



## Kostenaufstellung für Auswanderer und Überwinterer in Thailand

Stand: 2021

Mein Name ist Matt Abold und ich lebe seit 2009 als weißer Ausländer in Chumphon, Thailand. Ich schreibe in meinem Blog übers Auswandern und Überwintern und verbinde meine Beiträge oft mit sozial- und wirtschaftspolitischen Themen, die Thailand mit Deutschland und Europa vergleichen. Sie finden meine Beiträge unter dem Blog: Leben in Thailand, <https://lebeninthailand.net/>

Sie interessieren sich für ein Leben in Thailand. Lesen Sie hierzu die Checkliste fürs Auswandern nach Thailand, [klicken Sie hier](#) oder die Checkliste fürs Überwintern, [klicken Sie hier](#).

Eine ungefähre Kostenaufstellung ist naturgemäß mit vielen Annahmen verbunden. Die Basis für die Annahmen bilden meine langjährigen Beobachtungen von in Thailand lebenden europäischen Ausländern, sowie meiner eigenen, über 12 jährigen Erfahrungen hinsichtlich Leben in Thailand.

Die nachgenannten Preise sind meist unterteilt in Preise innerhalb Touristengebiete, z.B. Hua Hin, Phuket, Koh Samui oder Pattaya und Preise innerhalb nicht touristischer Regionen in Thailand, z.B. Chumphon. Auch gibt es insbesondere bei den Unterkünften in Touristengebieten erhebliche Preisunterschiede zwischen der Nebensaison, Mai bis November, und der Hauptsaison, Dezember bis April.

Preisspannen, die nicht aufgrund von Tourismus und Hoch- bzw. Nebensaison stammen, erklären sich durch Aktionen, Kauf von Großpackungen, Art und Größe des Produkts, Saisonware (Obst), sowie Wochen- oder Supermarkt.

Haben Sie Fragen, Anregungen oder Verbesserungsvorschläge, schicken Sie mir einfach eine E-Mail, [klicken Sie dazu hier](#).

Viele Grüße aus Chumphon

## Wohnung

## Touristisch



## nicht Touristisch



Wohnung, ca. 60 m<sup>2</sup>, aufgeteilt in einfach, mittel und gehobene Ausstattung. Eine Klimaanlage im Schlafzimmer, bei mittel und gehoben zusätzlich eine Klimaanlage im Wohnbereich. Voll ausgestattet, d.h. Möbel, Elektrogroß- und -kleingeräte, Bettbezüge, Handtücher, Teller, Besteck und Kochutensilien. Ohne Nebenkosten. Alle Kosten auf Monatsbasis

ganzjährig oder Nebensaison	฿ 10.000	฿ 15.000	฿ 25.000	฿ 5.000	฿ 10.000	฿ 15.000
mehrmonatig & Hauptsaison	฿ 15.000	฿ 35.000	฿ 60.000	฿ 7.000	฿ 12.000	฿ 17.000
Stromkosten, 1 bis 2 Klimaanlage	฿ 1.000	฿ 2.000	฿ 2.000	฿ 1.000	฿ 2.000	฿ 2.000
Nebenkosten, inkl. reinigen Klima	฿ 800	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 800	฿ 1.000	฿ 1.000
Internetkosten für Wi-Fi	฿ 500	฿ 500	฿ 500	฿ 500	฿ 500	฿ 500
Internetkosten für Mobiltelefon 4G	฿ 200	฿ 200	฿ 200	฿ 200	฿ 200	฿ 200
Fernsehpaket mit westlichen Sendern	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000

	Einfach	Mittel	Gehoben	Einfach	Mittel	Gehoben
<b>Gesamtkosten Wohnungsmiete ganzjährig</b>	฿ 13.500	฿ 19.700	฿ 29.700	฿ 8.500	฿ 14.700	฿ 19.700
<b>Gesamtkosten Wohnungsmiete mehrmonatig = Hauptsaison</b>	฿ 18.500	฿ 39.700	฿ 64.700	฿ 10.500	฿ 16.700	฿ 21.700

### Webseiten:

TOT

12Call

TRUE

Baan Metawi

[hier klicken](#)

[hier klicken](#)

[hier klicken](#)

[hier klicken](#)

## Nahrungsmittel

## Touristisch



## nicht Touristisch



Supermärkte bzw. Frischmärkte auch Minisupermärkte wie 7-Eleven. Es gibt wenig preisliche Unterschiede in touristischen und nicht touristischen Gegenden. Allerdings sind größere Unterschiede bei saisonalen Waren unberücksichtigt geblieben.

