



Pensjonistforbundet

2025

PENSJONISTERS LEVEKÅR 2025

ØKONOMI, PENSJON, KJØPEKRAFT, SKATT OG BOSITUASJON



Pensjonisters levekår 2025

Sammendrag

- **Regulering av pensjon:** Alderspensjon under utbetaling ble oppregulert med 3,71 prosent fra 1. mai 2025. Det gir en årlig vekst på 3,4 prosent. Prisveksten er anslått til 2,8 prosent. Det gir en forventet bedring av kjøpekraften på 0,6 prosent i 2025. De siste 10 årene har oppreguleringen av pensjon vært svakere enn prisveksten, med en gjennomsnittlig svekkelse på 0,1 prosent per år. Lønnstakere har i snitt fått 0,4 prosent realvekst per år i samme periode.
- **Minstepensjonister og lavinntekt:** Minstepensjon for enslige økte med 6 000 kroner utover den ordinære oppreguleringen av pensjon fra 1. mai 2025. Til tross for dette ligger minstepensjonen for enslige omtrent 40 000 kroner under fattigdomsgrensen (EU60-nivå). Fra 2022 til 2023 ble andelen aleneboende minstepensjonister med en inntekt under fattigdomsgrensen redusert fra 77,6 prosent til 69,2 prosent. Den positive utviklingen må sees i sammenheng med en høyere pensjonsregulering enn lønnsvekst i 2023, samt økt minstepensjon for enslige med 4 000 kroner fra 1. januar 2023.
- **Alderspensjon fra folketrygden:** Den gjennomsnittlige alderspensjonen fra folketrygden anslås til 310 700 kroner i 2025, som tilsvarer om lag 25 900 kroner per måned. Gjennomsnittlig årslønn anslås til 735 700 kroner i 2025.
- **Kjønnsforskjeller i pensjon:** Kjønnsforskjellene blant pensjonister er tydelige på flere områder. Kvinner mottar i gjennomsnitt 24 209 kroner per måned i alderspensjon fra folketrygden, mens menn mottar 28 280 kroner. Dette betyr at menn i snitt har 16,8 prosent høyere alderspensjon enn kvinner. Langt flere kvinner enn menn er minstepensjonister, med 18,6 prosent av kvinner og kun 4,0 prosent av menn. Færre kvinner enn menn mottar AFP fra privat sektor, og flere menn enn kvinner starter uttak av pensjon før fylte 67 år.
- **Geografiske forskjeller:** Oslos befolkning skiller seg ut ved at kun 11,7 prosent er over 67 år. Landsgjennomsnittet er 16,8 prosent, mens Innlandet har høyest andel på 21,3 prosent.
- **Økt andel pensjonister med gjeld:** 66,2 prosent av personer over 67 år hadde gjeld i 2023, opp fra 60,7 prosent i 2022. Gjennomsnittlig gjeld var 602 700 kroner i 2023.
- **Institusjonsplasser for eldre:** Antallet institusjonsplasser for personer over 80 år har gått ned, samtidig som antall personer i denne aldersgruppen har økt. Dette reflekterer en begrensning i tilbudet til eldre som har behov for institusjonsopphold.
- **Bostøtte og sosialhjelp:** Midlertidige bostøtteregler ble opphevet fra april 2024, noe som gjør at færre personer 67 år og eldre mottar bostøtte. Antallet sosialhjelpsmottakere har økt de siste 3 årene, spesielt blant enslige kvinner 67 år og eldre.

Innhold

Om denne rapporten.....	5
Pensjonssystemet i Norge	7
Lønn og pensjon	8
Gjennomsnittlig alderspensjon fra folketrygden	9
Alderspensjon fra folketrygden. Fra «gammelt» til «nytt» pensjonssystem	12
Pensjonsforliket av februar 2024	13
Antall alderspensjonister.....	14
Tjenestepensjon og AFP	15
Offentlig tjenestepensjon.....	15
AFP fra offentlig sektor.....	15
Innskuddspensjon.....	16
Avkastning på innskuddspensjon	16
Fripoliser	17
AFP fra privat sektor	19
Pensjonisters inntektsutvikling.....	20
Pensjonsveksten i 2025	22
Oppregulering av alderspensjon fra folketrygden	25
Pensjonistene er inntektstapere siste 10 år	27
Gjeld blant pensjonister	28
Minstepensjon og garantipensjon.....	29
Minstepensjon for enslige	31
Hvem lever under fattigdomsgrensen?.....	32
Minstepensjon for pensjonister i parforhold	34
Sosialhjelpsmottakere	37
Mottakere av supplerende stønad over 67 år	38
Bostøttmottakere blant pensjonister.....	38
Etterlattepensjon – gjenlevenderett reguleres ikke fra 2024	41
Skatt.....	43
Formuesskatt.....	45
Bosituasjon	46
Statens pensjonsformue og pensjonsforpliktelser.....	50

Om denne rapporten

Denne rapporten gir en oppdatert oversikt over pensjonisters levekår per september 2025, basert på statistikk fra flere kilder. Den tar for seg hvordan pensjonssystemet fungerer, utviklingen i inntektsforskjeller mellom kjønn og aldersgrupper, samt hvordan prisvekst og lønnsutvikling påvirker pensjonistenes kjøpekraft. I tillegg belyser rapporten andre faktorer som gjeld, bostøtte, og økonomiske utfordringer knyttet til bolig og helse.

I 2025 mottar om lag 19 prosent av Norges befolkning alderspensjon, opp fra 13,6 prosent for 20 år siden.¹ Denne økningen skyldes ikke bare en aldrende befolkning, men også endringer i muligheten til å ta ut pensjon tidligere. Pensjonsreformen fra 2011, reformen av offentlig tjenstepensjon, etterlattepensjon, og pensjonsforliket fra februar 2024, viser at pensjonssystemet er i kontinuerlig utvikling. Blant annet er reguleringen av pensjoner endret, og kravet om å stå lenger i arbeid er viktigere som følge av økt forventet levealder og levealdersjustering av pensjon. Uten å forlenge yrkeskarrieren vil pensjonsutbetalingene bli lavere enn tidligere.

Pensjonistgruppen er mangfoldig, med store variasjoner i inntekt, bakgrunn og økonomisk situasjon. Selv om mange pensjonister har god økonomi, må vi være oppmerksomme på de økonomiske utfordringene og forskjellene blant pensjonistene. Økonomiske levekår påvirker livskvaliteten, muligheten til deltakelse i samfunnet, og generell velferd. For mange innebærer overgangen fra arbeidslivet til pensjonisttilværelsen en betydelig inntektsnedgang. Aleneboende pensjonister og minstepensjonister er grupper som er særlig utsatt, og kan oppleve utfordringer med å opprettholde en akseptabel levestandard.

¹ Kilde: NAV og SSB

Aktuelle utviklingstrekk i 2025

- Prisveksten (KPI) er på vei ned. I 2022 og 2023 var prisveksten på henholdsvis 5,8 og 5,5 prosent, før den falt til 3,1 prosent i 2024. Statistisk sentralbyrå (SSB) forventer en prisvekst på 2,8 prosent i 2025.² Matprisene steg med 5,6 prosent de første 7 månedene av 2025.
- Pensjonsreguleringen i 2025 gir en årlig vekst på 3,4 prosent, som forventes å forbedre kjøpekraften med om lag 0,6 prosent. Reguleringen fra 1. mai 2025 var 3,71 prosent.
- Styringsrenten økte fra 0 prosent i 2021 til 4,5 prosent ved inngangen til 2024, der den ble holdt til juni 2025. Da kuttet Norges Bank renten for første gang på fem år, til 4,25 prosent.
- Minstepensjon for enslige økte med 6 000 kroner ekstra fra 1. mai 2025.
- Gjenlevendetillegget til etterlatte alderspensjonister født i 1944 eller senere ble ikke oppregulert. Det fører til en svakere inntektsutvikling for mottakere av slikt tillegg.
- I februar 2024 inngikk Stortinget et pensjonsforlik med flere justeringer. Det er ventet at regjeringen vil følge opp med forslag til lovendringer i løpet av høsten 2025.
- I 2025 ble fripoliser i livselskap i snitt oppregulert med 0,6 prosent, klart under forventet prisvekst på 2,8 prosent.³ Dermed ble kjøpekraften ytterligere svekket, etter et fall på 14,9 prosent (51 milliarder kroner) i perioden 2019 – 2023.⁴
- Andelen pensjonister med gjeld er økende. Fra 2022 til 2023 økte andelen personer 67 år og eldre med gjeld fra 60,7 prosent til 66,2.
- Fra 2024 til 2025 var det en reduksjon i skatten på om lag 0,8 prosentpoeng for pensjonsinntekter opp til om lag 350 000 kr. For høyere inntekter er skatteprosenten om lag uendret eller redusert med 0,1 prosentpoeng.
- Andelen innbyggere 80 år og eldre med institusjonsopphold falt fra 10,1 prosent ved inngangen til 2024 til 9,4 prosent i ved inngangen til 2025. Antallet personer i aldersgruppen økte sist år med rundt 14 000 personer, mens antall institusjonsplasser bare økte med 90.
- Uføre skjermes delvis mot levealdersjusteringen gjennom et skjermingstillegg. Ordningen som tidligere gjaldt årskullene 1944 – 1953 ble utvidet fra 1. januar 2025 til å omfatte uføre født 1954 – 1962. I juni 2025 var 221 300 personer delvis skjermet, som er om lag 1 av 5 alderspensjonister. Det er en økning på 42 prosent fra året før. 6 av 10 er kvinner.⁵

² Kilde: SSB. Økonomiske analyser 2/2025

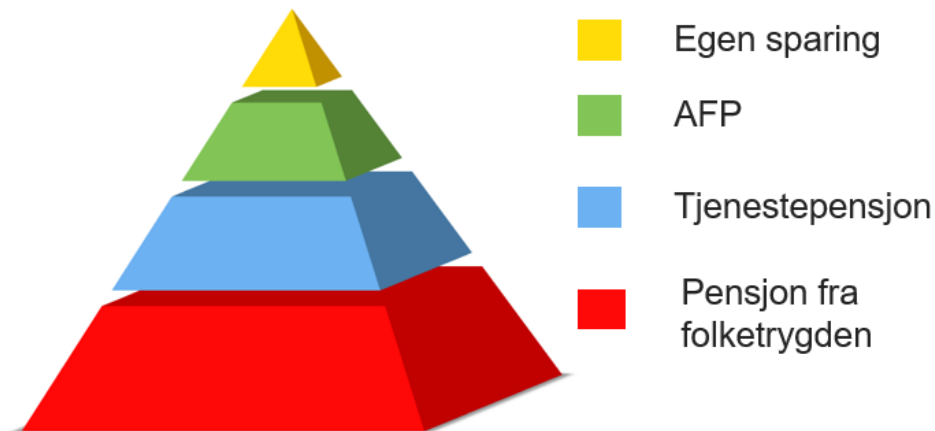
³ Kilde: Pensjonistforbundet, *Kundenes fripoliseregnskap 2024*

⁴ Kilde: Pensjonistforbundet, *Fakta om fripoliser 2024*

⁵ Kilde: NAV

Pensjonssystemet i Norge

Figur 1: Hva består pensjonen av?



- Alderspensjonen fra folketrygden er grunnmuren i pensjonssystemet vårt. Alle som bor og jobber i Norge tjener opp rett til alderspensjon fra folketrygden. Den er avgjørende i å sikre at alle får en alderspensjon, den er livsvarig og utbetales av NAV.
- Tjenestepensjon er pensjon opptjent via arbeidsplassen. Det finnes ulike tjenestepensjonsordninger av varierende kvalitet. Det er offentlig tjenestepensjon for offentlig ansatte, og ansatte i privat sektor kan ha enten innskuddspensjon, ytelsespensjon, fripoliser eller hybridpensjon. Noen tjenestepensjoner er livsvarige, mens andre varer kun et gitt antall år, eller til pensjonsbeholdningen er brukt opp.
- AFP (avtalefestet pensjon) er en pensjonsordning for ansatte i bedrifter med tariffavtale som fyller visse vilkår. For offentlig ansatte født før 1963 er AFP en tidsbegrenset pensjon fra 62 til 67 år. For offentlig ansatte født i 1963 eller senere, samt i privat sektor, er den livsvarig.
- Egen sparing er hva den enkelte eventuelt sparer til pensjon på egenhånd.

Størrelsen på pensjonen din avhenger av: når du er født, hvor lenge du har vært i arbeid, når du begynner å ta ut pensjon, hvilken lønn du har hatt, hvilken tjenestepensjon du omfattes av, og om du har rett til AFP. Pensjonen kan også være avhengig av din sivilstand, og samboers inntektsnivå.

I privat sektor er tjenestepensjonsordningene ofte bedre i virksomheter med høyere lønninger, enn i bransjer med lavere lønn. Inntektsforskjeller kan forsterkes inn i pensjonisttilværelsen, dersom kompensasjonsgraden⁶ er høyere for høytlønte enn lavtlønte. Det er også store forskjeller i pensjonsnivå blant pensjonister etter kjønn og alder. For eksempel er 72 prosent av mottakerne av AFP fra privat sektor menn, og 28 prosent er kvinner. Blant kvinner over 85 år mottar 43,2 prosent minstepensjon, mens dette kun gjelder 1,8 prosent av kvinner i alderen 67 til 69 år.⁷

⁶ Kompensasjonsgrad er hvor stor andel pensjonen utgjør av tidligere inntekt.

⁷ Kilde: NAV

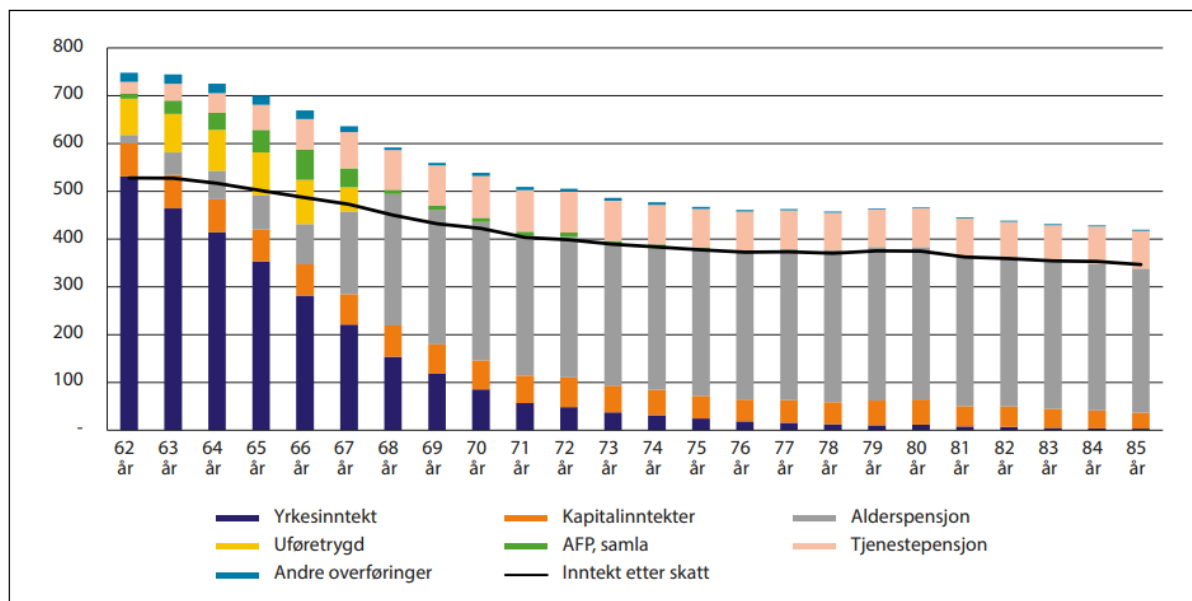
Lønn og pensjon

- Gjennomsnittlig årslønn i Norge anslås til 735 700 kroner i 2025.⁸
- Gjennomsnittlig alderspensjon fra folketrygden anslås til 310 700 kroner i 2025.⁹

Figur 2 viser gjennomsnittlig inntekt for aldersgruppene fra 62 til 85 år i 2023. Inntekten til en pensjonist består i *gjennomsnitt* av flere kilder, som alderspensjon fra folketrygden, offentlig og privat tjenstepensjon, AFP, kapitalinntekter, leieinntekter og lønn. I praksis er det imidlertid relativt få som får betydelige beløp fra mange av disse kildene. For eksempel er kapitalinntekter og AFP skjevt fordelt, noe som betyr at en liten andel personer mottar en stor del av disse inntektene. Spesielt blant de eldre årskullene er det mange som kun lever av alderspensjon fra folketrygden.

Som figuren viser, synker inntektsnivået generelt med økende alder. En gjennomsnittlig 62-åring hadde i 2023 en inntekt på rundt 750 000 kroner, mens en gjennomsnittlig 85-åring hadde en inntekt på rett i overkant av 400 000 kroner før skatt. Det er imidlertid viktig å merke seg at gjennomsnittet skjuler store individuelle variasjoner innenfor hver aldersgruppe.

Figur 2: Gjennomsnittlig inntekt for personer 62 – 85 år i 2023.



Figur 4.1 Samansetjing av gjennomsnittleg samla inntekt for personar 62–85 år i 2023. Tusen kroner
(Kilde: Meld. St. 27 (2024-2025), side 15)

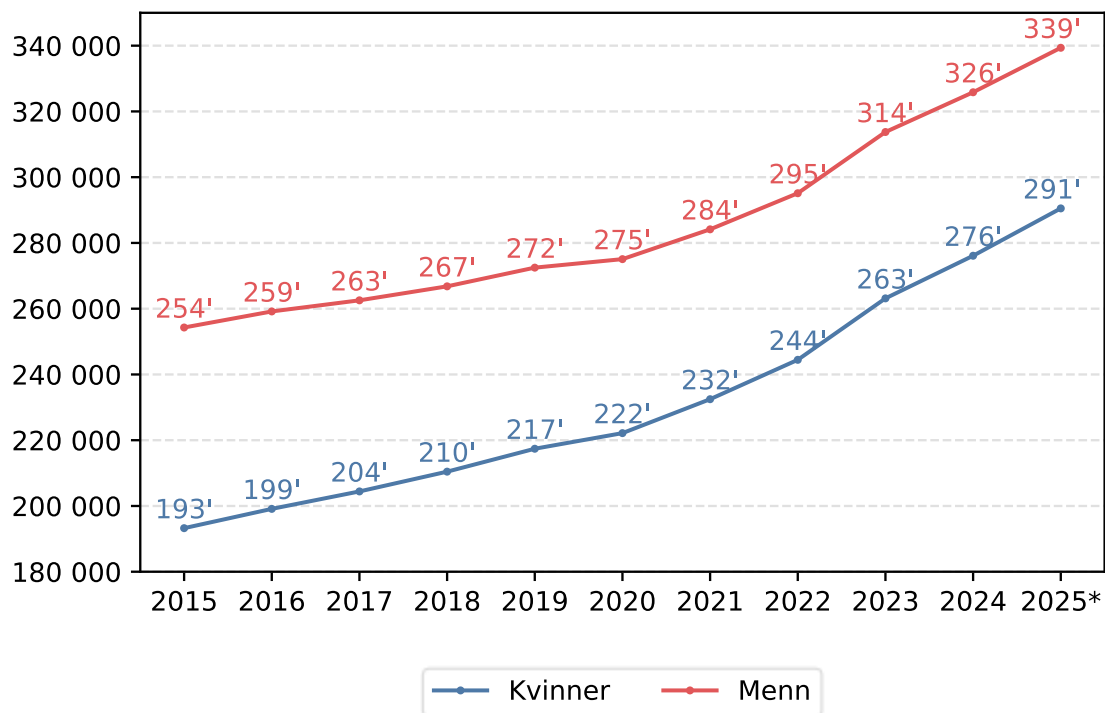
⁸ SSBs tall for gjennomsnittlig årslønn i 2024 oppjustert med forventet lønnsvekst på 4,4 prosent i 2025.

⁹ NAVs tall for gjennomsnittlig årlig pensjon i 2024 oppjustert med 3,4 prosent pensjonsvekst i 2025.

