

17. april 2026

Tryghed og fællesskab for akademikere

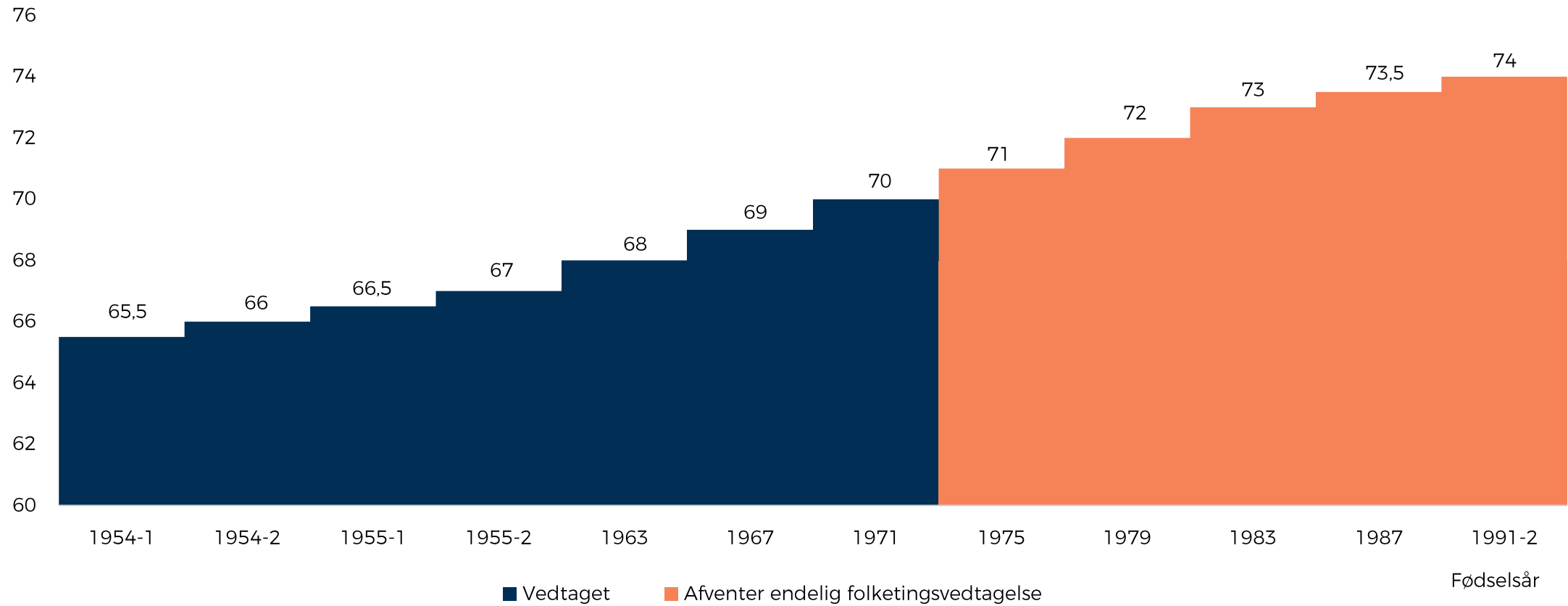
# AkademikerPension



# Agenda

- Stigende folkepensionsalder
- Opsparing
- 10, 5 eller 1 år til pensionering
- Delpension og folkepension
- Offentlige ydelser og seniorpræmie
- Seniorrådgivning
- Arv og testamente
- Ansvarlig Sundhedsordning
- Kontakt og rådgivning

# Stigende folkepensionsalder



# Din pensionsalder

Tidspunktet for oprettelsen af din pensionsordning har betydning for hvilken udbetalingsalder, du har ret til.

- Før 1. maj 2007 = 60 år.
- Fra maj 2007 til ultimo 2017 = 5 år før folkepension.
- Fra 1. januar 2018 = 3 år før folkepension.



# Tre typer opsparing

## Livsvarig pension

- En månedlig udbetaling, så længe du lever – fastsættes efter et levetidsgrundlag

## Ratepension

- Et beløb, du får udbetalt over en periode (10 – 30 år), som du selv vælger.

## Aldersopsparing

- Et beløb, du kan få udbetalt én gang eller i summer, som du selv bestemmer.

# 10 år til pension

- Se din forventede pensionsudbetaling – ligger du inden for anbefalingen om cirka 65–80 procent af din nuværende løn?
- Gennemgå dine forsikringer – passer dækningerne til dit liv lige nu, og bør de tilpasses?
- Begynd indbetaling til aldersopsparing for mere fleksibilitet.
- Overvej indbetaling til aktiesparekonto som fleksibelt supplement til pension.
- Betaler du topskat: overvej private indbetalinger til ratepension på grund af fradragsmulighed.
- Overvej en nedsparringsplan: Har du lav gæld? Brug af friværddi kan understøtte indbetalinger (og dermed højere pension) – især relevant ved lav forventet pensionsudbetaling.

