

## Reform der Alterssicherung – Für eine geschlechtergerechte Absicherung im Alter!

### AUSGANGSLAGE

Insbesondere junge Frauen werden strukturell durch das deutsche Rentensystem benachteiligt: Sie müssen ein Rentensystem mitfinanzieren, das durch den demografischen Wandel zunehmend unter Druck gerät und zahlen gleichzeitig in ein System ein, das auf eine männliche Lebensrealität ausgerichtet ist, nämlich eine durchgehende Vollzeitwerbstätigkeit. Unbezahlte Sorgearbeit wird dabei bislang unzureichend berücksichtigt – obwohl unsere Gesellschaft dringend auf diese angewiesen ist.

Frauen übernehmen noch immer den Großteil dieser unbezahlten Sorgearbeit – von der Kindererziehung bis hin zur Pflege von Angehörigen. Sie arbeiten öfter in Teilzeit (Frauen 49%, Männer 12%), haben im Schnitt geringere Einkommen als Männer und erwerben dadurch wesentlich geringere eigene Rentenansprüche. In der Folge sind Frauen im Alter häufiger von niedrigen Renten und von Armut betroffen. Diese Ungleichheit zwischen den Geschlechtern verdeutlicht der Gender Pension Gap, der 2023 in Deutschland bei 39,4% lag.

Zwar existiert in der gesetzlichen Rentenversicherung ein Nachteilsausgleich, dieser ist jedoch nur begrenzt wirksam und fehlt in der privaten Altersvorsorge sowie in Betriebsrenten gänzlich. Eine Stabilisierung des Rentenniveaus ist deshalb besonders wichtig für Frauen, die aufgrund von geleisteter Sorgearbeit ihre berufliche Tätigkeit eingeschränkt oder unterbrochen haben.

#### **Rentenpaket 2025 – Was wurde beschlossen und was bedeutet es für Frauen?**

Die Bundesregierung hat im Dezember 2025 ein neues Rentenpaket beschlossen. Es umfasst mehrere Maßnahmen in der gesetzlichen Rentenversicherung,

die auch Auswirkungen auf die Altersabsicherung von Frauen haben.

**Sicherung des Rentenniveaus:** Die Sicherung des Rentenniveaus ist eine gesetzliche Maßnahme, durch die die Rente an die Lohnentwicklung gekoppelt wird. Damit die Renten dauerhaft finanzierbar sind, enthält die Rentenanpassungsformel allerdings auch sogenannte Dämpfungsfaktoren. Dadurch steigen die Renten langsamer als Löhne und Gehälter.

In den 1990er-Jahren lag das Rentenniveau bei über 50%. Seit 2019 sichert die sogenannte Haltelinie das Rentenniveau bei mindestens 48 % ab. Diese Regelung sollte Ende 2025 auslaufen, mit dem Rentenpaket wurde sie bis 2031 verlängert.

Die Haltelinie in der gesetzlichen Rente wirkt sich positiv für viele Frauen aus, da auch das Niveau der Ausgleichsleistungen für Sorgearbeit gesichert wird. Allerdings ist insbesondere bei kleinen Einkommen eine zusätzliche private bzw. betriebliche Altersvorsorge kaum möglich, um eine sinkende gesetzliche Rente auszugleichen.

#### **Mütterrente: Schließen der Gerechtigkeitslücke:**

Künftig werden drei Rentenpunkte pro Kind angerechnet – unabhängig vom Geburtsjahr des Kindes. Damit wird eine langjährige Ungleichbehandlung von Müttern vor 1992 geborener Kinder beendet. Da Kindererziehung einen wichtigen Beitrag darstellt, von dem die gesamte Gesellschaft profitiert, wird der Mehraufwand aus Steuermitteln getragen. Ohne die Einführung der sogenannten Mütterrente im Jahr 2014 wäre der Gender Pay Gap heute 20% höher. Nachteilig wirkt sich die Reform für Frauen aus, die Grundsicherung oder andere Sozialleistungen beziehen, da die Mütterrente als Teil der gesetzlichen Rente angerechnet wird.

## Reform der Alterssicherung – Für eine geschlechtergerechte Absicherung im Alter!

**Aufhebung des Anschlussverbots:** Durch das neue Rentenpaket besteht nach Erreichen der Regelaltersgrenze die Möglichkeit, sachgrundlos beim gleichen Arbeitgeber von einem unbefristeten in ein befristetes Arbeitsverhältnis zu wechseln.

