

Pensionistforeningen - Januar 2026

Januar måned bød på to nye episoder af PengePulsen. Hør dem her!

Lyt til første afsnit her: [Sådan bliver aktieåret 2026 - PengePulsen | Podcast on Spotify](#)



Vi er hoppet ind i nyt aktieår, og hvad mon der venter? 2025 var et turbulent år på de finansielle markeder, og igen i år kan mange spændende begivenheder rykke på aktiekurserne. For hvordan vil økonomien udvikle sig i USA, kan det danske C25-indeks mon se frem til stigninger, og vil en AI-boble briste og flytte på de finansielle markeder? Lyt til svar på det og meget mere, når Nordeas chefstrateg Josephine Cetti er i studiet.

Lyt til andet afsnit her: [Udbytter af dine investeringer kan være grundlaget for din formue - PengePulsen | Podcast on Spotify](#)



En del værdipapirer og fonde udbetaler udbytter. I Nordea Invest udbetales udbytter til investorerne i starten af februar, og det kan være forbundet med både overraskelse og spørgsmål fra investorerne.

Nordeas Investeringsekspert Lars-Kristian Olsen og privatøkonomisk ekspert Betina Grimstrup forklarer i denne episode, hvad der sker omkring udbyttebetalingerne, og hvorfor geninvestering kan være en god ide - især hvis man vil bibeholde værdien af sin formue. Du får også en guide til, hvordan du tilmelder dig automatisk geninvestering.

Investering er aldrig uden risiko. Der er risiko for at tabe hele eller dele af det investerede beløb.

Fra flaskepant til juleglæde: Sammen støttede vi Mødrehjælpen

I årets juleindsamling har verdens bedste Nordea-medarbejdere endnu engang vist en stærk vilje til at hjælpe udsatte familier.



I år gik støtten til Mødrehjælpen, og resultatet taler for sig selv:

- 📦 765 opfyldte juleønsker leveret til børn i Lyngby, Helsingør, Odense, Vanløse, Roskilde, Aarhus, Ringsted, Taastrup, Amager og Ballerup.
- 💳 42.534 kr. indsamlet via MobilePay
- 🌱 Samlet donation fra Nordea Danmark til Mødrehjælpens julehjælp

Det er et imponerende resultat – og samtidigt takker Mødrehjælpen for Nordeas evne til at skabe synlighed omkring deres vigtige arbejde – både på LinkedIn og i medierne.



Pant går også til de udsatte familier

På vores hovedkontorer har mange medarbejdere også, måske helt uden selv at vide det, støttet Mødrehjælpen sidste år - blot at aflevere pantflasker i de særlige beholdere, som står ved tekøkkenerne og i kantinerne.

Panten er løbende samlet ind og optalt, og én gang om året donerer vi så det samlede beløb til en udvalgt organisation. Pengene fra sidste år og fra i år bliver doneret til Mødrehjælpen.

Det kræver ingen ekstra indsats – hver eneste flaske tæller. Når alle medarbejdere bidrager lidt, bliver resultatet stort. Sidste år blev det til 67.932 kr. som nu

går til Mødrehjælpen.

"Jeg er stolt over det engagement, vi oplever. Tak for hver flaske, hver gave og hver donation. Tak fordi I hjælper med at skabe værdi for andre – også uden for Nordea," siger Peder Bach, chef for LC&I DK.

Hjælp, der mærkes ❤️

Mødrehjælpen yder støtte til sårbare familier, gravide og enlige forældre, som står i svære livssituationer.

Vores fælles bidrag er med til at sikre, at flere børn fik en god jul samt at udsatte forældre får den hjælp og rådgivning, de har allermost brug for.



Peder Bach, chef for LC&I DK

Lavere omkostninger og øget kommunikation: Sådan får vi flere unge til at investere hos os

I morgen sænker vi prisen på løbende omkostninger på to af vores indeksfonde og skruer op for kommunikationen målrettet unge kunder. På den måde lægger vi stærkt fra land på to af årets strategisk vigtige fokusområder: Unge og investering.

Vi skal hjælpe flere unge kunder med at lave gode investeringer. Det gælder både de kunder, der ikke er gået i gang med at investere og dem, der så småt er begyndt at give deres opsparing mulighed for at vokse.

