

PENSJONSORDNINGEN

Hilde Sandberg, 12.februar 2025



**Gunstig
boliglånsordning**



Tjenestepensjon

**Gode
pensjonsordninger**



Boliglån

Medlemskap i

SPK

STATENS PENSJONSKASSE

gir trygghet i alle livets faser

Avtalefestet
pensjon (AFP)

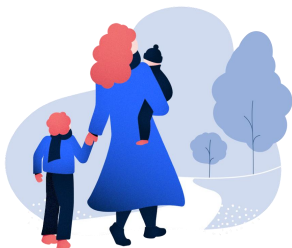
Uførepensjon

**Trygghet for deg
ved sykdom eller
skade**



Etterlatte-
pensjon

**Trygghet for dine
etterlatte**



Sparing til pensjon i SPK

- «Medlemsavgift» på 2 prosent av brutto lønn
- Øvrig premiekostnad betales av arbeidsgiver
- Det estimeres hvordan medlemmets fremtidige pensjon vil se ut, og beregnes en samlet fortløpende premiekostnad ut fra dette (avhenger av den ansattes alder, kjønn, lønn)



Hva betaler arbeidsgiver for pensjonsordningen?

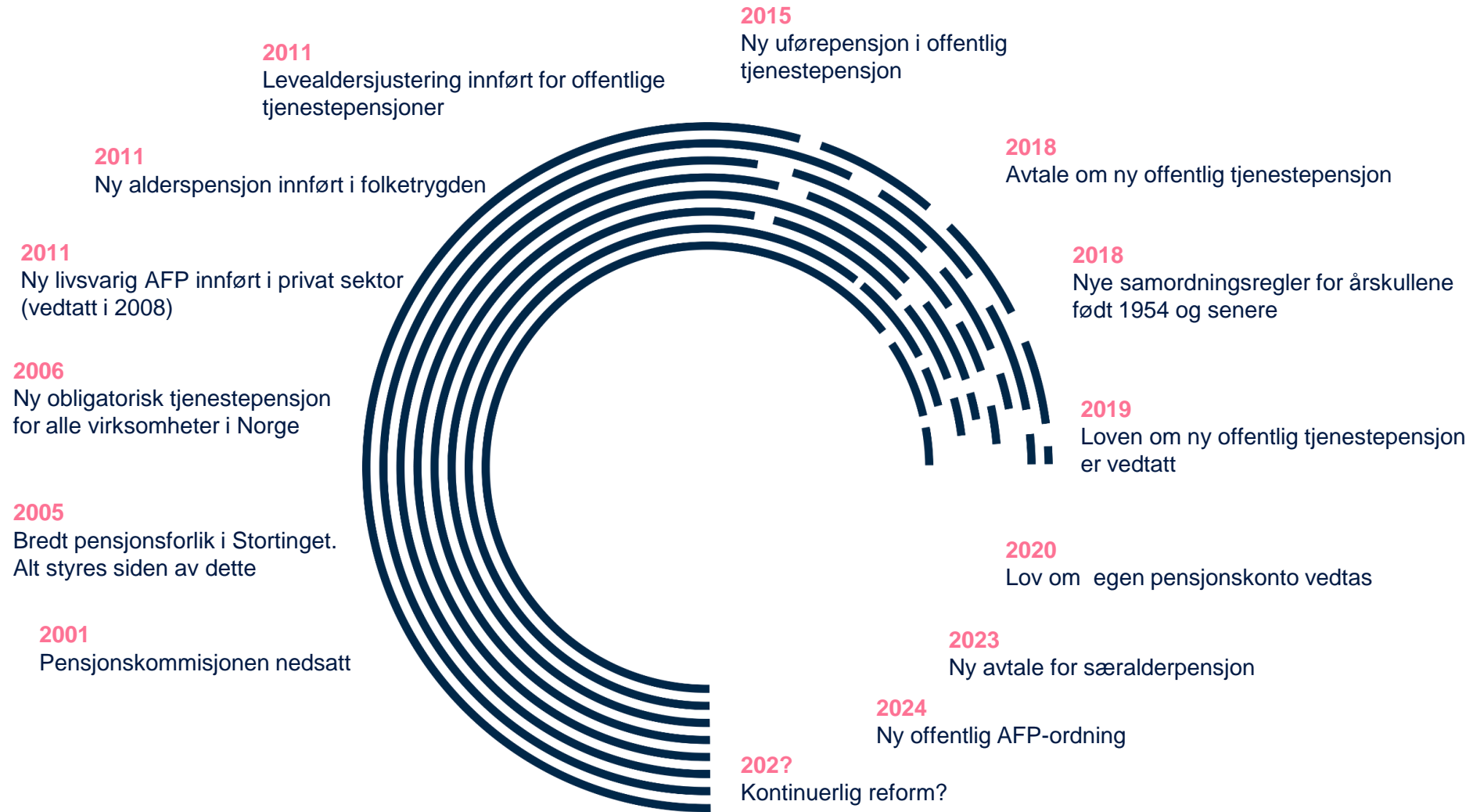
- I dette eksempelet er den totale premiesatsen 15 % og pensjonsgrunnlaget kr. 630.000
- Arbeidsgiver betaler 13 %
- Medlemmet betaler 2 %

Arbeidsgiver betaler $630.000 \times 13 \%$ **= kr 81 900,-**

Arbeidstaker betaler $630.000 \times 2 \%$ **= kr 12 600,-**



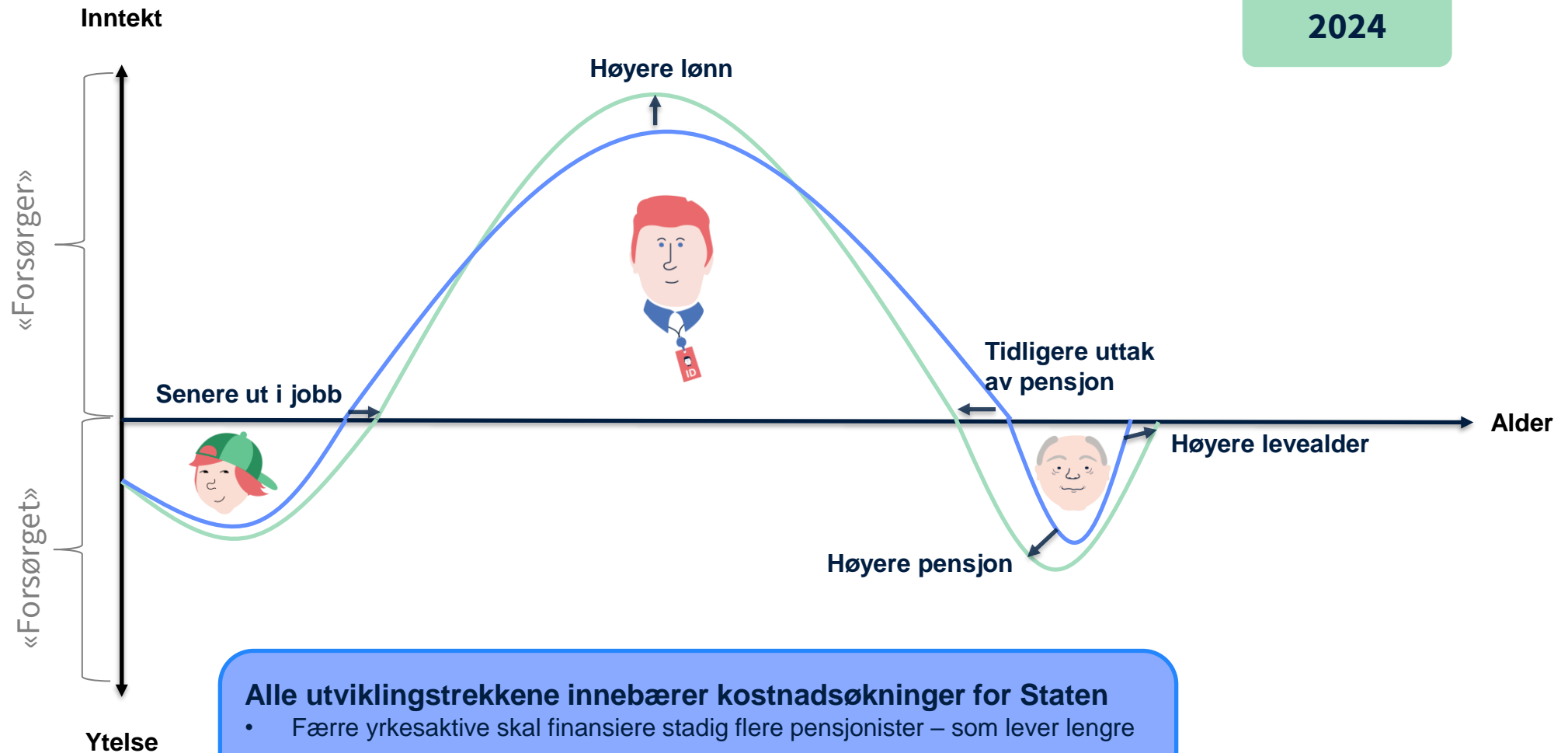
Pensjonsreformen



Hvorfor pensjonsreform?

1967

2024



Alle utviklingstrekkene innebærer kostnadsøkninger for Staten

- Færre yrkesaktive skal finansiere stadig flere pensjonister – som lever lengre

→ Pensjonsreformen

Pensjonist?



Beslutning om pensjon – hva påvirker valget?



Arbeidsplassens betydning

Hvordan er det på jobben?



Individuelle faktorer

Helse og familieforhold



Pensjonsordninger

Økonomi og forventninger om tidlig pensjonering?

YRKESAKTIV

FROKOST

REISE

ARBEID

LUNSJ

ARBEID

REISE

HANDLE

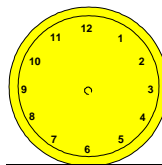
MIDDAG

HUSARBEID

AFTENAVIS - HVILE

DAGSREVVYEN

FRITID



6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

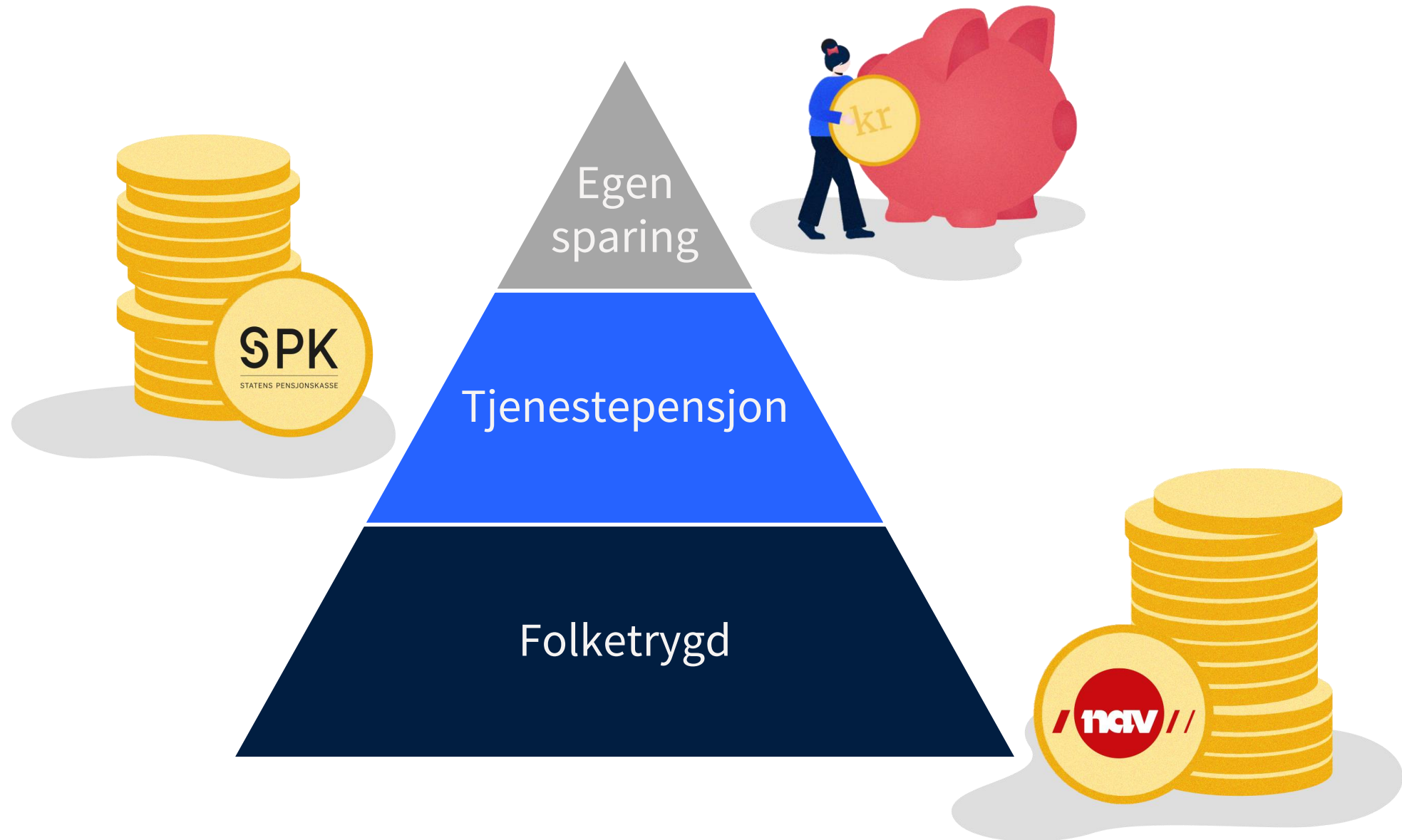
22

23

PENSJONIST

DAGSREVVYEN

Alderspensjon består av tre deler



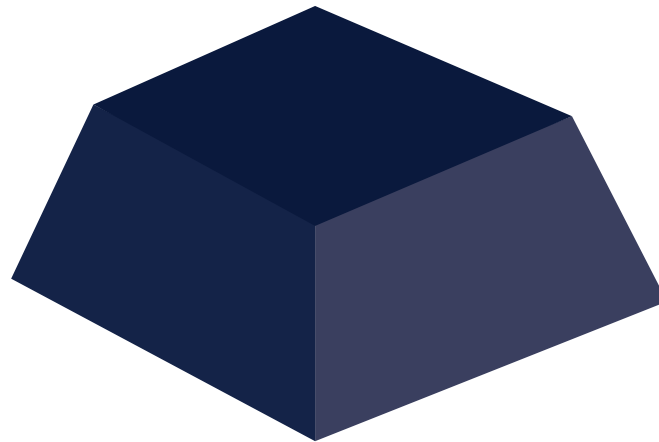
Grunnbeløpet "G"



- Fastsettes av Kongen i statsråd
- 124 028 kr fra mai 2024
- Reguleres mai hvert år
- Benyttes til å beregne ytelser fra folketrygden
- Benyttes også til å beregne ytelser fra forsikringsordningene
- Øker i takt med lønnsveksten

Alderspensjon fra folketrygden

Obligatorisk trygdeordning for alle som er bosatt i Norge
Administreres av Arbeids- og velferdsetaten (NAV)
Finansieres løpende gjennom tilskudd fra statskassen



Folketrygd



Alderspensjon fra folketrygden

Hovedpunkter:

