

Stiftung  
Warentest  
Finanztest



# Meine Rente

Richtig planen,  
mehr rausholen

Flexi-Rente  
Rente mit 63  
Vorsorge



2., aktualisierte Auflage

# Inhaltsverzeichnis

---

## **Was wollen Sie wissen?**

### **Mein Plan für die Rente**

Ihre Entscheidungen für Ihre Rente  
Gesetzliche Rente: Begleiter von Anfang an  
Rente im Wandel: Reformen im Überblick

### **Die Leistungen im Überblick**

Eine Rechnung für sich: Für die Rente zählt jeder Punkt  
Später versorgt: Die Altersrente  
Wenn gesundheitliche Probleme Arbeit verhindern  
Für den Ernstfall: Renten zur Absicherung Hinterbliebener  
Rehabilitation: Zurück in den Job nach schwerer Krankheit

### **Frühzeitig die Weichen richtig stellen**

Mit diesen Beiträgen müssen Sie rechnen  
Wie Sie bei beruflichen Veränderungen mehr rausholen  
Wie das Privatleben spielt  
Die sichere Basis durch private Vorsorge ergänzen

### **Den Rentenbeginn planen**

Wer darf wann gehen?  
Anders als geplant: Arbeitslosigkeit und Krankheit  
Kann ich mir den vorzeitigen Rentenbeginn leisten?  
Mehr rausholen: Freiwilliges Einzahlen als Chance  
Flexi-Rente und Alternativen für den gleitenden Übergang

### **Bereit zum Absprung**

Rente gibt es nur auf Antrag  
Private Altersvorsorge rechtzeitig im Blick  
Klarheit für alle: Die Familie absichern

### **Die erste Rente aufs Konto**

Der Rentenbescheid: Ihre Ansprüche schwarz auf weiß  
Netto statt brutto: Mit diesen Abzügen müssen Sie rechnen  
Private Veränderungen und die Folgen für die Rente  
Wenn die Rente nicht reicht

### **Rente plus Job**

Neben der Altersrente arbeiten  
Andere Renten, andere Regeln  
Ehrensache: Wenn Angehörige Pflege brauchen

### **Hilfe**

Fachbegriffe erklärt  
Wer hilft bei Fragen zur Rente?  
Stichwortverzeichnis

# Was wollen Sie wissen?

---

Mit dem Stichwort „Rente“ werden Sie je nach Alter und Lebenssituation ganz unterschiedliche Fragen, eventuell auch Sorgen verbinden. Wie hoch sind die Leistungen im Alter? Wann ist der ideale Termin für den Ausstieg aus dem Job? Kann ich von meiner Rente leben? Gute Gründe, sich die Leistung „gesetzliche Rente“ genauer anzusehen.

## An der Rente können wir doch sowieso nichts ändern, oder?

**Doch, Sie selbst können** etwas für Ihre Rente tun, und das nicht erst ab Anfang oder Mitte 60, sondern bereits deutlich früher. Die folgenden Kapitel zeigen, wie Sie von Beginn Ihres Berufslebens an mit eigenen Entscheidungen die Höhe Ihrer Rente beeinflussen können. Es gibt zwar gesetzliche Vorgaben, doch die lassen Spielraum und Handlungsmöglichkeiten für jeden Versicherten.

Außerdem wäre es falsch, bei der gesetzlichen Rente nur an die Absicherung im Alter zu denken. Die Rentenkasse bietet mit den Erwerbsminderungsrenten, der Hinterbliebenenversorgung sowie den Reha-Leistungen mehrere Angebote, die bereits in jüngeren Jahren eine

wertvolle Hilfe sein können (siehe „[Die Leistungen im Überblick](#)“, S. 23).

Neben der gesetzlichen Rente sollten Sie möglichst früh damit beginnen, aus eigenen Mitteln für später vorzusorgen (siehe „[Die sichere Basis durch private Vorsorge ergänzen](#)“, S. 75). Es gibt also gute Gründe, das Thema Ruhestand frühzeitig in Angriff zu nehmen.

## **Die Kinder sind groß, ich kann wieder mehr arbeiten. Lohnt sich das für die Rente?**

**Auf jeden Fall.** Wenn Sie mehr arbeiten und dann auch mehr verdienen als bisher, erwirtschaften Sie sich durch jedes weitere Berufsjahr einen höheren Rentenanspruch. Das ist sinnvoll, gerade wenn Sie für einen längeren Zeitraum beruflich ausgesetzt oder mit deutlich reduzierter Stundenzahl gearbeitet haben. Was eine längere berufliche Auszeit an Rente „kosten“ kann und wie die Höhe Ihrer Rente überhaupt ermittelt wird, lesen Sie im Kapitel „[Eine Rechnung für sich](#)“ ab S. 24. Im Abschnitt „[Renten im Wandel](#)“ (S. 19) stellen wir vor, wie Versicherte mit niedrigen Rentenansprüchen von der neu eingeführten Grundrente profitieren.

