

# Altersarmut kreativ bekämpfen

A smiling elderly couple, a woman with blonde hair and a man with glasses and a grey beard, are shown from the chest up. They are surrounded by various Euro banknotes and coins, including 100 Euro notes, 20 Euro notes, and 1 Euro coins, which are scattered around them. The background is a bright blue sky with a sun. The overall image conveys a positive and hopeful message about financial well-being in old age.

**durch geniale**  
Zusatzverdienstmöglichkeiten

Reproduktionen, Übersetzungen, Weiterverarbeitung oder ähnliche Handlungen zu kommerziellen Zwecken sowie Wiederverkauf oder sonstige Veröffentlichungen sind ohne die schriftliche Zustimmung des Autors bzw. Lizenzgebers nicht gestattet.

Autor: Antonio Rudolphios

Diese Publikation wurde nach bestem Wissen recherchiert und erstellt.  
Als Leserin und Leser, möchte ich Sie ausdrücklich darauf hinweisen, dass keinerlei Verantwortung für jegliche Art von Folgen, die Ihnen im Zusammenhang mit dem Inhalt dieses eBooks entstehen, übernommen werden können. Der Leser ist für die aus diesem Ratgeber resultierenden Handlungen selbst verantwortlich.

# **Inhaltsverzeichnis**

<b>Vorwort.....</b>	<b>4</b>
<b>Wer hat ´s denn erfunden?.....</b>	<b>7</b>
<b>So schlagen Sie der Altersarmut ein Schnippchen: Jede Menge Jobs offline.....</b>	<b>12</b>
<b>Online-Jobs übers Internet .....</b>	<b>18</b>
<b>Schlusswort.....</b>	<b>33</b>

## Vorwort

„Wer rastet, der rostet“ – dieses Sprichwort macht deutlich, was passiert, wenn man sich mit der Rente hinter den Fernseher setzt und auf den Abgang wartet. Wir rosten geistig wie körperlich. Dabei ist Aktivität gerade im Alter so wichtig.

Es gibt kaum einen 70-Jährigen, der keine Schmerzen hat und eben nicht vergesslich wird. Man weiß das, und gerade deswegen können Sie rechtzeitig dagegen vorbeugen, aber schon mit 35. Hat man erst einmal alle Wehwehchen des Alters, ist es umso mühsamer, dagegen etwas zu unternehmen. Im Alter verlangsamt sich der Stoffwechsel und es wird härter, Knie- und Schultergelenke wieder geschmeidig zu trainieren. Die Muskeln sind durch lange Untätigkeit zurückgebildet und nicht mehr so flexibel, weshalb beispielsweise ältere Menschen häufiger Schulter-Muskel-Verletzungen oder Arthrose in den Kniegelenken haben.

Daher ist frühzeitige Prävention entscheidend. Wer seine Knochen und Gelenke geschmeidig hält, kommt leichter durchs Seniorenalter – mit weniger Schmerzen und beweglicher. Und wer bis ins hohe Alter Aufgaben hat, bleibt auch im Kopf fit. Dann braucht man sich auch nicht so oft über das beliebte Senioren-Thema Krankheiten zu unterhalten.

Die meisten Hundertjährigen gemessen an der Gesamtbevölkerung leben auf der japanischen Insel Okinawa und in einem süditalienischen Dorf. Während die Japaner als Grundprinzip haben, ein Drittel weniger zu essen als die sonstige Bevölkerung und langsamer zu konsumieren, essen die Italiener viele Sardellen und Rosmarin. Die Japaner übernehmen bis ins hohe Greisenalter je nach ihren Möglichkeiten verschiedene Aufgaben in ihrer Gemeinschaft – die Männer eher handwerklich nach ihren Möglichkeiten – etwa beim Reparieren der

Fischernetze, die Frauen dagegen vorwiegend spirituell als Mittler zwischen Diesseits und Jenseits. Alle sind in der Gesellschaft anerkannt und geachtet – ein weiteres Prinzip, sich wohl zu fühlen, Lebensqualität zu spüren und ein langes Leben zu genießen, eben zufrieden zu sein.

Weniger Schmerzen und Krankheiten im Alter und mitreden zu können sowie geistig auf der Höhe zu bleiben, ist der Ansporn, der auch schließlich für eine hohe Lebenserwartung ausmacht.

Allerdings stellt unser System gerne alte Menschen in die Ecke. Der Rentenbeginn ist von den Unternehmen wirtschaftlich eingeplant und wird in Krisenzeiten sogar gerne mal um Jahre vorverlegt, weil dann die teuren älteren Beschäftigten von der Gehaltsliste verschwinden und auf die staatliche Rentenversicherung verschoben werden. Nicht selten finden wir Frührentner mit weit unter 60 Jahren vor. Wenn die plötzlich und unvorbereitet aus der jahrzehntelangen aktiven Arbeit gedrängt werden, fallen sie in ein tiefes schwarzes Loch. Was sollen sie auch machen, wer stellt sie noch ein, selbst in einem Teilzeit-Job?

Die ursprüngliche Lebensplanung war eine ganz andere. Mit dem vorzeitigen, ungeplanten Ruhestand gehen finanzielle Probleme einher. Denn Altersbezüge fallen immer geringer aus. Sie betragen manchmal sogar unter 60 Prozent der bisherigen Bezüge, und Weihnachts- wie Urlaubsgeld gibt es auch nicht mehr. Wer beispielsweise ein Haus gebaut oder eine Eigentumswohnung gekauft hat, stellt seine Finanzierung auf das geplante Rentenalter ein. Wird man also fünf Jahre früher nach Hause geschickt, klafft ein großes Loch in der Hypotheken-Rückzahlung. Oft bleibt am Ende nur der Verkauf mit Verlust. Und wenn dann die Immobilie eine Säule der Altersversorgung war, steht man schnell vor dem Ruin und ist von Altersarmut bedroht.

Dazu kommen fatale Änderungen in der staatlichen Rente, die auch nach 40 oder 50 Jahren kein ausreichendes Einkommen mehr sichern,

wenn man überwiegend im Niedriglohn-Sektor beschäftigt war. Das Geld reicht nicht mehr für Miete, Energie und Lebensunterhalt. Viele Senioren müssen in eine kleinere Wohnung ziehen, den Wagen verkaufen, können nicht mehr ins Schwimmbad oder Theater gehen und am sozialen Leben teilnehmen, weil das Geld nicht reicht.

Das alles muss so nicht sein. Denn man ist auch mit 65 noch fit zum Arbeiten - körperlich wie geistig. Sie haben so viel Wissen und Erfahrung gesammelt, das man doch nicht einfach brachliegen lassen kann. Und Sie können den Zusatzverdienst gut gebrauchen, damit Sie nicht im Alter betteln gehen müssen.

Dieser Ratgeber zeigt Ihnen die Möglichkeiten, die Sie auch noch nach dem offiziellen Ruhestand haben. Wichtig für die Würde des Menschen ist ein selbstbestimmtes, unabhängiges Leben mit eigener Entscheidungs-Kompetenz. Das erhält Ihren Selbstwert und Ihre Lebensqualität bis ins hohe Alter – und Sie können sich wie zur aktiven Zeit alles leisten, worauf Sie Spaß haben. Keine Altersarmut und länger leben ohne Stress, das verspricht Ihnen dieses eBook mit seinen zahlreichen Tipps und Tricks, wenn Sie die befolgen und anwenden.

## Wer hat ´s denn erfunden?

Die Deutsche Rentenversicherung ist neben Kranken- und Unfallversicherung ein Vermächtnis des ersten Deutschen Reichskanzlers Otto von Bismarck, der sie 1889 als „Invaliditäts- und Altersversicherungsgesetz“ im Berliner Reichstag verabschieden ließ.

