



Pensjonistforbundet

VEILEDNINGSHEFTE

Samarbeidsutval

Nynorsk

**Ein rettleiar for
samarbeid mellom
lokalforeiningane i ein
kommune**



Innhald

Innleiing	6
Kva er eit samarbeidsutval	6
Føremålet	7
Handlingsprogrammet legg føringane	7
Samarbeidsutvalet si plassering og rolle	8
Pensjonistforbundet – nasjonalt nivå (tillitsvalde)	8
Pensjonistforbundet – fylkesnivå (tillitsvalde)	9
Pensjonistforbundet – lokalforeiningar (tillitsvalde)	9
Kommunen – eldreråd (folkevalde)	9
Politikarane (folkevalde)	9
Media	9
Oppnemning av representantar/medlemmer i samarbeidsutvalet	10
Eldreråd og samarbeidsutval – kven gjer kva?	11
Kva er eit eldreråd?	9
Kva for saker jobbar eit eldreråd med?	9
Kva er eit samarbeidsutval?	9
Kva for saker er samarbeidsutvalet opptatt av?	9
Oppgåvene og ansvaret til samarbeidsutvalet	13
Kommune og lokalforeining	13
Samarbeidsavtale	13
Økonomi	13
Protokoll	13
Årsrapport	13
Korleis komme i gang	14
Sluttkommentarar	15
Forkortingar og lenker	15
Organisasjonskartet til Pensjonistforbundet	16
Mal for samarbeidsavtale	18
Mal aktivitetsplan	20
Tipsliste for kontakt med media	21

Innleiing

Pensjonistforbundet jobbar for å gi pensjonistane i landet ei tydeleg røyst, med visjonen TYDELEG – STERK – SYNLEG. Sentralt har organisasjonen opparbeidd seg denne posisjonen, medan lokalforeiningane ofte er mest opptekne av sosiale aktivitetar.

I kommunar der det er fleire pensjonistforeiningar, kan det etablerast samarbeidsutval mellom foreiningar som ønskjer det. Eit slikt samarbeidsutval kan medverke til ei tydelegare og meir samla røyst inn mot kommunen og gjere informasjonsstraumen mellom kommunen og pensjonistforeiningane enklare.

Samarbeidsutvalet er meint å vere eit supplement til lokalforeiningane og hjelpe foreiningane med eit tettare samarbeid på aktuelle område. Samarbeidsutvalet er ikkje noko nytt styringsnivå, og lokalforeiningane vil framleis vere sjølvstendige einingar som i dag. Det er viktig at samarbeidsutvalet er godt forankra i lokalforeininga.

Denne rettleiaren er meint å vere til hjelp ved etablering og drift av lokale samarbeidsutval. I tillegg finn de nokre tips og råd om korleis eit samarbeidsutval kan få meir å seie inn mot kommunen.

Kva er eit samarbeidsutval?

Samarbeidsutvalet skal vere ein arena for samarbeid mellom Pensjonistforbundet sine lokalforeiningar i kommunen og organisasjonar som er kollektivt tilslutta Pensjonistforbundet.

Samarbeidsutvalet skal ta opp og diskutere eldrepoliske saker og vere eit talerøyr for lokalforeiningane og dei eldre inn mot kommunen, både gjennom eldrerådet og direkte mot lokalpolitikarar og administrasjonen.

Samarbeidsutvalet er eit rådgivande utval som opp dei sakene som lokalforeiningane eller samarbeidsutvalet sjølv meiner det er aktuelt å ta opp. Utvalet kan planleggje og arrangere felles temamøte og sosiale aktivitetar for lokalforeiningane som er tilslutta.

SAKO bør trekkjast inn i arbeidet overfor kommunale styresmakter der dette er naturleg. Viser til eigen avtale mellom Pensjonistforbundet og SAKO.