## **Ich kann und will vorzeitig in Rente gehen. Was muss ich dabei beachten?**

**Es kann eine gute Idee sein**, den Rentenbeginn vorzuziehen, aber Sie sollten sich nicht vorschnell dafür entscheiden, sondern erst nach einem ausgiebigen Finanzcheck. Sofern Sie die Voraussetzungen erfüllen, um vorzeitig in Rente zu gehen, ohne dass Ihnen deshalb die Leistungen gekürzt werden, entgehen Sie einem dicken Rentenminus.

Andere Frührentner aber, die nicht so lange in die Rentenkasse eingezahlt haben, verlieren im ungünstigsten Fall bis zu 14,4 Prozent von ihrer Rente, wenn sie zum frühestmöglichen Zeitpunkt, pünktlich mit 63 Jahren, vorzeitig aus dem Job aussteigen.

Planen Sie das ein und überlegen Sie, ob Sie finanziell hinkommen, wenn Sie nicht mehr Ihr bisheriges Gehalt beziehen, sondern nur noch Ihre Rente (siehe „[Kann ich mir den vorzeitigen Rentenbeginn leisten?](#)“, S. 91). Alternative Möglichkeiten für einen gleitenden Übergang stellen wir ab S. 103 unter „[Flexi-Rente](#)“ vor.

## **Der Rentenbeginn rückt näher. Wann muss ich mich um die Formalitäten kümmern?**

**Das kommt darauf an**, wie gut Sie vorbereitet sind: Wenn Sie Ihren Finanzcheck schon gemacht haben und es keine Lücken auf Ihrem Rentenkonto gibt, reicht es, wenn Sie etwa ein Vierteljahr vor dem gewünschten Auszahlungsbeginn Ihre Rente beim Versicherungsträger beantragen. Worauf Sie dabei achten sollten, lesen Sie unter „[Rente gibt es nur auf Antrag](#)“ ab S. 110. Wollen Sie diesen Antrag nicht allein ausfüllen, sondern mithilfe der Experten der Deutschen Rentenversicherung, dann vereinbaren Sie über die

kostenlose Service-Hotline 0800 1 0004800 einen Beratungstermin. Es kann jedoch sein, dass Sie einige Zeit auf einen Termin warten müssen. Planen Sie den zeitlichen Vorlauf ein.

## **Die Regeln zur Flexi-Rente und zum Zuverdienst für Frührentner klingen gut. Gibt es einen Haken?**

**Es stimmt:** Seit einigen Jahren haben alle, die früher in den Ruhestand gehen und einen Nebenjob annehmen, mehr Spielraum für Hinzuerdienste. Wenn Sie zum Beispiel 63 Jahre alt sind und vorzeitig Ihre Altersrente beziehen, dürfen Sie grundsätzlich aufs Jahr verteilt bis zu 6 300 Euro verdienen, ohne dass Ihre Rente deshalb gekürzt wird. Als Folge der Corona-Pandemie wurden die Zuverdienstgrenzen vorübergehend sogar noch einmal deutlich ausgeweitet. Trotzdem wird es sich finanziell nicht immer lohnen, den Rahmen für den Hinzuerdienst voll auszuschöpfen. Dafür sorgen die Steuern und Sozialabgaben, die für einen Monatsverdienst über 450 Euro häufig fällig werden. Ein Beispiel bekommen Sie im Abschnitt „[Viel arbeiten lohnt nicht immer](#)“ ab [S. 144](#). Was bei ehrenamtlichem Engagement zu beachten ist, erfahren Sie auf [S. 149](#).

## **Stimmt es, dass die Sozialabgaben für meine Rente so hoch sind?**

**Die Beiträge, die Rentner** für die gesetzliche Kranken- und Pflegeversicherung zahlen müssen, können tatsächlich enorm sein. Besonders hoch sind die Abzüge für eine Betriebsrente, denn dafür müssen Sie den kompletten Beitragssatz allein aufbringen. Zumindest steht Ihnen hier seit 2020 aber ein Freibetrag zu, sodass nicht gleich ab dem ersten Euro Beiträge anfallen. Bei der gesetzlichen Rente ist die Belastung niedriger, denn die Rentenkasse beteiligt sich am monatlichen Beitrag.

