

## Teilrente

### Das Wichtigste in Kürze

Die Teilrente ist eine flexible Form der Altersrente, bei der Menschen ab 63 Jahren einen Teil ihrer Altersrente beziehen können. Bei Schwerbehinderung kann die Altersrente und damit die Teilrente auch früher beginnen. Der Umfang der Teilrente kann von 10–99,99 % frei gewählt, die Aufteilung jederzeit geändert werden. Neben einer Teilrente kann beliebig viel gearbeitet und verdient werden.

Teilrente kann einen flexiblen Übergang in die Rente ermöglichen. Sie kann aber z.B. auch genutzt werden, um die Rente für pflegende Angehörige zu erhöhen.

### Wer kann Teilrente beantragen?

Wer die Voraussetzungen für eine Altersrente erfüllt, kann Teilrente beantragen. Das gilt für alle 4 Arten der Altersrente:

- [Altersrente für Menschen mit Schwerbehinderung](#)
- [Altersrente für langjährig Versicherte](#)
- [Altersrente für besonders langjährig Versicherte](#)
- [Regelaltersrente](#)

Details siehe unten.

### Antrag auf Teilrente

Eine Teilrente muss beantragt werden. Das erfolgt ganz einfach im Zuge des Antrags auf Altersrente. Der Antrag enthält eine Zeile, in der die Teilrente angekreuzt und der gewünschte Prozentsatz eingetragen werden kann.

Der Antrag ist online oder per Formular möglich unter [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de) > Rente > [wie beantrage ich meine Rente](#).

Wer bereits eine Vollrente erhält, stellt einen formlosen Antrag auf Teilrente nach § 42 SGB VI. Ebenso kann die prozentuale Aufteilung mit einem formlosen Antrag geändert werden.

### Hinweise zur heutigen Teilrente

- Die Teilrente ist nicht zu verwechseln mit der „teilweisen“ Erwerbsminderungsrente. Näheres unter [Erwerbsminderungsrente](#).
- Die Teilrente in der heutigen Form gibt es seit 2023. Davor gab es die Anrechnung von Hinzuverdienst und Drittel- und Zweidrittel-Teilrenten. Alle zugehörigen Regelungen gelten nicht mehr, auch wenn sich dazu noch viele Aussagen im Internet finden, z.T. sogar auf offiziellen Seiten.

### Wie hoch ist die Teilrente?

Die Höhe der Teilrente richtet sich nach 2 Faktoren:

- der individuellen Rentenhöhe, die zum beantragten Rentenbeginn zusteht, und
- dem Prozentsatz, den Versicherte für ihre Teilrente wählen.

Die Teilrente kann 10–99,99 % der Rente betragen. Der Prozentsatz ist frei wählbar und jederzeit für die Zukunft veränderbar. Berufstätige können schrittweise aus dem Beruf aussteigen und das verlorene Einkommen ein Stück weit mit der Teilrente ausgleichen.

Wer eine Teilrente erhält, kann unbegrenzt dazuverdienen, wie bei jeder anderen Altersrente auch. Es gibt seit 2023 keine Hinzuverdienstgrenzen mehr.

### Teilrente ohne Weiterarbeiten

Menschen können auch eine Teilrente beziehen, ohne parallel dazu zu arbeiten. Das gilt für jede Altersrente. Bei Altersrenten mit Abschlägen führt das dazu, dass der später in Anspruch genommene Rententeil weniger oder keine Abschläge hat, also höher ist.

Bei Renten ohne Abschläge kann die Teilrente ohne Weiterarbeiten sinnvoll sein, wenn sich dadurch zusätzliche Versicherungszeiten ergeben, z.B. bei Kindererziehung oder Pflege. Details siehe unten unter Praxistipps und Sonderfälle.

## Was ist bei Arbeit neben einer Teilrente zu beachten?

### Krankengeld bei Teilrente

Wer neben der Teilrente arbeitet, bekommt im Falle einer Arbeitsunfähigkeit oder Krankenhausbehandlung in der Regel 6 Wochen Entgeltfortzahlung. Das gilt auch für Minijobs. Gibt es keine Entgeltfortzahlung oder läuft diese nach 6 Wochen aus, bekommen Menschen in Teilrente Krankengeld. Näheres unter [Krankengeld](#).

