

# Armut, die

Substantiv, feminin  
Ar|mut

+ 4 Kinder bekommen  
+ 10 Jahre Hausfrau & Mutter  
+ 7 Jahre Vater gepflegt  
= knappe Rente



In meinen Schuhen...

**Mir.fehlt.was. – Frauenarmut geht uns alle an!**

Broschüre zur gleichnamigen Ausstellung des Gleichstellungsreferats Wolfsburg, März 2016

**Aktiv gegen Frauenarmut!**



WOLFSBURG

## Vorwort

**Frauenarmut** – ein erschreckender Begriff, der Vorstellung weckt von ausgezehnten, Menschen in Lumpen, die nicht wissen, wie sie ihre Kinder vor dem Verhungern bewahren sollen.

In vielen Teilen der Welt stimmt dieses traurige Bild leider - Mädchen und Frauen bilden die Hälfte der Menschheit, sie erbringen den größeren Anteil der Arbeitsleistungen, erhalten jedoch nur ein Zehntel des Welteinkommens und besitzen weniger als ein Hundertstel des Eigentums.

Aber: Es gibt auch Frauenarmut in Wolfsburg. Natürlich kommt sie oft nicht in so eindringlichen Bildern daher, aber trotzdem ist sie weiter verbreitet, als die meisten von uns annehmen.

Verhungern muss bei uns zwar niemand, von einer relativen Armut betroffen sind aber auch hier immer mehr, vor allem Frauen.

Unter relativer Armut versteht man eine Unterversorgung an materiellen und immateriellen Gütern und eine Beschränkung der Lebenschancen, und zwar im Vergleich zum Wohlstand der jeweiligen Gesellschaft. Wer relativ arm ist, hat deutlich weniger als die meisten anderen. Sein bzw. ihr Einkommen reicht in vielen Fällen nicht aus, um ein annehmbares Leben zu führen.

Daher hat sich das 8. März-Bündnis entschieden, das Thema Frauenarmut zum Internationalen Frauentag 2016 aufzugreifen und unter dem Kampagnenmotto der Bundesarbeitsgemeinschaft kommunaler Frauenbüros und Gleichstellungsstellen „Mir fehlt was.“ neben zahlreichen Veranstaltungen auch die Ausstellung „**In meinen Schuhen...**“ zusammen zu stellen.

Die Idee stammt ursprünglich von der Liga der Freien Wohlfahrtsverbände Ludwigsburg, die 2011 eine ähnliche Ausstellung gestaltet haben und uns gestattet haben, das Ausstellungsformat zu übernehmen. Herzlichen Dank dafür.

## Frauen – Armut – und Schuhe,

auf den ersten Blick ein seltsames Dreieck, näher betrachtet leuchtet die Verbindung aber durchaus ein:

**Frauen und Armut** – ist leider oft ziemlich naheliegend, und

**Schuhe und Armut** – auch da gibt es viele Zusammenhänge:

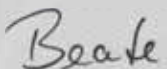
Früher unterschied man zwischen denen mit Schuhen und denen, die barfuß gehen mussten, heute genügt vielen Leuten ein Blick auf das Schuhwerk, um den sozialen Status des Gegenübers einzuschätzen – obwohl man sich da sehr täuschen kann, wie unsere Ausstellung zeigt.

Verbindet man das Ganze mit dem Zitat: „Urteile nie über einen Menschen, ehe du nicht eine Meile in seinen Mokassins gegangen bist“ – wird dann sozusagen ein Schuh draus.

Genau diese Zusammenhänge stellt auch die Ausstellung „**In meinen Schuhen...**“ mit den Schuhen und Lebensgeschichten von Wolfsburger Frauen her. Neben Berichten über schwierige finanzielle Lebenssituationen finden sich dabei auch welche zu anderen prekären Lebensphasen, wie z.B. bei Scheidung, Verlust des Partners, Beschäftigung als Geringverdienende, Verlust der Arbeit, durch eine Einwanderungsgeschichte, durch schwere Erkrankung oder andere einschneidende Dinge. Wir erfahren eindrücklich im wahrsten Sinne des Wortes, wo denn die Frauen aus allen Schichten Wolfsburg der Schuh drückt.

Weitergehende Informationen (Daten, Zahlen, Fakten) ergänzen die eindrucksvollen Geschichten.

**Wir fordern die Aufhebung der  
strukturellen Benachteiligungen von Frauen!**



Beate Ebeling

Gleichstellungsbeauftragte  
Stadt Wolfsburg



## Allgemeiner Teil, Daten,Fakten...

- 39 % der Alleinerziehenden und ihrer Kinder sind arm
- Frauen haben im Alter fast 60 % weniger Geld als Männer
- D.h. die Brutto-Durchschnittsrente in der gesetzlichen Rentenversicherung beträgt im Jahr 2014 für Männer 1 013 € und für Frauen nur 762 €
- Minijobs und Teilzeitarbeit führen in die Altersarmut
- Bei uns gilt als relativ arm, wer maximal 50% des Durchschnittseinkommens einer Bevölkerungsgruppe zur Verfügung hat. Das „Armutrisiko“ (auch „milde Armut“ genannt), beginnt bei weniger als 60% des Durchschnittseinkommens, die „strenge Armut“ bei 40%. Das Bruttodurchschnittseinkommen in Deutschland lag 2015 bei ca. 2950 € brutto bei voller Erwerbstätigkeit (Quelle: Deutsche Rentenversicherung).
- Nach den Kriterien der Europäischen Union ist arm, wer 60% oder weniger des Durchschnittseinkommens zur Verfügung hat.
- „Die Einführung des Mindestlohns, von dem viele gering qualifizierte Frauen profitieren, war ein wichtiger Schritt, gerade diese Beschäftigtengruppe wirtschaftlich zu stärken. Für eine armutsfeste Rente reicht die derzeitige Höhe jedoch nicht aus. Auch wer 45 Beitragsjahre zum Mindestlohn durchgearbeitet hat (und den wenigsten dürfte das zukünftig möglich sein), wird am Ende Grundsicherung beantragen müssen.“  
(Johannes Steffen, „Ein Mindestlohn für Arbeit und Rente“)
- Die Studie „Die Lebens- und Erwerbsverläufe von Frauen im mittleren Lebensalter. Wandel und politische Implikationen“ aus dem Jahr 2012 prognostiziert, dass 41 Prozent der westdeutschen und 21 Prozent der ostdeutschen Frauen zwischen 45 und 50 Jahren eine Rente **unterhalb** der Grundsicherung zu erwarten haben. Dabei handelt es sich zahlenmäßig um die größte Geburtenkohorte der Bundesrepublik, die Babyboomer\_innen. Die verbesserten Betreuungsmöglichkeiten für Kleinkinder und andere Maßnahmen zur Verbesserung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf, die in den letzten Jahren umgesetzt wurden, wirken sich bei diesen Frauen kaum mehr aus. Sie haben bereits einen großen Teil ihrer Erwerbsbiografie hinter sich. Aber auch viele jüngere Frauen steigen heute

noch viele Jahre ganz aus dem Beruf aus bzw. reduzieren ihre Arbeitszeit in der Familienphase deutlich.

- Die Anzahl der Personen ab 65 Jahren, die Grundsicherung beantragen, hat sich zum Jahresende 2013 auf 500.000 erhöht. Das ist nahezu eine Verdopplung im Vergleich zu vor zehn Jahren. Die Mehrheit davon sind Frauen, insbesondere in Westdeutschland. Alle Zeichen deuten darauf hin, dass das Problem der Altersarmut in Zukunft, insbesondere bei Frauen, weiter zunehmen wird (Statistisches Bundesamt 2014/2015).
- Auch in Wolfsburg gibt es Altersarmut, von insgesamt 586 Personen über 65 Jahren, die in Wolfsburg Grundsicherung erhalten, sind 362 weiblich, also 61,77 % (Nov. 2015).
- Besonders bei Frauen führen strukturelle Benachteiligungen zu einem Ansteigen von Armut. Gründe wie z. B. unterbrochene Erwerbsbiografien, Leben als Alleinerziehende und/oder Geringverdienende oder die zunehmende Anzahl der "Solo-Selbstständigen" ohne Rentenversicherung sind hier zu nennen.

## Weitere Informationen und Unterstützung erhalten Sie im Gleichstellungsreferat

Stadt Wolfsburg  
Gleichstellungsreferat  
Rathaus B, Zimmer 349/350  
Porschestraße 49  
38440 Wolfsburg

Tel: 05361 28-2842  
[gleichstellung@stadt.wolfsburg.de](mailto:gleichstellung@stadt.wolfsburg.de)  
[www.wolfsburg.de/gleichstellung](http://www.wolfsburg.de/gleichstellung)

Hier gibt es auch die „Minijobbroschüre“ sowie eine Ratgeberbroschüre zum Thema Trennung, Scheidung, weitere Infomaterialien und Hinweise auf weitere Beratungsstellen in Wolfsburg und Umgebung.

