



Kynningarfundur fyrir sjóðfélaga 27. janúar 2026

Ávöxtunarleiðir séreignarsjóðs og ávöxtun 2025

Kristjana Sigurðardóttir, forstöðumaður eignastýringar

Lífeyrir og samspil séreignar og réttinda í samtryggingarsjóði

Gunnar Baldvinsson, framkvæmdastjóri

Stóra nafnamálið

Jón L. Árnason, framkvæmdastjóri, segir frá samkeppni um framtíðarnafn á sameinuðum lífeyrissjóði

Fundarstjóri: *Helga Indriðadóttir*, fjárfestingarstjóri

Ávöxtunarleiðir séreignarsjóðs og ávöxtun 2025

Kristjana Sigurðardóttir, forstöðumaður eignastýringar

Lífeyrir og samspil séreignar og réttinda í samtryggingarsjóði

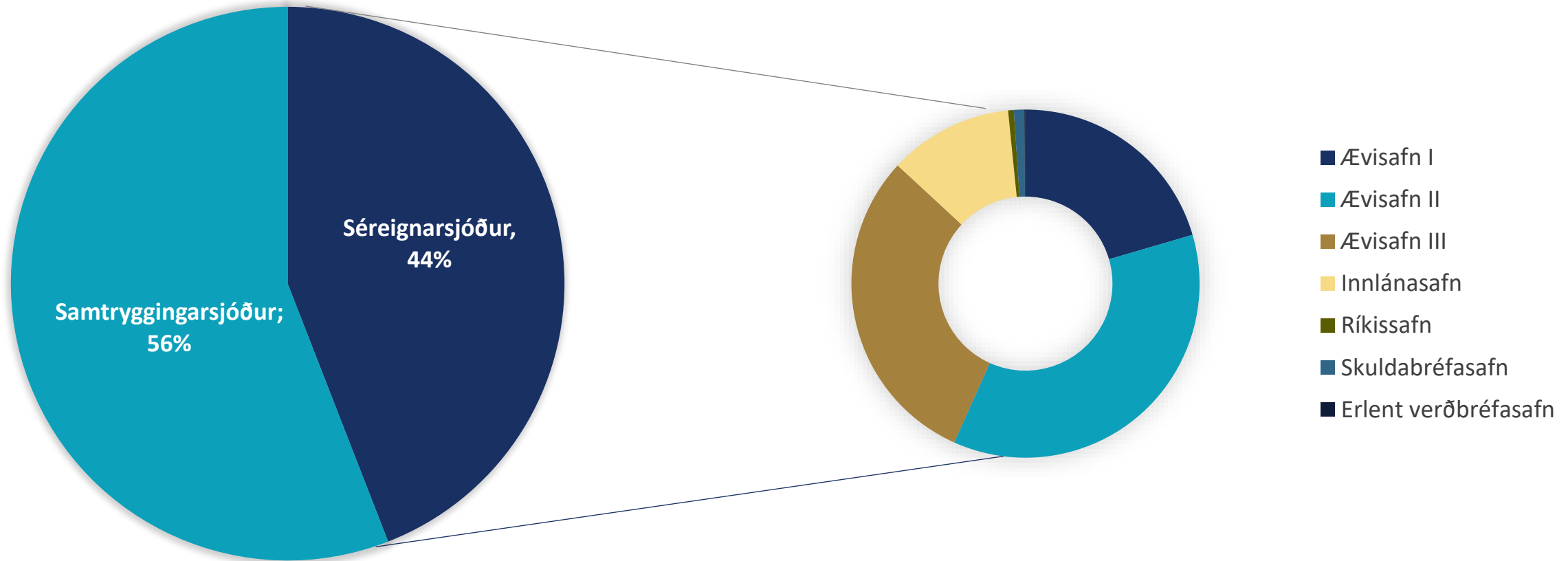
Gunnar Baldvinsson, framkvæmdastjóri

Stóra nafnamálið

Jón L. Árnason, framkvæmdastjóri, segir frá samkeppni um framtíðarnafn á sameinuðum lífeyrissjóði

Almenni-Lífsverk lífeyrissjóður

Heildarstærð um 728 ma.kr.





Ávöxtunarleiðir

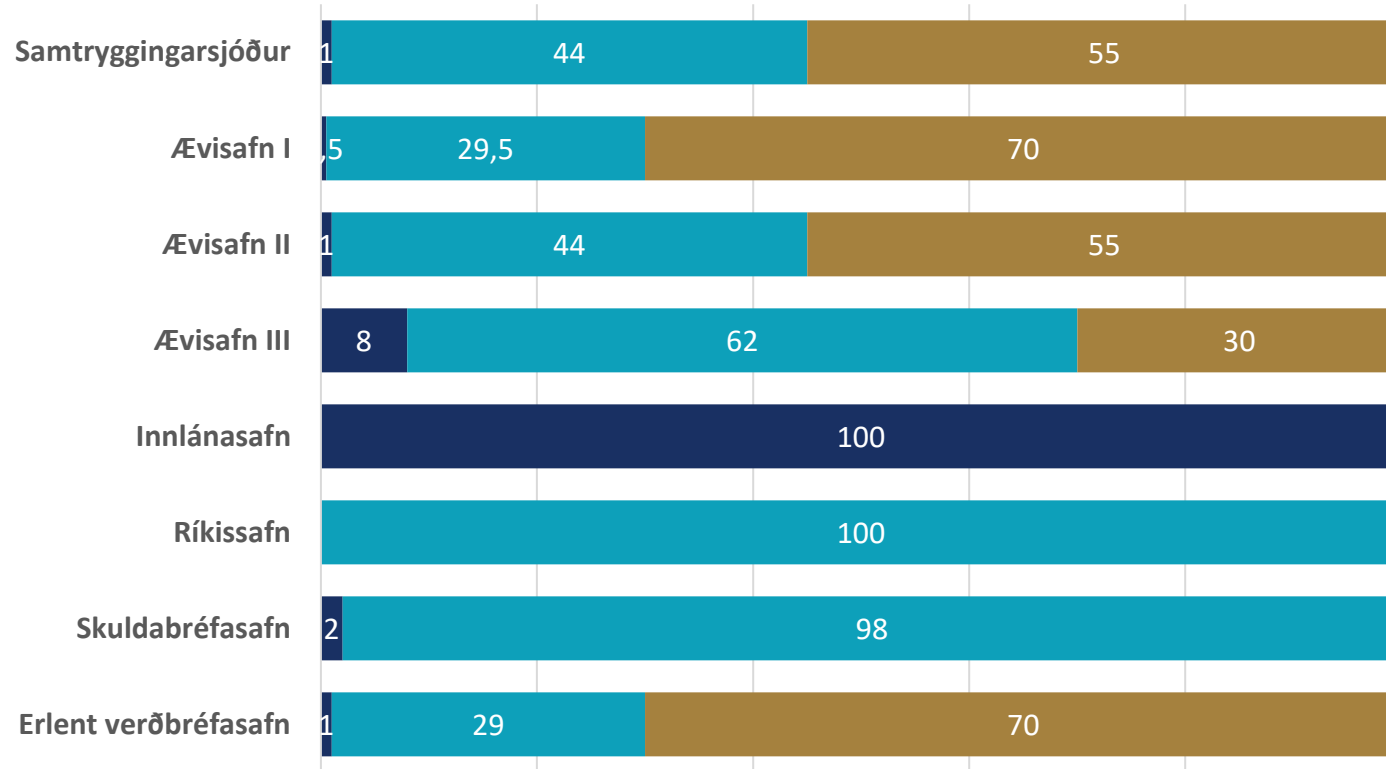
Fjárfestingarstefna við sameiningu

Ávöxtunarleiðir

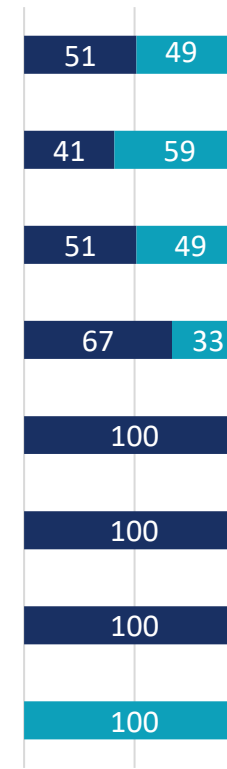
Eignaflokkar

Landaskipting

0% 20% 40% 60% 80% 100%



Innlán Skuldabréf Hlutabréf

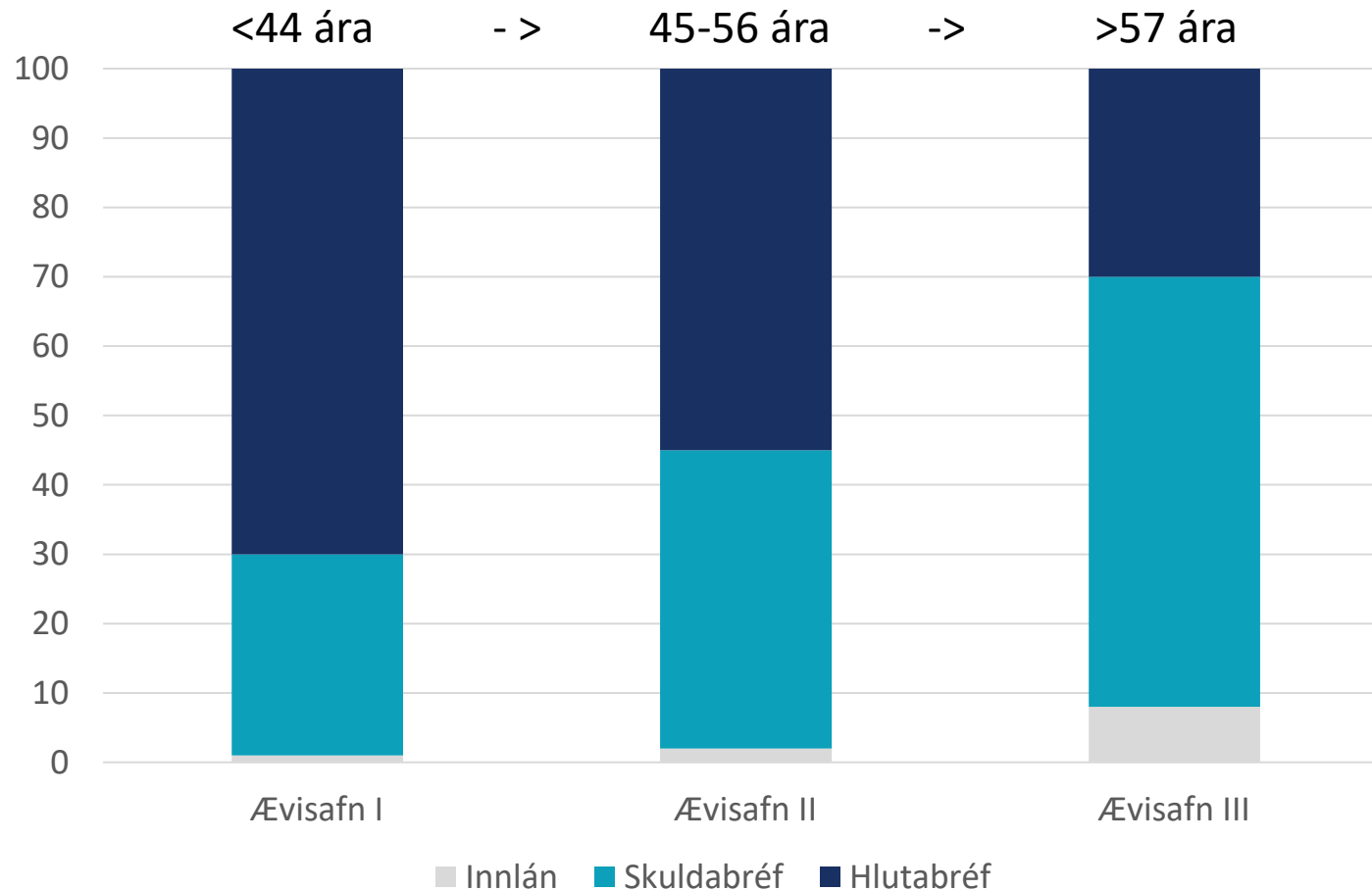


7
ávöxtunarleiðir
í boði fyrir séreign



Ævileiðin – Ævisafn I, II & III

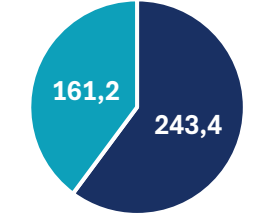
Dregið úr áhættu og sveiflum í ávöxtun eftir því sem líður á ævina



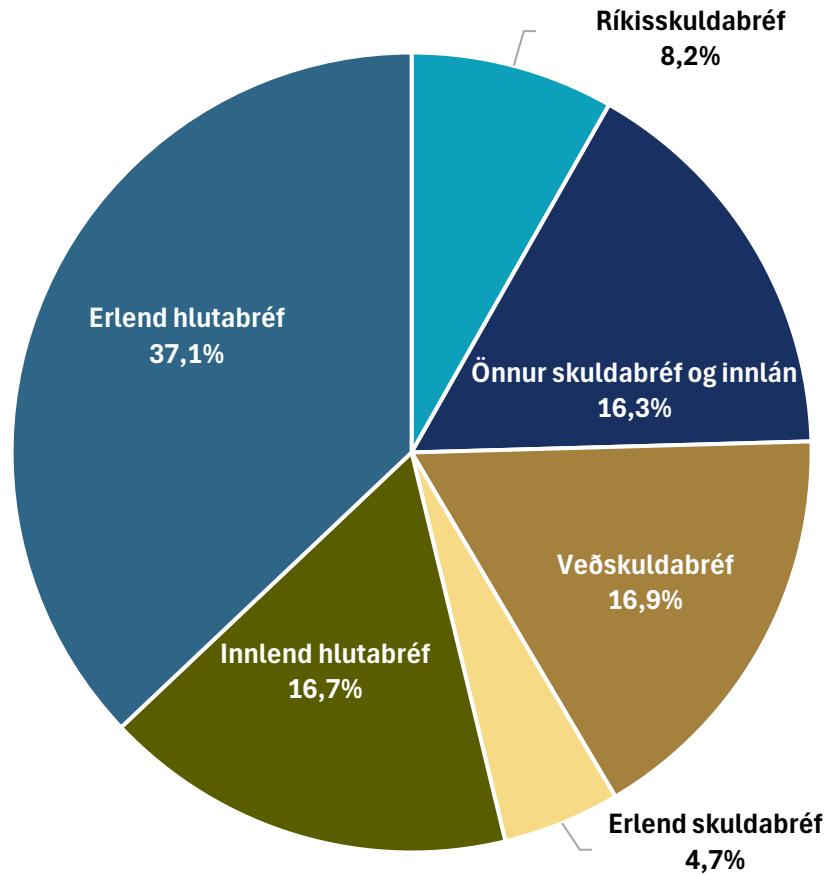
- Vægi hlutabréfa minnkar eftir því sem líður á starfsævina
- ÆIII er með styttri meðallíftíma skuldabréfa en ÆI og ÆII
- Verðtryggð innlán í ÆIII auka stöðugleika í ávöxtun

