

**PKH**

Pensjonskassen  
for helseforetakene  
i hovedstadsområdet

pensjonsalder 60  
nær særaldersgrense AFP  
NAV nøktern 65 uførepensjon  
alderspensjon nyttig aldersgrense  
62 folketrygden

# Det er klokt å tenke pensjon

Informasjon for deg  
som er født **1963**  
eller senere



# Din pensjonsforsikring i PKH inkluderer:

- Alderspensjon
- Livsvarig AFP
- Uførepensjon
- Ektefellepensjon
- Barnepensjon

## Ny offentlig tjenstepensjon fra 1.1.2020 – alderspensjon og livsvarig AFP

Regelverk som gjelder medlemmer i offentlige tjenstepensjonsordninger født i 1963 eller senere:

- Alderspensjon for ansatte i offentlig sektor opptjent fra og med 1.1.2020 blir en spareordning på lik linje med alderspensjon i folketrygden (NAV).
- Alderspensjonen blir en livsvarig ytelse som kommer i tillegg til folketrygden.
- Det blir mulig å kombinere arbeidsinntekt, alderspensjon fra NAV og AFP uten at alderspensjonen fra offentlig sektor blir avkortet.

For tiden du har vært medlem av offentlige tjenstepensjonsordninger frem til 1.1.2020 vil alderspensjon fra PKH bli samordnet med folketrygden basert på tidligere regelverk.

Du vil få en pensjonsberegning basert på gammelt regelverk, og en basert på nytt regelverk (med overgangstillegg og garantier frem til de som er født i 1970).

Figur 1: 3 eksempler med ulik opptjening i gammel og ny ordning

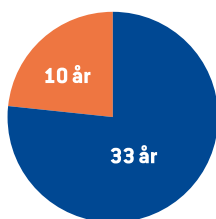
● Gammel ordning

● Ny ordning

**Person A født i 1963**

Medlem siden 1987

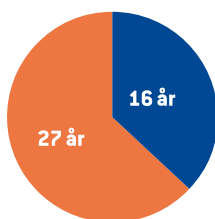
Tar ut pensjon i 2030



**Person B født i 1980**

Medlem siden 2004

Tar ut pensjon i 2047



**Person C født i 2000**

Medlem siden 2025

Tar ut pensjon i 2068



Ny offentlig tjenestepensjon er bygget opp etter samme modell som folketrygden og kommer som et tillegg til folketrygdens alderspensjon.

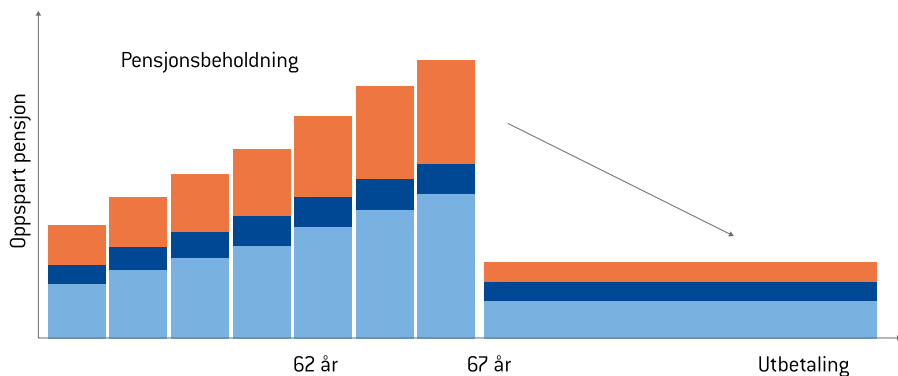
Din arbeidsgiver **sparer** for deg mens du er medlem i pensjonsordningen. I tillegg betaler de også premie for uføre- og etterlatteforsikringer. Din egenandel er 2 % av pensjonsgivende lønn.