Føremålet

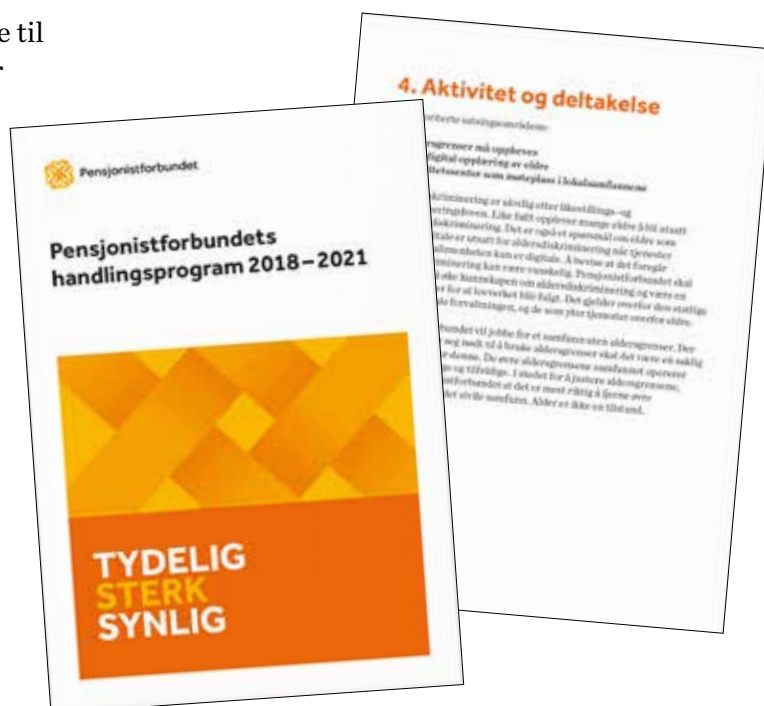
Samarbeidsutvalet skal tydeleggjere, styrkje og synleggjere Pensjonistforbundet sin eldrepolitikk på lokalt nivå og leggje til rette for at medlemmer og andre som er opptekne av eldrepolitiske aktivitetar/diskusjonar kan møtast.

Utvalet bør prøve å ha tema og innhald på møta sine som også kan trekkje til seg andre interesserte frivillige organisasjonar til samarbeid.



Handlingsprogrammet legg føringane

Handlingsprogrammet og vedtektene til Pensjonistforbundet er gjeldande for alle lokal-foreiningar og legger føringar for prioriteringane og aktivitetane til lokalforeininga. Les dei godt før de går i gang.



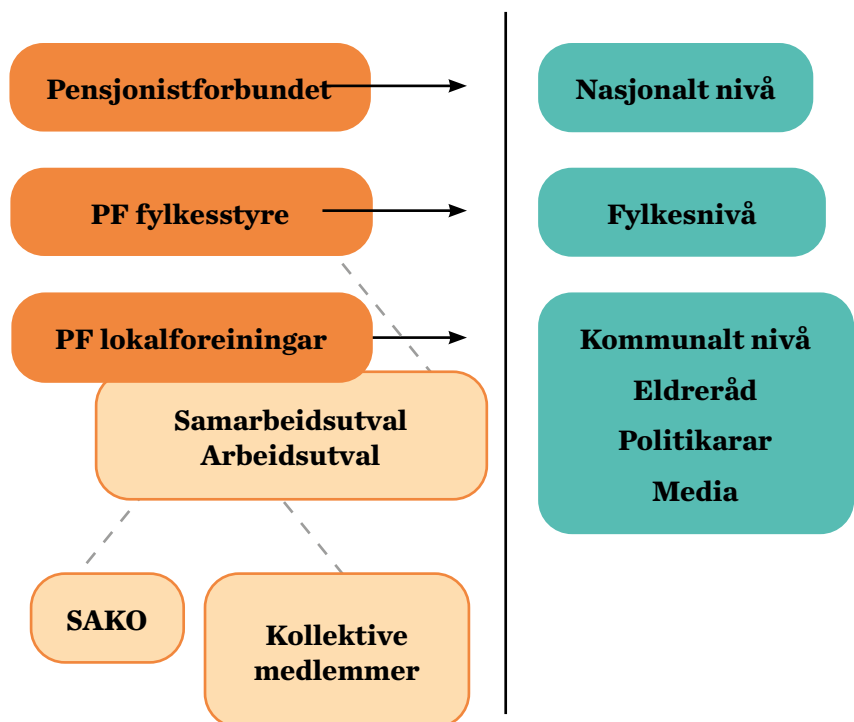
Samarbeidsutvalet si plassering og rolle

Samarbeidsutvalet skal vere ein synleg aktør på vegner av Pensjonistforbundet sine lokalforeiningar i kommunen. Samarbeidsutvalet skal på vegner av lokalforeiningane jobbe for å påverke eldrepolitikken, fundert i handlingsprogrammet til Pensjonistforbundet.

