

Arbeit und Rente in Deutschland und im vertragslosen Ausland

- Wenn weder Europarecht noch ein Sozialversicherungsabkommen gilt
- Welche Renten Sie aus der deutschen Rentenversicherung bekommen können
- Ihre Ansprechpartner



Leben und arbeiten im vertragslosen Ausland

Wohnen Sie im Ausland oder beabsichtigen Sie, Ihren Wohnsitz ins Ausland zu verlegen? Dann fragen Sie sich bestimmt, welche Auswirkungen ein Umzug für Ihre Rentenversicherung oder Ihren bereits bestehenden Rentenanspruch hat.

In den Mitgliedstaaten der Europäischen Union, des Europäischen Wirtschaftsraumes und der Schweiz gilt das Europäische Gemeinschaftsrecht. Außerdem hat Deutschland mit vielen Staaten sogenannte Sozialversicherungsabkommen geschlossen. Alle anderen Staaten bezeichnet man als vertragsloses Ausland.

Wir möchten Ihnen mit dieser Broschüre einen Überblick darüber geben, welche Auswirkungen eine Beschäftigung im vertragslosen Ausland hat und unter welchen Voraussetzungen und in welcher Höhe Sie eine Rente aus Deutschland erhalten können, wenn Sie im vertragslosen Ausland leben.

Sie bekommen bereits eine Rente von uns und wollen ins Ausland ziehen? Bitte fragen Sie frühzeitig bei uns nach, was dieser Schritt für Ihre Rente bedeuten kann.

Wenn wir nicht alle Ihre Fragen beantwortet haben, können Sie sich gern jederzeit an Ihren zuständigen Rentenversicherungsträger wenden. Sie erhalten dann eine konkrete, auf Ihren Einzelfall bezogene Auskunft.



Inhaltsverzeichnis

- 4 Was ist das vertragslose Ausland?**
- 6 Arbeiten im vertragslosen Ausland**
- 11 In Deutschland freiwilliges Mitglied sein**
- 14 Deutsche Beiträge erstatten lassen**
- 17 Die Renten aus der deutschen Rentenversicherung**
- 29 Rentenbeginn und Rentenantrag**
- 31 Rentenzahlung ins Ausland**
- 34 Kranken- und Pflegeversicherung der Rentner**
- 35 Ihre Ansprechpartner in Deutschland**
- 36 Nur einen Schritt entfernt: Ihre Rentenversicherung**



Was ist das vertragslose Ausland?

Spricht man vom vertragslosen Ausland, sind ausländische Staaten gemeint, in denen nicht das Recht der Europäischen Gemeinschaft über die Soziale Sicherheit gilt und mit denen Deutschland kein Sozialversicherungsabkommen geschlossen hat.

Das Gemeinschaftsrecht der Europäischen Union (EU) gilt zurzeit in 27 Mitgliedstaaten.

Darüber hinaus gilt das Europäische Gemeinschaftsrecht aufgrund des Abkommens über den Europäischen Wirtschaftsraum (EWR) in Island, Liechtenstein und Norwegen.

Die Mitgliedstaaten der Europäischen Union

Belgien	Griechenland	Malta	Slowakische Republik
Bulgarien	Irland	Niederlande	Slowenien
Dänemark	Italien	Österreich	Spanien
Deutschland	Kroatien	Polen	Tschechische Republik
Estland	Lettland	Portugal	Ungarn
Finnland	Litauen	Rumänien	Zypern
Frankreich	Luxemburg	Schweden	

Über das Freizügigkeitsabkommen gilt es auch in der Schweiz.

Bitte lesen Sie dazu auch unsere Broschüre „Meine Zeit im Vereinigten Königreich Großbritannien und Nordirland – Arbeit und Rente europaweit“.

Das Vereinigte Königreich Großbritannien und Nordirland ist mit Wirkung zum 1. Februar 2020 aus der Europäischen Union ausgetreten.

Unser Tipp:

Wenn Sie mehr über die Sozialversicherungssysteme der Mitgliedstaaten der EU/des EWR oder der Schweiz erfahren möchten, lesen Sie bitte auch unsere Länderbroschüren („Meine Zeit in ...“).

Deutschland hat außerdem mit vielen Ländern Sozialversicherungsabkommen geschlossen.

Mit folgenden Staaten hat Deutschland zweiseitige Sozialversicherungsabkommen geschlossen:

Deutschland hat auch mit China ein Abkommen geschlossen, das aber lediglich Fragen der Entsendung regelt.

Albanien	Japan	Philippinen
Australien	Kanada/Québec	Serbien
Bosnien-Herzegowina	Kosovo	Südkorea
Brasilien	Marokko	Tunesien
Chile	Moldau	Türkei
Indien	Montenegro	Uruguay
Israel	Nordmazedonien	USA

Bitte lesen Sie auch unsere Broschüre „Arbeit und Rente in Europa“ und die jeweiligen Broschüren zu den Sozialversicherungsabkommen.

Wohnen Sie in einem der genannten Länder beziehungsweise haben Sie die Staatsangehörigkeit eines dieser Staaten, gelten für Sie die Regelungen des Europäischen Gemeinschaftsrechts beziehungsweise des jeweiligen Sozialversicherungsabkommens.

Bitte beachten Sie:

Alle Länder, die hier nicht genannt wurden, bezeichnet man als vertragsloses Ausland.



Arbeiten im vertragslosen Ausland

Wenn Sie im vertragslosen Ausland arbeiten, sind Sie grundsätzlich nicht (mehr) in der deutschen Rentenversicherung versichert. Von diesem Grundsatz gibt es allerdings Ausnahmen. Über die Auswirkungen informieren wir Sie in diesem Kapitel.

In der deutschen Rentenversicherung gilt das sogenannte Territorialitätsprinzip. Das bedeutet, dass Sie grundsätzlich nur dann in Deutschland rentenversichert sind, wenn Sie auch hier arbeiten. Bei einer Beschäftigung im vertragslosen Ausland sind Sie daher nur über die Entsendung und die Versicherungspflicht auf Antrag in Deutschland rentenversichert. Mehr dazu erfahren Sie auf den folgenden Seiten.

Bitte informieren Sie sich bei den zuständigen ausländischen Stellen.

Selbstverständlich können Sie durch die Beschäftigung im Ausland Mitglied in der jeweiligen Rentenversicherung werden. Hier sind die Regelungen aufgrund der Anzahl der Länder so vielfältig, dass wir Ihnen darüber leider keine Auskunft geben können.

Entsendung

Im Rahmen einer Entsendung können Sie – unabhängig von Ihrer Staatsangehörigkeit – auch nach deutschen Rechtsvorschriften versichert sein, wenn Sie im Ausland arbeiten.

Eine Entsendung liegt vor, wenn Sie nur vorübergehend im Ausland arbeiten, dabei aber weiterhin bei Ihrem deutschen Arbeitgeber beschäftigt bleiben und auch Ihr Gehalt weiterhin von diesem erhalten.

