



hamboorg.city

Υπολογισμός Γερμανικής Σύνταξης — Τύπος Rente, Entgeltpunkte και Συμβουλές

Πώς υπολογίζεται η γερμανική σύνταξη, τι είναι τα Entgeltpunkte και πώς να ελέγξετε τα δικαιώματά σας.

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

Πώς λειτουργεί το νόμιμο σύστημα συντάξεων;

Η **νόμιμη ασφάλιση συντάξεων** (GRV) είναι το σημαντικότερο θεμέλιο της σύνταξης στη Γερμανία. Λειτουργεί σύμφωνα με το **σύστημα διανομής**: Οι εισφορές των σήμερα εργαζομένων χρηματοδοτούν τις συντάξεις των σημερινών συνταξιούχων.

Ποιος εισφέρει;

Κάθε **εργαζόμενος** στη Γερμανία εισφέρει αυτόματα στην ασφάλιση συντάξεων:

- **Ποσοστό εισφοράς (2026):** 18,6% του μικτού μισθού
- **Ο εργοδότης και ο εργαζόμενος** καταβάλλουν ο καθένας το μισό (9,3%)
- **Ανώτατο όριο αποτίμησης εισφοράς (Δύση):** 7.550 €/μήνα — δεν υπολογίζονται εισφορές σε εισόδημα πάνω από αυτό

Ποιος έχει υποχρέωση ασφάλισης;

- **Εργαζόμενοι** (μισθωτοί)
- **Μαθητευόμενοι**
- **Εργαζόμενοι σε θέσεις με μερικό ωράριο (Minijobber)** (μπορούν να απαλλαγούν, αλλά: λιγότερα δικαιώματα σύνταξης!)
- **Αυτοαπασχολούμενοι με υποχρέωση ασφάλισης** (π.χ. τεχνίτες, καλλιτέχνες)
- **Χρόνοι φροντίδας παιδιών** — υπολογίζονται αυτόματα (περίπου 1 Entgeltpunkt ανά παιδί)

Ο τύπος Rentenformel

Η μηνιαία σύνταξή σας υπολογίζεται με έναν **απλό τύπο**:

> **Μηνιαία σύνταξη = Entgeltpunkte × Συντελεστής πρόσβασης × Συντελεστής είδους Rente × Τρέχουσα τιμή Rente**

Επεξήγηση των τεσσάρων παραγόντων

1. Entgeltpunkte (EP)

Για κάθε έτος συνεισφοράς λαμβάνετε **Entgeltpunkte**:

- Αν κερδίζετε ακριβώς το **μέσο εθνικό μισθό** (2026: περίπου 45.358 €/έτος), λαμβάνετε **1,0 Entgeltpunkte** για το έτος
- Κερδίζετε το διπλάσιο → **2,0 EP** (μέγιστο περίπου 2,1 EP λόγω ορίου αποτίμησης)
- Κερδίζετε το μισό → **0,5 EP**
- **Σύνολο όλων των EP** κατά τη διάρκεια της καριέρας σας = Συνολικά Entgeltpunkte σας

2. Συντελεστής πρόσβασης

- **1,0** κατά την αποχώρηση σε κανονικό χρόνο (Regelaltersgrenze)
- **0,997** ανά μήνα κατά την πρόωρη αποχώρηση (Μείωση: 0,3%/μήνα, μέγιστο 14,4%)
- **1,005** ανά μήνα κατά την καθυστερημένη αποχώρηση (Αύξηση: 0,5%/μήνα)

3. Συντελεστής είδους Rente

- **Σύνταξη γήρατος**: 1,0
- **Σύνταξη αναπηρίας (πλήρης)**: 1,0
- **Σύνταξη αναπηρίας (μερική)**: 0,5
- **Σύνταξη χήρας/χήρου (πλήρης)**: 0,55

4. Τρέχουσα τιμή Rente

Η τιμή ενός Entgeltpunkt σε ευρώ. Προσαρμόζεται **ετησίως**:

Έτος	Τιμή Rente (Δύση)	Τιμή Rente (Ανατολή)
2024	39,32 €	39,32 € (ευθυγραμμισμένη από το 2024)
2025	περίπου 40,00 €	περίπου 40,00 €
2026	θα ανακοινωθεί τον Ιούλιο	θα ανακοινωθεί τον Ιούλιο

Παράδειγμα υπολογισμού

- **40 χρόνια** εργασίας, πάντα με **μέσο μισθό** → 40 Entgeltpunkte
- Αποχώρηση στα **67 χρόνια** (Regelaltersgrenze) → Συντελεστής πρόσβασης 1,0
- **Σύνταξη γήρατος** → Συντελεστής είδους Rente 1,0
- **Τιμή Rente 2025:** 39,32 €
- **Μηνιαία σύνταξη:** $40 \times 1,0 \times 1,0 \times 39,32 = 1.572,80 \text{ €}$ **μικτή**

Από αυτά αφαιρείται **ασφάλιση υγείας και νοσηλείας** (περίπου 11%) → **Καθαρή σύνταξη: περίπου 1.400 €**

Regelaltersgrenze — Πότε μπορώ να συνταξιοδοτηθώ;

Η κανονική ηλικία συνταξιοδότησης αυξάνεται σταδιακά σε **67 χρόνια**:

Έτος γέννησης	Κανονική ηλικία συνταξιοδότησης
1958	66 χρόνια
1959	66 χρόνια + 2 μήνες
1960	66 χρόνια + 4 μήνες
1961	66 χρόνια + 6 μήνες
1962	66 χρόνια + 8 μήνες
1963	66 χρόνια + 10 μήνες
Από το 1964 και μετά	67 χρόνια

Πρόωρη συνταξιοδότηση — με μειώσεις

Μπορείτε να συνταξιοδοτηθείτε από τα **63 χρόνια** — αλλά με **μειώσεις** (0,3% ανά πρόωρο μήνα):

- 4 χρόνια νωρίτερα = **14,4% λιγότερη σύνταξη** — δια βίου!