**Mir.Fehlt.Was.**







26 Frauen  
26 Lebensgeschichten



## A. D., Jahrgang 1947

Gelernt habe ich Anfang der 60er Jahre den Beruf der Weißnäherin.

Mein erster Mann kam aus Bremerhaven, also wurde das unsere Heimat. Eigentlich wollte mein Mann kein Kind und keine Ehefrau. Er war in unserer Beziehung auch sehr tyrannisch und lieblos. Nach der Scheidung wuchs mein Kind bei Verwandten auf, weil ich arbeiten gehen musste, um leben zu können. Ich habe mein Leben lang gearbeitet, als Fischverkäuferin, in der Kantine, als Zulieferin für das Verkaufspersonal im Fleisch- und Wursthandel und als Reinemachfrau.

Mein zweiter Mann hat in Bremerhaven als Filmvorführer gearbeitet. Als er arbeitslos wurde, bekam er vom Arbeitsamt die Möglichkeit, sich bei Volkswagen in Wolfsburg vorzustellen. Hier fand er dann Arbeit, und wir hatten das Geld, unsere Schulden zu bezahlen. Ich weiß aber noch wie heute, dass wir damals wirklich oft nicht viel zu essen hatten. Manchmal habe ich sehr hungrig auf meinen Mann gewartet, weil er mir auf dem Heimweg von der Arbeit ein Wurstbrötchen kaufte, das ich dann mit Heißhunger aß.

Mein Mann trank häufig Alkohol und wurde dann aggressiv. Er warf auch mal mit einem Stuhl nach mir oder mit einem Teller, wenn ihm das Essen nicht schmeckte.

Vor 15 Jahren ist mein Mann gestorben. Damals pflegte ich auch noch meinen Schwiegervater.

Ich selber kam irgendwann mit allem nicht mehr klar, der Tod meines Mannes, die Pflegearbeit, das Geld und die Schulden. Viele Sachen wurden verkauft, damit Geld reinkam. So richtig habe ich nie verstanden, was damals alles passierte und wo das Geld geblieben ist. Ich war seelisch fertig.

Damals ließ mein Sohn aus zweiter Ehe mich in Königsutter einliefern. Insgesamt war ich fast 10 Jahre in psychiatrischer bzw. psychologischer Betreuung und in entsprechenden Heimen untergebracht. Jetzt lebe ich im Altenpflegeheim.

Mir geht es gut, ich klage nicht, auch wenn die Gesundheit nicht die beste ist.



## A. D., Jahrgang 1989

Ich komme aus Marokko und habe dort ein Masterstudium „Persönliches Management“ absolviert.

Verheiratet bin ich mit einem Syrer.

Ich habe meine Schuhe hinter mir gelassen, weil ich viele Stationen auf meiner Flucht passiert habe.

In Marokko hatte ich große Angst vor meinen Eltern und der Familie. Das ist so, weil ich einen syrischen Ehemann habe.

Wir sind zusammen nach Algerien geflohen, wo ich mich zwei Monate in einer Wohnung versteckt habe.

Wir haben sehr viel Geld für Schlepper ausgegeben, die uns dann in die spanische Enklave Melilla brachten.

Weitere Stationen unserer Flucht waren Malaga, Madrid und Hamburg.

Endlich haben wir über die Erstaufnahme in Braunschweig jetzt Wolfsburg erreicht.

In meine Lage bin ich gekommen, weil ich starke Gefühle für einen syrischen Mann habe und ihn sehr liebe. Ich wünsche und hoffe, dass ich immer an seiner Seite sein kann und wir hier bleiben können.

Ich hoffe hier in Deutschland auf ein ruhiges, freies Leben, weniger Probleme und darauf, dass wir hier glücklich sein werden.

Im Augenblick geht mein Leben durch gute Beratung Schritt für Schritt voran, außer in den Bereichen Gesundheit und Arbeit.

Was ich den Frauen sagen möchte:

Frauen sollten sich von der Sklaverei der Tradition in der Gesellschaft und sogar der Eltern befreien.

## C. B., Jahrgang 1978

Ich komme aus einer Alkoholikerfamilie und habe schon als Kind regelmäßig Alkohol getrunken.

Mit 19 hatte ich ausgelernt, war danach in drei Schichten tätig und verdiente sehr viel Geld. Daher konnte ich mir Alkohol und härtere Drogen leisten.

Weil ich für mich und meinen damaligen Freund das Leben komplett bezahlte, machte ich riesige Schulden, 40.000 DM. Zusätzlich ließ mein Freund seine Aggressionen auch schon mal an mir aus. Für die Schuldentilgung habe ich neben der Normal-schicht Feiertage, Sonderschichten etc. geknüpelt und es wirklich geschafft, den Schuldenberg abzubauen. Letztlich war ich durch die Dauerüberlastung und den dauernden Alkohol- und Drogenkonsum so runter, dass ich in der Psychiatrie landete. Irgendwann, nach einigen Abstürzen, kam ich endlich in eine Therapie, die mir bestimmt das Leben gerettet hat. Endlich habe ich mal geschaut, was bei mir alles von Beginn an schief gelaufen ist. Mir wurde klar, was der sexuelle Missbrauch innerhalb der Familie an mir zerstört hat. Den hatte ich total verdrängt. Meiner Oma hatte ich als Kind alles erzählt. Ihre Reaktion war: „Wenn Du was sagst, nähe ich Dir den Mund zu.“ Als Kind nahm ich das ernst und habe das „Familiengeheimnis“ in mir vergraben und mit Drogen zugeschüttet. Ich bin weiter in therapeutischer Behandlung und bekomme z.Zt. Erwerbsunfähigkeitsrente.

Mittlerweile habe ich einen kleinen Sohn. Die Beziehung zum Vater besteht nicht mehr. Er zahlt nichts für das Kind.

Wegen eines gewalttätigen Übergriffs in meiner früheren Wohnung bin ich vor einigen Monaten sicherheitshalber ins Frauenhaus umgezogen. Angst habe ich, dass ich später nicht genug verdiene, wenn ich auf einen Arbeitsplatz komme, der auf meine Einschränkung Rücksicht nimmt und dadurch schlechter bezahlt wird.

Für die Zukunft wünsche ich mir viel Zeit für mein Kind und mich, das wäre ein großer Luxus.

E. K., Jahrgang 1964

Gelernt habe ich nach der Schule den Beruf der Fachverkäuferin im Einzelhandel. Vor meiner ersten Ehe arbeitete ich bei Volkswagen und habe dort auch gutes Geld verdient.

Ich habe mit 28 geheiratet.

In der Ehe war ich ausschließlich Hausfrau. Ich kümmerte mich um Haus und Garten und habe mich auch lange Zeit in meiner Rolle wohl gefühlt. Irgendwann aber war mir alles zu viel. Ich habe ja nur gekocht, gewaschen und geputzt, immer dasselbe. Mein Ehemann war ständig unterwegs, und ich war allein zu Hause. Weil sich nichts änderte, brach ich aus der Ehe aus.

Einen sicheren Arbeitsplatz fand ich als Bürokraft und Verkäuferin.

Nach drei Jahren heiratete ich erneut. Ich wurde schwanger und bekam einen Sohn, hatte dann einen Minijob als Reinigungskraft. Mein Mann war Alkoholiker und konnte nicht aufhören. Das hat die Beziehung immer schwer belastet und letztlich nach 14 Jahren Ehe zur Trennung geführt.

Meine finanzielle Situation hat sich eigentlich bis heute nicht gebessert. Auch im aktuellen Job werde ich schlecht bezahlt. Aber die persönliche Lebenssituation hat sich erheblich gebessert. Und wenn das Haus verkauft ist, gehe ich davon aus, dass ich mir mit neuem, kleinerem Eigentum eine Basisabsicherung für mein Alter schaffen kann.

Für meine Zukunft wünsche ich mir eine besser bezahlte Arbeit.

Anderen Frauen, besonders jüngeren, lege ich ans Herz, eigenständig zu bleiben. Seid nicht blauäugig und so leichtsinnig, Eure eigene Zukunft, die Ihr selber in der Hand habt, aufzugeben. Auch wenn Euer Mann die große Liebe ist. Das Leben und die Gefühle ändern sich, und dann ist es gut, wenn man seine Selbständigkeit nicht aufgegeben hat. Ich finde auch, dass Männer grundsätzlich in der heutigen Zeit die Familienphase aktiv mittragen sollen.

## Frau, Jahrgang 1953

Meine Lehre zur Einzelhandelskauffrau gab ich auf, weil ich mit 17 Jahren Mutter wurde. Ich heiratete den Vater meines Kindes, der kurz danach anfang zu trinken. Über unsere Ehe hinweg musste er oft in Therapien. In diesen langen Zeiträumen sorgte ich alleinverantwortlich für meine Tochter und mich.