Für die Entsendung gibt es zwei Voraussetzungen: Zum einen muss ein Beschäftigungsverhältnis in Deutschland bestehen, zum anderen muss der Auslandsaufenthalt im Voraus zeitlich begrenzt sein.

Eine Entsendung wird nicht dadurch ausgeschlossen, dass Sie in Deutschland eigens für eine Arbeit im Ausland eingestellt werden. Auch wenn Sie vor Ihrer Auslandsbeschäftigung zwar in Deutschland gelebt, aber nicht gearbeitet haben – zum Beispiel als Schüler, Student, arbeitslose Person oder Hausfrau –, können Sie entsandt werden. Wichtig ist immer, dass alles dafür spricht, dass Sie nach dem Auslandsaufenthalt wieder nach Deutschland zurückkehren.

**Bitte beachten Sie:
Arbeiten und leben Sie im Ausland und nehmen von dort aus eine Beschäftigung bei einem Arbeitgeber in Deutschland auf, sind Sie nicht entsandt. Sie sind dann nach den Vorschriften des ausländischen Rentenversicherungsträgers versicherungspflichtig.**

Die Entsendebeschäftigung muss infolge der Eigenart der Beschäftigung oder vertraglich im Voraus zeitlich begrenzt sein. Feste Zeitgrenzen (zum Beispiel zwei Jahre) gibt es aber nicht. Aufgrund der Eigenart der Beschäftigung sind beispielsweise Montage- oder Bauarbeiten oft im Voraus befristet.

Die zeitliche Begrenzung muss tatsächlich bestehen. Es reicht nicht aus, dass Sie zum Beispiel während einer



zeitlich unbefristeten Entsendebeschäftigung die Altersgrenze für eine deutsche Altersrente erreichen oder Ihr Arbeitgeber Sie laut Vertrag jederzeit zurückrufen kann.

Beispiel:

Tom G. ist bei einem Bauunternehmen in Hannover beschäftigt. Er arbeitet seit Januar 2026 für seine Firma in Neuseeland, da dort ein neuer Bahnhof entstehen soll. Tom G. wird voraussichtlich für elf Monate dort beschäftigt sein. Er ist daher weiterhin versicherungspflichtig in der deutschen gesetzlichen Rentenversicherung.

Wenn Sie während einer Beschäftigung im Ausland auch dort zur Sozialversicherung herangezogen werden, schließt das die Versicherungspflicht in der deutschen gesetzlichen Rentenversicherung nicht aus. Ob Sie sich von der Pflichtversicherung im Ausland befreien lassen können, teilt Ihnen der zuständige ausländische Versicherungsträger mit.

Ein Wechsel des Arbeitgebers ist unschädlich, wenn lediglich das Unternehmen des bisherigen Arbeitgebers durch ein anderes inländisches Unternehmen übernommen wird.

Es liegt keine Entsendung mehr vor, wenn

- Sie zwar weiterhin im Ausland arbeiten, aber Ihren Arbeitgeber in Deutschland wechseln oder
- Sie aus dem Ausland zurückkehren und kurzfristig wieder in Deutschland arbeiten oder
- Ihre befristete in eine unbefristete Auslandsbeschäftigung umgewandelt wird.

Versicherungspflicht auf Antrag

Sind Sie nicht in der deutschen Rentenversicherung aufgrund einer Entsendung versicherungspflichtig, können Sie sich unter Umständen auf Antrag pflichtversichern, wenn Sie Deutscher oder Staatsangehöriger eines Landes sind, in dem das Europäische Gemeinschaftsrecht gilt.

Die Versicherungspflicht auf Antrag ist nur dann möglich, wenn Sie für eine begrenzte Zeit im Ausland beschäftigt sind – unabhängig davon, ob Sie für ein deutsches oder ein ausländisches Unternehmen arbeiten. Eine feste Zeitgrenze gibt es nicht. Die Beschäftigung kann auch einen Zeitraum von zehn Jahren umfassen. Es kommt nur darauf an, dass sich ein begrenzter Zeitraum bestimmen lässt – entweder aus der vertraglichen Vereinbarung oder der Beschäftigung selbst.

Unbefristete Beschäftigungen werden von der Versicherungspflicht auf Antrag nicht erfasst.

Den Antrag muss Ihr deutscher Arbeitgeber bei Ihrem Rentenversicherungsträger stellen. Die Versicherungspflicht auf Antrag beginnt mit dem Tag, an dem erstmals die Voraussetzungen erfüllt sind, wenn sie innerhalb von drei Monaten danach beantragt wird, sonst mit dem Tag, der dem Eingang des Antrags folgt.

Beispiel:

Lukas G. nimmt am 1. Dezember 2025 für fünf Jahre eine Beschäftigung in Mexiko auf. Die Voraussetzungen sind erfüllt. Der Antrag auf Versicherungspflicht durch seinen Arbeitgeber mit Sitz in Deutschland geht am 18. Dezember 2025 ein. Lukas G. ist somit ab 1. Dezember 2025 in der deutschen Rentenversicherung pflichtversichert.

Hätte der Arbeitgeber den Antrag erst am 17. April 2026 (Tag des Antragseingangs) gestellt, wäre die Versicherungspflicht für Lukas G. frühestens am 18. April 2026 (Tag nach der Antragsstellung) eingetreten.

Die Anschriften
finden Sie ab
Seite 37.

Sind Sie während Ihrer Beschäftigung im Ausland dort rentenversichert, schließt das die Pflichtversicherung auf Antrag in der deutschen Rentenversicherung nicht aus. Somit kann es auch zu einer doppelten Beitragsbelastung für Sie beziehungsweise Ihren Arbeitgeber kommen. Lassen Sie sich daher von Ihrem deutschen Rentenversicherungsträger beraten.

Unser Tipp:

Ausführlichere Informationen zu diesem Thema finden Sie auch in verschiedenen Kommentaren, die die Deutsche Rentenversicherung Bund kostenpflichtig anbietet. So beispielsweise im Handbuch „Beschäftigung im Ausland“, das Sie im Internet unter www.deutsche-rentenversicherung.de bestellen können. Die Träger der Deutschen Rentenversicherung beraten Sie natürlich auch gern persönlich zu diesem Thema.



In Deutschland freiwilliges Mitglied sein

Mit freiwilligen Beiträgen können Sie Ihre deutsche Rente erhöhen, einen Rentenanspruch erwerben oder Lücken in Ihrer Versicherungsbiografie schließen.

Nähere Informationen enthält unsere Broschüre „Freiwillig rentenversichert: Ihre Vorteile“.

Wenn Sie in Deutschland wohnen und keine Pflichtbeiträge zahlen müssen, können Sie sich freiwillig in der Deutschen Rentenversicherung versichern. Sie müssen dazu mindestens 16 Jahre alt sein. Ihre Staatsangehörigkeit spielt keine Rolle.

