

Ökad frihet och trygghet – Första året med flexibblare tjänstepensionsuttag



Innehåll

	Sidan
Inledning.....	3
Sammanfattning.....	4
Bakgrund	5
Kollektivavtalsparterna	5
Allmän pension	7
Pausade uttag.....	8
Förlängning av uttagstiden.....	10
Kundinsikter: Erfarenheter, behov och förbättringsförslag.....	11
Ann-Marie jobbar för balansen i livet	13
Annika planerar ekonomin efter 80-årsdagen	16
Michael toppar yrkeslivet med folkmusik.....	19
Pirjos andliga val färgar livet	22
Framtidsspaning – Pension och arbete i förändring	25
Avslutning.....	26

Inledning

Denna rapport belyser de nya möjligheterna för pensionärer att pausa och förlänga utbetalningen av tjänstepensionen, en ändring som införts inom tjänstepensionsavtalen i och med den lagändring som trädde i kraft den 1 januari 2025. Förändringen innebär en ökad flexibilitet och möjliggör för pensionärer att återgå till arbetslivet. Detta kan bidra till högre pensionsnivåer, ett längre yrkesliv samt ta tillvara på äldre personers kompetens.

Med utgångspunkt från det kommunala området sammanfattar rapporten bakgrunden till lagändringen, beskriver hur de nya reglerna har implementerats inom olika avtalsområden samt presenterar statistik och kundinsikter från det första året med de nya möjligheterna från KPA Pensions kunder inom avtalsområdet KAP-KL och AKAP-KR.

Vi får också träffa fyra personer som utnyttjat möjligheten att pausa tjänstepensionen. Genom deras berättelser får vi en fördjupad förståelse för de individuella överväganden och behov som ligger bakom besluten att använda de nya flexibla uttagsreglerna.



Sammanfattning

Införandet av de nya reglerna som ger pensionärer möjlighet att pausa och förlänga utbetalningen av tjänstepensionen ökar flexibiliteten och underlättar för ett längre arbetsliv. Lagändringen, som trädde i kraft den 1 januari 2025, har implementerats inom samtliga stora avtalsområden och innebär att fler kan anpassa sitt pensionsuttag efter förändrade behov och livssituationer. Inom det kommunala avtalsområdet gäller de nya möjligheterna till paus och förlängning endast för premiebestämd ålderspension (AKAP-KR/KAP-KL).

Statistik från det första året visar att intresset hos KPA Pensions kunder för att pausa och förlänga utbetalningen är störst bland kunder med tidsbegränsad utbetalning. Majoriteten av de som utnyttjar möjligheten är kvinnor, vilket ligger i linje med att cirka 70% av våra kunder är kvinnor. Pensionskapitalets storlek, hur länge utbetalningarna har pausats samt förlängning av uttagstid varierar stort, vilket speglar kundernas olika behov.

”Jag arbetar fortfarande och vill spara utbetalningen till då jag går helt i pension

De flesta av kunderna som har valt att pausa eller förlänga sina tjänstepensionsutbetalningar har fått kännedom om de nya möjligheterna via media och KPA Pensions hemsida. Skälen till att pausa eller förlänga utbetalningen varierar, men handlar ofta om fortsatt arbete, jämna ut inkomster, skatteskal och anpassning till förändrade livssituationer.

Den nya möjligheten är särskilt värdefull för dem som ångrar sitt ursprungliga val eller hamnar i en situation med förändrade behov. Pensionärlivet blir inte alltid som man trott, och efterfrågan på arbetsmarknaden eller personliga omständigheter kan förändras snabbt. Möjligheten att justera utbetalningen ger därför en extra trygghet och flexibilitet för att bättre möta individens aktuella livssituation.

De nya reglerna ger pensionärer ökad frihet och trygghet att anpassa sitt pensionsuttag, samtidigt som det finns behov av fortsatt utveckling av information och digitala tjänster då många saknar kunskap om vilka regler som gäller. Erfarenheterna från det första året visar att flexibiliteten uppskattas av kunderna.

Bakgrund

Möjligheten att pausa utbetalning av allmän pension har funnits länge, men motsvarande alternativ för tjänstepension har tidigare hindrats av regler i inkomstskattelagen. Pensions-sparande är skattemässigt gynnat i vissa avseenden, vilket innebär att det finns särskilda regler för att säkerställa att sparandet verkligen används till pension och inte som en vanlig kapitalplacering. En central regel är den så kallade femårsregeln, som innebär att utbetalning av tjänstepension under de första fem åren ska ske med samma eller stigande belopp. Regeln har tolkats så att det inte varit tillåtet att avbryta utbetalningarna under de första fem åren efter att pensionen börjat betalas ut. Syftet med femårsregeln är att förhindra att pensionskapitalet tas ut som engångsbelopp och att säkerställa att pensionen fungerar som en inkomstspridning över tid.

