

**TYDELI  
STERK  
SYNLIG**



**Pensjonistforbundet**

# Temaer

- Trygdeoppgjøret og krav til statsbudsjettet
- Organisasjon – Fylke og lokalt
- Aktivitetsplan – Verving – aksjonsukene
- Regionale møter, kurs og konferanser
- Landsmøte 2026
- Årsmøtepapirer og søknader om momskompensasjon



# Trygdeoppgjøret 2025

- Gjennomsnittlig alderspensjon økte med 4,4%
  - Gav bedre økonomi, men henger etter lønnsinntakene
  - Gapet tettes ikke når pensjonen øker mindre enn lønn
- Kravet er mer rettferdig fordeling
  - Enslige minstepensjonister får i 2025 en økning på kr. 500,- pr. måned, men kan oppleve at bostøtten reduseres tilsvarende
  - 121.000 minstepensjonister (utgangen av 2024)
  - 69,2% aleneboende



# Trygdeoppgjøret er usosialt innrettet

- Må innføre minstebeløp i kroner som alle pensjonister har krav på uavhengig av pensjonstnivå
- Friske midler over statsbudsjettet slik at pensjonistenes inntekstvekst ikke er svakere enn lønnsoppgjøret



# Trygdeoppgjøret - Prosessen

- Tallgrunnlaget blir presentert i revidert nasjonalbudsjett og legges fram 15. mai 2025
- Trygdedrøftinger avsluttes 22. mai 2025
- I juni leverer regjeringen en stortingsmelding om regulering av pensjoner og pensjonisters inntekstforhold til Arbeids og Sosialkomiteen
- Midten av juni - Stortinget fatter endelig vedtak om oppregulering av alderspensjon, minstepensjon, garantipensjon, uføretrygd og grunnbeløpet i folketrygden
- Nav utbetaler oppregulert pensjon inkludert etterbetalt for mai måned den 20. juni 2025



# Trygdeoppgjøret 2025 – hvilke tall legges til grunn?

- Pensjon skal øke med gjennomsnittet av lønnsveksten og prisveksten
- Vi bruker regjeringens anslag på lønnsvekst og prisvekst fra revidert nasjonalbudsjett, som legges frem i mai
- I tillegg korrigeres det for avvik mellom den lønnsveksten og prisveksten som ble anslått i fjorårets trygdeoppgjør, og den lønns- og prisveksten SSB beregner at det faktisk ble i 2024
- Pensjon anslås å øke med 3,49 prosent fra 1. mai 2025



# Krav til Statsbudsjettet 2026

- Bedre økonomiske levekår og redusert ulikhet
  - 15.000 til personer med lave og mellomstore pensjoner
  - Minste pensjonsnivå i folketrygden løftes over fattigdomsgrensen
  - Innføre en etterlattordning i folketrygden og gjenlevendetillegget oppreguleres på linje med øvrig pensjon
  - Bostøtte ordninger økes med 2,5 milliarder kroner for å tilpasse faktiske bokostnader og innrettes slik at de med inntekt under EU 60 kvalifiserer til støtte
  - Gjenlevende får beholde husholdningens tidligere samlede bunnfradrag



# Krav til Statsbudsjettet 2026

- Økt kvalitet og kapasitet i helse og omsorgssektoren
  - Krever at kommunene får en netto økning på frie midler på 20 milliarder kroner i 2026
  - Flere sykehjemsplasser
  - Alis-ordningen styrkes med 100 millioner kr.
  - Det opprettes flere primærhelseteam på fastlegekontorene
  - Tilskuddet til særlig resurskrevende tjenester må fullfinansieres og også gjelde de over 67 år
  - BPA-ordningen bli uavhengig av alder
  - Tannhelse blir offentlig ansvar og omfattes av egenandelsordningen
  - Yrkesaktive pårørende får samme permisjonsrettigheter i arbeidsmiljøloven som foreldre til sykt barn
  - Vaksineprogrammet utvides og er gratis



# Krav til Statsbudsjettet 2026

- Flere aldersvennlige boliger
  - Gjøre eldre til en prioritert målgruppe
  - Ta større andel av kostnader og risiko i låneordninger
  - Bruke tilskudd mer aktivt eventuelt i kombinasjon med lån
  - Gjeninnføre heistilskudd for borettslag og sameier