5 kg Reis, je nach Art und Qualität	฿ 100 bis ฿ 200	฿ 100 bis ฿ 200
500 g Nudeln, italienische Marken	฿ 60 bis ฿ 80	฿ 60 bis ฿ 80
Toastbrot, große Packung	฿ 30 bis ฿ 35	฿ 30 bis ฿ 35
Butter, 227 g	฿ 95 bis ฿ 130	฿ 95 bis ฿ 130
1 l frische Sahne	฿ 140 bis ฿ 190	฿ 140 bis ฿ 190
150 g. Käse aus Thailand	฿ 80 bis ฿ 130	฿ 80 bis ฿ 130
100 g Mozzarella aus Thailand	฿ 70 bis ฿ 100	฿ 70 bis ฿ 100
100 g Wurstaufschnitt aus Thailand	฿ 50 bis ฿ 100	฿ 50 bis ฿ 100
1 l Vollmilch	฿ 35 bis ฿ 45	฿ 35 bis ฿ 45
1 kg Kaffeebohnen, regional	฿ 500 bis ฿ 800	฿ 500 bis ฿ 800
1 kg Zucker	฿ 20 bis ฿ 30	฿ 20 bis ฿ 30
10 Eier	฿ 35 bis ฿ 45	฿ 35 bis ฿ 45
1 kg Weizenmehl	฿ 35 bis ฿ 55	฿ 35 bis ฿ 55
6 Wasserflaschen je 1,5 l	฿ 35 bis ฿ 55	฿ 35 bis ฿ 55
Flasche 0,33 Wasser mit Kohlensäure	฿ 5 bis ฿ 8	฿ 5 bis ฿ 8
Dose Cola, Sprite, etc.	฿ 10 bis ฿ 12	฿ 10 bis ฿ 12
1 l Orangensaft	฿ 35 bis ฿ 65	฿ 35 bis ฿ 65
Standardgemüse pro kg	฿ 25 bis ฿ 55	฿ 25 bis ฿ 55
Zwiebeln, Knoblauch, etc. pro 100 g	฿ 5 bis ฿ 15	฿ 5 bis ฿ 15
Obst aus der Region pro kg	฿ 15 bis ฿ 120	฿ 15 bis ฿ 120
Palm- oder Sojaöl pro 1 l Flasche	฿ 30 bis ฿ 40	฿ 30 bis ฿ 40
Olivenöl pro 1 l Flasche	฿ 350 bis ฿ 650	฿ 350 bis ฿ 650

Nahrungsmittel	Touristisch			nicht Touristisch		
						
1 kg Hähnchen/Schweinefleisch	฿ 90 bis ฿ 140			฿ 90 bis ฿ 140		
1 kg Garnelen aus der Region	฿ 80 bis ฿ 400			฿ 80 bis ฿ 400		
1 kg Fisch aus der Region	฿ 80 bis ฿ 500			฿ 80 bis ฿ 500		
1 Flasche Wein	฿ 400 bis ...			฿ 400 bis ...		
1 Flasche Bier, 0,64 l, lokal	฿ 45 bis ฿ 55			฿ 45 bis ฿ 55		
1 Flasche Bier, 0,33 l, lokal	฿ 30 bis ฿ 35			฿ 30 bis ฿ 35		
1 Weizen (0,5 l) aus Deutschland	฿ 130 bis ฿ 210			฿ 130 bis ฿ 210		

ca. Kosten pro Monat & Person	wenig	mittel	viel	wenig	mittel	viel
<b>Selbstkochen an 20 Tagen</b>						
<b>Frühstück täglich</b>	฿ 4.000	฿ 6.500	฿ 10.000	฿ 4.000	฿ 6.500	฿ 10.000
<b>Wenig, mittel und viel westliche Waren &amp; Alkohol</b>						

Webseiten:	Foodland	Big C	Villa Market	Tesco/Lotus	Lazada	Shopee
	<a href="#">hier klicken</a>	<a href="#">hier klicken</a>	<a href="#">hier klicken</a>	<a href="#">hier klicken</a>	<a href="#">hier klicken</a>	<a href="#">hier klicken</a>

Restaurant, Café, Bar	Touristisch			nicht Touristisch		
						

Die Unterschiede im günstigen Segment sind eher gering, allerdings sind oft die Preise für westliche Restaurants in Touristengebieten künstlich hoch. Ähnliches gilt für gehobene thailändische Restaurants, wo kaum auf thailändische Kundschaft Wert gelegt wird. Fastfood und Kettenrestaurants sind meist gleichpreisig.

