



**hkp**

HAUGESUND KOMMUNALE  
PENSJONSKASSE

## Pensjon til deg født fra 1963

Pål M. L. Ørstavik // 27.11.2025



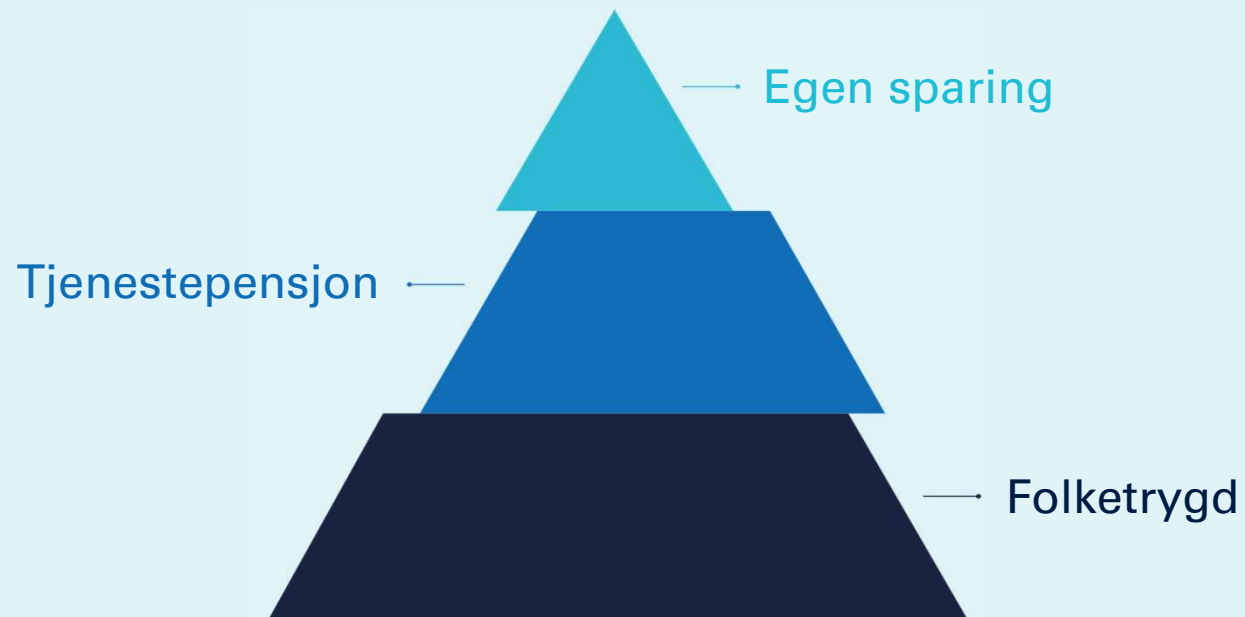
---

[www.h-k-p.no](http://www.h-k-p.no)

# 45 minutter om pensjon

1. Vi må si litt om regelverket...
2. Hvor mye får jeg i pensjon? Vi ser litt på kalkulatoren
3. Lurer du på noe? Nå kan du stille spørsmål
4. Ofte stilte spørsmål - vi forsøker å gi deg noen svar (hvis vi får tid)

# Pensjonspyramiden



# Nettsiden: norskpensjon.no



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?



# Nettsiden: norskpensjon.no

Beregn pensjon

Pensjon fra staten

Folketrygden [Les mer](#)

Alderspensjon – Folketrygden

[Se detaljer hos NAV](#)

Pensjon fra arbeidsgiver

Tjenestepensjon [Les mer](#)

| Arbeidsgiver | Pensjonsleverandør                | Produktbetegnelse         | Avtalenummer |
|--------------|-----------------------------------|---------------------------|--------------|
|              | Haugesund kommunale pensjonskasse | Offentlig tjenestepensjon | 5503         |

[Se detaljer](#)

| Arbeidsgiver | Pensjonsleverandør    | Produktbetegnelse         | Avtalenummer          |
|--------------|-----------------------|---------------------------|-----------------------|
|              | Statens pensjonskasse | Offentlig tjenestepensjon | STATENS PENSJONSKASSE |