Gjennomsnittlig alderspensjon fra folketrygden

Figur 3 viser gjennomsnittlig årlig alderspensjonen fra folketrygden for kvinner og menn de siste 10 årene. Utviklingen påvirkes av oppreguleringen av pensjon, men også av at gruppen alderspensjonister endrer seg fra år til år, ved at nye personer tar ut pensjon, og noen dør.

Figur 3: Gjennomsnittlig årlig alderspensjon fra folketrygden. 2015 – juni 2025.



(Kilde: NAV)

*Beløpet i 2025 er basert på gjennomsnittlig månedlig pensjon i juni 2025, multiplisert med 12 måneder.

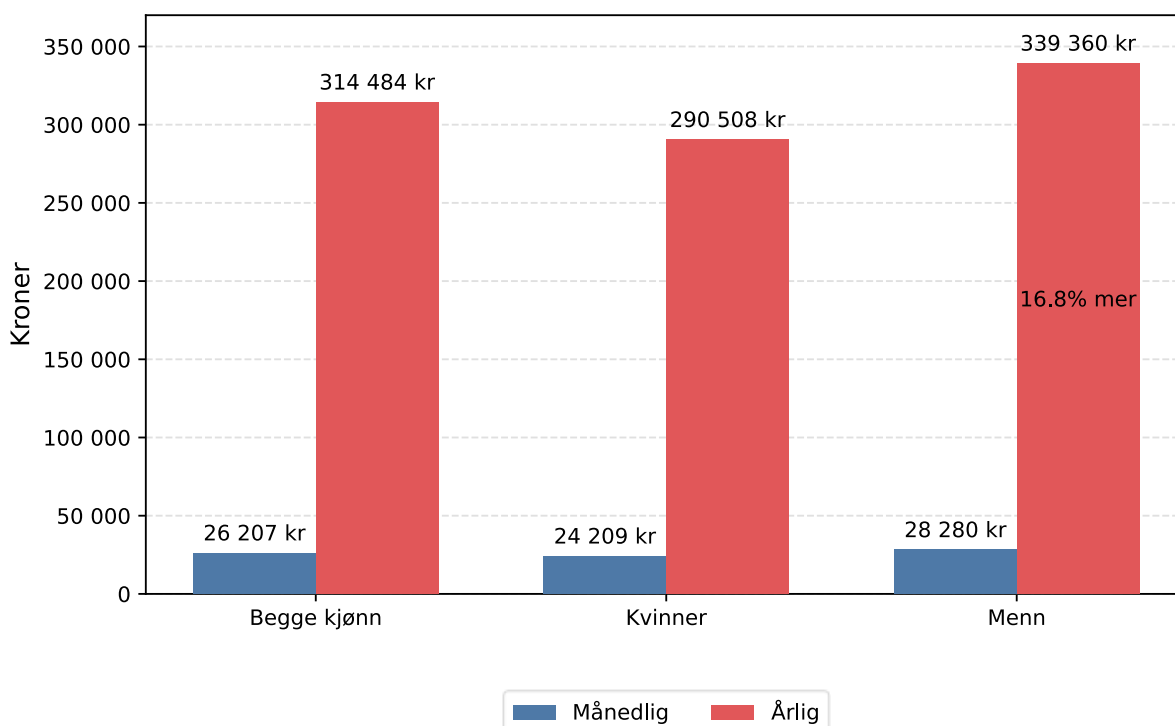
Den gjennomsnittlige alderspensjonen fra folketrygden er 26 207 kroner per måned, som tilsvarer 314 484 kroner i året.

- Kvinner mottar i gjennomsnitt 24 209 kroner per måned, som er 290 508 kroner per år.
- Menn mottar i gjennomsnitt 28 280 kroner per måned, som er 339 360 kroner per år.¹⁰
- Menn har i gjennomsnitt 16,8 prosent høyere alderspensjon fra folketrygden enn kvinner¹¹.

¹⁰ Kilde: NAV. Tall per 30. juni 2025.

¹¹ I fjorårets rapport, *Pensjonisters levkår 2024*, ble det oppgitt at menn hadde 21,1 prosent høyere alderspensjon fra folketrygden enn kvinner. At kjønnsforskjellen i år er redusert til 16,8 prosent skyldes at NAV i den nyeste statistikken inkluderer *gjenlevendetillegg*, som i hovedsak går til kvinner.

Figur 4: Gjennomsnittlig alderspensjon fra folketrygden per juni 2025



(Kilde: NAV)

Tabell 1 og 2 viser gjennomsnittlig månedlig alderspensjon for kvinner og menn i ulike aldersgrupper. Med unntak av personer i alderen 62-66 år så er det svært lik gjennomsnittspensjon blant kvinner i de ulike aldersgruppene, mens forskjellene er noe større blant menn. En forklaring kan være at en større andel menn i aldersgruppene som nå befinner seg i gruppene 67-69 år og 70-74 år har startet pensjonsuttaket tidligere enn eldre årskull. Tidlig uttak av pensjonen gir livsvarig lavere månedlig pensjon.

Tabell 1: Gjennomsnittlig månedlig pensjon for kvinner, i ulike aldersgrupper. Juni 2025.

Kvinner	Gjennomsnittlig månedlig pensjon fra folketrygden	Prosent av gjennomsnittlig pensjon
I alt	24 209	100 %
62-66 år	18 747	77 %
67-69 år	23 832	98 %
70-74 år	24 550	101 %
75-79 år	24 808	102 %
80-84 år	24 767	102 %
85+ år	24 208	100 %

(Kilde: NAV)

Tabell 2: Gjennomsnittlig månedlig pensjon for menn, i ulike aldersgrupper. Juni 2025.

Menn	Gjennomsnittlig månedlig pensjon fra folketrygden	Prosent av gjennomsnittlig pensjon
I alt	28 280	100 %
62-66 år	22 076	78 %
67-69 år	26 247	93 %
70-74 år	27 696	98 %
75-79 år	30 046	106 %
80-84 år	32 070	113 %
85+ år	30 421	108 %

(Kilde: NAV)

Tabell 3 viser at 11,0 prosent av kvinner som er 62 år mottok pensjon per juni 2025, og 25,0 prosent av menn. Blant 66-åringer hadde 21,6 prosent av kvinner og 43,5 prosent av menn startet uttaket av alderspensjonen fra folketrygden. Ved 67 år skjer en stor økning, og mange tar ut alderspensjonen fra denne alderen. Det skyldes delvis at de som mottar uføretrygd går over til å motta alderspensjon fra 67 år.

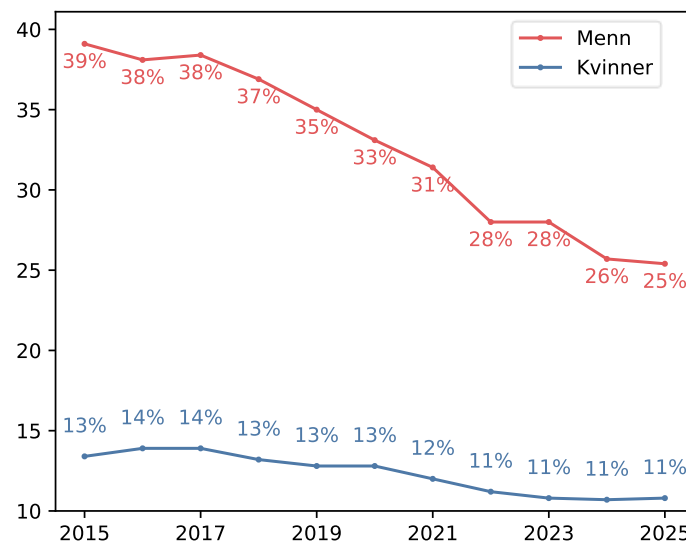
Figur 5 viser andelen av 62-åringer med uttak av alderspensjon i perioden 2015-2025. Det har vært en betydelig nedgang i hvor mange 62-årige menn som mottar alderspensjon i perioden. Noe av forklaringen kan være at levealdersjusteringen gjør at nye årskull får stadig lavere pensjon ved uttak fra 62 år, og at en større andel dermed venter, eller må vente, med å starte pensjonsuttaket.

Tabell 3: Prosentandel som mottar alderspensjon fra folketrygden etter alder. Juni 2025.

Alder	Kvinner	Menn
62	11,0	25,0
63	13,1	29,2
64	15,5	34,4
65	19,2	38,7
66	21,6	43,5
67	86,9	87,4
68	95,9	94,8
69	96,9	96,7
70	98,1	98,6
71	98,5	99,0
72	98,8	99,4
73	98,7	99,3
74	98,9	99,5
75	98,8	99,6

(Kilde: NAV)

Figur 5: Andel med uttak av pensjon ved 62 år.



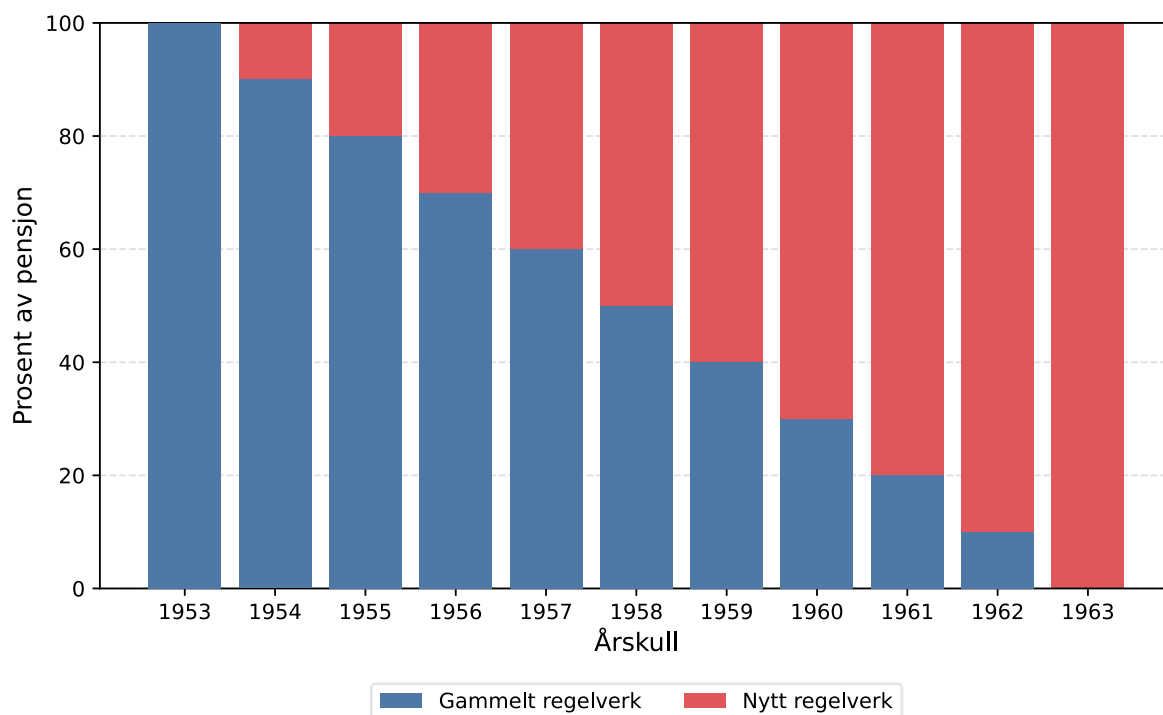
Alderspensjon fra folketrygden. Fra «gammelt» til «nytt» pensjonssystem

Alderspensjon fra folketrygden er for tiden i en overgangsfase mellom de «gamle» og «nye» reglene for pensjonsberegning. I det gamle regelverket oppnås full opptjening etter 40 år, mens det nye regelverket gir pensjonsopptjening for alle år man er i arbeid. For en oversikt over hovedforskjellene mellom de to regelverkene, se tabell 4.

Figur 6 illustrerer hvordan det nye pensjonsregelverket gradvis fases inn med 10 prosentpoeng per årskull for personer født mellom 1954 og 1963, hvor det blir fullt innfaset for dem født i 1963 eller senere. En person som fyller 67 år i 2025, og som er født i 1958, vil få pensjonen beregnet med 50 prosent etter de «gamle» reglene og 50 prosent etter de «nye» reglene. Pensjonsberegningene for årskullene 1954–1962 er spesielt kompliserte, ettersom de beregnes etter to ulike regelsett. Ved utgangen av 2024 fikk nær en av tre pensjonsmottakere alderspensjon beregnet delvis etter nytt regelverk.¹²

I 2025 vil personer født i 1963 fylle 62 år, som er den tidligste alderen hvor man kan starte uttaket av alderspensjonen fra folketrygden. 1963-kullet er det første som kun er omfattet av nytt regelverk.

Figur 6: Andel av pensjonsopptjening etter «gammelt» og «nytt» regelverk



Hovedforskjellen mellom opptjeningsreglene i det «gamle» og «nye» pensjonssystemet er oppsummert i tabell 4:

¹² Kilde: NAV, Alderspensjon 2024, Statistikknotat

Tabell 4. «Gamle» og «nye» regler for opptjening av alderspensjon fra folketrygden

«Gamle» regler	«Nye regler»
40 år med inntekt over 1 G ¹³ gir full opptjening.	Alle år i arbeid gir økt pensjonsopptjening.
20 beste inntektsår teller (inntil 12 G).	18,1 prosent av lønn inntil 7,1 G.
Minstepensjon om man har lav opptjening.	Garantipensjon om man har lav opptjening.
Uføre tjener opp pensjon frem til 67 år.	Uføre tjener opp pensjon frem til 62 år. ¹⁴
Levealdersjustering med «forholdstall».	Levealdersjustering med «delingstall».

Pensjonsforliket av februar 2024

Et flertall på Stortinget bestående av Arbeiderpartiet, Senterpartiet, Høyre, Venstre, SV, KrF, og MDG ble i februar 2024 enige om et pensjonsforlik som innebærer flere justeringer av pensjonssystemet. Partiene Rødt og FrP valgte å ikke bli med på forliket. Regjeringen ventes å følge opp forliket med å sende lovendringsforslag på høring i løpet av høsten 2025. De fleste endringene forventes å tre i kraft tidligst fra 2026. NAV skriver at økte aldersgrenser kan skje tidligst fra 2027. Endringene får først og fremst konsekvenser for fremtidens pensjonister, og ikke dem som allerede er pensjonister i dag.

Oppsummering av de viktigste endringene:

- **Aldersgrensene i folketrygden skal øke** gradvis, med ca. én måned per årskull fra og med 1964-kullet. Det gjelder nedre grense for uttak av pensjon (62 år i dag), grensen for ubetinget rett til pensjon og overgang fra uføretrygd til pensjon (67 år i dag), samt øvre grense for opptjening (75 år i dag).
- **Hvor lenge man kan motta sykepenger**, dagpenger, uføretrygd og arbeidsavklaringspenger vil også øke i takt med endringen av 67-årsgrensen.
- **Det skal innføres en sliterordning i folketrygden** som kan gi inntil 0,25 G i ekstra alderspensjon til de som går av med pensjon inntil fem år før «normert pensjonsalder», som i dag er 67 år, men som vil gradvis øke fremover.
- **Satsene for minstepensjon og garantipensjon skal øke i takt med lønnsveksten.** Men kun frem til utbetalingen av pensjonen starter. Når pensjonen utbetales, skal den reguleres i takt med gjennomsnittet av lønns- og prisveksten.
- **Uføre skal få økt pensjonsopptjening.** Uføre vil tjene opp alderspensjon frem til de fyller 65 år, mot dagens regler på 62 år. De vil også skjermes for deler av levealdersjusteringen som følge av at overgangen til alderspensjon skjer fra en høyere alder enn før.
- **Uføre i årskullene 1954-1962 skjermes** fra 2025 for deler av virkningen av levealdersjusteringen, tilsvarende ordningen som gjaldt de født i 1953.
- **Aldersgrensen for statsansatte skal øke** fra 70 år til 72 år fra 2026.
- **Maksimalt sparebeløp i individuell pensjonssparing (IPS) øker.** Fra og med 2026 skal det være mulig å spare minst 25 000 kroner i året i denne ordningen. (Per 2025 er grensen 15 000 kroner).

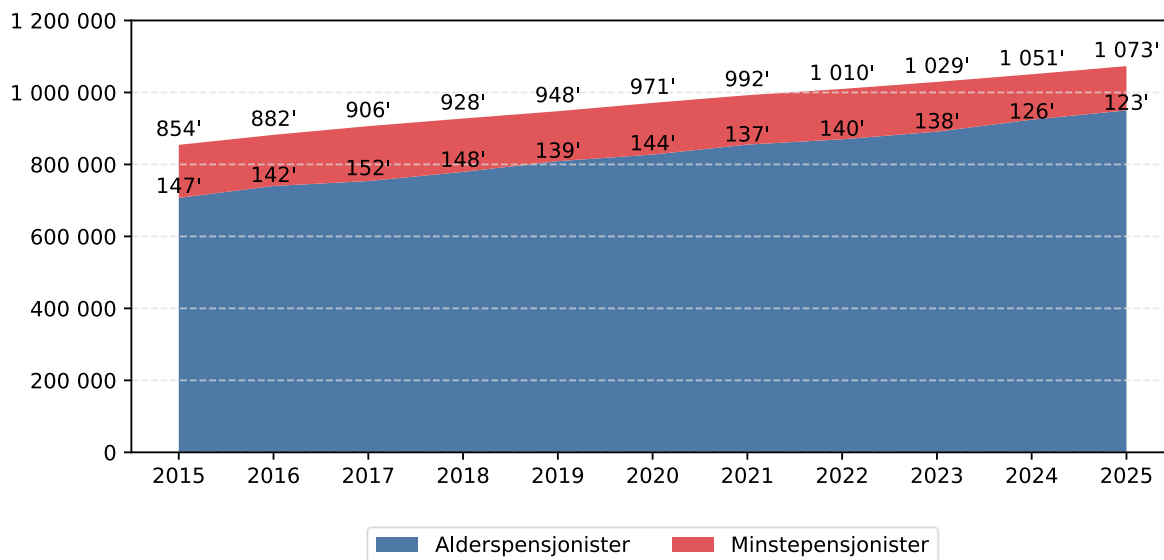
¹³ (1G = 130 160 kr per 1. mai 2025)

¹⁴ Etter pensjonsforliket av februar 2024 er det enighet på Stortinget om å utvide uføres pensjonsopptjening med 3 år.

Antall alderspensjonister

I juni 2025 mottok 1 073 217 personer alderspensjon fra folketrygden, 22 644 flere enn året før. Blant disse var 123 000 minstepensjonister. Figur 7 viser utviklingen siden 2015.

Figur 7: Antall alderspensjonister og minstepensjonister. Juni 2015 – juni 2025.



(Kilde: NAV)

Tabell 5: Andelen av befolkningen som er 67 år eller eldre i de ulike fylkene. Pr. 1.1.2025.

	Andel 67 år og eldre	Endring fra 1.1.2024
Oslo	11,7 %	+0,2 %
Rogaland	14,5 %	+0,3 %
Akershus	14,9 %	+0,3 %
Landsgjennomsnitt	16,8 %	+0,3 %
Vestland	16,8 %	+0,2 %
Agder	17,0 %	+0,2 %
Trøndelag	17,1 %	+0,2 %
Finnmark	17,7 %	+0,2 %
Buskerud	17,7 %	+0,3 %
Troms	18,1 %	+0,3 %
Østfold	18,6 %	+0,3 %
Vestfold	19,2 %	+0,4 %
Møre og Romsdal	19,1 %	+0,3 %
Telemark	20,2 %	+0,3 %
Nordland	20,2 %	+0,3 %
Innlandet	21,3 %	+0,3 %

(Kilde: SSB, tabell 07459)

Oslo skiller seg ut med kun 11,7 prosent av befolkningen som er 67 år eller eldre.

For landet som helhet ligger andelen på 16,8 prosent.

Innlandet har høyest andel innbyggerne over 67 år med 21,3 prosent.

Tjenestepensjon og AFP

Offentlig tjenestepensjon

Ved inngangen til 2025 var det i overkant av 383 000 mottakere, 67 år og eldre, av alderspensjon fra Statens pensjonskasse (SPK), KLP eller Oslo Pensjonsforsikring. Som vist i tabell 6 er det en økning på om lag 13 400 personer siste år. I tillegg kommer mottakere av offentlig tjenestepensjon fra kommuner med egen pensjonskasse, som ikke er inkludert i disse tallene.

