Nordea

Pensionistforeningen



Oktober 2026

Pensionistforeningen – Oktober 2026

I oktober måned er der kommet tre nye afsnit af PengePulsen. Hør dem her!

Lyt til første afsnit her: Metas nye AI-agent sætter gang i aktiemarkedet | Listen to the Podcast on Spotify



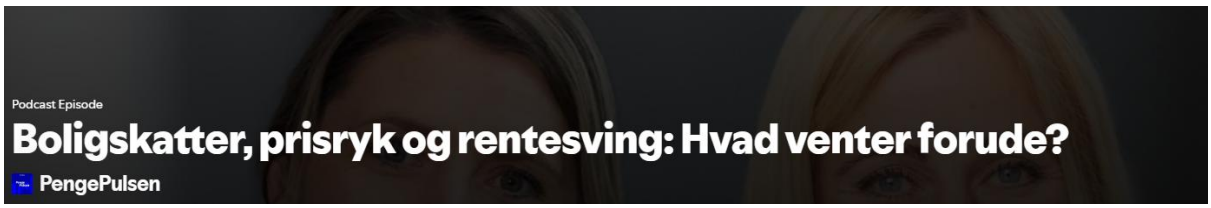
Det amerikanske selskab Meta har lanceret sin 'Meta Muse' – en ny AI-agent, der på bare to uger har vendt markedsstemningen på hovedet. Det sker alt imens andre AI-selskaber efterlyser regulering efter bekymrende hændelser med deres AI-agenter. Og så har obligationsrenterne ramt niveauer, vi ikke har set i over 20 år – og det skaber nervøsitet på markederne.

Lyt til andet afsnit her: Sådan investerer Margrethe Vestager | Listen to the Podcast on Spotify



Hvordan investerer Margrethe Vestager sine penge? Den tidligere EU-kommissær fortæller selv, at hun er meget optaget af at investere i virksomheder, hun mener opfører sig rimeligt - og gerne med høje afkast. Lyt til PengePulsen, der denne gang har Margrethe Vestager og Nordeas cheføkonom Helge J. Pedersen ved mikrofonerne.

Lyt til tredje afsnit her: Boligskatter, prisryk og rentesving: Hvad venter forude? | Listen to the Podcast on Spotify



For første gang i over to år er priserne faldet på ejerlejligheder i København, mens boligpriserne brager frem i Aarhus. Samtidig er Gentofte faldet fra boligtronen, og i stedet ser vi flere andre forstæder rykke.

Fra live radio til webinarer: Nordeas eksperter gør midtvejsvalget relevant for kundernes økonomi

Hvad betyder det amerikanske midtvejsvalg for aktiemarkederne, renterne og virksomhederne? Nordeas økonomiske eksperter hjælper med at sætte de store overskrifter i perspektiv, når amerikansk politik i disse dage fylder nyhedsfladen.

Stemmerne blev afgivet i USA. Men konsekvenserne af stemmerne kan mærkes langt ud over landets grænser. Den politiske retning kan nemlig påvirke alt fra renter og aktiemarkeder til regulering, handel og danske virksomheders vilkår.



Derfor har Nordea allerede i ugerne op til valget skruet op for kommunikationen til kunderne med webinarer, podcasts, nyhedsbreve og særlige kundearrangementer for både privat- og erhvervskunder.

Invest Live dagen før midtvejsvalget

Et af højdepunkterne var Invest Live dagen før valgdagen – en inspirerende aften i Konservatoriets Koncertsal i København til en hel aften om USA - under overskriften 'Hvad betyder midtvejsvalget for dine investeringer?'



Her var Peder Bach, direktør for de største erhvervskunder, investeringsekspert Lars-Kristian Olsen og chefstrateg Josephine Cetti på scenen til at folde det amerikanske valg ud fra et markedsperspektiv.

Fra amerikanske stemmeurner til danskernes økonomi

Også medierne har haft bud efter Nordeas økonomiske eksperters analyser og perspektiver. Tirsdag morgen besøgte TV2 News handelsgulvet, hvor Josephine Cetti fortalte om forventningerne til markedernes reaktioner. Nordjyske medier interviewede også Josephine Cetti, hvor hun gav anbefalinger til, hvordan investorer skal forholde sig. Og onsdag var hun i P1 Morgen for at sætte valget og de økonomiske konsekvenser i perspektiv.



På valgdagen satte chefanalytiker Jan Størup Nielsen i Børsen ord på markedernes umiddelbare reaktioner. Han pegede blandt andet på pres på teknologiaktier, faldende renter og en svækket dollar.