Als Deutscher können Sie sich darüber hinaus – unabhängig von Ihrem Wohnsitz – immer freiwillig in Deutschland versichern.

Bitte lesen Sie auch die Broschüre „Arbeit und Rente in Europa“ sowie die jeweiligen Broschüren zu den Sozialversicherungsabkommen.

Personen mit ausländischer Staatsangehörigkeit haben grundsätzlich nicht das Recht, sich freiwillig zu versichern, wenn sie ihren Wohnsitz außerhalb von Deutschland haben. Sie können sich aber beispielsweise dann freiwillig versichern, wenn das Europäische Gemeinschaftsrecht oder ein Sozialversicherungsabkommen entsprechende Regelungen enthalten.

Staatsangehörige von Ländern, die weder vom Europäischen Gemeinschaftsrecht noch von einem Sozialversicherungsabkommen erfasst werden, können sich in aller Regel nur dann freiwillig versichern, wenn sie in

Deutschland leben. Bei einem Wohnsitz im Ausland ist dies nicht möglich.

Freiwillige Beiträge: Ihre Vorteile

Mit freiwilligen Beiträgen können Sie die Wartezeit für eine deutsche Rente erfüllen. Sie können aber auch Ihren Versicherungsschutz für eine Rente wegen teilweiser oder voller Erwerbsminderung aufrechterhalten.

Unser Tipp:

Für diese Renten kann es wichtig sein, die Zeit vom 1. Januar 1984 bis heute lückenlos mit sogenannten Anwartschaftserhaltungszeiten zu belegen, vorausgesetzt Sie haben vor dem 1. Januar 1984 die Wartezeit von 5 Jahren erfüllt. Scheiden Sie aus der deutschen gesetzlichen Rentenversicherung aus, wollen aber weiterhin Anspruch auf eine dieser Renten haben, sollten Sie sich im Vorfeld von uns über Ihre Möglichkeiten beraten lassen.

Beiträge zahlen

Die Höhe und Anzahl Ihrer freiwilligen Beiträge bestimmen Sie selbst. Es gibt jedoch Mindest- und Höchstbeiträge. Sie sind nicht an die einmal gewählte Beitragshöhe gebunden. Für die Zukunft können Sie die Beitragshöhe jederzeit ändern oder die Zahlung auch ganz einstellen. Sie können freiwillige Beiträge für das laufende Jahr nur bis zum 31. März des nächsten Jahres zahlen.

Bevor Sie freiwillige Beiträge zahlen dürfen, muss zunächst Ihr Antrag genehmigt werden. Danach ist es ratsam, die Beiträge bargeldlos entweder durch Abbuchung von Ihrem Konto oder dem eines Beauftragten bei einem Geldinstitut in Deutschland zu zahlen. Auch eine Überweisung aus dem In- und Ausland ist möglich.

Die aktuellen Beitragswerte finden Sie im Internet unter www.deutsche-rentenversicherung.de.



Bitte lesen Sie
unser Kapitel
„Nur einen Schritt
entfernt: Ihre Ren-
tenversicherung“.

Ihre Ansprechpartner

Wenn Sie die freiwillige Versicherung beantragen wollen, wenden Sie sich bitte an den Versicherungsträger, der Ihr Versicherungskonto führt oder zuletzt geführt hat. Wohnen Sie in Deutschland und haben Sie noch nie Beiträge zur gesetzlichen Rentenversicherung in Deutschland gezahlt, können Sie den Antrag bei jedem Versicherungsträger stellen.



Deutsche Beiträge erstatten lassen

Wenn Sie nur für einige Zeit in Deutschland gearbeitet und Beiträge gezahlt haben und nun in Ihre Heimat zurückkehren, möchten Sie sich vielleicht Ihre deutschen Beiträge erstatten lassen.

Durch eine Beitragserstattung wird das Versicherungsverhältnis aufgelöst.

Sie können sich den Arbeitnehmeranteil Ihrer Beiträge erstatten lassen, wenn Sie in Deutschland

- seit mindestens 24 Kalendermonaten nicht mehr versicherungspflichtig sind und
- sich nicht freiwillig versichern dürfen.

Ob Sie sich freiwillig versichern dürfen, hängt von Ihrer Staatsangehörigkeit ab und von dem Land, in dem Sie jetzt dauerhaft leben. Bitte lassen Sie sich hierzu von uns beraten.

Erstattung im Alter

Haben Sie die Regelaltersgrenze erreicht und für weniger als fünf Jahre Beiträge gezahlt, können Sie eine Erstattung beantragen. Hinter dieser Regelung steckt der Gedanke, dass Sie mit weniger als fünf Beitragsjahren keinen Anspruch auf eine Rente haben.

Die Regelaltersgrenze wird seit 2012 schrittweise von 65 auf 67 Jahre angehoben.

Unser Tipp:

Auf die fünf Jahre werden auch Zeiten angerechnet, für die Sie nicht selbst die Beiträge gezahlt haben (zum Beispiel für Zeiten der Kindererziehung). So haben Sie vielleicht doch Anspruch auf eine deutsche Rente.

Auch Zeiten aus Ländern, in denen das Europäische Gemeinschaftsrecht gilt oder mit denen Deutschland ein Sozialversicherungsabkommen geschlossen hat, können für die Erfüllung der Wartezeit zählen.

Bitte beachten Sie:

Die deutschen Beiträge können nicht erstattet werden, wenn Sie bereits eine ausländische Rente erhalten und diese Rente nur gezahlt werden kann, weil im Rahmen des Europäischen Gemeinschaftsrechts oder eines Sozialversicherungsabkommens deutsche und ausländische Beiträge zusammengerechnet wurden. Beiträge können auch nicht erstattet werden, wenn Sie aus ihnen bereits eine Leistung erhalten haben, zum Beispiel eine Rehabilitation.

Lassen Sie sich Ihre Beiträge erstatten, wird damit Ihr Versicherungsverhältnis zur deutschen Rentenversicherung vollständig aufgelöst. Sie können aus allen bis zu diesem Zeitpunkt zurückgelegten Zeiten keine Ansprüche mehr geltend machen.

Unser Tipp:

Bitte lassen Sie sich umfassend beraten, bevor Sie eine Beitragserstattung beantragen. Eine spätere Rente kann für Sie die günstigere Alternative sein.

Die Adressen der deutschen Versicherungsträger finden Sie im Kapitel „Nur einen Schritt entfernt: Ihre Rentenversicherung“.

Erstattung nur auf Antrag

Die Beiträge werden Ihnen nur auf Antrag erstattet. Sie können Ihren Antrag formlos bei jedem deutschen Versicherungsträger oder auch bei einer deutschen Botschaft oder einem deutschen Konsulat vor Ort stellen. Da Sie den Antrag auch in Ihrer Muttersprache stellen dürfen, müssen Sie weder eine Vermittlungsperson noch einen Bevollmächtigten oder einen Dolmetscher beauftragen.

