



Årsberetning Seniornett Norge 2025

Vedtatt av Landsstyret 18. mars 2026

Innholdsfortegnelse

Seniornett Norges samfunnsoppdrag	3
Sammen for digital mestring	3
Landsmøte 2025 – sammen for digital mestring	4
Landsstyre - valgt på landsmøte i mai 2025	5
Ansatte og sekretariat.....	5
Studieforbundet Livslang læring	6
Medlemmer og våre tilbud til dem	7
Medlemsutvikling.....	7
Datahjelp på telefon.....	7
Datahjelp ansikt til ansikt	9
Elektronisk nyhetsbrev til medlemmer	9
Magasinet Seniornett.....	10
Nettsted: seniornett.no.....	11
Håndbøker, temahefter og andre ressurser	11
Opplæringsfilmer.....	12
Datakurs i Dronningens gate.....	13
Seniornett Norge på sosiale medier (SoMe)	13
Våre lokalforeninger	15
Andre prosjekter	20
Synlighet, påvirkning og politisk arbeid	22
Grunnfinansiering via statsbudsjettet	22
Samarbeidsforum for økt digital inkludering - Digdir.....	23
Politikere og andre kontakter	23
Samarbeid med andre organisasjoner.....	24
Ambassadør Lise Fjeldstad	28
Synlighet i media.....	29

Seniornett Norges samfunnsoppdrag

Seniornett Norge er en frivillig og ideell medlemsorganisasjon som arbeider for digital inkludering av seniorer. Vi skaper faglige og sosiale arenaer der seniorer skaffer seg digitale kunnskaper og ferdigheter. Seniornett er landsomfattende og basert på lokale foreninger. Kjernen i Seniornetts virksomhet er at eldre hjelper eldre.

Sammen for digital mestring

Det er Datakafe på Røa. Det er en-til-en veiledning på Lillehammer. Det er medlemsmøte i Nord-Odal. Det er kurs i Tønsberg. Det er Seniornett. Hver uke, hver måned, hele året.

Forrige årsmeldings innledning sluttet med: Gled deg til neste årsmelding. Det var en dristig spekulasjon, men her er den, årsmelding 2025. Det går an å bli glad av å bla seg gjennom fjorårets mange tiltak og aktiviteter. Årets høydepunkt var landsmøtet i mai, der vi var sammen for digital mestring. Vi fikk ny strategiplan, ny visjon og nye verdier: Nærhet, trygghet, og glede. Seniornett skal fremme gleden ved å lære, også i sosiale fellesskap. Vi skaper digital mestring i den enkeltes hverdag, som bidrar til glede, livskvalitet og inkludering, som det heter i strategiplanen.



Men hvordan gå fra ord til handling? Straks etter landsmøtet nedsatte det nye landsstyret fire arbeidsgrupper som skulle følge opp hver sin operative plan fra strategien: En plan for foreninger og frivillighet, en for kommunikasjon, en for kommunekontakt og en for rekruttering av nye medlemmer. Både landsstyremedlemmer, foreningsmedlemmer og ansatte arbeidet sammen hele høsten, og ved inngangen til 2026 settes planene ut i livet.

Digital mestring blir ikke utdatert med det første, og behovet for Seniornett øker for hvert år. Det er stadig altfor mange som er digitalt sårbare, særlig blant eldre. Seniornetts styrke og verdi er medlemmene og alle frivillige veiledere og hjelpere. Derfor er det viktig å få stadig flere medlemmer, og stadig flere hjelpere. Det må til for at vi skal oppfylle vårt formål, vår visjon. Årsmelding 2025 viser at vi er på vei, at aktiviteten øker, at flere blir med.

Norge blir ikke verdensledende i digital kompetanse i befolkningen uten at de som befinner seg i livets siste tredjedel også er med. Det er derfor skuffende at det offentlige tilskuddet til Seniornett Norge stagnerer i 2026, mens vi fikk en pen økning i 2025. Her må regjering, departement og Storting kjenne sin besøkelsestid, og sørge for et økt tilskudd som gjør Seniornett i stand til å utføre vårt samfunnsoppdrag.

Takk til alle – landsstyre, lokalforeninger, medlemmer og ansatte – som har bidratt til den rike aktiviteten i alle ledd i vår organisasjon som gjenspeiles i det dokumentet du nå leser.

Landsstyrets leder

Sturla Bjørnaker

Landsmøte 2025 – sammen for digital mestring

22. og 23. mai 2025 avviklet Seniornett landsmøte på Thon Hotel Oslo Airport, med nær 130 delegater, observatører og gjester.

Landsmøtet brakte Seniornett store og lange steg framover: Nye tidstilpassede vedtekter. Mønstervedtekter til lokalforeningene. Ny strategiplan. Nytt design. Ny visjon. Nytt landsstyre. Ny kontingent. Stor tillit og politisk støtte fra digitaliseringsminister, Karianne O. Tung, som gjestet møtet.

«Jeg er imponert over deres arbeid. Dere hjelper til med at eldre mennesker kan ha en ok og verdig hverdag hvor de kan klare seg selv, det er utrolig verdifullt.»



Landsmøtet ble ønsket velkommen til vertskommunen av ordfører i Ullensaker, Ståle Lien Hansen. Han takket Seniornett generelt, og Seniornett Ullensaker spesielt, for det viktige arbeidet som gjøres og hva det faktisk betyr:

«Seniornett gjør en forskjell for hele Norge.»

Det var stor aktivitet og mange friske diskusjoner på landsmøtet. Strategiplan for Seniornett 2025-2030 ble vedtatt, med helt konkrete og operative mål for organisasjonen de neste fem årene. Ny visjon, sammen for digital mestring, ble lansert samt Seniornetts tre verdier: Trygghet, nærhet og glede.



Seniornett

Sammen for digital mestring

Seniornetts logo ble finpusset og modernisert i 2025 – det ble også vår fargepalett og designmanual. Dette ble for første gang tatt i bruk og vist fram på landsmøtet. Så var også presiseringen i vedtektene om at det nå heter Seniornett



Norge når vi snakker om hele organisasjonen og lokalforeninger når vi snakker om våre gode lag rundt om i landet.

Landsstyre - valgt på landsmøte i mai 2025

Leder Sturla Bjerkaker
 Nestleder Trine Christensen
 Tore Vimme
 Gunvor Holst
 Eivind Thoresen
 Lisbeth Johansen
 Kristi Østtveit Odéen
 Inger Aarvig
 Pia Boholm (ansatt-representant,
 ikke valgt på landsmøte)



Eivind Thoresen var ikke til stede da bildet ble tatt

Ansatte og sekretariat

Seniornett hadde i 2025 en administrasjon og et sekretariat bestående av 5,63 stillingsandeler. Disse fordelte seg på sju ansatte, hvor av fem heltidsstillinger.

Det er fire kvinner og tre menn ansatt i Seniornett. Langtidsmeldt sykefravær var på 0 prosent i 2025.

Administrasjonen i Seniornett holder til i Dronningens gate 6 i Oslo sentrum. Lokalene inneholder kontor, kjøkken, spiserom samt et kombinert kurs- og møterom.

I lokalene er det plass til frivillige som bidrar med datahjelp og produserer Seniornett magasinet i samarbeid med administrasjonen.

Ansatte i administrasjonen:

Hanni Winsvold Petersen,
 generalsekretær
 Kirsten Moe, nestleder og
 kontorsjef
 Pia Boholm, Seniorrådgiver
 Helge Selstø,
 organisasjonskonsulent
 Morten Bolstad, organisasjonskonsulent
 Roar Kristiansen, organisasjonskonsulent
 Hanne Liabakken, organisasjonskonsulent



Frivillige fast på kontoret:

Dag Gravem, datahjelpen
 Rolf Haukeberg, administrasjonen

Økonomi

Inntekter

Regnskapet for 2025 viser en inntekt på 11,01 millioner kroner, en økning på 1,77 millioner fra 2024.

Seniornett Norge mottok 5 millioner kroner i ordinær driftsstøtte over statsbudsjettet via Digitaliserings- og forvaltningsdepartementet, kap. 1541 IT- og ekompolitikk, post 70 Forvaltningsutvikling, IT- og ekompolitikk i 2025. Dette var en økning på 1,63 millioner kroner fra 2024.