Sameinaðir samtryggingarsjóðir

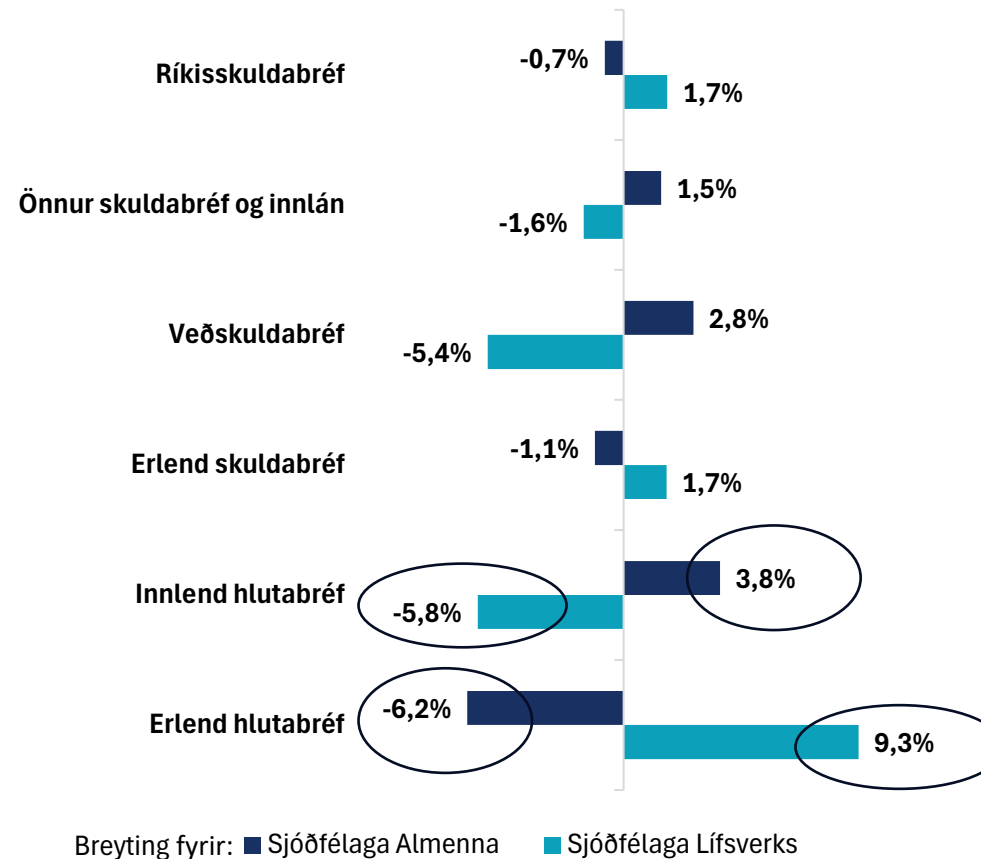
Stærð (ma.kr.)



Eignasamsetning eftir sameiningu

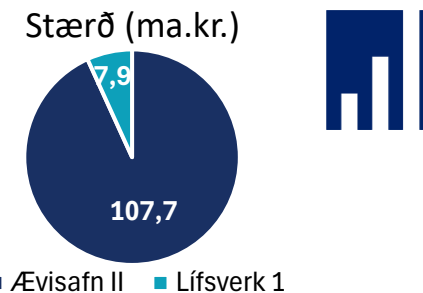


Breyting á eignasamsetningu

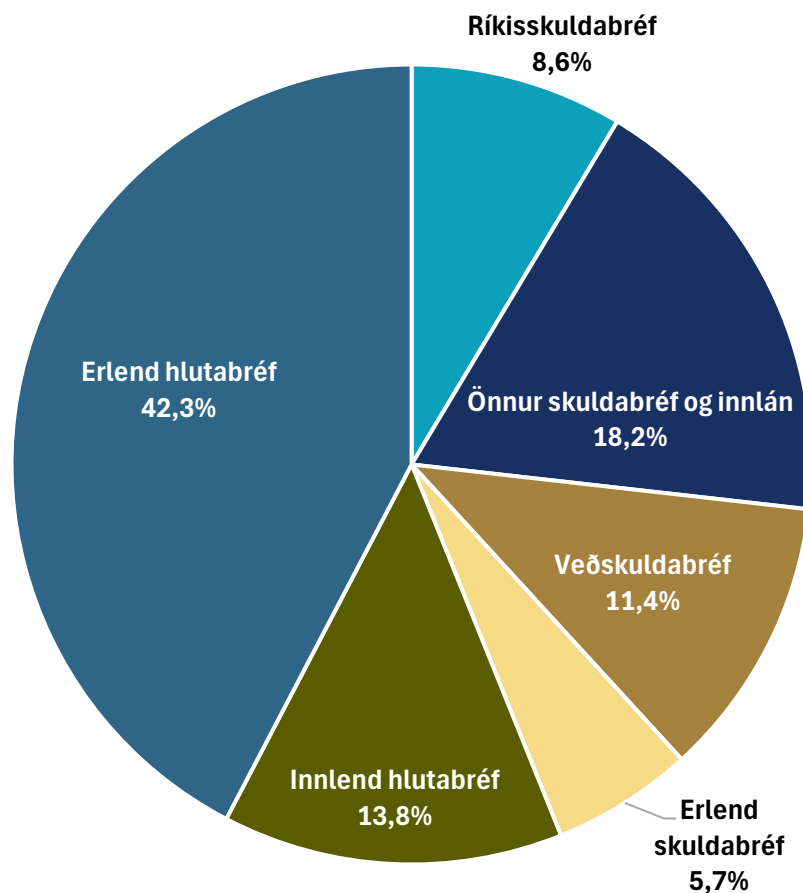


Breyting fyrir: ■ Sjóðfélagið Almenna ■ Sjóðfélagið Lífsværðs

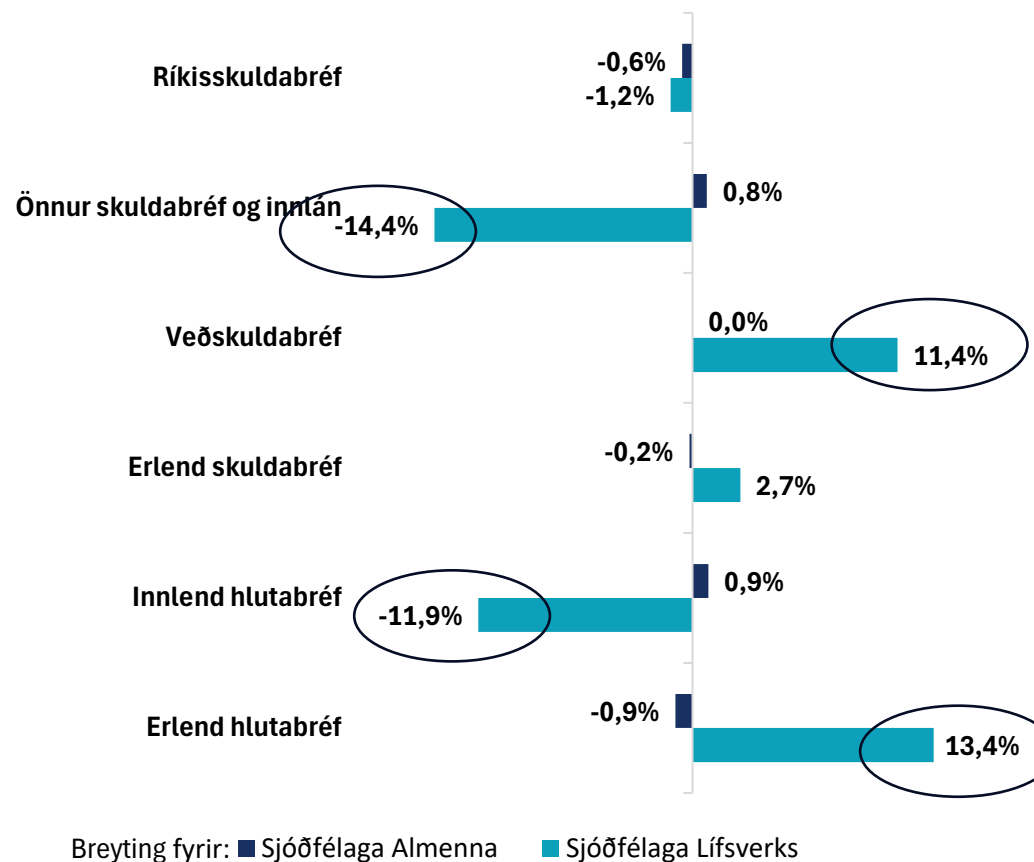
Lífsverk 1 sameinast Ævisafni II



Eignasamsetning eftir sameiningu

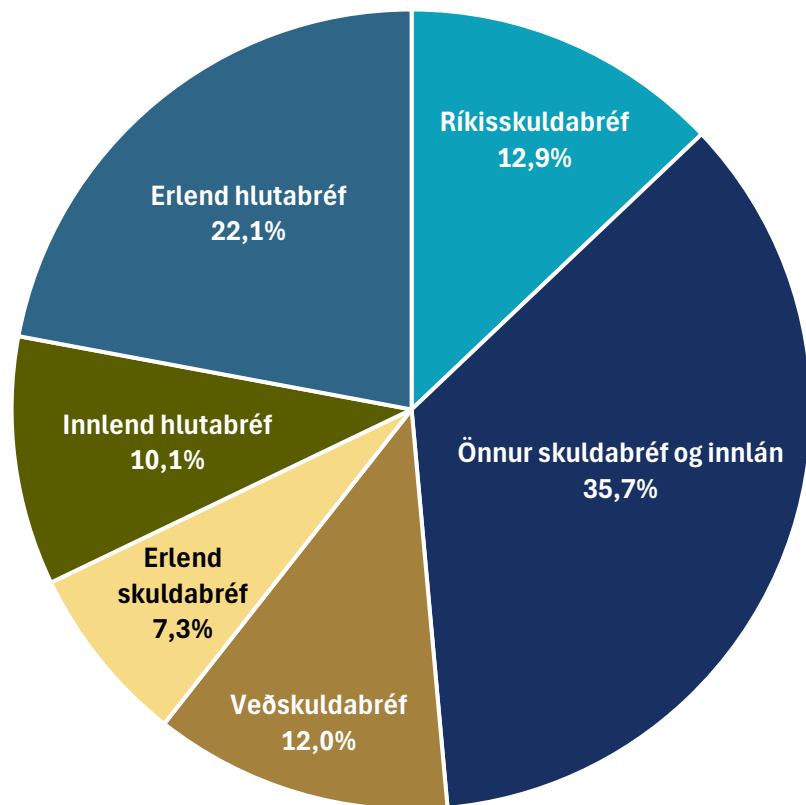


Breyting á eignasamsetningu

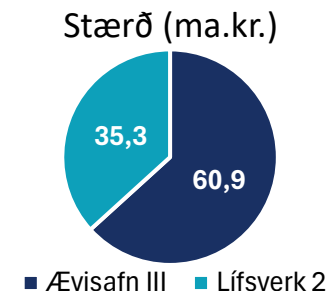
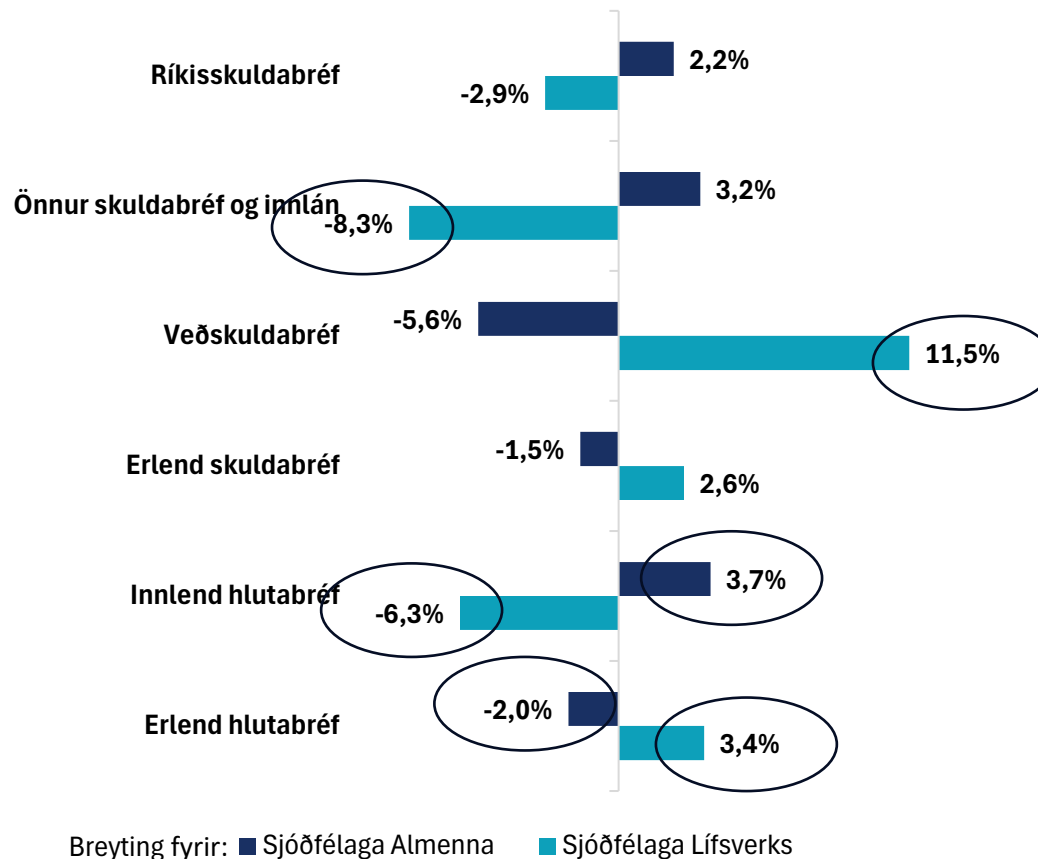


Lífsverk 2 sameinast Ævisafni III

Eignasamsetning eftir sameiningu

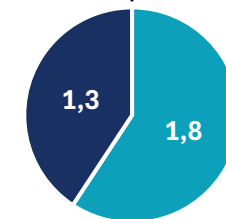


Breyting á eignasamsetningu



Lífsverk 3 sameinast Skuldabréfasafni

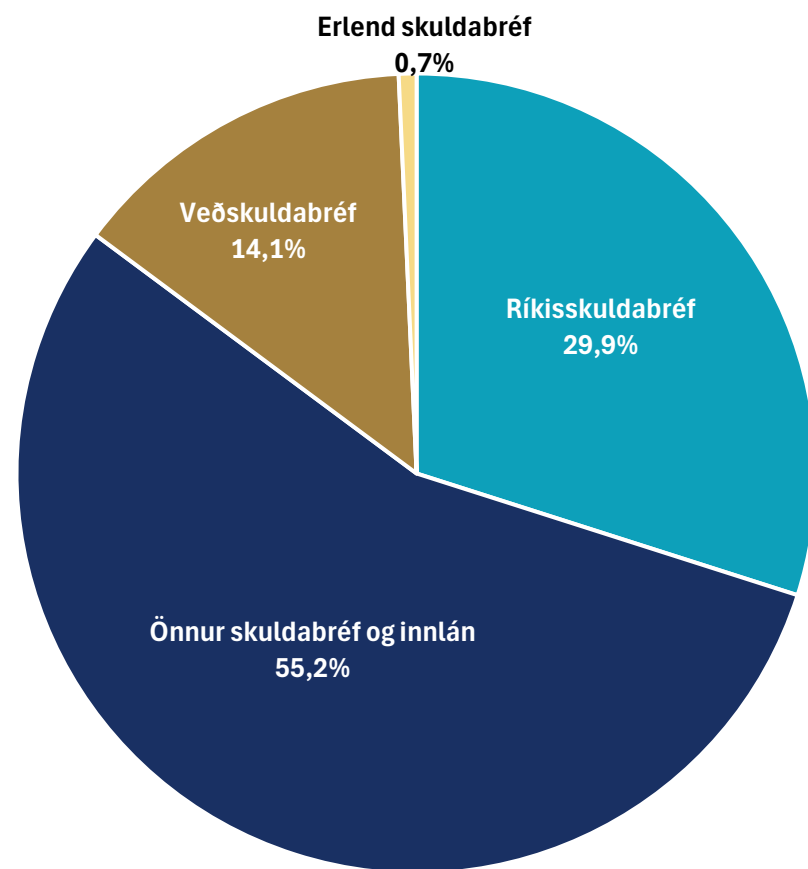
Stærð (ma.kr.)



