

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 89 (2011)
Heft: 3

Artikel: "Sorgen ums Geld können oft krank machen"
Autor: Räber, Toni
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-722463>

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: 13.01.2026

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

«Sorgen ums Geld können oft krank machen»

Wer kommt mit einer Schuldenproblematik auf die Pro-Senectute-Beratungsstelle?

Viele unserer Klientinnen und Klienten beziehen Ergänzungsleistungen (EL). Sie haben nur sehr wenig Geld zur Verfügung, weshalb es rasch zu finanziellen Engpässen kommen kann. Viele suchen uns auf, wenn eine unerwartet hohe Ausgabe ansteht oder Mahnungen ins Haus flattern. Andere haben Schulden im Bereich Steuern, Krankenkasse, Ärzte, Miete oder Pflege. Oft stellen wir fest, dass die Übersicht über die Finanzen nicht gewährleistet ist und so die Schulden innert kurzer Zeit ansteigen.

Reichen AHV und EL also nicht zum Leben?
Viele kommen mit den staatlichen Mindestleistungen gut zurecht, oft weil sie das Sparen ein Leben lang gewohnt sind. Doch der bei uns übliche Lebensstil ist damit nicht bezahlbar – das merken diejenigen, die ihr Geld verloren haben und plötzlich auf EL angewiesen sind. Ausflüge, das Abo einer Zeitung, die Teilnahme an einem Kurs – alles, was neben dem Nötigsten auch zum Leben gehört, liegt nicht drin. Ein akutes Problem sind die hohen Mietzinsen, weil die anrechenbaren Höchstsätze der EL seit über zehn Jahren nicht mehr angepasst wurden.

Welchen weiteren Schuldenfallen begegnen Sie?

Manche haben plötzlich hohe Fahrkosten, weil es in ihrem Dorf keinen Laden, keine Post und keinen Bus mehr gibt. Andere reisen in der ungewohnt viel freien Zeit nach der Pensionierung herum oder legen sich kostspielige Hobbys zu. Wieder andere bestellen Dinge über Versandhäuser, auf Werbefahrten oder im Internet. Manche vertelefonieren Hunderte von Franken für Horoskope und Gewinnspiele oder lassen sich von dubiosen Verkäufern etwas gegen ihre Gebrechen andrehen. Auch der Umzug in eine neue Wohnung bringt Kosten mit sich, und ein Auto ist teurer im Unterhalt, als die meisten denken. Wir beraten auch zunehmend Pensionierte, die ihr Pensionskassengeld



Bild: Gerry Ebner

Toni Räber ist Bereichsleiter Sozialarbeit bei Pro Senectute Kanton Luzern und dort oft mit der Schuldenproblematik konfrontiert.

zu früh verbraucht, es etwa in die berufliche Selbstständigkeit oder in ein Haus investiert oder an die Nachkommen verschenkt haben.

Welchen Einfluss hat der heutige Lebensstil?
Vor hundert Jahren war ein Grossteil der Bevölkerung arm. Heute hört man ständig, jeder Rentner habe eine halbe Million auf dem Konto. Das Bild der «reichen Alten» übt einen grossen Druck auf Leute mit wenig Geld aus. Viele haben den Eindruck, alle anderen könnten sich alles leisten. Die Generationen, die jetzt ins Pensionsalter kommen, haben eine andere Einstellung zum Geld und zu Schulden, sie sind konsumgewohnt und risikofreudiger. Wir beraten vermehrt Leute, die Mühe haben, ihre Ansprüche der Realität anzupassen, und sich einen Lebensstil leisten, der ihre Möglichkeiten übersteigt.

Wie erleben Sie Menschen in Geldnot?

Ich staune immer wieder, wie manche Menschen mit sehr wenig Geld zufrieden sind und andere mit viel mehr ständig hadern. Einige werden wütend, wenn wir nicht einfach alles für sie bezahlen. Andere haben Hemmungen, einen EL-Antrag zu stellen, weil sie den Staat nicht noch mehr belasten wollen. Was aber für alle gilt: Sorgen ums Geld sind grosse Sorgen, die oft krank machen. Wer immer am Rechnen ist und in ständiger Angst vor weiteren

Ausgaben lebt, der leidet körperlich und seelisch. Es quält auch zu wissen, dass man seine Schulden eventuell nie mehr bezahlen kann.

Wie läuft eine Beratung ab? Zusammen mit den Betroffenen analysieren wir die Situation und klären ab, ob die Person Anspruch auf Unterstützung hat. Wir verhandeln mit Gemeinde, Arzt, Krankenkasse oder Vermieter wegen offener Rechnungen. Oft suchen wir eine günstigere Krankenkasse, kündigen eine Zusatzversicherung, schliessen ein billigeres Handyabo ab, rechnen aus, ob jemand auf sein Auto verzichten oder in eine kleinere Wohnung ziehen könnte. Sinnvoll sind auch Daueraufträge für die regelmässigen Ausgaben oder dass der Arzt direkt mit der Kasse abrechnet. Bei manchen geht es darum, das jahrelang Ersparte jetzt für sich selber zu brauchen, anstatt es den Kindern weiterzuvererben. Manchmal übernehmen wir die Kosten für eine einmalige Auslagerung, manchmal bezahlen wir eine regelmässige Leistung wie den Mahlzeiten- oder Fusspflegedienst. Die meisten sind froh zu wissen, wohin sie sich mit Geldsorgen wenden können; das gibt Sicherheit und verhindert Angst.

Können Sie immer helfen? Bei hohen Schulden ab etwa 5000 Franken ist eine vollständige Rückzahlung selten möglich, weil sich im Alter das Einkommen kaum mehr verändert. Dann streben wir eine Schuldenregulierung an, wobei keine neuen Schulden entstehen dürfen. Oberstes Ziel ist neben der Soforthilfe die Nachhaltigkeit. Wenn wir jemandem die Teilnahme an einem Mittagstisch ermöglichen, kostet das zwar mehr als das Kochen zu Hause, ermöglicht aber eine Tagesstruktur und soziale Kontakte. Oder wir steuern etwas an eine Kur nach einem Spitalaufenthalt bei, damit jemand voll erholt in die eigene Wohnung zurückkehren kann, oder wir bezahlen den Umzug in eine modernere Wohnung, wenn dafür ein Heimeintritt noch um einige Jahre hinausgeschoben werden kann.