” Jag jobbar lite fortfarande och har beslutat att pausa fram till att jag slutar jobba helt

2024 beslutade riksdagen att införa regler som från 1 januari 2025 gör det möjligt att pausa utbetalningen av tjänstepensionen och förlänga uttagstiden under de första fem åren. Detta innebär en mjukare tillämpning av femårsregeln. Grundprincipen om minst fem års utbetalning kvarstår, men det är nu möjligt att pausa eller förlänga utbetalningstiden inom denna period. Dessutom infördes kompletterande regler från 1 januari 2026 som gör det möjligt att i vissa fall göra undantag från kravet på lika eller ökande belopp under de första fem åren, till exempel vid förändrade förutsättningar, avgifter eller intervall för utbetalning.

Kollektivavtalsparterna

Parterna för kollektivavtalad tjänstepension har kommit överens om hur den nya möjligheten att pausa och förlänga utbetalningen av tjänstepensionen ska tillämpas inom respektive avtalsområde. Samtliga fyra stora avtalsområden har infört de flexibla reglerna, men startdatum varierar.

Kommun- och regionsektorn

Redan den 13 juni 2024, före riksdagens beslut, kom parterna överens om att det skulle vara möjligt att göra uppehåll i utbetalningen samt att förlänga uttagstiden för premiebestämd ålderspension inom KAP-KL och AKAP-KR. Under förutsättning att lagändringen gick igenom skulle detta genomföras hos försäkringsbolagen från 1 januari 2025, eller senast 1 juli 2025. KPA Pension var först ut av de anslutna försäkringsbolagen i kommunsektorn med att göra det möjligt för kunderna att ansöka om paus eller förlängning redan i december 2024, med start från 1 januari 2025.

Grundvillkor hos KPA Pension:

- Gäller endast premiebestämd tjänstepension inom avtalsområdet AKAP-KR/KAP-KL.
- Pausen ska pågå under minst tre månader.
- Pausen kan pågå som längst till och med den månad individen fyller 85 år.
- Ansökan ska inkomma senast den 10:e i månaden innan pausen ska börja gälla.

Privat sektor

För privatanställda tjänstemän (ITP) började de flexibla reglerna, som gör det möjligt att pausa och förlänga uttagstiden, gälla senast den 1 oktober 2025, men det fanns inget som hindrade att pensionsbolagen erbjöd möjligheterna tidigare.

Förvalsbolaget Alecta var tidigt ute med en lösning redan från 1 januari 2025, som innebär att kunder kan pausa utbetalning av både premiebestämd och förmånsbestämd tjänstepension, med en minsta pausperiod på en månad.

” Jag pausar för att jag har startat ett par andra tjänstepensioner, och jag räknar med att bli gammal! Då har jag en liten summa på ålderdomen

För privatanställda arbetare inom avtalsområdet Avtalspension SAF-LO (endast premiebestämd pension), började de flexibla reglerna gälla senast den 1 januari 2026, men även här kunde pensionsbolagen införa förändringen tidigare. Förvalsbolaget AMF införde möjligheten att pausa och förlänga uttagstiden från 1 juli 2025.

Statliga området

Även på det statliga området var senaste startdatum för de flexibla reglerna den 1 januari 2026. Både den förmånsbestämda delen som SPV hanterar, och de premiebestämda delarna som Kåpan Tjänstepension eller andra försäkringsgivare hanterar omfattas, men villkoren kan skilja sig åt.¹

1) Källa: SPV.se

Allmän pension

Inom den allmänna pensionen har det sedan länge funnits möjlighet att pausa pensionsutbetalningen, men detta utnyttjas i mycket liten utsträckning. Av cirka 2,3 miljoner pensionärer var det endast 2 600 personer som pausade sin utbetalning under 2024 enligt Pensionsmyndighetens statistik. Det är en låg andel, även om statistiken visar på en viss ökning över tid.

”Jag gick in och tog ett heltidsvikariat under en termin

En möjlig förklaring till ökningen kan vara att antalet jobbonärer – pensionärer som fortsätter arbeta – har blivit fler. Om statistiken hade kunnat brytas ner till att endast omfatta ”nyare” pensionärer, snarare än hela pensionärsgruppen, hade andelen som pausar sannolikt varit högre.

År	Paus av Inkomst-, tilläggs- och garantipension samt premiepension*
2015	900
2016	1 400
2017	2 000
2018	2 400
2019	2 400
2020	2 500
2021	2 700
2022	2 600
2023	3 100
2024	2 600

*Avser antal personer som har valt att pausa alla dessa fyra förmåner.

Källa: Pensionsmyndighetens analysavdelning

Pausade uttag

Innan KPA Pension påbörjade utvecklingen av tjänsten för att möjliggöra uppehåll i tjänstepensionsutbetalningarna gjorde vi en uppskattning av hur många kunder som årligen skulle kunna tänkas använda tjänsten. Bedömningen baserades på statistik från Pensionsmyndigheten och utgick från två antaganden: att möjligheten skulle bli allmänt känd samt att cirka en fjärdedel av de som tar ut allmän pension även har pensionsutbetalningar hos KPA Pension. Prognosen visade då på ett maximalt användande av cirka 800 kunder per år under de första åren.