Mit welchen Abzügen Sie je nach Art der Auszahlung im Alter rechnen müssen, lesen Sie unter „**Netto statt brutto**“ ab [S. 124](#). Hier erfahren Sie auch, warum immer mehr Rentner in die Steuerpflicht rutschen und wie Sie Ihre Steuerlast drücken können.

## **Bei der privaten Vorsorge blicke ich nicht durch. Lohnt sich ein Riester-Vertrag?**

**Ja, ein Riester-Vertrag** kann sich dank der staatlichen Förderung lohnen. Riester-Sparer erhalten direkte staatliche Zulagen und profitieren eventuell noch von Steuervorteilen. Für Familien mit Kindern ist die Riester-Rente vor allem aufgrund der Zulagen interessant - immerhin gibt es für ein Kind bis zu 300 Euro im Jahr. Ohne Kinder oder wenn Ihre Kinder schon erwachsen sind, kann ein Riester-Vertrag je nach Einkommen und Höhe der geleisteten Beiträge als Steuersparmodell interessant sein. Die Regeln zur Riester-Förderung und Vorsorge-Alternativen finden Sie im Kapitel „**Die sichere Basis durch private Vorsorge ergänzen**“ ab [S. 75](#). Unter „**Private Altersvorsorge rechtzeitig im Blick**“ lesen Sie ab [S. 112](#), welche Entscheidungen auf Sie zukommen,

damit Sie nicht nur die gesetzliche Rente pünktlich beziehen, sondern auch das Geld aus zusätzlicher Vorsorge.



# Mein Plan für die Rente

---

Die gesetzliche Rente ist und bleibt für die meisten die Basis für die finanzielle Absicherung im Ruhestand. Die gute Nachricht: Es gibt zwar viele gesetzliche Vorgaben zur Beitragspflicht, zum Eintrittsalter oder zur Berechnung der Leistungshöhe, doch Sie haben Chancen, Ihre Rente mitzustalten. Ihre Spielräume sollten Sie kennen und nutzen.

 **Mehr als 21 Jahre** - so lange fließen in Deutschland im Schnitt die gesetzlichen Altersrenten, die Bezugsdauer der Erwerbsminderungsrenten liegt etwas niedriger. Trotzdem können Sie im besten Fall also eine sehr lange Zeit auf die Leistungen der Deutschen Rentenversicherung bauen.

Vor dieser Zeit liegen oftmals 30, vielleicht sogar 40 oder mehr Jahre, in denen Sie die Basis für die Rentenzahlung legen: zum Beispiel, wenn Sie als Berufstätiger Ihre Rentenbeiträge zahlen. Die Rente begleitet Sie also im Normalfall länger als die Hälfte Ihres Lebens.

Die Aussicht, im Alter eine Rente zu bekommen, bringt zunächst einmal Sicherheit. Doch wie viel ist diese Sicherheit wert? Diese Frage bewegt zum Beispiel viele Jüngere, die sich um die Finanzen im Alter sorgen. Wie lange werden sie bis zur Rente arbeiten müssen, und wie hoch können die Leistungen dann überhaupt sein?

Wenn Sie schon etwas älter sind und sich das Ende des Berufslebens nähert, rückt die Frage nach dem passenden Rentenbeginn in den Vordergrund: Wann darf ich gehen? Kommt eine vorzeitige Rente infrage?

Und wenn Sie bereits Rentner sind? Auch dann bleiben Fragen - zum Beispiel, wie Sie netto mehr aus Ihrer Rente herausholen können oder ob ein Nebenjob Folgen für Ihre Bezüge hätte.

# Ihre Entscheidungen für Ihre Rente

---

Zugegeben: Bei der Rente passiert vieles automatisch. Doch es gibt Stellschrauben, die Sie selbst drehen können. So beeinflussen Sie mit, wie hoch Ihre Rente tatsächlich ausfallen wird.

 **Auf den ersten Blick** mag der Rahmen für die Rente fest vorgegeben sein: Schließlich ist zum Beispiel klar, dass Sie als Angestellter gemeinsam mit Ihrem Arbeitgeber einen bestimmten Beitrag an die Rentenkasse zahlen müssen. Die Höhe des Beitrags steht aufgrund Ihres Einkommens fest, die Summe wird von Ihrem Bruttogehalt abgezogen und an die Rentenkasse überwiesen. Ihre Beiträge sorgen dafür, dass Sie sich im Ruhestand auf eine lebenslange Auszahlung einer Rente verlassen können. Je mehr Sie verdient und eingezahlt haben, desto höher fällt Ihre Rente aus. Ob und wie sehr sich diese Leistung jedes Jahr erhöht, entscheidet der Gesetzgeber.