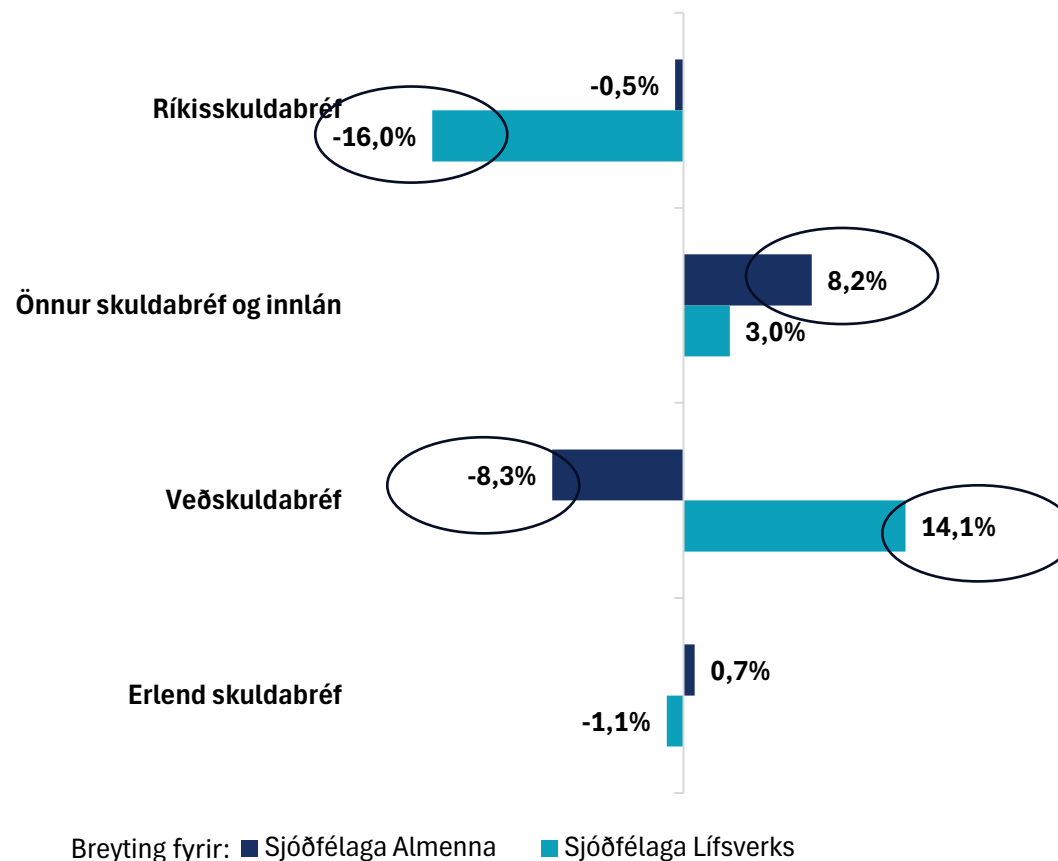
■ Skbr.safn ■ Lífsverk 3



Eignasamsetning eftir sameiningu



Breyting á eignasamsetningu

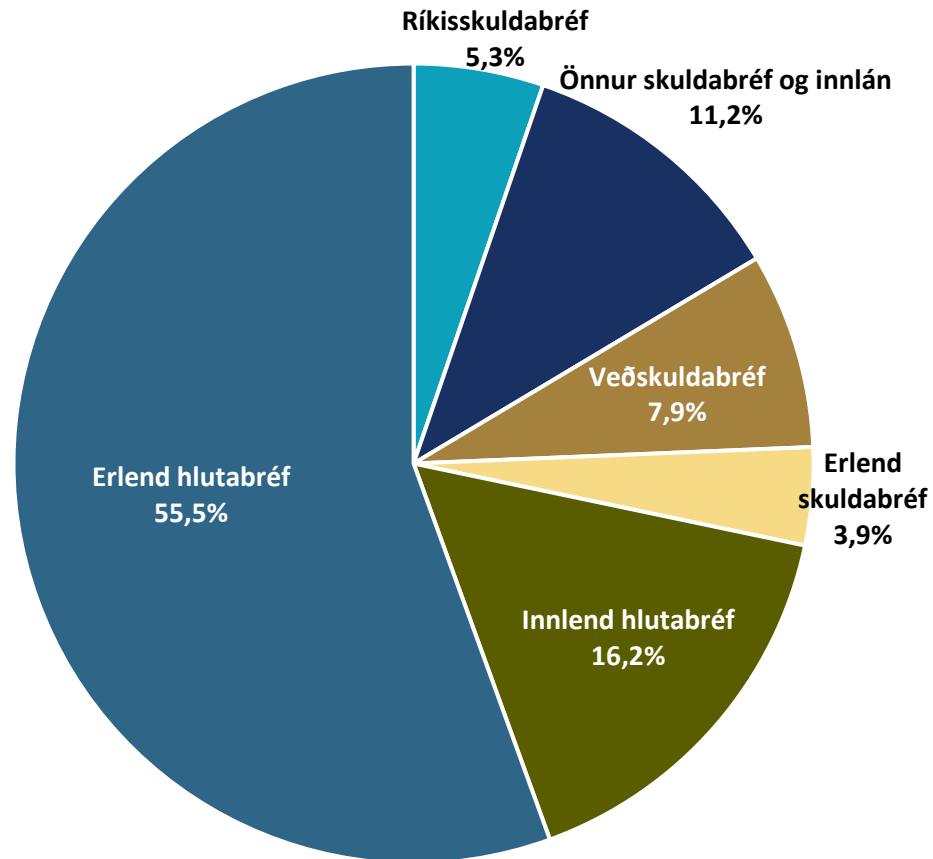




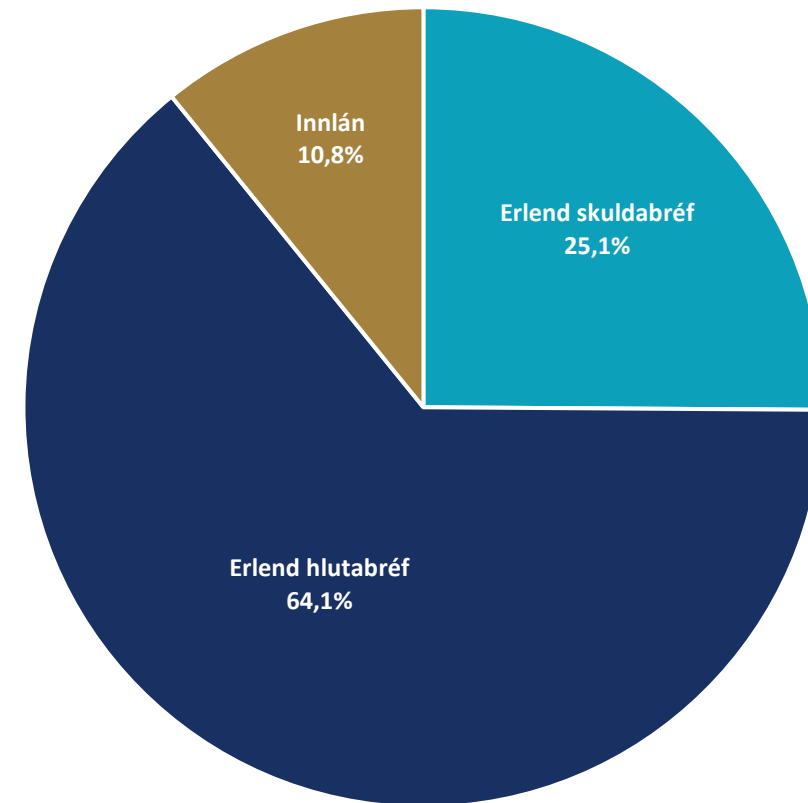
Önnur blönduð eignasöfn 1.1.2026

Góð áhættudreifing í söfnum

Ævisafn I



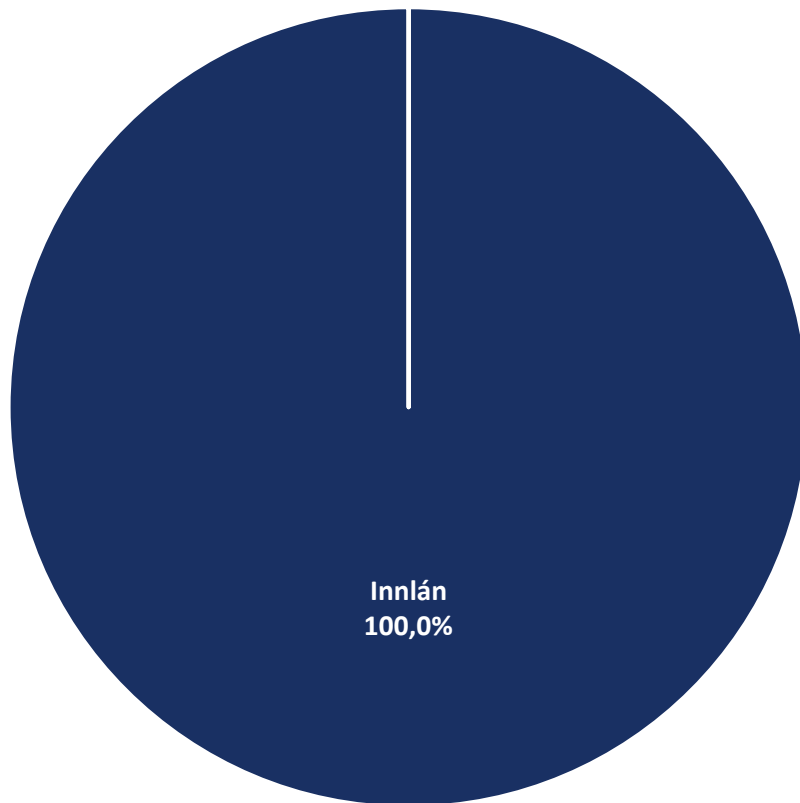
Erlent verðbréfasafn



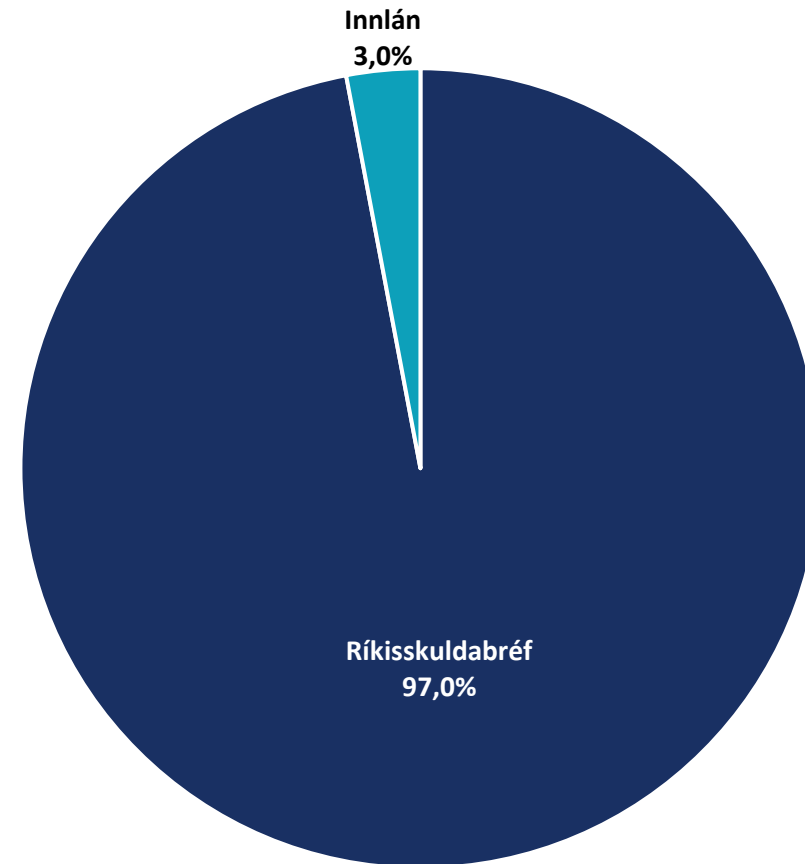
Innlánasafn og Ríkissafn 1.1.2026



