



Pressmeddelande 2013-07-11

# 10 000 pensionärers bästa råd till yngre

**Pensionärer njuter mest av friheten och råder yngre att ta hand om sin hälsa för ett bättre liv. Det bästa tipset från pensionärer när det gäller den egna ekonomin är att planera för sin pension. Det visar svar från 10 000 engagerade pensionärer när AMF frågade om goda råd och tips till yngre generationer.**

– Råd om hur vi ska få ett bra liv sköljer över oss dagligen, men det är inte ofta som de kommer från dem med lång livserfarenhet. De borde veta bäst tänkte vi och därför frågade vi pensionärerna själva och fick fler svar än vad vi hade kunnat drömma om, säger Carina Blomberg, trygghetsekonom AMF.

## Lär dig planera för din pension

Engagemanget var stort när AMF frågade sina kunder som är pensionärer om goda råd till yngre generationer. När det gäller ekonomin var det hetaste tipset ”lär dig hur du planerar för din pension”. Det svaret gav en tredjedel av pensionärerna. Därefter var ”håll igen på utgifterna” ett råd som många gav. De bästa tipsen när det gäller sparande är att börja tidigt i livet och i trygga sparformer.

## Ta hand om hälsan

För ett gott liv svarade nästan hälften att det var viktigt att ta hand om hälsan och en femtedel uppmanade till att vara positiv - för då går det bra.

– Jag tycker det är mycket goda råd vi får ta del av. Det råder inget tvivel om att hälsan är viktig för välbefinnandet och ett positivt tänkande mår nog alla bra av. Det som pensionärerna upplevde som mest överraskande handlade främst om tiden, till exempel att man hade mycket att göra och att tiden inte räckte till, säger Carina Blomberg.

## Nöjd med friheten

På frågan vad de var mest nöjda med svarade de flesta något som var kopplat till frihet. Många av svaren handlade om att de njöt av att kunna styra dagen som de ville och att de inte behövde passa några tider.

Frågorna gick via e-post under april till 58 000 kunder hos AMF som är pensionärer, varav cirka 10 000 svarade.

Pressbilder och resultaten från hela undersökningen finns på AMFs medierum: <http://media.amf.se>

## För mer information, kontakta:

Carina Blomberg, trygghetsekonom AMF: 070-311 74 93, [carina.blomberg@amf.se](mailto:carina.blomberg@amf.se)

Emelie Ericson, PR och Information AMF: 070-208 24 32, [emelie.ericson@amf.se](mailto:emelie.ericson@amf.se)

AMF är pensionsbolaget för alla som söker enkla och trygga pensionslösningar med hög avkastning till låg kostnad. Svenskt Näringsliv och LO äger till lika delar aktiebolaget AMF som drivs enligt ömsesidiga principer där vinsten i sin helhet tillfaller spararna. Koncernen AMF förvaltar totalt cirka 426 miljarder kronor i aktier, fastigheter och räntebärande papper åt cirka 3,8 miljoner sparare. AMF Fastigheter AB och AMF Fonder AB är helägda dotterbolag till AMF.