



Spar penger med våre medlemsfordeler

Som medlem i Pensjonistforbundet får du tilgang til mange gode medlemsfordeler. Du sparer fort inn medlemskontingenten ved å benytte en eller flere av fordelene.

Mer informasjon om fordelene finner du på www.pensjonistforbundet.no, eller ved å skanne QR-koden.



Åpne kameraet
på mobilen din, og
skann QR-koden.

Ny medlemsfordel

Eyr Eyr — online psykolog og fysioterapeut

Nå har vi et nytt medlemstilbud for kropp og sjel. Gjennom vår avtale med Eyr får du 20 % rabatt på følgende online tjenester:

- Online psykolog
- Mentale selvhjelpsprogrammer med oppfølging underveis
- Digital fysioterapi

Å snakke med en psykolog kan være til stor hjelp når livet blir vanskelig. En psykolog gir et trygt og nøytralt rom der du kan si alt uten å bli dømt, og du slipper å bære alt alene.

Du får hjelp til å forstå hva som skjer, og lærer nye måter å håndtere stress, sorg, uro og andre utfordringer. Tidlig støtte kan hindre at problemene vokser seg større, og det å be om hjelp er en viktig investering i egen helse og livskvalitet.

Fordi det er digitale tjenester, får du enkel tilgang til fagpersoner og kvalitetssikrede behandlingsforløp som passer deg og ditt behov, uansett hvor i landet du bor.

Nærmere beskrivelse finner du på pensjonistforbundet.no/medlemsfordeler

Hus og hjem



Seniorstrøm fra Ishavskraft

Stabil strømvare med påslag 7,12 øre, 0 kr. i månedsgebyr. Du får velkomstgave på 370 kr, deretter 370 kr tilbake hvert år du er kunde og alltid gratis papirfaktura.

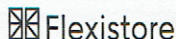
Telefon 77 66 65 00.



Isfritt varmematter

Du får 15 % rabatt på varmematter fra Isfritt. Dette gjør at du trygt kan ferdes utenfor hjemmet ditt uten å risikere fall på isen.

Telefon 404 02 404.
Rabattkode: pensjonisten15



Flexistore minilager

Du får 20 % rabatt uansett størrelse på lagerplassen., eller 50 % rabatt ved korttidslagring inntil 2 måneder.

Telefon 23 50 00 57.
Rabattkode: PF20



Fasadeprodukter

Som medlem får du 40-45 % på all solskjerming og garasjeporter.

Telefon 911 50 200.



Hadeland Glassverk / Porsgrunn Porselen

Som medlem har du alltid 15 % rabatt på produkter i nettbutikkene til både Hadeland Glassverk og Porsgrunn Porselen.

Rabattkode: pensjonistforbundet

Bil



Toyota og Lexus

2-6 % rabatt på kjøp av bil, samt rabatt på finansiering av bilkjøp. Medlemsbevis må fremvises ved kjøp



Mobile Oslo

3-11 % rabatt på kjøp av Opel og Citroen, i tillegg får medlemmer 20-25 % rabatt på hengerfeste, takstativ og hundebur.

Hotell og reise



Apollo

Du får 500 kr. i rabatt på pakkereiser. Rabatten gjelder for inntil 9 personer på samme bestilling. I høysesong er rabatten 350 kr.

Telefon 21 01 75 40.
Rabattkode: **PEN500**



Ringstad Resort i Vesterålen

20 % rabatt på rom og frokost.

Telefon 906 40 591.
Rabattkode: **Pensjonist**



Thon hotels

Har over 90 hoteller og som medlem får du 12 % rabatt på rom og frokost.

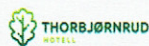
Telefon 21 49 69 00.
Rabattkode: **TH111017**, firma **PENS**



Nortrip-guiden

Gir tilgang til unike opplevelser og gratis overnatting med bil og campingvogn over hele Norge og Sverige.

Medlemmer får 20 % rabatt på appen.



Thorbjørnrud hotell

15 % rabatt fredag — søndag, unike pakkeopplevelser i samarbeid med Hadeland Glassverk.

Telefon 61 31 71 00.
Rabattkode: **Pensjonist15**



Solgården, Spania

Medlemmer får 1000 kr. i rabatt på enkelte turer, og betaler ikke ekstra for enkeltrom. Medlemskap må oppgis FØR bestilling.

Telefon 24 14 66 60.
Rabattkode: **PF1000**



Dag Aasbø Travel

Tilbyr egne medlemsreiser fra Oslo med norsk reiseleder og enkeltromsrabatt. Fra 2025 får medlemmer også 500 kr. i rabatt på ordinære reiser fra Tromsø, Trondheim, Bergen, Stavanger og Kristiansand.