Tatsächlich ist in Sachen Rente vieles gesetzlich geregelt. Doch es lohnt sich, diese Regelungen genauer anzusehen. Dann zeigt sich nämlich, dass die gesetzlichen Vorgaben zur Rente jedem Versicherten – egal ob gerade erst im Berufsleben, kurz vor dem Ruhestand oder bereits im Rentenalter – Handlungsspielräume lassen. Es gibt mehr Chancen, Ihre Rente mitzugestalten, als Sie im ersten Moment vielleicht erwarten:

→ **Sabine ist Mitte 40**

---

und hat nach der Geburt ihrer Kinder zunächst im Minijob und dann halbtags gearbeitet. Mit ihrer Entscheidung, wieder mehr Stunden zu arbeiten, hat sie gegenwärtig einen höheren Verdienst als zuletzt. Und damit sichert sie sich auch einen höheren Rentenanspruch – wer mehr verdient und entsprechend mehr Beiträge leistet, erhöht seine Rente.

### → **Arzu ist 52**

---

und hat beruflich längere Zeit für die Familie ausgesetzt. Trotzdem wird sie voraussichtlich im Alter von 63 Jahren die Vorgaben erfüllen, um vorzeitig mit Abschlägen in Rente zu gehen. Überragend wird ihre Rente allerdings nicht ausfallen – nicht bei pünktlichem Rentenbeginn und schon gar nicht bei einem vorzeitigen Ausscheiden aus dem Job mit 63. Nun erhält sie Geld aus einer Kapitallebensversicherung, in die sie über viele Jahre eingezahlt hat. Mit ihrer Entscheidung, dieses Geld etappenweise freiwillig an die Rentenkasse zu zahlen, umgeht sie Rentenabschläge für den vorzeitigen Ruhestand und sichert sich eine höhere Monatsrente – unabhängig davon, bis zu welchem Alter sie tatsächlich arbeiten wird.

### → **Klaus ist 63**

---

und hätte im Sommer 2020 mit Abschlägen in Rente gehen können. Doch er hat sich entschieden, noch ein Jahr länger durchzuhalten – weil er weiß, dass er dann auf 45 Versicherungsjahre in der Rentenversicherung kommt und damit die Voraussetzungen für eine vorgezogene Altersrente ohne lebenslange Abschläge erfüllt. Mit seiner Entscheidung, nicht zum frühestmöglichen Zeitpunkt aus dem Job auszusteigen, sichert er sich auf Dauer eine deutlich höhere Rente.

## → **Karin ist 67**

---

und bezieht bereits eine Rente. Sie arbeitet im Nebenjob halbtags als Hauswirtschafterin. Mit ihrer Entscheidung, für ihren Verdienst weiter Beiträge an die Rentenkasse zu zahlen, sorgt sie dafür, dass ihre bereits laufende Rente in den kommenden Jahren noch etwas ansteigen wird.

Diese Beispiele zu Ihren eigenen Handlungsmöglichkeiten und auch die Grafik auf [S. 16/17](#) zeigen, wie Sie die Rente während Ihres gesamten Berufslebens begleitet. In den folgenden Kapiteln erfahren Sie, welche Möglichkeiten Sie selbst haben, um etwas für Ihre Rente zu tun, wenn

- ▶ Sie noch mitten im Berufsleben stehen („[Frühzeitig die Weichen richtig stellen](#)“, [S. 55](#)),
- ▶ der Ruhestand so langsam näher rückt („[Den Rentenbeginn planen](#)“, [S. 85](#)),
- ▶ Sie die letzten Vorbereitungen für den Ausstieg aus dem Berufsleben treffen („[Bereit zum Absprung](#)“, [S. 109](#)) und
- ▶ wenn Sie bereits Rentner sind („[Die erste Rente aufs Konto](#)“, [S. 119](#), sowie „[Rente plus Job](#)“, [S. 141](#)).)

## **Manchmal hilft der Staat**

Es sind aber nicht nur Ihre eigenen Entscheidungen, mit denen Sie Ihre Rente beeinflussen können. Sie profitieren auch davon, dass Sie in bestimmten Lebensphasen, in denen Sie nicht selbst etwas für Ihre Rente tun können, staatliche Unterstützung erhalten. Beispiel Familiengründung: Nach der Geburt eines Kindes sind für Eltern - in der Regel für die Mütter - unter anderem die Kindererziehungszeiten nützlich. Für ein ab 1992 geborenes Kind erhält die Mutter drei Jahre Erziehungszeit gutgeschrieben, für ein früher geborenes zweieinhalb Jahre. Das bedeutet, dass das Rentenkonto der Mütter in

dieser Zeit so aufgestockt wird, als hätten sie das Durchschnittseinkommen aller Beitragszahler erzielt und entsprechende Rentenbeiträge entrichtet.

