volkshilfe.

POLICY PAPER

„MIR BLEIBT EINFACH NIX ÜBRIG.“

FRAUEN IN ALTERSARMUT

„UND ZWAR IS ES SO GEWESEN, I WOLLT IMMER ARBEITEN GEHEN. UND MEI MANN HAT G'SAGT, NA, DU DERFST NET. DU DERFST NET ARBEITEN."

(FRAU MAYER[1], IV7, 516-517)

IMPRESSUM

Volkshilfe Österreich
Auerspergstraße 4
1010 Wien

Tel.: +43 (1) 402 62 09 | office@volkshilfe.at

www.volkshilfe.at | www.kinderarmut-abschaffen.at

ZVR 382399593

Für den Inhalt verantwortlich
Erich Fenninger

Autor*innen
Marie Chahrour, Hanna Lichtenberger, Jeremias Staudinger

Layout
Lea Panzenberger

Credits
S. 1, S. 10/11, S. 16/17, S. 25 © marco_stock.adobe.com, S. 18 © DisobeyArt_stock.adobe.com,
S. 20 © Siphosethu F/peopleimages.com_stock.adobe.com, S. 22/23 © Diya_stock.adobe.com,
S. 26 © tunedin_stock.adobe.com, S. 28 © ajr_images_stock.adobe.com,
S. 30 © Halfpoint_stock.adobe.com, S. 32 © CameraCraft_stock.adobe.com,
S. 34/35 © Everymmnt_stock.adobe.com, S. 40/41 © marcos_stock.adobe.com,
S. 42/43 © DeVisu_stock.adobe.com, S. 46/47 © thodonal_stock.adobe.com

Hersteller/Druck
FLYERALARM (online Druck GmbH)

Stand
Juni 2026

1 Alle im Policy Paper genannten Namen wurden zum Zweck der Anonymisierung geändert. In Klammer ist außerdem die Interview- sowie die Zeilennummer angeführt.

VORWORT

„ZURECHTKOMMEN JA, ABER DU KANNST NET, ACH. WENN DU ES DA ZEHNMAL ÜBERLEGEN MUSST, DASS DU DIR AMAL A UNTERWÄSCH KAUFST ODER A KLEIDL VON MIR AUS, ODER SCHUH, DA FANGT'S JA SCHON AN. UND DAS IS A IRGENDWO A GRUNDBEDÜRFNIS."

(FRAU HOFBAUER, IV6, 682-684)

Es ist das Jahr 2022. Frau Hofbauer wird heuer 76 Jahre alt, sie ist Mindestpensionistin und lebt alleine in einer kleinen Zweizimmerwohnung in Linz. Ihr Leben lang kämpfte sie mit diversen gesundheitlichen Herausforderungen. Seit einem dreifachen Bandscheibenvorfall ist sie in ihrer Mobilität stark eingeschränkt und auf Unterstützung angewiesen. Frau Hofbauer erhält etwas weniger als 1.000 Euro Pension. Inklusive Ausgleichszulage und Pflegegeld stehen ihr monatlich insgesamt rund 1.300 Euro zur Verfügung. Ein großer Kostenpunkt für sie sind gesundheitlich benötigte Hilfsmittel, wie zum Beispiel der Rollator oder das Krankenbett zuhause. Abzüglich Miete, Energiekosten und Lebensmittel bleibt kaum etwas zum Leben übrig. Ihr Alltag ist voller Entbehrungen. Frau Hofbauer ist sozial isoliert, sie fühlt sich einsam. Die psychische Belastung ist enorm hoch. Damit ist Frau Hofbauer nicht alleine.

So wie ihr geht es tausenden Pensionist*innen in Österreich. Sie sind von Altersarmut betroffen. 288.000 Personen über 65 lebten in Österreich im Jahr 2025 unter der Armutsgefährdungsschwelle (Statistik Austria 2026a). Das entspricht **16 % der über 65-Jährigen**. Frauen, vor allem alleinlebende Frauen, sind stärker von Altersarmut betroffen als Männer.
Das hat viele Ursachen: die schlechtere Bezahlung von Frauen, die niedrigeren Löhne in sogenannten Frauenbranchen, Teilzeitarbeit, die ungleiche Verteilung von Sorgearbeit zwischen Eltern, die Betreuung von Angehörigen oder auch die Abwertung von Frauen in der Gesellschaft aufgrund ihres Aussehens, ihres Gewichts, ihrer Migrationsgeschichte oder anderer Faktoren. Der Effekt: **die Pensionen von Frauen sind um rund 40 Prozent niedriger als die von Männern.**

Menschen in Altersarmut sind aufgrund der anhaltenden Teuerungskrise besonders stark unter Druck geraten. Denn gerade sie geben einen großen Teil ihres Einkommens für Wohnen und Lebensmittel aus. Auch für Medikamente, Pflege und Betreuung fallen Kosten an, die für die Betroffenen eine große Belastung darstellen. Altersarmut ist aber nicht nur eine Frage des Geldes, sondern auch eine Frage der gesellschaftlichen Teilhabe. Menschen, die ihr Leben lang Kinder versorgt, im Kindergarten, im Supermarkt, im Büro oder auf dem Feld gearbeitet oder Angehörige gepflegt haben, bleibt in der Pension nicht genügend Geld, um einen Urlaub zu machen, gelegentlich ins Kino zu gehen oder Grundbedürfnisse wie Kleidung oder Hygieneartikel abzudecken. Einsamkeit und Isolation sind vielfach die Folgen.

Im vorliegenden Policy Paper gehen wir nicht nur den Ursachen von weiblicher Altersarmut auf den Grund, wir lassen darin auch Betroffene zu Wort kommen, wenn es um folgende Fragen geht:

- Was bedeutet es, von Armut im Alter betroffen zu sein?
- Welche Herausforderungen und Probleme müssen von den Betroffenen bewältigt werden?
- Welche Bedarfe, Wünsche und Anliegen haben die Betroffenen?

Grundlage dieses Policy Papers ist der Abschlussbericht eines 2022 von der Volkshilfe Österreich durchgeführten Projekts mit dem Titel "Pflege und Betreuung zuhause unter den Bedingungen von Altersarmut" (Allinger/Chahrour 2023), welches vom Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK) gefördert wurde[2].

Außerdem zeigen wir in diesem Policy Paper Maßnahmen auf, mit denen wir Altersarmut gemeinsam abschaffen können. Die Volkshilfe verfügt über ein breites Feld sozialer Dienstleistungen und Angebote der Sozialen Arbeit, die Betroffene von Altersarmut unterstützen. Diese sind am Ende des Policy Papers ebenfalls angeführt. Gleichzeitig setzen wir uns gegenüber der Politik für Maßnahmen zur Bekämpfung von Altersarmut ein. Entgegen gängiger Vorurteile ist es nicht "selbst verschuldet", in der Pension zu wenig Geld zur Verfügung zu haben. Altersarmut ist kein Naturgesetz, sondern ein strukturelles Problem.

Gemeinsam können wir Altersarmut überwinden.

Volkshilfe Österreich

2 Für das Projekt wurden umfassende, biographische Interviews mit insgesamt 13 pensionierten Frauen geführt, die zum Zeitpunkt der Gespräche von Altersarmut betroffen waren. Somit konnten Erkenntnisse über die Ursachen und Auswirkungen von Altersarmut aus Sicht der Betroffenen gewonnen werden. Der gesamte Abschlussbericht steht auf der Website der Volkshilfe Österreich zum Download zur Verfügung: https://www.volkshilfe.at/news/ein-bericht-zu-altersarmut-in-oesterreich/

INHALT

Einleitung **8**

Altersarmut in Österreich **12**

Gender Pension Gap 13

Gender Pension Gap - Bundesländervergleich 14

Gender Pension Gap - EU Vergleich 15

Ursachen und Auswirkungen von Altersarmut **18**

Ursachen 18

Auswirkungen 21

Altersarmut aus Perspektive der Betroffenen **24**

Methodische Vorbemerkungen 24

Entstehung von Altersarmut im biographischen Verlauf 26

Wechselwirkungen zwischen Armut und Gesundheit 28

Psychische Belastungen und soziale Isolation 30

Fazit: erhöhte Vulnerabilität altersarmer Frauen 32

Altersarmut bekämpfen – Forderungen der Volkshilfe **36**

Betroffene unterstützen – Aktivitäten und Angebote der Volkshilfe **42**

Literaturverzeichnis **48**

EINLEITUNG

„ICH HAB EH IMMER GEARBEITET, ABER ES IS HALT ZU WENIG. DIESE PENSION IST ZU WENIG. ES IST ZU WENIG. [...] ES IST FURCHTBAR, MIR BLEIBT NIX ÜBRIG. MIR BLEIBEN 120 EURO ÜBER ZUM LEBEN IM MONAT."

(FRAU BRUNNER, IV13, 26)

Altersarmut ist weiblich. In Österreich liegt die durchschnittliche Bruttopension einer Frau unterhalb der Armutsgefährdungsschwelle. **Eine Pensionistin erhält im Schnitt 1.563 Euro Rente im Monat** (Statistik Austria 2026b). Ihr fehlen somit 265 Euro, um die Armutsgefährdungsschwelle zumindest zu überschreiten. Ist die durchschnittliche österreichische Pensionistin also armutsgefährdet? Die Zahlen verweisen darauf, doch in politischen und öffentlichen Debatten findet sich diese Realität selten. Zum Teil liegt das daran, dass weit weniger Frauen über 65 Jahren offiziell als armutsgefährdet gerechnet werden, als es die niedrigen Pensionen nahelegen würden. Grund dafür ist, dass für die Berechnung der Armutsgefährdung das äquivalisierte Haushaltseinkommen herangezogen wird, wodurch weibliche Altersarmut durch ein hohes Partnereinkommen verdeckt werden kann und damit statististisch unsichtbar wird.

Nichtsdestotrotz zeigen die Zahlen, dass Frauen wesentlich häufiger von Altersamrut betroffen sind, als Männer: **rund zwei Drittel aller armutsgefährdeten Personen im Alter über 65 Jahren sind weiblich.** Das entspricht 186.000 Frauen (Statistik Austria 2026a).

Die Ursachen für die hohe Armutsgefährdung älterer Frauen sind zwar vielfältig, in erster Linie sind dafür aber die Rahmenbedingungen des österreichischen, konservativen Wohlfahrtsregimes verantwortlich, das soziale Sicherheit an geleistete Erwerbsjahre knüpft. Personen, die im Laufe ihres Lebens viel unbezahlte Arbeit verrichten oder aus gesundheitlichen Gründen nicht erwerbstätig sein können, erhalten somit automatisch weniger Pension und haben daher ein weitaus höheres Risiko, von Altersarmut betroffen zu sein (siehe etwa Koch 2020; Richter 2019; Siim/Borchost 2017).

Für die Betroffenen geht Altersarmut mit einer Reihe von Herausforderungen, Belastungen und negativen gesundheitlichen Effekten einher. Insgesamt bedeutet Altersarmut einen drastischen Verlust an Lebensqualität. Dies wird nicht nur in zahlreichen wissenschaftlichen Untersuchungen gezeigt, sondern auch durch die Erfahrungen aus der Sozialen Arbeit der Volkshilfe deutlich. In Bezug auf die Auswirkungen von Altersarmut sind insbesondere die Wechselwirkungen zwischen Armut und Gesundheit zu betonen. Studienergebnisse verweisen auf eine gesundheitliche und psycho-soziale Negativspirale, die Altersarmut auslöst, und verdeutlichen: **Armut im Alter macht krank und umgekehrt** (u.a. Allinger/Chahrour 2023).

EINE SCHLIESSUNG DER SOGENANNTEN "PENSIONSLÜCKE" ZWISCHEN MÄNNERN UND FRAUEN LIEGT NOCH IN WEITER FERNE.

ALTERSARMUT IN ÖSTERREICH

ALTERSARMUT IN ÖSTERREICH

16 % der über 65-Jährigen in Österreich sind armutsgefährdet, was 288.000 Personen entspricht. Die Zahlen zur Armutsgefährdung im Alter zeigen zudem deutlich, dass Altersarmut überwiegend weiblich ist: etwa zwei Drittel aller Armutsbetroffenen über 65 Jahre in Österreich sind Frauen (186.000 vs. 101.000 Männer).

