

## Rente im Ausland beziehen – was ist zu beachten?

Mit dem Ausscheiden aus dem Berufsleben schmieden viele Deutsche große Pläne. Ein häufig genannter Plan lautet: **Als Rentner auswandern** und das Leben im Ausland genießen. Die Gründe sind vielfältig: Die einen möchten eine **neue Kultur** kennenlernen, andere zieht es dauerhaft an den geliebten Urlaubsort, und andere wiederum möchten von einem besser verträglichen **Klima und geringeren Lebenshaltungskosten** profitieren. Nicht zu vergessen sind die vielen Menschen mit ausländischen Wurzeln, die in Deutschland gearbeitet haben und nun ihren Lebensabend in der **alten Heimat** verbringen möchten. Ihnen allen stellt sich die Frage: **Kann ich meine deutsche Rente im Ausland beziehen?** Wie sieht die Rentenzahlung dort aus, wenn ich fünf, zehn oder mehr Jahre in Deutschland gearbeitet habe?

Erfahren Sie in diesem Ratgeber, was Sie in puncto **Rentenzahlung** ins Ausland, Steuern sowie **Kranken- und Pflegeversicherung** beachten müssen.



## Inhalt

- [Wie viele deutsche Rentner leben im Ausland?](#)
- [Wie lange darf man als Rentner im Ausland bleiben?](#)
- [Wird die Rente im Ausland in voller Höhe ausgezahlt?](#)
- [Gut zu wissen: die „Lebensbescheinigung“](#)
- [Was gilt bei Erwerbsminderung, wenn ich im Ausland lebe?](#)
- [Wie sieht es mit der privaten Altersvorsorge im Ausland aus?](#)
- [Muss ich meine Rente versteuern, wenn ich im Ausland lebe?](#)
- [Wie ETFs funktionieren](#)
- [Welches Finanzamt ist für mich zuständig?](#)
- [Was ist mit der Krankenversicherung, wenn ich im Ausland bin?](#)
- [Gut zu wissen: die Pflegeversicherung](#)
- [Fazit: So klappt es mit der Rente im Ausland](#)
- [Wertpapier-Sparpläne](#)
- [Quelle](#)

## Wie viele deutsche Rentner leben im Ausland?

Ende 2022 zählte die Deutsche Rentenversicherung über 230.000 deutsche Rentner, die ihre Rentenbezüge ins Ausland überwiesen bekamen. Diese Gruppe setzt sich einerseits aus Personen zusammen, die bereits während des Berufslebens ausgewandert sind, und andererseits aus denjenigen, die es erst im Rentenalter ins Ausland zog.

Eine zweite Gruppe sind die rund 1.480.000 ausländischen Versicherten, die nach dem Berufsleben wieder in ihr Heimatland zurückgekehrt sind und deshalb ihre Renten im Ausland beziehen.

## Wie lange darf man als Rentner im Ausland bleiben?

Entscheidend für die Rentenzahlung ins Ausland ist die Dauer Ihres Aufenthaltes:

- **Sechs Monate oder weniger im Ausland:** Bleiben Sie nur vorübergehend, überweist die Deutsche Rentenversicherung Ihre Rente auch ins Ausland.
- **Dauerhafter Wohnsitz im Ausland:** Verlegen Sie Ihren Wohnsitz, gilt es, sich **im Vorfeld mit der Deutschen Rentenversicherung zu besprechen**. Es gibt Ausnahmefälle, in denen die Rentenzahlung ins Ausland eingeschränkt ist oder gar nicht erfolgt.

## Wird die Rente im Ausland in voller Höhe ausgezahlt?

Bei der Planung Ihrer Auswanderung sollten Sie als Erstes prüfen, ob Sie im Ausland mit einer Kürzung Ihrer Rente rechnen müssen, und falls ja, wie hoch diese ausfällt. Die Antwort variiert – je nachdem, ob Sie Ihren Wohnsitz auf Dauer ins Ausland verlegen wollen und in welches Land Sie ziehen werden.

