

Forudsætningsbilag for P+, tidligere JØP

September 2026

Dette bilag beskriver overordnet, hvordan din pensionsoversigt er udarbejdet. På din pensionsoversigt kan du se, hvordan du er dækket og navne på de ordninger, du er omfattet af.

Du kan finde aftalegrundlag for pensionsordninger [her](#)

BEREGNING AF PENSIONERNE

Pensioner og forsikringer beregnes ud fra det tekniske grundlag, som er anmeldt til Finanstilsynet. Pensionsprognoser beregnes under forudsætning af, at pensionsordningen og tilhørende regulativer og forsikringsbetingelser fortsætter uændret. Bonusberegning og bonustilskrivning sker på grundlag af P+'s bonusbestemmelser i [Politik for bonus og særlige bonushensættelser](#). Bestyrelsen fastsætter hvert år bonussatserne og kan ændre dem og bonusbestemmelserne løbende.

P+ Regulativ 2007, tidligere JØP Regulativ 2

Alderspension, invalidepension, ægtefælle- eller samleverpension, børnepension, ratepension og aldersopsparing beregnes alle med en grundlagspension og en tillægspension.

- **Beregnet pension**
Den beregnede pension består af en grundlagspension og tillægspension. I den beregnede pension indgår en beregningsrente på 4 pct. For Ophørende pension er beregningsrenten 3,5 pct. Hvis bonus ikke er tilstrækkelig til at fastholde den beregnede pension, bliver den sat ned. Det gælder alle typer af pensioner, herunder prognoser for både den første og efterfølgende udbetalinger. Det er P+'s forventning, at den beregnede pension over tid vil blive sat ned, også efter udbetaling er påbegyndt.
- **Grundlagspension**
Grundlagspensionen regnes på tegningsgrundlaget og kan ændres, jf. det betingede grundlag, pkt. 11.2 i regulativet, hvis grundlagsrenten på -1 pct., de biometriske forudsætninger og omkostningsstrukturen giver anledning til det. Bestyrelsen kan ændre forudsætningerne i grundlaget som grundlagsrente, biometriske forudsætninger eller omkostningsstruktur, hvis fx en eller flere af forudsætningerne ændrer sig mere permanent.
- **Tillægspension**
Tillægspensionen er forskellen mellem den beregnede pension og grundlagspensionen. Bonus anvendes til at udbetale tillægspensionen, som er et tillæg til grundlagspensionen. Tillægspensionen kan justeres og eventuelt helt bortfalde, hvis fx afkastet ikke lever op til forudsætningerne.

P+ Regulativ 1973, tidligere JØP Regulativ 1

På P+ Regulativ 1973, tidligere JØP Regulativ 1 er den del af grundlagspensionen, der stammer fra bidragsstigninger og bonus fra og med 1. januar 2006, betinget og kan ændres, hvis grundlagsrenten, de biometriske forudsætninger eller omkostningsstrukturen giver anledning til det. Du kan læse mere i bilag 4 i P+ Regulativ 1973, tidligere JØP Regulativ 1.

Pensionsprognoserne

På pensionsoversigten under *Første udbetalingsår, hvis du går på pension ...* oplyses en pensionsprognose, og under *Udbetalingsforløb vises, hvordan din samlede løbende pensionsudbetaling kan udvikle sig gennem årene. Pensionsprognoserne viser* nutidsværdien af pensionen ud fra en række forudsætninger, som kan ændre sig, og de er derfor ikke bindende. I pensionsprognoserne inflationsreguleres bidrag, omkostninger og kronedækning, og pensionen tilbagediskonteres med inflationen. Til og med 2030 er inflationssatsen 1,8 pct., fra 2031 til og med 2036 er den 1,7pct. og herefter 2 pct. Prognoserenterne fremgår af afsnittet Prognoserenter før skat.

Hvis du modtager invalidepension

I pensionsprognose og udbetalingsforløb inflationsreguleres hverken kronedækninger eller beløb, der modsvarer bidragsfritagelse. Derudover antages, at invalidepension tilkendt for en kortere periode bliver forlænget i så lang en periode som muligt. Hvis invalidepensionen er bevillet for en kortere periode, fremgår det ikke af pensionsoversigten. Modregning af invalidepension forudsættes uændret i hele udbetalingsperioden.