Wer allerdings erst in Teilrente geht, wenn die Arbeitsunfähigkeit schon vorliegt, bekommt weniger oder kein Krankengeld. Das Krankengeld wird dann um den Zahlbetrag der Teilrente gekürzt. Näheres unter [Krankengeld > Keine Zahlung](#).

### Arbeitslosengeld bei Teilrente

Wer Altersrente bezieht, bekommt normalerweise kein [Arbeitslosengeld](#), aber bei Teilrenten gibt es davon eine Ausnahme:

Wer mindestens 6 Monate lang neben einer Teilrente arbeitslosenversichert gearbeitet hat, kann Arbeitslosengeld bekommen, aber nur bis zum Ende der ersten 3 Kalendermonate, nachdem die Voraussetzungen fürs Arbeitslosengeld erfüllt wurden.

Wenn bei Wegfall des Hinzuverdienstes das Geld zum Leben nicht reicht, kann jederzeit

- die Teilrente erhöht oder
- in eine Vollrente umgewandelt werden.

Bei Umwandlung in eine Vollrente entfällt aber sofort der Anspruch auf das Arbeitslosengeld.

### Fallbeispiel: Arbeitslosengeld bei Teilrente

Frau Müller hat von 1.1.2025 bis 15.7.2025 neben ihrer Teilrente sozialversicherungspflichtig gearbeitet und war dabei arbeitslosenversichert. Sie hat also für mindestens 6 Monate neben einer Teilrente arbeitslosenversichert gearbeitet. Seit 16.7.2025 ist sie arbeitslos und sucht eine neue Beschäftigung neben der Teilrente. Deswegen konnte sie ab 16.7.2025 Arbeitslosengeld neben ihrer Teilrente bekommen, aber nur bis 31.10.2025 (= Ende des 3. Kalendermonats, nachdem sie die Voraussetzungen fürs Arbeitslosengeld erfüllt hat).

In der Zeit mit Arbeitslosengeld könnte sie die Teilrente auf 99,99 % erhöhen, ohne ihren Anspruch auf Arbeitslosengeld zu gefährden.

### Kein Bürgergeld bei Teilrente

Wer von Bürgergeld lebt, sollte **keine** Teilrente beantragen, wenn diese dann nicht für den Lebensunterhalt reicht. Wer eine Teilrente bezieht, bekommt nämlich kein [Bürgergeld](#) und auch keine anderen Leistungen der [Grundsicherung für Arbeitsuchende](#) vom Jobcenter (= Leistungen nach dem SGB II).

In der Zeit von 1.1.2023 bis 31.12.2026 müssen die Jobcenter Bürgergeldberechtigten auch dann weiterhin Bürgergeld bezahlen, wenn sie das Alter für einen Anspruch auf **vorzeitige** Altersrente **mit Abschlägen** erreichen, sich aber gegen einen Antrag darauf entscheiden. Die Jobcenter können diese Menschen auch **nicht** zum Antrag auf eine Teilrente zwingen. Eine [Zwangsverrentung](#) ist bei Altersrenten momentan nur möglich, wenn es um eine Rente **ohne** Abschläge geht.

Wer trotz Bezug von Bürgergeld freiwillig eine Teilrente beantragt und die [Regelaltersgrenze](#) noch **nicht** erreicht hat, kann vorläufig Bürgergeld bekommen, um die Zeit zwischen dem Rentenanspruch und der ersten Zahlung zu überbrücken, bekommt dann aber entsprechend weniger von der Rente nachgezahlt.

### Weder Wohngeld noch Sozialhilfe bei Teilrente

Wer eine Teilrente bezieht, die nicht zum Lebensunterhalt reicht, muss vorrangig eine Vollrente beantragen, um die Hilfebedürftigkeit zu lindern oder aufzuheben. Eine zu niedrige Teilrente kann weder mit [Wohngeld](#) noch mit [Sozialhilfe](#) aufgestockt werden.