1. **Sie sind nur vorübergehend nicht in Deutschland:** Dann bleiben Ihre Rentenansprüche auch im Ausland in voller Höhe erhalten.
2. **Sie planen einen dauerhaften Aufenthalt:** In diesem Fall ist das Zielland entscheidend.
  1. Innerhalb der EU und den EFTA-Staaten Island, Liechtenstein, Norwegen und der Schweiz wird Ihnen die volle deutsche Rente ausgezahlt. **Einzige Ausnahme:** Zu Abzügen kann es kommen, wenn sich Ihr Rentenanspruch auch aus ausländischen Beitragszeiten zusammensetzt.
  2. In Nicht-EU-Ländern mit **Sozialversicherungsabkommen** erhalten Sie Ihre volle Rente. Bei der Techniker Krankenkasse finden Sie eine [Übersicht von Staaten mit Sozialversicherungsabkommen](#). Abzüge können nur entstehen, wenn Ihr Rentenanspruch Beitragszeiten enthält, die im Ausland entstanden sind.
  3. **Einschränkungen bei der Auszahlungshöhe** können auch entstehen, wenn Sie **Vertriebener oder Aussiedler** sind und in Ihren Rentenanspruch Arbeitszeiten in Ihrem osteuropäischen Herkuftsgebiet eingeflossen sind. Rentenansprüche, die sich auf **Abkommen der ehemaligen DDR** mit den osteuropäischen Staaten gründen, unterliegen ähnlichen Einschränkungen.
  4. Schließlich müssen Sie in **Ländern außerhalb der EU oder der EFTA**, mit denen Deutschland **kein Sozialversicherungsabkommen** hat, mit zusätzlichen Abzügen bei Ihrer Rentenhöhe rechnen. In diesem Fall sollten Sie sich von der Deutschen Rentenversicherung vor Ihrem Umzug beraten lassen.

## Gut zu wissen: die „Lebensbescheinigung“

Rentner, die im Ausland leben, werden jedes Jahr von der Deutschen Rentenversicherung nach einem Lebensnachweis gefragt. Dafür erhalten Sie über den Renten Service der Deutschen Post AG in der Regel zur Jahresmitte eine sogenannte Lebensbescheinigung. Diese müssen Sie ausfüllen, amtlich bestätigen lassen und an den Renten Service im Original zurücksenden. Ausgenommen sind Länder, deren Behörden den Tod eines Rentenberechtigten automatisch übermitteln.

## Was gilt bei Erwerbsminderung, wenn ich im Ausland lebe?

Für die Erwerbsminderungsrente im Ausland gibt es eine Ausnahmeregelung, bei der unterschieden wird, aus welchem Grund Sie die Rente beziehen: Sie behalten die vollen Ansprüche, wenn Sie ausschließlich aus medizinischen Gründen erwerbsminderungsfähig sind und die entsprechende Rente beziehen. Erhalten Sie Erwerbsminderungsrente nicht aus medizinischen Gründen, sondern weil Sie auf dem deutschen Arbeitsmarkt keinen geeigneten Arbeitsplatz finden konnten, müssen Sie nach Angaben der Deutschen Rentenversicherung mit Einschränkungen rechnen.

## Wie sieht es mit der privaten Altersvorsorge im Ausland aus?

Bei der Riester-Rente handelt es sich um eine private Altersvorsorge, die während der Beitragsphase staatlich gefördert wird durch Zulagen. Haben auch Sie die Förderung erhalten und möchten Ihren Ruhestand außerhalb des europäischen Wirtschaftsraums, also außerhalb der EU oder EFTA-Staaten, verbringen, müssen Sie die bis zur Auswanderung erhaltenen Zulagen zurückzahlen.

Rentenzahlungen aus privaten Rentenversicherungsverträgen erhalten Sie in voller Höhe – egal, wo sich Ihr Wohnsitz befindet.

## Muss ich meine Rente versteuern, wenn ich im Ausland lebe?

Seit 2005 werden Renten in Deutschland nachgelagert besteuert. Diese Besteuerung gilt grundsätzlich auch für deutsche Renten, die Sie ins Ausland überwiesen bekommen. Wichtig ist jedoch die Dauer Ihres Auslandsaufenthalts:

Leben Sie nur vorübergehend im Ausland, bleiben Sie automatisch in Deutschland steuerpflichtig.

Möchten Sie dauerhaft auswandern, können Sie beim Finanzamt Neubrandenburg (RiA) beantragen, in Deutschland steuerpflichtig zu bleiben. Vorteilhaft kann das sein, damit:

- Ihre Freibeträge weiterhin gelten und
- Sie das Ehegattensplitting in Anspruch nehmen können.

Diese Steuerpflicht in Deutschland setzt voraus, dass Sie mehr als 90 % Ihrer Einkünfte in Deutschland zu versteuern haben.

