

Bratislava 30. apríl 2026  
SSN  
RČ:

Meno a priezvisko  
Adresa

## DÔCHODKOVÁ PROGNÓZA<sup>1</sup>

### K 31. decembru 2025 ste získali

obdobie dôchodkového poistenia v rozsahu:  
odpracované obdobie v rozsahu:

Hodnota Vášho priemerného osobného mzdového bodu<sup>3</sup>  
k 31. decembru 2025:

Váš predpokladaný dôchodkový vek:<sup>4</sup>

Váš predpokladaný dôchodok z I. piliera bude mesačne:

K 31. decembru 2025 ste boli sporiteľom v  dôchodková  
správcovská spoločnosť, a.s. a Váš predpokladaný dôchodok z II. piliera  
bude mesačne:

Váš predpokladaný dôchodok spolu z I. a II. piliera bude mesačne:

V roku 2028, v ktorom dovrišite predpokladaný dôchodkový vek, bude Váš dôchodok predstavovať  
približne **51 %** z Vašich hrubých príjmov.

44 rokov a 41 dní

40 rokov a 102 dní<sup>2</sup>

1,0021

63 rokov a 10 mesiacov

843 eur<sup>5</sup>

76 eur

919 eur

**Obdobie dôchodkového poistenia** je jedným zo základných parametrov, ovplyvňujúcich vznik nároku na dôchodok, ako aj sumu dôchodku. Poistenec musí na nárok na starobný dôchodok získať najmenej 15 rokov obdobia dôchodkového poistenia.

**Odpracované obdobie** sa sleduje ako jedna z podmienok vzniku nároku na predčasný starobný dôchodok v prípade, ak si poistenec podal žiadosť o priznanie predčasného starobného dôchodku na základe odpracovaného obdobia.

**Aktuálna hodnota priemerného osobného mzdového bodu** je kľúčový parameter pri výpočte sumy starobného dôchodku, sumy predčasného starobného dôchodku. Predstavuje úroveň zárobkov počas pracovnej kariéry poistenca voči priemernej mzde.

**Suma predpokladaného mesačného starobného dôchodku spolu z I. piliera a II. piliera** (v reálnych cenách) upravená o očakávaný vývoj inflácie v budúcnosti.

<sup>1</sup> Prognózy dôchodku sú len informatívne a môžu sa líšiť od konečnej sumy dôchodku.

<sup>2</sup> Odpracované obdobie sa sleduje ako jedna z podmienok vzniku nároku na predčasný dôchodok po získaní potrebného odpracovaného obdobia.

<sup>3</sup> Priemerný osobný mzdový bod je jeden z parametrov pre výpočet sumy dôchodku. Predstavuje úroveň zárobkov počas celej pracovnej kariéry voči priemernej mzde. Ak zárobky poistenca počas celého života sú približne vo výške priemernej mzdy, jeho priemerný osobný mzdový bod bude približne 1.

<sup>4</sup> Skutočný dôchodkový vek môže byť znížený napríklad v závislosti od počtu vychovaných detí. Na účely vyhotovenia dôchodkovej prognózy sa dôchodkový vek znižuje žene po dovriešení 50. roku veku na základe počtu detí evidovaných v registri fyzických osôb, ktoré dovrišili vek 6 mesiacov (zohľadňujú sa najviac 3 deti). Neposudzujú sa splnenie podmienky výchovy dieťaťa podľa zákona (je splnenie sa bude posudzovať až pri rozhodovaní o dôchodku). Ak už Sociálna poisťovňa poistencovi určila dôchodkový vek, použije sa tento určený dôchodkový vek.

<sup>5</sup> Sumy v dôchodkovej prognóze sú uvedené v reálnych cenách, ktoré zohľadňujú očakávaný vývoj inflácie v budúcnosti.

