulturellem Wandel“ hat er sich ausführlich mit dem Phänomen und seinen Folgen beschäftigt. Selbstoptimierung greife den Marktgedanken auf, sagt Selke, sei der Versuch, die Welt berechenbar zu machen. Der Professor sieht darin allerdings mehrere Probleme. Einerseits sei unklar, wo die „richtigen“ Werte liegen: „Wie viele Schritte sind gesund?“ Andererseits stelle sich die Frage, wer diese Werte definiere. Meist seien das die „neuen Eliten“, sagt Selke: jung, männlich, gut gebildet. Diesen Gruppen würde häufig jedoch die Erfahrung mit Risikofällen noch fehlen. Selbstoptimierung bringe ein Abweichungdenken mit sich, sagt der Soziologe: Wo bin ich nicht perfekt? Wo ist es der andere nicht? Und: Wie sortiere ich aus?

Dass Versicherte wie im Fall von „Vitality“ Verantwortung für ihre eigene Gesundheit übernehmen, findet Selke zunächst einmal nicht falsch. Allerdings, betont der Soziologe, ließen sich Studien zufolge zwei Drittel der Krankheiten auf die Verhältnisse zurückführen – etwa

Verbraucherschützer warnen vor voreiligen Wechsels

auf die Umgebung, in der ein Versicherter lebt – und nur ein Drittel auf das individuelle Verhalten. Jeder könne seine eigene Gesundheit also nur in einem gewissen Maße beeinflussen. Verbraucherschützer Straub sieht das ähnlich. „Nur weil Sie Sport machen und sich gesund ernähren, können Sie trotzdem an Krebs erkranken“, sagt er.

Für problematisch halten Straub und Selke Versicherungstarife wie „Vitality“ dann, wenn sie „zur alternativen Norm“ werden: Wenn derjenige, der nicht teilnimmt, in Verdacht gerät, etwas verbergen zu wollen. „Freiwilligkeit ist dehnbar“, sagt Selke und warnt davor, Daten und Chancen zu verknüpfen, etwa indem nur Schutz bekommt, wer Daten zu seiner Fitness liefert. „So diskriminiert man auf Dauer Menschen“, sagt er. Mittelfristig würden nur die Risiken und nicht mehr der Mensch betrachtet, mahnt auch Straub. Der Verbraucherschützer und der Soziologe sind sich daher einig: Versicherte, die von dem neuen Tarif profitieren würden, sollten sich gut überlegen, ob sie wirklich in diesen wechseln. „Bleibt man fit oder ist man irgendwann selbst auf Solidarität angewiesen?“, fragt Straub. „Jeder sollte sich fragen: Wie lange bin ich auf der Gewinnerseite?“, warnt Selke. Bei Generali sieht man das natürlich anders. „Wir werden vom Versicherer im Schadensfall zum aktiven Begleiter, um Risiken zu senken“, sagte jüngst Vorstandschef Giovanni Liverani.

Das wahre Leben

VON TILL HOFMANN
» ioa@augburger-allgemeine.de

Im Paradies der Büromenschen

Immer dieser Stress im Büro! Am Computerschirm blitzen die eingetroffenen Mails auf – so als ob sich ungezählte Heinkelmannchen gleichzeitig als Postboten aufgemacht hätten. Dann erinnert der elektronische Kalender unerbitlich daran, dass am Vormittag noch zwei Konferenzen anstehen – und am Nachmittag eine weitere – und dazu dient, die beiden Vormittagskonferenzen zu evaluieren.

Genug ist genug! Die Rettung ist nur einige Schritte entfernt. Wer es schafft, sich aus seinem Stuhl vor dem Schreibtisch zu heben und diesen Weg zu gehen, der stößt wenig später die Tür zum Paradies auf. In der Welt der Büromenschen ist das Paradies der Sozialraum – auch Teeküche genannt, obwohl dort meistens Kaffee und andere Derivate eingenommen werden.

Hier offenbart sich ein Mikrokosmos, den es näher zu beleuchten gilt. Mit Eintritt in diesen Lebensraum sind zwei Phänomene zu beobachten. Das eine: Entspannung findet man hier vor allem durch ständiges Bewegen des Mundwerkes. Das nette Lästern über nicht anwesende Kollegen gehört zum guten Ton. Sollte der ausgerichtete Mitbürobürger zufälligerweise kurze Zeit später ebenfalls ins Paradies eintreten, hat das sofortiges Schweigen zur Folge oder aber das Thema der Unterhaltung wechselt abrupt und ohne Vorwarnung.

