

# DIGITALES ARCHIV

ZBW – Leibniz-Informationszentrum Wirtschaft  
ZBW – Leibniz Information Centre for Economics

Fossanger, Siri Fjærtøft (Ed.)

## Book

### Seniorer i Norge 2024 : hvem er de og hvordan går det med dem?

#### Provided in Cooperation with:

Statistics Norway, Oslo

*Reference:* (2025). Seniorer i Norge 2024 : hvem er de og hvordan går det med dem?. [Oslo] : Statistisk sentralbyrå.

[https://www.ssb.no/en/sosiale-forhold-og-kriminalitet/levekra/artikler/seniors-in-norway-2024/\\_attachment/inline/a4172794-4624-4bca-a487-78b12dba586d:d4efe6a9a5d28bb2ef36591c01c5b89fae47524f/SA178\\_web.pdf](https://www.ssb.no/en/sosiale-forhold-og-kriminalitet/levekra/artikler/seniors-in-norway-2024/_attachment/inline/a4172794-4624-4bca-a487-78b12dba586d:d4efe6a9a5d28bb2ef36591c01c5b89fae47524f/SA178_web.pdf).

This Version is available at:

<http://hdl.handle.net/11159/703129>

#### Kontakt/Contact

ZBW – Leibniz-Informationszentrum Wirtschaft/Leibniz Information Centre for Economics  
Düsternbrooker Weg 120  
24105 Kiel (Germany)  
E-Mail: [rights\[at\]zbw.eu](mailto:rights[at]zbw.eu)  
<https://www.zbw.eu/>

#### Standard-Nutzungsbedingungen:

Dieses Dokument darf zu eigenen wissenschaftlichen Zwecken und zum Privatgebrauch gespeichert und kopiert werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen. Sofern für das Dokument eine Open-Content-Lizenz verwendet wurde, so gelten abweichend von diesen Nutzungsbedingungen die in der Lizenz gewährten Nutzungsrechte.

<https://savearchive.zbw.eu/termsfuse>

#### Terms of use:

*This document may be saved and copied for your personal and scholarly purposes. You are not to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public. If the document is made available under a Creative Commons Licence you may exercise further usage rights as specified in the licence.*

# Seniorer i Norge 2024

Hvem er de og hvordan går det med dem?



TALL

SOM FORTELLER

STATISTISKE ANALYSER / STATISTICAL ANALYSES

178

I denne serien publiseres analyser av statistikk om sosiale, demografiske og økonomiske forhold til en bredere leserkrets. Fremstillingsformen er slik at publikasjonene kan leses også av personer uten spesialkunnskaper om statistikk eller bearbeidingsmetoder.

© Statistisk sentralbyrå

Publisert: 4. februar 2025

ISBN 978-82-587-1088-9 (elektronisk)

Omslagsfoto: Colourbox

| Standardtegn i tabeller                                                                                                             | Symbol |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| <b>Ikke mulig å oppgi tall</b><br>Tall finnes ikke på dette tidspunktet fordi kategorien ikke var i bruk da tallene ble samlet inn. | .      |
| <b>Tallgrunnlag mangler</b><br>Tall er ikke kommet inn i våre databaser eller er for usikre til å publiseres.                       | ..     |
| <b>Vises ikke av konfidensialitetshensyn</b><br>Tall publiseres ikke for å unngå å identifisere personer eller virksomheter.        | :      |
| <b>Desimaltegn</b>                                                                                                                  | ,      |

## Forord

Seniorer i Norge er en samling artikler som gir en overordnet beskrivelse av demografi og levekår for seniorbefolkningen i Norge. Artikkelsen er en videreføring av SSBs tidligere publikasjoner «[Eldre i Norge 1999](#)», «[Seniorer i Norge 2005](#)» og «[Seniorer i Norge 2010](#)». Formålet er å belyse viktige områder i seniorers liv gjennom å samle statistikk og analyse fra seniorers demografi, utdanning, arbeid og pensjon, økonomi, boforhold, helse, tidsbruk, sosiale deltakelse og mediebruk. Ni artikler ble publisert fortløpende på SSBs hjemmeside i løpet av 2024 og januar 2025.

Seniorbefolkningen omfatter bosatte i Norge i alderen 55 år og eldre. Vi har så langt det har latt seg gjøre brukt følgende aldersinndelinger:

- 55–66 år: Yngre eldre
- 67–79 år: Eldre
- 80 år og eldre: De eldste eldre

Denne inndelingen har imidlertid ikke vært mulig, eller hensiktsmessig, for alle temaer og datakilder. Avhengig av tema og datakilde er statistikk om seniorbefolkningen sammenlignet med hele befolkningen og yngre aldersgrupper. Hvilke datakilder som er benyttet er omtalt i hvert kapittel.

Vebjørn Aalandslid, Torbjørn Svendsen, Ingeborg Kool, Malin Pettersen, Ole Sandvik, Elisabeth Omholt, Madeleine Schlyter Opptøyen, Elin Skretting Lunde, Linda Allertsen, Elisabeth Rønning, Ingrid Haugland, Håvard Bergesen Dalen og Fam Vivian Bekken har skrevet artiklene.

Siri Fjærtøft Fossanger har koordinert arbeidet. Thomas Bjørnskau har laget infografikker. Maria Lekve har gitt innspill til innhold.

Arbeidet med artikkelserien er finansiert av «Senteret for et aldersvennlig Norge».

Statistisk sentralbyrå, 28. januar 2025

Ann-Kristin Brændvang

## Sammendrag

Seniorbefolkningen, her definert som personer 55 år og over, utgjør nær en tredjedel av landets befolkning. Denne publikasjonen gir en overordnet beskrivelse av seniorene og deres levekår.

### Demografi

Norge har de siste årene fått en eldre befolkning. Levealderen har økt jevnt og trutt de siste tiårene for begge kjønn, og mest for menn. Antallet eldre vil øke i årene framover. Generelt er befolkningen i de største byene og kommunene rundt yngre enn befolkningen i distriktskommunene. Til tross for at andelen eldre øker, har Norge likevel en relativt lav andel eldre sammenlignet med andre land.

### Utdanning

Andelen seniorer med høyere utdanning har steget betydelig de siste 20 årene, samtidig som kjønnsforskjellene i utdanningsnivå har minket. Mens 14 prosent av seniorene i år 2000 hadde universitets- og høyskoleutdanning, gjaldt dette 30 prosent av seniorene i 2023. Deltakelse på kurs og seminarer er vanligere enn deltakelse i formell utdanning.

### Arbeid og pensjon

Mens nesten tre av fire seniorer i alderen 55–61 år var i jobb i 2023, var andelen 49 prosent blant dem 62–66 år, og 14 prosent blant dem 67–74 år. Både blant menn og kvinner var det å like å jobbe den viktigste grunnen til at de fortsatte å jobbe mens de tok ut pensjon.

### Inntekt

Seniorer i Norge har i stor grad god økonomi og høy inntekt. Mange seniorer har hatt en relativt god inntektsvekst de siste 10 årene, men det gjelder ikke alle. De siste ti årene har inntektsulikheten innad i de ulike aldersgruppene i seniorbefolkningen økt. Det er blitt en større andel med lavinntekt blant personer mellom 55 og 85 år. Blant seniorer med lavinntekt er det særlig mange kvinner, aleneboende og minstepensjonister.

### Boforhold

Det store flertallet eier bolig, de har lavere boutgifter enn yngre, og få bor trangt. De fleste har inngangsparti i første etasje eller heis. Seniorer opplever i stor grad nærmiljøet som trygt.

### Helse

Seniorer flest rapporterer om god helse. De røyker mindre og er mer aktive enn før. Samtidig har mange varig sykdom og helseplager. Funksjonsevnen endrer seg over livsløpet, og særlig fra 75 års alder. Bruken av omsorgstjenester øker kraftig etter fylte 80 år.

### Tidsbruk

Seniorer bruker mer tid på inntektsgivende arbeid nå enn tidligere, og mindre tid på husholdarbeid. Til tross for mindre fritid enn før er fritiden til seniorer blitt mer aktiv. Menn bruker mer tid på inntektsgivende arbeid og kvinner gjør mer husholdsarbeid enn menn.

### Sosial deltakelse

Seniorer har omtrent lik vennekontakt som yngre, men er mer sammen med familie. Seniorbefolkningen har noe lavere andel som deltar i frivillig sektor, men de yter flere timer. Videre har de høyere livskvalitet, men dårligere subjektiv helse enn yngre.

### Mediebruk

Seniorer bruker de tradisjonelle mediene (avis, radio, lineær-TV) i mye større grad enn yngre, og bruker i mindre grad de digitale mediene som strømmetjenester, lydmedier og andre nettbaserte medier. Seniorer tar likevel i bruk de digitale mediene mer enn tidligere, og tiden som brukes på internett fortsetter å øke.

## Abstract

The senior population, defined as people 55 years or older, makes up almost one third of Norway's population. This publication gives an overview of the senior population and their living conditions.

### Demographics

Norway's population has grown older in recent years. Life expectancy has steadily increased over the last decades for both genders. Despite the growing proportion of elderly people, Norway still has a relatively low proportion of elderly compared to other countries.

### Education

The proportion of seniors with higher education has increased significantly in the last 20 years, while the gender gap in education levels has narrowed. Participation in courses and seminars is more common than participation in formal education.

### Labour market and Pension

While nearly three out of four seniors aged 55–61 worked in 2023, this proportion is 49 percent for those aged 62–66, and 14 percent among those aged 67–74. For both men and women, enjoying work was the most common reason for continuing to work while drawing a pension.

### Income

Seniors in Norway generally have good financial standing and high income. Many seniors have seen relatively good income growth over the past 10 years, although this is not the case for everyone. Income inequality within different age groups of the senior population has increased in the last decade. A larger proportion of people aged 55–85 now live with low income.

### Housing Conditions

The vast majority of the senior population own their homes, have lower housing costs than younger people, and few live in cramped conditions. Most have an entrance on the first floor or an elevator. Seniors largely perceive their local environment as safe.

### Health

Most seniors are in good health. They smoke less and are more active than before. At the same time, many suffer from chronic illnesses and health issues. Functional ability changes with age, and particularly from the age of 75. The use of care services increases significantly after the age of 80.

### Time Use

Seniors spend more time on income-generating work than before and less time on household chores. Despite having less leisure time than before, seniors' free time has become more active. Men spend more time on income-generating work than women, while women do more household work than men.

### Social Participation

Seniors have roughly the same amount of contact with friends as younger people but spend more time with family. The senior population has a slightly lower proportion involved in the voluntary sector, but they contribute more hours. They also report higher quality of life but poorer subjective health than the younger population.

### Media Use

Seniors use traditional media (newspapers, radio, linear TV) to a much greater extent than younger people and are less likely to use digital media such as streaming services, audio media, and other online platforms. However, seniors are increasingly using digital media, and the time spent on the internet continues to rise.

# Innhold

|                                                                                                                  |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Forord.....</b>                                                                                               | <b>3</b>  |
| <b>Sammendrag .....</b>                                                                                          | <b>4</b>  |
| <b>Abstract.....</b>                                                                                             | <b>5</b>  |
| <b>1. Økende antall eldre, men fortsatt blant de yngste i Europa .....</b>                                       | <b>8</b>  |
| 1.1. En voksende eldrebefolkning .....                                                                           | 8         |
| 1.2. Aldersfordelingen i Norge i dag .....                                                                       | 10        |
| 1.3. Fruktbarhet.....                                                                                            | 11        |
| 1.4. Dødelighet og forventet levealder .....                                                                     | 11        |
| 1.5. Nettoinnvandring.....                                                                                       | 12        |
| 1.6. Hvordan tror vi det blir framover?.....                                                                     | 13        |
| 1.7. Andelen eldre er høyere i distriktene enn i byene.....                                                      | 14        |
| 1.8. Har vi mange eldre i Norge sammenlignet med andre land?.....                                                | 18        |
| 1.9. Hvor lenge kan vi egentlig forvente å leve? .....                                                           | 20        |
| 1.10. Høy innvandring demper aldringen av Norge, men innvandrere blir også gamle .....                           | 21        |
| 1.11. Blant de eldre bor rundt en tredjedel alene.....                                                           | 24        |
| 1.12. Eldre innvandrere bor oftere i flerfamiliehusholdninger.....                                               | 25        |
| <b>2. Senioresnes utdanningsnivå har økt markant.....</b>                                                        | <b>27</b> |
| 2.1. Senioresnes utdanningsnivå har økt.....                                                                     | 28        |
| 2.2. Seniorbefolkningens utdanningsnivå i 2023 .....                                                             | 30        |
| 2.3. Få seniorer deltar i formell utdanning .....                                                                | 34        |
| 2.4. Mer vanlig med ikke-formell opplæring og uformell læring blant seniorer .....                               | 36        |
| 2.5. Større andel kvinner enn menn besøker bibliotek .....                                                       | 38        |
| 2.6. Oppsummering.....                                                                                           | 39        |
| <b>3. Én av tre seniorer er i jobb.....</b>                                                                      | <b>41</b> |
| 3.1. 39 prosent av seniorene var sysselsatte ... ..                                                              | 43        |
| 3.2. ... hvorav 34 prosent av seniorene var lønnstakere .....                                                    | 43        |
| 3.3. Flere menn enn kvinner i jobb, også blant seniorene .....                                                   | 45        |
| 3.4. Kjønnsskjellene er tydeligst etter fylte 62 år .....                                                        | 46        |
| 3.5. Tydelig nedgang i andelen lønnstakere ved viktige pensjonsaldersgrenser .....                               | 46        |
| 3.6. Flest seniorer jobber innenfor helse- og sosialtjenester.....                                               | 48        |
| 3.7. De over 67 år jobber oftere innenfor eiendom og i medlemsorganisasjoner .....                               | 48        |
| 3.8. Seniorene har kortere arbeidsuke.....                                                                       | 49        |
| 3.9. Kvinner jobber færre timer enn menn, særlig fra slutten av 60-årene .....                                   | 49        |
| 3.10. 2 av 5 i alderen 62–66 år kombinerer jobben med AFP og/eller alderspensjon .....                           | 50        |
| 3.11. Hvorfor kombinerer noen jobb med pensjon? .....                                                            | 51        |
| 3.12. Oppsummering.....                                                                                          | 53        |
| <b>4. Større økonomisk ulikhet blant seniorer.....</b>                                                           | <b>57</b> |
| 4.1. Høyest inntekt blant 55-61-åringer.....                                                                     | 57        |
| 4.2. Pensjonsreformen bidro til sterk inntektsvekst frem til 2016.....                                           | 59        |
| 4.3. Inntektsnedgang for dem mellom 67 og 74 år de siste årene .....                                             | 60        |
| 4.4. Litt bedre utvikling for de aller eldste.....                                                               | 60        |
| 4.5. Store formuer og økende formuesulikhet.....                                                                 | 60        |
| 4.6. Større inntektsulikhet blant yngre seniorer enn eldre.....                                                  | 61        |
| 4.7. Fremdeles flere menn enn kvinner med høye inntekter .....                                                   | 63        |
| 4.8. Seniorer har oftere høyere husholdningsinntekter enn yngre .....                                            | 63        |
| 4.9. «Fattige seniorer» var «fattigere» i 2022 enn ti år tidligere .....                                         | 64        |
| 4.10. Flere eldre med lavinntekt i Sverige og Danmark enn i Norge.....                                           | 65        |
| 4.11. Sterk vekst i andelen med lavinntekt blant dem mellom 55 og 69 år .....                                    | 66        |
| 4.12. Størst andel med lavinntekt blant kvinner 85 år og eldre.....                                              | 67        |
| 4.13. Mange av seniorene med lavinntekt bor alene.....                                                           | 68        |
| 4.14. Uføretrygdede med minsteytelse utgjør en større del av lavinntektsgruppen blant aleneboende 55-66 år ..... | 69        |
| 4.15. Flere innvandrere blant seniorene med lavinntekt .....                                                     | 70        |