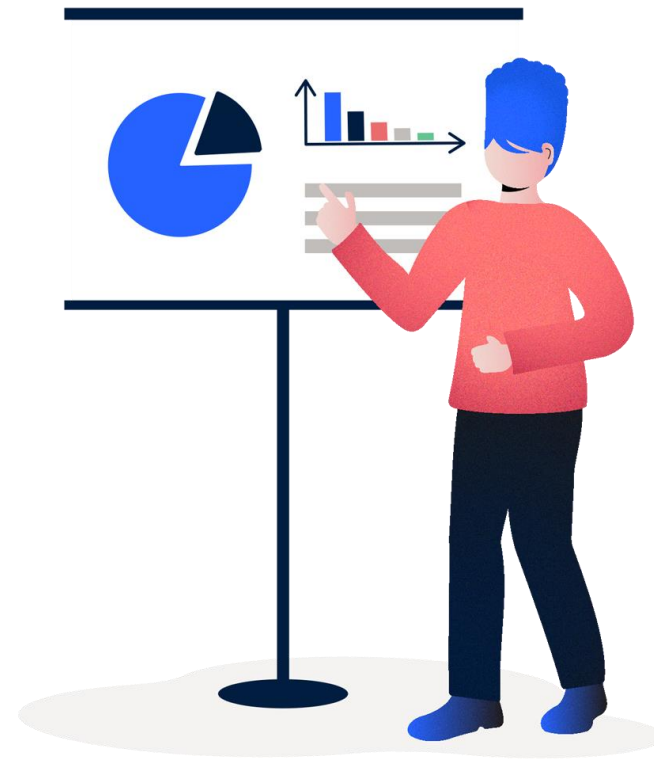
Fleksibelt uttak

Gradert uttak

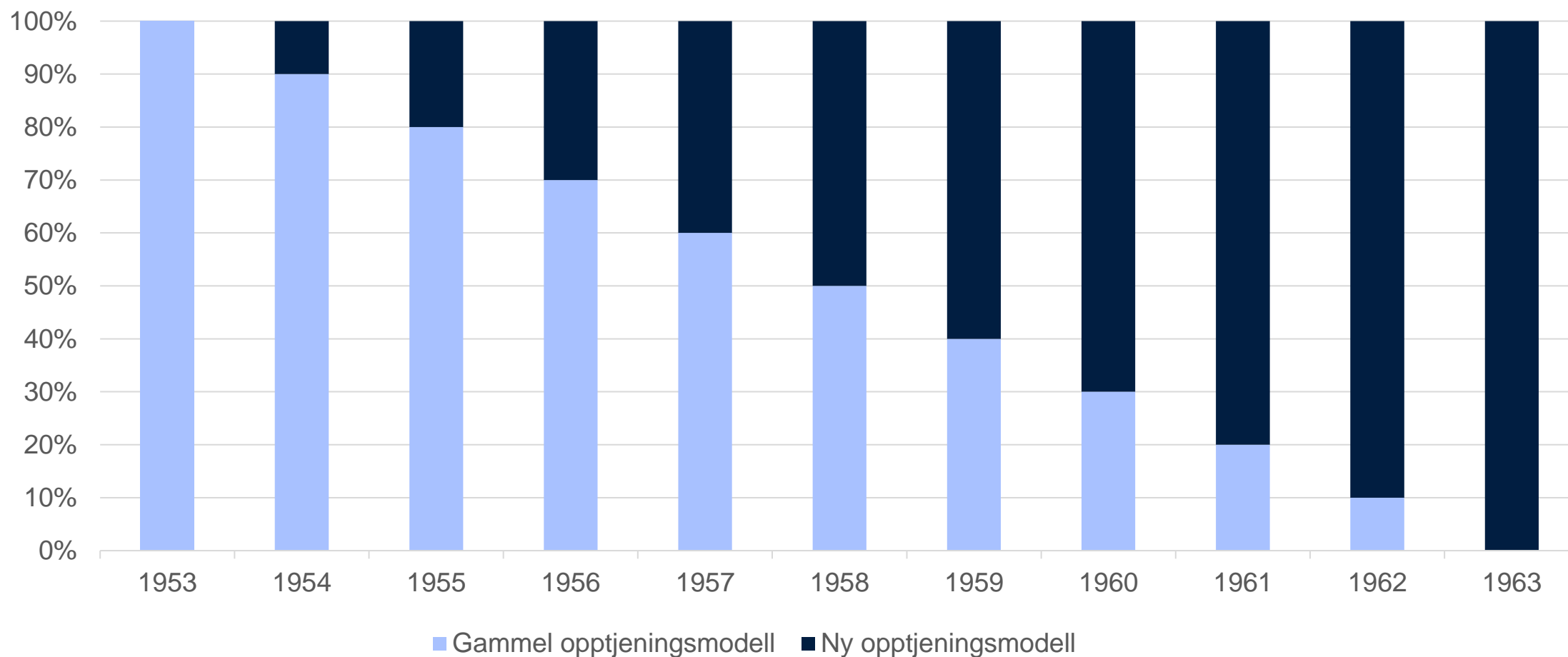
Ingen inntektsavkorting

Levealdersjustering

Nøytralt uttak



Innføring av ny opptjeningsmodell



To ulike opptjeningsmodeller

- Gammel opptjeningsmodell:

Gjelder fullt ut for 1943-1953, og delvis for 1954 - 1962:

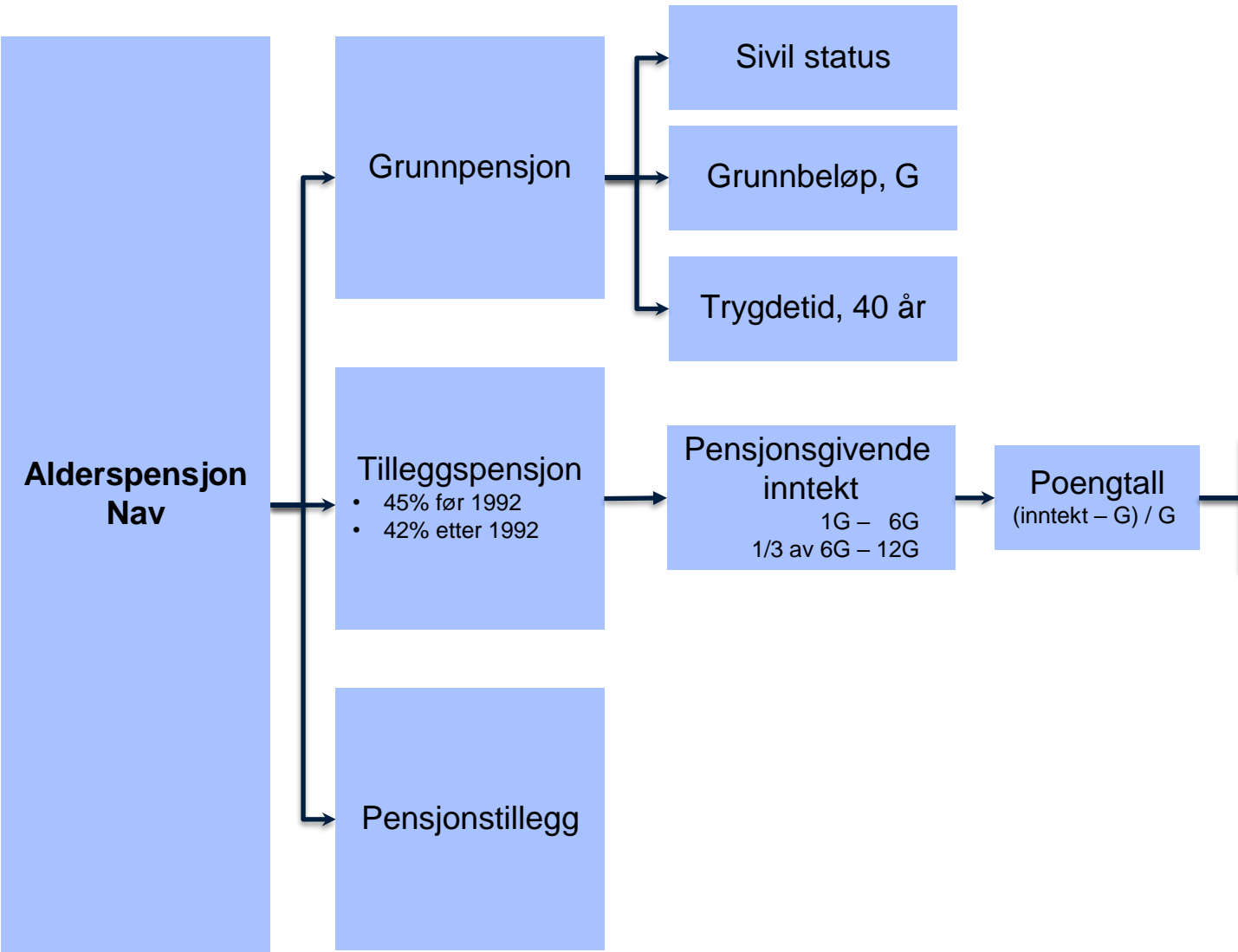
$$\begin{array}{|c|} \hline \text{Årlig pensjon} \\ \text{fra NAV} \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{Grunnpensjon} \\ + \text{Tilleggs pensjon} \\ \hline \end{array} \div \begin{array}{|c|} \hline \text{Forholdstall} \\ \hline \end{array}$$

- Ny opptjeningsmodell:

Gjelder delvis for 1954 - 1962, og fullt ut for 1963 og yngre:

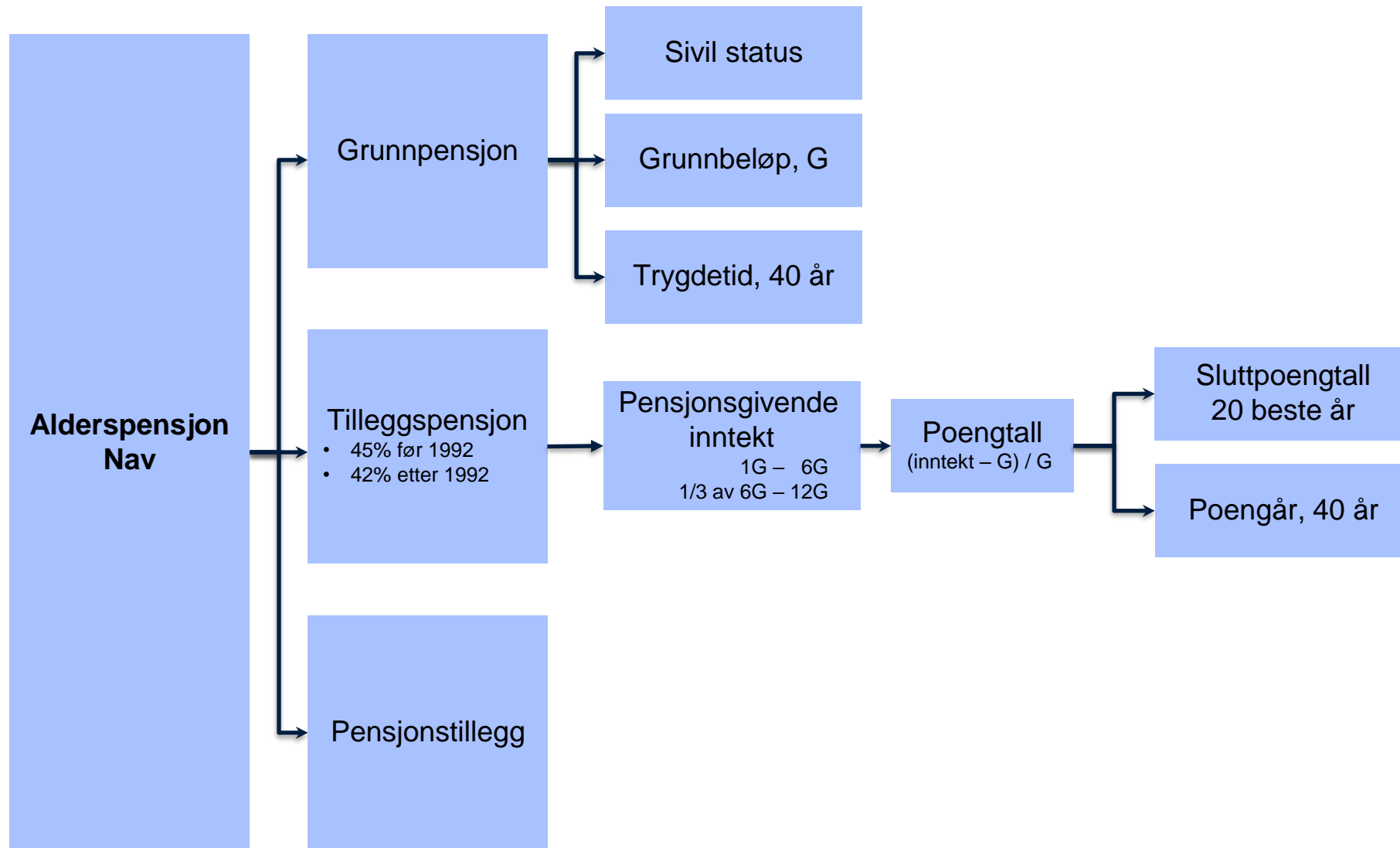
$$\begin{array}{|c|} \hline \text{Årlig pensjon} \\ \text{fra NAV} \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{Pensjons-} \\ \text{beholdning} \\ \hline \end{array} \div \begin{array}{|c|} \hline \text{Delingstall} \\ \hline \end{array}$$

Oppbygning av alderspensjon i Nav



År	Inntekt	Grunnbeløp	Poengtall
1985	45 325	25 900	0,75
1986	105 463	26 300	3,01
1987	130 065	29 900	3,35
1988	147 560	31 000	3,76
1989	150 093	32 700	3,59
1990	31 000	34 100	
1991	42 955	35 500	0,21
1992	91 615	36 500	1,51
1993	179 786	37 300	3,82
1994	201 443	38 080	4,29
1995	222 826	39 230	4,68
1996	255 020	41 000	5,22
1997	296 650	42 500	5,98
1998	347 081	45 370	6,65
1999	353 064	46 950	6,52
2000	371 120	49 090	6,56
2001	378 523	51 360	6,37
2002	360 231	54 170	5,65

Oppbygning av alderspensjon i Nav



Levealdersjusteringsfaktor: Forholdstall

- Forholdstall uttrykker forventet antall leveår som pensjonsmottaker
- Brukes for å beregne årlig pensjon
 - Gjelder gammel opptjeningsmodell i Nav
- Fastsettes for hvert enkelt årskull ved fylte 61 år
 - Fastsatte forholdstall finnes på nav.no