[Se detaljer](#)

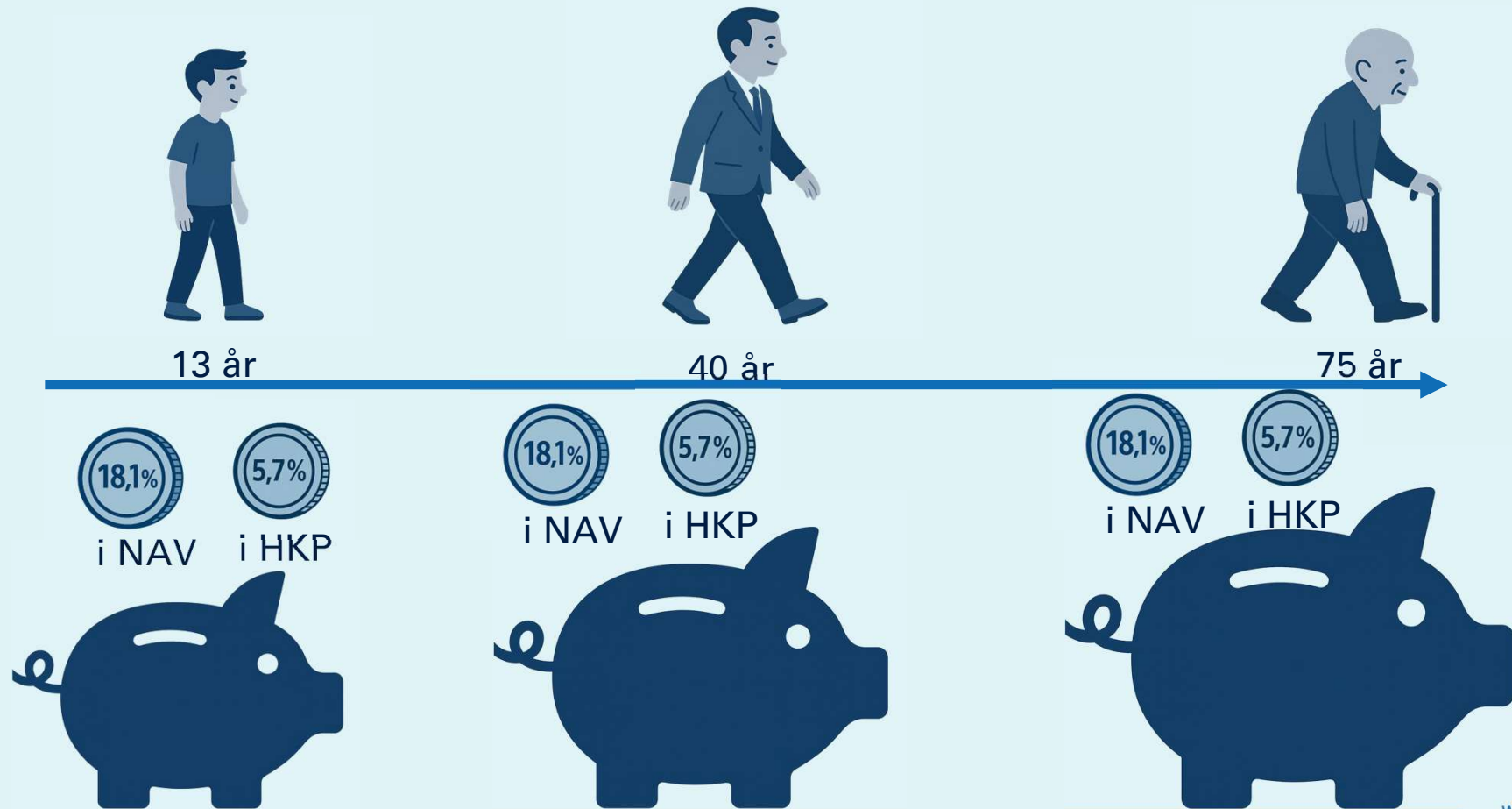
# Overføringsavtalen



Den siste offentlige ordningen du er medlem av når du går av med pensjon, utbetaler pensjon basert på samlet opptjening i  
**ALLE offentlige ordninger**