Pensjonistforbundet – nasjonalt nivå (tillitsvalde)

Pensjonistforbundet er ein partipolitisk nøytral interesseorganisasjon. Pensjonistforbundet skal arbeide for å betre situasjonen til dei eldre og utføre i samfunnet gjennom politisk påverknad på både nasjonalt, fylkes- og kommunalt nivå, jf. Pensjonistforbundets vedtekter § 1 – Formål.

I Pensjonistforbundets handlingsprogram seier medlemmene våre klart frå kva for eldrepolitikk som bør førast i Noreg. Arbeidsforma til Pensjonistforbundet er å finne støtte hos dei politiske partia frå sak til sak. Pensjonistforbundet jobbar heile tida for eit godt samarbeid med alle parti på Stortinget.



Pensjonistforbundet – fylkesnivå (tillitsvalde)

Fylkesforeiningane i Pensjonistforbundet har som føremål å samle alle lokale pensjonistforeiningar i fylket/regionen til aktivt å arbeide for å fremje og vareta interessene til medlemmene, jf. Pensjonistforbundets handlingsprogram og vedtektene for fylkesforeiningar tilslutta Pensjonistforbundet § 1 – Føremål.

Fylkesforeiningane bør søkje samarbeid med og inngå ein samarbeidsavtale med fylkeskommunen. Samarbeidsavtalen bør mellom anna innehalde ei gjensidig forplikting og beskrive roller, oppgåver og ansvar for begge partar.

Pensjonistforbundet – lokalforeiningar (tillitsvalde)

Lokalforeiningane i Pensjonistforbundet skal jobbe for å samle alle pensjonistar i ei eining og aktivt verne om medlemmene sine interesser, jf. Pensjonistforbundets vedtekter § 1 – Retningslinjer for foreiningar tilslutta Pensjonistforbundet (side 19).

Lokalforeiningane i Pensjonistforbundet er ein særst viktig aktør i kommunen for saker som gjeld dei eldre og uføre.

Lokalforeiningane i Pensjonistforbundet vil møte kommunen på to plan: dei folkevalde som prioriterer og set mål og prinsipp, og administrasjonen som greier ut og kjem med framlegg. Kommune har ulik grad av delegering av oppgåver frå dei folkevalde til administrasjonen. Det påverkar arbeidet til lokalforeiningane og korleis dei bør leggje opp samspelet med kommunen.

Kommunen – eldreråd (folkevalde)

Eldrerådet er eit rådgivande organ for kommunen i alle saker som gjeld eldre. I Forskrift for kommunale og fylkeskommunale råd § 2 står det mellom anna:

- Rådene har rett til å uttale seg i alle saker som gjeld 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 laga eit web-basert kurs for dei som sit i eldreråda – dette er også aktuelt for representantane i samarbeidsutvala.

Politikarane (folkevalde)

Det er viktig at samarbeidsutvalet gjer seg kjent med dei formelle politiske prosessane i kommunen. Det er viktig fordi det er her korte og langsiktige planar og budsjett blir vedtekne, og det er her det blir gjort vedtak som kan ha følgjer for dei eldre og uføre.

Media

Media kan støtte opp om samarbeidsutvalet sitt arbeid overfor kommunen. Det er viktig å ha eit ryddig og medvite forhold til media.

TIPS

Tips for kontakt med media finn de på side 21 i heftet.



Oppnemning av representantar/ medlemmer i samarbeidsutvalet

Samarbeidsutvalet blir oppnemnt av lokalforeiningane, gjerne i nært samarbeid med styret i fylkesforeininga straks etter årsmøta i lokalforeiningane.

Kvar lokalforeining peikar ut to personar til samarbeidsutvalet. I tillegg kan det, om det trengst, opprettast eit arbeidsutval som leier og uttaler seg på vegner av samarbeidsutvalet mellom møta.

Samarbeidsutvalet konstituerer seg med leiar og sekretær som blir valde mellom medlemmene i utvalet.



Eldreråd og samarbeidsutval

– kven gjer kva?

For betre å forstå skilnaden på eldreråd og samarbeidsutval, følgjer det her eit kort oversyn over roller, oppgåver og ansvar

Kva er eit eldreråd?

