

MARLENA FISCHER



DAS SURVIVAL- HANDBUCH FÜR RENTNER

riva

MARLENA FISCHER

**DAS
SURVIVAL-
HANDBUCH
FÜR RENTNER**

riva

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Für Fragen und Anregungen

info@rivaverlag.de

Wichtiger Hinweis

Ausschließlich zum Zweck der besseren Lesbarkeit wurde auf eine genderspezifische Schreibweise sowie eine Mehrfachbezeichnung verzichtet. Alle personenbezogenen Bezeichnungen sind somit geschlechtsneutral zu verstehen.

Originalausgabe

1. Auflage 2022

© 2022 by riva Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Redaktion: Sebastian Brück

Umschlaggestaltung: Isabella Dorsch

Umschlagabbildung: Shutterstock.com/Bahau, Igogosha

Satz: Carsten Klein, Torgau

Druck: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN Print 978-3-7423-1836-7

ISBN E-Book (PDF) 978-3-7453-1548-6

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-7453-1549-3



**Wir produzieren
nachhaltig**
www.m-vg.de

Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

www.rivaverlag.de

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter www.m-vg.de

INHALT

ENDLICH AM ZIEL!	5
WAS? ICH WILL DOCH WEITERARBEITEN!	8
WAS SOLL ICH DENN JETZT MIT ALL DER ZEIT ANFANGEN?	14
Das ehrenhafte Ehrenamt	17
Gartenfreuden	18
Es lebe das Handwerk.	19
Der beste Freund des Rentners	24
Ab in die Berge	25
Ein Haus auf Rollen	26
Eine Kreuzfahrt, die ist lustig	27
Lesen!	28
Ordnung muss sein	29
Das Buch Ihres Lebens	30
Glutze an!	31
Ein zweiter Frühling	32
Spitze(In)	33
Eine ruhige Kugel schieben	34
SO JUNG, WIE MAN SICH FÜHLT	36
WIE FUNKTIONIERT DAS NOCH MAL?	42

ESSEN WIE EIN SCHAF	49
WILL MAN NOCH AUF SICH ACHTEN?	56
FREUNDSCHAFTEN IN ZEITEN DER ALTERSDEMENZ ...	63
FAMILIENFREUDEN	68
Verwandschaft – Teil 1	68
Verwandschaft – Teil 2	71
Verwandschaft – Teil 3	78
HEY, BOSS, ICH BRAUCH MEHR GELD	87
ERBEN UND STERBEN	92
ENDLICH ALT GENUG	96

ENDLICH AM ZIEL!

Herzlichen Glückwunsch, Sie haben das Ziel erreicht. Geben Sie Ihre Schlüssel dem Wagenmeister, der ihn parken soll, wo er will, denn den brauchen Sie sowieso nicht mehr. Sie sind nämlich angekommen. Kein Sich-Abhetzen mehr auf den Aschenbahnen des Lebens, kein Planen, kein Wetteifern, kein Abhaken von To-do-Listen mehr. Mit dem Eintritt ins Rentenalter ab 67 plus/minus X haben Sie den Pflichtteil des Lebens erfolgreich hinter sich gebracht und dürfen nun mit der Kür beginnen.

Lassen Sie die Seele baumeln, gehen Sie den typischen Rentnerhobbys nach, schwärzen Sie Ihre Nachbarn bei der Polizei an, fahren Sie nach Sri Lanka zum Ayurveda oder brennen Sie heimlich Schnaps in der Garage – denn das haben Sie sich redlich verdient nach all den Kämpfen und Schlachten, die Sie in Ihrem Leben wieder und wieder geschlagen haben.

Vorbei sind die Zeiten als Jugendlicher, als Sie zwar um Welten fitter waren und es tatsächlich geschafft haben, vier Stufen auf einmal nehmend die Wohnungstreppe hinaufzustürmen, ohne sich einen Oberschenkelhalsbruch zuzuziehen – aber mit welchen Unsicherheiten hatten Sie doch damals tagtäglich zu kämpfen: Hat Anja Steffi möglicherweise lieber als mich? Werde ich vielleicht nie Bundesligastar? Wie schaffe ich es nur, von fünf Mark Taschengeld pro Woche diese endgeilen Lautsprecher-

boxen zu bezahlen? Werde ich jemals ein erfüllendes Sexualleben haben? Und traue ich mich mit diesen Schuhen überhaupt noch in die Schule?

Die darauffolgenden Jahre waren nicht wirklich besser. Zwar gab es in den Zwanzigern und Dreißigern endlich Sex – mal mehr, häufig weniger. Außerdem hatten Sie jetzt das Geld, sich die entsprechenden Boxen und die passenden Schuhe selbst zu kaufen, wenn Ihre Eltern so unvernünftig waren, das Geld nicht herauszurücken. Aber zu welchem Preis? Die Arbeitstretmühle hatte Sie fest im Griff, im besten Fall von *nine to five* – aber darf's auch ein bisschen mehr sein? Natürlich. Muss ja. Denn wer Geld verdient, der gibt mehr aus. Manchmal auch ein bisschen mehr, als man eigentlich hat. Kann man ja wieder reinarbeiten ...

Weiter ging es auf der Schnellspur bergab – hinein in die Unfreiheit. Sie haben Kinder? Herzlichen Glückwunsch! Das heißt nämlich Jahrzehnte schlechten Schlafs – weil die Kinder Sie mit ihrem Geschrei nie schlafen ließen; weil der Alkohol, den Sie abends zum Runterkommen in sich hineinschütteten, Sie wach hielt; weil die Kinder unterwegs waren und Sie besorgt auf ihre pünktliche Rückkehr warteten oder – die schlimmste Ursache der Schlaflosigkeit, weil sie noch immer fort dauert und nie ein Ende finden wird: weil die Kinder ausgezogen sind und Sie plötzlich in einem viel zu leisen Haus all das Geschrei und Getrappel und nächtliche Kühlschranks-Geklapper vermissen, schmerzlich vermissen. Nicht zu vergessen die verkackten Windeln, die Sie gewechselt, die verkackten Klos (wozu ist noch einmal eine Klobürste gut?), über die Sie geflucht haben. Und wie oft ist Ihnen wohl der Spruch »Das hier ist keine Imbissbude« über die Lippen gekommen? Ob Sie wohl genauso grau und faltig wären, wenn Sie keine Kinder gehabt hätten?

Ist es da nicht unglaublich beruhigend, zur Garage zu gehen und sicher zu wissen, dass erstens Ihr Auto auch wirklich da und es zweitens weder verkratzt noch aus irgendwelchen Gründen fahruntauglich ist?

Denn all das ist vorbei, vorbei, vorbei.

Die Kinder – aus dem Haus.

Die Schulden – abgezahlt, zumindest so gut wie.

Die Arbeitssorgen? – Winke-winke!

Hallo, Enten im Stadtpark!

Doch wie bitte? Eigentlich wollten Sie noch gar kein Rentner sein? Wie soll man denn bitte schön das verstehen?