# Pensjonsregler i NAV og HKP

# Sparing til pensjon (opptjening NAV + HKP)



# Beregning av pensjon (NAV)

Født i 1963  
Pensjon fra 64 år



Pensjonist i  
18 år



Forventet  
levealder  
82 år



Beholdning  
4,2 mill



Årlig pensjon  
225 685 kr (før skatt)

# Beregning av pensjon (NAV)

Født i 1963  
Pensjon fra 67 år



Pensjonist i  
16 år



Forventet  
levealder  
83 år



Beholdning  
4,5 mill



Årlig pensjon  
278 121 kr (før skatt)

# Hvilke pensjoner får du fra Nav og HKP?



- Alderspensjon fra NAV
  - «Hovedinntekt» som pensjonist
- Alderspensjon fra HKP
  - Påslagspensjon: «nye regler – fra 2020»
  - Oppsatt alderspensjon: «gamle regler – til og med 2019»
    - Overgangstillegg (mellom 62-67 år hvis du slutter i jobben)
- AFP fra HKP
  - Livsvarig tillegg
- Tidligpensjon og særalder fra HKP
  - Tidligpensjon;
    - Aldersgrense 65 år: 1963-1964
    - Aldersgrense 60 år: 1963-1969
  - Særalderspåslag
    - 5,8 % av «lønn» for de med 65 årsgrense
    - 7,7 % av «lønn» for de med 60 årsgrense
    - Ikke endelig vedtatt...

# Uttak av pensjon



- Uttak tidligst fra 62 år \*
  - Trenger ikke slutte i jobben \*\*
  - Pensjonene varer livet ut \*\*
- 
- \* Kommer noe nytt: «normert pensjonsalder». Skulle egentlig gjelde for de født fra 1964, men blir nok tidligst for de født fra 1965
  - \*\* Gjelder ikke dersom du kan ta ut «tidligpensjon»

# AFP fra HKP



- To sett med vilkår
  - Oppfylt ved 62 år
    - Ansatt i 7 av 9 siste år hos arbeidsgiver med AFP-avtale
    - Du kan ikke hatt annen inntekt i de samme 7 av 9 siste årene som er høyere enn inntekten i hovedarbeidsforholdet.
    - Du kan ikke motta uføretrygd etter fylte 62 år.
    - Unntaksregler for årskullene 1963-1966.
  - Oppfylt ved uttak
    - Du må ha jobbet hos en arbeidsgiver med offentlig AFP i de tre siste årene før du starter å ta ut AFP (minst 20 % stilling).
    - Din årlige pensjonsgivende inntekt må være høyere enn grunnbeløpet i folketrygden (G) på tidspunktet du vil ta ut AFP.

# Introduksjon til kalkulator, og eksempler

## Medlemsportal

### Velkommen til medlemsportalen

I denne portalen kan du se opplysningene pensjonskassen har registrert på deg. Opplysningene er registrert på bakgrunn av meldinger fra arbeidsgiver