Sie sammeln also Rentenansprüche, auch wenn Sie in diesem Zeitraum gar nicht arbeiten und somit selbst keine Beiträge an die Rentenkasse zahlen. Selbst wenn Sie in dieser Zeit berufstätig sind, können Sie - je nach Einkommen voll oder zumindest zum Teil - diesen staatlichen Zuschuss zum Rentenkonto mitnehmen. Mehr zur Unterstützung von Familien lesen Sie unter „[Wie das Privatleben spielt](#)“, S. 68.

## → **Mehr Rente für ältere Kinder**

---

Unter dem Stichwort „Mütterrente“ gab es in den vergangenen Jahren einige Gesetzesänderungen zu der Frage, wie viel Kindererziehungszeit Müttern mit vor 1992 geborenen Kindern zusteht. Über viele Jahre war es nur ein Jahr, dann vorübergehend zwei Jahre, und seit der jüngsten Änderung – der „Mütterrente II“ – ist es noch ein weiteres halbes Jahr mehr.

Auch kürzere Zeiten der Arbeitslosigkeit müssen dank staatlicher Unterstützung kein Rentenrisiko sein: Solange ein Anspruch auf Arbeitslosengeld I besteht, übernimmt grundsätzlich die Arbeitsagentur die Beiträge für die Rentenversicherung. Für die Beitragshöhe werden 80 Prozent des bisherigen Einkommens des Arbeitslosen zugrunde gelegt, sodass sich die Einbußen für die Rente in Grenzen halten.

Für Empfänger von Arbeitslosengeld II und Arbeitsuchende, die keine Leistungen beziehen, weil sie selbst oder ihr Partner ein zu hohes Einkommen haben, werden jedoch keine Beiträge entrichtet. Die Zeiten werden aber als Wartezeit anerkannt und helfen, die Voraussetzungen für bestimmte Rentenansprüche zu

erfüllen. Wegen der fehlenden Beitragszahlungen kann der Leistungsanspruch allerdings sehr gering sein, gerade dann, wenn die Phase ohne Beiträge sehr lange andauert.

Eine besondere Unterstützung erhalten außerdem alle, die eine berufliche Ausbildung in einem Betrieb absolvieren oder absolviert haben, denn die Rentenansprüche aus der Ausbildungszeit werden aufgestockt. Hintergrund: Die Gehälter von Auszubildenden sind in der Regel eher niedrig – entsprechend gering wären somit auch die Rentenansprüche, die in dieser Zeit angesammelt werden. Per Gesetz werden sie deshalb für bis zu drei Jahre deutlich aufgestockt.



**Jahre der Kindererziehung**, eine kurzzeitige Arbeitslosigkeit und die Jahre der betrieblichen Ausbildung sind Pflichtbeitragszeiten, in denen Sie selbst oder eine andere Institution Rentenbeiträge für Sie überweist. Darüber hinaus werden für Ihre Rente andere Lebensphasen berücksichtigt. Die Checklisten zu den „Beitragszeiten“ auf S. 15 und zu „Beitragsfreien Lebensphasen“ auf S. 18 fassen diese zusammen.

## Checkliste

### **Beitragszeiten: Grundstein für die Rente**

**Ob angestellt, länger krank oder lange Zeit arbeitslos** – für Ihre eigene Rente spielen fast alle Lebensabschnitte eine Rolle. In den folgenden Phasen sammeln Sie Rentenansprüche:

- Pflichtbeitragszeiten:** Zeiten, in denen Sie selbst oder jemand anders Pflichtbeiträge für Sie geleistet hat, erhöhen direkt Ihren Rentenanspruch, etwa wenn Sie als angestellt Beschäftigter,

Auszubildender oder Minijobber tätig waren. Zu den Pflichtbeitragszeiten zählen außerdem die Kindererziehungszeiten, Jahre des Wehr- oder Bundesfreiwilligendienstes sowie des Bezugs von Arbeitslosengeld I oder Phasen kurzzeitiger Arbeitsunfähigkeit. Auch wenn Sie einen Angehörigen nicht erwerbsmäßig pflegen, kann das zu den Pflichtbeitragszeiten gehören.

