

Uddybning af forudsætninger for beregning af forsikringer og pension i din pensionsordning

Fleksion – pensioneret – opdateret pr. 27.02.2026¹

Her kan du læse mere om de forudsætninger, der ligger til grund for beregningen af de udbetalinger, du kan se på blandt andet din Dækningsoversigt og på Min Pension på pensam.dk.

Du skal være opmærksom på, at de udbetalinger, du ser, **kan ændre sig**, hvis de forudsætninger, som udbetalingerne er baseret på, ændrer sig. Det gælder også, når en løbende udbetaling er påbegyndt.

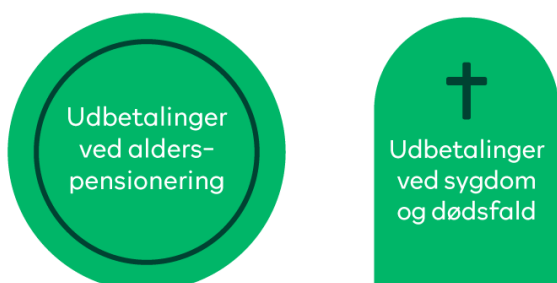
Alle beløb skal du derfor betragte som **et øjebliksbillede**. Du kan se, hvad du kan få udbetalt her og nu, eller hvad vi *forventer* du kan få udbetalt på et senere tidspunkt, hvis forudsætningerne - som de ser ud lige nu - ikke ændrer sig i mellemtiden.

Formålet med oplysningerne i dette dokument er derfor at give dig indblik i, hvilke forudsætninger og sammenhænge, der er grundlaget for dine nuværende eller forventede udbetalinger, så du har en fornemmelse af, hvilke typer ændringer der kan føre til, at udbetalinger fra din pensionsordning kan **ændre sig** eller helt **bortfalde**.

Ved hvert årsskifte sker der typisk regulering, opdatering og fastsættelse af en række satser, som kan påvirke din udbetaling af pension. Det drejer sig om for eksempel kontorente, prognoserenter, satser for særlig bonus og almindelig bonusanvendelse, som du kan læse mere om på de følgende sider. Ved seneste årsskifte 2025/26 var den generelle effekt af disse justeringer, at den samlede udbetaling blev forhøjet.

Din pension er et fællesskab

Din pensionsordning indeholder helt overordnet to elementer – udbetalinger du kan få ved pensionsalderen, og udbetalinger hvis du rammes af sygdom eller mister livet inden pensionsalderen.



Indbetaling til en pensionsordning er ikke ligesom at sætte penge ind på en opsparing på en bankkonto. I din pensionsordning har du indbetalt til et fællesskab, hvor du og de andre medlemmer af pensionsordningen sikrer hinanden gennem forsikringer. Det sikrer, at alle kan få udbetalt alderspension så længe man lever, uanset hvor gammel den enkelte bliver. Og det sikrer udbetaling til dem der bliver ramt af sygdom eller mister livet i en tidlig alder.

Der er de penge i fællesskabet, som du og de andre medlemmer har indbetalt. Det betyder, at der er en sammenhæng mellem, hvad der bliver udbetalt fra forsikringer ved sygdom og dødsfald, og hvad der kan udbetales ved alderspension. Derfor har det betydning for, hvad *du* og de andre medlemmer kan få udbetalt, hvad der generelt sker omkring udbetalinger til alle medlemmer.

¹ Hvis du kommer ind på dette dokument via link fra et brev, som du har modtaget for et stykke tid siden, skal du være opmærksom på, at du skal anvende den udgave af dokumentet, som var gældende på det tidspunkt, hvor du modtog brevet. Du kan ved at trykke på linket pensam.dk/info_fleksion_pensionist finde tidligere versioner af dette dokument.

► **Det har betydning, hvor mange der bliver syge og skal have en udbetaling ved sygdom**

Fordi der er sammenhæng mellem elementerne i pensionsordningen, har det betydning for størrelsen af alderspensionen, hvor store forsikringsdækningerne er, og hvor mange der rent faktisk bliver syge eller mister livet og får penge udbetalt.