- 5,7 % av lønn opp til 12 G\*
- 18,1 % av lønn mellom 7,1 G og 12 G (samlet sparing utgjør 23,8 %)
- 4,21 % av årlig inntekt i folketrygden opp til 7,1 G. Du tjener opp til AFP fra fylte 13 år og til og med året du fyller 61 år

Beregningsgrunnlaget er lønn og pensjonsgivende faste tillegg.

**Figur 2: Opptjening av pensjonsbeholdning og utbetaling av pensjon**

● Folketrygden ● AFP ● Tjenestepensjon



\*G= Folketrygdens grunnbeløp, som pr. 01.05.2024 utgjør kr 124.028.

## Senere uttak gir mer sparing og høyere pensjon

Sparebeløpet tilføres din pensjonsbeholdning hvert år sammen med avkastning (tilsvarende økning i folketrygdens grunnbeløp).

Det er fleksibelt uttak av alderspensjon i perioden fra 62 år og frem til 75 år. Når pensjonen tas ut beregner vi hvor mye som er spart for deg inkludert årlig regulering. Pensjonsbeholdningen fordeles deretter basert på forventet antall gjenværende leveår fra uttak av pensjonen. Ved senere uttak vil månedlig utbetaling bli høyere.

**Figur 3: Formel for beregning av årlig pensjonsutbetaling**



Delingstall er ditt årskulls antatt forventede gjenværende leveår. Du finner ditt delingstall på nav.no. Pensjonsbeholdningen er summen av total sparing tillagt årlig G-regulering.

AFP kan tas ut fra 62 år og er nå blitt et tillegg til alderspensjon og folketrygd som utbetales livsvarig.

På neste side har vi skissert to eksempler som viser hvordan ny offentlig tjenestepensjon vil kunne bli. Eksemplene skiller på utbetalt pensjon fra folketrygden, tjenestepensjon og livsvarig AFP.

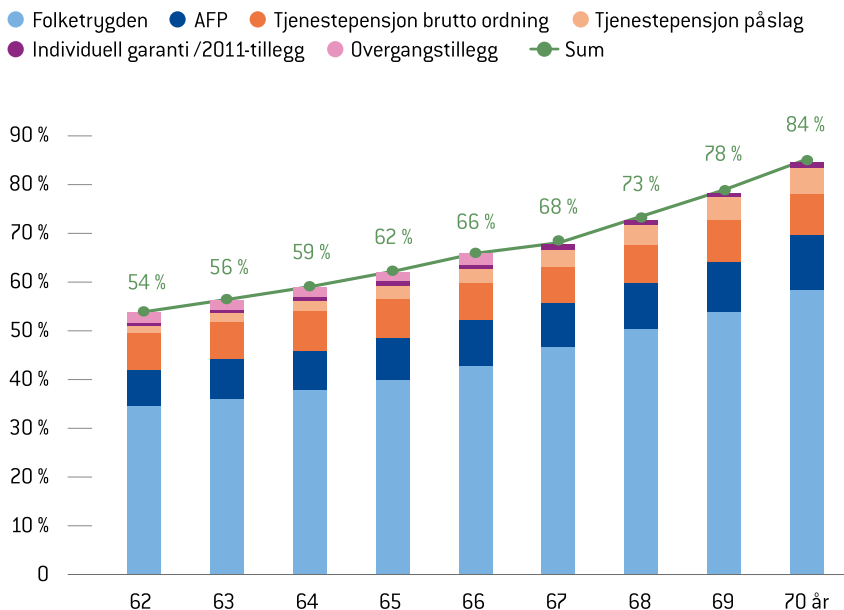
Livsvarig AFP utbetales sammen med tjenestepensjon. Evt. overgangstillegg og garantier er en del av tjenestepensjonen.

