

Armut und soziale Ungleichheit und Ernährung

Ursprung und historische Bedeutung des Wortes ‚Armut‘

Einsam und verlassen: Ursprünglich bedeutete das alt- und mittelhochdeutsche Wort *arm* nicht in erster Linie einen Mangel an Geld, sondern „einsam“, „verlassen“, „unglücklich“ oder „beklagenswert“.

<https://www.dwds.de/wb/Armut>

Bezug zum Erbe: Sprachforscher vermuten einen Zusammenhang mit dem Fehlen eines Erbes (wie bei Waisenkindern), die dadurch ohne familiären Halt und Schutz dastanden. Wenn die Mutter der Armut, wie das französische Sprichwort behauptet, die Demut ist, dann spiegelt dies einen fundamentalen gesellschaftlichen Wandel von gemeinsamen Lebens- und Arbeitsweisen im Übergang zu zunehmend abhängig bestimmter Arbeit.

<https://www.ossietzky.net/artikel/mut-demut-und-arm/>

Wandel zum materiellen Mangel: Im Laufe der Zeit verengte sich die Bedeutung des Wortes von der sozialen Isolation und Hilflosigkeit hin zum heutigen Verständnis des materiellen und wirtschaftlichen Mangels.

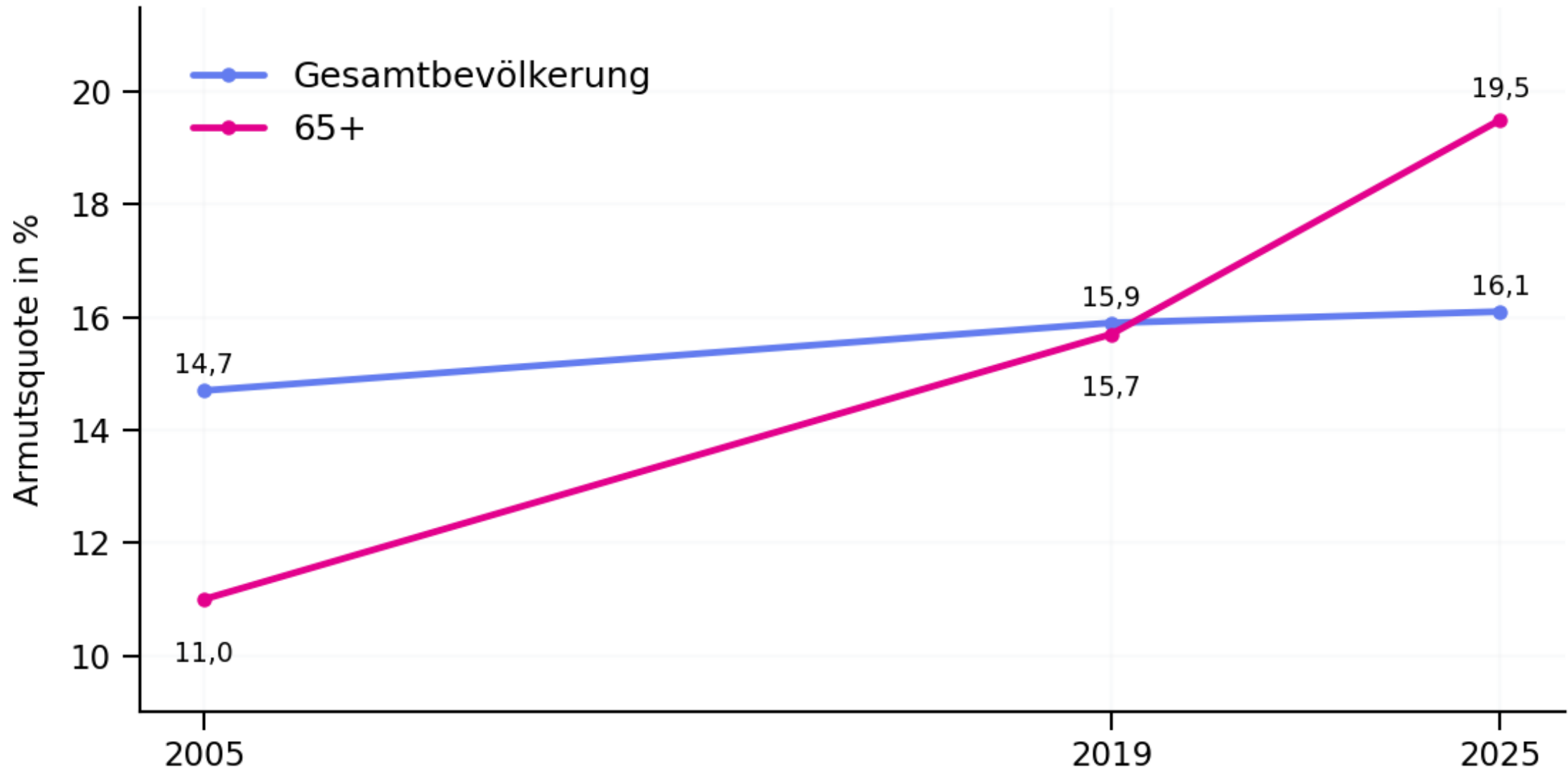
Armut in Deutschland 2024

In Deutschland geht es bei **Armutsgefährdung** in der Regel nicht um existenzielle Armut wie in Entwicklungsländern, sondern um eine relative Armut, die sich im **Verhältnis zum mittleren Einkommen der Gesamtbevölkerung** eines Landes ausdrückt.

Eine Person gilt nach der EU-Definition der Erhebung zu Einkommen und Lebensbedingungen EU-SILC als armutsgefährdet, wenn sie über **weniger als 60 % des mittleren Einkommens der Gesamtbevölkerung** verfügt (Schwellenwert der Armutsgefährdung). Relative Armut (≤ 50 % des Medians): soziokulturelles Existenzminimum OECD und WHO; Strenge relative / extreme Armut (≤ 40 % des Medians): Physisches Existenzminimum; absolute Armut (Weltbank 1,90 Dollar pro Tag)