# 5 år til pension

- Få lavet et samlet overblik over din økonomi som helhed.
- Skab klarhed over, hvornår og hvordan pengene skal bruges.
- Tag dialogen med banken i god tid om belåning og muligheder i boligen – vilkårene er ofte mere fleksible, før du går på pension.
- Udnyt muligheden for maksimal indbetaling til aldersopsparing.
- Få lavet en nedsparringsplan.
- Afklar behov for likvid opsparing til større udgifter og rejser.
- Overvej fleksibilitet i arbejdslivet (eksempelvis deltid).
- Benyt seniorrådgivning og få lagt en konkret plan.

# 1 år til pension

- Lav en nedsparringsplan.
- Fastlæg “startdato”.
- Få styr på folkepensionens grundbeløb vs. pensionstillæg.
- Husk, at arbejdsindkomst påvirker ikke pensionstillægget.
- Planlæg udbetalingsrækkefølge (for at undgå faldgruber): undgå at starte flere store skattepligtige udbetalinger på samme tid, hvis det presser pensionstillægget.
- Overvej seniorpræmie, hvis du kan/ønsker at arbejde efter folkepensionsalderen.
- Overvej aldersopsparing som “skattefri buffer”.
- Brug fri formue strategisk.
- Koordinér mellem ægtefæller: lav en samlet plan, så I undgår unødigt overlap og topskat.
- Ratepension: overvej at strække udbetalingen.
- Bolig & gæld bør afklares tidligt.
- Juridisk tjek i god tid: testamente, fuldmagt og begunstivelse.

# Delpension

Medlemmer kan anvende en del af deres pensionsopsparing som delpension.

Muligheder:

- Anvende en del af den livsvarige pension fra tidligste udbetalingsalder.
- Mulighed for fuld udbetaling af ratepension fra tidligste udbetalingsalder.

De gode råd:

- Altid søg pensionsrådgivning.
- Vi kan beregne konsekvenser for delpension.





# Hvordan kan du beregne tillægget?

## Pensionstillæg til pensionistpar

Når du er gift eller samlevende med en pensionist, er det fulde pensionstillæg 4.467 kroner om måneden (2026). Det svarer til 53.604 kroner om året (2026).

Pensionstillægget beregnes på baggrund af jeres samlede indkomst. Hverken din eller din ægtefælles arbejdsindtægt eller sociale pensioner tæller med.

For at få fuldt pensionstillæg må din og din partners beregnede indtægt ikke være højere end 198.800 kroner om året (2026).

Pensionstillægget nedsættes med 32 % (16 % til hver) af beregnet indtægt over 198.800 kroner om året (2026 og bortfalder helt, når din og din partners samlede indtægter ud over pensionen er mere end 533.825 kroner om året (2026).

### Indtast jeres egne tal

Indtast din totale indtægt i år:

(Sum af pensionsudbetalinger, renteindtægt og udbytte m.v., men **ikke** lønindtægt og din folkepension)

Indtast din ægtefælle/samlevers totale indtægt for i år:

(Sum af pensionsudbetalinger, efterløn, dagpenge, sygedagpenge, fleksydelse, fleksløn tilskud, ressourceforløbsydelse og SU samt renteindtægt og udbytte m.v., men **ikke** din ægtefælle/samlevers sociale pensioner såsom folkepension, førtidspension, tidlig pension og seniorpension samt lønindtægt)

Beregn

Se beregningen nedenfor:

Dine indtastede tal:

Din årsindtægt	<b>200.000 kr.</b>
Din ægtefælles årsindtægt	<b>250.000 kr.</b>

Beregningen:

Jeres samlede årsindtægt	<b>450.000 kr.</b>
- Max. indtægt før nedsættelse	<b>- 198.800 kr.</b>
Grundlag for evt. nedsættelse	<b>251.200 kr.</b>

Resultatet:

Maximum pensionstillæg pr. person	<b>53.604 kr.</b>
Nedsættes per person med 16 % af 251.200 kr.	<b>- 40.192 kr.</b>

**Pensionstillæg pr. år til hver**

**13.412 kr.**

**Pensionstillæg pr. måned til hver**

**1.118 kr.**

# Seniorpræmie

Hvis du fortsætter med at arbejde efter folkepensionsalderen:

Skattefri seniorpræmie  
56.327 kroner første år og  
33.517 kroner andet år.

Optjenes fra folkepensionsalder  
og 12 måneder frem.  
Udbetales efter de 12 måneder  
er gået.

