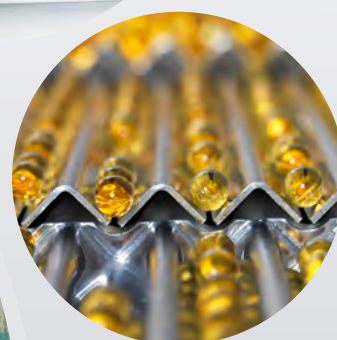


pka



Sammen giver
vi mere tilbage



Pension i PKA

Pensionskassen for Farmakonomer

2023

Indhold

05

Pension – sikker opsparing med god rente og lave omkostninger

Din opsparing vokser år for år, og du får pension udbetalt hele livet.

10

Forsikringer – tryghed for dig og din familie

I din pensionsordning har du forsikringer, hvis du bliver syg og ikke kan arbejde eller dør før din folkepensionsalder.

11

Ansvarlige investeringer

Vi investerer dine penge langsigtet og ansvarligt i blandt andet sociale, grønne og bæredygtige løsninger.



350.000
Medlemmer

PKA er en af Danmarks største pensionskasser med 350.000 medlemmer indenfor social- og sundhedsområdet og en formue på 400 mia. kr.



Kontorenten i
PKA er i 2023
3 %

Sådan vokser din pension med kontorenten

Kontorenten er den årlige rente, du får på din pension.

God, stabil rente

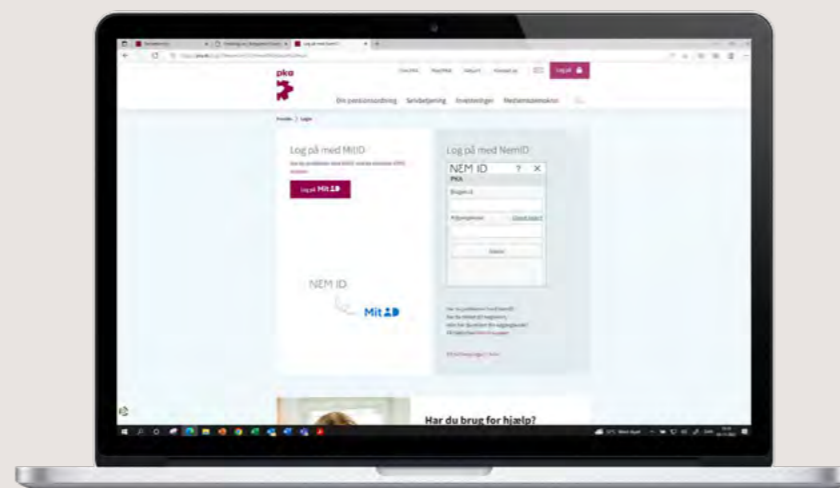
Afkast går op og ned på det finansielle marked. Kontorenten er et gennemsnit af resultatet af investeringerne i gode og mindre gode år. Hvert år fastlægger vi kontorenten for det kommende år, så du ved, hvad du får i rente næste år, uanset hvordan markedet svinger.

Pension hele livet

Når du går på pension, kan du regne med forudsigelige udbetalinger fra år til år, og du kender i store træk dit økonomiske råderum. Du er sikret stabile pensionsudbetalinger fra PKA hver måned hele livet.

I 2023 er din kontorente i PKA 3 %. Du kan altid tjekke den aktuelle kontorente på pka.dk/farmakonom.

Få besked, når vi har nyt til dig
Du kan vælge at få gode råd og anbefalinger på mail, når der er vigtige emner, du skal tage stilling til. Vi skriver kun, når vi vurderer, at det er relevant for dig.



Giv os dit samtykke – log ind på pka.dk/din-profil

Forrest til lejeboliger i hele landet

Vi investerer i moderne og sunde ejendomme og kombinerer på den måde gode økonomiske afkast med bæredygtig udvikling. Som medlem har du fortrinsret til PKA's 10.000 lejeboliger, seniorboliger og studieboliger over hele landet. Hvis du har børn over 18 år, kan de også søge en bolig.