|                             |                                                                                        |            |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 4.16.                       | Mange eier bolig eller har formue de kan tære på .....                                 | 71         |
| 4.17.                       | Aleneboende uføre med minsteytelse er i større grad økonomisk utsatte .....            | 72         |
| 4.18.                       | Oppsummering .....                                                                     | 72         |
| <b>5.</b>                   | <b>Seniorer har lavere boutgifter enn andre .....</b>                                  | <b>75</b>  |
| 5.1.                        | Hvor mange eier boligen de bor i? .....                                                | 75         |
| 5.2.                        | Hva slags boliger bor seniorer i? .....                                                | 77         |
| 5.3.                        | Seniorer flest har inngangsparti i første etasje eller heis .....                      | 78         |
| 5.4.                        | En større andel opplever at boligen er for stor, få bor trang .....                    | 79         |
| 5.5.                        | De eldste er mest avhengig av et godt kollektivtilbud eller gåavstand til tilbud ..... | 80         |
| 5.6.                        | Lavere boutgifter sammenlignet med de yngre .....                                      | 82         |
| 5.7.                        | Oppsummering .....                                                                     | 84         |
| <b>6.</b>                   | <b>Mange seniorer har god helse .....</b>                                              | <b>86</b>  |
| 6.1.                        | Færre seniorer som røyker enn tidligere .....                                          | 87         |
| 6.2.                        | En av tre seniorer drikker flere ganger i uken .....                                   | 88         |
| 6.3.                        | Seniorer flest er fysisk aktive .....                                                  | 89         |
| 6.4.                        | Flere seniormenn enn kvinner med overvekt .....                                        | 90         |
| 6.5.                        | Seniorer flest har god helse .....                                                     | 91         |
| 6.6.                        | Brukere av helse- og omsorgstjenester .....                                            | 97         |
| 6.7.                        | Oppsummering .....                                                                     | 102        |
| <b>7.</b>                   | <b>Hvordan bruker seniorer tiden sin? .....</b>                                        | <b>105</b> |
| 7.1.                        | Mer fritid når man blir eldre .....                                                    | 105        |
| 7.2.                        | Menn bruker mer tid på inntektsgivende arbeid enn kvinner .....                        | 106        |
| 7.3.                        | Seniorer bidrar med hjelp til andre husholdninger .....                                | 107        |
| 7.4.                        | Både aktiv og passiv fritid blant seniorenene .....                                    | 109        |
| 7.5.                        | Kvinner er mer sosiale enn menn .....                                                  | 110        |
| 7.6.                        | Seniorers helse har betydning for hvordan de bruker tiden sin .....                    | 110        |
| 7.7.                        | Mer jobb og aktiv fritid, mindre tid på husarbeid .....                                | 112        |
| 7.8.                        | Eldre er mest hjemme .....                                                             | 115        |
| 7.9.                        | Oppsummering: hvordan bruker vi tiden vår når vi blir eldre? .....                     | 115        |
| <b>8.</b>                   | <b>Seniorer er mindre ensomme enn andre .....</b>                                      | <b>117</b> |
| 8.1.                        | Seniorer har oftere kontakt med familie .....                                          | 117        |
| 8.2.                        | Yngre eldre gir mest hjelp til slekt, venner og bekjente .....                         | 118        |
| 8.3.                        | Aleneboende seniorer er mer ensomme .....                                              | 119        |
| 8.4.                        | Mange seniorer er tilfredse med sitt sosiale nettverk .....                            | 121        |
| 8.5.                        | Hvem er seniorenene som har lite vennekontakt? .....                                   | 121        |
| 8.6.                        | Eldre har ytt flest timer med frivillig innsats .....                                  | 123        |
| 8.7.                        | Mindre idrett, mer administrasjons- og styrearbeid .....                               | 124        |
| 8.8.                        | Hvem er seniorenene som deltar frivillig? .....                                        | 125        |
| 8.9.                        | Seniorer som deltar frivillig, har høyere livskvalitet .....                           | 126        |
| 8.10.                       | Oppsummering .....                                                                     | 128        |
| <b>9.</b>                   | <b>Eldre holder fast ved tradisjonelle medier .....</b>                                | <b>132</b> |
| 9.1.                        | Fra tradisjonelle til nye medievaner .....                                             | 133        |
| 9.2.                        | Seniorennes mediehverdag i 2023 .....                                                  | 138        |
| 9.3.                        | Seniorer bruker mer tid på internett enn før .....                                     | 140        |
| 9.4.                        | Lineær-TV er den vanligste kilden til nyheter for seniorenene .....                    | 142        |
| 9.5.                        | Seniorbefolkningen bruker 1,5 time på mobiltelefonen daglig .....                      | 144        |
| 9.6.                        | Oppsummering .....                                                                     | 146        |
| <b>Figurregister .....</b>  |                                                                                        | <b>150</b> |
| <b>Tabellregister .....</b> |                                                                                        | <b>153</b> |
| Vedleggstabeller .....      |                                                                                        | 153        |

**Befolkning**

# 1. Økende antall eldre, men fortsatt blant de yngste i Europa

*Til tross for vekst i både antallet og andelen eldre er vi fortsatt av de «yngste» landene i Europa. Det vil ta om lag 50 år før vi har en andel eldre på nivå med dagens Japan.*

Vebjørn Aalandslid

Befolkningen i Norge har opplevd en betydelig aldring de siste årene, med en markert økning i antallet personer 67 år og over. Etter en periode med stabilitet og til og med en nedgang på grunn av lave fødselstall i mellomkrigstida, har antallet eldre igjen begynt å øke. De store fødselskullene fra etterkrigstiden lever lenger enn tidligere generasjoner, noe som også bidrar til denne veksten.

## 1.1. En voksende eldrebefolkning

Norge har de siste årene fått en eldre befolkning. Antallet personer som er 67 år eller eldre er mer enn doblet de siste 50 år, og har økt med nesten en tredjedel på bare de siste ti år. Vi hadde en lengre periode på 1990- og tidlig på 2000-tallet hvor både antallet og andelen eldre lå ganske stabilt. Det var til og med en nedgang i antallet personer 67 år og over, de første årene på 2000-tallet. Dette hadde i hovedsak sammenheng med lave fødselstall på 1920- og 1930-tallet, sammenliknet med ti-årene før. I 1946 ble det for eksempel født 70 prosent flere barn enn ti år tidligere, i 1935.

Denne pausen i «aldringen» av Norge er nå over, og tallet på eldre, både i faktisk antall og som andel av befolkningen, har vokst, og vil vokse kraftig i årene framover. De store fødselskullene etter krigen lever lengre enn tidligere generasjoner. Det betyr at det faktiske antallet eldre vil øke i årene framover da økningen i levealder trolig vil fortsette. På lengre sikt er det likevel ikke utviklingen i levealder som vil ha mest betydning. Andelen som er eldre vil i større grad påvirkes av framtidige fødsels- og inn- og utvandringstall.

### Aldersinndeling brukt i dette kapittelet

Seniorbefolkningen er definert som alle personer 55 år og eldre. I dette kapittelet er følgende aldersinndeling brukt:

- 55 år og eldre: Seniorbefolkningen
- 55-66 år: Yngre eldre
- 67-79: Eldre
- 80 år og eldre: De eldste eldre

Samlekategorien «67 år og over» vil også brukes, i tillegg til at det gis tall for 5-årige aldersintervaller i utvalgte tabeller.

Innvandring til Norge har allerede stor betydning for det samlede befolkningstallet og vil få større betydning for eldrebefolkningen framover. Vi finner i dag flest innvandrere blant voksne (20-66 år). Nå bor det for eksempel over 70 000 40-åringer i Norge. Rundt 25 000 av disse, altså mer enn en tredjedel, er innvandrere. Og om 40 år vil andelen innvandrere blant 80-åringer være nesten like stor.

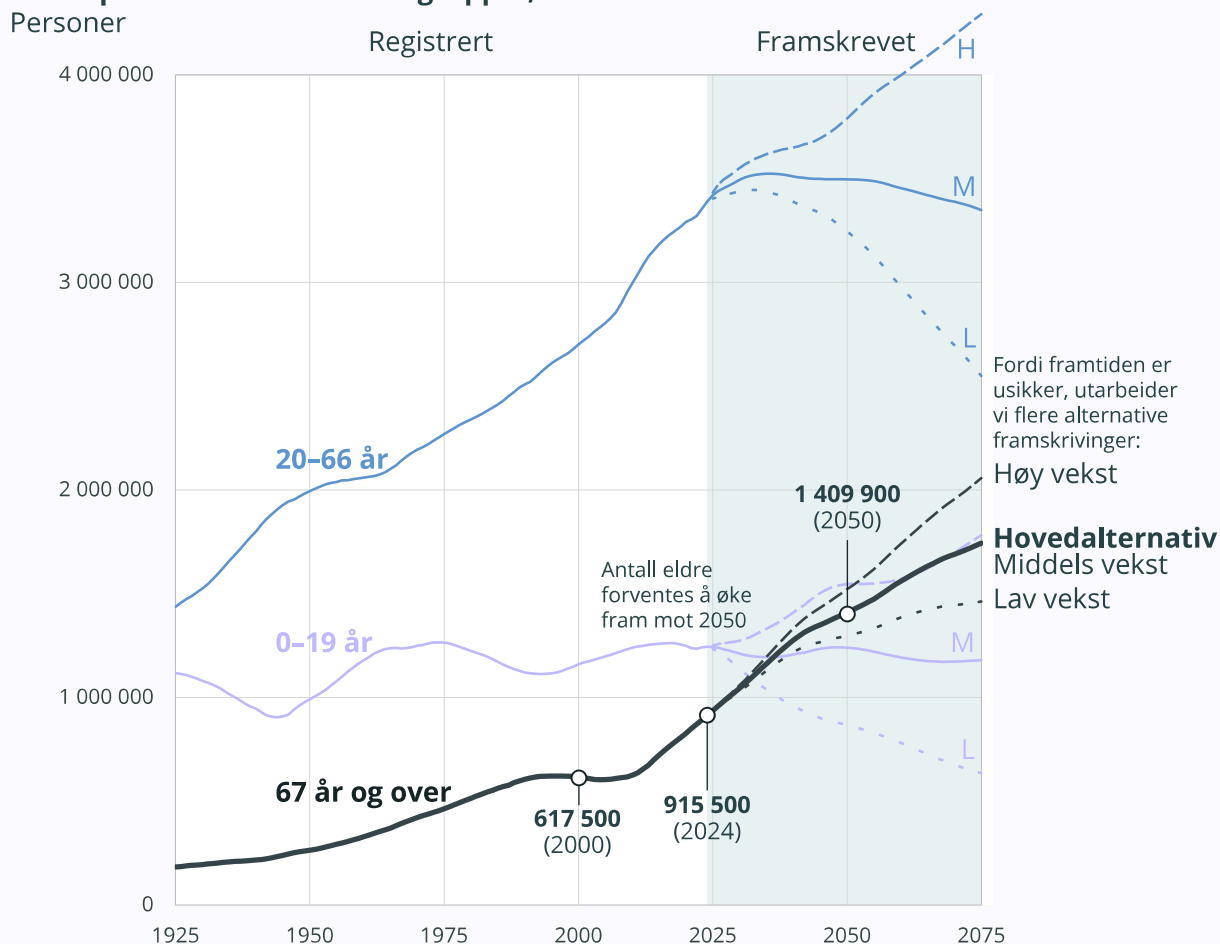
Figur 1.1 Folkemengden etter alder. 1925-2075. Faktiske og framskrevne tall

## Befolkningen over 67 år har økt siden 2010, og fortsetter å øke

Vi er iferd med å få en betydelig eldre befolkning. Antall personer i alderen 67 år og eldre forventes å øke med nesten 60 % fram til 2050.

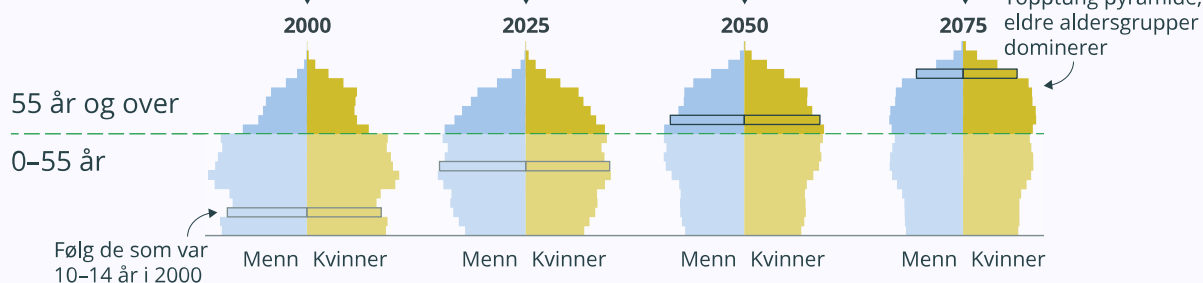


### Antall personer i brede aldersgrupper, 1925-2025



### Befolkningspyramider, 2000-2025-2050-2075

Andel i prosent



Kilde: Befolkning ([www.ssb.no/folkemengde](http://www.ssb.no/folkemengde))



Statistisk sentralbyrå  
Statistics Norway

Alle nyere framskrivninger av Norges befolkning har vist at vi blir eldre, men graden av denne aldringen har variert noe. I [SSBs siste befolkningsframskrivninger \(SSB 2024\)](#) ser vi at antallet 67 år og over forventes å øke fra dagens drøye 900 000 til 1,4 millioner i 2050. Dette skjer parallelt med at antallet 0-19 år synker. I 2037 forventer vi for første gang i landets historie å ha flere eldre enn unge. I år 2075 vil Norge bestå av 1,5 ganger så mange eldre som unge under 20 år.

## 1.2. Aldersfordelingen i Norge i dag

Ved inngangen til 2024 bodde det 5,5 millioner innbyggere i Norge. Seniorbefolkningen, eller de 55 år og over, utgjør nær en tredjedel av landets befolkning. Gruppen 67 år og over utgjør 16,5 prosent, mens de eldste eldre, fra 80 år og over, fortsatt er en liten gruppe, og utgjør mindre enn fem prosent av befolkningen.

Det bor omtrent like mange menn som kvinner i Norge, men kjønnsandelene varierer mye med alder. Det fødes årlig om lag 51 prosent gutter og 49 prosent jenter, i tillegg har menn tradisjonelt vært i flertall blant innvandrere, særlig blant arbeidsinnvandrere og flyktninger. Flertallet av innvandrere er blant unge voksne, slik at i de yngste aldersintervallene er menn i flertall.

Det er flest menn fram til 65 år, deretter er kvinnene i flertall. Kvinner lever i gjennomsnitt lengre enn menn og er i klart flertall blant de eldste eldre og kvinneandelen fortsetter å øke med alderen. Det er i dag over 1 200 personer som har rundet 100 år. I denne eksklusive gruppen er mer enn åtte av ti kvinner.

**Tabell 1.1 Folkemengde etter alder og kjønn 1.1. 2024. Absolutte tall og prosent**

|                               | Absolutte tall   |                  |                  | Prosent                     |             |               |
|-------------------------------|------------------|------------------|------------------|-----------------------------|-------------|---------------|
|                               | Begge kjønn      | Menn             | Kvinner          | Andel av befolkningen i alt | Andel menn  | Andel kvinner |
| <b>I alt</b>                  | <b>5 550 203</b> | <b>2 795 718</b> | <b>2 754 485</b> | <b>100,0</b>                | <b>50,4</b> | <b>49,6</b>   |
| 0-19 år                       | 1 244 282        | 639 629          | 604 653          | 22,4                        | 51,4        | 48,6          |
| 20-54 år                      | 2 584 537        | 1 320 342        | 1 264 195        | 46,6                        | 51,1        | 48,9          |
| 55-66 år                      | 805 903          | 408 412          | 397 491          | 14,5                        | 50,7        | 49,3          |
| 67-79 år                      | 658 996          | 321 429          | 337 567          | 11,9                        | 48,8        | 51,2          |
| 80-89 år                      | 210 751          | 91 498           | 119 253          | 3,8                         | 43,4        | 56,6          |
| 90-99 år                      | 44 472           | 14 173           | 30 299           | 0,8                         | 31,9        | 68,1          |
| 100 år eller eldre            | 1 262            | 235              | 1 027            | 0,0                         | 18,6        | 81,4          |
| 67 år og over                 | 915 481          | 427 335          | 488 146          | 16,5                        | 46,7        | 53,3          |
| 80 år og over                 | 256 485          | 105 906          | 150 579          | 4,6                         | 41,3        | 58,7          |
| <b>5-årig aldersinndeling</b> |                  |                  |                  |                             |             |               |
| 55-59 år                      | 364 139          | 185 737          | 178 402          | 6,6                         | 51,0        | 49,0          |
| 60-64 år                      | 321 077          | 162 454          | 158 623          | 5,8                         | 50,6        | 49,4          |
| 65-69 år                      | 293 093          | 145 410          | 147 683          | 5,3                         | 49,6        | 50,4          |
| 70-74 år                      | 257 003          | 126 146          | 130 857          | 4,6                         | 49,1        | 50,9          |
| 75-79 år                      | 229 587          | 110 094          | 119 493          | 4,1                         | 48,0        | 52,0          |
| 80-84 år                      | 135 492          | 61 176           | 74 316           | 2,4                         | 45,2        | 54,8          |
| 85-89 år                      | 75 259           | 30 322           | 44 937           | 1,4                         | 40,3        | 59,7          |
| 90-94 år                      | 34 955           | 11 657           | 23 298           | 0,6                         | 33,3        | 66,7          |
| 95-99 år                      | 9 517            | 2 516            | 7 001            | 0,2                         | 26,4        | 73,6          |
| 100 år eller eldre            | 1 262            | 235              | 1 027            | 0,0                         | 18,6        | 81,4          |

Kilde: Befolkningsstatistikk, Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 10211

Hvordan alderssammensetningen og størrelsen på befolkningen vil bli framover vil avhenge av tre faktorer; fruktbarhet, dødelighet og nettoinnvandring. Først fruktbarhet.