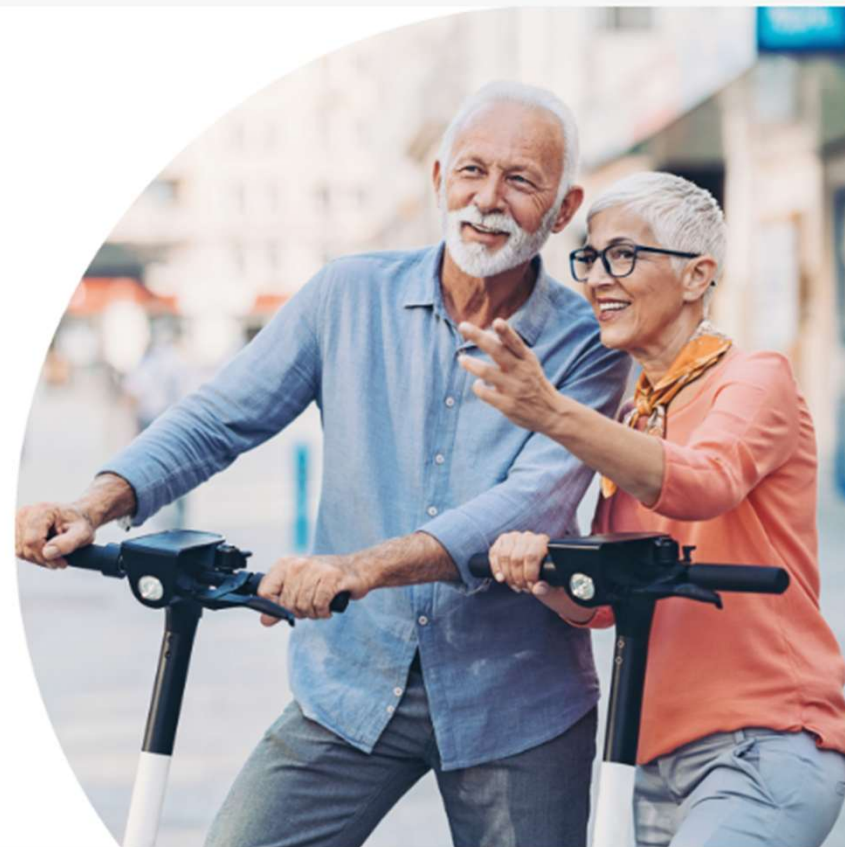
På **Min oversikt** vil du kunne se dine personalia og stillingshistorikk. Herfra kan du også sende inn søknad om pensjon.

Via **Pensjonskalkulatoren** kan du foreta en beregning av din fremtidige pensjon.

Under **Mine søknader** vil du få oversikt over søknader du har sendt inn, og se status på behandlingen, eller sende inn en søknad om pensjon.

**Innboks** er din elektroniske postkasse. Her vil du finne alle elektroniske brev pensjonskassen har sendt deg.

Menyen finner du oppe i høyre hjørne.



## Pensjonskalkulator

Her kan du beregne estimert fremtidig alderspensjon.

Først skal du fylle ut når du ønsker å gjøre uttak i Nav. Uttaket fra Nav vil ha påvirkning på uttaket i pensjonskassen. Deretter velger du når du vil gjøre uttak fra Haugesund kommunale pensjonskasse

Du vil få en prognose på pensjon ut fra de valg, datoer og verdier du legger inn. Resultatet av beregningen er ikke juridisk bindende.

Les mer om prognosen

### 1 Innhenting av opplysninger

Felter å fylle ut ▼

For å beregne din pensjon, trengs både opplysninger fra Nav og opptjeningstid i andre ordninger. Under kan du samtykke til å innhente disse opplysningene. Opplysningene du henter inn lagres ikke hos pensjonskassen, men benyttes utelukkende til å gjennomføre beregning du blir presentert. Beregningene tar også hensyn til sluttdato for arbeid og inntekt.

☐

Jeg samtykker til innhenting av opplysninger fra Nav og andre offentlige pensjonsordninger.

#### Informasjon til Nav

Antall år i utlandet

0 ▼

Sivilstatus

Velg... ▼

#### Nåværende årsinntekt

Fra offentlig sektor

420 070

Fra privat sektor

0

#### Når skal du slutte å jobbe?

Alder

Velg... ▼

Måned

Velg... ▼

Sluttdato:

# Intro kalkulator

## 1 Innhenting av opplysninger

✓ Ferdig utfyllt

For å beregne din pensjon, trengs både opplysninger fra Nav og opptjeningstid i andre ordninger. Under kan du samtykke til å innhente disse opplysningene. Opplysningene du henter inn lagres ikke hos pensjonskassen, men benyttes utelukkende til å gjennomføre beregning du blir presentert. Beregningene tar også hensyn til sluttdato for arbeid og inntekt.