Eksempel på forholdstall

År	Mnd.	1952	1953	1954	1955	1956	1957	1958	1959	1960	1961	1962
67	0	1,049	1,055	1,062	1,068	1,075	1,083	1,091	1,099	1,108	1,115	1,119
67	1	1,044	1,051	1,057	1,064	1,070	1,078	1,086	1,094	1,103	1,110	1,115
67	2	1,039	1,046	1,052	1,059	1,066	1,074	1,082	1,090	1,098	1,105	1,110
67	3	1,035	1,041	1,048	1,054	1,061	1,069	1,077	1,085	1,094	1,101	1,105
67	4	1,030	1,037	1,043	1,050	1,056	1,064	1,072	1,080	1,089	1,096	1,101
67	5	1,025	1,032	1,038	1,045	1,052	1,060	1,068	1,076	1,084	1,091	1,096
67	6	1,021	1,027	1,034	1,040	1,047	1,055	1,063	1,071	1,080	1,087	1,091
67	7	1,016	1,023	1,029	1,036	1,043	1,050	1,058	1,066	1,075	1,082	1,087
67	8	1,011	1,018	1,024	1,031	1,038	1,046	1,054	1,062	1,070	1,077	1,082
67	9	1,007	1,013	1,020	1,026	1,033	1,041	1,049	1,057	1,066	1,073	1,077
67	10	1,002	1,009	1,015	1,022	1,029	1,036	1,044	1,052	1,061	1,068	1,073
67	11	0,997	1,004	1,010	1,017	1,024	1,032	1,040	1,048	1,056	1,063	1,068
68	0	0,993	0,999	1,006	1,012	1,019	1,027	1,035	1,043	1,052	1,059	1,063

Kilde: nav.no

Eksempel: June Andersen

- Født 1962
- Gift
- Sluttpoengttall: 4,08
 - tilsvarer gjennomsnittlig lønn på 630 000 kr i hennes 20 beste år frem til i dag*
- Opptjening før 1992: 8 år
- Opptjening fra 1992: 32 år
- Nåværende inntekt: kr 630 000 kr*

*I dagens kroneverdi



Eksempel: June Andersen



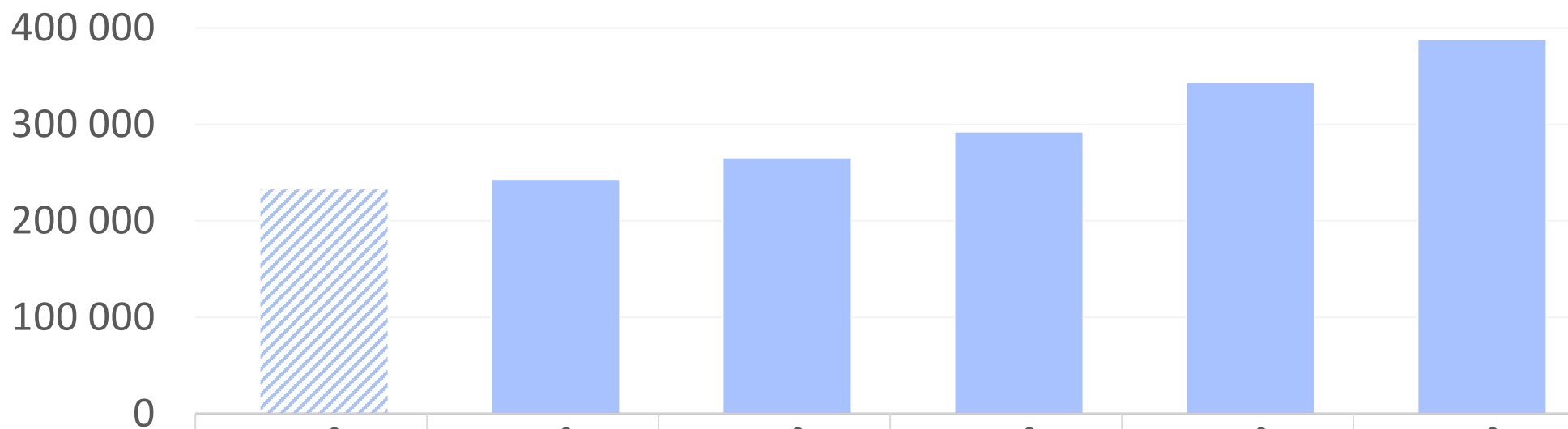
Grunnpensjon	$124\,028 \times 90\%$		111 625
+			
Tilleggpensjon	$124\,028 \times 45\% \times 4,08 \times 8/40 =$	45 543	
	$124\,028 \times 42\% \times 4,08 \times 32/40 =$	170 028	
=			215 571
Basispensjon*			327 196

* Basispensjon er sum alderspensjon før levealdersjustering

Eksempel: June Andersen

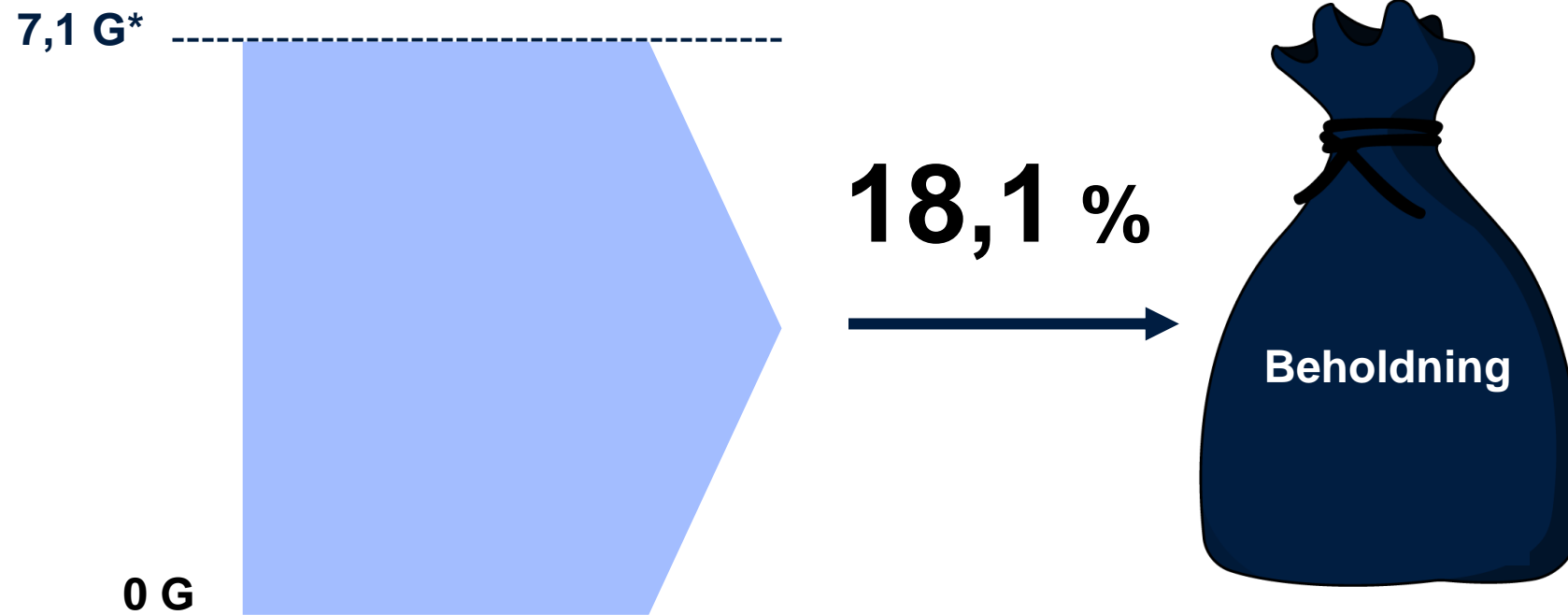


Fleksibelt uttak, gammel ordning FT



	62 år	63 år	65 år	67 år	70 år	72 år
Basispensjon	327 196	327 196	327 196	327 196	327 196	327 196
Forholdstall	1,402	1,345	1,232	1,119	0,952	0,843
■ Årlig pensjon	233 378	243 268	265 581	292 400	343 693	388 133

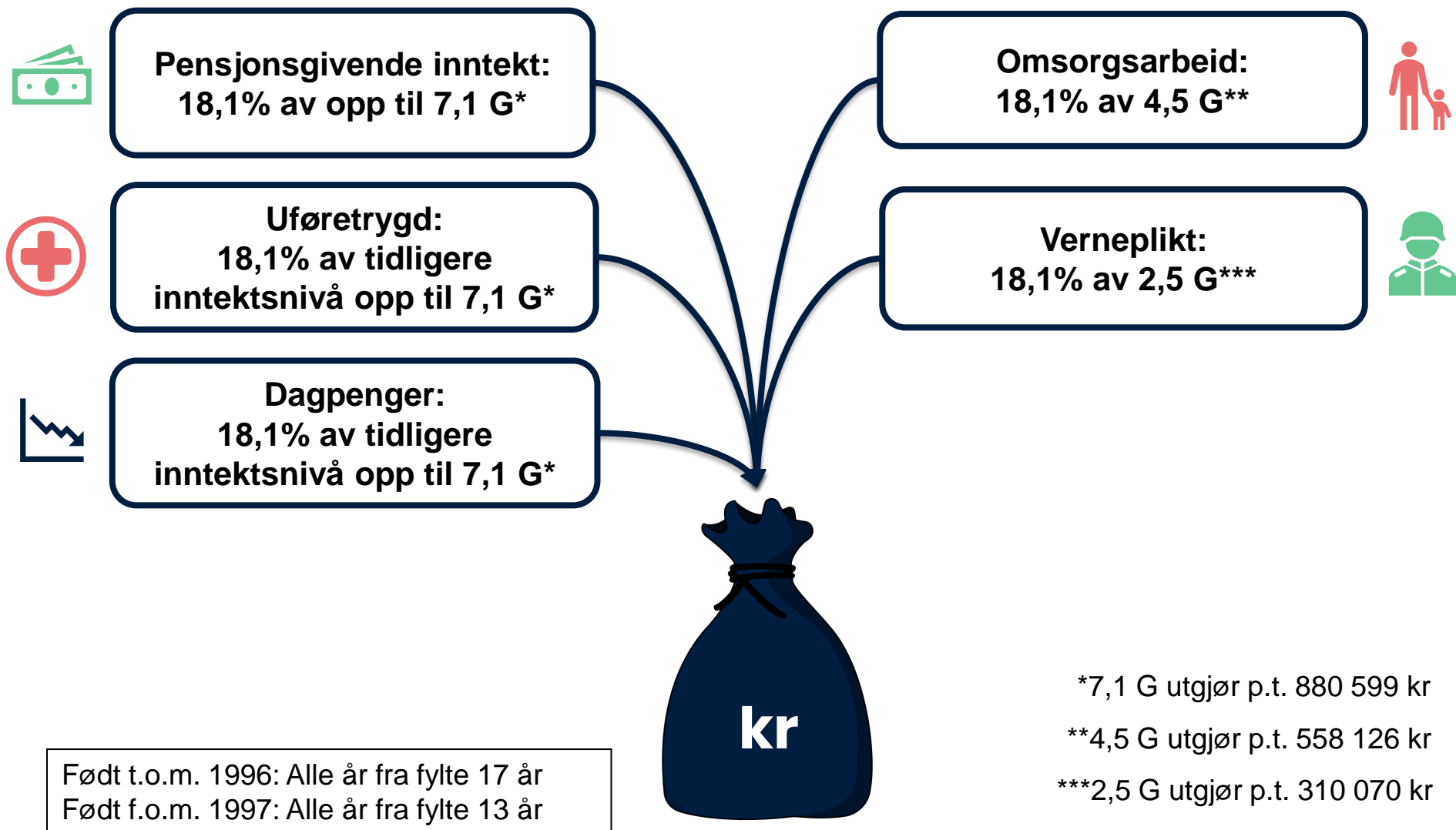
Ny modell i folketrygden - alleårsopptjening



Født t.o.m. 1996: Alle år fra fylte 17 år
Født f.o.m. 1997: Alle år fra fylte 13 år

7,1 G utgjør p.t. 880 599 kr

Årlig arbeidsinntekt - årlig opptjening



Beholdningen vokser på to måter

Årlig pensjonsopptjening

Oppregulering



- Beholdningen blir oppregulert hvert år med den samme prosentsatsen som grunnbeløpet (**G**) øker med
- Man får altså «rente» på de pengene man har i beholdningen

Levealdersjusteringsfaktor - Delingstall

- Uttrykker forventet antall leveår som pensjonsmottaker
- Jo lenger man utsetter uttaket, jo lavere blir delingstallet
- Fastsettes for hvert enkelt årskull ved fylte 61 år
 - Prognoser på delingstallene finnes på nav.no



Eksempel på delingstall

År	Mnd.	1954	1955	1956	1957	1958	1959	1960	1961	1962
67	0	15,08	15,20	15,33	15,46	15,59	15,73	15,88	16,01	16,08
67	1	15,01	15,14	15,27	15,40	15,52	15,66	15,82	15,94	16,01
67	2	14,94	15,07	15,20	15,33	15,46	15,59	15,75	15,87	15,95
67	3	14,88	15,00	15,13	15,26	15,39	15,53	15,68	15,80	15,88
67	4	14,81	14,94	15,07	15,20	15,32	15,46	15,62	15,74	15,81
67	5	14,74	14,87	15,00	15,13	15,26	15,39	15,55	15,67	15,75
67	6	14,68	14,81	14,93	15,06	15,19	15,33	15,48	15,60	15,68
67	7	14,61	14,74	14,87	15,00	15,12	15,26	15,42	15,54	15,61
67	8	14,54	14,67	14,80	14,93	15,06	15,19	15,35	15,47	15,54
67	9	14,48	14,61	14,73	14,86	14,99	15,13	15,28	15,40	15,48
67	10	14,41	14,54	14,67	14,80	14,92	15,06	15,21	15,33	15,41
67	11	14,35	14,47	14,60	14,73	14,86	14,99	15,15	15,27	15,34
68	0	14,28	14,41	14,53	14,66	14,79	14,93	15,08	15,20	15,28

Kilde: nav.no

Eksempel: June Andersen

- Født 1962
- 40 registrerte inntektsår pr. fylte 62 år
- Gjennomsnittlig pensjonsgivende inntekt i Nav: 590 000 kr* frem til 62 år
- Nåværende inntekt: kr 630 000 kr*

