

A photograph of two women standing outdoors, looking at a document together. The woman on the left is wearing a light green polo shirt and glasses. The woman on the right is wearing a light blue jacket and a green patterned scarf. They are in front of a building with windows.

# Freiwilligen- dienste und Rente

- Bundesfreiwilligendienst, Freiwilliges Soziales oder Ökologisches Jahr
- Wie Sie versichert werden und wer die Beiträge zahlt
- Zusätzliche Zeiten und höhere Rente





## Wertvolle Zeit für Ihre Rente

Egal ob Sie sich beruflich erst orientieren, nach einem halben Berufsleben mal etwas ganz Neues ausprobieren, Ihre Lebens- und Berufserfahrung weiter einbringen oder einfach ganz praktisch Gutes tun wollen – eine breite Einsatzpalette für Jung und Alt bieten das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ), das Freiwillige Ökologische Jahr (FÖJ) und der Bundesfreiwilligendienst (BFD).

Ihr freiwilliges Engagement in gemeinwohlorientierten Einrichtungen wird dabei vom Staat honoriert: Sie können während dieser Zeit ohne eigene Beiträge Anwartschaften für Ihre spätere Rente aufbauen.

Wie Sie versichert werden, wer die Beiträge zahlt und was Ihrem Rentenkonto gutgeschrieben wird, erfahren Sie in diesem Faltblatt. Und wenn Sie noch weitere Fragen haben: Kommen Sie zu uns – wir sind für Sie da.



## Inhaltsverzeichnis

- 4 Jeder kann dabei sein**
- 9 Sozial engagiert und zugleich versichert**
- 11 Beiträge für die Rente**
- 14 Dienstzeit ist Rentenzeit**
- 17 Darauf sollten Sie achten**
- 19 Nur einen Schritt entfernt: Ihre Rentenversicherung**



## Jeder kann dabei sein

**Sie können sich auf vielfältige Weise freiwillig engagieren. Im Freiwilligen Sozialen oder Ökologischen Jahr (FSJ, FÖJ) und im Bundesfreiwilligendienst (BFD) sind Sie sozial abgesichert.**

Bis zum 27. Lebensjahr haben Sie die Möglichkeit, ein Freiwilliges Soziales oder Ökologisches Jahr zu leisten. Für den Bundesfreiwilligendienst gibt es keine Altersbeschränkung – auch als Rentner können Sie sich hierfür entscheiden.

Einzige Voraussetzung für diese Dienste ist, dass Sie die Pflichtschulzeit absolviert haben (je nach Bundesland im Alter von 15 oder 16 Jahren).

Auch Ausländer können diese freiwilligen Dienste leisten, wenn sie einen Aufenthaltstitel besitzen, der ihnen eine Erwerbstätigkeit ermöglicht. Grundsätzlich kann auch speziell für die Teilnahme am Freiwilligendienst eine Aufenthaltserlaubnis erteilt werden.

### **Welche Einsatzmöglichkeiten gibt es?**

Sie können sich auf ganz unterschiedlichen Gebieten einbringen, so zum Beispiel in der Kranken- und Altenpflege, in der Behindertenhilfe oder Kinderbetreuung (BFD und FSJ). Auch beim Naturschutz und bei der Landschaftspflege sowie in der Umweltbildung sind Einsätze möglich (BFD und FÖJ). Darüber hinaus gibt es Angebote in den Bereichen Sport, Integration, Kultur, Zivil- und Katastrophenschutz.

### **Wie lange dauert der freiwillige Dienst?**

Ihr freiwilliger Einsatz dauert in der Regel in allen Diensten 12 Monate, mindestens jedoch sechs und höchstens 18 Monate, im Ausnahmefall bis zu 24 Monate.

Der Freiwilligendienst im FSJ, FÖJ und BDF für unter 27-Jährige wird grundsätzlich im Rahmen einer Vollzeitbeschäftigung durchgeführt. Liegt ein berechtigtes Interesse des Freiwilligen vor, ist auch eine Teilzeitbeschäftigung möglich.

Ein berechtigtes Interesse liegt zum Beispiel vor, wenn Sie

- ein Kind oder einen Angehörigen betreuen oder
- gesundheitlich beeinträchtigt sind und nicht die regelmäßige tägliche oder wöchentliche Einsatzzeit absolvieren können oder
- Bildungs- oder Qualifizierungsangebote wahrnehmen, die mit einem Vollzeitfreiwilligendienst kollidieren oder
- aus vergleichbar schwerwiegenden Gründen keinen Vollzeitfreiwilligendienst leisten können.