Følgende forutsetninger er lagt til grunn:

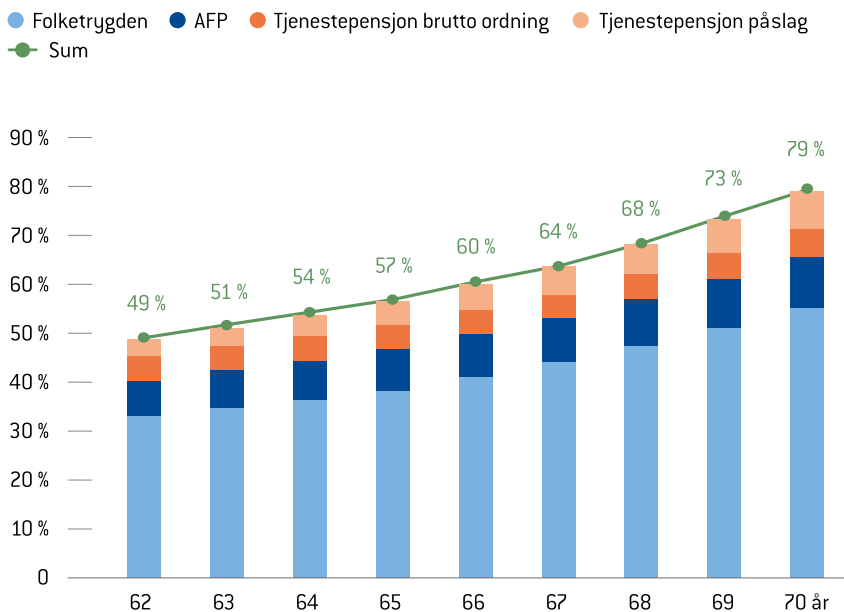
- Startet å arbeide i offentlig sektor ved 35 års alder
- Opptjening i folketrygden fra 25 års alder
- Gjennomsnittlig årslønn 5 x G (ca. 620 000)
- Sivilstatus: Enslig.

I vårt eksempel vil det overføres ca. 60 000 kr hvert år til pensjonsbeholdningen. Denne beholdningen blir G-regulert hvert år.

**Diagram 1: Fredrik er født i 1963 og får en vesentlig del av tjenestepensjonen beregnet etter gammelt regelverk**



**Diagram 2: Karin er født i 1970 og får en større del av tjenestepensjonen beregnet etter nytt regelverk**



Når vi ser på prosent av lønn må vi også ta hensyn til at Karin statistisk sett vil leve ca. 8 måneder lenger enn Fredrik.

## Øvrige forsikringer i PKH – uførepensjon

Som medlem av PKH kan du ha rett til uførepensjon dersom inntektsevnen din blir redusert som følge av sykdom. PKH kan innvilge midlertidig eller varig uførepensjon.

Minste uføregrad er 20 %. Det betyr at det må være en reell nedgang i lønn av helsemessige årsaker på minimum 20 %. Dersom du søker om uførepensjon for inntektsreduksjon på 50 % eller mer fra PKH er det et krav om at du søker om arbeidsavklaringspenger (AAP) eller uføretrygd fra folketrygden.

### Hvor mye utgjør en uførepensjon?

Dersom du har rett på AAP eller uføretrygd fra folketrygden vil uførepensjon fra PKH ved full uførhet utgjøre:

25 % av folketrygdens grunnbeløp (maks 6 % av pensjonsgrunnlaget)  
+ 3 % av pensjonsgrunnlaget opptil 6 G  
+ 69 % av pensjonsgrunnlaget mellom 6 og 12 G.

Mottar du ikke ytelser fra folketrygden vil uførepensjonen utgjøre:

25 % av folketrygden grunnbeløp (maks 6 % av pensjonsgrunnlaget)  
+ 69 % av pensjonsgrunnlaget opp til 12 G.

PKH legger til grunn medlemstid som om du var i arbeid frem til aldersgrensen senest 67 år.

Det gis tillegg i pensjonen for barn under 18 år.

Som mottaker av uførepensjon er du medlem i PKH, og fortsetter ditt medlemskap som om du var i arbeid. Dette medfører at du ikke taper fremtidig alderspensjon i PKH.