Wenn auch die Vollrente nicht reicht, kann unter Umständen Wohngeld die Lücke schließen. Wenn die Vollrente sehr niedrig ist, wird das Wohngeld allerdings abgelehnt, weil das dafür nötige Mindesteinkommen nicht erreicht wird. Wenn das Wohngeld wegen zu niedriger Rente abgelehnt wurde oder wenn die Rente und das Wohngeld zusammen nicht zum Leben reichen, besteht eventuell ein Anspruch auf aufstockende Sozialhilfe. Welche Sozialhilfeleistung in Betracht kommt, hängt davon ab, ob die [Regelaltersgrenze](#) schon erreicht ist:

- Regelaltersgrenze noch **nicht** erreicht: [Hilfe zum Lebensunterhalt](#)
- Regelaltersgrenze erreicht: [Grundsicherung im Alter](#)

In der Zeit vom (formlosen) Antrag auf die Vollrente bis zur Auszahlung der Rente und ggf. des Wohngelds kann **vorläufig** Sozialhilfe bezogen werden. Die spätere Rentennachzahlung und eine etwaige spätere Wohngeldnachzahlung werden dann mit der Sozialhilfe verrechnet.

## Rentenversicherungspflicht bei Teilrente

Wer neben einer Teilrente arbeitet, ist immer rentenversicherungspflichtig, d.h.: Vom zusätzlichen Verdienst gehen die Beiträge zur Rentenversicherung ab. Das gilt auch für die Zeit nach dem [regulären Rentenalter](#) und auch für [Minijobber](#).

Diese Rentenversicherungsbeiträge erhöhen allerdings auch die restliche Rente. Diese Rentenerhöhung wird ab der Regelaltersgrenze wirksam.

## Teilrente bei vorgezogener Altersrente

### Teilrente bei Schwerbehinderung

Menschen mit Schwerbehinderung können zum Teil früher in Altersrente gehen. Je nach Alter beim Rentenbeginn wird die Altersrente für Menschen mit Schwerbehinderung mit oder ohne Abschlag gezahlt.

Die Altersgrenzen für die vorgezogene Rente bei Schwerbehinderung steigen derzeit Jahr für Jahr. Näheres zu den Voraussetzungen und Altersgrenzen unter [Altersrente für schwerbehinderte Menschen](#).

Wird eine Teilrente einer vorgezogenen Schwerbehinderungsrente mit Abschlägen bezogen, bleibt der restliche, noch nicht bezogene Teil der Rente abschlagsfrei. Das können Menschen mit Schwerbehinderung auch stufenweise gestalten, z.B.:

- 15.1.1963 geboren, anerkannte Schwerbehinderung mit GdB 50, Wartezeit 35 Jahre seit 1.9.2023 erfüllt
- Vorgezogene Rente ohne Abschläge möglich mit 64 Jahren und 10 Monaten: ab 1.12.2027
- Vorgezogene Rente mit Abschlägen 3 Jahre früher möglich: 1.12.2024
- Teilrente mit 25 % ab 1.12.2024  
Abschlag 36 Monate \* 0,3 % (10,8 %) auf 25 % des aktuellen Rentenanspruchs
- Teilrente mit 50 % ab 1.6.2025  
Abschlag 30 Monate \* 0,3 % (9 %) auf weitere 25 % des dann aktuellen Rentenanspruchs, der schon etwas höher ist, weil dafür 6 Monate Rentenversicherungsbeiträge gezahlt wurden.
- Volle Altersrente für Menschen mit Schwerbehinderung ab 1.12.2027  
Kein Abschlag auf den restlichen Rentenanspruch.

### Teilrente ab 63

Ab dem Monat nach dem 63. Geburtstag können viele Menschen vorzeitig in Rente gehen, in die sog. Altersrente für langjährig Versicherte. Diese Altersrente ist heute immer mit Abschlägen verbunden, auch bei Schwerbehinderung. Näheres zu den Voraussetzungen und Abschlägen unter [Altersrente für langjährig Versicherte](#).