Deutsche Staatsbürger

Als deutscher Staatsangehöriger können Sie sich Ihre deutschen Beiträge grundsätzlich erst erstatten lassen, wenn Sie die Regelaltersgrenze erreicht und weniger als 60 Monatsbeiträge gezahlt haben.

Unser Tipp:

Ausführliche Informationen hierzu finden Sie in unserer Broschüre „Beitragserrstattung“.



Die Renten aus der deutschen Rentenversicherung

Die Deutsche Rentenversicherung zahlt Renten wegen Erwerbsminderung, Altersrenten und sogenannte Renten wegen Todes. In diesem Kapitel erfahren Sie, wann Sie diese Renten beanspruchen können.

Wenn Sie wissen möchten, für welche deutschen Renten Sie bereits die Voraussetzungen erfüllen, beantragen Sie bitte bei Ihrem Rentenversicherungsträger eine Rentenauskunft. Dort finden Sie alle Informationen.

Unser Tipp:

Ausführliche Informationen finden Sie auch in den Broschüren „Erwerbsminderungsrente: Das Netz für alle Fälle“, „Die richtige Altersrente für Sie“ und „Hinterbliebenenrente: Hilfe in schweren Zeiten“.

Wartezeit

Voraussetzung für jede deutsche Rente ist, dass Sie eine bestimmte Anzahl von Beiträgen gezahlt haben. Diese Mindestversicherungszeit, auch Wartezeit genannt, beträgt je nach Rentenart 5, 35 oder 45 Jahre.

Bei bestimmten Rentenarten zählen für die Wartezeit neben den Beitragszeiten auch andere Zeiten mit. Das können zum Beispiel Zeiten sein, in denen Sie krank oder arbeitslos waren oder Kinder erzogen haben.

Unser Tipp:

Weitere Informationen zu den deutschen Zeiten finden Sie in unserer Broschüre „Rente: Jeder Monat zählt“.

Besondere versicherungsrechtliche Voraussetzungen

Neben der Wartezeit müssen bei einigen Rentenarten auch besondere versicherungsrechtliche Voraussetzungen erfüllt werden. Hier müssen Sie in bestimmten Zeiträumen genügend Pflichtbeiträge aufgrund einer versicherten Beschäftigung oder selbständigen Tätigkeit gezahlt haben.

Darüber hinaus müssen Sie bei einigen Rentenarten auch persönliche Voraussetzungen erfüllen. Dazu zählt zum Beispiel, dass eine Schwerbehinderung vorliegt.

Bitte beachten Sie:

Zeiten, in denen Sie im vertragslosen Ausland gelebt oder gearbeitet haben, werden in der deutschen Rentenversicherung nicht berücksichtigt. Zeiten in einem Land, in dem das Europäische Gemeinschaftsrecht gilt oder mit dem Deutschland ein Sozialversicherungsabkommen geschlossen hat, können aber durchaus bei der Prüfung Ihres Rentenanspruchs berücksichtigt werden. Bitte informieren Sie sich bei Ihrem Rentenversicherungsträger.

Renten wegen Erwerbsminderung

Eine Rente wegen Erwerbsminderung erhalten Sie, wenn Sie

Bei einem längeren Aufenthalt im ver-tragslosen Ausland können Sie den dritten Punkt nicht mehr erfüllen.

- wegen Krankheit oder Behinderung erwerbsgemin-dert sind,
- die Wartezeit von fünf Jahren erfüllen und
- in den letzten fünf Jahren vor Eintritt der Erwerbs-minderung drei Jahre Pflichtbeiträge für eine ver-sicherte Beschäftigung oder Tätigkeit gezahlt haben oder
- vor dem 1. Januar 1984 die Wartezeit von fünf Jah-ren mit Pflichtbeitragszeiten erfüllt haben und jeder Monat vom 1. Januar 1984 bis zum Eintritt der Erwerbsminderung mit Anwartschaftserhaltungs-zeiten belegt ist.

Bitte beachten Sie:

Die Rente wegen Erwerbsminderung erhalten Sie grundsätzlich befristet, und zwar in der Regel für drei Jahre. Sie kann verlängert werden, wenn die gesundheitlichen Einschränkungen weiter vorlie-gen. Eine Rente wegen Erwerbsminderung wird längstens bis zum Erreichen der Regelaltersgren-ze gezahlt. Danach erhalten Sie die Regelalters-rente.

Die Regelalters-grenze wird seit 2012 schrittweise von 65 auf 67 Jahre angehoben.

Ihr Rentenversicherungsträger prüft anhand ärztlicher Unterlagen, ob Sie erwerbsgemindert sind. Die Rente wegen voller Erwerbsminderung erhalten Sie, wenn Sie weniger als drei Stunden am Tag arbeiten können. Ist es Ihnen möglich, noch mindestens drei, aber weniger als sechs Stunden täglich zu arbeiten, erhalten Sie die Rente wegen teilweiser Erwerbsminderung. Diese ist nur halb so hoch wie die Rente wegen voller Erwerbsminderung.

Weitere Informatio-nen finden Sie in der Broschüre „Erwerbsminderungs-rente: Das Netz für alle Fälle“.

Näheres zum
Hinzuverdienst
erfahren Sie in
unserer Broschüre
„Erwerbsminderungsrentner: So
viel können Sie
hinzuverdienen“.

Bei Ihrer Erwerbsminderungsrente wird in- und ausländisches Einkommen angerechnet und kann zu einer geringeren Rente oder zum Wegfall der Rente führen. Wenden Sie sich deshalb bitte immer an Ihren Rentenversicherungsträger, bevor Sie eine Beschäftigung oder selbständige Tätigkeit aufnehmen.

Regelaltersrente

Die Regelaltersrente können Sie erhalten, wenn Sie
→ die Regelaltersgrenze erreicht haben und
→ die Wartezeit von 5 Jahren erfüllen.

Weitere Informationen zu allen Altersrenten enthält die Broschüre „Die richtige Altersrente für Sie“.

Beginnend mit dem Geburtsjahrgang 1947 steigt die Altersgrenze von 65 Jahren schrittweise auf 67 Jahre. Für Personen, die ab 1964 geboren sind, liegt die Altersgrenze einheitlich bei 67 Jahren.

Anhebung der Regelaltersgrenze auf 67 Jahre

Geburtsjahr	Anhebung auf das Alter	
	Jahr	Monat
1959	66	2
1960	66	4
1961	66	6
1962	66	8
1963	66	10
ab 1964	67	0

Vorzeitig können Sie diese Rente nicht erhalten.

Bekommen Sie eine Regelaltersrente, können sie unbegrenzt hinzuverdienen.

Altersrente für besonders langjährig Versicherte

Diese Altersrente können Sie erhalten, wenn Sie
→ die Altersgrenze erreicht haben und
→ die Wartezeit von 45 Jahren erfüllen.