Nach Endergebnissen von EU-SILC 2025 lag dieser Schwellenwert für eine alleinlebende Person in Deutschland bei 17.340 Euro netto im Jahr (**1.445 Euro im Monat**). Danach waren hierzulande **16,1 % der Bevölkerung von Armut bedroht**.

Langfristige Annäherung und Überholung: Altersarmut in Deutschland



Erhebliche materielle und soziale Deprivation und Entbehrung

Gesamtbevölkerung: 5,6 % der Menschen in Deutschland litten 2025 unter erheblichen Entbehrungen.

Ältere Menschen (ab 65 Jahren): Hier lag der Wert bei 3,7 %.

Hochaltrige (ab 75 Jahren): In dieser Gruppe waren es 2,4 %.

Statistisches Bundesamt (Destatis) 2026

Ein Mensch kann sich finanziell nicht leisten:

4. jeden zweiten Tag eine Mahlzeit mit Fleisch, Fisch oder gleichwertiger Protein-zufuhr zu essen.

11. regelmäßige Freizeitaktivitäten (auch wenn diese Geld kosten)

12. mindestens einmal im Monat mit Freunden/Familie für ein Getränk/eine Mahlzeit zusammenzukommen

Definition seit 2020: Materielle und soziale Entbehrung nach der EU-Definition für EU-SILC

	2021	2022	2023
Der Haushalt kann es sich finanziell nicht leisten, ...			
... Miete, Hypotheken, Rechnungen von Versorgungsbetrieben oder Konsum- /Verbraucherkrediten rechtzeitig zu bezahlen	5,6	5,9	8,4
... die Unterkunft angemessen warm zu halten	3,3	6,7	8,2
... jedes Jahr einen einwöchigen Urlaub an einem anderen Ort zu verbringen	19,9	22,2	22,8
... jeden zweiten Tag eine Mahlzeit mit Fleisch, Fisch oder gleichwertiger Proteinzufuhr zu essen	10,5	11,6	13,3
... unerwartet anfallende Ausgaben aus eigenen Mitteln zu bestreiten	32,3	33,9	35,0
... ein Auto zu besitzen (kein Firmen- /Dienstwagen)	6,2	6,5	6,8
... abgewohnte Möbel zu ersetzen	12,5	15,4	16,7

Verdeckte oder verschämte Altersarmut



Verdeckte Armut

Trotz des Rekords von 739.000 Beziehenden von Grundsicherung im Alter ist die Dunkelziffer ("Schamarmut") immens. Viele Berechtigte verzichten aus Stolz, Unwissenheit oder Angst vor Stigmatisierung auf Anträge.