Du kan tjekke din anciennitet ved at logge på pka.dk og se under 'Din profil'.



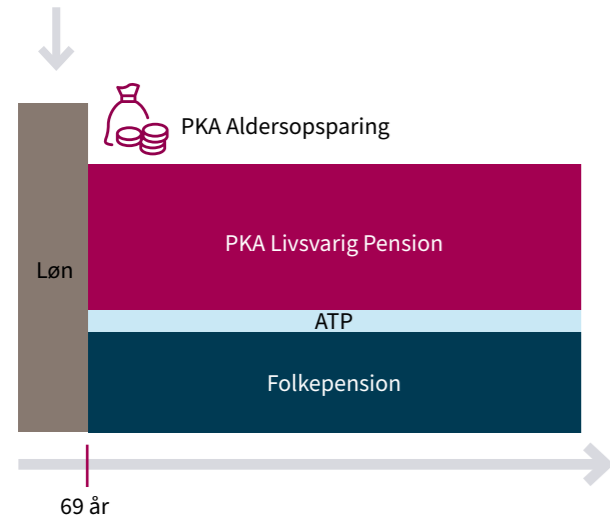
Se PKA's lejeboliger på findbolig.nu/pka

Sådan kan du få din pension udbetalt

Din pension kan du vælge at få på flere måder

Stabile udbetalinger resten af livet

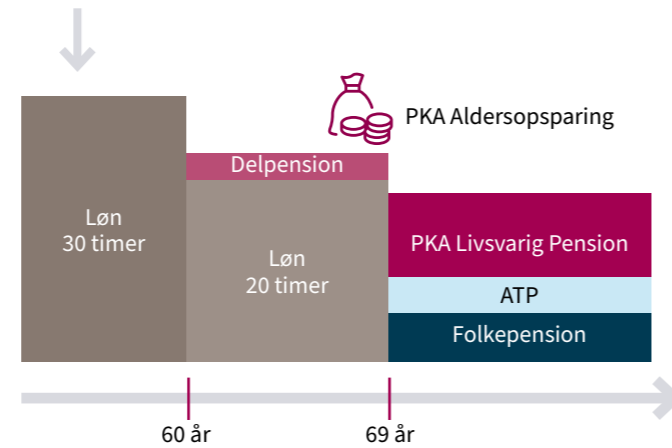
Du får forudsigelige udbetalinger hver måned, så længe du lever.



Fleksibel tilbagetrækning – delpension

Du går i den sidste del af dit arbejdsliv ned i tid og får samtidig udbetalt en del af din pension. På den måde kombinerer du arbejds- og seniorliv. Delpensionen kan du få fra samme dag, som du kan få udbetalt din pension fra PKA. Du får stadig løn fra dit arbejde, og hvis du fortsat sparer op til pension over lønnen, vil det samtidig øge din pension.

Læs mere på pka.dk/delpension



Planlæg og start din pensionsudbetaling

Du kan se dine muligheder og planlægge din pensionsudbetaling på pka.dk/seniorliv. Det er også her, du sætter pensionsudbetalingen i gang.

Er du fyldt 58 år, kan du deltage i et af vores seniormøder. Her deler vi inspiration og gode råd til, hvornår og hvordan du kan planlægge din pension. Tilmeld dig et seniormøde på pka.dk/arrangementer.

Få hjælp til at planlægge din pension – ring til os på 39 45 45 40

Mød PKA – og få overblik og inspiration til at planlægge din pension

Kan du samle 20-25 kolleger, kan vi lave et informationsmøde specielt til jer.

Er du fyldt 58 år, så tilmeld dig et af vores seniormøder.