”Jag pausar för att undvika den statliga inkomstskatten

Inför lanseringen av paustjänsten genomförde KPA Pension ingen särskild informationsinsats till sina kunder. Istället spreds informationen om lagändringen via artiklar i dags- och kvällspress, bloggar och poddar, vilket bidrog till att allmänheten fick kännedom om de nya möjligheterna. KPA Pension var först ut med att erbjuda möjlighet att kunna göra uppehåll i tjänstepensionsutbetalningarna inom kommun- och regionsektorn, och redan i slutet av november 2024 var funktionen färdigutvecklad och det fanns möjlighet att kunna registrera ändringsbegäran. Detta ledde till att KPA Pension i januari 2025 hade sex pausade pensionsförsäkringar. Ett tecken på att vissa kunder var snabba med att utnyttja möjligheten att kunna göra uppehåll i sina utbetalningar så snart den blev tillgänglig.

Under det första året (2025) registrerades totalt 410 pausade pensionsförsäkringar hos KPA Pension, som har drygt 200 000 kunder med premiebestämd försäkring under utbetalning. Detta är i linje med vår prognos.

Hög andel kvinnor som pausar

Bland KPA Pensions kunder som har valt att pausa sitt tjänstepensionsuttag är 73 procent kvinnor, vilket motsvarar den övergripande könsfördelningen bland kunderna.

79-åring äldst med att pausa

Den äldsta kunden som hittills valt att pausa sin utbetalning hos KPA Pension är 79 år, medan den som är yngst är 57 år. Eftersom den lägsta åldern för att påbörja utbetalning inom KAP-KL/AKAP-KR är 60 år sedan 2023, innebär det att den yngsta personen har startat sin utbetalning före denna regeländring. Medianåldern för att pausa utbetalningen är 67 år.

Variation i kapital och månadsbelopp bland pausade kunder

Det finns en stor spridning i kapital bland de kunder som har valt att pausa sin utbetalning, från ca 6 000 kronor till flera miljoner kronor. Medianbeloppet är 230 000 kronor i pausat kapital och män har ett något högre medianbelopp än kvinnor, 260 000 kronor.

Månadsbeloppen varierar också kraftigt. Medianbeloppet per månad för samtliga pausande kunder hos KPA Pension är ca 3 800 kronor. För kunder med pausad tidsbegränsad utbetalning är medianbeloppet ca 5 000 kronor.

Variation i paustiden – från tre månader till 10 år

När kunder ansöker om att pausa sin utbetalning av tjänstepension behöver de ange hur lång tid pausen ska vara. Det är möjligt att ändra eller avbryta pausen i förtid, eller att förlänga den ytterligare vid behov. Eftersom möjligheten att pausa utbetalningen endast har funnits under ett år är det ännu svårt att dra några definitiva slutsatser om hur lång paustiden blir i praktiken. Nedan redovisas hur kunder hittills har ansökt gällande sina uppehåll.

”Min man avled, jag får hans pension några år till, det är stor skillnad att vara två med alla räkningar, nu sprider jag inkomsten på några år till

Den längsta registrerade paustiden hos KPA Pension är tio år, medan den kortaste är tre månader, vilket också är den minsta tillåtna paustiden. I genomsnitt har kunderna valt att pausa utbetalningen i ca två år, och det vanligaste valet är tolv månader.

Det är fler som pausar tidsbegränsade uttag. Av KPA Pensions kunder som har pausat sin tjänstepension har 80 procent tidsbegränsad utbetalning, medan 20 procent har en livsvarig utbetalning.

Förlängning av uttagstiden

Sedan 2023 när den kortaste uttagstiden inom den kommunala sektorn höjdes från fem till tio år, minskar antalet utbetalningar på fem år successivt. Inom privat sektor är det fortfarande möjligt att ta ut tjänstepensionen på fem år.

Under 2025 har KPA Pension registrerat 243 förlängda pensionsförsäkringar. Av dessa var 48 stycken (20 procent) förlängningar från en tidsbegränsad utbetalning till livsvarig utbetalning.

Bland de kunder som har valt att förlänga sin uttagstid har de flesta ursprungligen haft en uttagstid om tio år men även här finns en stor spridning, allt ifrån fem års uttagstid till 20 år. I genomsnitt hade dessa kunder haft sin utbetalning i sex år när de beslutade att förlänga uttagstiden.

”Jag har många tjänstepensioner och kan nu optimera uttagen

Eftersom möjligheten att förlänga uttagstiden endast har funnits under en begränsad period, saknas det ännu en definitiv bild av hur lång förlängningstiden faktiskt blir i praktiken. Därför krävs en längre tidsperiod innan en faktabaserad analys kan göras av det faktiska utfallet.

Trots detta redovisar vi här hur KPA Pensions kunder hittills har valt att förlänga sina pensionsutbetalningar. Det finns en stor variation i förlängningstiderna. Majoriteten har valt att förlänga med ett till fem år, där fem års förlängning är det vanligaste valet. Den genomsnittliga förlängningstiden är fyra år.

