

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 90 (2012)
Heft: 1-2

Artikel: Schulden im Alter, Teil 1 : wie bin ich da nur hineingeraten?
Autor: Mezger, Martin
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-721425>

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: 17.01.2026

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

Wie bin ich da nur hineingeraten?

Zahlreiche ältere Menschen achten zu wenig auf ihre finanzielle Situation. Sie geraten dadurch in einen Teufelskreis, aus dem sie nur schwer allein herausfinden. Aber es gibt Hilfe: Wer seine Scham überwindet und Rat holt, bekommt wieder Boden unter die Füsse.



Rosa Gschwend (72) kann es im Rückblick immer noch nicht fassen: Da waren sie und ihr Mann stets so sparsam, haben sich kaum etwas gegönnt, legten Jahr für Jahr einen Sparbatzen zur Seite, glaubten, einigermaßen finanziell gesichert ins Alter zu gehen, und dann das...

Nach dem frühen und schmerzhaften Tod ihres Mannes nahm sie tapfer die Finanzen an die Hand, zahlte am Monatsende brav alle Rechnungen und war der Meinung, ihre Sache gut zu machen. Dann kamen der Schenkelhalsbruch, der Spitalaufenthalt, vier Wochen in einem Kurhaus, das langwierige, mühsame Wieder-gehen-Lernen.

Gleichzeitig war da eine Leere: Wozu das alles, fragte sie sich, wozu gebe ich mir diese Mühe und warum plage ich mich Tag für Tag? Das Heimweh nach dem Leben mit ihrem Mann und mit ihrem Kind überkam sie oft. Wie riesige Wellen, dachte sie, die mich unter sich begraben.

In diesen schwierigen Monaten entglitten ihr wohl die Zügel. Nicht aufs Mal. Sondern ganz allmählich. Sie bezahlte zwar noch Rechnungen. Aber vermutlich nicht mehr alle. Und sie vergass ganz, die Arztrechnungen an die Krankenkasse einzureichen. So blieben auch die Rückvergütungen aus. Und dass der Kuraufenthalt von der Krankenkasse gar nicht übernommen wurde, merkte sie erst, als zum zweiten Mal eine Mahnung über einen hohen Betrag kam.

Ein Betrag, der sie erschauern liess: Woher fast zehntausend Franken nehmen? Die AHV und die kleine Pension reichten gerade für die laufenden Kosten. Dass die Wohnung, in der sie seit dem Tod ihres Mannes allein lebte, zu

teuer für sie war, wusste sie. Aber woher hätte sie die Kraft nehmen sollen, eine neue zu suchen? Und ans Zügeln mochte sie schon gar nicht denken.

Und das Ersparte, die gut hunderttausend Franken, auf die sie und ihr Mann beim Eintritt ins AHV-Alter so stolz gewesen waren? Die hatte sie ihrer Tochter geliehen, als diese ein Nagelstudio eröffnete. Nur lief dieses mehr schlecht als recht, und an Zins oder gar Rückzahlung war nicht zu denken.

Was jetzt? Rosa Gschwend konnte kaum mehr denken, als sie richtig merkte, wie es um ihr Geld stand. Die Zahlen auf den monatlichen Bankauszügen waren zwar nicht «rot», wie man das landläufig so sagt, aber es stand da «Saldo zu unseren Gunsten», und sie wusste, was das heisst.

Die Sache zog sich über viele Monate hin. Rosa Gschwend schränkte sich ein, wo sie nur konnte, sie ging kaum mehr posten und sparte beim Essen. Aber das trug wenig ein. Drei-, viermal bezahlte sie die Krankenkassenrechnung nicht. Bis sie die Mitteilung erhielt, die Kasse habe einen Leistungsstopp verhängt, übernehme keine Arztkosten mehr.

Das schreckte Rosa Gschwend endgültig auf. Jetzt war klar, sie brauchte dringend Hilfe, um aus dem Teufelskreis herauszufinden.

Rosa Gschwend wusste, dass vorne in der Zeitlupe eine ganze Liste mit Pro-Senectute-Beratungsstellen zu finden ist. Sie fasste sich ein Herz und rief die Stelle in ihrem Bezirk an. Dann ging alles schnell: ein Termin, eine nette Sozialarbeiterin, viel Verständnis für die Situation, eine nüchterne Bestandsaufnahme, ein Antrag auf Ergänzungsleistungen, ein Gesuch an die Hatt-Bucher-Stiftung

für die Übernahme der Kurkosten und einen Beitrag an die Schuldensanierung, ein sauberes Budget, regelmässige Kontakte mit der Pro-Senectute-Frau, die auch der Seele guttaten...

Fünf Monate nachdem sich Rosa Gschwend eingestanden hatte, dass sie Unterstützung brauchte, war ihr Leben wieder einigermaßen in Ordnung, und auf dem monatlichen Bankauszug stand wieder «Saldo zu Ihren Gunsten». Der entsprechende Betrag war klein, aber immerhin waren es «schwarze Zahlen».

Rosa Gschwend macht heute noch immer keine grossen Sprünge, weder finanziell noch sonst. Aber das ist für sie kein Problem. Sie ist es sich gewohnt, ein bescheidenes, genügsames Leben zu leben. Aber ohne Schulden. Das ist ihr ganz wichtig. Und für ein kleines Extra, das das Herz erfreut, reicht es auch dann und wann.

Martin Mezger (62) ist Theologe und Altersspezialist. Er ist Mitinhaber der focusALTER GmbH und leitet die Geschäfts- und Fachstelle der Hatt-Bucher-Stiftung.

Ohne Schulden älter werden: Wer finanzielle Probleme hat, braucht Unterstützung. Diese kann aus der Familie oder von professionellen Beratungsstellen kommen. In jeder Region finden sich beispielsweise Pro-Senectute-Stellen. Es lohnt sich, sich zu überwinden und rechtzeitig um Hilfe zu bitten. Die Hatt-Bucher-Stiftung engagiert sich auf dem Hintergrund ihrer grossen Erfahrung dafür, dass Menschen ohne Schulden älter werden (siehe unter www.unser-geld.ch). Ein Alter ohne Schulden ist möglich: einerseits dank der Sozialleistungen, allen voran AHV und Ergänzungsleistungen, andererseits dank Selbstverantwortung und eines angepassten Lebensstils.