Cappuccino	฿ 45 bis ฿ 140			฿ 25 bis ฿ 65		
kalter Macha	฿ 55 bis ฿ 150			฿ 45 bis ฿ 80		
Eistee	฿ 45 bis ฿ 150			฿ 35 bis ฿ 80		
Kuchenstück	฿ 100 bis ฿ 250			฿ 60 bis ฿ 100		
Bier klein	฿ 80 bis ฿ 250			฿ 40 bis ฿ 60		
Cocktail	฿ 200 bis ฿ 750			฿ 60 bis ฿ 150		
Nudelsuppe	฿ 40 bis ฿ 100			฿ 25 bis ฿ 40		
Reisgericht	฿ 60 bis ฿ 250			฿ 40 bis ฿ 80		
Fischgericht	฿ 150 bis ฿ 800			฿ 100 bis ฿ 300		
Pizza & Pasta, echter Italiener	฿ 200 bis ฿ 800			⊘		
Steak, westliches Verständnis	฿ 500 bis ฿ 3.000			⊘		
Fastfood, Pizza, Pasta = Kettengeschäft	฿ 100 bis ฿ 500			฿ 100 bis ฿ 500		

Für die geschätzten Kosten, die monatlich für Besuche in Cafés, Restaurant und Bars anfallen, wurden pro Person 10-mal Abendessen, 10-mal Mittagessen und 10-mal Kaffee und Kuchen. Ein weiteres Unterscheidungsmerkmal, ob wenig, mittel oder viel dabei auf westliches Essen nebst einem alkoholischen Getränk, Wert gelegt wird.

10 x Abend- & Mittagessen	wenig	mittel	viel	wenig	mittel	viel
<b>wenig, mittel, viel westlich &amp; Alkohol</b>	฿ 3.000	฿ 8.000	฿ 15.000	฿ 2.500	฿ 4.000	฿ 6.000

Webseiten:	MK	Amazon	KFC
	<a href="#">hier klicken</a>	<a href="#">hier klicken</a>	<a href="#">hier klicken</a>



Serviceleistungen	Touristisch			nicht Touristisch		
Maniküre, Pediküre, je	฿ 100 bis ฿ 500			฿ 50 bis ฿ 120		
Massage, 1 Stunde	฿ 250 bis ฿ 500			฿ 125 bis ฿ 250		
Massage, 1 Stunde im Hotelpa	฿ 1.000 bis ฿ 5.000					
Haushälterin Vollzeit pro Monat	฿ 9.000 bis ฿ 20.000			฿ 9.000 bis ฿ 12.000		
4x pro Monate Reinigung der Wohnung	฿ 2.000 bis ฿ 4.000			฿ 800 bis ฿ 1.600		
Wasch- und Bügelservice pro Monat	฿ 1.000 bis ฿ 2.500			฿ 600 bis ฿ 800		
Arbeiter pro Tag (Hausbau/Garten)	฿ 500 bis ฿ 1.000			฿ 400 bis ฿ 600		
Elektriker pro Tag	฿ 1.000 bis ฿ 2.500			฿ 800 bis ฿ 1.000		
Chauffeur pro Tag ohne Auto	฿ 400 bis ฿ 600			฿ 400 bis ฿ 600		
Visaverlängerung pro Jahr	฿ 1.900			฿ 1.900		
Visa re-entry bei Auslandsaufenthalt	฿ 1.000			฿ 1.000		
Übersetzung Dokumente, pro Seite	ab ฿ 400			ab ฿ 400		
Einzelunterricht, 1 Stunde	฿ 200 bis ฿ 1.000			฿ 200 bis ฿ 400		
Facharztpraxis, Gespräch, Medizin, event. kleine Behandlung	฿ 300 bis ฿ 500			฿ 300 bis ฿ 500		
Krankenpflegerin in Vollzeit	ab ฿ 20.000 pro Monat			ab ฿ 18.000 pro Monat		
Radar, zu schnelles Fahren	฿ 400 bis ฿ 1.000			฿ 400 bis ฿ 1.000		
Moped ohne Helm	฿ 200 bis ฿ 500			฿ 200 bis ฿ 500		
Autowäsche innen & außen	฿ 200 bis ฿ 400			฿ 150 bis ฿ 250		

	gering	mittel	hoch	gering	mittel	hoch
--	--------	--------	------	--------	--------	------