✓ Jeg samtykker til innhenting av opplysninger fra Nav og andre offentlige pensjonsordninger.

### Informasjon til Nav

|                             |                    |                                                                   |
|-----------------------------|--------------------|-------------------------------------------------------------------|
| <b>Antall år i utlandet</b> | <b>Sivilstatus</b> | <input type="checkbox"/> Ektefelle mottar pensjon fra Nav         |
| 0                           | Gift               | <input checked="" type="checkbox"/> Ektefelle har inntekt over 2G |

|                             |                          |                                    |              |
|-----------------------------|--------------------------|------------------------------------|--------------|
| <b>Nåværende årsinntekt</b> |                          | <b>Når skal du slutte å jobbe?</b> |              |
| <b>Fra offentlig sektor</b> | <b>Fra privat sektor</b> | <b>Alder</b>                       | <b>Måned</b> |
| 420 070                     | 0                        | 67                                 | Mai          |

Sluttdato: 01.05.2030

## 2 Uttak fra Nav

Felter å fylle ut

Du kan ta ut alderspensjon fra og med måneden etter at du fyller 67 år. Hvis du har høy nok opptjening, kan du ta ut pensjon fra du er 62 år. Da får du mindre utbetalt hver måned fordi du fordeler pensjonen din over flere år.

ℹ Ifølge opplysninger fra NAV kan du tidligst ta ut alderspensjon fra 62 år, i desember måned

### Tidspunkt for uttak

|              |              |                   |
|--------------|--------------|-------------------|
| <b>Alder</b> | <b>Måned</b> | <b>Uttaksgrad</b> |
| Velg...      | Velg...      | Velg...           |

Uttaksdato:

**2**

## Uttak fra Nav

✓ Ferdig utfyllt 

Du kan ta ut alderspensjon fra og med måneden etter at du fyller 67 år. Hvis du har høy nok opptjening, kan du ta ut pensjon fra du er 62 år. Da får du mindre utbetalt hver måned fordi du fordeler pensjonen din over flere år.

 Ifølge opplysninger fra NAV kan du tidligst ta ut alderspensjon fra 62 år, i desember måned

### Tidspunkt for uttak

| Alder | Måned | Uttaksgrad |
|-------|-------|------------|
| 63 ▼  | Mai ▼ | 100 ▼      |

Uttaksdato: 01.05.2026

**3**

## Uttak fra pensjonskassen

Felter å fylle ut 

Alderspensjon kan tas ut fleksibelt fra fylte 62 år til 75 år, og pensjonsuttaket gjøres uavhengig av om du velger å opprettholde stillingen din eller ikke. Inntil videre kan du kun simulere helt uttak her, men du kan velge starttidspunkt.

### Tidspunkt for uttak

| Alder       | Måned     | Uttaksgrad |
|-------------|-----------|------------|
| Velg... ▼   | Velg... ▼ | 100        |
| Uttaksdato: |           |            |
| Velg... ▼   | Velg... ▼ | 100        |
| Uttaksdato: |           |            |
| Velg... ▼   | Velg... ▼ | 100        |

Uttaksdato:

Alderspensjon for opptjening før 2020 (opsatt alderspensjon)Alderspensjon for opptjening fra 2020 (påslagspensjon)Avtalefestet pensjon (AFP) / Betinget tjenestepensjon

## 3 Uttak fra pensjonskassen

✓ Ferdig utfyllt

Alderspensjon kan tas ut fleksibelt fra fylte 62 år til 75 år, og pensjonsuttaket gjøres uavhengig av om du velger å opprettholde stillingen din eller ikke. Inntil videre kan du kun simulere helt uttak her, men du kan velge starttidspunkt.