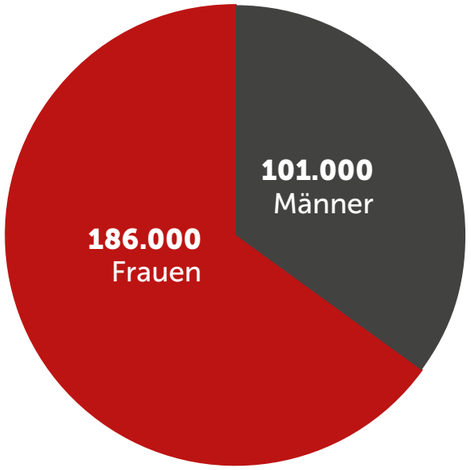


Abb.1: Armutsgefährdung in der Altersgruppe 65+

Somit sind 13 % der Männer über 65 armutsgefährdet, unter **Frauen** über 65 Jahren liegt dieser Anteil aber wesentlich höher, nämlich bei **19 %,** und ist damit auch deutlich über der generellen österreichischen Armutsgefährdungsquote von 16 % (Statistik Austria 2026a, 78). Unter den alleinstehenden Pensionistinnen ist die Armutsgefährdung sogar noch höher. Ganze 28 % aller alleinlebenden Frauen mit Pension sind armutsgefährdet. Im Vergleich dazu liegt der Wert bei alleinlebenden Männern mit 14 % deutlich darunter (ebd.).

INSGESAMT IST ALSO MEHR ALS JEDE VIERTE ALLEINLEBENDE PENSIONISTIN IN ÖSTERREICH VON ARMUT BETROFFEN.

Ältere Frauen haben somit ein deutlich höheres Risiko, von Armut und Ausgrenzung betroffen zu sein, als andere Teile der Bevölkerung. 24.000 Frauen über 65 Jahre sind erheblich materiell und sozial depriviert (Statistik Austria 2026a, 80), haben also beispielsweise Zahlungsrückstände bei Miete, Betriebskosten oder Krediten, können keine unerwarteten Ausgaben im Haushalt tätigen, die Wohnung nicht angemessen warmhalten, abgenutzte Kleidung nicht ersetzen oder an Freizeitaktivitäten teilnehmen.

Doch die genannten Zahlen zur Armutsgefährdung von älteren Frauen zeigen nicht das gesamte Ausmaß des Problems weiblicher Altersarmut. Der Datensatz, aus dem die Zahlen stammen, ist der EU SILC-Datensatz, die wichtigste Quelle für die sozialen Lebensbedingungen in Österreich. Wie auch bei der Berechnung von Kinderarmut wird für die Einschätzung der finanziellen Lage das äquivalisierte Nettohaushaltseinkommen herangezogen (Statistik Austria 2026a).

Die Berechnung von Altersarmut auf Basis des Haushaltseinkommens hat zur Folge, dass (zumeist) die Frau im Haushalt zwar ein sehr geringes Pensionseinkommen haben kann, jedoch aufgrund des Einkommens ihres im selben Haushalt lebenden Partners (oder Partnerin*) nicht als altersarm gewertet wird. Durch die Referenzgröße „Haushalt" gelten viele Frauen also trotz geringer Eigenpension in Österreich nicht als armutsgefährdet (Gasior et al. 2023; Mayrhuber/Mairhuber 2020).

Feministische Ökonom*innen kritisieren darüber hinaus auch, dass aufgrund des Haushaltseinkommens nicht grundsätzlich davon ausgegangen werden kann, dass diesen Frauen ausreichend finanzielle Mittel zur Verfügung stehen, um ihre Bedürfnisse zu decken. Aus den genannten Gründen gehen Expert*innen davon aus, dass die Dunkelziffer der Frauen, die von Altersarmut betroffen sind, noch weitaus höher liegt.

GENDER PENSION GAP

Die erhöhte Armutsgefährdung von älteren Frauen resultiert aus einer ausgeprägten Ungleichheit zwischen der Höhe der Pensionen von Frauen und Männern. Die **Ungleichheit zwischen Frauen- und Männerpensionen** wird als Pensionslücke bezeichnet und durch den sogenannten Gender-Pension-Gap-Indikator abgebildet. Laut diesem fielen in Österreich die Pensionen von Frauen im Jahr 2024[3] durchschnittlich um 40,3 % geringer aus, als jene von Männern. Letztere bezogen im Durchschnitt eine Alterspension in Höhe von 2.620 Euro (brutto), während jene von Frauen im Schnitt lediglich 1.563 Euro betrug (Statistik Austria 2026b). Laut dem Brutto-/Netto-Rechner der Arbetiterkammer bleiben davon netto nur 1.469 Euro übrig.

SOMIT SIND FRAUENPENSIONEN IN ÖSTERREICH IM DURCHSCHNITT SO NIEDRIG, DASS SIE SOGAR UNTER DER AKTUELLEN ARMUTSGEFÄHRDUNGSSCHWELLE VON 1.827 EURO FÜR EINEN EIN-PERSONEN-HAUSHALT LIEGEN (STATISTIK AUSTRIA 2026A).

Abb.2: Durchschnittliche Brutto-Pensionen von Frauen und Männern

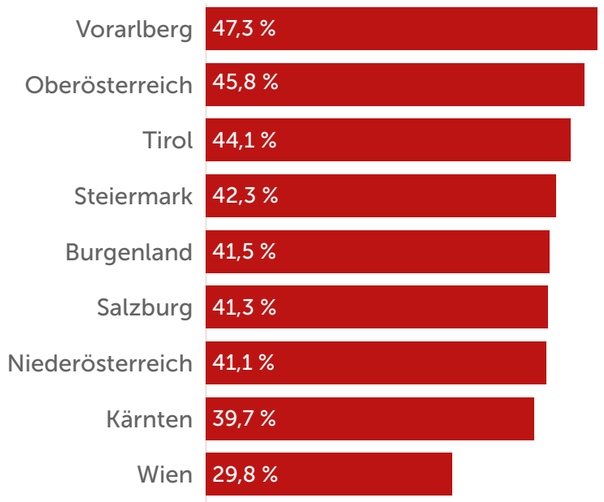
Die Pensionen werden zwar 14 mal ausbezahlt, trotzdem liegt die durchschnittliche Pension von Frauen im Jahresschnitt (netto 20.430 Euro) unter der Armutsgefährdungsschwelle (21.928 Euro). Wenn die Medianwerte herangezogen werden (wie bei Einkommensbetrachtungen üblich, um den Effekt von Ausreißern einzudämmen), liegen die Pensionen von Frauen noch wesentlich deutlicher (netto 18.016 Euro) unter der Armutsgefährdungsschwelle. Die mediane Bruttopension von Frauen liegt somit monatlich bei 1.378 Euro bzw. laut dem Brutto-/Netto-Rechner der Arbeiterkammer bei 1.295 Euro netto (Statistik Austria 2026b). Zudem ist die Pensionslücke in Österreich wesentlich größer als der Gender-Pay-Gap, sprich der durchschnittliche Einkommensunterschied zwischen Männern und Frauen, der 17,6 % beträgt (Vergleich der durchschnittlichen Bruttostundenverdienste von Frauen und Männern), was die Brisanz der Thematik nochmals unterstreicht (Statistik Austria 2026b).

Eine Schließung der sogenannten "Pensionslücke" zwischen Männern und Frauen liegt noch in weiter Ferne. Bei derzeitiger Entwicklung werden Männer und Frauen erst im Jahr 2115, also in fast hundert Jahren, gleich viel Pension erhalten (Achleitner/Huber 2023, 23).

3 Zum Zeitpunkt der Veröffentlichung handelt es sich bei den Zahlen für 2024 um die aktuellsten Verfügbaren bei Statistik Austria.

GENDER PENSION GAP – BUNDESLÄNDERVERGLEICH

Die geschlechtsspezifische Pensionslücke variiert je nach Bundesland. Im Westen Österreichs erhalten Frauen fast um die Hälfte weniger Pension als Männer, während der Pensionsunterschied in Wien am geringsten ausfällt. Warum die Pensionsunterschiede zwischen Männern und Frauen in Österreich je nach Bundesland so unterschiedlich ausfallen, hat verschiedene Gründe.



Quelle: Eigene Darstellung basierend auf Spengler 2023. Die Daten beziehen sich auf das Jahr 2022.

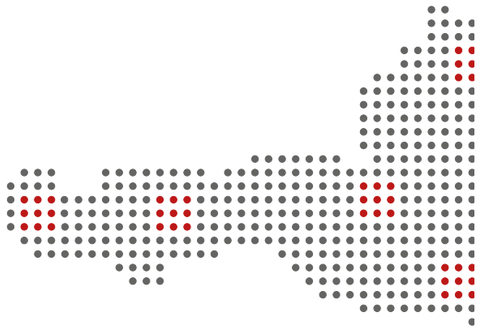
Von besonderer Bedeutung ist hier, dass die Möglichkeiten für Frauen, einer Erwerbstätigkeit nachzugehen, je nach Bundesland unterschiedlich sind.

Ein Grund für die (im Verhältnis) hohen Frauenpensionen in **Wien** ist beispielsweise die relativ **gut ausgebaute Infrastruktur von Kinderbetreuungseinrichtungen,** welche Frauen bessere Teilhabechancen am Arbeitsmarkt ermöglicht. In Wien besuchen über 90% der 3- bis 5-Jährigen ein Kindertagesheim, das mit einer Vollzeiterwerbstätigkeit vereinbar ist.

Im österreichischen Durchschnitt ist das nur bei der Hälfte aller 3- bis 5-Jährigen der Fall. Darüber hinaus ist auch der Gender Pay Gap in Wien geringer, was unter anderem daran liegt, dass viele Beschäftigte im öffentlichen Dienst tätig sind, in dem vergleichsweise geringe Lohnunterschiede zwischen den Geschlechtern herrschen (Spengler 2023).

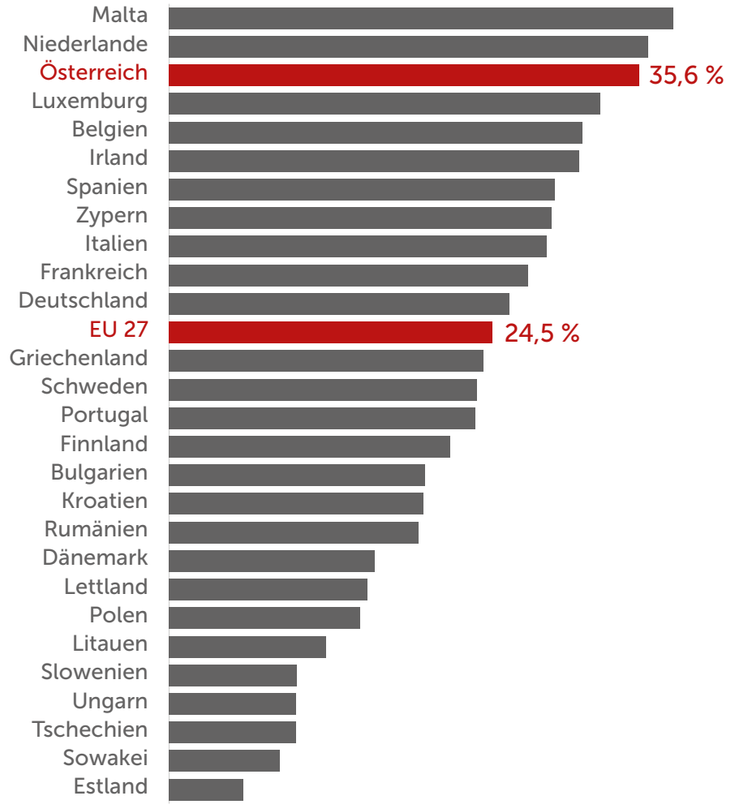
DIE GESCHLECHTSSPEZIFISCHE PENSIONSLÜCKE BETRUG IN ÖSTERREICH IM JAHR 2024 40,3 % (STATISTIK AUSTRIA 2026B). FRAUEN ERHALTEN IM DURCHSCHNITT ALSO UM MEHR ALS 40% WENIGER PENSION ALS MÄNNER.

Der Pension Pay Gap ist je nach Bundesland unterschiedlich groß. Die **größte Ungleichheit herrscht in Vorarlberg:** hier erhalten Frauen fast um die **Hälfte weniger** Pension als Männer (um 47%).



GENDER PENSION GAP – EU VERGLEICH

Im EU-Ländervergleich laut Eurostat[4] (o. J.) weist Österreich eine der höchsten geschlechtsspezifischen Pensionslücken auf. Nur in zwei anderen Ländern, nämlich in Malta und in den Niederlanden, sind die Pensionsunterschiede zwischen Männern und Frauen noch größer. **Österreich** liegt im EU-Vergleich somit auf **Platz drei** beim Gender Pension Gap und damit deutlich über dem EU-Durchschnitt (ebd.).



Quelle: Eurostat o.J.

Damit drängt sich die Frage auf, was die Ursachen für Altersarmut sind und warum besonders Frauen davon betroffen sind.

4 Die Zahlen von Eurostat beziehen sich auf das Jahr 2024, weichen aber aufgrund methodischer Unterschiede für Österreich von jenen der Statistik Austria ab (siehe oben: 40,3 %).