Σύνταξη στα 63 — χωρίς μείωση

Δυνατό με **45 χρόνια ασφάλισης** (μακρά ασφάλιση). Μετράνε: υποχρεωτικές εισφορές, φροντίδα παιδιών, φροντίδα, επίδομα ανεργίας (όχι Bürgergeld).

Ελάχιστος χρόνος ασφάλισης (Περίοδος αναμονής)

Είδος σύνταξης	Ελάχιστη περίοδος αναμονής
Σύνταξη γήρατος	5 χρόνια
Σύνταξη αναπηρίας	5 χρόνια (3 χρόνια υποχρεωτικών εισφορών τα τελευταία 5 χρόνια)
Σύνταξη για μακρόχρονα ασφαλισμένα άτομα	35 χρόνια
Σύνταξη για πολύ μακρόχρονα ασφαλισμένα άτομα	45 χρόνια

Rentenbescheid και Ενημέρωση Rente

Ενημέρωση Rente

Από τα **27 χρόνια** και **5 χρόνια ασφάλισης** λαμβάνετε κάθε χρόνο **Ενημέρωση Rente** με το ταχυδρομείο. Δείχνει:

- Ήδη αποκτηθέντα **Entgeltpunkte**
- **Πρόβλεψη** της σύνταξης αν συνεχίσετε να εισφέρετε
- Τρέχουσα **σύνταξη αναπηρίας** (αν γίνατε ανίκανος για εργασία τώρα)

Έλεγχος λογαριασμού Rente

Ο **κατάλογος ασφάλισης** σας (Λογαριασμός Rente) πρέπει να περιέχει **όλες τις περιόδους**:

- Περιόδους απασχόλησης
- Κατάρτιση, σπουδές (Περίοδοι αποδεκτές)
- Φροντίδα παιδιών (3 χρόνια ανά παιδί)
- Ανεργία, ασθένεια
- **Περίοδοι στο εξωτερικό** — με συμφωνίες κοινωνικής ασφάλισης!

Διευκρίνιση λογαριασμού: Ελέγξτε το λογαριασμό Rente σας και αναφέρετε τις περιόδους που λείπουν. Έντυπο V0100 στη Γερμανική Υπηρεσία Συντάξεων.

Σύνταξη και Αλλοδαποί

Δικαίωμα σύνταξης για αλλοδαπούς

- **Οποιοσδήποτε** που καταβάλλει εισφορές ασφάλισης συντάξεων στη Γερμανία αποκτά **δικαιώματα σύνταξης** — ανεξάρτητα από τη δημοτικότητα

- **Εργάτες μερικής απασχόλησης:** Αν δεν απαλλαγείτε, εισφέρετε επίσης (3,6% δικό σας μέρος)
- **5 χρόνια περίοδος αναμονής** για σύνταξη γήρατος

Σύνταξη κατά την επιστροφή στον τόπο προέλευσης

Κατάσταση	Δικαίωμα σύνταξης
ΕΕ/ΕΟΧ/Ελβετία	Πλήρες δικαίωμα, καταβάλλεται στο εξωτερικό
Συμφωνία κοινωνικής ασφάλισης (π.χ. Τουρκία, Μαρόκο, Τυνησία)	Δικαιώματα συμψηφίζονται, σύνταξη καταβάλλεται
Χωρίς συμφωνία	Σύνταξη καταβάλλεται, αλλά εισφορές πριν το 1992 ενδέχεται να μην υπολογιστούν

Επιστροφή εισφορών

Αν **φύγετε μόνιμα** από τη Γερμανία και έχετε εισφέρει λιγότερο από 5 χρόνια, μπορείτε υπό ορισμένες προϋποθέσεις να ζητήσετε **επιστροφή εισφορών** (μετά από 24 μήνες αναμονής μετά την αναχώρηση). **Προσοχή:** Θα χάσετε όλα τα δικαιώματα σύνταξης!

Σύσταση: Σκεφθείτε προσεκτικά αν η επιστροφή είναι χρήσιμη — συχνά είναι καλύτερο να διατηρήσετε τα δικαιώματα και να λάβετε (μικρή) σύνταξη αργότερα.

Συμβουλές

- 1. Ελέγξτε το λογαριασμό Rente** — κάντε συμπληρώσει τις περιόδους που λείπουν (Διευκρίνιση λογαριασμού)
- 2. Μην απαλλαγείτε από Minijob** — προτιμότερο να πληρώνετε μικρές εισφορές παρά καθόλου
- 3. Κάντε τους χρόνους φροντίδας παιδιών να δηλωθούν** — 3 χρόνια ανά παιδί, ζητήστε στον φορέα ασφάλισης
- 4. Γνωρίστε τις συμφωνίες κοινωνικής ασφάλισης** — αν ο τόπος προέλευσης έχει μία, οι περίοδοι προστίθενται
- 5. Ιδιωτική αποταμίευση** — η νόμιμη σύνταξη μόνο δεν αρκεί, αποταμιεύστε επιπλέον με bAV, ETF ή Riester
- 6. Χρησιμοποιήστε την συμβουλευτική** — δωρεάν συμβουλή στη Γερμανική Υπηρεσία Συντάξεων (14.000 τοποθεσίες, και τηλεφωνικά: 0800 1000 4800)

--- Κατάσταση: Μάρτιος 2026. Όλες οι πληροφορίες χωρίς εγγύηση.

hamboorg.city/knowledge/article/rentenrechner-info/
hamboorg.city jest i zawsze będzie za darmo