Derfor lancerer vi i morgen, 7. januar 2026, en ny kommunikationsindsats på sociale medier (Facebook, Instagram og Snapchat), hvor vi blandt andet kommunikerer lavere løbende omkostninger på to af vores indeksfonde.



Ulrik Johannessen

"Med indsatsen slår vi to fluer med ét smæk: Vi hjælper flere af vores unge kunder med at komme i gang med at investere – og vi styrker vores plads i markedet for passivt forvaltede fonde, som er noget af det, der hitter hos vores konkurrenter," siger Ulrik Johannessen, chef for PeB DK.

Kommunikationsindsatsen har fokus på enkelthed, pris og digital tilgængelighed.

Lavere løbende omkostninger på 'USA Aktier Indeks' og 'Globale Aktier indeks KL1'

Fra 7. januar 2026 sænker vi den pris, kunderne skal betale for løbende omkostninger (forvaltningsgebyr m.m.) på to af vores indeksfonde:

- 'USA Aktier Indeks': Fra 0,44 procent til 0,35 procent
- 'Globale Aktier indeks KL 1': Fra 0,48 procent til 0,35 procent

De løbende omkostninger falder med op til 27 procent.

"Vi ved, at særligt unge i alderen 18-35 år ønsker en enkel, billig og automatiseret investering. Så de nye priser gør os endnu mere attraktive overfor unge førstegangsinvestorer," siger Ulrik Johannessen og fortsætter:

"Med det sagt er en indeksfond relevant for alle, og kunderne kan både investere i fondene som en engangsinvestering og som månedsopsparing," siger Ulrik Johannessen.

De nye løbende omkostninger betyder, at vi er på niveau med Danske Bank og billigere end øvrige banker. Nordnet er fortsat en smule billigere med en løbende omkostning på 0,30 procent.

Vores rådgivningsfokus er som altid baseret på kundens behov

Målet med at sætte fokus på passive fonde er at udvide vores investeringstilbud og gøre det lettere at komme i gang med at investere.

Det betyder ikke, at vi ændrer den måde, vi rådgiver vores kunder på. Vi går fortsat ind for aktiv forvaltning, og rådgiver som altid ud fra det, der passer bedst til kundens ønsker og behov – uanset om det er en aktivt forvaltet eller en passivt forvaltet fond, som indeksfondene er.

Bolig

Sådan skærer du op til 40% af dit strømforbrug

29-01-2026 | 2 min læsetid

Private husholdninger står for omkring en tredjedel af Danmarks samlede energiforbrug. Det betyder, at der er et enormt potentiale for at spare både penge og CO₂, hvis vi kollektivt bruger mindre strøm.



"Grundlæggende har du to veje til en lavere elregning: brug mindre strøm og brug strømmen på de billigste tidspunkter," forklarer Rune Holse fra Bodil Energi, der hjælper Nordeas kunder med gratis energirådgivning.



"Med de rigtige vaner kan du typisk reducere dit strømforbrug med 10-20% eller mere – og nogle familier har endda skåret op mod 40% af elregningen ved at flytte forbruget til billigere timer."

Første skridt: Kend dit elforbrug

Før du kan spare, skal du vide, hvor strømmen forsvinder hen. Undersøgelser viser, at blot det at følge med i sit elforbrug dagligt eller ugentligt kan spare omkring 10% af forbruget. Det sker automatisk, fordi man ændrer vaner, når man bliver mere bevidst om sit forbrug.

Tjek dit timeforbrug via din el-leverandørs app eller på Eloverblik.dk. De fleste danskere har nu en fjernaflæst elmåler, der gør det nemt at følge forbruget løbende.



Rune Holse fra Bodil Energi

Hold især øje med forbruget om natten, eller når du ikke er hjemme. Det repræsenterer dit standby-forbrug – de skjulte "strømtyve", der står tændt unødigt. En konstant reduktion på blot 10 watt sparer omkring 200 kroner om året.

Fokuser på de største strømslugere

Mange tænker på at slukke lyset som første sparetiltag. Det hjælper også, men det batter ikke så meget som at tage fat om de største forbrugsposter.

"I en typisk husholdning går omkring en tredjedel af elforbruget til underholdningselektronik, omkring 20% går til tøjvask og tørring, og ca. 16% går til køleskab og fryser," siger Rune Holse.