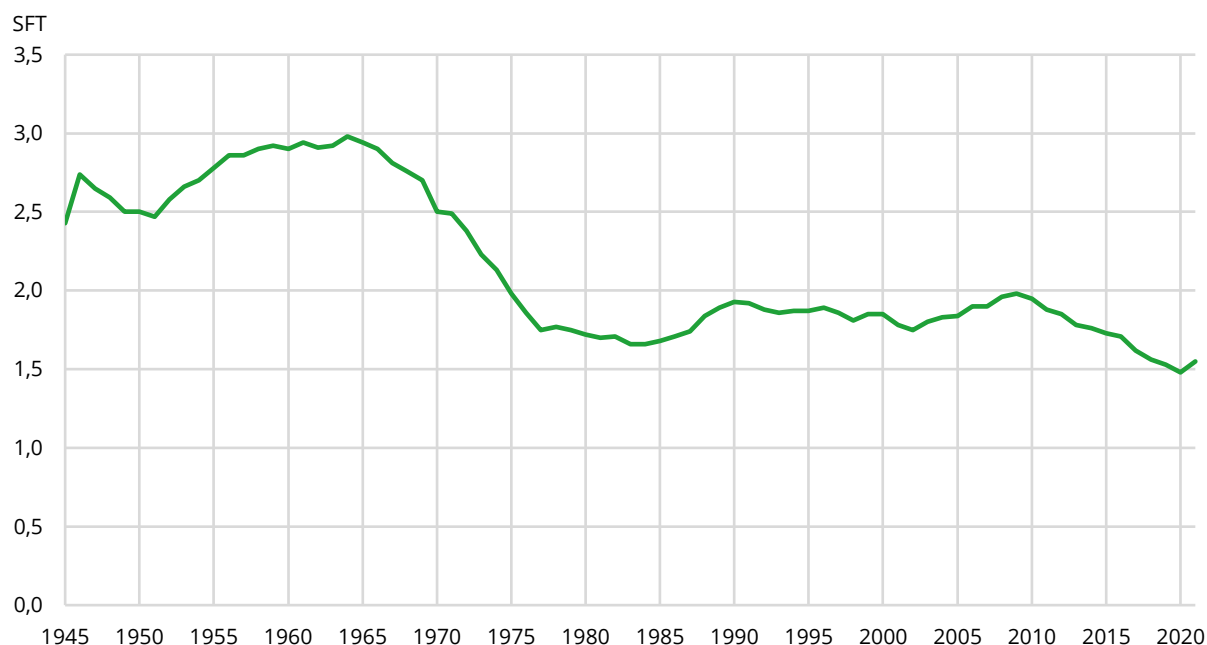
### 1.3. Fruktbarhet

Norge har siden 2009, med unntak av et kort oppsving i 2021, opplevd en kraftig nedgang i samlet fruktbarhetstall (SFT) de siste årene. I 2023 var SFT nede på rekordlave 1,4. SFT er et mål på antall barn hver kvinne kommer til å føde under forutsetning av at fruktbarhetsmønstret i perioden varer ved og at dødsfall ikke forekommer.

Norge hadde, som resten av Europa, høye fødselstall i etterkrigstiden, for så å falle utover 1970- og 80-tallet. Vi fikk en oppgang på 1990-tallet og i første årene av 2000-tallet var Norge av landene i Europa med høyest fruktbarhet, like under to barn pr kvinne. Nedgangen etter 2009 har ført til at vi nå er midt på treet sammenlignet med våre europeiske naboer. I Norden er det bare Finland som har lavere fruktbarhet enn Norge (Eurostat 2024).

SFT har falt mye de siste årene fordi det er færre som får mange barn, men viktigst er at stadig flere kvinner venter lenger med å få sitt første barn. Dette vil etter hvert også påvirke fruktbarhetstallet, om utsatte fødsler blir hentet inn på et senere tidspunkt og i [SSBs befolkningsframskrivinger](#) forventes det at fruktbarheten vil øke noe utover 2020- og 2030-tallet (SSB 2024).

**Figur 1.2 Samlet fruktbarhetstall for kvinner. 1946-2023**



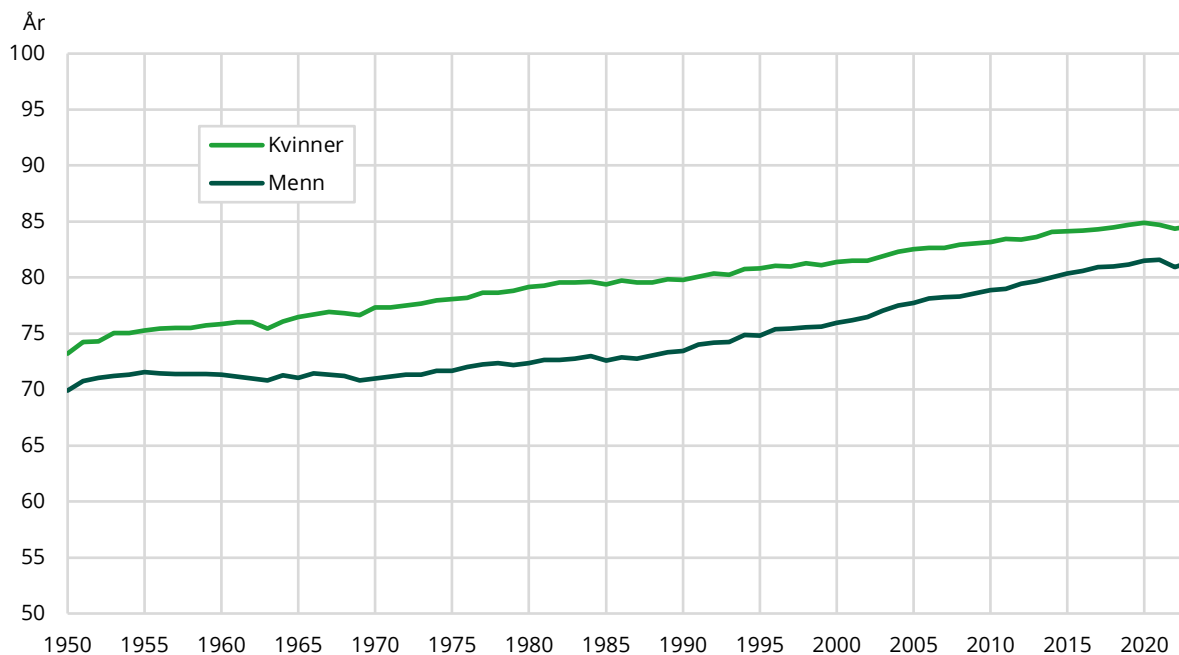
Kilde: Befolkningsstatistikk, Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabeller 04232 og 08556

### 1.4. Dødelighet og forventet levealder

Forventet levealder for nyfødte gutter er nå på 81,4 år, mens den var på 84,6 år for nyfødte jenter i 2023. Levealderen har økt jevnt og trutt de siste tiårene for både menn og kvinner, men mest for menn. Siden 1990 har levealderen økt med nesten 8 år for menn og 5 år for kvinner. Dette betyr i praksis at menn i denne perioden har fått 2,8 måneders ekstra levetid per år, mens kvinner bare har fått 1,7 ekstra måneder årlig. Forventet levealder har alltid vært noe høyere for kvinner enn for menn, men fra midten av 1950-tallet til midten av 1980-tallet økte forskjellen i levealder mellom kjønnene, fra rundt tre år til nesten syv år. Forskjellen mellom kvinners og menns forventede levealder er nå tilbake på omtrent samme nivå som på 1950-tallet. Årsakene til økningen i levealder, særlig for menn, er sammensatt, men endret livstil, at færre røyker, et sunnere kosthold, samt forebygging av sykdommer og mer effektive behandlingsformer, særlig av hjertesykdommer, er alle faktorer som har bidratt til denne utviklingen.

Levealderen fortsatte å øke i Norge i de første pandemiårene, for så å falle i 2022, for begge kjønn, men er nå tilbake på nivået før pandemien.

**Figur 1.3 Forventet gjenstående levetid ved fødsel. Etter kjønn 1950-2023**



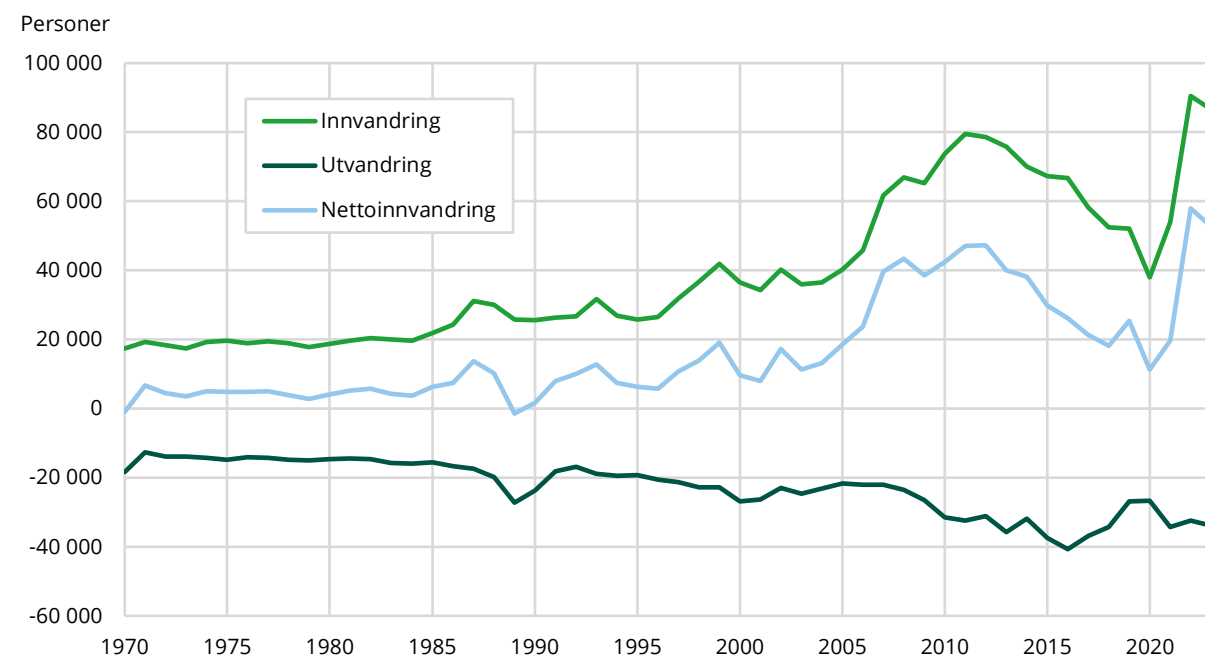
Kilde: Befolkningsstatistikk, Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 05375

## 1.5. Nettoinnvandring

De siste tiårene har innvandring fått en stadig større betydning for befolkningsutvikling og sammensetning. Invasjonen av Ukraina i 2022 har ført til den største flyktningstrømmen i Europa etter andre verdenskrig og har bidratt til rekordhøy innvandring til Norge de to siste årene. Innvandringen til Norge har vært høy på hele 2000-tallet, særlig i de første årene etter EU-utvidelsen i 2004 fram til 2011, for deretter å avta utover 2010-tallet. I pandemiårene var den nede på nivået fra slutten av 1990-tallet. Det har særlig vært arbeidsinnvandring fra våre nærmeste naboland og land i Øst-Europa som har bidratt til høye innvandringstall, og til nedgangen i tallene etter 2011. Også flyktninginnvandring fra Syria og flere land i Afrika og Asia har bidratt til de høye tallene. Parallelt med økende innvandring har også tallet på utvandring økt, men langt langsommere.

Når det gjelder utvikling i tallet på eldre i Norge så påvirkes ikke dette direkte så mye av innvandring (og utvandring), da innvandrere i hovedsak er yngre enn befolkningen for øvrig. I 2023 utgjorde for eksempel eldre (67 år og over) bare 3 prosent av innvandringen til Norge det året. For utvandrere utgjorde de enda færre, bare 2 prosent. Men som vi skal komme tilbake til senere så blir jo også innvandrere eldre og deres andel av eldrebefolkningen vil øke for hvert år framover. Ved inngangen til dette århundret bodde det 15 000 innvandrere som var 67 år og eldre i Norge, mens i dag er dette tallet økt til drøye 60 000. Denne femdoblingen har altså ikke kommet som en følge av økt innvandring av eldre innvandrere, men at de som tidligere har innvandret har blitt eldre.

Framtidig nettoinnvandring er den klart vanskeligste komponenten å framskrive og også den som vil ha størst betydning for aldringen av Norge framover. Innvandrere er i snitt yngre enn befolkningen ellers og med fortsatt høy innvandring vil aldringen utsettes og eldres andel av totalbefolkningen reduseres tilsvarende, i alle fall på kort sikt. Motsatt vil synkende nettoinnvandring framskynde aldringen av Norge.

**Figur 1.4 Innvandring, utvandring og nettoinnvandring til Norge. 1974-2023**

Kilde: Befolkningsstatistikk, Statistisk sentralbyrå

## 1.6. Hvordan tror vi det blir framover?

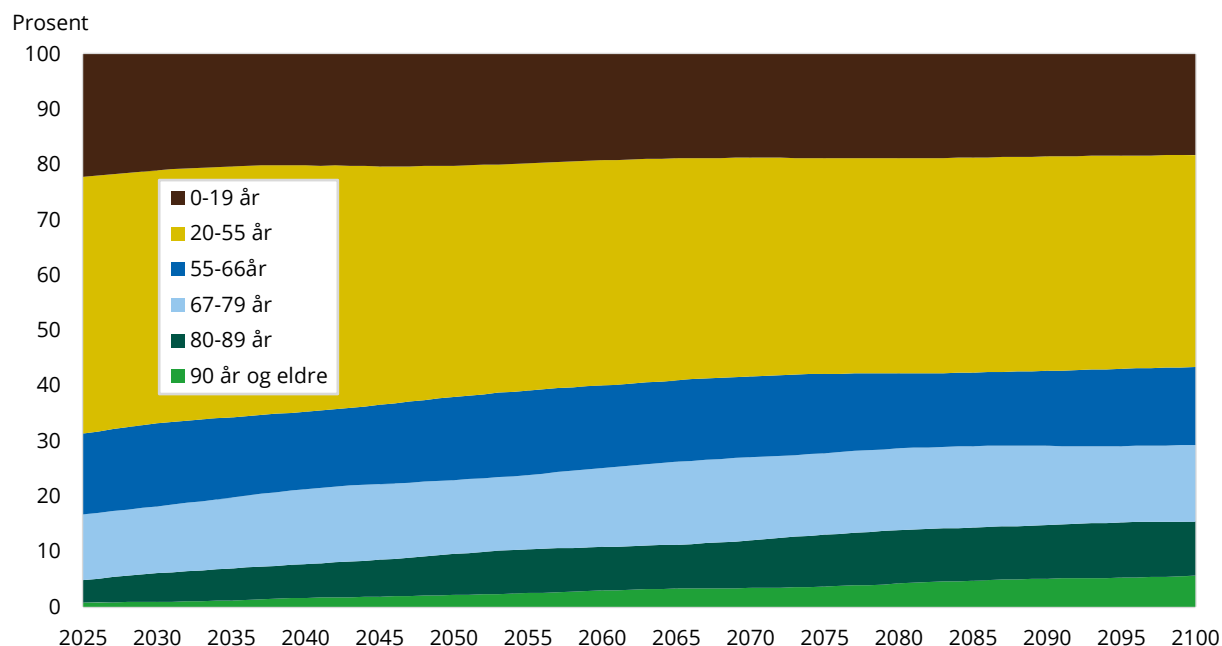
Befolkningens alderssammensetning vil som tidligere nevnt endres kraftig i løpet av de neste årene. Takten i endringene kan variere, men alle framskrivninger viser at befolkningen blir eldre. I SSBs siste befolkningsframskrivninger (SSB 2024) anslås det i hovedalternativet at befolkningen vil øke fra dagens 5,5 millioner til 6,15 millioner i 2050 og 6,2 millioner i 2100. Veksten i befolkningen skyldes i hovedsak nettoinnvandring, men det forventes at det fortsatt vil være flere fødte enn døde fram til 2045, deretter snur det og vi får et fødselsunderskudd. Det vil si at det hvert år vil dø flere mennesker enn det fødes.