ARMUT BEEINFLUSST DAS GANZE LEBEN UND JEDEN LEBENSBEREICH.

URSACHEN UND AUSWIRKUNGEN VON ALTERSARMUT

URSACHEN UND AUSWIRKUNGEN VON ALTERSARMUT

URSACHEN

Die Ursachen für Altersarmut sind vielfältig. Ein wesentlicher Faktor sind jedenfalls geringe Pensionen. Da es sich dabei um eine Versicherungsleistung handelt, deren Höhe von geleisteten Beitragszahlungen und Beitragsjahren abhängt, führen geringe Einkommen sowie eine niedrige Anzahl an Erwerbsjahren auch zu geringen Pensionen. Dies bedeutet umgekehrt, dass für ein hohes Pensionseinkommen eine kontinuierliche Erwerbskarriere mit hohen oder steigenden Bezügen Voraussetzung ist. Erwerbsbiographien, die nicht diesem Pfad folgen, führen zu geringeren Pensionseinkommen oder sogar in die Altersarmut. Aus diesem Grund versteht der Armutsforscher Lukas Richter Altersarmut als „Abweichung vom Normalmodell" (Richter 2019, 264). Solche Abweichungen entstehen aufgrund **prekärer Beschäftigungsverhältnisse,** jahrelanger **unbezahlter Care-Arbeit, Teilzeitarbeit**, sowie wegen **Beschäftigungsverhältnissen im Niedriglohnsektor** (Allinger/Chahrour 2023, 33). Dabei sind es genau diese Aspekte, die besonders charakteristisch für die **Erwerbsbiographien von Frauen** sind: sie befinden sich häufig in Niedriglohnbeschäftigung[5] oder arbeiten in Teilzeit[6] (Mayrhuber 2020, 20-27) und leisten im Vergleich zu Männern einen Großteil der unbezahlten Care-Arbeit[7].

5 "Niedriglohn definiert sich am Brutto-Stundenlohn. Erreicht dieser nicht zwei Drittel des Medianstundenlohns, handelt es sich um eine Niedriglohnbeschäftigung" (Mayrhuber 2020, 25).

6 Dass Frauen häufig in Teilzeit arbeiten, wirkt sich vor allem seit der Pensionsreform im Jahr 2005 negativ auf die Pensionshöhe aus. Während vor diesem Zeitpunkt die besten 15 Einkommensjahre als Grundlage für die Pensionsberechnung dienten, werden inzwischen die gesamten Versicherungsjahre mit einbezogen, wodurch sich Teilzeitphasen noch stärker negativ auf die Pensionshöhe auswirken (Momentum 2022).

7 Zahlen aus dem Jahr 2018 zeigen, dass beispielsweise ganze 73 % (!) der von Angehörigen durchgeführten häuslichen Pflege von Frauen geleistet wird (Nagl-Cupal et al. 2018, 7).

Unter Care-Arbeit bzw. Sorgearbeit werden Tätigkeiten im Zusammenhang mit Hausarbeit, Kinderbetreuung oder auch der Versorgung und Pflege von Haushaltsmitgliedern verstanden (Statistik Austria 2023). Laut der Zeitverwendungsstudie der Statistik Austria (2023, 87) leisten Frauen durchschnittlich fast doppelt so viele Stunden unbezahlte Sorgearbeit wie Männer. Zugleich sind fast ein Viertel der Frauen (konkret 22,4 % der Frauen, aber nur 9,3 % der Männer; Stand 2018) zu Niedriglöhnen beschäftigt (Geisberger 2021). Ganze 50 % der Frauen in Österreich arbeiten zudem in Teilzeit, während diese Quote bei Männern bei nur 14 % liegt (Statistik Austria 2026c). Eine Erklärung für diesen eklatanten Unterschied sind **konservative Werthaltungen und Familienbilder, wonach Hausarbeit, Kindererziehung und Pflege "Frauensache" sind.** Dies scheint sich zumindest in den Befragungsdaten widerzuspiegeln: während knapp 40 % der teilzeitarbeitenden Frauen in Österreich im Jahr 2025 als Begründung für die Teilzeitbeschäftigung Sorgearbeit für Kinder oder pflegebedürftige Erwachsene angeben, nennen unter den teilzeitarbeitenden Männern lediglich 8,5 % Sorgearbeit als Grund (Statistik Austria o. J.). Ein weiterer Faktor für die hohe Teilzeitquote von Frauen sind fehlende Kinderbetreuungsplätze, die es ermöglichen würden, einer Vollzeitbeschäftigung nachzugehen. Außerhalb von Wien ist aber beispielsweise nur jeder vierte Kinderbetreuungsplatz mit einer Vollzeitbeschäftigung vereinbar (Hasdenteufel/Muckenhuber 2023).

Eine Umfrage der Volkshilfe Demenzhilfe unter 500 pflegenden Angehörigen zeigte, dass 36 % der Befragten ihre Erwerbstätigkeit auf Grund der Angehörigenpflege reduzieren mussten (Volkshilfe Demenzhilfe 2023). In der gleichen Umfrage geben zudem 9 % der Befragten an, mit dem verfügbaren Einkommen nicht über die Runden zu kommen, für weitere 33 % ist es knapp (ebd). Geringe Einkommen von Frauen entstehen auch, weil in Branchen, in denen überwiegend Frauen arbeiten (z. B. Reinigungskräfte, Friseur*innen, Kinderbetreuung), die Bezahlung in der Regel besonders gering ausfällt, während in den bestbezahlten Branchen (z. B. Ingenieurwesen, Geschäftsführung und Vorstände, IT-Führungsebene) Männer stark überrepräsentiert sind (Mader 2023). Lohndiskriminierung aufgrund des Geschlechts ist ein weiterer Grund für die Einkommensunterschiede. Auch bei gleicher Arbeit wird Frauen weniger bezahlt als Männern, Stichwort **Gender-Pay-Gap**, der in Österreich bereinigt (unter anderem um Beschäftigungsausmaß, Beruf, Branche, Dauer der Unternehmenszugehörigkeit) rund **12 %** beträgt (Geisberger/Glaser 2025, 62ff.). Aus all diesen Faktoren ergibt sich, dass weibliche Erwerbsbiographien besonders häufig durch Teilzeitarbeit, Unterbrechungen und/oder niedrig entlohnte Arbeit gekennzeichnet sind und Frauen somit ein erhöhtes Risiko aufweisen, im Alter von Armut betroffen zu sein. Zwar gibt es mit der Ausgleichszulage in Österreich ein Instrument, mit dem besonders geringe Pensionen aufgebessert werden. Der Ausgleichszulagenrichtsatz, also jener Schwellenwert, auf den bei finanzieller Bedürftigkeit geringe Pensionen angehoben werden, ist aber nicht armutsfest.

DER AUSGLEICHSZULAGENRICHTSATZ LIEGT 2026 MIT 1.308,39 EURO FÜR ALLEINSTEHENDE (BMSGPK 2026) KLAR UNTER DER ARMUTSGEFÄHRDUNGSSCHWELLE.

Dass das österreichische Pensionssystem Frauen benachteiligt, ist kein Zufall. Ursache dafür sind Strukturen sozialer Ungleichheit zwischen Männern und Frauen. Dies unterstreichen die Ergebnisse der geschlechterbezogenen Wohlfahrtsforschung (bspw. Siim/Borchost 2017), die aufzeigen, dass Menschen, die Sorgearbeit leisten (also überwiegend Frauen), Benachteiligungen hinsichtlich ihrer wohlfahrtsstaatlichen Absicherung ausgesetzt sind. Denn nach wie vor sind männliche Erwerbs- und Lebensmuster der Maßstab der kollektiven, sozialen Sicherung, während **Sorgearbeit für Kinder, Erkrankte, Alte oder Menschen mit Behinderung in den Bereich des Privaten ausgelagert** werden (Koch 2020, 272). Soziale Absicherung wird somit im österreichischen Sozialstaat über zwei Faktoren garantiert: die Erwerbsarbeit und die Familie. Daher kann das österreichische Wohlfahrtsregime nach dem bekannten Sozialstaatsforscher Gøsta Esping-Andersen (1990) als konservativ-korporatistisches Wohlfahrtsstaatsmodell bezeichnet werden. Und da dieses auf der Logik des Statuserhalts basiert, wirken sich Benachteiligungen während der Erwerbsjahre auch negativ auf die Pensionshöhe aus (Kreimer 2016, 239).

Neben dem Geschlecht und den damit verknüpften Faktoren Sorgearbeit und geringe Erwerbseinkommen sind als weitere Risikofaktoren für geringe Pensionseinkommen **Migrationsbiographien, Arbeitslosigkeit und ein schlechter Gesundheitszustand** zu nennen (Richter 2019, 301). Auch das sind Faktoren, die mit einer „Abweichung vom Normalmodell" einhergehen. Zudem tragen auch Personen, die bereits in jüngeren Jahren Armutserfahrungen machen, ein besonders hohes Risiko, auch im Alter von Armut betroffen zu sein (Lewicki/Wigger 2013). Neben der **Orientierung am männlichen Ernährermodell** sowie dem nicht armutsfesten Ausgleichszulagenrichtsatz sind im Zusammenhang mit dem Wohlfahrtsstaat auch Tendenzen der „Entkollektivierung der sozialen Sicherung" zu kritisieren, welche in den letzten Jahren verstärkt auftreten (Koch 2020, 272).

DABEI WIRD DIE VERANTWORTUNG FÜR SOZIALE ABSICHERUNG IMMER MEHR VOM STAAT AUF INDIVIDUEN ABGEWÄLZT, AUCH HINSICHTLICH DER ABSICHERUNG IM ALTER.

Dies zeigt sich beispielsweise darin, dass verstärkt auf private, marktförmige Altersversorgung gedrängt wird, im Sinne eines „individuellen Risikomanagements" (Koch 2020, 272). Wie Modellberechnungen zeigen, erhöhen diese Tendenzen im Bereich der sozialen Sicherung (sozialstaatliche Individualisierung und Entkollektivierung) das Risiko für Frauen ihren Lebensunterhalt im Alter nicht mit ihren Pensionseinkommen finanzieren zu können (Koch 2020, 272). Denn auch die privaten Modelle der Altersvorsorge basieren auf Erwerbsbiografien ohne Sorgearbeit und sind somit nicht frei von geschlechterspezifischer Diskriminierung: „Soziale Sicherheit und Unsicherheit werden damit in noch höherem Ausmaß vergeschlechtlicht." (Koch 2020, 273).

AUSWIRKUNGEN VON ALTERSARMUT

Wie aufgezeigt wurde, ist Altersarmut ein strukturelles, gesellschaftliches Problem, von dem Frauen stärker betroffen sind als Männer. Was sind nun die Folgen dieser Problematik für die Betroffenen?

Armut geht mit einer Vielzahl an negativen Auswirkungen auf die Lebensumstände der Betroffenen einher. Armutsbetroffene leben beispielsweise häufiger in sozioökonomisch benachteiligten Wohnvierteln und unter prekären Wohnbedingungen, etwa aufgrund von Schimmel und Feuchtigkeit, als Menschen mit mittlerem oder hohem Einkommen (siehe etwa Lichtenberger/Ranftler 2022; BMSGPK 2021a; BMSGPK 2021b). Zudem kann eine prekäre finanzielle Situation zu einer Reduktion sozialer Teilhabe führen und im Extremfall in sozialer **Isolation und Vereinsamung** resultieren (Allinger/Chahrour 2023; Heitzmann 2019; Richter 2019).

Armut beeinflusst das ganze Leben und jeden Lebensbereich. Und damit auch die Gesundheit und das körperliche und psychische Wohlbefinden, wie zahlreiche Studien deutlich machen. Auswirkungen finden sich sowohl im Bereich der Mortalität, wie auch in der Morbidität, also der Art und Häufigkeit von Erkrankungen. So ist der **Zusammenhang zwischen Sterblichkeit und absoluter Einkommenssituation** durch eine Vielzahl an internationalen Studien zweifelsfrei belegt und wird häufig als "gesundheitliche Ungleichheit" (Mielck 2005) bezeichnet. Auf Unterschiede hinsichtlich der Morbidität verweist das Robert-Koch-Institut, das zahlreiche (Meta)-Studien und Berichte zum Zusammenhang von Armut und Gesundheit vorgelegt hat, etwa auf die Häufung von Diabetes, depressiver Symptomatik und Adipositas bei armutsbetroffenen Menschen (Lampert et al. 2013). Antje Richter (2005) zeigt, dass ein niedriger sozialer Status, egal ob er über Einkommen, Bildungsgrad und/oder berufliche Stellung erfasst wird, negative Auswirkungen auf die Gesundheit hat.