Kjelde: Kva er eit eldreråd? regjeringen.no

- Eldrerådet er eit rådgivande organ i kommunar og fylkeskommunar.
- Føremålet med eldrerådet er å bidra til å sikre brei, open og tilgjengeleg medverknad i saker som gjeld eldre.
- Forankra i kommunelova.
- Blir rekna som folkevalde.
- Same rettar og plikter som andre folkevalde.
- Rett til å bli tidleg involverte og til å uttale seg i alle saker som gjeld eldre, og rett til å ta opp saker på eige initiativ.

Kva for saker saker jobbar eit eldreråd med?

- Årsbudsjett og økonomiplanar.
- Plansaker, lokaliseringssaker, byutvikling og nærmiljøutvikling.
- Transport og tilgjengelegheit.
- Bustadutbygging og reguleringsaker.
- Helse, pleie og omsorg, under dette folkehelse og førebyggjande tiltak.
- Kultur, idrett og friluftsliv.
- Frivilligheitspolitikk.
- Tilsynssaker.
- Digitalisering.
- Medverknad og eldre som ressurs.
- Årsmeldingar og rapportar innanfor saksområde som gjeld eldre.
- Andre aktuelle saker.

Kva er eit samarbeidsutval?

Kjelde: Vedtekter og Handlingsprogram

- Samarbeidsutvalet er eit rådgivande utval for lokalforeiningane.
- Føremålet med Samarbeidsutvalet er å tydeliggjere, styrkje og synleggjere Pensjonistforbundet sin eldrepolitikk på lokalt nivå.
- Ein arena der medlemmer og andre kan møtast for eldrepolitiske aktivitetar/ diskusjonar.
- Handlingsprogrammet til Pensjonistforbundet legg føringar.
- Blir rekna som tillitsvalde – følgjer dei gjeldande vedtektene i Pensjonistforbundet.

Kva for saker er Samarbeidsutvalet opptatt av?

1. Politisk innverknad
 2. Økonomi og arbeidsliv
 3. Trygg alderdom
 4. Aktivitet og medverknad
- I tillegg til handlingsprogrammet blir det laga årlege aktivitetsplanar på alle nivå.
 - Aktivitetsplanane legg føringar for kva for saker vi skal jobbe med i forbundet kommande år – lokalt, fylkesvis og på nasjonalt nivå.
 - Lokalforeiningar i Pensjonistforbundet har forslagsrett til medlemmer i eldreråda, men kommunestyret fastset storleik og samansetjing.

Det er viktig å hugse at samarbeidsutvala er Pensjonistforbundet sine egne rådgivande organ, medan eldreråda er kommunane sine rådgivande organ.

Pensjonistforbundet (og andre organisasjonar) har forslagsrett til medlemmer i eldreråda, men kommunane har ingen plikt til å følgje forslag som eldrerådet kjem med. Sjølv om det er vanleg at kommunane spør Pensjonistforbundet, og Pensjonistforbundet som regel får med eitt eller fleire medlemmer i eldreråda, så er det ikkje noko ein har rett på. Det finst eldreråd der Pensjonistforbundet ikkje er representert.

Eldreråda er eit folkevald organ (sjølv om det er kommunestyret som peikar ut medlemmene). Det gir råda langt fleire rettar overfor kommunane enn samarbeidsutvala har. Dei har både rett til å bli involverte («gi råd») og rett til å bli involverte tidleg (så dei kan påvirke utfallet av saker), og dei har rett til ta opp saker sjølv (jf. forskrifta § 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.»



Oppgåvene og ansvaret til samarbeidsutvalet

Samarbeidsutvalet må gjere seg kjent med arbeidet både i kommunen og i lokalforeiningane.

Kommunen

- Kjenne til strategiplanar og styringsdokument i kommunen.
- Kjenne til kven som kan søkje, og korleis ein søker, om samarbeidsavtale med kommunen.
- Kjenne til programmet «Et aldersvennlig samfunn» og «Aldersvennlig kommune», som er ein del av kvalitetsreforma «Leve hele livet».

Eldrerådet:

- Kjenne til og følgje med på møte og saksliste, gi innspel i viktige saker
- Invitere personar frå eldrerådet for å orientere om viktige saker og gi innspel direkte
- Ta opp saker som er av felles interesse for lokalforeiningane, dei kollektivt tilslutta organisasjonane og SAKO

Lokalforeininga

- Kjenne til arbeidet i lokalforeiningane og synleggjere det.
- Kjenne til lokalforeiningane sine aktivitetsplanar og kommunen sitt årshjul – sjå dette i samanheng med årshjulet til samarbeidsutvalet.
- Kjenne til helseutvalet i fylket med tanke på samarbeid og felles innspel mot kommunen.
- Planleggje og arrangere lokale tema- og foredragskveldar, vervekkampanjar, politiske aktivitetar o.l.