Se alle webinarer og møder på pka.dk/arrangementer

På deltid? Husk din pension

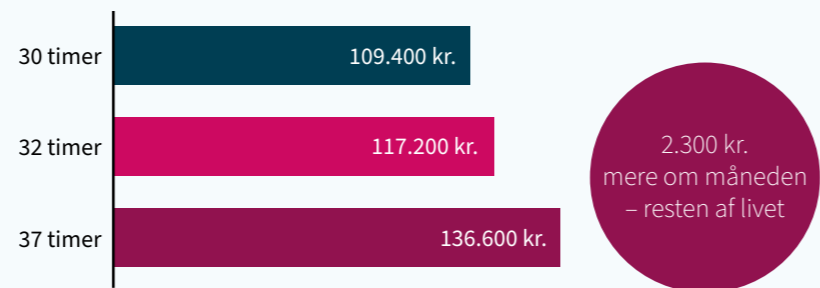
Når du er på deltid, påvirker det ikke kun din løn, men også pension. Indbetalingen til din pension er nemlig en procentdel af din løn.

Forskellen fra 30 til 37 timer om ugen kan betyde flere tusinde kroner om måneden, den dag du går på pension.

Forskellen i pensionsudbetalinger fra 30 til 37 timer om ugen

Eksempel: 25-årig nyuddannet privatansat farmakonom.

Månedsløn (fuld tid): 27.500 kr. Pensionsbidrag: 17 %



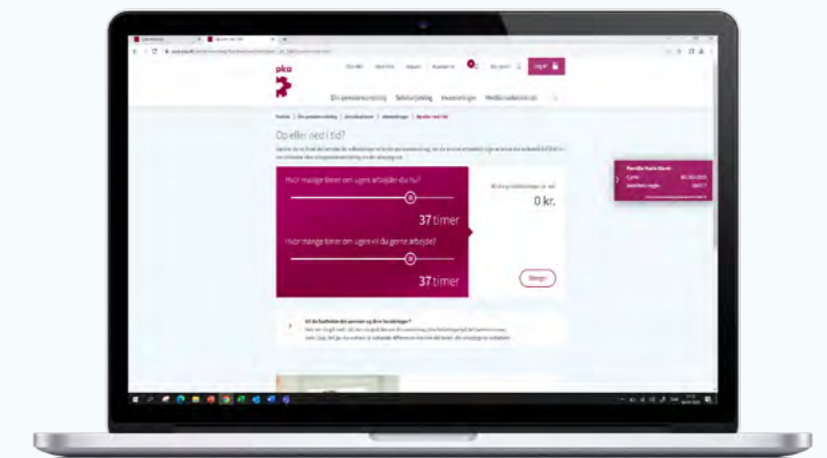
Årligt beløb

Den samlede værdi af pensionsudbetalingerne omregnet til et årligt beløb ved folkepensionsalderen. Beløbene er beregnet ud fra nuværende forudsætninger om rente, inflation mv.

Hvad kan du selv gøre?

Er du på deltid i en periode i dit arbejdsliv, skal du holde ekstra øje med, at du sparer nok op.

Hvis du vil have en økonomi i seniorlivet, som hvis du havde været på fuld tid i hele dit arbejdsliv, er det en god idé at indbetale ekstra på din pension. Du kan tjekke, hvad du ville indbetale i pension på fuld tid, og så indbetale det samme beløb af din deltidsløn.



Se, om du sparer nok op i forhold til, hvis du var fuldtidsansat:

Log ind på pka.dk → Vælg 'Selvbetjening'

Vælg 'Op eller ned i tid?'

Sparer du nok op?

Rækker din pension til alt det, du vil i seniorlivet?

Vi anbefaler, at du har 70-80 % af din løn til rådighed hver måned, når du går på pension, for at bevare den levestandard, du har i dag.

De 70-80 % har vi fastsat ud fra en afvejning af, at man kan fortsætte sin livsstil – og samtidig ofte har færre udgifter som pensionist, for eksempel til a-kasse, transport til job og afdrag på ejerbolig.

Tjek, om du sparer nok op på pka.dk/pkatjek – og start indbetaling



Ratepension – fleksibel og økonomisk fornuftig

Vil du indbetale ekstra, anbefaler vi at sætte det ind på en ratepension.

Du sparer skat her og nu, fordi du får fradrag for dine indbetalinger. Når du går på pension, får du en ekstra udbetaling hver måned i mindst 10 år i supplement til din pensionsudbetaling fra PKA. Du kan også bruge ratepensionen, hvis du vælger at trappe gradvist ud af arbejdsmarkedet. Ratepension er derfor en af de mest fleksible opsparinger.