# Krav til Statsbudsjettet 2026

- Økt deltagelse og aktivitet
  - Digitaliserings-og forvaltningsdepartementet må ha det overordnede ansvaret for
    - Alle midler som brukes på digital opplæring av eldre
    - Sette av 50 millioner kroner til digital opplæring i 2025
    - 350 millioner kroner til frivilligsentralene
    - Garantere full momskompensasjon for frivillige organisasjoner

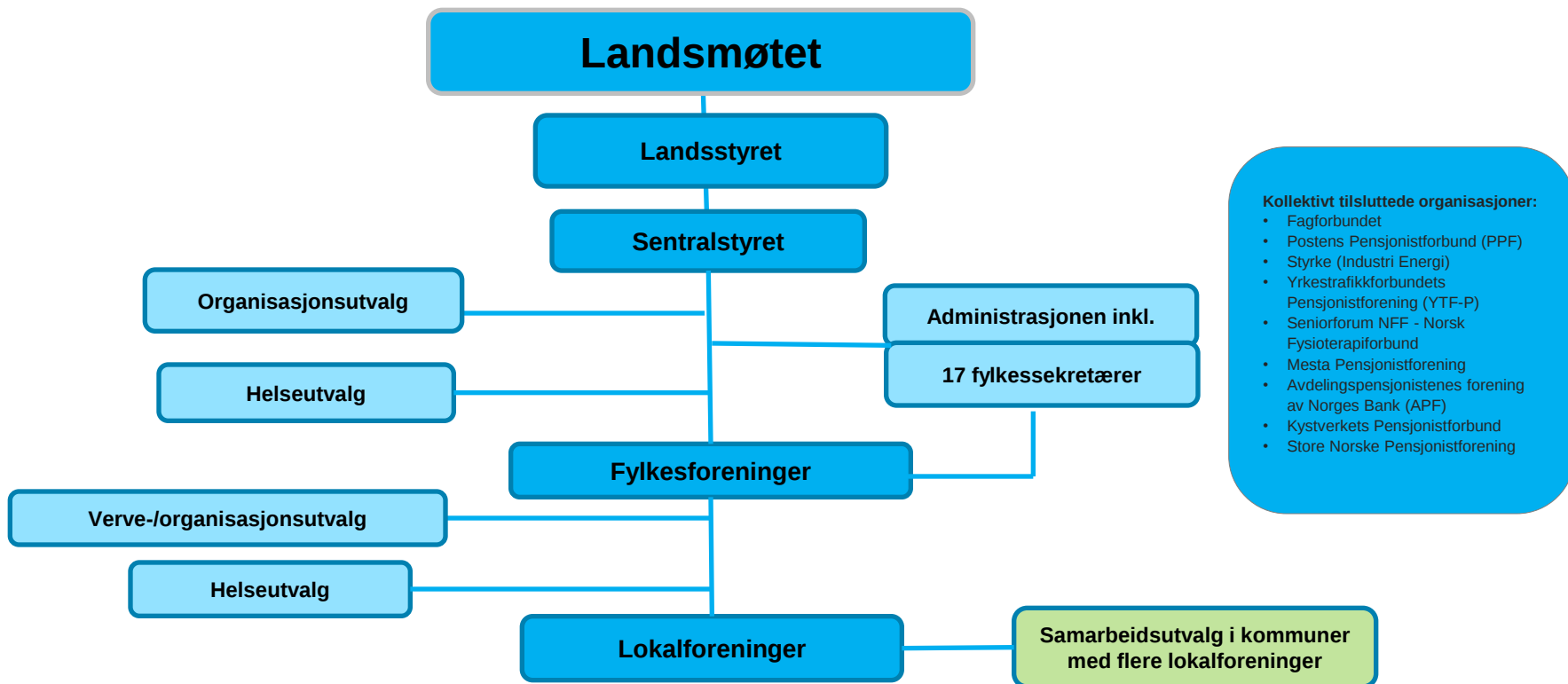


# Krav til Statsbudsjettet 2026

- Like rettigheter for eldre arbeidstakere
  - Retten til sykepenger og dagpenger blir tilpasset øvre aldersgrenser i arbeidslivet
- Pott til Eldrepolitiske tiltak
  - Pensjonistforbundet og SAKO krever en pott på 20 millioner til eldrepolitiske tiltak



