



Meine Zeit in Polen – Arbeit und Rente europaweit

- Bausteine der Vorsorge
- Rentenleistungen
- Anspruchsvoraussetzungen



Leben und arbeiten in Europa

Europa rückt zusammen. Es ist also nichts Ungewöhnliches mehr, wenn Berufstätige in verschiedenen europäischen Staaten leben und arbeiten. Wenn auch Sie im Ausland gearbeitet haben, werden Sie im Laufe Ihres Lebens vielleicht Mitglied in verschiedenen Systemen der Sozialen Sicherheit gewesen sein.

Sie können sich über Ihre Ansprüche in allen Ländern bei den dortigen Sozialversicherungsträgern informieren und umfassend beraten lassen.

Liegt Ihr Aufenthalt im Ausland aber schon länger zurück, werden Sie vielleicht den näheren Kontakt verloren haben. Hier hilft Ihnen unsere Broschüre. Sie soll Ihnen einen Überblick über die Leistungen der Sozialversicherung in Polen geben.

Die Broschüre wurde mit größter Sorgfalt erstellt. Trotzdem können wir für die Informationen zum ausländischen Recht leider keine Haftung für die Richtigkeit übernehmen. Bitte wenden Sie sich für verbindliche Rechtsauskünfte an die jeweils zuständigen Stellen vor Ort.



Inhaltsverzeichnis

- 4 Polen – ein Partner in Europa**
- 6 Rentenleistungen aus Polen – ein Überblick**
- 9 Die richtige Altersrente für Sie**
- 15 Nicht oder nur teilweise erwerbsfähig – trotzdem aus Polen versorgt**
- 17 Im Falle Ihres Todes sind Ihre Hinterbliebenen nicht allein**
- 20 Der Rentenantrag**
- 24 Rente und vieles mehr**
- 26 Wir beraten vor Ort**
- 27 Nur einen Schritt entfernt: Ihre Rentenversicherung**



Polen – ein Partner in Europa

Polen ist über das europäische Recht auf dem Gebiet der sozialen Sicherheit mit sämtlichen Mitgliedsstaaten der Europäischen Union, des Europäischen Wirtschaftsraumes und der Schweiz verbunden.

Die enge Zusammenarbeit zwischen den Versicherungsträgern der einzelnen Länder ermöglicht eine einfachere und schnellere Bearbeitung Ihrer Anliegen.

Zum Beispiel werden Versicherungszeiten, die Sie in anderen Mitgliedsstaaten – auch in Deutschland – zurückgelegt haben, für die Prüfung der Voraussetzungen Ihres polnischen Rentenanspruchs mit herangezogen.

Und wenn Sie in Deutschland wohnen, können Sie sogar Ihre polnische Rente beim zuständigen Träger in Deutschland beantragen.

Aber auch schon vor der Mitgliedschaft Polens in der Europäischen Union wurden Ihre Versicherungszeiten aus Polen in Deutschland berücksichtigt. Seit mittlerweile über 50 Jahren arbeiten die polnischen und deutschen Rentenversicherungsträger auf der Grundlage des deutsch-polnischen Sozialversicherungsabkommens von 1975 zusammen und sichern Ihnen so die Altersversorgung.

Beide Broschüren
gibt es auch in
polnischer Sprache.

Unser Tipp:

Wenn Sie mehr über das europäische Recht und das deutsch-polnische Sozialversicherungsabkommen von 1975 wissen möchten, empfehlen wir Ihnen unsere kostenlosen Broschüren „Arbeit und Rente in Europa“ und „Das deutsch-polnische Sozialversicherungsabkommen vom 9. Oktober 1975“.

Weitere Informationen zum Rentenantrag und zu den Rentenversicherungsträgern finden Sie im Kapitel „Der Rentenantrag“ ab Seite 20.



Rentenleistungen aus Polen – ein Überblick

Sofern Sie in Polen sozialversicherungspflichtig gearbeitet haben oder tätig waren, können Sie vom polnischen Rentenversicherungsträger eine Rente bekommen. Das europäische Gemeinschaftsrecht macht es möglich.

Das polnische Alterssicherungssystem baut auf drei Säulen auf: Grundbaustein und damit die erste Säule ist die allgemeine Rentenversicherung. Die zweite Säule basiert auf einer inzwischen freiwilligen Einzahlung in einen Alterssicherungsfonds auf Kapitalbasis. Die dritte Säule ist die private Vorsorge.