Kundinsikter: Erfarenheter, behov och förbättringsförslag

Under hösten 2025 genomförde KPA Pension en enkätundersökning bland kunder som hade valt att pausa eller förlänga utbetalningen av sin tjänstepension. Syftet med undersökningen var att samla in kundernas erfarenheter, identifiera deras behov och fånga upp förslag på förbättringar av tjänsten. Nedan sammanfattas de viktigaste insikterna från enkäten.

”Jag arbetar fortfarande och vill undvika att min sammanlagda inkomst blir för hög

Hur kunderna fick kännedom om möjligheten att pausa eller förlänga utbetalningen

Majoriteten av kunderna fick kännedom om möjligheten att kunna pausa eller förlänga tjänstepensionsutbetalningarna via media (43 %) och KPA:s webbplats kpa.se (32 %). Men informationsvägarna är många: flera nämner även kundservice, vänner, familj, arbetsgivare och minPension. En del kunder beskriver att de själva aktivt sökte upp informationen, exempelvis genom att ringa till KPA eller undersöka möjligheterna på egen hand. Några fick tips från närstående, medan andra uppmärksammades på möjligheten genom artiklar eller inslag i media.

Detta visar att extern kommunikation och digitala kanaler spelar en avgörande roll, men att även den personliga kontakten och det egna initiativet är viktiga faktorer.

”Jag ringde själv för att fråga.”

”Fick info via media att det fanns en möjlighet att pausa tjänstepensionen, kontaktade då kundtjänst.”

”Från en familjemedlem.”

Upplevd tydlighet och tillräcklighet i informationen

83 % ansåg att informationen inför valet var tillräcklig. Bland förbättringsförslag återkommer önskemål om tydligare information om vad som händer efter en paus, digitala alternativ för ansökan, och bättre vägledning kring regler, villkor och konsekvenser av val (t.ex. påverkan på uttagstid och belopp).

"Det var lite oklart vad som hände efter att pausen avslutades."

"Kanske man skulle haft möjlighet att göra det digitalt istället för blankett på posten"

Skäl till att pausa eller förlänga utbetalningen

De vanligaste motiven är fortsatt arbete, jämna ut inkomster, skatteskal och längre uttagstid samt livshändelser som sjukdom, partners ålder och administrativa skäl.

Enkelt att pausa, men hellre digitalt

91 % upplevde att det var enkelt att anmäla paus/förlängning av sin tjänstepension hos KPA Pension, men det finns återkommande önskemål om digitalisering: webbaserad ansökan med BankID, möjlighet att ladda ner blanketter, och bättre information på Mina sidor. Många vill ha digitala bekräftelser och tydligare instruktioner om hur man återupptar utbetalningen.



Det finns alltid något att fixa med på Ann-Marie Skyldberg Gunnarssons 1700-talsgård i Lindome. Alpackorna Babar och Vranken ingår numera i hushållet.

Ann-Marie jobbar för balansen i livet

Ann-Marie Skyldberg Gunnarsson var länge enhetschef inom LSS-verksamheten i Mölndals stad. Idag jobbar hon i ett privat vårdbolag, och trivs med balansen i livet. Tjänstepensionen pausade hon enkelt, däremot gick det sämre med pensionsfonden i hennes bank.

För Ann-Marie Skyldberg Gunnarsson var det ett naturligt val att vilja arbeta med människor. Och då gärna i chefsposition.

– Ja, jag gick vård- och omsorgslinjen med chefsinriktning på Vårdhögskolan i Göteborg på 1980-talet. Efter det har jag förstås gått en mängd kortare utbildningar genom jobbet.

I mer än 30 år var hon chef inom Mölndals stads LSS-verksamhet för funktionsnedsatta, och som mest hade hon ansvar för omkring 30 medarbetare.

– Det roliga med jobbet har varit att kunna påverka individers livssituation till det bättre. Jag älskar människor och vill att de har det bra. Jag har fått se fina resultat av det jag jobbat med, både brukare och personal har mått bra i min närhet, säger hon.

Utöver chefskapet är hon även utbildad familjeterapeut:

– Den utbildningen lärde jag mig väldigt mycket av. Det är kunskaper jag haft nytta av i kontakterna med våra funktionsnedsattas anhöriga, personalen samt nätverken runt dessa personer.

Ett intressant och krävande jobb har det varit, konstaterar hon. Och det är det fortfarande, för den delen:

– Jag gick i pension 2022 efter mer än 30 år i Mölndals stad. Men efter ett tag upptäckte jag att det inte passade mig alls. Jag sökte och fick ett timvikariat på ett privat vårdbolag. Efter en tid blev jag fast anställd som platschef på en LSS-verksamhet.

Det var en återgång till arbetslivet som passade henne.

– Jag är en väldigt social människa. För att jag ska må bra, behöver jag vara ute i arbetslivet ett tag till, säger hon och fortsätter:

– När jag blev anställd pausade jag den allmänna pensionen. Tjänstepensionen däremot löpte på med den tio år långa uttagstid som jag valt. Det var inte mycket att göra åt.