Tabell 6: Antall mottakere av alderspensjon fra 67 år ved inngangen til året

	2022	2023	2024	2025
Statens pensjonskasse (SPK)	176 029	180 749	185 432	190 316
KLP	140 635	146 690	151 807	157 632
Oslo Pensjonsforsikring	28 765	30 782	32 992	35 726
Sum	345 429	358 221	370 231	383 674

(Kilde: Rapport fra Pensjonspolitisk arbeidsgruppe 27. mai 2025)

I 2025 fyller 1963-kullet 62 år, og dette årskullet er det første som er omfattet av et nytt pensjonsregelverk for offentlig tjenestepensjon. Pensjonen for dem som er født i 1963 eller senere tjenes fra 2020 opp i en såkalt påslagsordning, i motsetning til «bruttoordningen» som tidligere årskull er omfattet av. Den nye pensjonen kan tas ut fleksibelt, det vil si at de født i 1963 kan velge å starte uttaket av pensjonen allerede fra 62 år. Den kan kombineres med lønnsinntekt, uten at den blir redusert.

Offentlig tjenestepensjon oppreguleres årlig i takt med gjennomsnittet av lønns- og prisveksten. I 2025 ble alderspensjon oppjustert med 3,71 prosent med virkning fra 1. mai. Det skal gi en samlet årlig pensjon som er 3,4 prosent høyere i 2025 enn i 2024. Det er samme prosentvise vekst som alderspensjon fra folketrygden. Se kapittelet «Pensjonsveksten i 2025» på side 22 for mer informasjon om årets pensjonsvekst.

AFP fra offentlig sektor

AFP i offentlig sektor er for årskull født i 1962 eller tidligere en tidligpensjonsordning som kan mottas tidligst fra 62 år, og frem til senest 67 år. For årskull født i 1963 og senere er AFP en livsvarig ytelse, tilsvarende AFP i privat sektor. 1963-kullet er det første årskullet som er omfattet av ny AFP og kan tidligst ta den ut i 2025, etter fylte 62 år.

Ved utgangen av 2024 var det 10 051 mottakere av AFP i Statens pensjonskasse (SPK). 13 040 mottakere av AFP i KLP, og 1 064 mottakere i Oslo Pensjonsforsikring (OPF). Samlet utgjør dette 24 155 personer.¹⁵ Det er en nedgang på 515 personer siden utgangen av 2023. I tillegg kommer AFP-mottakere fra kommuner med egen pensjonskasse, som ikke er inkludert i disse tallene.

¹⁵ Kilde: Rapport fra Pensjonspolitisk arbeidsgruppe 27. mai 2025

Innskuddspensjon

Innskuddspensjon er den mest utbredte tjenstepensjonsordningen i privat sektor i dag, med 2 020 585 medlemmer ved utgangen av 2024, en økning på 73 000 fra året før. Til sammenligning var det kun 14 449 personer med aktiv opptjening av ytelsesbasert tjenstepensjon (en nedgang på 2 617 personer siste år) og 70 184 personer med opptjening fra såkalt hybridpensjon (en økning på 1 087 personer siste år).¹⁶

Tall fra Finans Norge viser at om lag 123 300 alderspensjonister hadde innskuddspensjon under utbetaling ved utgangen av 2024. Samlet ble det utbetalt om lag 4,22 milliarder kroner i 2024. Det gir en gjennomsnittlig utbetaling på om lag 34 200 kroner i året per pensjonsmottaker.

Antallet alderspensjonister med utbetaling fra en innskuddsordning er økende, se tabell 7. Stadig flere av alderspensjonistene som starter uttak av pensjon har opptjent hele eller deler av tjenstepensjon gjennom en innskuddspensjonsordning.

Tabell 7: Antall alderspensjonister med utbetaling fra en innskuddsordning, pr. 31. desember.

2020	2021	2022	2023	2024
79 300	84 900	94 500	109 600	125 000

(Kilde: Finans Norge)

Avkastning på innskuddspensjon

Både i opptjeningsfasen og utbetalingsfasen vil midlene i innskuddspensjonen svinge i takt med avkastningen som oppnås på pensjonsbeholdningen. I utbetalingsfasen vil beløpet som utbetales endres fra måned til måned avhengig av avkastningen. Ved positiv avkastning vil det månedlige beløpet øke noe, og ved negativ avkastning vil det månedlige beløpet bli noe redusert.

Tabell 8 og 9 viser årlig bruttoavkastning i de anbefalte innskuddspensjonsporteføljene hos DNB og Storebrand, fra 2020 til 30. juni 2025, for en kunde som var 70 år i starten av perioden. Tabell 10 viser nettoavkastningen for kunden i Storebrand, dvs. etter at forvaltningskostnader er trukket fra. Tabellene er representative for noen som har vært pensjonist i hele perioden. Alderen på kunden er avgjørende da aksjeandelen i de anbefalte porteføljene trappes ned ved økt alder, slik at en kunde på for eksempel 50 år har en høyere aksjeandel enn en kunde på 70 år. Yngre kunder har hatt en høyere aksjeandel i samme periode, og har også fått høyere avkastning i samme periode. Se tabell 11.

Tabell 8: Anbefalt portefølje innskuddspensjon i DNB, 70 år gammel kunde i 2019. Årlig bruttoavkastning, før forvaltningskostnader:

2020	2021	2022	2023	2024	2025 pr. 30.6	Gjennomsnittlig avkastning per år
5,4 %	6,8 %	-6,8 %	8,9 %	9,0 %	4,4 %	4,9 %

(Kilde: DNB)

¹⁶ Kilde: Finans Norge

Tabell 9: Anbefalt portefølje innskuddspensjon i Storebrand, 70 år gammel kunde i 2019. Årlig bruttoavkastning, før forvaltningskostnader:

2020	2021	2022	2023	2024	2025 pr. 30.6	Gjennomsnittlig avkastning per år
6,1 %	6,2 %	-3,7 %	7,1 %	8,2 %	3,6 %	4,9 %

(Kilde: Storebrand)

Tabell 10: Anbefalt portefølje innskuddspensjon i Storebrand, 70 år gammel kunde i 2019. Årlig nettoavkastning:

2020	2021	2022	2023	2024	2025 pr. 30.6	Gjennomsnittlig avkastning per år
5,3 %	5,4 %	-4,5 %	6,3 %	7,4 %	3,2 %	4,1 %

(Kilde: Storebrand)

Tabell 11: Gjennomsnittlig årlig bruttoavkastning i anbefalt portefølje i perioden 1.1.2020 – 30.6.2025. For kunder med følgende alder pr. 2019.

	40 år	50 år	60 år	70 år
DNB	8,5 %	7,2 %	5,4 %	4,9 %
Storebrand	10,2 %	10,2 %	7,5 %	4,9 %

(Kilde: DNB og Storebrand)

Fripoliser

Dersom du har arbeidet i en bedrift med ytelsespensjon og senere har sluttet, eller bedriften har endret pensjonsordningen til eksempelvis innskuddspensjon, kan du ha mottatt en fripolise.

En fripolise er et bevis på pensjonen du har opptjent gjennom ytelsespensjonsordningen. Omtrent 900 000 fripoliser forvaltes av de fem livselskapene: Storebrand Liv, DNB Liv, Nordea Liv, Sparebank 1 Forsikring eller Gjensidige Pensjonsforsikring. I tillegg er om lag 110 000 fripoliser forvaltet i private pensjonskasser.¹⁷

En særlig utfordring med fripoliser forvaltet i livselskap er den lave eller manglende oppreguleringen av de årlige utbetalingene over lengre tid. Pensjonistforbundet har i flere år fulgt denne utviklingen, og rapporten «Fakta om fripoliser 2024» viser at fripolisene samlet sett tapte 51 milliarder kroner i kjøpekraft i de fem årene frem til 2024. Det tilsvarer en reduksjon på 14,9 prosent, på grunn av at pensjonene ikke har holdt tritt med prisveksten.

Fripoliser som forvaltes av pensjonskasser har hatt en noe bedre utvikling, men også fripolisene i de fire største pensjonskassene (Equinor Pensjon, Telenor Pensjonskasse, Norsk Hydros Pensjonskasse og MP Pensjon) fikk i gjennomsnitt en nedgang i kjøpekraften på 6,7 prosent i løpet av de fem årene frem til 2024.

¹⁷ Kilde: Arbeidsgrupperapport. *Fripoliser og annen privat tjenestepensjon*. (2024)

Siste utvikling på fripoliseområdet

En arbeidsgruppe med representanter fra LO, NHO, Finansdepartementet, Arbeids- og inkluderingsdepartementet og Finanstilsynet gjennomførte i 2024 en utredning¹⁸ av mulige regelverksendringer som kan forbedre situasjonen for fripolisene. Pensjonistforbundet deltok i arbeidet gjennom et utredningsråd som ga løpende innspill underveis. Rapporten som ble utarbeidet ble sendt på høring, med frist 16. desember 2024. Når dette ble skrevet i september 2025 var ikke saken kommet noe lenger, men vi forventer at Finansdepartementet vil legge frem forslag til lovendringer i løpet av høsten 2025, basert på utredningen og høringsinnspillene.

Fra 1. januar 2024 ble det innført nye regler som påvirker fripolisene. Hver fripolise har fått et eget bufferfond som erstatter «tilleggsavsetninger» og «kursreguleringsfond». Endringen kommer frem på kundenes kontoutskrifter for 2024 som ble sendt ut i løpet av våren 2025. Det nye bufferfondet kan brukes til å dekke eventuell negativ avkastning, noe som tidligere ikke var mulig for tilleggsavsetninger. Hensikten er å stimulere pensjonsleverandørene til å kunne investere mer i aksjer, eller mer risikofylte obligasjoner, noe som igjen kan gi høyere avkastning. I hvilken grad pensjonsleverandørene faktisk vil øke aksjeandelen, er imidlertid usikkert.

I 2024 ble fripolisene forvaltet i livselskapene tilført en avkastning på i gjennomsnitt 3,7 prosent.¹⁹ Til sammenligning kunne Storebrand tilby 4-4,75 prosent rente på høyrentekonto samme år. Det ble altså gitt lavere avkastning på fripolisekapitalen enn kundene «kunne fått» i innskuddsrente fra banken. Til sammenligning fikk Statens Pensjonsfond Norge, som forvalter om lag like mye penger som livselskapene samlet har i fripoliser, en avkastning på 7,6 prosent i 2024²⁰. Fripolisekapitalen i livselskap er imidlertid låst i en situasjon hvor de investeres med lavere risiko enn hva som er mulig i Statens Pensjonsfond. Dermed har avkastningen blitt langt lavere enn hva som ville vært mulig om midlene var investert mer langsiktig og med en høyere andel aksjer.

For fripoliser som forvaltes i egne pensjonskasser var avkastningen imidlertid langt høyere. Pensjonskassene har som regel en langt høyere aksjeandel enn livselskapene, noe som gir større svingninger fra år til år. De fire største pensjonskassene fikk følgende avkastning i 2024: Equinor Pensjonskasse: 10,7 prosent. Telenor Pensjonskasse: 8,8 prosent. Norsk Hydros Pensjonskasse: 10,4 prosent. MP Pensjon (Tine): 18,4 prosent²¹.

¹⁸ Kilde: Arbeidsgrupperapport, *Fripoliser og annen privat tjenestepensjon*.

¹⁹ Kilde: Pensjonistforbundet, *Kundenes fripoliseregnskap 2024*

²⁰ Kilde: Folketrygdfondet, *Årsrapport og eierrapport 2024*

²¹ Kilde: Pensjonistforbundet, *Kundenes fripoliseregnskap 2024*

AFP fra privat sektor

Per juni 2025 mottok 139 000 personer AFP (avtalefestet pensjon) fra privat sektor, hvorav 72 prosent var menn og 28 prosent kvinner. Det gjennomsnittlige årlige beløpet i 2024 var 73 600 kroner²². AFP i privat sektor gir en livsvarig pensjon. Dersom uttaket av pensjonen starter før fylte 67 år, vil det månedlige beløpet være noe høyere frem til man fyller 67 år, og deretter lavere fra måneden etter fylte 67 år.

Den livsvarige delen av AFP fra privat sektor oppreguleres årlig i takt med lønnsveksten fratrasket 0,75 prosent. Dette vil si at AFP fremdeles oppreguleres med de samme reguleringsreglene som gjaldt for alderspensjon fra folketrygden mellom 2011 og 2020. Fra og med 2021 oppreguleres alderspensjon fra folketrygden i takt med gjennomsnittet av lønns- og prisveksten²³.

Tabell 12 viser oppreguleringen med virkning fra 1. mai hvert år i perioden 2021 til og med 2025 for henholdsvis den livsvarige delen av AFP i privat sektor, og alderspensjon fra folketrygden. Samlet sett har reguleringen med gjennomsnittet av lønns- og prisveksten gitt en høyere vekst i denne perioden, enn regulering lik lønnsveksten fratrasket 0,75 prosent.

Tabell 12: Regulering av livsvarig del av AFP og pensjon fra folketrygden, pr. 1. mai, 2021-2025.

	2021	2022	2023	2024	2025	Samlet vekst:
AFP	4,19 %	3,98 %	5,61 %	3,87 %	4,15 %	23,7 %
Pensjon fra folketrygden	5,36 %	3,53 %	8,54 %	2,76 %	3,71 %	26,2 %

²² Kilde: NAV

²³ I 2021 var det en begrensning om at pensjonen ikke skulle reguleres høyere enn lønnsveksten. Fra 2022 er det ikke lenger noen slik begrensning.

Pensjonisters inntektsutvikling

Pensjonisters inntektsutvikling påvirkes i stor grad av den årlige oppreguleringen av alderspensjonen fra folketrygden, som for de fleste utgjør den største andelen av deres samlede pensjon.

Oppreguleringen gir en årlig økning i takt med *gjennomsnittet av lønns- og prisveksten*. I de fleste år vil det gi en vekst som overstiger den generelle prisveksten, og dermed bidrar til å opprettholde eller forbedre kjøpekraften. Over tid er imidlertid oppreguleringen forventet å ligge lavere enn lønnsveksten, slik at inntektsforskjellene mellom lønnstakere og pensjonister er forventet å øke.

Fra 2011 til 2020 ble pensjonene regulert i takt med *lønnsveksten fratrasket 0,75 prosent*. Dette førte til at pensjonsveksten i flere år var lavere enn prisveksten. Overgangen til å regulere pensjonene i takt med gjennomsnittet av lønns- og prisveksten gir bedre beskyttelse mot nedgang i kjøpekraft, men samtidig vil denne metoden gi en lavere oppregulering enn den forrige metoden dersom reallønnsveksten overstiger 1,5 prosent. Over tid forventes imidlertid begge metodene å gi en svakere inntektsutvikling enn det lønnstakere i gjennomsnitt får.

Offentlig tjenestepensjon

Pensjonister med offentlig tjenestepensjon får samme årlige oppregulering av tjenestepensjonen som alderspensjonen fra folketrygden. Derfor har den årlige oppreguleringen stor betydning for den økonomiske utviklingen til disse pensjonistene. Enkelte pensjonister har imidlertid jobbet både i offentlig og privat sektor, og har dermed en samlet pensjon som består av ulike typer tjenestepensjon med forskjellig utvikling.

Over 20 000 pensjonister som tidligere var ansatt i offentlig sektor er rammet av det som kalles «samordningsfellen».²⁴ Samordningsfellen innebærer at tjenestepensjonen til offentlig ansatte født i 1944 – 1962 blir redusert dersom de jobber utover alderen hvor de har kompensert for levealdersjusteringen. Mange av dem som er rammet, har ikke vært kjent med de negative konsekvensene av regelverket, og har dermed fått en lavere pensjon enn forventet. De ville fått en høyere tjenestepensjon hvis de hadde sluttet å jobbe tidligere. I de verste tilfellene har hele tjenestepensjonen blitt nullet helt ut, også for personer med så mye som 50 års karriere i det offentlige tjeneste. Konsekvensene av disse reglene er betydelige for dem det gjelder, da inntekten er redusert resten av livet. De har blitt økonomisk straffet som følge av at de har stått lenge i jobb, til tross for at det er bred enighet om at det er positivt for samfunnet.

I april 2024 ble det enighet på Stortinget om å justere på regelverket, slik at årskullene 1954 – 1962 i noe mindre grad blir rammet av samordningsfellen²⁵. Det er imidlertid kun den delen av tjenestepensjonen som skal samordnes med «ny» folketrygd som forbedres. For disse årskullene innføres gradvis «ny» folketrygd med 10 prosentpoeng per årskull, slik at også disse årskullene i ulik grad kan rammes negativt av samordningsfellen. Årskullene født i 1944 – 1953 har ikke fått noen forbedringer i regelverket, og det er disse aldersgruppene som er hardest rammet av samordningsfellen.

²⁴ Innst. 71 L (2020-2021), se vedlegg 2.

²⁵ Innst. 232 L (2023-2024).

Et representantforslag fra FrP om å avvike samordningsfellen ble fremmet 10. april 2025. Forslaget fikk støtte fra Senterpartiet, SV, Rødt, MDG og Pasientfokus, men det var ikke nok for å sikre flertall.

Tjenestepensjon fra privat sektor

Tjenestepensjon fra privat sektor kan ha en helt annen inntektsutvikling enn alderspensjonen fra folketrygden, og er som regel basert på den avkastningen som oppnås på forvaltningen av pensjonen.

En særskilt utfordring gjelder pensjonister som har en vesentlig andel av tjenestepensjonen i fripoliser. Fripoliser, som er tjenestepensjon opptjent hos en arbeidsgiver med ytelsespensjonsordning i privat sektor, har hatt en særdeles svak utvikling. Mange pensjonister har i flere år opplevd at det årlige beløpet fra fripolisen har stått mer eller mindre stille, til tross for at prisene på varer og tjenester stiger. Utfordringen er spesielt stor for fripoliser forvaltet i livsselskap, mens fripoliser forvaltet i pensjonskasser har i gjennomsnitt hatt en noe bedre utvikling.²⁶ Den svake utviklingen av fripolisene bidrar til at tidligere privat ansatte pensjonister opplever en svakere inntektsutvikling sammenlignet med pensjonister med offentlig tjenestepensjon.

En annen type tjenestepensjon i privat sektor er *innskuddspensjon*, som har økende betydning, da stadig flere tjener opp innskuddspensjon, og et økende antall har en innskuddspensjon under utbetaling. Innskuddspensjonens utvikling avhenger av avkastningen på de investerte midlene, og kan derfor variere fra måned til måned, avhengig av markedsforhold og hvordan pengene forvaltes. Dette gir en noe større uforutsigbarhet i pensjonsinntektene. Innskuddspensjonen utbetales som hovedregel kun til man fyller 77 år. Når disse utbetalingene opphører, vil pensjonister med innskuddspensjon oppleve en inntektsnedgang, noe som kan forverre deres økonomiske situasjon i påfølgende år.

Etterlattepensjon

Enker og enkemenn, født i 1944 eller senere, som mottar gjenlevendetillegg til alderspensjonen fra folketrygden får en svakere inntektsutvikling fra og med 2024. Det skyldes at gjenlevendetillegget ikke lenger oppreguleres årlig, men fryses på det beløpet man hadde i 2024. Dette medfører at de får en svakere inntektsvekst enn andre pensjonister, noe som bidrar til økt økonomisk sårbarhet for denne gruppen.

Samlet inntektsutvikling

Samlet sett er pensjonistenes inntektsutvikling mer kompleks enn kun det som kommer frem av den årlige oppreguleringen av alderspensjon fra folketrygden. Utviklingen av ulike pensjonsordninger, som fripoliser, innskuddspensjoner og øvrige tillegg, gir et mer sammensatt bilde av pensjonistenes samlede inntektsutvikling. Pensjonister kan oppleve store variasjoner i inntekt over tid, særlig når pensjoner som ikke er livsvarige faller bort, og dersom ektefellen eller samboeren faller fra. I tillegg påvirker endringer av skattesystemet pensjonistenes inntektsutvikling.

²⁶ Kilde: Pensjonistforbundet, *Fakta om fripoliser 2024*.

Tabell 13: Vekst i ulike inntektstyper i 2025. Prosentvis endring.