Dette vil føre til en markert økning i andel eldre og i 2060 vil det anslagsvis være dobbelt så mange som er 67 år og eldre, sammenlignet med dagens situasjon. I 2037 forventes vi for første gang å ha flere gamle (67+) enn unge (0-19), en utvikling som bare vil fortsette og i 2100 forventes det å være nær 700 000 flere gamle enn unge. Nesten 30 prosent av befolkningen vil da være 67 år og eldre, mens andelen unge, under 20 år, har sunket til 18 prosent.

Ser vi på figur 1.5 som viser aldersfordeling for hovedalternativet – for de aldersgruppene vi følger særskilt i denne serien – så viser den at andelen som består av yngre eldre (55-66 år), og eldre i gruppen 67-79 år, forventes å være ganske stabil utover i hundreåret. Fra å utgjøre henholdsvis 15 og 12 prosent i dag, til at begge utgjør 14 prosent hver i 2100.

De største endringene vil komme i de eldste gruppene. Befolkningen som er 80 år eller eldre, vil mer enn dobles innen 2050 og forventes å utgjøre nesten én million personer innen 2100 (mot 250 000 i dag). Andelen som er over 80 år av den totale befolkningen vil også øke, fra dagens drøye 5 prosent til nesten 10 prosent i 2050 og over 15 prosent innen 2100, ifølge hovedalternativet. På samme tid forventes antallet personer som er 90 år eller eldre å seksdobles fram mot 2100.

Både antallet og andelen eldre innvandrere vil øke markert framover, og ha en prosentvis større vekst enn det vi finner i befolkningen ellers. I 2050 forventes 22 prosent av innvandrerne i Norge å være 67 år og eldre, mot dagens seks prosent og det vil bo i underkant av 300 000 eldre innvandrere i Norge.

**Figur 1.5** Befolkningen etter ulike aldersintervaller. Framskrevne tall 2025-2100. Hovedalternativet

Kilde: Nasjonale befolkningsframskrivninger, Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 14282

### SSBs Befolkningsframskrivninger

SSB lager flere ulike alternativer for befolkningsutviklingen i Norge. Hovedalternativet, viser hvordan utviklingen vil være ved bruk av hoved/mellom-alternativene for fruktbarhet, levealder og innvandring.

Fruktbarheten vil gradvis øke fra dagens historisk lave nivå (1,40 barn per kvinne) til 1,44 i 2025 og 1,57 i 2030. På lengre sikt antas SFT å stabilisere seg rundt 1,66.

Forventet levealder for menn ved fødsel vil øke fra 81,4 år i 2023 til 86,0 år i 2050. For kvinner vil den øke fra 84,6 år i 2023 til 88,3 år i 2050.

Nettoinnvandringen vil avta fra 41 000 i 2024, til rundt 16 000 i 2030. Vi framskriver deretter at nettoinnvandringen stabiliserer seg på rundt 13 000 fra 2050.

SSBs befolkningsframskrivninger består av 15 forskjellige alternativer som bidrar til å illustrere usikkerheten til resultatene og hvilke forutsetninger som er særskilt viktige for den framskrevne befolkningsutviklingen.

## 1.7. Andelen eldre er høyere i distriktene enn i byene

Andelen eldre varierer mye etter landsdel. Eldre, og da særlig i gruppen 80 år og over, tilhører den delen av befolkningen som har de største behovene for kommunale tjenester og det har derfor stor betydning for eldreomsorg og kommuneøkonomi hvordan tallet på de aller eldste utvikler seg. Andelen eldre i en kommune påvirkes av de samme befolkningskomponentene som de nasjonale – fødsler og dødsfall, inn- og utvandring, og ikke minst hvor mange som flytter til og fra og alderen på inn- og utflytterne.

Generelt gjelder det at befolkningen i de største byene og kommunene rundt er yngre enn befolkningen i distriktskommunene. Om vi ser på andelen eldre etter SSBs sentralitetsindeks, så viser den en klar sammenheng mellom alder og sentralitet. I de mest sentrale kommunene: Oslo, Bergen, Trondheim, Stavanger; og pendlerkommunene rundt disse er andelen eldre lav, sammenlignet med de mindre/minst sentrale kommunene hvor eldre andelen øker. I de mest sentrale kommunene er 12,4 prosent 67 år og over, mens i de minst sentrale kommunene gjelder dette for 23 prosent av befolkningen. Ser vi særskilt på de eldste eldre er andelen 80 pluss nær dobbelt så høy 3,5 mot 6,9 prosent i de minst sentrale kommunene som i de mest sentrale.

De kommunene som har høyest andel gamle er som regel også de som har hatt størst nedgang i folketallet. Tidligere var fødselsratene høy i mange utkantkommuner, særlig i Nord-Norge, og dette dempet effekten av utflytting fra disse kommunene (Brunborg 2007). De siste årene har fruktbarheten sunket, og disse utkantkommunene er dermed mer sårbare for utflytting. Synkende barnetall generelt og utflytting av unge kvinner fører til at det blir født færre barn, noe som gjør at det blir færre blant de yngste. Innvandring fra utlandet har avhjulpet denne trenden noe de siste årene – og særlig over de siste to årene hvor det samlet har vært befolkningsvekst i alle fylker og nær 300 av landets 357 kommuner. Men fortsatt er det slik at aldringen merkes sterkest der det bor få folk, altså utenfor byer og urbane strøk.

For fylkene finner vi den høyeste andelen 67 år og over i Innlandet (21 prosent), Nordland (5,8 prosent) og Telemark (begge 19,9 prosent). Den klart laveste andelen finner vi i Oslo (11,5 prosent), fulgt av Rogaland og Akershus. Blant kommunene finner vi den høyeste andelen eldre i Ibestad kommune i Troms (30,5 prosent), fulgt av Beiarn og Osen. Blant de ti kommunene med høyest andel over 67 år, ligger halvparten i Nordland fylke. Gjesdal kommune i Rogaland har med 11,5 prosent den laveste andelen 67 år og oppover i landet.

SSB lager også regionale befolkningsframskrivninger (for mer detaljer se SSB 2024 b). I framskrivingene forventes andelen å øke i alle kommuner fram mot 2050. Aldringen, målt på denne måten, vil være særlig sterk i distriktskommuner og i kommuner med fall i folketallet, slik at trendene beskrevet ovenfor vil fortsette. I 2050 forventes Oslo å ha den laveste andelen eldre med 18 prosent, mens Hvaler kommune i Østfold vil være den eldste, med 37 prosent eldre, 67 år og over.

**Tabell 1.2 Folkemengde etter alder og sentralitet. Absolutte tall og prosent. 1.1. 2024**

|                                       | I alt   | Mest sentrale kommuner | Nest mest sentrale kommuner | Over middels sentrale kommuner | Middels sentrale kommuner | Nest minst sentrale kommuner | Minst sentrale kommuner |
|---------------------------------------|---------|------------------------|-----------------------------|--------------------------------|---------------------------|------------------------------|-------------------------|
| 55-66 år                              | 805 903 | 126 106                | 214 281                     | 214 512                        | 124 181                   | 90 175                       | 36 648                  |
| 67-79 år                              | 658 996 | 90 029                 | 165 170                     | 178 169                        | 109 832                   | 81 289                       | 34 507                  |
| 80-89 år                              | 210 751 | 28 590                 | 53 543                      | 55 152                         | 34 558                    | 27 046                       | 11 862                  |
| 90 år og eldre                        | 45 734  | 6 998                  | 11 186                      | 11 234                         | 7 594                     | 6 177                        | 2 545                   |
| Bosatte i hver aldersgruppe (prosent) |         |                        |                             |                                |                           |                              |                         |
| 67 år og eldre                        | 915 481 | 12,4                   | 15,2                        | 17,1                           | 18,6                      | 20,3                         | 23,3                    |
| 80 år og eldre                        | 256 485 | 3,5                    | 4,3                         | 4,6                            | 5,1                       | 5,9                          | 6,9                     |

Kilde: Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 07459

De kommunene som har høyest andel gamle er som regel også de som har hatt størst nedgang i folketallet. Tidligere var fødselsratene høy i mange utkantkommuner, særlig i Nord-Norge, og dette dempet effekten av utflytting fra disse kommunene (Brunborg 2007). De siste årene har fruktbarheten sunket, og disse utkantkommunene er dermed mer sårbare for utflytting. Synkende barnetall generelt og utflytting av unge kvinner fører til at det blir født færre barn, noe som gjør at det blir færre blant de yngste. Innvandring fra utlandet har avhjulpet denne trenden noe de siste årene – og særlig over de siste to årene hvor det samlet har vært befolkningsvekst i alle fylker og nær 300 av landets 357 kommuner. Men fortsatt er det slik at aldringen merkes sterkest der det bor få folk, altså utenfor byer og urbane strøk.

For fylkene finner vi den høyeste andelen 67 år og over i Innlandet (21 prosent), Nordland (5,8 prosent) og Telemark (begge 19,9 prosent). Den klart laveste andelen finner vi i Oslo (11,5 prosent), fulgt av Rogaland og Akershus. Blant kommunene finner vi den høyeste andelen eldre i Ibestad kommune i Troms (30,5 prosent), fulgt av Beiarn og Osen. Blant de ti kommunene med høyest andel over 67 år, ligger halvparten i Nordland fylke. Gjesdal kommune i Rogaland har med 11,5 prosent den laveste andelen 67 år og oppover i landet.

SSB lager også regionale befolkningsframskrivninger (for mer detaljer se SSB 2024 b). I framskrivingene forventes andelen å øke i alle kommuner fram mot 2050. Aldringen, målt på denne måten, vil være særlig sterk i distriktskommuner og i kommuner med fall i folketallet, slik at trendene beskrevet ovenfor vil fortsette. I 2050 forventes Oslo å ha den laveste andelen eldre med 18 prosent, mens Hvaler kommune i Østfold vil være den eldste, med 37 prosent eldre, 67 år og over.

Figur 1.6 Eldre, 67 år og over, i norske kommuner. 2024

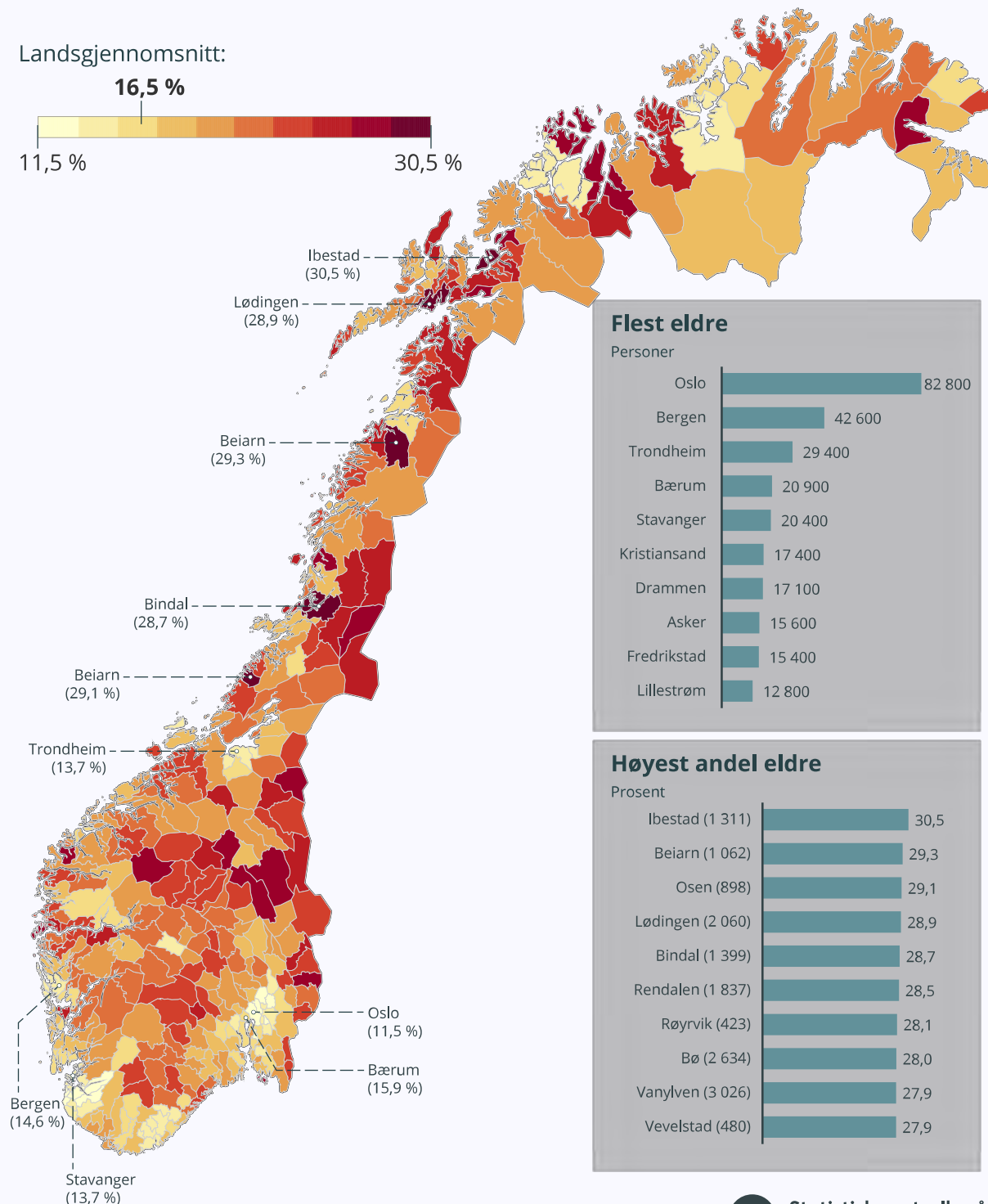
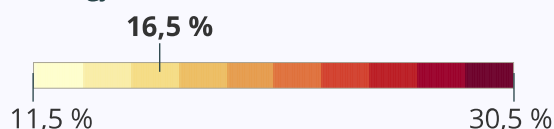
## Hvilke kommuner har høyest andel eldre?

Andel 67 år og over i prosent av befolkningen i kommunen, 1. januar 2024

Koroplettkartet viser andel eldre 67 år og over i de 357 norske kommunene, representert med fargeverdier. Jo mørkere farge, jo høyere andel eldre.