► **Det har betydning, hvor længe medlemmerne i pensionsordningen i gennemsnit lever**

Fordi udbetalingen af alderspension er livsvarig for alle medlemmer, skal vi sikre, at der er penge nok til, at alle medlemmer kan få udbetalt pension så længe, de lever. Derfor har det betydning, hvor længe alle medlemmer lever i gennemsnit. På pensam.dk/livsvarigpension kan du se en film, der forklarer, hvordan vi sikrer, at alle kan få pension resten af livet, uanset hvor gamle de bliver.

Herudover har en række andre forhold betydning:

Det har betydning, hvis du ikke længere indbetaler til din pension

Vedrørende forsikringer:

Forsikringerne i pensionsordningen har du betalt for løbende, mens du indbetalte – ligesom når du betaler for en indboforsikring eller en bilforsikring. Det vil sige, at du kun var dækket af forsikringerne så længe, du indbetalte til pensionsordningen. Når du ikke indbetaler, har du som hovedregel ikke nogen forsikringsdækning.

Dog er det sådan, at du i nogle tilfælde kan være dækket af forsikringerne i et år efter, at din indbetaling stoppede, hvis ikke aldersgrænsen for, hvornår forsikringen udløber indtræffer forinden. Er du gået på pension for nylig, skal du især være opmærksom på, at den forsikringsdækning, du ser, vil ændre sig, når der er gået et år efter, at din indbetaling stoppede.

En undtagelse er Gruppelivssummen. Hvis du har den dækning, efter at du er gået på pension, beholder du dækningen, indtil du når din folkepensionsalder.

Vedrørende alderspension:

Hvis du skulle begynde at indbetale til din pension igen, efter at du er gået på pension, vil størrelsen af din udbetaling af pension blive reguleret én gang om året, hvor der bliver taget højde for, at du har indbetalt mere.

► **Det har betydning, hvad du får i årlig forrentning**

Den årlige forrentning af din pension har stor betydning for din forventede udbetaling af alderspension.

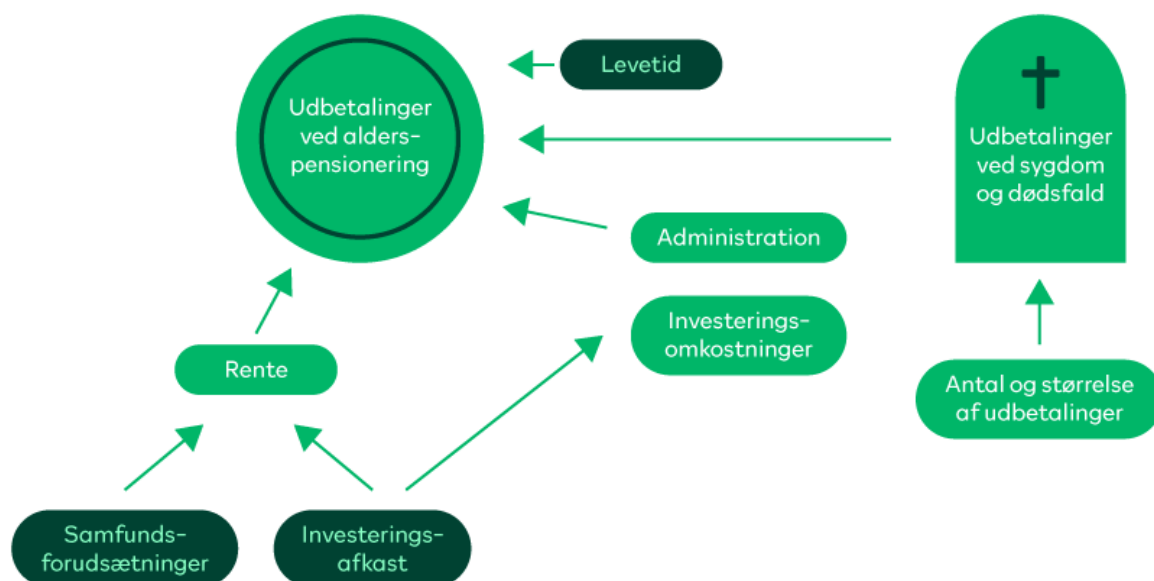
Din pension i PenSam er med gennemsnitsrente. Det vil sige, at du ikke får de årlige investeringsafkast direkte tilskrevet til din pension. Vi sørger for at udjævne investeringsresultaterne opnået gennem flere år, så du får tilskrevet en rente, der er baseret på et gennemsnit af investeringsresultater over flere år. Formålet er så vidt muligt at sikre stabilitet i udbetalingen af din pension ved at vi i år med gode afkast sørger for at opbygge en stødpude (udjævningsbuffer – jf. bilag B), vi kan trække på i år med mindre gode afkast.