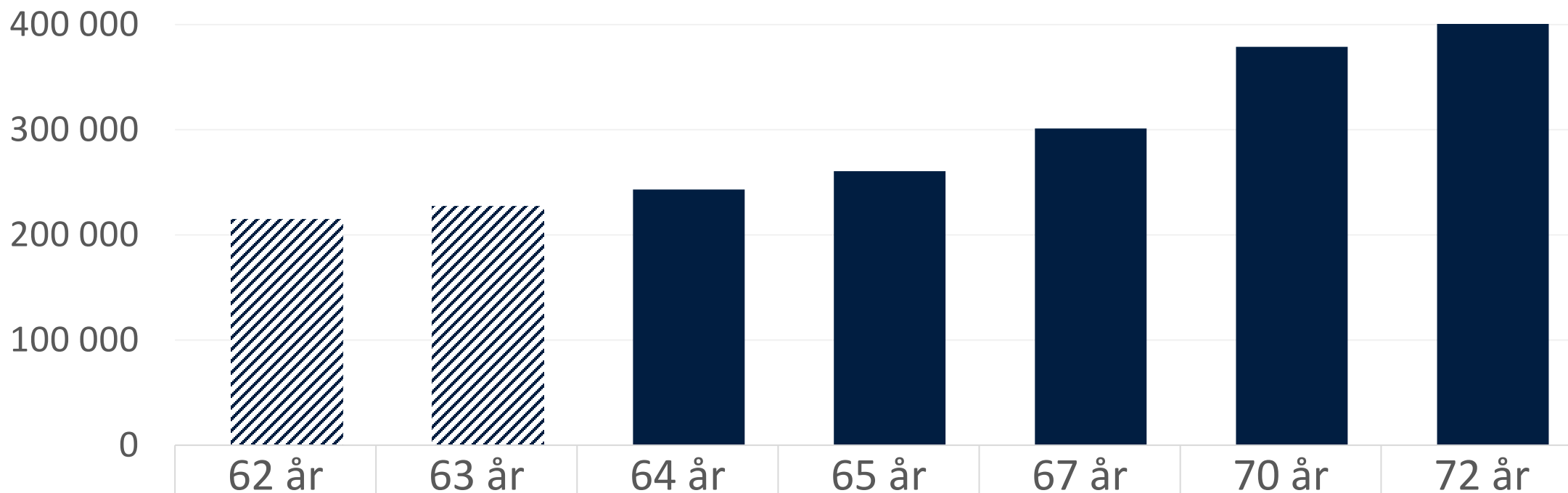
*I dagens kroneverdi



Eksempel: June Andersen



Fleksibelt uttak, ny ordning FT



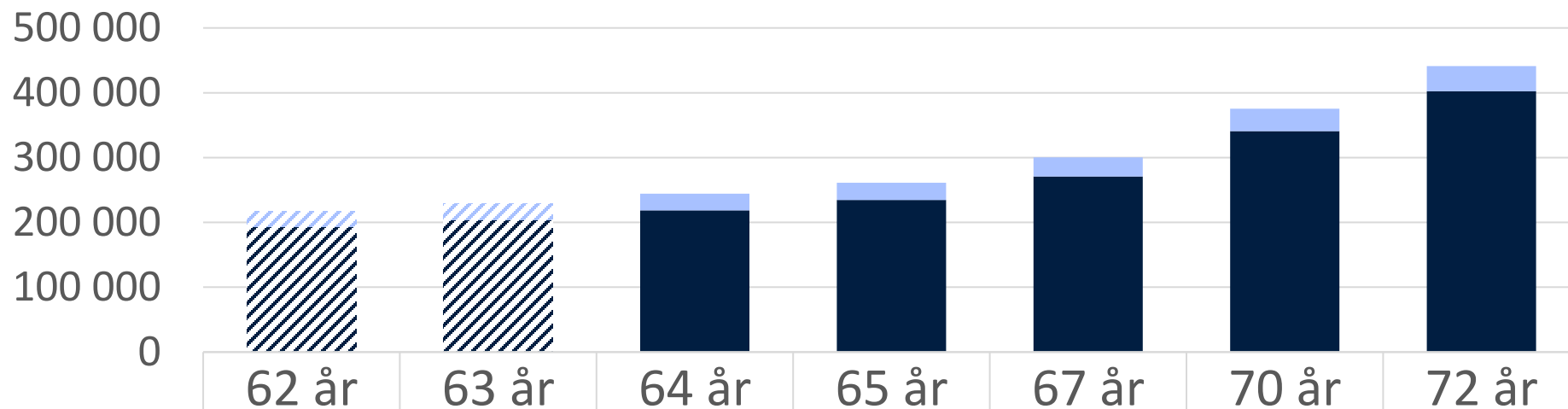
	62 år	63 år	64 år	65 år	67 år	70 år	72 år
Beholdning	4 331 234	4 385 630	4 499 660	4 613 690	4 841 750	5 183 840	5 411 900
Delingstall	20,14	19,32	18,51	17,70	16,08	13,68	12,10
■ Årlig pensjon	215 056	226 999	243 093	260 660	301 104	378 936	447 264

Eksempel: June Andersen



Vektet beregning
på 10 % gammel
ordning og 90 % ny
ordning

Fleksibelt uttak, vektet ordning FT



■ Gammel opptjeningsmodell

■ Ny opptjeningsmodell

Sum årlig pensjon

23 338

24 327

25 384

26 558

29 240

34 369

38 813

193 551

204 300

218 784

234 594

270 993

341 042

402 538

216 888

228 626

244 168

261 153

300 233

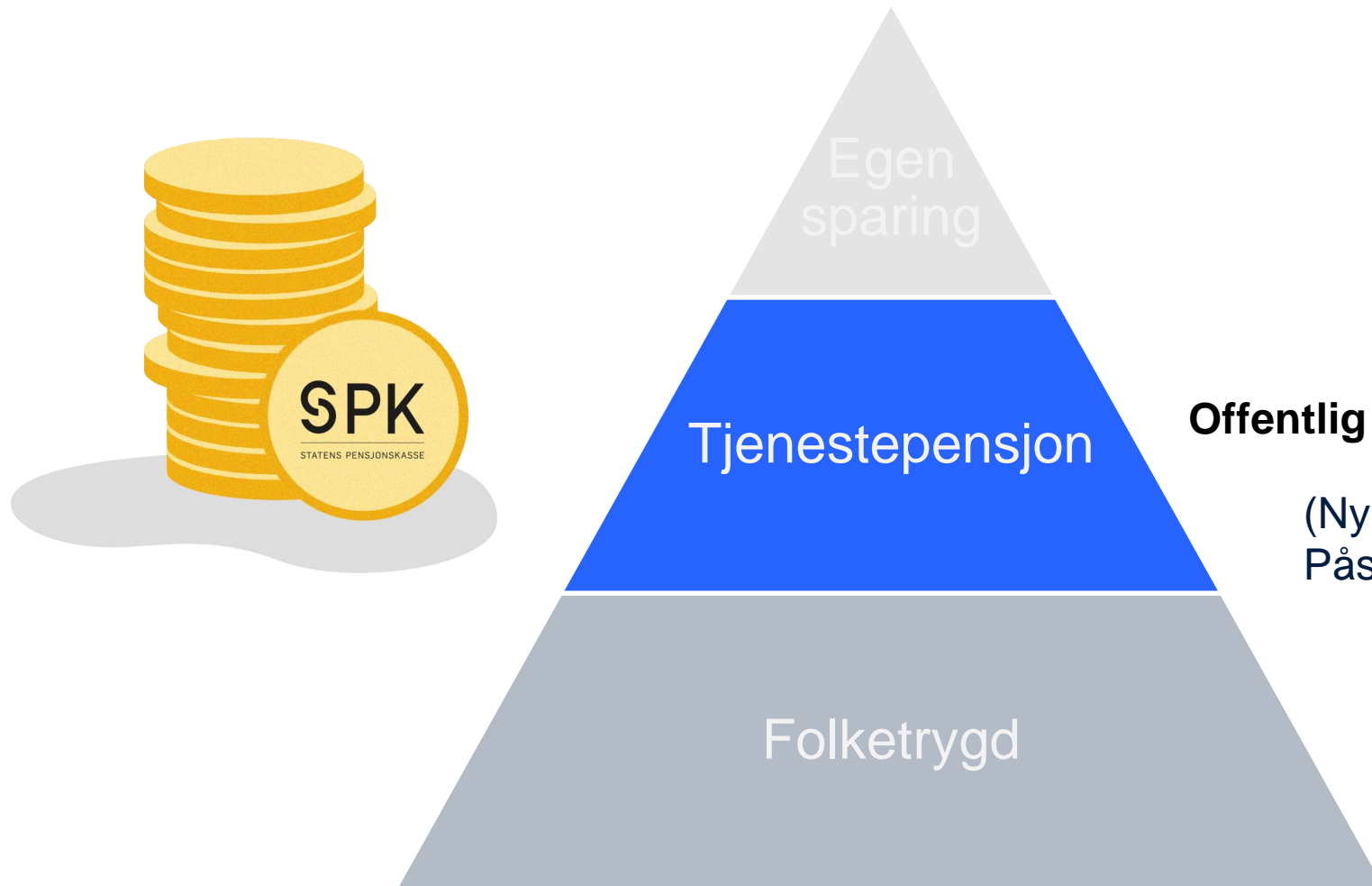
375 411

441 351

Tjenestepensjon fra SPK



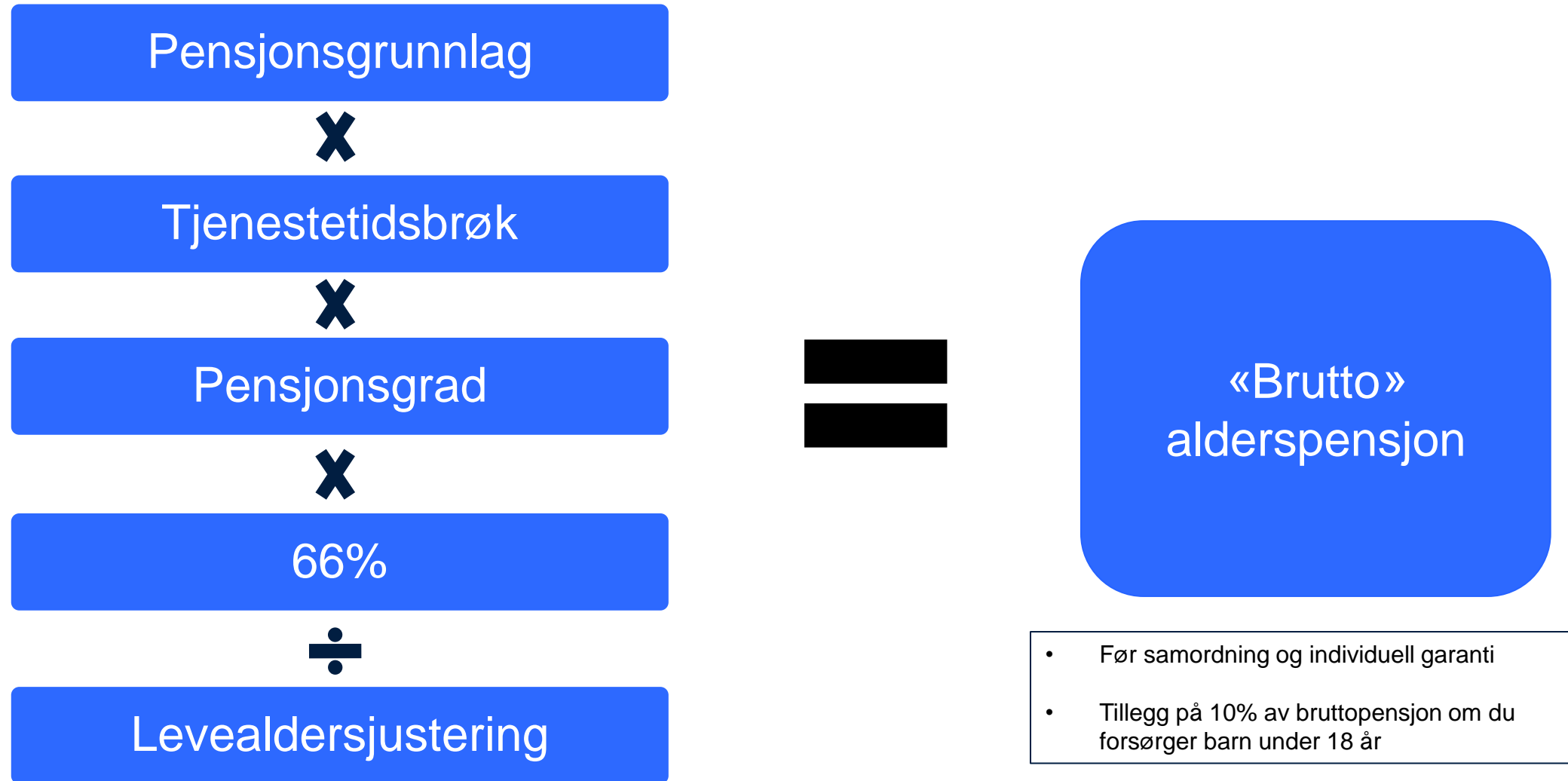
Tjenestepensjon



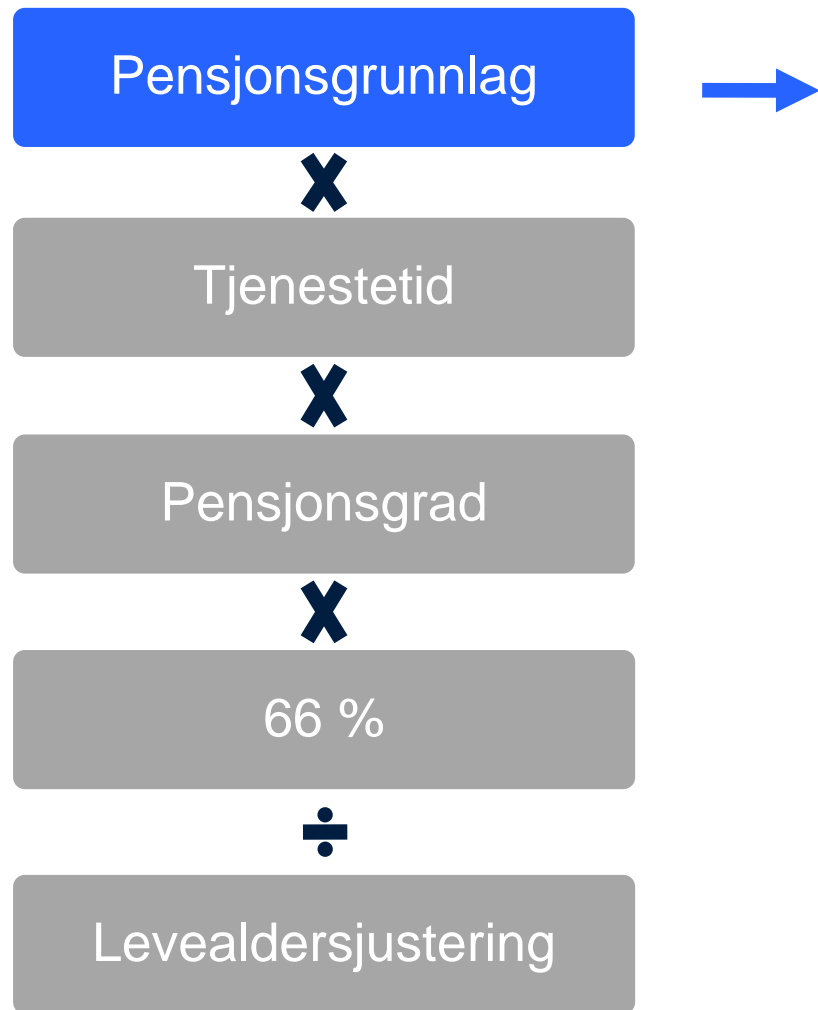
Offentlig tjenestepensjon: bruttoordning

(Ny offentlig tjenestepensjon
Påslagsordning for de som er født fra 1963)

«Brutto» alderspensjon fra SPK



«Brutto» alderspensjon fra SPK ved 67 år



Sluttlønn i 100 %
stilling

+

Pensjons-
givende tillegg

×

Gjennom-snittlig
deltid

- Maksimalt pensjonsgrunnlag er 12 G = 1 488 336
- Tar hensyn til tidligere perioder med høyere lønn
- Gjennomsnittlig stillingsstørrelse av årene med medlemskap
- Ved medlemskap i mer enn 30 år, benyttes kun de 30 beste årene i beregningen
- Eksempel:
- 20 år i 100 % stilling + 20 år i 40% stilling