Det betyder de amerikanske vælgeres nej til AI-boom for aktiemarkedet

Valget har også sat fokus på AI. I Jyllandsposten belyste senioranalytiker Victor Fabricius, hvad en strammere kurs over for datacentre kan betyde for AI-investeringer og de virksomheder, der leverer eksempelvis chips, køling og kabler til den voksende AI-infrastruktur.

Berlingske samlede fredag de bedste råd fra en række eksperter og her opfordrede Nordeas privatøkonomiske ekspert Betina Grimstrup til is i maven og at man holder fast i sin investeringsstrategi.

Ekspertviden dér, hvor kunderne er

Når USA stemmer, følger Nordea ikke bare med. Vi hjælper kunderne og alle andre med at forstå de økonomiske perspektiver bag de store overskrifter – og hvad de kan betyde for dem.

Samtidig er eksperternes grundlæggende budskab klart: Investorer skal passe på med at lade de store politiske overskrifter styre deres langsigtede beslutninger. Som Josephine Cetti ved flere lejligheder har fremhævet, er valget blot ét ud af mange datapunkter, og det handler ikke kun om, hvem der vinder et valg, men om hvad valgresultatet faktisk ændrer økonomisk for virksomhederne.

-



Pension

Dit pensionistliv rummer måske flere muligheder, end du tror

21-10-2026 | 4 min læsetid

Gennem 40 år har Anette Kjeldby hjulpet sine kunder med at se nye økonomiske muligheder, som ofte giver dem et nyt og bedre liv – ikke mindst når de skal på pension.



Anette Kjeldby har ikke tal på, hvor mange gange hun de sidste 40 år har siddet over for midaldrende kunder i banken, som har sagt, at de vil blive boende i deres hus, fordi de ikke kan bo bedre og billigere andre steder.

Til gengæld har hun helt styr på, hvor mange gange hun har udfordret dén antagelse.

"Jeg vender altid perspektivet på hovedet for mine kunder. Ikke fordi de partout skal gøre det, jeg foreslår, men fordi jeg gerne vil have dem til at se nye muligheder i deres økonomi, som matcher deres drømme og planer," siger hun.

Læs mere om pension hos Nordea

Det begynder med drømmene

Derfor begynder Anette Kjeldby altid sine møder med at få et overblik over kundernes indkomst, opsparing, pension og bolig. Dernæst er hun nysgerrig efter at høre, hvilke planer og drømme kunderne har for fremtiden. For når det er på plads, har hun de to ingredienser, hun skal bruge for at give kunderne relevante råd, som kan give dem en ny opfattelse af deres økonomiske situation og muligheder.

> Min fornemmeste opgave er ikke at ekspedere bankforretninger. Det er at kaste bolde op i luften og prikke til kunderne på en kærlig måde
>
> Anette Kjeldby, rådgiver i Nordea



"Min fornemmeste opgave er ikke at ekspedere bankforretninger. Det er at kaste bolde op i luften og prikke til kunderne på en kærlig måde. Der er ikke noget, som er rigtigt eller forkert. Men der er ofte mange uudforskede muligheder, og det er dér, jeg gennem 40 år har erfaret, at jeg kan gøre den største forskel for vores kunder," siger Anette Kjeldby.

Hun elsker at bringe noget til bordet, som kunderne ikke selv har tænkt over – ofte i samarbejde med kollegaer, der er specialister i formue- og pensionsrådgivning samt eksterne samarbejdspartnere med speciale i fast ejendom, testamente, ægtepagt og fremtidsfuldmagt.

"Kunderne bliver ofte virkelig glade, og jeg tror, det er, fordi de får mulighed for at leve et andet liv; de får en stor økonomisk frihed, der bl.a. gør det muligt for dem selv at vælge, hvor længe de vil arbejde, og om de vil de gå ned i tid," siger hun og fortsætter:

"Det er meget værd, for der er jo pokkers til forskel på at skulle arbejde, selvom man er arbejdstræt eller slidt op. Det giver dem mulighed for at kunne glæde deres børn, når de har mest brug for det, og mens man stadig er i live. Og det giver kunderne mulighed for at skabe gode minder med børn, svigerbørn og børnebørn ved at have råd til at tage på familierejser frem for at have pengene bundet i mursten," forklarer hun.