Simulationsrechnungen auf Grundlage des Sozio-ökonomischen Panels kommen zu dem Ergebnis, dass rund **60 Prozent der Personen in Privathaushalten**, denen Leistungen der Grundsicherung im Alter zustünden, diese nicht in Anspruch nehmen (Buslei et al. 2019)

Hochgerechnet entspricht dies in etwa **625.000 Privathaushalten**. Unter den Personengruppen, die ihre Ansprüche besonders häufig nicht geltend machen, sind hochaltrige und verwitwete Personen, Personen ohne eigenen gesetzlichen Rentenanspruch und Personen mit eigenem Wohneigentum besonders stark vertreten (ebd.).

(aus: 9. Altersbericht 2025, S. 77)

Armutsquote in Brandenburg

Allgemeine Armutsquote: Nach dem Paritätischen Armutsbericht betrug die Armutsquote in Brandenburg zuletzt 14,7 % (ca. 376.000 Menschen), womit sie leicht unter dem Bundesdurchschnitt liegt.

Regionale Unterschiede: Das Armutsrisiko ist in den berlinfernen Regionen Brandenburgs deutlich höher als im direkten Umland der Hauptstadt (berlinnahe Regionen).

Wie ist die Lebenssituation in Brandenburg?

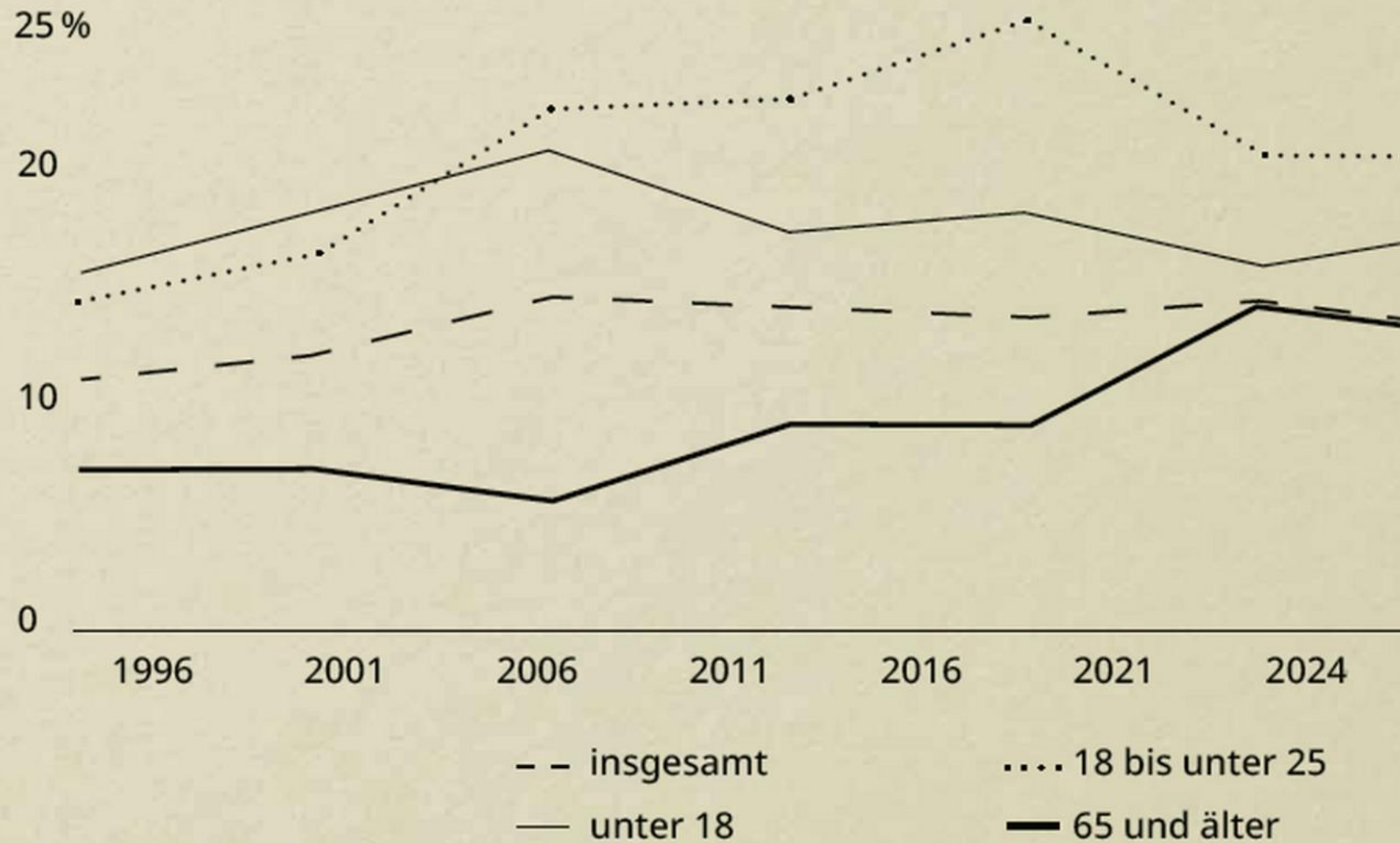
Anteil der Brandenburger:innen, die diesen Aussagen zu ihrem Alltag der letzten 12 Monate zustimmen (in %)