Der Zusammenhang zwischen Armut und Gesundheit wirkt sich im höheren Alter besonders stark aus: armutsgefährdete, ältere Menschen in Österreich weisen etwa im Vergleich zu nicht-armutsgefährdeten älteren Menschen einen schlechteren Gesundheitszustand auf (Statistik Austria 2016). Sowohl der Anteil jener, die über einen schlechten bzw. sehr schlechten Gesundheitszustand berichten, als auch jener, die unter chronischen Erkrankungen leiden, ist in der Gruppe der armutsgefährdeten über 65-Jährigen überdurchschnittlich groß. Gleiches gilt hinsichtlich jener Personen, die starke Einschränkungen bei alltäglichen Tätigkeiten aufgrund einer Behinderung aufweisen (Statistik Austria 2023a, 67; vgl. auch Statistik Austria 2016). Aber auch internationale Forschungsergebnisse stellen einen negativen Zusammenhang zwischen Armut und dem Gesundheitszustand im Alter fest (siehe etwa Stolz et al. 2017).

Der **schlechte Gesundheitszustand** wiederum kann zu einem starken **Anstieg von Pflege- und Gesundheitskosten** führen, was die finanzielle Situation zusätzlich verschärft. Dies verweist auf eine weitere Problematik im Zusammenhang mit Altersarmut: selbst bei gutem Gesundheitszustand fällt im Alter die Möglichkeit weg, sich durch Erwerbsarbeit eigenständig aus der finanziell prekären Situation zu befreien. Damit entsteht eine hohe Abhängigkeit von Sozialleistungen (Heitzmann 2019, 25), die in Österreich aber häufig nicht armutsfest sind, wie etwa im Fall der Ausgleichszulage.

Die angeführten negativen Auswirkungen von Altersarmut haben einen **gemeinsamen Ursprung: fehlende materielle Absicherung.** Es ist die unsichere Einkommenssituation, die in weiterer Folge zu Verschlechterungen in anderen Lebensbereichen führt. Aus der Armutslage resultieren häufig prekäre Wohnverhältnisse, ein schlechter Gesundheitszustand sowie soziale Ausgrenzung und damit ein Mangel an sozialer Teilhabe. Die Konsequenz aus all dem ist eine besonders hohe psychosoziale Belastung armutsbetroffener und insbesondere altersarmer Menschen. Aufgrund dieser Wechselwirkung wird auch von einer "kumulativen Benachteiligung" (Richter 2019, 300-302) von Menschen in Altersarmut gesprochen.

DAS ÖSTERREICHISCHE PENSIONS-SYSTEM BEVORZUGT MENSCHEN, DEREN LEBENSVERLÄUFE – GEMÄSS TRADIERTER VORSTELLUNGEN – JENEN VON MÄNNLICHEN, AUTOCHTHON-ÖSTERREICHISCHEN UND GESUNDEN PERSONEN ENTSPRECHEN.

ALTERSARMUT AUS PERSPEKTIVE DER BETROFFENEN

ALTERSARMUT AUS PERSPEKTIVE DER BETROFFENEN

Ein 2023 abgeschlossenes Projekt der Volkshilfe Österreich beschäftigte sich mit den Lebensrealitäten von Menschen, die unter den Bedingungen von Altersarmut zu Hause gepflegt oder betreut werden.

Gesundheit, Pflege und Betreuung zählen zu den relevantesten Themen für die Menschen der Altersgruppe 65+. Pflege ist allerdings mit teils umfangreichen Kosten verbunden, insbesondere dann, wenn sie in den eigenen vier Wänden stattfindet. An diesem Spannungsfeld setzte das Projekt an und näherte sich den Themen Altersarmut und Pflege zuhause aus Perspektive der Betroffenen. **Im Mittelpunkt des Projekts standen 15 ausführliche, persönliche Einzelgespräche mit Menschen, die Pflege zuhause in Anspruch nehmen und an oder unter der Armutsgefährdungsgrenze leben.** 13 der insgesamt 15 Befragten waren Frauen, wodurch Ursachen für weibliche Altersarmut besonders gut herausgearbeitet werden konnten. Die Ergebnisse, die im folgenden präsentiert werden, beziehen sich ausschließlich auf die 13 Frauen-Interviews. Kontakt zu den Interviewpartnerinnen wurde durch die Pflegedienstleitungen der Volkshilfe Landesorganisationen hergestellt. Auf diese Weise konnten sowohl im städtischen als auch im ländlichen Raum Interviews durchgeführt werden.

METHODISCHE VORBEMERKUNGEN

Bei den Interviews wurde eine Kombination aus narrativ-biographischem und leitfadengestütztem Interview angewandt (Rosenthal/Loch 2002). Am Beginn der Gespräche wurden die Interviewpartner*innen dazu aufgefordert, ihre Lebensgeschichte zu erzählen. Auf Basis dieser biographischen Einstiegserzählungen konnte die **Erwerbsbiographie rekonstruiert** werden. Dies spielte eine zentrale Rolle für die Analyse, da sich dadurch die Entwicklung der Altersarmut im Lebensverlauf nachvollziehen ließ. Nach der Phase des narrativen Nachfragens erfolgte eine Reihe an konkreten Fragen zu bestimmten Lebensbereichen, wie beispielsweise Alltagsgestaltung, Pflege und Gesundheit, soziale Beziehungen und Wohnen. Auf diese Weise konnten Informationen über die gegenwärtige Lebenssituation unter den Bedingungen der Armut beziehungsweise der gesundheitlichen Herausforderungen gewonnen werden. Die Analyse der Interviews erfolgte mittels Grounded Theory Coding, einer Methode aus dem Feld der qualitativen Sozialforschung (Glaser/Strauss 2010). Im Zuge des Kodierungsprozesses kristallisierten sich fallspezifische und fallübergreifende Muster heraus, die in Form von Kategorien festgehalten wurden. Die Kategorien bildeten Schlüsselkonzepte, die sich als zentral für das Zusammenwirken von Altersarmut und Pflegebedarf erwiesen.

Durch die Interviews konnten wichtige Einblicke in die Lebensumstände, Problemlagen und Herausforderungen eines Lebens unter den Bedingungen von Altersarmut gewonnen werden. Die Ergebnisse des Projekts machen klar: Der Lebensalltag der Betroffenen ist sowohl durch die Armut als auch durch die gesundheitlichen Einschränkungen stark geprägt.

ES WURDE DEUTLICH, DASS ARMUT UND PFLEGE- BZW. BETREUUNGSBEDARF ZUSAMMENWIRKEN UND SICH GEGENSEITIG VERSTÄRKEN. DAS FÜHRT ZU EINER DOPPELTEN BELASTUNG UND SOMIT ZU EINER ERHÖHTEN VULNERABILITÄT DER BETROFFENEN.

Diese Doppelbelastung hat Auswirkungen auf alle Lebensbereiche und erweist sich als besonders charakteristisches Merkmal für Altersarmut in Österreich. Doch auch Faktoren beeinflussen das Ausmaß an sozialer Vulnerabilität. Migrationsbiographie oder Geschlecht sind neben Gesundheit und finanzieller Situation weitere, zentrale Vulnerabilitätsmerkmale, welche die Wahrscheinlichkeit erhöhen, von Altersarmut betroffen und besonders schwer dadurch belastet zu sein.

Anhand der Ergebnisse des Projekts werden im Folgenden zentrale Aspekte von einem Leben unter den Bedingungen von Altersarmut dargestellt, wobei Wechselwirkungen zwischen Gesundheit und Armut sowie psychische Belastungen der Betroffenen im Vordergrund stehen. Zuvor wird dargestellt, welche biographischen Ereignisse bei den Befragten ursächlich für ihre geringen Pensionen waren. Diese stehen beispielhaft dafür, wie weibliche Lebensverläufe unter den spezifischen Rahmenbedingungen des österreichischen Wohlfahrtsregimes in Altersarmut führen.[8]

8 Die im vorliegenden Policy Paper angeführten Ergebnisse wurden dem Abschlussbericht des Projekts "Pflege und Betreuung zuhause unter den Bedingungen von Altersarmut" entnommen, der auf der Website der Volkshilfe Österreich zum Download zur Verfügung steht: https://www.volkshilfe.at/wer-wir-sind/aktuelles/newsaktuelles/altersarmutsbericht/

ENTSTEHUNG VON ALTERSARMUT IM BIOGRAPHISCHEN VERLAUF

Die in der Literatur angeführten Ursachen für Altersarmut (siehe Seite 18-20) konnten auch in der qualitativen Studie der Volkshilfe Österreich zum Thema Altersarmut identifiziert werden (Allinger/Chahrour 2023). Der Blick auf die Lebensgeschichten der Befragten zeigt die Ursachen der Altersarmut auf und macht sichtbar, warum vor allem Frauen betroffen sind.

Fehlende Anerkennung von Sorgearbeit: Für den Großteil der Befragten waren Heirat oder Familiengründung Wendepunkte in ihrer Erwerbsbiographie. Ab diesem Zeitpunkt beendeten sie ihre Erwerbstätigkeit, um unbezahlte Sorgearbeit zu verrichten. Die Rückkehr in das Erwerbsleben erfolgt oft erst nach vielen Jahren, meist nur in Form von Teilzeitbeschäftigung. Diskriminierungsmechanismen am Arbeitsmarkt erschweren den Wiedereinstieg ins Berufsleben zusätzlich. Nur wenige der Befragten nehmen vor ihrer Pensionierung überhaupt wieder eine Vollzeitbeschäftigung auf, zum Teil, weil sie weiterhin unbezahlte Arbeit in Form von Pflege und Betreuung für Angehörige verrichten oder weil sie keine Arbeitsstelle finden. Durch die geringe Anerkennung von Sorgearbeit oder Arbeitslosigkeit im Pensionssystem fehlen den Betroffenen Beitragsjahre auf dem Pensionskonto.

„Und hab nachm dritten Kind aufgehört, war dann zehn Jahr bei die Kinder daham [...] I habs dann so hart ghabt mit ana Arbeit finden wieder, nachdem i wieder, wie die Kinder dann in die Hauptschule gangen sind, die älteren, hab i wieder zum Suchen angefangen. I war dann von einem Kurs im anderen [...] dann war i wieder arbeitslos."

(Frau Hofbauer[9], IV6, 219-221)

9 Alle im Policy Paper angeführten Namen wurden zum Zweck der Anonymisierung geändert. In Klammer befindet sich außerdem ein Verweis auf die Interview- und die Zeilennummer.

Patriarchale Strukturen und männliche Gewalt: Nahezu alle befragten Frauen lebten einen Großteil ihres Lebens mit einem Mann zusammen. In einigen Fällen wird von Gewalterfahrungen in der Beziehung und autoritären Ehemännern berichtet. Sich auf das eigene Erwerbsleben und die Altersvorsorge zu konzentrieren, wurde dadurch massiv erschwert oder teilweise gänzlich verhindert. Eine der Befragten berichtet, dass ihr (mittlerweile) Exmann ihr unter der Androhung von Gewalt untersagte, arbeiten zu gehen. Hier wird deutlich, wie patriarchale Strukturen unmittelbar zu Altersarmut von Frauen beitragen.

„Und zwar is es so gewesen, i wollt immer arbeiten gehen. Und mei Mann hat g'sagt, na, du derfst net. Du derfst net arbeiten."

(Frau Mayer, IV7, 516-517)

Fehlende Anrechnung von Pensionszeiten: Bei einigen Befragten kam es zu einem Verlust von im Herkunftsland geleisteten Pensionsjahren, die nicht auf das österreichische Pensionskonto angerechnet werden konnten.

„Da mussten wir unterschreiben, dass wir nichts, keine Ansprüche haben, sonst könnten – da waren noch die Kommunisten damals – sonst konnten wir nicht raus. Von dort krieg ich nix, gar nix. Die 20 Jahre sind vorbei. Ich hab nur die Pension, was hab ich da gearbeitet. Und auf das reicht nur die Mindestpension mit Ausgleichszulage."

(Frau Leitner, IV8, 384-387)

Gesundheitsbedingte Einschränkungen der Erwerbsfähigkeit: Diverse Erkrankungen, insbesondere psychischer oder chronischer Art, (Arbeits-) Unfälle oder andere körperliche Behinderungen, die bereits im Erwerbsalter auftraten, schränkten die Erwerbsfähigkeit ein. Während Erkrankungen zum Teil durch anstrengende Erwerbsarbeit oder Arbeitsunfälle entstanden, leben manche der Befragten bereits seit ihrer Geburt mit bestimmten Diagnosen oder Behinderungen. Für einige der Befragten war es schlicht nie oder nur eingeschränkt möglich, am Erwerbsleben teilzunehmen, weil sie mental oder körperlich nicht dazu imstande waren.

„Da hab i dann zwei Jahre gelernt, kaufmännische und das ist mir dann a zu viel geworden. [...] Mit 36 Jahren bin i in Pension gangen."