Für vor 1953 Geborene lag die Altersgrenze bei 63 Jahren. Sind Sie zwischen 1953 und 1963 geboren, wird die

Altersgrenze stufenweise um zwei Monate pro Jahrgang angehoben. Wenn Sie 1964 oder später geboren wurden, liegt sie bei 65 Jahren.

Anhebung der Altersgrenze		
Geburtsjahr	Anhebung auf das Alter	
	Jahr	Monat
1960	64	4
1961	64	6
1962	64	8
1963	64	10
1964	65	0

Die Altersrente für besonders langjährig Versicherte kann nicht vorzeitig in Anspruch genommen werden. Sie dürfen aber zu dieser Altersrente in unbegrenzter Höhe hinzuverdienen.

Altersrente für langjährig Versicherte

- Diese Altersrente können Sie erhalten, wenn Sie
- die Altersgrenze erreicht haben und
 - die Wartezeit von 35 Jahren erfüllen.

Für vor 1949 Geborene lag die Altersgrenze bei 65 Jahren. Sind Sie zwischen 1949 und 1963 geboren, wird die Altersgrenze stufenweise angehoben. Sind Sie 1964 oder später geboren, liegt die Altersgrenze bei 67 Jahren.

Anhebung der Altersgrenze		
Geburtsjahr	Anhebung auf das Alter	
	Jahr	Monat
1959	66	2
1960	66	4
1961	66	6
1962	66	8
1963	66	10
1964	67	0

Sie können diese Rente bereits ab 63 Jahren auch vorzeitig in Anspruch nehmen, allerdings mit einem dauerhaften Rentenabschlag von bis zu 14,4 Prozent. Zudem dürfen Sie zu dieser Altersrente in unbegrenzter Höhe hinzuverdienen.

Altersrente für schwerbehinderte Menschen

Diese Altersrente können Sie erhalten, wenn Sie

- die Altersgrenze erreicht haben,
- bei Beginn der Rente schwerbehindert sind und
- die Wartezeit von 35 Jahren erfüllen.

Für diese Altersrente müssen Sie als schwerbehinderter Mensch im Sinne des deutschen Rechts mit einem Grad der Behinderung (GdB) von mindestens 50 von einem deutschen Versorgungsamt anerkannt sein.

Für ab 1952 Geborene wird die Altersgrenze für eine abschlagsfreie Rente schrittweise auf 65 Jahre angehoben. Ab dem Geburtsjahrgang 1964 liegt die Altersgrenze dann einheitlich bei 65 Jahren.

Anhebung der Altersgrenze

Geburtsjahr	Anhebung auf das Alter		frühestmöglicher Rentenbeginn mit Abschlag	
	Jahr	Monat	Jahr	Monat
1961	64	6	61	6
1962	64	8	61	8
1963	64	10	61	10
1964	65	0	62	0

Sie können diese Altersrente vorzeitig in Anspruch nehmen. Je nach Alter wird Ihnen allerdings ein dauerhafter Abschlag von bis zu 10,8 Prozent abgezogen.

Zu dieser Altersrente dürfen Sie in unbegrenzter Höhe hinzuverdienen.

Unser Tipp:

Sie verlieren Ihren Status als schwerbehinderter Mensch, wenn Sie ins Ausland ziehen. Erhalten Sie aber bereits eine Altersrente für schwerbehinderte Menschen, wird sie Ihnen weitergezahlt. Wohnen Sie in einem Land, in dem das Europäische Gemeinschaftsrecht gilt oder mit dem Deutschland ein Sozialversicherungsabkommen geschlossen hat, wird Ihre Schwerbehinderung weiterhin anerkannt.

Vorzeitiger Rentenbezug und hinausgeschobener Rentenbeginn

Die Altersrenten für langjährig Versicherte und für schwerbehinderte Menschen können mit einem Rentenabschlag vorzeitig in Anspruch genommen werden. Für jeden Monat der vorzeitigen Inanspruchnahme wird die Rente um 0,3 Prozent gekürzt (höchstens 18 Prozent). Der Abschlag gilt auf Dauer, auch über die Vollendung der Regelaltersgrenze hinaus. Eine gegebenenfalls daran anschließende Hinterbliebenenrente ist ebenfalls entsprechend geringer.

Erfüllen Sie die Voraussetzungen für eine Regelaltersrente, nehmen diese jedoch nicht in Anspruch, erhöht sich die Rente für jeden hinausgeschobenen Monat um 0,5 Prozent. Auch eine sich gegebenenfalls anschließende Hinterbliebenenrente ist entsprechend höher.

Bitte beachten Sie:

Haben Sie sich einmal für eine Altersrente entschieden, können Sie später nicht mehr in eine andere Altersrente (mit gegebenenfalls geringeren Abschlägen) wechseln. Lassen Sie sich daher vorher von uns beraten. Das ist auch wichtig, weil es in einigen Fällen Alternativen gibt.

Beratungsstellen
finden Sie ab
Seite 36.



Renten an Witwen und Witwer

Nach dem Tod des Ehepartners kann eine Witwen- oder Witwerrente gezahlt werden, wenn der verstorbene Ehepartner bis zum Tod eine Rente bezogen oder die allgemeine Wartezeit von fünf Jahren erfüllt hat, oder diese (zum Beispiel durch einen Arbeitsunfall) vorzeitig erfüllt ist.

Bitte beachten Sie:

Personen, die eine eingetragene gleichgeschlechtliche Lebenspartnerschaft eingegangen sind, stehen Ehepartnern gleich. Auch Partner einer gleichgeschlechtlichen Ehe haben Anspruch auf Rente an Witwen und Witwer.

Um eine Rente erhalten zu können, müssen die Ehepartner zum Zeitpunkt des Todes mindestens ein Jahr verheiratet gewesen sein. Diese Mindestdauer von einem Jahr gilt nur dann nicht, wenn Sie vor dem 1. Januar 2002 geheiratet haben oder die Ehe nicht aus Versorgungsgründen geschlossen wurde (zum Beispiel bei einem Unfalltod des Ehepartners). Sie dürfen außerdem nicht wieder geheiratet haben.

Die Witwen- oder Witwerrente kann als kleine oder große Rente gezahlt werden. Um eine große Rente zu erhalten, müssen Sie

- das 47. Lebensjahr (bei Tod vom Jahr 2012 an bis 2029 stufenweise Anhebung auf das 47. Lebensjahr) vollendet haben oder
- erwerbsgemindert sein oder
- ein eigenes Kind oder ein Kind des Verstorbenen erziehen, das das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet hat, oder
- in häuslicher Gemeinschaft für ein eigenes Kind oder ein Kind des Verstorbenen sorgen, das wegen körperlicher, geistiger oder seelischer Behinderung außerstande ist, sich selbst zu unterhalten (unabhängig von dessen Alter).