Seniornett fikk i 2025, etter søknad, for første gang tilskudd til landsdekkende pensjonistorganisasjoner over statsbudsjettets kapittel 0621 post 74. Dette utgjorde 595 964 kroner.

Inntekt fra medlemskontingent utgjorde 3,73 millioner kroner i 2025, hvorav 1,23 millioner kroner ble overført til lokalforeningene.

Samlede prosjektinntekter i 2025 utgjorde 551 897 kroner.

Kostnader

Driftskostnadene i 2025 var på 11,08 millioner kroner, mot 9,17 i 2024. Økningen på 1,91 millioner kroner skyldes blant annet økte lønnskostnader i forbindelse med at alle stillinger igjen var besatt gjennom hele året, arbeid med nytt nettsted, samt avvikling av landsmøtet.

Resultat

Resultatet i 2025 viser et overskudd på 152 213 kroner.

Studieforbundet Livslang læring

Seniornett Norge er medlem av Studieforbundet Livslang Læring. Dette betyr at Seniornett Norge og lokalforeningene er berettiget til opplæringstilskudd om opplæringen oppfyller kravene i Voksenopplæringsloven.

Støtten Seniornett fikk utbetalt for 2025, ble fordelt til lokalforeningene i henhold til innrapporterte deltagere og timer i 2024, som vises i tabell til høyre.

Forening	Antall deltagere	Timer	Fordeling 2025 - 2024, kroner pr. time
Seniornett	127	152	36 345
Lokalforeningene	1310	838	194 850
Arendal	82	85	19 764
Eid	97	56	13 021
Førde	201	97	22 554
Nesbyen	4	8	1 860
Furuset	21	8	1 860
Dovre	235	168	39 063
Holmlia	71	58	13 486
Elverum	42	61	14 184
Drammen	128	76	17 672
Tønsberg	16	8	1 860
Røros	40	78	18 137
Stange	8	12	2 790
Nord-Odal	233	50	11 626
Gjesdal	107	47	10 928
Tante Emmas hus	4	4	930
Ås	21	22	5 115
SUM	1437	990	230 197

Medlemmer og våre tilbud til dem

Seniornetts medlemmer er kjernen i all vår virksomhet, og det er dem vi jobber for!

Medlemsutvikling

Seniornett har i mange år hatt et mål om å øke medlemsmassen. Både fordi vi vet at potensialet er stort – det er mange som har bruk for Seniornetts tjenester. Samtidig trenger vi flere medlemmer for å bli sterkere som organisasjon og få større politiske muskler når vi snakker på vegne av målgruppa.

Erfaringsmessig er det likevel krevende å få til en netto vekst av medlemmer. Vi vokser med opp mot 15 prosent nye medlemmer i året, men har stort sett et like stort frafall. Seniornett har en godt voksen medlemsmasse, og gjennomsnittsalderen på medlemmene var i 2025 på 79 år. Dette er en sårbar gruppe med tanke på både rekruttering og frafall.

I 2025 lykkes vi imidlertid med en nettotilvekst, og endte med en netto økning på 511 medlemmer, mot en netto nedgang året før på 72 medlemmer. Totalt hadde vi 9 817 medlemmer ved årsskiftet, som betyr en netto tilvekst på 4,5 prosent fra året før (9 209 antall betalte innen 31.12.25).

Medlemstall og utvikling

2021	2022	2023	2024	2025
8 884	9 179	9 502	9 400	9 817

Datahjelp på telefon

Et viktig tilbud i Seniornett er datahjelp på telefon. Tjenestene er forbeholdt medlemmer og inkludert i medlemskontingenten.

Datahjelpen er åpen fem dager i uken fra klokken 09.00 til 15.30. Datahjelpetelefonen er i hovedsak bemannet med frivillige. Tre sluttet i 2025, men ni nye på datahjelpen kom til. Det er til sammen 19 frivillige pluss flere av de ansatte, som betjener datahjelp-telefonen.





Roar i administrasjonen koordinerer datahjelp-virkosmheten, og sørger for opplæring og oppfølging av de frivillige som bemanner tjenesten.

Datahjelperne møtes til to årlige samlinger, vinter-pizza og høst-pizza. Her deler de erfaringer, går igjennom rutiner og prosedyrer og får faglig påfyll.

En populær tjeneste

Datahjelpen på telefon er en populær tjeneste i Seniornett, og vi får svært gode tilbakemeldinger fra dem som benytter seg av tilbudet. Medlemmene opplever å få god hjelp, tilpasset deres datafaglige nivå og med akkurat det de trenger hjelp til.

Antall innkomne samtaler fordelt på temaer

Tema	2024	2025
E-post	846	774
PC/Mac	1050	1287
Mobil/Nettbrett	364	522
Utstyr	419	471
Passord/Pålogging	181	152
Sosiale medier	95	109
Office	321	350
Nettsteder/Programmer	507	497
Sikkerhet	122	206
Veiledning	196	211
Andre henvendelser	444	414
Generell		414
Totalt antall henvendelser	4 545	5247



Antall henvendelser på datahjelpen økte i 2025 med 13 prosent fra året før, noe som synliggjør behovet. Det har i snitt vært 276 telefoner per datahjelper i løpet av året.

Datahjelp-samtalene kan ta tid, og de kjennetegnes av tålmodige og kompetente datahjelperer som bistår innringer med akkurat det medlemmet trenger hjelp til.

Datahjelperne benytter fjernhjelp med TeamViewer ved behov, og kan på denne måten hjelpe medlemmet med problemet inne på enheten.

Datahjelp ansikt til ansikt

Seniornett tar også imot besøk på kontoret i Dronningens gate 6 i Oslo, hvor noen av de frivillige har timebestilling for ansikt-til ansikt-hjelp for medlemmer i Seniornett.

I 2025 hadde Seniornett i Dronningens gate 420 veiledninger ansikt til ansikt.

Seniornett har også en avtale med Deichmann Bjørvika i Oslo om dropp inn-datahjelp hver torsdag fra kl. 13.00 til 15.00. En frivillig fra Seniornett og en representant fra Deichmann er til stede i 4. etasje på Deichmann Bjørvika hver torsdag. I 2025 var det 330 veiledningssesjoner på Deichmann i Bjørvika.



Elektronisk nyhetsbrev til medlemmer

Vi sendte ut 43 nyhetsbrev til våre medlemmer i 2025, med i snitt tre artikler pr. utsending, og 129 artikler til sammen.

Sentrale temaer i nyhetsbrevene:

- Nyheter og aktualiteter
- Aktiviteter i Seniornett
- Sikkerhet
- PC-Windows-MAC
- Nettbrett og mobiltelefoner
- Anbefalte apper og nettsteder
- Generelle artikler om digitale problemstillinger, f.eks. kunstig intelligens (KI)
- Sosiale medier



Seniornett var i oktober med på Nasjonal sikkerhetsmåned. Da ble det også i nyhetsbrevene satt ekstra søkelys på sikkerhet og digital beredskap.

Hvor mange leser nyhetsbrevene?

Åpningsraten, det vil si hvor mange av dem vi sender til som faktisk åpner e-posten, lå i 2025 ganske stabilt på mellom 60 og 70 prosent. Klikkraten, det vil si hvor mange som faktisk klikker på en av lenkene i e-posten, varierer noe mer og ligger gjerne mellom 15 og 30 prosent.

Artiklene med flest klikk:

- Hva skjer med Windows10 etter oktober 2025
- Apper som sporer deg
- Teknologi for eldre
- Din digitale beredskapskasse
- Skylagring

Magasinet Seniornett

Seniornetts magasin kom i 2025 ut to ganger i papir-format, sendt hjem til alle medlemmer. Magasinet ble også sendt alle folkebibliotekene i Norge. Utgivelsene kom i 2025 ut i juni og november, begge ganger med et opplag på 14 000. I vårens utgave var hovedtemaet for magasinet digital trygghet og sikkerhet, i høstens hverdagsteknologi. En universelt utformet digital utgave av magasinene publiseres også på seniornett.no.