Die Rente ist also beileibe keine Erfindung der Unternehmer, um Alte und Schwache auszusortieren.

In ihrer weit über hundertjährigen Geschichte hat die Rentenversicherung stürmische Zeiten erlebt und viele gefährliche Klippen umfahren – bis hin zu einem Bundesarbeitsminister, der öffentlich Plakate kleben ging „Die Rente ist sicher!“ Nichts war sicher, wie sich in der Agenda 2010 bitter herausstellen musste.

Um die Rente überhaupt noch zu retten, wurden tiefe Einschnitte vorgenommen. Die vollen Ausbildungszeiten konnten so zum Beispiel nicht mehr anerkannt werden, was insbesondere studierende Menschen hart traf. Denn sie standen plötzlich vor Versorgungslücken, die sie aus der eigenen Tasche nachträglich füllen mussten.

Das Renteneintrittsalter wurde schrittweise auf 67 Jahre angehoben. Diskutiert wird jetzt schon, die Rente auf 70 Jahre zu erhöhen, weil die Menschen einerseits noch fit genug sind und andererseits auch noch Aufgaben haben wollen. Die Diskussion darüber auch etwas mit der Finanzierbarkeit von Rente und der Gerechtigkeit zwischen den Generationen zu tun. Es kann den jungen Menschen in unserer Gesellschaft nicht aufgebürdet werden, für immer mehr Ältere aufzukommen. Dann bleibt für sie am Ende immer weniger übrig, ihre spätere Rente wird immer kleiner.

Künftig wird die Rente ab einem bestimmten Betrag auch besteuert, ab 2030 gar die volle Rente. Dann bleibt nur noch die soziale Freigrenze von rund 10.000 Euro im Jahr steuerfrei erhalten.

Die Reformen der Rentenversicherung brachten so komplizierte Begriffe wie zum Beispiel den Nachhaltigkeitsfaktor, der einen gerechteren Ausgleich zwischen jüngerer und älterer Generation schaffen sollte, also zwischen denen, die aktuell einzahlen und denen, die Rente beziehen. Weil die Gesellschaft immer älter wird, muss die Rente auf weniger Schultern getragen werden. Damit die Einzahler von heute nicht immer weniger Altersbezüge bekommen, wurde die Rente massiv gekürzt. Auch wurden die Steigerungen der Altersbezüge an die Entwicklung der Löhne und Gehälter gekoppelt. In Zeiten geringerer Lohnsteigerungen gibt es auch weniger Rentenerhöhung – bis hin zu Nullrunden. In Zeiten größerer Lohnerhöhungen, die über den darauf zu zahlenden Rentenbeitrag auch mehr Geld in die Kassen der Rentenversicherung spülten, konnten dann auch teilweise bis zu sechs Prozent mehr Rente ausgeschüttet werden.

Um die rund zwanzig Millionen Rentner in Deutschland bei Laune zu halten, achteten Politiker gerade in Wahljahren immer auch auf deren Ruhigstellung durch entsprechende Erhöhungen. Doch heute ist das durch die Abhängigkeit von den Lohnsteigerungen mehr reglementiert.

Ein strittiges Thema ist auch immer die Höhe des Rentenbeitrags, der bei knapp 20 Prozent vom Lohn liegt, wovon die Arbeitgeber knapp die Hälfte bezahlen. Auch hier wurde der Obolus der Firmen reduziert und gedeckelt, um keine Arbeitsplätze zu gefährden.

Außerdem wurden die Kranken- und Pflegeversicherung auch auf Rentenzahlungen eingeführt – knapp fünfzehn Prozent Abzug also von der tatsächlichen Rente.



Man geht allerdings jetzt schon davon aus, dass der Rentenbeitrag in den nächsten Jahren von unter zwanzig Prozent auf weit über zweiundzwanzig Prozent steigen dürfte. Somit ist abzusehen, dass die staatliche Rente als alleinige Altersversorgung immer weniger ausreicht und geradewegs in die Altersarmut führt, wenn man nicht selbst massiv vorsorgt und anspart.

Das Niveau der Rente ist heute weit bis unter 60 Prozent abgesenkt, das bedeutet, wer in Rente geht, hat gut 40 Prozent weniger als zur aktiven Arbeitszeit. Um diese Lücke zu füllen, will man nicht in Altersarmut abgleiten, bedarf es massiver privater Vorsorge durch verschiedene Modelle wie Riesterrente, Lebensversicherung, Sparpläne oder Immobilienbesitz. Denn wer eine Eigentumswohnung oder ein Haus besitzt, spart im Alter schon mal die Miete, die oft ein Viertel des Budgets ausmacht.

Und immer wieder das alte Lied von der Erhöhung der Rentenbeiträge.

Sehr schwierig war auch die Integration des Ostens in das deutsche Rentensystem nach der Wiedervereinigung. Heute noch müssen Defizite zwischen Ost und West abgebaut werden.

Die Rente ist sehr kompliziert geworden, kaum einer blickt noch durch. Und stetig wächst die Zahl der Leute, die mit der Rente nicht mehr auskommen, weil sie geringer geworden ist oder die Preise für Mieten davongaloppieren. Über eine Million Menschen über 65 Jahre sind bereits heute auf eine Grundsicherung angewiesen, also auf einen sozialen Zuschuss zur Rente, damit sie ihr Leben selbst gestalten können. Jedes Jahr wird diese Sozialgrenze neu festgelegt, momentan liegt sie etwa bei 1050 Euro für eine Person und bei 1475 Euro für zwei Personen. Davon muss dann aber alles bestritten werden – von der Miete über Energie bis hin zu Lebensmitteln, Fahrtkosten und Kosmetika samt Friseur. Da bleibt kaum eine Kinokarte drin und ein

Auto schon mal gar nicht – eher Margarine statt Butter oder Zwei-Zimmer-Wohnung statt drei Zimmer oder Miete statt Eigenheim.

Leider kamen für viele ältere Menschen die tiefgreifende Reform wie aus dem Nichts und viel zu spät. Denn sie konnten nicht mehr reagieren, weder Geld ansparen für den Ruhestand noch Immobilien kaufen. Seitdem wird den Menschen klargemacht, selbst eigenverantwortlich und zusätzlich vorzusorgen, also vom Verdienten aus der aktiven Zeit etwas beiseite zu legen.

Man spricht inzwischen von drei Säulen der Altersversorgung, der staatlichen Rente/Pension, einer staatlich mit Zuschüssen geförderten privaten (Riester-) Rente und einem Sparstrumpf, Haus oder Goldbarren, um es einmal salopp zu sagen. Man darf also sein Verdientes nicht mehr voll „auf den Kopp“ hauen, wie man es im Kohlenpott so schön sagt. Es ist so wie bei einem Konto: Wer es ständig vor Monatsende abräumt, weiß am Letzten nicht mehr, was er beißen soll. Die Bürger werden also seit Jahrzehnten zu größerer Eigenvorsorge angehalten – aber was ist mit all denjenigen, die dafür keine Zeit mehr hatten, weil sie kurz vor der Rente standen? Man kann ja nicht plötzlich Lotto spielen gehen, um die Lücken mit sehr viel Glück schnell zu füllen.

Was bleibt also übrig? – Richtig, nun kommt dieser Ratgeber ins Spiel: Verzweifeln Sie nicht und hadern mit Ihrem Schicksal und den Agenda-Politikern, sondern nehmen Sie endlich das Heft selbst in die Hand. Schlagen Sie denen da oben ein Schnippchen und lassen endlich mal Ihre Ideen spielen.