Das zweite auftretende Phänomen ist der sogenannte Schlaraffenland-Faktor. Es reicht gerade noch, um im Paradies den Knopf des Kaffee-Vollautomaten zu bedienen und den Zucker in die braune Brühe zu rühren. Die benutzte Tasse dann in die Spülmaschine zu stellen oder – schlimmer noch – diese vorher ausräumen zu müssen, um überhaupt erst Platz zu schaffen... wo kämen wir denn da hin? Der gestresste Büromensch überlässt diese niederen Arbeiten der Nachahm-Welt. Und das Erstaunen ist groß, als herauskommt, dass das Spülmaschinenaus- und-einräumen nicht einmal zu den arbeitsvertraglich festgelegten Tätigkeiten des Sekretariats gehört. Was also tun? Es gilt auch hier das Prinzip Hoffnung. Gebaut wird auf die Heinkelmannchen. Dumm nur, dass diese nach wie vor beschäftigt sind, wie wild die Mails zuzustellen.



Eine schöne Beschercung: Kaffeetassen. Status: benutzt. Foto: wawritto, Fotolia

Wenn Sie weitere Fragen an unsere Experten haben: rat@augburger-allgemeine.de

Der gute Rat

Das Risiko hinter den Indexfonds

Finanzen Sogenannte Exchange Traded Funds gelten als sicher und günstig, viele Banken legen sie den Sparern ans Herz. Warum aber auch bei einigen dieser scheinbar gefahrlosen Produkte Vorsicht geboten ist

Nach den Insolvenzen von Schiffsfondsgesellschaften, Unternehmensanleihen oder auch Anlagen in nachhaltige Energien fragen sich viele Anleger, wie sie ihr Geld investieren sollen. Eine sehr beliebte Anlageform sind die sogenannten Exchange Traded Funds, kurz genannt ETFs. Wer diese Fonds kauft, beteiligt sich an einem Index, etwa am Deutschen Leitindex Dax oder am Nasdaq 100, ohne dass er alle darin gelisteten Aktien selbst oder einzeln in sein Depot legen müsste.

Weil die Indexfonds die Börsenindizes nachzeichnen, sind die Verwaltungskosten nicht so hoch, als wenn sich der Fonds die darin abgebildeten Werte selbst aussuchen müsste. Daher auch die Be-

zeichnung als passive Fonds. Bei den Banken wird die Vergabe von ETFs immer beliebter. Dem Anleger werden sie wegen der geringeren Verwaltungskosten heiß empfohlen. Die Branche ist kreativ und kreiert immer exotischere Fonds: Es wurden ETFs konstruiert, mit denen Anleger in Öl, Gold oder Agrarprodukte investieren können. Zu den jüngsten Produkten gehört ein Fonds, der Anleger auf Drohnenfabrikanten wetten lässt. Ein anderer setzt auf die Vorliebe vieler Verbraucher für Bio-Lebensmittel, nur ein Marihuana-ETF ist an juristischen Hürden gescheitert.

Mittlerweile gibt es aber auch bei dieser Anlageform Warnungen von prominenter Stelle. John C. Bo-

gle, ein 87 Jahre alter US-amerikanischer Unternehmer und Autor, warnt vor ETFs. Zunächst hat sich Bogle damit beschäftigt, selbst ETFs zu kreieren, nun gerät er zum Warner.

Denn wenn der Wert des Korbs stärker steigt als die Kurse der Aktien, die darin liegen, dann bildet der ETF nicht mehr den Wert dieses Aktienkorbes akkurat ab: Der Unterschied zwischen dem Preis der Aktie im freien Handel und dem im ETF-Korb muss dann durch geschickte Käufe und Verkäufe von Aktien beziehungsweise von ETFs selbst ausgeglichen werden.

Ein Beispiel: Apple stellt ein neues iPhone vor und die Aktie des Unternehmens schnell in die Höhe,

während der ETF, der den Aktienkurs abbilden soll, diesen Sprung nicht mitmacht. Das liegt daran, dass in diesem Moment die Nachfrage nach dem ETF geringer ist als nach der Einzelaktie. Also muss der ETF in großen Mengen gekauft werden und die Aktie in großen Mengen verkauft werden, um den Kurs wieder anzugleichen.

Dieses künstliche Eingreifen dämpft auch andere in dem Korb enthaltene Aktien, sodass beispielsweise der Aktienwert eines Autoherstellers mitsinkt, obwohl dessen Geschäfte keinen Einbruch erlitten haben. Die Folge: Je mehr Anleger in ETFs investieren, desto künstlicher wird der Marktwert der jeweiligen Einzelaktien. Also ist auch

bei einem Produkt, das scheinbar gefahrlos daherkommt, Vorsicht geboten.

Teilweise werden ETFs sogar an Hedgefonds verliehen, die dann damit spekulieren. Das bringt eine Leihgebühr, setzt den Anleger aber dem Risiko aus, die Werte nicht wiederzubekommen, wenn der Ausleiher „pleite geht“. Also ist auch bei einem Produkt, das scheinbar gefahrlos daherkommt, Vorsicht geboten.

Daniela Bergdolt ist Fachanwältin für Kapitalmarktrecht und Vizepräsidentin der Deutschen Schutzvereinigung für Wertpapierbesitz.