Ich absolvierte mit 23 Jahren noch eine Umschulung zur Bürokauffrau.

Wir zogen wegen der Arbeit in den 80er Jahren nach Wolfsburg. Mein Mann trank weiter, aber es dauerte noch sehr lange bis ich die Scheidung einreichte und auch bis zum Ende durchzog.

Und gerade da verlor ich meine Arbeit, wusste nicht mehr, wie es weitergehen sollte und hatte Angst, auch die Wohnung zu verlieren. Meine Tochter war mir eine große Hilfe. Sie war in der Ausbildung und stützte mich finanziell und moralisch.

Eine kurzzeitige Arbeit in der Selbständigkeit scheiterte.

Ich lernte einen neuen Mann kennen, mit dem ich zusammen zog. Arbeit fand ich als Schuhverkäuferin und verdiente durch viel Einsatz recht gut. Leider trank mein neuer Partner, die Streitigkeiten nahmen zu, ich wollte und musste weg und raus.

Letztlich half mir der Freund meiner Tochter, eine Wohnung zu finden. Ich verfiel in Selbstmitleid und begann selber zu trinken. Meine damalige Chefin und eine Kollegin lasen mich betrunken auf, brachten mich zur Suchtkrankenhilfe und stellten mich vor die Wahl, weiter zu saufen und die Konsequenzen davon zu tragen oder mir helfen zu lassen.

Ich machte sofort eine Entgiftung. Vor meiner Tochter schämte ich mich für alles in Grund und Boden. Leider hatte ich dann noch einen Rückfall. In meiner letzten Therapie und durch einen wunderbaren Therapeuten habe ich die Sucht besiegt. Das ist 23 Jahre her. Eine neue Arbeit fand ich danach auch und bin seit 20 Jahren in diesem Bereich tätig. Mein Leben habe ich im Griff und habe sogar genügend Kraft, anderen Menschen zu helfen. Mit den Problemen des Lebens komme ich heute gut zurecht, mein Kopf ist klar.

Anderen Frauen möchte ich sagen, dass das Leben schön ist. Gebt nie auf für Euch zu kämpfen!

## Frau, Jahrgang 1968

Rückblickend begann meine erste Armut im Alter von 2 Monaten, als ich seitens des Jugendamtes von meinen leiblichen Eltern weggenommen worden bin. Sie brachten mich in einem Kinderheim unter, in dem bereits meine ältere Schwester lebte. Um mir doch noch ein intaktes Familienleben zu ermöglichen, versuchte das Amt, mich in verschiedene Pflegefamilien zu integrieren. Der zweite Versuch ein Zuhause zu finden endete in einer Katastrophe, denn ich wurde von meinem Pflegevater und seinen Freunden schwerst sexuell missbraucht. Auch hier wurden meiner Schwester und mir mit Armut gedroht. Wir sollten schweigen. Um überleben zu können, flüchtete meine Seele in Autismus / Mutismus. Mit 5 Jahren holte die Polizei mich aus der Familie, meine Schwester brach ihr Schweigegelübde. Es folgten zwei weitere Heime, bis ich mir mit 18 Jahren meine erste Wohnung suchte. Ich zog mit meinem damaligen Partner zusammen, den ich mit 15 Jahren kennen gelernt hatte. Leider wurde der sexuelle Missbrauch durch ihn wiederbelebt. Zudem war er Alkoholiker. Trotz allem ging ich meinen Lebensweg, gab nie auf und absolvierte meine Ausbildung zur Hauswirtschaftsleiterin. Begleitet haben mich stets Angst und wiederkehrende Depressionen. Mit meiner Schwangerschaft fiel meine Seele in ein großes schwarzes Loch. Der Wille, meinen Sohn niemals im Stich zu lassen, ließ mich einen enormen Heilungsweg gehen. Meine Ehe war ein einziger Irrtum. Gedroht wurde mir regelmäßig, dass ich in Armut komme, wenn ich mich trenne.

1996 ging ich nach einem erneuten Schockerlebnis ins Frauenhaus. Um gut für mich und meinen Sohn sorgen zu können, habe ich fast immer gearbeitet. Manchmal reichte es trotzdem nicht. Gott sei Dank war ich nicht arm im Geist, mit all meinem Potential heilte ich mich selbst! Auf diesem Weg entdeckte ich Yoga, Reiki u.v.m. Inzwischen bin ich Reiki- und Yogalehrerin, und mein Seelenmotto besagt, dass mein Weg **Liebe** ist. Seit vielen Jahren helfe ich Menschen, sich auf eine innere Seelenreise zu begeben, um Liebe in sich selbst zu erfahren. Ich habe erfahren, dass Glücklich sein nichts mit Außen zu tun hat. Die Quelle dazu trägt ein jeder in sich.

**Namaste** ॐ



## I. B. Jahrgang 1967

Ich komme aus einem behüteten Elternhaus, aus dem ich nach dem Abitur auszog, um meinen eigenen Weg an einem selbst gewählten Studienort zu gehen. Meine Eltern unterstützten mich finanziell, indem sie mein Zimmer im Studentinnenwohnheim bezahlten. Ziemlich schnell war klar, dass ich das Studienfach wechseln würde. Die Übergangszeit musste finanziell überbrückt und ein Praktikum eingebaut werden.

Mein Kühlschrank war in dieser Zeit fast immer leer, weshalb ich auch niemanden aus dem Freundes- und Bekanntenkreis einladen wollte. Ich konnte ja nichts anbieten. Ich habe immer Jobs gesucht, im Verkauf, in einer Druckerei, als Reinigungskraft und Babysitterin, damit ich über die Runden kam. In der Zeit des Praktikums habe ich je nach Schicht zwei Mahlzeiten gestellt bekommen, die ich auch wirklich nötig hatte. Neben dem Praktikum musste ich jobben, damit ich mich über Wasser halten konnte.

Trotzdem musste ich meine Eltern einmal in der kalten Jahreszeit um Hilfe bitten, weil ich keine Schuhe mehr hatte, es konnte auch nichts mehr repariert werden. Also bekam ich ausnahmsweise Geld für Schuhe, musste aber nach dem Kauf Rechenschaft darüber ablegen, was ich gekauft hatte. Und es kam die Frage meiner Eltern, ob das nun wirklich die passenden Schuhe seien. Für mich war das eine harte Zeit, aber auch eine, in der ich lernte mit wenig auszukommen. Diese finanziellen Nöte brachten mich dazu, das Studium in der Regelzeit zu beenden.

Ich habe mein Leben in die Hand genommen und konnte es bisher immer so gestalten wie ich es mir vorstelle.

Ich finde es wichtig, dass sich gerade junge Frauen darüber bewusst werden, dass man sich im Leben viel selber erarbeiten, sich Situationen stellen muss, um den eigenen Weg zu finden. Sie sollten lernen, auf eigenen Füßen zu stehen und selbständig zu sein, Abhängigkeiten zu vermeiden.

E. S., Jahrgang 1960

Meine Eltern starben kurz hintereinander im Jahr 2000. Gleichzeitig verlor ich nach 8 Jahren auf Grund von Einsparungen meine Arbeit in einem Wohnheim. Eine Fortbildungsmaßnahme als Holzbildhauerin endete, als das Unternehmen in die Insolvenz kam.

Ich bin sehr offensiv mit meiner Situation umgegangen und habe intensiv nach Arbeit gesucht.

Ich hatte das große Glück, dass sich Menschen sehr für mich eingesetzt haben, und so wurde ich als freie Mitarbeiterin im öffentlichen Dienst eingestellt.

Heute habe ich eine 50% Stelle, die mich ausfüllt und mir die Sorge der Krankenversicherungszahlungen nimmt. Auch ein Urlaub ab und zu liegt drin. Ich mache mir keine Hoffnung auf einen geruhsamen Ruhestand, da meine Rente sehr gering ausfallen wird.

Als sich die Lösung meines Dilemmas abzeichnete, habe ich mir diese Schuhe gekauft.

Anderen Frauen rate ich: Bitte versteckt Euch nicht!

## G. G.-B., Jahrgang 1955

Ich wurde nicht auf der Sonnenseite des Lebens geboren und bin froh, dass ich immer wieder die Kraft gefunden habe, Schritt für Schritt durch mein schweres Leben zu gehen.