Durch die drei Säulen können Sie am Ende Ihres Berufslebens aus mehreren Quellen Leistungen beziehen. Das trifft natürlich auch auf Ihre Angehörigen zu, wenn Sie sterben sollten.

Erste Säule – allgemeine Rentenversicherung

In Polen gibt es zum einen die allgemeine Rentenversicherung. Sie ist zuständig für Arbeitnehmer und Selbständige (ohne Landwirte). Dazu zählen auch Bergleute, Eisenbahner, Beschäftigte von landwirtschaftlichen Produktionsgenossenschaften – Rolnicza Spółdzielnia Produkcyjna –, Personen mit einem Agentur-/Auftragsvertrag, Kunstschaffende, Heimarbeiter, Handwerker und andere Personen.

Zum anderen gibt es die Sonderversorgungen

- für selbständige Landwirte und
- für sogenannte Uniformträger wie beispielsweise Berufssoldaten oder Angehörige der Polizei.

Allgemeine Rentenversicherung und Sonderversorgungen bilden den Grundbaustein für die Vorsorge in Polen. Sie treten ein bei Alter, Erwerbsminderung und Tod und werden auch als erste Säule bezeichnet.

Zweite Säule – Alterssicherungsfonds

Seit 1999 arbeitet das polnische Rentensystem mit einer zweiten Säule der sozialen Vorsorge. Hierbei handelt es sich um einen offenen Alterssicherungsfonds auf Kapitalbasis, an den ein Teil des Rentenbeitrags abgeführt wird.

Wer in der Zeit vom 1. Januar 1949 bis 31. Dezember 1968 geboren wurde, konnte bis zum 31. Dezember 1999 grundsätzlich wahlweise dem Fonds beitreten. Sind Sie keinem Fonds beigetreten, informieren Sie sich bitte im Kapitel „Die richtige Altersrente für Sie“ über Ihre Ansprüche und lassen sich beraten.

Wer danach geboren wurde, musste in den Fonds einzahlen. Diese Pflicht bestand bis zum 31. Januar 2014, danach wurde das geändert. Jetzt haben Sie alle vier Jahre die Wahl: Sie bleiben Mitglied oder können die bisher gezahlten Beiträge zum Fonds auf ein Unterkonto der gesetzlichen Rentenversicherung überweisen lassen. Dieser Transfer ist 2028 erneut möglich.

Dritte Säule – private Vorsorge

Die dritte Säule kann aus jeglichen Formen der freiwilligen privaten Vorsorge bestehen. Dazu gehören auch Altersvorsorgeprogramme vom Arbeitgeber.

Unser Tipp:

Planen Sie rechtzeitig. Lassen Sie sich Ihre persönlichen Möglichkeiten der Altersvorsorge in der zweiten und dritten Säule von den jeweiligen Stellen, zum Beispiel den Rentenanstalten, Ihrem Arbeitgeber oder einer Versicherungsgesellschaft aufzeigen.



Die richtige Altersrente für Sie

Um eine Rente aus der allgemeinen Rentenversicherung oder der Sonderversorgung zu erhalten, müssen Sie verschiedene Voraussetzungen erfüllen.

Frauen können grundsätzlich ab dem vollendeten 60. Lebensjahr eine Altersrente aus der allgemeinen Rentenversicherung bekommen. Für Männer gilt die Altersgrenze von 65 Jahren.

Welche Voraussetzungen Sie für die Rente erfüllen müssen, hängt davon ab, zu welchem Personenkreis Sie altersmäßig gehören.

Sind Sie nach dem 31. Dezember 1968 geboren, müssen Sie als Arbeitnehmer oder Selbständiger für eine Rente aus der allgemeinen Rentenversicherung keine Mindestversicherungszeit erfüllen.

Bitte beachten Sie:

Sind Sie in der Zeit vom 1. Januar 1949 bis 31. Dezember 1968 geboren und haben Sie sich auch für die Altersvorsorge der zweiten Säule entschieden, trifft das ebenfalls auf Sie zu.

Die Höhe Ihrer Rente errechnet sich individuell, und zwar aus

- der Summe Ihrer nach dem 31. Dezember 1998 gezahlten Beiträge,
- dem Anfangskapital und
- der in Monate umgerechneten durchschnittlichen Lebenserwartung von Personen im Rentenalter.