Basis: 1.125 Befragte (18-64 Jahre) in Brandenburg; Mehrfachantworten möglich; Jul 2023-Jun 2024
Quelle: Statista Consumer Insights

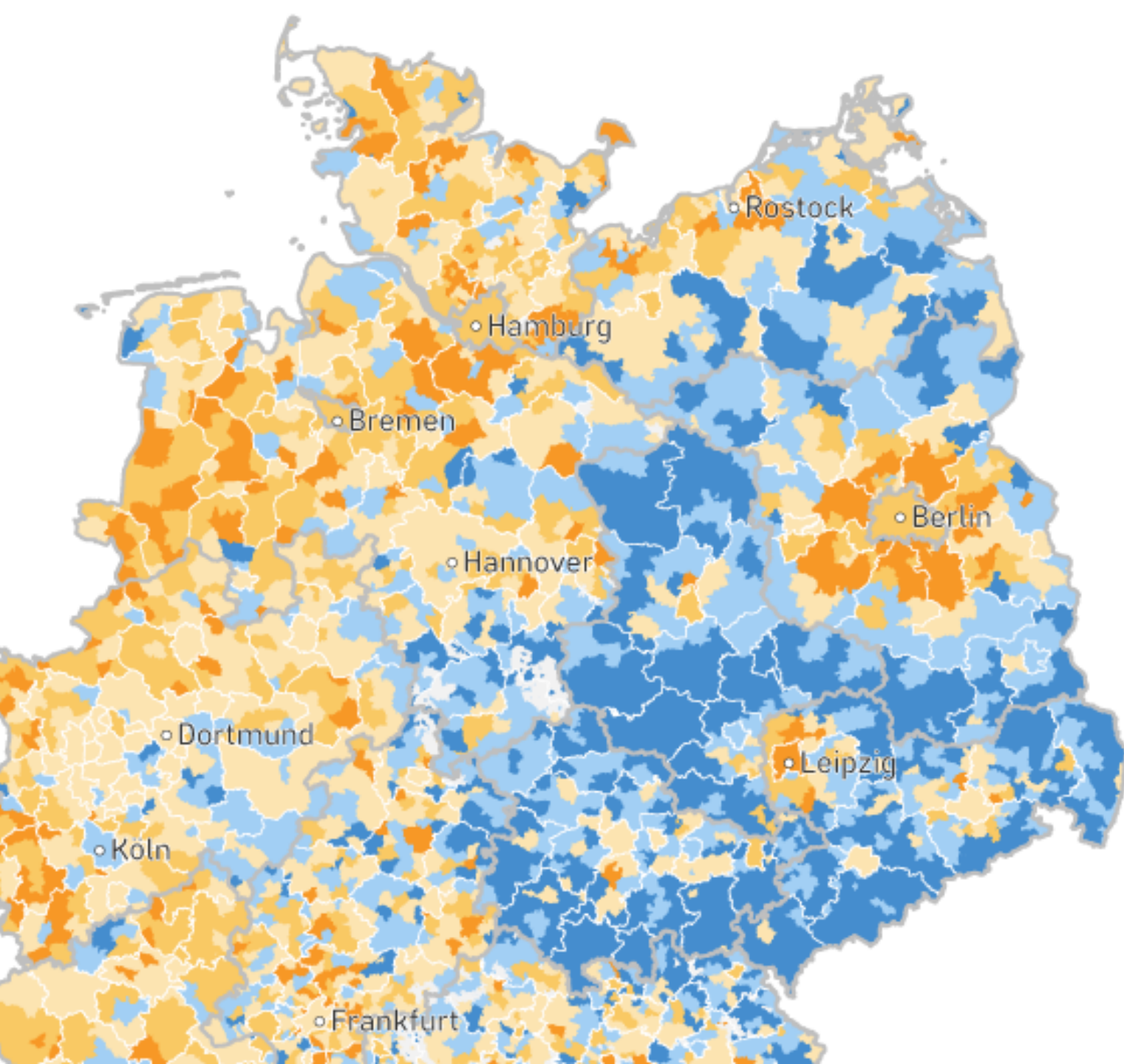
<https://de.statista.com/infografik/33083/umfrage-zur-lebenssituation-in-brandenburg/>