Bei Teilrente gibt es den Abschlag nur auf den Teilrententeil. Der nicht in Anspruch genommene Teil erhält keinen Abschlag.

Wird der Prozentsatz der Teilrente nach einiger Zeit erhöht, gibt es auch einen Abschlag für den 2. Teilrententeil, aber der 2. Abschlag ist niedriger. Die Abschläge richten sich immer nach der Zahl der Monate vor der Regelaltersgrenze. Ein Beispiel:

- 15.1.1963 geboren, Wartezeit 35 Jahre seit 1.9.2024 erfüllt
- Regelaltersgrenze: 66 Jahre und 10 Monate, ab 1.12.2029
- Rente für langjährig Versicherte ab 63 Jahren möglich: ab 1.2.2026
- Teilrente mit 25 % ab 1.2.2026  
Abschlag 46 Monate \* 0,3 % (13,8 %) auf 25 % des aktuellen Rentenanspruchs
- Teilrente mit 50 % ab 1.2.2027  
Abschlag 34 Monate \* 0,3 % (10,2 %) auf weitere 25 % des dann aktuellen Rentenanspruchs, der schon etwas höher ist, weil dafür 1 Jahr Rentenversicherungsbeiträge gezahlt wurden.
- Teilrente mit 75 % ab 1.2.2028  
Abschlag 22 Monate \* 0,3 % (6,6 %) auf weitere 25 % des dann aktuellen Rentenanspruchs, der noch höher ist, weil dafür ein 1 weiteres Jahr Rentenversicherungsbeiträge gezahlt wurden.
- Volle Altersrente für langjährig Versicherte 1.2.2029  
Kein Abschlag auf den restlichen Rentenanspruch.

### Teilrente nach 45 Versicherungsjahren

Menschen, die schon besonders lang im Berufsleben stehen, können 2 Jahre vor der Regelaltersgrenze ohne Abschläge in Rente gehen. Näheres zu den Versicherungszeiten und den Altersgrenzen unter [Altersrente für besonders langjährig Versicherte](#).

### Praxistipp

In der Regel lohnt sich die Teilrente nicht, wenn Sie die Altersrente für besonders langjährig Versicherte beantragen, da Sie keine Abschläge haben. Wenn Sie neben einer Teilrente weiterarbeiten, erhöhen Sie damit zwar ihre Rente für den nicht in Anspruch genommenen Teil, aber auch wenn Sie die Vollrente in Anspruch nehmen und daneben ganz oder teilweise weiterarbeiten, erwerben

Sie weitere Entgeltpunkte, die ab der Regelaltersgrenze rentenerhöhend wirken. Zudem erhalten Sie die volle Rente, die Sie ganz oder teilweise fürs Alter ansparen können.

## Regelaltersrente als Teilrente statt Vollrente

Wer die Regelaltersgrenze erreicht, kann statt der Vollrente eine Teilrente beantragen. Auch eine vorgezogene Teilrente kann über die Regelaltersgrenze hinweg eine Teilrente bleiben.

### Monatlicher Zuschlag nach der Regelaltersgrenze

Wer auch über die Regelaltersgrenze hinaus eine Teilrente bezieht und weiterarbeitet, erhöht damit seine Entgeltpunkte und damit die Rente. Die Erhöhung wirkt sich jährlich aus. Zusätzlich gibt es auf den nicht in Anspruch genommenen Teil der Rente einen Zuschlag von 0,5 % im Monat, also 6 % im Jahr, unabhängig davon ob gearbeitet wird oder nicht.