Magasinet ble i sin helhet produsert av frivillige seniorer, som har lagt ned mye arbeid i at språket skal være så enkelt som mulig, uten datatekniske ord, og at innholdet er tilpasset målgruppens interesseområder og problemstillinger.

Høsten 2025 ble det gjennomført en digital leserundersøkelse av magasinet. 357 personer svarte på undersøkelsen, noe som utgjør mindre enn 4 prosent av vår medlemsmasse. Her er noen hovedfunn fra svarene:

- 65 prosent leser nesten alt innholdet i magasinet
- 77 prosent bruker en time til flere timer på å lese magasinet
- 92 prosent mener innholdet er nyttig og svært nyttig for dem
- 63 prosent mener magasinet gjør dem tryggere i bruk av digitale verktøy
- 92 prosent lærer noe nytt av magasinet
- På en skala fra 1 til 5 lander utvalget på 4,2 på hvor fornøyde de er totalt sett og på 3,8 på hvor viktig magasinet er for deres medlemskap i Seniornett

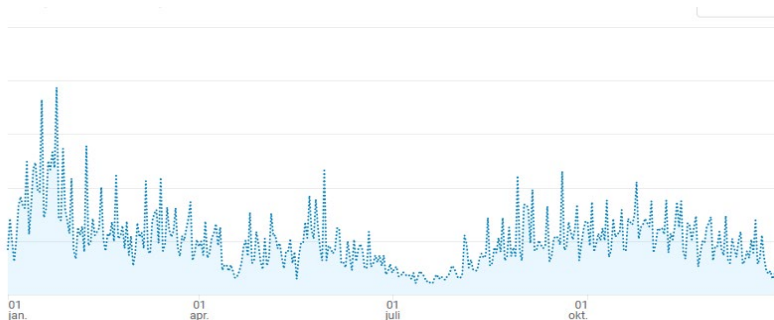


Nettsted: seniornett.no

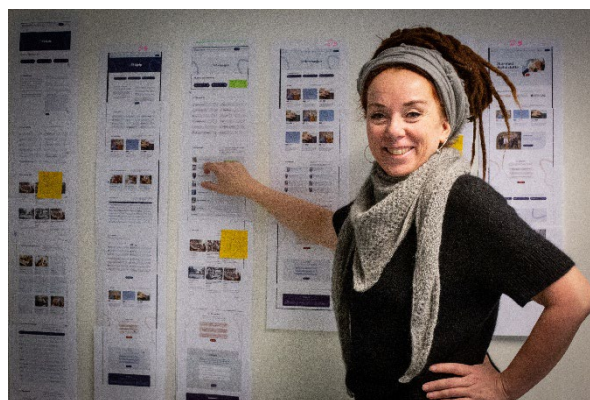
Seniornett.no er Seniornetts primære informasjonskanal utad, og inneholder blant annet:

- Opplæringsstoff samt tips og triks, som også deles i det ukentlige nyhetsbrevet til medlemmene
- Generell informasjon om Seniornett
- Lokalforeningenes undersider, hvor de kan informere om sin aktivitet
- Ressursspakke for lokalforeningene

Seniornett bruker Google Analytics som statistikkverktøy. I 2025 viste den totalt 371 271 sidevisninger og 75 964 aktive brukere på seniornett.no.



Dagens nettsted er noen år gammelt og det er behov for fornying og oppgradering når det gjelder utseende, funksjonalitet og brukervennlighet. I 2025 påbegynte Seniornett, i samarbeid med Mediebruket, arbeidet med å bygge opp et nytt nettsted. Dette lanseres våren 2026. Kirsten i administrasjonen er prosjektleder for nytt nettsted - det er mange detaljer å holde styr på.



Håndbøker, temahefter og andre ressurser

I 2025 gjorde vi en oppdatering av temaheftene vi har for salg og som brukes på kurs i Seniornett. Vi utarbeidet to nye håndbøker, skreddersydd for henholdsvis datahjelpere og veiledere i Seniornett.

Følgende hefter er oppdatert og ferdigstilt

Hefte	Ferdigstilt
Arkiv og bilde	28. oktober 2025
Digital Arv	06. oktober 2025
Facebook	25. september 2025

Kunstig intelligens	18. november 2025
Sikkerhet og vedlikehold	27. oktober 2025
Slektsforskning	10. oktober 2025
Windows 11	27. oktober 2025
Windows 10	27. oktober 2025
Nettbrett Android	31. desember 2025
Nettbrett iPad	31. desember 2025
Digital sikkerhet	23. september 2025

Håndbøker og annet internt

Håndbok	Ferdigstilt
Håndbok for veiledere	12. desember 2025
Håndbok for datahjelpere	31. desember 2025
Etiske retningslinjer og varslingsrutiner for Seniornett	Høsten 2025



TeamViewer er det programmet du må ha på PC-en din for at våre datahjelpere skal kunne fjernstyre din PC. Se på videoen og lær raskt hvordan du skal gjøre for å installere TeamViewer.



I denne videoen skal du lære hvordan du åpner et program på PC-en din. Vi løser deg triksene du kanskje ikke kjenner.



I denne videoen skal du lære hvordan du kan slette mange e-poster på en gang. I dette eksemplet bruker vi Gmail.



Hvis du har treg PC, kan det være fordi du har altfor mye på disken din. I denne videoen lærer du hvordan du ser om disken begynner å bli full.



Har du latt på hvor alt du laster ned fra internett finner, da må du se denne videoen og få svar på det.



Når du skal søke på internett er det ikke alltid du finner rett nettsted. I denne videoen bruker vi adressefeltet både til navigering til nettsted og til søk, se hvordan her.



Synes du alt på nettsiden blir for smått, her viser vi deg en superenk metode for å forstørre alt innhold og også komme tilbake til vanlig visning igjen etterpå.

Opplæringsfilmer

I 2025 har vi produsert syv opplæringsvideoer. Dette er korte filmer på under tre minutter, og som er laget for å belyse enkle problemstillinger med bruk av multimedia.

Tanken er at den som ser videoen lettere kan tilegne seg kunnskapen ved at videoene viser hvordan handlingene utføres.

Alle videoene er tekstet. Der det er nyttig, er det også lagt på store piler som peker til ikoner og annet der man skal klikke eller dobbeltklikke. Alt dette er for å gjøre videoene så tilgjengelig som mulig for alle.

Verktøyene som brukes for å produsere videoene er gratis. Selve videoproduksjonene gjøres i VSDC, som er et avansert videoprogram. Grafikk og spesialtilpasninger gjøres i Canva

Datakurs i Dronningens gate

Seniornett gjennomførte til sammen ni to-dagers kurs og to én-dagers kurs i Dronningens gate i 2025. De mest populære kursene i 2025 var *Grunnkurs Windows*, *Kunstig intelligens* og *Sikkerhet og vedlikehold*, kurs det alltid har vært stor rift om. Vi satte i tillegg opp kursene *Arkiv og bilde*, *Skylagring Google Drive/Foto*, *Skylagring OneDrive*. Vi måtte avlyse *Grunnkurs Nettbrett*, på grunn av for få påmeldte. Det kan se ut til at det er flere som bruker PC enn nettbrett av de som melder seg på våre kurs i Oslo. Dette er interessant, da normen for resten av landet er omvendt og at nettbrett generelt sett er mer brukt enn PC i vår målgruppe.



Kursene i 2025

Type kurs	Antall kurs	Antall deltakere
Grunnkurs Windows	2	23 deltakere
Arkiv og bilde	2	20 deltakere
Kunstig intelligens	3	37 deltakere
Sikkerhet og vedlikehold	2	21 deltakere
Skylagring Google Drive/Foto	1	9 deltakere
Skylagring OneDrive	1	10 deltakere
Totalt	11	120

Seniornett Norge på sosiale medier (SoMe)

Seniornett var aktivt til stede på både Facebook og Instagram gjennom hele 2025. Vi har også laget kontoer på LinkedIn, TikTok og Hudd. På YouTube har vi konto, men denne bruker vi kun til å legge ut videoer som deretter publiseres på egne nettsider.