Für eine Steuerpflicht im Ausland muss Folgendes geprüft werden:

Besteht ein Doppelbesteuerungsabkommen mit Ihrem Aufenthaltsland? Ein solches Abkommen soll eine doppelte Besteuerung im Aufenthaltsland und in Deutschland vermeiden. Dafür wird unter anderem festgelegt, wie Ihre Rente im Ausland versteuert wird.

Unterliegen Sie einer beschränkten oder unbeschränkten Einkommenspflicht?

-> Hinweis: Bevor Sie auswandern, lassen Sie sich unbedingt beim zuständigen Finanzamt oder in einer Steuerberatungskanzlei beraten.



## Wie ETFs funktionieren

ETFs (Exchange Traded Funds) sind eine sehr beliebte Geldanlage. Einfach, flexibel und mit vielen Vorteilen! Diese Indexfonds werden an der Börse gehandelt. Hierbei investieren Sie in komplette Märkte und nicht in einzelne Aktien. Das Risiko wird durch die vielen unterschiedlichen Wertpapiere geringer. Möchten Sie mehr dazu erfahren? Wir zeigen Ihnen, wie es geht.

[Mehr Infos zu ETFs](#)

## Welches Finanzamt ist für mich zuständig?

Das [Finanzamt Neubrandenburg \(RiA\)](#) ist die zentrale Anlaufstelle für Rentner im Ausland, die aus Deutschland nur Renteneinkünfte erhalten. Beziehen Sie noch anderweitige Einkünfte, zum Beispiel aus Vermietung, kann eine andere Finanzbehörde für Sie zuständig sein.

## Was ist mit der Krankenversicherung, wenn ich im Ausland bin?

Genau wie bei der Rente kommt es bei der Krankenversicherung darauf an, wie lang Sie im Ausland bleiben.

Dauert Ihr [Auslandsaufenthalt maximal ein halbes Jahr](#) und behalten Sie Ihren [deutschen Wohnsitz](#), profitieren Sie weiterhin vom Schutz Ihrer gesetzlichen [Krankenversicherung](#). Zusätzlich empfehlenswert ist eine [Auslandskrankenversicherung](#) während Ihres Aufenthalts.

Auch wenn Sie Ihren [Ruhestand dauerhaft in einem EU-Land](#) verbringen, ist es [möglich, in der deutschen gesetzlichen Krankenversicherung \(GKV\) zu bleiben](#). Sinnvoll ist der Abschluss einer zusätzlichen privaten Krankenversicherung, wenn wichtige Leistungen im Leistungskatalog der GKV des Aufenthaltslandes fehlen. So müssen Sie dafür nicht selbst aufkommen.

Blieben Sie [dauerhaft außerhalb der EU](#), genießen Sie [keinen Versicherungsschutz der deutschen gesetzlichen Krankenversicherung](#). Sie müssen sich entscheiden:

- Möchten Sie in das [staatliche Gesundheitssystem des Aufenthaltslandes](#) wechseln?
- Oder ziehen Sie den Wechsel in eine [private Krankenversicherung](#) vor, zum Beispiel in eine [Langzeit-Auslandskrankenversicherung](#)?

->[Tipp](#): Schließen Sie ggf. eine [Anwartschaft](#) ab, wenn Sie Ihre deutsche Krankenversicherung verlassen. So erhalten Sie Ihren [Versicherungsschutz zurück](#), sollten Sie nach Deutschland zurückkehren, zum Beispiel aus finanziellen oder anderen Gründen.

## Gut zu wissen: die Pflegeversicherung

Informieren Sie sich vor der Auswanderung auch über die [Pflegeversicherung](#) in Ihrem favorisierten Land: Die Leistungen können stark von denen in Deutschland abweichen. Der Abschluss einer privaten [Pflegezusatzversicherung](#) kann sinnvoll sein.

## Fazit: So funktioniert es mit der Rente im Ausland

Sehen Sie Ihren [Ruhestand im Ausland](#), [planen Sie jetzt schon Ihre Altersvorsorge](#) und legen Sie langfristig Geld an. Sinnvoll ist es, in [Sparpläne](#) zu investieren. Vorteil: Mit Sparplänen bleiben Sie flexibel, denn Ihr Vermögen ist für Sie verfügbar.

Informieren Sie sich rechtzeitig, welche Bedingungen es in Ihrem Wunschland gibt. Lassen Sie sich vor Renteneintritt und Umzug in finanziellen Fragen beraten. Fragen zur Rente und Versicherungen beantworten Ihnen auch die Deutsche Rentenversicherung sowie die Krankenversicherungen.



