

离开瑞士：在国外领取 AHV 养老金、退还缴费与自愿保险

Dr Alexander Ressos, TEP
Attorney-at-Law (Switzerland), Solicitor (Hong Kong),
Solicitor (England & Wales)

在瑞士联邦养老和遗属保险（AHV）缴费多年后离开瑞士的人，必须决定其已积累的缴费和养老金权利如何处理。养老金日后能否在国外发放，很大程度上取决于国籍，以及瑞士是否与当事人的本国缔结了社会保障协定。来自无此类协定国家的公民，在一定条件下可申请退还缴费；而迁往欧洲以外地区的瑞士公民及欧盟/EFTA 公民，在某些情况下可通过自愿保险维持保障。本文介绍截至 2026 年的相关规则以及通常影响这一选择的考量因素。

1 离境时 AHV 权利的处理

《联邦养老和遗属保险法》（AHVG）规定的强制保险以在瑞士有住所或从事有收入活动为前提（AHVG 第 1a 条第 1 款第 a 项、第 b 项）。当事人二者均放弃时，强制保险即告终止，但已完成的缴费年度仍记录在个人账户中。完成至少一个完整缴费年度后，即产生养老金请求权（AHVG 第 29 条第 1 款）；由于全额养老金通常须具备 44 个缴费年度（AHVG 第 29ter 条），每缺少一年，养老金至少减少 1/44。因此，例如在瑞士工作十年的人，将相应享有部分养老金权利，其金额详见我们关于 [2026 年 AHV 养老金](#) 的文章。

2 在国外领取养老金

出发点是 AHVG 第 18 条第 2 款：除国际协定另有规定外，外国公民仅在其于瑞士有住所并惯常居住期间方可领取养老金。在实践中，由此形成三类群体。

- 瑞士公民无论居住在何处，均可领取 AHV 养老金。
- 欧盟和 EFTA 国家的公民受《人员自由流动协定》（附件二）和《EFTA 公约》协调规则的覆盖，可在国外领取养老金。
- 与瑞士缔结了协调给付的双边社会保障协定之国家的公民，同样可依该协定的条款在国外领取养老金。

瑞士已与澳大利亚、巴西、加拿大（另与魁北克签有单独协定）、智利、中国、印度、以色列、日本、菲律宾、韩国、突尼斯、土耳其、英国、乌拉圭和美国等国，以及若干西巴尔干国家和圣马力诺缔结了双边协定。但与中国、印度和韩国所签订的协定仅限于确定适用哪国的缴费法律，这对派遣尤为重要（参见 [社会保障协定与派遣](#)）；这些协定并不协调养老金给付。因此，来自无任何协定国家的公民，或来自所签协定不涵盖给付之国家的公民，一旦居住在瑞士境外，即无法领取 AHV 养老金；对他们而言，退还缴费便成为相关途径。

3 退还缴费

AHVG 第 18 条第 3 款及其实施法规《AHV 缴费退还条例》（RV-AHV）允许无社会保障协定国家的公民申请退还其已缴纳的 AHV 缴费。为此须满足若干条件：缴费须已缴纳至少一个完整年度，且不产生养老金请求权（RV-AHV 第 1 条第 1 款）；申请人及其配偶和未满 25 岁的子女须已永久离开瑞士（RV-AHV 第 2 条）。起决定作用的是申请人在提出申请时的国籍（RV-AHV 第 1 条第 2 款），这意味着日后入籍一个签有协调给付协定的国家，可能会改变其法律地位。

退还范围涵盖雇员和雇主实际缴纳的缴费（AHVG 第 18 条第 3 款结合第 5 条和第 13 条），因此包括雇主应缴部分。退还不计利息（RV-AHV 第 4 条第 1 款）。由于退还完全了结当事人与保险之间的关系，此后对 AHV 或残疾保险（IV）不再享有任何权利（RV-AHV 第 6 条）；这也包括家庭成员的遗属给付。

申请应向位于日内瓦的瑞士补偿基金（ZAS/SAK）（*Zentrale Ausgleichsstelle*, ZAS）提出（RV-AHV 第 8 条）。自 2025 年 1 月 1 日起，申请退还的权利仅在被保险人死亡时方告消灭（RV-AHV 第 7 条），因此不再有必须在离境后特定期限内提出申请的义务。