Die erste erfahrene Armut ist die an Liebe und Anerkennung durch meine Mutter, meinen Stiefvater und später auch wiederholt in meinen schwierigen Beziehungen und Ehen. Als erstes lernte ich den Beruf der Großhandelskauffrau, obwohl mein Herz für den sozialen Bereich schlug. Ich zog aus, übte mich in Selbständigkeit. Doch fehlendes Selbstbewusstsein und Durchsetzungsvermögen machten mich häufig zum Spielball anderer Menschen, besonders der Männer in meinen Beziehungen. Sexueller Missbrauch, Anzeige und das immer vorhandene Gefühl, an allem selber schuld zu sein, setzten mir Jahrzehnte zu und können nur langsam im Rahmen einer Psychotherapie aufgebrochen werden. Eine erste Ehe endete, ich lebte mit meinen Söhnen wirklich ärmlich, gab ihnen aber immer die Liebe, die ich selber nie bekommen habe.

Meine Eltern waren starke Alkoholiker. Meine Mutter pflegte ich lange, mit viel Liebe. Eine zweite Ehe folgte: Alkohol; Gewalt, Missbrauch, meine Kinder litten. Wieder bin ich mit nichts gegangen. Ich lernte mit Freude und sehr guten Ergebnissen den Beruf der Altenpflegerin. Die ersten Berufsjahre waren sehr schön, finanziell ging es uns viel besser. Dann wurde mir eine höherwertige Position angeboten. Damit begann eine Zeit des Mobbing. Erst ein interner Stellenwechsel brachte eine spürbare Besserung. Doch es bleiben schmerzende Wunden auf der Seele. In diese Zeit der Besserung fielen andere Schicksalsschläge: Der Tod meiner Mutter und der Suizid meines ersten Mannes, meiner großen Liebe. Dann ging es auf der Arbeit wieder los, eine neue extreme Mobbing-situation durch Kolleginnen, die vor Jahren schon dabei waren. Ich bin sehr krank geworden, bin zusammengebrochen, musste operiert werden und kann meinen Beruf nicht mehr ausüben. Ich bin arbeitslos mit „Restleistungsvermögen“, da ist kaum Arbeit zu finden. Rente? Ja, wovon soll ich denn dann leben? Lebensmut geben mir die Familien meiner Söhne und mein ehrenamtliches Engagement. Das Leben ist halt **LEBENSGEFÄHRlich**, wie Erich Kästner sinngemäß schrieb.

Heirat mit 20  
+ Hausfrau bis 30  
+ Verlassen mit 40

---

= knapp Rente

**NUR KLEINE**



**BACKEN**

**22%** WENIGER VERDIENEN FRAUEN  
DURCHSCHNITTLICH ALS MÄNNER.

[www.frauenbeauftragte.de](http://www.frauenbeauftragte.de)

D. H., Jahrgang 1956

Mein erstes Kind bekam ich mit 16 Jahren. Daher habe ich auch früh geheiratet. Später folgte ein zweites Kind. Eines meiner Kinder ist behindert und lebt schon lange in einem entsprechenden Heim. Eine Ausbildung habe ich nach den Kindern nicht mehr absolviert.

Gearbeitet habe ich immer im Niedriglohnbereich, ich hatte ja keine Berufsausbildung.

Schläge in der Ehe kamen vor. Nach der Scheidung hat auch mein neuer Lebensgefährte geschlagen und gestalkt, was für mich sehr belastend war und ist.

Eine Flucht ins Frauenhaus und ein Neubeginn, wirklich bei null, folgten.

Gesundheitlich habe ich verschiedene Einschränkungen und kann daher einer bezahlten Tätigkeit schon lange nicht mehr nachkommen. Aufgrund dieser Erkrankungen würde ich gern in Rente gehen, weil ich einfach nicht mehr die Kraft zum Kämpfen habe.

Das bedeutet für mich ein Leben am Existenzminimum.

Es wäre schön, wenn ich etwas mehr Geld hätte. So muss ich jeden Monat sehr diszipliniert jeden Cent zurücklegen, damit ich mir die Fahrkarte für den Besuch meines behinderten Kindes im Heim zusammensparen kann.

Für meine Enkel hätte ich auch gern mal eine Kleinigkeit. Aber so muss es auch gehen. Trotzdem empfinde ich das Leben als Geschenk, und will jeden Tag mit einem Lächeln beginnen. Mein guter Freundes- und Bekanntenkreis und meine kleine Familie sind wichtige Stützen.

Zeitweise reicht meine Kraft sogar, anderen Menschen im Rahmen meiner Möglichkeiten zu helfen.

Mir ist sehr wohl bewusst, dass ich immer arm sein werde und im Prinzip jetzt schon in der Altersarmut lebe.



M. N., Jahrgang 1944

Materiell arm war und bin ich nicht. Doch als mein Mann vor ca. 7 Jahren starb, fiel ich in eine allumfassende Leere. Die Liebe war von jetzt auf sofort ausgeknipst, keine Berührungen, keine Gespräche, keine Dispute, kein geliebtes Gegenüber mehr.

Als ich das Angebot einer Wanderreise auf dem Jacobsweg bekam, nahm ich an. Denn nach Spanien wollte ich schon immer. Ablenkung versprochen mir die Tage auch.

Es war eine Reise mit der Kirchengemeinde in meinem Ort. Viele unvergessliche Erlebnisse kamen auf mich zu. Ich genoss die Gemeinschaft mit den anderen.

Erst als ich schon einige Zeit wieder Daheim war, wurde mir bewusst, dass ich mit der Reise einen Teil der Trauer, der Einsamkeit und inneren Unruhe verarbeitet und verlorene Gefühle der Liebe wiedergefunden hatte.

Mein Mann ist nicht vergessen. Doch mein Leben hat in den folgenden Jahren andere Inhalte bekommen. Es ist wieder ausgefüllt und reich an Begegnungen. Erfahren habe ich, wie schlimm es ist alleine und ohne Geborgenheit und Liebe durch Tag und Nacht gehen zu müssen und wie armselig sich das anfühlt.

## F. Q., Jahrgang 1933

Meine Armutserfahrung liegt lange zurück.

Geboren wurde ich 1933 in Danzig. Ich war das jüngste von sechs Kindern. Meine Mutter starb relativ kurz nach meiner Geburt.

Mein Vater war 20 Jahre älter als meine Mutter. Nach ihrem Tod fing er an zu trinken, es gab kaum noch Geld zum Leben. Wir hungerten alle sehr.

Meine Geschwister und ich kamen schließlich in ein Kinderheim, damals noch in Polen. Es war eine ganz schreckliche Zeit, damals.

1939 wurde ich von einem Ehepaar, das meine Eltern von früher kannte, adoptiert. Zusammen sind wir im gleichen Jahr nach Deutschland gegangen, wo ich in Fallersleben aufwuchs.

Meine Adoptiveltern waren immer gut zu mir.

Ich machte eine Ausbildung in einem Buchgeschäft. Dann stellte sich heraus, dass die Ausbildung nicht anerkannt wird, weil die Besitzerin des Buchladens, die mich ausbildete, selber keine Fachausbildung hatte.

Mit 21 Jahren habe ich bei Volkswagen angefangen zu arbeiten. Da war ich dann bis 1958 beschäftigt. Nachdem ich mein erstes Kind bekam, gab ich meine Berufstätigkeit auf. Ich bekam insgesamt vier Kinder, zwei Jungen und zwei Mädchen. Alle haben was Gutes gelernt und beruflich ihren Weg gemacht. Und zu allen habe ich ein sehr gutes und liebevolles Verhältnis.

Ja, ich war in meinem Leben hauptsächlich Mutter und Hausfrau. Mit vier Kindern war das auch so üblich. Eine eigene Rente habe ich dadurch kaum erwirtschaftet.

Ich bin durch die Rente meines Mannes abgesichert. Allein hätte ich nichts zum Überleben und müsste Sozialhilfe beantragen. Für das Leben im Altenheim müssen meine Kinder auch einen Teil bezahlen.

## S. B., Jahrgang 1939

Ende der vierziger Jahre floh ich mit meinen Eltern aus Schlesien nach Waggum. Eine Ausbildung habe ich damals nicht gemacht. Gearbeitet habe ich als junge Frau in einer Bäckerei und bei Siemens in der Produktion.

1964 habe ich geheiratet. Wir bekamen zwei Kinder.

Nach der Scheidung kamen die Kinder zu mir. Das war eine schwere Zeit. Mein Mann zahlte keinen Unterhalt. Ich musste mir Unterstützung vom Sozialamt holen. Zusätzlich bin ich arbeiten gegangen, habe geputzt und Auslieferungstätigkeiten gemacht. Manchmal habe ich auch die Unterstützung meiner Geschwister bekommen und konnte dann zum Beispiel einen dringend nötigen Frisörbesuch machen.

Es war mir sehr wichtig, dass meine Kinder eine Ausbildung haben, damit sie sich später ein gutes Leben aufbauen können. Daher war ich mir für fast keine Arbeit zu schade, denn dieses Ziel hatte ich immer vor Augen.

Als Stationshilfe in einem Altenheim habe ich schließlich eine gute Arbeit gefunden, die unser Leben sicherte.