”För att jag ska må bra, behöver jag vara ute i arbetslivet ett tag till

Tiden som platschef blev kort – företaget slimmade organisationen efter något år. Men den fasta anställningen har hon kvar. Och när det i media rapporterades att tjänstepensionen skulle kunna pausas var hon snabb i vändningarna:

– Jag såg nyheten om pausad pension och ringde KPA Pension direkt. Det gick väldigt smidigt att pausa pensionen med bara några telefonsamtal.

Däremot var det inte lika enkelt att pausa den tjänstepension som banken förvaltar åt henne.

– Jag ringde min bank samtidigt, men där hade man ingen beredskap alls! Jag fick beskedet att återkomma efter sommaren. Det tycker jag var riktigt dåligt – och det sa jag också till min bankman!

Just nu jobbar hon 88 procent och trivs utmärkt med det. Dock kan hon tänka sig att gå ner i arbetstid så småningom.

– Jag bor fantastiskt bra på en gård från 1700-talet, med en del djur. Egentligen har jag mycket att göra här hemma, men det blir lite för ensamt.

Det sociala livet och nätverken betyder mycket, konstaterar hon.

– Jag har en hel del väninnor, men de har barnbarn att ägna sig åt. Mina barnbarn är vuxna, den äldsta är 28 år. Jag får väl hoppas på barnbarnsbarn, säger hon med ett skratt.

Förmodligen kommer makens pensionering att styra när hon slutar jobba.

– Min man jobbar och kommer att göra det i åtskilliga år framåt. Det är en drivkraft att fortsätta jobba tills han slutar. Sedan är den extra inkomsten välkommen, det ska man inte sticka under stol med. Vår gård drar en del pengar i underhåll, allt kostar.

Som det är nu tar Ann-Marie ut den allmänna pensionen plus en mindre del av tjänstepensionen. Något mer stopp i uttaget lär det inte bli.

– Jag ringer till KPA Pension när jag vill ha igång min pension igen. Att kunna pausa tjänstepensionen är en fantastisk möjlighet, det är bara galet att det inte gjorts tidigare!

Text: Thomas Pettersson

Bild: Henrik Brunnsgård



Ann-Marie Skyldberg Gunnarsson

Ålder: 66 år.

Bor: i Lindome, söder om Göteborg.

Familj: maken Mats, barn och barnbarn.

Yrkesliv: enhetschef inom LSS-verksamheter.

Jobbar nu: i ett privat vårdbolag inom LSS.



Annika planerar ekonomin efter 80-årsdagen

Annika Forsgren slutade aldrig jobba som kurator i ett vårdteam inom vuxenpsykiatri i Region Kalmar. Nu har hon pausat tjänstepension till 2030, när hon fyller 80 år. Och hon utesluter inte att jobba vidare efter det, om hälsan tillåter.

För Annika Forsgren i Kalmar har yrkeslivet handlat om att verka i den sociala sektorn. Enda undantaget är ett tolv år långt avbrott för att ta hand om familjens fyra barn under makens utlandsjobb.

– Jag pluggade till socionom i Umeå under tidigt 1970-tal. Det blev ett första socialsekreterarjobb i Sundsvall innan jag anställdes på länsstyrelsen i Dalarna 1980 och fick ägna mig åt tillsynsärenden. Där blev jag intresserad av juridik, de rättsliga aspekterna på sociala tjänster.

Då passade det bra att hon träffade blivande maken, juristen Claes, på en dans i kårlivets Uppsala. Sedan följde familjebildning, flyttar, bland annat till Bryssel och hemarbete med fyra barn.

Öland blev nästa anhalt i livet. Barnen blev större och 1995 var det dags att börja jobba igen. Nu fick hon starta om yrkeslivet, och första jobbet blev att ta hand om personer med funktionsnedsättningar vid Landstinget Kalmars habiliteringsenhet. Där blev hon chef och kvar till 2008. Då nappade hon på ett jobb inom vuxenpsykiatri.

– Den tjänsten var som klippt och skuren för mig! Där fick jag jobba fullt ut med min socialrättsliga kunskap: kämpa med Försäkringskassan, kontakter med kommunens handläggare, anhörigstöd med mera. Det jobbet har jag trivts jättebra med!

Hösten 2018 hade Annika Forsgren tänkt gå i pension. Det gjorde hon också, med fullt uttag av allmän pension och tjänstepension.

– Jag fick direkt ett erbjudande om att jobba kvar på timmar i utredningsteamet. Och där jobbar jag fortfarande. Vi har måndagsmöten om nya patienter där jag medverkar, andra dagar gör jag intervjuer och uppföljningar. Jag kan jobba hemifrån, det är flexibelt och passar mig perfekt.

”Det är inte billigt att flyga till Dubai flera gånger per år

Idag jobbar hon i runda slängar 15 timmar i veckan. I efterhand anser hon att uttaget av tjänstepension kunde ha fått vänta. Därför kom möjligheten att pausa tjänstepensionen lämpligt.

