

Mit Vergünstigungen können ältere Menschen Geld sparen

Wer in Rente geht, hat Zeit für die schönen Dinge im Leben. Doch viele Senioren müssen dafür jeden Cent zweimal umdrehen.

Bonn. Reisen, den Hobbys nachgehen, Konzerte und Theateraufführungen besuchen: Für die Rente haben sich manche viel vorgenommen, schließlich ist mehr Zeit für die schönen Dinge des Lebens. Aber in der Regel ist auch weniger Geld da. Dabei sind Betroffene mit ihren Sorgen nicht allein, sagt Ursula Lenz von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen: „Das Problem der Altersarmut wird von der Tendenz her größer.“

Nichtsdestotrotz: Wenig Geld zu haben, sei nach wie vor ein absolutes Tabu, sagt Christine Sowinski vom Kuratorium Deutsche Altershilfe (KDA). „Wenn man arm ist und darüber spricht, ist man in der Wahrnehmung oft selber schuld.“ Sozialpädagogin Andrea Truernit vom Sozialdienst katholischer Frauen (SkF) in Hamburg, der die Broschüre „Wenig Geld – viel Lebensfreude?!“ herausgebracht hat, rät trotzdem, man solle lernen, darüber zu sprechen und selbstbewusst damit umzugehen.

Den wenigsten fällt die finanzielle Umstellung von einem vollen Gehalt auf die Rente oder Pension leicht. „Der Einbruch ist schon massiv“, sagt Lenz. „Wer wenig hat, hat aber unter Umständen Anspruch auf staatliche Unterstützung wie die Grundsicherung.“ Dazu sollten Senioren sich am besten an kommunale Beratungsstellen für ältere Menschen wenden.

Ein Haushaltsbuch hilft bei der Übersicht der Ausgaben

Ob mit oder ohne Unterstützung, an manchen Stellschrauben lässt sich drehen, um hier und da ein bisschen Geld zu sparen. Lenz empfiehlt älteren Menschen, ein Haushaltsbuch zu führen. So finden sie heraus, wofür sie eigentlich Geld ausgeben und wo sie vielleicht etwas sparen können. Nicht selten seien Geschenke eine nicht unwesentliche Ausgabe bei Senioren, sagt Sowinski. Das heißt nicht, dass man nichts mehr verschenken soll. Sowinski schlägt aber vor, möglichst viele Präsente selber zu machen; das könne ein Foto der letzten gemeinsamen Unternehmung, ein netter Spruch oder ein Kompliment in einem Bilderrahmen sein. Auch selbst gestrickte Socken oder selbst eingekochte Marmelade seien prima Geschenke. „Das mangelnde Geld kann man mit Zeit ausgleichen.“

Leseratten investieren viel Geld in Bücher. Lenz empfiehlt, Bücher in der Bibliothek zu leihen, statt immer neue zu kaufen. „Man kann oft sogar Wünsche äußern, was neu angeschafft werden soll.“

Wenn es um Unternehmungen geht, empfiehlt Truernit, sich zum Beispiel an die örtlichen Wohlfahrtsverbände zu wenden. Die veranstalten Kaffeemittage oder Ausflüge für wenig Geld, dabei knüpft man gleich noch neue Kontakte. Lenz rät, sich immer nach Vergünstigungen für Senioren zu erkundigen. Eine bundesweit einheitliche Regelung gibt es nicht. Aber im öffentlichen Personennahverkehr, im Schwimmbad, im Zoo oder im Theater gibt es häufig Rabatte für Senioren – mal ab 60, mal ab 65 Jahren.

„Man sollte seine Scheu verlieren und immer nachfragen“, sagt Lenz. Vielleicht kann man auch das eine oder andere aus dem eigenen Haushalt noch zu Geld machen, schlägt Sowinski vor. Gut erhaltene Kleidung aus früheren Zeiten wie den 50ern, 60ern oder 70ern sei zum Beispiel wieder sehr begehrt. Oder es liegen noch ungeliebte Bücher herum, die es nicht mehr auf dem Markt gibt, oder ein überflüssiges Kaffeeservice. Wer sich im Internet auskennt, kann seine Sachen auch dort auf Online-Flohmärkten anbieten.

Ob man nun an kleinen Stellschrauben dreht oder sich um staatliche Unterstützung bemüht: „Man muss sich kümmern“, sagt Lenz. Und das Ganze nicht als Almosen sehen. „Das steht einem zu“, sagt sie. Wenn Unternehmen Sonderangebote haben, scheue sich schließlich auch niemand zuzugreifen.dpa