(Frau Wagner, IV4, 67-69)

Arbeit im Niedriglohnsektor: Zusätzlich arbeiteten die Befragten oftmals in Bereichen des Niedriglohnsektors (bspw. Reinigung oder Gastronomie), die körperlich sehr anstrengend sind. Durch die harte Arbeit entstanden gesundheitliche Folgeschäden. Darüber hinaus sind vor allem die geringe Bezahlung und die prekären Anstellungsverhältnisse in diesen Branchen zentrale Ursachen für die Entstehung von Altersarmut.

„Und a jeder glaubt halt mitn Trinkgeld macht ma sich a bissl a Geld. Aber das wird dir halt nicht angerechnet in der Pension."

(Frau Brunner, IV13, 28[10])

Die angeführten Ursachen für Altersarmut von Frauen verweisen darauf, dass das österreichische Pensionssystem Menschen bevorzugt, die, gemäß tradierter Vorstellungen, den Lebensverläufen **männlicher, autochthon-österreichischer und gesunder Personen** entsprechen. Normative Grundlage des Sozialsystems ist das sogenannte **Normalarbeitsverhältnis**, sprich eine durchgehende, unbefristete Vollzeit Erwerbstätigkeit (siehe u.a. Roy 1998, Flecker, 2018). **Wer von diesem vermeintlichen Ideal abweicht, muss damit rechnen, weniger Pension zu erhalten und im Alter womöglich sogar in Armut zu leben** (Siim/Borchost, 2017; Richter 2019; Koch 2020).

10 Bei diesem Transkript wird die Absatznummer anstelle der Zeilennummer zitiert.

WECHSELWIRKUNGEN ZWISCHEN ARMUT UND GESUNDHEIT

Die Ergebnisse der Studie der Volkshilfe heben neben geschlechtsspezifischen Gründen für Altersarmut auch den Aspekt Gesundheit als eine Ursache für eingeschränkte Erwerbsfähigkeit und in weiterer Folge für Altersarmut hervor. Zugleich führen Erkrankungen und ein schlechter Gesundheitszustand zu erhöhten Ausgaben für medizinische Notwendigkeiten und verursachen zusätzlichen finanziellen Druck. Die Ergebnisse der Studie machen deutlich: **Krankheit macht arm und umgekehrt.**

Durch die biographischen Erzählungen zeichnete sich ab, dass einige der Interviewpartnerinnen bereits auf eine längere Krankheitsgeschichte zurückblicken. Diverse Erkrankungen, insbesondere psychischer oder chronischer Art, schränkten die Erwerbsfähigkeit der Befragten ein. Die Ursachen für die Erkrankungen sind vielfältig. Zum Teil leben die Betroffenen von Geburt an mit bestimmten Diagnosen und/oder Behinderungen, welche die Erwerbsfähigkeit einschränken (siehe bspw. Frau Wagner, IV4). In vielen anderen Fällen arbeiteten die Befragten in Bereichen des Niedriglohnsektors, wie beispielsweise in der Reinigung oder der Gastronomie. **Durch die harte Arbeit entstanden gesundheitliche Folgeschäden, die teilweise mitverursachend für die Altersarmut und den Pflegebedarf sind**.

Hinzu kommt, dass Erkrankungen oder gesundheitliche bzw. altersbedingte Einschränkungen meist mit einem erhöhten Kostenaufwand einhergehen. Für viele Betroffene ist es nötig, verschiedene Gesundheitsprodukte oder Pflegemittel zu kaufen, deren Kosten nicht durch das Pflegegeld oder die Krankenversicherung gedeckt werden können. Häufig handelt es sich um prophylaktische Medizinprodukte oder Nahrungsergänzungsmittel, die für einen nachhaltigen Genesungsprozess oder die Behandlung von Nebenwirkungen bestimmter Erkrankungen notwendig sind, wie beispielsweise Frau Sauer schildert.

„Und dadurch hab i jetzt irrsinnig Kopfhautprobleme [...] Jetzt hab i Spezialhaarshampoo und so. Ja, das muss i alles privat zahlen.“

(Frau Sauer, IV2, 323-325)

Im Kontext von Altersarmut ist zu beachten, dass sich die Konsummuster von Pensionshaushalten deutlich von jenen jüngerer Haushalte unterscheiden, wie Expert*innen Christine Mayrhuber und Lukas Richter im Projekt der Volkshilfe betonen (Allinger/Chahrour 2023, 38). Während Pensionist*innen meist geringere Ausgaben in den Bereichen Bildung oder Verkehr aufweisen, haben sie überdurchschnittlich hohe Ausgaben für Gesundheitsleistungen und sonstige Dienstleistungen. Die sozialstaatlichen Leistungen, wie beispielsweise der Ausgleichszulagenrichtsatz oder das Pflegegeld reichen jedoch nicht aus, um diese Ausgaben zu decken.

DIE GESUNDHEITSBEDINGTEN AUSGABEN VERSCHÄRFEN DIE OHNEHIN BEREITS PREKÄRE FINANZIELLE SITUATION.

Aus diesem Grund müssen die Betroffenen in anderen Bereichen einsparen, wie beispielsweise beim Energieverbrauch oder im Bereich Lebensmittel. Vor diesem Hintergrund stellt die Teuerungskrise eine besonders große Belastung für die Betroffenen dar, schließlich befanden sie sich bereits vor dem starken Anstieg der Preise in einer prekären Situation. Vor allem beim täglichen Einkauf und bei den Energiekosten spüren die Gesprächspartnerinnen die Teuerung, weshalb die meisten versuchen, ihren Lebensmittelkonsum anzupassen und so wenig wie möglich zu heizen. Insbesondere hinsichtlich der Ernährung müssen Betroffene (potenziell gesundheitsschädliche) Einschränkungen hinnehmen, denn vitaminreiche, gesundheitsfördernde Lebensmittel sind oftmals nicht leistbar. Ein Großteil der Befragten erzählt, dass regelmäßiger Konsum von frischem Obst und Gemüse finanziell nicht möglich ist.

„Es gibt halt Sachen, da möchtest du mal was Richtiges, das fangt ja da scho a, i kann ma selten a Obst leisten. Oder frisches Gemüse.“

(Frau Hofbauer, IV6, 706-707)

In vielen Gesprächen wurden Anzeichen von Mangelernährung deutlich. Ernährungs-, und/oder Energiearmut haben wiederum schädliche Gesundheitsfolgen, wodurch eine Negativspirale entsteht.

„In der Früh, zu Mittag und am Abend esse ich Brot. Ich habe Hunger, und dann mit Butter oder ich habe Eier oder Pastete oder egal was, aber nur mit Brot. Nur Brot, nur Brot, nur Brot.“

(Frau Nikolic, IV3, 138-140)

Die genannten Beispiele verdeutlichen die Wechselwirkungen zwischen Armut und Gesundheit. Durch die prekäre, finanzielle Situation verschlechtert sich die Gesundheit, da gesundheitsfördernde Ausgaben nicht getätigt werden können. Gleichzeitig führen Erkrankungen und gesundheitliche Herausforderungen zu erhöhten Ausgaben, die wiederum die finanzielle Situation verschärfen und unmittelbar in die Armut führen können.

PSYCHISCHE BELASTUNGEN UND SOZIALE ISOLATION

Im Gespräch mit den Mindestpensionistinnen wird klar: trotz zahlreicher gesundheitlicher Herausforderungen, die teils mit starken Schmerzen oder Mobilitätseinschränkungen einhergehen, ist es die **Armut, die als größte Belastung wahrgenommen wird.** Viele empfinden die knappen finanziellen Mittel als ursächlich für diverse andere Probleme, und erhoffen sich folglich durch eine bessere finanzielle Absicherung auch Erleichterungen und Verbesserungen in anderen Lebensbereichen. Geldsorgen und alle Einschränkungen, die mit der Armut einhergehen, verschlechtern die Lebensqualität der Befragten somit massiv.

Die geringen Pensionen und die erschwerten Lebensumstände, die daraus entstehen, werden darüber hinaus als ungerecht empfunden. Dieses Ungerechtigkeitsgefühl verstärkt die emotionale Belastung, die mit der Armut einhergeht. Viele haben ein starkes Bewusstsein dafür, dass sie während ihres Erwerbslebens hart gearbeitet haben und erwarten ein besseres Auskommen in der Pension. Frau Brunner beispielsweise bringt ihre Enttäuschung über die geringe Pension zum Ausdruck und beschreibt die emotionale Belastung durch die geringen finanziellen Mittel:

„Ich hab eh immer gearbeitet, aber es is halt zu wenig. Diese Pension ist zu wenig. Es ist zu wenig. [...] Es ist furchtbar, mir bleibt nix übrig. Mir bleiben 120 Euro über zum Leben im Monat."

(Frau Brunner, IV13, 26[11])

11 Bei diesem Transkript wird die Absatznummer anstelle der Zeilennummer zitiert.

Durch die Kombination aus finanzieller und gesundheitlicher Unsicherheit war die psychische Belastung bei nahezu allen Projektteilnehmerinnen hoch. Besonders alarmierend war, dass ein **Großteil der Befragten an depressiven Verstimmungen litt und vereinzelt auch schwere Depressionen** vorlagen.

„Naja, es gibt halt Tage, da bin i also sehr down. Da denk i ma, wozu eigentlich noch."

(Frau Sauer, IV 2, 1136)

Betroffene von Altersarmut, die zusätzlich mit gesundheitlichen Einschränkungen konfrontiert sind, können nur mehr selten oder gar nicht das Haus verlassen bzw. Besuch empfangen. Frau Hofbauer berichtete beispielsweise davon, dass sie früher einen Diwan hatte, auf dem ihre Kinder und Enkelkinder schlafen konnten, wenn sie zu Besuch kamen. Als dieser kaputt wurde, konnte keine neue Alternative angeschafft werden.

„Früher hab i ja da an Diwan gehabt [...] wenn was gewesen is, oder a der Sohn mit der Schwiegertochter, die san jetzt in Tirol draußen, wenn die kommen san, haben's a da schlafen können, das war ka Problem. Aber den hab i dann wegtan, weil er eh nix mehr war, na, und jetzt hab i halt kan mehr. Jetzt kann halt niemand mehr schlafen bei mir."

(Frau Hofbauer, IV6, 836-838)

Das Ersetzen abgenutzter, alter oder defekter Möbel ist aufgrund der Einkommenssituation nicht möglich, was sich negativ auf die Möglichkeiten sozialer Teilhabe auswirkt. Dies gilt insbesondere für Menschen, die darauf angewiesen sind, soziale Kontakte in ihrem eigenen Zuhause zu empfangen, da sie in ihrer Mobilität stark eingeschränkt sind. Bei Menschen, die zuhause gepflegt werden, ist das Maß an sozialer Isolation umso größer, wie das Projekt der Volkshilfe Österreich zeigte. In manchen Fällen waren die Pfleger*innen und Betreuer*innen der Volkshilfe die einzigen Sozialkontakte der Betroffenen. Aus den genannten Gründen sind soziale Exklusion und Vereinsamung besonders charakteristische Effekte von Altersarmut.

Zusätzlich erleben einige der Gesprächsteilnehmerinnen mit der Pensionierung einen sozialen Abstieg, der die Rahmenbedingungen ihres Lebens stark veränderte.

GELEGENTLICHE RESTAURANTBESUCHE, KULTURELLE VERANSTALTUNGEN, AUSFLÜGE, URLAUBE ODER ANDERE MIT KOSTEN VERBUNDENE FREIZEITAKTIVITÄTEN SIND AUFGRUND DER GERINGEN PENSION NUN NICHT MEHR MÖGLICH.

Unterdessen wird die Armutslage, beispielsweise der Einkauf im Sozialmarkt, von einigen der Befragten als beschämend erlebt. Auch andere, ehemals identitätsstiftende Tätigkeiten, wie zum Beispiel das tägliche Kochen für sich selbst und andere, werden durch die Armut bzw. die gesundheitliche Situation eingeschränkt. Das steigert wiederum die soziale Isolation und verstärkt die psychische Belastung.

FAZIT: ERHÖHTE VULNERABILITÄT ALTERSARMER FRAUEN

Die Ergebnisse des Projekts untermauern die Erkenntnisse bisheriger wissenschaftlicher Untersuchungen und legen nahe, dass es sich bei älteren Frauen mit geringem Haushaltseinkommen um eine besonders vulnerable Gruppe handelt. Im Kontext von Altersarmut entsteht soziale Verletzlichkeit durch das Zusammenwirken von gesundheitlichen und finanziellen Einschränkungen, wodurch Betroffene in ein **besonders starkes Abhängigkeitsverhältnis** zu anderen gelangen: hinsichtlich ihrer materiellen Absicherung sind altersarme Menschen von Versicherungs- und Sozialleistungen abhängig, da sie ihr Haushaltseinkommen nicht mehr mit Erwerbsarbeit aufbessern können. Zusätzlich sind sie mit steigendem Alter auch auf körperlicher Ebene auf die Unterstützung und Fürsorge Anderer angewiesen.