– Det kom ett utskick på min myndighetspost. Jag ringde även till KPA Pension för mer information. Man fick ju fylla i en blankett och skicka in, det var inga problem. Jag ser faktiskt bara fördelar med pausandet, inga nackdelar.

Hur länge har du pausat pensionen?

– Jag pausade uttaget till 2030. Nu hoppas jag att pengarna läggs på hög, så man får en rejäl slant då, skrattar hon.

Beslutet var enkelt att ta, men hon funderar över var det finns information om vad pausandet betyder i pengar.

– Det skulle inte skada med tydligare information om vad pausandet faktiskt innebär ekonomiskt. Det är inte min grej att räkna ut sådant på egen hand, jag hoppas att det finns andra som är bra på det.

Fortsätter du jobba efter fyllda 80 år? Pausar du tjänstepensionen igen, i så fall?

– Vem vet, får jag bara vara frisk så. Det kan inte uteslutas i alla fall.

Det finns faktiskt en extra morot för att fortsätta jobba: yngsta dottern bor med make och två barn i Dubai. Och resorna dit är kostsamma.

– Det är inte billigt att flyga till Dubai flera gånger per år. Vi ska flyga dit och fira jul i år – då är biljetterna dubbelt så dyra!

Text: Thomas Pettersson

Bild: Kristina Wirén

Annika Forsgren

Ålder: 75 år.

Bor: i Kalmar.

Familj: maken Claes, barn, bonusbarn och barnbarn.

Yrkesliv: socialsekreterare och kurator.

Jobbar nu: inom vuxenpsykiatri, kurator i ett vårdteam.





Michael toppar yrkeslivet med folkmusik

Michael Müller har verkligen levt ett kreativt yrkesliv. Nu har han och sambon pausat sina tjänstepensioner för att fördela uttaget över tid. Gården Lugnet B&B utanför Gävle kommer att hålla de båda sysselsatta framöver.

Det är en nöjd Michael Müller som svarar när KPA Pension ringer upp för att prata jobb och pensioner. Inte undra på: hans bok Gästriklands spelmän har nyligen korats till Årets hembygdsbok 2025.

– Det är faktiskt ganska häftigt! Väldigt roligt, säger han med eftertryck.

Michael Müller har verkligen gjort en livsresa. Född 1953 i Sverige av tyska föräldrar växte han upp under efterkrigstiden, i ett land som kom undan kriget betydligt lindrigare än föräldrarnas hemland.

Att välja yrke var inte helt lätt. Efter ett kort inhopps på en ekonomutbildning sadlade han om till mellanstadie lärare via Lärarhögskolan i Gävle med examen 1976.

Det blev lärarjobb i Sandviken några år, men han trivdes sådär. Det fanns annat som lockade: hantverk, gröna vågen och svensk folkmusik.

– Jag började dansa folkdans redan i tonåren. När jag blev lite äldre tog jag upp fiolspelandet och mitt intresse för folkmusik bara växte.

I början av 1980-talet började han på Malungs folkhögskola för att få ägna sig åt folkmusiken.

”Så länge vi orkar och tycker det är roligt fortsätter vi driva Lugnet

Med lärarjobbet hade han däremot kommit till vägs ände. Han längtade efter att få jobba med händerna, ett mer praktiskt inriktat liv. Efter en möbelpetserutbildning i Ljusdal öppnade han eget i Gävle i början på 1990-talet.

– Jag gillade skapandet: man tar emot skräp och skrot, och lämnar tillbaka guldklimpar. Det var tacksamt, säger han.

Det blev tio år i branschen, innan han fick chansen att ägna sig åt sitt största intresse: folkmusiken. Under flera decennier hade han gjort sig ett namn som spelman, arrangör och producent av folkmusik. När regionfinansierade Musik i Gävleborg inrättade en heltidstjänst för produktion av folkmusik var han en given kandidat.

– Det var en unik tjänst. Det var fantastiskt roligt, jag fick jobba med musik på heltid fram till min pensionering 2017.

När han fick nys om möjligheten att pausa tjänstepensionen, tog han direkt tillfället i akt.

– Både jag och sambon Christina beslöt oss för att pausa de tjänstepensioner som är möjliga. Vi klarar oss bra på det vi får ut i pensionsväg idag, åtminstone så länge vi är tillsammans.

Viktigt i sammanhanget är att de inte har några skulder på fastigheten Lugnet i Oslättfors där de bor.

– Utan skulder kan man leva billigt. Vi har heller inte behov av att exempelvis ge oss ut på långa och dyra resor.

Tanken är att låta tjänstepensioner löpa omlott: några pensionsförsäkringar går ut 2027, medan andra pausats så att uttaget börjar igen 2028.

– Vi behöver inte pengarna just nu, vi behöver dem bättre längre fram. Att pausa är en jättebra möjlighet, och vi hoppas ju att pengarna ökar i värde under tiden.