Landsgjennomsnitt:



Kilde: Befolkning ([www.ssb.no/folkemengde](http://www.ssb.no/folkemengde))



Statistisk sentralbyrå  
Statistics Norway

## 1.8. Har vi mange eldre i Norge sammenlignet med andre land?

Sammenligner vi oss med våre nærmeste naboland finner vi at alderssammensetningen i de nordiske land varierer fra høyest andel eldre i Finland, fulgt av Danmark og Sverige, mens Norge og Island har den yngste befolkningen. Ser vi særskilt på gruppen 67 år og over har Finland 21 prosent eldre, Danmark og Sverige ligger på 18 prosent, Norge på 16,5 prosent og Island på 13 prosent. Finland har de siste årene hatt den laveste fruktbarheten i Norden, sammenholdt med en noe høyere dødelighet, høy netto utvandring på 1960-tallet etterfulgt av liten innvandring sammenlignet med de andre nordiske landene (Østby og Aalandslid 2020). Dette er alle faktorer som har bidratt til den høyeste eldreandelen i Norden. Motsatt har Island hatt relativt høy fruktbarhet og høy innvandring.

**Tabell.1.3 Folkemengde etter alder og land. Nordiske land. 1.1.2024. I prosent av befolkningen i alt**

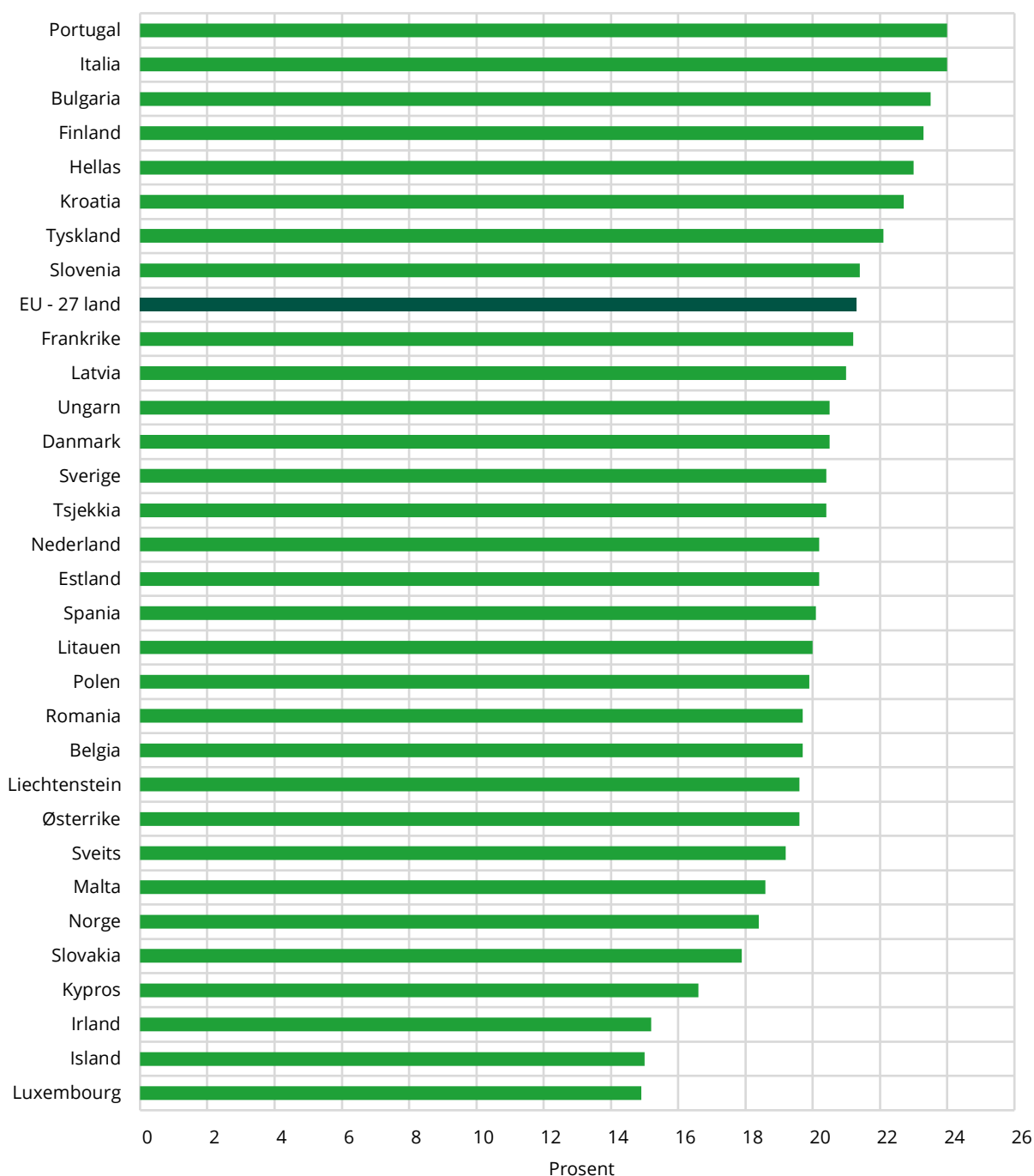
|                                 | Danmark          | Finland          | Island         | Norge            | Sverige           |
|---------------------------------|------------------|------------------|----------------|------------------|-------------------|
| <b>Befolkningen i alt</b>       | <b>5 961 249</b> | <b>5 603 851</b> | <b>383 726</b> | <b>5 550 203</b> | <b>10 551 707</b> |
| 55-66 år                        | 15,4             | 15,3             | 13,3           | 14,5             | 14,1              |
| 67-79 år                        | 13,0             | 15,0             | 9,9            | 11,9             | 12,7              |
| 80-89 år                        | 4,6              | 4,9              | 2,9            | 3,8              | 4,8               |
| 90 år og eldre                  | 0,8              | 1,0              | 0,7            | 0,8              | 1,0               |
| 67 år og eldre                  | 18,4             | 20,9             | 13,5           | 16,5             | 18,5              |
| 80 år og eldre                  | 5,4              | 5,9              | 3,6            | 4,6              | 5,8               |
| <b>5-årig aldersintervaller</b> |                  |                  |                |                  |                   |
| 55-59 år                        | 7,0              | 6,4              | 5,7            | 6,6              | 6,5               |
| 60-64 år                        | 6,2              | 6,4              | 5,5            | 5,8              | 5,6               |
| 65-69 år                        | 5,5              | 6,2              | 4,9            | 5,3              | 5,2               |
| 70-74 år                        | 5,0              | 6,0              | 4,0            | 4,6              | 4,9               |
| 75-79 år                        | 4,8              | 5,2              | 3,0            | 4,1              | 4,8               |
| 80-84 år                        | 3,0              | 3,0              | 1,9            | 2,4              | 3,1               |
| 85-89 år                        | 1,6              | 1,9              | 1,1            | 1,4              | 1,7               |
| 90 år og eldre                  | 0,8              | 1,0              | 0,7            | 0,8              | 1,0               |

Kilde: Nordic Statistics Database

Vi har sett at andelen eldre har økt markert i Norge over de siste årene, men sammenlignet med andre land har vi altså fortsatt en relativt lav andel eldre.

Går vi utover Nordens grenser og sammenligner oss med resten av Europa, ligger Norge godt under EU-gjennomsnittet om vi ser på andelen av befolkningen som er 65 år og over. I internasjonale sammenligninger brukes ofte 65 år som skille, ikke 67 år, som ellers i denne serien. EU-gjennomsnittet lå i 2023 på 21,3 prosent for denne aldersgruppen, mot Norges 18,4 prosent.

Portugal, Italia og Bulgaria har de høyeste andelenene eldre i Europa, etterfulgt av nevnte Finland. Luxembourg som har den høyeste innvandrерandelen i Europa er også det landet som har den laveste andelen i aldersgruppen 65 år og eldre, etterfulgt av Island og Irland.

**Figur 1.7** Befolkningen 65 år og over i europeiske land. I prosent av befolkningen i alt. 2023

Kilde: Eurostat

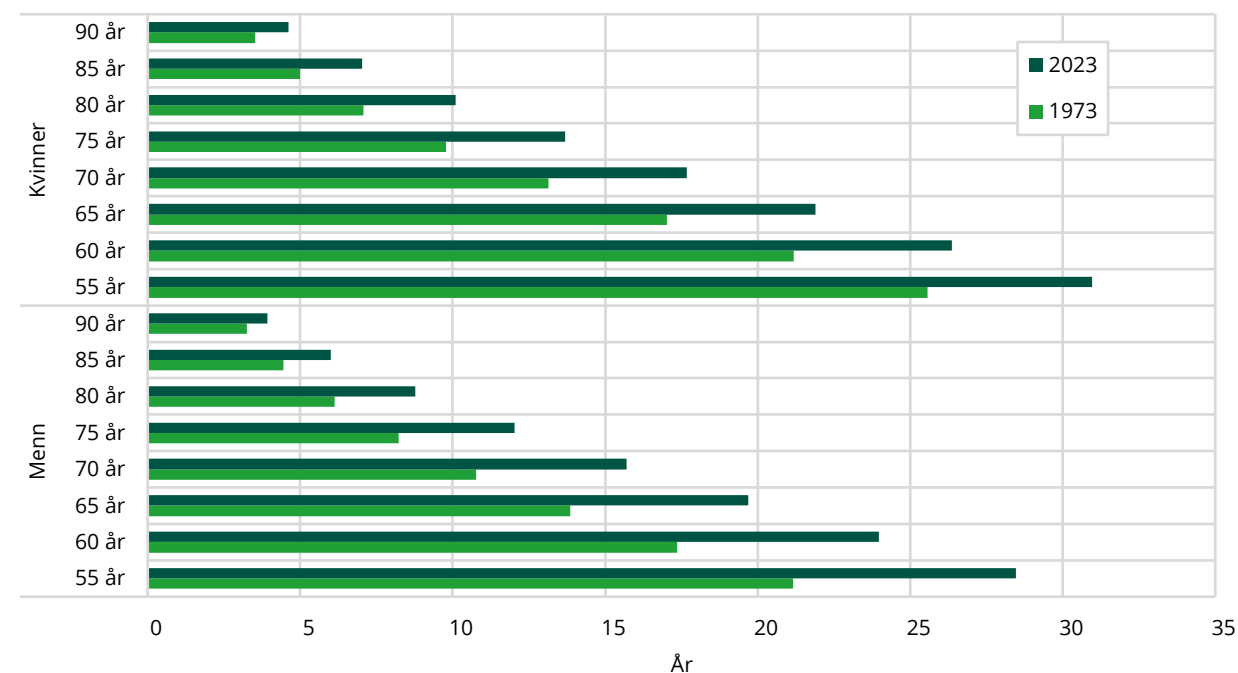
Går vi utenfor Europa, og om vi ser bort i fra småstatene, utmerker Japan seg med den klart høyeste andelen eldre i verden. Flere faktorer har gitt en slik utvikling; lave fødselstall over tid, høy levealder og liten innvandring har ført til at 30 prosent av befolkningen i dag er 65 år og eldre, mens 11 prosent er 80 år eller eldre (FN 2022).

Om vi skulle oversatt disse andelene til en norsk kontekst ville det betydd at vi hadde hatt om lag 600 000 flere personer fra 65 år og oppover i Norge. Ifølge mellomalternativet i SSBs befolkningsframskrivninger vil vi i Norge ikke være på et japansk nivå (av eldre 65 år og over) før midten av 2070-tallet (SSB 2024).

## 1.9. Hvor lenge kan vi egentlig forvente å leve?

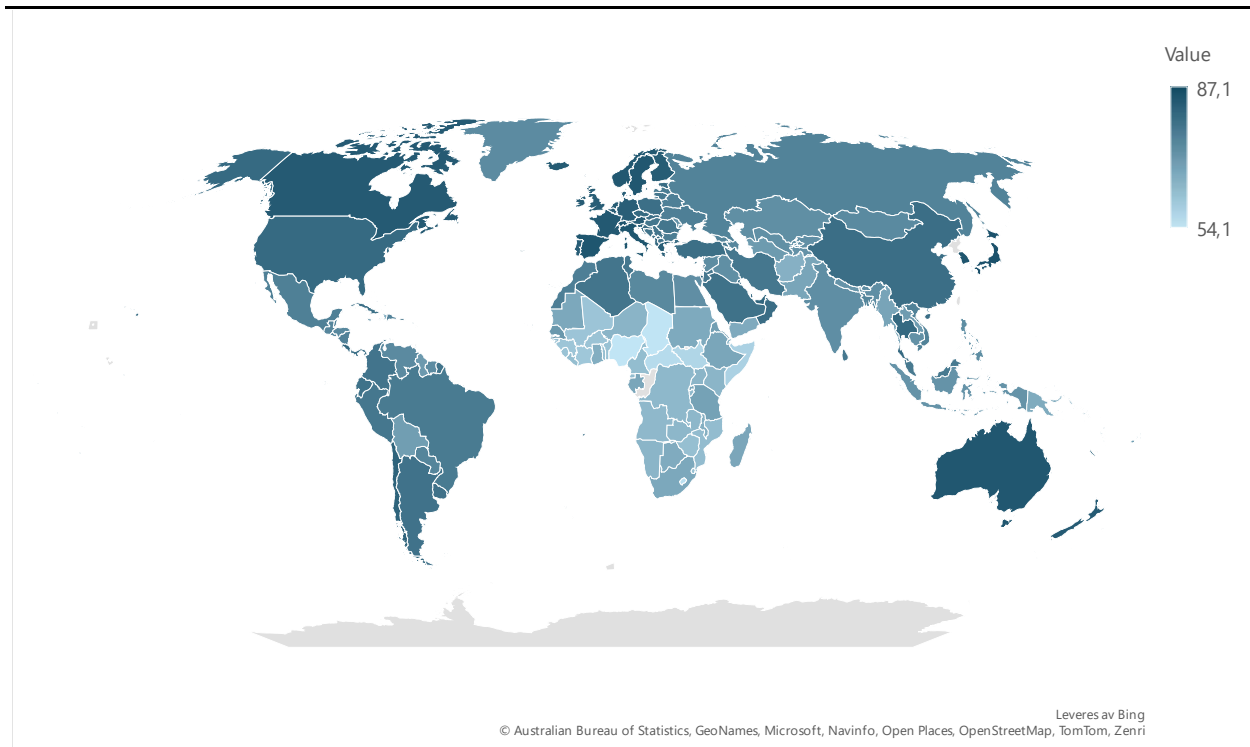
Vi har tidligere vist tall for forventet levealder ved fødsel, men for leserne av denne artikkelen er kanskje tallene for forventet gjenstående levetid ved oppnådd alder mer interessante. Figur 1.8 viser forventet gjenstående levetid for seniorbefolkningen i Norge etter kjønn og hvordan denne har utviklet seg over de siste 50 år. En 55-årig mann kunne i 1973 vente å leve i 21 år. I dag har dette økt til 28,5 år. En 70-årig mann kan i dag forvente å leve 15,7 år, mens tilsvarende tall for en 70-årig kvinne er to år lengre. Sammenlignet med 1973 har forventet gjenstående levetid økt for begge kjønn, men ikke like mye for kvinner som for menn, med unntak av for 90-åringene. Tallene for forventet levealder sank noe i årene etter pandemien, men er nå tilbake på nivået fra 2020.

**Figur 1.8 Forventet gjenstående levetid etter alder og kjønn og år. 1973 og 2023**



Kilde: Befolkning, Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 05375

Om vi ser på internasjonale sammenligninger for forventet levealder kommer Norge relativt godt ut. Historisk, var vi lenge helt i tetsjiktet i forventet levealder i verden. For rundt 50 år siden var vi blant de to-tre landene i verden med høyest levealder (FHI 2023). Om vi ser bort fra småstatene er Norge i dag inne på en topp 10 liste globalt. Japan har den klart høyeste levealderen i verden, fulgt av Sveits og Singapore. FN anslår at et nyfødt barn i Japan i 2025 kommer til å bli 87,1 år gammel (dette er et gjennomsnittstall for kvinner og menn), for Norge anslår FN at det tilsvarende tallet er 83,7 år. Lavest kommer flere land i Afrika sør for Sahara, denne regionen har en forventet levealder ved fødsel like over 60 år. Gjennomsnittet for verden ligger på 73,6 år i 2024 og forventes å øke til 82 år i 2100 (FN 2022).