Die moderne Medizin macht es doch möglich, dass wir immer älter werden und länger wesentlich fitter bleiben. Mit 65 sind wir doch heutzutage auf dem Zenit unsere Tatkraft. Wer will da schon seinen Turbo abschalten? Das System verurteilt uns dazu, auf der Couch vor

der Glotze auf unseren Abgang zu warten. Denn es ist wesentlich komplizierter, einfach weiter zu arbeiten, weil der Renteneintritt ja nun mal so berechnet war. Und dennoch gibt's Rente nur auf Antrag. Sie können also einfach so tun, als ginge Sie die Rente nichts an und zahlen durch weitere Beschäftigung einfach ein. Aber ist das auch so sinnvoll, bringt das eine angemessene Aufbesserung der Altersbezüge? Wer schon mal einen Rentenbescheid oder seinen Versicherungsverlauf in der Hand hatte, wird sich wundern, wieviel Cent monatlich mehr aufs Konto kommen, wenn man sich mitten in der Nacht nebenbei durch das Austragen von Zeitungen dazuverdient hat. Das lohnt sich nicht. Aber was kann man stattdessen machen? Hier nun einige Vorschläge:

## **So schlagen Sie der Altersarmut ein Schnippchen: Jede Menge Jobs offline**

Sie sind eine unersetzliche Fachkraft in Ihrem Betrieb und haben jahrelang ein eigenes Herrschaftswissen aufgebaut? Keiner macht Ihnen etwas vor, keiner kennt die Maschinen so gut wie Sie, keiner hat die Tricks und Kniffe selbst herausgefunden. Ja Sie haben sogar eigene Verbesserungsvorschläge umgesetzt und das Arbeiten effektiver gemacht. Welcher Jungspund soll da noch mithalten? Man hat Sie vor die Tür gesetzt, weil Sie dem Betrieb zu teuer geworden sind und glücklicherweise der Renteneintritt kam oder man Ihnen eine Frühverrentung mit Altersteilzeit aufs Auge gedrückt hat. Ihr Nachfolger kostet nur die Hälfte, weil er jung ist und ganz von vorne die Karriereleiter erst einmal raufkrabbeln muss. Es klappt aber im Betrieb hinten und vorne nicht. Die Produktivität der Firma lässt deutlich nach. Jetzt kommen Sie ins Spiel (wenn man Sie nicht längst schon gerufen hat!).

Bieten Sie sich als Einweiser oder Aushelfer an – auf Honorarbasis. Sie schreiben Ihrem alten Betrieb einfach eine (saftige) Rechnung, versteuern das und legen das schön auf die Seite – für einen sorglosen Lebensabend. Man nennt das „projektbezogene Arbeit“ – eine Win-Win-Situation, denn beide haben was davon: Sie brauchen Ihr Geld nicht in die Rentenversicherung einbezahlen, die Ihnen dafür sowieso nur ein paar Cent zusätzlich gibt, und sparen jede Menge Sozialabgaben, denn als regelrechter Altersrentner (nicht Früh-/Erwerbslosen-Rentner!) dürfen Sie so viel dazu verdienen wie Sie wollen und können. Lediglich mit dem Finanzamt müssen Sie sich gut stellen, also alle Belege und Fahrtkosten sammeln, die Sie dagegen halten sollten, um nicht nur für die Steuer zu arbeiten. Die Firma spart Urlaubs-, Weihnachts-, Krankengeld und Sozialabgaben an Renten- und

Arbeitslosenversicherung. Das ist doch ein prima Geschäft. Und wenn Sie gut sind, dürfen Sie weitere Folge-Projekte begleiten.

Sie können allerdings mit ihrer freien Zeit auch anders wirtschaften, indem Sie Taxi fahren, Botendienste übernehmen, Testfahrer für bekannte Automarken werden, im Sicherheitsdienst Gebäude schützen, im Hotel den Nachtportier spielen, Regale im Supermarkt auffüllen oder bei der Inventur helfen, Parkwächter werden und Parkhäuser überwachen, in Tankstellen aushelfen, Schreibarbeiten erledigen, den Support in Callcentern unterstützen, Platzanweiser im Kino spielen, Spielhallen beaufsichtigen, Ticketkontrolle im Stadion durchführen, die Security bei Konzerten stellen, Nachhilfe geben, Babysitter oder Dogsitter spielen, Einkäufe für alte Leute erledigen, Büros, Privatwohnungen, Treppenhäuser, Schaufenster und Praxen putzen, anstreichen, tapezieren, Heizungsverbrauch, Wasser und Strom für die Energieversorger ablesen. Beliebt sind Rentnerinnen und Rentner für den so genannten Night Audit, also Nacht-Rezeptionist in Hotels, Pensionen und Gästehäusern. Solche Aushilfskräfte werden gesucht, weil man das Stammpersonal entlasten möchte. Meist sind das geringfügige Beschäftigungen, die obendrein noch Ihre Rente ein wenig aufbessern. Sie sind zudem voll versichert und bekommen morgens sogar noch ein kostenloses Frühstück.

Freie Mitarbeiter werden ständig von Zeitungen gesucht, um die Abendtermine und Wochenenden zu belegen. Festangestellte Redakteure wollen auch mal frei haben. Sie als erfahrener Hase belegen gerne solche Termine auf Honorarbasis. Machen Sie sich unersetzlich, damit man dauerhaft auf Sie angewiesen ist. Wenn Sie zusätzlich noch gut mit der Kamera umgehen können, dann sind Sie die ideale Besetzung für diesen Job. Bewerben Sie sich doch einfach mal blind, Sie stoßen da sicher auf offene Ohren. Je besser Sie in den Aushilfsberuf hineinwachsen, umso mehr werden Sie auch eingesetzt.

Oder machen Sie Ihr Hobby zur Nebenverdienst-Quelle. Fotografieren Sie beispielsweise Kinder, Hochzeiten, Tiere oder Stadtfeste und Betriebsfeiern. Häkeln Sie Socken und Schals für Nachbarn und Freunde, die das gerne bei Ihnen in Auftrag geben. Als Gartenfreund können Sie den Rasen mähen, Hecken schneiden, Bäume fällen oder Gemüsebeete anlegen, Vorgärten gestalten oder Gräber pflegen. Bringen Sie Kindern das Gitarrenspiel bei oder Flöte, Saxophon und Trommeln. Ob Skateborden oder Skifahren, Tennis oder Golf, Schwimmen oder Tanzen, machen Sie Ihre Fähigkeiten im Alter zu Geld anstatt es brachliegen zu lassen. So haben Sie eine sinnvolle Aufgabe und kommen auch noch mit anderen Menschen zusammen, knüpfen dabei neue Kontakte – und verdienen Geld, damit es Ihnen im Ruhestand genauso geht wie früher.

Sie können sich auch für soziale Projekte oder als Entwicklungshelfer melden. Damit verdienen Sie zwar nicht das große Geld, mit dem Sie im Alter ruhiger leben könnten, aber für ein paar Wochen oder Monate entlasten Sie schon mal Ihre eigene Haushaltskasse. Und obendrein bleiben Sie geistig fit und erweitern Ihren kulturellen und Wissens-Horizont. Sie können daraus auch Vorträge für die Volkshochschule und Altenheime basteln und damit ein zusätzliches Honorar einstreichen.