Når friværdi bliver til frihed

Det var f.eks. tilfældet for et par sidst i 50'erne, som egentlig opsøgte Anette Kjeldby, fordi de ville høre, om de kunne låne penge til renovering af deres hus. De troede, at de var nødt til at blive boende og leve af beløbet på deres bankkonto. Men det endte med, at de solgte deres hus og fik mulighed for selv at kunne bestemme, hvornår de ville stoppe med at arbejde.

"Det handler om frihed. Og når kunderne ser deres egne tal sort på hvidt, så sker der ofte noget," konstaterer Anette Kjeldby.

Det gjorde der også for Jan og Helle Holland Rasmussen nf, som efter det årlige møde med Anette Kjeldby fik deres aktuelle økonomi til at mødes med deres drømme og planer for fremtiden på en helt anden måde, end de havde regnet med.

"De fandt ud af, at de ikke nødvendigvis behøvede at blive boende i deres hus. Ved at sælge kunne de omsætte friværdien til noget, der for dem var mindst lige så værdifuldt: Friheden til selv at bestemme over de kommende år, og efter lidt betænkningstid tog de springet og satte deres hus til salg," fortæller Anette Kjeldby.

> Det handler om frihed. Og når kunderne ser deres egne tal sort på hvidt, så sker der ofte noget.
>
> Anette Kjeldby, rådgiver i Nordea

Tag samtalen i tide

I dag har parret boet til leje i en lejlighed på Amager i et års tid. Selvom huslejen er højere end deres tidligere boligudgifter, har de kunnet betale forskellen med nogle af de penge, de har tjent på at investere to millioner kroner fra salget af huset. Og snart flytter de ind i den andelsbolig, de har drømt om – og de kan købe den kontant og stadig have råd til andre ting, der har betydning for dem.

"Dermed handler deres økonomi ikke længere kun om mursten, lån og opsparing. Den handler om nye muligheder. Om at kunne prioritere rejser og oplevelser, hjælp til deres børn og om at kunne stoppe med at arbejde, når tidspunktet føles rigtigt, frem for når økonomien dikterer det," fortæller Anette Kjeldby, der både vil opfordre kollegaer og kunder til at tage de gode samtaler i tide.

"Der sker jo ikke noget ved at tale om sine drømme for fremtiden, og ofte er der også brug for at tænke over, om man ønsker at gå til højre eller venstre," siger Anette Kjeldby.

Uanset tidspunkt og retning kan I også få hjælp fra bankens investerings- og formuerådgivere, så pengene kan optimeres, og pensionen planlægges optimalt: Hvor meget har I at gøre godt med? Hvad skal udbetales hvornår? Hvordan spiller jeres opsparing sammen med pensionerne? Og hvordan får I mest muligt ud af jeres samlede økonomi i forhold til jeres drømme og planer?

"Jeg skal ikke fortælle kunderne, hvordan de skal leve deres liv. Men jeg bliver glad langt ind i sjælen, når jeg sammen med mine kollegaer kan hjælpe dem med at få deres økonomi til at understøtte det liv, de gerne vil leve – og give dem friheden til selv at vælge," siger Anette Kjeldby.

Sådan kan Nordea hjælpe dig i forbindelse med din pensionsplanlægning

Samling af dine pensioner: Nordea hjælper med at flytte og samle dine spredte pensionsordninger ét sted, så du sparer gebyrer.

Gennemgang af dine personlige tal: Rådgiveren giver konkrete råd om, hvad der skal til, for at din formue passer til dine fremtidsdrømme.

Plan for udbetalinger: Du får en præcis plan for, i hvilken rækkefølge dine penge skal udbetales, så du betaler mindst muligt i skat og undgår modregning i folkepensionen.

Investering af opsparingen: Nordea sørger for, at dine penge er investeret rigtigt i forhold til din alder og din risikovillighed.

Inddragelse af boligen: Du kan få rådgivning om, hvordan friværdien i din bolig kan bruges som en del af din økonomi som pensionist.

Personlig rådgivning: Du kan booke onlinemøder eller fysiske møder for at tilpasse planen løbende, efterhånden som du nærmer dig pensionsalderen.

Hvis du ønsker et pensionstjek, kan du læse mere her - hvor du også kan booke et møde med en rådgiver.

På Nordeas hjemmeside kan du også beregne, hvor meget dine penge kan vokse ved løbende investeringer.