20/30 x 100

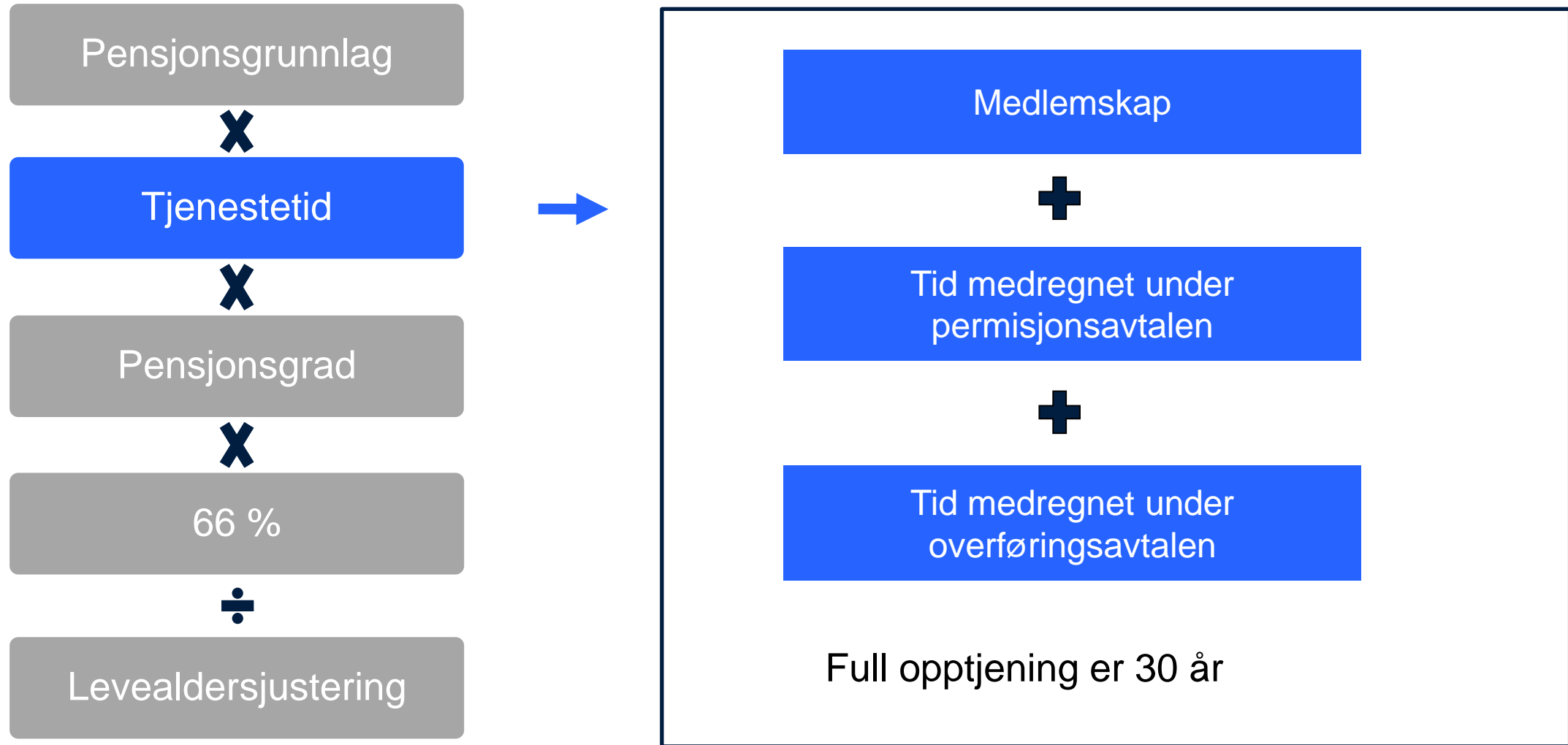
+

10/30 X 40

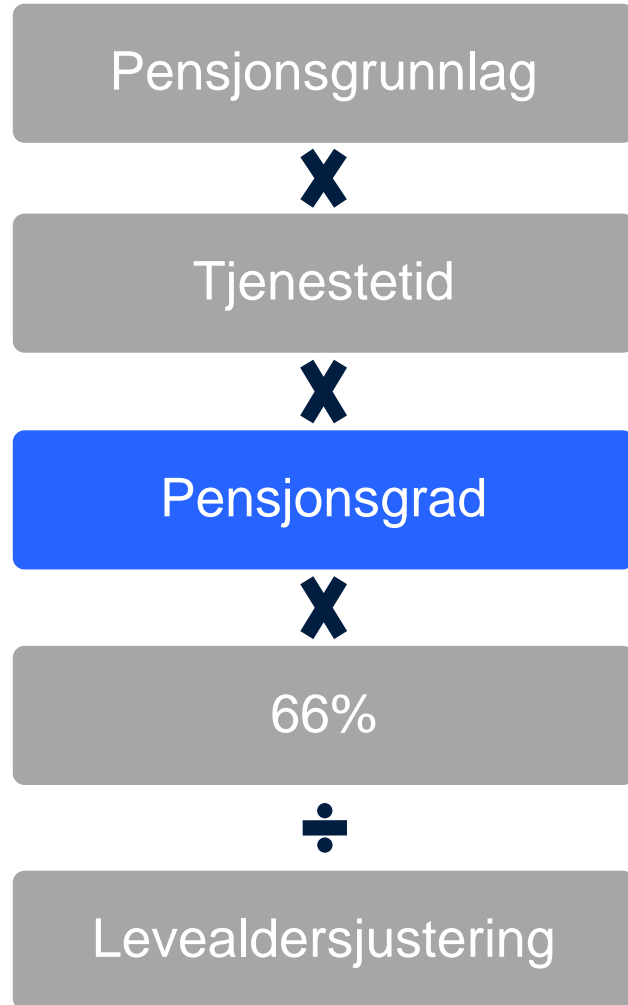
=

80 %

Brutto alderspensjon ved 67 år

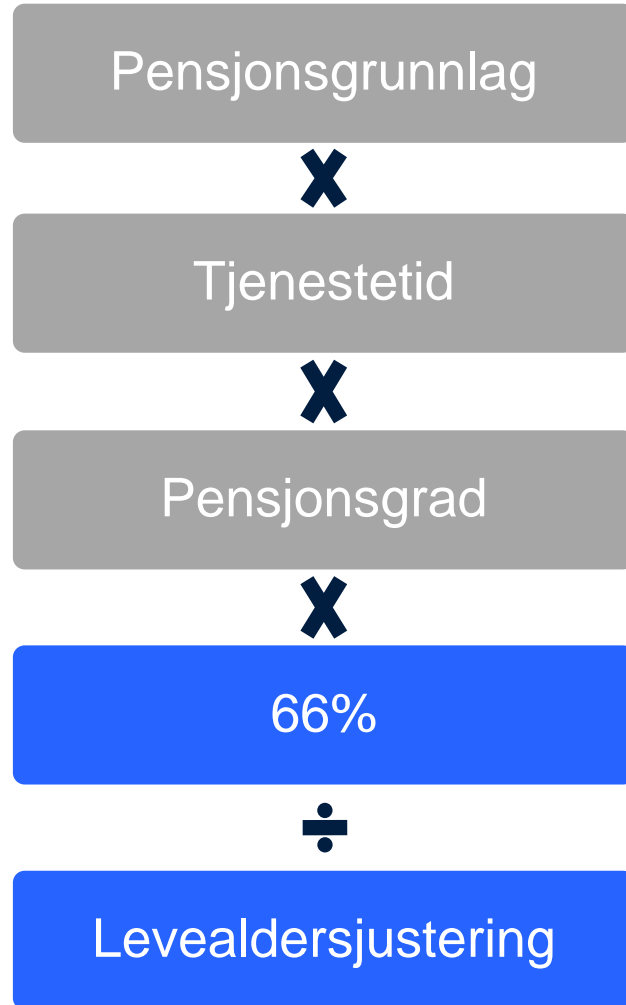


Brutto alderspensjon



- Kan ta ut delvis alderspensjon*
- Ingen "minste" pensjonsgrad
- Pensjonen graderes i forhold til reststillingen og den gjennomsnittlige stillingsstørrelsen

Brutto alderspensjon i SPK



- Garantert bruttonivå før levealdersjustering
- Bruttonivået levealdersjusteres ved at man deler på et forholdstall / delingstall (som i folketrygdens alderspensjon)
- Tjenestepensjon i SPK må tilpasses dette

Eksempel: June Andersen

- Født 1962
- Går av med full alderspensjon ved 67 år
- Hun har alltid hatt 100% stilling
- Hun har 35 års opptjeningstid i SPK ved fylte 67 år
- Sluttlønnen er 630 000 kr
- Beregning av levealdersjustering
 - Forholdstall v/ 67 år er 1,119
 - Justeringstall v/ 67 år er delingstall 16,08 delt på 13,42 = 1,198



Eksempel: June Andersen



Pensjonsgrunnlag

630 000

×

Tjenestetidsbrøk

30/30

×

Pensjonsgrad

100%

×

66%

÷

Levealdersjustering

1,119/1,198

=

«Brutto» alderspensjon

349 474

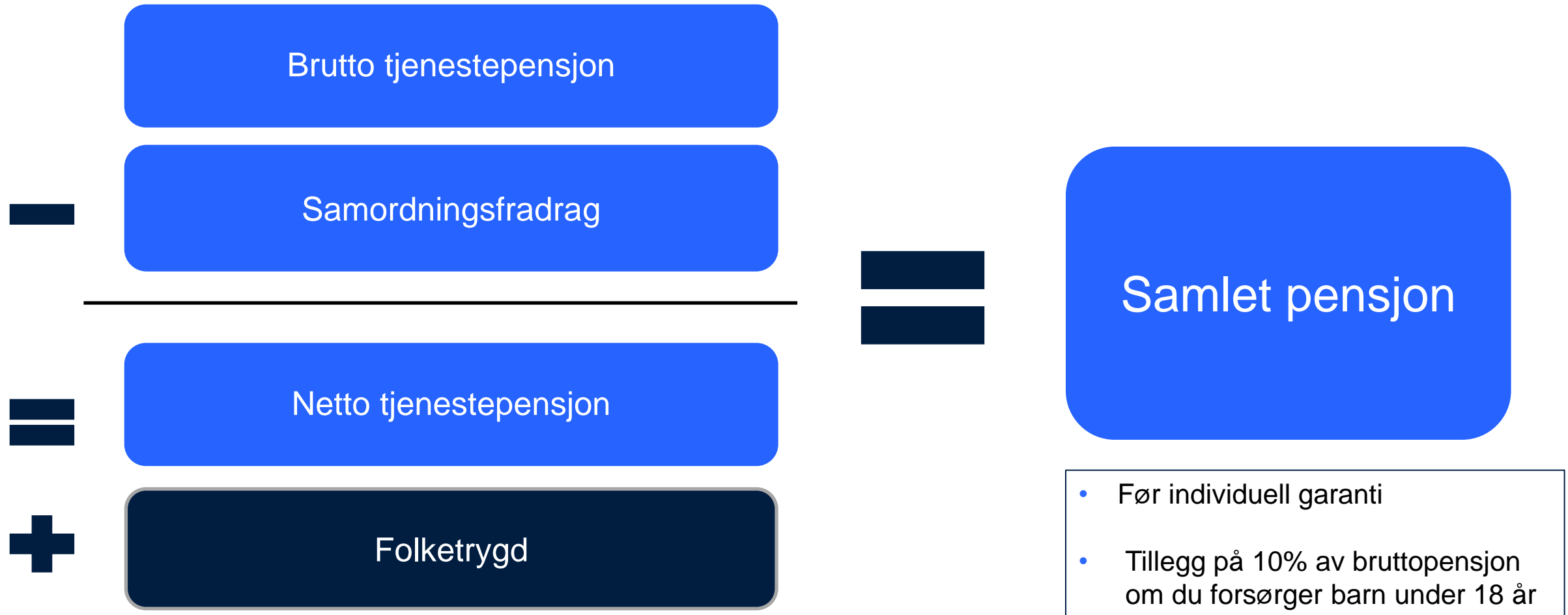
(55,47%)

- Før samordning og individuell garanti
- Tillegg på 10% av bruttopensjon om du forsørger barn under 18 år

Samordning

Samtidig uttak av alderspensjon fra Nav
og SPK ved fylte 67 år

Samordning av alderspensjon



- Folketrygden utbetales alltid i sin helhet

- SPK beregner et samordningsfradrag for å finne sin andel av pensjonsutbetalingen

Eksempel: June Andersen

Uttak v/ 67 år



Brutto tjenstepensjon

349 474

Samordningsfradrag

275 796

Netto tjenstepensjon

73 677

Folketrygd

300 233

Samlet alderspensjon

373 911

(59,4%)

- Før individuell garanti
- Tillegg på 10% av bruttopensjon om du forsørger barn under 18 år

Individuell garanti

For personer født til og med 1958

Individuell garanti: født t.o.m. 1958

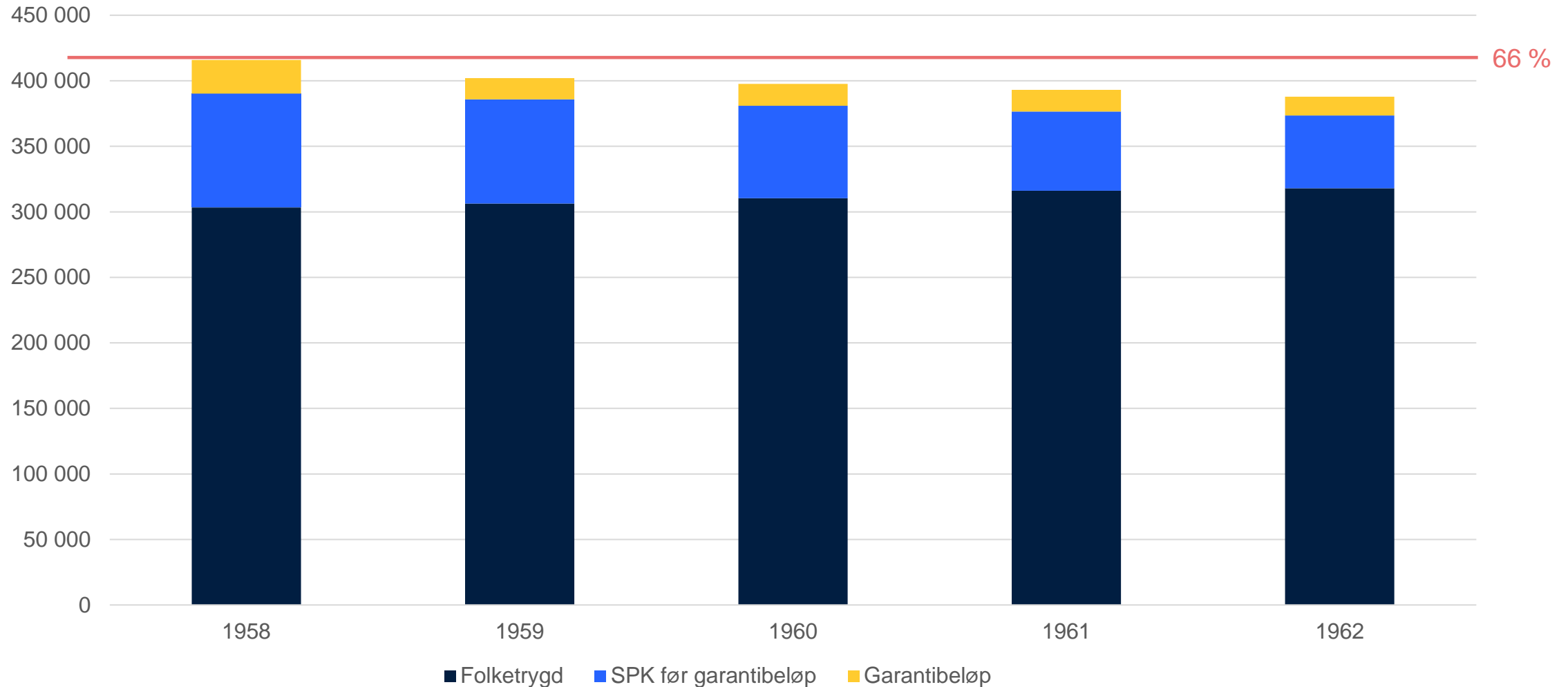
- Årskullene til og med 1958 er garantert 66% av pensjonsgrunnlaget
 - Forutsetter 30 års opptjeningstid
 - Forutsetter samtidig uttak av alderspensjon i folketrygden og Statens pensjonskasse fra fylte 67 år
 - Ved uttak av alderspensjon i folketrygden før fylte 67 år, beregnes garantien som om uttaket var ved fylte 67 år

Individuell garanti, fødselsår 1959 - 1962

Får en andel av bruttogarantien :

- Trappes ned med årskull
 - 1959: 90 prosent av garantien
 - 1960: 80 prosent av garantien
 - 1961: 70 prosent av garantien
 - 1962: 60 prosent av garantien
- justeres ut fra forholdet mellom opptjening før 2011 og full opptjeningstid

Eksempel på individuell garanti, fødselsår 1958–1962



Eksempel: June Andersen

Uttak v/ 67 år



Brutto tjenstepensjon

349 474

Samordningsfradrag

275 796

Netto tjenstepensjon

73 677

Folketrygd

300 233

Individuell garanti

15 080

Samlet alderspensjon

388 991

(61,74%)

- Tillegg på 10% av bruttopensjon om du forsørger barn under 18 år

Men hva hvis...