Du finner mer informasjon på [www.pkh.no](http://www.pkh.no)

## Øvrige forsikringer i PKH – ektefellepensjon og barnepensjon

Det finnes to typer etterlattepensjoner: Ektefellepensjon og barnepensjon.

Ektefellepensjon utbetales til gjenlevende ektefelle eller registrert partner. I noen tilfeller kan også fraskilt ektefelle ha krav på pensjon. Dersom man gifter seg på nytt, opphører pensjonsutbetalingen.

Barnepensjon utbetales til gjenlevende barn under 20 år. PKH kan tilstå barnepensjon også til stebarn og pleiebarn som avdøde forsørget.

### Folketrygden:

Allerede fra 62 år kan du ha rett til å ta ut alderspensjon fra folketrygden. Denne kan fritt kombineres med arbeidsinntekt uten avkortning. Vær oppmerksom på at tidligere uttak medfører lavere utbetaling enn ved senere uttak. For mer informasjon om folketrygden henviser vi til NAV sin egen nettside: [www.nav.no](http://www.nav.no).

### Hvordan søker du om pensjon fra PKH?

Søknad om pensjon sendes digitalt til PKH via «Logg inn» og «Min side – Medlemsportal» på [pkh.no](http://pkh.no). Du kan tidligst sende søknad om pensjon tidligst 4 måneder før uttaksdato.

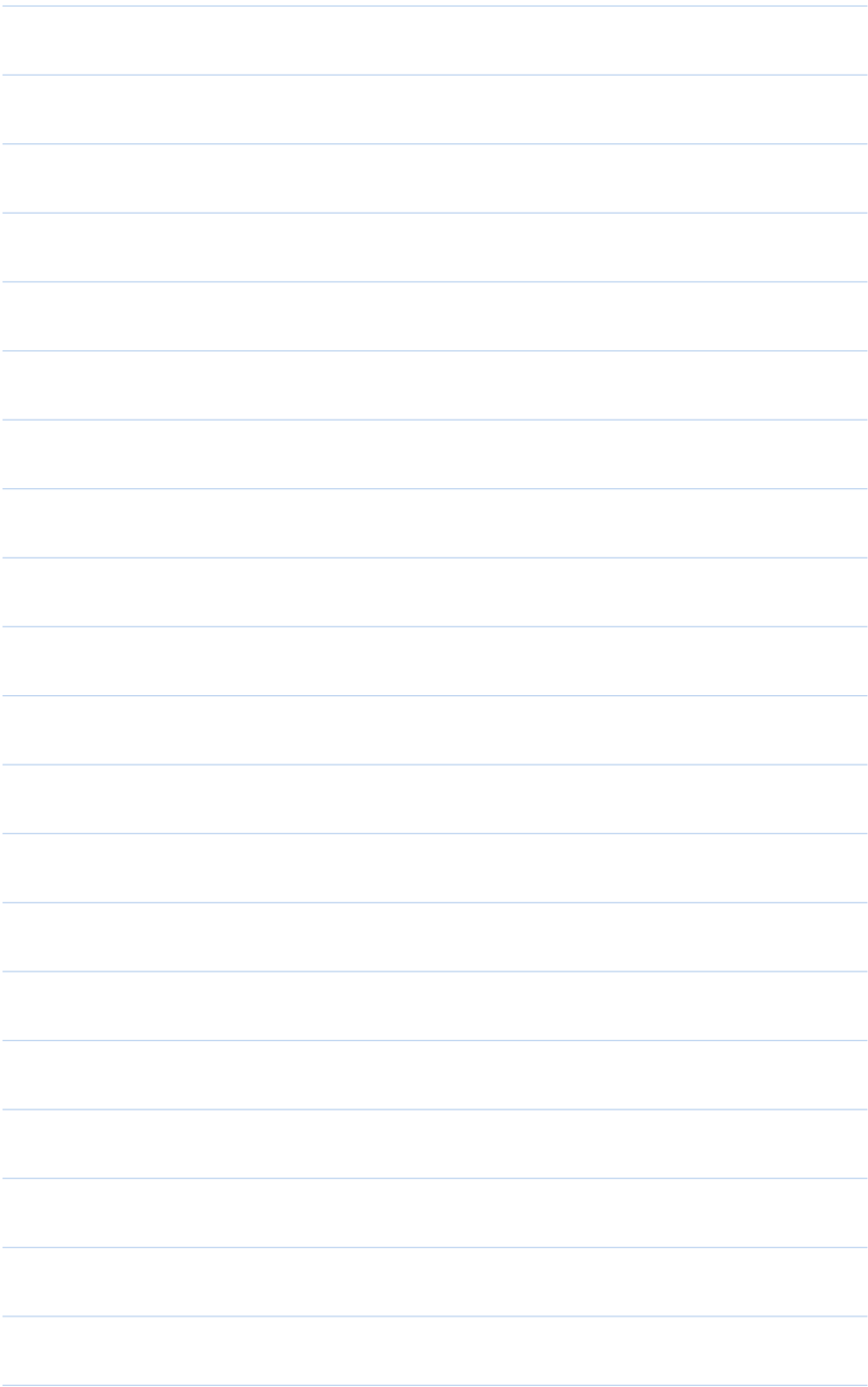
Når PKH mottar søknad får du etter noen dager bekreftelse på e-post med informasjon om når søknaden kan forventes ferdig. Vedtaksbrev sendes til Digipost eller i post når søknad er behandlet.