Rentenformel:

$$\frac{\text{Summe Beiträge + Anfangskapital}}{\text{Durchschnittliche Lebenserwartung}}$$

Haben Sie Fragen dazu, wenden Sie sich bitte an Ihren polnischen Rentenversicherungs-träger.

Je mehr Beiträge Sie gezahlt haben, umso höher ist Ihre Rente. Wenn Sie wissen möchten, wie hoch Ihre persönliche Rente ist, können Sie sich mit Hilfe des Rentenrechners unter www.zus.pl informieren. Dieser Rentenrechner berechnet die voraussichtliche Höhe Ihrer Renten aus der ersten und zweiten Säule. Dabei handelt es sich um eine Prognose.

Das Anfangskapital berücksichtigt die vor dem 1. Januar 1999 zurückgelegten Beitragszeiten und beitragsfreien Zeiten. Für die Berechnung wird fiktiv die Höhe der Altersrente bestimmt, die Sie am 1. Januar 1999 erhalten hätten. Dieser Betrag wird mit der durchschnittlich zu erwartenden Lebensdauer von Frauen beziehungsweise von Männern im Alter von 62 Jahren multipliziert.

Ihr persönliches Anfangskapital wird einmalig berechnet, dann in Ihrem Versicherungskonto vermerkt und bis zum Eintritt des Rentenalters angepasst.

Beitragszeiten und beitragsfreie Zeiten

Jeder Lebenslauf ist individuell. Zu den Beitragszeiten zählen Zeiten als Arbeitnehmer, als Selbständiger oder als Heimarbeiter, Zeiten in der landwirtschaftlichen Produktionsgenossenschaft – Rolnicza Spółdzielnia

Produkcyjna –, außerdem auch Zeiten einer Tätigkeit aufgrund eines Agentur- und Auftragsvertrages, Zeiten des Grundwehrdienstes oder Ausbildungszeiten sowie andere Zeiträume, die von der Sozialversicherung erfasst waren.

Zu den beitragsfreien Zeiten zählen Zeiten der Kindererziehung, Zeiten der Hochschulausbildung, Zeiten des Bezugs von Leistungen aus der Sozialversicherung und andere Zeiten. Beitragsfreie Zeiten werden bei der Prüfung eines Anspruchs auf eine Rentenleistung in einem Umfang von höchstens einem Drittel der anrechenbaren Beitragszeiten berücksichtigt.



Unser Tipp:

Lassen Sie sich vom polnischen Rentenversicherungsträger, sofern noch nicht erfolgt, über die Summe Ihrer erfassten Beiträge und über die Höhe Ihres persönlichen Anfangskapitals informieren. Er berechnet Ihnen auch gerne die Höhe Ihrer Rente.

Bitte lesen Sie auch die Broschüre „Arbeit und Rente in Europa“.

Es werden auch die Zeiten in einem anderen Mitgliedstaat der Europäischen Union und des Europäischen Wirtschaftsraumes sowie der Schweiz berücksichtigt.

Die vorzeitige Altersrente

Wenn Sie das für Sie geltende Rentenalter noch nicht erreicht haben, können Sie unter bestimmten Bedingungen eine vorzeitige Altersrente beanspruchen. Das gilt vor allem, wenn Sie in der Zeit vom 1. Januar 1949 bis 31. Dezember 1968 geboren sind und sich für die Altersvorsorge ohne zweite Säule entschieden haben. Möglich ist das unter anderem für einzelne Personengruppen, für die Sondervorschriften gelten, zum Beispiel für Bergleute, Eisenbahner, künstlerisch Tätige oder Lehrer. Ihr polnischer Rentenversicherungsträger berät Sie gern zu Ihren persönlichen Ansprüchen.



Haben Sie Fragen, wenden Sie sich bitte an Ihren polnischen Rentenversicherungsträger.

Die Höhe Ihrer individuellen Rente richtet sich nach der Summe Ihrer gezahlten Beiträge. Diese hängt von Ihrem Entgelt beziehungsweise Einkommen ab. Möchten Sie gerne wissen, wie hoch Ihre persönliche Rente ist, können Sie sich mit Hilfe des Rentenrechners unter www.zus.pl informieren.

Die Bemessungsgrundlage wird für jeden Berechtigten individuell errechnet und ist von dem in den Jahren erzielten Entgelt beziehungsweise Einkommen abhängig.