Bidragfri dækning

For pensionsordninger omfattet af bidragfri dækning er grundlagspensionen på pensionsoversigten under *Første udbetalingsår, hvis du går på pension...* beregnet med fortsat indbetaling af pensionsbidrag. Beløbet for ratepension under *Til dine efterladte, hvis du dør* er også beregnet med fortsat indbetaling af bidrag og vil blive reduceret svarende til disse i tilfælde af udbetaling.

Genoptagelse af indbetaling fra bidragfri dækning eller hvilende medlemskab

For P+ Regulativ 1973, tidligere JØP Regulativ 1 gælder, at ved genoptagelse af indbetaling efter en periode med bidragfri dækning eller fra hvilende medlemskab indgår bidragene på samme grundlag, som gælder for bidragsstigninger. Det er et betinget grundlag med en grundlagsrente på -1 pct. Det gælder uanset, om der indbetales samme bidrag som før perioden med bidragfri dækning eller et ændret bidrag.

Indbetaling efter fastsat pensionsalder

Pensionerne beregnes på baggrund af den i regulativet eller forsikringsbetingelserne fastsatte pensionsalder. Forlængelse af bidragsbetaling og udskydelse af pensionsudbetaling udover den fastsatte pensionsalder betragtes som nytægning.

MedlemsMidler

For pensionsordninger i P+ Regulativ 2007, tidligere JØP Regulativ 2 reserverer P+, hvad der svarer til p.t. 2 pct. af dine indbetalinger til MedlemsMidler, som er individuelle særlige bonushensættelser, jf. bestemmelserne i [Politik for bonus og særlige bonushensættelser](#). Her kan du også læse om MedlemsMidler (15 år).

Der er indregnet en beregningsrente på 3,5 pct. ved fastsættelse af udbetalingsens størrelse for MedlemsMidler og MedlemsMidler (15 år). MedlemsMidler og MedlemsMidler (15 år) kan ændres eller helt bortfalde.

Prognoseafkastet til beregning af tillægget fremgår nedenfor.

Procentdækning og kronedækning på P+ Regulativ 2007, tidligere JØP Regulativ 2

Invalide-, ægtefælle- eller samlever- og børnepension er alle forsikringsdækninger, hvor størrelsen er valgt enten som procentdækning eller kronedækning. Du kan læse mere i bilag B i Forsikringsbetingelser for P+ Regulativ 2007, tidligere JØP Regulativ 2.

Når du påbegynder udbetaling af alderspension eller overgår til hvilende medlemskab, bliver alle krone-dækninger ændret til procentdækninger. Forsikringsdækningerne bliver fastsat efter de regler, der gælder for pensionsaftalen. Ved genoptagelse af indbetalingen skal kronedækning tilvælges igen, hvis der fortsat ønskes kronedækning.

Når en kronedækning overgår til udbetalt pension, vil den udbetalte beregnede pension løbende kunne blive reguleret både i opad og nedadgående retning, som det fremgår af bonusbestemmelserne.

Regulering af pension med depotrente

Reguleringen af din pension afhænger bl.a. af depotrente, administrationsomkostninger og gruppelivspræmie. Reguleringen kan være både negativ og positiv. Det gælder alle typer af pensioner, herunder prognoser for både den første og efterfølgende udbetalinger. Pensioner under udbetaling reguleres som udgangspunkt ved årsskiftet.

Regulering af privat indbetaling

Private månedlige indbetalinger bliver årligt reguleret pr. 1. januar. Reguleringssatsen svarer til regulerings-satsen for ratepension, som fastsættes af Skatteministeriet.

PROGNOSERENTER FØR SKAT	2026-30	2031-2035	2036 →
P+ Regulativ 2007, tidligere JØP Regulativ 2 (O, P, Q og R)	5,73 %	6,63 %	5,94 %
P+ Regulativ 1973, tidligere JØP Regulativ 1 (rentegruppe D, E, F)	0,00 %	0,00 %	0,00 %
P+ Regulativ 1973, tidligere JØP Regulativ (rentegruppe B og C)	5,73 %	6,63 %	5,94 %

PROGNOSEAFKAST FØR SKAT	0-5 år	5-10 år	10 år →
MedlemsMidler og MedlemsMidler (15 år)	5,73 %	6,63 %	5,94 %

Prognoserenterne er fastsat ud fra samfundsforudsætninger fastsat af Rådet for Afkastforventninger. For 2025 benyttes den aktuelle depotrente. For rentegruppe D, E og F benyttes en prognoserente på 0 pct. for at tage hensyn til tidligere udlæg fra basiskapitalen og fremtidig risikoforrentning.