I bilag A kan du læse om, hvilken rente vi på forhånd har indregnet i din pension, og hvilken betydning denne forudsætning har.

► **Det har betydning, hvor store omkostningerne er**

Du betaler for at få administreret og investeret din pension. Det har betydning for størrelsen af din pension, hvor store omkostningerne er. Administrationen betaler du direkte for hver måned. Investeringsomkostningerne betaler du indirekte ved, at disse omkostninger bliver trukket fra i investeringsafkastet, inden du får tilskrevet en rente på din pension. Du kan se et overblik over de samlede omkostninger i opgørelse af ÅOK og ÅOP på dit årlige pensionsoverblik eller ved at logge på Min Pension.

Her kan du se et overblik over de vigtigste forudsætninger – og hvordan de påvirker din pension



Din pension kan blive reguleret – hvis forudsætningerne ændrer sig

Som vi skrev i indledningen, kan ændringer i forudsætningerne føre til regulering af størrelsen af din pension, herunder også regulering af "Værdien af din pensionsordning". Helt overordnet kan der ske:

- Regulering i forbindelse med det regnskabsmæssige årsresultat
- Regulering på grund af ændringer i beregningsgrundlag
- Ændringer på grund af ændring af betingelser

Du kan læse nærmere om dette i Bilag B.

Du skal i den forbindelse være klar over, at vi i din "forventede udbetaling" har indregnet en forventning om, at der hvert år vil være overskud på det regnskabsmæssige resultat.

Alderspension, der endnu ikke er under udbetaling, er en "forventet udbetaling", hvor vi viser din købekraft

Er du endnu ikke påbegyndt udbetaling af alderspension, for eksempel fordi du er på førtidspension, eller kigger du på din fremtidige forventede udbetaling af alderspension inde på Min Pension, skal du være opmærksom på følgende:

- En lille del af beløbet, vi viser dig som "forventet udbetaling", stammer fra såkaldt "særlige bonushensættelser". Det er ufordelte reserver, som kan falde og stige i forhold til, hvordan årets resultat i pensionsselskabet udvikler sig. Der gælder derfor anderledes vilkår for denne del af din udbetaling, end for resten af udbetalingen, da denne del år for år kan ændre sig direkte afhængigt af selskabets årlige økonomiske resultater. For denne del af din udbetaling er der altså ikke tale om en udjævning af de enkelte års resultater.

Du kan læse mere om dette, herunder foretage en vejledende beregning af størrelsen af de "særlige bonushensættelser" på pensam.dk/pension/saadan-investerer-vi/kontorente/bonushensaettelser/pensam-pension-flektion.

- Den "forventede" udbetaling viser **købekraften** af den udbetaling, du vil få. Det viser altså, hvad din udbetaling vil være værd, hvis priserne på alting er som i dag. På den måde kan du sammenligne størrelsen af pensionen med priserne og din indkomst i dag. Du kan læse mere om købekraft på pensam.dk/kobekraft.

Når du er gået på pension, får du ikke længere vist værdien af din pensionsordning

Du får ikke længere oplysning om "værdien af din pensionsordning", når først du er gået på pension, og størrelsen af din udbetaling er beregnet. Det skyldes, at værdien af din pensionsordning ikke længere er en meningsfuld oplysning, fordi fællesskabet i pensionsordningen betyder, at din udbetaling vil fortsætte, uanset om udbetalingerne på et tidspunkt overstiger den værdi, der var grundlaget for beregning af din pension.