Beziehen Sie eine vorzeitige Altersrente, werden zusätzliche Einkünfte angerechnet. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrem polnischen Rentenversicherungsträger.

Polnische Renten sind einkommenssteuerpflichtig. Lassen Sie sich bitte von Ihrem zuständigen Finanzamt beraten.

Landwirte

Als Mitglied der Sozialversicherung der Landwirte können Frauen grundsätzlich ab dem 60. Lebensjahr und Männer ab dem 65. Lebensjahr eine Altersrente erhalten, wenn sie 25 Jahre von der landwirtschaftlichen Rentenversicherung erfasst waren.

Zu den erforderlichen Zeiten zählen Ihre eigenständige Mitgliedschaft in der Sozialversicherung der Landwirte oder Ihre Mitgliedschaft als Familienangehöriger eines versicherten Landwirtes.

Unser Tipp:

Es werden auch die Zeiten in einem anderen Mitgliedsstaat der Europäischen Union und des Europäischen Wirtschaftsraumes sowie der Schweiz berücksichtigt. Bitte lesen Sie auch die Broschüre „Arbeit und Rente in Europa“.

Waren Sie nicht so lange von der Sozialversicherung der Landwirte erfasst, wie es für den Anspruch erforderlich ist, können diese Zeiten in der allgemeinen Rentenversicherung berücksichtigt werden. Erkundigen Sie sich bitte bei Ihrem zuständigen Rentenversicherungsträger der allgemeinen Rentenversicherung.

Die Höhe Ihrer Altersrente als Landwirt orientiert sich an einer Grundaltersrente, deren Höhe mit Hilfe

- eines Beitragsteils und
- eines ergänzenden Teils

individuell angepasst und bestimmt wird. Für diese Komponenten wird jeweils ein Bemessungsindex festgelegt.

Informieren Sie sich aktuell auch unter www.krus.gov.pl bei der polnischen Landwirtschaftlichen Sozialversicherung KRUS.

Den ergänzenden Teil erhalten Sie aber nur, wenn Sie Ihre landwirtschaftliche Tätigkeit beendet haben.

Als Beitragsteil erhalten Sie jeweils ein Prozent der Grundaltersrente (2024: 1 429,60 zł) für jedes Jahr, in dem Sie von der Rentenversicherung erfasst waren.

Der ergänzende Teil beträgt 95 Prozent der Grundaltersrente, wenn für den Beitragsteil 20 oder weniger Jahre berücksichtigt worden sind. Für jedes volle Jahr darüber wird der ergänzende Teil um 0,5 Prozent der Grundaltersrente reduziert. Es müssen aber für den ergänzenden Teil mindestens 85 Prozent der Grundaltersrente verbleiben.

Der Beitragsteil und der ergänzende Teil dürfen insgesamt nicht niedriger sein als die Grundaltersrente.



Nicht oder nur teilweise erwerbsfähig – trotzdem aus Polen versorgt

Auch wenn Sie wegen einer Krankheit nur noch stundenweise oder gar nicht mehr arbeiten können, sind Sie durch die polnische Rentenversicherung geschützt.

Waren Sie in Polen sozialversicherungspflichtig tätig und hat sich Ihre Erwerbsfähigkeit gemindert, können Sie vom polnischen Rentenversicherungsträger eine Erwerbsminderungsrente bekommen. Damit soll Ihr gesundheitsbedingter Einkommensverlust ausgeglichen oder zumindest verringert werden.

Wann immer es möglich ist, versuchen die polnischen Rentenversicherungsträger, Sie wieder in das Erwerbsleben zu integrieren. Wer möchte schon gerne von der Gemeinschaft ausgeschlossen sein. Die zuständigen polnischen Rentenversicherungsträger beurteilen Ihre Erwerbsminderung und entscheiden individuell über eine Leistung, entweder in Form einer Rente – Erwerbsminderungsrente auf Zeit oder auf Dauer – und/oder in Form einer Maßnahme zur Wiedereingliederung (Rehabilitation, Umschulung einschließlich Ausbildungsrente). Schon als Berufsanfänger in jungen Jahren sind Sie durch die Gemeinschaft geschützt.

Die Erwerbsminderung muss grundsätzlich während der Versicherungszeit oder innerhalb von 18 Monaten nach Beendigung der Versicherung eingetreten sein. Ist die Erwerbsminderung infolge eines Unfalls oder aufgrund einer Berufskrankheit eingetreten, lassen Sie sich über die Möglichkeiten in Ihrem Fall beraten.