For at få seniorpræmien skal man:

- Være født 1. januar 1954 eller senere.
- Arbejde mindst 30 timer om ugen i gennemsnit det første år efter folkepensionsalderen (1.560 timer inklusiv ferie).

# Seniorrådgivning

Optimer din pension ved at få dine midler udbetalt i den rigtige rækkefølge.

# Eksempel på seniorrådgivning

## Ægtefælle 1

- Livsvarig pension: 14.000 kr./md.
- Ratepension: 10.000 kr./md. i 10 år
- Frie midler: 250.000 kr.
- Aldersopsparing: 280.000 kr.

## Ægtefælle 2

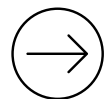
- Livsvarig pension: 20.000 kr./md.
- Ratepension: 8.000 kr./md. i 10 år
- Frie midler: 200.000 kr.
- Aldersopsparing: 100.000 kr.

# Seniorrådgivning

- Før seniorrådgivning: 39.300 kroner pr. måned efter skat.
- Efter seniorrådgivning: 40.700 kroner pr. måned efter skat.
- Samlet: 316.000 kroner ekstra over 22 år.

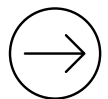
... alene ved at optimere rækkefølgen af udbetalinger!

# De fem bud



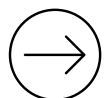
## Indbetal til Aldersopsparing

- Ingen modregning i offentlige ydelser.
- Skattefri udbetaling i sommer.



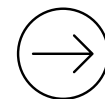
## Indbetal til Aktiesparekonto

- Lav beskatning.
- Ingen modregning i pensionstillæg.



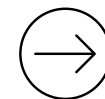
## Lav en plan for ratepensioner

- Undgå samtidige høje udbetalinger.
- Forlængelse eller udskydelse af ratepensioner -> lavere skat -> højere ydelser.



## Brug fri kontant formue først

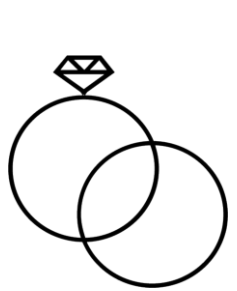
- Især den kontaktede formue.



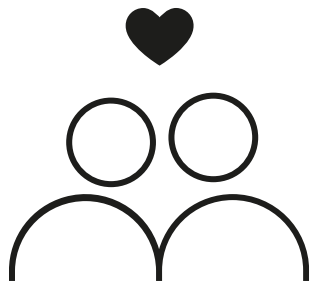
## Koordiner mellem ægtefæller

- Lav en plan udbetalinger for at undgå topskat og modregning i offentlige ydelser -> seniorrådgivning.

# Din pensionsopsparing går som udgangspunkt til dine nærmeste pårørende

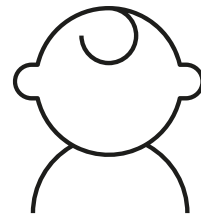


Ægtefælle eller registreret partner

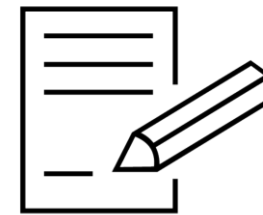


Samlever

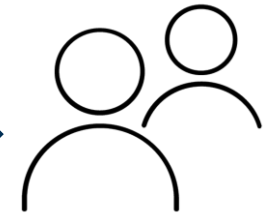
- Levet sammen på samme bopæl i mindst 2 år
- Har eller haft barn med



Børn, adoptivbørn og børnebørn (livsarvinger)



Arvinger i testamente



Arvinger i henhold til arveloven

# Gratis testamente

Som medlem af AkademikerPension kan du oprette et juridisk gyldigt testamente gratis.

Dette sikrer, at dine ønsker bliver respekteret, og at dine kære er beskyttet – uanset hvad fremtiden bringer.

Med vores løsning får du:

- Et personligt testamente skabt på kun ti minutter
- Kontrol over, hvordan dit bo fordeles
- Ro i sindet ved at vide, at din familie ikke vil stå over for arvetvister

Læs mere på [akademikerpension.dk/testamente/](https://akademikerpension.dk/testamente/)