Armutsgefährdungsquoten Land Brandenburg nach Altersgruppe



Bevölkerungsentwicklung

Veränderung der Bevölkerungszahl
(in Prozent), 2019–2024



Zeitreihe zensuskorrigiert

Daten: Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung

Geometrische Grundlage: © GeoBasis-DE/BKG (2025)

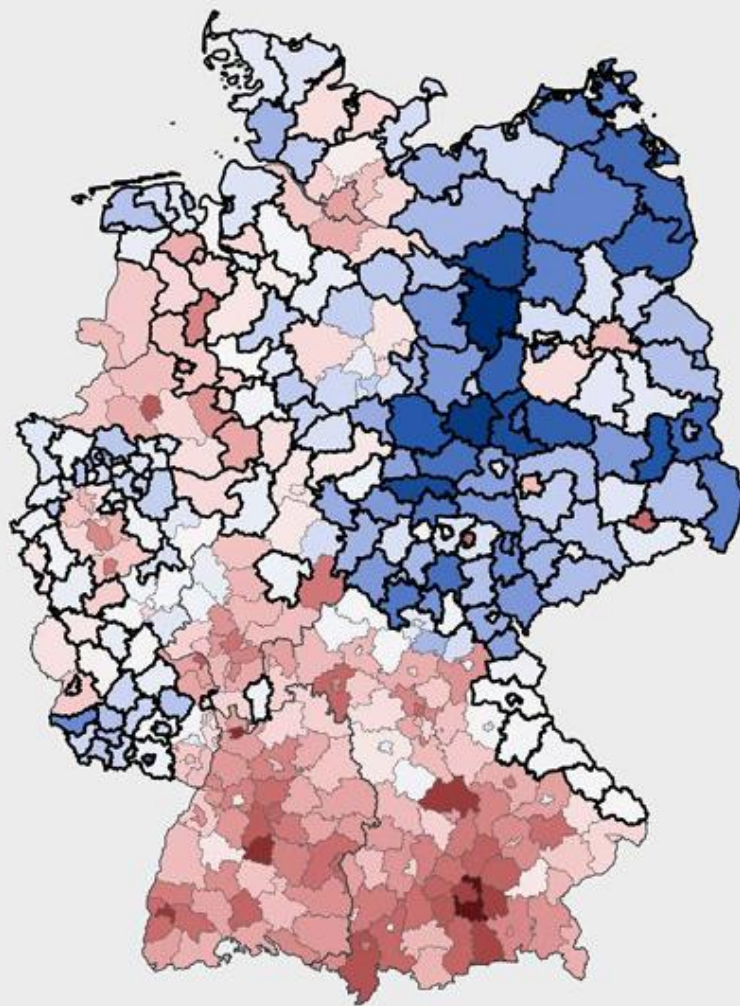
Grafik: Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (2026);

Bildlizenz: CC BY-ND 4.0

<https://www.demografie-portal.de/DE/Fakten/bevoelkerungsentwicklung-regional-aktuell.html>