Innlánasafn

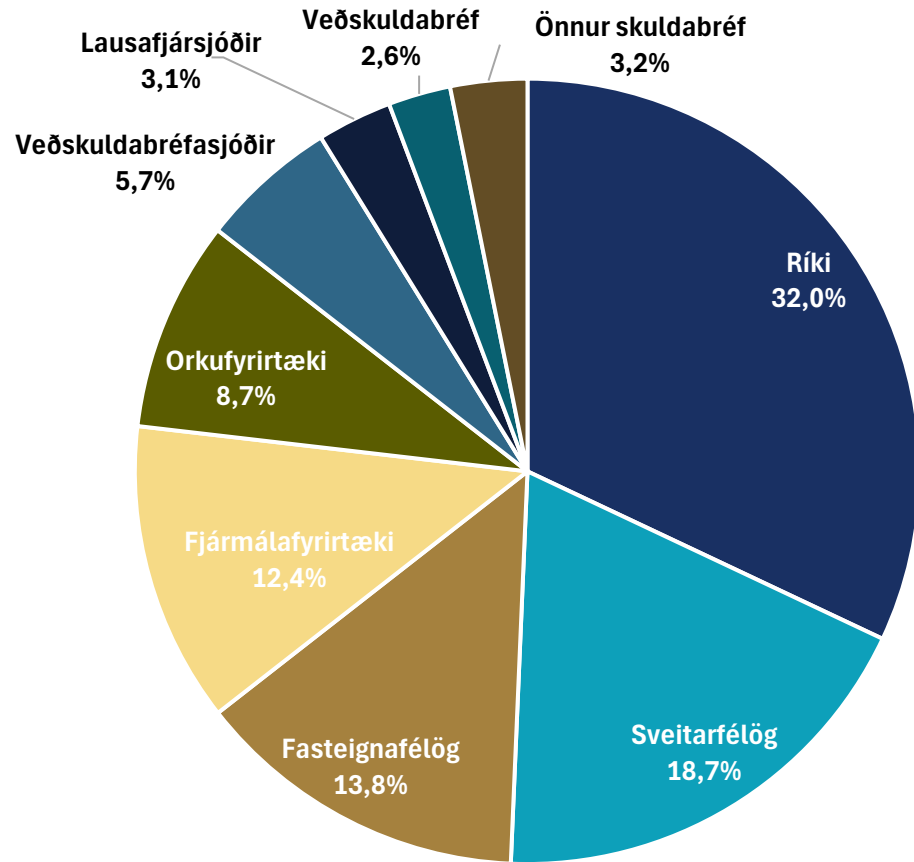


Ríkissafn

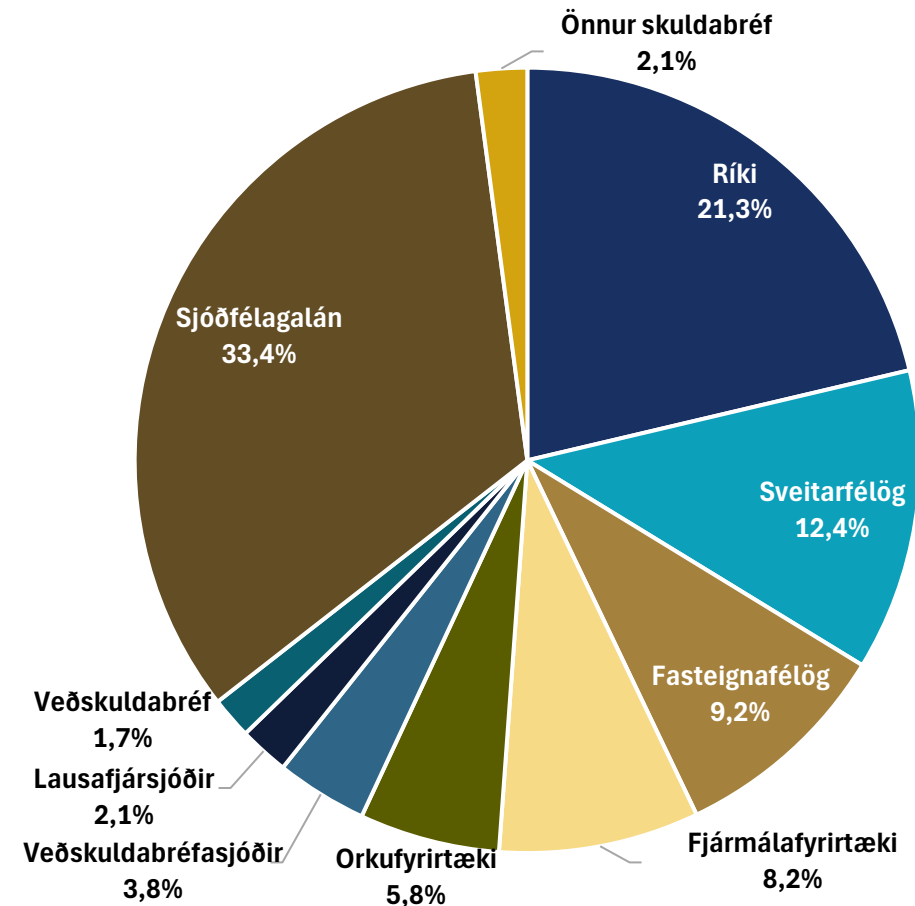


Innlend skuldabréf

Góður kjarni í eignasöfnum



Markaðsskuldabréf - 181 ma. kr.

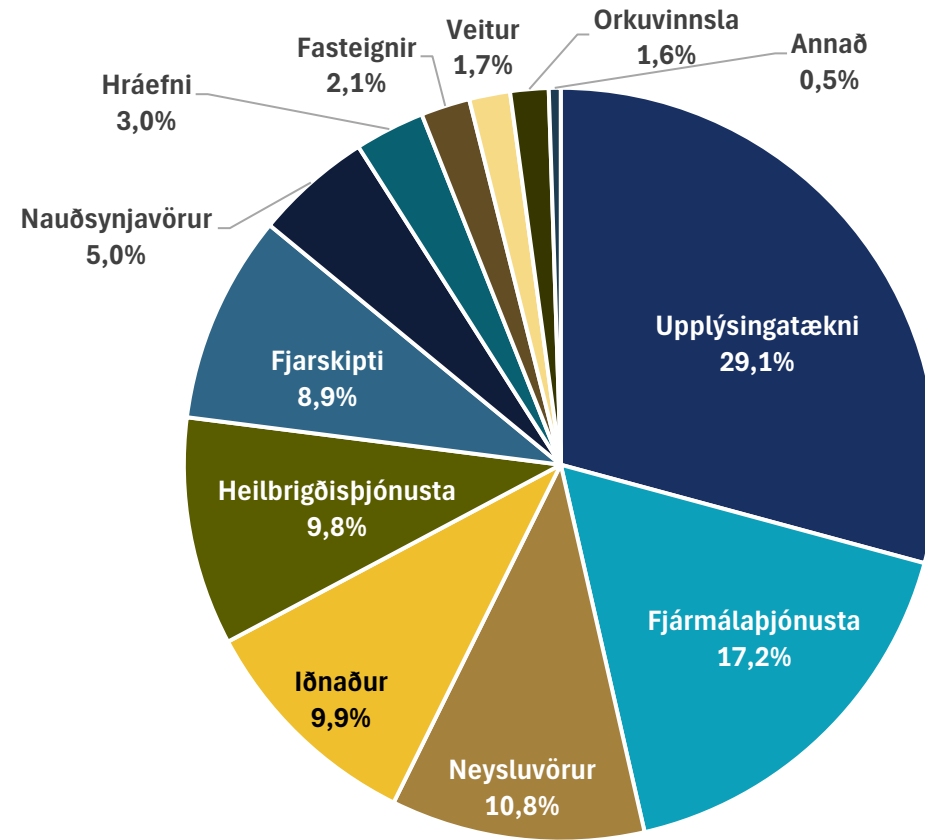
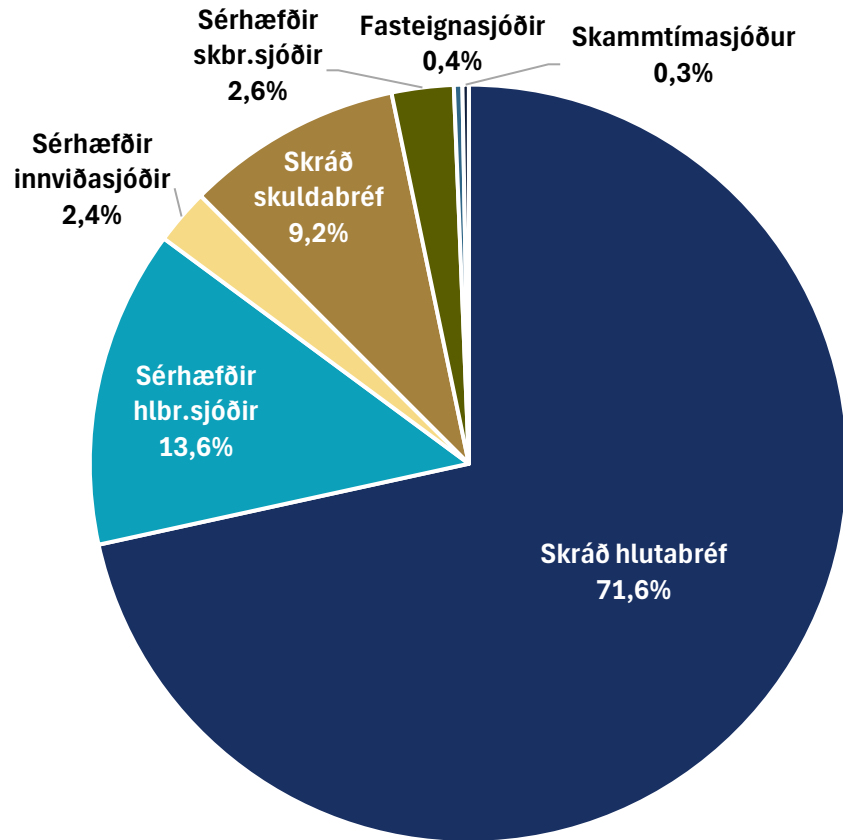


Öll skuldabréf - 280 ma. kr.



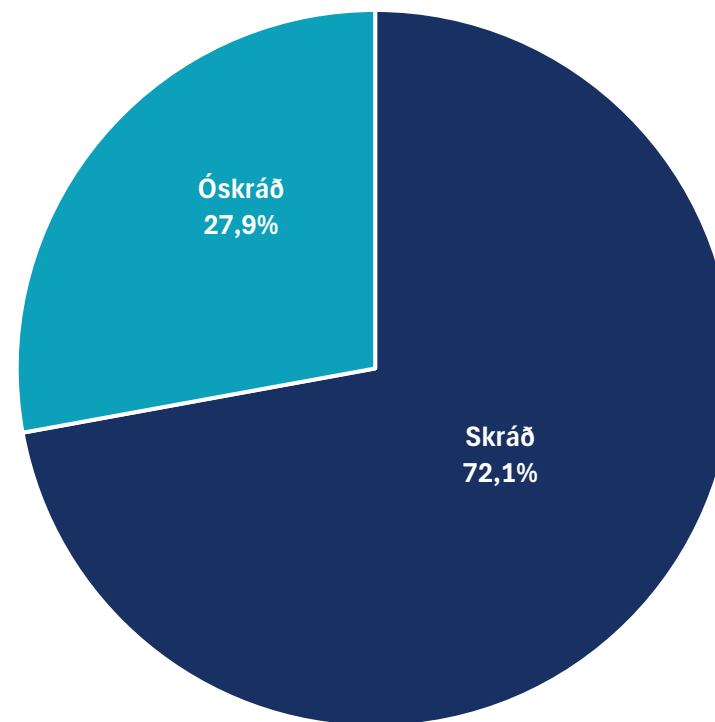
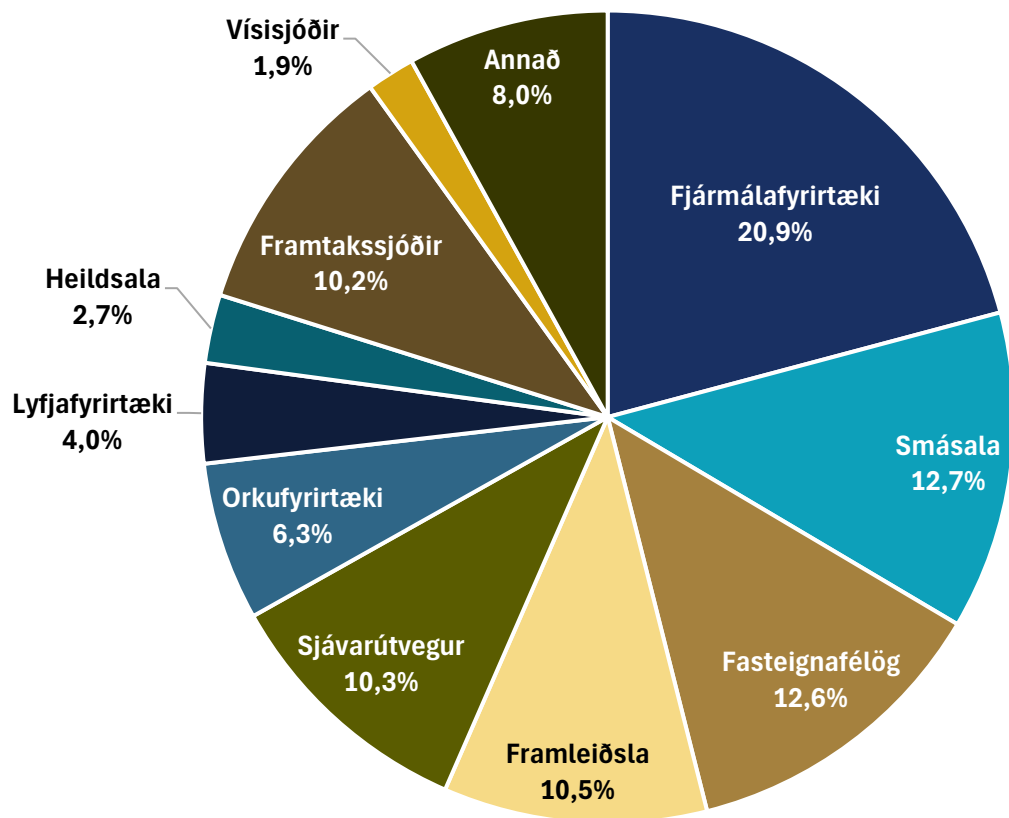
Erlendar eignir

