



# HAMBOORG.CITY

Kostenlose Plattform für Ausländer in Deutschland

- ✓ 24/7-Assistent in Ihrer Sprache
- ✓ Amtliches Dokumenten-Scanner
- ✓ Terminerinnerungen
- ✓ Leistungsrechner

**hamboorg.city — ist und bleibt KOSTENLOS**

## Deutsche Rente berechnen — Rentenformel, Entgeltpunkte und Tipps

Wie die deutsche Rente berechnet wird, was Entgeltpunkte sind und wie Sie Ihren Rentenanspruch prüfen können.

**Deutsche Begriffe:** Rente | Rentenversicherung | Entgeltpunkte | Rentenformel | Rentenbescheid | Regelaltersgrenze

### Wie funktioniert die gesetzliche Rente?

Die **gesetzliche Rentenversicherung** (GRV) ist das wichtigste Standbein der Altersvorsorge in Deutschland. Sie funktioniert nach dem **Umlageverfahren**: Die Beiträge der heute Beschäftigten finanzieren die Renten der heutigen Rentner.

Wer zahlt ein?

Jeder **Arbeitnehmer** in Deutschland zahlt automatisch in die Rentenversicherung ein:

- **Beitragssatz (2026):** 18,6 % des Bruttogehalts
- **Arbeitgeber und Arbeitnehmer** zahlen je die Hälfte (9,3 %)
- **Beitragsbemessungsgrenze (West):** 8.450 €/Monat — auf Einkommen darüber werden keine Beiträge erhoben

Wer ist pflichtversichert?

- **Arbeitnehmer** (angestellt)
- **Auszubildende**
- **Minijobber** (können sich befreien lassen, aber: dann weniger Rentenanspruch!)
- **Pflichtversicherte Selbstständige** (z. B. Handwerker, Künstler)

- **Kindererziehungszeiten** — werden automatisch angerechnet (ca. 1 Entgeltpunkt pro Kind)

## Die Rentenformel

Ihre monatliche Rente wird mit einer **einfachen Formel** berechnet:

$$> \text{Monatsrente} = \text{Entgeltpunkte} \times \text{Zugangsfaktor} \times \text{Rentenartfaktor} \times \text{aktueller Rentenwert}$$

Die vier Faktoren erklärt

#### 1. Entgeltpunkte (EP)

Für jedes Beitragsjahr erhalten Sie **Entgeltpunkte**:

- Verdienen Sie genau das **Durchschnittsgehalt** (2026: ca. 45.358 €/Jahr), erhalten Sie **1,0 Entgeltpunkte** für das Jahr
- Verdienen Sie das Doppelte → **2,0 EP** (max. ca. 2,1 EP wegen Bemessungsgrenze)
- Verdienen Sie die Hälfte → **0,5 EP**
- **Summe aller EP** über Ihr gesamtes Berufsleben = Ihre gesamten Entgeltpunkte

#### 2. Zugangsfaktor

- **1,0** bei Renteneintritt zum regulären Zeitpunkt (Regelaltersgrenze)
- **0,997** pro Monat bei vorzeitigem Renteneintritt (Abschlag: 0,3 %/Monat, max. 14,4 %)
- **1,005** pro Monat bei späterem Renteneintritt (Zuschlag: 0,5 %/Monat)

#### 3. Rentenartfaktor

- **Altersrente:** 1,0
- **Erwerbsminderungsrente (voll):** 1,0
- **Erwerbsminderungsrente (teilweise):** 0,5
- **Witwen-/Witwerrente (groß):** 0,55

#### 4. Aktueller Rentenwert

Der Wert eines Entgeltpunkts in Euro. Wird **jährlich angepasst**:

Jahr	Rentenwert (West)	Rentenwert (Ost)
2024	40,79 €	40,79 € (seit 2024 angeglichen)
2025	ca. 40,00 €	ca. 40,00 €
2026	wird im Juli bekanntgegeben	wird im Juli bekanntgegeben

## Rechenbeispiel

- **40 Jahre** gearbeitet, immer **Durchschnittsgehalt** → 40 Entgeltpunkte
- Renteneintritt mit **67 Jahren** (Regelaltersgrenze) → Zugangsfaktor 1,0
- **Altersrente** → Rentenartfaktor 1,0
- **Rentenwert 2025:** 40,79 €
- **Monatsrente:**  $40 \times 1,0 \times 1,0 \times 40,79 = 1.572,80 \text{ € brutto}$

Davon gehen noch **Kranken- und Pflegeversicherung** ab (ca. 11 %) → **Nettorente: ca. 1.400 €**

## Regelaltersgrenze — wann kann ich in Rente?

Die Regelaltersgrenze steigt schrittweise auf **67 Jahre**:

Geburtsjahr	Regelaltersgrenze
1958	66 Jahre
1959	66 Jahre + 2 Monate
1960	66 Jahre + 4 Monate
1961	66 Jahre + 6 Monate
1962	66 Jahre + 8 Monate
1963	66 Jahre + 10 Monate
<b>Ab 1964</b>	<b>67 Jahre</b>

## Früher in Rente — mit Abschlägen

Sie können ab **63 Jahren** in Rente gehen — aber mit **Abschlägen** (0,3 % pro vorzeitigem Monat):

- 4 Jahre früher = **14,4 % weniger Rente** — lebenslang!