### Praxistipps

Lassen Sie berechnen, ob dieser Zuschlag den Geldausfall wettmacht, den Sie durch den Verzicht auf die Vollrente haben. Das hängt stark davon ab, wie hoch oder niedrig Ihre Rente ist, und wie hoch oder niedrig Ihr Verdienst neben der Teilrente. Vereinfacht lässt sich Folgendes sagen:

- Wenn Sie einen niedrigen Rentenanspruch haben, machen auch die 6 % pro Jahr keinen großen Unterschied – zumal sie sich nur auf den nicht in Anspruch genommenen Teil der Rente beziehen.
- Je höher Ihr Verdienst neben dem Rentenbezug, desto deutlicher wirkt sich das auf die Rente aus.
- Die Alternative: Sie können auch bei Vollrente unbegrenzt dazuverdienen. Dann sind Sie **nicht** rentenversicherungspflichtig und die Beiträge gehen auch nicht von Ihrem Verdienst ab.  
Oder Sie zahlen freiwillig Rentenversicherungsbeiträge und erhöhen damit Ihre Rente.

Die Rentenversicherungsträger oder Rentenberater machen solche Musterberechnungen für Sie. Allerdings macht die Rentenversicherung keine Aussagen zur Steuerhöhe.

Seit 1.1.2026 sollten Sie zudem die sog. Aktivrente mitdenken. Entgegen ihrem Namen ist die Aktivrente keine Rente, sondern ein Steuerfreibetrag von 2.000 € pro Monat für Berufstätige über der Regelaltersgrenze. Näheres unter [Altersrenten > Regelaltersrente](#).

Falls Sie nach der Regelaltersgrenze Teilrente beantragen und weiterarbeiten wollen, prüfen Sie, ob Ihr Arbeitsvertrag automatisch mit Erreichen der Altersgrenze endet. Vereinbaren Sie die Weiterarbeit schriftlich.

## Praxistipps und Sonderfälle zur Teilrente

### Beratung zur Teilrente

Wenn Sie mit dem Gedanken einer Teilrente spielen, lassen Sie sich unbedingt vorher beraten, denn je nach Rentenhöhe und persönlicher Situation sind die Auswirkungen sehr komplex. Folgende Fragen sind häufig wichtig:

- Wie hoch sind die Abzüge für Kranken- und Pflegeversicherung?
- Muss ich Steuern zahlen?
- Wie verändern sich die Abzüge und Steuern einer parallelen [Teilzeitarbeit](#)?
- Gibt es Auswirkungen auf andere Einkünfte?
- Wie sieht die Rechnung insgesamt aus, also über die nächsten 10 bis 20 Jahre?

### Teilrente für pflegende Angehörige

Wer Angehörige pflegt, wird von der Pflegeversicherung rentenversichert, wenn

- der pflegebedürftige Mensch mindestens Pflegegrad 2 hat,
- die Pflege nicht erwerbsmäßig ist (in der Regel dann, wenn höchstens das [Pflegegeld](#) dafür gezahlt wird),
- die Pflege mindestens 10 Stunden an mindestens 2 Tagen pro Woche umfasst,
- daneben höchstens 30 Stunden gearbeitet wird  
und
- die Pflegeperson nach Ablauf des Monats, in dem die [Regelaltersgrenze](#) erreicht wurde, keine Altersrente als **Vollrente** bezieht.

Viele Menschen pflegen erst im Rentenalter, z.B. den Ehepartner, aber ihre Vollrente führt dazu, dass die Pflegeversicherung keine Rentenbeiträge zahlt. Bei einer Teilrente ist das anders: Wer neben einer Teilrente pflegt, wird auch im Rentenalter noch von der Pflegekasse rentenversichert. Da eine Vollrente jederzeit (ohne Altersbegrenzung) in eine Teilrente umgewandelt werden kann, ergibt das für pflegende Angehörige folgende Möglichkeit:

- Sie beantragen die Umwandlung der Vollrente in eine Teilrente mit 99,99 %. Das reduziert eine Rente von z.B. 1.000 € um 10 Ct.