Abbildung 23: Stand und Entwicklung der vorzeitigen Sterblichkeit

Regionale Verteilung, 2022



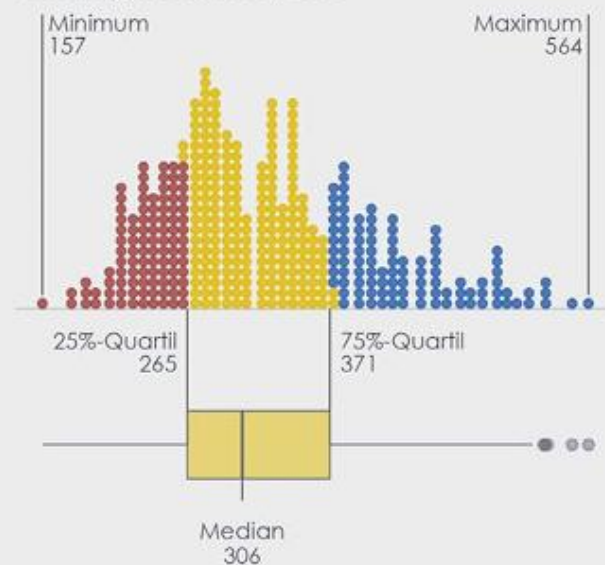
157 321 (Ø) 400 500 564

Nach siedlungsstrukturellem Kreistyp, 2013 und 2022, Mittelwert

Kennziffern, 2013 und 2022

	2013	2022	
Obere 10 %	409	480	+17 %
Obere 50 %	342	383	+12 %
Mittelwert	294	321	+9 %
Median	283	306	+8 %
Untere 50 %	245	260	+6 %
Untere 10 %	207	213	+3 %