Som pensioneret får du fortsat årlige oplysninger om

- Rente
- Omkostninger
- Indbetalinger (hvis der er nogen)

Disse poster kan være årsag til, at der sker ændringer i størrelsen af din udbetaling (Se mere om dette i bilag B). Ændringer af din udbetaling kan også skyldes ændringer i de forudsætninger, der bestemmer, hvordan din udbetaling bliver beregnet – det kan for eksempel være længere levetid.

Hvis forudsætningerne for beregningen af din pension skulle ændre sig drastisk og/eller de finansielle markeder pludseligt skulle bryde helt sammen, kan det i værste fald betyde en markant nedskrivning af din pensionsudbetaling svarende til effekten af dette.

Vedrørende oplysning om pensionsafkastskat

På pensionsoverblikket får du oplyst det beløb, der er betalt i pensionsafkastskat af den rente, du har fået tilskrevet din pension i årets løb. Herudover har vi til Skattestyrelsen indberettet pensionsafkastskat i forbindelse med regulering af størrelsen af de særlige bonushensættelser. De særlige bonushensættelser er et tillæg, du kan få udbetalt sammen med din pension.

Pensionsafkastskat påvirker ikke din årsopgørelse fra Skattestyrelsen.

Forsikringsbetingelser

De senest opdaterede betingelser for Fleksion, som også indeholder reglerne for udbetaling, finder du ved at logge ind på pensam.dk/min-pension.

Det fremgår af betingelserne, at vi har adgang til at ændre dem. Det kan for eksempel skyldes ændrede lovregler. I nogle tilfælde kan det medføre ændringer i udbetalingen. Det kan du læse mere om i bilag B.

Bilag A: Vi har indregnet en forventet rente på forhånd ved beregningen af din udbetaling

Da vi udregnede størrelsen af din alderspension, anvendte vi et **skøn** for, hvilken forrentning du år for år kan få på din pension ud i fremtiden. Ved på forhånd at indregne en forventet rente i fremtiden, var det nemlig muligt at beregne en højere udbetaling fra starten af.

Vi ved naturligvis ikke præcis, hvilken rente du kan få mange år ud i fremtiden. Det afhænger blandt andet af de årlige investeringsafkast, som igen afhænger af udviklingen på de finansielle markeder. Ved beregning af din udbetaling har vi anvendt nedenstående forventede rente.

På lang sigt har vi forventet at kunne give dig en forrentning på 4,80% om året efter pensionsafkastskat. Dog anvender vi for perioden 2026-2036 nedenstående årlige renter, når vi beregner din forventede pension:

2026	6,78%	2032-36	5,30%
2027-30	5,08%		
2031	4,48%		

De ovenfor viste renteforudsætninger er baseret på vores fastlagte investeringsstrategi og vores forventninger til afkast og renteudvikling på langt sigt, samt vores forventninger til udvikling i fremtidige indbetalinger.

I den forbindelse indgår de samfundsforudsætninger til brug for udarbejdelse af pensionsfremskrivninger (prognoser), som Finanssektorens brancheforeninger Forsikring & Pension samt Finansrådet fastsætter hvert år til brug for hele pensionsbranchen. Disse samfundsforudsætninger vedrører den forventede udvikling i investeringsafkastet.

Størrelsen af den forventede rente på din pension ligger inden for disse samfundsforudsætninger.

Sker der ændringer i disse udmeldte samfundsforudsætninger, vil det derfor også kunne medføre ændringer i størrelsen af din udbetaling eller muligheden for at regulere din udbetaling.

Når vi anvender de ovenstående renteforudsætninger, medfører det, at din udbetaling af pension er højere, end hvis udbetalingen var blevet beregnet på de renteforudsætninger, som indgår i beregningsgrundlaget for din pensionsordning, hvor renteforudsætningen er på 3% for hele perioden.

Vær opmærksom på, at du på Min Pension har mulighed for at logge ind og se, hvordan det vil påvirke størrelsen af din udbetaling fremover, hvis investeringsafkastet og dermed renten på din pension bliver højere eller lavere, end vi forventer.