- Sie melden der Pflegeversicherung die erneute Rentenversicherungspflicht.
- Die Pflegeversicherung meldet die Pflegeperson dann automatisch bei der Rentenversicherung und führt Beiträge ab.
- Die Beiträge sind abhängig vom Pflegegrad und davon, welche Pflegeleistungen ([Pflegegeld](#), [Kombinationsleistung](#) oder [Pflegesachleistung](#)) in Anspruch genommen werden und sie erhöhen die Rente der Pflegeperson.
- Wie stark sich die Rente erhöht, hängt von der Höhe der Beiträge ab. Die Deutsche Rentenversicherung stellt unter [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de) > Suchbegriff: „Pflege von Angehörigen lohnt sich auch für die Rente“ eine Tabelle zur Verfügung: Dort steht, um welchen Betrag sich die Rente bei welchem Pflegegrad und welcher Pflegeleistung pro Jahr erhöht.
- Die Rentenerhöhung wird jeweils zum 1.7. des Folgejahres wirksam.

## Kindererziehungszeiten für Eltern im Rentenalter

Wer ein Kind in dessen ersten 3 Lebensjahren erzieht, bekommt Erziehungszeiten angerechnet. Diese erhöhen die Rente derzeit um etwa 120 €. Die Anrechnung ist aber ausgeschlossen, wenn über der Regelaltersgrenze eine Vollrente bezogen wird. Menschen, die nach der Regelaltersgrenze noch ein Kind erziehen, z.B. weil sie spät Vater werden oder weil die leiblichen Eltern ausfallen, können ihre Vollrente auf 99,99 % Teilrente reduzieren und dann die Anrechnung der Kindererziehungszeiten beantragen.

Kindererziehungszeiten können nicht nur leiblichen Eltern, sondern auch Großeltern, Pflege-, Stief- oder Adoptiveltern angerechnet werden, wenn sie das Kind tatsächlich erziehen und nicht die leiblichen Eltern.

## Betriebsrenten

- Wenn Sie eine Betriebsrente bekommen, oder bekommen können, klären Sie vor dem Antrag auf Teilrente, ob die Teilrente auf die Betriebsrente angerechnet wird oder gar den Bezug der Betriebsrente ausschließt. Ab 1.1.2027 verbessern sich hier die Bedingungen für einen parallelen Bezug von Teilrente und Betriebsrente.
- Wenn Sie mit Hilfe einer Teilrente einen schrittweisen Übergang in die Rente mit [Teilzeitarbeit](#) planen, klären und besprechen Sie das rechtzeitig mit Ihrem Arbeitgeber. Lassen Sie Vereinbarungen, wenn möglich, so flexibel wie möglich. Das Rentenrecht erlaubt im Prinzip alles, z.B.:
  - Teilrente können Sie jederzeit beantragen, sobald Sie die Voraussetzungen erfüllen.
  - Sie können jederzeit die Prozentaufteilung ändern – mit Wirkung auf die Zukunft.
  - Sie können jede Vollrente jederzeit in eine Teilrente umwandeln, z.B. schon nach 1 Monat, oder erst mit 70 Jahren.
- Es gibt auch Arbeits- und Tarifverträge, die Teilrenten ausschließen beziehungsweise den Bezug einer Altersrente mit dem Ausscheiden aus dem Vertrag gleichsetzen. Prüfen Sie das und lassen Sie sich abweichende Absprachen schriftlich bestätigen.

## Wechsel in gesetzliche Krankenversicherung über Teilrente nicht mehr möglich

Seit dem 1.1.2026 können privat Versicherte ab dem 55. Geburtstag **nicht mehr** mit dem sog. Teilrenten-Trick in die gesetzliche Krankenversicherung wechseln: Wer eine Teilrente wählt, kann **nicht** mehr in die Familienversicherung wechseln, wenn bei Bezug einer Vollrente das Einkommen für die Familienversicherung zu hoch wäre und vorher keine gesetzliche Versicherung bestanden hat.

## Wer hilft weiter

Die Rentenversicherung und freie Rentenberater. Bei steuerlichen Fragen das Finanzamt oder Steuerkanzleien.

## Verwandte Links

[Altersrente für Menschen mit Schwerbehinderung](#)

[Altersrente für langjährig Versicherte](#)

[Altersrente für besonders langjährig Versicherte](#)

[Altersrenten > Regelaltersrente](#)

[Altersgrenze der Regelaltersrente](#)

[Rente > Rentenarten](#)

Rechtsgrundlagen: § 42 SGB VI