

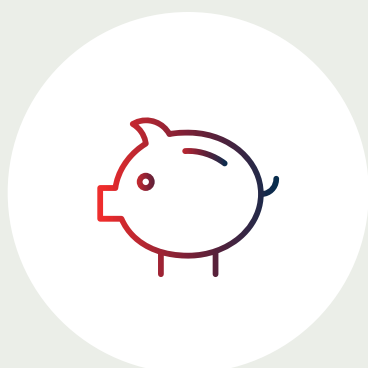
Få hjælp hele livet!

Din pensionsordning i PensionDanmark er meget mere end en opsparing til alderdommen – den er en hjælp hele livet.

Din opsparing giver dig mulighed for at leve godt, når du stopper med at arbejde. Men den er meget mere end en opsparing!

Du har også forsikringer og en sundhedsordning, du kan bruge hele livet – fx hvis du bliver syg, får en skade eller ikke længere kan arbejde fuld tid.

Hvis du vil vide mere, kan du logge ind på pension.dk. Her kan du se helt præcist se, hvad der er en del af din pensionsordning.



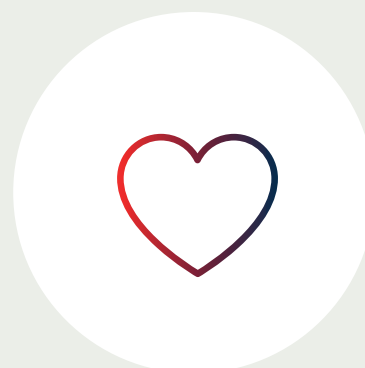
OPSPARING

Pensionsopsparingen er din sikkerhed for en tryk økonomi i alderdommen.



FORSIKRING

Forsikringerne hjælper dig, hvis du bliver syg og ikke længere kan arbejde, eller hvis du dør.



SUNDHED

Sundhedsordningerne giver hurtig hjælp, hvis du bliver ramt af skader eller sygdom.



Din opsparing

Din opsparing er penge, du får oven i din folkepension.

Pengene giver dig større frihed som pensionist.

Sådan sparer du op



Aldersopsparing

Aldersopsparing

Med en aldersopsparing vælger du selv, om du vil have pengene udbetalt på én gang eller i mindre portioner. Og du skal ikke betale skat af de penge, du får udbetalt.

Aldersopsparingen har desuden den store fordel, at pengene fra den ikke påvirker din folkepension.



Ratepension

Ratepension

Med en ratepension får du et beløb hver måned i en periode. Du vælger selv, hvor lang tid du vil have ratepensionen udbetalt over. Det kan være en periode på mellem 10 og 30 år. Du betaler skat af de penge, du får udbetalt.



Livsvarig pension

Livsvarig pension

En livsvarig pension giver dig penge hver måned – så længe du lever. Du skal betale skat af det, du får udbetalt.

Sådan bliver dine penge fordelt

Aldersopsparingen er en attraktiv opsparing, men der er grænser for, hvor meget du må sætte ind. Vi sørger for, at du indbetaler det, du må – og resten af dine penge fordeler vi ligeligt mellem din ratepension og din livsvarige pension.

Hvis du gerne vil have, at dine penge bliver fordelt på en anden måde, kan du selv ændre det på pension.dk.

Hvad får du, når du går på pension?

Hvis du gerne vil vide, hvad du nogenlunde får, når du går på pension – så log ind på pension.dk og regn på din pension.

Her får du et overblik over, hvad du får fra det offentlige, fra PensionDanmark og fra andre selskaber.

Har du spørgsmål til din pension eller opsparing? Så ring til os på **7012 1330**. Vi sidder klar alle hverdage fra 8-18.





Dine forsikringer

Du har forsikringer, der kan hjælpe dig og din familie, hvis der sker noget med dig.

