



Pensjonistforbundet

VEILEDNINGSHEFTE

Samarbeidsutvalg

Bokmål

**En veileder for
samarbeid mellom
lokalforeningene i en
kommune.**



Innhold

Innledning	6
Hva er et samarbeidsutvalg	6
Formålet	7
Handlingsprogrammet legger føringene	7
Samarbeidsutvalgets plassering og rolle	8
Pensjonistforbundet – nasjonalt nivå (tilitsvalgte)	8
Pensjonistforbundet – fylkesnivå (tilitsvalgte)	9
Pensjonistforbundet – lokalforeninger (tilitsvalgte)	9
Kommunen – eldreråd (folkevalgte)	9
Politikerne (folkevalgte)	9
Media	9
Oppnevning av representanter/medlemmer i samarbeidsutvalget	10
Eldreråd og samarbeidsutvalg – hvem gjør hva?	11
Hva er et eldreråd?	11
Hvilke saker jobber et eldreråd med?	11
Hva er et samarbeidsutvalg?	11
Hvilke saker er samarbeidsutvalget opptatt av?	11
Samarbeidsutvalgets oppgaver og ansvar	13
Kommune og lokalforening	13
Samarbeidsavtale	13
Økonomi	13
Protokoll	13
Årsrapport	13
Hvordan komme i gang	14
Sluttkommentar	15
Forkortelser og lenker	15
Pensjonistforbundets organisasjonskart	16
Mal for samarbeidsavtale	18
Mal aktivitetsplan	20
Tipsliste for kontakt med media	21

Innledning

Pensjonistforbundet jobber for å gi landets pensjonister en tydelig stemme, med visjonen TYDELIG – STERK – SYNLIG. Sentralt har organisasjonen opparbeidet seg denne posisjonen, mens lokalforeningene ofte er mest opptatt av sosiale aktiviteter.

I kommuner der det er flere pensjonistforeninger, kan det etableres samarbeidsutvalg mellom foreninger som ønsker det. Et slikt samarbeidsutvalg kan bidra til en tydeligere og mer samlet stemme inn mot kommunen og forenkle informasjonsstrømmen mellom kommunen og pensjonistforeningene.

Samarbeidsutvalget er ment å være et supplement til lokalforeningene, som bistår foreningene med et tettere samarbeid på aktuelle områder. Samarbeidsutvalget er ikke noe nytt styringsnivå, lokalforeningene vil fortsatt være selvstendige enheter som i dag. Det er viktig at samarbeidsutvalget er godt forankret i lokalforeningen.

Denne veilederen er ment å være til hjelp ved etablering og drift av lokale samarbeidsutvalg. I tillegg finner dere noen tips og råd om hvordan et samarbeidsutvalg kan få innflytelse inn mot kommunen.

Hva er et samarbeidsutvalg?

Samarbeidsutvalget skal være en arena for samarbeid mellom Pensjonistforbundets lokalforeninger i kommunen og organisasjoner som er kollektivt tilsluttet Pensjonistforbundet.

Samarbeidsutvalget skal ta opp og diskutere eldrepoliske saker og være lokalforeningenes og de eldre talerør inn mot kommunen, både gjennom eldrerådet og direkte mot lokalpolitikkere og administrasjon.

Samarbeidsutvalget er et rådgivende utvalg som tar opp de sakene som lokalforeningene eller samarbeidsutvalget selv mener det er aktuelt å ta opp.

Utvalget kan planlegge og arrangere felles temamøter og sosiale aktiviteter for lokalforeningene som er tilsluttet.

SAKO bør trekkes inn i arbeidet mot kommunale myndigheter der dette er naturlig. Viser til egen avtale mellom Pensjonistforbundet og SAKO.

Formålet

Samarbeidsutvalget skal tydeliggjøre, styrke og synliggjøre Pensjonistforbundets eldrepolitikk på lokalt nivå og legge til rette for at medlemmer og andre som er opptatt av eldrepolitiske aktiviteter/diskusjoner kan møtes.

Utvalget bør søke å ha temaer og innhold på sine møter som også kan tiltrekke seg andre interesserte frivillige organisasjoner til samarbeid.