Inntektstype	Vekst fra 1. mai 2025	Årlig vekst i 2025
Forventet lønnsvekst ²⁷	-	4,40
Alderspensjon fra folketrygden under utbetaling	3,71	3,40
Gjenlevendetillegg, født før 1944	3,71	3,40
Gjenlevendetillegg, født etter 1944	0	0
Offentlig tjenestepensjon	3,71	3,40
AFP fra offentlig sektor ²⁸	3,71	3,40
Uføretrygd og arbeidsavklaringspenger (AAP)	4,94	4,82
Alderspensjon fra folketrygden under opptjening	4,94	4,82
Fripoliser i livselskap ²⁹	-	0,60
Innskuddspensjon ³⁰	-	7,40
AFP i privat sektor ³¹	4,15	4,03
Pensjonistlønn ³²	-	5,30

Alderspensjonen fra folketrygden gir ikke et helhetlig bilde av pensjonistenes økonomi, men den er allikevel den viktigste pensjonen for de fleste, og den omfatter alle. I det videre vil vi se nærmere på utviklingen av alderspensjon fra folketrygden.

Pensjonsveksten i 2025

Den årlige pensjonsveksten i 2025 er 3,40 prosent, mens veksten fra 1. mai er 3,71 prosent. Nedenfor følger en nærmere forklaring på pensjonsreguleringen i 2025.

Pensjonsveksten fastsettes i mai hvert år i «trygdeoppgjøret». Det følger av folketrygdloven at alderspensjon skal få en årlig vekst i takt med gjennomsnittet av lønns- og prisveksten. I tillegg skal det hvert år korrigeres for eventuelle avvik mellom den *anslåtte* lønns- og prisveksten som ble benyttet i fjorårets trygdeoppgjør, og hva den *faktiske* lønns- og prisveksten ble i fjor.

Lønnsveksten for 2025 er anslått til 4,4 prosent, mens prisveksten er anslått til 2,8 prosent. Tallene hentes fra regjeringens reviderte nasjonalbudsjett for 2025. I tillegg er det justert for at lønnsveksten i 2024 ble 0,4 prosentpoeng *høyere* enn anslått i revidert nasjonalbudsjett 2024, og at prisveksten ble 0,8 prosentpoeng *lavere* enn anslått.

Den korrigerte lønnsveksten er: $((1+4,4\%) * (1+0,4\%) - 1) * 100 = 4,82$ prosent.

Den korrigerte prisveksten er: $((1+2,8\%) * (1-0,8\%) - 1) * 100 = 1,98$ prosent.

Gjennomsnittet av lønns- og prisveksten er: $\frac{4,82\% + 1,98\%}{2} = 3,40$ prosent

²⁷ Regjeringens anslag i Revidert nasjonalbudsjett 2025.

²⁸ AFP-tillegget på 20 400 kroner, oppreguleres ikke.

²⁹ Gjennomsnittlig oppregulering av fripoliser i Storebrand, DNB, Nordea, Sparebank 1 og Gjensidige.

³⁰ Innskuddspensjon i en anbefalt portefølje for en person over 70 år i Storebrand økte med 7,4 prosent i 2024.

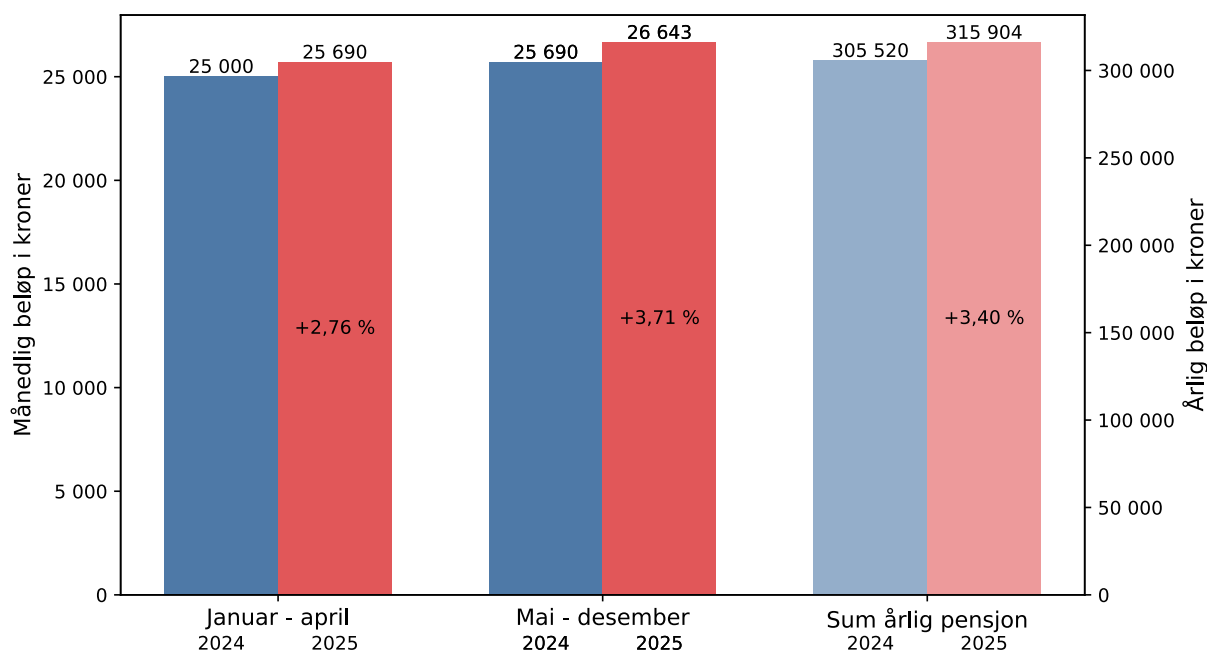
³¹ Den livsvarige delen oppreguleres. Eventuelt kronetillegg og kompensasjonstillegg oppreguleres ikke.

³² Pensjonistlønnen økte fra 1. januar 2025 fra 245, til 258 kroner per time.

Pensjonene skal få en årlig vekst i 2025 på 3,40 prosent. Det vil si at pensjonen som utbetales i 2025, før skatt, skal være 3,40 prosent høyere enn i 2024. For å beregne hvor høy pensjonsveksten blir fra 1. mai 2025 må det tas høyde for hvor mye pensjonene ble oppregulert 1. mai 2024.

1. mai 2024 økte pensjonene med 2,76 prosent, noe som gjør at pensjonen man mottar i perioden januar til og med april 2025 ligger 2,76 prosent høyere enn tilsvarende periode i 2024. Med en såpass lav vekst i de fire første månedene av 2025 er det nødvendig med en økning på 3,71 prosent fra 1. mai for at samlet pensjon i 2025 blir 3,40 prosent høyere enn i 2024. Se eksempelet nedenfor.

Figur 8: Eksempel på vekst i pensjon fra 2024 til 2025. Månedlig og årlig beløp.



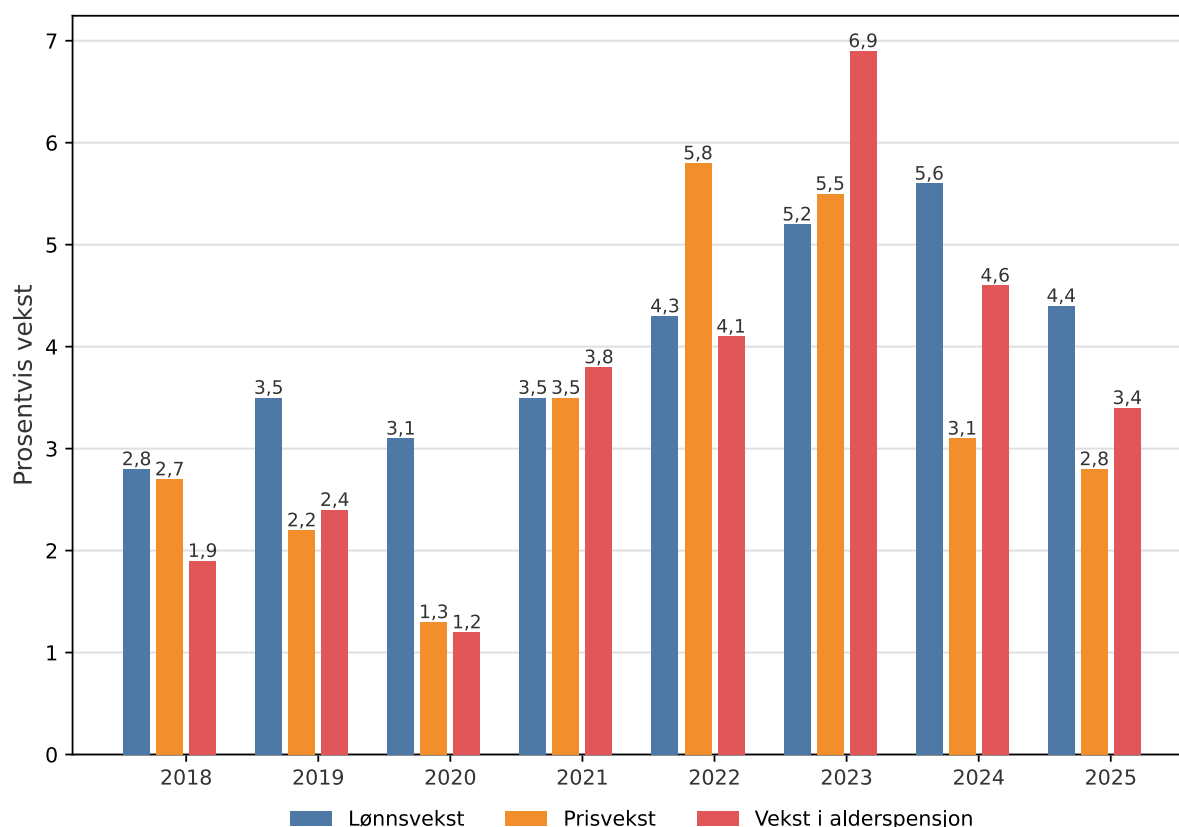
Tabell 14: Eksempel på vekst i pensjon fra 2024 til 2025. Månedlig og årlig beløp.

	2024	2025	Prosentvis vekst 24 - 25
Januar - april	25 000 kr	25 690 kr	2,76 %
Mai - desember	25 690 kr	26 643 kr	3,71 %
Prosentvis vekst	2,76 %	3,71 %	
Sum årlig pensjon	305 520 kr	315 904 kr	3,40 %

Figur 9 viser en sammenligning av den årlige lønnsveksten, prisveksten og pensjonsveksten³³ i perioden 2018 til og med 2025. Den høye pensjonsveksten i 2023 skiller seg ut, men har en forklaring i at det ble korrigert for relativt store avvik mellom den forventede lønns- og prisveksten som ble lagt til grunn i trygdeoppgjøret i 2022, og hva den faktiske lønns- og prisveksten viste seg å bli dette året.

I 2025 økte alderspensjon med 3,4 prosent (3,71 prosent fra 1. mai), mens lønnsveksten er anslått til 4,4 prosent, og prisveksten er anslått til 2,8 prosent. Endelige tall for lønnsvekst og prisvekst i 2025 er først klart i 2026, mens denne rapporten ble utarbeidet i september 2025.

Figur 9: Lønnsvekst, prisvekst og pensjonsvekst. 2018 – 2025. Prosentvis endring fra fjoråret.



(Kilde: Meld. St. 27 (2024-2025))

³³ Pensjonsveksten gjelder vekst i ordinær alderspensjon, ikke minstepensjon.

Oppregulering av alderspensjon fra folketrygden

Stortinget vedtok våren 2022 å endre reguleringen av alderspensjon fra folketrygden. Fra 2011 hadde pensjonene blitt regulert med *lønnsveksten fratrasket 0,75 prosent*. Den nye metoden innebærer at pensjonene reguleres i takt med *gjennomsnittet av lønns- og prisveksten*.³⁴

Denne metoden gjør at pensjonene i større grad skjermes mot høy prisvekst, slik man så i 2022 og 2023, sammenlignet med den tidligere reguleringsmodellen. Når reguleringen følger gjennomsnittet av lønns- og prisveksten, unngår man i utgangspunktet negativ realvekst for pensjonistene i år med lav reallønnsvekst. Det kan imidlertid bli negativ realvekst dersom prisveksten blir høyere enn forventet, men da skal det korrigeres for avviket mellom forventet og faktisk prisvekst i trygdeoppgjøret året etter. Det samme gjelder eventuelle avvik mellom forventet og faktisk lønnsvekst.

Den nye reguleringsmetoden er mindre gunstig i perioder med høy reallønnsvekst, det vil si over 1,5 prosent. Dersom reallønnsveksten er 1,5 prosent, gir begge metodene samme utvikling i pensjonene. Både den gamle og den nye metoden innebærer at pensjonister i «normale» år får en svakere inntektsutvikling enn lønnstakere, ettersom lønnsveksten normalt er høyere enn prisveksten.

Regulering av alderspensjon fra folketrygden under utbetaling

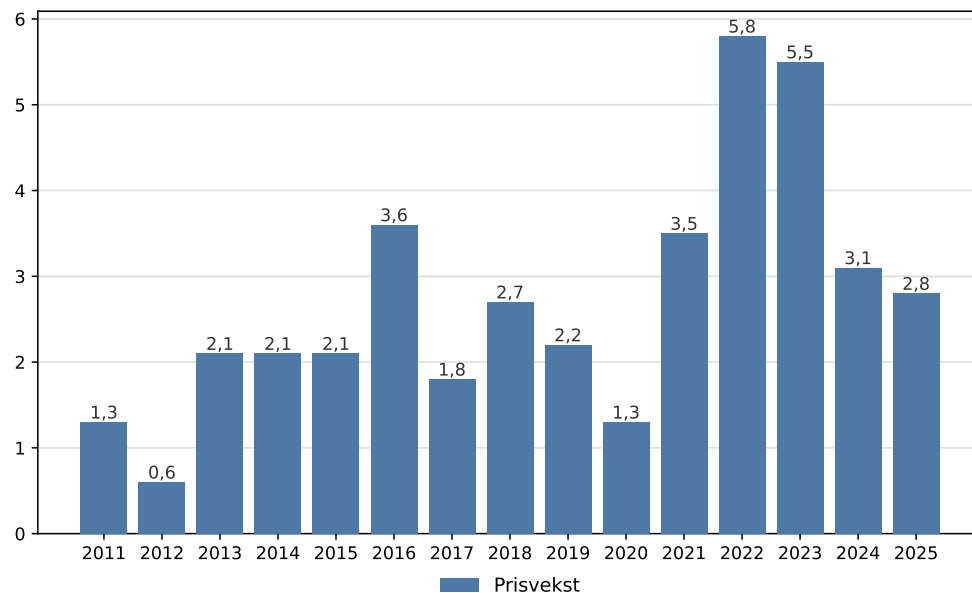
- Før 2011 ble alderspensjon regulert i takt med lønnsveksten
- Fra 2011 til og med 2020 ble alderspensjon regulert i takt med lønnsveksten, deretter fratrasket 0,75 prosent. *Minstepensjon ble i denne perioden regulert i takt med lønnsveksten, deretter justert for effekten av levealdersjusteringen for 67-åringer i reguleringsåret. De fleste år ga dette et fratrekk på om lag 0,5 prosent, altså noe mindre underregulering enn for ordinær alderspensjon.*
- I 2021 ble alderspensjon regulert i takt med gjennomsnittet av lønns- og prisveksten, *men ikke høyere enn lønnsveksten*
- Fra 2022 blir alderspensjon regulert i takt med gjennomsnittet av lønns- og prisveksten.

³⁴ Før pensjonsreformen ble innført i 2011 ble alderspensjon fra folketrygden oppregulert i takt med lønnsveksten.

Prisveksten er på vei nedover

Etter to år med høy prisvekst i 2022 og 2023 på henholdsvis 5,8 og 5,5 prosent, kom prisveksten ned til 3,1 prosent i 2024. Regjeringen anslo i mai 2025 prisveksten til 2,8 prosent i 2025.³⁵ Selv om prisveksten har gått ned, er den fremdeles over Norges Banks mål om 2 prosent over tid.³⁶ Figur 10 viser årlig prisvekst (KPI) fra 2011 til 2025.³⁷

Figur 10: Årlig prisvekst (KPI) 2011 - 2025



(Kilde: SSB)

³⁵ Kilde: Revidert nasjonalbudsjett 2025.

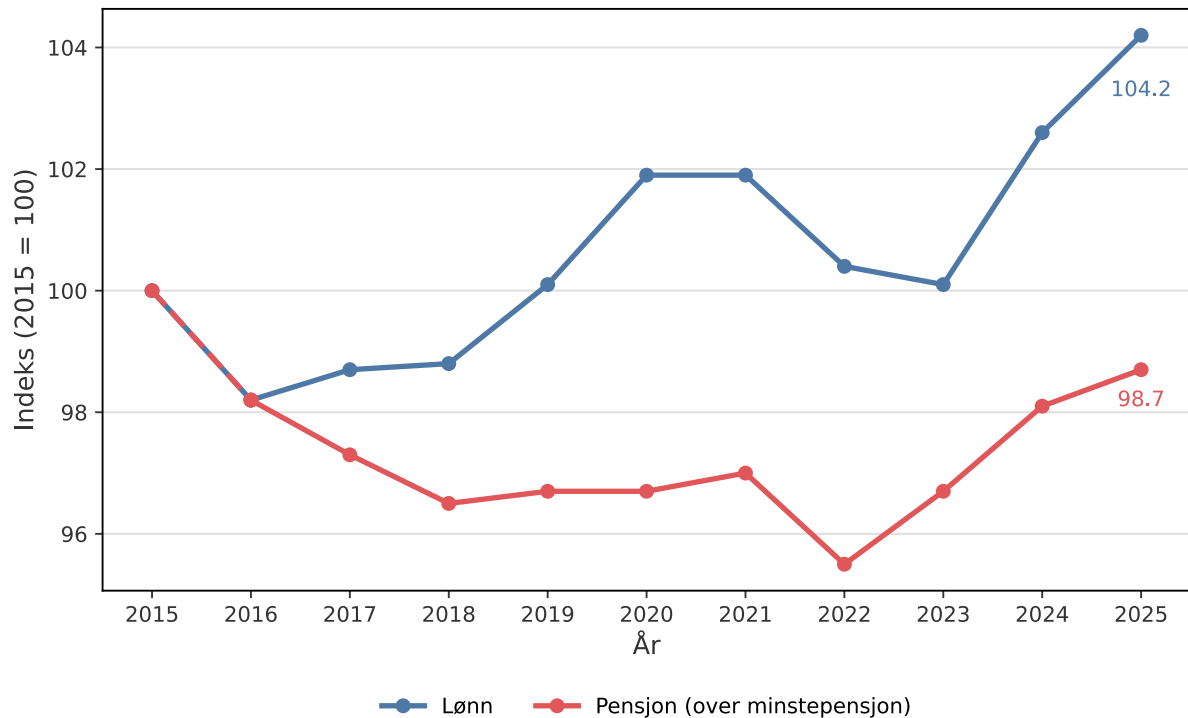
³⁶ Kilde: Norges Bank.

³⁷ Prisveksten i 2025 (2,8 prosent) er basert på regjeringens anslag per mai 2025

Pensjonistene er inntektstapere siste 10 år

Som følge av reguleringsreglene har pensjonistene i de fleste år fått pensjonene sine *underregulert*³⁸, noe som har ført til en svakere inntektsutvikling enn lønnstakere har fått i gjennomsnitt.

Figur 11: Realverdien av lønn og pensjon over minstenivået 2016-2025*. Indeks 2015 = 100.



*Tallene for 2025 er basert på regjeringens anslåtte lønnsvekst (4,4 prosent) og prisvekst (2,8 prosent) fra Revidert nasjonalbudsjett 2025, som ble lagt frem 15. mai 2025.

Lønnstakere har hatt en gjennomsnittlig reallønnsvekst på 0,4 prosent per år i 10-årsperioden 2016-2025. For pensjonistene har det vært langt verre. Realveksten i pensjon har samlet sett vært negativ for pensjonister siden 2015. Realverdien av alderspensjonen fra folketrygden har gått ned med 0,1 prosent i gjennomsnitt per år de siste 10 årene. En pensjonist får dermed mindre igjen for pensjonsinntekten nå enn for ti år siden. Realveksten har imidlertid vært positiv for pensjonister de siste 3 årene, med en gjennomsnittlig vekst på 1,1 prosent per år.