Erst als meine Kinder nach der Ausbildung selber in Arbeit kamen und Geld verdienten, hat sich meine finanzielle Situation verbessert.

Meine Schuhe habe ich damals sehr lange getragen und entsprechend gepflegt, weil ich einfach kein Geld für neue hatte.

Heute bin ich zufrieden. Es geht mir finanziell und gesundheitlich einigermaßen gut. Wenn es so bleibt und es meinen Kindern und Enkelkindern gut geht, bin ich zufrieden.

Inzwischen bin ich Rentnerin und engagiere mich ehrenamtlich bei der Caritas.

Anderen Frauen möchte ich mit auf den Weg geben, dass sie sich nicht unterkriegen lassen. Eine Aufgabe, die man bewältigen muss, bei mir war es die Zukunft meiner Kinder, kann eine sehr große Motivation sein und einem die Energie für einen langen Kampf geben.

**Teilzeitarbeit, die**  
Substantiv, feminin  
**Teil | zeit | ar | beit**

**ARBEIT FÜR DIE**



**63%** DER FRAUEN BEKOMMEN  
WENIGER ALS 650€ RENTE.

[www.frauenbeauftragte.de](http://www.frauenbeauftragte.de)

M. S., Jahrgang 1977

Meine Familie und ich kommen aus Afghanistan, aus Kabul. Nachdem die Taliban an die Macht kamen, wurde es für uns gefährlich, weil wir eine politisch abweichende Meinung vertraten.

Zu Fuß und mit dem Auto flohen wir 2000 mit unserer 9 Monate alten Tochter über Pakistan nach Ashgabat in Russland. Über die UN bekamen wir ein Papier, das uns ermöglichte, in Russland zu leben und zu arbeiten.

Mein Mann hatte in Russland Wirtschaftswissenschaft studiert und 10 Jahre dort gelebt. Er fand Arbeit in einer Zigarettenfabrik. Ich war Hausfrau und Mutter.

Wir hatten kein Geld mehr für unseren weiteren Weg nach Deutschland. Es dauerte 2 Jahre, bis wir weiterziehen konnten. 2002 ging es zu Fuß, mit dem Auto und anderen Verkehrsmitteln nach Deutschland, Bielefeld, Oldenburg und schließlich nach Wolfsburg. Wir bekamen nur eine Duldung. Ich konnte nicht mal einen Sprachkurs machen! Nur weil ich über eine Mitarbeiterin der VHS die Möglichkeit bekam, als Gasthörerin einen Deutschkurs zu besuchen, konnte ich mir die Sprache erschließen. Ich habe dann eine Prüfung mitgemacht und war bei den nur 4 Teilnehmenden, die diese bestanden. Darauf bin ich stolz und empfinde Dankbarkeit für die Frau, die mir das ermöglichte.

Mein Mann arbeitete erst bei einer Zeitarbeitsfirma, die sehr schlecht zahlte. Dann machte er den Personenbeförderungsschein und fährt jetzt Taxi. Ich arbeite seit 2010 fest angestellt als pädagogische Mitarbeiterin in der Schule.

Wir leben mit unseren 3 Kindern in einer sehr kleinen Wohnung. Unser Verdienst liegt leicht über dem Betrag, bei dem wir finanzielle Unterstützung bekämen. Es ist schwer, den Kindern das zu ermöglichen, was wichtig für sie wäre, zum Beispiel den Besuch der Musikschule oder für speziellen Sprachunterricht. Die beiden älteren Mädchen gehen sehr erfolgreich aufs Gymnasium, und der Jüngste macht sich in der Schule auch sehr gut. Politisch sind wir sehr interessiert und sehen täglich Nachrichten. Warum es so viele Kriege gibt, warum Länder als sicher eingestuft werden, in denen die Menschen immer noch verfolgt und unterdrückt werden, das kann ich einfach nicht verstehen.



G. S., Jahrgang 1973

Meine Eltern sind Türken, ich bin hier geboren und habe die deutsche Staatsangehörigkeit. Ich habe vier Kinder und bin noch verheiratet. Seit Sommer letzten Jahres lebe ich im Frauenhaus.

Nach dem Hauptschulabschluss besuchte ich die BBS und fing eine Ausbildung zur Zerspanungsmechanikerin bei einer großen Firma an. Dann lernte ich meinen späteren Mann kennen.

Ich zog zu ihm und heiratete ihn ohne Einverständnis meiner Eltern. Schnell bekam ich das erste Kind. Die Ausbildung nahm ich nicht mehr auf. Mein Mann war eifersüchtig. Er verbot mir jugendliche Kleidung, Schminke, Außenkontakte, die Aufnahme einer Arbeit und das Autofahren. Oft war er aggressiv, speziell nach Alkoholgenuß. Es gab Streit und Schläge, er wollte eine traditionelle Rollenverteilung leben.

Nach 23 Jahren Ehe ging ich heimlich mit dem Nötigsten weg, suchte Hilfe bei meiner Ärztin, die schon lange wusste, dass ich immer wieder Opfer häuslicher Gewalt wurde. Meine Ärztin bezahlte meine Flucht zu meinen Eltern in der Türkei. Wegen der Scheidung musste ich zurück nach Deutschland. Meine Kinder sind alle so alt, dass ich diesen Schritt gehen konnte. Der Streit, das Gebrüll, die Schläge waren einfach genug für mich. Für die Unterstützung durch meine Eltern bin ich sehr dankbar. Meine älteren Kinder und mein Mann versuchten, mich zur Rückkehr in die Familie zu bewegen. Aber ich will nicht zurück. Der Kontakt zu meinen Kindern ist fast komplett abgebrochen. Vielleicht verstehen sie mich später einmal besser.

Für die Zukunft wünsche ich mir eine kleine bezahlbare Wohnung, Arbeit, Ruhe, die Möglichkeit eine eigene Meinung zu haben und selber für mich entscheiden zu können.

Jungen Frauen möchte ich sagen, dass sie Schule und Ausbildung machen sollen. Der Mann darf ihnen nichts verbieten, und sie sollen selbstbewusst eine eigene Meinung haben. Keine Frau ist ein Gegenstand oder Eigentum des Mannes.

H. W., Jahrgang 1961

Einen guten Schulabschluss habe ich nicht, weil ich Legasthenikerin bin. Eigentlich wollte ich in die Schneiderlehre, landete aber als Haushaltshilfe im Betrieb meines Stiefbruders und lernte alles, was man zur Führung eines Haushalts braucht.

Ich habe mit 31 Jahren geheiratet, zwei Kinder groß gezogen und eine ganz normale Ehe geführt. 2006 machten wir Urlaub in Ägypten, wo ich vom ersten Moment an fühlte, dass das Heimat für mich ist.

Unsere Ehe kriselte und wurde im März 2010 geschieden. Danach bin ich sofort nach Ägypten geflogen. Dort wollte ich mir vom Geld, das mein Mann mir anteilig für das Haus zahlte, eine neue Existenz aufbauen, eine kleine Wohnung kaufen. Das ging gründlich schief. Es wäre noch schlimmer geworden, wenn sich nicht mein jetziger Mann gekümmert hätte. Wir betrieben zusammen ein kleines Internetgeschäft. Nach einem Jahr gaben wir auf, weil der Tourismus und die Wirtschaft in Ägypten insgesamt einbrachen.

2013 flog ich zurück nach Deutschland. Meine Schwester bezahlte den Flug, meine Freundin die vorläufige Unterkunft in der Jugendherberge. Auch mein Ex-Mann hat mir immer geholfen.

Eine Zeit lang sah es so aus als müsste ich in die Obdachlosenunterkunft. Im letzten Moment bekam ich ein WG-Zimmer, nach kurzer Zeit ein anderes. Seit Winter 2014 wohne ich in einer 1 Zimmer-Wohnung.

Nach meiner Rückkehr hatte ich fast sofort eine Arbeit im Hotelgewerbe, nicht gut bezahlt, aber das Betriebsklima war anfangs gut. Das änderte sich sehr nach dem Wechsel des Chefs.

Jetzt habe ich die Probezeit in einem anderen Betrieb hinter mir, das Betriebsklima ist gut. Die Arbeit ist körperlich schwer, der Verdienst nicht üppig, aber ich bin fast unabhängig von Sozialhilfe. Und ich arbeite gern dort und nehme alle Stunden an, die ich arbeiten kann. Dann muss ich nicht so viel grübeln. Mein Mann macht in seiner Heimat Ägypten einen Deutschkurs, um dann zu mir nach Deutschland zu ziehen. Wir chatten täglich, wenn ich frei habe. Das ist aktuell der einzige Kontakt.

Ich war sehr naiv und habe erlebt, dass es viele schlechte Menschen gibt. Anderen Frauen kann ich nur raten, besser informiert und mit gesundem Misstrauen ihr Leben aufzubauen.