Telefon 37 15 70 31.



Boreal Adventure

Arrangerer egne tematurer for medlemmer med Hurtigruten og Havila. Sterkt rabatterte priser. Noen turer uten enkeltomstillegg.

Telefon 51 82 02 10.



Go Nordic Cruiseline- Danskebåten

10 % helårsrabatt, og ekstra gode kampanjer innimellom.

Telefon: 23 22 76 66.



Fotefar Temareiser

1 000 kr. rabatt på alle reiser, samt 1 500 kr. rabatt på fem utvalgte reiser i året.

Telefon 918 20 304.
Rabattkode **PF1000**



Springtime treningsreiser

Du får 2 000 kr. i rabatt på treningsreiser for seniorer og vandring i Davos.

Telefon 22 88 10 00.
Rabattkode **PF2000**

Kultur



Filmweb kinoklubb

Som medlem kan du melde deg inn i Kinoklubben for kun 99 kr. og se 12 utvalgte storfilmer til halv pris.

Rabattkode: **pensjonist**



Filweb kinogavekort

Som medlem får du 10 % på kinogavekort.

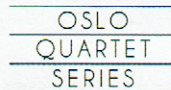
Rabattkode: **pensjonist**



Hadeland Glassverk

Opplevelsesturer til reduserte priser for medlemmer, opplev historisk vandring og glassblåsing på nært hold. Kan kombineres med overnatting på Thorbjørnrud hotell.

Rabattkode: **pensjonistforbundet**



Oslo Quartet Series

Du får 15 % rabatt på honnørprisen til konserter i kvartettserien.

Rabattkode: **pensjonist**



Bergen Kammermusikkforening

Du får 100 kr. i avslag på konsertbilletter.

Rabattkode: **pensjonist**



Riksteatret

Du får 30 % rabatt på ordinær billettpris til utvalgte forestillinger. Rabatten gjelder for bestilling innenfor en gitt tidsperiode. Følg med på våre nettsider.

Rabattkode: **Pensjonist**

Helse



iSteady

30 % rabatt på online interaktiv trening, utviklet av fysioterapeuter og spesielt tilpasset seniorer.

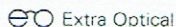
Rabattkode: **PF30**



Eyr

20 % rabatt på online psykolog, mentale selvhjelpsprogrammer og digital fysioterapi.

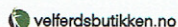
Rabattkode: **PF20**



ExtraOptical

Briller på nett. 15 % rabatt på allerede lave priser. Progressive briller fra 2 500 kr.

Rabattkode: **PF15EO**



Velferdsbutikken

Tilbyr hjelpemidler som kan gjøre hverdagen enklere. Du får 15 % rabatt på alle produkter i nettbutikken.

Rabattkode: **PF2020**



Trygg Partner AS

Tilbyr kurs i førstehjelp, og 15 % rabatt på produkter.

Rabattkode: **PENSJONISTEN**



Redningsselskapet

15 % rabatt på produkter i nettbutikken.

Rabattkode: **pfordel**

SeniorUni

senioruni.no

30 % rabatt på læring og foredrag.

Rabattkode: **PF2024**

Forsikring og advokattjenester

Legal24 Advokatfirma

Legal24 advokatfirma

30 min. gratis juridisk rådgivning, sterkt rabattert timepris, faste priser på blant annet fremtidsfullmakt og testament, samt tilgang til ulike digitale selvbetjente skjemaer.

Telefon 21 51 98 30.



Balder Forsikring

- Fast kontaktperson som du kan nå direkte. Ingen telefonkø og tastevalg.
- Mulighet for hjemmebesøk med gjennomgang av sikkerheten i din bolig. (foreløpig i de områder de er representert).
- Innboforsikring til faste priser, og med dekning av eiendeler hvis livsledsager bor på sykehjem.
- 15 % rabatt på Balders ordinære priser.