Processen med pausandet var smidig och blanketten från pensionsbolaget enkel att fylla i. Men någon mer paus lär det inte bli.

– När tjänstepensionen tar slut är jag väl 77 eller 78 år gammal. Då får vi klara oss med det vi har, helt enkelt.

Kvar finns Lugnet att ägna sig åt. Där har Michael och Christina byggt upp en verksamhet för bed & breakfast, bröllop, dop och andra aktiviteter. Och spelmansstämmor, förstås...

– Så länge vi orkar och tycker det är roligt fortsätter vi driva Lugnet. På sommaren vill vi ändå inte vara någon annanstans i världen – då kan vi lika gärna hålla öppet och ta emot gäster här.

Text: Thomas Pettersson

Bild: Mats Åstrand



Michael Müller

Ålder: 72 år.

Bor: i Oslättfors utanför Gävle.

Familj: sambon Christina, fyra vuxna barn och sex barnbarn.

Yrkesliv: lärare, möbelpetserare och folkmusikproducent.

Jobbar nu: driver Lugnet i Oslättfors B&B med sambon.



Pirjos andliga val färgar livet

Pirjo Svenssons privatliv har varit dramatiskt, yrkeslivet mera vardagligt. När det gäller pensionerna var hon strategisk med den allmänna pensionen, men ångrar uttaget av tjänstepensionen. Idag jobbar hon med kundservice, och kanske blir det skrivande efter pensioneringen.

Två gånger har Pirjo Svensson blivit en toppnyhet i svenska medier. Båda gångerna har hon häktats av myndigheter för sitt utövande av Falun Gong. Första gången i Kina, andra gången i Thailand.

– Jag blev en bricka i ett politiskt spel i Thailand. Myndigheterna var rädda att jag skulle demonstrera under ett kinesiskt statsbesök, berättar hon och fortsätter:

– En officer förklarade läget för mig: ”Vi vill vara vän med Sverige, men vi måste också vara vän med Kina, för de ger oss pengar.”

Snacka om dramatik! Men vi tar det från början. Vilket innebär en sjuksköterskeexamen och jobb i Stockholm, Norge, Saudiarabien och Göteborg.

– I Göteborg jobbade jag på neurokirurgen på Sahlgrenska. Arbetsmiljön var tuff och jag blev mer eller mindre utbränd. Som ett led i rehabiliteringen började jag meditera. Då kom jag i kontakt med Falun Gong, som var en ny rörelse från Kina.

Mediterat hade hon gjort förut, men nu fick meditationen ett starkare andligt och etiskt innehåll.

– Falun Gongs grundare Li Hongzhi föreläste i Göteborg 1995. ”Ska vi ha en bra framtid måste vi vara goda människor”, var budskapet. Det talade starkt till mig, samtidigt som min hälsa förbättrades.

”Häktningsordern var underskriven av premiärminister Thaksin Shinawatra personligen

Pirjo kom till en rörelse som växte rekordsnabbt i Kina innan den politiska ledningen förbjöd organisationen 1999.

– Jag var i Kina två gånger efter förbudet. Våren 2001 genomförde vi, en grupp västerlänningar, en demonstration för mänskliga rättigheter på Himmelska fridens torg i Peking. Det tog bara fem minuter innan vi greps, berättar hon.

Gripandet slogs upp stort i svenska och internationella medier, och gruppen släpptes snabbt. Värre blev det några år senare. Då hade Pirjo hunnit gifta sig och flytta till Thailand med maken. Inför ett kinesiskt statsbesök greps hon av thailändska myndigheter och satt häktad i 37 dagar.

– Häktningsordern var underskriven av premiärminister Thaksin Shinawatra personligen! Den svenske ambassadören hjälpte mig mycket: ”Pirjo, du har inte gjort något fel”, sa han.

Åter i Sverige blev det fortsatt vårdjobb – närmare tio år på Vårdguiden 1177 och ett privat vårdbolag – plus journaliststudier som gav jobb på en politiskt fristående tidning som grundades av en kinesisk matematiker och Falun Gong-utövare i USA.

Åren gick, och redan innan hon slutat jobba började hon ta ut pension.

– Jag började ta ut tjänstepensionen redan 2021, när jag var 62 år. Jag ville ha lite mer pengar, kunna resa och unna mig lite extra. Jag tog ut pensionen på fem år.

Dessutom tog hon ut det minsta möjliga av den allmänna pensionen, med ett bestämt syfte:

– I Stockholm har man rätt till pensionärskort i lokaltrafiken redan vid 62 om man tar ut allmän pension. Även SJ har samma regler. Det gör rätt stor skillnad ekonomiskt, faktiskt.

Pirjo ångrade tidigt uttaget av tjänstepensionen. Hon satte sig i sinnet att försöka spara undan lite pengar istället.
– Jag är nog mer den som sätter fart på pengar än den som sparar, säger hon och skrattar.