Handlingsprogrammet legger føringene

Pensjonistforbundets handlingsprogram og vedtekter er gjeldende for alle lokalforeninger og legger føringer for lokalforeningens prioriteringer og aktiviteter. Les disse godt før dere går i gang.



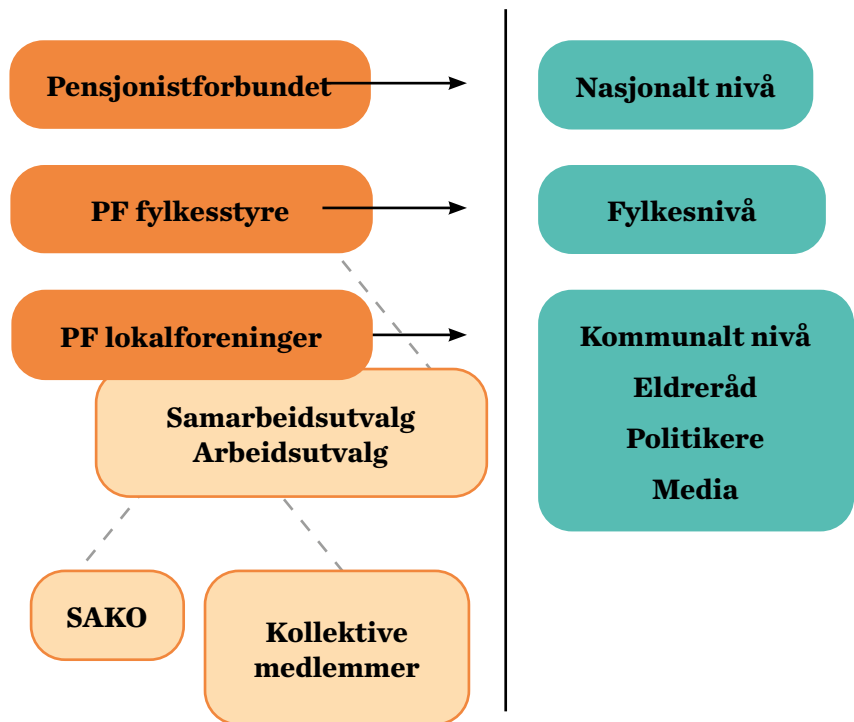
Samarbeidsutvalgets plassering og rolle

Samarbeidsutvalget skal være en synlig aktør på vegne av Pensjonistforbundets lokalforeninger i kommunen. Samarbeidsutvalget skal på vegne av lokalforeningene jobbe for å påvirke eldrepolitikken, fundert i Pensjonistforbundets handlingsprogram.

Pensjonistforbundet – nasjonalt nivå (tillitsvalgte)

Pensjonistforbundet er en partipolitisk nøytral interesseorganisasjon. Pensjonistforbundet skal arbeide for å bedre de eldre og uføres situasjon i samfunnet, gjennom politisk innflytelse både på nasjonalt, fylkes- og kommunalt nivå, jfr. Pensjonistforbundets vedtekter §1 – Formål.

I Pensjonistforbundets handlingsprogram sier våre medlemmer klart fra hvilken eldrepolitikk som bør føres i Norge. Pensjonistforbundets arbeidsform er å finne støtte fra de politiske partiene fra sak til sak. Pensjonistforbundet jobber hele tiden for et godt samarbeid med alle partier på Stortinget.



Pensjonistforbundet – fylkesnivå (tillitsvalgte)

Pensjonistforbundets fylkesforeningers formål er å samle alle lokale pensjonistforeninger i fylket/regionen til aktivt å arbeide for å fremme og ivareta medlemmenes interesser, jfr. Pensjonistforbundets handlingsprogram og vedtektene for fylkesforeninger tilsluttet Pensjonistforbundet §1 – Formål.

Fylkesforeningene bør søke samarbeid med og inngå en samarbeidsavtale med fylkeskommunen. Samarbeidsavtalen bør blant annet inneholde en gjensidig forpliktelse og beskrivelse av roller, oppgaver og ansvar for begge parter.