### Základná prognóza



	Pesimistický scenár	Základný scenár	Optimistický scenár
I. pilier	843 eur	843 eur	843 eur
II. pilier	56 eur	76 eur	98 eur
Spolu	899 eur	919 eur	941 eur

Prognóza dôchodku sa vyhotovuje v troch scenároch – optimistický, pesimistický a základný – pre lepšie pochopenie, ako by sa Váš budúci dôchodok mohol meniť v závislosti od vývoja ekonomiky. Ak ekonomika zažije pomalší rast, Vaše budúce mzdy a dôchodok môžu byť nižšie. Naopak, ak bude rast ekonomiky rýchlejší, môžete očakávať vyššie budúce mzdy a dôchodok. Ak sa všetko bude vyvíjať podľa súčasných predpokladov, Váš dôchodok bude približne na úrovni základného scenára.

**Suma predpokladaného mesačného starobného dôchodku spolu z I. piliera a II. piliera (v reálnych cenách) upravená o očakávaný vývoj inflácie v budúcnosti.**

**Alternatívna prognóza v závislosti od toho, kedy sa rozhodnete odísť do dôchodku**

Aby ste mali nárok na predčasný dôchodok, je potrebné splniť niekoľko zákonných podmienok. Jednou z nich je, že celková suma Vášho predčasného dôchodku z I. piliera spolu s predčasným dôchodkom z II. piliera musí byť vyššia ako 1,6-násobok sumy životného minima ustanoveného pre jednu plnoletú fyzickú osobu. K 18. júlu 2026 táto suma predstavuje pravdepodobne približne 475,98 eur. Ak túto hranicu neprekročíte, nebude Vám predčasný dôchodok priznaný.

	Predčasný dôchodok	Dôchodok k dôchodkovému veku	Dôchodok dva roky po dovŕšení dôchodkového veku
I. pilier	790 eur	840 eur	1 010 eur
II. pilier	61 eur	76 eur	94 eur
Spolu	851 eur	916 eur	1 104 eur

Nárok na predčasný dôchodok z I. piliera a predčasný dôchodok z II. piliera by Vám mohol vzniknúť najskôr od 18. júla 2026, priznaný však môže byť najskôr odo dňa podania žiadosti, za predpokladu, že budú splnené všetky zákonom ustanovené podmienky.

Suma predčasného dôchodku z I. piliera sa doživotne kráti, a to o 0,5 % za každých začatých 30 dní odo dňa vzniku nároku na predčasný dôchodok do dovŕšenia dôchodkového veku.

Ak sa rozhodnete pracovať aj po dovŕšení dôchodkového veku bez poberania dôchodku, bude Váš dôchodok z I. piliera naopak zvýšený o 0,5 % za každých 30 dní dôchodkového poistenia získaného po dovŕšení dôchodkového veku.

**Alternatívna prognóza sumy predčasného starobného dôchodku a starobného dôchodku dva roky po dovŕšení dôchodkového veku** – túto alternatívnu prognózu má v dôchodkovej prognóze poistenec, ktorý môže do dvoch rokov splniť podmienky nároku na predčasný starobný dôchodok (neskúma sa ale podmienka, či suma predpokladaného predčasného starobného dôchodku vychádza vyššia ako 1,6 násobok životného minima).

**Suma predpokladaného mesačného starobného dôchodku spolu z I. a II. piliera dva roky po dovŕšení dôchodkového veku** – ide o situáciu, ak by poistenec začal poberať starobný dôchodok až dva roky po dovŕšení dôchodkového veku.

## Ďalšie informácie

Dodatočný príjem na dôchodku je možné získať aj prostredníctvom rôznych finančných produktov. Štát podporuje dobrovoľné sporenie na dôchodok formou daňových úľav cez doplnkové dôchodkové sporenie a celoeurópsky osobný dôchodkový produkt.

Dôchodková prognóza vychádza z aktuálneho legislatívneho nastavenia, ktoré sa môže do dovŕšenia dôchodkového veku poistenca zásadne zmeniť.

Ak ste pracovali aj v Českej republike, doby zabezpečenia získané pred dňom rozdelenia Českej a Slovenskej Federatívnej Republiky sa považujú za doby zabezpečenia toho štátu, na ktorého území mal k 31. decembru 1992 alebo naposledy pred týmto dňom zamestnávateľ občana sídlo alebo občan trvalý pobyt.