När hon fick se en artikel på nätet om den nya möjligheten att pausa tjänstepensionen agerade hon direkt.
– Jag har pausat uttaget av tjänstepension i ett år, men jag kommer att pausa uttaget minst ett år till. Efter det planerar jag att ta ut den allmänna pensionen till fullo.

Dessutom ska hon förlänga uttagstiden för den resterande tjänstepensionen från 15 till 30 månader.
– Hade jag fått göra om pensionsvalet hade jag tagit ut tjänstepensionen på tio år och påbörjat uttaget vid 65-66 års ålder. Jag kan bara hitta bra saker med möjligheten att pausa, det alternativet skulle ha funnits tidigare.

Vad gäller de närmaste åren har hon agendan klar för sig:
– Jag kommer att fortsätta jobba med tidningen minst ett år till, just nu är det 25–30 timmar i veckan. Det kanske blir fortsatt skrivande efter pensioneringen.

Text: Thomas Pettersson
Bild: Stefan Bohlin

Pirjo Svensson

Ålder: 66 år.

Bor: i Stockholm.

Familj: singel, tre syskon och tio syskonbarn.

Yrkesliv: sjuksköterska och journalist.

Jobbar nu: kundservice på internationell medieorganisation.



Framtidsspaning – Pension och arbete i förändring

Utvecklingen mot flexibla uttagsregler för tjänstepension gör att pensionen alltmer kan anpassas efter individens livshändelser och förändringar på arbetsmarknaden, men även i samhället i stort. Med de nya möjligheterna att pausa och förlänga utbetalningen kan pensionen justeras efter individuella behov, vilket ger en ökad trygghet och frihet för individen.

Allt fler väljer att kombinera arbete med pensionsuttag. Den växande gruppen jobbonärer visar att gränsen mellan arbetsliv och pension blir allt mer flytande. För arbetsgivare innebär detta att kompetens kan behållas längre inom organisationen, samtidigt som medarbetare får större frihet att styra sin ekonomi och arbetsinsats. En annan drivkraft är att de som kombinerar arbete med pension kan undvika att betala högre skatt genom att pausa tjänstepensionen för att hålla nere den totala inkomsten.

Vi bedömer att allt fler kommer att utnyttja möjligheten att pausa eller förlänga uttagstiden framöver. KPA Pension får årligen cirka 30 000 nya pensionärer, vilket gör att även små förändringar i beteende får stor effekt. Vår rapport *Att gå i pension – ett medvetet och informerat val* visar att 30 procent av de tillfrågade skulle ha gjort ett annat val idag, antingen ett senare uttag eller en längre uttagstid.

Idag väljer drygt en tredjedel av KPA Pensions kunder livslång utbetalningstid. I takt med att kunskapen om att det är möjligt att ändra sitt val genom att förlänga utbetalningstiden är det möjligt att fler väljer en kortare utbetalningstid vid pensioneringstillfället.

För att kunderna ska kunna dra full nytta av de nya flexibla uttagsreglerna krävs en ökad kännedom om att de finns. Här har samtliga aktörer ett ansvar för att tillgängliggöra informationen. Digitala verktyg blir också viktigare för att kunna planera och förutspå effekterna av de val man gör. Bra prognoser och digitala tjänster, såsom uttagsplanerare och möjligheten att simulera olika uttagsscenarier, ger individen bättre kontroll över sin ekonomi och möjlighet att fatta välgrundade beslut. Den snabba utvecklingen av AI kommer att ge helt nya förutsättningar att skapa användarvänliga digitala tjänster som automatiserar och underlättar alla delar av pensioneringsprocessen.

Avslutning

De nya reglerna för paus och förlängning av tjänstepensionsutbetalning har inneburit ett viktigt steg mot ökad flexibilitet och individanpassning. Erfarenheterna från det första året visar att möjligheten att anpassa uttagstiden uppskattas av kunderna och att behoven varierar stort. Livshändelser som att bli änka eller änkling, förändringar på arbetsmarknaden och önskan om att undvika onödigt höga skatteuttag är exempel på faktorer som påverkar valet av pensionsuttag.

Sammanfattningsvis visar rapporten att flexibiliteten i tjänstepensionsuttaget är uppskattad och att förändringen ligger i linje med förändringar på arbetsmarknaden där vi förväntas arbeta längre och att fler också väljer att kombinera arbete med pension. Med fortsatt utveckling av information och digitala tjänster kan pensionssystemet bli mer tillgängligt, flexibelt och anpassat efter både individens och arbetsmarknadens förändrade behov.



KPA Pension är det ledande pensionsbolaget inom kommunsektorn. Sedan starten 1922 har vi erbjudit våra kunder konkurrenskraftiga pensions- och försäkringslösningar. KPA Pension är också pensionsbolaget som tänker ett steg längre. Vi vill ge våra kunder en trygg pension i en hållbar värld och tar därför ett aktivt samhällsansvar.

KPA Pension har idag hand om pensionen åt drygt 2,3 miljoner anställda och tidigare anställda inom kommun, region och kommunala företag.

Vi ägs till 60 procent av Folksam och till 40 procent av Sveriges Kommuner och Regioner.