Pensjonistforbundet – lokalforeninger (tillitsvalgte)

Pensjonistforbundets lokalforeninger skal jobbe for å samle alle pensjonister i en enhet, og aktivt verne om medlemmenes interesser, jfr. Pensjonistforbundets vedtekter side 19 §1 – Retningslinjer foreninger tilsluttet Pensjonistforbundet.

Pensjonistforbundets lokalforeninger er en meget viktig aktør i kommunen for saker som berører de eldre og uføre.

Pensjonistforbundets lokalforeninger vil møte kommunen på to plan; de folkevalgte som prioriterer og setter mål og prinsipper, og administrasjonen som utreder og foreslår. Kommunene har forskjellig grad av delegering av oppgaver fra de folkevalgte til administrasjonen. Dette påvirker lokalforeningenes arbeid og hvordan de bør legge opp samspillet med kommunen.

Kommunen – eldreråd (folkevalgte)

Eldrerådet er et rådgivende organ for kommunen i alle saker som gjelder eldre. I Forskrift for kommunale og fylkeskommunale råd §2 står det blant annet:

- Rådene har rett til å uttale seg i alle saker som gjelder henholdsvis eldre, personer med

funksjonsnedsettelse og ungdom. Slike saker skal kommunestyret, fylkestinget eller andre folkevalgte organer forelegge for rådene.

- Kommunestyret og fylkestinget skal etablere rutiner som sikrer at rådene mottar sakene på et så tidlig tidspunkt i saksbehandlingen at uttalelsene fra rådene har mulighet til å påvirke utfallet av saken. Rådene kan også ta opp saker på eget initiativ. Uttalelsene skal følge saksdokumentene til det kommunale eller fylkeskommunale organet som avgjør saken endelig.

Pensjonistforbundet har laget et webbasert kurs for dem som sitter i eldrerådene – dette er også aktuelt for representantene i samarbeidsutvalgene.

Politikerne (folkevalgte)

Det er viktig at samarbeidsutvalget gjør seg kjent med de formelle politiske prosessene i kommunen. Det er viktig fordi det er her de korte og langsiktige planer og budsjetter besluttes, og det er her det tas beslutninger som berører de eldre og uføre.

Media

Media kan støtte opp om samarbeidsutvalgets arbeid mot kommunen. Det er viktig å ha et ryddig og bevisst forhold til media.

TIPS

Tips for kontakt med media finner dere på side 21 i heftet.



Oppnevning av representanter/ medlemmer i samarbeidsutvalget

Samarbeidsutvalget oppnevnes av lokalforeningene, gjerne i nært samarbeid med fylkesforeningens styre straks etter årsmøtene i lokalforeningene.

Hver lokalforening peker ut to personer til samarbeidsutvalget. I tillegg kan det, om nødvendig, opprettes et arbeidsutvalg som leder og uttaler seg på vegne av Samarbeidsutvalget mellom møtene.

Samarbeidsutvalget konstituerer seg med leder og sekretær som velges blant utvalgets medlemmer.



Eldreråd og samarbeidsutvalg

– hvem gjør hva?

For bedre å forstå ulikheten mellom eldreråd og samarbeidsutvalg, følger her en kort beskrivelse av roller, oppgaver og ansvar.

Hva er et eldreråd?

Kilde: *Hva er et eldreråd? regjeringen.no*

- Eldrerådet er et rådgivende organ i kommuner og fylkeskommuner
- Formålet med eldrerådet er å bidra til å sikre en bred, åpen og tilgjengelig medvirkning i saker som gjelder eldre
- Forankret i kommuneloven
- Regnes som folkevalgte
- Samme rettigheter og plikter som andre folkevalgte
- Rett til å bli tidlig involvert og uttale seg i alle saker som gjelder eldre, og rett til å ta opp saker på eget initiativ.

Hvilke saker jobber et eldreråd med?

- Årsbudsjett og økonomiplaner
- Plansaker, lokaliseringssaker, byutvikling og nærmiljøutvikling
- Boligutbygging og reguleringsaker
- Helse, pleie og omsorg, herunder folkehelse og forebyggende tiltak
- Kultur, idrett og friluftsliv
- Frivillighetspolitikk
- Tilsynssaker
- Digitalisering
- Medvirkning og eldre som ressurs
- Årsmeldinger og rapporter innen saksområder som gjelder eldre
- Andre aktuelle saker

Hva er et samarbeidsutvalg?