# Pensjonistforbundets organisasjon



Pensjonistforbundet

# Lokalforeningens organisasjon

- Lokalstyre som består av 5-7 medlemmer samt vara og en **valgkomite**
  - Verve og aktivitetskomite
  - Turkomite
  - Kaffekomite
  - Helsekontakt
  - Teknologiambassadør
  - Deltar i Samarbeidsutvalg
  - Medlemmer i Eldreråd



# Lokalforeningene

## Arbeidskultur i styret

**Husk de fire T- ene:**

- Trivsel
- Trygghet
- Tilhørighet
- Tillit



Pensjonistforbundet

# Godt planlagt er halvveis gjennomført!

- **Lag et årshjul/ kalender med de viktigste aktivitetene og planene, og følg dem opp:**
  - Se på **Handlingsprogrammet** fra Pensjonistforbundet sentralt. Hvilke saker kan dere ta tak i lokalt – og når skal det skje?
  - Styremøter, årsmøte
  - Medlemsmøtene – temaer og aktiviteter
  - Temamøter, åpne møter
  - Eldrepolitiske aktiviteter lokalt (f.eks. i samarbeid med eldrerådet)



# Aktivitetsplan – Satsningsområder 2025

- **Beholde og verve medlemmer:** For å beholde og øke medlemstallet er det beste virkemidlet å ha gode, åpne medlemsmøter som har et innhold som oppfattes attraktivt og interessant å være med på. Medlemsaktiviteter må oppfattes som en viktig arena for pensjonistene som gir god informasjon om og forståelse for de sakene som Pensjonistforbundet jobber med. I tillegg må medlemsmøtene være et trygt sosialt møtested.
- Pensjonistforbundet jobber med saker som er viktige for alle alders-og-uførepensjonister. Sakene må **synliggjøres** og gjøres godt kjent for medlemmene og potensielle medlemmer. Det er også viktig med gode **interessante foredrag** av almen interesse i tillegg til turer og andre arrangement. I kommuner med flere lokallag bør det etableres **samarbeidsutvalg**
- **Eldrerådene** er en viktig kanal for å øve innflytelse



# Medlemsutviklingen pr. 1. mars

- **98 632 medlemmer**
  - 1424 innmeldinger
  - 3520 utmeldinger

= 2242 i minus

- **Oppgitt utmeldingsårsak:**

- 1. Død: 25 %**
- 2. Pris: 10 %**
- 3. Høy alder: 4,5 %**
- 4. Helse: 3,9 %**
- 5. Økonomi: 1,5 %**



# Aksjonsukene



- Aksjonsukene avholdes i forbindelse med aktivitetsdagen 10. mai og Eldredagen 1. oktober 2025 og vi skal farge **Norge orange!!!**
- Med hovedformål å verve nye medlemmer, kan Pensjonistforbundet sentralt støtte arrangementer i regi av lokal- og fylkesforeninger med inntil kr 20 000,-
- Arrangementet skal være gratis og åpent for alle pensjonister i det aktuelle området. Alle forutsetninger som legges til grunn for å kunne søke om støtte kommer frem i [søknadsskjemaet](#)
- Friluftslivets år markeres også og det kan søkes midler til dette også til **aktiviteter i hele året**



# Nettsiden

## Informasjon til alle medlemmer

- **Hjemmesiden** [www.pensjonistforbundet.no](http://www.pensjonistforbundet.no)
  - Fylkene har egne sider, der du kan komme med lokale saker. Del gode historier!
  - Kontaktinformasjon til alle lokalforeninger
- **Nyhetsbrev** pr. epost til alle medlemmer med epostadresse
  - sendes nasjonalt ca. hver 14. dag
- **Medlemsbladet Pensjonisten** – går ut til alle medlemmer åtte ganger årlig



# Medlemsfordeler - formål

- Gode medlemsfordeler skal bidra til å styrke Pensjonistforbundets politiske posisjon, ved å tiltrekke oss nye medlemmer og knytte eksisterende medlemmer tettere til oss