Áhersla á áhættudreifingu og lágan kostnað



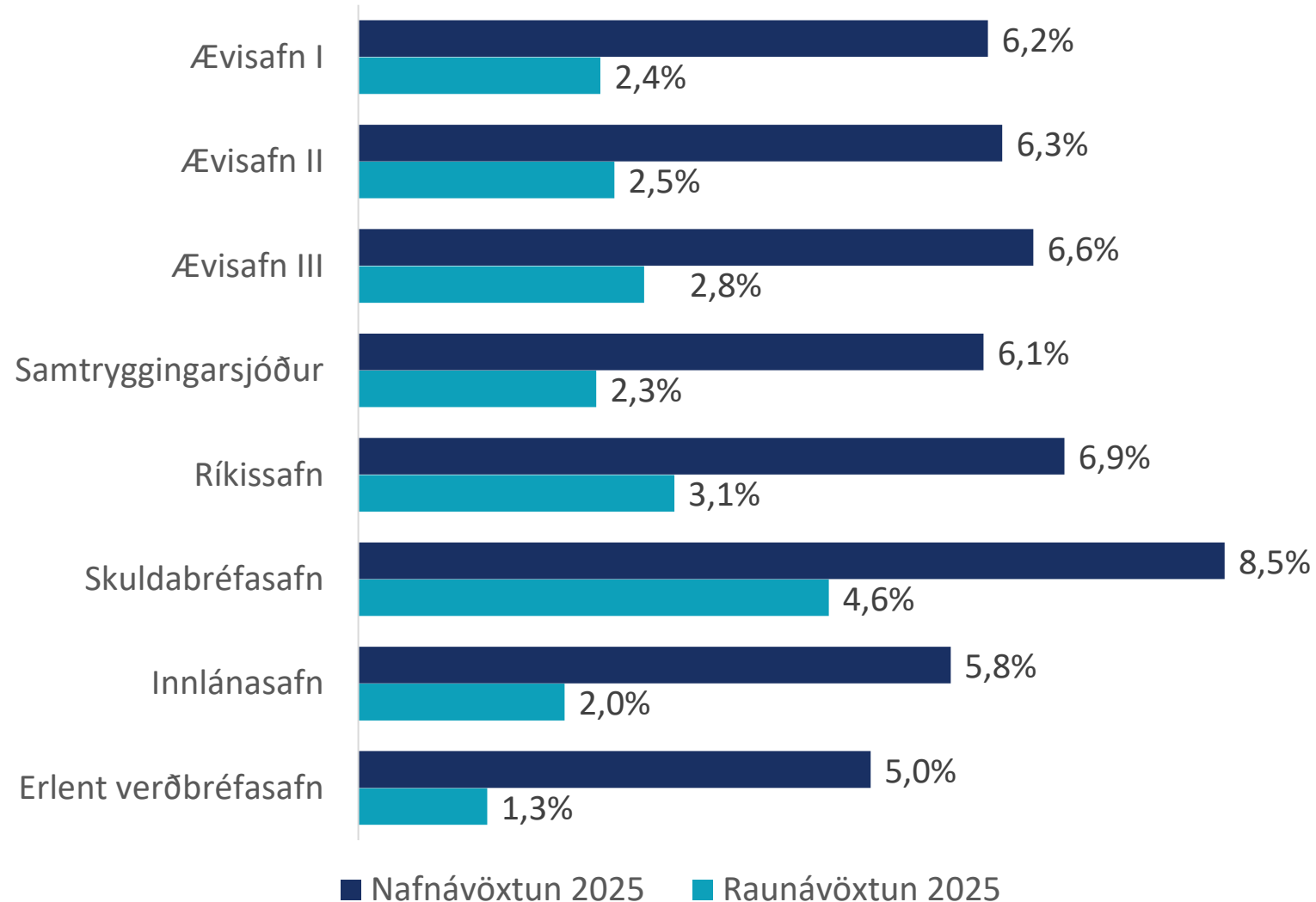
Innlend hlutabréf

Góð dreifing á innlendum markaði



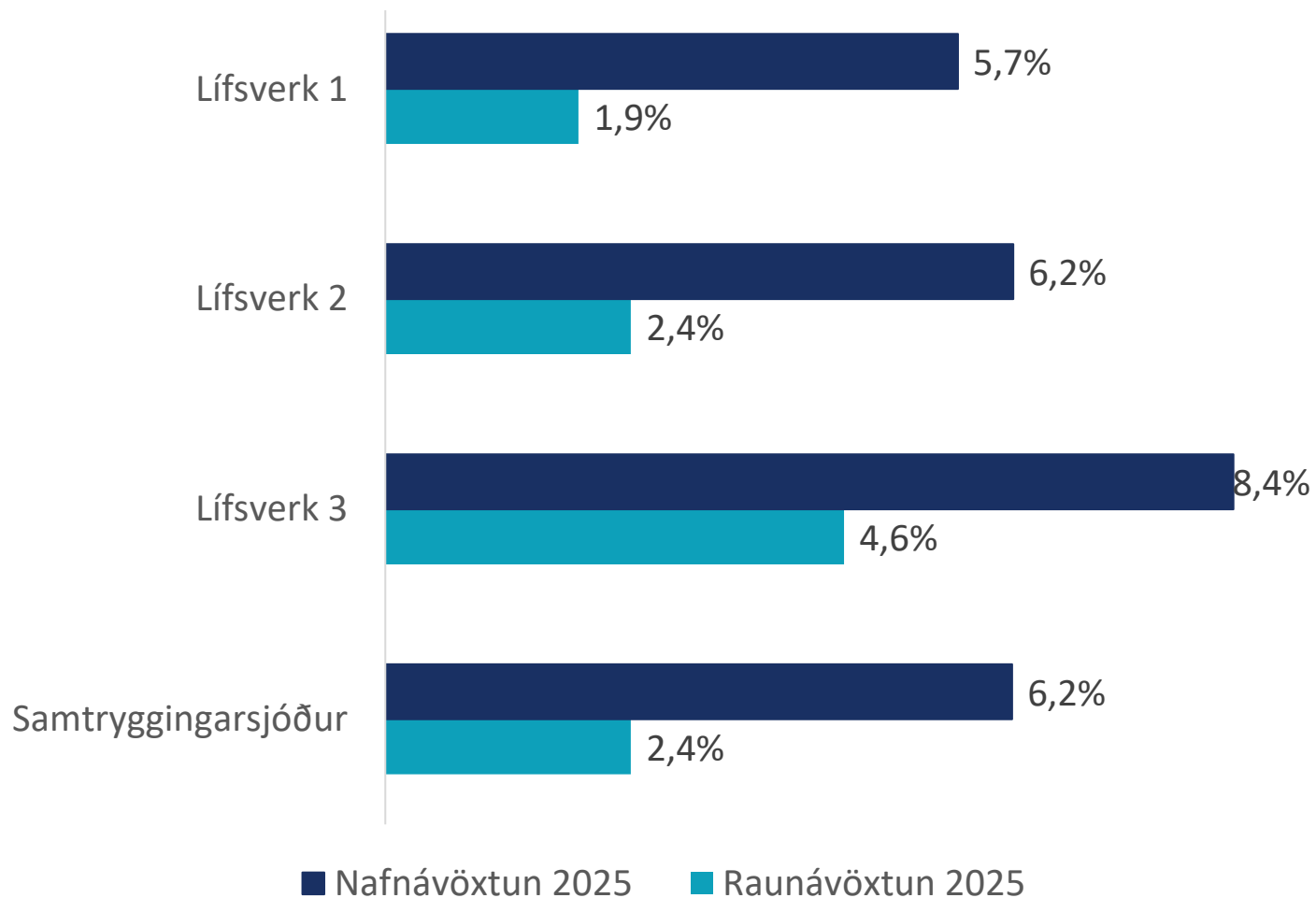
Almenní lífeyrissjóðurinn

Ávöxtun ársins 2025



Lífsverk lífeyrissjóður

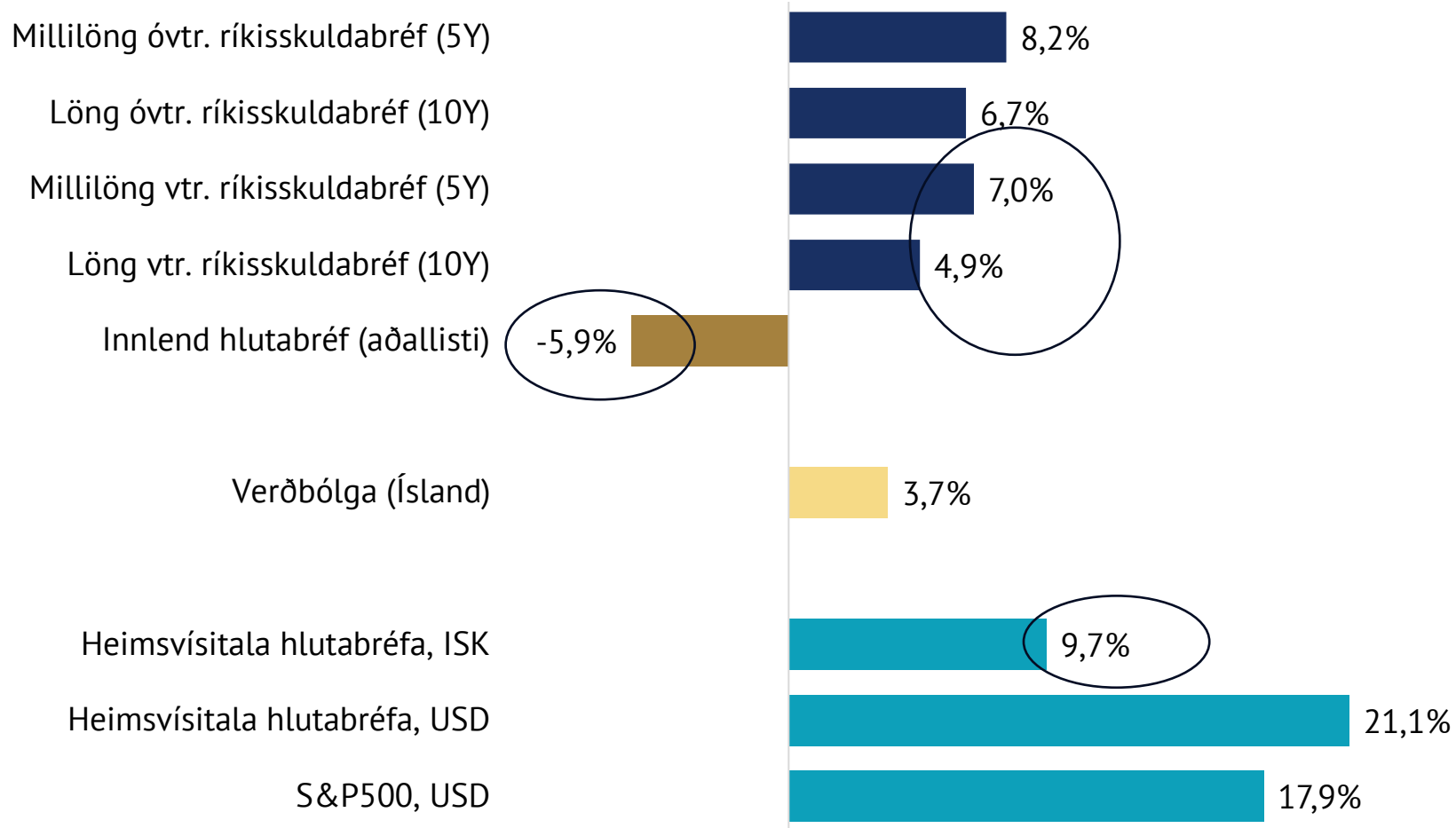
Ávöxtun ársins 2025





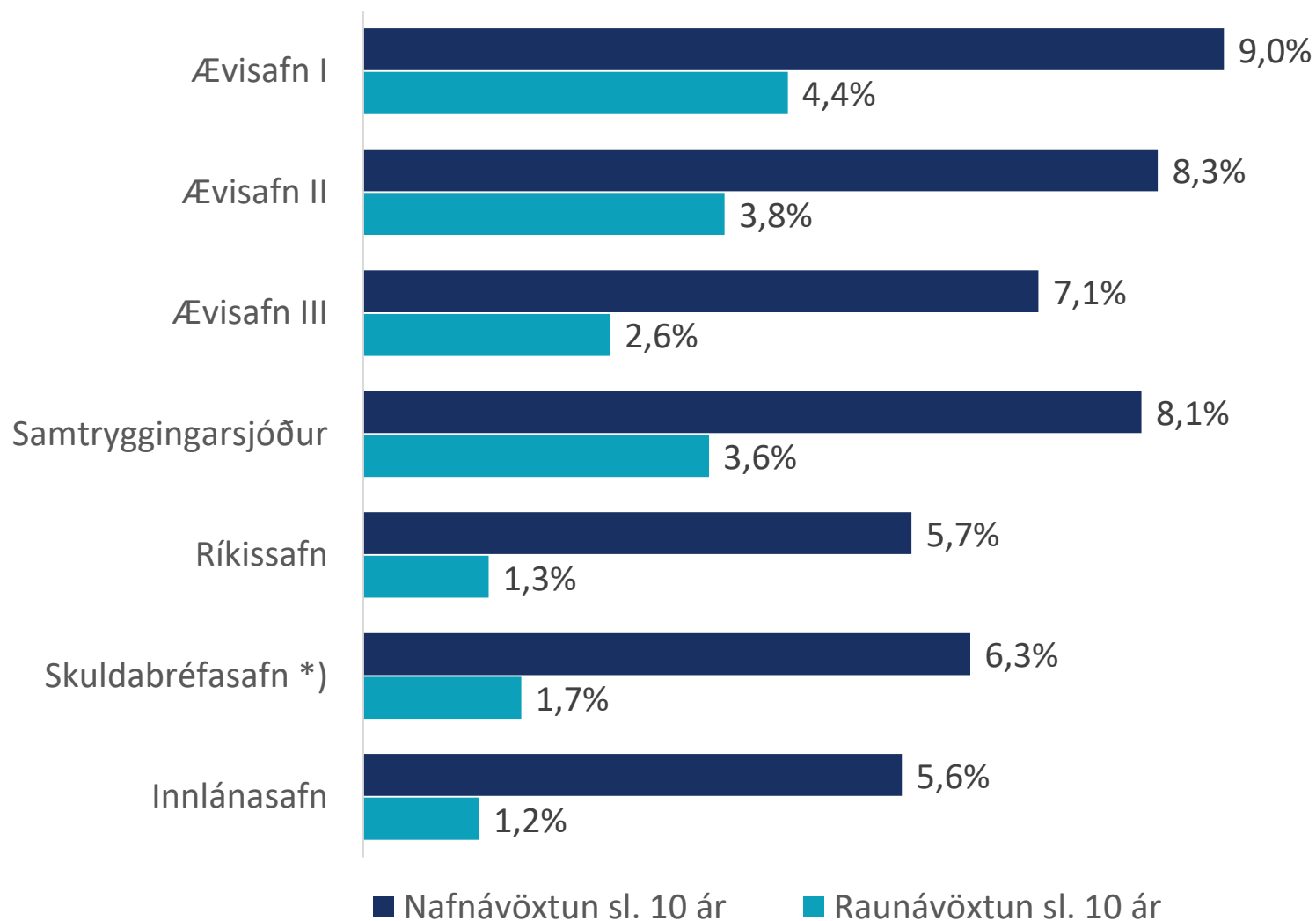
Hvað skýrir ávöxtun ársins ?