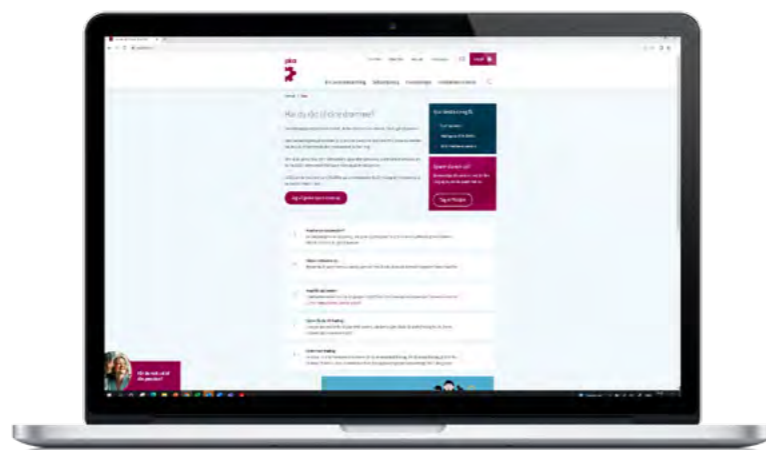
I 2023 må du indbetale 60.900 kr. på dine ratepensioner tilsammen – også dem, du fx har i banken eller andre selskaber. Du kan tjekke, om du bruger noget af beløbet i din arbejdsgiverordning, på pka.dk/indbetalinger.

Fordele ved ratepension

- God, stabil rente
- Lave omkostninger af din indbetaling
- Mere i pension i mindst 10 år
- Mulighed for at trappe tidligere ud af arbejdsmarkedet
- Skattefradrag, når du indbetaler

Få glæde af dit fradrag

Du får fradrag for dine indbetalinger på en ratepension. Fradraget kan du udnytte med det samme. Du skal bare ændre din forskudsopgørelse på skat.dk i felt 416 – og ellers giver vi Skattestyrelsen besked.



Se mere om ratepension på pka.dk/rate

Selv små ekstra indbetalinger gør en forskel

Mange tænker ikke, at de har råd til at indbetale ekstra pension. Men selv små ekstra indbetalinger gør en stor forskel i dit seniorliv. Du får bedre mulighed for at trappe langsomt ud af arbejdsmarkedet, eller du kan få mere udbetalt i pension.

Spar ekstra op

Det kan være en god idé at spare ekstra op – hvis du fx planlægger orlov eller nedsat tid og stadig vil sikre, at du har en god pensionsopsparing. Er du kommet senere i gang med din pensionsopsparing, er det også en god idé at spare ekstra op.



Start så tidligt som muligt – og få en bedre opsparing

Lidt bliver til meget på en ratepension, når du starter tidligt.



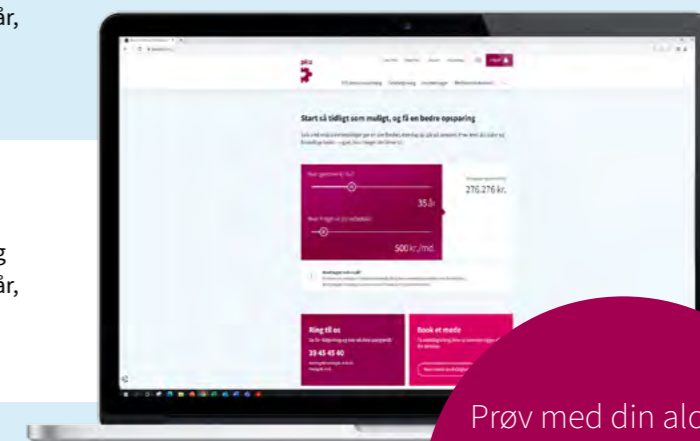
Er du 35 år, kan 500 kr. ekstra indbetaling om måneden give dig 2.550 kr. mere om måneden i 10 år, når du går på pension.



