



# HAMBOORG.CITY

Nền tảng miễn phí cho người nước ngoài tại Đức

- ✓ Trợ lý 24/7 bằng ngôn ngữ của bạn
- ✓ Máy quét tài liệu chính thức
- ✓ Nhắc nhở về thời hạn
- ✓ Máy tính trợ cấp

**hamboorg.city — là và sẽ luôn MIỄN PHÍ**

## Mang theo quyền hưởng lương hưu — Nhận lương hưu từ Đức ở nước ngoài

Lương hưu của bạn không bị mất: Cách bạn thực hiện quyền hưởng lương hưu Đức ở nước ngoài và những điều cần lưu ý.

**Deutsche Begriffe:** Rente | Rentenversicherung | DRV | Rentenanspruch | Sozialversicherung

## Mang theo quyền hưởng lương hưu — Nhận lương hưu từ Đức ở nước ngoài

### Lương hưu của bạn được bảo vệ

Nếu bạn đã làm việc ở Đức và nộp tiền vào **Rentenversicherung**, những quyền hưởng này **sẽ không bị mất** — ngay cả khi bạn rời Đức. Deutsche Rentenversicherung (DRV) trả lương hưu trên toàn thế giới.

### Thời gian bảo hiểm tối thiểu

Để nhận lương hưu, bạn cần:

- **5 năm** (60 tháng) thời gian nộp tiền — gọi là **thời gian chờ**
- Các thời gian nộp tiền từ các nước EU khác được cộng lại (Quy định EU)
- Với một số nước không thuộc EU có **Hiệp định bảo hiểm xã hội** (ví dụ: Thổ Nhĩ Kỳ, Maroc, Tunisia)

### Lương hưu trong EU

Trong **EU/EEA** (và Thụy Sĩ) rất đơn giản:

- Lương hưu được chuyển **không có cắt giảm** sang nước ngoài EU
- Các thời gian nộp tiền từ tất cả các nước EU được **cộng lại**
- Bạn nộp đơn xin lương hưu ở quốc gia nơi bạn cư trú — các cơ quan điều phối lẫn nhau

## Lương hưu bên ngoài EU

Lương hưu cũng được chuyển sang các nước không phải EU, **nhưng**:

- **Cắt giảm có thể xảy ra** đối với các loại lương hưu nhất định (ví dụ: lương hưu khuyết tật lao động)
- Không tự động cộng các thời gian bảo hiểm (trừ khi có Hiệp định bảo hiểm xã hội)
- Phí ngân hàng cho chuyển khoản quốc tế

Các nước có Hiệp định bảo hiểm xã hội (Lựa chọn):

Thổ Nhĩ Kỳ, Ma Rốc, Tunisia, Bosnia-Herzegovina, Serbia, Croatia, Bắc Macedonia, Israel, Hoa Kỳ, Canada, Nhật Bản, Hàn Quốc, Ấn Độ, Trung Quốc, Brazil, v.v.

## Bạn phải làm gì?

Trước khi rời đi

- 1. Yêu cầu lịch sử bảo hiểm** từ DRV (miễn phí)
- 2. Kiểm tra xem tất cả thời gian nộp tiền** có được ghi lại chính xác không
- 3. Ghi lại số bảo hiểm xã hội** và lưu trữ an toàn

Ở nước ngoài

- 1. Thông báo thay đổi địa chỉ** cho DRV
- 2. Chứng chỉ sống** (Chứng chỉ hiện hữu) — gửi thường xuyên cho DRV
- 3. Nộp đơn xin lương hưu** đúng thời hạn (sớm nhất là 3 tháng trước tuổi hưởng lương hưu)

## Liên hệ với DRV

- **Đường dây nóng miễn phí:** 0800 1000 4800 (từ Đức)
- **Từ nước ngoài:** +49 30 865-0

- **Trực tuyến:** [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de)
- **Trung tâm dịch vụ:** Tư vấn cá nhân ở mỗi thành phố lớn

## Mẹo

- Lấy **thông báo lương hưu trước khi rời đi** — để bạn biết chính xác những gì cần mong đợi
- Giữ lại tất cả **chứng chỉ công việc** và **bảng lương**
- Nếu bạn đã nộp tiền dưới 5 năm: Kiểm tra xem **hoàn lại tiền đóng góp** có khả năng không (đối với công dân ngoài EU sau 24 tháng chờ)
- DRV có **các văn phòng liên lạc** ở nhiều nước — họ giúp đỡ trong việc điều phối

Ban biên tập hamboorg.city · Cập nhật: tháng 4/2026 · Được chuẩn bị kỹ lưỡng, cập nhật thường xuyên. Nội dung mang tính thông tin và không thay thế tư vấn pháp lý.