Damit die Rente nicht klein ist, wenn die Kinder groß sind...
...wie kann ich Altersarmut vermeiden ?

Folgende Aspekte tragen zu einem gesicherten Einkommen im Alter bei:

- Berufs und Studienwahl zukunftsorientiert ausrichten
- Abgeschlossene Ausbildung bzw. Studium
- Frühzeitig informieren und beraten lassen
- Weiterbildungs- und Qualifizierungsmöglichkeiten nutzen
- Frühzeitig Betreuungsmöglichkeiten für Kinder bzw. pflegebedürftige Angehörige abklären
- Lücken im Lebenslauf klein halten – möglichst schnell beruflich wieder einsteigen
- Über private Altersvorsorge informieren
- Auf eigenständige Existenzsicherung achten

Wo kann ich mich informieren und beraten lassen?

- **Agentur für Arbeit**: Ausbildung, Studium, Vermittlung in Arbeit, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Fortbildung www.arbeitsagentur.de
- **Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:** z.B. Wiedereinstiegsrechner www.bmfsfj.de
- **Rentenversicherung:** Anwartschaftszeiten, Rentenauskünfte, etc. www.deutsche-rentenversicherung.de
- **Krankenkasse**: Kosten und Formen der Krankenversicherung
- **Minijobzentrale**: informiert über Minijob und Verfahren www.minijob-zentrale.de
- **Kinderbetreuung in München**: https://www.muenchen.de/themen/familie/kinderbetreuung.html
- **Zentrum Bayern für Familie und Soziales:** Elterngeld und Elternzeit www.zbfs.bayern.de
- **Pflege Angehöriger**: https://stadt.muenchen.de/infos/pflege-angehoeriger.html

Herausgeberin
Die Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der bayerischen Arbeitsagenturen
www.arbeitsagentur.de

Ihre Ansprechpartnerinnen in München:
Marion Feigt & Dagmar Schumann
E-Mail: Muenchen.BCA
@arbeitsagentur.de

Stand: Juni 2023

Angabe Internet-Zielseite oder erklärender Text

Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Frauen leben länger - aber wovon?

Altersarmut ist weiblich!

Bundesagentur für Arbeit
Agentur für Arbeit München
bringt weiter.

Warum sind gerade Frauen von Altersarmut besonders betroffen?

Viele Frauen arbeiten über lange Zeit in Teilzeit oder Minijobs, weil sie weiterhin den deutlich höheren Anteil an Sorge- und Pflegeaufgaben tragen. Dies mindert nicht nur ihre Chancen ein finanziell unabhängiges Leben zu führen, sondern erhöht auch das Risiko einmal unter Altersarmut zu leiden.

Insbesondere Arbeitszeiten unter 20 Stunden wöchentlich führen dazu, dass Frauen ihren Lebensunterhalt nicht alleine sicherstellen können und auch bei Arbeitslosigkeit oder später im Rentenbezug nicht mehr ausreichend versorgt sind.

Entsprechend ist der Anteil von Frauen, die unter Altersarmut leiden, deutlich höher als der entsprechende Anteil der Männer.

Hinzu kommt die Beschäftigung in geringer entlohnten Tätigkeiten, die ohnehin zu einem niedrigen Rentenanspruch führen.

Fällt dann noch das Einkommen eines Partners weg, verschärft sich die Situation um ein Vielfaches!

Frauen leben länger - aber wovon?

Zahlen, Daten, Fakten:

Anfang 2023 sind in München die Frauen wie folgt beschäftigt:

- Von allen Vollzeitbeschäftigten sind 37,2 Prozent Frauen.
- Bei den Teilzeitbeschäftigten liegt der Frauenanteil bei 72,4 Prozent.
- 55 Prozent aller im Minijob beschäftigten Personen sind Frauen. Von diesen arbeiten weit über die Hälfte ausschließlich in einem Minijob.

In Deutschland verdienen Frauen durchschnittlich 18% weniger als Männer.

Ursachen hierfür sind unter anderem:
- Berufliche Unterbrechungen wegen Familienpflichten
- Mehr Teilzeitbeschäftigung / Minijobs
- Arbeiten in Branchen mit geringer Entlohnung

Konsequenzen:
- Weniger Beitragsjahre und geringere Beitragszahlungen für die Rente
- Die Altersrente fällt entsprechend klein aus
- Zusätzliche Unterstützung zum Lebensunterhalt wird benötigt
- Hohe Gefahr der Altersarmut

Frauen leben länger - aber wovon?

Zwei Frauen berichten!

Von Altersarmut betroffen:
Anni M. 73 Jahre alt erzählt:
Nach der Schule habe ich Schneiderin gelernt. Mit 23 Jahren bin ich wegen der Geburt meines Sohnes zu Hause geblieben. Drei Jahre später kam dann die Tochter. Erst als beide Kinder in der Schule waren, konnte ich wieder arbeiten. Aber der Betrieb hatte zugemacht. Ich habe dann nur einen Minijob bei unserem Lebensmittelladen bekommen. Fünfzehn Jahre habe ich so gearbeitet, dann hat sich die Möglichkeit ergeben, 25 Stunden in der Woche zu arbeiten. Da ich nebenbei noch meinen Haushalt zu machen hatte, war das für mich und meinen Mann so in Ordnung. Heute bin ich alleine, die Kinder wohnen weit weg. Meine Rente reicht gerade, um die Miete zu zahlen und das Lebensnotwendige zu kaufen. Die Kinder will ich mit meinen Sorgen auch nicht belasten. Manchmal reicht es aber auch hinten und vorne nicht. Früher hätte ich nicht gedacht, dass ich einmal jeden Cent zweimal umdrehen muss. Ja, wenn man jung ist, denkt man nicht an später. Heute weiß ich, dass man schon rechtzeitig für das Alter vorsorgen muss.

Altersarmut vermeiden:
Sieglinde F. 52 Jahre erzählt:
Ich habe eine Ausbildung zur Verkäuferin gemacht. Nach der Geburt meiner Zwillinge bin ich bis zur Einschulung zu Hause geblieben. Dann habe ich 20 Stunden in der Woche gearbeitet. Das hat ganz gut geklappt. Am Samstag hat mein Mann sich um die Kinder gekümmert und ich konnte dann auf 25 Stunden aufstocken. Eine Kollegin, die gerade eine Trennung hinter sich hatte, hat mich dann auf die Rentenberatung aufmerksam gemacht. Dort wurde mir vorgerechnet, was ich mal an Rente bekommen werde. Da wurde mir erst bewusst, dass da nicht viel übrig bleiben wird. Ich habe die Möglichkeit genutzt, mich zur Filialleiterin fortzubilden. In der Schule wurde eine Nachmittagsbetreuung eingerichtet und ich konnte in Vollzeit arbeiten. Mein Mann und die Kinder mussten natürlich auch zu Hause mit anpacken, sonst wäre das so nicht machbar gewesen.
Inzwischen stehen die Kinder auf eigenen Beinen und ich auch!