**Aktivrente:** Wer über die Regelaltersgrenze hinaus arbeitet, erhält bis zu 2.000 € des Gehalts im Monat steuerfrei. Der abschlagsfreie Renteneintritt nach 45 Beitragsjahren bleibt unverändert bestehen. Derzeit fehlen noch belastbare Daten, um die spezifischen Auswirkungen der Aktivrente auf Frauen zu bewerten. Es ist nötig, die Effekte der Aktivrente auch unter geschlechtsspezifischen Aspekten zu evaluieren

### UNSERE FORDERUNGEN

---

- **Abschaffung der Einkommensanrechnung bei der Hinterbliebenenversorgung.**

Insbesondere junge Hinterbliebene mit Sorgeverantwortung müssen die Möglichkeit haben, durch Erwerbsarbeit ihr Einkommen zu erhöhen und eigenständige Rentenansprüche aufzubauen, ohne dass dies zu finanziellen Nachteilen führt.
- **Anrechnung von Pflegezeiten auf Rentenanwartschaften ab dem ersten Pflegegrad.**

Pflege ist gesellschaftlich notwendige Sorgearbeit und muss rentenrechtlich anerkannt werden. Rentenansprüche aus Kindererziehungszeiten sollten bei der Bedürftigkeitsprüfung in der Grundsicherung im Alter nicht als Einkommen angerechnet werden.
- **Erprobung, Erforschung und Weiterentwicklung des Optionszeiten-Modells.**

Das Modell bietet Beschäftigten mehr Flexibilität, um familiäre, berufliche und persönliche Bedürfnisse besser in Einklang zu bringen und so verbesserte Voraussetzungen für eine eigenständige Altersabsicherung schaffen.
- **Sozialversicherungspflicht für alle Arbeitsverhältnisse zur Absicherung in jeder Lebensphase.**

Eine volle Sozialversicherungspflicht ermöglicht es Beschäftigten, Rentenansprüche zu erwerben, die über die bisherige Mindestabsicherung hinausgehen. Dies schließt die Abschaffung der Minijobs in ihrer jetzigen Form ein.
- **Einbeziehung von Selbstständigen in die gesetzliche Rentenversicherung.**

Selbstständige, die bislang keinem anderen verpflichtenden Altersvorsorgesystem angehören, sollen in die gesetzliche Rentenversicherung einbezogen werden, um ihnen eine verlässliche und solidarische Altersabsicherung zu ermöglichen.
- **Wiederaufnahme der Rentenbeitragszahlungen für Beziehende von Arbeitslosengeld II.**

Die Bundesagentur für Arbeit muss wieder Rentenbeiträge für Beziehende von Arbeitslosengeld II zahlen, um Rentenlücken zu vermeiden und das Risiko von Altersarmut zu verringern.

## Reform der Alterssicherung – Für eine geschlechtergerechte Absicherung im Alter!

### FAZIT

Trotz wichtiger Fortschritte durch das Rentenpaket aus Dezember 2025 benachteiligt das aktuelle Rentensystem weiterhin Frauen. Sorgearbeit, Teilzeittätigkeit und der Gender Pay Gap führen insbesondere bei Frauen zu niedrigen Einkommen im Erwerbsleben und in der Folge zu geringeren Renten.

Bis heute orientiert sich unser Renten- und Steuersystem verstärkt an der männlichen Lebensrealität mit einer durchgehenden Vollerwerbstätigkeit ohne Sorgeverantwortung. Dieses veraltete Modell berücksichtigt weder die vielfältigen Lebenswege von Frauen noch die Herausforderungen moderner Familienstrukturen.

Die eingesetzte Rentenkommission muss die Situation von Frauen, die besonders von Altersarmut gefährdet und betroffen sind, explizit in den Blick nehmen und konkrete Vorschläge für notwendige Gesetzesänderungen vorlegen. Die Bundesregierung muss diese zügig umsetzen. Nur wenn alle Reformvorschläge auch auf Geschlechtergerechtigkeit hin geprüft werden, kann eine gerechte und zukunftsfähige Altersvorsorge für die gesamte Bevölkerung geschaffen werden.

Stand: Januar 2026

Katholischer Deutscher Frauenbund e. V.  
Kaesenstraße 18 | 50677 Köln

[www.frauenbund.de](http://www.frauenbund.de)

Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten:



Stiftungskonto:  
DE53 3606 0295 0000 3040 50  
Bank im Bistum Essen