

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz

**Band:** 61 (1983)

**Heft:** 4

**Rubrik:** Rund ums Geld : Leben mit einer kleinen AHV-Rente

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 31.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Rund ums Geld



Trudy Frösch-Suter

## Leben mit einer kleinen AHV-Rente

In einem meiner letzten Artikel habe ich geschrieben, dass es den meisten Senioren finanziell gut gehe. Heute möchte ich Ihnen, liebe Leser, an einem Beispiel zeigen, dass es in unserer «reichen» Schweiz immer noch (zu) viele Betagte gibt, welche jeden Franken dreimal drehen müssen, bevor sie ihn ausgeben. Man schätzt, dass bei uns ungefähr 150 000 alte Leute sich in einer echten Notlage befinden. Diejenigen, welche sich ein Leben lang mit einem kleinen Einkommen begnügen mussten, konnten nur bescheidene Beiträge an die AHV bezahlen. Sie erhalten jetzt im Alter dadurch auch nur eine bescheidene AHV-Rente und haben dazu in der Regel auch keine Pension. Nennenswerte Ersparnisse konnten nicht gemacht werden. Deshalb befinden sich viele Rentner in einer prekären Lage, besonders wohl in Grossstädten, wo die Mietzinse eine dominierende Rolle spielen. Sehr oft scheuen sich diese Leute, von irgendwoher Hilfe anzu fordern. Man schränkt sich lieber auf das Äusserste ein. Kommen dann Krankheitskosten, notwendige Kuren und Therapien dazu, gar ein Wohnungswechsel, mit meist viel höherem Zins, kann die Situation tragisch werden. Wie gut, dass es Ergänzungsleistungen und die Pro Senectute gibt. Die Stiftung setzt sich auf mannigfaltige Arten für die Senioren individuell ein, und niemand sollte irgendwelche Hemmungen haben, sich an eine Beratungsstelle zu wenden, wenn Probleme auftauchen, mit denen man nicht oder nur schwer fertig wird.

## Die Benachteiligten

Da Frauen meist ein viel kleineres Einkommen haben (hatten), erhalten sie im Alter eine kleinere Rente. Weil man möglichst lange selbständig haushalten möchte, bedeutet die eigene Wohnung eine zusätzliche Belastung, eine aber sehr notwendige, liebe Last. Durch Zufall habe ich Einblick erhalten, wie eine alleinstehende Frau mit einer kleinen AHV-Rente lebt. Bitte studieren Sie die nachfolgenden Zahlen sehr genau und vergleichen Sie dieses Haushaltbudget mit Ihrem eigenen.

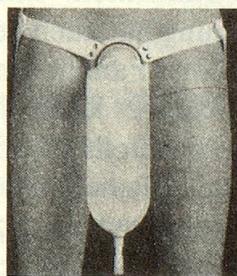
## Fr. 980.— AHV-Rente im Monat!

*Frau Anna, wie wir sie hier nennen wollen, bezieht eine AHV-Rente von Fr. 980.— im Monat. Anlässlich der Pensionierung vor zwei Jahren erhielt A. H. rund 20 000 Franken Sparkapital von der Firma ausbezahlt. Eine Pensionskasse war nicht vorhanden. Frau Anna hatte sich im Laufe vieler Jahre mit äusserster Sparsamkeit ebenfalls rund Fr. 20 000.— erspart. Da ihr Sparkapital zu hoch ist, erhält Frau Anna keine Ergänzungsleistung. Im Aargau erhält man beispielsweise eine solche erst, wenn das Vermögen weniger als Fr. 20 000.— beträgt. Es ist keine einfache Entscheidung, wenn man noch im «jungen Alter» (die Jahre von 60–70) steht, ob und wieviel vom Ersparten man brauchen soll, wo die Grenzen zu ziehen sind zwischen Soll und Muss.*

Frau Anna kommt mit ihren Finanzen nur über die Runden, weil sie gewissenhaft plant und ihr Geld sehr exakt einteilt. Dabei hat sie den ihr wichtigen Bedürfnissen im Rahmen des Möglichen Raum gegeben (recht so!) A. H. ist, so scheint mir, eine wahre Lebenskünstlerin. Die Kunst, das Leben und das Altern zu meistern,