Boligøkonomens hjørne

Ny rente ved årsskiftet: Her er regningen til boligejerne

Lise Nytoft Bergmann
12-10-2026 | 2 min læsetid

Årsskiftet nærmer sig, og for mange boligejere betyder det, at de skal have ny rente på deres realkreditlån





Boligøkonomens hjørne

Jeg hedder Lise Nytoft Bergmann og er chefanalytiker og boligøkonom i Nordea Kredit. Mit fokusområde er bolig- og rentemarkedet, og gennem statistik og analyser deler jeg ud af min viden om emner med betydning for danske boligejere og boligkøbere.

Her kan du læse lidt mere om mig.

Boligejerne holder vejret frem mod jul

Årsskiftet nærmer sig, og for mange boligejere betyder det mere end konfetti, krudt og kransekage. Den 1. januar får de nemlig ny rente på deres realkreditlån.

Boligejere med Kort Rente-lån er vant til øvelsen, da renten justeres hvert halve år, mens det for boligejere med F3- og F5-lån kun sker hvert tredje eller femte år.

Fælles for de boligejere, der får ny rente 1. januar 2027, er dog, at de formentlig følger udviklingen med større spænding end normalt. I 2026 har rentemarkederne nemlig budt på kraftige bølgeskvulp, og den overordnede bevægelse har været op.

Følg med i Nordeas renteprongose her.

Kort Rente bevæger sig mod 3 procent

I første halvår af 2026 blev renten på Kort Rente-lån fastsat til omkring 2,4 pct. I andet halvår steg den til cirka 2,6 pct, og når lånene skal have ny rente ved årsskiftet, forventer jeg, at den lander omkring 3,0 pct.

Renten fastsættes den 23. december på baggrund af den såkaldte CITA6-rente, hvortil der lægges et rentetillæg på typisk 0,5-0,6 procentpoint. Da CITA6-renten aktuelt ligger tæt på 2,3 pct., forudsætter prognosen, at markedsrenterne kun stiger marginalt frem mod jul.

Holder prognosen, vil den månedlige betaling stige med omkring 100 kr. efter skat pr. lånt million for lån med afdrag og omkring 200 kr. for lån uden afdrag.

Tjek Nordeas beregner: Hvad koster det at låne i friværdien i min bolig?

F3-låntagerne kan få en mindre lettelse

F3- og F5-renterne fastsættes allerede ved realkreditinstitutternes obligationsauktioner i november. Her forventer jeg en rente på cirka 3,1 pct. for F3-lån og 3,2 pct. for F5-lån.

Forskellen mellem de tre lånetyper bliver dermed beskeden som følge af den lille renteforskel, men boligejere med F3- og F5-lån har selvfølgelig en længere sikkerhed mod rentestigninger.

For mange F3-lånere kommer refinansieringen faktisk som en god nyhed. Deres nuværende rente blev fastsat ved årsskiftet til 2024, hvor renteniveauet var højere end i dag. Hvis prognosen holder, vil den månedlige betaling derfor falde med omkring 100 kr. efter skat pr. lånt million for lån med afdrag og omkring 200 kr. for afdragsfrie lån.

Det er ikke beløb, der ændrer privatøkonomien mærkbart, men efter flere år med høje renter vil selv en let medvind blive hilst velkommen i mange familier.

F5-låntagerne får den største regning

Historien ser helt anderledes ud for de boligejere med F5-lån. Deres nuværende rente blev fastsat op mod årsskiftet til 2022, lige inden renterne for alvor begyndte at stige efter en lang årrække, hvor de havde ligget tæt på nul.

F5-lånerne har derfor haft en usædvanlig billig finansiering gennem de seneste fem år, men ved årsskiftet møder de virkeligheden på dagens rentemarked.

Hvis renten på F5-lånet fastsættes til de forventede cirka 3,2 pct., vil ydelsen stige med cirka 600 kr. efter skat pr. lånt million, hvis lånet er med afdrag og med næsten 1.700 kroner pr. lånt million, hvis lånet er afdragsfrit. For denne gruppe er refinansieringen derfor et reelt gearskifte i privatøkonomien.

Rentemarkedet minder om Prinsessen på ærten

Rentemarkederne er i øjeblikket mere følsomt end Prinsessen på ærten. Nye inflationstal, ændringer i energipriserne eller blot udsigten til diplomatiske forhandlinger i Mellemøsten kan flytte renterne både hurtigt og hårdt, og rentestrategerne er da heller ikke enige om retningen.

I Nordea forventer vi færre renteforhøjelser fra centralbankerne end markedet gør, og hvis markedet får ret, kan renterne derfor ende højere end i mine prognoser. Risikoen ligger med andre ord på opsiden.