Kilde: *Vedtekter og Handlingsprogram*

- Samarbeidsutvalget er et rådgivende utvalg for lokalforeningene
- Formålet med Samarbeidsutvalget er å tydeliggjøre, styrke og synliggjøre Pensjonistforbundets eldrepolitikk på lokalt nivå
- En arena hvor medlemmer og andre kan møtes for eldrepolitiske aktiviteter/ diskusjoner
- Pensjonistforbundets handlingsprogram legger føringer
- Regnes som tillitsvalgte – følger Pensjonistforbundets gjeldende vedtekter

Hvilke saker er Samarbeidsutvalget opptatt av?

1. Politisk innflytelse
 2. Økonomi og arbeidsliv
 3. Trygg alderdom
 4. Aktivitet og deltakelse
- I tillegg til handlingsprogrammet lages årlige aktivitetsplaner på alle nivåer.
 - Aktivitetsplanene vil legge føringer for hvilke saker vi skal jobbe med i forbundet påfølgende år, lokalt, fylkesvis og på nasjonalt nivå.
 - Pensjonistforbundet lokalforeninger har forslagsrett til medlemmer i eldrerådene, men kommunestyret bestemmer størrelse og sammensetning.

Det er viktig å huske på at samarbeidsutvalgene er Pensjonistforbundets egne rådgivende organer, mens eldrerådene er kommunens rådgivende organ.

Pensjonistforbundet (og andre organisasjoner) har forslagsrett til medlemmer i eldrerådene, men kommunene har ingen plikt til å følge forslag som eldrerådet kommer med. Selv om det er vanlig at kommunene spør Pensjonistforbundet, og Pensjonistforbundet som regel får med et eller flere medlemmer i eldrerådene, så er dette ingen rettighet. Det finnes eldreråd der Pensjonistforbundet ikke er representert.

Eldrerådene er et folkevalgt organ (selv om det er kommunestyret som utpeker medlemmene). Det gir rådene langt flere rettigheter overfor kommunene enn samarbeidsutvalgene har. De har både rett til å bli involvert («gi råd») og rett til å bli involvert tidlig (så de kan påvirke utfallet av saker), samt rett til ta opp saker selv (jf. forskriften §2):

«Rådene har rett til å uttale seg i alle saker som gjelder henholdsvis eldre, personer med funksjonsnedsettelse og ungdom. Slike saker skal kommunestyret, fylkestinget eller andre folkevalgte organer forelegge for rådene.

Kommunestyret og fylkestinget skal etablere rutiner som sikrer at rådene mottar sakene på et så tidlig tidspunkt i saksbehandlingen, at uttalelsene fra rådene har mulighet til å påvirke utfallet av saken. Rådene kan også ta opp saker på eget initiativ.»



Samarbeidsutvalgets oppgaver og ansvar

Samarbeidsutvalget må gjøre seg kjent med både kommunens og lokalforeningenes arbeid.

Kommunen

- Kjenne til kommunes strategiplaner/ styringsdokumenter
- Kjenne til hvem kan søke og hvordan søke om samarbeidsavtale med kommunen.
- Kjenne til programmet «Et aldersvennlig samfunn» og «Aldersvennlig kommune» som er en del av kvalitetsreformen «Leve hele livet».

Eldrerådet

- Kjenne til og følge med på møter og saksliste, gi innspill på viktige saker
- Invitere personer fra eldrerådet for å orientere om viktige saker og gi innspill direkte
- Ta opp saker som er av felles interesse for lokalforeninger, de kollektivt tilsluttede organisasjoner og SAKO

Lokalforeningen

- Kjenne til lokalforeningenes arbeid og synliggjøre dette.
- Kjenne til lokalforeningenes aktivitetsplaner og kommunenes årshjul – se dette i sammenheng med samarbeidsutvalget årshjul.
- Kjenne til Helseutvalget i fylket med tanke på samarbeid og felles innspill mot kommunen.
- Planlegge og arrangere lokale tema- og foredragskvelder, vervekampanjer, politiske aktiviteter o.l.