Die Kombination aus prekärer finanzieller und gesundheitlicher Situation geht somit mit einem besonders drastischen Verlust an Selbstbestimmung und Unabhängigkeit einher. Darüber hinaus bedeutet Altersarmut in erster Linie ein Leben voller Entbehrungen.

Indikatoren materieller und sozialer Deprivation finden sich bei nahezu allen Befragten des Projekts der Volkshilfe Österreich: Soziale Kontakte sind stark reduziert, kaputte Möbel können nicht ersetzt und unerwartete Ausgaben, etwa für Reparaturen, können nicht finanziert werden.

MANGELERNÄHRUNG UND ENERGIEARMUT SIND UNTER DEN BETROFFENEN WEIT VERBREITET, WODURCH EINE GESUNDHEITLICHE NEGATIVSPIRALE IN GANG GESETZT WIRD.

Aber Altersarmut muss nicht immer dasselbe bedeuten: Richter (2019) betont, dass es sich bei altersarmen Menschen um eine höchst heterogene Gruppe handelt. Die Lebensrealitäten der Betroffenen können je nach Wohnsituation, gesundheitlichen Voraussetzungen, sozialem Netz, etc. stark variieren (Richter 2019). Erst eine intersektionale Perspektive kann hier die Verschränkung unterschiedlicher Ungleichheitsdimensionen aufzeigen. Darüber hinaus variiert auch, ob bzw. welchen Bedarf die Betroffenen an psychosozialer oder finanzieller Unterstützung haben.

Wie die Ergebnisse des Projekts der Volkshilfe Österreich unterstreichen, spielen insbesondere die gesellschaftlichen Strukturierungsmerkmale Alter, Geschlecht, Gesundheitszustand und Migration eine entscheidende Rolle. Frauen, die 65 Jahre oder älter sind, gesundheitliche Einschränkungen haben und nicht über eine österreichische Staatsbürger*innenschaft verfügen, sind unter den vorherrschenden gesellschaftlichen und sozialstaatlichen Voraussetzungen in Österreich besonders prekären Situationen ausgesetzt. Aufgrund fehlender Anrechnung von Pensionszeiten aus dem Ausland sowie das häufige Arbeiten in Niedriglohnjobs, fallen ihre Pensionen besonders gering aus. Ehemalige Arbeitsmigrant*innen verfügen darüber hinaus häufig über ein schwach ausgeprägtes soziales Netz in Österreich und sind zudem hinaus auch mit sprachlichen Barrieren sowie Diskriminierungserfahrungen im Alltag konfrontiert. Entsprechend waren es im durchgeführten Projekt migrantische, von Altersarmut betroffene Frauen, die ein besonders **hohes Maß an psychischer Belastung** erlebten.

Wie die Ergebnisse der Volkshilfe zu Altersarmut (Allinger/Chahrour 2023) sehr deutlich aufzeigen, bringt Altersarmut Menschen an ihre finanziellen, sozialen, psychischen und gesundheitlichen Grenzen. **Es ist deshalb dringend notwendig, gegen diese strukturell bedingte Problematik vorzugehen.** Wichtige und sinnvolle Maßnahmen zur Bekämpfung von Altersarmut aus Sicht der Volkshilfe werden im abschließenden Kapitel aufgezeigt.

BETROFFENE ÄUSSERN WUNSCH
NACH MEHR FINANZIELLEN MITTELN.

ALTERSARMUT BEKÄMPFEN – FORDERUNGEN DER VOLKSHILFE

ALTERSARMUT BEKÄMPFEN – FORDERUNGEN DER VOLKSHILFE

Bei der Formulierung von Policy-Empfehlungen wird zunehmend die Miteinbeziehung von Armutsbetroffenen als Expert*innen gefordert (bspw. Heitzmann/Rapp 2023). Auch die Volkshilfe vertritt diesen Standpunkt, weshalb die Betroffenen in den Interviews nach ihren Wünschen und Bedürfnissen hinsichtlich dringend erforderlicher Maßnahmen gefragt wurden. Fast immer lautete die Antwort: mehr finanzielle Mittel.

Aus Sicht der Betroffenen wäre eine **Erhöhung der Mindestpensionen** also die wichtigste Maßnahme zur Verbesserung der eigenen Situation. Um die vielen psychosozialen Folgen der Altersarmut abzufedern, wäre zudem ein kostenfreier und unbürokratischer Zugang zu Psycho- und Physiotherapie vonnöten. Daran anschließend müssten Angebote von Besuchsdiensten und Alltagsbegleitung ausgebaut und leichter zugänglich gemacht werden, um Einsamkeit und sozialer Isolation entgegenzuwirken.

Basierend auf den eigenen Forschungsergebnissen sowie einer umfassenden Literaturrecherche wurden von Seiten der Volkshilfe Österreich mehrere Maßnahmen zur Bekämpfung von Altersarmut formuliert. Diese orientieren sich an langjährigen Forderungen von Expert*innen, feministischen Vereinigungen, Frauenorganisationen, Gewerkschaften und anderen sozialen Institutionen. Speziell um gegen Altersarmut von Frauen vorzugehen, ist grundsätzlich eine Alterssicherungspolitik notwendig, die Care-Arbeit nicht länger als privates Risiko betrachtet. Stattdessen muss sie als gesellschaftlich notwendige Tätigkeit angesehen und entsprechend mit sozialen Rechten und einer sozialen Absicherung verbunden sein. Dazu bedarf es einer umfassenden Neubestimmung davon, wie Sorgearbeit gesellschaftlich organisiert ist, mit dem Ziel, Erwerbs- und Sorgearbeit gleichmäßig zu verteilen. Um soziale Ungleichheitsverhältnisse nicht zu verstärken, sollte Alterssicherung darüber hinaus nicht lediglich Armutsvermeidung anstreben, sondern zum Ziel haben, Lebensstandards zu sichern.

Die Volkshilfe Österreich schlägt unter anderem folgende Maßnahmen zur Bekämpfung von Altersarmut vor:

HÖHERE PENSIONEN UND BESSERE SOZIALE ABSICHERUNG:

Erhöhung des Ausgleichszulagenrichtsatzes: Menschen mit niedrigen Pensionen müssen sozialstaatlich besser abgesichert werden. Der Ausgleichszulagenrichtsatz für eine alleinstehende Person liegt derzeit weit unter der Armutsgefährdungsschwelle. Ein Weg, um Altersarmut effektiv und sofort wirksam zu bekämpfen, wäre daher, die Berechnungsschwelle für die Ausgleichszulage mindestens auf die Armutsgrenze anzuheben.

Bessere Anrechnung von Kinderbetreuungszeiten: Unbezahlte Arbeit, die meist von Frauen errichtet wird, muss im Alter entsprechend auf die Pension angerechnet werden. Die aktuelle Beitragsgrundlage, die monatlich angerechnet wird und 2020 bei 1.922,59 Euro lag, ist deutlich geringer als der Brutto-Vollzeitverdienst von weiblichen Angestellten (2.303,64 Euro). Eine Erhöhung der Beitragsgrundlage für Kindererziehungszeiten ist daher ein wichtiger Schritt in Richtung Alterssicherung von Frauen.

Elternteilzeit pensionsrechtlich berücksichtigen: Eltern haben in Österreich die Möglichkeit zur Kinderbetreuung in Elternteilzeit zu gehen. Im Gegensatz zur Pflegeteilzeit wird diese unbezahlte Betreuungsarbeit aber nicht für die Pension angerechnet. Die Pensionsbeiträge, die durch die reduzierte Lohnarbeitszeit entstehen, sollten vom Bund übernommen werden. Diese Maßnahme hätte nicht nur den Effekt, dass Frauen existenzsichernde Pensionen erhalten, sondern wäre auch ein Anreiz für Väter, verstärkt Kinderbetreuung zu übernehmen.

Ausbildungszeiten anrechnen: Schul- oder Studienzeiten werden derzeit nicht für die Pension angerechnet. Vor allem für die „Generation Praktikum" bedeutet das ein erhöhtes Risiko niedriger Pensionen. Die, im Vergleich zu Männern, immer noch steigende Zahl an Frauen mit höherer Ausbildung ist ein Mitgrund für die niedrigen Frauenpensionen. Bildung muss hinsichtlich Pensionen genauso behandelt werden wie Lohnarbeit oder Sorgearbeit.

Partner*innenunabhängige Ausgleichszulage: Derzeit wird bei der Berechnung der Ausgleichzulage das gesamte Haushaltseinkommen berücksichtigt. Die Pension des Partners oder der Partnerin wird also zur eigenen dazugerechnet, wodurch in vielen Fällen der Anspruch auf Ausgleichszulage verfällt. Das führt dazu, dass viele Frauen im Alter von den Pensionsbezügen des Partners abhängig sind. Bis in die 1970er Jahre war der Anspruch auf Ausgleichszulage unabhängig vom Partner*inneneinkommen. Eine Wiedereinführung der partner*innenunabhängigen Ausgleichszulage würde Frauenpensionen erhöhen und zusätzlich für mehr Unabhängigkeit von Frauen im Alter sorgen.

Höhere Pensionsbeiträge bei Arbeitslosigkeit: Nur jede zweite Frau tritt die Pension aus einer Beschäftigung heraus an. Die Hälfte aller Frauen ist bereits seit mehreren Jahren erwerbslos, wenn sie in den Ruhestand gehen (Domke Seidel 2021). Trotzdem soll ab 2024 das Eintrittsalter in die Pension stufenweise erhöht werden. Einerseits braucht es höhere Pensionsbeiträge im Fall von Erwerbslosigkeit, doch gleichzeitig muss dafür gesorgt werden, dass Frauen länger in Beschäftigung bleiben können, bevor sie in Pension gehen. Hier sind die Betriebe gefordert, angemessene Rahmenbedingungen zu schaffen, damit die Erwerbsarbeit auch im höheren Alter mit den Lebensumständen vereinbar ist. Ohne einer Senkung der Frauenarbeitslosigkeit in dieser Altersgruppe würde die geplante Anhebung des Frauenpensionsalters die Altersarmut unter Frauen in Österreich weiter vergrößern. Um die hohe Armutsgefährdung bei Arbeitslosigkeit zu senken, braucht es gleichzeitig eine Erhöhung des Arbeitslosengeldes auf mindestens 70 % Nettoersatzrate.

Änderung des Durchrechnungszeitraums: Seit Einführung der „lebenslangen Durchrechnung" werden auch Phasen der Nicht- oder Teilzeiterwerbstätigkeit in die Pensionsberechnung mit einbezogen. Dies ist eine zentrale Ursache für die niedrigen Durchschnittspensionen bei Frauen. Ein effektiver Weg zur Bekämpfung von Altersarmut wäre es daher, nur die einkommensstärksten 15 Versicherungsjahre zur Pensionsberechnung heranzuziehen oder die schwächsten 10 Versicherungsjahre zu streichen und somit für eine Aufwertung der Pensionen – vor allem von Frauen – zu sorgen.

Absicherung von Menschen in der Arbeitslosigkeit und Einführung einer Job-Garantie: Menschen, die von Erwerbslosigkeit betroffen sind, werden von der Politik gerne zum Spielball von Sozialchauvinismus und Klassismus. Anstatt den Druck auf jene zu erhöhen, die vielleicht schon länger von Arbeitslosigkeit betroffen sind und wenig bis keinen Handlungsspielraum haben, braucht es mehr Ressourcen für Beschäftigungsprogramme und eine Jobgarantie. Letztere sieht vor, dass alle Menschen, die einen Job wollen, auch einen bekommen sollen. Der Staat stellt jenen Personen einen öffentlichen bzw. gemeinnützigen Arbeitsplatz mit Sinn zur Verfügung, die nicht auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt Fuß fassen können. Darin besteht auch eine Chance für die ganze Gesellschaft: denn so kann ein gesellschaftlicher Bedarf an Arbeit gedeckt werden - gerade in Bereichen, die zu einer sozial-ökologischen Wende beitragen. Wichtig ist, dass die Jobgarantie kein Lohndumping über die Hintertür darstellt, sondern dass Arbeitnehmer*innen, die die Jobgarantie in Anspruch nehmen, angemessen bezahlt werden und Möglichkeiten für Weiterbildung und Qualifizierung haben.