Þróun á mörkuðum 2025



Almenní lífeyrissjóðurinn

Góð langtímaávöxtun en sveiflumikill áratugur að baki



Erlend hlutabréf hafa skilað hæstri ávöxtun að jafnaði síðastliðin 10 ár

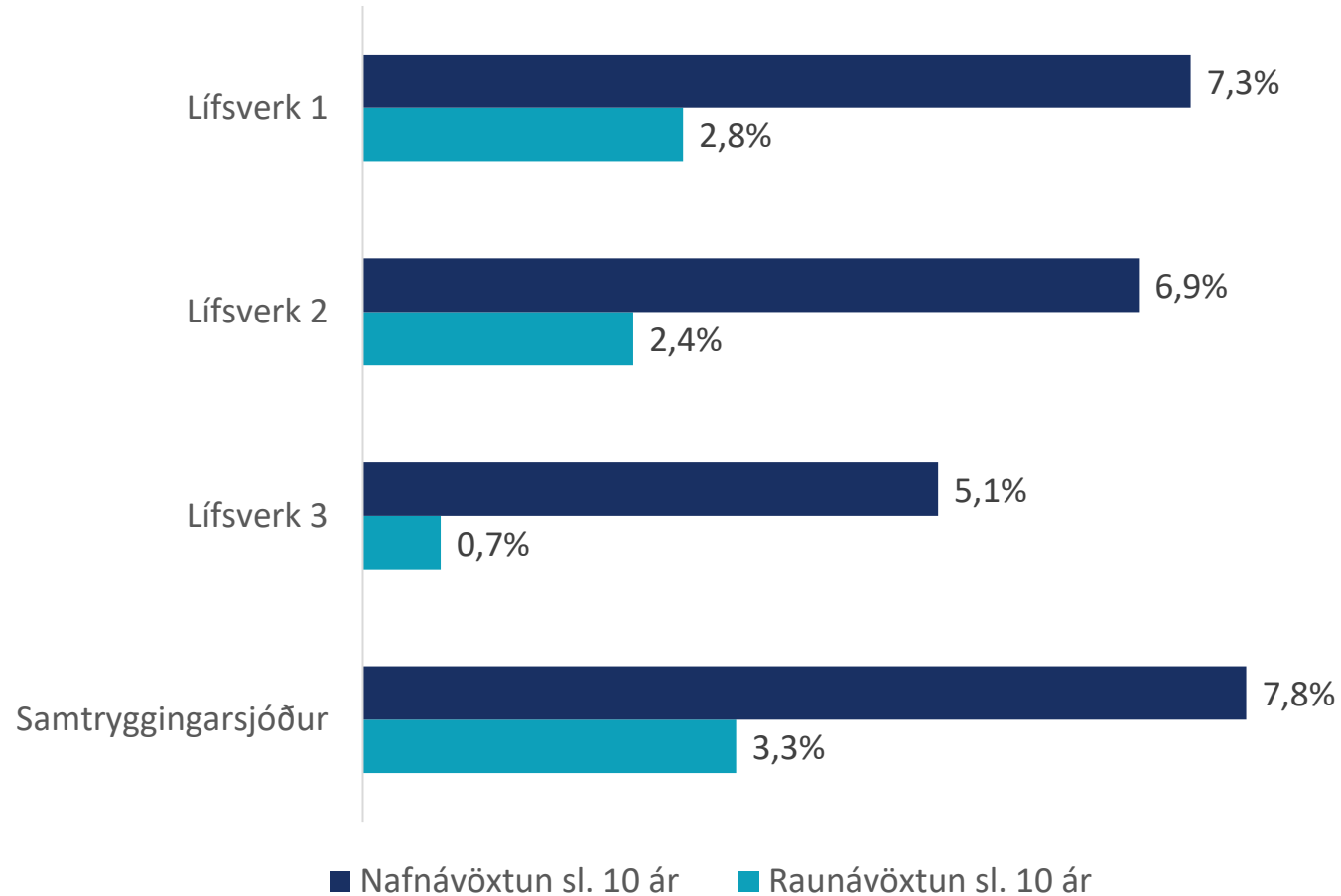
Heimsvísitala MSCI í ISK	11,8%
Vísitala aðallista	7,8%
Ríkisskuldabréf 10 ár	6,0%
VNV	4,4%

*) Ávöxtun sl. 9 ár, Skuldabréfasafn stofnað í árslok 2016



Lífsverk lífeyrissjóður

Góð langtímaávöxtun en sveiflumikill áratugur að baki





Daglegt gengi ávöxtunarleiða

almenni-lifsverk.is

Blönduð söfn	Gengi		Frá áram.	Nafnávöxtun (%)			
	Sveiflur	Gengi		1 ár	3 ár	5 ár	10 ár
Samtryggingarsjóður		8.216,9	0,6	4,3	8,7	7,6	8,4
Ævisafn I		7.525,2	0,3	3,6	9,0	8,3	9,4
Ævisafn II		8.422,1	0,5	4,4	8,7	7,7	8,6
Ævisafn III		5.648,2	0,7	5,7	8,1	7,3	7,2
Innlend söfn	Gengi		Frá áram.	Nafnávöxtun (%)			
	Sveiflur	Gengi		1 ár	3 ár	5 ár	10 ár
Ríkissafn		3.088,5	1,4	8,1	7,4	5,1	5,9
Innlánasafn		2.905,3	1,1	6,5	7,2	7,2	5,7
Skuldabréfasafn		1.761,6	1,1	9,0	8,0	7,4	
Erlend söfn	Gengi		Frá áram.	Nafnávöxtun (%)			
	Sveiflur	Gengi		1 ár	3 ár	5 ár	10 ár
Erlent verðbréfasafn		1.044,3	-0,6	2,1			

Dagskrá



Ávöxtunarleiðir séreignarsjóðs og ávöxtun 2025

Kristjana Sigurðardóttir, forstöðumaður eignastýringar

Lífeyrir og samspil séreignar og réttinda í samtryggingarsjóði

Gunnar Baldvinsson, framkvæmdastjóri

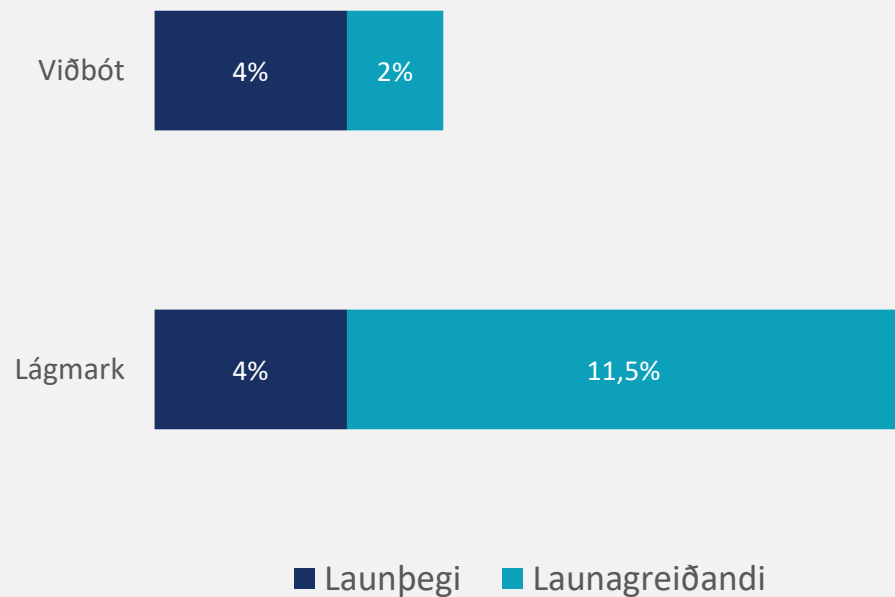
Stóra nafnamálið

Jón L. Árnason, framkvæmdastjóri, segir frá samkeppni um framtíðarnafn á sameinuðum lífeyrissjóði

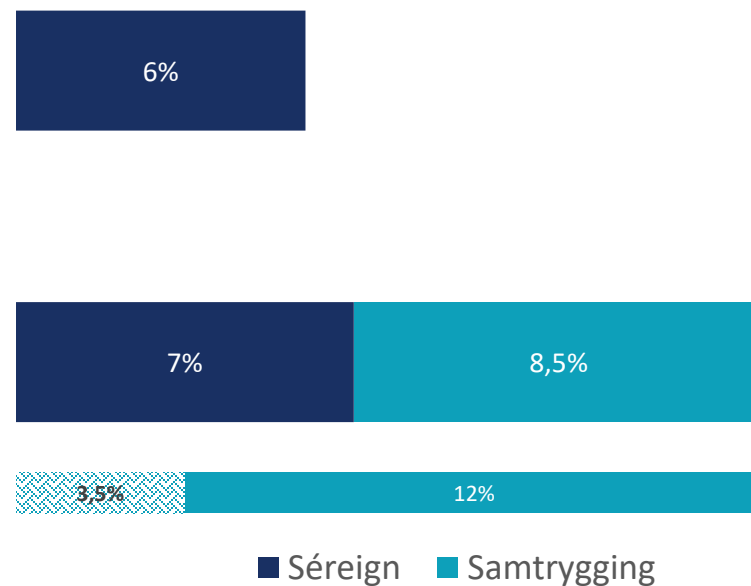
Sparnaður og ráðstöfun



Iðgjöld



Ráðstöfun



Okkar
sérstaða,
blandaður
sjóður

Flestir sjóðir

Sveigjanleiki um töku lífeyris/úttekt



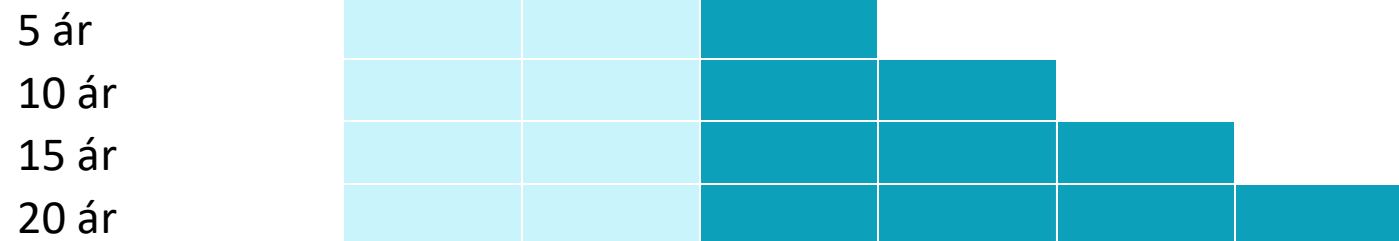
Aldur	60 ára	65 ára	70 ára	75 ára	80 ára	85 ára	90 ára	Til æviloka
-------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	-------------