Gerade pensionierte Fachkräfte sind sehr gefragt. Sie haben Lebens- und Berufserfahrung angesammelt, die wertvolle Hilfen im betrieblichen Alltag sind und Unternehmen am Leben halten. Diese Kenntnisse müssen junge Menschen erst einmal mühsam erwerben. Sie können ihre Aufgaben nicht im gleichen Maße erfüllen und sind hoffnungslos überfordert. Dieses Wissen ist auch nicht in einem mehrjährigen Training zu erlangen. Wer dreißig oder vierzig Jahre lang in seinem Beruf gearbeitet hat, Maschinen perfekt beherrscht, der hat sich Kniffe und Tricks erarbeitet, die einen Betrieb optimieren. Oft reichen solche erfahrenen Mitarbeiter wertvolle

Verbesserungsvorschläge ein, die Firmen auch gut honorieren, weil sie ihnen ein Mehrfaches an Ersparnis bringen. Oft werden solche Kräfte auch wieder aus ihrer Pensionierung zurückgerufen und um Projektarbeit gebeten, damit der Betrieb in der Spur bleibt. Sonst würden manche Unternehmen nicht überleben können. Oft zeigen sie halt eben nicht die Weitsicht, sondern sehen nur einen betriebswirtschaftlichen Faktor der Kostensenkung in der ihrer Bilanz. Diese Kurzsichtigkeit rächt sich schnell und man wirft schleunigst den vermeintlichen Rettungs-Anker.

Es ist die eine Seite, teure ältere Mitarbeiter, die sich natürlich im Laufe ihres Arbeitslebens durch Beförderungen und Lohnerhöhungen mehr Gehalt angehäuft haben als junge Neulinge, loszuwerden. Aber es rechnet sich eben doch nicht, weil man dann durch Projektarbeit und Honorarverträge wieder draufzahlt.

Sie müssen auch bedenken, wenn Sie in Rente gehen: Es wird erst mal weniger, weil Sie kein Weihnachts- und Urlaubsgeld mehr bekommen. Und in der Regel sinken Ihre Einnahmen um rund 40 Prozent, denn das Rentenniveau fällt immer mehr, inzwischen sogar unter 60 Prozent Ihres bisherigen Gehalts. Warum eigentlich? Der Gesetzgeber geht irrtümlicherweise davon aus, dass Sie als Senior weniger Ausgaben haben – für Versicherungen, für Fahrten zur Arbeit, für Arbeitsmittel, für Berufskleidung und so weiter. Das ist alles Quatsch. Man stellt die Rentner in eine Ecke: „Die brauchen einfach nicht mehr so viel, die sind nicht mehr so aktiv und unternehmen nicht mehr so viel.“ Diese Annahme ist falsch, denn gerade Rentner haben jetzt wesentlich mehr Freizeit, könnten öfter verreisen und etwas unternehmen wie Theater, Oper oder Kino. Stattdessen heißt es, den Gürtel enger zu schnallen. Pensionäre stürzen im Ruhestand ab. Wer dagegen nichts unternimmt, guckt in die Röhre.

Und was ist mit denen, die krank, behindert und nicht mehr arbeitsfähig sind? Die können keine Nebenjobs annehmen und ihre karge Rente aufbessern, damit sie halbwegs über die Runden kommen. Das sind die Abgehängten der Gesellschaft, die in Altersarmut abgleiten und beim Staat betteln müssen, in den Suppenküchen anstehen oder bei der Tafel auf alte Lebensmittel hoffen.

Und doch bietet sich auch für solche Menschen mit Handicap noch eine Chance, auf die wir später kommen – nur so viel sei jetzt schon gesagt: Man kann sich auch noch im Alter selbständig machen und mit seinem Kopf arbeiten, der ja noch funktioniert (bevor er untrainiert ganz einrostet oder man unter Demenz leidet).

Das Internet bietet gerade für eine Selbständigkeit heutzutage leichte Chancen, die auch nicht teuer sind. Überschaubare Investitionen – beispielsweise einen Laptop und Internetanschluss – machen es möglich, im World Wide Web so viel dazu zu verdienen, dass man weder in Altersarmut abgleitet, noch ein karges, bescheidenes Leben führen muss.

Das Alter hat auch etwas mit Würde zu tun. So manche Rentnerin, die nicht mehr über die Runden kommt, traut sich nicht mal zum Sozialamt, weil sie sich schämt, betteln zu gehen. Eher schnallt man den Gürtel noch enger und verzichtet auf notwendige Gesundheitsvorsorge. Deshalb sterben arme ältere Menschen auch nachweislich früher, zumal dann, wenn sie sich nichts mehr zutrauen und innerlich versauern. Auch hier kann man nur sagen: Arsch und Kopf hoch, das Heft selbst in die Hand nehmen und aktiv dagegen etwas unternehmen, als vor dem Fernseher auf sein unrühmliches Ende zu warten. Behalten Sie Ihren Selbstwert und packen Sie selbstbewusst Ihren Lebensabend an. Dann haben Sie auch mehr Lebensqualität und weniger Schmerzen im Alter. Hören Sie sich nicht die endlosen Stories Ihrer Alterskollegen über Krankheiten, Wehwehchen, Zipperleins und



Arztbesuche an – das beliebteste Thema unter Seniorinnen und Senioren.

## Online-Jobs übers Internet

Apropos Internet und Selbständigkeit und Hinzuverdienst: Haben Sie schon mal daran gedacht, auch als älterer Mensch im Internet digitale Produkte zu verkaufen?

Etwa eBooks, Fotos, Videos oder EMailkurse. Legen Sie sich doch einen eigenen Onlineshop zu. Es gibt Anbieter, die Ihnen für kleines Geld so einen Shop oder eine Verkaufsseite basteln (und auch kostenlose Offerten) – völlig automatisiert mit Bestell-, Auslieferungs- und Bezahlsystem. Das läuft per Autopilot. Ihre Kunden bestellen, Ihr Shop registriert das. Ihr Geld kommt rein und das System liefert die Bücher, Fotos oder Filme aus.

Man nennt das auch „Geld verdienen im Schlaf“, denn während Sie schlafen, schafft der Shop das Geld auf Ihr Konto. Ihre Auszüge werden zur beliebtesten Lektüre – passives Einkommen heißt das auch.

Sie können elektronische Bücher selbst schreiben. Am besten sind Ratgeber, die Sie auch als solche verkaufen und bewerben, denn wer sucht schon nach normalen eBooks?

Den Leuten soll geholfen werden. Die haben ein Problem und sind meistens so ungeduldig, dass es in Stunden gelöst werden muss. Da kommen Sie jetzt ins Spiel. Ihr Buch bietet komprimiert und konzentriert auf den Punkt die Lösung – innerhalb von zwei/drei Stunden weiß der Käufer, was er tun muss, um seine Kopf- und Rückenschmerzen loszuwerden, mit Hund im Flugzeug zu verreisen oder als über Fünfzigjähriger noch eine neue Freundin zu finden.

Es gibt tausende von Problemen, die nach Lösungen schreien. Sie brauchen aber nicht einmal selbst langatmig eBooks zu schreiben. Versteifen Sie sich doch einfach aufs clevere Verkaufen und machen so

viel mehr Geld im Internet, als Sie an Zeit für das Verfassen eines Buches aufwenden.

Es gibt sogar im Internet Verkäufer, die Ihnen gleich eine ganze Flatrate von unterschiedlichen Problemlösern für billiges Geld anbieten – dazu noch mit der verbrieften Zusage, auf Lebenszeit kostenlos ein neues Buch pro Monat oben drauf zu legen und pünktlich auszuliefern. Sie kriegen also monatlich umsonst einen weiteren Verkaufsschlager dazu, den Sie extra zu Geld machen können.

Denn der Anbieter liefert Ihnen gleich auch noch einen Werbetext sowie zwei unterschiedliche Cover dazu samt Lizenz und sogar in zwei Text-Formaten. Sie können die gekauften Bücher sogar individualisieren, mit eigenem Autorennamen versehen und Texte verändern. So einfach geht das heutzutage.

Ähnlich geht das mit anderen digitalen Produkten, die allesamt den Vorteil haben, dass sie nur einmal produziert werden müssen und beliebig viele Kopien davon per Email verkauft werden können – ohne Lager- und Auslieferungskosten. Und das Geld kommt garantiert auf Ihr Konto – auch ohne lästige Reklamationen nörgelnder Kunden. Alles absolut easy und bombensicher.