... du ikke ønsker å ta ut alderspensjon samtidig i Statens pensjonskasse og folketrygden når du fyller 67 år?

....du ønsker å jobbe lenger enn 67 år

Effekten av valgmuligheter for June (født 1962)



Født	1962
Pensjonsgrunnlag	630 000
66% av pensjonsgrunnlag	415 800

Uttaksalder	NAV 64 år SPK 67 år	NAV 67 år SPK 67 år	NAV 67 år SPK 70 år	NAV 70 år SPK 70 år
Alderspensjon NAV	262 424	300 233	321 544	375 411
Brutto SPK	349 474	349 474	408 688	408 688
Samordningsfradrag	275 796	275 796	346 237	346 237
Tjenestepensjon SPK	73 677	73 677	62 451	62 451
Individuell garanti	15 080	15 080	0	0
Sum	351 182	388 991	383 995	437 862
<i>Prosent av lønn</i>	<i>55,74 %</i>	<i>61,74 %</i>	<i>60,95 %</i>	<i>69,50 %</i>

Avtalefestet pensjon (AFP)

Årskull født t.o.m 1962



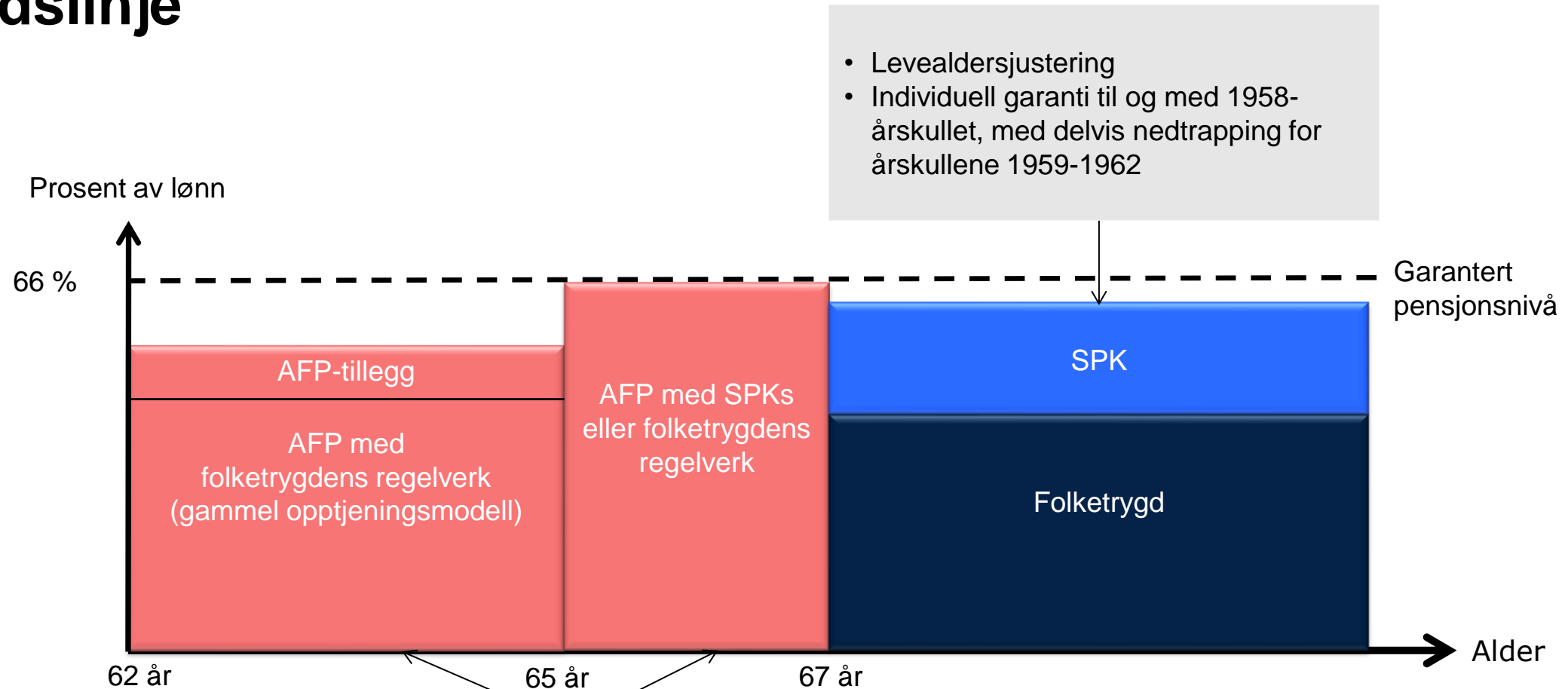
Avtalefestet pensjon = pensjon før ordinær aldersgrense

- AFP er en tariffestet avtale og er i det offentlige et alternativ for de som ønsker å trappe ned eller avslutte sitt yrkesaktive liv mellom 62 og 67 år
- Man **kan** kombinere AFP og inntekt, men **ikke** fritt
- Man **kan ikke** kombinere AFP og alderspensjon fra folketrygden
- AFP gir ikke opptjening i SPK
- Offentlig AFP skiller seg vesentlig fra privat AFP

Vilkår AFP

- Det må foreligge tariffavtale om AFP
- I lønnet arbeid på pensjoneringstidspunktet
- 10 poengår i folketrygden, eller 10 års medlemskap i SPK eller annen offentlig pensjonsordning etter fylte 50 år
- Inntekt på minst 1 G i årsinntekt året før uttak av pensjon
- Inntekt på minst 1 G omregnet til årsinntekt i uttaksåret

Tidslinje



Eksempel: June Andersen

Lønn: 630 000 kr



62-65 år: Folketrygdberegnet AFP – beregnes etter gammel opptjeningsmodell for alle årskull

- Gift/samboer
- Sluttpoengtal: 4,08
- Poengår: 8/32

Grunnpensjon	→	111 625
Tilleggpensjon	→	215 571
AFP-tillegg	→	20 400
Årlig AFP fra fylte 62 år	→	347 596

Eksempel: June Andersen

Lønn: 630 000 kr



65-67 år: Besteberegnet AFP – man får utbetalt den best mulige beregnede AFP-en.

Folketrygden:

- Gift/samboer
- Sluttpoengtal: 4,08
- Poengår: 8/32

SPK:

- Pensjonsgrunnlag: 630 000
- Full opptjening
- Gjennomsnittlig deltid: 100%

Folketrygdens
regelverk



347 596

SPKs regelverk
(66%)



415 800

Årlig AFP fra fylte 65 år



415 800

Vilkår delvis/gradert AFP

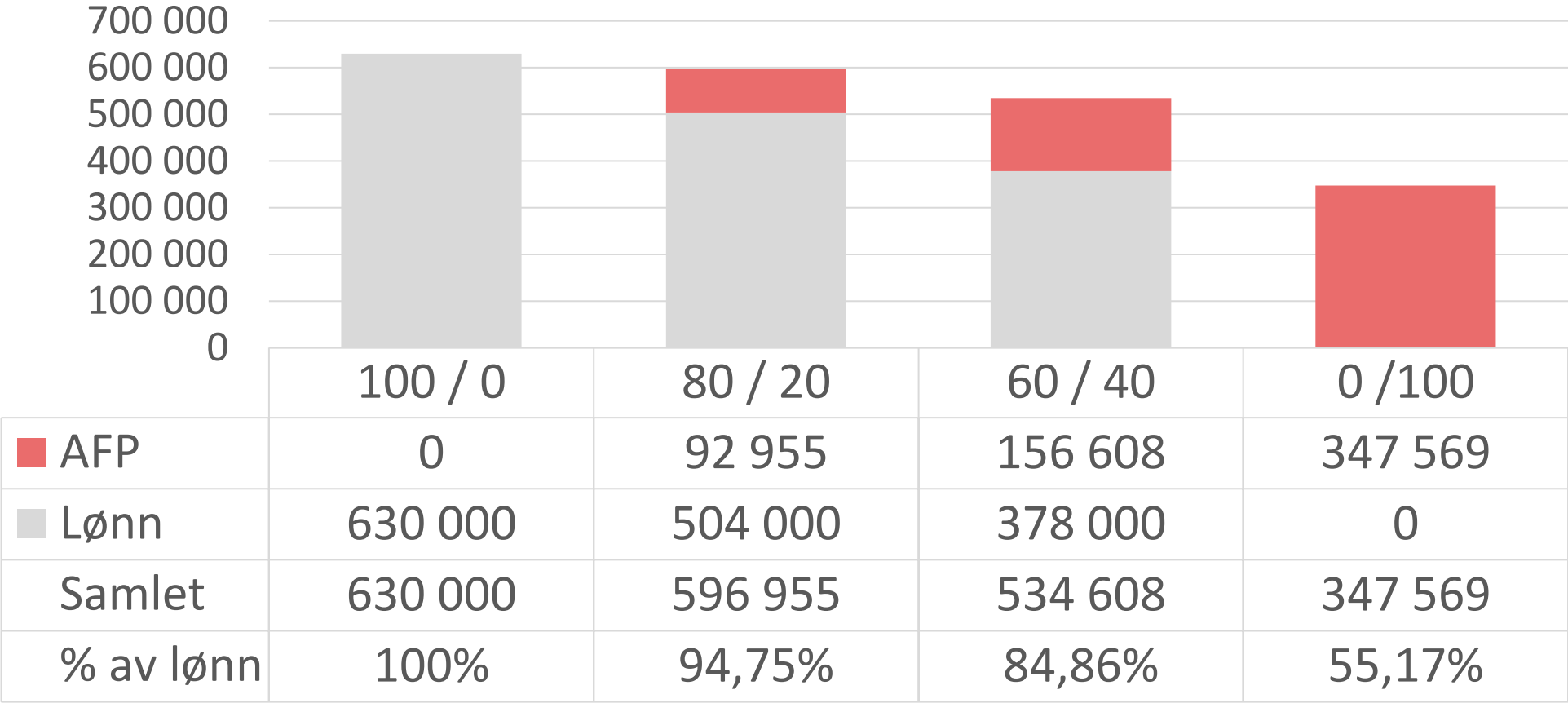
- Uttak av delvis AFP kan først skje etter arbeidsgivers samtykke
- Ved delvis AFP må en
 - fratre minimum med 10% av en 100% stilling og
 - reststillingen må være minst 60% av en 100% stilling
- Gjelder også for deltidstilsatte
- Ved delvis uførepensjon kan AFP tas ut for resterende del av stillingen
- AFP-graden bestemmes av forholdet mellom «tidligere inntekt» og forventet inntekt