OMKOSTNINGER TIL ADMINISTRATION

De direkte omkostninger til administration er fastsat af bestyrelsen. Omkostningssatserne fremgår af det tekniske grundlag, som er anmeldt til Finanstilsynet. I beregning af pensionsprognoserne benyttes nedenstående prognosesatser for 2027 og frem. For 2026 benyttes de aktuelle omkostninger.

De gældende omkostningssatser:

Administrationsomkostninger	Alderspension	Rate- og kapitalpension og aldersopsparing
Faste omkostninger pr. mdr.	25 kr.	10 kr.
Indbetaling pr. måned	40 kr.	0 kr.
Ekstra indbetaling pr. gang	40 kr.	0 kr.
Udbetaling pr. måned	10 kr.	5 kr.
Udbetaling ægtefælle/børn	15 kr.	0 kr.

Prognosesatser for 2027 og frem:

Administrationsomkostninger	Alderspension	Rate- og kapitalpension og aldersopsparing
Faste omkostninger pr. mdr.	25 kr.	15 kr.
Indbetaling pr. måned	50 kr.	0 kr.
Ekstra indbetaling pr. gang	50 kr.	50 kr.
Udbetaling pr. måned	25 kr.	25 kr.
Udbetaling ægtefælle/børn	25 kr.	0 kr.

Gruppeforsikring

Gruppeforsikringen er en etårig forsikring. Bestyrelsen fastsætter gruppeforsikringen og præmien hvert år, og i 2026 kost gruppeforsikringen 2.880 kr. årligt (inkl. administrationsomkostninger). Gruppeforsikringen betales via bonus. Indeholder din gruppeforsikring invalidesum, kan den udbetales én gang ved varig invaliditet.

USIKKERHED VED PENSIONEN

Usikkerhed ved beregning af din udbetaling

Udbetalingen ved forventet afkast er vores bedste bud på, hvor meget du får udbetalt, når du går på pension. Beregningen er lavet ud fra nogle centrale antagelser og gennemsnitsbetragtninger om afkast, inflation, levetid og skat. Vi kan ikke forudsige præcist, hvordan disse forhold udvikler sig i fremtiden. Derfor kan vi heller ikke sige med sikkerhed, hvor meget du vil få udbetalt.

Usikkerhed om afkast

For at give dig en idé om usikkerheden beregner vi også udbetalingen ved højt afkast og udbetalingen ved lavt afkast. De to tal viser dine udbetalinger, hvis de finansielle markeder udvikler sig bedre eller dårligere end forventet. Din udbetaling vil med stor sandsynlighed (90 pct.) komme til at ligge mellem udbetalingen ved højt afkast og udbetalingen ved lavt afkast.

Det er kun usikkerheden om udviklingen på de finansielle markeder, der er medregnet i udbetalingen ved højt afkast og udbetalingen ved lavt afkast. Usikkerhed om inflation, skatteregler, levetider mv. er ikke medregnet. Læs mere om beregningsmetoden, og hvad prognosen kan bruges til og ikke kan bruges til på Forsikring & Pensions [hjemmeside](#)

Usikkerhed om levetid

Livsvarig pension udbetales, så længe du lever. Størrelsen af udbetalingerne afhænger af, hvor længe vi regner med, at medlemmerne i gennemsnit lever i fremtiden. Hvis vi senere vurderer, at levetiden bliver længere end hidtil forventet, skal din og de andre medlemmers livsvarige pensioner strække over længere tid. Det betyder, at udbetalingerne kan blive sat ned.

Her kan du se et eksempel på, hvordan størrelsen af din udbetaling kan falde, hvis alle medlemmers gennemsnitlige levetid stiger med ét år fra fx 85 år til 86 år.

Forventede udbetalinger pr. år	Ved en levealder på 85 år	Ved en levealder på 86 år
Årlig pension	100.000 kr.	95.000 kr.