### Tidspunkt for uttak

| Alder                  | Måned | Uttaksgrad |
|------------------------|-------|------------|
| 63                     | Mai   | 100        |
| Uttaksdato: 01.05.2026 |       |            |
| 63                     | Mai   | 100        |
| Uttaksdato: 01.05.2026 |       |            |
| 63                     | Mai   | 100        |

Uttaksdato: 01.05.2026

Alderspensjon for opptjening før 2020 (oppsatt alderspensjon)

Alderspensjon for opptjening fra 2020 (påslagspensjon)

Avtalefestet pensjon (AFP) / Betinget tjenstepensjon

## 4 Pensjonsrettigheter i andre pensjonsordninger

✓ Ferdig utfyllt

Hvis du har opptjening i andre offentlige pensjonsordninger, så er dette også del av grunnlaget for det du vil få i pensjon. For å hente inn denne opptjeningen, trenger vi ditt samtykke. Samtykket gjelder kun for denne ene simuleringen og dataene vil ikke lagres hos oss.

|                       |   |                                                   |
|-----------------------|---|---------------------------------------------------|
| Statens pensjonskasse | ⚠ | Datainnhenting feilet for denne pensjonsordningen |
|-----------------------|---|---------------------------------------------------|

Registrer ekstern opptjening manuelt

Beregn 

# Prognose

Uttak fra pensjonskassen  
01.05.2026 (63 år) - Oppsatt alderspensjon  
01.05.2026 (63 år) - Påslagspensjon  
01.05.2026 (63 år) - AFP/betinget pensjon

Helt uttak fra NAV  
01.05.2026 (63 år)

Oversikten nedenfor viser pensjon du vil motta basert på stillingsopplysninger mottatt fra din arbeidsgiver, din opptjening i Nav samt de valgene du selv har gjort i prognosen. Prognosen viser beløp etter dagens kroneverdi før beskatning. Prognosen er ikke juridisk bindende for pensjonskassen.

Vis som diagram    Vis betinget    Vis årlig

| Fra og med                | Inntekt   | Nav       | Påslagspensjon | Oppsatt alderspensjon | AFP      | Månedlig total |
|---------------------------|-----------|-----------|----------------|-----------------------|----------|----------------|
| 01.05.2026 (63 år)        | 35 010 kr | 17 850 kr | 680 kr         | 980 kr                | 2 660 kr | 57 180 kr      |
| 01.01.2027 (63 år, 8 mnd) | 35 010 kr | 17 920 kr | 680 kr         | 980 kr                | 2 660 kr | 57 250 kr      |
| 01.01.2028 (64 år, 8 mnd) | 35 010 kr | 17 990 kr | 680 kr         | 980 kr                | 2 660 kr | 57 320 kr      |
| 01.01.2029 (65 år, 8 mnd) | 35 010 kr | 18 060 kr | 680 kr         | 980 kr                | 2 660 kr | 57 390 kr      |
| 01.01.2030 (66 år, 8 mnd) | 35 010 kr | 18 140 kr | 680 kr         | 980 kr                | 2 660 kr | 57 470 kr      |
| 01.05.2030 (67 år)        | -         | 18 140 kr | 680 kr         | 980 kr                | 2 660 kr | 22 460 kr      |

Bolkene nedenfor viser tallene som ligger til grunn for denne prognosen.

NAV

Tjenestepensjon

← Tilbake

Skriv ut

Eks nr 1

## Prognose

**Uttak fra pensjonskassen**  
01.05.2030 (67 år) - Oppsatt alderspensjon  
01.05.2030 (67 år) - Påslagspensjon  
01.05.2030 (67 år) - AFP/betinget pensjon

**Helt uttak fra NAV**  
01.05.2030 (67 år)

Oversikten nedenfor viser pensjon du vil motta basert på stillingsopplysninger mottatt fra din arbeidsgiver, din opptjening i Nav samt de valgene du selv har gjort i prognosen. Prognosen viser beløp etter dagens kroneverdi før beskatning. Prognosen er ikke juridisk bindende for pensjonskassen.

Vis som diagram

Vis betinget

Vis årlig

| Fra og med         | Nav       | Påslagspensjon | Oppsatt alderspensjon | AFP      | Månedlig total |
|--------------------|-----------|----------------|-----------------------|----------|----------------|
| 01.05.2030 (67 år) | 21 750 kr | 1 300 kr       | 1 180 kr              | 3 200 kr | 27 430 kr      |

Bolkene nedenfor viser tallene som ligger til grunn for denne prognosen.