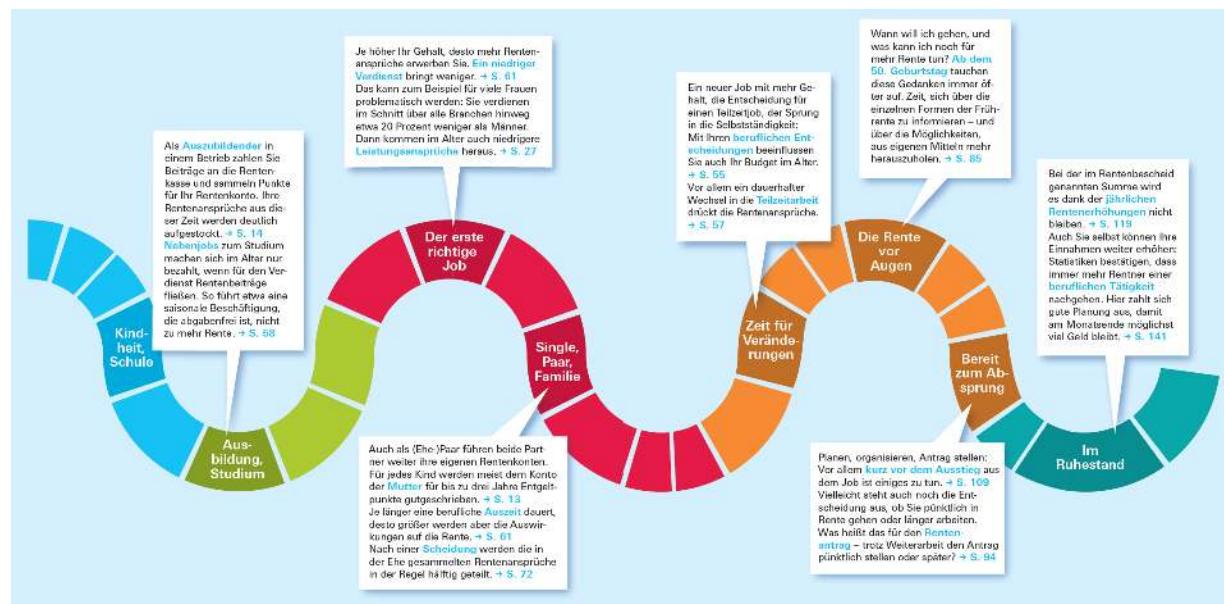
- Zeiten, in denen freiwillige Beiträge gezahlt werden:** Zahlen Sie zum Beispiel als Selbstständiger, als Hausfrau oder Hausmann oder als im Ausland Beschäftigter freiwillige Beiträge an die Rentenkasse, erhöht das den Rentenanspruch ebenfalls direkt (siehe [S. 60](#) und [S. 63](#)).

Das sind nur einige Beispiele dafür, wie sich Ihre Rente dank staatlicher Unterstützung erhöhen kann. Auch in anderen Phasen – etwa während einer längeren Krankheit oder während der Pflege eines Angehörigen – stehen Sie mit Blick auf die Rente nicht allein da: Bei längerer Krankheit springt zumindest für gesetzlich Krankenversicherte die Krankenkasse ein und überweist einen Beitragsanteil.

Für pflegende Angehörige ist die Pflegekasse des zu Betreuenden verpflichtet, Rentenbeiträge zu übernehmen. Dadurch kann der Rentenanspruch der Pflegenden steigen (siehe „[Wenn die Eltern Pflege brauchen](#)“, [S. 73](#)).

# Gesetzliche Rente: Begleiter von Anfang an

Von der Ausbildung bis zum Ruhestand geht es darum, Entgeltpunkte und damit Rentenansprüche zu sammeln. **Je mehr Punkte, desto höher fällt die Rente aus.**



## Checkliste

### Beitragsfreie Lebensphasen

**Neben den Zeiten**, in denen tatsächlich Beiträge fließen, gibt es beitragsfreie Lebensphasen. Für diese Zeiträume unternimmt der Rentenversicherer die sogenannte Gesamtleistungsbewertung: Er ermittelt die durchschnittlichen Rentenansprüche, die Sie während der Beitragszeiten – also etwa im Job – erreicht haben, und setzt diesen Wert auch für die

beitragsfreien Zeiten an. Dementsprechend werden Ihnen auch für diese Phasen Rentenansprüche gutgeschrieben:

