



# Att tänka på inför din pensionering

Du närmar dig livet efter arbetslivet – du ska bli pensionär. Oavsett om du ser fram emot det eller inte, innebär det en stor omställning. För att underlätta övergången har vi sammanställt en checklista med några praktiska frågor som du bör tänka igenom gällande din pension.

## BÖR JAG SE ÖVER SPARANDET INFÖR PENSIONERINGEN?

Ja, du bör inte ha hög risk på ditt sparande när du närmar dig pensionering. En tumregel är att inte ha mer än en fjärdedel av sitt sparande i aktier när man går i pension.

## NÄR HAR JAG RÄTT ATT BÖRJA TA UT ALLMÄN PENSION?

Du kan tidigast ta ut din allmänna pension, helt eller delvis, från 63 års ålder. Du kan arbeta samtidigt som du tar ut allmän pension.

Är du född 1963 eller senare kommer du att kunna starta utbetalning av allmän pension från 64 års ålder.

## NÄR HAR JAG RÄTT ATT BÖRJA TA UT TJÄNSTEPENSION?

Tjänstepension kan du ta ut när ditt pensionsavtal medger det. Har du arbetat inom flera områden kan du ha fler än en tjänstepension.

## VAD HÄNDER OM JAG FORTSÄTTER ARBETA EFTER 65?

Så länge du arbetar så tjänar du in till allmän pension. Om du väntar med att ta ut allmän pension får du mer i pension för varje år du väljer att skjuta upp pensionsuttaget. Om du fortsätter arbeta så får du dessutom från det år du fyller 66 år både ett förhöjt jobbskatteavdrag och ett förhöjt grundavdrag på din lön.

## HUR MYCKET SKA JAG TA UT MED HÄNSYN TILL SKATTEN?

På Skatteverkets hemsida ser du hur skatten påverkas beroende på hur stor pension du planerar att ta ut. Brytpunkten för 20 % statlig inkomstskatt går vid en årsinkomst på 643 100 kr för dig under 66 år. Om du har fyllt 66 vid årets ingång är brytpunkten 733 200 kr. Brytpunkterna avser inkomståret 2025.

Från och med det år du fyller 67 år får du ett förhöjt grundavdrag som sänker skatten på dina pensionsutbetalningar.

Ovan gäller för dig som är född 1957-1959. Du som är född 1960 får det förhöjda grundavdraget från januari det år du ska fylla 68.

## VEM KONTAKTAR JAG FÖR ATT FÅ MINA UTBETALNINGAR?

När du vill börja ta ut din allmänna pension ska du kontakta Pensionsmyndigheten och skicka din ansökan senast tre månader innan du vill ha din första utbetalning. Från dina försäkringsbolag kommer en ansökan om pension hem till dig automatiskt omkring några månader innan du uppnår pensionsålder.

## KOMMER MIN PENSION ATT RÄCKA LIVET UT?

Konsumentverket beräknar att vi är pensionärer ungefär en femtedel av våra liv. Du kan göra en budget för ditt liv som pensionär på Konsumentverkets hemsida. På minPensions hemsida kan du se din intjänade pension och göra beräkningar på olika uttag av din pension.

## KAN JAG GÖRA UPPEHÅLL I MIN PENSION?

Det går att göra uppehåll i utbetalning av den allmänna pensionen och återuppta den senare.

Från 2025-01-01 införs flexiblare regler gällande utbetalning av tjänstepension, det innebär att det blir möjligt att pausa utbetalningen från en tjänstepensionsförsäkring under de första fem utbetalningsåren.

Vi kommer under början av året (2025) titta på möjligheten att erbjuda våra försäkrade att göra uppehåll i en påbörjad pensionsutbetalning.

## VILKEN ÄR DEN KORTASTE UTBETALNINGSTIDEN?

För tjänstepension och privat pension är kortaste utbetalningstid generellt 5 år och utbetalningen får starta tidigast månaden efter du har fyllt 55 år. Om utbetalningen slutar den månad du fyller 65 år kan din utbetalning för privat pension vara kortast 3 år. Kortast utbetalningstid för de tjänstepensioner VFF Pension betalar ut är 5 år.

## HUR ÄR DET MED ÅTERBETALNINGSSKYDDET?

Om du har försäkringar med återbetalningsskydd kommer dina förmånstagare att få dina pengar om du avlider innan hela din pension hunnit betalas ut. Efter att utbetalning har påbörjats går det inte att lägga till eller ta bort återbetalningsskyddet. Du kan dock ändra ordningsföljden på dina förmånstagare efter att utbetalningen har påbörjats.

Om du har pensionssparande utan återbetalningsskydd kan det vara bra att ta ut det före pensionssparande med återbetalningsskydd. Om du inte har återbetalningsskydd får du mer i pension.

## VAD HÄNDER MED MIN A-KASSA VID PENSIONSUTTAG?

A-kassan samordnas vid uttag av allmän pension och tjänstepension. Detta betyder att din A-kassa minskar med det belopp du får i pension. Någon samordning görs däremot inte med eventuella privata pensionsförsäkringar.

## ÄR JAG BERÄTTIGAD TILL EKONOMISKT STÖD?

För att få rätt till bostadstillägg måste du ta ut hela din allmänna pension inklusive premiepensionen. Det spelar ingen roll om du hyr eller äger din bostad.

På Pensionsmyndighetens hemsida kan du läsa mer om bostadstillägg och äldreförsörjningsstöd samt göra beräkningar för att se om du har rätt till bostadstillägg.

## VAD HÄNDER OM JAG FLYTTAR UTOMLANDS?

Funderar du på att flytta utomlands, tänk på att du inte har rätt att få garantipension om du bor utomlands.

Om du inte har en väsentlig anknytning till Sverige är skatten 25 % (SINK) eller lägre om Sverige har en överenskommelse med landet du funderar på att flytta till.

## HUR FÅR JAG SVAR PÅ ÖVRIGA FRÅGOR OM MIN PENSION?

Kontakta någon av våra försäkringsadministratörer genom att ringa 031-66 12 10. Kontakta även dina övriga försäkringsgivare.

## MER INFORMATION

Pensionsmyndighetens hemsida; [www.pensionsmyndigheten.se](http://www.pensionsmyndigheten.se)  
minPensions hemsida; [www.minpension.se](http://www.minpension.se)  
Konsumentverkets hemsida; [www.konsumentverket.se/for-konsument/](http://www.konsumentverket.se/for-konsument/)