# Medlemsfordeler

- Nyhetsbrev
- Nyhetsbrev Fagforbundet
- Facebook – annonse, video



# Pensjonisten – Endringer på gang med ny redaktør

- Det er et ønske å dreie magasinet i en mer samfunnsaktuell retning slik at *Pensjonisten* ikke bare blir Norges største magasin for eldre, men også det viktigste
- Det er dessuten et poeng at vi skal nå litt yngre pensjonister, og at de skal oppfatte både magasinet og forbundet som aktuelle for dem
- Det blir 60 000 nye pensjonister hvert år, men medlemstallene/lesertallene vokser ikke i takt. *Pensjonisten* må rett og slett fornye seg litt
- Dessuten: Med færre sider og antall utgivelser, må den redaksjonelle prioriteringen bli desto hardere



Pensjonistforbundet

# Pensjonisten – Norge Rundt

## NORGE RUNDT

**FJALER PENSJONISTLAG** har for første gang på flere år vore på langtur, no sist Høvringen Høgjelshotell ved Rondane. På biletet dei 28 i reisefølget, alder frå 67 til 92 år, saman med sjåfør Steinar Følling frå Rutebilhistorisk forening Sogn og Fjordane. Fjaler Pensjonistlag vart skipa i april 1973, og feira 50-årsjubileum ved juletid i fjor.

OPPLYST AV LAGET



I begynnelsen av desember arrangerte **Kragersø Pensjonistforening** julebord på Admiralen. 35 personer fikk oppleve diktlesing, sang og hygge. Dag Westrin ønsket velkommen og leste julefortellingen Kvit jul fra heftet Rød Jul, og et dikt av Hans Børli, Mors jul. Deretter var det sering av deilig julekalender. Kjetil Valdal underholdt med sang og musikk, blant annet den vakre Nordnorsk julesalme og andre kjente og kjære julesanger. Det var også åresalg, og trekning med mange fine premier



**Tromsdalen og Tomasjord Pensjonistforening** var på tur i Øst-Finnmark i august, med en avstikker til Finland. Egil og Thor-Gunnar fra Tromsbuss sørget for godt opplegg og trygg transport for de 53 deltakerne.



**Time Pensjonistlag** samla 136 deltakere til sitt møte i Sidsamsenteret i april. Hødepunktet vart kåseriet av Kjell Arild Pollestad, som aller helst ville snakke om livet før han vart pater fordi det livet var mykje kjekkare enn paterlivet. På medlemsmøtet 8. mai møtte 102 fram for å høyre Arnt Even Bøe, tidligere journalist i Stavanger Aftenblad, kåsere om NOKAS-ranarane og Toskas tabbar.



**Siggerud Pensjonistforening** har arrangert sosialt samvær med middag for 95 pensjonister. Det ble hyggelige timer med god prat, mat og drikke, og mange fikk treffe gamle kjente.



**DAVIDSEN BES** 80 personer fra pensjonistregionen Nord-Trøndelag i Pensjonistforening 19. oktober. På trosomhet fant Pensjonistforeningens leder, tid og rom til fylkesleder Werner K. kommen, tok Jan D. gjennomgang av utfordringer og øvrige trusler Pensjonistforbundet i



**Rana kommunale Pensjonistforening** Mo i Rana har arrangert tur for 41 pensjonister. Turen gikk via Mosjøen, Hattfjelldal til broderlandet Sverige og Hemavan. En vellykket tur til stor glede for alle deltakerne.



## Kaffetreff om 1994-OL

**Hedmark Postpensjonistforening**s månedlige kaffetreff på Hedmark 7. februar samlet 41 entusiastiske OL-interesserte postpensjonister. Olsen, som var med i arrangementskomiteen for fakkeltog i Hedmark og Oppland, tok oss tilbake til Morgedal 27. november. Da ble fakkeltog i gruva på Øverbo, og prinsesse Märtha førte ilden ut av stua til Søndre Norheim. I løpet av 74 dager ble det gjennomført hele landet, inkludert Svalbard og en oljeform i Nordsjøen. Mange av OL-effektene fra den gangen ble fram og ble vist på kaffetreffet. Stor takk til Johan Olse med OL-quiz, og Tove Nilsen som ledet et flott møte.



er en ny forening medlemmer har nå totalt 212 medlemmer i Lokverkstedet a del i foredrag og er dugnad på kjøp og arrangeres også gjennom året.