Er du 45 år, kan 500 kr. ekstra indbetaling om måneden give dig 1.650 kr. mere om måneden i 10 år, når du går på pension.



Er du 55 år, kan 1.000 kr. ekstra indbetaling om måneden give dig 1.750 kr. mere om måneden i 10 år, når du går på pension.



Prøv med din alder og forskellige beløb – og se, hvad det bliver til på pka.dk/sparop

Beløbene er månedlige før skat og beregnet ud fra nuværende forudsætninger om rente, inflation mv.

Din pension – resten af livet

Når du går på pension, får du udbetaling fra PKA hver måned hele livet. Din pension i PKA er et vigtigt supplement til de offentlige pensioner – folkepension og ATP Livslang Pension.

Din pension i PKA består af:

- **Livsvarig pension:** Du får et beløb hver måned hele livet. Beløbet består af en skattefri udbetaling, som er en del af din aldersopsparring, og en skattepligtig udbetaling.
- **Engangsbeløb:** Du har som del af din aldersopsparring et beløb til rådighed, som du kan få udbetalt på én gang eller i mindre portioner – mindst 10.000 kr. ad gangen – efterhånden, som du får brug for pengene. De penge, du lader stå på din aldersopsparring, får du fortsat renter af. Udbetalingen af din aldersopsparring bliver ikke modregnet i din folkepension.

Hvor meget får du i pension?

Det kommer an på:

- hvor længe, du har arbejdet, og fået indbetalt til din pension
- om du har arbejdet på deltid og dermed fået mindre i løn og pension
- om du har andre pensionsopsparinger fra tidligere jobs, i banker eller andre pensionselskaber
- om du har valgt at indbetale ekstra til din pension.

Se, hvor meget du får i pension, hvilke pensioner du har, og hvornår du kan få dem udbetalt, på pka.dk/pension.

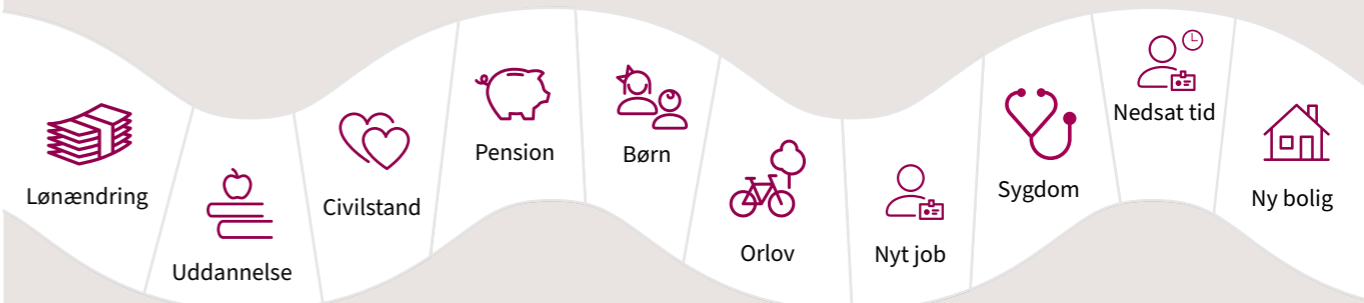
Se, om du har pensionsopsparinger andre steder, på pensionsinfo.dk.

Tilmeld dig det årlige servicetjek på pka.dk/tilmeld



Få et årligt tjek af din pension – nemt på 10 minutter

Med PKA's servicetjek får du en gang om året overblik over din pension. Du opdaterer os om dit liv her og nu – og får anbefalinger, der passer til dig. Det er nemt og foregår på din mobil, tablet eller computer.



Du får besked, hver gang du skal gøre noget

Løbende over året får du besked, hver gang du skal tage stilling til noget vigtigt, der kan påvirke din pension og forsikringer. Det kan fx være ændret løn, nedsat tid, børn eller orlov.