Les mer på nettsiden, eller ta kontakt på Telefon: 62 55 33 00 eller epost: kundeservice@balderforsikring.no

Kontaktopplysninger Pensjonistforbundet

Postadresse

Postboks 6714, St. Olavs plass
0130 Oslo

Besøksadresse:

Torggata 15
0181 Oslo

Fagforbundets medlemsregister

Tlf.: 23 06 40 00
medlemshjelpen@fagforbundet.no

pf@pensjonistforbundet.no
www.pensjonistforbundet.no

Telefon: 22 34 87 70
Åpent hverdager: 09:00 — 14:00

Pensjonistforbundets fylkesforeninger

Agder

Tlf.: 947 88 531
agder@pensjonistforbundet.no

Akershus

Tlf: 944 49 858
akershus@pensjonistforbundet.no

Buskerud

Tlf. 977 00 623
buskerud@pensjonistforbundet.no

Finnmark

Tlf. 948 90 412
finnmark@pensjonistforbundet.no

Hedmark

Tlf. 918 36 501
hedmark@pensjonistforbundet.no

Hordaland

Tlf. 463 21 535
hordaland@pensjonistforbundet.no

Møre og Romsdal

Tlf. 915 62 978
moreogromsdal@pensjonistforbundet.no

Nordland

Tlf. 955 23 615
nordland@pensjonistforbundet.no

Oppland

Tlf. 401 78 878
oppland@pensjonistforbundet.no

Oslo

Tlf. 466 10 030
oslo@pensjonistforbundet.no

Rogaland

Tlf. 474 45 363
rogaland@pensjonistforbundet.no

Sogn og Fjordane

Tlf. 916 62 513
sognogfjordane@pensjonistforbundet.no

Telemark

Tlf. 477 18 012
telemark@pensjonistforbundet.no

Troms

Tlf. 480 51 379
troms@pensjonistforbundet.no

Trøndelag

Tlf. 978 78 479
trondelag@pensjonistforbundet.no

Vestfold

Tlf. 904 29 807
vestfold@pensjonistforbundet.no

Østfold

Tlf. 690 01 444
ostfold@pensjonistforbundet.no

- Gode turmuligheter på merke turstier og fjellveier
- Mange fine sykkelveier i lett terreng
- Fiske i mange fjellvann
- Uteområde med aktiviteter for barn og voksne
- Støler i drift i nærområdet



Tlf. 32 08 46 22 info@rodungstol.no www.rodungstol.no

1956 M/S NORDSTJERNEN 2026



BLI MED PÅ EN AV VÅRE FANTASTISKE TURER:

01.03. – 13.03.2026: M/S «Nordstjernen» – 70-års jubileumsreise

08.06. – 16.06.2026: Langs Skottlands vakre kyst – Orknøyene og Hebridene

16.06. – 22.06.2026: Rundreise Shetland — Drømmeøyene i vest

22.06. – 28.06.2026: Rundreise Bergen – Shetland – Orknøyene: Klipper, lundefugl og historie

09.08. – 21.08.2026: Hvor vestavinden går — Oppdagelsesreise til Shetland og Færøyene

For informasjon og bestilling:

booking@vestlandclassic.com
www.vestlandclassic.com Telefon 488 82 173



Tørr hud?

Optima pH4 Hudvask

- gjør at huden di tåler hyppig vask utan å tørke ut
- forebygger og pleier huden
- passer godt til handvask, dusjing, fotbad m.m.

Utan parfyme. Låg pH.



Optima Produkter AS
5600 Norheimsund, Tlf. 56 56 46 10

www.optima-ph.no

Kjøp sokker som ikke strammer

A
AMETRINE

- Slitesterke kvalitetssokker
- Fornøyde kunder siden 1997
- Norsk nettbutikk med god service

Ull Flex

- Uten søm over tærne - viktig for diabetikere
- Tynn og svært elastisk
- 80% myk kløfri merinoull

Sort, naturhvitt
Str. 33-35, 36-39, 40-44, 45-48



Art. 115

349,-
for 2 like par

Tynn ullsokk

- Vår bestselger i ull
- Sitter godt på foten
- Ekstrem slitestyrke
- 60% myk kløfri merinoull

Hvit, grå, beige, sort
Str. 33-35, 36-39, 40-44, 45-48



Art. 113

599,-
for 5 like par
For 2 like par: 299,-

Tynn bomullsokk

- Vår bestselger i bomull
- Svært elastisk
- Sitter godt på foten
- 65% myk bomull

Hvit, grå, beige, sort
Str. 33-35, 36-39, 40-44, 45-48



Art. 111

399,-
for 5 like par
For 2 like par: 199,-

Kongesokken

- Vår varmeste sokk
- 50% myk aplakka
- Allergivennlig
- Tykk og elastisk

Str. 34-36, 37-39, 40-43, 44-47



Art. 451

399,-
per par

Svært behagelig undertøy fra Speidel
Ull, bomull eller bambus fra str. 38-48

Bestill på ametrine.no
eller ring 72 48 16 67
Små pakker leveres i postkassen