Samarbeidsutvalet skal vere aktivt i nærmiljøet. Lokalforeiningane skal utarbeide retningslinjer for i kva for samanhengar, prosjekt og aktivitetar det er aktuelt å bruke samarbeidsutvalet.

Det er viktig at lokalforeiningane avklarar kva for fullmakter som samarbeidsutvalet skal ha, t.d. i kva slags saker samarbeidsutvalet kan uttale seg. Samarbeidsutvalet må kunne føresetje at dei uttaler seg på vegner av dei lokale pensjonistforeiningane samla. Samarbeidsutvalet vil

i enkelte samanhengar kunne ta rolla som diskusjonspartnar mot kommunen for lokalforeiningane.

Samarbeidsavtale

Det bør inngåast ein samarbeidsavtale mellom lokalforeiningane og samarbeidsutvalet. Det er fleire grunnar til at det er ein fordel. Ein avtale medverkar til å klargjere viktige prinsipp og gjensidige krav og forventingar som skal liggje til grunn for samarbeidet. Samarbeidsavtalen må forankrast i dei respektive lokalforeiningane. «Mennesker kommer og går, avtaler består.»

TIPS

Mal for samarbeidsavtale finn de på side 18 og 19 i heftet.

Økonomi og rekneskap

Samarbeidsutvalet er ein del av lokalforeiningane og blir styrt av lokalforeiningane. Samarbeidsutvalet skal ikkje ha kasserar eller føre egne rekneskap. Alle utgifter og inntekter knytte til samarbeidsutvalet, skal administrerast og rekneskapsførast av lokalforeiningane etter ein intern avtale.

Protokoll

Det skal førast protokoll frå møta. Protokollane skal vere tilgjengelege for dei foreiningane som er tilslutta samarbeidsutvalet.

Årsrapport

I løpet av januar sender samarbeidsutvalet ein rapport for året før. Årsrapporten skal sendast til lokalforeiningar, kollektivt tilslutta organisasjonar og SAKO, med kopi til fylkesstyra. Årsrapporten skal leggjast fram for årsmøtet i dei tilslutta foreiningane til orientering.

Korleis komme i gang

I kommunar med fleire lokalforeiningar, men også der det berre er éi foreining bør det vurderast å opprette samarbeidsutval saman med andre aktørar som jobbar med aktivitetar retta mot eldre og uføre.

Initiativet til å etablere eit samarbeidsutval kan gjerast ved at:

- eit lokallag inviterer dei andre laga i kommunen til å starte opp
- eit lokallag kontaktar fylkesforeininga og ber om bistand
- fylkesforeininga inviterer lokallaga til eit kartleggingsmøte

Ved etablering av eit samarbeidsutval tilrår vi å dele arbeidet i fire steg. Det er viktig med tanke på forankring, tillit, engasjement og for å få etablert eit godt eigarforhold til rolla og oppgåvene.

TIPS

Mal for aktivitetsplan for samarbeidsutvalet finn de side 20 i heftet.

Trinn 1. Kartleggje behov og moglegheiter

Møte mellom lokalforeiningane og fylkesforeininga – føremål:

- Avklare behov og ta initiativet til å etablere samarbeidsutval med aktuelle lokalforeiningar
- Samle inn nødvendig informasjon
- Diskutere felles forståing for utfordringar
- Involvering – kven skal delta m.m.
- Presentasjon av metode og gjennomføring

Trinn 3. Etablere samarbeidsutvalet

Møte med representantane som dannar samarbeidsutvalet – føremål:

- Avklare forventningar
- Konstituering, velje leiar og sekretær
- Gjennomgang av arbeidsoppgåver
- Gjennomgang av kontaktform og møte
- Utarbeide aktivitetsplan

Trinn 2. Planleggje innsals-/informasjonsmøte med lokalforeiningane

Møte med aktuelle lokalforeiningar – føremål:

- Informere, skape entusiasme, avklare, komme med innspel til arbeidet vidare
- Samle ressurspersonar
- Skape entusiasme og vilje til å utvikle
- Etablere einigheit
- Avtale etableringsdato for samarbeidsutval

Trinn 4. Oppfølging av samarbeidsutvalet

Møte mellom samarbeidsutvalet og representant frå lokalforeiningane – føremål:

- Følgje opp resultat
- Følgje opp tiltak i aktivitetsplan
- Erfaringsutveksling og evaluering
- Sikre framdrift av prosessen
- Definere nye aktivitetar – leggje planar for vidare arbeid – aktivitetsplan

Sluttkommentarar

Kommunane og lokalforeiningane er ulike i storleik, kompetanse, ressursar og prioritering av oppgåver. Rettleiaren er ikkje tilpassa ulikskapane, men tematikken og prinsippa er i hovudsak dei same i alle lokalforeiningar.

Når samarbeidsutvalet er etablert, er det viktig å gjere dette kjent for kommunen og andre interessentar i kommunen.

Forkortingar og lenker

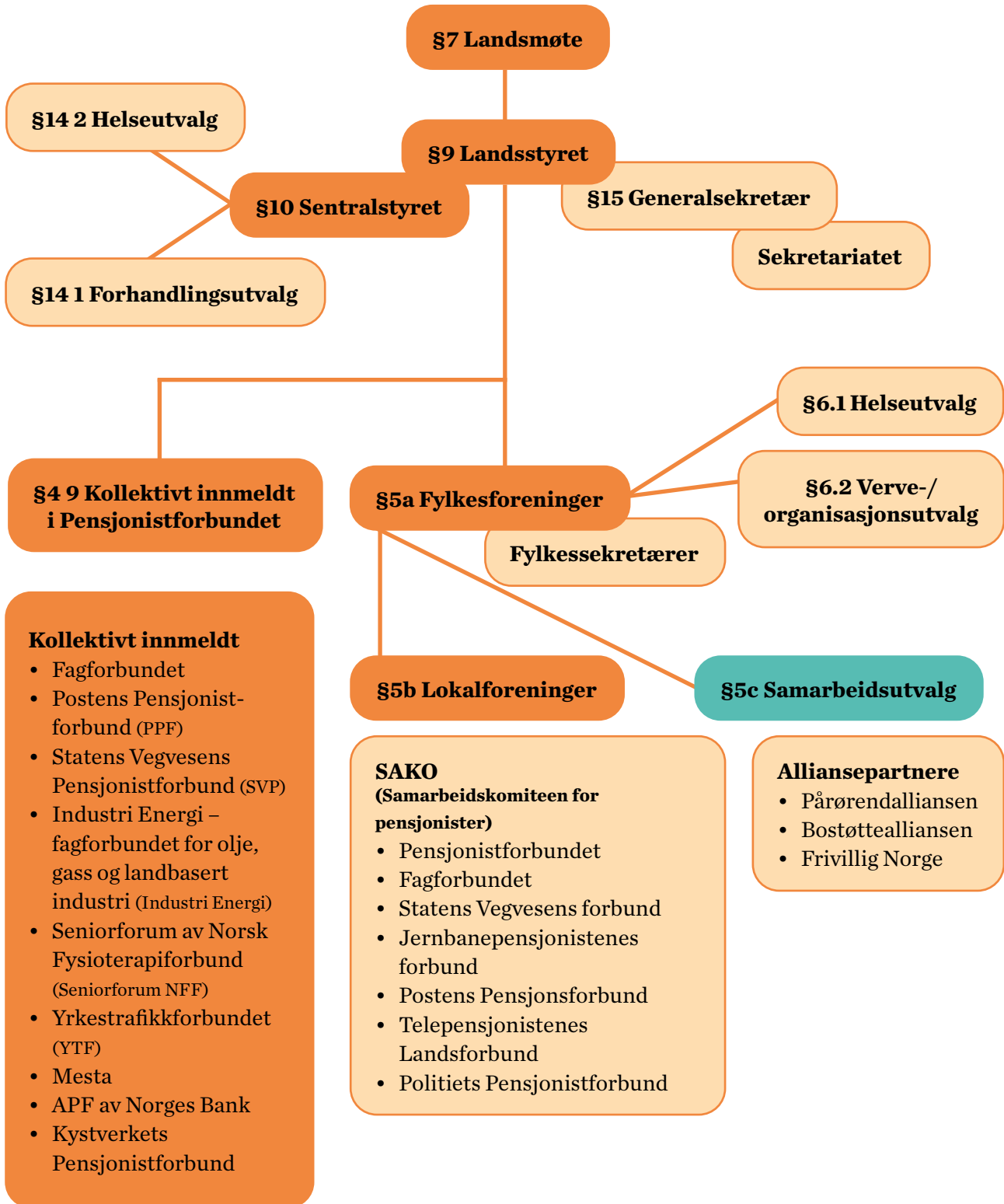
SAKO – Samarbeidskomite mellom offentlige pensjonistorganisasjoner, andre landsdekkende pensjonistorganisasjoner og Pensjonistforbundet.