KLAUSUL

P+ har ikke krav om helbredsoplysninger. Du bliver derimod omfattet af klausul om, at sygdom og lidelser, som eksisterer på det tidspunkt, hvor du optages, genoptages, tilvælger eller forhøjer forsikringsdækninger, ikke er dækket. Du er dækket fuldt ud, hvis du er sund og rask og ikke har nogen diagnose.

For obligatoriske medlemmer gælder der klausul i to år for de af bestyrelsen fastsatte startdækninger. I de to år skal man være fuldt arbejdsdygtig og have indbetalt bidrag.

Du kan læse mere om klausuleringsperioder i Forsikringsbetingelser til P+ Regulativ 2007, tidligere JØP Regulativ 2.

Der gælder andre regler for klausul for P+ Regulativ 1973, tidligere JØP Regulativ 1, som du kan læse om i regulativet.

SÆRLIGE FORSIKRINGSDÆKNINGER

Alderssummen

Alderssum skal udbetales senest samtidig med, at udbetalingen af den tilknyttede alderspension påbegyndes. Muligheden for udbetaling af alderssum fremgår af Min pension under *Opsparing/Se min prognose*.

Ugiftesum

På P+ Regulativ 1973, tidligere JØP Regulativ 1 udbetales en sum, hvis du dør som ugift, inden du er gået på pension og fyldt 67 år. Summen svarer til fire gange den ægtefællepension, som en evt. ægtefælle ville have været berettiget til.

Waisenrente

På P+ Regulativ 2007, tidligere JØP Regulativ 2, Pension Udland P+, tidligere JØP og P+ Regulativ 1973, tidligere JØP Regulativ 1 udbetales dobbelt børnepension, hvis du ved din død efterlader et barn, som ingen har forsørgelsespligt over.

SKATTEFORHOLD

Indbetaling fra arbejdsgiver

Din arbejdsgiver fratrækker pensionsbidraget før beregning af skat og am-bidrag. P+ afregner am-bidrag til SKAT. Du har således fået fradrag for indbetalingen, der derfor ikke skal oplyses på selvangivelsen. De indbetalte beløb medregnes ikke i din skattepligtige indkomst.

Indbetaling privat

Når du selv indbetaler, indberetter P+ beløbet til SKAT. Indberettede beløb vil fremgå af din selvangivelse.

Indbetalingen til de løbende pensioner er fuldt fradragsberettiget i den personlige indkomst, når indbetalingsperioden er 10 år eller længere. Nedsættes indbetalingen inden for de første 10 år, gælder der andre regler for fradrag. Er indbetalingsperioden mindre end 10 år, eller foretages der indskud, skal det samlede fradrag som hovedregel fordeles med 1/10 om året i 10 år. Er 1/10's fradraget mindre end 63.200 kr. (2026), kan du fylde op og fradrage dette beløb hvert år. Opfyldningsfradraget reguleres sædvanligvis hvert år. Hvis du indbetaler til flere private livrenter, gælder grænsen for alle ordninger under ét.

Generel information

Indbetaling til ratepension er fradragsberettiget i din personlige indkomst. I 2026 kan der, uanset om du indbetaler til en eller flere ratepensioner, maksimalt opnås skattefradrag for 68.700 kr. efter arbejdsmarkedsbidrag.

Indbetaling til aldersopsparing er ikke fradragsberettiget. Har du mere end 7 år til folkepensionsalderen, kan du i 2026 indbetale op til 9.900 kr. Har du 7 år eller mindre til folkepensionsalderen, kan du i 2026 have mulighed for at indbetale op til 64.200. Indbetaler du til aldersopsparing i flere pensionsselskaber/banker gælder indbetalingsgrænsen for alle under ét Læs mere [her](#)

Indbetaling til gruppeforsikringen er skattepligtig og indberettes derfor til SKAT.

Der betales årligt individuelt pensionsafkastskat på 15,3 pct. Depotværdier optjent indtil 1. januar 1983 er friholdt for pensionsafkastskat.

Udbetaling

Dine månedlige pensioner beskattes som personlig indkomst. Der skal ikke betales am-bidrag af udbetalingen.

- Udbetaling af alderssum og kapitalpension er pålagt en afgift på 40 pct.
- Udbetaling af rate- og kapitalpension og depotsikring ved dødsfald er pålagt en afgift på 40 pct.
- Udbetaling fra gruppeforsikring og aldersopsparing er skattefri.