Anhebung der Altergrenze

Todesjahr	Anhebung auf das Alter	
	Jahr	Monat
2024	46	2
2025	46	4
2026	46	6
2027	46	8
2028	46	10
2029	47	0

Sind diese Voraussetzungen nicht erfüllt, kann eine kleine Witwen- oder Witwerrente gezahlt werden. Diese wird für längstens 24 Kalendermonate nach dem Tod des Versicherten gezahlt. Sie beträgt 25 Prozent der Versichertenrente. Die große Witwen- beziehungsweise Witwerrente wird dauerhaft gezahlt und beträgt in der Regel 55 Prozent der Versichertenrente.

Wenn Sie vor dem 1. Januar 2002 geheiratet haben und ein Ehepartner vor dem 2. Januar 1962 geboren ist, wird auch die kleine Witwen- oder Witwerrente unbegrenzt gezahlt. Die große Witwen- oder Witwerrente

Ausführliche Informationen zu allen Hinterbliebenenrenten erhalten Sie in unserer Broschüre „Hinterbliebenenrente: Hilfe in schweren Zeiten“.

beträgt unter dieser Voraussetzung 60 Prozent der Versichertenrente. Keinen Anspruch auf eine Witwen- oder Witwerrente haben Sie, wenn ein Rentensplitting durchgeführt wurde.

Heiraten Sie als Witwe oder Witwer erneut, fällt Ihr Anspruch auf Hinterbliebenenrente weg. Sie können dann auf Antrag eine Abfindung Ihrer Rente erhalten. Diese beträgt in der Regel das 24fache des Durchschnittsbetrags der Rente in den letzten 12 Monaten.

Waisenrenten

Eine Waisenrente (Halbwaisenrente) kann nach dem Tod eines Elternteils gezahlt werden, wenn der verstorbene Versicherte

- bis zum Tod eine Rente bezogen hat oder
- zum Zeitpunkt des Todes die Wartezeit von fünf Jahren erfüllt hat oder diese vorzeitig erfüllt ist (zum Beispiel durch einen Arbeitsunfall).

Stirbt auch der zweite Elternteil, wird eine Vollwaisenrente aus den Versicherungszeiten beider Elternteile gezahlt.

Eine Waisenrente können leibliche und adoptierte Kinder der verstorbenen Person erhalten. Auch Stiefkinder, Pflegekinder, Enkel und Geschwister, die zum Zeitpunkt des Todes in den Haushalt des verstorbenen Versicherten aufgenommen waren, können eine solche Rente bekommen. Sie wird grundsätzlich bis zum 18. Geburtstag gezahlt.

Darüber hinaus wird die Rente nur unter bestimmten Voraussetzungen (zum Beispiel bei Schul- oder Berufsausbildung oder Behinderung der Waise) längstens bis zum 27. Geburtstag gezahlt.

Hinterbliebenenrenten und Einkommen

Bei Witwen- oder Witwerrenten wird eigenes Einkommen oberhalb eines Freibetrags zu 40 Prozent ange-

Lesen Sie hierzu auch unser Faltblatt „Hinterbliebener: So viel können Sie hinzuverdienen“.

rechnet. Berücksichtigt werden auch Sozialleistungen, Vermögen und vergleichbare ausländische Einkommen. Bei Waisenrenten gibt es keine Einkommensanrechnung.

Grundrentenzuschlag

Zum 1. Januar 2021 wurde in der Rente ein neuer sozialer Ausgleich eingeführt – der Grundrentenzuschlag, auch Grundrente genannt. Durch den Zuschlag werden Personen mit unterdurchschnittlichem Einkommen oder Zeiten der Kindererziehung und der Pflege in der Rente besser abgesichert. Die Grundrente ist keine eigenständige Rentenart, sondern ein Zuschlag zur bestehenden Rente. Die Prüfung, ob ein Anspruch auf Grundrente besteht, erfolgt automatisch. Eine gesonderte Antragstellung ist nicht erforderlich.

Um einen Grundrentenzuschlag zu erhalten, müssen Sie mindestens 33 Jahre mit sogenannten Grundrentenzeiten in der Rente haben. Zu den Grundrentenzeiten zählen:

- Pflichtbeiträge aus Berufstätigkeit oder Selbständigkeit und aus Wehr- oder Zivildienst,
- Pflichtbeitragszeiten für Kindererziehung oder Pflege von Angehörigen,
- Zeiten der Leistungen bei Krankheit oder Rehabilitation,
- Berücksichtigungszeiten wegen Kindererziehung oder Pflege,
- Beitrags- oder Anrechnungszeiten wegen des Bezuges von Übergangsgeld, Unterhaltsgeld, Eingliederungsgeld oder Kurzarbeitergeld und
- Ersatzzeiten (zum Beispiel Zeiten des Kriegsdienstes, der Kriegsgefangenschaft oder der politischen Haft in der DDR).

Nicht gezählt werden unter anderem:

- Zeiten des Bezuges von Arbeitslosengeld, Arbeitslosengeld II und Arbeitslosenhilfe,
- Zeiten der Schulausbildung

- die Zurechnungszeit, also der für die Rente fiktiv verlängerte Versicherungsverlauf zur Erhöhung einer Erwerbsminderungsrente oder einer Rente wegen Todes,
- freiwillige Beiträge,
- Zeiten einer geringfügigen Beschäftigung (Minijob) ohne eigene Beitragzahlung und
- einige Anrechnungszeiten, für die unter Umständen keine Beiträge gezahlt wurden.

Ab 35 Jahren mit Grundrentenzeiten gibt es den vollen Zuschlag; zwischen 33 und 35 Jahren nur den anteiligen. Um einen Grundrentenzuschlag zu erhalten, muss außerdem Ihr Verdienst in den Grundrentenzeiten zwischen 30 und 80 Prozent des Durchschnittsentgelts aller Versicherten gelegen haben. Schließlich wird geprüft, ob Sie und Ihr Ehe- oder eingetragener Lebenspartner während des Rentenbezugs bestimmte Einkommensgrenzen nicht überschreiten. Der Grundrentenzuschlag wird auch ins Ausland gezahlt.

Weitere Informationen finden Sie in der Broschüre „Grundrente: Zuschlag zur Rente“.

Bitte beachten Sie:

Zeiten, in denen Sie im vertragslosen Ausland gelebt oder gearbeitet haben, werden bei der Prüfung der mindestens 33 Jahre mit Grundrentenzeiten nicht berücksichtigt. Zeiten in einem Land, in dem das Europäische Gemeinschaftsrecht gilt oder mit dem Deutschland ein Sozialversicherungsabkommen geschlossen hat, können aber durchaus bei der Prüfung der Grundrentenzeiten berücksichtigt werden. Bitte informieren Sie sich bei Ihrem Rentenversicherungsträger.

Der Zuschlag selbst wird aber nur aus deutschen Zeiten berechnet.