Sie können eine Erwerbsminderungsrente bekommen, wenn Sie in den letzten zehn Jahren vor Eintritt der Erwerbsminderung fünf Jahre von der Rentenversicherung erfasst waren.

Sind Sie jünger als 30 Jahre, verringert sich die erforderliche Versicherungszeit je nach Lebensalter sogar auf bis zu ein Jahr.

Unser Tipp:

Wenden Sie sich frühzeitig an Ihren zuständigen Rentenversicherungsträger (siehe Seiten 21 bis 23), damit er Sie gezielt über Ihre Ansprüche informieren kann. Reichen Sie ruhig auch bereits vorhandene ärztliche Untersuchungsberichte, soweit vorhanden mit Übersetzung in die deutsche Sprache, aus anderen Ländern der Europäischen Union und des Europäischen Wirtschaftsraumes mit ein.

Wenn Sie eine Erwerbsminderungsrente bekommen, werden zusätzliche Einkünfte angerechnet. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrem polnischen Rentenversicherungsträger.



Im Falle Ihres Todes sind Ihre Hinterbliebenen nicht allein

Gut zu wissen, dass nahe Angehörige im Todesfall vom polnischen Rentenversicherungsträger Rentenleistungen erhalten.

Der Ehepartner, Kinder, Enkel und Geschwister, aber auch die Eltern sind berechtigt, eine Hinterbliebenenrente zu erhalten. Zu den Kindern gehören eigene Kinder, Kinder des Ehepartners und Adoptivkinder. Zu den Ehepartnern gehören auch geschiedene beziehungsweise frühere Ehepartner.

Die Hinterbliebenenrenten werden aus der Versicherung des Verstorbenen gezahlt. Der Verstorbene muss für diesen Anspruch

- entweder bereits eine Rente bezogen haben oder
- die Voraussetzungen für eine Altersrente oder Erwerbsminderungsrente grundsätzlich erfüllt haben.

Bitte lesen Sie dazu die vorherigen Kapitel.

Um als Hinterbliebener eine Rente erhalten zu können, müssen Sie darüber hinaus bestimmte Kriterien erfüllen.

Als überlebender Ehepartner müssen Sie:

- das 50. Lebensjahr vollendet haben,
- erwerbsgemindert sein oder
- ein Kind erziehen, das das 16. Lebensjahr noch nicht vollendet hat.

Befindet sich das Kind in einer Ausbildung, verlängert sich die Kindererziehung bis zum 18. Lebensjahr, bei voller Erwerbsminderung des Kindes auch darüber hinaus.

Erfüllen Sie als überlebender Ehepartner keine der genannten Voraussetzungen, verfügen aber über keinerlei andere Einkünfte, können Sie zeitlich begrenzt für ein Jahr nach dem Tod eine Hinterbliebenenrente bekommen. Es können maximal zwei Jahre nach dem Tod sein, wenn Sie an einer Schulung teilnehmen, um Ihre Qualifikation für die Ausübung einer Erwerbstätigkeit zu erhalten.

Für Kinder sehen die Voraussetzungen wie folgt aus:

- bis zur Vollendung des 16. Lebensjahres unabhängig von weiteren Kriterien,
- wenn sie das 16. Lebensjahr vollendet haben, bis zum Abschluss einer Schulausbildung längstens aber bis zum 25. Lebensjahr, oder
- unabhängig vom Alter, wenn sie voll erwerbsgemindert sowie außerstande sind, sich selbst zu unterhalten.

Unser Tipp:

Für geschiedene Ehegatten, Enkel, Geschwister und Eltern bestehen sehr spezifische Anspruchsvoraussetzungen (Unterhaltstitel vom Gericht, Haushaltsaufnahme und andere). Wir empfehlen Ihnen, sich von Ihrem polnischen Rentenversicherungsträger beraten zu lassen. Manche Themen lassen sich leichter im persönlichen Gespräch erklären.