NAV

Tjenestepensjon

← Tilbake

Skriv ut

Eks nr 1

### Pensjonsbeholdning (NAV)

En form for sparekonto hvor du sparer opp pensjonsrettighetene dine. Hvert år øker din pensjonsbeholdning med 18,1 prosent av pensjongivende inntekt. Inntektsbeholdning er grunnlaget for beregning av ny alderspensjon fra NAV. Les mer på [nav.no](https://nav.no).

## NAV

| <u>Virkningsdato</u> | <u>Grad</u> | <u>Trygdetid</u> | <u>Pensjonsbeholdning</u> | <u>Garantipensjonsbeholdning</u> | <u>Garantitilleggsbeholdning</u> |
|----------------------|-------------|------------------|---------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 01.05.2030           | 100 %       | 40               | 2 975 472 kr              | 1 247 954 kr                     | 0 kr                             |

## Tjenestepensjon

| <u>Virkningsdato</u> | <u>Ytelse</u>         | <u>Grad</u> | <u>Tjenestetid</u> | <u>Gj.snittlig stillingsprosent</u> | <u>Pensjonsgrunnlag</u> |
|----------------------|-----------------------|-------------|--------------------|-------------------------------------|-------------------------|
| 01.05.2030           | Oppsatt alderspensjon | 100 %       | 19.6 / 33.6        | 85,83 %                             | 453 281 kr              |

| <u>Virkningsdato</u> | <u>Ytelse</u>    | <u>Grad</u> | <u>Delingstall</u> | <u>Pensjonsbeholdning</u> |
|----------------------|------------------|-------------|--------------------|---------------------------|
| 01.05.2030           | AFP              | 100 %       | 16.18              | 621 157 kr                |
| 01.05.2030           | Betinget pensjon | 100 %       | 16.18              | 70 302 kr                 |
| 01.05.2030           | Påslagspensjon   | 100 %       | 16.18              | 253 242 kr                |

# Prognose

Uttak fra pensjonskassen  
01.05.2026 (63 år) - Oppsatt alderspensjon  
01.05.2026 (63 år) - Påslagspensjon  
01.05.2026 (63 år) - AFP/betinget pensjon

Helt uttak fra NAV  
01.05.2026 (63 år)

Oversikten nedenfor viser pensjon du vil motta basert på stillingsopplysninger mottatt fra din arbeidsgiver, din opptjening i Nav samt de valgene du selv har gjort i prognosen. Prognosen viser beløp etter dagens kroneverdi før beskatning. Prognosen er ikke juridisk bindende for pensjonskassen.

Vis som diagram

Vis betinget

Vis årlig

| Fra og med                | Inntekt   | Nav       | Påslagspensjon | Oppsatt alderspensjon | AFP      | Månedlig total |
|---------------------------|-----------|-----------|----------------|-----------------------|----------|----------------|
| 01.05.2026 (63 år)        | 60 960 kr | 19 800 kr | 1 200 kr       | 6 750 kr              | 3 510 kr | 92 220 kr      |
| 01.01.2027 (63 år, 8 mnd) | 60 960 kr | 19 920 kr | 1 200 kr       | 6 750 kr              | 3 510 kr | 92 340 kr      |
| 01.01.2028 (64 år, 8 mnd) | 60 960 kr | 20 040 kr | 1 200 kr       | 6 750 kr              | 3 510 kr | 92 460 kr      |
| 01.01.2029 (65 år, 8 mnd) | 60 960 kr | 20 170 kr | 1 200 kr       | 6 750 kr              | 3 510 kr | 92 590 kr      |
| 01.01.2030 (66 år, 8 mnd) | 60 960 kr | 20 300 kr | 1 200 kr       | 6 750 kr              | 3 510 kr | 92 720 kr      |
| 01.05.2030 (67 år)        | -         | 20 300 kr | 1 200 kr       | 6 980 kr              | 3 510 kr | 31 990 kr      |

Bolkene nedenfor viser tallene som ligger til grunn for denne prognosen.