MEHR GESCHLECHTERGERECHTIGKEIT

Ausbau von kostenlosen Kinderbildungsplätzen ab dem 1. Geburtstag und Rechtsanspruch: Aufgrund fehlender Infrastruktur ist vielen Eltern, vor allem abseits der Städte, eine Vollzeiterwerbstätigkeit nicht möglich. Die Einrichtungen haben nur für wenige Stunden geöffnet – egal ob es um Halbtagsschulen oder elementare Bildungseinrichtungen geht. Daher müssen qualitativ hochwertige, kostenlose Bildungseinrichtungen, die eine Vollzeiterwerbstätigkeit ermöglichen, dringend flächendeckend ausgebaut werden. Zusätzlich setzt sich die Volkshilfe für ein gesundes, leistbares Mittagessen für alle Kinder in Bildungseinrichtungen ein.

Moderne Familienpolitik: 95 % der Väter gehen in Island in Karenz, wobei für beide Elternteile jeweils 5 Monate reserviert sind, zwei Monate können frei geteilt werden. In Österreich gehen nur 2 % der Väter in Partner*innenschaften für drei bis sechs Monate in Karenz und lediglich 1 % der Väter für mehr als sechs Monate. Für Frauen bedeutet Mutterschaft einen massiven Einschnitt in der Erwerbskarriere, während sich eine Vaterschaft positiv auf das Einkommen von Männern auswirkt. Daher braucht es weitere Schritte zur verpflichtenden Aufteilung von Karenz-Monaten zwischen Müttern und Vätern.

Lohntransparenz und gleicher Lohn für gleiche Arbeit: In den vergangenen Jahren ist es auf europäischer Ebene gelungen, einige Initiativen zur Lohntransparenz zu setzen. Diese Maßnahmen sind nicht der alleinige, aber ein wichtiger Hebel, um die Lohnschere zwischen Männern und Frauen zu schließen.
Auch für Beschäftigte in Kleinunternehmen braucht es Lohntransparenz. Um zu garantieren, dass Unternehmen die Vorgaben umsetzen, braucht es Sanktionierungsmöglichkeiten. Denn Frauen haben das Recht auf gleichen Lohn für gleiche Arbeit.

Höhere Löhne für frauendominierte Beschäftigungsbereiche: Nicht nur die unbezahlte, sondern auch die bezahlte Arbeit von Frauen wird geringer geschätzt. In vielen Berufen, die mehrheitlich von Frauen ausgeübt werden, bestehen niedrige Löhne und prekäre Verhältnisse. Frauendominierte Beschäftigungsbereiche müssen besser entlohnt werden, insbesondere gesellschaftlich hochrelevante Bereiche wie Kinderbetreuung, Bildung, Gesundheitswesen oder Pflege.

Veränderung in den Köpfen: Dass ein Großteil der unbezahlten Sorgearbeit von Frauen erledigt wird, hängt auch heute noch stark mit Rollenbildern zusammen. Die Vorstellung, Frauen seien auf „natürliche" Weise besser für diese Tätigkeiten geeignet, ist tief verankert. Es wird daher nicht ausreichen, auf Ebene des Sozialsystems, des Arbeitsmarktes oder der Familienpolitik anzusetzen, um Altersarmut langfristig zu bekämpfen. Eine gerechte gesellschaftliche Verteilung der unbezahlten Sorgearbeit ist der Schlüssel für Gleichberechtigung und ökonomische Gleichheit zwischen Männern und Frauen. Tätigkeiten und Berufe im Bereich der Fürsorge, egal ob bezahlt oder unbezahlt, müssen nicht nur symbolisch und ökonomisch aufgewertet, sondern auch von ihrer geschlechtsspezifischen Rollenzuschreibung gelöst werden.

ENTLASTUNG VON BETROFFENEN

Um Betroffene zu entlasten, braucht es darüber hinaus bessere soziale Teilhabemöglichkeiten für ältere Menschen, sowie ein verbessertes Informationsangebot über Unterstützungsleistungen. Um diese Leistungen besser auf die Bedarfe der Betroffenen abzustimmen, sollten vorherrschende Armutskonzepte überarbeitet werden.

Maßnahmen gegen Einsamkeit und soziale Isolation: Die Teilhabemöglichkeiten für altersarme Menschen, insbesondere mit Pflege- und Betreuungsbedarf, müssen verbessert werden. Zunächst sind mehr Aktivitätsangebote für altersarme Menschen vonnöten, die einkommensunabhängig und barrierefrei sind. Gleichzeitig sind alters- und armutsgerechte Wohnkonzepte (z.B. betreutes/betreubares Mehrgenerationenwohnen) zentral, um sozialer Isolation vorzubeugen.

Mehr Informationen über Unterstützungsangebote: Oft herrscht bei bei von Altersarmut betroffenen Personen ein Informationsmangel darüber, wie und ab wann sie Pflegegeld beantragen können. Daher ist es wichtig, Informationskanäle niederschwellig zu gestalten, um Armutsbetroffenen, die Pflege- und Betreuungsbedarf haben, Unterstützungsmöglich-keiten aufzuzeigen.

Armutskonzepte anpassen:
Auf analytischer Ebene wird die Ausarbeitung eines Referenzbudgets für altersarme Menschen empfohlen, damit aufgezeigt werden kann, welche Ausgaben im Alter anfallen. In diesem Zusammenhang wäre es empfehlenswert, Armut nicht nur über das (Haushalts)-Einkommen zu messen, sondern auch über die zu tätigenden Ausgaben und Vermögen der Haushalte. Diese verbesserte Datenlage sollte in weiterer Folge als Grundlage für weitere Maßnahmen zur Bekämpfung von Altersarmut herangezogen werden.

FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG &
SOZIALE DIENSTLEISTUNGEN

BETROFFENE UNTERSTÜTZEN – ANGEBOTE DER VOLKSHILFE

BETROFFENE UNTERSTÜTZEN – AKTIVITÄTEN UND ANGEBOTE DER VOLKSHILFE

- **Hilfe durch die Landesorganisationen:** Die Volkshilfe setzt sich für eine starke sozialstaatliche Absicherung von Lebensrisiken ein. Aber für manche Menschen ist das Netz nicht eng genug geknüpft. Für diese Menschen ist die Volkshilfe da. In allen neun Bundesländern sind Volkshilfe Landesorganisationen aktiv und oft auch mit Bezirks- und Ortsvereinen vertreten. Sie organisieren Senior*innentreffs, Ausflüge und Aktivitäten, Beratung und vieles mehr. Und auch finanzielle Hilfen werden geleistet.
- **Finanzielle Unterstützung des Fonds Demenzhilfe Österreich:** Der Fonds Demenzhilfe Österreich verbessert die Situation von armutsgefährdeten, demenzerkrankten Personen und pflegenden Angehörigen durch finanzielle Einmalhilfen. Unterstützt werden zum Beispiel Ausgaben für Pflege- und Betreuungsdienstleistungen, Pflegehilfsmittel, Tagesbetreuung oder Fahrtendienste. Informationen zum Fonds Demenzhilfe Österreich sind hier zu finden: www.demenz-hilfe.at/unterstuetzung
- **Soziale Dienstleistungen:** Die Volkshilfe trägt auch mit ihren sozialen Dienstleistungen zur Verbesserung der Lebenssituation von vielen Menschen bei. Der Schwerpunkt der Aktivitäten der Volkshilfe liegt in der mobilen Pflege und Betreuung. In manchen Bundesländern werden auch Senior*innenheime, Kinderbetreuung, Arbeitsmarktprojekte, Obdachlosenhilfe, Wohnungssicherung, Flüchtlingsbetreuung und Migrant*innenberatung angeboten.

Die verschiedenen Angebote und Aktivitäten der Volkshilfe Landesorganisationen können auf den Websites abgerufen werden.

DIE VOLKSHILFE IN IHRER NÄHE

VOLKSHILFE BUNDESVERBAND

Auerspergstraße 4
1010 Wien

+43 1 402 62 09
office@volkshilfe.at
www.volkshilfe.at

VOLKSHILFE NIEDERÖSTERREICH

Grazer Straße 49-51
2700 Wiener Neustadt

+43 262 282 200-0
center@noe-volkshilfe.at
www.noe-volkshilfe.at

VOLKSHILFE WIEN

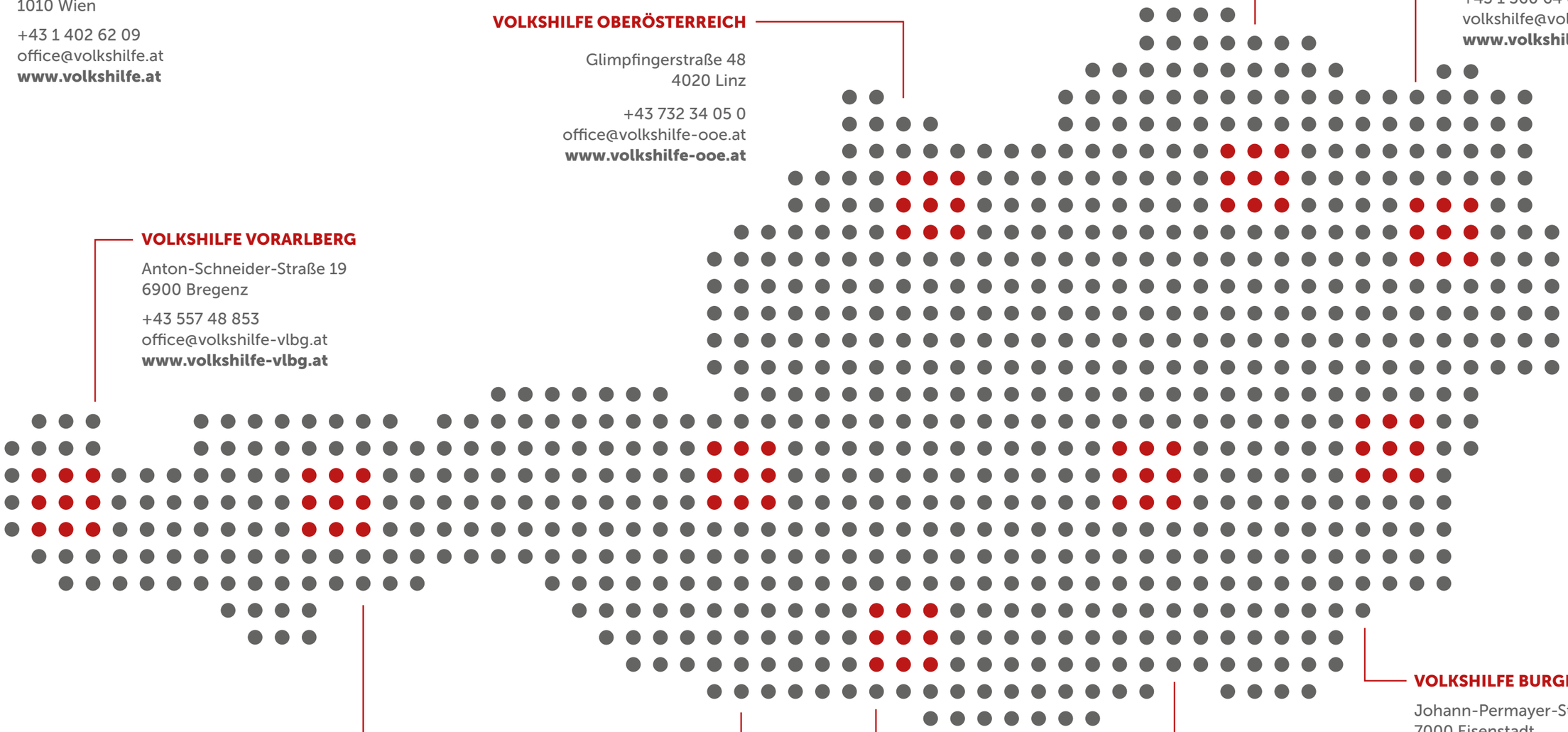
Weinberggasse 77
1190 Wien

+43 1 360 64 0
volkshilfe@volkshilfe-wien.at
www.volkshilfe-wien.at

VOLKSHILFE OBERÖSTERREICH

Glimpfingerstraße 48
4020 Linz

+43 732 34 05 0
office@volkshilfe-ooe.at
www.volkshilfe-ooe.at



VOLKSHILFE VORARLBERG

Anton-Schneider-Straße 19
6900 Bregenz

+43 557 48 853
office@volkshilfe-vlbg.at
www.volkshilfe-vlbg.at

VOLKSHILFE TIROL

Südtiroler Platz 10-12 6. Stock
6020 Innsbruck

+43 50 890 1000
tiroler@volkshilfe.net
www.volkshilfe.tirol

VOLKSHILFE SALZBURG

Werner-von-Siemens-Platz 1
Eingang Nord
5020 Salzburg

+43 662 42 39 39
office@volkshilfe-salzburg.at
www.volkshilfe-salzburg.at

VOLKSHILFE KÄRNTEN

Platzgasse 18
9020 Klagenfurt am Wörthersee

+43 0 463 32495
office@vhktn.at
www.vhktn.at

VOLKSHILFE STEIERMARK

Sackstrasse 20/I
8010 Graz

+43 316 8960 - 0
office@stmk.volkshilfe.at
www.stmk.volkshilfe.at

VOLKSHILFE BURGENLAND

Johann-Permayer-Straße 2
7000 Eisenstadt

+43 2682 61569
center@volkshilfe-bgld.at
www.volkshilfe-bgld.at

LITERATUR-VERZEICHNIS

Achleitner, Sophie/ Huber, Alexander (2023): Pensionsreport. Wien, Momentum; online verfügbar unter: mi_pensionsreport_2023_10.pdf (momentum-institut.at), abgerufen am 22.02.2024.