Forsikringerne er en del af din pensionsordning

Når du har en pensionsordning i PensionDanmark, har du også en række forsikringer. De kan hjælpe dig, hvis du får en alvorlig sygdom, kommer på førtidspension eller dør. Og du kan selv bestemme, hvor meget du vil have udbetalt.

På pension.dk kan du se, hvad du får – og her kan du ændre beløbet, hvis det skal være større eller mindre. Det er vigtigt, at du er forsikret med et beløb, der kan gøre en forskel for dig og din familie, hvis der sker dig noget.

Dine forsikringer i PensionDanmark

Hvis du får en kritisk sygdom



Hvis du får en af de sygdomme, der er med i forsikringen, får du et skattefrit beløb fra PensionDanmark. De fleste får 100.000 kr. Forsikringen dækker fx kræft, en blodprop eller sklerose.

Kommer du i ressourceforløb?



Du har mulighed for at få halvdelen af dit engangsbeløb ved førtidspension udbetalt, hvis du kommer i ressourceforløb hos kommunen. Der er dog nogle krav, der skal være opfyldt. Læs mere på pension.dk.

Hvis du kommer i fleksjob



Hvis du bliver ansat i et fleksjob, sørger vi for at sætte penge ind på din opsparing, så du stadig har fuld indbetaling til din pension.

Førtids- eller seniorpension



Kommer du på førtids- eller seniorpension, får du udbetalt et beløb hver måned. Det giver dig bedre mulighed for at leve, som du plejer, selvom din indkomst falder.

Vi sætter også et beløb ind på din pensionsopsparing hver måned. Så vokser den stadig. Ved førtidspension får du måske også et engangsbeløb.

Hvis du dør



Hvis du dør, inden du får udbetalt din pension, får dine efterladte de penge, du har sparet op. Har du ikke sparet så meget op, har du en forsikring, der sikrer dine efterladte et minimumsbeløb. Det er typisk på 500.000 kr.



PensionDanmark Sundhedsordning

Få hurtig behandling, hvis du har fået en skade eller har andre problemer.

Vi hjælper, uanset om skaden er sket på dit arbejde eller i din fritid.



Er du syg?

Ring til vores sundhedsrådgivning, hvis du har været syg i lang tid, eller du tit må melde dig syg. Vores erfarne sygeplejersker og socialrådgivere kan hjælpe dig videre og måske tilbage på arbejde. Du kan også få gode råd om dine muligheder i det offentlige sundhedssystem.

Ring til vores sundhedsrådgivning på **7012 1335** alle hverdage 8-18.



Få behandling

Har du problemer med led eller muskler – fx i ryg, knæ, albue eller håndled – kan du få behandling hos en:

- > Fysioterapeut
- > Kiropraktor

Bestil tid på pension.dk eller i vores app. Du kan også ringe til os på **7010 0806** alle hverdage 8-18.



Hurtig Diagnose

Har du været hos lægen og blevet henvist til undersøgelse, kan vi hjælpe dig. Vi bestiller tid hos den rigtige specialist for dig, så du hurtigt får hjælp til at finde ud af, hvad du fejler.

Ring til vores sygeplejersker på **7012 1335** alle hverdage 8-18.



Online Psykolog

Der kan være mange gode grunde til at tale med en psykolog. Fx hvis du er bange for, om du har stress, hvis du føler dig deprimeret, eller hvis en af dine nærmeste bliver alvorligt syg.

Tal med Online Psykolog via video i vores [app](#) eller på pension.dk. Måske er en enkelt samtale nok.

Du kan tale med Online Psykolog alle hverdage 8-21 og i weekender og på helligdage 9-17.



Online Læge

Online Læge er et supplement til din egen læge. Brug Online Læge, hvis du fx har brug for at tale med en læge om aftenen eller i weekenden. Du kan tale med Online Læge via video alle hverdage 8-22 og i weekender og på helligdage 9-17.

Brug Online Læge via pension.dk eller vores [app](#).