NAV

Tjenestepensjon

← Tilbake

Skriv ut

## Eks nr 2

### Prognose

#### Uttak fra pensjonskassen

01.05.2030 (67 år) - Oppsatt alderspensjon  
01.05.2030 (67 år) - Påslagspensjon  
01.05.2030 (67 år) - AFP/betinget pensjon

#### Helt uttak fra NAV

01.05.2030 (67 år)

Oversikten nedenfor viser pensjon du vil motta basert på stillingsopplysninger mottatt fra din arbeidsgiver, din opptjening i Nav samt de valgene du selv har gjort i prognosen. Prognosen viser beløp etter dagens kroneverdi før beskatning. Prognosen er ikke juridisk bindende for pensjonskassen.

[Vis som diagram](#)[Vis betinget](#)[Vis årlig](#)

| Fra og med         | Nav       | Påslagspensjon | Oppsatt alderspensjon | AFP      | Månedlig total |
|--------------------|-----------|----------------|-----------------------|----------|----------------|
| 01.05.2030 (67 år) | 24 320 kr | 2 300 kr       | 8 170 kr              | 4 210 kr | 39 000 kr      |

Bolkene nedenfor viser tallene som ligger til grunn for denne prognosen.

NAV



Tjenestepensjon

[← Tilbake](#)[Skriv ut](#)

# Spørsmål?

Hvis du kommer på noe i etterkant, kan du også sende oss en e-post med dine spørsmål til:

[pensjonskassen@h-k-p.no](mailto:pensjonskassen@h-k-p.no)

# Ofte stilte spørsmål

Lurer du på noe om pensjon?

Du er ikke alene.

Når bør jeg pensjonere  
meg? Hva lønner seg mest  
for meg?

Umulig å svare på.

Hvor gammel har du tenkt å bli?

Tenk heller:

- trives jeg i jobben?
- hvor høy pensjon er nok for meg?
- hva skal jeg bruke pensjonen min til?

# Hva ville du gjort?

Det handler ikke om meg. Det handler om deg og ditt liv.

Hvordan ser du for deg å leve resten av livet?

Vi kan vise deg valgene, men du må selv velge.

Er det lurt å ta ut pensjon  
fra 62 år, og fortette å  
jobbe?

Ingen fasit!

- Vil du ha pengene nå eller senere?
- Jo lenger du venter jo høyere årlig pensjon resten av livet.

Kan jeg jobbe etter  
at jeg har tatt ut  
pensjon?

Ja!

OBS – egne regler for de som har rett  
til tidligpensjon, og egne regler for  
særalderspåslag (inntektsgrense)

Hvor mye skatt må jeg  
betale på pensjonen  
min?

HKP beregner pensjon før skatt.  
Vi kan ikke beregne skatten din.

Skattekalkulator på:  
[www.skatteetaten.no](http://www.skatteetaten.no)

Jeg synes pensjon er vanskelig og trenger veiledning. Hvor kan jeg få dette?

Du kan bestille time hos HKP for veiledning og pensjonsberegning.

Før du bestiller time, så tenk igjennom:

- Når har jeg lyst til å pensjonere meg?
- Hvor mye pensjon kan jeg klare meg med?

# Må jeg søke om pensjon?

Ja!

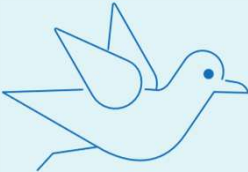
Skal du ha pensjon fra både HKP og NAV må du søke begge plasser.

Du søker elektronisk her:

[www.h-k-p.no](http://www.h-k-p.no) (Min side)

[www.nav.no](http://www.nav.no) (Logg inn)

Søk i god tid (ca 3 mnd før)!



# Takk for meg!

Spørsmål kan sendes på e-post til  
[pensjonskassen@h-k-p.no](mailto:pensjonskassen@h-k-p.no)