Achleitner, Sophie/ Mader, Katharina (2024): Equal Pay Day 2024: Berufswahl spielt untergeordnete Rolle bei Lohnlücke; online verfügbar unter:https://www.momentum-institut.at/news/equal-pay-day-2024-berufswahl-spielt-untergeordnete-rolle-bei-lohnluecke, abgerufen am 20.03.2024.

Allinger, Laura/ Chahrour, Marie (2023): Pflege und Betreuung zuhause unter den Bedingungen von Altersarmut. Abschlussbericht. Wien: Volkshilfe Österreich; online verfügbar unter: www.volkshilfe.at/was-wir-tun/publikationen-artikel, abgerufen am 19.02.2024.

BMSGPK (2021a): Soziale Folgen des Klimawandels in Österreich. BMSGPK, Wien; online verfügbar unter: Soziales-und-Klimawandel (sozialministerium.at), abgerufen am 26.02.2024.

BMSGPK (2021b): Armut, Wohnen und Energie im Alter. Armut, Wohn- und Energiekosten für verschiedene Haushalte mit EU-SILC-Daten des Jahres 2020. BMSGPK, Wien; online verfügbar unter: https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:ebf9280d-e633-4b99-b7f8-9b0a3c15ff07/Bericht_Energiearmut_2022_09_30.pdf, abgerufen am 27.02.2024.

BMASGPK (2026): Ausgleichszulage und Pensionsbonus; online verfügbar unter: https://www.sozialministerium.gv.at/Themen/Soziales/Sozialversicherung/Pensionsversicherung/Ausgleichszulage-und-Pensionsbonus.html, abgerufen am 11.08.2026

Domke Seidel, Christian (2021): Jahre der Erschöpfung. In: Arbeit und Wirtschaft. AK und ÖGB (Hrsg.innen), No. 9/2021, S. 24.

Esping-Andersen, Gøsta. (1990): The Three Worlds of Welfare Capitalism. Princeton: Princeton University Press.

Eurostat (o. J.): Geschlechtsspezifische durchschnittliche Rentenlücke nach Altersgruppe. Eurostat data browser. Online verfügbar unter: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ilc_pnp13$defaultview/default/table?lang=de (abgerufan am 16.06.2026)

Flecker, Jörg (2018): Normalarbeit und Prekarität. In: Muckenhuber, Johanna/ Hödl, Josef/ Griesbacher, Martin (Hrsg.innen): Normalarbeit. Nur Vergangenheit oder auch Zukunft? Biele feld: transcript Verlag. S. 41-60.

Gasior, Katrin/ Avram, Silvia/ Popova, Daria (2023): Outside the box - Women's individual-poverty situation in the EU and the role of labour market characteristics and tax-benefit policies. Draft; online verfügbar unter: http://www.ecineq.org/wp-content/uploads/2023/06/EcineqAM-SE-319.pdf, abgerufen am 27.02.2024.

Geisberger, Tamara (2021): Entwicklung und Verteilung der Niedriglohnbeschäftigung in Österreich und in der EU. Ergebnisse der Verdienststrukturerhebung 2018. Statistik Austria; online verfügbar unter: https://www.statistik.at/fileadmin/pages/335/Niedriglohn_VSE2018_09_2021.pdf, abgerufen am 27.02.2024.

Geisberger, Tamara/Glaser, Thomas (2025): Gender Pay Gap. Welche Faktoren beeinflussen den Lohnunterschied zwischen Frauen und Männern? In: STATjournal, No. 3/2025, S. 59-70.

Glaser, Barney G./ Strauss, Anselm L. (2010): Grounded theory. Strategien qualitativer Forschung. Bern: Huber.

Hasdenteufel, Marie/ Muckenhuber, Matthias (2023): Sozialhilfe-Kürzung bei Teilzeit trifft vor allem Frauen. Momentum Institut; online verfügbar unter: https://www.momentum-institut.at/news/sozialhilfe-kuerzung-bei-teilzeit-trifft-vor-allem-frauen, abgerufen am 27.02.2024.

Heitzmann, Karin (2019): Wege aus der Altersarmut. In: ÖGZ - Das Magazin des Österreichischen Städtebundes, No. 11/109, S. 24-25.

Heitzmann, Karin/ Rapp, Severin (2023): Armut, soziale Ausgrenzung und Wohnen. In: Buxbaum, Adi/ Filipič, Ursula/ Pirklbauer, Sybille/ Soukup, Nikolai/ Wagner, Norman (Hrsg.innen): Soziale Lage und Sozialpolitik in Österreich 2023: Entwicklungen und Perspektiven. Wien: ÖGB-Verlag. S. 40-54.

Koch, Angelika (2020): Alt und arm? Armutsrisiken von Frauen im Kontext der Alterssicherung. In: Dackweiler, Regina-Maria/ Schäfer,Reinhild/ Rau, Alexandra (Hrsg.innen): Frauen und Armut – Feministische Perspektiven. Opladen, Berlin, Toronto: Verlag Barbara Budrich.

Kreimer, Margareta (2016): Altersarmut von Frauen in Österreich. In: Stöckl, Claudia/ Kicker-Frisinghelli, Karin/ Finker, Susanna (Hrsg.innen): Die Gesellschaft des langen Lebens. Soziale und individuelle Herausforderungen. Bielefeld: transcript Verlag, S. 231-246.

Lampert, Thomas/ Kroll, Lars Eric/ Von der Lippe, Elena (2013): Sozioökonomischer Status und Gesundheit. In: Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz 56, (5/6), S. 814–21. https://doi.org/10.1007/s00103-013-1695-4

Lewicki, Maria/ Wigger, Berthold U. (2013): Wer ist von Altersarmut bedroht? In: Wirtschaftsdienst, Volume 93, 462–465 (2013). https://doi.org/10.1007/s10273-013-1548-7

Lichtenberger, Hanna/ Ranftler, Judith (2022): Hitzebelastung armutsbetroffener Familien. Vorabauswertung aus dem Projekt Existenzsicherung 2022/2023. Wien, Volkshilfe Österreich. Online verfügbar unter: https://www.volkshilfe.at/fileadmin/user_upload/Media_Library_Kinderarmut/News_Artikel/2022/Hitzebelastung_Armutsbetroffene-neFamilien_Volkshilfe.pdf abgerufen am 20.02.2024.

Mader, Katharina (2023): Gender-Pay-Gap: Mutterschaft spielt untergeordnete Rolle. Momentum Institut; online verfügbar unter: https://www.momentum-institut.at/news/gender-pay-gap-mutterschaft-spielt-untergeordnete-rolle, abgerufen am 23.02.2024.

Mayrhuber, Christine (2020): Die Geschlechtsspezifische Pensionslücke in Österreich. In: Mayrhuber, Christine/ Mairhuber, Ingrid (Hrsg.innen): Trapez.Analyse: Geschlechtsspezifische Pensionsunterschiede in Österreich. Wien: WIFO, FORBA. S. 17-60.

Mayrhuber, Christine/ Mairhuber, Ingrid (2020): Trapez.Analyse: Geschlechtsspezifische Pensionsunterschiede in Österreich. Wien: WIFO, FORBA.

Mayrhuber, Christine (2022): Automatisches Pensionssplitting wird Altersarmut der Frauen kaum reduzieren können. In: WIFO Research Briefs No. 4/2022. Wien.

Mielck, Andreas (2005): Soziale Ungleichheit und Gesundheit. Einführung in die aktuelle Diskussion. Bern: Huber.

Momentum (2022): Equal Pension Day: Was Frauen in der Pension erwartet; online verfügbar unter: https://www.moment.at/story/equal-pension-day-frauen-pension, abgerufen am 19.02.2024.

Nagl-Cupal, Martin/ Kolland, Franz/ Zartler, Ulrike/ Mayer, Hanna/ Bittner, Marc/ Koller, Martina Maria/ Parisot, Viktoria/ Stöhr, Doreen (2018): Angehörigenpflege in Österreich. Einsicht in die Situation pflegender Angehöriger und in die Entwicklung informeller Pflegenetzwerke. BMASGK, Wien; online verfügbar unter: https://broschuerenservice.sozialministerium.at/Home/Download?publicationId=664, abgerufen am 23.02.2024.

Richter, Lukas (2019): Lebenslagen unter Altersarmut. Über die Lebenssituation von als arm und alt adressierten Menschen. Wiesbaden: Springer VS.

Richter, Antje (2005): Armutsprävention — Ein Auftrag für die Gesundheitsförderung. In: Zander Magherita (Hrsg.in): Kinderarmut. Einführendes Handbuch für Forschung und soziale Praxis. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, S. 200-217.

Rosenthal, Gabriele/ Loch, Ulrike (2002): Das Narrative Interview. In: Schaeffer, Doris/ Müller-Mundt, Gabriele (Hrsg.innen): Qualitative Gesundheits- und Pflegeforschung. Bern, Göttingen, Seattle, Toronto: Huber. S. 221-232.

Roy, Klaus-Bernhard (1989): Erosion des Normalarbeitsverhältnisses und die Konsequenzen für den Sozialstaat. In: Sozialer Fortschritt 38, no. 11/12. S. 273–79. JSTOR.

Siim, Birte/ Borchost, Annette (2017): Gendering European welfare states and citizenship: revisioning inequalities. In: Kennett, Patricia/ Lendvai-Bainton Noemi (Hrsg.innen): Handbook of European Social Policy. Cheltenham: Edward Elgar, S. 60-74.

Spengler, Claudia (2023): Pension gap: Warum Frauen weniger Pension erhalten; online verfügbar unter: https://wien1x1.at/pension-gap-2023/, abgerufen am 27.20.2024.

Statistik Austria (2016): Soziodemografische und sozioökonomische Determinanten von Gesundheit. Auswertung der Daten des Austrian Health Interview Survey (ATHIS 2014) zu Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Wien; online verfügbar unter: https://www.statistik.at/fileadmin/publications/Soziodemographische_und_soziooekonomische_Determinanten_von_Gesundheit_2014.pdf, abgerufen am 26.02.2024.

Statistik Austria (2023): Zeitverwendung 2021/22. Ergebnisse der Zeitverwendungserhebung; online verfügbar unter: https://www.statistik.at/fileadmin/user_upload/ZVE_2021-22_barriere-frei.pdf, abgerufen am 22.02.2024.

Statistik Austria (2026a): Tabellenband EU SILC 2025 und Bundesländertabellen mit Dreijahresdurchschnitt EU SILC 2023 bis 2025 Einkommen, Armut und Lebensbedingungen; online verfügbar unter: https://www.statistik.at/fileadmin/pages/338/Tabellenband_EUSILC_2025.pdf, abgerufen am 16.06.2026.

Statistik Austria (2026b): Pensionen; online verfügbar unter: https://www.statistik.at/statistiken/bevoelkerung-und-soziales/gender-statistiken/pensionen, abgerufen am 16.06.2026.

Statistik Austria (2026c): Teilzeitarbeit, Teilzeitquote; online verfügbar unter: https://www.statistik.at/statistiken/arbeitsmarkt/arbeitszeit/teilzeitarbeit-teilzeitquote, abgerufen am 16.06.2026..

Statistik Austria (o. J.): Gender-Statistik; online verfügbar unter: https://www.statistik.at/fileadmin/pages/360/Factsheet_GenderStatistik_Erwerbstaetigkeit.pdf, abgerufen am 16.06.2026.

Stolz, Erwin/ Mayerl, Hannes/ Waxenegger, Anja/ Freidl, Wolfgang (2017): Explaining the impact of poverty on old-age frailty in Europe: material, psychosocial and behavioural factors. In: The European Journal of Public Health, Volume 27(6), S. 1003-1009. doi: 10.1093/eurpub/ckx079

Volkshilfe Demenzhilfe (2023): Umfrage: Wie geht es pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz? Online verfügbar unter: https://www.demenz-hilfe.at/aktuelles/newsaktuelles/wie-geht-es-pflegenden-angehoerigen-von-menschen-mit-demenz/, abgerufen am 5.3.2024.

volkshilfe.

volkshilfe.at