Wenn Sie besondere Fähigkeiten haben wie Marketing beispielsweise, dann bieten Sie doch Emailkurse an und bauen Sie so geschickt auf, dass Ihnen Ihre Kunden die aus den Händen reißen.

Natürlich können Sie auch Sprachkurse über Emails verkaufen, Back- oder Handarbeits-Lektionen anbieten.

Denken Sie mal nach, was Sie alles von Ihrem Wissen zu Geld machen können.

Oder Sie drehen pfiffige Videos, nehmen Tutorials auf und bringen den interessierten Leuten beispielsweise bei, wie man ein exquisites Fünf-Gänge-Menü kocht. Stellen Sie das weltweit auf YouTube ein.

Sie können auch einen erstklassigen Blog schreiben, der über Ihre Reisen in ferne Länder berichtet. Bekommen Sie dann so viele Seitenbesucher, dass Werbetreibende wie Facebook, Google oder Twitter auf Sie aufmerksam werden, dann sind Sie fein raus und bekommen Anzeigengeld auf Ihr Konto.

So mancher ist mit einem kreativen Video auf YouTube schon reich geworden. Millionen Klicks führen dazu, dass die Firmen ihre Augenbrauen hochziehen und staunen. Sie hängen sich mit Anzeigen wie Trittbrettfahrer an eine erfolgreiche Kampagne gerne an.

Wenn Sie sowieso ein kreativer Kopf sind, dann lassen Sie sich doch etwas einfallen und zaubern einen Film hin wie der Koreaner mit Gangnam-Style, der heute Millionär ist – ein einfach nur verrückter Tanz, den er auch vor dem amerikanischen Präsidenten vorführen durfte.

Versuchen Sie, ein virales Video, Foto oder Text zu veröffentlichen, dass sich wie ein Virus durch Weitergabe der User verbreitet. Man redet darüber und trägt es so wie den Bazillus von Mensch zu Mensch – millionenfach. Man spricht hier von viralem Marketing, das Firmen gerne zu Werbezwecken einsetzen.

Wenn Sie ein cleverer Werbetexter sind, dann schreiben Sie echte Killer-Texte. Die sind so angelegt, dass Sie regelrecht Sehnsüchte nach Ihren Produkten entwickeln. Killer-Marketing ist etwas, was absolut verkaufsfördernd ist. Solche Texte, wenn Sie es beherrschen, machen Sie echt reich. Denn nicht jeder kann das, ist aber darauf angewiesen, wenn er seine Sachen erfolgreich verkaufen will. Killertexte haben einen psychologischen Background. Man nutzt die Bedürfnisse und

Erwartungen von potenziellen Käufern aus. Dafür braucht man viel Empathie. Sie müssen sich quasi ins Hirn Ihrer Kunden einschleichen. Wie denken die, was erwarten sie? Gehen Sie weniger von sich selbst aus, als vielmehr von Ihren Kunden. Sie müssen ganz Käufer werden – würden Sie Ihre eigenen Produkte kaufen? Also beschreiben Sie sie so, dass Fremde sie haben wollen und dringend brauchen. Versetzen Sie sich in die Lage von Menschen, die Ihre Problemlöser beispielsweise sehr nötig haben und quasi schon danach schreien, sie Ihnen aus den Händen reißen. Dann sind Sie der geborene Killer.

Denken Sie mal über wirklich kreative Jobs nach. Was halten Sie beispielsweise davon, entweder im Callcenter angestellt oder von zu Hause aus per Honorarvertrag mit ihrem Telefon technische Kundenanfragen zu beantworten? Das ist so genial. Sie kennen sich mit bestimmten Geräten wie W-Lan-Rootern aus und haben eine Liste möglicher Fehlerquellen vor sich liegen und navigieren die Anrufer durch ihr Problem. Dafür werden Sie gut bezahlt. Callcenter bedienen nahezu alles, Bestellungen bearbeiten, Reklamationen entgegen nehmen, Liefertermine vereinbaren, Arzttermine buchen, Webseiten analysieren, Softwareprobleme beheben oder technische Installationen von Computern und Laptops besorgen. Für alles zahlen Firmen, die sich damit lästige Kunden vom Hals halten. Machen Sie Ihr Telefon und Ihre Stimme, verbunden mit Ihren Kenntnissen, zu viel Geld.

Menschen sind voller Probleme und haben Sorgen. Warum bekommen Sie beim Psychologen erst in einem halben Jahr frühestens einen Termin? Bauen Sie doch einfach eine Lebens-Beratung auf. Manchmal suchen Leute einfach nur einen guten Zuhörer und bezahlen dafür auch noch gerne. So ein Service spricht sich schnell herum. Oder bauen Sie eine Internet-Beratungsseite. Sie können auch im lokalen Anzeigenblatt inserieren. Einfacher und preiswerter ist jedoch eine Online-Beratung. Sie als lebenserfahrener Mensch mit zig durchgemachten Höhen und

Tiefen sind doch der ideale Ratgeber. Sie haben Krisen erfolgreich überstanden und können anderen ein Lied davon singen. Was glauben Sie eigentlich, wie wertvoll gelebte und erlebte Erfahrung auch im Beruf ist? Es gibt so viele Unternehmen, die gerade Ihre Lebenserfahrung brauchen und händeringend danach suchen, um betriebsinterne Klippen zu überwinden. Auch berufliche Spezialkenntnisse können helfen, Produktionen in Gang zu halten und Maschinen besser auszulasten.

Als ehemaliger Personalchef können Sie für eine Firma die Personalauswahl steuern und Bewerber unter die Lupe nehmen. Bieten Sie sich als externes Assessment-Center auf Rechnung an.

Oder als früherer Buchhalter erledigen Sie Auftragsarbeit in der Buchführung eines mittelständischen Handwerksbetriebes wie Bäckerei oder Sanitärfirma.

Oder als Ex-Lehrer geben Sie gute Nachhilfestunden für gutes Geld, und das können Sie sich sogar frei einteilen – mehr oder weniger.

Sie beraten als pensionierter Ingenieur Firmen bei der Anlagenplanung oder Verkehrslenkung.

Sie waren Bäcker- und Konditormeister? Dann entwickeln Sie neue kreative Ideen für Torten und Brotmischungen. Menschen lieben die Abwechslung, auch in der Optik.

Als Metzger schlechten Sie Schweine auf Honorar und verwursten sie zu tollen Spezialitäten. Sie können auch auf dem Bauernhof nebenberuflich Rinder zerlegen und für den Privatbedarf des Landwirts tätig werden. Der braucht ja nicht das ganze Jahr über einen festangestellten Profi.

Als ehemaliger Jurist beraten Sie Unternehmen oder Privatpersonen, Vereine und Institutionen.

Waren Sie mal Übersetzer und Dolmetscher? Entweder begleiten Sie zu Hause Firmenbesucher aus Übersee oder politische Delegationen in ferne Länder. Man ist dankbar für Ihre Honorarrechnung, die billiger ausfällt als eine Festanstellung mit sozialem Bauchladen.

Selbst als ausgedienter Postbote können Sie sich noch nützlich machen und für die aus dem Boden sprießenden privaten Zustelldienste oder Paketauslieferer Ihre ehemaligen Kenntnisse einsetzen.

Waren Sie mal Polizist? Dann bewerben Sie sich doch bei Sicherheitsfirmen und bewachen Objekte oder bieten Sie Personenschutz für Prominente oder sonst wie gefährdete Personen an.