Samme sted på Min Pension har du også mulighed for at se den forventede udvikling i din fremtidige udbetaling af pension. Du skal være opmærksom på, at du her ser købekraften af din fremtidige udbetaling. Det vil sige, at du kan se, hvad din udbetaling vil være værd i fremtiden, ved at sammenligne den med priserne i dag. Den fremtidige udbetaling vist som købekraft, angiver altså ikke det faktiske beløb, du får udbetalt, men hvad udbetalingen vil være værd for dig. Du kan læse mere om købekraft på pensam.dk/kobekraft.

Bilag B: Sådan kan din pension blive reguleret, hvis forudsætningerne ændrer sig

Din forventede udbetaling kan blive reguleret, hvis forudsætningerne for beregningen af udbetalingen ændrer sig.

Her kan du læse mere detaljeret om, hvordan og hvornår en sådan regulering kan finde sted.

➤ Regulering i forbindelse med det regnskabsmæssige årsresultat

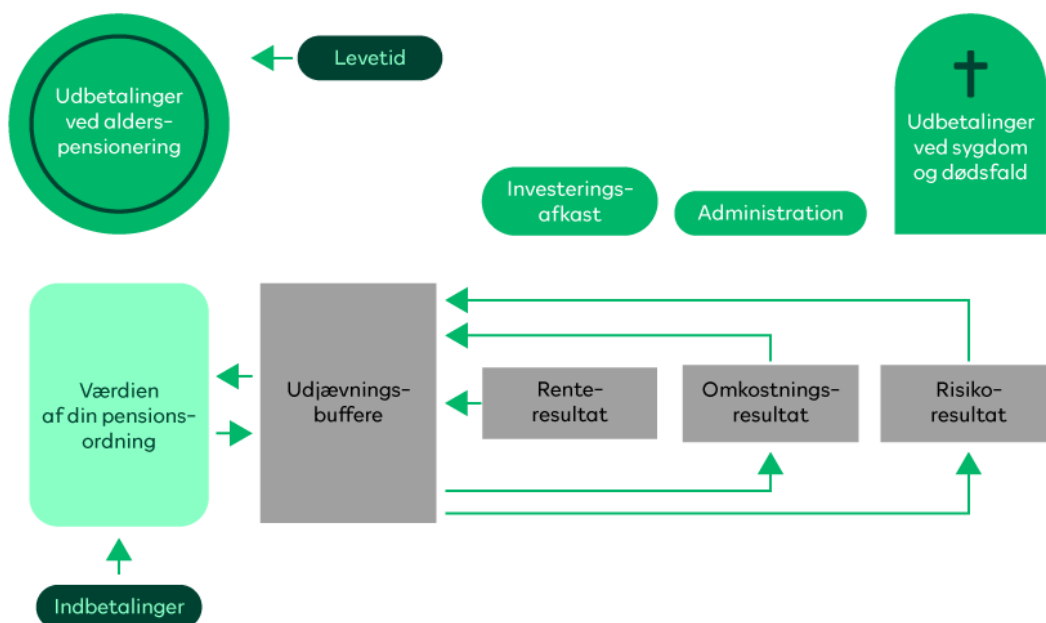
Vi opgør hvert år - i forbindelse med det regnskabsmæssige årsresultat - om der er overskud eller underskud på alle de forudsætninger, din pension bliver beregnet ud fra (se ovenfor). Opgørelsen sker inden for hver af de såkaldte kontributionsgrupper, som du tilhører og som du kan se på dit pensionsoverblik.

Hvis der er tale om et overskud, bliver det lagt til din pensionsordning via den overskudsfordeling, du får, så der kan være mulighed for regulering af din udbetaling. Hvis der er underskud på et element, kan det reducere den tilskrivning, du får, eller blive trukket fra din pensionsordning - og så vil din udbetaling kunne blive mindre.

Overskud eller underskud på alle de nævnte forudsætninger kan derfor have betydning for udviklingen i din udbetaling. Ændringer kan dog ske med forsinkelse på grund af den udjævningsbuffer, der er indbygget i pension med gennemsnitsrente for at tilstræbe stabilitet i udviklingen af pensionen.