³⁸ Med underregulert menes at pensjonene har økt mindre enn lønnsveksten.

Gjeld blant pensjonister

Andelen pensjonister med gjeld har vært økende de siste 15 årene. I 2009 hadde 42,9 prosent av personer 67 år og eldre gjeld, mens andelen var økt til 66,2 prosent i 2023³⁹. Se tabell 15.

Tabell 15: Gjeldsutvikling blant personer 67 år og eldre. Per 31. desember.

	Personer (67 år og eldre) med gjeld	Andel (67 år og eldre) med gjeld	Gjennomsnittlig gjeld i kr (67 år og eldre)	Samlet gjeld i milliarder kroner
2009	264 562	42,9 %	359 800	95
2010	275 969	44,1 %	388 900	107
2011	302 201	47,4 %	409 300	124
2012	324 577	49,6 %	437 700	142
2013	351 045	52,1 %	462 300	162
2014	374 545	53,6 %	485 300	182
2015	396 439	54,9 %	506 700	201
2016	419 967	56,4 %	530 600	223
2017	439 267	57,3 %	547 900	241
2018	457 382	58,2 %	569 100	260
2019	477 397	59,3 %	587 400	280
2020	488 483	59,0 %	609 700	298
2021	508 215	59,8 %	616 700	313
2022	528 634	60,7 %	639 900	338
2023	590 326	66,2 %	602 700	356

(Kilde: SSB, tabell 06626 og 07459)

Ved utgangen av 2023 var gjennomsnittlig gjeld 602 700 kroner blant dem 67 år og eldre med gjeld. Det var en nedgang fra 639 900 kroner i 2022. Samtidig økte andelen med gjeld fra 60,7 prosent til 66,2 prosent av alle 67 år og eldre, slik at den samlede gjelden økte med 18 milliarder kroner.

Gjelden er imidlertid ujevnt fordelt. Listen nedenfor viser hvordan gjelden fordeler seg på de om lag 590 000 personene 67 år og eldre som hadde gjeld per 31. desember 2023.

- 212 000 personer har en gjeld på under 100 000 kroner. (20 800 kr i gjennomsnitt)
 - 161 000 personer har mellom 100 000 og 500 000 kroner i gjeld. (274 550 kr i gjennomsnitt)
 - 103 500 personer har mellom 500 000 og 1 million kroner i gjeld. (723 500 kr i gjennomsnitt)
 - 80 900 personer har mellom 1 og 2 millioner kroner i gjeld. (1,4 millioner kr i gjennomsnitt)
 - 32 900 personer har 2 millioner kroner i gjeld eller mer (3,6 millioner kr i gjennomsnitt.)
- (kilde: SSB, tabell 08589)

³⁹ Tallene er basert på skattestatistikk, og 2023 er nyeste tall tilgjengelig fra SSB.

Minstepensjon og garantipensjon

Tabell 16: Minstepensjon og garantipensjon. Årlige satser per 1. mai 2025

Minstepensjon:	Per 1. mai 2025	Garantipensjon:	Per 1. mai 2025
Lav sats	200 144 kr	Ordinær sats	224 248 kr
Ordinær sats	231 645 kr	Høy sats	242 418 kr
Høy sats	243 759 kr		
Enslig	279 933 kr		
Forsørger ektefelle over 60 år	379 420 kr		

- **Minstepensjon «lav sats»** gjelder dersom man er gift eller samboer, og ektefellen også mottar alderspensjon eller AFP fra offentlig sektor.
- **Minstepensjon «ordinær sats»** gjelder dersom man er gift eller har samboer, og ektefellen mottar uføretrygd. Eller dersom ektefellen ikke får alderspensjon eller uføretrygd, *men* har en årlig inntekt over 260 320 kr (2 G). Samlet pensjon for deg og ektefellen skal være minst 2 ganger «ordinær sats».
- **Minstepensjon «høy sats»** gjelder dersom man er gift eller har samboer, og ektefellen har inntekt under 260 320 (2 G), og ikke mottar uføretrygd, alderspensjon eller AFP fra offentlig sektor.
- **Minstepensjon «enslig»** gis til aleneboende. Gjelder også ektefeller som ikke bor sammen, for eksempel om en er på langtidsopphold på institusjon eller sykehjem.
- **Garantipensjon «ordinær sats»** gis som hovedregel til de som er gift eller har samboer.
- **Garantipensjon «høy sats»** gis som hovedregel til enslige.

NB! Du må ha minst 40 års trygdetid for å ha rett til full minstepensjon eller full garantipensjon. Trygdetid er som regel lik botid i Norge fra du fyller 16 år og frem til det året du fyller 66 år. Har man ikke full trygdetid vil man få en avkortet minstepensjon eller garantipensjon.

(Kilde: NAV)

Om minstepensjon og garantipensjon

«Minstepensjon» er et minimumsnivå på alderspensjon fra folketrygden som inngår i det «gamle» pensjonsregelverket og gjelder for personer født i 1953 eller tidligere. Man må riktignok ha 40 års trygdetid for å få full minstepensjon.

Personer født i årene 1954 til og med 1962 opptjener alderspensjon delvis etter «gammelt» og delvis «nytt» regelverk. Disse årskullene kan derfor motta minstepensjon for den delen av pensjonen som beregnes etter gammelt regelverk. Og garantipensjon for delen som beregnes etter nytt regelverk.

Personer født i 1963 og senere har kun pensjon opptjent etter nytt regelverk. Her inngår ikke minstepensjon, og minsteytelsen kalles «garantipensjon».

Det er en viktig forskjell mellom minstepensjon og garantipensjon.

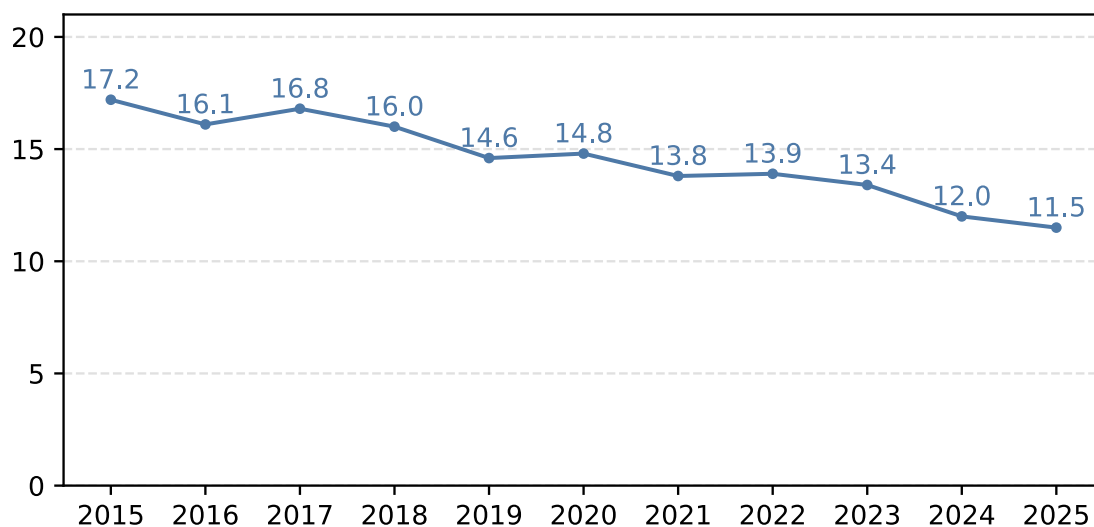
Minstepensjon er et årlig pensjonsbeløp som gis dersom man har opptjent en pensjon som ikke overstiger et visst nivå. I stedet for å få den lavere pensjonen man har opptjent vil man løftes opp til minstepensjon. Mange kan ha jobbet i mange år, men allikevel ikke ha en pensjonsopptjening som overstiger minstepensjon.

Garantipensjon er på den annen side et «gulv» hvor man vil få dette beløpet dersom man ikke har noe pensjongivende inntekt gjennom livet. Dersom man har hatt pensjongivende inntekt, slik som lønn, vil man tjene opp «inntektpensjon» som kommer i tillegg til garantipensjonen. De aller fleste mottakere av garantipensjon vil derfor motta mer enn kun garantipensjon, siden de har inntektpensjon i tillegg. Mens for minstepensjonister etter gammelt regelverk vil satsen for minstepensjon utgjøre hele beløpet man mottar i pensjon fra folketrygden.

I juni 2025 mottok 11,5 prosent av alderspensjonistene minstepensjon. Det er en nedgang fra 12,0 prosent et år tidligere. I juni var det 122 939 minstepensjonister, hvorav 101 627 kvinner (82,7 prosent) og 21 312 menn (17,3 prosent).⁴⁰

Andelen minstepensjonister har vært fallende de siste ti årene. I 2015 mottok 17,2 prosent av alderspensjonistene minstepensjon, mens i 2025 er andelen 11,5 prosent.

Figur 12: Andel med minstepensjon. Tall per juni hvert år.



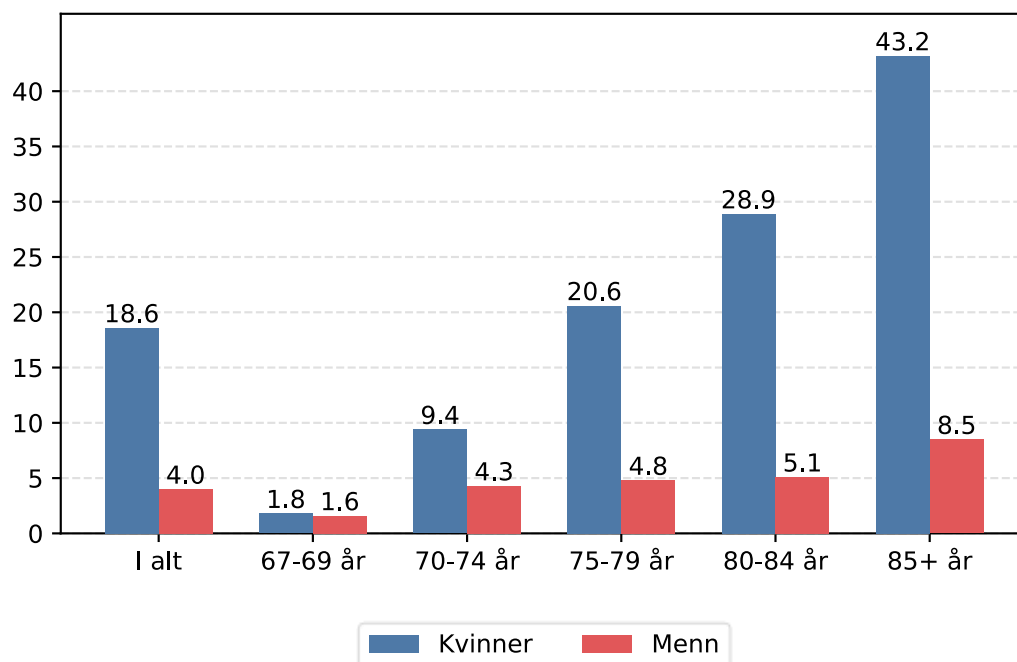
(Kilde: NAV, juni 2025.)

Andelen pensjonister med minstepensjon er ujevnt fordelt med hensyn på kjønn og alder. Det er langt flere kvinner som mottar minstepensjon enn menn. 18,6 prosent av kvinnelige pensjonister mottar minstepensjon per juni 2025, mens blant menn er det kun 4,0 prosent.

Som vist i figur 13 er andelen minstepensjonister stigende med alder. Blant kvinner er det kun 1,8 prosent som er minstepensjonister i gruppen 67- 69 år, mot hele 43,2 prosent i gruppen 85 år og eldre. Blant menn er andelen minstepensjonister betydelig lavere enn for kvinner.

⁴⁰ Kilde: NAV

Figur 13: Prosentandel av pensjonister med minstepensjon etter kjønn og alder. Per juni 2025.



(Kilde: NAV, juni 2025).

Minstepensjon for enslige

Minstepensjon for enslige (med opptjening etter «gammelt» regelverk) er 279 933 kroner i året per 1. mai 2025, en økning på 15 799 kroner. Det inkluderer den ordinære oppreguleringen på 3,71 prosent, samt et ekstraordinært kronetillegg på 6 000 kroner.

I de første årene etter pensjonsreformen ble innført i 2011 hadde minstepensjon en noe gunstigere oppregulering enn øvrig pensjon, med et fratrekk fra lønnsveksten på om lag 0,5 prosent, mens ordinær pensjon hadde et fratrekk på 0,75 prosent. Fra 2022 oppreguleres minstepensjon med samme prosent som øvrig alderspensjon. Det vil si at pensjonen oppreguleres i takt med gjennomsnittet av lønns- og prisveksten.

Den årlige satsen for minstepensjon for enslige har imidlertid økt med 31 000 kroner samlet sett utover den årlige oppreguleringen i perioden 2016 til og med 2025. Dette har skjedd som følge av ulike politiske flertall på Stortinget som har gått inn for å øke satsen.

Tabell 17: Ekstraordinære økninger av minstepensjon for enslige

Beløp	Gitt med virkning fra
4 000 kroner	1. september 2016
4 000 kroner	1. september 2017
4 000 kroner	1. september 2019
4 000 kroner	1. mai 2020 (utbetalt fra mai 2021)
5 000 kroner	1. juli 2021
4 000 kroner	1. januar 2023
6 000 kroner	1. mai 2025

Uten de ekstra økningene i minstepensjonen for enslige, som er gitt siden 2016, ville satsen per 1. mai 2025 vært 243 513 kroner. Det tilsvarer 36 420 kroner mindre enn den gjeldende satsen.

Som et resultat av disse økningene har enslige minstepensjonister hatt en høyere prosentvis vekst i pensjonen enn både lønsmottakere og andre pensjonister. Til tross for dette er de fortsatt en økonomisk utsatt gruppe, med svært lave inntekter sammenlignet med resten av befolkningen.

Enslige minstepensjonister er overrepresentert i lavinntektsstatistikken, og uten ekstra økninger vil inntektsforskjellene mellom lønnstakere og minstepensjonister øke mer enn vi har sett de siste årene. Stortinget har i forbindelse med pensjonsforliket i 2024 blitt enige om at minsteytelsene skal justeres i takt med lønnsveksten *før uttak*, men det har ikke tredd i kraft ennå per september 2025. Samtidig er det viktig å understreke at dette ikke gir noen forbedring for dem som allerede mottar minstepensjon i dag, og samtidig kun marginale forbedringer for dem med få år igjen til pensjonsalder.

Hvem lever under fattigdomsgrensen?

SSB definerer husholdninger med en inntekt på 60 prosent eller mindre av medianinntekten etter skatt som å ha «lavinntekt». Denne lavinntektsgrensen blir gjerne omtalt som «fattigdomsgrensen», «EUs fattigdomsgrense» eller «EU60».

SSB beregner grensen basert på tall fra skatteoppgjøret. 2023-tallene er de nyeste tallene som er tilgjengelig. Vi estimerer nivået på fattigdomsgrensen per 1. mai 2025 ved å oppjustere 2023-tallene i takt med lønnsveksten i 2024, og forventet lønnsvekst i 2025, og måler nivået i antall grunnbeløp (G). Det gir følgende fattigdomsgrense for Norge:

Tabell 18: Fattigdomsgrensen per 1. mai 2025. Årlig beløp, etter skatt.

Enslig	Samboer/gift (per person)
319 950 kroner	240 050 kroner

(Kilde: SSB, tabell 09593, Revidert nasjonalbudsjett 2025 og egne beregninger)

Fattigdomsgrensen er basert på inntekt etter at skatten er trukket fra. Som enslig må man altså ha en nettoinntekt som per 1. mai 2025 overstiger 319 950 kroner, dersom man skal ha en inntekt over fattigdomsgrensen.

Det er viktig å være klar over at selv om fattigdomsgrensen iblant kalles EUs fattigdomsgrense, så er det ikke en lik inntektsgrense i alle land i EU. Metoden ser på inntektsnivået i det enkelte land, slik at nivået på fattigdomsgrensen for Norge er en annen enn i for eksempel Sverige. Fattigdomsgrensen sier noe om man er «fattig» sammenlignet med resten av befolkningen i landet man bor i. Andre land med lavere inntektsnivåer enn Norge har derfor en lavere fattigdomsgrense målt i kroner.

Lavinntektsgrensen er som nevnt definert å ligge på 60 prosent av medianinntekten, det vil si et godt stykke under medianinntekten. Medianinntekten er den «midterste» inntekten i befolkningen, det vil si at den ene halvparten av befolkningen har en høyere inntekt enn medianen, og den andre halvparten har en lavere inntekt enn medianen.

Nedgang i andelen med inntekt under fattigdomsgrensen

Tall fra SSB viser at 12,6 prosent av den norske befolkningen hadde en inntekt under fattigdomsgrensen i 2023⁴¹. Blant alderspensjonister 67 år og eldre gjaldt dette 9,6 prosent, til sammen 84 700 personer. Av disse var 70 500 aleneboende, og 39 700 av disse igjen var minstepensjonister. Blant aleneboende minstepensjonister har 69,2 prosent en inntekt under fattigdomsgrensen. Det er et høyt nivå, men samtidig en nedgang på hele 8,4 prosentpoeng fra året før.

Minstepensjonen enslige mottar fra folketrygden ligger per 1. mai 2025 om lag 40 000 kroner under fattigdomsgrensen⁴². Det er om lag 30 800 aleneboende pensjonister som har en pensjon som overstiger minstepensjon, men som allikevel har en samlet inntekt under fattigdomsgrensen. Samtidig har enkelte minstepensjonister en samlet inntekt som overstiger fattigdomsgrensen, som følge av at de har andre inntekter i tillegg til minstepensjonen fra folketrygden.

Figur 14 viser utviklingen i andelen med en inntekt under fattigdomsgrensen i perioden 2010 – 2023, for henholdsvis aleneboende minstepensjonister, aleneboende 67 år og eldre og for alle alderspensjonister 67 år og eldre.

Utviklingen har i mange år vært relativt flat, men det var en markant nedgang fra 2022 til 2023. Det skyldes den relativt høye pensjonsreguleringen i 2023, hvor årsveksten i alderspensjon fra folketrygden var 6,9 prosent, mens den gjennomsnittlige lønnsveksten dette året var lavere med 5,2 prosent. Minstepensjonen for enslige ble også økt med 4 000 kroner årlig fra 1. januar 2023. Den gode pensjonsreguleringen relativt til lønnsutviklingen samt økt minstepensjon fikk merkbar effekt på andelen av enslige minstepensjonister med lavinntekt som falt fra 77,6 prosent i 2022 til 69,2 prosent i 2023.⁴³ Ser man utviklingen over tid har det imidlertid blitt gitt flere ekstraordinære økninger av minstepensjon for enslige siden 2016⁴⁴, uten at det har vært tilstrekkelig til å vesentlige endre andelen enslige minstepensjonister med en inntekt under fattigdomsgrensen.

Minstepensjon under utbetaling reguleres med gjennomsnittet av lønns- og prisveksten, som i de fleste år vil ligge noe under lønnsveksten. Fattigdomsgrensen er imidlertid forventet å øke hvert år om lag i takt med lønnsutviklingen i samfunnet. Det bidrar til å øke gapet mellom minstepensjonen for enslige og fattigdomsgrensen, med mindre det gis ekstraordinære løft av minstepensjon utover den ordinære oppreguleringen. I 2025 ble det gitt en ekstraordinær økning av minstepensjonen for enslige med 6 000 kroner årlig (500 kroner mer per måned) fra og med 1. mai.