Alt vi publiserer på nettsidene våre under Tips og Triks, som ofte også er en artikkel i nyhetsbrevet, publiserer vi i tillegg på Facebook. Dette for å nå frem til ikke-medlemmer, få dem interessert i Seniornett og til å melde seg inn.

Totalt hadde vi 340 072 visninger på Facebook i 2025. Vi gjennomførte flere kampanjer med videoer på høsten. Disse resulterte i over 90 000 visninger av videoene og annonsene vi laget.

Seniornett
Publisert av Helge Selstø · 14. desember 2025 ·

Årets julegave: Gavemedlemskap i Seniornett
Den digitale utviklingen går raskt og det er vanskelig å henge med for noen og hver. Som medlem i Seniornett har du tilgang... [Se mer](#)



SENIORNETT.NO
Årets julegave: Gavemedlemskap i Seniornett Norge - Seniornett Norge

Julegavemedlemsskap: 27 828 visninger

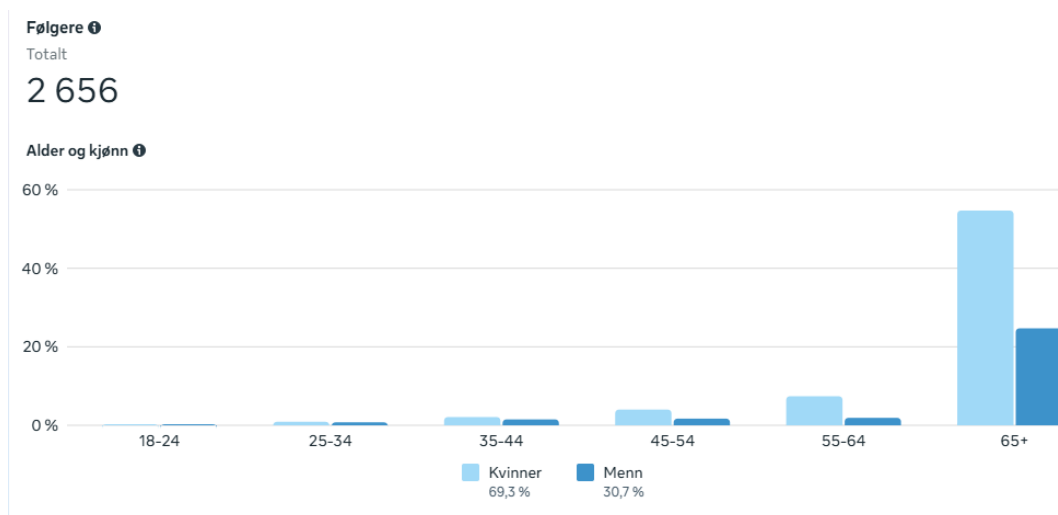
... *Lise Fjeldstad anbefaler Seniornett: 54 750 visninger*



Vi hadde i tillegg to plakater på Facebook i 2025 med oppfordring om å melde seg inn, hver med over 10 000 visninger.

Vi har ingen eksakte tall på hvor mange medlemmer vi har fått via Facebook, men vi hadde i 2025 en klar økning i medlemsmassen – og økningen var sammenfallende i tid med kampanjene på Facebook.

Hvem følger Seniornett på Facebook?



Vi ser at vårt publikum på sosiale medier stort sett er seniorer. Eldre er generelt den gruppen som er mest aktiv på Facebook og dessuten dem vi henvender oss til. Det er 70 prosent kvinner og 30 prosent menn som følger oss på Facebook. Per 31.12.2025 hadde vi 2656 følgere, en god økning fra samme tid året før.

Andre sosiale medier

- På Instagram hadde vi 44 innlegg i løpet av 2025 og en økning fra 0 til 50 følgere.
- LinkedIn ble ikke brukt til annet enn å legge ut annonse for ledig kontorlokale.
- TikTok og Hudd begynte vi så vidt å ta i bruk. Det er ikke mange seniorer som er aktive på TikTok, men en del seniorer følger med fordi barnebarna er der.

Våre lokalforeninger

Ved utgangen av 2025 var det 195 registrerte lokalforeninger i Seniornett fordelt rundt om i hele landet.

Nye lokalforeninger som kom til i 2025
Ringsaker, Averøy, Stord og Aukra.

Nedlagte lokalforeninger i 2025

Grane, Time, Nittedal, Rustad, Blærekreft Norge, Fjellhaug, Rygge, Hyllestad, Sør-Varanger, Loppa, Sel, Bøler, Røldal, Ørland, Ytrebygda, Flesberg, Nesodden, Vadsø, Vardø, Molde/Fannefjord og Tjeldsund.



Fellesnevner for at disse ble lagt ned, var mangel på frivillige som kan drifte foreningen og organisere aktivitet. I tillegg fusjonerte Asker og Røyken.

Veiledningstilbud i samarbeid med Nesodden kommune

I samarbeid med Nesodden kommune og Seniornett Nesodden gjennomførte vi et veiledningstilbud i 2025. Målet var å styrke den digitale kompetansen blant innbyggerne og forsøksvis blåse liv i Seniornett Nesodden, få på plass nye medlemmer og nye frivillige til å drifte lokalforeningen videre.

Fra februar til april ble det arrangert fire kurs og to foredrag på Nesodden, om grunnleggende mobil, nettbrett og PC, samt kurs innen digital sikkerhet og kunstig intelligens. 88 seniorer deltok i tilbudet og tilbakemeldingene var positive. De trakk frem nyttig innhold, god individuell veiledning og økt trygghet i en digital hverdag som spesielt positivt.

Aktiviteten klarte dessverre ikke å revitalisere Seniornett Nesodden.

Aktivitet i lokalforeninger

Hvert år etterspør administrasjonen aktivitetsrapporter fra lokalforeningene. For 2025 er det 99 lokalforeninger som har rapportert inn aktivitet.

Aktivitetsrapporter 2025	Aktivitetsrapporter 2024	Aktivitetsrapporter 2023
99 foreninger	96 foreninger	124 foreninger

I aktivitetsrapportering spør vi om hvilke aktiviteter de arrangerer, hvor mange ganger de gjennomfører aktiviteter og hvor mange anslagsvis som tar del i aktivitetene.

Møter	<ul style="list-style-type: none"> • Møter er ulike sosiale treff, datakafé og samlinger for medlemmer og ikke-medlemmer. • 82 lokalforeninger arrangerer denne aktiviteten.
En-til-en veiledning	<ul style="list-style-type: none"> • Inkluderer datahjelp og support gitt en-til-en, enten avtalt eller drop-in i foreningen. • 79 lokalforeninger gir en-til-en veiledning.
Kurs	<ul style="list-style-type: none"> • Kurs er i denne sammenhengen organisert undervisning og opplæring med ferdighetstrening. • 65 lokalforeninger arrangerer denne aktiviteten.
Foredrag	<ul style="list-style-type: none"> • Foredrag er i denne sammenhengen større presentasjoner eller forelesninger, internt eller eksternt. • 62 lokalforeninger arrangerer denne aktiviteten.
Samling for veiledere	<ul style="list-style-type: none"> • Innebærer intern opplæring, undervisning eller lignende forbeholdt veiledere, tillitsvalgte eller frivillige. • 50 lokalforeninger arrangerer denne aktiviteten.

Til tross for at Datastueprosjektet ble avsluttet i 2024, har aktivitetsnivået i lokalforeninger holdt seg stabilt.

Vi ser en trend til at stadig flere tilbyr et bredere spekter av opplæringsaktiviteter. Dette kan blant annet skyldes at seniorer i større grad gir tydelige tilbakemeldinger til lokalforeninger og etterspør aktiviteter. Noen foretrekker foredrag, mens andre lærer best med praktiske øvelser og noen vektlegger fellesskapet.

I tillegg har vi hatt et langsiktig fokus på det å styrke veilederne. Seniornett tilbyr veilederopplæring, Håndbok for veiledere og e-kurs som støtte i dette arbeidet.