Na dôchodkové účely sa započítava aj štúdium na strednej škole a vysokej škole v období pred 1. januárom 2004, ale spravidla až po skončení povinnej školskej dochádzky, a to od 1. septembra školského roka, ktorý nasleduje po školskom roku, v ktorom došlo k ukončeniu povinnej školskej dochádzky.

**Dôchodková prognóza vychádza z údajov o období dôchodkového poistenia, ktoré ste získali do 31. decembra 2025 a ktoré Sociálna poisťovňa o Vás evidovala k 15. februáru 2026.**

Medzi obdobie, ktoré Sociálna poisťovňa nemusí mať vo svojom informačnom systéme, najčastejšie patrí obdobie pred rokom 2004, napríklad obdobie štúdia, vedenia v evidencii nezamestnaných, či vojenskej služby alebo obdobie získané prácou v cudzine. **Doklady o chýbajúcom období môžete doručiť Sociálnej poisťovni kedykoľvek počas roka osobne, poštou alebo do elektronickej schránky.**

### Dôchodková prognóza v Elektronickom účte poistenca

Dôchodkovú prognózu, ako aj prehľad evidovaných období, z ktorých prognóza vychádza, nájdete vo Vašom Elektronickom účte poistenca (EUP). EUP poskytuje klientovi Sociálnej poisťovne široký prehľad nielen o jeho dôchodkových záležitostiach, ale aj o všetkých oblastiach jeho sociálneho poistenia. Umožňuje mu získať a sledovať dôležité informácie bez návštevy pobočky alebo žiadostí v listinnej podobe. Oboznámte sa s informáciami o Vašom sociálnom poistení, ktoré sa aktuálne nachádzajú vo Vašom EUP.

Viac informácií nájdete na stránke [www.socpoist.sk/nastroje-sluzby/elektronicky-ucet-poistenca](http://www.socpoist.sk/nastroje-sluzby/elektronicky-ucet-poistenca).

Ak si želáte dôchodkovú prognózu sprístupniť výlučne prostredníctvom EUP, túto skutočnosť je potrebné oznámiť Sociálnej poisťovni osobne, písomne alebo prostredníctvom Vášho EUP.

Dôchodková prognóza sa zasiela každých 5 rokov až do dovŕšenia 50 rokov veku poistenca, následne sa zasiela každoročne.

Na stránkach [www.socpoist.sk](http://www.socpoist.sk) a [www.employment.gov.sk](http://www.employment.gov.sk) môžete získať ďalšie informácie o dôchodkovom poistení a o starobnom dôchodkovom sporení, vzťahu medzi platením odvodov na sociálne poistenie (napríklad v prípade skončenia zamestnania, materskej dovolenky alebo rodičovskej dovolenky alebo v rámci vykonávania činností ako samostatne zárobkovo činná osoba) a sumou Vášho dôchodku, druhoch a formách dôchodkov v II. pilieri a iné dôležité informácie.

**Dôležitá informácia pre poistenca** – dôchodková prognóza nie je záväzná a má iba informatívny charakter. Vychádza z aktuálnej legislatívy, ktorá sa do dosiahnutia dôchodkového veku poistenca môže zásadne zmeniť.

**Doklady o chýbajúcom období** – v prípade, ak poistenec zistí, že v evidencii Sociálnej poisťovne mu chýba určité obdobie dôchodkového poistenia, tak v tejto časti nájdete informácie o možnostiach doručenia dokladov preukazujúcich chýbajúce obdobie dôchodkového poistenia.

**Dôchodková prognóza v Elektronickom účte poistenca** – v tejto časti má poistenec informáciu o tom, že dôchodkovú prognózu má sprístupnenú aj v Elektronickom účte poistenca. Ak ešte nemá Elektronický účet poistenca aktivovaný, môže tak urobiť na základe inštrukcií uvedených v priloženom odkaze na webovej stránke Sociálnej poisťovne.

Vaša Sociálna poisťovňa