Rentenbeginn und Rentenantrag

Ihre Rente aus der Deutschen Rentenversicherung müssen Sie beantragen. Hier erfahren Sie, wann eine deutsche Rente beginnt, wo Sie Ihren Rentenantrag stellen können und welche Fristen Sie beachten sollten.

Ihre deutsche Rente beginnt im Regelfall mit dem Ersten des Kalendermonats, zu dessen Beginn Sie die Voraussetzungen für die Rente erfüllen.

Damit wir Ihnen Ihre Rente pünktlich zahlen können, müssen Sie Ihren Antrag rechtzeitig stellen. Stellen Sie ihn erst drei Kalendermonate nach dem Leistungsfall, beginnt Ihre Rente erst mit dem Antragsmonat.

Beispiel:

Lydia M. erreicht am 12. Januar 2026 die Regelaltersgrenze. Ihren Antrag stellt sie am 28. Januar 2026. Ab diesem Zeitpunkt hat sie alle Voraussetzungen erfüllt. Ihre Rente beginnt am 1. Februar 2026.

Angenommen, Lydia M. stellt ihren Antrag erst im Juni 2026, dann beginnt ihre Rente erst am 1. Juni 2026, obwohl sie bereits im Januar die Regelaltersgrenze erreicht hat.

Ausnahmen von dieser Regelung gibt es bei Erwerbsminderungs- und Hinterbliebenenrenten. Eine zeitlich befristete Rente wegen Erwerbsminderung wird erst ab dem 7. Kalendermonat nach Eintritt der Erwerbsminderung gezahlt. Erfolgt die Antragstellung später als sieben Kalendermonate, wird die Rente erst ab dem Antragsmonat gezahlt. Eine Hinterbliebenenrente wird auch rückwirkend für bis zu zwölf Kalendermonate vor dem Monat, in dem die Rente beantragt wurde, gezahlt.

Wo kann ich den Rentenantrag stellen?

Wohnen Sie in Deutschland, so stellen Sie Ihren Antrag bei der Deutschen Rentenversicherung. Wohnen Sie in einem Land, mit dem Deutschland kein Sozialversicherungsabkommen geschlossen hat (vertragsloses Ausland), können Sie Ihren deutschen Rentenantrag auf verschiedenen Wegen stellen

- über unsere Internetseite,
- bei einem deutschen Konsulat,
- bei der deutschen Botschaft oder
- direkt bei Ihrer Deutschen Rentenversicherung.

Für weitere Rentenansprüche müssen Sie sich an den Rentenversicherer des jeweiligen Landes wenden, in dem Sie auch noch rentenversichert waren.

Bitte beachten Sie:

Damit wir alle Rentenverfahren einleiten können und Ihre Rente dann auch richtig berechnet wird, ist es wichtig, dass Sie im Rentenantrag immer die Versicherungszeiten aus allen Ländern angeben, in denen Sie gearbeitet oder gewohnt haben.



Rentenzahlung ins Ausland

Ob und in welcher Höhe Ihre Rente ins Ausland gezahlt werden kann, hängt von verschiedenen Faktoren ab.

Ihre Rente wird ohne Einschränkungen weitergezahlt, wenn Sie sich nur vorübergehend im Ausland aufhalten. Vorübergehend ist Ihr Aufenthalt dann, wenn er von vornherein zeitlich begrenzt ist und Ihr Lebensmittelpunkt in Deutschland bleibt. Das trifft zum Beispiel auf eine Urlaubsreise zu.

Ziehen Sie jedoch dauerhaft ins Ausland und verlegen auf diese Weise Ihren Aufenthaltsort, kann Ihr Rentenanspruch selbst oder die Höhe Ihrer Rente möglicherweise eingeschränkt werden.

Bitte beachten Sie:

Bitte informieren Sie den Renten Service der Deutschen Post AG (dieser ist für alle Rentenzahlungen in Deutschland zuständig) mindestens drei Monate, bevor Sie beabsichtigen Ihren Wohnsitz ins Ausland zu verlegen. Geben Sie dazu bitte Ihre Versicherungsnummer, die neue Anschrift sowie Ihre neue Bankverbindung an.

Weitere Informationen finden Sie unter www.renten-service.de

Einschränkungen im Ausland

Wohnen Sie im Ausland, ist von entscheidender Bedeutung, welche rentenrechtlichen Zeiten in Ihrer Rente enthalten sind. Denn auch als Deutscher kann Ihnen nicht immer aus allen Zeiten Ihre Rente ins Ausland gezahlt werden.

Haben Sie Versicherungszeiten aufgrund einer Beschäftigung oder Tätigkeit in Deutschland (sogenannte Pflichtbeiträge), wird Ihnen die Rente aus diesen Beitragszeiten immer ins vertragslose Ausland gezahlt.

Gleiches gilt bei Kindererziehungszeiten und freiwilligen Beiträgen zur deutschen Rentenversicherung. Auch aus sogenannten beitragsfreien Zeiten (zum Beispiel Anrechnungs- und Zurechnungszeiten) kann die Rente ins vertragslose Ausland gezahlt werden.

Wurden bei Ihnen nach dem Fremdrentengesetz (FRG) Beitragszeiten bei einem nichtdeutschen Träger der gesetzlichen Rentenversicherung anerkannt, kann Ihnen die Rente aus diesen Zeiten unter Umständen nicht ins vertragslose Ausland gezahlt werden.

Ob bei Ihnen solche Zeiten anerkannt wurden, können Sie Ihrer Renteninformation oder Ihrem Rentenbescheid entnehmen. Das Gleiche gilt für Reichsgebiets-Beiträge.

Anteile der Rente, die aus Beschäftigungszeiten für Vertriebene berechnet wurden, können nicht in das Ausland gezahlt werden.

Wie hoch wird meine Auslandsrente?

Die Höhe Ihrer Auslandsrente hängt von verschiedenen Faktoren ab, unter anderem davon, wann Sie Deutschland verlassen haben oder verlassen möchten, wann Sie geboren sind und welche Art von Beitragszeiten Sie zurückgelegt haben. Bitte informieren Sie sich rechtzeitig bei Ihrem Rentenversicherungsträger, wenn Sie planen, Ihren Wohnsitz ins Ausland zu verlegen.

Bitte lassen Sie sich von Ihrem Rentenversicherungsträger beraten.

Wie erhalte ich die Rente im Ausland?

Auch im Ausland erhalten Sie Ihre Rente monatlich. Sie kann auf ein Konto bei einem Geldinstitut in Deutschland oder Ihrem Aufenthaltsstaat gezahlt werden. Bankspesen oder Wechselkursschwankungen können Ihnen nicht erstattet werden.

Lebensbescheinigung

Wohnen Sie im Ausland, prüfen wir einmal jährlich, ob Sie noch leben und wir die Rente weiter zahlen können. Sie erhalten dafür vom Renten Service der Deutschen Post AG eine sogenannte Lebensbescheinigung. Bitte reichen Sie dieses Formular umgehend ausgefüllt, unterschrieben und von einer amtlichen ausländischen Stelle bestätigt zurück.