**Geringe, mittlere und hohe Inanspruchnahme von Serviceleistungen**

฿ 2.500	฿ 5.000	฿ 15.000	฿ 1.000	฿ 3.000	฿ 6.000
---------	---------	----------	---------	---------	---------

Krankenversicherung	Touristisch			nicht Touristisch		

Es gibt riesige Unterschiede bei den Preisen und Konditionen für Rentner für Krankenversicherung unabhängig von Thailand. Ferner gibt es Unterschiede, ob mit Selbstbehalt bzw. ob Ambulant mitversichert wird. Einige Gesellschaften haben auch extra Angebote für Südostasien. Wesentlich billiger sind Langzeitauslandskrankenversicherung (ADAC, Hanse Merkur, etc.), bei denen bis zu maximal 5 Jahre versichert wird. Diese sind ideal für Überwinterer geeignet. Für Auswanderer allerdings nur bedingt geeignet, da keine Verlängerung möglich ist. Auch besteht danach das Problem, zu alt zu sein, um überhaupt noch bei einer Gesellschaft versichert zu werden; achten Sie daher auf das Höchsteintrittsalter!

Für Rentner mit Vorerkrankungen gibt es kaum Auswahlmöglichkeiten. Die Ausschlüsse und Kosten sind leider sehr hoch, unabhängig von Thailand. Eventuell sind aber die Preise für Behandlungen und Medikamente für Vorerkrankungen extrem billig in Thailand und daher ist es dann auch - eventuell - möglich, diese ohne Versicherung selbst zu bezahlen. Sie sehen, ich muss leider mit sehr viel "eventuell" schreiben; bedeutet letztendlich für Sie, dass Sie hierbei ziemlich viel Recherche in Eigenregie machen müssen. Wenn ich belastbare Fakten dazu habe, werde ich selbstverständlich auch einen Beitrag dazu schreiben.

Internationale dauerhaft ab 60 Jahre	฿ 250 bis € 1.000 pro Monat
International max 5 Jahre ab 60 Jahre	฿ 60 bis € 120 pro Monat
Thailändische Krankenversicherung absolut nicht zu empfehlen	ab ฿ 40.000 pro Jahr

	Basis	Normal	Luxus	Basis	Normal	Luxus
<b>Versicherung Auswanderer</b>	฿ 8.000	฿ 10.000	฿ 25.000	฿ 8.000	฿ 10.000	฿ 25.000
<b>Versicherung Überwinterer</b>	฿ 3.000	฿ 4.500	฿ 6.000	฿ 3.000	฿ 4.500	฿ 6.000

<b>Webseiten:</b>	<b>BDAE</b>	<b>UKV</b>	<b>Hanse Merkur</b>	<b>ADAC</b>
	<a href="#">hier klicken</a>	<a href="#">hier klicken</a>	<a href="#">hier klicken</a>	<a href="#">hier klicken</a>

## Reise & Hotel

## Touristisch



## nicht Touristisch



Bei Reisekosten gibt es kaum Unterschiede zwischen touristisch und nicht touristisch. Lokaler Nahverkehr ist meist in nicht touristischen Gegenden sogar teurer und in der Nacht oft nicht vorhanden. Große Unterschiede gibt es bei den Hotels, die gerade in der Hauptsaison teilweise das 3-fache im Vergleich zur Nebensaison berechnen. Dies allerdings ausschließlich in Touristengebieten

Zug, Schlafwagen, 2. Klasse, ca. 500 km	฿ 600 bis ฿ 700			฿ 600 bis ฿ 700		
Zug, Schlafwagen, 1. Klasse, ca. 500 km	฿ 1.100 bis ฿ 1.300			฿ 1.100 bis ฿ 1.300		
Überlandbus Bangkok - Phuket	฿ 500 bis ฿ 1.000			฿ 500 bis ฿ 1.000		
Inlandsflug normaler Preis	฿ 1.000 bis ฿ 2.500			฿ 1.000 bis ฿ 2.500		
Inlandsflug Angebotspreis	฿ 500 bis ฿ 1.000			฿ 500 bis ฿ 1.000		
Mietwagen klein pro Tag	฿ 600 bis ฿ 900			฿ 600 bis ฿ 900		
Mietmoped pro Tag	฿ 150 bis ฿ 300			฿ 150 bis ฿ 300		
Fähre Chumphon – Koh Samui	฿ 1.000 bis ฿ 1.200			฿ 1.000 bis ฿ 1.200		
Hotel, Nebensaison	฿ 600	฿ 2.000	฿ 4.000	฿ 300	฿ 1.500	🚫
Hotel, Hauptsaison	฿ 600	฿ 4.000	฿ 12.000	฿ 300	฿ 1.500	🚫