Eksempel: June Andersen

Lønn: 630 000 kr



Gradert AFP 62-65 år

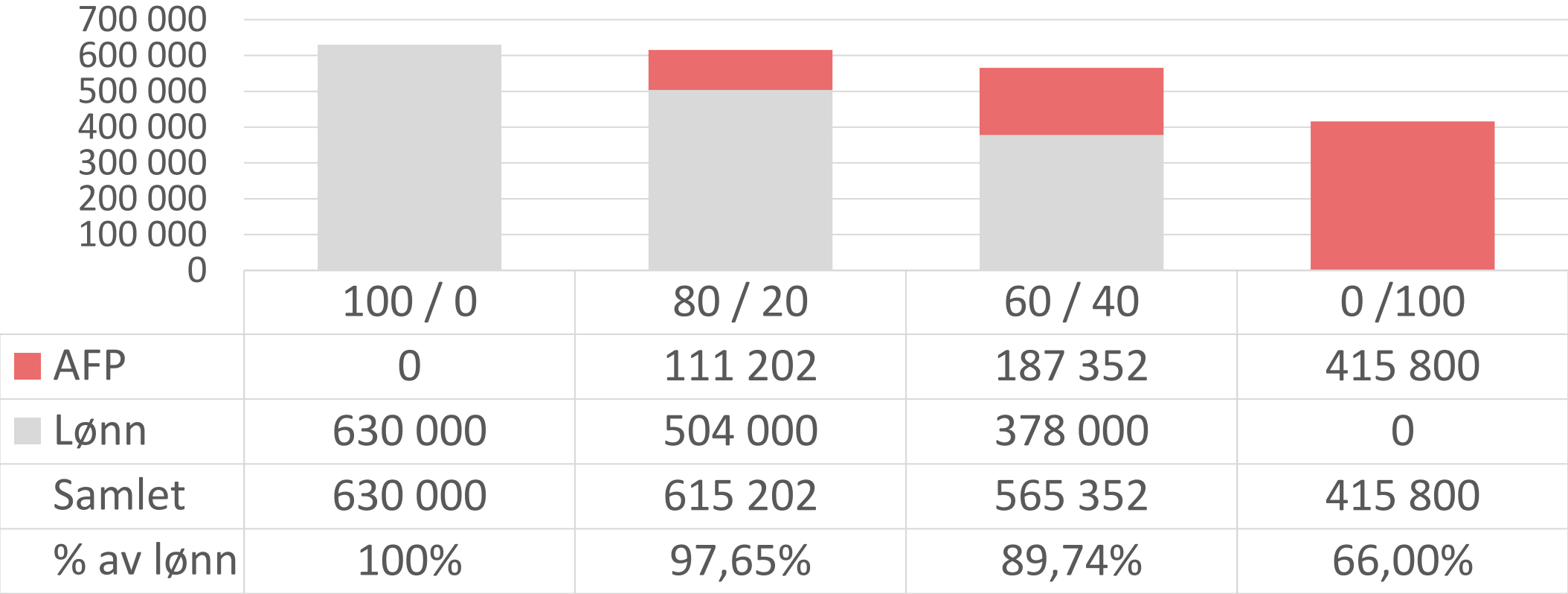


Eksempel: June Andersen

Lønn: 630 000 kr

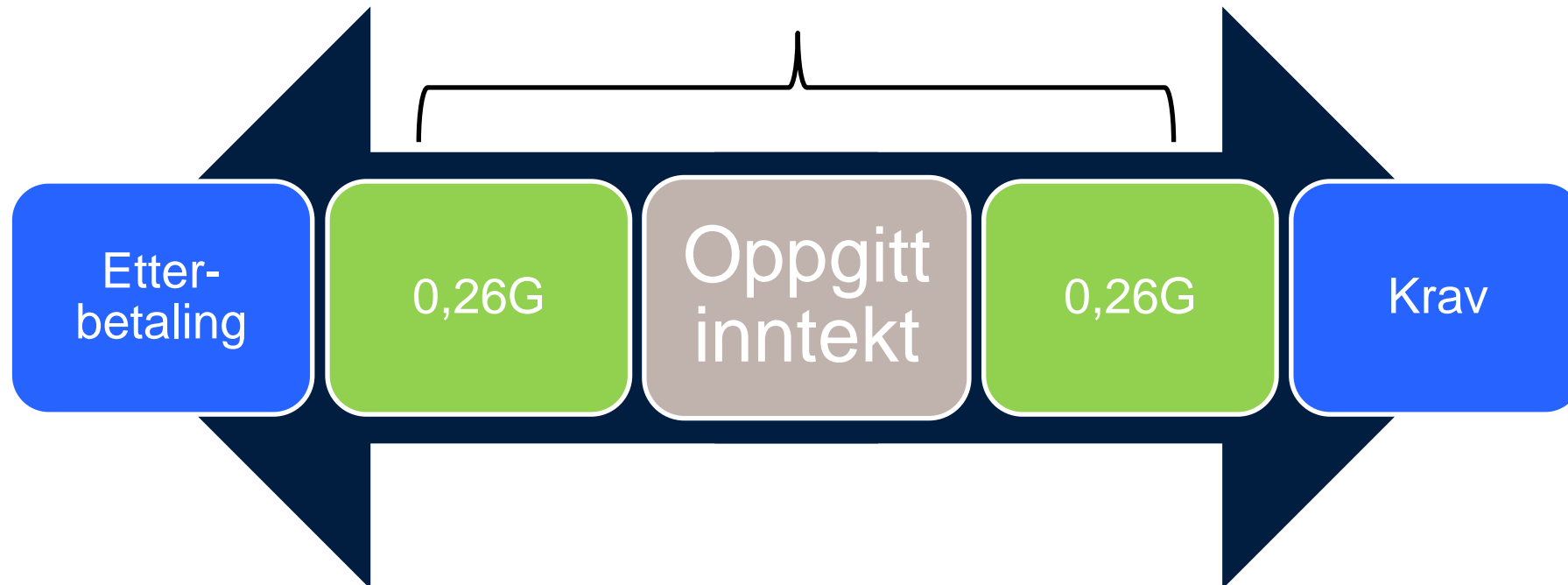


Gradert AFP 65-67 år



Toleransebeløp og etteroppgjør

- Det tolereres et avvik mellom oppgitt forventet inntekt og faktisk inntekt på inntil 0,26 G
- Etteroppgjør skjer dersom avviket mellom oppgitt forventet inntekt og faktisk inntekt er mer enn toleransebeløpet
- Selvstendig ansvar for melding av inntekt!



Uførepensjon



Uførepensjon fra SPK

- Du har rett til uførepensjon ved skade eller sykdom fra første dag du er medlem av Statens pensjonskasse
 - Du beholder retten til uførepensjon i inntil to år ved permisjon uten lønn
- Karensvurdering hvis uførheten inntreffer innen 2 år etter at du ble medlem, eller økte stillingsprosenten
- Beregnes som en prosent av lønnen på uføretidspunktet
- Minste uføregrad er 20%
- Avkortes hvis tjenestetid er mindre enn 30 år
 - Får medregnet opptjeningstid som om man stod i stilling til fylte 67 år/aldersgrensen for stillingen

Forløpet ved eventuell uførhet

Delvis eller helt bortfall av arbeidsinntekt

Om du er mellom 20% og 49% ufør

Sykepenger

Uførepensjon Statens pensjonskasse

Om du er 50% ufør eller mer

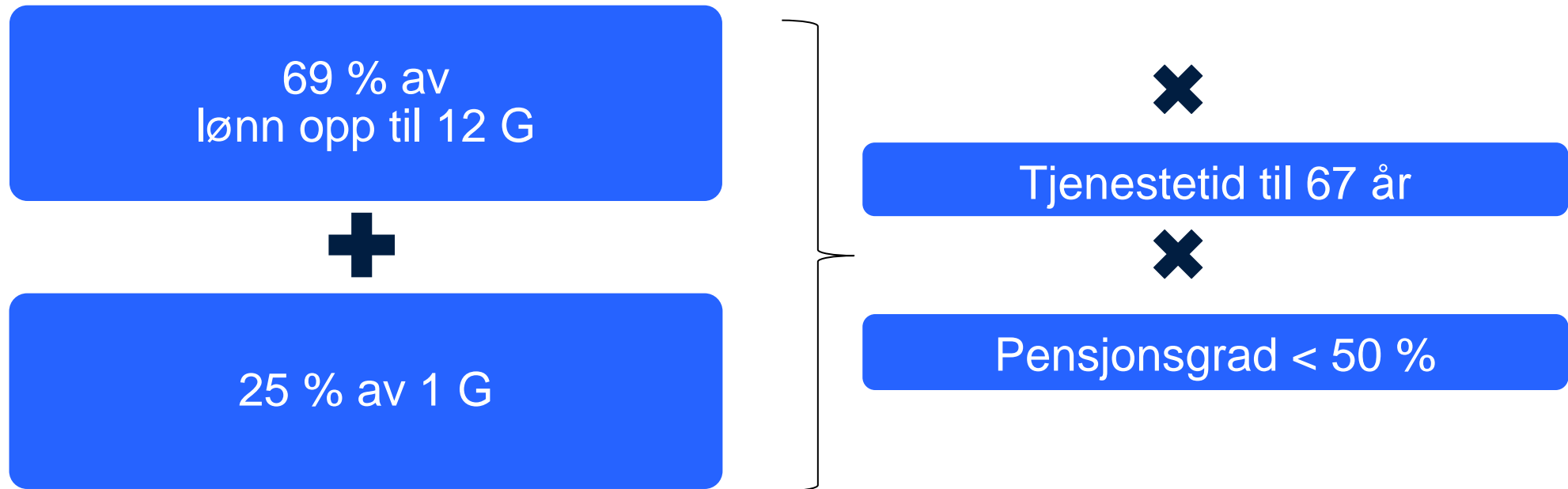
Sykepenger

Arbeidsavklaringspenger Nav

Varig uføretrygd Nav

Uførepensjon Statens pensjonskasse

Ved uføregrad mellom 20 - 50 % gjelder følgende



Eksempel: June Andersen

30% uføregrad

- June blir 30% ufør (fortsetter i 70% stilling)
- Uføregraden er for lav til å ha rett på uføreytelse fra folketrygden (Nav)
- Lønnen på uføretidspunktet er 630 000 kr
- Hun ville hatt minst 30 opptjeningsår i SPK ved fylte 67 år



Eksempel: June Andersen

30% uføregrad



$630\,000 * 69\%$

+

$124\,028 * 25\%$

×

30/30

×

30%

=

Uførepensjon fra SPK:

139 712

- Fortsetter i 70% stilling
 $630\,000 \times 70\% = 441\,000$
- Samlet
 $441\,000 + 139\,712 = 580\,712$ (92,2%)

50% uføregrad eller mer

Folketrygd
66% av lønn opp til 6 G

+

3% av
lønn opp til 6 G

+

69% av
lønn 6 G til 12 G

+

25% av 1 G



×

Tjenestetid til 67 år / ald.gr

×

Pensjonsgrad \geq 50%

Eksempel: June Andersen

100% uføregrad

- June blir helt ufør
- June har dermed rett på uføreytelse fra folketrygden (Nav)
- Lønnen på uføretidspunktet er 630 000 kr
- Hun ville hatt minst 30 opptjeningsår i SPK ved fylte 67 år



Eksempel: June Andersen

100% uføregrad



$630\,000 * 66\%$

+

$630\,000 * 3\%$

+

$124\,028 * 25\%$

×

30/30

×

100%

=

465 707
(73,92%)

- Fortsetter opptjeningen av egen alderspensjon både i folketrygden og SPK, og vil motta pensjon «som om hun jobbet» når hun blir 67 år
- Kan ha en arbeidsinntekt på 0,4 G før pensjonen blir redusert

Uførepensjon og inntekt

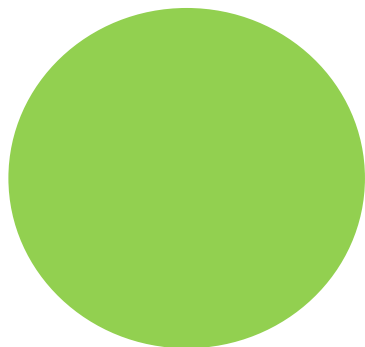
- **Pensjonen reduseres dersom du har inntekt som overstiger inntektsgrensen**
 - **Inntektsgrensen:** tilsvarer den inntekt pensjonisten er forutsatt å kunne skaffe seg etter uførheten – «frisk del»
 - Om det er innvilget varig uføretrygd i folketrygden, legges et **fribeløp på 0,4 G** til inntektsgrensen.
- **Uførepensjonen avkortes mot inntekt utover inntektsgrensen**
 - Dvs. avkortes ikke mot stillingens størrelse
 - Dersom man får en lønnsøkning uten at man endrer stillingsprosenten, kan man søke om forhøyet inntektsgrense
- **Etteroppgjør når ligningen er klar**



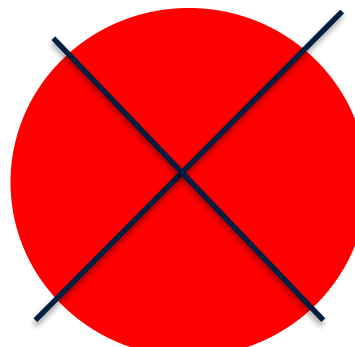
Etterlattepensjon



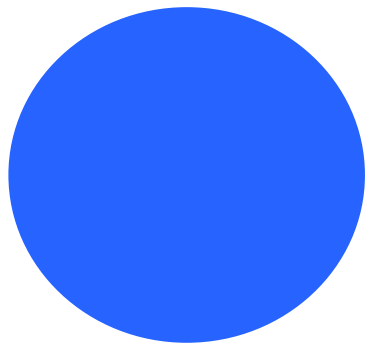
Hvem kan ha rett på etterlattepensjon etter deg?



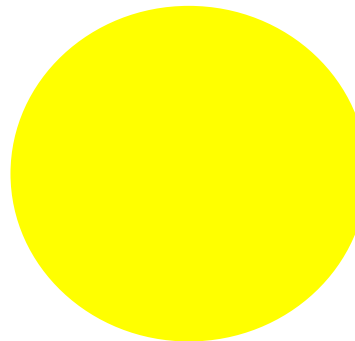
Ektefelle (på dødstidspunktet)



Samboer



Fraskilt(e) ektefelle(r)



Barn (under 20 år)

Vilkår – Ektefelle (på dødstidspunktet)

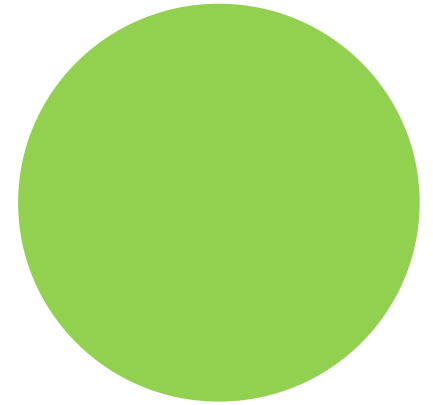
Automatisk rett til etterlattepensjon, med følgende unntak:

Medlemmet dør innen 1 år etter

- Tilsetting
- Ekteskap ble inngått

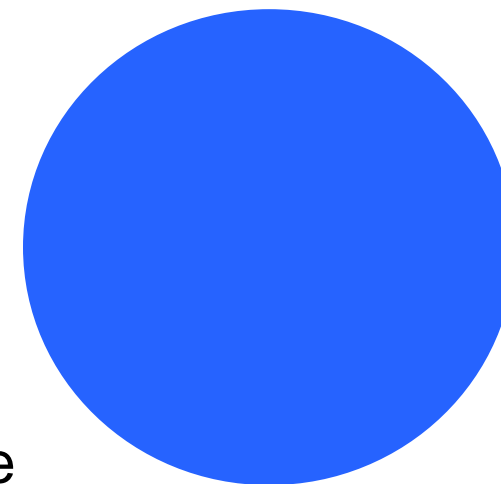
og dødsfallet skyldes sykdom som medlemmet led av ved tilsettingen eller
vielsen og som en av ektefellene må antas å ha kjent til

Hvis den etterlatte gifter seg på nytt, bortfaller retten til etterlattepensjonen

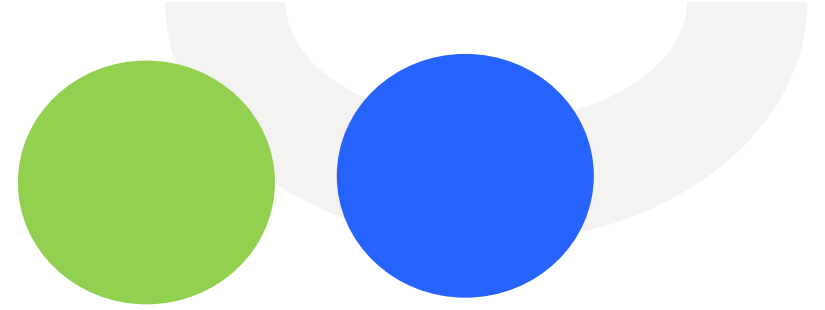


Vilkår – Fraskilt(e) ektefelle(r)

- Ekteskapet må ha vart i minst 10 år
- Den fraskilte må ha vært minst 45 år ved skilsmissen
- Avdøde må ha vært medlem i SPK før skilsmissen fant sted
- Den fraskilte kan ikke ha giftet seg på nytt
- Retten til etterlattepensjon kan ikke være fraskrevet ved skilsmisse
MEN: Selv om retten er fraskrevet, vil pensjonen likevel utbetales dersom det ikke finnes andre pensjonsberettigede etter avdøde



Flere pensjonsberettigede



Når to eller flere gjenlevende har rett til ektefellepensjon, pensjonen deles i forhold til antall påbegynte år hver av dem var gift med avdøde

Dersom en av de berettigede har fraskrevet seg retten, har den andre rett til hele pensjonen

Avdøde var til sammen gift i 27 år

Ektefelle 1: 22 år

Ektefelle 2: 5 år

22/27

5/27

Ektefellepensjon - nettoregel

Ektefellepensjon utgjør 9% av medlemmets pensjonsgrunnlag

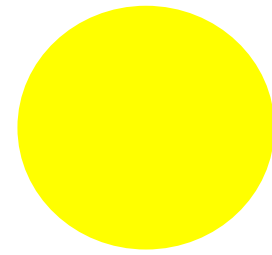
- **Avkortes dersom avdøde ikke hadde 30 år med opptjening**
- **Livsvarig utbetaling (faller bort hvis man gifter seg på nytt)**
- **Ingen inntektsprøving**

Eksempel:

Pensjonsgrunnlag: $630\,000 \times 9\% \times 30/30$
= 56 700 kr

- **Skal eventuelt deles mellom nåværende og tidligere ektefelle(r)**

Barnepensjon



- Utgjør 15% av avdødes pensjonsgrunnlag
- Avkortes dersom avdøde ikke hadde full opptjening
- Utbetales til barnet er 20 år
- Ingen inntektsprøving eller samordning



Eksempel: June Andersen

Pensjonsgrunnlag: $630\,000 \times 15\% = 94\,500$ kr

Boliglån i Statens pensjonskasse



Boliglånsmulighet i Statens pensjonskasse



Du kan låne til kjøp av ny bolig, refinansiering og oppussing

Hvor mye kan du låne?