"Skal du virkelig spare, nytter det altså ikke kun at slukke en enkelt lampe – du skal også se på de store poster."

De værste strømtypen i boligen er:

- Elvarme-udstyr: El-vandvarmer, el-radiatorer, el-gulvvarme og håndklædetørre
- Underholdningselektronik: TV, spillekonsoller, computere og Wi-Fi-routere
- Ældre hvidevarer: Især gamle køleskabe, fryser eller ovne
- Tørretumbleren: Et af hjemmets mest strømslugende apparater
- Standby-apparater: Op til 10% af en husstands elforbrug går til standby-strøm.



Sådan sparer du strøm og penge på opvask og tøjvask:

- Kør kun maskiner, når de er helt fyldte
- Sænk vasketemperaturen til 15-30°C for normalt tøj
- Brug opvaskemaskinens eco-program
- Undgå tørretumbleren mest muligt, hæng i stedet tøjet til tørre. Bruger du tørretumbler 100 gange

om året, løber det op i omkring 250 kWh

Smart timing: Brug strømmen, når den er billigst

Udover at sænke dit faktiske forbrug kan du spare penge ved at flytte forbruget til tidspunkter, hvor strømmen er billigere. Elprisen svinger time for time i løbet af døgnet.

"Som tommelfingerregel er strømmen dyrest i de timer, hvor 'alle andre' bruger strøm: typisk i hverdagens aftentimer ca. kl. 17-21," forklarer Rune Holse. "Omvendt er strømprisen ofte lavere om natten samt midt på dagen, især på blæsende eller solrige dage med masser af vedvarende energi."

Praktiske tips:

- Sæt vaskemaskine og opvaskemaskine til at køre om natten
- Lad elbil og batterier op i nattetimerne
- Undgå at bruge mange store apparater samtidig mellem klokken 17 og 21.

Avancerede løsninger: Automatisk optimering

For dem, der vil gå skridtet videre, kan solceller og hjemmebatterier åbne for endnu større besparelser.

"Et AI-styret batterisystem kan automatisk optimere, hvornår batteriet oplades og aflades," siger Rune Holse. "Systemet analyserer løbende elprisprognoser, vejrforhold og dit forbrugsmønster for at finde de optimale tidspunkter at købe og lagre energi på."

Spar penge og skån klimaet

Ved at kombinere disse tiltag kan du opnå en markant reduktion i dit elforbrug og dine udgifter – uden at give køb på komforten. Du vil hurtigt se resultater på elregningen ved at eliminere spild og bruge strømmen klogere.

"Din pengepung og planeten vil begge takke dig," slutter Rune Hølse. "Et lavere elforbrug og brug af strømmen, når den er mest klimavenlig, reducerer dit CO₂-aftryk betragteligt."

[Som Nordea-kunde har du adgang til gratis rådgivning hos Bodil Energi – læs mere om det her.](#) 

Er dit forbrug normalt?

- En person uden elvarme: ca. 1.600 kWh/år
- Gennemsnitsfamilie (2 voksne, 2 børn, 150 m²): ca. 4.000 kWh/år

Fakta om standby-forbrug ved tøjvask

- En vaskemaskine bruger kun ca. 0,017 kWh på 8 timers standby – under 10 øre. Du kan roligt bruge timeren, så du for eksempel kan vaske om natten.

Forbrugerøkonomens hjørne

Fortrød du dit køb? Kend dine rettigheder, før det er for sent

Ida Moesby
22-01-2026 | 2 min læsetid

Vi danskere er generelt ikke så gode til at huske at få byttet og returneret de varer, som ikke faldt i vores smag – det gælder både for varer, vi får i gave, og dem, vi selv køber.



Forbrugerøkonomens hjørne

Jeg hedder Ida Marie Moesby og er forbrugerøkonom i Nordea. Jeg laver analyser af danske forbrugeres økonomiske adfærd og giver gode råd om forbrug, opsparing, betalinger og andre privatøkonomiske emner. Hvis du har ønsker til emner, du gerne vil læse om inden for privatøkonomi eller spørgsmål til mine undersøgelser, kan du sende mig en mail til ida.marie.moesby@nordea.dk

Her kan du læse lidt mere om mig.

Hvor længe kan du vente med at bytte?