Aktivitetsrapportering viser at antallet interne samlinger for veiledere har økt, noe som trolig har bidratt til at færre foreninger nå spesialisere seg på én aktivitet, men i stedet utvikler mer varierte aktivitetstilbud lokalt.

Aktiviteten som arrangeres mest er **en-til-en veiledning** (tabell 1). En-til-en er godt etterspurt av seniorer og fortsatt den aktiviteten som lokalforeningene arrangerer flest ganger i løpet av året.

Tabell 1: Aktiviteter antall ganger arrangert i 2025

Aktivitet:	Antall ganger arrangert i 2025:	Antall ganger arrangert i 2024:	Antall ganger arrangert i 2023:
En-til-en veiledning	2543	2348	2026
Møter	1478	1507	1745*
Kurs	666	535	542
Foredrag	329	349	114
Samling for veiledere	137	91	215
Styremøter	435	-	-
Datastue**	-	80	209

*I 2023 rapporterte foreninger deltagere på medlemsmøter/temamøter og datakafé hver for seg. Disse er nå slått sammen til «møter».

** Datastuer ble avsluttet i 2024.

Flest lokalforeninger oppgir at de arrangerer **møter**. Dette er også aktiviteten som drar flest deltagere. Møter er mindre resurskrevende å arrangere enn en-til-en veiledning, og populært å delta på fordi det er sosialt og meningsfull fritid. Det er

også vanlig at lokalforeninger tilbyr en-til-en veiledning etter avsluttet møte for deltagere som har behov.

Tabell 2: Antall oppmøte deltagere på aktiviteter i 2025

Aktivitet:	Oppmøtte deltagere i 2025:	Oppmøtte deltagere i 2024:	Oppmøtte deltagere i 2023:
Møter	22 535	23 434	24 689*
En-til-en veiledning	12 125	11 740	10 921
Foredrag	8 500	8 391	1 780
Kurs	6 910	4 960	3 003
Samling for veiledere	982	853	1 609
Datastue**	-	593	1 313
Styremøter	2 118	-	-
Totalt antall deltagere	53 171	49 971	43 315

*I 2023 rapporterte foreninger deltagere på medlemsmøter/temamøter og datakafé hver for seg. Disse er nå slått sammen til «møter».

** Datastuer ble avsluttet i 2024.

Foreningsnytt

En gang i måneden sendes et elektronisk nyhetsbrev, **Foreningsnytt**, til registrerte veiledere og styremedlemmer i lokalforeningene. I 2025 ble det sendt 16 Foreningsnytt til om lag 800 frivillige hver gang. Foreningsnytt inneholder viktig informasjon, nyheter for tillitsvalgte og nyttige ressurser som er relevant for drift og opplæring i lokalforeninger.

Åpningsraten beskriver hvor mange som gjennomsnittlig åpner Foreningsnytt

2025	2024	2023
76%	80%	76%

Klikkrate beskriver hvor mange som gjennomsnittlig klikker på en sak i Foreningsnytt

2025	2024	2023
29%	29%	25%

Mest leste nyhetsartikler fra Foreningsnytt i 2025



Administrasjonen på besøk hos lokalforeninger

Administrasjonen var i 2025 på besøk hos mer enn 40 lokalforeninger, og bidro med foredrag, kurs, opplæring og annet.



Hanni hos Seniornett Lillehammer og kommunen, Morten hos Hadeland og Pia hos Bindal.

Andre prosjekter

Datastuene – oppfølging og etterarbeid

I etterkant av datastueprosjektet (avsluttet i desember 2024), støttet av Helsedirektoratet, gjennomføre vi et prosjekt i 2025 hvor vi så på hvilke datastuer vi kunne få videreført som aktive Seniornett-foreninger. Vi gikk gjennom alle aktuelle og tok kontakt med dem. Mange av datastuene var allerede lokalforeninger, og aktiviteten blir videreført der. I løpet av prosjektet ble det opprettet noen nye foreninger. Balsfjord er et godt eksempel på dette, og her er det mye aktivitet i Seniornett-foreningen.

- Vi fikk kontakt med 13 datastuer, noen svarte aldri på henvendelsene.
- Tre Datastuer som ble fulgt opp, vil videreføres (Lillestrøm, Bjørnafjorden og Sandnes).
- En er uvisst, videreføring avhenger av om vi får på plass et nytt styre (Lillestrøm)
- En er lagt ned (Nesodden)

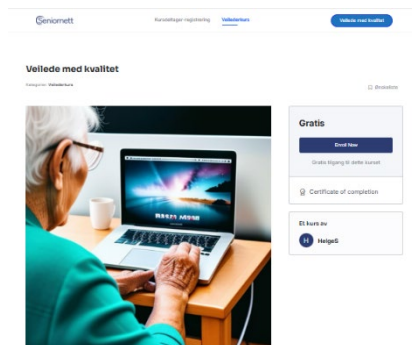
Dam-prosjekter

E-læring: Veileder med kvalitet

132 veiledere i Seniornett registrerte seg i 2025 på e-læringsplattformen «Veileder med kvalitet». De 100 første fikk en sekk som gave.

Selve plattformen ligger på kurs.seniornett.no og vil være tilgjengelig i det videre. I fremtiden er det tenkt å lage nye kurs som også kan ligge på samme plattform. Kurset ble laget i 2024 med prosjektmidler fra

Stiftelsen Dam. Selve prosjektet er ferdig, og rapporten godkjent, men portalen er en varig verdi for Seniornett.



Empower Bergen

Empower Bergen var støttet av Stiftelsen Dam. Formålet var å styrke digital kompetanse blant eldre og gi frivillige opplæring og støtte. Opplæringen ble tilpasset tre lokalforeninger, i Åsane, Helgetun og Bjørnafjorden, og inneholdt voksenpedagogikk, etikk og personvern, samt praktiske metoder for veiledning. Gjennom samarbeid med blant annet Helgetun, Åsane bibliotek og Bjørnafjorden VGS, ble det utviklet kreative og engasjerende aktiviteter på tvers av generasjoner,

som bidro til både rekruttering og kompetansebygging. 20 veiledere gjennomførte opplæring, i tillegg til 67 seniorer som deltok på kurs og foredrag. Tilbakemeldingene fra nye veiledere og deltakere, var at det å møte andre frivillige skaper inspirasjon, trygghet og et større engasjement.



I tillegg til Dam-prosjektene Seniornett Norge gjennomfører sentralt, er vi også søkerorganisasjon for lokalforeningene. I 2025 var det to slike prosjekter i drift:

Tastetrykk og Trygghet med Seniornett Balsfjord har som mål å styrke den digitale kompetansen blant eldre i Midt-Troms.

Gi og få – digital deltakelse, frivillig innsats og andre aktiviteter på tvers med Seniornett Andebu er et samarbeid med Sandefjord (tidligere Andebu) kommune og frivilligsentralene, for å rekruttere flere frivillige og deltagere.

Gjensidige prosjekt og videreføring i 2025

Regionale veilederseminarer var et prosjekt i 2024 med støtte fra Gjensidigestiftelsen. I prosjektet var det opprinnelig planlagt samlinger i alle fylker. Det viste seg imidlertid vanskelig og deltagelsen ble lav på seminarer i enkelte fylker. I ett av fylkene ble samlingen avlyst.

Lite nettverk og få tilgjengelige veiledere, var begrunnelsen for at vi derfor fikk innvilget prosjektforlengelse til første halvår av 2025. Det resulterte i at nye resurspersoner, spesifikt fra Finnmark, Nordland, Telemark og Møre og Romsdal, isteden fikk delta i felleskapet på landsmøtet i mai. Her fikk de det samme faglige og sosiale utbyttet som de ville ha fått om de deltok på regionale veilederseminar.



Fra 2025 var det ikke lenger vært mulig for Seniornett Norge å søke Gjensidigestiftelsen som nasjonal organisasjon. Lokalforeninger ble imidlertid oppfordret til å søke, og i 2025 fikk Seniornett Fredrikstad og Larvik støtte.

Synlighet, påvirkning og politisk arbeid

Seniornett Norge har gjennom hele 2025 jobbet aktivt med det å være synlig og å påvirke. Vi har søkt samarbeid og inngått avtaler med andre organisasjoner, vi har hatt møter med myndigheter og politikere, vi har svart på høringer og vi har vært synlige i media.

