

Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter www.betanet.de.

© 2023 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | www.betanet.de

Altersrente für besonders langjährig Versicherte

1. Das Wichtigste in Kürze

Besonders langjährig Versicherte können bereits vor dem Regelrentenalter abschlagfrei in Rente gehen.

2. Voraussetzungen

Wer eine Wartezeit von 45 Jahren (= Mindestversicherungszeit) erreicht hat, kann etwa 2 Jahre früher **ohne Abschläge** Altersrente für besonders langjährig Versicherte erhalten. Eine detaillierte Übersicht über die Altersgrenze gibt § 236 b SGB VI: www.gesetze-im-internet.de/sgb_6/_236b.html.

Diese Rentenform kann grundsätzlich nicht vorzeitig in Anspruch genommen werden, auch nicht mit Abschlägen.

Seit 1.1.2023 darf bei dieser Rentenform unbegrenzt hinzuverdient werden, ohne dass die Rente gekürzt wird. Bis 2022 wurde Hinzuverdienst über 6.300 € jährlich teilweise auf die Rente angerechnet. Näheres unter [Rente > Hinzuverdienst](#).

3. Grundrente

Wer langjährig gearbeitet, Kinder erzogen und/oder Angehörige gepflegt hat, kann unter Umständen Anspruch auf einen Zuschlag zur eigenen Rente haben. Näheres dazu unter [Grundrente](#).

4. Energiepreispauschale 2022

Die Energiepreispauschale beträgt 300 € und soll bis 15.12.2022 automatisch an alle ausgezahlt werden, die Altersrente für besonders langjährig Versicherte erhalten und ihren Wohnsitz in Deutschland haben.

Wer bis Anfang Januar 2023 die 300 € nicht auf sein Konto bekommen hat, kann die nachträgliche Auszahlung bis 30.6.2023 beantragen bei:

Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See
44781 Bochum

Die Energiepreispauschale wird nicht als Einkommen bei anderen Sozialleistungen angerechnet und darf nicht gepfändet werden. Wer steuerpflichtig ist, muss die 300 € bei der Steuer angeben. Wer mehrere Renten parallel erhält, hat nur einmal Anspruch auf die Energiepreispauschale.

5. Praxistipps

- Den Rentenanspruch sollten Sie ca. 3 Monate vor dem gewünschten Rentenbeginn stellen. Antragsformulare gibt es bei den Rentenversicherungsträgern und den Stadt- und Gemeindeverwaltungen.
- Wenn Sie Ihre Rente später als 3 Monate nach Ablauf des Monats beantragen, in dem Sie die Rentenvoraussetzungen erfüllen, beginnen die Zahlungen erst im Monat der Antragstellung.
- Wenn Sie wissen möchten, ob Sie die 45 Jahre Mindestversicherungszeit schon erreicht haben oder noch erreichen können, schauen Sie in der Rentenauskunft nach. Gesetzlich Rentenversicherte bekommen die Auskunft ab dem 50. Lebensjahr automatisch. Wenn Sie trotzdem keine Rentenauskunft bekommen haben oder sie nicht mehr finden können, können Sie diese bei ihrer Rentenversicherung beantragen.

6. Wer hilft weiter?

Auskünfte und Beratungsstellen vor Ort vermitteln die [Rentenversicherungsträger](#) , die auch individuelle Rentenberechnungen vornehmen.

7. Verwandte Links

[Rente](#)

[Altersrente für schwerbehinderte Menschen](#)

[Altersrente wegen Arbeitslosigkeit oder nach Altersteilzeit](#)

[Altersrente für langjährig Versicherte](#)

[Rente > Kindererziehungszeiten](#)

Rechtsgrundlagen: § 38 SGB VI