- Anrechnungszeiten:** Dazu zählen zum Beispiel Phasen, in denen Sie Arbeitslosengeld II beziehen oder bei der Arbeitsagentur als arbeitssuchend gemeldet sind. Auch Zeiten des Studiums und des Schulbesuchs ab 17 Jahren fallen in diesen Bereich.
- Ersatzzeiten:** Phasen, in denen Sie beispielsweise als Bürger der ehemaligen DDR zu Unrecht in Haft waren, oder Zeiten der Flucht nach Ende des Zweiten Weltkriegs gehen für die Rente nicht verloren. Als sogenannte Ersatzzeiten zählen diese Zeiträume sowohl für die Rentenhöhe als auch für die Wartezeit mit, die Sie für die einzelnen Renten erfüllen müssen.
- Berücksichtigungszeiten:** Sie stehen Eltern – meist den Müttern – bis zum zehnten Lebensjahr eines Kindes zu. In dieser Zeit können Sie eventuell noch einen Zuschuss für Ihr Rentenkonto erhalten, wenn Sie unterdurchschnittlich verdienen. Außerdem werden Ihnen diese Jahre auf die geforderte Wartezeit für einen vorzeitigen Rentenbeginn angerechnet.
- Zurechnungszeiten:** Sie spielen für die Erwerbsminderungs- und die Hinterbliebenenrenten eine Rolle. Wenn Sie etwa früh erwerbsunfähig werden, stockt der Rentenversicherer Ihren Leistungsanspruch so auf, als hätten Sie – vereinfacht gesagt – bis Mitte 60 gearbeitet und Beiträge gezahlt. Die genauen Regelungen und Altersgrenzen lesen Sie im Kapitel „[Die Leistungen im Überblick](#)“, S. 23.



# Rente im Wandel: Reformen im Überblick

---

Die Liste der Gesetzesänderungen rund um die Rente ist lang. Was wurde zuletzt beschlossen, und was kommt noch? Ein kurzer Ausblick in die nächsten Jahre.

 **Die gesetzliche Rente** ist und war in der Vergangenheit immer wieder Teil intensiver politischer Diskussionen: Zuletzt war es die Einführung der Grundrente, die die Regierungskoalition aus Union und SPD über viele Monate beschäftigt hat.

Seit Anfang 2021 gibt es nun doch die Grundrente, durch die niedrige Monatsrenten aufgebessert werden können: Rentnerinnen und Rentner, die unterdurchschnittlich verdient haben, sollen für ihre Lebensleistung belohnt werden. Die volle Grundrente können sie erhalten, wenn sie mindestens 35 Jahre sogenannte Grundrentenzeiten vorweisen, zum Beispiel Beitragszeiten aus Beschäftigung, aufgrund von Kindererziehung oder der Pflege eines Angehörigen. Erreichen Sie mindestens 33 Jahre, können Sie ebenfalls einen Rentenzuschuss erhalten, doch er fällt niedriger aus.

Eine Voraussetzung ist, dass die Versicherten in dieser Zeit mindestens 30 und höchstens 80 Prozent des jährlichen Durchschnittsverdienstes erzielt haben. Die monatliche Rente kann sich dann um bis zu etwas mehr als 400 Euro im Monat erhöhen. Häufig wird das Plus aber deutlich niedriger ausfallen, oft sogar unter 100 Euro im Monat liegen. Ob ein Anspruch auf Grundrente besteht, prüft der Rentenversicherungsträger automatisch anhand

des Einkommens und anhand der erworbenen Rentenansprüche. Es ist nicht nötig, die Grundrente zu beantragen.

Auch wenn es die Grundrente seit dem 1. Januar 2021 gibt: Mit der Auszahlung wird es noch etwas dauern. Vermutlich erhalten Neurentner frühestens im Sommer 2021 einen Bescheid über die Grundrente, Bestandsrentner voraussichtlich erst Ende 2022. Der zusätzliche Anspruch wird dann rückwirkend gezahlt.

## → **Eigenes Einkommen zählt**

---

Sie haben neben Ihrer eher geringen Rente weiteres Einkommen? Je nach dessen Höhe kann es sein, dass Sie den Rentenzuschuss nicht erhalten. Auf [test.de/grundrente](https://test.de/grundrente) finden Sie einen Rechner, um die mögliche Höhe der Grundrente grob zu ermitteln.

## **Was war, was kommt?**

Eine andere, besonders große Gesetzesänderung zur Rente macht sich seit 2012 bemerkbar: Seither steigt das Renteneintrittsalter stufenweise von 65 auf 67 Jahre. Je nach Geburtsjahr müssen Versicherte also länger arbeiten, ehe sie ihre Altersrente ohne Abschläge in Anspruch nehmen können. Parallel sind auch die Eintrittsalter für andere Renten angehoben worden.