Samarbeidsutvalget skal være aktivt i nærmiljøet. Lokalforeningene skal utarbeide retningslinjer for i hvilke sammenhenger / prosjekter / aktiviteter det er aktuelt å bruke samarbeidsutvalget.

Det er viktig at lokalforeningene avklarer hvilke fullmakter som skal legges til samarbeidsutvalget, eks. i hvilke saker kan samarbeidsutvalget uttale seg osv. Samarbeidsutvalget må kunne forutsette at de uttaler seg på vegne av de lokale pensjonistforeningene samlet.

Samarbeidsutvalget vil i noen sammenhenger kunne ta rollen som diskusjonspartner mot kommunen for lokalforeningene.

Samarbeidsavtale

Det bør inngås en samarbeidsavtale mellom lokalforeningene og samarbeidsutvalget. Det er flere grunner til at det er en fordel. En avtale bidrar til en klargjøring av viktige prinsipper og gjensidige krav og forventninger som skal ligge til grunn for samarbeidet. Samarbeidsavtalen må forankres i de respektive lokalforeningene. «Mennesker kommer og går, avtaler består»

TIPS

Mal for samarbeidsavtale finner dere på side 18 og 19 i heftet.

Økonomi og regnskap

Samarbeidsutvalget er en del av lokalforeningene og styres av lokalforeningene. Samarbeidsutvalget skal ikke ha kasserer eller føre egne regnskap. Alle utgifter og inntekter knyttet til samarbeidsutvalget, administreres og regnskapsføres av lokalforeningene etter en intern avtale.

Protokoll

Det skal føres protokoll fra møter. Protokollene skal være tilgjengelige for de foreninger som er tilsluttet samarbeidsutvalget.

Årsrapport

I løpet av januar sender samarbeidsutvalget en rapport for foregående år. Årsrapporten sendes lokalforeninger, kollektivt tilsluttede organisasjoner og SAKO, med kopi til fylkestyrene. Årsrapporten skal legges fram for årsmøtet i de tilsluttede foreninger til orientering.

Hvordan komme i gang

I kommuner med flere lokalforeninger, men også der hvor det kun er en forening, bør det vurderes å opprette samarbeidsutvalg sammen med andre aktører som jobber med aktiviteter rettet mot eldre og uføre.

Initiativet til å etablere et samarbeidsutvalg kan skje:

- ved at et lokallag inviterer de andre lagene i kommunen til å starte opp
- ved at et lokallag kontakter fylkesforeningen og ber om bistand
- ved at fylkesforeningen inviterer lokallagene til et kartleggingsmøte

Ved etablering av et samarbeidsutvalg anbefaler vi å dele arbeidet inn i fire trinn. Dette er viktig med tanke på forankring, tillit, engasjement og å få etablert et godt eierforhold til rollen og oppgavene.

TIPS

Mal for aktivitetsplan for samarbeidsutvalet finner du på side 20 i heftet.

Trinn 1: Kartlegge – behov og muligheter

Møte mellom lokalforeningene og fylkesforeningen – hensikt:

- Avklare behov og ta initiativet til etablering av samarbeidsutvalg med aktuelle lokalforeninger
- Samle inn nødvendig informasjon
- Diskutere felles forståelse for utfordringer
- Involvering - hvem skal delta m.v.
- Presentasjon av metode og gjennomføring

Trinn 3: Etablere samarbeidsutvalget

Møte med representantene som danner samarbeidsutvalget – hensikt:

- Avklare forventninger
- Konstituering, velge leder og sekretær
- Gjennomgang av arbeidsoppgaver
- Gjennomgang av kontaktform og møter
- Utarbeide aktivitetsplan

Trinn 2: Planlegge innsalgs-/informasjonsmøter med lokalforeningene

Møte med aktuelle lokalforeninger – hensikt:

- Informere, skape entusiasme, avklare, komme med innspill til arbeidet videre
- Samle ressurspersoner
- Skape entusiasme og vilje til å utvikle
- Etablere enighet
- Avtale etableringsdato for samarbeidsutvalg