Grunnfinansiering via statsbudsjettet

Seniornett får årlig driftsstøtte fra regjeringen via statsbudsjettet. I statsbudsjettet for 2026, som ble lagt fram og vedtatt høsten 2025, var nok en gang Seniornetts viktige rolle presisert:

«Seniornett er den einaste organisasjonen som arbeider med dette som mål der opplæring og kompetansetiltak blir gjennomført av frivillige som er i same aldersgruppe.»



Vår grunnfinansiering vedtatt i 2025, for budsjettåret 2026, stod likevel på stedet hvil fra året før, noe som i prinsippet betyr en nedgang fordi den heller ikke er indeksregulert.

I budsjett høring i Kommunal- og forvaltningskomiteen i november, argumenterte generalsekretær Hanni Petersen og nestleder i landsstyret Trine Christensen for at tilskuddet i det videre bør dobles:

«Stikk i strid med bred politisk konsensus om at alle må med og om at Norge skal bli verdens mest digitaliserte samfunn innen 2030, får Seniornett Norge redusert sitt tilskudd i budsjettforslaget for 2026.»

«Dette står ikke i forhold til forventningene som hviler på Seniornett Norge om mer aktivitet – og behovet der ute for det vi leverer.»

I budsjettforslaget trekkes det fram hvor viktig arbeidet med å styrke den digitale kompetansen til eldre er. Noe som også er vektlagt som satsning og ambisjon i regjeringens strategi, Fremtidens digitale Norge. Ett av målene er at 95 prosent av Norges befolkning skal ha grunnleggende digitale ferdigheter innen 2030. Regjeringen trenger hjelp for å komme over denne målstreken – blant annet av Seniornett Norge.»

For å kunne opprettholde og videreutvikle vårt landsdekkende og målrettede tilbud av høy kvalitet, på et uttalt satsningsområde for samfunnet, må driftstilskuddet til

Seniornett Norge økes. Staten og kommunene har ansvaret for innbyggerne i landet og for å hindre at seniorenne faller utenfor det digitale.»

Samarbeidsforum for økt digital inkludering - Digdir

Ett av tiltakene i regjeringens «Handlingsplan for auka inkludering i eit digitalt samfunn», var å opprette et samarbeidsforum for økt digital inkludering, i regi av Digitaliseringsdirektoratet (Digdir). Forumet har bestått av representanter fra det offentlige, fra frivillige organisasjoner og fra relevant næringsliv, og har hatt som oppgave å koordinere en felles innsats mot hovedutfordringene i handlingsplanen.

I 2025 ble det avholdt to møter, hvor det siste på høsten var en oppsummering av hvilke tiltak fra handlingsplanen (avsluttet i 2025) som har vært gjennomført og hvilke ikke. Skuffende nok for Seniornett, var nasjonal hjelpetelefon for eldre ett av tiltakene som verken ble igangsatt eller videreført.

Det ble bestemt på dette møtet at selve forumet videreføres, for konkret samarbeid om målene i både strategi og handlingsplan fra regjeringen i årene fremover.

Generalsekretær i Seniornett deltok på begge møtene.

I mars 2025 var generalsekretær Hanni Petersen og styreleder Sturla Bjerkaker på et årlig samarbeidsmøte med direktør i Digitaliseringsdirektoratet (Digdir) Frode Danielsen, hvor vi informerte hverandre om hva som står på trappene og hvor vi kan jobbe sammen.

Politikere og andre kontakter

Møte med statssekretær i Digitaliseringsdepartementet

I mars 2025 hadde Seniornett møte med statssekretær Marianne Wilhelmsen i Digitaliseringsdepartementet.

Generalsekretær Hanni Petersen og styreleder Sturla Bjerkaker deltok i møtet, som ble en konstruktiv samtale om hvordan vi i fellesskap kan bidra til regjeringens ambisiøse mål om å bli verdens mest digitaliserte land innen 2030.



Stormøte i Drammen



Seniornett Drammen inviterte 4. mars til åpent temamøte om digitalisering og politikk, og slapp både digitaliseringsminister Karianne Tung, ordfører i drammen, Kjell Arne Hermansen, og generalsekretær i Seniornett til. For fullsatt biblioteksal fikk alle gi uttrykk for hva som blir viktig å satse på i årene som kommer, i en stadig mer digitalisert verden.

Digitaliseringsministeren benyttet også denne anledningen til å skryte av Seniornett:

«Seniornetts innsats er avgjørende for at «alle skal bli med» på digitaliseringen av Norge. Vi må overkomme barrierene, som mange kjenner på, bygge kompetansen til alle eldre og opparbeide digital selvtillit i hele befolkningen. Noe Seniornett virkelig bidrar til! Det handler om digital trygghet og digital motstandskraft, i en stadig mer utrygg verden.»



Samarbeid med andre organisasjoner

Senter for et aldersvennlig Norge

Seniornett Norge inngikk i 2025 en partneravtale med Senter for et aldersvennlig Norge.

I oktober bidro vi med et webinar om digital arv og digitale verdier under deres arrangement «Eldreuka».



Fra utlandet



I februar hadde administrasjonen besøk av 25 personer fra Polen og organisasjonen New Europe Foundation. Gruppen som var på besøk i Norge, holder på med utviklingsarbeid på tvers av generasjoner og ville gjerne høre hvordan Seniornett arbeider.

Kommunenes organisasjon (KS)



I slutten av august var Anna Vågsland og Heidi Melby fra KS på hospiteringsbesøk hos Seniornetts datahjelp.

«Jeg er skikkelig imponert over hvor flinke og hyggelige datahjelperne deres er. Ble nesten litt rørt.»

«Dette må jo være ganske avlastende for offentlige etater, at dere tar spørsmålene, og hjelper folk med å komme inn på sidene deres.»



Seniornett Norge og KS har årlige samarbeidsmøter, med mål om å sikre kontakt og fremme samarbeid om et felles mål: digital inkludering i alle landets kommuner.



27. og 28. oktober var veileder i Seniornett Gro Kvæstad samt Hanni og Roar fra administrasjonen til stede på erfaringsamling for digitale veiledere fra offentlig sektor.

Full sal og mange engasjerte digihjelpere i spennende diskusjoner og erfaringsdelinger.

Konferansen var i regi av Direktoratet for høyere utdanning og kompetanse, Nasjonalbiblioteket og KS.

Pensjonistforbundet

Seniornett har gjennom blant annet Datastue-prosjektet hatt et nært samarbeid med Pensjonistforbundet.

Vi har også to årlige møter i vårt felles samarbeidsforum, og signerte i 2025 en oppdatert og fornyet samarbeidsavtale mellom Seniornett Norge og Pensjonistforbundet.

Kakadu

Seniornett Norge og Kakadu Ignite, en delingsplattform for digitale veiledere, inngikk i 2025 en samarbeidsavtale. Seniornett stilte blant annet med frivillige brukere på flere testinger av veilederne som legges ut på Kakadu gjennom 2025.

Senter for aldring og helse

Høsten 2025 var generalsekretær og styreleder i møte med Senter for aldring og helse, for å bli kjent med hvordan vi på hvert vårt område jobber for bedre helse og inkludering av seniorer. Møtet resulterte i en enighet om at vi framover skal dele hverandres informasjon og saker på nettstedene våre og ellers.

Norges Frivilligsentraler

I 2025 inngikk Seniornett Norge en intensjonsavtale med Norges Frivilligsentraler, med en gjensidig intensjon om dialog og muligheter for samarbeid der dette er naturlig og hensiktsmessig. Vi skal dele erfaringer, se på mulige samarbeidsarenaer og delta på hverandres arrangement der det er naturlig.

Tilsynet for Universell utforming

Det årlige møtet med Tilsynet for universell utforming i IKT (UU-tilsynet) ble gjennomført i oktober i 2025. I dette dialogmøtet deltok også Pensjonistforbundet og Senter for et aldersvennlig Norge i tillegg til Seniornett Norge.