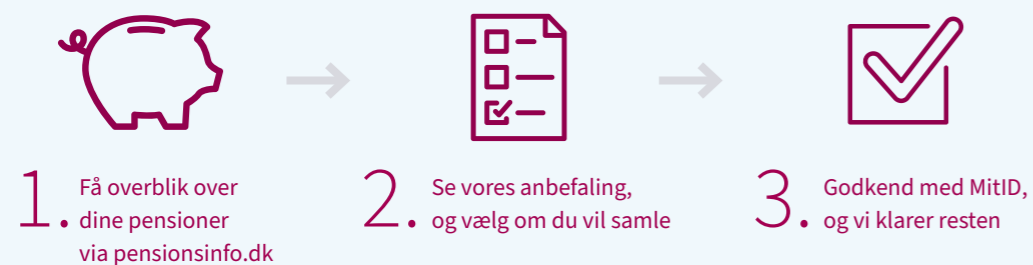
Saml dine pensioner

Har du pensionsopsparinger flere steder, fx fra tidligere jobs, andre pensionselskaber eller banker, kan det ofte betale sig at samle dem i PKA. Du får:

- Bedre overblik over din pensionsopsparring
- Kun administrationsomkostninger ét sted

Jo færre omkostninger, du har på din pensionsopsparring, jo mere er der til dig.

Det er let at samle dine pensioner på pka.dk/samlepension



Dine forsikringer – sikrer dig og din familie hele dit arbejdsliv

Ud over opsparing til pension indeholder din pensionsordning også forsikringer. De sikrer dig og din familie i al den tid, du arbejder – hvis du bliver syg eller dør før din folkepensionsalder.

Sådan er du dækket:



Hvis du bliver syg og ikke kan arbejde. PKA hjælper dig økonomisk, hvis din erhvervsevne bliver nedsat. Bliver din arbejdsevne varigt nedsat med 2/3 eller mere, får du en løbende udbetaling fra PKA og et engangsbeløb på 200.000 kr. igennem din forsikring hos Forenede Gruppeliv (FG). Har du børn, får hvert barn et månedligt beløb, til de fylder 24 år. Kan du på grund af midlertidig eller varig sygdom ikke betale til din pensionsordning i PKA, sikrer vi dine indbetalinger, så din opsparing vokser som planlagt.

Kontakt os, hvis du bliver sagt op på grund af sygdom.



Hvis du får en kritisk sygdom. FG udbetaler et engangsbeløb på 100.000 kr. skattefrit, hvis du får en kritisk sygdom, fx kræft eller hjerte-kar-sygdom. Du kan se listen over visse kritiske sygdomme på fg.dk.



Hvis du mister livet. Hvis du dør inden din folkepensionsalder, får dine efterladte løbende udbetalinger* og et skattefrit engangsbeløb på 500.000 kr. Har du børn, får hvert barn et månedligt beløb, til de fylder 24 år, og et engangsbeløb på 30.000 kr. fra FG.

*De løbende udbetalinger får dine efterladte, hvis du tilvalgte det i 2021 eller er optaget i pensionskassen efter d. 1. juli 2020.

Tjek, hvem der får pengene ved din død

Hvad sker der med pengene fra din pension og forsikring, når du dør? Det er der god grund til at sætte sig ind i, så du kan sikre præcis dem, du ønsker.

Tag stilling på pka.dk

Som udgangspunkt bliver pengene udbetalt til dine nærmeste pårørende. Er du gift, er det din ægtefælle. Hvis du selv vil bestemme, hvem der skal have pengene, skal du vælge en begunstiget.

- Måske er du samlevende og har børn fra tidligere forhold. Så kan du vælge, at dine børn skal være begunstigede til en del af eller hele beløbet.
- Det kan også være, du ikke har stiftet familie, men har en tæt relation, du gerne vil tilgodese.
- Andre situationer kan betyde, at du ønsker en anden begunstigelse.

Tjek reglerne for begunstigelse på de forskellige forsikringer – og opdater, hvem der får pengene ved din død, på pka.dk/begunstigelse.



Ansvarlige investeringer – vejen til gode og robuste pensioner

Din pension vokser år for år

Hver en krone, du og dine kolleger indbetaler, investerer vi langsigtet og ansvarligt – så vi kan sikre dig en god økonomi i seniorlivet.