Als Telefonistin waren Sie wirklich clever im Umgang mit allen möglichen Kunden am Telefon. Sie haben eine angenehme, überzeugende Telefonstimme und wissen, wie man Leute zufrieden stellt und ihnen helfen kann. Also übernehmen Sie Auftragsarbeit – auch von zu Hause aus. Sie brauchen nur einen Telefonanschluss, den Ihnen der Auftraggeber auch noch bezahlt.

Haben Sie mal als Sekretärin oder gar als Fremdsprachen-Sekretärin gearbeitet? Dann können Sie nebenbei Aufträge erledigen, beispielsweise Korrespondenzen abwickeln oder vom Diktiergerät Texte verfassen, Dokumente erstellen, Frachtbriefe ausfüllen und Speditionspapiere komplettieren. Richten Sie ein Home-Office ein und bedienen gleich mehrere Kunden.

Wenn Sie als Arzthelferin Erfahrungen gesammelt haben, dann brauchen praktizierende Ärzte sowohl in der Privatpraxis wie im Hospital Ihre Dienste stundenweise, wenn Not am Mann ist, beispielsweise zu Urlaubszeiten oder bei Schwangerschafts-Vertretungen. Arbeitgeber lieben Personal auf Zeit, denn sie überbrücken damit Engpässe, ohne sich fest auf Dauer zu binden.

Auch als Ex-Krankenschwester können Sie locker noch Jobs übernehmen, etwa an Wochenenden oder im Nachtdienst. Fragen Sie doch einfach mal in Ihrer Nähe nach. Da ergibt sich bestimmt etwas.

Wenn Sie erfolgreich als Hebamme gearbeitet haben, dann sollten Sie auf den Geburtshilfe-Stationen in den Krankenhäusern um Sie herum mal vorstellig werden. Die haben nämlich oft gar keine professionellen Hebammen und Gynäkologen stehen auch nicht immer Tag und Nacht zur Verfügung. Springen Sie doch für gutes Geld einfach ein und schließen die Lücken.

Als Erzieher im Kindergarten machen Sie einen privaten Hort mit Betreuung der Kleinen auf oder bieten sich als Tagesmutter an. Der Service wird gerne von Müttern genutzt, die mal zwischendurch Tennis spielen möchten oder sich im Beauty-Studio auffrischen wollen.

Haben Sie mal Autos verkauft? Warum machen Sie das nicht in Ihrer Freizeit wieder für den Gebrauchtwagen-Händler um die Ecke? Der will auch mal Freizeit haben und das Geschäft läuft gerade nicht so gut, um jemanden fest einstellen zu können. Wenn Sie ganz clever sind, handeln Sie eine Anwesenheits-Prämie aus und eine fette Provision für jeden verkauften Schlitten.

Basteln Sie doch einfach mal an guten Online-Shops. Jede Firma braucht heutzutage auch die Möglichkeit, neben dem klassischen Offline-Geschäft auch im Internet Waren zu verkaufen. Denn sonst sind sie schnell weg von der Verkaufsbühne. Fragen Sie mal Ihren Sanitär-Fritzen in der Nähe, den Bäcker oder Metzger, Schuhverkäufer oder das Reisebüro. Sie haben es relativ einfach, denn mit einer Recherche im Internet finden Sie schnell heraus, wer in Ihrer nahen Geschäftswelt immer noch offline ist und die Zeichen der Zeit noch nicht erkannt hat. Hier springen Sie in die Bresche und bieten einen voll automatisierten Shop mit Bestell-/Bezahlsystem und Auslieferung an.



Ihre Investitionen sind gering und eigentlich von jedermann zu stemmen. Sie müssen also nichts von Ihrem schwer Erspartem unsicher abzwacken. Wo bleibt da das Risiko? Eigentlich doch nur bei Ihrem eigenen Willen, Ihrer Konsequenz und Disziplin, eben nicht in Altersarmut zu verfallen und etwas mehr aus Ihrem Leben zu machen. Schaffen Sie sich mit dieser Art von Selbständigkeit auch die Unabhängigkeit von lästigen Chefs, starren Arbeitszeiten und Arbeitswegen. Zu Hause in Ihrer gewohnten Umgebung arbeiten sie doch am liebsten und produktivsten. Sie machen Pause und trinken Kaffee, wann Sie es wollen, oder Sie powern durch, weil Sie sich in einem so festgefressen haben.

Jeder sollte das tun, was er am besten beherrscht. „Tu, was du kannst, aber tu es ganz!“ – lautet schon ein altes Sprichwort. Und da ist etwas dran. Der eine kann besser Marketing und verkauft daher clever die Produkte anderer. Oder Sie sind im Schreiben fit. Dann produzieren Sie doch schnell ein eBook nach dem anderen und lassen es von Internet-Marketern verkaufen, die Ihnen dafür gerne gute Honorare bezahlen. Oder Sie haben es in Pädagogik gut drauf. Basteln Sie an einem Email-Kurs in Sprachen, Marketing oder Web-Design. Verkaufen Sie diese Unterrichtsstunden Stück für Stück, nie im Paket, damit Ihre Kunden bei der Stange bleiben und kontinuierlich zahlen. Oder suchen Sie sich Plattformen, die Ihre guten Fotos zu Geld machen. Unter Umständen haben Sie das Foto des Jahres im Kasten. Vielleicht sind Sie auch ein kreativer Filmer. Wer gute Ideen hat, schafft virale Videos, die sich bestenfalls wie ein Virus vom Hörensagen verbreiten und bei viel Glück millionenfach durchs Web um die Welt gehen.

Was damit gesagt werden soll: Machen Sie Ihre Ideen zu Geld, damit Sie im Alter davon gut leben können. Sie müssen nicht den Staat anpumpen und auf Stütze gehen. Denken Sie einfach mal intensiv darüber nach, was Sie alles auf dem Kasten haben. Wir lassen doch

unsere Talente einfach nur schlummern und verkommen. Besinnen Sie sich auf Ihre erworbenen Fähigkeiten und Erfahrungen. Wir helfen Ihnen hier auf die Sprünge.

Haben Sie schlimme Krankheiten erfolgreich durchlebt? Dann berichten Sie darüber. Andere, die mittendrin stecken in solchen Blessuren, sind Ihnen dankbar dafür zu erfahren, wie man das durchsteht. Oder haben Sie ferne Länder bereist und kennen andere Kulturen? Schreiben Sie darüber und zeigen auf, was Menschen bevorstehen kann und worauf Sie besonders achten müssen. Sind Sie vielleicht in ein fremdes Land ausgewandert und haben sich ein ganz neues Leben aufgebaut? Mensch, das sind so viele Erfahrungen, nützliche Tipps und Hilfestellungen, die anderen aufzeigen, wo man grobe Fehler vermeiden kann. Alle diese Leute zahlen gerne für gute Ratgeber-Bücher. Sie haben Lebenskrisen bewältigt, waren mal in jungen Jahren ungewollt schwanger, haben Kinder großgezogen und kennen alle ihre Macken.

Sie möchten auch mit sechzig noch eine Traumfrau ergattern, wollen sich als Seniorin noch attraktiv machen – alles geht. Entdecken Sie Ihr Talent doch erst einmal. Manche Leute wissen gar nicht, was sie wirklich gut können. Außenstehende sagen es einem – Mensch du kannst aber gut präsentieren. Oder andere haben einen einnehmenden sympathischen Gesichtsausdruck und ein total offenes Wesen, mit dem sie spontan ganze Hallen füllen und die Aufmerksamkeit auf sich richten. Damit erobern sie Massen. Das alles kann man zu Geld für einen angenehmen Lebensabend machen. Bieten Sie sich im Internet als Talkmaster und Moderator oder Propagandist für Stadtfeste, Shows oder Wettbewerbe und Verkaufsveranstaltungen an. Handeln Sie ein sattes Honorar aus, denn letztlich machen Sie doch den Umsatz und sorgen für ein zufriedenes Publikum, das gerne wiederkommt, wenn Sie wieder auf der Bühne stehen. Jeder Organisator sollte Sie in seinem Notizbuch haben.