Trinn 4: Oppfølging av samarbeidsutvalget

Møte mellom samarbeidsutvalget og representant fra lokalforeningene – hensikt:

- Følge opp resultater
- Oppfølging av tiltak i aktivitetsplan
- Erfaringsutveksling og evaluering
- Sikre fremdrift av prosessen
- Definere nye aktiviteter – legge planer for videre arbeid – aktivitetsplan

Sluttkommentarer

Kommunene og lokalforeningene er forskjellige med hensyn til størrelse, kompetanse, ressurser og prioritering av oppgaver. Veilederen er ikke tilpasset ulikhetene, men tematikken og prinsippene er i hovedsak de samme i alle lokalforeninger.

Når samarbeidsutvalget er etablert er det viktig at dette blir kjent for kommunen og andre interessenter i kommunen.

Forkortelser og lenker

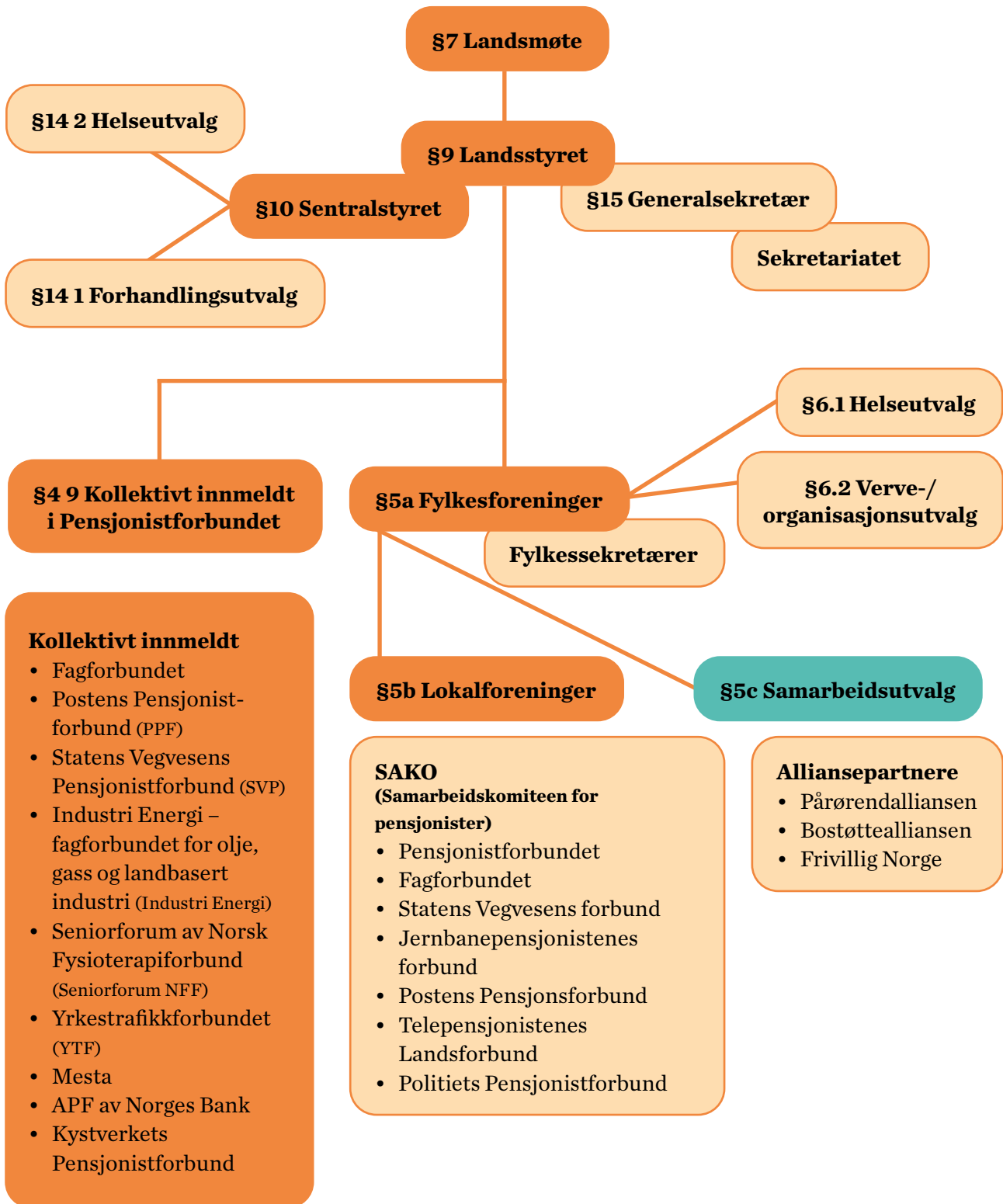
SAKO – Samarbeidskomite mellom offentlige pensjonistorganisasjoner, andre landsdekkende pensjonistorganisasjoner og Pensjonistforbundet.