## Wertpapier-Sparpläne

- Bereits ab 25 € Sparplanrate
- 0,00 € Gebühr für viele ETFs, Fonds und Zerfinkate
- Jederzeit kostenlos Sparplan eröffnen, ändern, löschen

[Mehr Infos zum Wertpapiersparen](#)

Quelle [de.wikipedia.org/wiki/Europ%C3%A4ische\\_Freihandelsassoziation](https://de.wikipedia.org/wiki/Europ%C3%A4ische_Freihandelsassoziation)

[www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Rente/Ausland/Rente-imAusland/renteim-ausland\\_node.html](https://www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Rente/Ausland/Rente-imAusland/renteim-ausland_node.html)

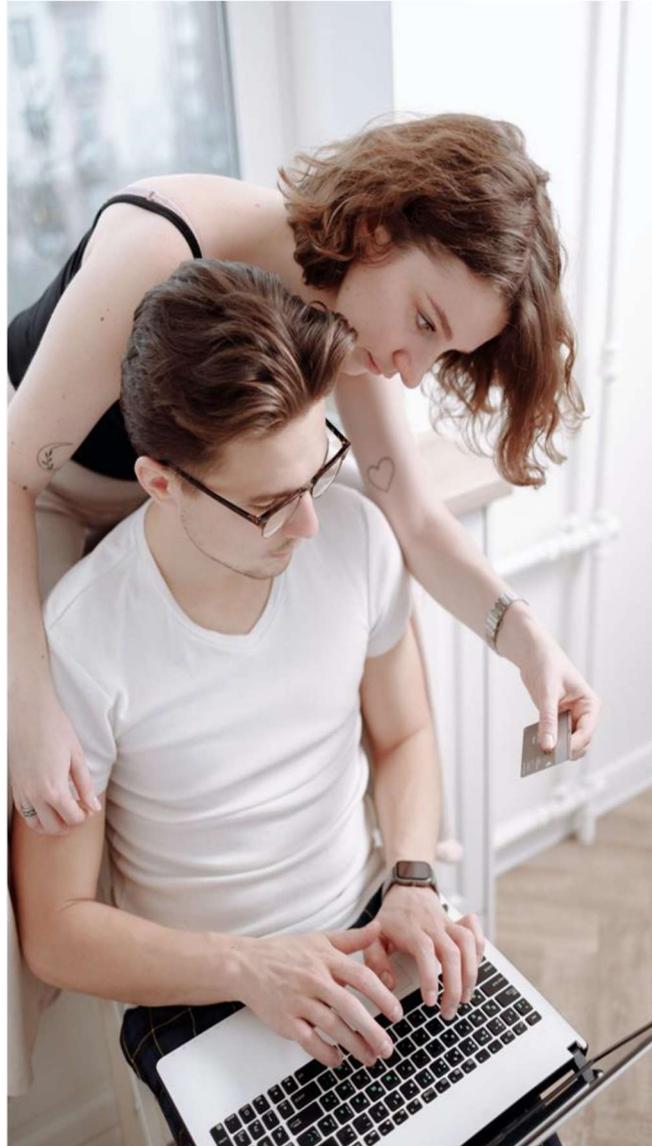
<https://www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Rente/Ausland/RenteimAusland/rente-im-ausland-umzug-detailseite.html> [www.deutsche-](https://www.deutsche-)

[rentenversicherung.de/SharedDocs/Downloads/DE/StatistikenundBerichte/Rentenatlas/2023/rentenatlas-2023-rentenzahlungen-ins-ausland.html](https://www.deutsche-rentenversicherung.de/SharedDocs/Downloads/DE/StatistikenundBerichte/Rentenatlas/2023/rentenatlas-2023-rentenzahlungen-ins-ausland.html) <https://www.finanzamt-rente-im-ausland.de/de/>

[de.wikipedia.org/wiki/Doppelbesteuerungsabkommen](https://de.wikipedia.org/wiki/Doppelbesteuerungsabkommen)

<https://www.deutsche-im-ausland.org/im-ausland-leben-und-arbeiten/ruhestandimausland/rente-im-ausland.html> [www.auswandern-handbuch.de/krankenversicherung-fuer-rentner-im-ausland/](https://www.auswandern-handbuch.de/krankenversicherung-fuer-rentner-im-ausland/)