Bemærk desuden, at der i din udbetalte pension indgår udbetaling fra "særlige bonushensættelser". Særlige bonushensættelser er ufordelte reserver, som kan falde og stige i forhold til, hvordan årets resultat i pensionsselskabet udvikler sig. Der gælder derfor anderledes vilkår for denne del af din udbetaling, end for resten af udbetalingen, da denne del kan ændre sig direkte afhængigt af selskabets årlige økonomiske resultater, da der i forhold til denne del af pensionen ikke er nogen udjævningsbuffer.

Figur: Regulering af "værdien af din pensionsordning" på baggrund af årsresultatet



Note: Figuren er en forsimplet fremstilling.

Det har også betydning for reguleringen af din udbetaling, at din pension er et gennemsnitsrenteprodukt. Det betyder, at der bliver opbygget en stødpude ("udjævningsbuffer") med kapital fra år med overskud. Denne stødpude bruges til at dække, hvis der i andre år opstår mindre underskud. Det er derfor kun, hvis denne stødpude er for lille, at det kan blive aktuelt at fratrække underskud, så det påvirker din pension.

Samtidig er det sådan, at forudsætninger for din udbetaling, der indgår i beregningsgrundlaget, er fastsat lidt til den forsigtige side for at kunne opbygge en buffer, der gør det muligt at stabilisere udviklingen i den forventede udbetaling. Det vil sige, at der i grundforudsætningerne er indbygget en forventning om, at det som regel vil gå lidt bedre end forudsat, og det bidrager til at skabe stabilitet omkring din udbetaling.

Når først udbetalingen af din pension er gået i gang, gør vi dermed alt, hvad vi kan, for at undgå, at udbetalingen skal blive sat ned.

I helt særlige tilfælde, for eksempel hvis de finansielle markeder pludseligt skulle bryde sammen, eller hvis antallet af udbetalinger af forsikringer pludselig stiger markant, vil en regulering ikke kunne afvente årsskiftet men det kan blive nødvendigt at fratrække underskud straks, så det påvirker værdien af din pension og din forventede udbetaling med det samme. Eller det kan blive nødvendigt hurtigt at indføre ændringer i størrelsen af forsikringsdækninger eller prisen for dem.

➤ **Regulering på grund af ændringer i beregningsgrundlag**

Er der tale om ændring af forudsætninger af mere vedvarende og grundlæggende karakter, som for eksempel forventning om længere levetid end tidligere forudset, kan det føre til beslutning om, at det er nødvendigt at ændre på hele grundlaget for beregning af pension i pensionsordningen. Det er beskrevet i forsikringsbetingelserne for Fleksion under punkt 2.5. hvornår det kan ske.

En sådan ændring i beregningsgrundlaget kan betyde, at den forventede udbetaling ændrer sig hos alle medlemmer af pensionsordningen, også selv om værdien af den enkeltes pension er uændret. For eksempel kan sådan en ændring betyde, at hvis "værdien af din pensionsordning" er på for eksempel 500.000 kr., så kan størrelsen af den månedlige pension, du kan få fra din pension for disse penge resten af livet blive højere eller lavere, hvis der ændres på beregningsgrundlaget.

Vi følger løbende – og mindst én gang om året – op på, om der er behov for at opdatere beregningsgrundlaget. Finanstilsynet skal kende det beregningsgrundlag, vi anvender, og de skal have besked, når vi ændrer i det.

Som medlem får du besked, når der sker ændringer i beregningsgrundlaget, som påvirker dine udbetalinger i væsentlig grad.

➤ **Ændringer på grund af ændring af betingelser**

Betingelserne for din pensionsordning fastlægger de rettigheder, du har i pensionsordningen.

Det fremgår af betingelserne punkt 1.6, hvornår og på hvilke vilkår PenSam har adgang til at ændre i betingelserne.

Eksempelvis kan der ske ændring i betingelserne, hvis Medlemsforum (PenSams medlemsdemokrati) har ønsket til ændringer af dækninger eller produkter, som herefter bliver vedtaget af bestyrelsen. Eller der kan for eksempel være tale om ændringer, der er afledt af ny lovgivning.

På baggrund af ændringer i betingelser for pensionsordningen kan pension og forsikringer i din pensionsordning ændre sig eller helt bortfalde. Det gælder også for pension og forsikringer, du allerede har betalt til.