Bitte beachten Sie:

Falls die Lebensbescheinigung zum festgelegten Termin nicht beim Renten Service eingeht, wird die Rente – nach einer Erinnerung – automatisch eingestellt.

Kranken- und Pflegeversicherung der Rentner

Wohnen Sie im vertragslosen Ausland, haben Sie grundsätzlich keinen Versicherungsschutz in der deutschen Kranken- und Pflegeversicherung.

Haben Sie Ihren Wohnsitz im Ausland, endet die Pflichtversicherung in der deutschen Kranken- und Pflegeversicherung. Auch eine freiwillige Versicherung in der deutschen gesetzlichen Krankenversicherung ist nicht möglich.

Prüfen Sie daher rechtzeitig, welche Möglichkeiten des Kranken- und Pflegeversicherungsschutzes Sie in Ihrem künftigen Aufenthaltsland haben.

Bitte beachten Sie:

Ein Zuschuss zu Ihren Aufwendungen für die Kranken- und Pflegeversicherung im Ausland kann Ihnen nicht gezahlt werden.



Ihre Ansprechpartner in Deutschland

Ihre Anfragen und Anträge werden in Deutschland von unterschiedlichen Stellen bearbeitet. Sie werden entweder von der Deutschen Rentenversicherung Bund, der Deutschen Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See oder einem Träger der Deutschen Rentenversicherung in den Regionen betreut.

Grundsätzlich ist der Träger zuständig, zu dem Sie Ihre deutschen Beiträge gezahlt haben. Die Adressen aller Träger der Deutschen Rentenversicherung finden Sie im folgenden Kapitel „Nur einen Schritt entfernt: Ihre Rentenversicherung“.

Unser Tipp:

Haben Sie noch keine deutschen Beiträge gezahlt, wenden Sie sich bitte an die Deutsche Rentenversicherung Bund. Sie ermittelt für Sie den zuständigen Träger.

Nur einen Schritt entfernt: Ihre Rentenversicherung

Sie haben noch Fragen? Sie benötigen Informationen oder wünschen eine individuelle Beratung? Wir sind für Sie da: kompetent, neutral, kostenlos.

Mit unseren Informationsbroschüren

Unser Angebot an Broschüren ist breit gefächert. Was Sie interessiert, können Sie auf www.deutsche-rentenversicherung.de herunterladen oder bestellen. Wenn sie regelmäßig über neue Broschüren informiert werden möchten, abonnieren Sie unseren Newsletter „Broschüren aktuell“.

Mit unseren Online-Services

Sie können online sicher mit uns kommunizieren. Um einen Antrag zu stellen, benötigen Sie nur Ihre Versicherungsnummer. Für weitere Anliegen können Sie unser Kundenportal nutzen. Hier identifizieren Sie sich mit der Online-Ausweisfunktion Ihres Personalausweises.

Am Telefon

Ihre Fragen beantworten wir am kostenlosen Servicetelefon. Dort können Sie auch Informationsmaterial bestellen oder den passenden Ansprechpartner vor Ort erfragen. Sie erreichen uns unter 0800 1000 4800.

Im Internet

Unser Angebot steht Ihnen unter www.deutsche-rentenversicherung.de rund um die Uhr zur Verfügung. Sie können sich über viele Themen informieren, Broschüren herunterladen oder bestellen sowie verschiedene Newsletter abonnieren.

Im persönlichen Gespräch

Ihre nächstgelegene Auskunft- und Beratungsstelle finden Sie auf unserer Startseite im Internet oder Sie erfragen sie am Servicetelefon. Dort können Sie auch bequem einen Termin vereinbaren.

Versichertenberater und Versichertenälteste

Unsere ehrenamtlich tätigen Versichertenberater und Versichertenältesten sind in Deutschland in unmittelbarer Nachbarschaft für Sie da und helfen Ihnen beispielsweise beim Ausfüllen von Anträgen.

Ihr kurzer Draht zu uns

0800 1000 4800 (kostenlose Nummer für Deutschland)

www.deutsche-rentenversicherung.de

info@deutsche-rentenversicherung.de



Mehrsprachige Beratungen bieten wir auf den Internationalen Beratungstagen an. Die Termine finden Sie im Internet.

Unsere Partner

Auch bei den Versicherungsämtern der Städte und Gemeinden können Sie Ihren Antrag stellen oder Ihre Versicherungsunterlagen weiterleiten lassen.

Die Träger der Deutschen Rentenversicherung

Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg

Gartenstraße 105
76135 Karlsruhe
Telefon 0721 825-0

Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd

Am Alten Viehmarkt 2
84028 Landshut
Telefon 0871 81-0

Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg

Bertha-von-Suttner-Straße 1
15236 Frankfurt (Oder)
Telefon 0335 500 900

Deutsche Rentenversicherung Braunschweig-Hannover

Lange Weihe 6
30880 Laatzen
Telefon 0511 829-0

Deutsche Rentenversicherung Hessen

Städelstraße 28
60596 Frankfurt am Main
Telefon 069 6052-0

Deutsche Rentenversicherung Mitteldeutschland

Georg-Schumann-Straße 146
04159 Leipzig
Telefon 0341 550-55

Deutsche Rentenversicherung Nord	Ziegelstraße 150 23556 Lübeck Telefon 0451 485-0
Deutsche Rentenversicherung Nordbayern	Wittelsbacherring 11 95444 Bayreuth Telefon 0921 607-0
Deutsche Rentenversicherung Oldenburg-Bremen	Huntestraße 11 26135 Oldenburg Telefon 0441 927-0
Deutsche Rentenversicherung Rheinland	Königsallee 71 40215 Düsseldorf Telefon 0211 937-0
Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz	Eichendorffstraße 4-6 67346 Speyer Telefon 06232 17-0
Deutsche Rentenversicherung Saarland	Martin-Luther-Straße 2-4 66111 Saarbrücken Telefon 0681 3093-0
Deutsche Rentenversicherung Schwaben	Dieselstraße 9 86154 Augsburg Telefon 0821 500-0
Deutsche Rentenversicherung Westfalen	Gartenstraße 194 48147 Münster Telefon 0251 238-0
Deutsche Rentenversicherung Bund	Ruhrstraße 2 10709 Berlin Telefon 030 865-0
Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See	Pieperstraße 14-28 44789 Bochum Telefon 0234 304-0



Die gesetzliche Rente ist und bleibt der wichtigste Baustein für die Alterssicherung.

Kompetenter Partner in Sachen Altersvorsorge ist die Deutsche Rentenversicherung. Sie betreut mehr als 58 Millionen Versicherte und über 21 Millionen Rentner.

Die Broschüre ist Teil unseres umfangreichen Beratungsangebotes.

Wir informieren.

Wir beraten. Wir helfen.

Die Deutsche Rentenversicherung.



Deutsche
Rentenversicherung
Sicherheit
für Generationen