Das berechnete Interesse müssen Sie bescheinigen, beispielsweise durch einen Arzt, einen Therapeuten oder eine Geburtsurkunde des Kindes.

Auf einen solchen Teilzeitdienst haben Sie allerdings keinen rechtlichen Anspruch. Im BDF für über 27-Jährige ist eine Teilzeitbeschäftigung, auf die auch ein Rechtsanspruch besteht, möglich.

Leisten Sie den Freiwilligendienst in Teilzeit ab, müssen Sie dafür jedoch mehr als 20 Stunden pro Woche aufwenden.

Der Freiwilligendienst kann auch in Teilblöcken von mindestens drei Monaten geleistet werden.

**Bitte beachten Sie:**  
**Im Gegensatz zum Freiwilligen Sozialen oder Ökologischen Jahr kann der Bundesfreiwilligendienst nicht nur einmal, sondern nach jeweils fünf Jahren wiederholt geleistet werden.**

### **Kann ich auch ins Ausland gehen?**

Das FSJ und das FÖJ können auch im Ausland geleistet werden. Für den BFD gilt das nicht.

Rentner als ehrenamtliche Experten für Projekte im Ausland vermittelt der Senior Experten Service (SES). Weitere Informationen finden Sie im Internet unter [www.ses-bonn.de](http://www.ses-bonn.de).



### **Leistungen**

Während Ihres freiwilligen Dienstes erhalten Sie ein Taschengeld, Sachleistungen und kostenlose Seminare. Diese Rahmenbedingungen können von Träger zu Träger und von Bundesland zu Bundesland verschieden sein.

**Bitte beachten Sie:  
Das Taschengeld für Teilzeitfreiwilligendienst wird gegenüber dem, das an Vollzeitdienstleistende gezahlt wird, gekürzt.**

Außerdem sind Sie in allen Zweigen der Sozialversicherung pflichtversichert, also in der Renten-, Arbeitslosen-, Kranken- und Pflegeversicherung. Eine Besonderheit gibt es nur für Rentner, die eine volle Altersrente für die Zeit nach Ablauf des Monats, in dem die Regelaltersgrenze erreicht wurde, erhalten und den Bundesfreiwilligendienst leisten. Lesen Sie hierzu bitte den Abschnitt „Kann Versicherungsfreiheit entstehen?“ auf Seite 10.

### **Unser Tipp:**

Informationen zum BFD finden Sie auf [www.bundesfreiwilligendienst.de](http://www.bundesfreiwilligendienst.de) oder über die Hotline des Bundesamtes für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA) unter der Telefonnummer 0221 36730. Eine Übersicht über alle Regionalbetreuer erhalten Sie unter <http://www.bafza.de/das-bundesamt/organisation/beraterinnen.html> im Internet.

Wissenswertes zum FSJ erfahren Sie unter [www.pro-fsj.de](http://www.pro-fsj.de), zum FÖJ unter [www.foej.de](http://www.foej.de). Ihre Fragen beantworten auch die Servicestelle für Jugendfreiwilligendienste beim BAFzA (per E-Mail an [service@bafza.bund.de](mailto:service@bafza.bund.de)) und die jeweiligen Träger.





## Sozial engagiert und zugleich versichert

**Während Ihres freiwilligen Dienstes sind Sie in der gesetzlichen Rentenversicherung versicherungspflichtig. Das gilt auch für die vorgeschriebenen Seminarzeiten.**

Die Versicherungspflicht tritt kraft Gesetzes ein, das heißt, ohne dass Sie einen Antrag stellen müssen. Zu Beginn Ihres Dienstes meldet Sie Ihr Arbeitgeber beim zuständigen Rentenversicherungsträger an. Zudem übermittelt er Ihre Beschäftigungszeiten und Arbeitsentgelte für das jeweils abgelaufene Kalenderjahr.

Grundlage für die Rentenversicherungspflicht ist Ihr Vertrag mit der Einsatzstelle. Darin müssen alle wesentlichen Inhalte Ihres Dienstes geregelt sein. Sie können jedoch nicht die entstehende Versicherungspflicht ausschließen.

**Bitte beachten Sie:**  
**Für die Zeit des freiwilligen Dienstes besteht die Versicherungspflicht auch in den übrigen Sozialversicherungszweigen (Arbeitslosenversicherung, Krankenversicherung, Pflegeversicherung, Unfallversicherung).**

### **Kann Versicherungsfreiheit entstehen?**

Freiwillige können sich als geringfügig Beschäftigte nicht von der Versicherungspflicht befreien lassen.