Samtrygging



Lífeyrir frá 60/80 ára til æviloka

Séreign



Inneign laus frá 60 ára aldri,
úttekt eftir vali sjóðfélaga

Eftirlaun eins
og henta
hverjum og
einum

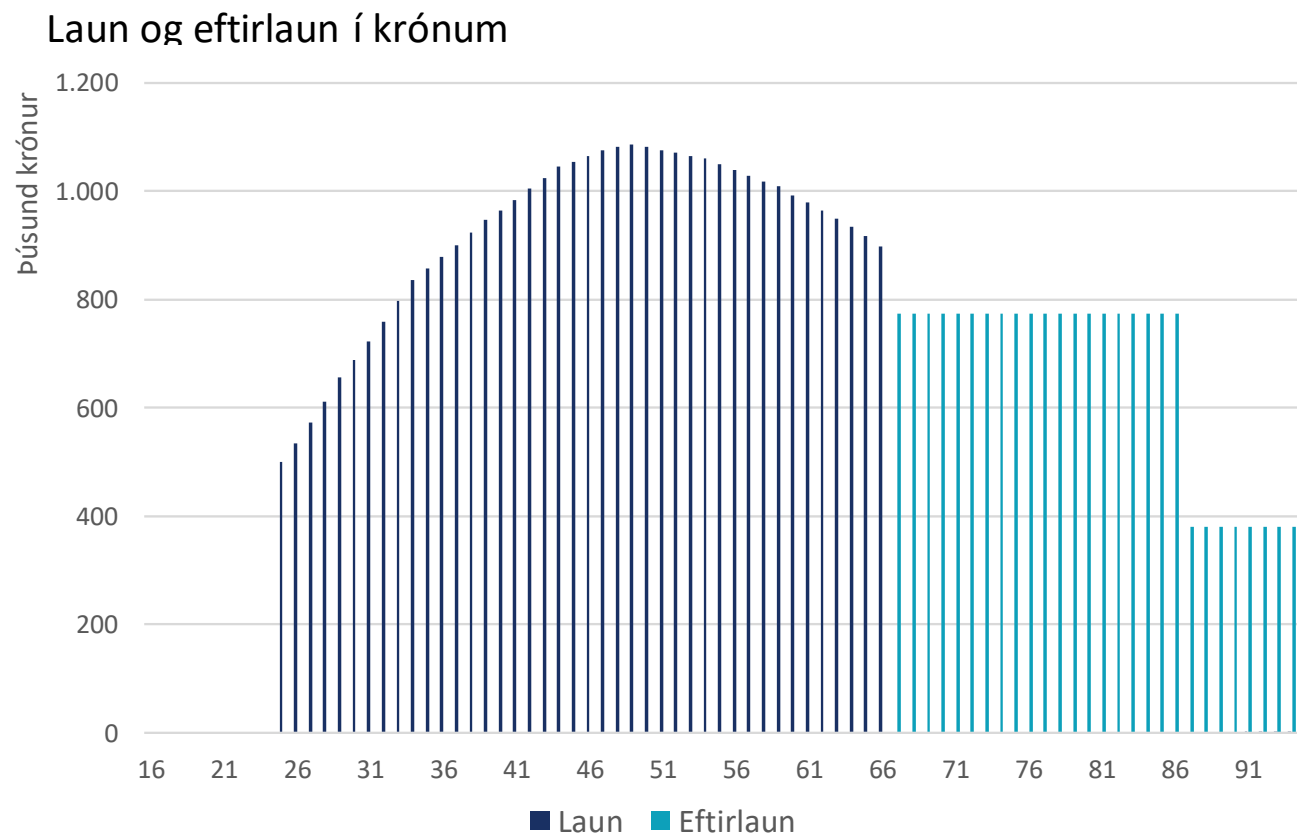
Dæmi um eftirlaun og réttindi



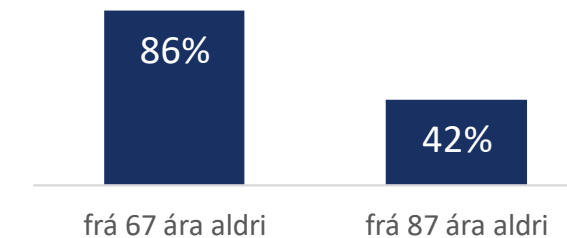
Sparnaður
15,5% af launum
25-66 ára

Lífeyrir
67 ára

Séreign
Úttekt 20 árum
67-86 ára



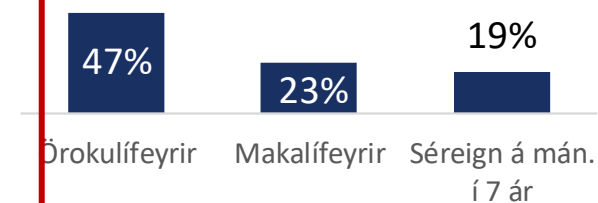
Eftirlaun, % af lokalaunum



Séreign við lífeyristöku

6,4 árslaun

Örorka/fráfall 40 ára,
% af meðallaunum



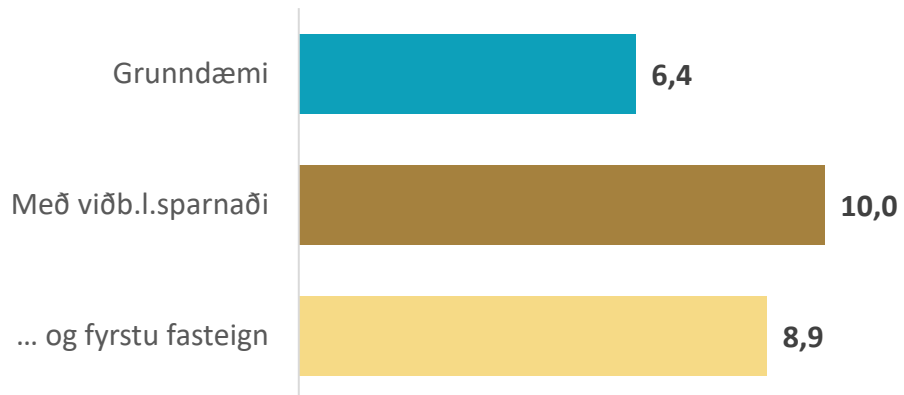
Réttindi + séreign = eftirlaun



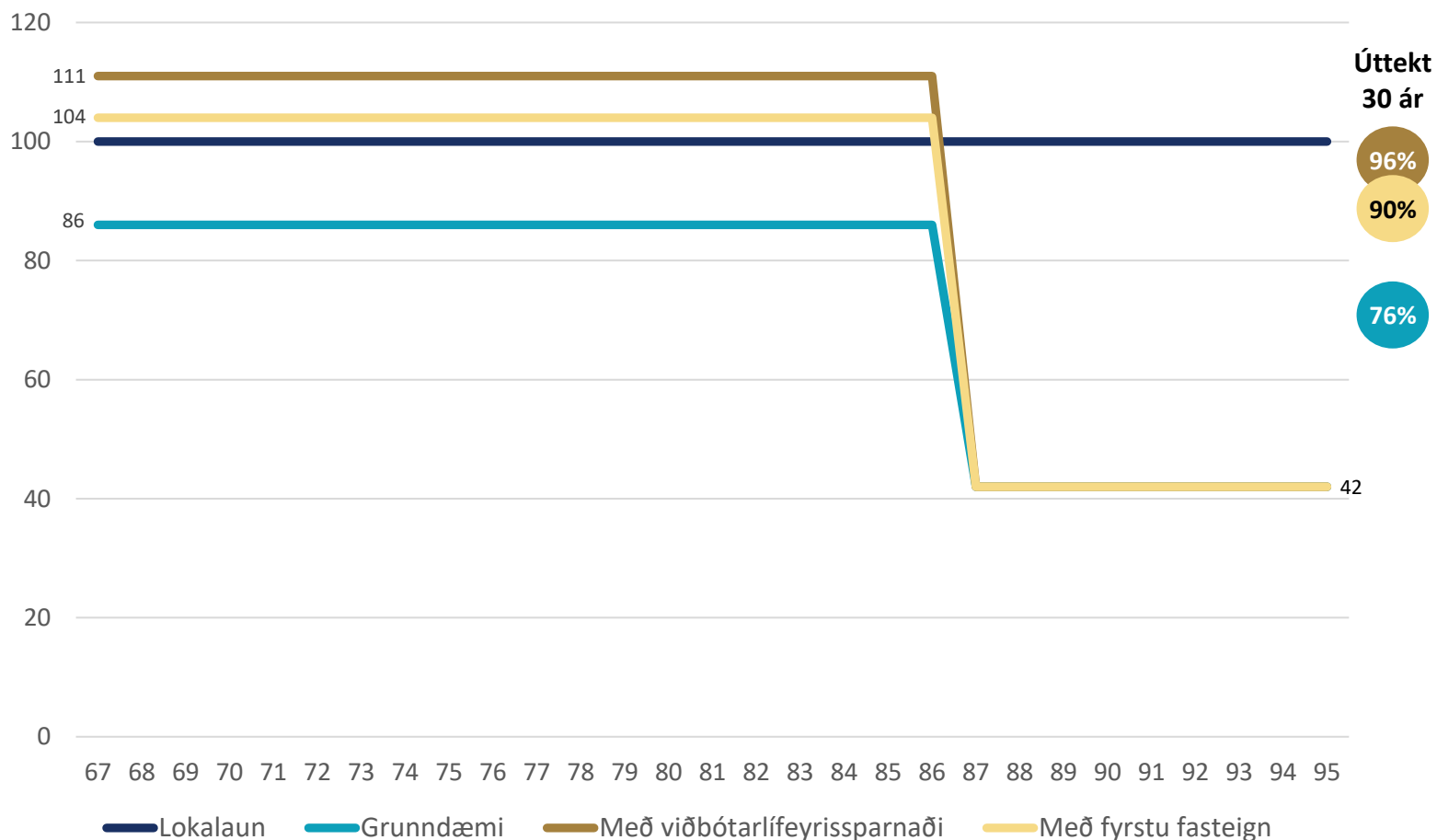
Réttindi, % af lokalaunum



Séreign, fjöldi árslauna



Eftirlaun, % af lokalaunum



Framsetning á sjóðfélagavef



Tilkynningar

[Sjá allar](#)

23.01.2026 **Sjóðfélagayfirlit**

28.10.2025 **Umsókn á vefnum móttakin**

21.01.2025 **Sjóðfélagayfirlit**

30.12.2025 **Tilkynning vegna sameiningar**

28.10.2025 **Umsókn á vefnum móttakin**

17.01.2024 **Sjóðfélagayfirlit**



Rafræn skjöl



Umsóknir



Útborgun séreignar



Lán



Ávöxtunarleið



Skrá launagreiðanda

Eftirlaun - núverandi staða

[Nánnar](#)

Inneign í séreignarsjóði 16.256.595 kr.

Ellilífeyrir frá 70 ára til æviloka 209.964 kr.

Löggjöld sl. sex mánuði 2.378.492 kr.

Áfallalífeyrir - núverandi staða

[Nánnar](#)

Örorkulífeyrir 641.979 kr.

Makalífeyrir 320.989 kr.

Barnalífeyrir 50.849 kr.

Inneign í séreignarsjóði og áætluð eftirlaun 24.1.2026

Hér má sjá inneign í séreignarsjóði og ellilífeyri úr samtryggingarsjóði. Hægt er að breyta forsendum um aldur við töku lífeyris og útborgunartíma.

Séreignarsjóður

Áætluð ávöxtun

3,5%

Útborgunaráldur

67 ára

Útborgunartími

20 ár

Inneign í dag

16.256.595 kr.

Lífeyrir á mánuði

287.093 kr.

Samtryggingarsjóður

Áætluð ávöxtun

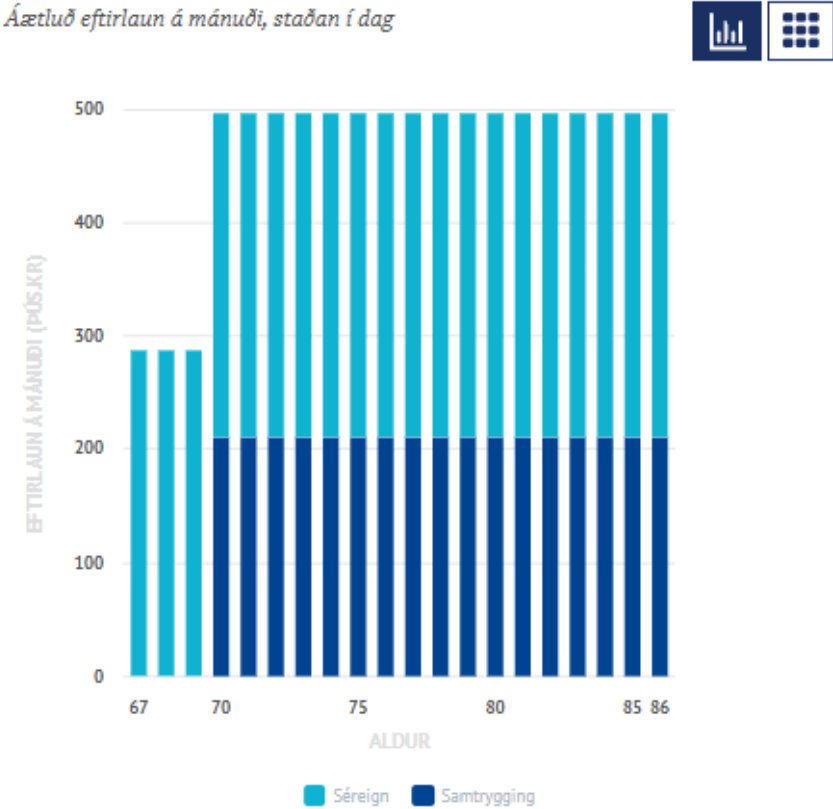
3,5%

Útborgunaráldur

70 ára

Áætlaður ellilífeyrir á mánuði

209.964 kr



Reiknuð inneign og áætlaður lífeyrir

Hér má sjá reiknaða inneign og áætluð eftirlaun í starfslok miðað við gefnar forsendur um ávöxtun og framtíðargreiðslur. Hægt

Smelltu hér til að breyta forsendum og áætla eftirlaun



Forsendur og heildarlaun 60 - 85 ára



Áætluð starfslok

60 ára

Séreignarsjóður

Áætluð ávöxtun

3,5%

Útborgunaráldur

67 ára

Útborgunartími

20 ár

Reiknuð inneign

135.308.024 kr.

Lífeyrir á mánuði

780.919 kr.

Samtryggingarsjóður

Áætluð ávöxtun

3,5%

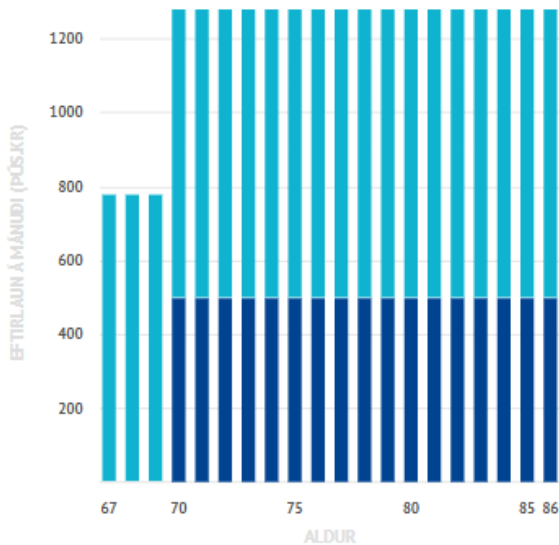
Útborgunaráldur

70 ára

Áætlaður ellilífeyrir á mánuði

499.023 kr

Reiknuð eftirlaun á mánuði



Séreign Samtrygging

Ellilífeyrir í samtryggingarsjóði 24.1.2026

ELLILÍFEYRIR

ÁFALLALÍFEYRIR

MAKALÍFEYRIR

ATKVÆÐISRÉTTUR

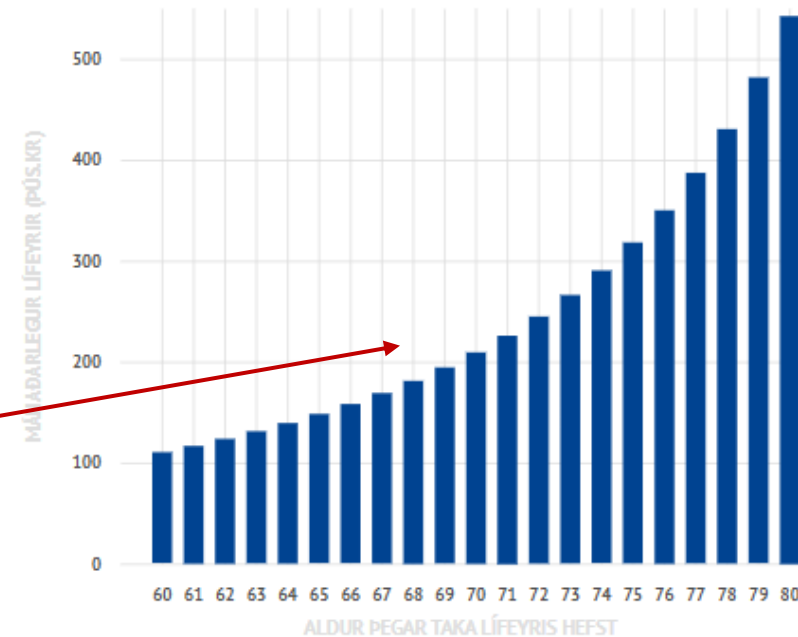
Tímabil 24.7.2025 - 24.1.2026

6 MÁN1 ÁR3 ÁR5 ÁRFRÁ BYRJUN

Ævilangur ellilífeyrir frá 70 ára aldri

Mánaðarlegur ellilífeyrir	Innborgun	Réttindi
Áunnin ellilífeyrisréttindi	0	192.628
Dráttarvextir af iðgjöldum	4.078	0
Innborguð iðgjöld	936.257	15.161
Verðbætur	0	2.175
Áunnin mánaðarleg ellilífeyrisréttindi		209.964

Mánaðarlegar greiðslur ef taka lífeyris hefst á aldrinum 60-80 ára



Núverandi staða
Framtíðin
Aðgerðir

Þróun á
tímabili

Staðan

Skipting

Inneign

Inneign í séreignarsjóði, hreyfingar og skipting í lok tímabils

YFIRLIT

ÁVÖXTUNARLEIÐIR

EIGNASAMSETNING

Tímabil27.7.2025-27.1.2026

6 MÁN

1 ÁR

3 ÁR

5 ÁR

FRÁ BYRJUN

Hreyfingar	Skýring	Samtals
Inneign		13.685.582
Innborguð iðgjöld	Dæmigert hf.	320.944
Dráttarvextir af iðgjöldum	Dæmigert hf.	6.235
Lánagreiðsla	Almenni-Lífsværk lífeyrissjóður	-86.356
Innborguð iðgjöld	Týpískt hf.	1.110.978
Ávöxtun		1.219.936

Inneign í lok tímabils

16.257.319

INNEIGN (PÚS.KR)

Í BYRJUN

HREYFINGAR

ÁVÖXTUN

Í LOK

Skipting inneignar

Tegund	Útborgunarreglur	Ávöxtunarleið	Inneign
Lágmarksiðgjald	Laus 60 ára	Innlánasafn	32.132
Lágmarksiðgjald	Laus 60 ára	Ævisafn I	10.215.625
Viðbótariðgjald	Laus 60 ára	Innlánasafn	87.419
Viðbótariðgjald	Laus 60 ára	Ævisafn I	5.922.143

Áfallalífeyrir vegna starfsorkumissis eða fráfalls

- ELLILÍFEYRIR
- ÁFALLALÍFEYRIR
- MAKALÍFEYRIR
- ATKVÆÐISRÉTTUR



Örorkulífeyrir til 70 ára

Áunnin réttindi 209.964 kr.

Framreikningur 432.015 kr.

Örorkulífeyrir á mánuði 641.979 kr.



Tímabundinn makalífeyrir

Áunnin réttindi 104.982 kr.

Framreikningur 216.007 kr.

Tímabundinn makalífeyrir 320.989 kr.

