

Theres Nieder aus München lässt sich nicht unterkriegen



Gespräche und das soziale Miteinander sind vor allem für allein lebende Senioren wie Theres essenziell



**THERES AUS MÜNCHEN**

## Nur 900 Euro Rente!

# Wie ich trotzdem mein LACHEN nicht verliere

Die Seniorin war alleinerziehend mit drei Kindern, arbeitete stets so viel sie konnte. Trotzdem hat sie heute kaum Geld zum Leben. Zum Glück gibt es den Verein „Ein Herz für Rentner e.V.“

**F**röhlich streckt Theres Nieder (83) die Arme in die Höhe, freut sich über diesen wunderbaren Nachmittag auf der Kirmes. Die Einladung erhielt sie von „Ein Herz für Rentner e.V.“, dem Verein, der ihr seit Jahren auch finanziell unter die Arme greift. Denn die Seniorin bekommt nur 900 Euro Rente – eine Summe, die kaum zum Leben reicht.

Die Münchnerin war alleinerziehend mit drei Kindern. Zehn Jahre war sie komplett zu Hause, dann schlug sie sich mit Teilzeitarbeit durch. Sie arbeitete am Wochenende, nachts, nahm Nährarbeiten an. Kurz gesagt: Sie tat alles, um irgendwie über die Runden zu kommen. Um sich und ihre Kinder zu ernähren. Für

ihre eigene Absicherung blieb kaum etwas. Heute bleibt ihr trotz der vielen Arbeit nur eine kleine Rente. Sogar nach Renteneintritt arbeitet Theres weiter auf Minijob-Basis, verdiente sich etwas dazu. Erst mit 75 setzte sie sich ganz zur Ruhe.

### Regelmäßig geht sie zum Kaffeeklatsch

Nach Abzug der Fixkosten bleiben der 83-Jährigen jetzt nur rund 250 Euro zum Leben. Umso dankbarer ist sie für den Verein. „Er hilft mir bei Extraausgaben, z.B. für eine Brille, eine Augen-OP oder Zahnarztrechnungen.“ Doch nicht nur finanziell unterstützt sie der Verein. „Ich bin regelmäßig zum

Kaffeeklatsch mit anderen Senioren eingeladen. Darüber freue ich mich sehr, das hilft mir aus der Einsamkeit.“

Auch Ausflüge wie ins Theater oder in den Zirkus gehören dazu. Gerade für Theres, die allein lebt, ist der Austausch mit anderen Balsam für die Seele. „Es kommen immer neue Menschen dazu. Wir unterhalten uns, lachen, essen. Unter Leute zu kommen, ist so wichtig.“ Auch im Chor singt die Rentnerin mit. Das Herz geht ihr auf, wenn sie an den tollsten aller Auftritte beim Oktoberfest denkt. Hach, war das aufregend!

„Der Verein ist Gold wert, das ist für mich ein großes Geschenk“, so Theres positiv. Nur herumzusitzen und warten, bis der Tag vorbei ist – das war noch nie eine Option für die rüstige Dame. Jeden Tag geht sie spazieren, macht ihre Sportübungen. Sie liest liebend gern, strickt, hält

sich auf Trab. Theres Nieder ist trotz der Altersarmut dankbar für das, was sie hat: „Das Wichtigste ist, dass man gesund ist.“ Und ihre unbändige Lebensfreude kann der Seniorin zum Glück niemand nehmen. ■



**Ein Herz für Rentner e.V.**

Der Verein „Ein Herz für Rentner e.V.“ unterstützt Senioren mit einer niedrigen Rente durch finanzielle Soforthilfen, z.B. für eine neue Brille, Medikamente, Obst- und Gemüseboxen, ein 49-Euro-Ticket u.v.m. Weitere Infos unter [www.einherzfuerrentner.de](http://www.einherzfuerrentner.de)