**Figur 1.9**    **Befolkningens forventede levealder ved fødselen, etter land. 2024**

Kilde: FNs Befolkningsseksjon / UN Population Division. World Population Prospects 2022

### 1.10. Høy innvandring demper aldringen av Norge, men innvandrere blir også gamle

Antallet innvandrere i Norge har økt betydelig over de siste tiårene. Etter andre verdenskrig ankom noen flyktninger fra Øst-Europa, og senere kom arbeidsinnvandrere fra både Europa og andre deler av verden, etterfulgt av familieinnvandring. Etter at det ble stopp for arbeidsinnvandring i 1975, har det kommet mange flyktninger fra land i Øst-Europa, Asia, Afrika og Latin-Amerika. EU-utvidelsen i 2004 førte til en markant økning i arbeidsinnvandringen fra de nye EU-landene, men det har også vært betydelig innvandring fra de gamle EU-medlemslandene. I de siste årene har Norge mottatt mange flyktninger, først fra Syria og i de siste par årene fra Ukraina.

Eldre innvandrere (67 år og over) har bakgrunn fra nesten 200 ulike land. Flertallet, seks av ti kommer fra Europa, mens tre av ti er fra Asia. Vi kjenner bare til innvandringsgrunn for rundt to av tre av de litt over 50 000 eldre innvandrere som bor i Norge i dag. Blant disse har flest bakgrunn fra Norden (12 500), fulgt av flyktninger (12 400), familieinnvandrede (6 500) og arbeidsinnvandrere (2 500) (SSB Innvandringsgrunn 2023).

Sammenligner vi med befolkningen i alt, er innvandrerne i gjennomsnitt yngre, med en klar overvekt blant unge voksne. Norskfødte barn av innvandrere er ikke med i denne oversikten. I befolkningen i alt er litt under halvparten mellom 20-54 år, mens dette gjelder for 70 prosent av innvandrerne i Norge.

Andelen 55-66 år er ganske lik, mens for de eldre og de eldste eldre er det færre innvandrere sammenlignet med befolkningen i alt. Innvandrere er fortsatt en ung befolkningsgruppe, både som en følge av at de som innvandrer er yngre enn befolkningen ellers og at Norge, tross alt, har en relativt kort innvandringshistorie. Slik at mens rundt 16 prosent av befolkningen i alt, er 67 år eller eldre, så gjelder dette bare for 6 prosent av innvandrerne.

Ser vi særskilt på hvor stor andel innvandrere utgjør av befolkningen i alt, viser tabell 4 at i gruppen 20-54 år utgjør innvandrere en fjerdedel av befolkningen, for så å synke med økende alder. Blant de

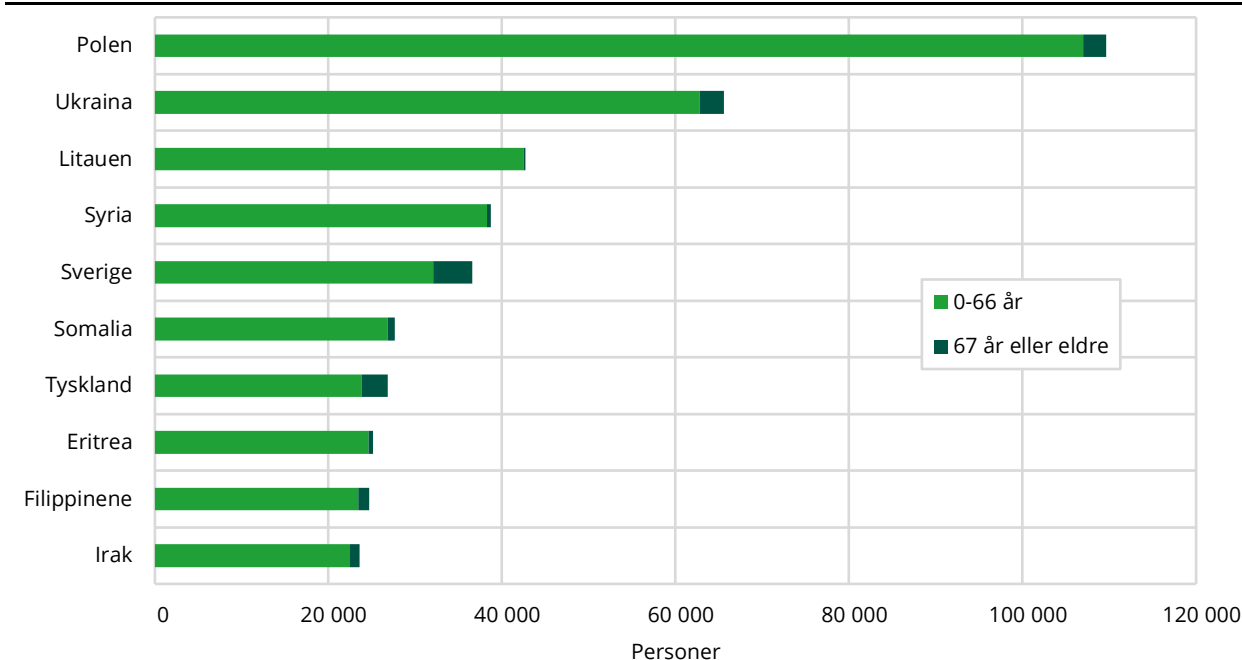
yngre eldre synker andelen til under 15 prosent for så å fortsette å synke til rundt 5 prosent for de 80 år og over.

**Tabell 1.4 Folkemengde etter alder og innvandringskategori. 1.1 2024. Absolutte tall og prosent**

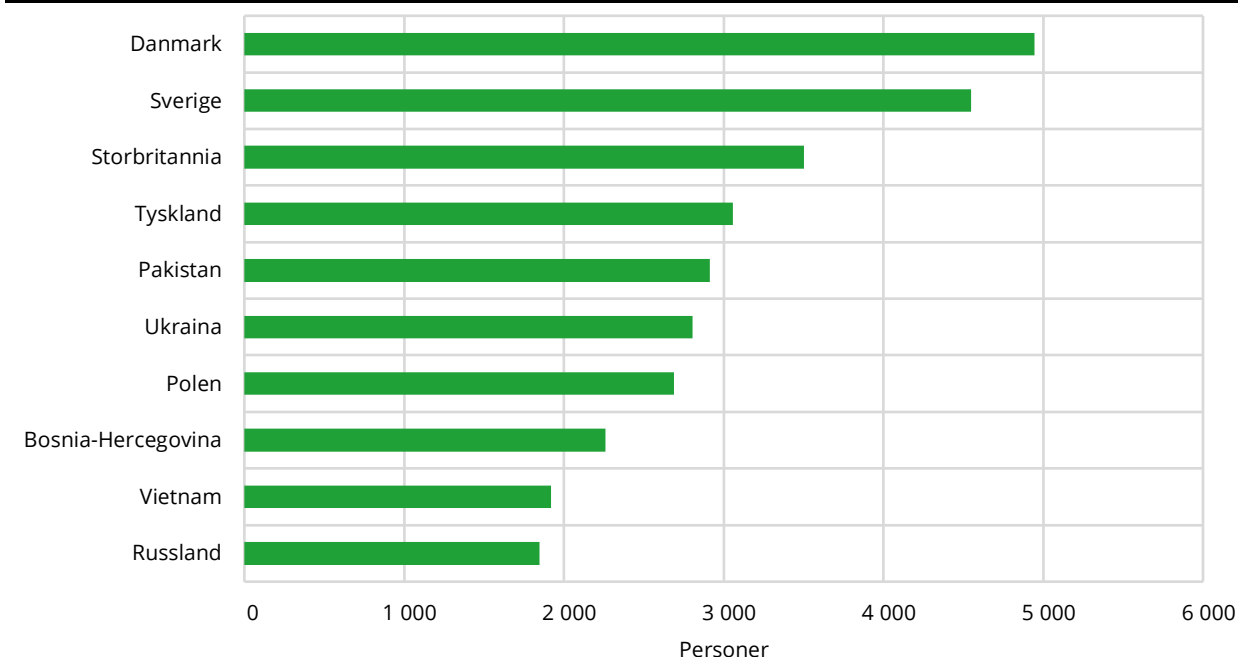
|                                 | Absolutte tall        |                | Prosent               |              | Andel innvandrere<br>av befolkningen<br>i alt |
|---------------------------------|-----------------------|----------------|-----------------------|--------------|-----------------------------------------------|
|                                 | Befolkningen<br>i alt | Innvandrere    | Befolkningen<br>i alt | Innvandrere  |                                               |
| <b>I alt</b>                    | <b>5 550 203</b>      | <b>931 081</b> | <b>100,0</b>          | <b>100,0</b> | <b>16,8</b>                                   |
| 0-19 år                         | 1 244 282             | 107 199        | 22,4                  | 11,5         | 8,6                                           |
| 20-54 år                        | 2 584 537             | 647 235        | 46,6                  | 69,5         | 25,0                                          |
| 55-66 år                        | 805 903               | 117 539        | 14,5                  | 12,6         | 14,6                                          |
| 67-79 år                        | 658 996               | 46 410         | 11,9                  | 5,0          | 7,0                                           |
| 80-89 år                        | 210 751               | 10 584         | 3,8                   | 1,1          | 5,0                                           |
| 90 år og eldre                  | 45 734                | 2 114          | 0,8                   | 0,2          | 4,6                                           |
|                                 |                       |                | -                     | -            | -                                             |
| 67 år og eldre                  | 915 481               | 59 108         | 16,5                  | 6,3          | 6,5                                           |
| 80 år og eldre                  | 256 485               | 12 698         | 4,6                   | 1,4          | 5,0                                           |
| <b>5-årig aldersintervaller</b> |                       |                |                       |              |                                               |
| 55-59 år                        | 364 139               | 59 571         | 6,6                   | 6,4          | 16,4                                          |
| 60-64 år                        | 321 077               | 44 685         | 5,8                   | 4,8          | 13,9                                          |
| 65-69 år                        | 293 093               | 29 034         | 5,3                   | 3,1          | 9,9                                           |
| 70-74 år                        | 257 003               | 18 264         | 4,6                   | 2,0          | 7,1                                           |
| 75-79 år                        | 229 587               | 12 395         | 4,1                   | 1,3          | 5,4                                           |
| 80-84 år                        | 135 492               | 7 012          | 2,4                   | 0,8          | 5,2                                           |
| 85-89 år                        | 75 259                | 3 572          | 1,4                   | 0,4          | 4,7                                           |
| 90 år og eldre                  | 45 734                | 2 114          | 0,8                   | 0,2          | 4,6                                           |

Kilde: Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabeller 10211 og 13055

Vi ser av figur 1.10 at eldre utgjør en liten andel blant de største landgruppene av bosatte innvandrere. Innvandrere fra Polen er den klart største gruppen, i hovedsak bestående av arbeidsinnvandrere som har kommet til Norge etter EU-utvidelsen i 2004. Men for de eldste polakkene kom rundt halvparten før EU-utvidelsen, som flyktninger på 1980-tallet. Arbeidsinnvandringen fra Litauen tiltok noe senere enn for polakkene, først fra midten av 2010-tallet, her er andelen eldre svært lav, bare 0,7 prosent. Blant flyktningene som har kommet fra Ukraina de to siste årene er det få eldre, fire prosent. Blant de øvrige store landene ser vi at andelen er lav, under 5 prosent, for innvandrere fra Syria, Somalia, Eritrea og Irak. Innvandrere fra disse landene har i hovedsak kommet som flyktninger og familieinnvandrede til disse, fra 1990-tallet og utover på 2000-tallet. Syrere i hovedsak fra 2015 og 2016.

**Figur 1.10 De ti største innvandrergруппene i Norge. 1.1.2024**

Kilde: Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 13055

**Figur 1.11 De 10 største innvandrergруппene 67 år og over. 1.1.2024**

Kilde: Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 13055

Om vi ser særskilt på de ti største landgruppene med innvandrere 67 år og over, er det flest fra våre naboland, Danmark, fulgt av Sverige, Storbritannia og Tyskland. Dansker i Norge utgjør den største gruppen av eldre innvandrere og 27 prosent er 67 år og eldre, altså betydelig eldre enn tilsvarende tall for hele befolkningen som var 16,5 prosent. Dette er en gruppe som har lang botid i Norge og et stort flertall er kvinner. Første ikke-europeiske land blant de største innvandrergруппene utgjøres av innvandrere fra Pakistan. Det bor i dag nær 3000 eldre innvandrere fra Pakistan i Norge. Dette er en gruppe med lang botid (ni av ti har bodd her mer enn 35 år), de første kom som arbeidsinnvandrere på 1970-tallet og senere familieinnvandringer. Det er et flertall menn blant eldre pakistanere. Blant de som er 80 år og over er hele seks av ti menn. Innvandrere fra Bosnia-Hercegovina utgjør den

åttende største eldre innvandrerguppen. Bosnierne kom til Norge som flyktninger på tidlig 1990-tall og mange kom som hele familier. Gruppen har en alders- og kjønnsammensetning som er ganske lik den øvrige norske befolkningen, med samme andelen eldre. De to siste landene på listen utgjøres av Vietnam og Russland. Innvandrere fra Vietnam kom i hovedsak som flyktninger på 1980-tallet og har en andel eldre på 13 prosent, litt under det vi finner i befolkningen ellers. Vietnamesere i Norge har i gjennomsnitt lang botid og en liten overvekt kvinner for de 67 år og over. Det bor 1800 eldre med bakgrunn fra Russland i Norge. Mer enn 80 prosent av disse er kvinner og flertallet utgjøres av familieinnvandringer til Norge.

Det er særlig to faktorer som er interessante for hvor stor påvirkning dagens innvandrere vil ha for utviklingen av antallet eldre i Norge framover. Det ene er om de blir værende i landet og det andre er utviklingen i levealder for innvandrere. Av de som innvandret til Norge for første gang i perioden 1990–2021, var 70 prosent fortsatt registrert bosatt ved inngangen til 2022 (Steinkellner et al., 2023). Når det gjelder dødelighet for innvandrere, finnes det flere studier som viser at innvandrere har noe lavere dødelighet enn befolkningen ellers. Dette kan ha flere årsaker, som selektiv utvandring og hjeminnvandring ved høy alder, men også utfordringer med kvaliteten på våre registerdata. En studie av innvandrere delt inn etter innvandringsgrunn, viste at innvandrere som har kommet til Norge for arbeid eller utdanning hadde lavest dødelighet, mens flyktninger hadde den høyeste dødeligheten av de ulike gruppene. Alle gruppene hadde lavere dødelighet enn den øvrige befolkningen (Syse 2018 et.al).

Oppsummert finner vi noe lavere dødelighet blant innvandrere, men i SSBs befolkningsframskrivinger behandles ikke innvandrere annerledes enn den øvrige befolkningen da forskjellene er små, mindre enn ti prosent, og blir mindre for innvandrere med lang botid i Norge (SSB 2024 a). For mer om eldre innvandrere se egen publisasjon (Dzamarija 2022).