Einfach Mittel Luxus

Einfach Mittel Luxus

**10 Nächte/Jahr Orte, ohne Essen.  
Einfache, mittel und Luxus  
Unterkunft. Kosten pro Monat  
umgerechnet**

฿ 1.300    ฿ 3.300    ฿ 6.000    ฿ 800    ฿ 2.500    ฿ 2.500

Webseiten:

**Air Asia**

**Lompraya**

[hier klicken](#)

[hier klicken](#)

## Größere Anschaffungen

## Touristisch



## nicht Touristisch



Größere Anschaffungen sind nicht in die monatlichen Kosten eingeflossen. Viele Produkte sind teilweise extrem viel billiger, als in Europa. Allerdings bei Eigentumswohnungen (Kondominium) und Häuser, bei denen der Ausländer den Grund nicht besitzen darf, sind die Preise in Touristengebieten jenseits von Gut und Böse.

Haus 100 m <sup>2</sup> Wohnfläche, 500 m <sup>2</sup> Grund, (lease oder Erbpacht)	฿ 7.500.000	฿ 15.000.000	฿ 30.000.000	฿ 1.500.000	฿ 3.000.000	🚫
Swimmingpool 50 m <sup>2</sup>		ab ฿ 900.000			ab ฿ 900.000	
Moped, Honda oder Yamaha, neu		ab ฿ 45.000			ab ฿ 45.000	
Kleinwagen, Honda, Toyota, etc., neu		ab ฿ 450.000			ab ฿ 450.000	
Autoversicherung 1. Klasse, jährlich		ab ฿ 15.000			ab ฿ 15.000	
Klimaanlage klein, inkl. Einbau		ab ฿ 15.000			ab ฿ 15.000	
Kühlschrank mittel		ab ฿ 6.000			ab ฿ 6.000	
Fernseher mittel		ab ฿ 5.000			ab ฿ 5.000	
Handy, neu nicht Apple		ab ฿ 2.000			ab ฿ 2.000	
Handy, neu Apple		ab ฿ 10.000			ab ฿ 10.000	
E-Bike Top Ausstattung		ab ฿ 35.000			ab ฿ 35.000	

Webseiten:

**Lazada**

**Honda**

**Toyota**

**HomePro**

**JD Pool**

[hier klicken](#)

[hier klicken](#)

[hier klicken](#)

[hier klicken](#)

[hier klicken](#)

# Gesamtkosten geschätzt anhand oben genannter Preise

	Touristisch			nicht Touristisch		
	★	★★	★★★	★	★★	★★★
Wohnungsmiete Auswandern	฿ 13.500	฿ 19.700	฿ 29.700	฿ 8.500	฿ 14.700	฿ 19.700
Wohnungsmiete Überwintern	฿ 18.500	฿ 39.700	฿ 64.700	฿ 10.500	฿ 16.700	฿ 21.700
Lebensmittel & Alkohol	฿ 4.000	฿ 6.500	฿ 10.000	฿ 4.000	฿ 6.500	฿ 10.000
Kosmetik	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000
Bekleidung	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000	฿ 1.000
Serviceleistungen	฿ 2.500	฿ 5.000	฿ 15.000	฿ 1.000	฿ 3.000	฿ 6.000
Krankenversicherung Auswanderer	฿ 8.000	฿ 10.000	฿ 25.000	฿ 8.000	฿ 10.000	฿ 25.000
Krankenversicherung Überwinterer	฿ 3.000	฿ 4.500	฿ 6.000	฿ 3.000	฿ 4.500	฿ 6.000
Restaurant, Bar & Café	฿ 3.000	฿ 8.000	฿ 15.000	฿ 2.500	฿ 4.000	฿ 6.000
Hotel & Reisekosten	฿ 1.300	฿ 3.300	฿ 6.000	฿ 800	฿ 2.500	฿ 2.500
<b>Gesamt Auswandern</b>	<b>฿ 34.300</b>	<b>฿ 54.500</b>	<b>฿ 102.700</b>	<b>฿ 26.800</b>	<b>฿ 42.700</b>	<b>฿ 71.200</b>
<b>Gesamt Überwintern</b>	<b>฿ 34.300</b>	<b>฿ 69.000</b>	<b>฿ 118.700</b>	<b>฿ 23.800</b>	<b>฿ 39.200</b>	<b>฿ 54.200</b>