## Frau, Jahrgang 1978

Ursprünglich komme ich aus Kasachstan, aber ich bin im Rahmen der Familienzusammenführung nach Deutschland gekommen.

Ich bin verheiratet und habe vier Kinder im Alter von 3 bis 17 Jahren. Ich habe als Reinigungskraft gearbeitet, täglich 4 Stunden. Als die Kinder geboren wurden, half mir meine Schwiegermutter. Mein befristeter Arbeitsvertrag wurde nicht verlängert, weil ich schwanger war. Meine Vorgesetzte und Chefin war sehr sauer als ich schwanger war. Bedingt durch die Aufregung habe ich das Kind auch verloren.

Später fand ich wieder eine Arbeit und blieb dort vier Jahre. Danach ging ich in den Mutterschutz und arbeite jetzt nur noch gelegentlich als Reinigungskraft. Bei dieser Arbeitsstelle musste ich versprechen, dass ich mich nicht arbeitsunfähig schreiben lasse, wenn ein Kind krank ist und meine Pflege braucht.

Die Unterstützung durch meine Schwiegermutter ist, seit sie sehr krank ist, nicht mehr gewährleistet. Ich brauche dringend einen Kita- Platz für meinen Jüngsten. Eine Tagesmutter ist für uns zu teuer.

Ich möchte gern regelmäßig arbeiten, aber ohne eine Betreuung für mein jüngstes Kind geht das nicht. Ich hoffe, dass ich im März 2016 einen Kita-Platz bekomme.

Mein Mann ist zum Glück nicht mehr Leiharbeiter, sondern fest angestellt bei Volkswagen im Schichtdienst.

Anderen Frauen möchte ich sagen: Jede Frau soll machen, was sie gern möchte. Sie soll einen Beruf erlernen können – auch wenn sie schon Kinder hat.

L. N., Jahrgang 1946

Als Nachkriegskind habe ich ärmliche Verhältnisse kennengelernt. Obwohl ich körperlich schwer arbeiten musste und viel auf den Beinen war, wurde damals an Schuhen geizt. Kohlen- und Wassereimer schleppen, Zeitungen austragen oder Kinder hüten, alles in Schuhen, die eigentlich nicht passten und in späteren Jahren auch dauerhaft gesundheitliche Schäden nach sich zogen.

Durch die Flucht in den Westen gab es keinen familiären Halt, meine Mutter und ich mussten es allein schaffen. Das Schulgeld für die weiterführende Schule verdiente ich mir selber in den Ferien, mal in der Konservenfabrik, mal in der Forschungsanstalt für Landwirtschaft, Braunschweig. Ich habe je eine Ausbildung in Hauswirtschaftslehre und als Krankenschwester abgeschlossen.

Meine Mutter erzog mich sehr streng und hielt mich in Abhängigkeit. Meinen späteren Mann, mit dem ich auch Kinder bekam, hat sie im Prinzip für mich ausgesucht. Für mich und meine Kinder wäre es besser gewesen, wenn ich mich schnell von ihm getrennt hätte. Wenn es damals schon genügend Kindertagesstätten und Schulhorte gegeben hätte, ich denke, dann wäre mein Leben anders verlaufen. Mein Mann hat mich geprügelt, grün und blau am ganzen Körper. Und trotzdem bin ich geblieben, wegen der Kinder und weil ich nicht wusste, wie ich es schaffen soll, mit meinen körperlichen Einschränkungen. Seelisch war ich auch sehr angeschlagen.

Durch eine nicht behandelte Augenerkrankung verlor ich schon als Kind auf einem Auge das Sehvermögen, später kamen Rheuma, Osteoporose, Hüftarthrose und anderes dazu. Eine Umschulung oder einen Schonarbeitsplatz bekam ich nicht. Ich bin früh in Rente gegangen, eigentlich fühle ich mich noch heute in die Rente verschoben. Von dieser Rente kann kein Mensch leben! Ich bekomme daher Grundsicherung. Richtige orthopädische Schuhe kann ich mir immer noch nicht leisten. Meine Armut wird weiter andauern. Gesundheitlich ist mein Zustand ziemlich desolat, Besserung ist nicht mehr in Sicht.

Frauen rate ich, dass sie ihre Rechte einfordern und sich nicht abservieren lassen. Sie sollen sich solidarisch zur Wehr setzen.

## A. M., Jahrgang 1946

Ich flüchtete mit meiner Mutter 1949 über die Elbe nach Westdeutschland und wurde bei Hamburg groß. Bei uns gab es damals viel Armut, weil mein Vater kein Geld schicken oder schicken konnte.

Wir hatten nur das Nötigste, bekamen auch Sozialunterstützung. Häufig hatte ich Hunger.

Trotz Impfschutz bekam ich mit 14 Jahren Polio und verlor durch die Krankheit lange Schuljahre. Geblieben ist eine Einschränkung und Schwäche im linken Arm und in der Hand.

Mit 17 Jahren fing ich eine Ausbildung zur Kinderpflegerin an, die ich nach gut zwei Jahren abbrach, weil der theoretische Teil mir zu schwer fiel. Danach folgt die Ausbildung zur Blumenbinderin. Damals, Mitte der sechziger Jahre, passiert es noch, dass meine Chefin mich körperlich attackiert. Ich bekam Fußtritte, wenn etwas nicht so lief wie sie wollte.

Daher brach ich auch diese Ausbildung ab und fing an in einer Firma für Kaffeeextrakte zu arbeiten.

Mit 27 Jahren heiratete ich meinen Mann. Die Schwiegereltern waren damit nicht einverstanden, weil ich aus gesundheitlichen Gründen nicht immer arbeiten konnte. Kinder konnte ich auch nicht bekommen.

Nachdem mein Mann 2003 starb, musste ich allein zurechtkommen. Da war ich 56 Jahre alt. Das Geld reichte hinten und vorn nicht. Ich nahm schließlich einen Kredit auf und kam danach noch weniger mit allem klar. Die Existenzsorgen haben mich psychisch sehr angegriffen. Letztlich holte ich mir Unterstützung vom Betreuungsverein, der die finanziellen Dinge für mich regelte.

Jetzt finde ich langsam Ruhe. Ich habe viele Interessen: Sprachen, Gitarre spielen lernen. Auch selber schreiben, vielleicht sogar irgendwann ein Buch. Das füllt meinen Alltag.

Geld ist für mich weiter Mangelware und wird es auch bleiben.

Seit 2012 lebe ich in einem Altenpflegeheim, in dem ich mich wohl fühle. Von meinem Taschengeld, 101,-€, muss ich noch das Telefon zahlen. Weil viele Medikamente vom Arzt nicht mehr verschrieben werden können, muss ich sie privat bezahlen. Viel bleibt nicht übrig für das, was man noch braucht: Frisör, mal einen Kaffee trinken, Zeitung oder ein Buch.



N. R., Jahrgang 1979

Ich komme aus Georgien und bin 2011, zunächst nur mit meinem Mann, nach Deutschland geflüchtet. Unsere Kinder, zwei Mädchen, damals 8 und 5 Jahre alt, mussten wir zurücklassen. Sie mussten getrennt voneinander bei Verwandten untergebracht werden, was für beide sehr schwer war.

Nach einem Jahr konnten wir sie nachholen. Das lief alles illegal und sehr gefährlich für alle. Meine jüngere Tochter, die jetzt 10 Jahre alt ist, leidet noch immer ganz furchtbar unter allem, was sie durchmachen musste und ist hier schon lange in psychologischer Behandlung.

Ich habe in Georgien studiert und als Journalistin gearbeitet, mein Mann arbeitete als Autoingenieur. Wegen unserer politischen Meinung verloren wir unsere Arbeit und waren Repressalien ausgesetzt. Wir lebten in Angst.

Viel zu verlieren hatten wir nicht mehr. Wir wohnten bei meiner Schwiegermutter, die uns auch nach dem Verlust der Arbeit unterstützte.

Von 2011 bis 2013 lebten wir in der Flüchtlingsunterkunft in Fallersleben. Weil es meiner Tochter so schlecht ging, konnten wir ausnahmsweise früher eine Wohnung beziehen.

Es war auch ein glücklicher Umstand, dass ich auf der Universität als Studentin Deutsch gelernt hatte. Für mich gab es daher keine so großen Sprachschwierigkeiten. Mein Mann hat den B 1 gemacht. Seine berufliche Qualifikation ist in Deutschland anerkannt, und er sucht nun Arbeit. Nicht als Ingenieur, sondern erst mal als KFZ-Mechaniker. Bei mir ist alles noch nicht abschließend geklärt.

Wir wollen bald alles allein schaffen und keine Gelder mehr vom Sozialamt haben.