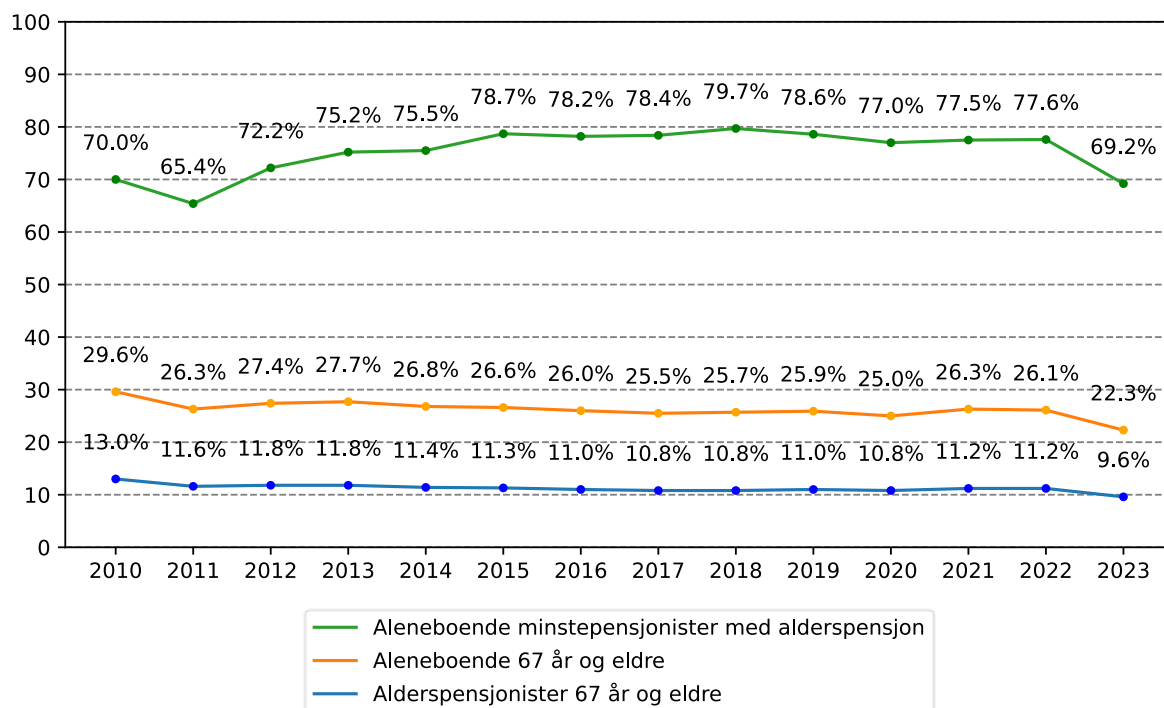
⁴¹ Tallene er basert på skattestatistikk, og 2023 er nyeste tall tilgjengelig fra SSB.

⁴² Minstepensjon for enslige født i 1953 eller tidligere er 279 933 kroner pr. 1.5.2025, mens fattigdomsgrensen er anslått til 319 950 kroner.

⁴³ Se SSB-artikkelen «Fall i inntektsulikheten» fra 15. januar 2025.

⁴⁴ Se tabell 17.

Figur 14. Andel med lavinntekt. EU-skala 60 prosent.



(Kilde: SSB, tabell 12599)

Minstepensjon for pensjonister i parforhold

Minstepensjon for gifte/samboende gis som hovedregel etter lav sats, og er 200 144 kroner per år fra 1. mai 2025. Det var 29 374 personer som mottok denne minstepensjonen per juni 2025⁴⁵.

Selv om denne minstepensjonen ligger om lag 79 800 kroner lavere per år enn ensliges minstepensjon, er det de enslige som er overrepresentert i statistikken over andel med inntekt under fattigdomsgrensen. Det skyldes at de som er gifte/samboende som regel har en ektefelle/samboer med en større pensjon, noe som gjør at husholdningen samlet sett har en inntekt over fattigdomsgrensen.

Det er også en egen garanti om at gifte/samboende pensjonister skal ha en samlet pensjon på minst 2 ganger minstepensjon etter «ordinær» sats, som er 231 645 kroner per person. (Det forutsetter at begge har full trygdetid, og er født i 1953 eller tidligere.) Denne garantien har sikret at samlet husholdningsinntekt for samboende pensjonister som regel har oversteget fattigdomsgrensen. Vi anslår imidlertid fattigdomsgrensen å være 240 050 kroner per person i en parhusholdning, pr. 1. mai 2025. Det betyr at den ordinære satsen nå ligger lavere enn den anslåtte fattigdomsgrensen. Det var 4 819 mottakere av minstepensjon etter ordinær sats per juni 2025⁴⁶.

En annen årsak til at færre minstepensjonister i parforhold defineres som å leve med lavinntekt skyldes at i en to-personhusholdning får den første voksne en «forbruksvekt» lik 1,0, mens den andre

⁴⁵ Kilde: NAV

⁴⁶ Kilde: NAV

voksne vektet med kun 0,5 (barn har vekt 0,3). Et par trenger dermed ikke dobbelt så høy inntekt som en enslig, men bare 1,5 ganger så høy inntekt som én enslig for å komme over lavinntektsgrensen. Årsaken er at det forventes stordriftsfordeler ved å bo to sammen. Vektingen av den andre voksne med EU-skalaen er imidlertid lavere enn andre skalaer. OECD-skalaen benytter en vekting av den andre voksne på 0,7. Mens garantipensjon for gifte/samboende er på 92,5 prosent av garantipensjonen for aleneboende, noe som implisitt indikerer en langt høyere vekting enn 0,5. Når svært få pensjonistpar defineres med lavinntekt kan altså noe skyldes den lave vekting av den ene voksne i parforholdet når man benytter EU-skalaen. Det kan bidra til å underdrive lavinntektsutfordringene blant pensjonistpar i statistikken.

Store forskjeller på minsteytelser for gifte og samboende pensjonister på tvers av årskull

Forskjellene i minsteytelser i «gammelt» og «nytt» pensjonsregelverk skaper betydelige inntektsforskjeller avhengig av når man er født⁴⁷. Personer født i 1953 eller tidligere har rett på minstepensjon etter «gammelt» regelverk. Minsteytelsen er 200 144 kroner per 1. mai 2025.

Personer født i 1963 og senere er omfattet av «nytt» regelverk.⁴⁸ Etter «nytt» regelverk gis en garantipensjon på 224 248 kroner, altså om lag 24 100 kroner høyere minsteytelse enn i «gammelt» regelverk. I tillegg vil de aller fleste omfattet av nytt regelverk ha opptjening av inntektpensjon som kommer i tillegg til garantipensjonen. Ifølge NAV hadde 99,7 prosent av alle alderspensjonister født i 1954 eller senere inntektpensjon, per juni 2023, noe som betyr at så godt som alle i disse aldersgruppene har hatt minst ett år med pensjonsopptjening. Det vil si at alle disse også er sikret en høyere samlet pensjon enn bare garantipensjonsbeløpet, *gitt full trygdetid*. Differansen mellom «minstepensjonister i parforhold» med opptjening etter gamle og nye regler er derfor i realiteten enda større enn hva differansen i satsene isolert sett indikerer.

En løsning for å likestille minsteytelser etter gammelt og nytt pensjonsregelverk kan være å fjerne minste pensjonsnivå etter «lav sats» i det gamle regelverket, og at alle som i dag er på denne satsen får minste pensjonsnivå etter ordinær sats. Denne satsen ligger per 1. mai 2025 på 231 645 kroner. Det er noe over garantipensjon ordinær sats, men det bør også ligge noe over, da de med garantipensjon som regel mottar inntektpensjon i tillegg. Dette vil sikre en bedre likebehandling av minstenivået for gifte/samboende pensjonister uavhengig av hvilket år man er født.

Garantipensjon for enslige er lavere enn minstepensjon

Når det gjelder minsteytelser for *enslige* er satsene lavest for dem som er omfattet av det «nye» regelverket. Garantipensjonen for enslige (nytt regelverk) ligger per 1. mai 2025 om lag 37 500 kroner lavere per år enn minstepensjon for enslige (gammelt regelverk). Selv om årskullene omfattet av garantipensjon vil få inntektpensjon i tillegg, vil enkelte enslige pensjonsmottakere med lav pensjonsopptjening i fremtiden kunne ende opp med en samlet pensjon som ligger under dagens

⁴⁷ Se hvilke årskull som er omfattet av gammelt og nytt pensjonsregelverk på side 7.

⁴⁸ Personer født fra og med 1954 til og med 1962 har pensjon beregnet etter en kombinasjon av «gamle» og «nye» regler, og har dermed rett på en minsteytelse et sted mellom 200 144 kr og 224 248 kroner.

minstepensjon. En løsning for å unngå dette kan være å videreføre minstepensjon også i det nye pensjonsregelverket, som et supplement til garantipensjon.

Minsteytelsen alderspensjonister har krav på er ulik avhengig av hvilket årskull man er født. Det er i tillegg et krav om «full» trygdetid, 40 år, for å ha rett til full minsteytelse. Nedenfor følger en tabell over minsteytelse per årskull per 1.5.2025, den forutsetter at man har full trygdetid:

Tabell 19: Minsteytelse til alderspensjonister etter årskull (minstepensjon/garantipensjon)

Fødselsår	Gift/samboer, minsteytelse	Enslig, minsteytelse
1953 eller tidligere	200 144	279 933
1954	202 554	276 182
1955	204 965	272 430
1956	207 375	268 679
1957	209 786	264 927
1958	212 196	261 176
1959	214 606	257 424
1960	217 017	253 673
1961	219 427	249 921
1962	221 838	246 170
1963 eller senere	224 248	242 418

Kilde: NAV

Man må ha fylt 67 år for å ha rett til å motta minsteytelsen⁴⁹. Dersom man ønsker å starte uttaket av alderspensjonen fra folketrygden før man har fylt 67 år er det et vilkår at pensjonen overstiger den årlige minsteytelsen for enslige. Som det kommer frem av tabellen er minsteytelsen for enslige 37 515 kroner lavere for en person født i 1963 eller senere sammenlignet med 1953. Det betyr at en person født i 1963 kan starte uttaket av pensjon før 67 år selv om pensjonen kun overstiger 242 418 kroner. Det er om lag 77 500 kroner lavere enn den anslåtte fattigdomsgrensen for enslige, per 1. mai 2025.

Tidlig uttak av alderspensjon i kombinasjon med AFP

Dersom man ønsker å starte uttaket av alderspensjonen fra folketrygden før 67 år må pensjonen overstige minsteytelsen for enslige. Men dersom man har rett på AFP fra privat sektor, eller «ny» AFP fra offentlig sektor (som gjelder personer født i 1963 eller senere) så kan den livsvarige delen av AFP-beløpet inngå i å oppfylle vilkåret om å overstige minsteytelsen. Det vil si at det er alderspensjonen fra folketrygden pluss den livsvarige delen av AFP som til sammen må overstige minsteytelsen for enslige for at man skal kunne starte pensjonsuttaket før 67 år.

Det er verdt å merke seg at alderspensjonen man får fra folketrygden isolert sett kan være lavere enn minsteytelsen for enslige, dersom man mottar livsvarig AFP i tillegg, og starter uttaket før 67 år.

⁴⁹ I pensjonsforliket av 2024 ble flertallet på Stortinget enige om at aldersgrensen for når man har rett på minstepensjon skal gradvis økes fra 67 år med om lag 1 måned per årskull, hvor 1964-kullet er de første som omfattes av dette. Den nye aldersgrensen kalles «normert pensjoneringsalder».

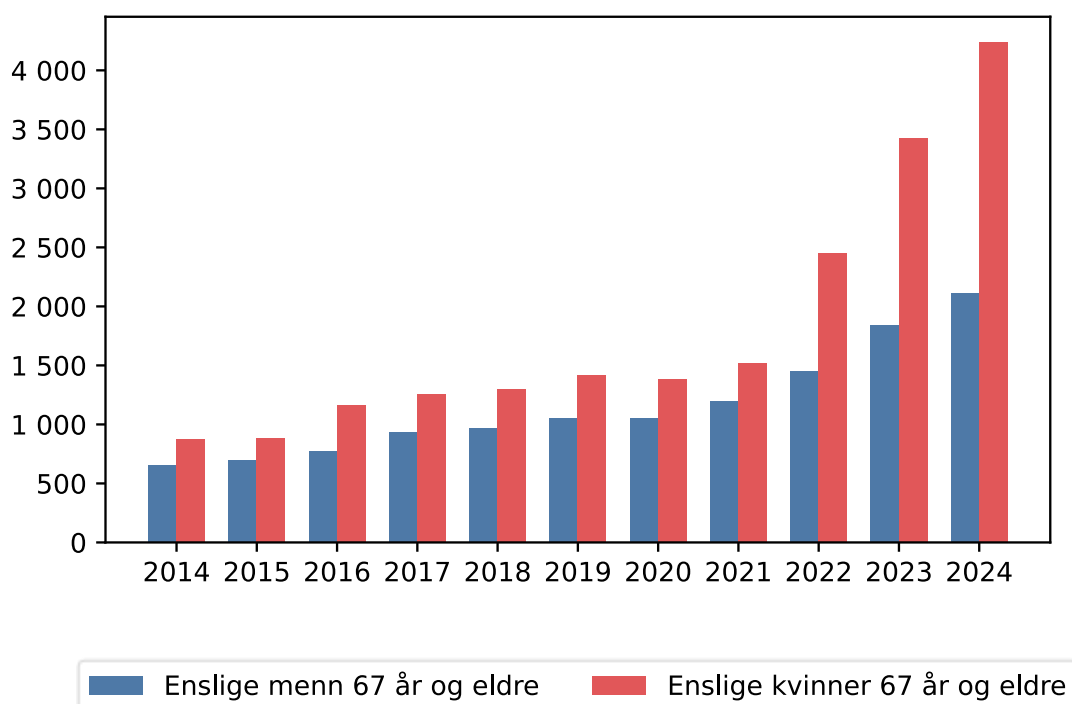
Eksempel på tidlig uttak av pensjon i kombinasjon med AFP:

Ingrid er født i 1963 og ønsker å ta ut alderspensjonen fra folketrygden fra 62 år. Hun har imidlertid kun opptjent en årlig pensjon på 200 000 kroner, og fyller dermed i utgangspunktet ikke vilkåret om at pensjonen må overstige minstepensjonen på 242 418 kroner, dersom hun skal starte uttaket før 67 år. Men Ingrid har livsvarig AFP fra privat sektor som utgjør 45 000 kroner i året ved uttak fra 62 år. Dermed kan Ingrid likevel ta ut alderspensjon fra folketrygden fra 62 år sammen med AFP, siden de samlet sett utgjør 245 000 kroner, og dermed overstiger minstepensjonen på 242 418 kroner. Ingrid får da en pensjon fra folketrygden som isolert sett er lavere enn minstepensjonen for enslige.

Sosialhjelpsmottakere

De siste årene har antallet sosialhjelpsmottakere over 67 år økt, særlig i 2022 – 2024 og mest blant enslige kvinner (se figur 15). Ifølge SSB skyldes veksten blant annet høy prisvekst, økte levekostnader og flyktningstrømmer fra Ukraina. Om lag to tredeler av mottakerne har innvandret til Norge. Per 31.12.2024 mottok 4 242 kvinner og 2 116 menn i gruppen 67 år og eldre sosialhjelp. I 2024 var gjennomsnittlig sosialhjelp 9 596 kroner per måned for enslige menn 67 år og eldre, og 11 524 kroner for enslige kvinner 67 år og eldre.⁵⁰

Figur 15: Enslige sosialhjelpsmottakere over 67 år. Antall mottakere pr. 31.12. 2014-2024.



(Kilde: SSB, tabell 08858)

⁵⁰ (Kilde: SSB, tabell 08856)

Mottakere av supplerende stønad over 67 år

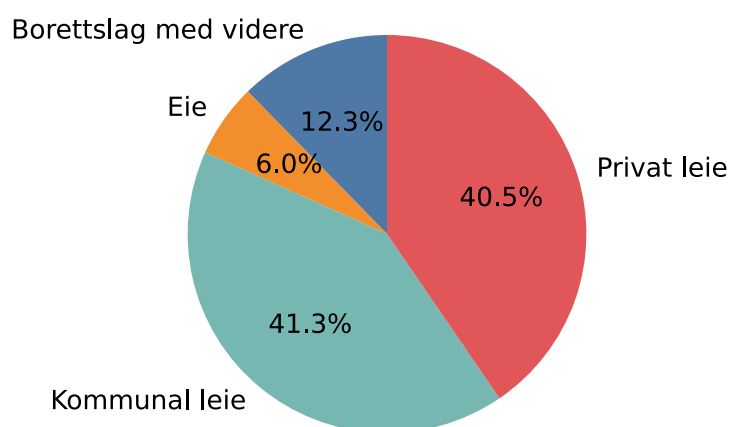
Personer over 67 år med kort botid i Norge kan søke om supplerende stønad hos NAV. Det skal sikre en inntekt til personer med lav eller ingen pensjon, som følge av kort botid i Norge. Inntekten er strengt behovsprøvd, og for å kvalifisere til stønaden må samlet inntekt for mottakeren og eventuell samboer eller ektefelle være mindre enn satsen for garantipensjon. Fra 1. mai 2025 er satsen 20 202 kroner per måned for enslige. Dersom man har annen inntekt avkortes stønaden krone for krone, slik at samlet inntekt ikke overstiger 20 202 kroner. Samtidig må samlet formue for mottaker og samboer eller ektefelle være under 65 080 kroner, (0,5 G) for at man skal få stønad. Ordinær bolig teller ikke som del av formuen. Man har heller ikke rett på supplerende stønad dersom man kom til Norge på grunn av familiegjenforening med barn, barnebarn, nevø eller niese og man fikk opphold fordi en annen person garanterte at man ville bli forsørget.⁵¹

Per mai 2025 var det 2 971 mottakere av supplerende stønad. 1 798 kvinner og 1 173 menn.⁵²

Bostøttemottakere blant pensjonister

Pensjonister med lav inntekt kan få innvilget bostøtte, dersom de fyller vilkårene. Bostøtte er en behovsprøvd økonomisk støtteordning for personer med lav inntekt og høye boutgifter. For å få bostøtte må man søke hos Husbanken, eller gjennom kommunen man bor i. Bostøtten utbetales månedlig. I perioden januar til og med juli 2025 mottok 18 273 husstander i aldersgruppen 67 år og eldre bostøtte i minst én måned. Gjennomsnittlig inntekt blant mottakerne er 18 273 kroner i måneden, og med en månedlig boutgift på 9 464 kroner. Gjennomsnittlig bostøtte per måned var 2 395 kroner.⁵³ Blant mottakerne 67 år og eldre leier 81,8 prosent bolig, enten privat eller kommunalt, se figur 16.

Figur 16: Eierforhold for bostøttemottakere 67 år og eldre. 2025.



(Kilde: Husbanken)

⁵¹ Kilde: NAV

⁵² Kilde: NAV

⁵³ Kilde: Husbanken

I perioden desember 2021 og frem til april 2024 var det et midlertidig regelverk som førte til at flere fikk bostøtte, og mange fikk mer enn de ellers ville fått. Det ble blant annet gitt en egen strømstøtte til bostøttemottakere i diverse måneder i 2021 til og med mars 2024, se tabell 20. For husstander med mer enn 1 person kom ytterligere 150 kroner per måned, utover det som kommer frem av tabellen.⁵⁴

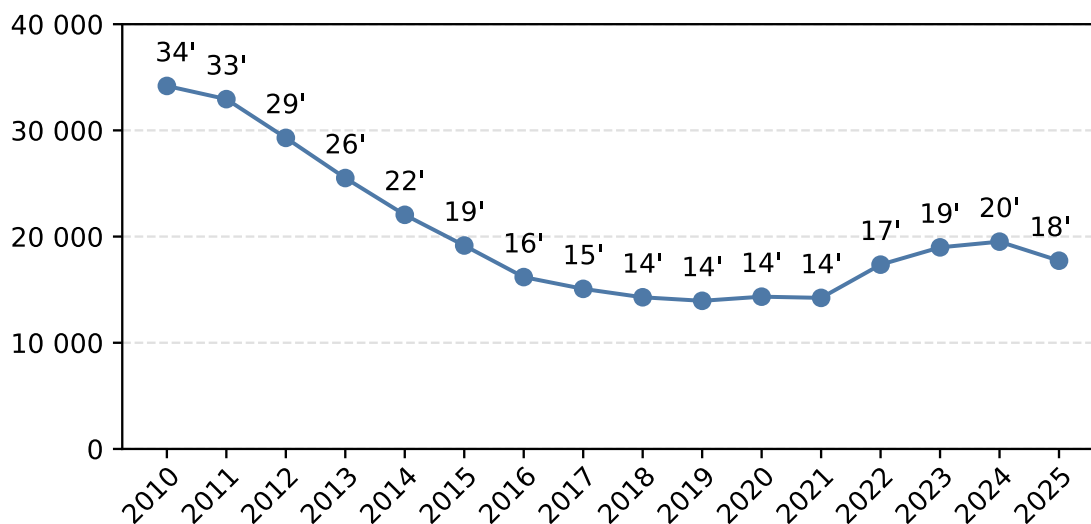
Tabell 20: Ekstra strømstøtte til bostøttemottakere 2021-2024. Beløp i kr per måned.