Ein ganz wichtiges Thema im Alter ist die Beweglichkeit. Dazu fängt man mit Entspannung an und hört mit Dehnübungen auf. Vielleicht verstehen Sie etwas von Physiotherapie und Sport. Basteln Sie an anschaulichen Übungen und bieten älteren Menschen einfach mehr Lebensqualität an, indem sie ihnen versprechen, ihren Körper schmerzfrei zu halten. Krankengymnastik sorgt dafür, dass man Rückenschmerzen ebenso loswird und gelenkige Knie behält oder Schultern sowie Nacken schmerzfrei bewegen kann.

Viele Ärzte verschreiben das nicht mehr auf Krankenschein. Was meinen Sie, wie man Ihnen diese Tipps aus den Händen reißt? Bauen Sie anschauliche Kurse auf, verschicken Sie die als Newsletter oder Emails. Lassen Sie sich das bezahlen. Sie können auch einen anschaulichen Blog schreiben. Haben Sie zahlreiche Leser, werden Werbetreibende wie Google, Facebook oder YouTube auf Sie aufmerksam. Dafür, dass Sie Ihren Link oder Button austauschen, zahlen Sie Ihnen Provisionen. Denn solche Firmen hängen sich gern als Trittbrettfahrer an, wenn andere erfolgreich sind. Also sorgen Sie mit Ihrem Talent für durchschlagenden Erfolg.

Sie können sich auch im Internet speziellen Verdienstprogrammen zuwenden wie etwa Emails zu lesen. Es gibt Betreiber, die bezahlen dafür, dass Sie deren Emails öffnen und (hoffentlich) lesen, denn erst nach zehn Sekunden Öffnungszeit registriert die Maschine, dass Sie ausreichend lange da waren, um den Inhalt zu lesen. Aber diese Methode macht Sie sicher nicht reich und wird auch manchmal nur in Form eines Punktesystems honoriert, die sie dann wiederum gegen bestimmte Waren eintauschen können. Selbst wenn Sie Ihre Rente hier nicht finanziell aufbessern können, dann sparen Sie doch an anderer Stelle – etwa bei Kosmetika oder Genussmitteln.

Ferner könnten Sie an Umfragen teilnehmen. Manche Unternehmen wollen einfach alles wissen – Ihr Kaufverhalten, Vorlieben für

bestimmte Marken, ob Sie Hundehalter sind oder verreisen und bestimmte Versicherungen bräuchten. Natürlich steckt dahinter, dass man Sie dann mit Dauer-Werbemails weichklopfen will, bis Sie nun endlich einen Kauf tätigen. Auch hier wird oft mit Punkten gearbeitet. Manchmal erfolgt auch eine Auszahlung auf Ihr Konto, wenn Sie einen bestimmten Punktwert erreicht haben.

Online-Casinos locken Sie häufig mit einem Bonus-Guthaben, das natürlich schnell verbraucht ist. Man macht Sie heiß, quasi spielsüchtig, bis Sie von Ihrem Konto den Casino-Account auffüllen. Wie im wirklichen Leben auch gewinnt eigentlich immer die Bank oder das Casino. Bis Sie im Lotto mal den Millionengewinn gezogen haben, vergehen Dekaden, bis nichts passiert. Selbstverständlich können Sie im Online-Casino auch mal den großen Gewinn landen. Dann hören Sie aber bitte sofort und gieren nicht nach noch mehr.

Auch als Testperson kriegen Sie im Internet Offerten. Produkt- und Warentester bekommen zwar häufig die Sachen offline zum Probieren und Bewerten nach Hause geschickt. Aber es gibt auch die Möglichkeit, bestimmte Produkte allein schon von der Aufmachung her zu bewerten. Da geht es dann um Design-Fragen – was würden Sie eher kaufen?

Es boomt das Geschäft mit Partnervermittlungen. Warum besorgen Sie nicht einsamen Singles einen neuen Begleiter – online natürlich? Bauen Sie Ihre Kartei mit attraktiven Damen und Herren auf, dann gehen Sie online und werben im Internet. Basteln Sie an einem Geschäftsmodell mit langfristigen Mitgliedschaften, die Ihnen monatliche fortwährende Einnahmen beschieren. Es gibt so viele einsame Menschen, die neue Lebenspartner suchen, aber sich nicht trauen. Sie sind gehemmt und kontaktscheu, wissen nicht, wie sie sich darstellen sollen. Sie schreiben ihr Profil und drehen vielleicht noch einen eindrucksvollen Film, in dem sich die Partnersuchenden trefflich präsentieren. Sie vermitteln quasi als cleverer Treuhänder Kontakte und schmieden neue Beziehungen.

Was meinen Sie, was sich die einsamen Herzen das kosten lassen? So bessern Sie Ihre karge Rente auf und müssen nicht mehr in die Röhre gucken. Helfen Sie anderen und die retten Sie aus Ihrer drohenden Altersarmut.

So viele Menschen wissen wirklich nicht mehr wohin mit ihrem Geld. Zinsen gibt es schon lange nicht mehr. Im Gegenteil, Sie müssen sogar noch dafür bezahlen, dass Kreditinstitute Ihr Ersparnis aufbewahren. Bieten Sie doch online Ihre Kenntnisse als Finanzberater an. Denn niemand weiß so recht, ob er in Gold oder Aktien investieren soll. Ob sich eine Immobilie heute noch lohnt und Lebensversicherungen noch sinnvoll sind – wer ahnt das schon? Sie sind aber Experte und können sichere Tipps geben, die Sie vielleicht in einem Newsletter regelmäßig herausgeben und verkaufen.

Sie können online auch Schreibarbeiten anbieten. So viele Sekretariate, Anwaltskanzleien oder Arztpraxen diktieren Ihnen gerne ihren Text, den Sie per Email erhalten und dann abtippen sowie formatieren und dann an die Auftraggeber wieder zurückschicken. Schreiben Sie eine Honorarrechnung, zählen Sie die Stunden oder Seiten und machen so ein einträgliches Geschäft für den sorglosen Ruhestand.

Natürlich können Sie auch online übersetzen. Sie sind besonders fit in bestimmten Sprachen, möglichst nicht in den gängigen, sondern in Exoten wie Spanisch, Japanisch oder Russisch. Man schickt Ihnen Korrespondenzen oder Fach-Diktate zu, Verträge oder Arztberichte. Wenn Sie dann noch Fachbegriffe treffsicher übersetzen können und nicht erst lange in Wörterbüchern nachschlagen müssen, sind Sie fix und verdienen umso mehr für den geruhsamen Lebensabend.

Vielleicht sind Sie auch ein Medienprofi und haben kreative Design-Ideen für Webseiten. Was meinen Sie, wie viele User einen hervorragenden Internetauftritt suchen und das wird sehr gut bezahlt.

Denn gute Ideen sind verkaufsfördernd. Wenn Ihr Kunde damit bessern Umsatz macht, zahlt er auch dafür gut.

Kennen Sie sich in Programmiersprachen aus? Dann aber ran! Bieten Sie im Internet die Programmierung von neuen Webseiten an oder bewerben Sie sich blind bei lange etablierten Seiten und schlagen denen einen Relaunch vor. Ab und zu verdient eine Seite auch mal eine Auffrischung, denn sonst sackt sie irgendwann ab und hat null Wert.