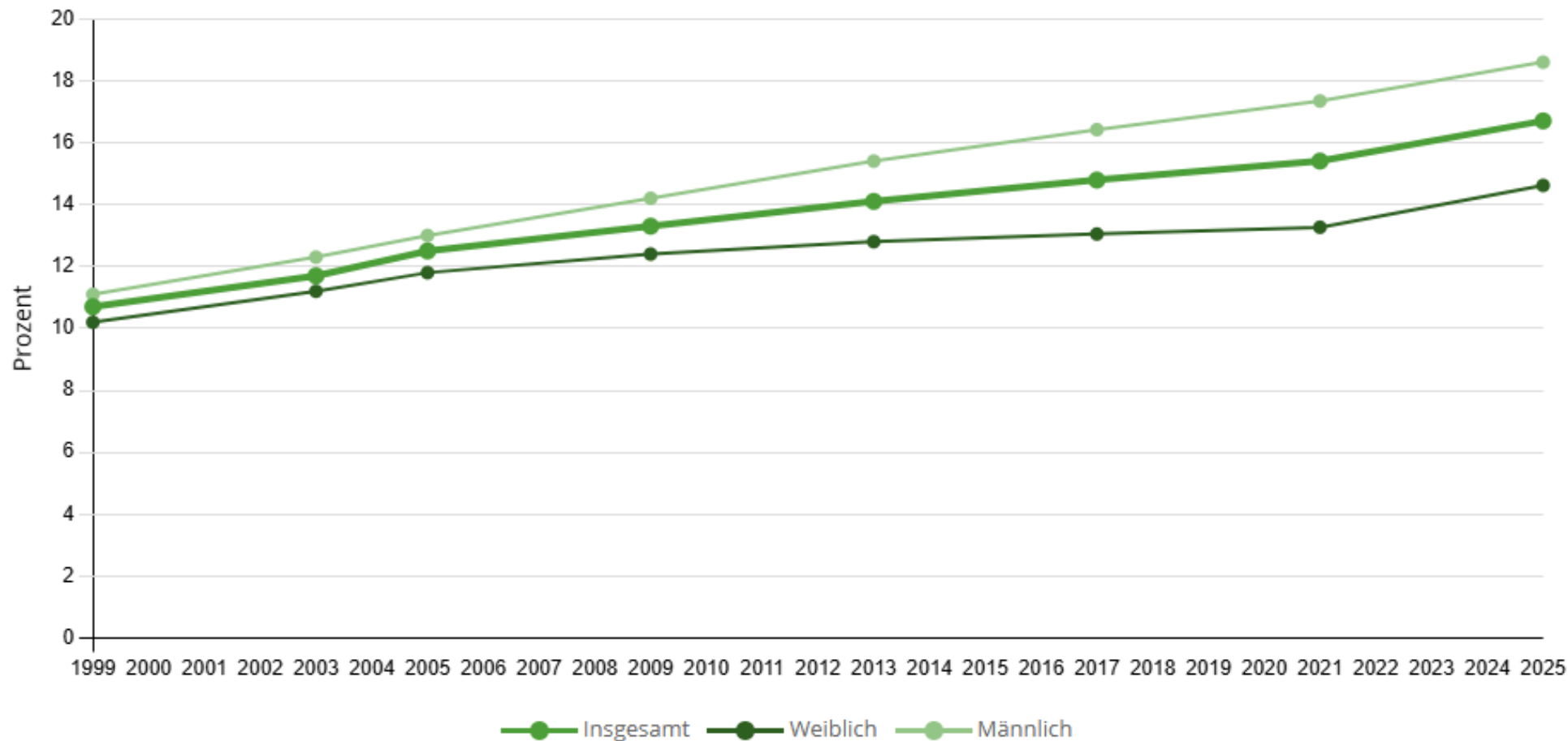
Verteilung nach Kreisen, 2022



Gleichwertigkeitsbericht der Bundesregierung 2024

Gleichwertige Lebensverhältnisse In Deutschland – Aktueller Stand und Entwicklung auf regionaler Ebene 2024, S. 49

Adipositasquote von Erwachsenen



Datenquelle: [Statistisches Bundesamt](#)

Datenstand: Zuletzt aktualisiert am 06.08.2026. Sobald Daten für weitere Berichtszeiträume vorliegen, werden diese zeitnah hinzugefügt.

Geographische Abdeckung: Deutschland

Einheit: Prozent

Anmerkungen:

- Die Daten basieren auf einer Sonderauswertung und sind nicht öffentlich zugänglich.
- Altersstandardisierung: Neue Europabevölkerung.
- Die nächste Datenaktualisierung (Berichtsjahr 2025) ist im Laufe des Jahres 2026 geplant.

Fähigkeitenansatz nach Nussbaum

Konzept	Definition	Beispiel
Funktion (Functioning)	Das, was ein Mensch tatsächlich tut oder ist.	Sich gut ernähren, lesen, arbeiten.
Fähigkeit (Capability)	Die reale Freiheit und Chance, eine Funktion zu wählen.	Zugang zu Nahrung und Bildung haben.

Nicht entscheidend ist, was Menschen besitzen, sondern was Menschen tatsächlich tun und sein können (Nussbaum 2011).

Ernährungsarmut

Aus Perspektive des Capability Approach bedeutet Ernährungsarmut nicht lediglich einen Mangel an Kalorien. Sie bezeichnet die Einschränkung der Fähigkeit,