# Prosjektnytt

Trafikksikkerhet for eldre gående og syklende

- 160 000 fra Statens vegvesen til inspirasjons- og erfaringssamling

Hjem

## Temamøte om trafikksikkerhet

Pensjonistforbundet jobber for at pensjonister skal bevege seg mer. Det skal være trygt og hyggelig å gå og sykle i nærmiljøet.

Du kan bidra til nullvisjonen; ingen alvorlige ulykker eller dødsfall i trafikken. Statistikk viser at eldre er betraktelig mer utsatt for alvorlige trafikkulykker og død i trafikken. Ved å arrangere et temamøte om trafikksikkerhet for eldre fotgjengere og syklister, kan du bidra til å øke bevisstheten.

Pensjonistforbundet jobber sammen med Statens vegvesens pensjonistforbund med prosjektet «Trafikksikkerhet for eldre gående og syklende» (TREFF).



Pensjonistforbundet

Hjem / Nyheter

## Skal forske på digital svindel av eldre

Ikke vær skamfull hvis du har blitt lurt av en svindler på nettet! Det kan skje alle, og eldre er ekstra utsatt. Pensjonistforbundet deltar nå i et forskningsprosjekt som skal undersøke hvordan eldre påvirkes av problemet.



Ingvar Tjøstheim i Norsk Regnesentral og Unn Johansen fra Pensjonistforbundet presenterte forskningsprosjektet for medlemmene i NTL pensjonistforening Oslo og omland.

Alle kan bli lurt

Tydelig, sterk og synlig

# Samarbeid Verdighetsenteret

- Pilot rettet mot frivillige organisasjoner
- Teste ut i Buskerud og Oslo, de finner 28 deltakere totalt
- Akershus, Vestfold og Østfold er også invitert
- Kurset holdes 3.–4. april (fysisk), 24. april (teams) og 21.aug. (digitalt)
- Målet: Frivillig aktivitet i regi av lokalforeningen, styrke og inspirere



**Verdighetsenteret**  
OMSORG FOR GAMLE



**Pensjonistforbundet**



**Pensjonistforbundet**

Tydelig, sterk og synlig

# Tilbud om kurs

- Regnskap/kassererkurs
- Valgkomite-kurs
- Styre/organisasjonskurs
  - Anbefaler flere foreninger sammen
- Kurs planlagt i Facebook for lokalforeningene
- TVV – Tillitsvalgtverktøy planlegges



# Regionale møter

- Ringerike og Hole – 10. april 2025
- Kongsberg regionen og Numedal – Mai 2025
- Modum, Hokksund, Sigdal – 18. september 2025
- Drammen og Lier – 16. oktober 2025
- Hallingdal – 23. oktober 2025



# Konferanser

- Senioruka på Storefjell  
– 16. – 19. juni 2025
- Valgmøte 28. august  
2025 i Drammen
- Konferanse om  
Folkehelse og Kultur – 4.  
november 2025



# Landsmøte 2026

Avholdes i perioden 2. 5. juni på thon Hotell Gardemoen

**Landsstyret velger valgkomite iht vedtektene**

**Innen 30. september 2025**

- Forslag til landsmøtet sendes fra lokallag og -foreninger til fylkesforeningenes styre innen 30. september året før landsmøtet holdes.

**Innen 31. oktober 2025**

- Samtlige forslag (fra lokal- og fylkesforeningene) med innstilling fra fylkesforeningenes styre, samt fra kollektivt tilsluttede organisasjoner.



# Årsmøtedokumenter

Lokalforeningens årsmøterapport – Frist 7. mars 2025

- Viser oversikt over det valgte styret

Søknad om momskompensasjon – Siste frist 1. april 2025

- Søknadsskjema med vedlegg
- Regnskapet som signeres av kasserer (evt. regnskapsfører) og leder
- Revisorbekreftelse som signeres av revisor
- Årsberetning som signeres av hele styret (ikke varamedlemmer)
- Årsmøteprotokollen som signeres av 2 personer valgt på årsmøte



# Referansedokumenter

- Handlingsplan
- Vedtekter
- Håndbok for tillitsvalgte [For tillitsvalgte | Pensjonistforbundet](#)
- Nettbutikken
- Organisasjonskurs
- Diverse kåseri og foredrag



**TYDELI  
STERK  
SYNLIG**



**Pensjonistforbundet**