Nasjonale sikkerhetsmyndighet, NorSIS

I oktober 2025 satte Seniornett digital beredskap på dagsordenen. Vi var del av den overordnede kampanjen *Nasjonal sikkerhetsmåned*, denne gangen med temaet digital beredskap, i samarbeidet med vår nasjonale sikkerhetsmyndighet, NorSIS. Vi stilte spørsmålene og prøvde forsøksvis å bidra til å svare på noen av dem: Hva er digital beredskap og hva vil det si å ha en digital beredskapskasse.

Målet med den overordnede kampanjen *Nasjonal sikkerhetsmåned* var å fremme digital sikkerhet over hele Europa. Hver og en av oss trenger å øke vår bevissthet om hva digital beredskap faktisk er og å styrke vår egen beredskap mot digitale trusler.

Høringer

- Våren 2025 sendte Seniornett Norge inn et hørings svar til Helse- og omsorgsdepartementet på *Forslag til ny forskrift om fastlegeordning i kommunene mv.*
- Høsten 2025 sendte Seniornett Norge, sammen med Pensjonistforbundet, inn en høringsuttalelse til *Lov om digitale tjenester (DSA).*
- Høsten 2025 ga Seniornett Norge innspill til Digitaliserings- og forvaltningsdepartementet om deres forslag til *ny lov om kunstig intelligens (KI-loven)*, gjennom en bestemmelse om at EUs forordning om kunstig intelligens (KI-forordningen, EU 2024/1689) gjelder som norsk lov.

En aktiv brukerstemme

«Når tjenester blir utviklet på en måte som er lett å forstå for seniorer, blir de ofte bedre for alle brukere.»

I 2025 stilte medlemmer fra Seniornett opp som deltakere i brukerpanel og fokusgrupper hos ulike virksomheter og tjenester. Blant annet i et brukerpanel hos **Entur**, hvor de fikk anledning til å dele erfaringer fra hverdagsreiser, teste ulike funksjoner i Entur-appen og diskutere alternative løsninger direkte med produktteamet. Slike innspill er viktige for å



NICE
Finance
Innovation

Norway Fintech Festival
menu



Kakadu tester ny digital veileder med Storebrand: Seniorer jubler over enklere digitale prosesser

01. Desember, 2025



Den norske tech-startupen Kakadu har nylig gjennomført en brukertest av sin nye tjeneste «Kakadu Guide» – en digital sanntidsveileder som legger seg som et informasjonslag over bedrifters nettsider og viser brukeren trinn for trinn hvor de skal trykke. Målet er å gjøre digitale brukerreiser enklere, særlig for kunder med lite digital erfaring.

sikre at digitale tjenester blir mer intuitive og tilgjengelige for alle aldersgrupper.

Andre deltok på brukertest i samarbeid med **Kakadu**, der målet var å gi innspill til digitale veiledere utviklet for Storebrand og Farmasiet. Deltakerne testet blant annet en steg-for-steg-veileder for å melde skade hos Storebrand, og ga konkrete tilbakemeldinger som kan gjøre prosessen enklere og mer forståelig for kundene. Gruppen testet også Farmasiets løsning for digital fullmakt via Helsenorger.

I tillegg mottar Seniornett Norge jevnlig henvendelser fra studenter og forskere om deltagelse i undersøkelser, studentoppgaver eller forskning. Så langt det lar seg gjøre, legger vi til rette for rekruttering av intervjuobjekter, spredning av spørreundersøkelser og deltagelse på andre måter.

Vi er svært takknemlige for innsatsen fra våre medlemmer, og for at virksomheter, designere, forskere og studenter aktivt inkluderer seniorer i utviklingen av mer tilgjengelige digitale tjenester.

Eksterne foredrag

Administrasjonen holdt foredrag og innlegg hos nær 20 andre organisasjoner i 2025, som hos pensjonistlag rundt om i landet, fagforeninger og høyskoler.

Arendalsuka 2025

Seniornett var synlig og omtalt på årets Arendalsuke. I strålende solskinn og med engasjerte frivillige, fikk vi vist oss fram og snakket med både samarbeidspartnere og myndighetspersoner. Også her møtte vi digitaliseringsminister Karianne Tung.



Samarbeid med Lise Fjeldstad

I 2025 inngikk Seniornett et samarbeid med skuespiller og regissør Lise Fjeldstad, om at hun kan tale vår sak og være en ambassadør for Seniornett Norge. Lise er begeistret for Seniornetts arbeid.

«Det er klart at flere burde få vite om dere og hva Seniornett kan tilby. At man kan ringe og få god datahjelp fem dager i uken, for eksempel. Av et ekte menneske som snakker til deg med respekt og forståelig språk. Jeg foreslo faktisk en liknende ordning for Oslo kommune en gang, at de burde opprette en egen digital hjelpetelefon for eldre. Det ble aldri noe av, men dere har det, det er flott.»



Vi lagde en egenprodusert reklamefilm med Lise Fjeldstad, som ble vist på Facebook og nett i løpet av høsten 2025. Den resulterte i svært mange visninger og treff. Lise Fjeldstad pryder også forsiden på vår nye vervebrosjyre.

Synlighet i media

Seniornett frykter for de eldre: – Samfunnet er nå i rasende fart

Seniornett jobber for at eldre skal få bedre digital kompetanse. Digitaliseringsministeren jobber nå med å øke den digitale kompetansen blant befolkningen.



Hilde Ballière, leder for Seniornett i Drammen, jobber hardt for å rekruttere nye medlemmer. Her på Åssiden Seniorsenter i Drammen.
FOTO: NINA SKARA PETERSEN / NRK

Nina Skara Pettersen

Journalist

Publisert 4. apr. kl. 07:45 Oppdatert 4. apr. kl. 08:04

Innen 2030 skal Norge være det mest digitale landet i verden. Det går frem av regjeringens nasjonale digitaliseringsstrategi, som ble lansert september i fjor.

Skryter av Seniornett

– Som digitaliseringsminister fra Arbeiderpartiet, er jeg opptatt av at vi har et samfunn hvor alle sammen skal være med, sier Tung.

Hun forteller at regjeringen kan bidra med å etablere langsiktige og permanente opplæringsstilbud, ved å støtte organisasjoner som Seniornett.

– I dag så har mer enn 600.000 nordmenn lav digital kompetanse og føler seg digitalt utenfor. Det er jeg veldig opptatt av å få gjort noe med, nettopp fordi alle sammen skal med i det digitale samfunnet, sier hun.

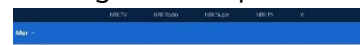


Seniornett ønsker at det skal opprettes en nasjonal hjelpetelefon for eldre.
FOTO: PRIVAT

NRK Buskerud hadde reportasje både på radio og på nett i mars 2025, i forbindelse med stormøtet i Seniornett Drammen, hvor også Karianne Tung og ordfører i Drammen var til stede.

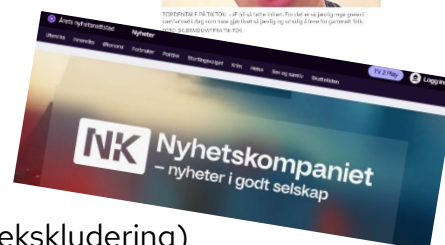
NRK radio og nett hadde i oktober 2025 reportasje i forbindelse med at influenser Erik Anders Sæther og hans engasjement om dårlig behandling av eldre på nett. Sturla Bjerkaker var med i debatten på radio, hvor også digitaliseringsminister Karianne Tung var med.

I etterkant var Sturla Bjerkaker i studio sammen med blant annet Erik Anders Sæther hos TV2



Erik Sæter om digitalisering og eldre: – Æ bli så fette irritert

Han er kjent som en reality-personlighet, men nå stiller han seg på barrikadene for de eldre.



Nyhetskompaniet for å diskutere digital inkludering (og ekskludering) av seniorer.

To ganger i 2025 var Seniornett med i reportasjer på NRK Innlandet, og både Seniornett Ringsaker og Seniornett Nord-Odal har fått vist seg fram her.



Lokale arrangement har vært dekket i Pensjonisten, styreleder portrettert i Vi over 60 og lokalforeningene har vært til stede i ulike lokale aviser og kanaler i 2025.