Mir hat in den letzten Jahren mein Glaube sehr geholfen. Aber auch, dass ich raus kam, in Kursen viel gelernt habe und dass ich viel Kontakt zu Menschen bekam. Oft hat mir geholfen, dass ich dachte, die anderen haben auch große Probleme, dass dagegen die eigenen kleiner wurden. Das hilft psychologisch recht gut.



## Teilzeitarbeit, die

Substantiv, feminin  
Teil|zeit|ar|beit

4 Kinder bekommen

+ 10 Jahre Hausfrau & Mutter

+ 7 Jahre Vater gepflegt

= knappe Rente

## R. G. Jahrgang 1948

Jung verheiratet kam ich mit meinem Mann 1972 nach Wolfsburg. Eigentlich ging ich davon aus, dass wir nach einem Jahr zurück in die Heimat gehen. Ich hatte eine Ausbildung und ein Diplom als Sekretärin und wollte in meinem Beruf auch arbeiten. Mein Mann war Lehrer für Französisch.

Durch die Mithilfe von Kollegen meines Mannes konnten wir 1973 eine Wohnung in der Nordstadt beziehen. Wir bekamen Möbel, und ich hatte erstmals Kontakt zu Menschen in meiner Umgebung. Besonders meine Nachbarin, eine deutsche Frau, die vom Alter her meine Mutter hätte sein können, hat mich wirklich unter ihre Fittiche genommen. Das war auch dringend nötig, denn ich hatte sehr damit zu tun, dass es hier diese kalten und dunklen Monate gab und dass mir meine große Familie und meine Heimat fehlten.

Meine Nachbarin und ich verständigten uns mit Händen und Füßen, bis sie mir einen Tipp gab, wie ich besser Deutsch lernen könnte: Ich sollte den Fernseher anmachen und die „Sesamstraße“ laufen lassen, zuhören, die Wörter merken und ihr dann sagen. Auch Deutschunterricht in der Schule habe ich gemacht. So konnte ich die Sprache immer besser verstehen und sprechen. Als ich 1974 schwanger wurde, sind meine Nachbarin und ich zusammen in ein Schuhgeschäft gegangen, wo sie mir sagte, welche Schuhe ich für die nächste Zeit tragen sollte. Das waren eigentlich Schuhe, die man als ältere Frau trägt, weil sie bequem sind. Trotzdem war es für mich in Ordnung, diese flachen, unmoderneren Schuhe zu kaufen. Denn meine Nachbarin hat mich immer wie eine Mutter beraten. Es war mir klar, dass sie das Beste für mich will.

Diese Schuhe habe ich während jeder Schwangerschaft getragen und auch, wenn ich jetzt auf Tagesfahrten bin, trage ich sie. Ich habe sie schon geklebt, ich habe sie mit Stoff bezogen, ich kann sie nicht weggeben, weil sie mich so sehr an diese liebe Frau erinnern und an Zeiten, die für mich oft sehr schwer waren, wo ich froh war, wenn ich viel Besuch von meiner Familie bekam oder selber in die Heimat fliegen konnte.

R.H., Jahrgang 1967

In meiner Jugend bin ich lange Zeit in fernen Ländern und Kulturen groß geworden. Wir lebten fast jedes Jahr woanders, da mein Vater Bauingenieur war und wir mit den Baustellen mitziehen mussten. Ich lernte Toleranz, Anpassungsfähigkeit und Stressresistenz, stellte eigene Bedürfnisse häufig hinten an, um so zu sein, dass ich gemocht und in die jeweils neue Umgebung integriert werde.

Nach dem Abitur machte ich eine qualitativ hochwertige Ausbildung und bekam von den Vorgesetzten früh viel Verantwortung übertragen. Meinem späteren Mann half ich finanziell durch sein Studium und hielt ihm in Bezug auf Haushalt den Rücken frei. Als die Kinder geboren waren, musste ich aufgrund berufsbedingter Umzüge meines Mannes mehrere Jahre aus dem Berufsleben aussteigen und hatte danach Schwierigkeiten, mich beruflich neu zu etablieren. Ich hielt ihm den Rücken frei. Er machte Karriere und musste sich um nichts kümmern. Um selber beruflich auf die Beine zu kommen, suchte ich Kontakte über ehrenamtliche Arbeit und konnte bald über Selbständigkeit Geld verdienen. Eine Festanstellung bekam ich aber erst nach 5 Jahren Selbständigkeit. Endlich war ich wieder beruflich auf dem Niveau, das ich vor Geburt der Kinder hatte und zahlte wieder nennenswerte Beiträge in die Rentenkasse.

Trotz Vollzeitjob verwöhnte ich meinen Mann weiter, waren Haushalt, großes Einfamilienhaus mit großem Garten, Kindererziehung, Büroarbeiten und soziale Belange ganz allein meine Aufgabe. Als mein Mann fremd- und die Ehe in die Brüche ging, erkannte ich die aufopfernde Rolle, die ich bisher im Leben eingenommen hatte, wie ich mich selber ausbeutete, bis an die Grenze des Machbaren. Kurz verlor ich den Boden unter den Füßen, fing dann aber auch an, besser für mich zu sorgen. Inzwischen habe ich eine gehobene Position und bin finanziell unabhängig. Es ist wichtig, dass Frauen darauf achten, nicht in eine Opferrolle zu geraten und auch nicht ihr Berufsleben oder ihre Karriere hinten an zu stellen. Dennoch wünsche ich mir von Politik und Gesellschaft Regelungen, die es ermöglichen, Zeit für die Kinder zu haben, ohne im Alter zu verarmen.

R. D., Jahrgang 1949

Mein Leben verlief bis zu meinem 30. Lebensjahr wie aus dem Bilderbuch. Ich erlernte den Beruf der Frisörin, schloss die Ausbildung sehr erfolgreich ab und arbeitete danach als Gesellin. Dann lernte ich meine große Liebe kennen. Wir heirateten, richteten uns ein und bekamen zwei Wunschkinder. Bei uns war die Rollenverteilung traditionell. Ich war Mutter und Hausfrau und hielt meinem Mann den Rücken frei. Er verwöhnte mich, ich konnte mein Leben frei gestalten, Geld spielte keine Rolle. Im Hausbau und der Gestaltung des Grundstücks konnte ich mich kreativ verwirklichen.

Dann bekam ich depressive Schübe und musste immer wieder für längere Zeit in Fachkliniken. Die Schübe lagen Jahre auseinander, waren aber immer eine sehr schwere Belastung für die Familie und besonders meinen Mann und mich. Nach 30 jähriger Ehe kam es zur Scheidung. Bis dahin konnten wir in Ruhe alles besprechen. Später gab es zwischen uns doch sehr viele Auseinandersetzungen ums Geld.

Ich habe nach der Trennung viel als Ehrenamtliche gearbeitet. Dann bekam ich das Angebot, einen neuen Beruf zu erlernen und habe eine verkürzte Ausbildung zur Freizeitpädagogin absolviert. Ich bekam recht schnell eine Arbeit angeboten und freute mich so über mein selbst verdientes Geld, dass ich meinem Mann sofort einräumte, den Unterhalt für mich zu kürzen. Danach gab es viele gerichtliche Verfahren, weil er wollte, dass ich nun möglichst volle Tage arbeiten sollte, was mir aber nicht möglich war. Diese Zeit war für mich wieder stark von Krankheit überschattet. Kurz nach meiner Rente musste ich wieder in eine Klinik, weil mit den Auseinandersetzungen auch die Depression sehr schlimm wiederkehrte.

Disziplin und Arbeit, aber auch mein Glaube, haben mir in Krisen geholfen. Unterstützung finde ich bis heute auch bei meinen Freundinnen. Weil ich sparsam lebe, reicht die Rente dafür aus, dass ich so leben kann wie ich es gern möchte und dafür, dass ich meinen Interessen nachgehen kann.

Ich rate jungen Frauen, ihren eigenen Weg zu finden, finanziell unabhängig vom Partner. In meiner Familie wird das inzwischen so gelebt.

## S. T., Jahrgang 1964

Ich habe elf Jahre als Ungelernte bei VW gearbeitet, eine Familie gegründet, geheiratet und zwei Kinder bekommen. Nach dem ersten Kind arbeitete ich noch weiter in Teilzeit bei VW. Meine erste Ehe wurde geschieden als ich wegen der Kinder nicht mehr arbeitete. Mein Mann war egoistisch, eifersüchtig und besitzergierig. Dadurch gab es oft Streit in unserer Ehe, häufig eskalierte dieser, er schlug zu und würgte mich. Damit hatte er eine Grenze überschritten, die das Aus für unsere Ehe bedeutete.

Ich zog mit meinen Kindern und dem Nötigsten zu meinen Großeltern. Das war ganz schrecklich für mich und die Kinder. Ich versuchte, mein Leben mit Unterstützung meiner Familie und von Freunden neu zu ordnen. Nach dem Tod meines Opas, gab ich meinem Mann noch eine letzte Chance, „Er ist schließlich der Vater deiner Kinder“, hatte mein Opa auf dem Sterbebett gesagt.