Ta kontakt for beregning av din pensjon og andre spørsmål du måtte ha.







---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

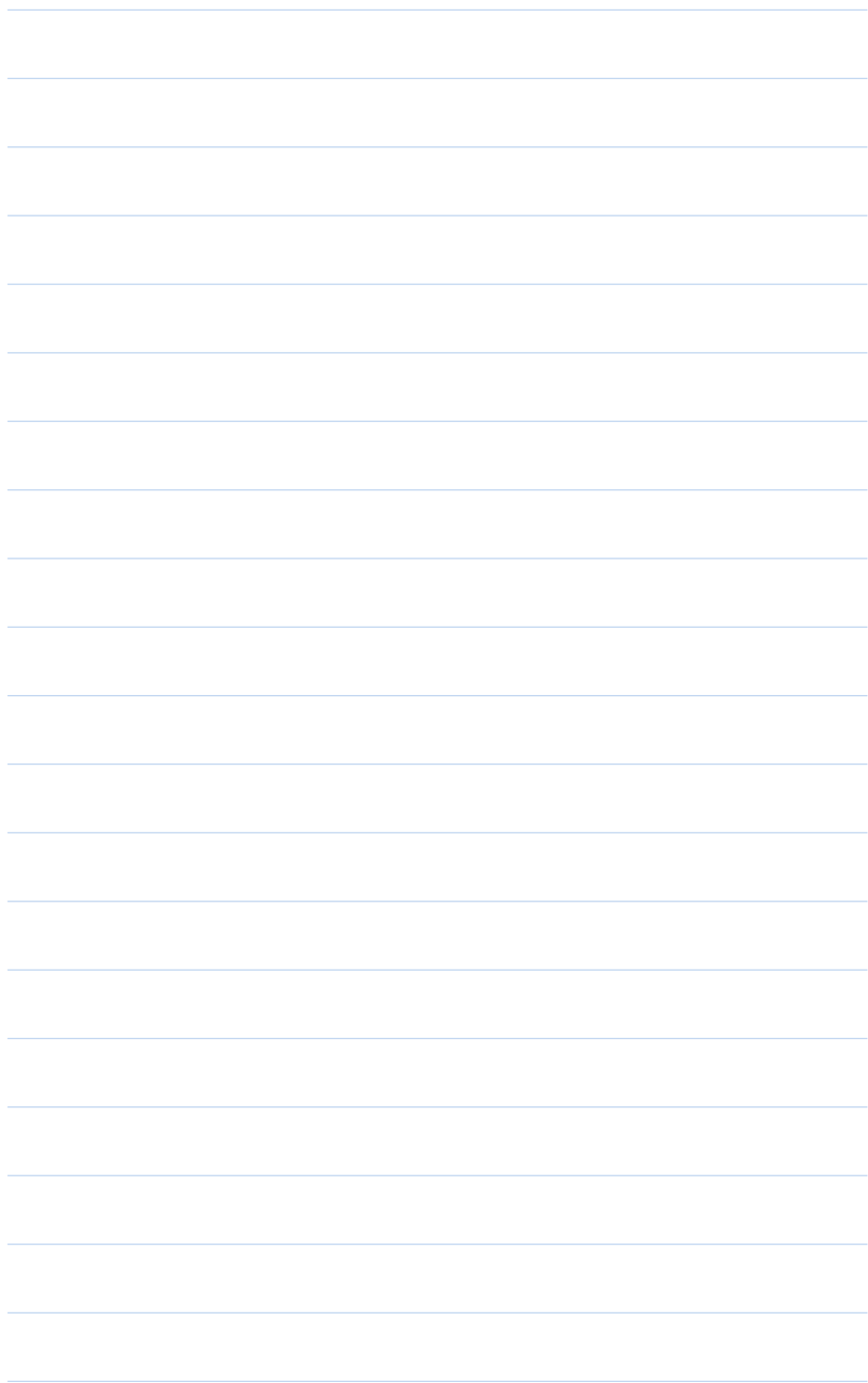
---

---

---

---

---



# nær og nyttig

Kontakt oss på [pensjon@pkh.no](mailto:pensjon@pkh.no) eller telefon 22 42 50 00



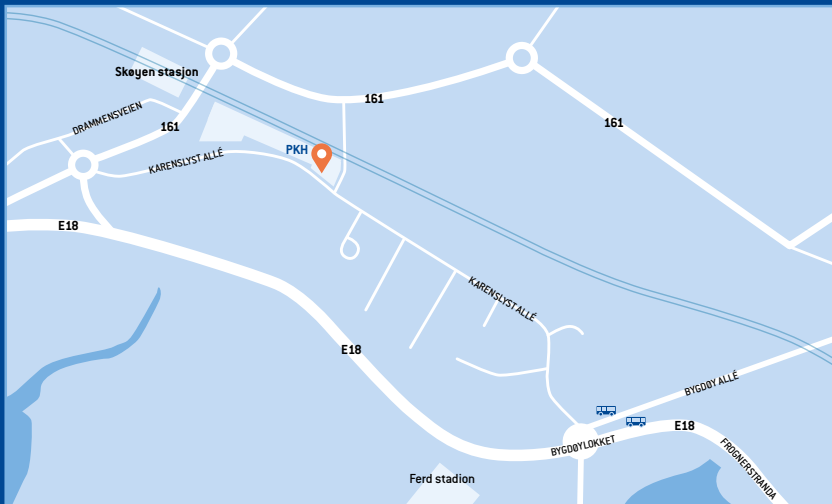
Bildet viser inngangspartiet til Karenslyst allé 49 hvor PKH holder til i 4. etasje.



Følge oss på Facebook:  
[@pensjonskassen](https://www.facebook.com/pensjonskassen)



Følge oss på LinkedIn:  
Pensjonskassen for helseforetakene i hovedstadsområdet



Kart som viser hvor på Skøyen PKH holder til i forhold til bussholdeplasser og togstasjon.

**PKH** Pensjonskassen  
for helseforetakene  
i hovedstadsområdet

Telefon: 22 42 50 00 | E-post: [pensjon@pkh.no](mailto:pensjon@pkh.no) | Adresse: Karenslyst allé 49, 0279 Oslo  
[www.pkh.no](http://www.pkh.no)