Optimieren Sie doch Texte für Suchmaschinen (SEO=Search Engine Optimization). Viele Seitenbetreiber haben gute Produkte, aber eine schlechte Page. Sie erscheinen bei Suchanfragen ganz weit hinten in den Maschinen. Ab Seite drei der Ergebnisse liest doch kein Mensch mehr weiter. Sie sind wirklich clever, denn Sie prüfen einfach mal verschiedene Seite auf ihr Ranking. Dann schreiben Sie die Betreiber etwa so an: „Wussten Sie eigentlich, dass Sie in den Suchmaschinen ganz weit hinten stehen? Wissen Sie, was das für Ihr Geschäft bedeutet? Ich kann Ihnen helfen und Ihre Seite für Suchmaschinen optimieren. Das bringt Ihnen wesentlich mehr Traffic und auch bessere Umsätze.“ Weil das Ergebnis Geld in die Kassen des Seitenbetreibers spült, profitieren auch Sie davon, denn SEO wird wirklich gut bezahlt, zumal wenn Sie als Freelancer nicht den riesigen Bauchladen an Sozialleistungen mitberechnen, sondern „nur“ ein Erfolgshonorar bekommen. Sie können sogar so frei sein, und ein billiges Grundhonorar einfordern – bei Erfolg eine fette Zusatzprovision. Das ist doch mal eine echte Win-Win-Situation, die jeder gerne eingeht. Jeder hat irgendwie seinen Mehrwert, das ist fair und wer sagt da schon Nein?

Merken Sie jetzt, welche Möglichkeiten Sie haben, im Internet Ihre Rente aufzubessern und eben nicht in Altersarmut zu verfallen? Das Web ist heute die Goldgrube, da finden Sie immer noch Pioniere in Goldgräber-Stimmung. Auch Sie können noch auf den Zug springen.

Denken Sie nur mal darüber nach, wie Sie Ihre eigene Lebensqualität damit aufbessern und sich einen angenehmen langen Lebensabend machen.

Es ist doch nichts schlimmer, als im Alter aufs Abstellgleis geschoben zu werden und keine Aufgaben mehr zu haben, nicht mehr gebraucht zu werden wie ein leerer Joghurtbecher, den man allenfalls noch als Wertstoff in den gelben Sack packt.

Deshalb sichern Sie sich Beschäftigung bis ins hohe Alter, und wenn es nur soziale Aufgaben sind. So viele Menschen werden für ehrenamtliche Jobs gesucht, ob als Vorlese-Mutti im Kindergarten oder als grüne Frauen/Männer im Krankenhaus zur Betreuung bettlägeriger Patienten. Hausaufgabenhilfe und Senioren-Betreuung, Sträflings-Besuche oder Todes-Begleitung im Hospiz, Mannschaftshelfer im Jugendsport, Schiedsrichter oder Schiedsmann, Schöffe oder Kirchenhelfer – die Palette sozialer Aufgaben ist unendlich. Unsere immer älter werdende Gesellschaft würde doch ohne freiwillige Helfer zusammenbrechen. Sie sind das Salz in der Suppe, das unser Gemeinwesen doch so würzt.

Sie lachen doch über Ihre Nachbarn, die griesgrämig mit herunterhängenden Wangen durch die Gegend schlürfen. Solche Leute versauern, werden depressiv, ziehen sich am Ende ganz zurück und sterben eben früher. Eine schlechte Psyche drückt aufs Lebensalter. Dann kommt meistens noch hinzu, dass man sich mit Drogen wie Alkohol, Tabletten und Zigaretten betäubt – und noch mehr kaputt macht. Am Ende steht die soziale Vereinsamung, weil alle Netzwerke und Kontakte zusammenbrechen.

Die Diskussionen um ein so genanntes bedingungsloses Grundeinkommen sind völliger Quatsch. Es ist eine Erfindung von Politikern für Menschen, die sowieso nie in ihrem Leben was gebacken bekommen. Sie wollen am Rande der Gesellschaft Stimmen fischen.

Aber ob die jemals überhaupt zur Wahl gehen, ist auch noch eine Frage. Denn wer schon seinen Hintern nicht bewegen kann, um selbst aus der Altersarmut zu kommen, wird wohl kaum Interesse daran haben, einen Stimmzettel anzukreuzen. Garantiertes Grundeinkommen ist schädlich, denn es fördert doch nur die Bequemlichkeit und sich nicht abrackern zu müssen. Wer darauf schießt, gibt sich doch gleich selbst auf.

Vielleicht aber haben Sie einzigartige Fähigkeiten, die nicht so oft vorhanden sind. Sie können schreineren oder Autos reparieren, Ölwechsel vornehmen oder sind Elektriker, Dachdecker oder beherrschen Fremdsprachen. Machen Sie Ihr Talent zu Geld.

Schauen Sie nur mal in Ihr Anzeigenblatt, was da wöchentlich so an Nebenjobs über die Ladentheke geht.

Solche geringfügigen Beschäftigungen haben den Vorteil, dass Ihre Firma die Pauschalbesteuerung von zehn Prozent übernimmt, Sie keine Abgaben leisten müssen und sich das auch noch mit ein paar Cent monatlich auf Ihrem Rentenkonto bemerkbar macht. Und versichert sind Sie auch. Wenn Sie es schaffen, dann machen Sie gleich mehrere Jobs auf einmal, Sie haben doch jetzt Zeit und die Leute zu Hause wollen Sie ja auch plötzlich nicht 24 Stunden lang um sich haben.

## **Schlusswort**

Sie wissen nun ganz genau, wie es geht. Aber laufen müssen Sie nun schon selbst. Stehen Sie endlich auf und unternehmen Sie etwas. Jammern Sie nicht herum. Das Geld liegt doch auf der Straße. Bücken



Sie sich und heben es auf. Versauern Sie nicht hinter der Glotze. Bereichern Sie Ihr Leben durch eine sinnvolle Beschäftigung.

Die Lebenserwartung steigt dank immer modernerer Medizin. Menschen werden zunehmend älter, aber wir schicken Sie künftig mit 67 in Rente. Die Zeiten haben sich geändert. Wenn Menschen mit 75 noch Staatspräsidenten sind, na dann zeigen Sie doch wie es geht. Ob Papst mit über 80 oder als US-Präsident die Hand am Atomknopf mit über 70, alles geht. Warum also sollten ausgerechnet Sie mit 60 oder 65 in Pension gehen?

Die Klage über Altersarmut ist in den meisten Fällen völlig am Thema vorbei. Auch körperlich nicht so fitte Menschen können sogar geistig bequem weitermachen.

Sie müssen nicht arm im Alter sein und beim Staat betteln gehen oder sich in der Suppenküche anstellen und bei der Tafel um Lebensmittel betteln. Das ist doch nur die bequeme Variante des sich nicht plagen wollen. Ja, wer faul ist, jammert über sein geringes Auskommen im Alter. Solche Bequemen gibt es immer und überall.

Aber überlegen Sie doch mal, wie viel an Lebensqualität Ihnen da verloren geht. Und dann kommt garantiert das metabolische Syndrom. Wissen Sie, was das ist? Sie jammern und bleiben zu Hause auf dem Sofa sitzen, schalten die Flimmerkiste ein, trinken wohlmöglich Alkohol und bedienen sich an den fetten Chips. Sie werden dicker, die ersten Krankheiten wie Bluthochdruck, Diabetes und zu hohe Fettwerte stellen sich noch schneller ein. Ihre Kniegelenke machen nicht mehr mit, der Rücken schmerzt, Sie schlucken Tabletten und werden noch kranker. Ihr soziales Umfeld bricht zusammen und Sie jammern noch mehr. Das Geld reicht hinten und vorne nicht. Sie können sich keine Kinokarte und neue Klamotten mehr leisten u.s.w. So entsteht Altersarmut. Wollen

Sie das wirklich? Doch bestimmt nicht! Also nutzen Sie die Anregungen in diesem Ratgeber und tun Sie aktiv etwas dagegen!

**Viel Erfolg!**