根据 ZAS 的说明，澳大利亚、巴西、中国、印度、菲律宾、韩国、突尼斯和乌拉圭的公民，在符合各该协定条件的前提下，亦可申请退还缴费。来自这些国家的人在提出申请前，应核查所适用的协定。AHV 缴费不能转入外国养老金或社会保障制度；向个人退还其价值离开瑞士制度的唯一形式。

4 不向国外发放的给付

即使养老金本身可以在国外发放，某些给付仍与在瑞士居住挂钩。依据 AHVG 第 43bis 条发放的无助津贴，2026 年根据无助程度为每月 252 瑞士法郎、630 瑞士法郎或 1,008 瑞士法郎，仅向居民发放，不向国外发放。补充性给付（*Ergänzungsleistungen*）亦是如此，它为居住在瑞士的人补足较低的养老金。依赖这些给付的退休人员在移居国外前应考虑这一点。

5 自愿 AHV/IV 保险

迁往欧盟/EFTA 地区以外定居的瑞士公民以及欧盟或 EFTA 国家公民，可参加自愿养老、遗属和残疾保险（AHVG 第 2 条）。他们须在离境前紧接着至少连续五年参加强制保险，且须在退出强制保

离开瑞士：在国外领取AHV养老金、退还缴费与自愿保险

险后一年内提出申请。该期限十分严格，因此最好在离境前或离境后不久作出决定。

根据现有最新资料单（截至 2025 年 1 月 1 日），就业人员缴纳其收入的 10.1%（AHV 8.7%，IV 1.4%），无业人士则根据其财产和养老金收入每年缴纳 1,010 瑞士法郎至 25,250 瑞士法郎；上述金额会定期调整。未缴纳缴费者将被排除在自愿保险之外。自愿保险的价值在于避免缴费缺口，并在旅居国外期间维持残疾和遗属保障。

6 退还缴费还是保留权利

对于可以选择的人而言，并不存在适合所有人的答案，应综合权衡若干因素。年龄很重要：较年轻的人距离参考年龄可能还有许多年，或许更希望现在就能动用这笔资金；而临近退休的人往往更看重终身养老金。缴费年数同样重要，因为在瑞士的职业生涯较短只能产生少量的部分养老金，较长的职业生生涯则可提供可观的终身收入。重返瑞士的可能性也同样相关：退还将消灭所有权利，因此日后返回瑞士的人须重新积累其缴费记录。最后，退还不计利息，且配偶和子女所失去的遗属和残疾保障的价值不应被忽视。由于请求权不再在固定期限后失效，通常有时间审慎作出这一决定。

7 实务清单

- 确认您的国籍使您有权在国外领取养老金，抑或仅有权申请退还缴费。
- 申请个人账户摘录，以确认所记录的缴费年度。
- 如您持有仅涉及缴费的协定国家的国籍，请在申请退还前核查该协定的条件。
- 迁往欧洲以外地区的瑞士公民及欧盟/EFTA 公民应考虑参加自愿保险，并遵守一年的申请期限。

- 须注意无助津贴和补充性给付不向国外发放。
- 将 AHV 相关决定与第二支柱和第三支柱资产的处理以及新居住国的税务咨询相互协调。

8 Ressos Legal 如何提供帮助

我为离开瑞士的海外个人和家庭就离境对 AHV 权利的影响、退还缴费申请以及自愿保险提供咨询，并与其在新居住国的顾问协同合作。欢迎在您离境前[联系我](#)，对您的情况进行审查。

资料来源：《联邦养老和遗属保险法》（SR 831.10）及其条例（SR 831.101），截至 2026 年 1 月 1 日；《AHV 缴费退还条例》（SR 831.131.12）；AHV/IV 信息中心（ahv-iv.ch）资料单，截至 2026 年 1 月 1 日，以及关于自愿保险的第 10.02 号资料单，截至 2025 年 1 月 1 日；瑞士补偿基金（zas.admin.ch）公布的信息。数据截至 2026 年 10 月。

仅供一般参考。本文不构成法律或税务意见，不能替代针对个案的专业意见，亦不建立律师与客户关系。本文反映截至 2026 年 9 月的法律状况。

在线版本: cn.helveticaregister.com/swiss-ahv-leaving-switzerland-refund-voluntary