Bekommen Sie eine Hinterbliebenenrente, werden zusätzliche Einkünfte angerechnet. Seit dem 1. Juli 2025 können Sie eine Hinterbliebenenrente und gleichzeitig Ihre eigene Alters- oder Invaliditätsrente nach Ihrer Wahl erhalten. Das gilt, wenn Ihr Anspruch auf Hinterbliebenenrente

→ als Frau frühestens mit dem 55. Lebensjahr oder

→ als Mann frühestens mit dem 60. Lebensjahr entstanden ist. Sie können diese Zahlung bei Ihrem polnischen Rentenversicherungsträger beantragen. Lassen Sie sich dort dazu beraten.



Der Rentenantrag

Ob Sie eine polnische Rente bekommen können, entscheidet der polnische Rentenversicherungsträger. Er prüft die Anspruchsvoraussetzungen, stellt die Rentenhöhe fest und stimmt mit Ihnen die Zahlungsmodalitäten ab.

Wenn Sie in Deutschland wohnen, können Sie Ihren Antrag bei Ihrem zuständigen Rentenversicherungsträger hier in Deutschland stellen. Grundsätzlich sollten Sie Ihren Rentenantrag immer in dem Land stellen, in dem Sie wohnen. Aber keine Angst, geht der Antrag bei einem nicht zuständigen Träger ein, wird dieser ihn an den zuständigen Träger weiterleiten.

Ihren Rentenantrag nehmen die im Kapitel „Nur einen Schritt entfernt: Ihre Rentenversicherung“ genannten Stellen entgegen.

Wollen Sie aus verschiedenen Mitgliedstaaten eine Rente beziehen, müssen Sie nicht bei allen beteiligten Versicherungsträgern einen Antrag stellen. Der in Polen, Deutschland oder einem anderen Mitgliedstaat gestellte Antrag gilt dann gleichzeitig für jeden Mitgliedstaat.

Unser Tipp:

Bitte vergessen Sie nicht, in Ihrem Antrag auch die ausländischen Zeiten und, soweit bekannt, Ihre dortige Versicherungsnummer oder das Aktenzeichen anzugeben.

Ihre Ansprechpartner in Polen und Deutschland

Für die allgemeine Rentenversicherung in Polen ist zuständig:

Sozialversicherungsanstalt Warschau
Zakład Ubezpieczeń Społecznych (ZUS)
ul. Szamocka 3, 5
01-748 WARSZAWA
POLEN
Internet www.zus.pl

Nutzen Sie die
Informationen im
Internet.

Ihre Fragen beantwortet Ihnen auch:

- jede regionale Zweigstelle der Sozialversicherungsanstalt Warschau ZUS Oddział
- jedes örtliche Inspektorat/jede Beratungsstelle
- die ZUS Opole Wydział Realizacji Umów Międzynarodowych
ul. Wrocławska 24
45-701 OPOLE
POLEN

Für die landwirtschaftliche Rentenversicherung in Polen ist zuständig:

Zentrale der Kasse der Landwirtschaftlichen Sozialversicherung Warschau
Kasą Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego,
– Centrala – (KRUS),
Al. Niepodległości 190
00-608 WARSZAWA
POLEN
Internet www.krus.gov.pl

Ihre Fragen beantwortet Ihnen auch:

- jede regionale Zweigstelle der Landwirtschaftskasse KRUS
- jede örtliche Beratungsstelle
- die KRUS Ostrów Wielkopolski
ul. Krotoszyńska 41
63-400 OSTRÓW WIELKOPOLSKI
POLEN



Selbstverständlich können Sie sich auch an Ihren deutschen Versicherungsträger wenden. Für Ihre Fragen und Anträge im Verhältnis zu Polen sind in Deutschland diese Versicherungsträger zuständig:

- Deutsche Rentenversicherung Bund,
- Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See und
- Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg.

Haben Sie Ihren letzten deutschen Beitrag an die Deutsche Rentenversicherung Bund (ehemals Bundesversicherungsanstalt für Angestellte) gezahlt, wenden Sie sich bitte an die:

Deutsche Rentenversicherung Bund

Kostenloses Servicetelefon 0800 1000 48070

Telefon 030 865-0

Fax 030 865-27240

Videoberatung nach vorheriger Terminvereinbarung

E-Mail: meinefrage@drv-bund.de

Internet: www.deutsche-rentenversicherung-bund.de

Haben Sie zu irgendeinem Zeitpunkt mindestens einen deutschen Beitrag zur Deutschen Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See (ehemals Bundesknappschaft, Bahnversicherungsanstalt und Seekasse) gezahlt, ist für Sie Ansprechpartner die:

Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See
Kostenloses Servicetelefon 0800 1000 48080
Telefon 0234 304-0
Fax 0234 304-66050
Videoberatung nach vorheriger Terminvereinbarung
E-Mail: zentrale@kbs.de
Internet: www.kbs.de

Haben Sie Ihren letzten deutschen Beitrag an einen Regionalträger (ehemalige Landesversicherungsanstalten) gezahlt, ist für Sie Ansprechpartner die:

Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg
Kostenloses Servicetelefon 0800 1000 48025
Telefon 0335 551-0 (Frankfurt-Oder)
030 3002-0 (Berlin)
Fax 0335 551-1295
Videoberatung nach vorheriger Terminvereinbarung
E-Mail: kundenservice@drv-berlin-brandenburg.de
Internet: www.deutsche-rentenversicherung-berlin-brandenburg.de

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

Bitte beachten Sie:

Die Antwort auf die Frage, welcher Träger für Sie zuständig ist, wurde hier nur vereinfacht dargestellt. Sie haben aber keine Nachteile, wenn Sie Ihre Anfrage oder Ihren Antrag an einen unzuständigen Versicherungsträger richten. Er wird Ihr Anliegen an den zuständigen Träger weiterleiten.



Rente und vieles mehr

Die Leistungen der polnischen Sozialversicherung insgesamt gehen weit über die Zahlung von Rentenleistungen aufgrund von Alter, Erwerbsminderung oder Tod hinaus.

Auch bei Krankheit, Arbeitslosigkeit oder nach einem Unfall wird in Polen für Ihre soziale Sicherheit gesorgt.

Die Krankenversicherung zahlt Ihre ärztliche Versorgung, Krankenhausbehandlungen und andere medizinische Leistungen im Rahmen der Prophylaxe, der Diagnose, der Versorgung mit Arzneimitteln und Hilfsmitteln. Sie gewährt auch Leistungen zur Rehabilitation.

Die Versicherung bei Arbeitsunfähigkeit und Mutterschaft gewährt Krankengeld, Rehabilitationsleistungen, Übergangsgeld, Betreuungsgeld und Mutterschaftsgeld.

Die Arbeitslosenversicherung unterstützt Sie bei der Arbeitssuche und vermittelt Arbeit, gegebenenfalls zahlt Sie Ihnen vorübergehend Arbeitslosengeld. Sie trifft auch Maßnahmen zur Beschäftigungsförderung, zum Beispiel durch Schulungen, Darlehen für die Schaffung neuer Arbeitsplätze und für Existenzgründungen. Darüber hinaus gewährt sie Stipendien.

Die Unfallversicherung gewährt Renten, Beihilfen, Zulagen, einmalige Entschädigungen sowie Krankengeld wegen Arbeitsunfähigkeit aufgrund eines Unfalls oder einer Berufskrankheit.

Machen Sie sich keine Sorgen. Auch für diese Zweige finden Sie bei der Deutschen Rentenversicherung immer einen kompetenten Ansprechpartner, der Ihnen weiterhilft und Ihnen die jeweils zuständigen Stellen des polnischen Nationalen Gesundheitsfonds (Narodowy Fundusz Zdrowia – NFZ), der polnischen Arbeitsämter, der polnischen Sozialversicherungsanstalt (Zakład Ubezpieczeń Społecznych – ZUS) sowie der Kasse der Landwirtschaftlichen Sozialversicherung (Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego – KRUS) nennt.



Wir beraten vor Ort

Die Deutsche Rentenversicherung bietet speziell für Versicherte mit ausländischen Versicherungszeiten regelmäßig Internationale Beratungstage an.

Für länderübergreifende Beratungen in allen Fragen der gesetzlichen Rentenversicherung sind neben deutschen Beratern auch Kollegen der polnischen Rentenversicherung vor Ort. Sie beraten Sie rund um das polnische Rentenrecht.

Orte und Termine finden Sie im Internet unter www.deutsche-rentenversicherung.de in der Rubrik Services → Kontakt und Beratung. Am kostenlosen Servicetelefon informieren Sie die Mitarbeiter unter 0800 1000 4800 über das Angebot.

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 551-0

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 58 Millionen Versicherte und über 21 Millionen Rentner.

Die Broschüre ist Teil unseres umfangreichen Beratungsangebotes.

Wir informieren.
Wir beraten. Wir helfen.
Die Deutsche Rentenversicherung.