### 1.11. Blant de eldre bor rundt en tredjedel alene

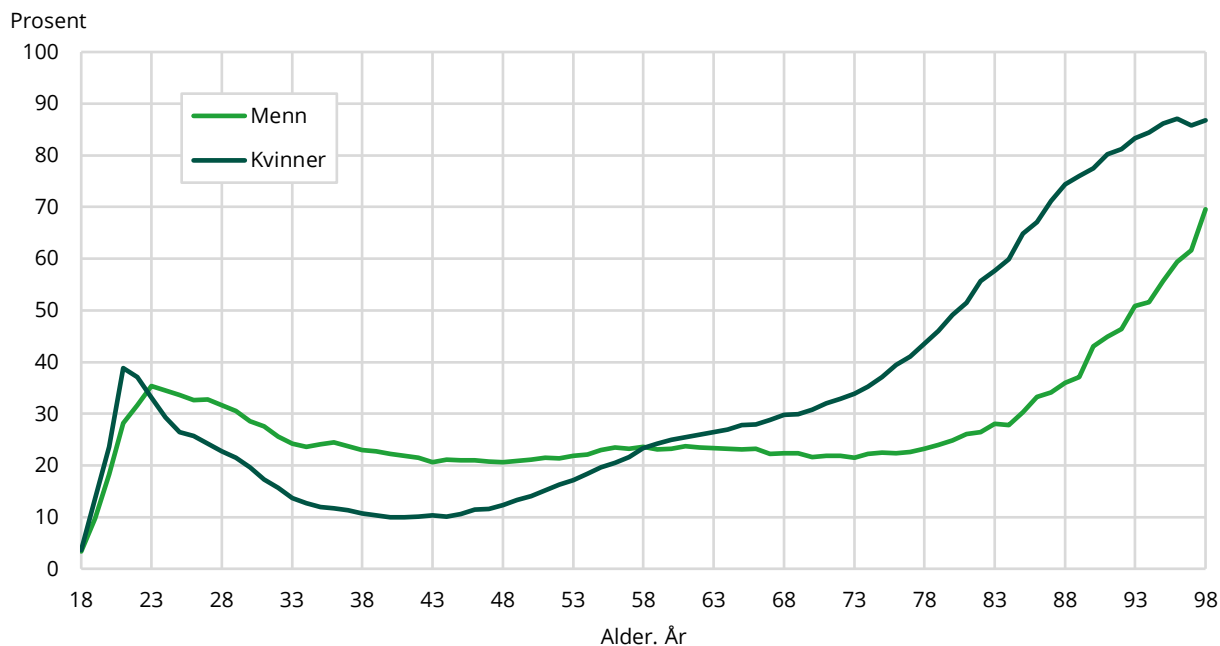
Blant eldre (67 år og over) som bor i privathusholdninger er det mer enn dobbelt så mange kvinner som menn. Andelen som bor alene i denne aldersgruppen er også høyere for kvinner enn for menn. Om vi fordeler eldrebefolkningen etter husholdningstype, havner brorparten i en av to grupper; aleneboende og par uten hjemmeboende barn.

Blant kvinner bor det omtrent like mange i hver av disse husholdningstypene. For menn derimot, er bare i underkant av hver fjerde aleneboende, mens rundt to av tre lever i par uten barn. Dette må sees i sammenheng med at kvinner lever lengre enn menn, i tillegg er kvinner i parforhold ofte noe yngre enn sine respektive ektemenn og samboere. En konsekvens av dette er at eldre kvinner oftere enn menn, vil leve som enslige. Det er få personer, 67 år eller eldre, som bor i husholdninger med barn.

**Tabell 1.5 Personer 67 år eller eldre bosatt i privathusholdninger etter husholdningstype og kjønn. 01.01.2023**

|                       | I alt          | Alene-boende   | Par uten hjemme-boende barn | Husholdning med barn (0-17 år) | Flerfamilie-husholdning uten barn (0-17 år) | Enfamilie-husholdninger med voksne barn | Andre husholdninger |
|-----------------------|----------------|----------------|-----------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------|
| <b>Alle</b>           | <b>891 815</b> | <b>305 395</b> | <b>485 518</b>              | <b>14 616</b>                  | <b>30 447</b>                               | <b>42 674</b>                           | <b>13 165</b>       |
| Menn                  | 415 316        | 102 066        | 266 106                     | 7 808                          | 13 337                                      | 22 238                                  | 3 761               |
| Kvinner               | 476 499        | 203 329        | 219 412                     | 6 808                          | 17 110                                      | 20 436                                  | 9 404               |
| <b>Alle (prosent)</b> | <b>100</b>     | <b>34</b>      | <b>54</b>                   | <b>2</b>                       | <b>3</b>                                    | <b>5</b>                                | <b>1</b>            |
| Menn                  | 100            | 25             | 64                          | 2                              | 3                                           | 5                                       | 1                   |
| Kvinner               | 100            | 43             | 46                          | 1                              | 4                                           | 4                                       | 2                   |

Kilde: Familie og husholdninger, Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell: 06071

**Figur 1.12 Personer i privathusholdninger som bor alene etter kjønn og alder. 1.1. 2023. Prosent**

Kilde: Familie og husholdninger, Statistisk sentralbyrå

Om vi ser særskilt på aleneboende i privathusholdninger finner vi at for de under 50 år er det vanligere for menn enn kvinner å bo alene. Fra 58 år er det vanligere for kvinner, forskjellene mellom kjønnene øker så med alder og vi ser effekten av at kvinner lever lengre enn menn. Blant 80-åringene bor omtrent halvparten av kvinnene alene mot bare rundt en fjerdedel av mennene.

**Tabell 1.6 Personer 67 år og over bosatt i flerfamiliehusholdninger etter husholdningstype og innvandrerbakgrunn. Utvalgte enkeltland. 1.1 2023. Absolutte tall og Prosent**

|                           | I alt          | Andel bosatt i flerfamiliehusholdning |
|---------------------------|----------------|---------------------------------------|
| <b>Befolkningen i alt</b> | <b>878 650</b> | <b>4,9</b>                            |
| Innvandrere               | 53 016         | 13,9                                  |
| Danmark                   | 4 885          | 4,0                                   |
| Sverige                   | 4 363          | 4,1                                   |
| Storbritannia             | 3 363          | 4,2                                   |
| Tyskland                  | 2 926          | 4,8                                   |
| Pakistan                  | 2 700          | 38,0                                  |
| Polen                     | 2 263          | 21,5                                  |
| Bosnia-Hercegovina        | 2 083          | 13,7                                  |
| Vietnam                   | 1 736          | 23,8                                  |
| USA                       | 1 676          | 5,0                                   |
| Russland                  | 1 455          | 21,8                                  |

Kilde: Familie og husholdninger, Statistisk sentralbyrå

## 1.12. Eldre innvandrere bor oftere i flerfamiliehusholdninger

Det er få eldre som bor i flerfamiliehusholdninger, men blant noen innvandrergrupper er dette mer utbredt. I Norge har velferdsstaten i økende grad tatt over ansvaret for å ivareta eldre når de trenger hjelp i hverdagen, dette gjelder særlig de eldste eldre. Tidligere var disse oppgavene i større grad familiens ansvar. Men i mange land er det fortsatt vanlig at familien dekker slike behov og at flere generasjoner bor sammen. Vi ser av tabell 6 at 14 prosent av innvandrere som er 67 år eller eldre bor i en flerfamiliehusholdning. Til sammenligning bor bare rundt fem prosent av befolkningen i alt i en flerfamiliehusholdning. Andelen som bor i flerfamiliehusholdning, varierer mye med

landbakgrunn. Blant innvandrere fra Norden og Vest-Europa er andelen omtrent på nivå med befolkningen i alt, mens den er vesentlig høyere blant innvandrere fra Øst-Europa og Afrika og Asia. En flerfamiliehusholdning består enten av flere voksne som ikke bor sammen med andre familie-medlemmer, dette gjelder særlig for arbeidsinnvandrere fra Øst-Europa, eller husholdninger der flere generasjoner bor sammen i samme bolig, ofte fra Asia eller Afrika. Eldre innvandrere fra Pakistan skiller seg her ut med en særlig høy andel, hvor så mye som 38 prosent av de 67 år og over bor i en flerfamiliehusholdning.

## Referanser

Brunborg, H (2007). Stor variasjon i antall eldre i kommunene.

<https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/stor-variasjon-i-andel-eldre-i-kommunene>

Dzamarija, D. (2022/2). Eldre innvandrere i Norge. Demografi, boforhold, inntekt, formue og helse. Rapport 2022/2. <https://www.ssb.no/befolkning/innvandrere/artikler/eldre-innvandrere-i-norge.demografi-boforhold-inntekt-formue-og-helse>

Eurostat (2024). Fertility statistics European countries [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Fertility\\_statistics](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Fertility_statistics)

FN (2022). FNs Befolkningsframskrivninger. 2022 Revision of World Population Prospects. UN population Division. <https://population.un.org/wpp/>

FHI (2023). Folkehelse rapporten. Helsetilstanden i Norge. Forventet levealder i Norge. <https://www.fhi.no/he/folkehelse rapporten/samfunn/levealder/?term=>

Krokedal, L & Nergård, S. og Kvalø, E. (2024). Uregistrert utvandring fra Norge. Notater 2024/3 SSB. <https://www.ssb.no/befolkning/flytting/artikler/uregistrert-utvandring-fra-norge>

SSB (2024 a). Nasjonale befolkningsframskrivninger. <https://www.ssb.no/befolkning/befolkningsframskrivninger/statistikk/nasjonale-befolkningsframskrivninger>

SSB (2024 b). Regional befolkningsframskrivninger. <https://www.ssb.no/befolkning/befolkningsframskrivninger/statistikk/regionale-befolkningsframskrivninger>

SSB (2023) Innvandrere etter innvandringsgrunn <https://www.ssb.no/befolkning/innvandrere/statistikk/innvandrere-etter-innvandringsgrunn>

Steinkellner, A., Krokedal, L. & Andersen, E (2023). Innvandrere og deres barn – en mangfoldig gruppe. Innvandrere i Norge 2023. <https://www.ssb.no/befolkning/innvandrere/artikler/innvandrerne-og-deres-barn--en-mangfoldig-gruppe>

Syse, A. Dzamarija, M., Kumar, B. & Diaz, E. (2018) An observational study of immigrant mortality differences in Norway by reason for migration, length of stay and characteristics of sending countries. 18/508 BMC Public Health. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5435-4>

Østby, L & Aalandslid, V (2020). Innvandring og innvandrere i Norden. En komparativ analyse. Rapporter 2020/40. <https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/innvandring-og-innvandrere-i-norden>

## Utdanning

# 2. Seniorenes utdanningsnivå har økt markant

*Andelen seniorer med høyere utdanning har steget betydelig de siste 20 årene. Mens 14 prosent av seniorene i år 2000 hadde universitets- og høyskoleutdanning, gjaldt dette 30 prosent av seniorene i 2023. Deltakelse på kurs og seminarer er vanligere enn deltakelse i formell utdanning.*

Ingeborg Kool og Torbjørn Svendsen

Utdanning og opplæring er avgjørende for den enkeltes livskvalitet, bedrifters innovasjon og for å utvikle et godt samfunn. Det er sentralt for individets helse, inntekt og deltakelse i både samfunn og arbeid. Til sist er utdanning og opplæring viktig for det norske demokratiet. Befolkningens kompetanse er Norges viktigste ressurs (Kunnskapsdepartementet, 2023, s. 5). I 2023 vedtok Stortinget en ny voksenopplæringslov, som gir utvidede rettigheter til opplæring for voksne (Regjeringen, 2023; Voksenopplæringsloven, 2021). I tråd med en tanke om livslang læring – definert som all organisert læring gjennom livet, både formell utdanning og annen organisert læring som ikke-formell læring – er opplæring også sentralt for seniorbefolkningens – bosatte i Norge i alderen 55 år og eldre – livskvalitet og deltakelse i samfunns- og arbeidsliv.

Først ser vi på utviklingen i seniorbefolkningens utdanningsnivå mellom år 2000 og 2023, og ser deretter nærmere på seniorbefolkningens utdanningsnivå i 2023. Deretter viser artikkelen i hvilken grad seniorbefolkningen deltar i tre ulike typer læring: formell utdanning, ikke-formell opplæring og uformell læring.

### Formell utdanning, ikke-formell opplæring og uformell læring

I artikkelen brukes begrepene formell utdanning, ikke-formell opplæring og uformell læring. Dette er basert på Eurostats begrepsbruk i statistikk om voksnes læring.

**Formell utdanning** omfatter all offentlig godkjent utdanning som leder til formell kompetanse. Dette inkluderer grunnskole, moduler, årskurs, fagbrev eller studiekompetanse på videregående skolenivå (inkludert lærlingepraksis og praksiskandidatkurs), offentlig godkjent høyere yrkesfaglig utdanning (fagskole), utdanning som gir studiepoeng ved høyskole eller universitet og godkjent videreutdanning som gir spesialisering for profesjoner (for eksempel spesialisering innen medisin).

**Ikke-formell opplæring** omfatter kurs, seminarer og konferanser der opplæring er hovedformålet med deltagelse, samt privattimer og forelesninger/foredrag som ikke inngår i en formell utdanning. I tillegg inkluderer ikke-formell opplæring planlagte perioder med organisert veiledning i arbeidssituasjonen av en kollega, instruktør eller veileder. **Opplæring** brukes synonymt med definisjonen av ikke-formell opplæring.

**Uformell læring** brukes om den kunnskapen man tilegner seg på egen hånd, utenom organiserte utdannings- og opplæringsopplegg. Denne læringen må være planlagt, i så måte at man må ha et bevisst ønske om læring og mål for seg selv når det gjelder innsats og/eller utbytte. Dette skiller uformell læring fra tilfeldig læring, den typen kunnskap vi tilegner oss hver dag, uten kanskje å tenke så mye over det.

Nærmere diskusjon og eksempler på skillet mellom formell, ikke-formell og uformell læring finnes i Eurostats [Classification of learning activities-manual](#).

**Aldersinndeling brukt i artikkelen**

Seniorbefolkningen er her definert som alle personer 55 år og eldre. I denne artikkelen er følgende aldersinndeling brukt for de respektive datakildene:

**Seniorennes utdanningsnivå:** Her undersøker vi hele seniorbefolkningen – 55 år eller eldre – når vi beskriver utviklingen over tid. I omtale av utdanningsnivå per 2023 er seniorenne delt inn i tre aldersgrupper: 55-66 år, 67-79 år og 80 år eller eldre.

**Deltakelse i formell utdanning:** Hele seniorbefolkningen i alderen 55 år eller eldre.

**Deltakelse i ikke-formell og uformell læring:** Seniorbefolkningen i alderen 55 til 69 år.

**2.1. Seniorennes utdanningsnivå har økt**

Over tid har det skjedd betydelige endringer i utdanningsnivået i seniorbefolkningen. Figur 2.1 viser hvordan seniorbefolkningens utdanningsnivå har økt i perioden 2000-2023. Andelen seniorer med utdanning på universitets- og høgskolenivå og videregående nivå har steget betydelig, mens andelen med utdanning på grunnskolenivå har sunket. Mens 14 prosent av seniorenne i år 2000 hadde universitets- og høgskoleutdanning, gjaldt dette 30 prosent av seniorenne i 2023. Andelen seniorer med høyere utdanning har dermed steget de siste 20 årene. Det var per 2023 også en større andel i seniorbefolkningen som har fullført utdanning på videregående nivå (47 prosent), sammenlignet med år 2000 (42 prosent). Omvendt var det i 2023 en adskillig mindre andel seniorer som har utdanning på grunnskolenivå, med en nedgang på omtrent 20 prosentpoeng i perioden 2000-2023. Utviklingen i høyeste fullførte utdanning blant seniorenne reflekterer den generelle økningen i studenttall i høyere utdanning fra 1970-tallet. [Særlig sentralt er det nok at antall kvinner som tok høyere utdanning økte jevnt gjennom 1970-tallet, og at kvinner siden 1986 har utgjort flertallet av studentene i universitets- og høgskoleutdanning.](#)

**Definisjoner av utdanningsnivå i SSB**

**Ingen eller uoppgitt utdanning** omfatter alle som mangler utdanningsopplysninger i SSBs utdanningsdatabase.

**Grunnskolenivå** omfatter alle med barne- eller ungdomsskoleutdanning.

**Videregående nivå** omfatter både videregående grunnutdanning og avsluttet videregående utdanning.

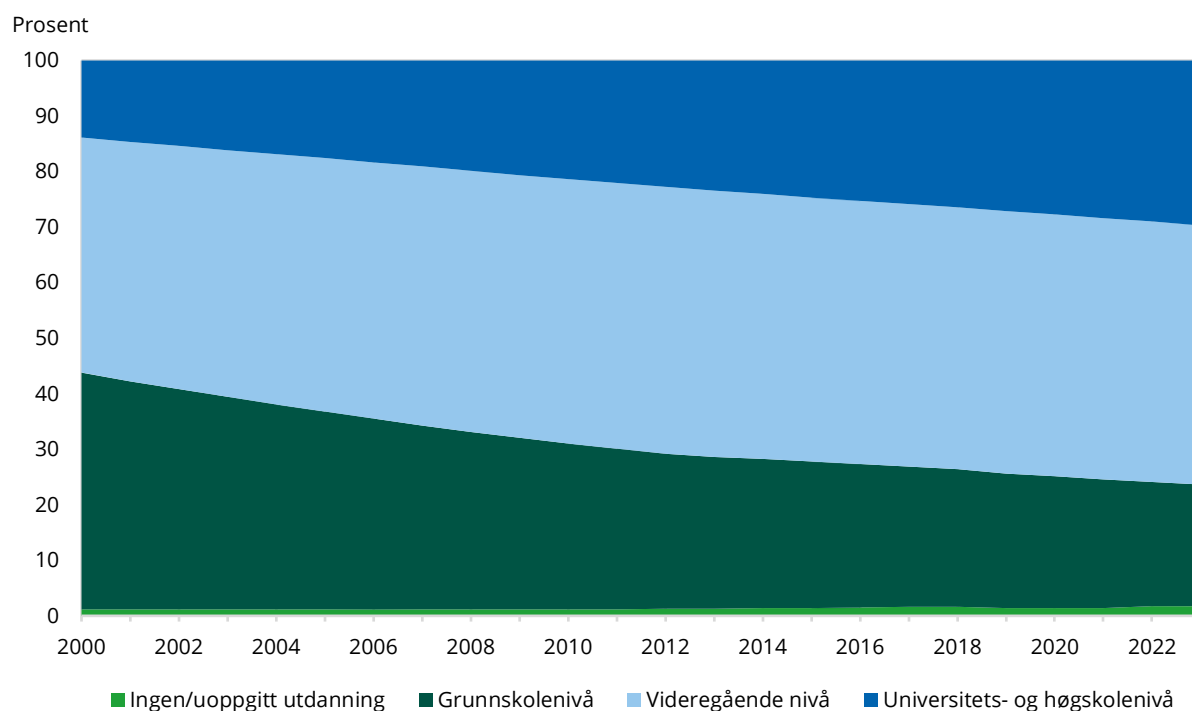
**Høyere yrkesfaglig utdanning** (fagskole) omfatter alle som har fullført høyere yrkesfaglig utdanning, også kjent som fagskoleutdanning. I noen deler av artikkelen er dette nivået slått sammen med videregående nivå.