Wer eine volle Altersrente für die Zeit nach Ablauf des Monats, in dem die Regelaltersgrenze erreicht wurde, erhält und Bundesfreiwilligendienst leistet, ist jedoch in der gesetzlichen Renten- und Arbeitslosenversicherung versicherungsfrei. Für diese Personen werden keine Beiträge gezahlt. Die Kapitel „Beiträge für die Rente“ und „Dienstzeit ist Rentenzeit“ treffen deshalb für Sie nicht zu.

### **Ende der Versicherungspflicht**

Die Versicherungspflicht endet gleichzeitig mit dem freiwilligen Dienst, zum Beispiel bei Vertragsende oder bei Kündigung aus wichtigem Grund.



## Beiträge für die Rente

**Die automatische Versicherungspflicht führt zur Beitragspflicht. Während Ihres Freiwilligendienstes werden Sie jedoch nicht an den Beiträgen beteiligt – diese zahlt Ihr Arbeitgeber in voller Höhe allein.**

Während des freiwilligen Dienstes erhalten Sie ein Taschengeld. Es ist Grundlage für die Beitragsbemessung.

Das Taschengeld darf zurzeit höchstens 402 Euro im Monat betragen. Dieser Höchstwert entspricht sechs Prozent der Beitragsbemessungsgrenze in der allgemeinen Rentenversicherung. Sie beträgt im Jahr 2019 monatlich 6 700 Euro.

### **Sachbezüge**

Zusätzlich zum Taschengeld kann der Arbeitgeber noch Sachleistungen wie zum Beispiel Unterkunft und Verpflegung gewähren. Diese sind als geldwerter Vorteil ebenfalls dem beitragspflichtigen Arbeitsentgelt hinzuzurechnen.

Den Wert der Sachbezüge legt das Bundesministerium für Arbeit und Soziales für jedes Kalenderjahr im Voraus fest.

**Bitte beachten Sie:**  
**Bei der Beitragsberechnung bestehen keine Unterschiede zwischen einem Dienst in den alten oder in den neuen Bundesländern.**

### **Beitragssatz**

In der gesetzlichen Rentenversicherung gilt 2019 ein Beitragssatz von 18,6 Prozent. Er wird jährlich neu bestimmt.

#### **Beispiel 1:**

Paul F. vereinbart mit seinem Arbeitgeber ein monatliches Taschengeld von 180 Euro. Außerdem erhält er im Jahr 2019 Frühstück und Mittagessen als freie Verpflegung. Hierfür wird monatlich ein Sachbezugswert von 149 Euro angesetzt.

Der Beitragsberechnung ist ein Betrag in Höhe von 329 Euro (180 + 149) zugrunde zu legen.

Der Arbeitgeber zahlt daher einen monatlichen Pflichtbeitrag in Höhe von 61,19 Euro (= 329,00 Euro × 18,6 Prozent).

## Beispiel 2:

Sabine K. (18 Jahre) vereinbart mit ihrem Arbeitgeber ein monatliches Taschengeld von 150 Euro. Darüber hinaus stellt ihr der Arbeitgeber freie Unterkunft in einem Personalzimmer zur Verfügung. Für diese Unterkunft behält der Arbeitgeber pauschal 30 Euro ein.

Wert der Unterkunft 2019:	226,00 Euro
abzüglich 15 Prozent wegen Unterbringung in Gemeinschaftsunterkunft	- 33,90 Euro = 192,10 Euro
abzüglich einbehaltene Pauschale	- <u>30,00 Euro</u>
anzurechnen sind:	= 162,10 Euro

Der Beitragsberechnung ist ein Betrag von 312,10 Euro (150,00 + 162,10) zugrunde zu legen.

Der Arbeitgeber zahlt für Sabine K. monatliche Rentenbeiträge von 58,05 Euro (= 312,10 Euro × 18,6 Prozent).



## Dienstzeit ist Rentenzeit

**Auch wenn für Sie der Zeitpunkt Ihres Rentenbeginns vielleicht noch in ferner Zukunft liegt, wirken sich diese Zeiten auf Ihr Rentenkonto aus.**

### **Höhere Rente**

Generell gilt, dass jeder einzelne Beitrag sich positiv auf die spätere Rentenhöhe auswirkt – je mehr Beiträge Sie einzahlen, desto höher wird Ihre Rente.