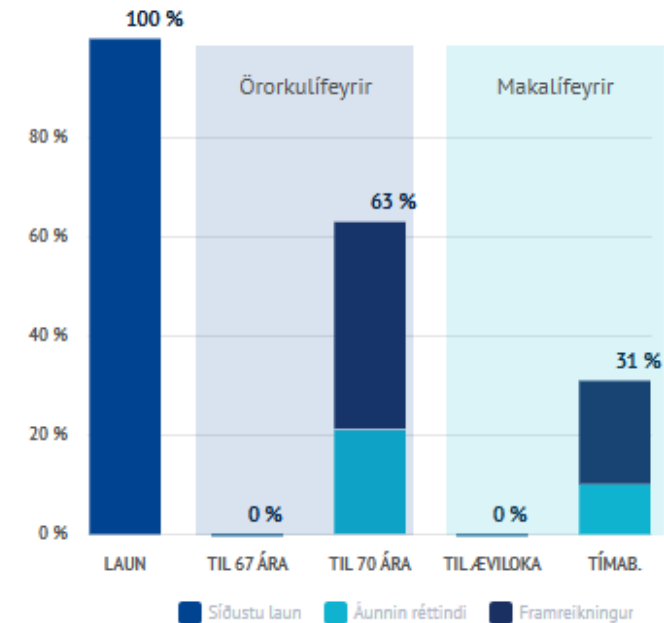


Barnalífeyrir

Barnalífeyrir til barna undir 20 ára 50.849 kr.

Lífeyrir ef hvorki foreldri né kjörforeldri er á lífi 101.698 kr.

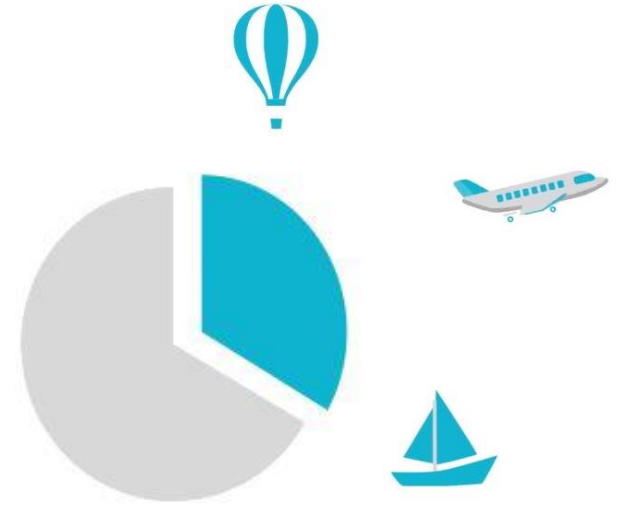
Áætlaður áfallalífeyrir í hlutfalli af viðmiðunarlaunum





Flutt réttindi

Haldast óbreytt





Flutt réttindi Lífsverks haldast óbreytt

- Ellilífeyrir frá 67 ára aldri
- Örorkulífeyrir til 67 ára
- Makalífeyrir
 - Tímabundinn í 5 ár
 - Ævilangur frá 67 ára aldri (réttindi fyrir 1.1.2007)

Áfallalífeyrir vegna starfsorkumissis eða fráfalls

ELLILÍFEYRIR

ÁFALLALÍFEYRIR

MAKALÍFEYRIR

ATKVÆÐISRÉTTUR

Sýnishorn af fluttum
réttindum lækna

Örorkulífeyrir til	67 ára	70 ára
Áunnin réttindi	158.208 kr.	484.111 kr.
Framreikningur	0 kr.	68.592 kr.
Örorkulífeyrir á mánuði	158.208 kr.	552.703 kr.

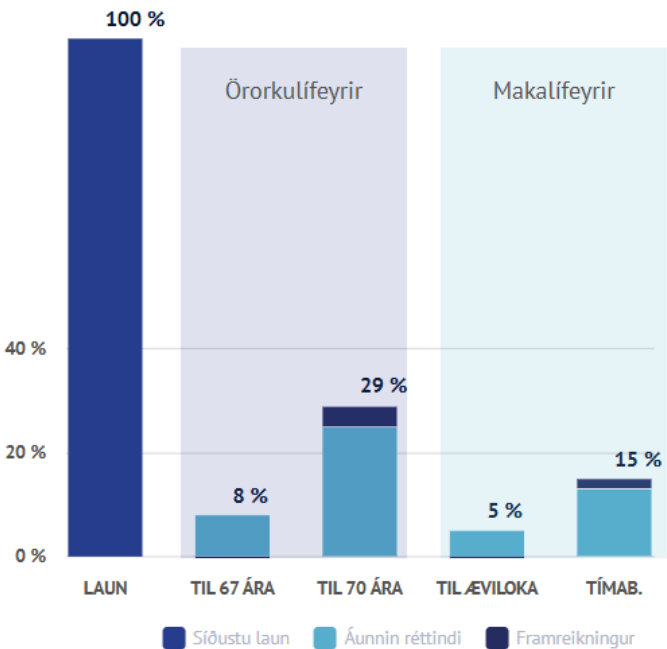
Tímabundinn makalífeyrir

Áunnin réttindi	242.056 kr.
Framreikningur	34.296 kr.
Tímabundinn makalífeyrir	276.352 kr.
Ævilangur makalífeyrir	94.924 kr.

Barnalífeyrir

Barnalífeyrir til barna undir 20 ára	51.097 kr.
Lífeyrir ef hvorki foreldri né kjörforeldri er á lífi	102.194 kr.

Áætlaður áfallalífeyrir í hlutfalli af viðmiðunarlaunum



Áfallalífeyrir vegna starfsorkumissis eða fráfalls

- ELLILÍFEYRIR
- ÁFALLALÍFEYRIR
- MAKALÍFEYRIR
- ATKVÆÐISRÉTTUR

Örorkulífeyrir til	67 ára	70 ára
Áunnin réttindi	158.208 kr.	484.111 kr.
Framreikningur	0 kr.	68.592 kr.
Örorkulífeyrir á mánuði	158.208 kr.	552.703 kr.

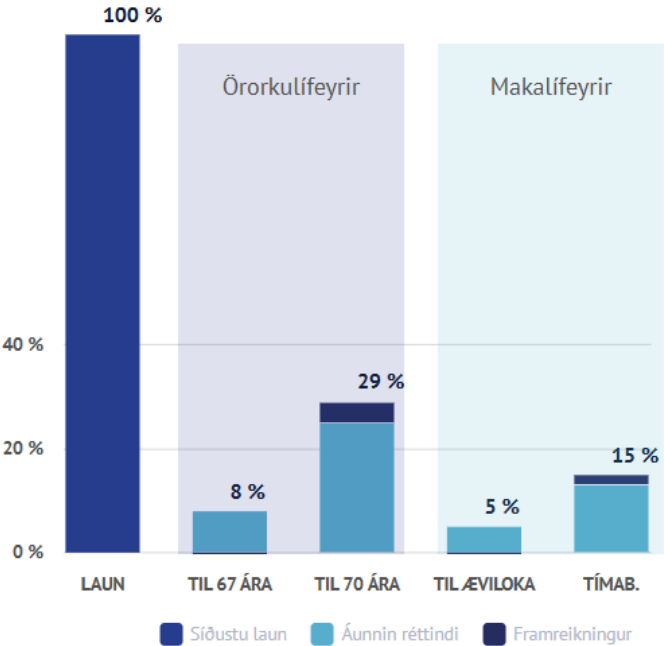
Tímabundinn makalífeyrir

Áunnin réttindi	(60. mán.) 100.000 kr.	(30. mán.) 242.056 kr.
Framreikningur		34.296 kr.
Tímabundinn makalífeyrir	100.000 kr.	276.352 kr.
Ævilangur makalífeyrir		94.924 kr. *

Barnalífeyrir

Barnalífeyrir til barna undir 20 ára	51.097 kr.
Lífeyrir ef hvorki foreldri né kjörforeldri er á lífi	102.194 kr.

Áætlaður áfallalífeyrir í hlutfalli af viðmiðunarlaunum



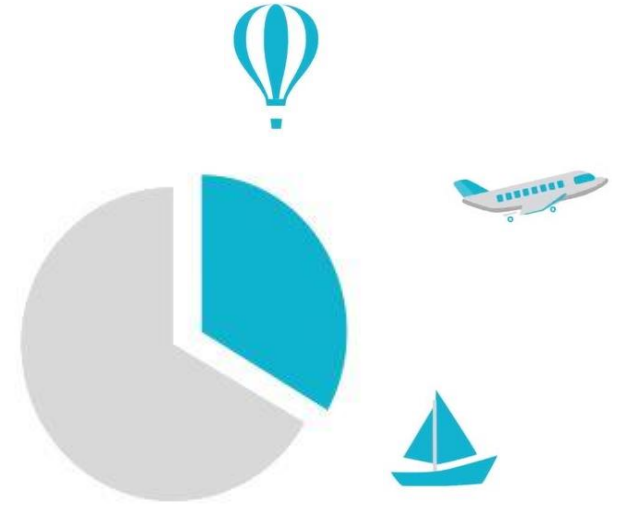
Til skoðunar um flutt
réttindi Lífsverks

* Makalífeyrir er greiddur í 5 ár
eftir andlát sjóðfélaga og
ævilangt frá 67 ára aldri.



Möguleg umbreyting í séreign

Valkvætt



Umbreyting réttinda í séreign



Iðgjald, % af launum

Valkvætt (15%)



Almanni-Lífsværk

8,5%

1,5%

Lífsværk

10%

■ Iðgjald í samtryggingarsjóð

■ Mismunur

Sjóðfélögum Lífsværks sem hafa ekki hafið töku lífeyris býðst **1.1.-30.6. 2026** að umbreyta **15% af áunnum ellilífeyris-réttindum** í inneign í séreignarsjóði

Sambærileg heimild fyrir lífeyrisþega er til skoðunar



Reiknivél á heimasíðu

Athuga. Flutningur mun taka mið af áunninni tryggingafræðilegri stöðu og miða við stöðuna 0 (eignir = skuldbindingar)

Dæmi: Ef áunnin staða er -5% þá þarf að margfalda 15% af skuldbindingu með 95%.

Umbreyting ellilífeyris í séreign



Sjóðfélagar Lífsverks geta valið að umbreyta **15%** af áunnum ellilífeyrisréttindum sem flytjast í sameinaðan sjóð í inneign í séreignarsjóði. Tímabil heimildar nær frá **1. janúar til 30. júní 2026** og miðast við stöðu áunninna ellilífeyrisréttinda í lok tímabilsins.

Hér er hægt að slá inn upplýsingar um aldur og réttindi til að reikna dæmi um inneign í séreignarsjóði og hvernig áunnin réttindi breytast.

Fæðingarmánuður

📅 Júní 1969

Áunnin ellilífeyrisréttindi

Mánaðarlegur lífeyrir frá 67 ára aldri

300.000

kr.

Úttektartími séreignar

15 ár



Aldur í dag: 56 ára

Ný inneign í séreignarsjóði

Erfanleg séreign sem myndast við umbreytingu ellilífeyrisréttinda	5.572.260 kr.
Inneign laus til úttektar frá 60 ára aldri	6.168.621 kr.
Úttekt á mánuði í 15 ár frá 67 ára aldri	55.894 kr.

Áunnin réttindi í samtryggingarsjóði eftir breytingu

Mánaðarlegur ellilífeyrir frá 67 ára aldri	255.000 kr.
Mánaðarlegur ellilífeyrir ef taka lífeyris hefst við 70 ára aldur	313.905 kr.



Á ég að umbreyta?

Með

- Eykur sveigjanleika við eftirlaun
 - Hentar fyrir þá sem vilja hærri eftirlaun fyrstu árin eftir starfslok
- Hluti eftirlauna erfist
 - Hefur ekki áhrif á makalífeyri

Móti

- Minnkar ævilangan ellilífeyri
 - Þeir hafa lífa lengi fá meira

Umbreytt séreign er hluti af lágmarksiðgjaldi og hefur sömu áhrif á ellilífeyri
Almannatrygginga og ellilífeyrir úr samtryggingarsjóði

Heimasíða: almenni.-lifsverk.is

**ALMENNI
LÍFSVERK**
LÍFEYRISSJÓÐUR

SKYLDUSPARNAÐURVIDBÓTARSPARNAÐURÁVÖXTUNLÁNLAUNAGREIÐENDURUM ALMENNA - LÍFSVERK

ENMínar síður 

Kynningarfundur 27. janúar

Upplýsingarfundur um sameiningu

**ALMENNI
LÍFSVERK**
LÍFEYRISSJÓÐUR



 Sameining Almenna og Lífsverks →

 Bókaðu tíma í ráðgjöf →

 Reiknivélar →

 Umsóknir →

 Fræðsla og ráðgjöf →



Almenni-Lífswerk lífeyrissjóður

Framvinda sameiningar

Sjóðfélagafundir Lífswerks lífeyrissjóðs og Almenna lífeyrissjóðsins samþykktu í nóvember 2025 tillögu stjórna um að sameina sjóðina í ársbyrjun 2026. Undirbúningur stendur yfir en búast má við að sameiningarverkefni standi yfir á fyrri hluta árs 2026.

Efnisyfirlit

- Samrunaferli og staðfesting

- Flutt réttindi og lífeyrisgreiðslur

- Greiðsla iðgjalda

- Kynningarfundir

- Umbreyting réttinda í séreign

- Sameining ávöxtunarleiða

- Sjö ávöxtunarleiðir í boði

- Lán til sjóðfélaga

- Skrifstofa og samskipti

Dagskrá



Ávöxtunarleiðir séreignarsjóðs og ávöxtun 2025

Kristjana Sigurðardóttir, forstöðumaður eignastýringar

Lífeyrir og samspil séreignar og réttinda í samtryggingarsjóði

Gunnar Baldvinsson, framkvæmdastjóri

Stóra nafnamálið

Jón L. Árnason, framkvæmdastjóri, segir frá samkeppni um framtíðarnafn á sameinuðum lífeyrissjóði

Hvað á barnið að heita?

Almenni-Lífsverk,
lífeyrissjóður leitar að
framtíðarnafni fyrir
sjóðinn.

Skilafrestur tillagna er til
5. febrúar

Verðlaun fyrir þá tillögu
sem verður fyrir valinu



Nýr lífeyrissjóður leitar að nafni

- ert þú með hugmynd?



VERÐLAUN
100.000 kr.



FRÉTTIR
5. febrúar 2026

Mínir gagnir



Nafnakeppnin

Núna um áramótin sameinuðust tveir sterkir sjálfstæðir lífeyrissjóðir, **Lífsverk** og **Almenni lífeyrissjóðurinn**. Sjóðurinn starfar nú undir nafninu **Almenni-Lífsverk lífeyrissjóður**, en leitar nú að nýju nafni til framtíðar og biður almenning um aðstoð.

Sjóðurinn er **stór, öflugur og öllum opinn**, auk þess að vera starfsgreinasjóður nokkurra stétta: arkitekta, leiðsögumanna, lækna, hljómlistarmanna, verkfræðinga og tæknifræðinga. Í starfseminni er lögð áhersla á *sveigjanleika, valfrelsi, árangur og upplýsingagjöf*.

Sendið tillögur um heimasíðu

<https://nafnakeppni.almenni-lifsverk.is>

Nafnakeppni |
Almenni-Lífsverk
lífeyrissjóður



Mín tillaga

Nafn á sjóðinn

Tillaga að nafni...

Rökstuðningur

Af hverju hentar þetta nafn...?

0 / 100 orð

Kennitala

000000-0000

Netfang

netfang@daemi.is

☐

Ég samþykki [reglur og skilmála](#) ✓

 Senda