Wir versuchten es als Familie noch einmal, für zwei Jahre in meiner neuen Wohnung. Die Erkenntnis daraus: Es war verschwendete Lebenszeit! Schulden, die ich heute noch abzahle, kamen dazu. Ein zweites Mal stand ich vor den Scherben meiner Ehe. Ich jobbte und machte als allein erziehende Mutter eine Umschulung zur Informatik-kauffrau mit IHK Abschluss. Das gab mir viel Kraft, ich hatte nun eine Ausbildung. Meine Kinder sind mittlerweile erwachsen. Ich bin sogar schon einmal Oma. Und ich habe noch einmal geheiratet, einen Mann mit fünf Kindern aus Harz IV heraus. Vier Kinder leben noch bei uns. Ich bin Alleinverdienerin, weil mein Mann krank ist. Ich versuche mit all meiner Kraft und Liebe diese Familie über Wasser zu halten. Aber das Thema Schulden aus meiner ersten Ehe zieht sich wie ein roter Faden durch mein Leben.

Zurzeit befinde ich mich in Privatinsolvenz. Auch das werde ich mit all meinen Kräften überstehen. Meine Stolpersteine im Leben werden, mit Hoffnung auf ein besseres Leben, zum Bau meines Lebenswerkes, meines ganz persönlichen „Hauses“, benutzt.



U. G., Jahrgang 1952

Für mich sind die schlimmen Zeiten, Gott sei Dank, Vergangenheit. Mein Mann und ich haben es gemeinsam geschafft, wieder auf die Beine zu kommen.

Ich war damals Mutter und Hausfrau und hatte meinen Beruf aufgegeben. Mein Mann verdiente gut. Dann überredete er mich 2001 zu einer selbständigen Tätigkeit, die ich dadurch finanzierte, dass ich mir meine Altersversorgung auszahlen ließ. Mein Mann kümmerte sich um alles am PC. Er saß jetzt jede freie Stunde daran, was schon komisch war. Die Belastung mit Haushalt, Geschäft und der Pflege meiner Mutter im eigenen Haus wurde für mich zu viel. Ich gab das Geschäft auf. Gegen den Willen meines Mannes und sehr schweren Herzens, gab ich meine Mutter in ein Pflegeheim. Mein Mann erzählte mir damals glaubhaft eine sehr beängstigende Geschichte und warum er dringend das Pflegegeld meiner Mutter brauchte. Ich glaubte ihm, hatte fürchterliche Angst und tat alles, um an Geld zu kommen. 2005 stellte sich heraus: Mein Mann war spielsüchtig, alle Geschichten erfunden. Das Haus belastet, Bausparverträge, Schmuck, alles weg, alles zu Geld gemacht.

Mein Mann machte eine Entziehungskur, erfolgreich bis heute!

Wir fingen bei null an. Meine Mutter trug durch ihre Rente und das Pflegegeld dazu bei, die Schulden abzutragen, und wir durften noch 7 schöne Jahre mit ihr verbringen. Dafür bin ich sehr dankbar. Durch Berufsjahre, Mütterrente und die Pflegearbeit habe ich einen Rentenanspruch von ca. 500,-€ erworben. Mein Mann ist pensioniert, wir arbeiten beide noch nebenher.

Wäre ich damals berufstätig gewesen, mit eigenem Geld und Rentenanspruch, vielleicht hätte ich mich in der Krisenzeit von meinem Mann getrennt. Aber dann hätten wir beide von dem Wenigen nicht leben können.

Mein Mann und ich haben gemeinsam beschlossen, unsere Geschichte als Warnung zu erzählen.

Jeder Frau kann ich nur raten, selbständig zu bleiben: Hört nicht auf zu arbeiten im Glauben, durch die Ehe versorgt zu sein.

Wenn es hart kommt, bleibt meist die Frau auf der Strecke. Sie steckt zurück und kann dadurch schnell in Altersarmut geraten.



Y. B., Jahrgang 1993

Ich bin Türkin mit deutscher Staatsangehörigkeit, hier in Deutschland geboren und aufgewachsen. Meine Eltern haben sich vor sehr langer Zeit mit einem Imbiss selbstständig gemacht. Daher musste ich schon als kleines Kind sehr viel im Haushalt übernehmen, weil ich das Mädchen war. Und ich habe viel auf meinen jüngeren Bruder aufgepasst. Häufig gab es Schläge, weil ich etwas nicht richtig gemacht oder übersehen hatte.

Zu meiner Mutter gibt es keinen liebevollen Bezug, sie hat mich nie geschützt. Auch als mich mein Vater mit einem Stuhl verprügelte, weil die Schule ihm gemeldet hatte, dass man mich beim Rauchen erwischt hatte. Da war ich sechzehn Jahre alt.

Als meine Eltern die Zwangsverheiratung mit einem unbekanntem Mann aus der Türkei anstrebten, floh ich zum ersten Mal ins Frauenhaus. Nach drei Monaten nahm ich über Vermittlung eines Verwandten wieder Kontakt zu meinen Eltern auf, zog auch wieder Zuhause ein. Die Zwangsheirat war kein Thema mehr.

Ich besuchte die BBS und wollte dort den Realschulabschluss nachholen.

Als ich 19 Jahre alt war, hatte ich heimlich einen Freund. Meine Eltern erfuhren das und wollten eine Untersuchung haben, um festzustellen, ob ich noch unverletzt wäre. Falls nicht, drohte mein Vater, würde er mich mit Säure übergießen. Wenn ich noch Jungfrau wäre, sollte ich umgehend heiraten. Da gab es einen Mann in der Türkei, der mich in den Ferien in der Türkei über Jahre gesehen und meinen Eltern wohl gesagt hatte, dass er mich heiraten würde. Er wollte meinen Eltern auch Geld dafür geben. Das ist bei uns so üblich.

Da bin ich wieder ins Frauenhaus geflohen. Zu meinem Schutz kam ich weg aus meiner Heimatstadt.

Jetzt endlich ist es soweit, dass ich eine eigene Wohnung beziehen kann.

Auf den Weg geben möchte ich jungen Frauen, dass sie ihren eigenen Weg gehen und nicht machen sollen, was sie selber nicht wollen.

3 Kinder bekommen  
+ 7 Jahre Mutterzeit  
+ 20 Jahre Teilzeitjob

---

= knappe Rente

REICHT NICHT MAL  
FÜR'N



+



**45%** DER ERWERBSTÄTIGEN FRAUEN  
ARBEITEN IN TEILZEIT.

[www.frauenbeauftragte.de](http://www.frauenbeauftragte.de)

Unser besonderer Dank gilt allen Mitwirkenden, insbesondere den Frauen, die uns mutig für die Ausstellung „In meinen Schuhen...“ ihre Lebensgeschichte und ihre Schuhe zur Verfügung gestellt haben und die uns aufgezeigt haben, mit wie viel Mut und Kraft sie trotz aller Schwierigkeiten ihr Leben meistern.

Herzlichen Dank an die Liga der Freien Wohlfahrtsverbände Ludwigsburg und hier insbesondere an Frau Mayer-Kachler, die im Okt. 2011 im Staatsarchiv Ludwigsburg die Ausstellung „In ihren Schuhen“ zur Frauenarmut gezeigt hat. Diese Idee hat uns sehr inspiriert, und wir freuen uns sehr, dass wir den Leitgedanken zu diesem Ausstellungsformat übernehmen und in Wolfsburg neu umsetzen konnten.



# Armut, die

Substantiv, feminin, Armut

Platz für Ihre Gedanken zum Thema  
„Frauenarmut“



Impressum:

Gesamtverantwortlich:

Stadt Wolfsburg

Gleichstellungsreferat, Februar 2016

Mail: [gleichstellung@stadt.wolfsburg.de](mailto:gleichstellung@stadt.wolfsburg.de)

Telefon: 05361 28-2842



Postkartenmotive der BAG-Kampagne mit Unterstützung der:



Postkarten-/Plakatmotive und Namen der RealisatorInnen:

„kleine Brötchen backen“: Marie Rochow, Benjamin Rein

„Arbeit für die Katz“: Marie Rochow, Benjamin Rein

„reicht nicht mal für“: Marie Rochow, Benjamin Rein

„Heirat mit 20“: Maike Przybill, Johanna Wolf

„3 Kinder bekommen“: Maike Przybill, Johanna Wolf

„4 Kinder bekommen“: Maike Przybill, Johanna Wolf

„Armut, die“: Maike Przybill, Johanna Wolf

„Teilzeitarbeit, die“: Maike Przybill, Johanna Wolf

[www.frauenbeauftragte.de](http://www.frauenbeauftragte.de)