Wir teilen Ihnen in Ihrer individuellen Renteninformation jährlich mit, wie viel Rente Sie später erhalten werden. Diese Information bekommen sie ab Ihrem 27. Lebensjahr automatisch zugesandt.

### **Unser Tipp:**

Näheres zur Renteninformation erfahren Sie in unserer Broschüre „Die Renteninformation – mehr wissen“.

Natürlich hängt die Höhe der späteren Rente auch von der Höhe der erzielten Arbeitsverdienste ab. Da Sie während des freiwilligen Dienstes ein nicht so hohes Arbeitsentgelt in Form von Taschengeld erhalten, ist der hieraus resultierende monatliche Rentenanspruch deshalb ebenfalls nicht so hoch.

### **Beispiel:**

Claudia S. erhält im Jahr 2019 ein Arbeitsentgelt in Höhe von 4 560 Euro (monatlich 380 Euro Taschengeld einschließlich Sachbezüge). Ihr Arbeitgeber zahlt dafür einen monatlichen Beitrag von 70,68 Euro (Beitragsatz 2019 = 18,6 Prozent). Die spätere monatliche Rente von Claudia S. steigt damit um 3,87 Euro bei einem Dienst in den alten Bundesländern und um 4,05 Euro bei einem Dienst in den neuen Bundesländern.

### **Zusätzliche Zeiten**

Außerdem sind die Zeiten, in denen Sie der Versicherungspflicht unterliegen, für die Erfüllung der Mindestversicherungszeiten (auch Wartezeiten genannt) wichtig. In der gesetzlichen Rentenversicherung gibt es Rentenansprüche mit Wartezeiten von fünf, 15, 35 und 45 Jahren. Daher legen Sie auch mit den Pflichtbeiträgen aus den freiwilligen Diensten den Grundstock für eine spätere Vorsorge aus der gesetzlichen Rentenversicherung. Nähere Informationen finden Sie in der Broschüre „Rente: Jeder Monat zählt“.

## **Waisenrenten**

Während des Bundesfreiwilligendienstes besteht für Sie ein Anspruch auf Waisenrente. Der Bundesfreiwilligendienst ist hier dem Freiwilligen Sozialen und Ökologischen Jahr gleichgestellt.





## Darauf sollten Sie achten

**Auch wenn Sie für den freiwilligen Dienst nur ein Taschengeld erhalten, kann sich dieser Verdienst auf andere Leistungen auswirken.**

Bitte klären Sie vor Ihrer Entscheidung für einen Freiwilligendienst, inwieweit die Zahlungen aus den freiwilligen Diensten auf andere Leistungen anzurechnen sind – wie zum Beispiel auf die Grundsicherung (unter anderem Arbeitslosengeld II).

Das Kindergeld bis zum 25. Lebensjahr wird unabhängig von den Zahlungen aus den freiwilligen Diensten gezahlt.

### **Hinzuverdienstgrenzen für Rentner**

Wenn Sie den Bundesfreiwilligendienst leisten und bereits eine Altersrente als Vollrente vor Erreichen der Regelaltersgrenze bekommen, müssen Sie die Hinzuverdienstgrenze beachten. Diese beträgt jährlich 6 300 Euro. Wird dieser Wert überschritten, wird der über diesen Wert hinausgehende Betrag durch zwölf geteilt. Davon werden 40 Prozent auf die Rente angerechnet.

Weitere Besonderheiten sind zu beachten, wenn Sie bereits Rente wegen verminderter Erwerbsfähigkeit beziehen.

**Unser Tipp:**

Sind Sie als Rentner wegen verminderter Erwerbsfähigkeit am Bundesfreiwilligendienst interessiert, klären Sie bitte vorab mit Ihrem Rentenversicherungsträger, ob im Fall einer Beschäftigung die Erwerbsminderung weiter besteht.

# Nur einen Schritt entfernt: Ihre Rentenversicherung

Sie haben noch Fragen? Sie benötigen Informationen oder wünschen eine individuelle Beratung? Wir sind für Sie da: kompetent, neutral, kostenlos.

## **Mit unseren Informationsbroschüren**

Unser Angebot an Broschüren ist breit gefächert. Was Sie interessiert, können Sie online auf [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de) bestellen oder herunterladen. Hier weisen wir auch auf besondere Beratungsangebote hin.