SAMTALEN

Sturla Bjørkebo
Alder: 77 år. Fra: Opprinnelig fra Melhus. Bor i Oslo. Bakgrunn: Leder nå nettsteder for det sentrale eldrerådet i Oslo. Har vært generalsekretær i Voksenopplæringsforbundet og vektor for Nordens Folkehøgskole/ Nordisk ministerråd. Er styreleder for Seniornett. Drifter i eget firma - Bjørkebo LearningLab. Har utgitt boken om voksnens læring.

oppdatert, men samtidig gjør det oss også sosiale. Ofte ser man, for eksempel at folk heller konsentrerer seg om hva som dukker opp på nyhetsfeeden på Facebook eller nettavisser, fremfor å snakke med hverandre ansikt til ansikt uten å bli distrauert. Mange eldre har dessuten en form for vegring mot digital teknologi. Spesielt gjelder det de aller eldste av oss, folk som aldri har lært teknologien. Selv husker jeg godt da internett kom på midten av 1990-tallet, og jeg har fulgt med i utviklingen siden da, ikke minst gjennom arbeidet mitt. Mange i generasjonen 60-70 år har grunnleggende ferdigheter som har gjort det lettere å følge med på alt nytt som har skjedd gjennom de siste 30 årene.

I dag er det for eksempel nettopp seniorer som er mest aktive på Facebook, spesielt gjelder det kvinner 60+, mens de yngre, som er oppvokst med digitale verktøy, tyr til andre plattformer, for eksempel TikTok og Snap – og alt annet nytt som hele tiden dukker opp.

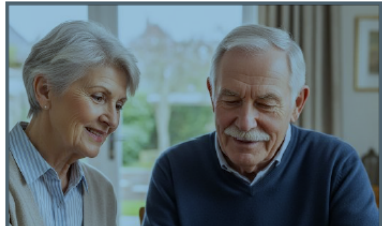
Ellen: At eldre vegrer seg for internett og sosiale medier har nok sammenheng med at de kjønner utrygghet og skepsis, noe det er all grunn til. Nok å nevne er allsvindel som foregår på nettet. Samtidig er det viktig at vi henger med og lærer de mulighetene som finnes ved bruk av apper, sosiale medier og til det krever kompetanse. Læring er stikkord i den forbindelse.



Til tross for at en stor andel seniorer mestrer digitale og sosiale medier, er likevel fakta at 600.000 nordmenn mangler digital kompetanse. Ikke-brukere, enten det gjelder eldre eller yngre, får stadig større problemer med å holde tritt. Som sagt fører det til utelukkelse, ekskludering og følelsen av hjelpelehet. Seniornett er for øvrig en landsomfattende, frivillig og ideell medlemsorganisasjon som arbeider for digital inkludering av seniorer. Organisasjonen skaper arenaer der seniorer kan skaffe seg kunnskap og ferdigheter.

Eldre kan bli lykkeligere med bruk av internett, mener forskere, og setter det i sammenheng med mindre ensomhet. De fant tydelig ut at personer 50+ som bruker internett har det litt bedre enn andre og eldre, og det kobles til økt velvære og tilfredsheit over livet. Studien konkluderer med at det styrkes bruken av internett som sosial kontakt.
(Kilde: Internasjonal studie med 83 000 deltakere fra 23 ulike land, utført av forskere ved City University of Hong Kong, publisert i forskning.no)

Ellen: Det er opplagt en stor samfunnsoppgave å fremme seniorers kunnskap og ferdigheter, slik at de kan delta fullverdig i samfunnets digitale utvikling. I tillegg er det en viktig faktor for å leve selvstendige liv. Både i arbeidslivet, i det sosiale livet og i den



En-til-en-opplæring er ofte det beste. FOTO: ROAR KALVSHOGAN - KI

Seniornett Hadeland trenger flere veiledere

DITT HADELAND: Om en måneds tid starter Seniornett Hadeland opp sin motetvirkingshet igjen.

Vi er en lokalforening av Seniornett Norge, en frivillig organisasjon som arbeider for digital inkludering av seniorer. I praksis betyr det at vi på ulike måter gir opplæring og støtte i bruk av mobiltelefon, nettbrett og PC. På medlemsmøtene tar vi aktuelle temaer, har enkel- og en-til-en-opplæring.

For å gjennomføre dette er vi helt avhengig av veiledere som kan hjelpe og svare på spørsmål. Siste halvåret har vi hatt et stort behov for flere veiledere. Vi ønsker spesielt personer som har erfaring med å hjelpe andre til å lære seg å bruke digitale verktøy.





KOMMER: Hans Petter Erlandsen fra Sparebanken 1 skal snakke om digital sikkerhet. FOTO: ROARKALVSKOHAGEN

Nasjonal sikkerhetsmåned – er det nødvendig det da?

DITT HADELAND: Nasjonal sikkerhetsmåned er en årlig kampanje i regi av Norsk senter for informasjonssikring. Den har som mål å øke bevisstheten hos alle brukere av digitale tjenester.

profesjonelle, nasjonale og internasjonale aktører. Deres agenda er hele tiden å svindlet til seg penger, verdier, personnummer, pin-koder, passord og andre personlige opplysninger. Seniorer er en svært viktig målgruppe for aktiviteten, og Seniornett har derfor samarbeidet med...

Kva skal skje med Facebook-kontoen din når du dør?

Foredrag om digital arv sto på programmet under generasjonstreff i Os Eldresenter.



Flere onlinetjenester har funksjon der du kan styra det som skal skje. Helge Seisto (t.v.) gjekk gjennom fleire av dei største. Foto: Kjetil Vasby Bruarøy / Midtsiden

KJETIL VASBY BRUARØY
TYS DAG 21. OKT. 2025 15:12

Os Eldresenter husar fleire generasjonstreff med elevar frå helse- og omsorgsfag ved Os vgs – både for å eta saman og for at unge skal kunna hjelpe eldre med konkrete, digitale utfordringar på mobil, nettbrett og pc.



Kva er din digitale arv?

Bjørn og Gunnar har oppdaga at den digitale verda og krav rydding – særleg av omtanke for neste generasjon.

KAD AV KONTOAR OG KODAR:

– Det er vår generasjon som har oppdaga at den digitale verda og krav rydding. Vi er det første som virkelig ser at det som vi skal rydde opp etter andre, er det vår ansvarstid. Vi har vore medlems i trykke, og overalt har dei passord.

– Gunnar Mørø og Bjørn Olsson er med i den lokale organisasjonen Seniornett Sula. Mange spør det kanskje ein skil til dette Facebook-kontoen til far eller mor etter at dei er døde. Og kva med e-post, TV-bank, dokument og arkiv?

– Kva skjer med dei hundre dokumenta dine når du liggjer på døyd?

– Det kan bli mykje arbeid, kanskje i ei rydde opp etter familien.



Bjørn Olsson (til venstre) og Gunnar Mørø har lenge gjort seg oppmerksom på digitale arv.

skal finne dem hos banken, ein nøkkel til heile den digitale verda hans.

– Når ein ikkje har passord, blir det veldig treg.

Banken stengjer – rikingsne kan.

– Noko tenester er enkelt å rydde opp i, andre krav mer...

lettende dokumentasjonen. Manglar ein til dømes passord til nettsida, må ein sende søknad til trossordsløst.

Problema kan ta månader. Bankkontoar blir stengte dagen etter dødsfall, men rikingsne held fram å berne.

– Når lang dette nett samant...

med fremtidige barna – som gir at netten kan andre opp...

SKYENE FULLE AV MINNE.

– Det blir mye det som går...



HAR BLITT TRYGGERE. Marit Benum (78) og Ingrid Hunstad (77) har lært mye om hvordan de kan bruke nettbrett, pc og mobiltelefoner sine på Seniornett sine kurs og treff. Eva S. Wøsther

- Jeg hadde datavegring, men nå føler jeg meg mye tryggere

Nå er Marit Benum og Ingrid Hunstad høvelig selvhjulpne på data. - Jeg brukte å få hjelp til alt, sier Hunstad.