Ved udbetaling af engangsbeløb ved dødsfald fratrækkes herudover en eventuel boafgift, hvis udbetaling sker til andre end ægtefælle/samlever eller registreret partner.

Der korrigeres for PAL-skat ultimo december hvert år. Korrektionen kan påvirke årets pensioner.

§ 53A-ordninger

Der er ikke fradrag for indbetalingerne, til gengæld er udbetalingerne skattefrie, medmindre der gælder særlige regler ved ophold i udlandet på udbetalingstidspunktet. Det gælder både for løbende udbetalinger og ved sum-udbetalinger.

Afkastet beskattes som kapitalindkomst. Vi indberetter beløbet til SKAT. Beløbet skal fremgå af din års-opgørelse, hvis du er skattepligtig i Danmark. I Grønland gælder særlige regler for beskattning af afkastet. Du kan læse mere [her](#)

KURSVÆRN

P+ har regler om kursværn. Reglerne anvendes ved overførsel af din pensionsordning eller ved kontant udbetaling af udtrædelsesgodtgørelsen. Hvis der foretages fradrag som følge af kursværnet, oplyses den aktuelle fradragsprocent på hjemmesiden. Reglerne om kursværn og den aktuelle fradragsprocent kan ses [her](#)

BETINGELSER OG VILKÅR

Ud over oplysningerne i pensionsoversigten kan du læse de generelle regler og krav i forsikringsbetingelserne for din pensionsordning [her](#). Hvis der er indbetalt eller har været indbetalt til din pensionsordning via ansættelse i staten, kommune eller regioner, så kan din pensionsordning også være omfattet af Medarbejder- og Kompetencestyrelsens cirkulære, der indeholder generelle krav til indhold af bidragsdefinerede pensionsordninger i staten mv. (ydelsessammensætning, tilbagekøb og overflytning i forbindelse med jobskifte).

Se cirkulæret [her](#)

LOVGIVNING, GENNEMSIGTIGHED OG KLAGEMULIGHED

Vi skal bede dig læse pensionsoversigten nøje igennem og tjekke, at oplysningerne er korrekte. For at sikre gennemsigtighed og ordentlig virksomhedsførelse i branchen er der en række regler og love, vi som pensionskasse skal overholde.

Gennemsigtighed

For at gøre det nemmere for dig at gennemskue din pension og sammenligne dine ordninger i forskellige pensionsselskaber kan du [her](#) se pensionskassens porteføljesammensætning, og hvilken risikomærkning din pensionsordning har.

På vores hjemmeside kan du også læse vores rapport om pensionskassens solvens- og finansielle situation (SFCR). Rapporten indeholder beskrivelse af pensionskassen, investerings- og forsikringsresultater, risiko-profilen, værdiansættelsesprincipperne og kapitalplanlægningen.

Persondataforordningen

Vi behandler og opbevarer dine personlige oplysninger i henhold til Lov om behandling af personoplysninger. Det betyder, at du har ret til at få indsigt i de oplysninger, vi har registreret om dig og få korrigeret, udleveret og evt. slettet oplysninger om dig, som er forkerte eller vildledende.

Vi kommunikerer fortrinsvis med dig via e-Boks og Min pension. Vi sender ikke CPR-nr. og andre personfølsomme oplysninger i mail, og vores IT-systemer overholder gængse standarder for sikkerhed.

Hvidvask

Vi har pligt til at sikre, at pensionskassen ikke misbruges til hvidvask af penge eller terrorfinansiering, hvilket bl.a. betyder, at vi skal kende vores medlemmer og deres pårørende, som vi udbetaler til. Dette gælder i særlig grad medlemmer og pårørende, der ikke er bosat i Danmark. Der vil derfor kunne være situationer, hvor vi har behov for billedlegitimation, dokumentation eller anden forklaring ved ind- eller udbetalinger.

Klagemulighed

Har P+ truffet en afgørelse i en sag vedrørende dig, som du ikke er enig i, har du mulighed for at klage til P+'s klageansvarlige på klageansvarlig@pplus.dk. Du kan læse mere [her](#)



P+

Pensionskassen for Akademikere
Dirch Passers Allé 76
2000 Frederiksberg

www.pplus.dk
kontakt@pplus.dk
+45 3818 8700
CVR-nr. 19676889