## **Am Telefon**

Ihre Fragen beantworten wir am kostenlosen Servicetelefon. Dort können Sie auch Informationsmaterial und Formulare bestellen oder den passenden Ansprechpartner vor Ort erfragen. Sie erreichen uns unter 0800 1000 4800.

## **Im Internet**

Unter [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de) steht Ihnen unser Angebot rund um die Uhr zur Verfügung. Sie können sich über viele Themen informieren sowie Vordrucke und Broschüren herunterladen oder bestellen.

## **Mit unseren Online-Diensten**

Auch per Computer, Tablet oder Smartphone können Sie sicher mit uns kommunizieren. Sie können Ihre Versicherungszeiten aktualisieren oder Anträge online stellen. Zur Identifikation nutzen Sie die Online-Ausweisfunktion Ihres Personalausweises, Ihren persönlichen Zugangscode oder Ihre nachträgliche Unterschrift.

## **Im persönlichen Gespräch**

Ihre nächstgelegene Auskunft- und Beratungsstelle finden Sie auf der Startseite unseres Internets oder Sie erfragen sie am Servicetelefon. Dort können Sie auch bequem einen Termin vereinbaren oder Sie buchen ihn online. Mobil hilft Ihnen unsere App iRente.

## **Versichertenberater und Versichertenälteste**

Auch unsere ehrenamtlich tätigen Versichertenberater und Versichertenältesten sind in unmittelbarer Nachbarschaft für Sie da und helfen Ihnen beispielsweise beim Ausfüllen von Antragsformularen.

### **Ihr kurzer Draht zu uns**

0800 1000 4800 (kostenloses  
Servicetelefon)

[www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de)  
[info@deutsche-rentenversicherung.de](mailto:info@deutsche-rentenversicherung.de)



## **Unsere Partner**

Auch bei den Versicherungsämtern der Städte und Gemeinden können Sie Ihren Rentenanspruch stellen, Vordrucke erhalten oder Ihre Versicherungsunterlagen weiterleiten lassen.

## **Die Träger der Deutschen Rentenversicherung**

### **Deutsche Rentenversicherung**

#### **Baden-Württemberg**

Gartenstraße 105, 76135 Karlsruhe  
Telefon 0721 825-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Bayern Süd**

Am Alten Viehmarkt 2, 84028 Landshut  
Telefon 0871 81-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Berlin-Brandenburg**

Bertha-von-Suttner-Straße 1  
15236 Frankfurt (Oder)  
Telefon 0335 551-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Braunschweig-Hannover**

Lange Weihe 6, 30880 Laatzen  
Telefon 0511 829-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Hessen**

Städelstraße 28, 60596 Frankfurt am Main  
Telefon 069 6052-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Mitteldeutschland**

Georg-Schumann-Straße 146, 04159 Leipzig  
Telefon 0341 550-55

**Deutsche Rentenversicherung  
Nord**

Ziegelstraße 150, 23556 Lübeck  
Telefon 0451 485-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Nordbayern**

Wittelsbacherring 11, 95444 Bayreuth  
Telefon 0921 607-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Oldenburg-Bremen**

Huntestraße 11, 26135 Oldenburg  
Telefon 0441 927-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Rheinland**

Königsallee 71, 40215 Düsseldorf  
Telefon 0211 937-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Rheinland-Pfalz**

Eichendorffstraße 4-6, 67346 Speyer  
Telefon 06232 17-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Saarland**

Martin-Luther-Straße 2-4, 66111 Saarbrücken  
Telefon 0681 3093-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Schwaben**

Dieselstraße 9, 86154 Augsburg  
Telefon 0821 500-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Westfalen**

Gartenstraße 194, 48147 Münster  
Telefon 0251 238-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Bund**

Ruhrstraße 2, 10709 Berlin  
Telefon 030 865-0

**Deutsche Rentenversicherung  
Knappschaft-Bahn-See**

Pieperstraße 14-28, 44789 Bochum  
Telefon 0234 304-0

QR Code ist eine eingetragene Marke der Denso  
Wave Incorporated.





Die gesetzliche Rente ist und bleibt der wichtigste Baustein für die Alterssicherung.

Kompetenter Partner in Sachen Altersvorsorge ist die Deutsche Rentenversicherung. Sie betreut mehr als 54 Millionen Versicherte und fast 21 Millionen Rentner.

Die Broschüre ist Teil unseres umfangreichen Beratungsangebotes.

Wir informieren.

Wir beraten. Wir helfen.

Die Deutsche Rentenversicherung.



**Deutsche  
Rentenversicherung**  
Sicherheit  
für Generationen