Kilder/lenker

- [Pensjonistforbundets handlingsprogram og vedtekter](#)
- [Avtalen mellom Pensjonistforbundet og SAKO](#)
- [KS – Håndbok i aldersvennlig lokalsamfunn](#)
- [Leve hele livet – kvalitetsreform for eldre](#)
- [Inspirasjonshefte, samarbeid mellom frivillige og kommunen](#)
- [Plattform for samarbeid KS - frivilligheten](#)
- [Veileder for eldreråd](#)

Denne listen er ikke komplett. Flere lenker kan legges til av lokalforeningene om ønskelig.

Pensjonistforbundets organisasjonskart



Mal for samarbeidsavtale

Samarbeidsutvalg mellom PFs lokalforeninger i

Samarbeidsavtale mellom

Pensjonistforeningen

1. Forankring av avtalen

Samarbeidsavtalen er forankret i Pensjonistforbundets eldrepolitiske handlingsprogram og vedtekter § 5c samt Pensjonistforeningenes aktivitetsplaner.

2. Formål

Avtalen skal være et verktøy for å kunne planlegge og gjennomføre definerte aktiviteter, samt forplikte partene i felleskap å legge føringer for hvilke saker Samarbeidsutvalget skal jobbe med.

3. Oppgaver og ansvar

Lokalforeningene har en stor og omfattende aktivitet. Samarbeidsutvalget må gjøre seg kjent med både lokalforeningens og kommunens arbeide/aktiviteter. Viser til «Veiledningshefte for Samarbeidsutvalget».

4. Oppnevning og konstituering

Samarbeidsutvalget oppnevnes av lokalforeningene som peker ut 2 representanter som danner Samarbeidsutvalget. Representantene velges for 2 år. Samarbeidsutvalget konstituerer seg selv med leder og sekretær.

5. Samarbeidsutvalget møte- og kontaktform

Samarbeidsutvalget møtes minst 2 ganger i året eller når en av lokalforeningene ønsker det. Samarbeidsutvalget utarbeider så raskt som mulig et årshjul som fanger opp viktige møter i kommunen f.eks. planprosessen i kommunen og møter i eldrerådet med mer.

6. Pensjonistforbundets fylkesforeninger

Pensjonistforbundet Trøndelag gir administrativ støtte ved behov.

7. Samarbeidstiltak

Samarbeidsutvalgets aktiviteter er avhengig av pensjonistforeningenes lokale aktivitetsplaner. Samarbeidsutvalget kan i tillegg selv ta initiativet til og sette på dagsorden samfunnsaktuelle temaer / møter f.eks.:

- Debattmøter med temaer rettet mot pensjonistenes og uføretrygdedes rettigheter
- Stortingsvalg / kommunevalg/ fylkestingsvalg – invitere stortings-, fylkestings- og kommunepolitikere til debatt
- Ta initiativet til å samle lokalforeningene til idedugnader / erfaringsutveksling for blant annet å diskutere felles målsetninger
- Vervekampanjer

8. Økonomi og regnskap

Samarbeidsutvalget er en del av lokalforeningene og styres av lokalforeningene. Alle utgifter og inntekter knyttet til samarbeidsutvalget administreres / regnskapsføres av lokalforeningene etter en intern avtale.