	Januar	Februar	Mars	April	Mai	Juni	November	Desember
2021	-	-	-	-	-	-	-	1 500
2022	1 500	2 500	2 500	1 000	1 000	1 000	2 000	2500
2023	1 500	1 500	1 500	1 500	1 500	-	1 000	1 500
2024	1 000	1 000	1 000	-	-	-	-	-

(Kilde: Husbanken)

Figur 18 viser en betydelig reduksjon i antall personer over 67 år som mottar bostøtte over tid. I 2010 var det 34 000 husstander som mottok bostøtte, mens i 2018 hadde det falt til 14 000. De siste årene har antallet mottakere økt noe, blant annet som en konsekvens av det midlertidige regelverket som var i kraft fra desember 2021 og frem til april 2024. I tillegg var det en tilpasning av bostøtten i forbindelse med økt minstepensjon for uføretrygd og arbeidsavklaringspenger i 2024. Ingen skulle få redusert bostøtte når disse ytelsene økte, noe som også ga effekt for hvor mange pensjonister som kvalifiserte for å motta bostøtte.

Figur 18: Antall husstander som har mottatt bostøtte per år. 2010 - 2024. 67 år og eldre.



(Kilde: Husbanken)

Enslige minstepensjonister som mottar bostøtte, vil som regel få redusert bostøtten når minstepensjonen fra folketrygden økes ekstraordinært utover den årlige reguleringen. Det er en utfordring at de med svakest økonomi ikke får et reelt løft når minstepensjonen øker, som følge av at bostøtten reduseres. Et unntak var i 2019, da Stortinget vedtok at minste pensjonsnivå for enslige

⁵⁴ Kilde: Husbanken

skulle økes med 4 000 kroner fra 1. september 2019, og samtidig vedtok at bostøtteregelverket skulle tilpasses slik at denne økningen ikke medførte redusert bostøtte for de berørte pensjonistene. Et tilsvarende grep ble gjort i juli 2024 når de årlige minstepensjonene for uføretrygd og arbeidsavklaringspenger fikk et ekstra løft på om lag 6 000 kroner.

Da minstepensjonen for enslige økte med 500 kroner per måned fra 1. mai 2025 fikk bostøttemottakere i denne gruppen en reduksjon av bostøtten på 295 kroner per måned. Den reelle inntektsøkningen ble dermed kun 205 kroner per måned. Enkelte personer med en inntekt som gjorde at de akkurat kvalifiserte for bostøtte, kan også ha falt ut av ordningen. Tall fra Husbanken viser at om lag 1 000 husstander i gruppen 67 år og eldre hadde bostøtte i april, men fikk avslag i juli. Samtidig var det nesten 9 000 husstander som fikk redusert bostøtte i juli sammenlignet med april. Til sammen tilsier dette at om lag 10 000 enslige minstepensjonister som mottar bostøtte, ikke fikk nytte av hele økningen av minstepensjon.

En annen utfordring med bostøtten er at det kan være personer med dårlig økonomi og høye boutgifter som ikke er kjent med ordningen og derfor ikke har søkt om støtte. Hvor mange dette eventuelt gjelder kjenner vi ikke til.

Fafo skrev i en rapport fra 2011: *Bostøtten er en rettighetsordning, der husholdninger som tilfredsstiller visse kriterier, har rett til stønaden. Det er likevel grunn til å tro at det er et underforbruk av bostøtte. Brukerne må være orientert om at ordningen er aktuell for dem, og de må ta initiativ til å søke.*⁵⁵

⁵⁵ Kilde: Fafo, Nova, *Den norske bostøtten, Effekter av en reform*, 2011.

Etterlattepensjon – gjenlevenderett reguleres ikke fra 2024

Som etterlatt kan man få et tillegg til alderspensjonen fra folketrygden, en såkalt *gjenlevenderett*.

Man «arver» deler av den avdøde ektefellens pensjon, dersom det gir høyere pensjon enn den man har tjent opp selv. Ordningen bidrar til å redusere inntektsfallet når den ene ektefellen faller fra, og det er i hovedsak kvinner som mottar pensjon med gjenlevenderett.

Tillegget gis kun til pensjonister over 67 år. Etterlatte under 67 år, kan fra 1. januar 2024 få *omstillingsstønad*.

Tall fra Arbeids- og velferdsdirektoratet viser at om lag 107 000 av de etterlatte alderspensjonistene får høyere pensjon som følge av at alderspensjonen blir beregnet etter særregler for etterlatte. Av disse er 95 prosent kvinner.⁵⁶

Gjenlevenderett er kun en del av det «gamle» pensjonsregelverket, som gjelder fullt ut årskull født i 1953 og tidligere, samt delvis for årskullene født fra 1954 til og med 1962.

Hovedregelen er at man som etterlatt kan få en tilleggspensjon beregnet med 55 prosent av summen av egen og avdød ektefelle/samboers tilleggspensjon, dersom det gir en høyere tilleggspensjon enn den man har tjent opp selv.

Man kan også «arve» avdød ektefelles trygdetid, dersom denne er lenger enn trygdetiden den gjenlevende ektefellen har selv. Dersom for eksempel den ene ektefelle har 40 års trygdetid, og den andre ektefellen har 30 års trygdetid, så vil den med kortest trygdetid få endret sin trygdetid til 40 år, dersom ektefellen dør. Det kan gi en høyere grunnpensjon, eller eventuelt en høyere minstepensjon enn om pensjonen var beregnet med egen trygdetid.

Forenklet eksempel på gjenlevenderett:

Per har tilleggspensjon på 200 000 kroner, og Kari har tilleggspensjon på 100 000 kroner.

Dersom Per dør vil Karis tilleggspensjon bli 55 prosent x (200 000 kr + 100 000 kr) = 165 000 kroner. Kari får dermed en høyere tilleggspensjon.

Men dersom Kari dør først, vil ikke Per få økt tilleggspensjon, siden han har en egenopptjent tilleggspensjon på 200 000 kroner, som er høyere enn 165 000 kroner.

- Fra 2024 oppreguleres ikke lenger gjenlevendetillegget årlig for personer født i 1944 eller senere. Denne delen av pensjonen holdes utenom når pensjonen øker fra 1. mai hvert år.
- Det er ingen særregler for etterlatte i alderspensjonen for personer født i 1963 og senere. Gjenlevenderetten er fjernet.

⁵⁶ Prop. 13 L (2020-2021)

Et eksempel på manglende oppregulering av gjenlevendetillegget i 2025

Anne er enke og har en årlig pensjon på 320 000 kroner i april 2025. Gjenlevendetillegget utgjør 70 000 kroner av Annes pensjon, og de resterende 250 000 kronene er Annes egenopptjente pensjon.

Pensjonsreguleringen fra 1. mai 2025 er på 3,71 prosent, men Anne får kun økt den egenopptjente delen av pensjonen, mens de 70 000 kronene i gjenlevendetillegg holdes fast. Resultatet er at Annes samlede pensjon blir oppregulert med kun 2,9 prosent, i stedet for 3,71 prosent.

SSB skriver i artikkelen, *Minstepensjonister i parforhold*, at gjenlevendeordningene for alderspensjonister bidrar til at flere av minstepensjonistene i parforhold får en inntekt over lavinntekt når de blir aleneboende. SSB skriver avslutningsvis i artikkelen: *Tilleggene i alderspensjonen for gjenlevende gir etter dagens regelverk også en betydelig økning i alderspensjon, noe som ser ut til å løfte flere av de med minste pensjonsnivå over lavinntektsgrensen. I tillegg har mange som går fra parhusholdning til å bli aleneboende en formue som kan bidra til å bedre de økonomiske levekårene.*

Pensjonistforbundet er svært kritiske til at gjenlevendetillegget ikke lenger oppreguleres hvert år. Det svekker kjøpekraftsutviklingen til mottakerne, som får en svakere inntektsvekst enn andre pensjonister. Vi mener det bør videreføres en form for gjenlevenderett også for personer med alderspensjon opptjent etter nytt regelverk (kapittel 20 i folketrygdloven). Som SSB skriver bidrar gjenlevendetillegget til å sikre at flere løftes over lavinntektsgrensen. Dersom det ikke videreføres en gjenlevenderett vil flere, og særlig kvinner, kunne ende opp med en inntekt under fattigdomsgrensen. Dette vil bidra til å øke de økonomiske kjønnsforskjellene blant pensjonister.

Skatt

Tabellene nedenfor viser hvordan skatteprosenten har endret seg i perioden fra 2018 til 2025, for noen forskjellige pensjonsinntekter. Pensjonene er oppregulert i takt med den årlige veksten i alderspensjon fra folketrygden under utbetaling. Skattesystemet kan enten forsterke eller motvirke kjøpekraftsutviklingen. Dersom skatteprosenten fra et år til det neste øker, vil skattesystemet redusere kjøpekraften, mens en reduksjon i skatteprosenten vil øke kjøpekraften av pensjonen. Tabellene nedenfor viser at skatteprosentene de siste 8 årene har gått noe ned for de laveste pensjonsinntektene, mens for de midlere og høyere pensjonsinntektene har skatteprosenten økt noe i denne perioden.

Fra 2024 til 2025 var det en reduksjon i skatten på om lag 0,8 prosentpoeng for pensjonsinntekter opp til om lag 350 000 kr. For høyere inntekter er skatteprosenten om lag uendret eller redusert med 0,1 prosentpoeng.

Pensjonister har et særskilt skattefradrag som blant annet sikrer at minstepensjonister uten andre inntekter ikke betaler inntektsskatt. Dersom man i 2025 har en pensjonsinntekt på under 276 545 kroner, og har ingen andre inntekter, så betaler man ikke inntektsskatt⁵⁷. Enslige minstepensjonister som er født før 1954, og som dermed har pensjon opptjent kun etter gammelt regelverk, vil i 2025 få en samlet pensjon fra folketrygden på 274 667 kroner.

Tabell 21: Utvikling i skatteprosent for pensjon som var 220 000 kroner, før skatt, i 2018

	Pensjon	Pensjonsvekst	Skatt	Skatteprosent
2018	220 000	-	8 399	3,8
2019	225 280	2,4 %	8 353	3,7
2020	228 434	1,4 %	7 670	3,4
2021	237 114	3,8 %	6 875	2,9
2022	246 836	4,1 %	7 655	3,1
2023	263 868	6,9 %	6 160	2,3
2024	276 006	4,6 %	6 152	2,2
2025	285 390	3,4 %	4 024	1,4

Tabell 22: Utvikling i skatteprosent for pensjon som var 250 000 kroner, før skatt, i 2018

	Pensjon	Pensjonsvekst	Skatt	Skatteprosent
2018	250 000	-	19 930	8,0
2019	256 000	2,4 %	20 105	7,9
2020	259 584	1,4 %	19 898	7,7
2021	269 448	3,8 %	21 588	8,0
2022	280 495	4,1 %	23 259	8,3
2023	299 849	6,9 %	23 008	7,7
2024	313 642	4,6 %	23 755	7,6
2025	324 306	3,4 %	22 150	6,8

⁵⁷ Minstepensjonen er ikke «skattefri». Men har du kun minstepensjon som inntekt, så sikrer skattefradraget at du ikke betaler skatt på pensjonen. Har du annen inntekt i tillegg vil du betale skatt av samlet inntekt, inkludert minstepensjonen.

Tabell 23: Utvikling i skatteprosent for pensjon som var 350 000 kroner, før skatt, i 2018

	Pensjon	Pensjonsvekst	Skatt	Skatteprosent
2018	350 000	-	59 850	17,1
2019	358 400	2,4 %	60 945	17,0
2020	363 418	1,4 %	62 091	17,1
2021	377 228	3,8 %	65 989	17,5
2022	392 694	4,1 %	68 897	17,5
2023	419 790	6,9 %	75 402	18,0
2024	439 100	4,6 %	78 637	17,9
2025	454 029	3,4 %	80 833	17,8

Tabell 24: Utvikling i skatteprosent for pensjon som var 400 000 kroner, før skatt, i 2018

	Pensjon	Pensjonsvekst	Skatt	Skatteprosent
2018	400 000	-	78 550	19,6
2019	409 600	2,4 %	80 044	19,5
2020	415 334	1,4 %	81 456	19,6
2021	431 117	3,8 %	85 983	19,9
2022	448 793	4,1 %	89 711	20,0
2023	479 760	6,9 %	97 652	20,4
2024	501 829	4,6 %	101 910	20,3
2025	518 891	3,4 %	104 897	20,2

Tabell 25: Utvikling i skatteprosent for pensjon som var 500 000 kroner, før skatt, i 2018

	Pensjon	Pensjonsvekst	Skatt	Skatteprosent
2018	500 000	-	115 950	23,2
2019	512 000	2,4 %	118 238	23,1
2020	519 168	1,4 %	120 186	23,1
2021	538 896	3,8 %	125 968	23,4
2022	560 991	4,1 %	131 338	23,4
2023	599 700	6,9 %	140 227	23,4
2024	627 286	4,6 %	146 423	23,3
2025	648 613	3,4 %	151 009	23,3

Tabell 26: Utvikling i skatteprosent for pensjon som var 600 000 kroner, før skatt, i 2018

	Pensjon	Pensjonsvekst	Skatt	Skatteprosent
2018	600 000	-	150 009	25,0
2019	614 400	2,4 %	152 189	24,8
2020	623 002	1,4 %	155 185	24,9
2021	646 676	3,8 %	160 938	24,9
2022	673 189	4,1 %	169 935	25,2
2023	719 639	6,9 %	184 814	25,7
2024	752 743	4,6 %	193 385	25,7
2025	778 336	3,4 %	199 229	25,6

Formuesskatt

En relativt høy andel pensjonister betaler formuesskatt. De nyeste tallene fra SSB er fra 2023, og da betalte 29 prosent av personer 67 år og eldre formuesskatt. Gjennomsnittlig beløp var 30 621 kroner.

Tabell 27: Andel som betaler formuesskatt i ulike aldersgrupper pr. 2023.

	25-34 år	35-44 år	45-54 år	55-66 år	67 år og eldre
Andel	2,0 %	4,8 %	11,4 %	22,9 %	29,0 %

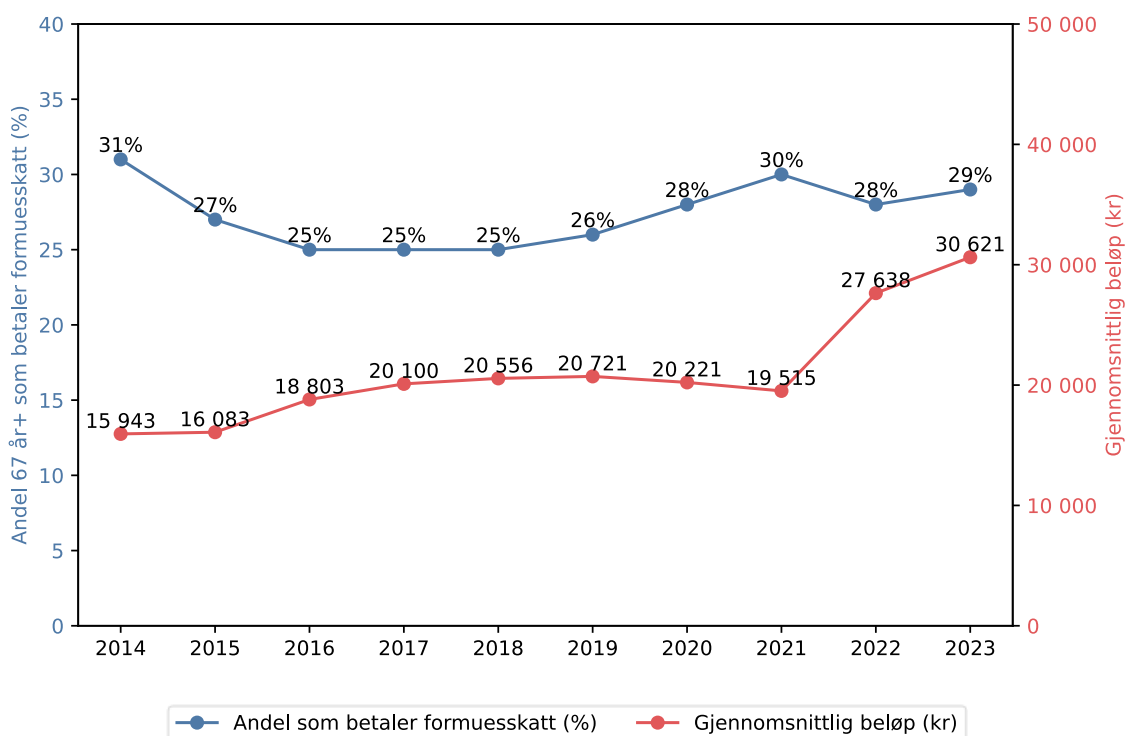
(Kilde: SSB, tabell 05802)

Gjennomsnittlig formuesskatt for personer 67 år og eldre økte spesielt mye fra 2021 til 2022. Fra 19 515 kroner til 27 638 kroner, se figur 19. Økningen skyldes flere endringer i regelverket fra 1. januar 2022:

- Skattesatsen ble hevet fra 0,85 til 0,95 prosent.
- Det kom en ny sats på 1,1 prosent for formue over 20 millioner kroner.
- Bunnfradraget økte fra 1,5 til 1,7 millioner kroner.
- Verdssettelsen av dyre primærboliger ble skjerpet: delen av boligen som er verdt over 10 millioner ble verdsatt til 50 prosent, mot 25 prosent tidligere.
- Aksjer og driftsmidler ble verdsatt til 75 prosent, mot tidligere 55 prosent.
- Sekundærbolig ble verdsatt til 95 prosent, opp fra 90 prosent.

Figur 19 viser hvor stor andel av personer 67 år og eldre som betaler formuesskatt, og hvor mye de i gjennomsnitt betaler, i perioden 2014–2023.

Figur 19. Andel 67 år og eldre som betaler formuesskatt, og gjennomsnittlig beløp. 2014–2023.

