

22 000 AMF-pensionärer:

Relationen till nära och kära fördjupas när man går i pension

Pensionärer som har många aktiviteter är mer tillfredsställda med sitt liv. Hälften (51 procent) av de som har sju aktiviteter eller fler menar att livet som pensionär är bättre eller mycket bättre än vad de förväntade sig, medan bara 35 procent av de som har fyra eller färre aktiviteter känner likadant. Pensionärer som har fullt upp uppger även i större utsträckning att pensioneringen har inneburit bättre relation till partner, barn, barnbarn och vänner. Dessutom sover de bättre. Det visar svaren från över 22 000 av AMFs pensionärer.

Av de som lever i en parrelation uppger var femte person (21 procent) att pensioneringen har inneburit att relationen till partner har förbättrats. Tre av fyra (75 procent) uppger att relationen till sin partner är oförändrad och enbart 4 procent menar att den egna pensioneringen har resulterat i en sämre relation.

– Bilden av att par som går i pension har svårt att hantera ökad tid med varandra visar sig vara raka motsatsen. De flesta uppger att relationen till sin partner är densamma eller blir bättre i och med pensioneringen. Man har också mer tid för vänner, barn och barnbarn säger Dan Adolphson, trygghetsekonom på AMF

Undersökningen visar också att relationen till familj, släkt och vänner förbättras, tendensen är mer positiv hos kvinnor. Var fjärde kvinnlig pensionär (25 procent) har fått en bättre relation till vänner medan endast 15 procent av männen instämmer i samma påstående.

Efter yrkeslivet värdesätts tid för personliga intressen enligt 74 procent av de svarande. Läsning, kurs och distansutbildningar samt hantverk och skapande är betydligt vanligare bland kvinnor än bland män. Många värdesätter även tid med familj och vänner att följt av träning samt resor. Kvinnor tar i högre utsträckning än män hand om yngre och äldre familjemedlemmar samt volontärbetar.

Fyra av tio (41 procent) menar att de är mer fysiskt aktiva som pensionärer. Nästan var tredje pensionär (29 procent) uppger att de sover bättre nu än när de jobbade, jämfört med 15 procent som uppger att sömnen har påverkats negativt. Även här är det tydligt att personer med många aktiviteter rör sig mera och sover bäst.

– Som pensionär har man mer tid för sina intressen. De som har ett rikt socialt liv och många hobbys är mest nöjda med tillvaron. Har man dagarna fulla med aktiviteter så verkar man även sova bättre på natten säger Dan Adolphson.

Undersökningen låg som en länk i ett informationsmail som i juni 2017 skickades till AMF-kunder som får pensionsutbetalning och är 55 år äldre. Totalt svarade 22 703 personer (varav 56 procent män och 44 procent kvinnor) vilket motsvarar en svarsfrekvens på 14 procent. Undersökningen och pressbilder finns bifogat och går även att ladda ner från AMFs medierum.

För ytterligare frågor, kontakta:

Dan Adolphson, trygghetsekonom AMF, 070-249 31 54, dan.adolphson@amf.se
Johanna Sarfati, kommunikation AMF, 070-649 84 47, johanna.sarfati@amf.se

AMF är pensionsbolaget för alla som söker enkla och trygga pensionslösningar med hög avkastning till låg kostnad. LO och Svenskt Näringsliv äger till lika delar aktiebolaget AMF som drivs enligt ömsesidiga principer där vinsten i sin helhet tillfaller spararna. Koncernen AMF förvaltar totalt cirka 580 miljarder kronor i aktier, fastigheter och räntebärande papper åt cirka 4 miljoner sparare. AMF Fastigheter AB och AMF Fonder AB är helägda dotterbolag till AMF.

Bilaga

Hur spenderar du din tid som pensionär? (flera svar möjliga)

Tid själv för personliga intressen/hobbies	74%
Träffar familj	50%
Träffar vänner	48%
Reser	49%
Läser	45%
Volontärbete	6%
Engagerar mig i förening	20%
Engagerar mig i politiska, sociala eller religiösa organisationer	5%
Tränar (eller annan fysisk aktivitet)	48%
Hantverk och skapande (tex bild och keramik)	12%
Kurs och distansutbildning (tex språk och dans)	5%
Tar hand om andra (äldre och yngre familjemedlemmar och vänner)	16%
Arbetar (heltid eller deltid)	16%
Deltar i pensionärsorganisation	10%
Dejtar	2%
Annat	15%
Vet ej	0%
Genomsnittligt antal aktiviteter	

Totalt	Kvinnor	Män
74%	73%	75%
50%	62%	40%
48%	61%	38%
49%	54%	45%
45%	63%	31%
6%	8%	4%
20%	19%	21%
5%	5%	5%
48%	55%	43%
12%	17%	8%
5%	8%	3%
16%	23%	10%
16%	16%	17%
10%	13%	8%
2%	1%	2%
15%	13%	16%
0%	0%	0%
	4,9	3,7