Du kan låne inntil 2,3 millioner kroner. Er det to medlemmer i husstanden, kan dere låne inntil 4,6 millioner kroner

Gunstig og stabil rente

Dagens rente: 5,175%

Lik rente for alle medlemmer

Du slipper å forhandle om renten. Dette gir forutsigbarhet og trygghet for deg som lånekunde.

Kan låne opptil 80% av boligens verdi

Kan akseptere å stå med lavere prioritet i pantet.

Nyttige nettsider



Nyttige nettsider

- Finnes mange gode nettsider hvor man kan lære mer om sin egen pensjon



SPKs pensjonskalkulator

SPK | STATENS
PENSJONSKASSE

Norsk ▼

Søk

Logg inn

Alderspensjon ▼

Boliglån ▼

Liv og helse ▼

Virksomhet ▼

Om oss ▼

DIN ALDERSPENSJON

Pensjonsopptjening

Pensjonskalkulator

Trygghet i alle livets faser

Medlemskap hos oss handler om mer enn gunstig pensjon.

[Se dine medlemsfordeler.](#)

Trykk
alderspensjon
og velg
pensjons-
kalkulator

Eller logg
inn på min
side

Identifiser deg ved hjelp av sikker innlogging







SPK.no

Logg deg på ved sikker innlogging for å få tilgang på din profil med din opptjeningshistorikk



STATENS PENSJONSKASSE FORVALTNINGSBEDRIFT

Velg elektronisk ID

	MinID App eller engangskode	>
	BankID Bruk BankID-app, kodebrikke eller BankID på mobil	>
	Buypass Bruk Buypass ID på smartkort, mobil eller nøkkel	>
	Commfides Med smartkort	>


[Slik skaffer du deg elektronisk ID](#)

Kalkulator for personer født i 1962 og tidligere





SPK.no

SPK | STATENS
PENSJONSKASSE


 Norsk ▾


 Søk

 Min side

 Logg ut

 Pensjon ▾

 Boliglån ▾

 Liv og helse ▾

Virksomhet

Om oss ▾

[SPK](#) / [Min side](#) / Pensjonskalkulator

Introduksjon og betingelser

Her kan du beregne pensjon fra Statens pensjonskasse og folketrygden (NAV). Beregningen som foretas er midlertidig og uforpliktende. Eventuell opptjening fra private tjenestepensjonsordninger og egen privat sparing kommer i tillegg.

- [Forutsetninger for beregningene](#)

Når vi beregner pensjonen din, tar vi utgangspunkt i pensjonsopptjeningen du har hittil, både hos oss og i folketrygden (NAV).

[Gå videre](#)

Merk: Kalkulatoren ser litt annerledes ut for de født i 1963 og senere

Pensjonist fra 67 år



SPK.no

SPK / Min side / Pensjonskalkulator

Din pensjonsberegning

Totalt per år

Alder	Inntekt	Folketrygd	AFP	Tjenestepensjon	Totalt
65	563 877			-	563 877
66	563 877			-	563 877
67		319 000		48 000	367 000
68		323 000		44 000	367 000
69		324 000		43 000	367 000
70		324 000		43 000	367 000
71		324 000		43 000	367 000
72		324 000		43 000	367 000
73		324 000		43 000	367 000
74		324 000		43 000	367 000
Fra 75 og resten av livet		324 000		43 000	367 000

Beregningen er basert på at du

- har i dag en stillingsstørrelse på 100 prosent og oppgitt en inntekt på 563 877 kr i 100 prosent stilling
- slutter å jobbe og går av med full pensjon når du er 67 år og 0 måneder (november 2027)
- har en opptjeningstid på 33 år, 7 måneder og 7 dager i Statens pensjonskasse når du går av med full pensjon.
- er gift/samboer

Hvis du ønsker å endre på noen av disse forutsetningene kan du velge "Lag ny beregning" nedenfor.

Forutsetninger

- [Generelle forutsetninger](#)
- [For deg som legger til medlemstid fra andre offentlige tjenestepensjonsordninger](#)
- [Endring av pensjonsbeløp etter 67 år](#)

Lag ny beregning

Tilbake

Sjekk at forutsetningene ser riktig ut

Velg «lag ny beregning» for å sammenlikne med andre alternativer for uttak/pensjonering

Merk: Kalkulatoren ser litt annerledes ut for de født i 1963 og senere

Velg andre alternativer for uttak/pensjonering



SPK.no

SPK | STATENS
PENSJONSKASSE

Norsk ▼

Søk

Min side

Logg ut

Pensjon ▼

Boliglån ▼

Liv og helse ▼

Virksomhet

Om oss ▼

SPK / Min side / Pensjonskalkulator

Velg alternativ

Velg hvilket alternativ kalkulatoren skal bruke som beregningsgrunnlag. Du vil få anledning til å gjøre ytterlige tilpassninger før beregningen blir utført.

Velg hva du vil gjøre

☒ Bli pensjonist på heltid

☐ Kombiner jobb og pensjon

☐ Start i privat sektor

Gå videre

Tilbake

Velg hva du
ønsker å
beregne ny
prognose
for



Se pensjonsopptjeningen din



SPK.no

For å åpne meny

Alderspensjon ^ Boliglån v Liv og helse v

Se pensjons-
opptjeningen din
for å se hva som
ligger til grunn i
kalkulatoren

OM ALDERSPENSJON

AFP (avtalefestet pensjon)
Alderspensjon for offentlig ansatte
Særalder - født 1963 eller etter
Særalder - født 1962 eller før
Tidligere medlem
Alderspensjon og utland

DIN ALDERSPENSJON

Pensjonsopptjening
Pensjonskalkulator

Mine arbeidsforhold

Din offentlige tjenestepensjon kommer fra arbeidsforholdene under. Vi henter inn informasjon fra andre offentlige pensjonsordninger.

Oktober 2014 - nå

SPK

Årslønn:

Stillingsprosent:
100 %

Sjekk at listen stemmer. Feil påvirker pensjonen din. Kontakt arbeidsgiver for å rette feil i listen.

Se detaljert historikk og opptjening

Pensjonsopptjening

Merk: Viser p.t. kun opptjeningstid hos SPK (ikke andre pensjonsleverandører i offentlig/privat sektor)

NAVs pensjonskalkulator



NAV.no

Hva kan vi hjelpe deg med?

Arbeid



Helse og sykdom



Familie og barn



Pensjon



Sosiale tjenester
og veiledning



Hjelpemidler og
tilrettelegging



Logg deg på

Snarveier



Saksbehandlingstider



Utbetalingsdatoer



Pengestøtter og tjenester fra A til Å



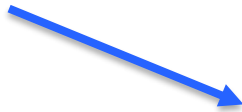
Søknad og skjema

NAVs pensjonskalkulator



NAV.no

Her finner du kalkulatoren



nav

Privat

Arbeidsgiver

Samarbeidspartner

Meny Søk

Varsler



June Andersen

Logg ut

Pensjon

Logg inn og beregn, søk om eller endre pensjonen din



Hva er situasjonen din?



Planlegger pensjon

For deg som planlegger alderspensjon fra folketrygden, AFP og andre ordninger som kan være aktuelle å vurdere.

DETTE KAN DU HA RETT TIL



Har pensjon

For deg som allerede får utbetalt alderspensjon fra folketrygden/NAV, AFP og andre pensjonsordninger.

DETTE KAN DU HA RETT TIL



Har mistet noen i nær familie


Pengestøtte til gjenlevende når noen i nær familie dør.

DETTE KAN DU HA RETT TIL

Se opptjeningshistorikk



Din pensjonsopptjening



Hei,
Her finner du en samlet oversikt over pensjonsopptjeningen din.

VELG EN ANNEN FULLMAKTSGIVER ELLER DEG SELV

Din pensjonsbeholdning i folketrygden
kr 4 457 846

Pensjonsbeholdning og pensjonspoeng forklart

Du som er født i perioden 1954 til og med 1962 vil tjene opp alderspensjon, og få beregnet din alderspensjon etter en kombinasjon av gamle og nye opptjeningsregler i folketrygden. Det nye regelverket fases gradvis inn med en tidel ekstra for hvert årskull. Siden du er født i 1960 får du derfor 3 tideler etter gammelt regelverk og 7 tideler etter nytt regelverk.

Din fordeling etter nye og gamle regler kan illustreres slik:

Regelverk	Tideler
Gammelt regelverk	3
Nytt regelverk	7

- Pensjonsbeholdning
- Pensjonspoeng

Pensjonspoeng forklart:
Pensjonspoeng beregnes av pensjongivende inntekt, først og fremst arbeidsinntekt og personinntekt fra næringsvirksomhet. For personer født til og med 1942 opptjenes pensjonspoeng fra og med det året man fyller 17 til og med det året man fyller 69. For personer født fra 1943 til og med 1962 opptjenes pensjonspoeng fra det året man fyller 17 til og med det året man fyller 75.

Pensjonsbeholdning forklart:
Du opparbeider pensjonsbeholdning fra og med det første året du har pensjongivende inntekt. Beholdningen øker for hvert år basert på forrige års beholdning, pensjongivende inntekt og eventuell annen opptjening av pensjonsrettigheter, samt en årlig regulering. Pensjonsbeholdningen brukes som utgangspunkt for beregning av alderspensjonen du får fra NAV når du pensionerer deg.

[Les om gamle og nye regler i folketrygden.](#)

Dine pensjongivende inntekter

Så bytter du inntekt på...

Se hvilken inntekt som ligger til grunn

Pensjonsbeholdningen og pensjenspoengene dine			
Antall år med pensjenspoeng: 36			
Pensjonsbeholdningen øker to år etter at du hadde inntekten. Det er fordi vi bruker tallene fra skatteoppgjøret, som vi får fra Skatteeaten.			
År	Pensjonsbeholdning (kr)	Pensjenspoeng	Uttak
2023	4 457 846	Ingen	
2022	4 079 216	4,17	
2021	3 789 285	4,46	
2020	3 509 616	4,41	
2019	3 357 579	4,45	
2018	3 158 563	4,54	
2017	2 956 464	4,65	
2016	2 826 820	4,67	
2015	2 658 625	4,75	
2014	2 519 405	4,63	
Vis alle år			
Din økning år for år			
Du kan ha opptjening flere steder enn folketrygden			
Bereg din pensjon i pensjonskalkulatoren			
Ofte stilte spørsmål			
Hva er pensjonsbeholdning?			
Hvordan reguleres pensjonsbeholdningen?			
Hvordan beregnes opptjening fra inntekt?			
Hvordan påvirket pensjonsreformen 2010 beholdningen min?			

Se hvordan pensjonsbeholdningen har vokst over tid

1962 og tidligere: ser hvilke pensjonspoeng som er beregnet for ulike år

Dine pensjonsgivende inntekter		
NAV mottar den pensjonsgivende inntekten din fra Skatteetaten. Hvis du mener noe er feil med inntekten må du kontakte ditt lokale skattekontor.		
År	Inntekt (kr)	Merknad
2023	Opplysningen vil komme på et senere tidspunkt.	
2022	568 092	
2021	571 387	
2020	545 740	
2019	538 455	
2018	530 943	
2017	526 679	
2016	520 614	
2015	514 507	
2014	491 412	

Få oversikt over egen pensjonsopptjening fra tidligere arbeidsforhold, og eventuelt egen sparing



Logg Inn

Meny

Sjekk din pensjon!

Her får du:

- En samlet oversikt over dine pensjonsavtaler
- Beregning av hva du vil få utbetalt i pensjon
- Mulighet til å gjøre enkelte valg rundt egen pensjon

Logg inn

Får du ikke logget inn?



Logg ut

Meny

Mine pensjonsavtaler

Alderspensjon

Uførepensjon

Etterlattepensjon

Pensjon fra staten

Folketrygden [Les mer](#)

Alderspensjon – Folketrygden

[Se detaljer hos NAV](#)

Pensjon fra arbeidsgiver

Tjenestepensjon [Les mer](#)

Produktbetegnelse	Pensjonsleverandør	Arbeidsgiver	Avtalenummer
-------------------	--------------------	--------------	--------------

Storebrand Innskuddspensjon	Storebrand Livsforsikring		
--------------------------------	---------------------------	--	--

[Se detaljer](#)

Produktbetegnelse	Pensjonsleverandør	Arbeidsgiver	Avtalenummer
-------------------	--------------------	--------------	--------------

Offentlig tjenestepensjon	Statens pensjonskasse		
---------------------------	-----------------------	--	--

[Se detaljer](#)

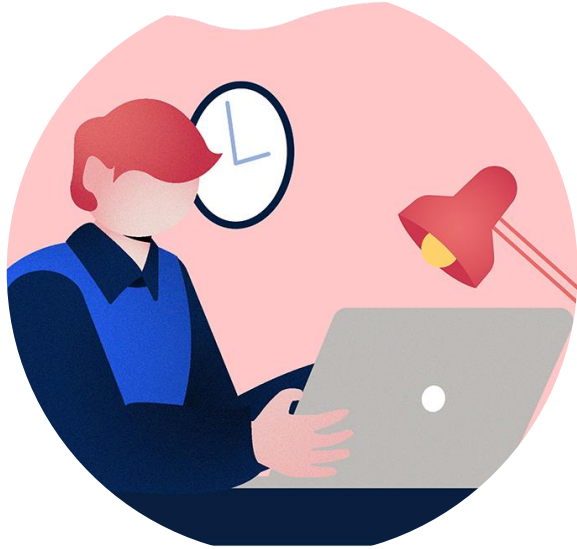
Pensjon du sparer selv

Individuelle pensjonsordninger [Les mer](#)

Ingen avtaler funnet

[Se hvem vi henter data fra](#)

Hvordan komme i kontakt med oss?



Du kan komme i kontakt med SPK via nettsiden vår:

www.spk.no

Kontaktinfo finner du nederst på siden:

Ta kontakt med oss
[Kontaktinformasjon](#) [22 24 15 00](#) [Chat med oss](#)
Mandag til fredag 9:00 - 15:00
Chat er åpen 09 - 14.30.
Statens pensjonskasse
Postboks 10 Skøyen, 0212 Oslo
[f](#) [in](#)

Spesielle ordninger:

- > Apotekordningen
- > Storting og regjering
- > Såmediggi - Sametinget
- > Overføringsavtalen

Om nettstedet:

- > Personvern
- > Tilgjengelighetserklæring
- > Ledige stillinger
- > Søknadsskjema
- > Driftsmeldingar
- > Nettstedskart

[Chat](#)