# Uden testamente (arveloven)

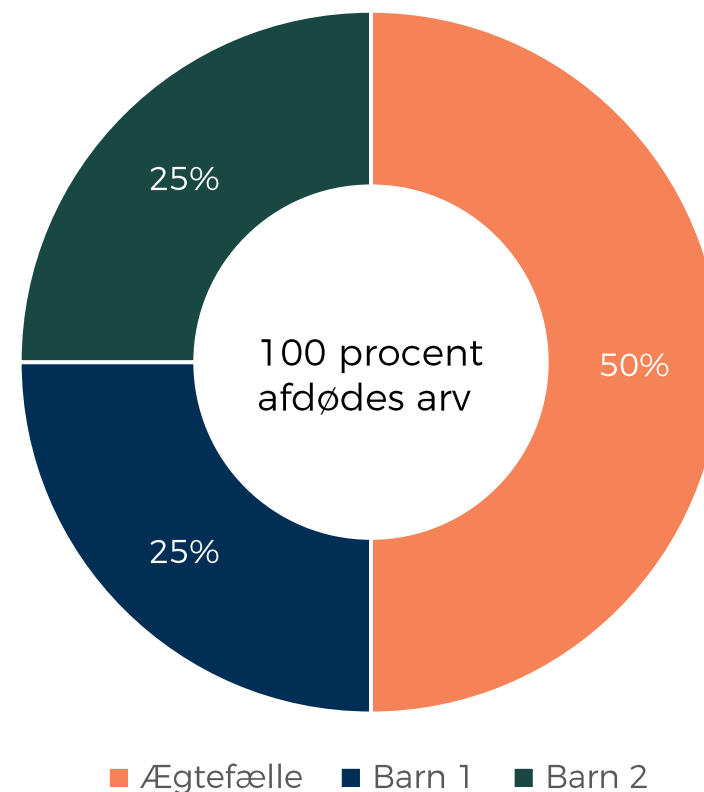
## Case: Et ægtepar med to børn

### Arveloven:

- Længstlevende ægtefælle arver 50 procent.
- De to børn deler de resterende 50 procent (25 procent hver).

### Bemærk:

- Denne fordeling gælder ved skiftet bo.  
Længstlevende kan vælge uskiftet bo, hvilket udskyder børnenes arv til senere og medfølger krav – blandt andet hvis du bliver gift igen.



# Med testamente

## Længstlevende arver mest muligt

Med testamente:

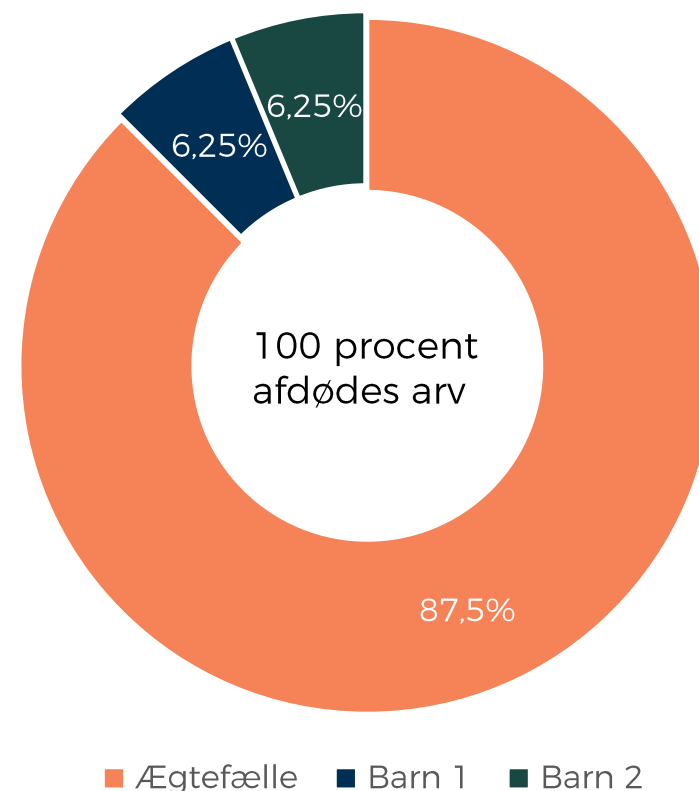
- Længstlevende ægtefælle arver mest muligt.
- Tvangsarv udgør samlet 25 procent, fordelt med 12,5 procent til ægtefælle og børnene (til deling).
- Friarven på 75 procent kan testamenteres til ægtefællen.

Resultat:

- Ægtefællen arver 87,5 procent og hvert barn 6,25 procent.

Husk! Samlevende har ingen krav på boet

– så lav et testamente!



# Kontakt og rådgivning

# Gratis rådgivning

Fysiske og digitale møder.

Individuelle eller på arbejdspladsen.

Ring, skriv eller book os til et møde.

**39 150 150**

[medlem@akademikerpension.dk](mailto:medlem@akademikerpension.dk)

Få overblik på din personlige side  
[akademikerpension.dk/min-pension](https://akademikerpension.dk/min-pension)

# Tak for i dag!



**Kristian Nørgaard**

Pensions- og formuerådgiver

[kri@akademikerpension.dk](mailto:kri@akademikerpension.dk)



Akademiker  
Pension