## NUMAX medical

Kein Hosen- und Bettlässen mehr



Numax-Patent-Urinal

- 100%ige Sicherheit
- kein Nässe
- kein Entweichen von Geruch
- einfache, praktische Handhabung

NUMAX MEDICAL Hardstr. 72  
5430 Wettingen Tel. 056 / 26 12 44

NUMAX MEDICAL – Ihr Spezialist in der Pflegetechnik!

hängt bekanntlich nicht allein von der Höhe des Einkommens ab! Doch:

### Geld allein macht nicht glücklich, aber es beruhigt.

Frau Anna legt jeden Monat folgende Beträge in verschiedene angeschriebene Couverts:

1. Miete	448.—
2. Steuern	40.—
3. Krankenkasse	77.50
4. Gas und Elektrisch	30.—
5. PTT inkl. Kabelfernsehen	60.—
6. Tageszeitung, 1 Zeitschrift	25.—
7. Versicherung	8.—
8. Fusspflege	10.—
9. Klavierstimmer	6.—
10. Dauerwellen	15.—
11. Haushalt	200.—
12. Reserve	60.50
AHV-Rente monatlich	<hr/> Fr. 980.—

Frau A. H. erhält von ihrem Sparkapital, welches sie auf einem Alterssparheft angelegt hat, jetzt rund Fr. 1600.— Jahreszins, was einem Monatsdurchschnitt von Fr. 133.— entspricht. Man begreift Frau Anna, dass sie möglichst ihre Ersparnisse nicht angreifen möchte, da sie noch relativ jung ist. Eine Nebenbeschäftigung kommt aus gesundheitlichen Gründen nicht in Frage. Den Zins allerdings, den braucht Frau Anna dringend für Kleider, Reisen, hie und da sogar einmal billige AHV-Ferien, für Krankenkassenanteil usw. Wenn man bedenkt, dass Frau A. H. es fertigbringt, mit 200 Franken Haushaltungsgeld auszukommen – wo doch der Ein-Personen-Haushalt der relativ teuerste ist –, muss man nur staunen und diese Frau, stellvertretend für viele andere, bewundern.

### Haben es Männer besser?

In der Regel haben Männer höhere Renten als Frauen, eben weil sie, dank höherem Einkommen, grössere AHV-Beiträge einzahlt. Eine kleine Umfrage in dieser Beziehung hat auch gezeigt, dass sich Männer eher in einer Familie einquartieren und dort meist bescheidenes Kostgeld bezahlen. So steht ihnen mehr Geld für ihre übrigen Bedürfnisse zur Verfügung. Oft begnügen sich Männer mit dem Mieten eines Zimmers, kochen sich Frühstück und Nachtessen vielfach selbst, gehen hingegen zum Mittagessen ins Restaurant.

### Die Miete ist ein Schicksalsposten

Frau Anna, um bei unserem Beispiel zu bleiben, gibt fast die Hälfte ihres Einkommens für das Wohnen aus. Dabei ist die Miete mit nur Fr. 448.— inkl. Nebenkosten gewiss nicht hoch. Je kleiner das Einkommen, desto schwerwiegender die Wohnungsfrage. Für viele unserer Leser wäre es sicher interessant, zu vernehmen, wie andere Senioren, die mit einem bescheidenen Einkommen leben müssen, sich arrangieren. Ein Bekannter von mir, jahrzehntelang Knecht (Fr. 60.— Monatslohn), hat mir letzthin strahlend erklärt: «So gut wie heute ist es mir meiner Lebtag noch nie gegangen, wie jetzt, da ich AHV beziehe. Da ich noch bei guter Gesundheit bin, gehe ich stundenweise nachts in einem Grossverteilerbetrieb arbeiten und verdiene dabei «Geld wie Heu»! Dabei habe ich erst noch Spass an meiner Arbeit und weniger Zeit, an meine Bresten zu denken.»

*Bis zum nächsten Mal,  
Ihre Trudy Frösch-Suter*

*Nachschrift der Redaktion:*

*Dem Thema «Leben mit einer kleinen Rente werden wir unsere Oktober-Umfrage widmen.*

## Hermesetas wünscht Ihnen viele süsse Kaffeestunden.



Qualitätssüssstoff zum günstigen Preis.