PKA's medlemmer er optaget af de globale udfordringer med klimaforandringer, fattigdom og mangel på rent vand og

fødevarer og ser ansvarlige investeringer som en mulighed for at gøre en positiv forskel – det ved vi fra medlemsundersøgelser. Vores erfaringer viser, at investeringer, der gør en samfundsmæssig forskel, går hånd i hånd med gode afkast.

Læs mere på ansvarlige-investeringer.dk

Mål for ansvarlige investeringer frem mod 2025 – eksempler



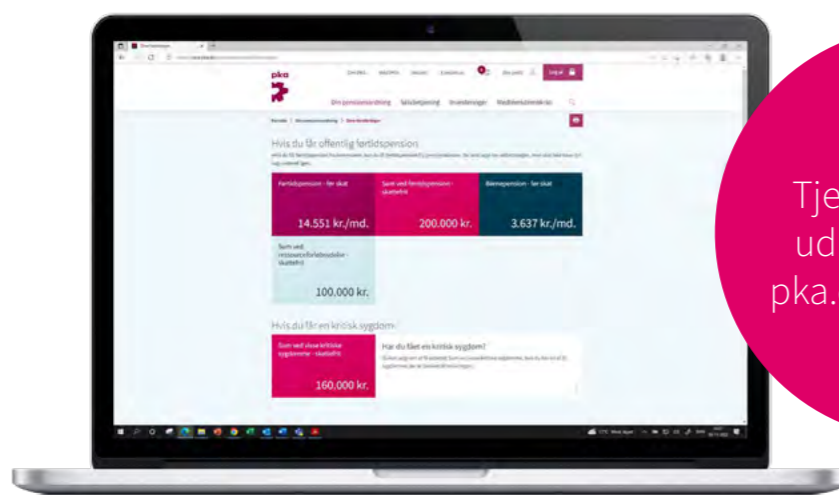
Klima – 15 % af investeringerne er placeret i grønne projekter som vedvarende energi, grønne obligationer og grønne ejendomme.



Socialt – 10 mia. kr. i sociale investeringer for bedre levestandard i verdens fattigste lande, mikrolån til at starte egne virksomheder i udviklingslande og ordentlige løn- og arbejdsvilkår.



Bæredygtige ejendomme – 50 % reduktion af CO₂-udledning i de ejendomme, vi investerer i. Vi udvikler ejendomme med sundt indeklima, sociale kvaliteter og lav klimapåvirkning.



Tjek de løbende udbetalinger på pka.dk/forsikringer

Se dine forsikringer på pka.dk/forsikringer

Tjek din pension

Har jeg:	Til noter
<input type="checkbox"/> Givet mit samtykke – så jeg får råd og anbefalinger, når det er vigtigt for mig – på pka.dk/din-profil	
<input type="checkbox"/> Tilmeldt mig PKA's årlige servicetjek af min pension – på pka.dk/tilmeld	
<input type="checkbox"/> Tjekket, om jeg sparer nok op – på pka.dk/pkatjek	
<input type="checkbox"/> Samlet mine pensionsopsparinger ét sted – på pka.dk/samlepension	
<input type="checkbox"/> Besluttet, hvem der skal have pengene, når jeg dør – på pka.dk/begunstigelse	
<input type="checkbox"/> Fået overblik over min pensionsordning – på pka.dk/pension	
<input type="checkbox"/> Fået overblik over mine forsikringer – på pka.dk/forsikringer	
<input type="checkbox"/> Tilmeldt mig et seniormøde, hvis jeg er fyldt 58 år – på pka.dk/arrangementer	
<input type="checkbox"/> Planlagt min pension og fået gode råd og vejledning – på pka.dk/seniorliv	

Brug for hjælp? Ring til os på 39 45 45 40 – eller kontakt os på pka.dk/kontakt

Kontakt os

Ring til en rådgiver på 39 45 45 40
– eller skriv til os på pka.dk/kontakt

Vi har åbent

Mandag til torsdag kl. 8.30-20
Fredag kl. 9-15