Mehrfach tauchten auch Überlegungen auf, das Eintrittsalter weiter zu erhöhen. Allerdings wird es dazu vorerst wohl doch nicht kommen. Das geht zumindest aus den Empfehlungen hervor, die eine von der Bundesregierung eingesetzte Rentenkommission im Frühling 2020 vorgestellt hat. Die Kommission, der Wissenschaftler sowie Vertreter von Arbeitgeber- und Arbeitnehmerseite angehören, empfiehlt, dieses Thema erst ab 2026 wieder aufzugreifen.

Die Mitglieder der Kommission empfehlen außerdem, in Zukunft für gewisse Zeiträume verbindliche Haltelinien für den Beitragssatz und das Rentenniveau festzulegen. Das geschieht auch schon jetzt, denn die derzeitige Bundesregierung hat unter anderem festgelegt, dass das Rentenniveau bis 2025 bei mindestens 48 Prozent liegen soll. Doch was heißt das genau?

Das Rentenniveau gibt an, in welchem Verhältnis die Rente und der Verdienst der Berufstätigen zueinander stehen. Verglichen werden der aktuelle Durchschnittsverdienst und die sogenannte Standardrente – sie ergibt sich, wenn ein Durchschnittsverdiener 45 Jahre lang Beiträge eingezahlt hat.

In früheren Jahren ist das Rentenniveau stetig gesunken. Das heißt, die Rentner erhielten in diesen Phasen einen geringeren Anteil des Durchschnittseinkommens als früher. Wenn vom sinkenden Rentenniveau die Rede ist, bedeutet das aber nicht, dass bestehende Renten gekürzt werden, sondern, dass die Renten nicht in dem Ausmaß steigen wie die Einkommen.

Dieser Prozess des sinkenden Rentenniveaus wurde durch die Entscheidung der Regierung vorerst gestoppt. Wie es nach 2025 weitergeht, bleibt vorerst abzuwarten.

## **Rentenanspruch per Gesetz**

Grundsätzlich gilt, dass Versicherte, die heute Beiträge an die Rentenkasse zahlen, einen verfassungsrechtlich geschützten Anspruch haben, im Alter Leistungen zu beziehen. Wie hoch diese sein werden, lässt sich jedoch heute nicht sagen. Denn die Situation der gesetzlichen Rentenversicherung wird in Zukunft nicht einfacher: Die gesetzliche Rentenversicherung basiert auf dem Generationenvertrag und funktioniert nach dem Umlageverfahren. Das heißt, die Jüngeren zahlen ihre

Beiträge in die Rentenversicherung ein, und davon werden die Renten der heute Älteren bezahlt. Das Problem: Künftig müssen immer weniger Erwerbstätige für immer mehr Renten aufkommen.

Wie lässt sich diese Situation meistern? Für die Politik geht es auch darum, eine möglichst gerechte Lösung sowohl für die Älteren als auch für die Jüngeren - die Beitragszahler von heute und morgen - zu finden. Eine Stellschraube, an der die Politik in der Vergangenheit mehrfach gedreht hat, ist der Beitragssatz für die gesetzliche Rentenversicherung. Er liegt 2021 bei 18,6 Prozent. Um die künftigen Rentenleistungen finanzieren zu können, wird er steigen müssen. Allerdings nicht über 20 Prozent bis ins Jahr 2025. Das sieht zumindest der Koalitionsvertrag der Bundesregierung vor.

## **Blick in die Zukunft**

Für die nächsten Jahre sind weitere Änderungen im Rentenrecht im Gespräch, zum Beispiel eine Vorsorgepflicht für Selbstständige, die nicht anderweitig für das Alter sparen müssen. Sie sollen verpflichtet werden, vorzusorgen. Wann es so weit ist, steht aber nicht fest. Sicher ist hingegen, dass uns manch andere Gesetzesänderung aus den vergangenen Jahren in der nächsten Zukunft weiter begleiten wird. So steht zum Beispiel fest, dass die Renten in Ost- und in Westdeutschland angeglichen werden. Ab 2025 sollen die im Laufe des Arbeitslebens gesammelten Rentenansprüche in allen Bundesländern gleich viel wert sein. Derzeit gibt es noch einen Unterschied.

Auch die 2017 in Kraft getretenen Regelungen zur Flexi-Rente (siehe [S. 103 ff.](#)) und zur Kombination aus Rente und Berufstätigkeit werden künftig ein wichtiger Bestandteil des Rentenrechts bleiben.