Fik du også tennissokker, Calvin Klein-boksershorts eller parfume i julegave? Så var du ikke alene. Ifølge tal fra Ønskeskyen var julegavetendensen sidst, at de unge under 18 år især ønskede sig parfumer og tøj. Men som det så ofte sker, falder ikke alle jule- eller andre gaver nødvendigvis i modtagerens smag. En prognose fra Dansk Erhverv forudsagde i december 2025, at hver fjerde dansker skal have byttet mindst én julegave denne jul. Gavebyttningen finder typisk sted imellem jul og nytår men kan også strække sig ind i januar. Og har du en gave, som du stadig ikke har fået byttet, er det sidste udkald nu eller måske endda for sent.

Hvor længe en vare kan byttes, kan ses på kvitteringen eller byttemærket. I Danmark skal varer købt på nettet kunne fortrydes i mindst 14 dage, men der er ikke en lovsikret bytteret, hvis varen er købt i en fysisk butik. Mange butikker vælger dog at give forbrugeren mulighed for at kunne bytte eller returnere varen - og ofte også i en længere periode end blot 14 dage.

Lad ikke fejlkøb samle støv i skabet

Hvis du ikke nåede at få byttet de hvide boksershorts i forkert størrelse eller den forkerte parfume, er der dog ingen grund til, at de skal samle støv i skabet. Der findes mange muligheder for at sælge sine ting online, og især ubrugte genstande er i høj kurs. Jeg vil derfor anbefale, at du forsøger at sælge din vare på en af de mange handelsplatforme på nettet, indleverer den til en genbrugsbutik eller giver den videre i gave til andre. Det er synd, når varer ender på en hylde i stedet for at gavne andre. Så faldt alle julegaverne ikke i din smag, men heller ikke længere kan byttes, så husk, at der er andre muligheder for at få dem videre til andre, frigive plads i skabet og endda indbringe dig lidt ekstra indtægt.

Det råd gælder ikke kun for jule- eller andre gaver. Generelt er vi danskere ikke gode til at få returneret fejlkøb. Ifølge en opgørelse fra Dansk Erhverv beholder 91 pct. af forbrugerne varen, de købte på nettet (Dansk Erhverv 2024). Det er selvfølgelig positivt, hvis det skyldes, at 9 ud af 10 køb er lige i øjet. Men undersøgelsen viser også, at godt hver fjerde forbruger har beholdt en vare, de faktisk ville have returneret. En stor opfordring herfra er derfor at få returneret varen, så snart du konstaterer, at der var tale om et fejlkøb. Hos nogle online forretninger er det nemmere at returnere en vare end hos andre. Det er derfor en god idé at læse lidt op på forrettningens retmuligheder inden køb.

Sådan er reglerne, hvis du fortryder et køb

1. Varer købt på nettet:

Hvis du har købt en vare på nettet, har du altid som minimum 14 dages fortrydelsesret. Det er dit ansvar at give sælger besked inden for 14 dage om, at du ønsker at fortryde købet. Derfra har du 14 dage til at få sendt varen retur.

2. Varer købt i en fysisk butik:

Du har ikke nogen lovsikret ret til at fortryde et køb, hvis du har købt varen i en fysisk butik. Mange fysiske butikker har dog valgt at give deres kunder mulighed for at kunne bytte eller returnere varen inden for en given frist. Det er derfor altid en god ide at spørge i butikken, om det er muligt at bytte eller returnere varen.

3. Varer købt af privatpersoner:

Hvis du har købt en vare af en privatperson, har du som udgangspunkt købt varen som beset. Det vil sige, at du kun har ret til at fortryde dit køb, hvis I inden købet har aftalt, at det er en mulighed.

4. Hvis der er fejl og mangler ved varen:

Hvis du opdager, at din vare har fejl og mangler, har du altid to års reklamationsret, uanset om varen er købt i en fysisk butik eller på nettet, så længe der er tale om en butik, der ligger i Danmark eller et andet EU-land. I disse tilfælde kan du kræve reparation, omlevering, afslag i pris eller at få pengene tilbage.

For at bruge din reklamationsret, er det en forudsætning, at fejlen ved varen var til stede ved købet – du har med andre ord ikke reklamationsret, hvis du selv er skyld i fejlen ved varen.

Kilde: Købeloven og Konkurrence- og Forbrugerstyrelsen