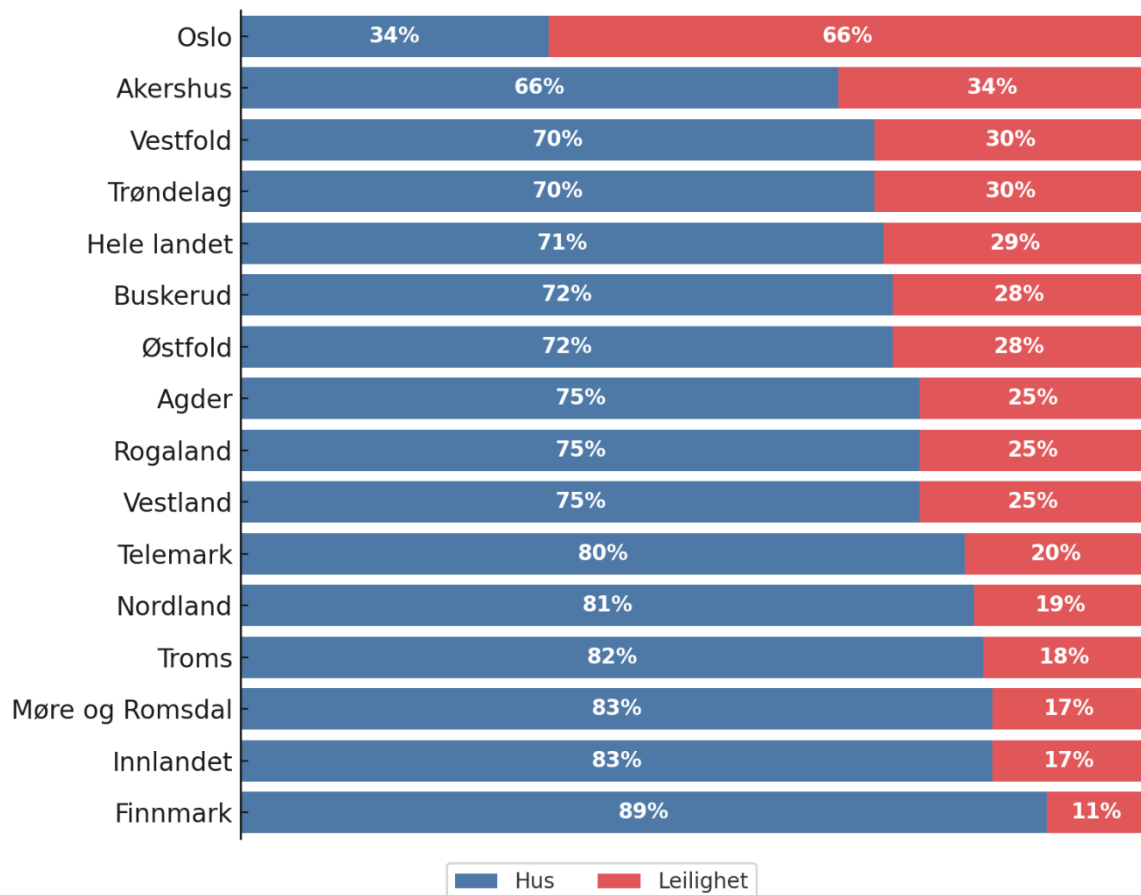


kilde: SSB, tabell 05802

Bosituasjon

De fleste i alderen 67 år og eldre bor i hus. På landsbasis gjelder dette 71 prosent, mens 29 prosent bor i leilighet. Oslo har den laveste andelen eldre som bor i hus, med om lag en tredel, mens to tredeler bor i leilighet. Finnmark har den høyeste andelen, der rundt ni av ti eldre bor i hus. Figur 20 viser andelen av befolkningen 67 år og eldre som bor i hus eller leilighet i de ulike fylkene.⁵⁸

Figur 20: Andel som bor i hus eller leilighet. 67 år og eldre. 1.1.2024.



Kilde: SSB, tabell 11032

Tall fra SSB⁵⁹ viser at andelen som bor i leilighet øker med alder. På landsbasis bor:

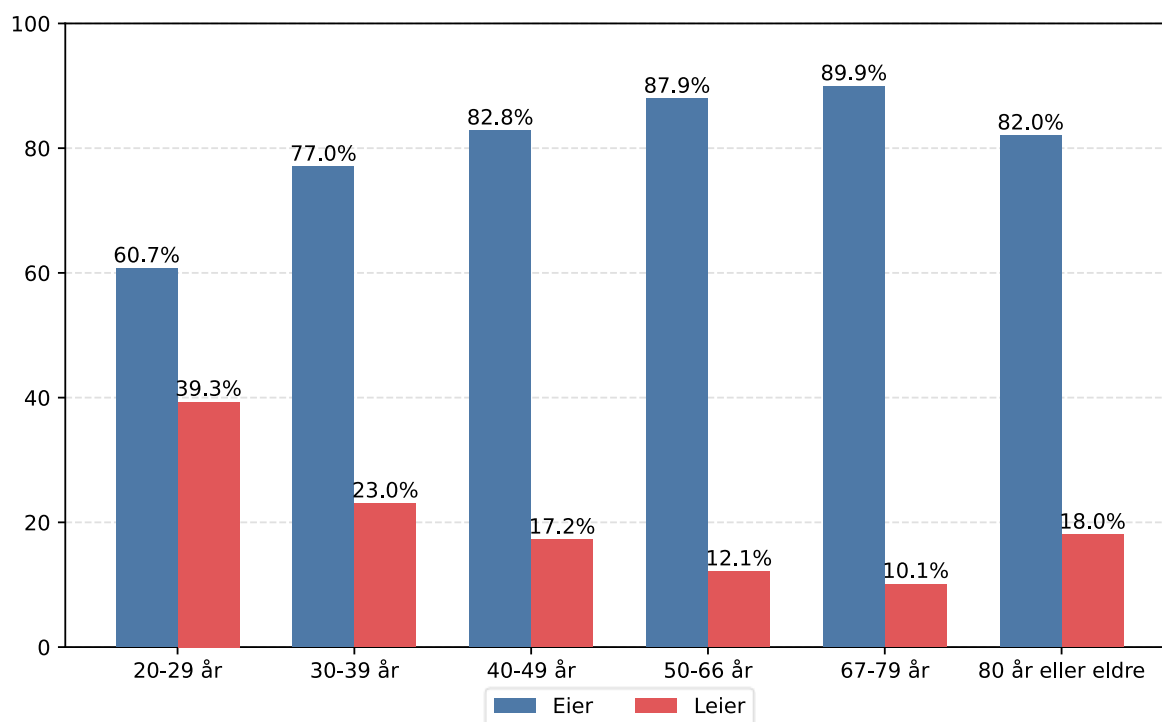
- 50–66 år: **80,4 prosent** i hus og **19,6 prosent** i leilighet
- 67–79 år: **73,9 prosent** i hus og **26,1 prosent** i leilighet
- 80 år og eldre: **64,5 prosent** i hus og **35,5 prosent** i leilighet

⁵⁸ Hus er enebolig, tomannsbolig, rekkehus, kjedehus og småhus. Leilighet er boligblokk og annen boligbygning.

⁵⁹ SSB, tabell 11032

Flertallet i den norske befolkningen eier sin egen bolig, eller bor i en husholdning der én eller flere i husholdningen eier boligen. Andelen som leier bolig avtar med alderen, frem til dette snur i den eldste aldersgruppen. Som vist i figur 21, er eierandelen høyest blant personer i alderen 67-79 år, hvor hele 89,9 prosent eier bolig, mens 10,1 prosent leier. For personer over 80 år er andelen som leier høyere, med 18 prosent. Det er riktignok en nedgang fra 22,2 prosent i 2015.⁶⁰

Figur 21: Andel som eier og leier bolig pr. 1.1.2024⁶¹



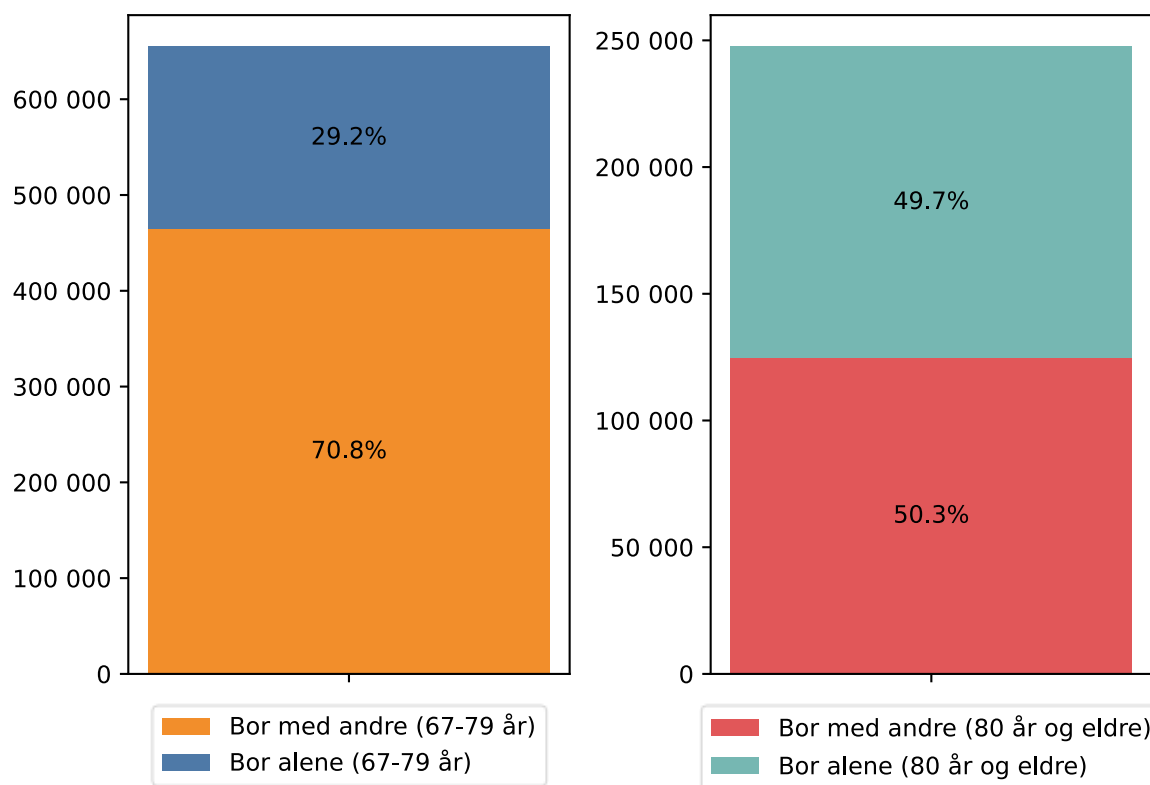
(Kilde: SSB, tabell 11033. Selveier, andelseier og aksjeeier er slått sammen til «eier».)

Blant personer i alderen 67 til 79 år bor 70,8 prosent sammen med andre, mens 29,2 prosent bor alene. For personer over 80 år er fordelingen jevnere, med omtrent like mange som bor alene som sammen med andre. Se figur 22.

⁶⁰ Kilde: SSB, tabell 11033

⁶¹ Når minst en av beboerne står som eier, regnes husholdningen som eier av boligen. For eksempel vil en 20-åring som bor hjemme hos foreldrene, regnes som eier i statistikken, hvis foreldrene eier boligen.

Figur 22: Andel som bor alene og som bor med andre.



(Kilde: SSB, tabell 06844)

De fleste pensjonister bor hjemme, og ved inngangen til 2025 bodde kun 3,8 prosent av de over 67 år på institusjon (35 200 personer)⁶². Andelen blant de 80 år og eldre var 9,4 prosent (24 500 personer). Andelen av beboerne på institusjon som er over 80 år har falt fra 66,9 prosent ved inngangen til 2020 og til 62,0 prosent ved inngangen til 2025.

Tabell 28: Beboere på institusjon etter alder. Ved inngangen til året.

	2020	2021	2022	2023	2024	2025
I alt	41 889	41 071	41 188	41 259	41 419	41 159
Under 67 år	4 888	5 402	5 564	5 564	5 680	5 916
67-79 år	8 983	8 718	9 133	9 550	9 668	9 719
80-89 år	16 020	15 303	15 006	14 932	15 056	15 144
90 år og over	11 998	11 648	11 485	11 097	10 748	10 380
Andel beboere under 67 år:	11,7 %	13,2 %	13,5 %	13,5 %	13,7 %	14,4 %
Andel beboere 67-79 år	21,4 %	21,2 %	22,2 %	23,1 %	23,3 %	23,6 %
Andel beboere 80 år og eldre:	66,9 %	65,6 %	64,3 %	63,1 %	62,3 %	62,0 %

(Kilde: SSB, tabell 06969. Inkluderer både tidsavgrenset opphold og langtidsopphold.)

⁶² Sykehjem, aldershjem, barneboliger og avlastningsboliger (omsorgsboliger er ikke inkludert)

I tillegg bodde 22 252 personer 67 år og eldre i omsorgsboliger ved inngangen til 2025, hvorav 13 947 personer var 80 år eller eldre.⁶³

Andelen av innbyggerne 80 år og eldre som bruker hjemmetjenester har blitt redusert de siste årene, fra 30,0 prosent i 2020 til 25,9 prosent i 2025. I samme periode har andelen av innbyggerne som er 80 år og eldre med institusjonsopphold blitt redusert fra 12,1 prosent til 9,4 prosent. Se tabell 29. Tallene indikerer at flere bor hjemme, samtidig som at færre får hjelp av hjemmetjenesten i kommunen der de bor.

Tabell 29: Bruk av hjemmetjenester og institusjonsopphold for innbyggere 80 år og eldre. Ved inngangen til året.

	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Andel innbyggere 80 år og over som bruker hjemmetjenester (prosent)	30,0	28,9	28,6	27,7	26,9	25,9
Andel innbyggere 80 år og eldre med institusjonsopphold (prosent)	12,1	11,4	11,0	10,6	10,1	9,4

(Kilde: SSB, tabell 12209)

Noe av årsaken til nedgangen i andelen innbyggere 80 år og eldre som bor på institusjon skyldes mangel på plasser. Mens antallet institusjonsplasser har gått opp med kun et par hundre plasser i perioden 2020 til 2025, har antallet innbyggere 80 år og eldre økt med nesten 40 000 personer. Nedgangen i andelen over 80 år på institusjon betyr derfor ikke at behovet for institusjonsopphold har gått ned, men at tilbudet er begrenset som følge av manglende vekst i antallet institusjonsplasser. Fra 2024 til 2025 økte antallet personer 80 år og eldre med 14 000, mens antallet institusjonsplasser økte med kun 90.

Tabell 30: Disponible plasser på helse- og omsorgsinstitusjoner og antall 80 år og eldre. Ved inngangen til året.

	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Helse- og omsorgsinstitusjon - antall disponible plasser	41 537	41 287	40 935	41 019	41 663	41 753
Personer 80 år eller eldre	230 710	236 407	240 293	246 360	256 485	270 537

(kilde: SSB, tabell 11875 og 07459)

⁶³ Kilde: SSB, tabell 04469. Beboere i boliger kommunen disponerer til pleie- og omsorgsformål.

Statens pensjonsformue og pensjonsforpliktelser

Statens utgifter til alderspensjon fra folketrygden er anslått å øke fra 316,2 til 335,9 milliarder kroner fra 2024 til 2025. Alderspensjons andel av de totale utgiftene på statsbudsjettet er 16,2 prosent, en nedgang på 0,4 prosentpoeng fra 2024. Tabell 31 viser utviklingen siden 2015.

Tallene frem til og med 2024 er basert på statsregnskapet, mens tallene for 2025 er anslag fra revidert nasjonalbudsjett 2025.

Tabell 31: Alderspensjon fra folketrygden sin andel av statsbudsjettet

År	Utgifter til Alderspensjon (mrd. kr)	Totale utgifter på statsbudsjettet (mrd. kr)	Andel av totale utgifter (%)
2015	190,6	1 165,5	16,4 %
2016	201,7	1 218,3	16,6 %
2017	211,2	1 254,3	16,8 %
2018	221,1	1 295,6	17,1 %
2019	232,1	1 351,8	17,2 %
2020	241,3	1 524,9	15,8 %
2021	256,9	1 559,4	16,5 %
2022	272,4	1 637,6	16,6 %
2023	296,9	1 776,4	16,7 %
2024	316,2	1 904,8	16,6 %
2025	335,9	2 073,0	16,2 %

(kilde: Statsregnskapet og revidert nasjonalbudsjett 2025)

Den norske staten har nåværende og fremtidige forpliktelser til å utbetale pensjon til dem som har opptjent pensjonsrettigheter gjennom folketrygden.

I forarbeidet til Pensjonsreformen ønsket den daværende regjeringen å synliggjøre statens pensjonsforpliktelser opp mot verdien av petroleumsfondet, som skulle omdøpes til Statens pensjonsfond. Hensikten den gang var å illustrere at selv om vi har et stort fond ville det ikke være nok til å dekke fremtidige pensjoner. Vi kunne lese følgende:

Det etableres et Statens pensjonsfond basert på Statens petroleumsfond og Folketrygdfondet. I de årlige budsjettdokumentene til Stortinget presenteres utviklingen i fondet målt i forhold til størrelsen på statens pensjonsforpliktelser i folketrygden. Dermed vil det framgå at pensjonsforpliktelsene i betydelig grad vil overstige verdien av Pensjonsfondet selv om alle oljeinntektene settes inn i fondet.⁶⁴

I ettertid har det vist seg at statens pensjonsfond har blitt langt større enn man forventet den gang, og markedsverdien overstiger nå folketrygdens pensjonsforpliktelser med god margin.

⁶⁴ Kilde: St. meld. nr. 12 (2004-2005) side 11

Tabell 32 viser markedsverdien av Statens pensjonsfond ved inngangen til de ulike årene. Folketrygdens forpliktelser til alderspensjoner inkluderer nåverdien av allerede opptjente rettigheter til fremtidige alderspensjonsutbetalinger i folketrygden.

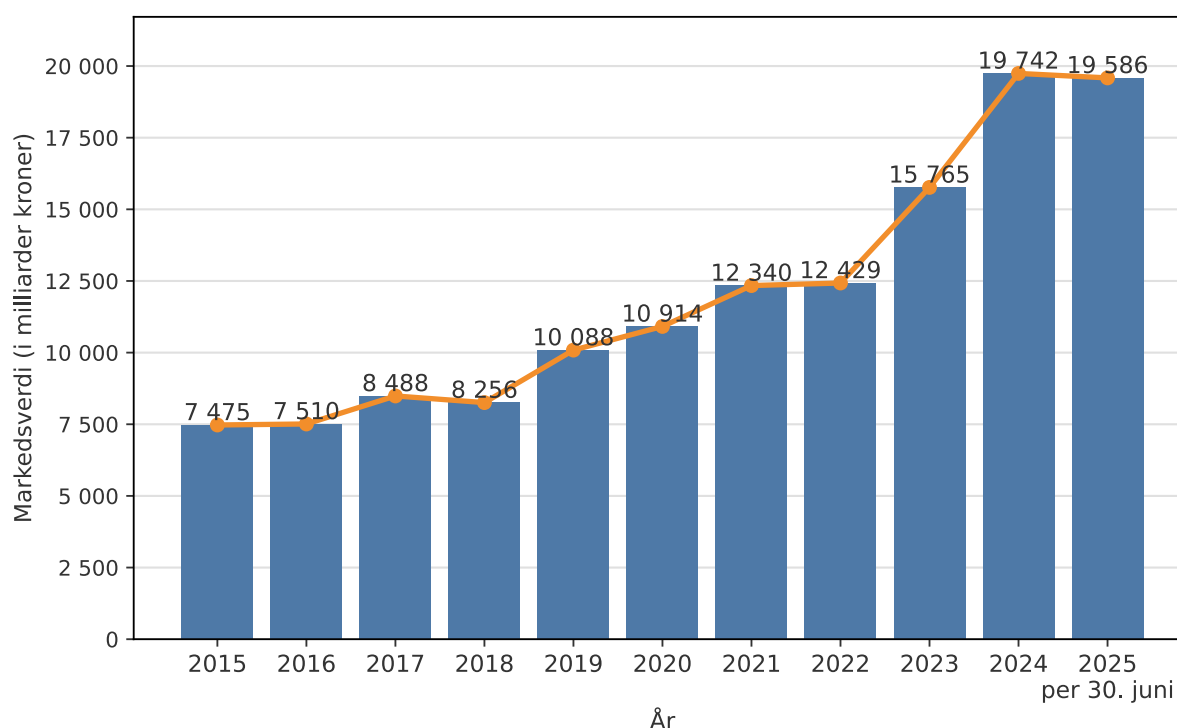
Tabell 32. Statens pensjonsformue og folketrygdens pensjonsforpliktelser.

Ved inngangen til året. Milliarder kroner.

	2022	2023	2024	2025
Folketrygdens forpliktelser til alderspensjoner	9 621	10 135	10 805	11 468
Markedsverdien av statens pensjonsfond	12 688	12 732	16 115	20 116

(Kilde: Nasjonalbudsjettet 2024 og 2025, og revidert Nasjonalbudsjett 2024 og 2025)

Figur 23: Markedsverdien av Statens pensjonsfond utland 2015 – 30. juni 2025



Kilde: Norges Bank Investment Management

På Norges Bank Investment Management sine nettsider, www.nbim.no, kan man følge den løpende verdiutviklingen i Statens pensjonsfond utland. Per 11. september 2025 var verdien om lag 19 970 milliarder kroner.

2025



Pensjonistforbundet

Pensjonisters levekår 2025

Pensjonistforbundet

Torggata 15, 0181 Oslo

www.pensjonistforbundet.no

Forsidebilde generert av Adobe Firefly