I betingelser for Fleksion kan du læse mere om dette (se særligt punkt 1.6, 2.5 og 2.6).

Bilag C: Hvis du er på førtidspension:

Uddybende oplysninger om hvad "forventet udbetaling" ved alderspension er udtryk for

Den "**forventede udbetaling**" er en prognose, som er et udtryk for, hvad vi her og nu vurderer, at det er mest sandsynligt, at du vil kunne få udbetalt. Den forventede udbetaling er baseret på både grundforudsætninger og supplerende forudsætninger.

Grundforudsætningerne der findes i det, der hedder "beregningsgrundlaget" for din pension. Et eksempel på en sådan grundforudsætning er, hvor længe vi lever.

De forudsætninger, der indgår i beregningsgrundlaget, er fastsat lidt til den forsigtige side for at kunne opbygge en buffer, der gør det muligt at stabilisere udviklingen i udbetalingen for så vidt muligt at undgå at nedsætte udbetalingen. Det vil sige, at der i grundforudsætningerne er indbygget en forventning om, at det som regel vil gå lidt bedre end forudsat, og at det derfor øger sandsynligheden for, at vi kan undgå at nedsætte udbetalingen. Der er dog ikke tale om nogen garanti for uændret udbetaling,

Herudover anvender vi ved beregning af din forventede pension en række **supplerende forudsætninger**, der i højere grad er baseret på en aktuel vurdering, og som bygger ovenpå eller supplerer grundforudsætningerne – og altså indregner det overskud, der forventes at kunne være, fordi grundforudsætningerne er fastsat til den forsigtige side.

Et eksempel på en supplerende forudsætning er, hvis vi her og nu vurderer, at du kan få en lidt højere rente på din pension, end den rente der indgår i grundforudsætningerne – jf. Bilag A.

Desuden indgår udbetaling fra "særlige bonushensættelser" i beløbet, du ser som "forventet udbetaling". Særlige bonushensættelser er ufordelte reserver, som kan falde og stige i forhold til, hvordan årets resultat i pensionselskabet udvikler sig. Der gælder derfor anderledes vilkår for denne del af din udbetaling, end for resten af udbetalingen, da denne del kan ændre sig afhængigt af selskabets årlige økonomiske resultater.

Om ændringer i forudsætningerne

Grundforudsætningerne i beregningsgrundlaget kan godt ændres. Det er beskrevet i forsikringsbetingelserne for Fleksion under punkt 2.5. hvornår det kan ske.

Ændringer i beregningsgrundlaget er generelt et udtryk for, at der er tale om ændring af forudsætninger af mere vedvarende og grundlæggende karakter, som for eksempel hvis medlemmerne af en pensionsordning viser sig at leve i længere tid, end det tidligere er antaget. For eksempel hvis fremkomsten af en ny sygdom (jf. corona) eller ny medicin, der kan kurere en sygdom, mange dør af, påvirker levetiden.

Vi følger løbende – og mindst én gang om året – op på, om der er behov for at opdatere beregningsgrundlaget. Finanstilsynet skal kende det beregningsgrundlag, vi anvender, og de skal have besked, når vi ændrer i det. Som medlem får du besked, når der sker ændringer i beregningsgrundlaget, som påvirker dine udbetalinger i væsentlig grad.

De **supplerende forudsætninger** kan uden videre ændres, og det er relativt sandsynligt - og forventeligt - at det vil ske. Et eksempel kan være, at der sker ændringer i den aktuelle vurdering af, hvilke afkast der kan opnås, og dermed hvilken rente det eventuelt vil være muligt at give dig på pensionen fremover *udover* den forventede rente, som indgår i beregningsgrundlaget for din pension.

Eksempelvis bliver der hvert år fastsat nogle fælles samfundsforudsætninger for hele pensionsbranchen, som har betydning for den aktuelle vurdering af udvikling i investeringsafkast fremover – jf. Bilag A.

Såvel ændringer i beregningsgrundlaget (grundforudsætningerne) som ændringer i de supplerende forudsætninger vil kunne påvirke størrelsen af din forventede alderspension.