9. Gyldighet

Avtalen gjelder fra det tidspunktet avtalen blir underskrevet av partene. Avtalen gjelder inntil en av partene skriftlig sier den opp. Avtalen kan endres dersom en av partene ønsker det og de andre er enige.

Underskrives2021

.....
LederPensjonistforening

.....
LederPensjonistforening

.....
LederPensjonistforening

.....
LederPensjonistforening

.....
LederPensjonistforening

.....
LederPensjonistforening

Mal aktivitetsplan

Samarbeidsutvalg for PF - lokalforeningene

Aktivitetsplan for år

Hva skal gjøres?	Hvordan skal det gjøres?	Hvem	Når
	Hensikten: Hva:		

Tipsliste for kontakt med media

Gjør gode forberedelser:

- Velg deg ut den eller de mediene (region- og lokalaviser, lokale/ regionale radiostasjoner) du ønsker å forsøke å få saken din inn i.
- Skriv gjerne ut saken slik at du har den foran deg når du ringer.
- Se om du kjenner til, eller klarer å finne fram til en journalist som har skrevet om temaet eldre tidligere. Hvis det ikke er mulig, spør du etter leder i nyhetsredaksjonen, som vil vise deg til rett person.
- Øv på å fortelle hva saken dreier seg om i korte trekk og med få setninger. Husk at du skal overbevise journalisten om at dette er en sak det er verdt å lage noe på – formuler gjerne en overskrift for deg selv, og vær engasjert, men positiv!
- Bruk Pensjonistforbundets nettside og faktaark som støtte og bakgrunn for budskapet du formulerer.

Ta en telefon:

- Når du har forberedt deg, er det på tide å ringe den journalisten eller redaksjonen du ønsker. Dette er ikke farlig, det verste som kan skje er at du får ett «nei». Da er det bare å gå videre på lista!
- Når du får en journalist på tråden, fremfører du saken din i korte trekk, som illustrert over. Om journalisten blir interessert, sier du at dere har skrevet en pressemelding som ikke er publisert ennå, som du kan sende journalisten. Be om journalistens navn, epostadresse og telefonnummer – og skriv dette ned. Spør om å få en tilbakemelding fra journalisten når vedkommende har fått saken på epost.
- Send over en epost som inneholder: **vedlegget med din sak, foto av fylkesleder** om du har og **kontaktdetaljer til fylkesleder** om journalisten vil gjøre eget intervju.

Ta for deg et medium av gangen, og husk at om du lover at noen aviser/ radiokanaler skal få saken eksklusivt, må du holde det løftet. Men om ikke noe slikt avtales, kan du sende saken til flere – dette er ofte noe journalisten vil spørre om.

Viktig med oppfølging

- Noen ganger har man flaks og møter en handlekraftig journalist som tar tak i saken med en gang. Men ofte må man følge opp før man får et «ja» eller «nei».
- Dagen etter at du har sendt saken på epost, kan du gjerne følge opp journalisten du snakket med, med en ny epost. Spør om vedkommende har fått saken og om han eller hun har rukket å se på den.
- På dag to eller tre kan du gjerne også følge opp med en telefon om du fremdeles ikke har hørt noe. Det er viktig at du ikke ringer for mange ganger, men du har lov til å be om et svar på ditt tips.
- Husk å ha en vennlig tone, da er det større sannsynlighet for at vedkommende vil ringe deg neste gang det handler om eldre. Ett av målene med hver kontakt med dine lokale medier er å skape en god relasjon.
- Til slutt: Ikke vær redd for å kaste deg inn i den lokale debatten! Skriv kort, vær konkret – og husk punkt 5

Lykke til - og bare ring om du står fast eller trenger veiledning.

Hilsen Bjørg-Karin Buttedahl
Kommunikasjonssjef

Tlf: 99 44 55 29

E-post: bkkb@pensjonistforbundet.no



Pensjonistforbundet

Torggata 15
0180 Oslo

Postadresse

Postboks 6714, St. Olavs plass
0130 Oslo

Tlf: 22 34 87 70

E-post: pf@pensjonistforbundet.no

www.pensjonistforbundet.no

www.facebook.com/pensjonistforbundet

Tydelig, sterk og synlig