## Rente mit 63 — ohne Abschlag

Möglich mit **45 Versicherungsjahren** (lange Versicherung). Zählen: Pflichtbeiträge, Kindererziehung, Pflege, Arbeitslosengeld (nicht Bürgergeld).

## Mindestversicherungszeit (Wartezeit)

Rentenart	Mindest-Wartezeit
Regelaltersrente	<b>5 Jahre</b>
Erwerbsminderungsrente	<b>5 Jahre</b> (davon 3 Jahre Pflichtbeiträge in letzten 5 Jahren)
Rente für langjährig Versicherte	<b>35 Jahre</b>
Rente für besonders langjährig Versicherte	<b>45 Jahre</b>

## Rentenbescheid und Renteninformation

### Renteninformation

Ab **27 Jahren** und **5 Beitragsjahren** erhalten Sie jährlich eine **Renteninformation** per Post. Sie zeigt:

- Bisher erworbene **Entgeltpunkte**
- **Hochrechnung** der Rente bei weiterem Einzahlen
- Aktuelle **Erwerbsminderungsrente** (falls Sie jetzt erwerbsunfähig würden)

### Rentenkonto prüfen

Ihr **Versicherungsverlauf** (Rentenkonto) sollte **alle Zeiten** enthalten:

- Beschäftigungszeiten
- Ausbildung, Studium (Anrechnungszeiten)
- Kindererziehung (3 Jahre pro Kind)
- Arbeitslosigkeit, Krankheit
- **Zeiten im Ausland** — bei Sozialversicherungsabkommen!

**Kontenklärung:** Prüfen Sie Ihr Rentenkonto und melden Sie fehlende Zeiten. Formular V0100 bei der Deutschen Rentenversicherung.

## Rente und Ausländer

### Anspruch für Ausländer

- **Jeder**, der in Deutschland Rentenversicherungsbeiträge zahlt, erwirbt **Rentenansprüche** — unabhängig von der Staatsangehörigkeit

- **Minijobber:** Wenn Sie sich nicht befreien lassen, zahlen Sie ebenfalls ein (3,6 % Eigenanteil)
- **5 Jahre Wartezeit** für die Regelaltersrente

## Rente bei Rückkehr ins Heimatland

Situation	Rentenanspruch
<b>EU/EWR/Schweiz</b>	Voller Anspruch, wird ins Ausland gezahlt
<b>Sozialversicherungsabkommen</b> (z. B. Türkei, Marokko, Tunesien)	Ansprüche werden verrechnet, Rente wird ausgezahlt
<b>Kein Abkommen</b>	Rente wird ausgezahlt, aber Beiträge vor 1992 ggf. nicht berücksichtigt

## Beitragserstattung

Wenn Sie Deutschland **endgültig verlassen** und weniger als 5 Jahre eingezahlt haben, können Sie unter bestimmten Voraussetzungen eine **Beitragserstattung** beantragen (nach 24 Monaten Wartezeit nach Ausreise). **Achtung:** Damit verlieren Sie alle Rentenansprüche!

**Empfehlung:** Prüfen Sie sorgfältig, ob eine Erstattung sinnvoll ist — oft ist es besser, die Ansprüche zu behalten und später eine (kleine) Rente zu erhalten.

## Tipps

- 1. Rentenkonto prüfen** — fehlende Zeiten ergänzen lassen (Kontenklärung)
- 2. Nicht vom Minijob befreien** — lieber kleine Beiträge zahlen als gar keine
- 3. Kindererziehungszeiten anrechnen lassen** — 3 Jahre pro Kind, beim Rentenversicherungsträger beantragen
- 4. Sozialversicherungsabkommen kennen** — wenn Ihr Heimatland eines hat, werden Zeiten addiert
- 5. Private Vorsorge** — die gesetzliche Rente allein reicht oft nicht, zusätzlich mit bAV, ETFs oder Riester vorsorgen
- 6. Beratung nutzen** — kostenlose Beratung bei der Deutschen Rentenversicherung (14.000 Beratungsstellen, auch am Telefon: 0800 1000 4800)