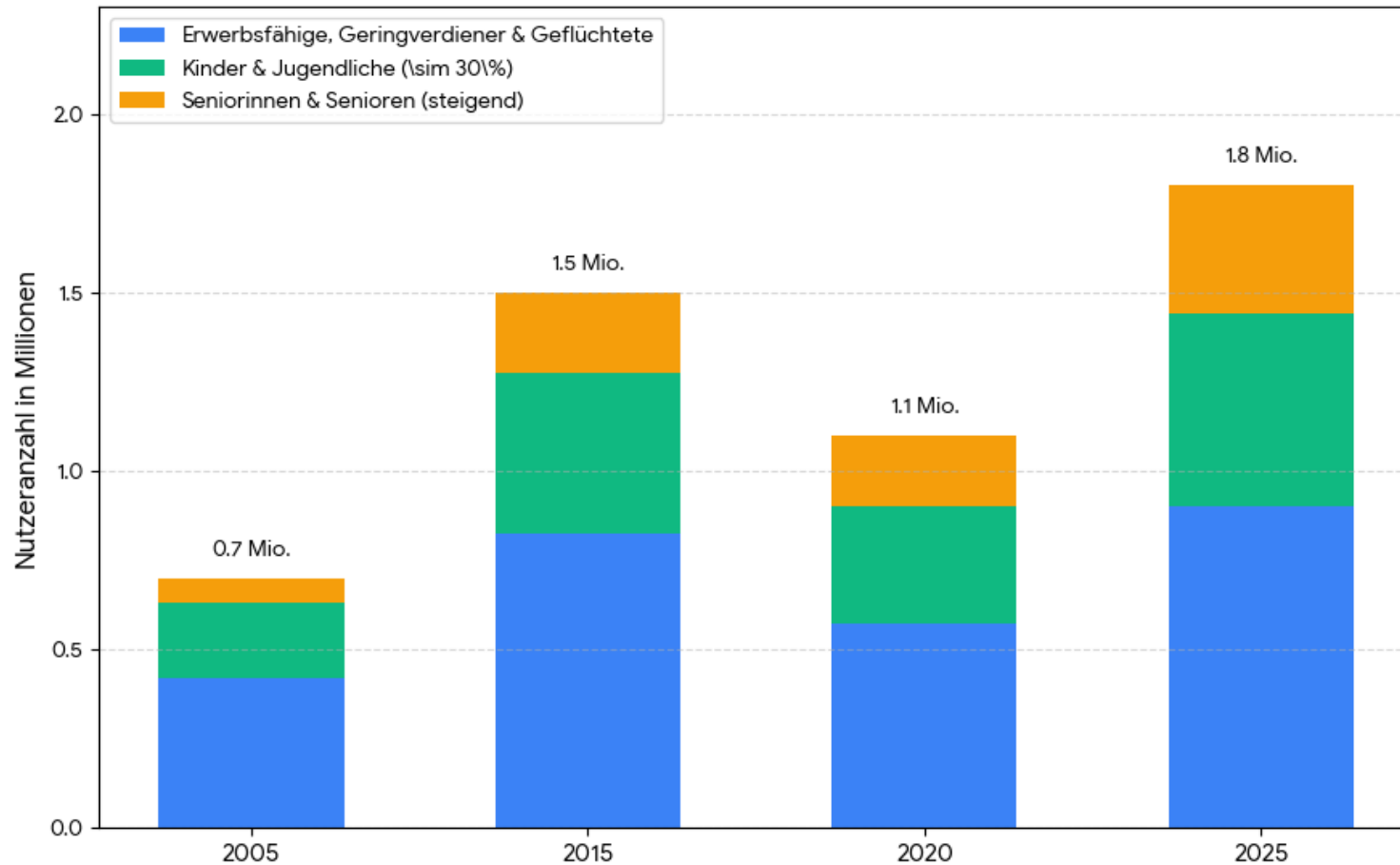
- gesund zu essen,
- kulturell angemessen zu essen,
- selbstbestimmt über Ernährung zu entscheiden,
- Gesundheit und soziale Teilhabe zu sichern.

Bei älteren Menschen in Brandenburg wird Ernährungsarmut damit zu einem Schnittpunkt von: Altersarmut,

- Gesundheitsungleichheit,
- sozialräumlicher Benachteiligung,
- eingeschränkten Verwirklichungschancen.

Dadurch erhält die Ernährungsarmut eine zentrale sozialetische und gesundheitswissenschaftliche Bedeutung.

Entwicklung der Tafel-Nutzung nach Altersgruppen im Zeitverlauf



Tafel Landesverband Brandenburg e.V.:

- 44 lokale Brandenburger Tafeln
- Berichte über regionale Aufnahmestopps und Wartelisten wegen des hohen Zulaufs

tafel-brandenburg.de

Gegenüberstellung: Berliner Speckgürtel vs. Lausitz

Merkmal	Berliner Speckgürtel (z. B. Potsdam, Bernau, Oranienburg)	Lausitz / Südbrandenburg (z. B. Cottbus, Spremberg, Senftenberg)
Primärer Armutsstreiber	Stark steigende Mieten, Zuzug, hohe Lebenshaltungskosten	Strukturwandel, niedrige Durchschnittsrenten, Erwerbslosigkeit
Dominierende Nutzergruppe	Familien, Alleinerziehende & Kinder sowie Erwerbstätige im Niedriglohnsektor	Seniorinnen und Senioren (Altersarmut) sowie Langzeitarbeitslose
Anteil Senioren	Ca. 12 – 15 % der Tafel-Kunden	Bis zu 30 – 35 % der Tafel-Kunden
Logistik & Erreichbarkeit	Feste Ausgabestellen mit hoher Taktung; gute ÖPNV-Anbindung	Weite Wege, Notwendigkeit von mobilen Tafeln und Lieferdiensten
Lebensmittelspenden-Lage	Hohe Dichte an Supermärkten, aber starke Konkurrenz um Lebensmittel	Geringere Supermarktdichte, stärkere Abhängigkeit von Zentrallagern

Ressourcen für eine gesunde Ernährung nach Bourdieu