## Das könnte Sie auch interessieren



### Familie

#### Steuerklassenänderung für Verheiratete, was bedeutet das...

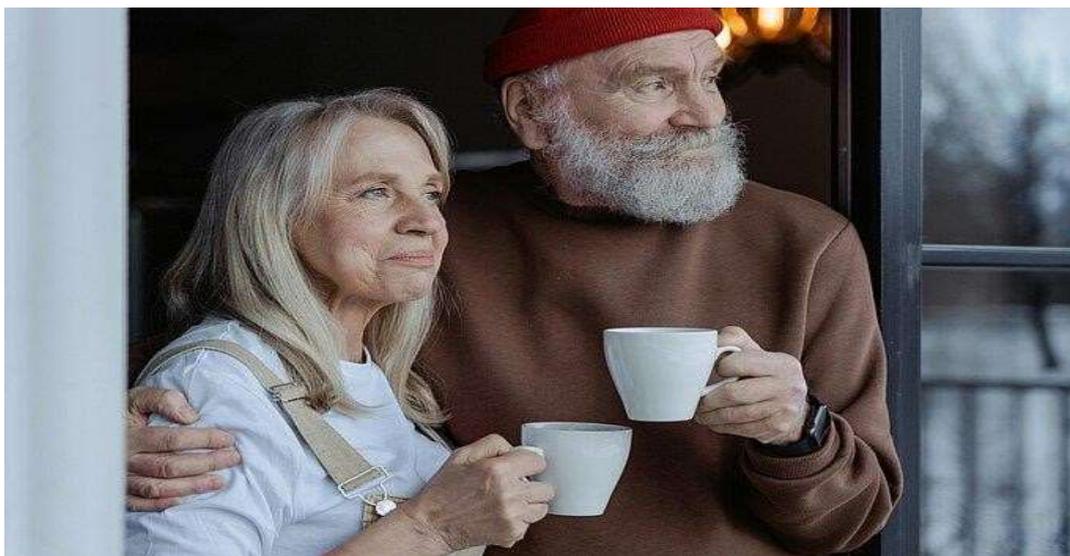
Der Mann ging arbeiten, die Frau kümmerte sich um den Haushalt und die Kinder - so sah das traditionelle Familienmodell aus, als das Ehegattensplitting in den 50er Jahren eingeführt wurde. Auch 2024 gilt diese steuerliche Regelung noch. Doch die aktuellen Lebensverhältnisse entsprechen schon lange nicht mehr dem Bild von damals. Eine Änderung von Steuerklassen wird deshalb seit langem diskutiert und ist auch Teil des Koalitionsvertrages. Die Bundesregierung will die Steuerklassen für Verheiratete und Lebenspartnerschaften anpassen. Die Idee der Regierung: Das Faktorverfahren der Steuerklasse 4 soll künftig für alle gelten. Damit würde der Steuervorteil des Ehegattensplittings gerecht auf beide Partner verteilt werden – je nachdem, wie viel jeder zum Gesamteinkommen beiträgt. Die Steuerklassen 3 und 5, von denen aktuell vor allem Paare mit einem Hauptverdiener und einem Geringverdiener profitieren, will der Bund abschaffen.



## Altersvorsorge

### Immobilie als Altersvorsorge: Reicht das aus?

Vermutlich werden die Renten in Zukunft immer knapper. Was also tun, um nach dem Berufsleben seinen Lebensstandard zu halten? Eine mögliche Lösung ist eine Immobilie als Altersvorsorge. Ihr Vorteil: Statt monatlich Miete zu zahlen, tilgen Sie die Kredite für's Haus oder die Eigentumswohnung. Und im Ruhestand genießen Sie dann das mietfreie Eigenheim oder bessern Ihre Rente mit Mieteinnahmen auf. Aber: Die finanzielle Freiheit erreicht man nur, wenn man die Immobilie zum Renteneintritt abbezahlt hat. Einen Hausbau oder Immobilienkauf sollten Sie also gut planen und die Nebenkosten mit einkalkulieren.



## Finanzplanung

## Erbschaftssteuer: Wie hoch sie ausfällt

Alles, was Sie über Steuerklassen und Freibeträge wissen müssen Egal ob Bargeld, ein Aktienpaket oder eine Immobilie: Wer in Deutschland ein Erbe antritt, muss dafür in der Regel Steuern zahlen. Wir zeigen Ihnen, welche Faktoren Einfluss auf die Höhe der Erbschaftssteuer haben. Wie viel Sie dann in Ihrem individuellen Fall tatsächlich zahlen müssen, können Sie anhand der Tabellen in diesem Ratgeber-Artikel