**HAMBOORG.CITY**

Δωρεάν πλατφόρμα για αλλοδαπούς στη Γερμανία

✓ Βοηθός 24/7 στη δική σας γλώσσα
✓ Σαρωτής επίσημων εγγράφων
✓ Υπενθυμίσεις προθεσμιών
✓ Υπολογιστές παροχών

**hamboorg.city — είναι και θα παραμείνει ΔΩΡΕΆΝ**

# 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):** 8.450 €/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 | 40,79 € | 40,79 € (ευθυγραμμισμένη από το 2024) |

| Έτος | Τιμή Rente (Δύση) | Τιμή Rente (Ανατολή) |
|---|---|---|
| 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:** 40,79 €

• **Μηνιαία σύνταξη:** 40 × 1,0 × 1,0 × 39,32 = **1.572,80 € 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
- **Περιόδοι στο εξωτερικό** — με συμφωνίες κοινωνικής ασφάλισης!

**Διευκρίνηση 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 περιόδοι 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)

---

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