Kjelder/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 lista er ikkje komplett. Om ønskeleg kan lokalforeiningane leggje til fleire lenker.

Organisasjonskartet til Pensjonistforbundet



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

Samarbeidsutval for PF - lokalforeiningane.....

Aktivitetsplan for år

Kva skal gjerast?	Korleis skal det gjerast?	Kven	Når
	Føremålet: Kva:		

Tipsliste for kontakt med media

Førebu deg godt:

- Vel deg ut det eller dei media (region- og lokalaviser, lokale/regionale radiostasjonar) du ønskjer å prøve å få saka di inn i.
- Skriv gjerne ut saka slik at du har henne framfor deg når du ringjer.
- Sjå om du kjenner til, eller klarer å finne fram til ein journalist som har skrive om temaet eldre tidlegare. Dersom det ikkje er mogleg, spør du etter leiar i nyheitsredaksjonen, som vil vise deg til rett person.
- Øv på å fortelje kva saka dreier seg om i korte trekk og med få setningar. Hugs at du skal overtyde journalisten om at dette er ei sak det er verdt å lage noko på – formuler gjerne ei overskrift for deg sjølv, og ver engasjert, men positiv!
- Bruk Pensjonistforbundet si nettside og faktaark som støtte og bakgrunn for budskapet du formulerer.

Ta ein telefon:

- Når du har førebudd deg, er det på tide å ringje til den journalisten eller redaksjonen du ønskjer. Dette er ikkje farleg, det verste som kan skje er at du får eit «nei». Då er det berre å gå vidare på lista!
- Når du får ein journalist på tråden, framfører du saka di i korte trekk, som illustrert over. Om journalisten blir interessert, seier du at de har skrive ei pressemelding som ikkje er publisert enno, som du kan sende journalisten.
- Be om namn, e-postadresse og telefonnummer på journalisten – og skriv dette ned. Spør om å få ei tilbakemelding frå journalisten når vedkommande har fått saka på e-post.
- 8. Send over ein e-post som inneheld: vedlegget med saka di, foto av fylkesleiar om du har, og kontaktdetaljar til fylkesleiar om journalisten vil gjere eige intervju.

Ta for deg eitt medium om gangen, og hugs at om du lover at ei avis / ein radiokanal skal få saka eksklusivt, må du halde det løftet. Men om ikkje noko slikt blir avtalt, kan du sende saka til fleire – dette er ofte noko journalisten vil spørje om.

Viktig med oppfølging

- Av og til har ein flaks og møter ein handlekraftig journalist som tar tak i saka med ein gong. Men ofte må ein følgje opp før ein får eit «ja» eller «nei».
- Dagen etter at du har sendt saka på e-post, kan du gjerne følgje opp journalisten du snakka med, med ein ny e-post. Spør om vedkommande har fått saka, og om han eller ho har hatt tid til å sjå på henne.
- På dag to eller tre kan du gjerne også følgje opp med ein telefon om du framleis ikkje har høyrte noko. Det er viktig at du ikkje ringjer for mange gonger, men du har lov til å be om eit svar på tipset ditt.
- Hugs å ha ein vennleg tone, då er det meir sannsynleg at vedkommande vil ringje deg neste gong det handlar om eldre. Eitt av måla med kvar kontakt med dei lokale media dine er å skape ein god relasjon.
- Til slutt: Ikkje ver redd for å kaste deg inn i den lokale debatten! Skriv kort, ver konkret – og hugs punkt 5.

Lukke til - og berre ring om du står fast eller treng rettleiing.

Helsing Bjørg-Karin Buttedahl
Kommunikasjonssjef

Tlf: 99 44 55 29

E-post: bkkbb@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