**Universitets- og høgskolenivå, kort** omfatter de som har fullført inntil fire års høyere utdanning eller som har tatt 120 eller flere studiepoeng uten å ha fullført en grad.

**Universitets- og høgskolenivå, lang** omfatter de som har fullført universitets- og høgskoleutdanninger på mer enn 4 år eller som har fullført en forskerutdanning/doktorgrad (se [SSBs Norsk standard for utdanningsgruppering](#)).

I denne artikkelen er det noen avvik fra SSBs utdanningsgruppering. Når vi omtaler seniorennes utdanningsnivå over tid, slår vi sammen noen kategorier. Videregående nivå og høyere yrkesfaglig utdanning (fagskole) slås sammen, og det samme gjelder begge typer utdanning på universitets- og høgskolenivå.

**Figur 2.1 Fordelingen av høyeste fullførte utdanning blant seniorbefolkningen i alderen 55 år og eldre. 2000-2023. Prosent**



Kilde: Befolkningens utdanningsnivå, Statistisk sentralbyrå

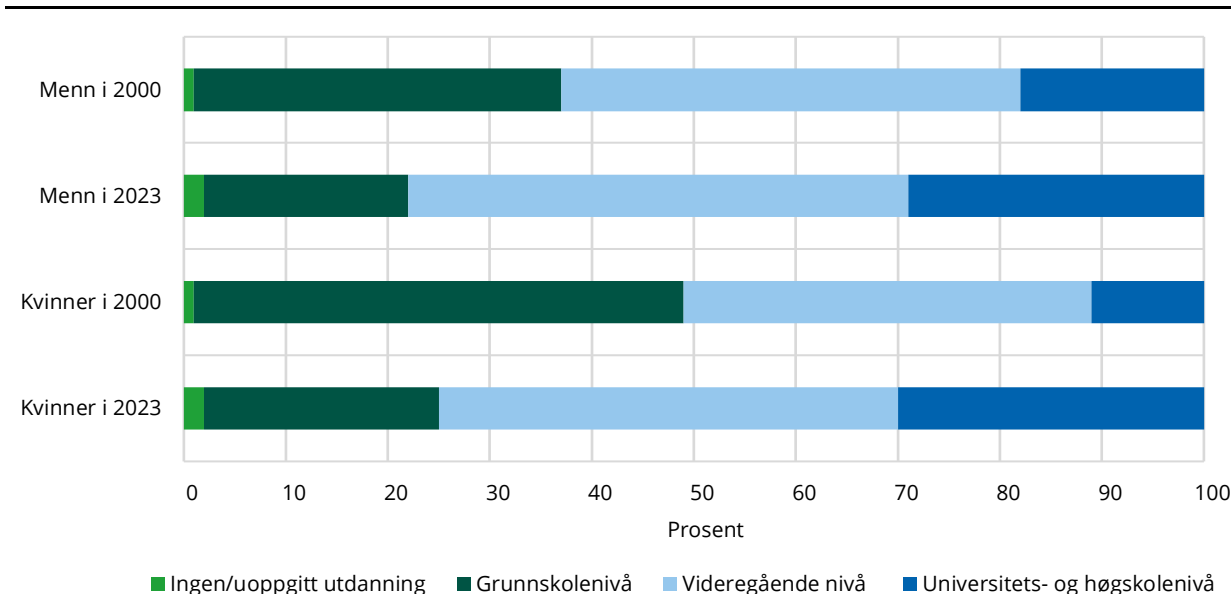
### Kjønnsforskjellene i utdanningsnivå har sunket

Figur 2.2 viser hvordan utdanningsnivået blant seniorbefolkningen i alderen 55 år og eldre har endret seg når vi ser på menn og kvinner separat i årene 2000 og 2023. Mønsteret for utviklingen per kjønn er nokså likt som mønsteret for seniorbefolkningen som helhet, som gikk frem av figur 2.1. Samtidig viser figur 2.2 at kjønnsforskjellene har forvitret, da kvinners utdanningsnivå har økt mer enn menns.

I løpet av perioden 2000 til 2023 har andelen menn med universitets- og høghskoleutdanning i seniorbefolkningen økt betydelig – fra 18 til 29 prosent. Andelen menn med videregående utdanning som høyeste fullførte utdanning har også steget, fra 45 til 49 prosent, mens andelen med grunnskoleutdanning har falt fra 36 til 20 prosent.

Kvinner i seniorbefolkningen har gjennomgått en lignende utvikling i perioden, men økningene i utdanningsnivå har vært enda større. I 2000 hadde 11 prosent av kvinnene i seniorbefolkningen universitets- og høghskoleutdanning, mot 18 prosent blant menn. I 2023 var denne kjønnsforskjellen nokså utjevnet i seniorbefolkningen, da andelen kvinner med høyere utdanning nådde 30 prosent, sammenlignet med menns 29 prosent i samme år. Kvinner i seniorbefolkningen har altså tatt igjen menn når det gjelder andelen som har utdanning på universitets- og høghskolenivå. Også dette henger sammen med at [antall kvinner som tok høyere utdanning økte jevnt gjennom 1970-tallet, og at kvinner siden 1986 har utgjort flertallet av studentene i universitets- og høghskoleutdanning](#). Når det gjelder høyeste fullførte utdanning på videregående nivå, har kjønnsforskjellen mellom kvinner og menn i seniorbefolkningen stått nokså stille.

**Figur 2.2 Fordelingen av menn og kvinners høyeste fullførte utdanning blant seniorbefolkningen i alderen 55 år og eldre, 2000 og 2023. Prosent**



Kilde: Befolkningens utdanningsnivå, Statistisk sentralbyrå

## 2.2. Seniorbefolkningens utdanningsnivå i 2023

Figur 2.3 gir et bilde av den formelle kompetansen til seniorbefolkningen i 2023. Den viser, slik figur 2.1 også viste, at 30 prosent av seniorbefolkningen i alderen 55 år og eldre hadde høyere utdanning i 2023. Dette var en litt lavere andel enn blant [alle personer 16 år og over, der 37 prosent av befolkningen hadde høyere utdanning i 2023](#). Videre viser figuren hvordan seniorbefolkningens utdanningsnivå var fordelt på kjønn og aldersgrupper i 2023.

Figur 2.3 viser at yngre kvinnelige seniorer (55-66 år) var gruppen med størst andel som hadde høyere utdanning blant alle i seniorbefolkningen. Andel med grunnskolenivå som høyeste fullførte utdanning var størst blant seniorer 80 år og eldre, spesielt blant kvinnelige seniorer i denne aldersgruppen. Videregående skole var det vanligste høyeste oppnådde utdanningsnivået i alle aldersgrupper i seniorbefolkningen. Andelen med kort universitets- og høgskoleutdanning var lavere blant seniorer over 80 år enn seniorer under 80 år. Blant kvinner var det betydelig variasjon mellom aldersgruppene når det gjelder korte universitets- og høgskoleutdanninger, mens forskjellen var mindre blant menn. Det var en liten andel av seniorbefolkningen med lang universitets- og høgskoleutdanning som høyeste fullførte utdanning, men uavhengig av aldersgruppe var det en større andel menn enn kvinner som hadde dette som høyeste fullførte utdanningsnivå.

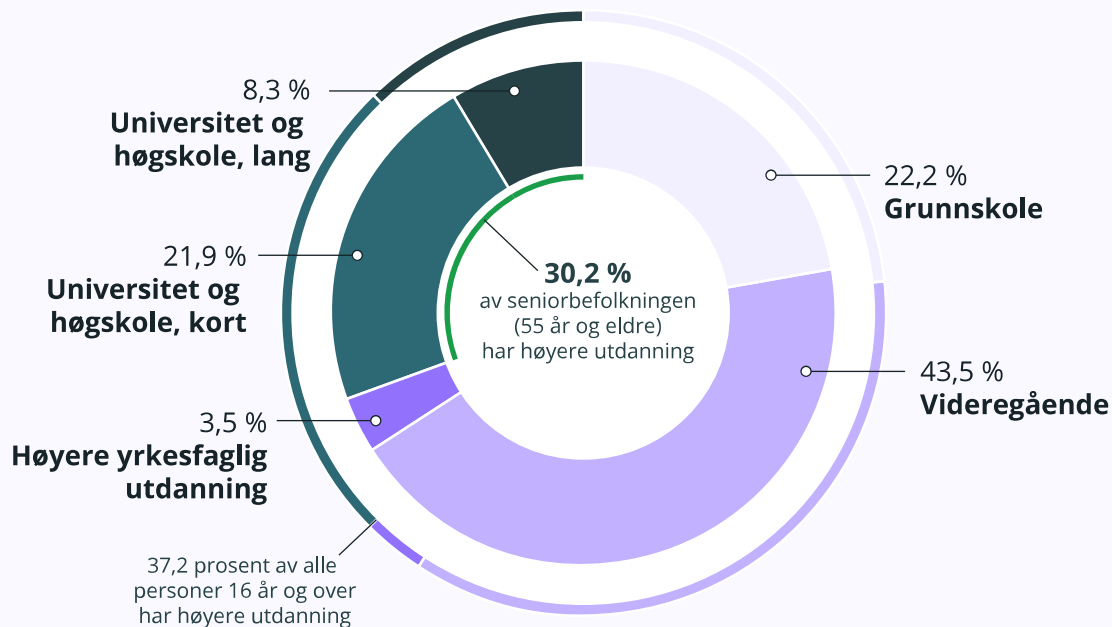
**Figur 2.3 Seniorbefolkningens utdanningsnivå, etter aldersgrupper, kjønn og innvandringsbakgrunn. 2023.**  
Prosent

## Seniorbefolkningens utdanningsnivå

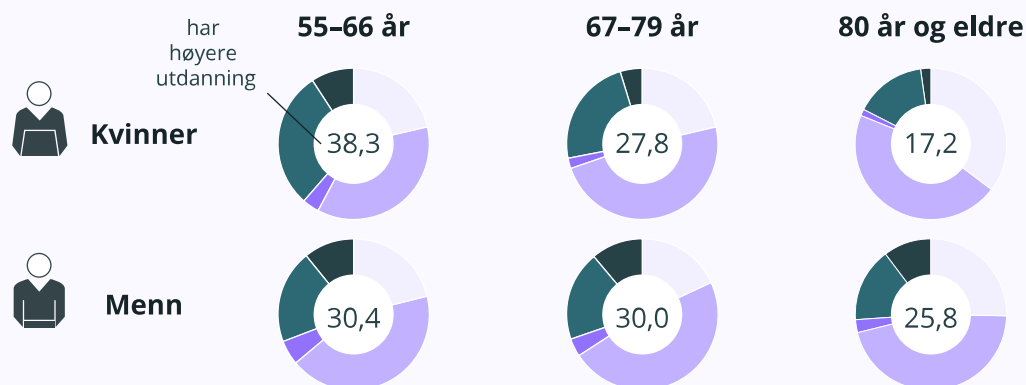
Alle tall i prosent



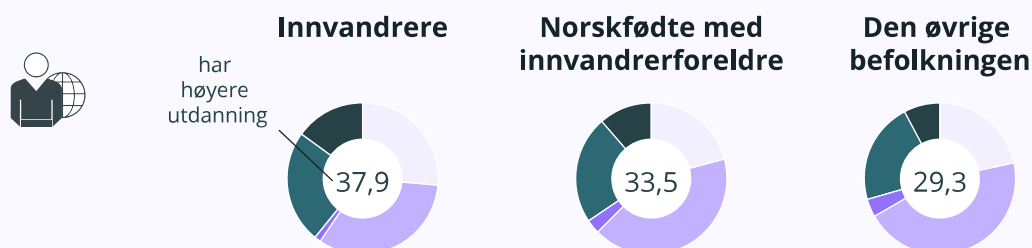
**Andel med høyeste fullførte utdanning for personer 55 år og eldre, 2023**



### Etter aldersgruppe og kjønn



### Etter innvandrerkategori for personer 55 år og eldre



Kilde: Befolkningens utdanningsnivå

**Høyere andel med høyere utdanning i innvandrerbefolkningen**

Selv om mønsteret i utdanningsnivå er relativt likt på tvers av innvandringskategorier i seniorbefolkningen, viser figur 2.3 at det finnes klare forskjeller i utdanningsnivået mellom innvandrere – de som er utenlandsfødte med to innvandrerforeldre, norskfødte med innvandrerforeldre – de som er født i Norge med to innvandrerforeldre, og den øvrige befolkningen (se [SSBs definisjon av innvandringskategorier](#)).

En større andel av innvandrerne i seniorbefolkningen – innvandrere som er 55 år og eldre – hadde i 2023 høyere utdanning sammenlignet med seniorer fra den øvrige befolkningen. Det var likevel en større andel med grunnskoleutdanning som høyeste fullførte utdanning blant innvandrere enn øvrige grupper. For norskfødte med innvandrerforeldre var utdanningsnivået i 2023 likere den øvrige befolkningen, men de hadde noe større andeler høyere utdanning.

**Store geografiske forskjeller i utdanningsnivå**

I 2023 hadde 30 prosent av seniorbefolkningen høyere utdanning, men som figur 2.4 viser, var det noen geografiske forskjeller. Med kommuneinndelingen i året 2023 var det fem kommuner, alle på det sentrale Østlandet, hvor over 40 prosent av seniorenene hadde universitets- eller høyskoleutdanning.

I Bærum kommune, med størst andel høyere utdanning, hadde 55 prosent av seniorbefolkningen høyere utdanning. Deretter var det Nesodden, Oslo, Asker og Ås kommune, hvor over 40 prosent av seniorbefolkningen hadde høyere utdanning. [Disse kommunene topper også listen over største andeler høyere utdanning i befolkningen som helhet](#). I de fleste kommunene i Norge hadde mellom 20 og 30 prosent av seniorbefolkningen høyere utdanning i 2023. Kommunene med lavest andel seniorer som har høyere utdanning ligger i Nordland og Trøndelag fylke, slik tendensen også er for [befolkningen som helhet](#). De tre kommunene med minst andel seniorer som hadde høyere utdanning er Værøy, Røst og Namsskogan kommune, med 12 prosent. Dette har sammenheng med sentralitet, for alle fem kommunene med minst andel høyere utdanning er regnet som de minst sentrale kommunene i Norge – sentralitet 6 (se [SSBs Standard for sentralitet](#)).

Figur 2.4 Seniorbefolkningens utdanningsnivå etter kommune. 2023. Prosent

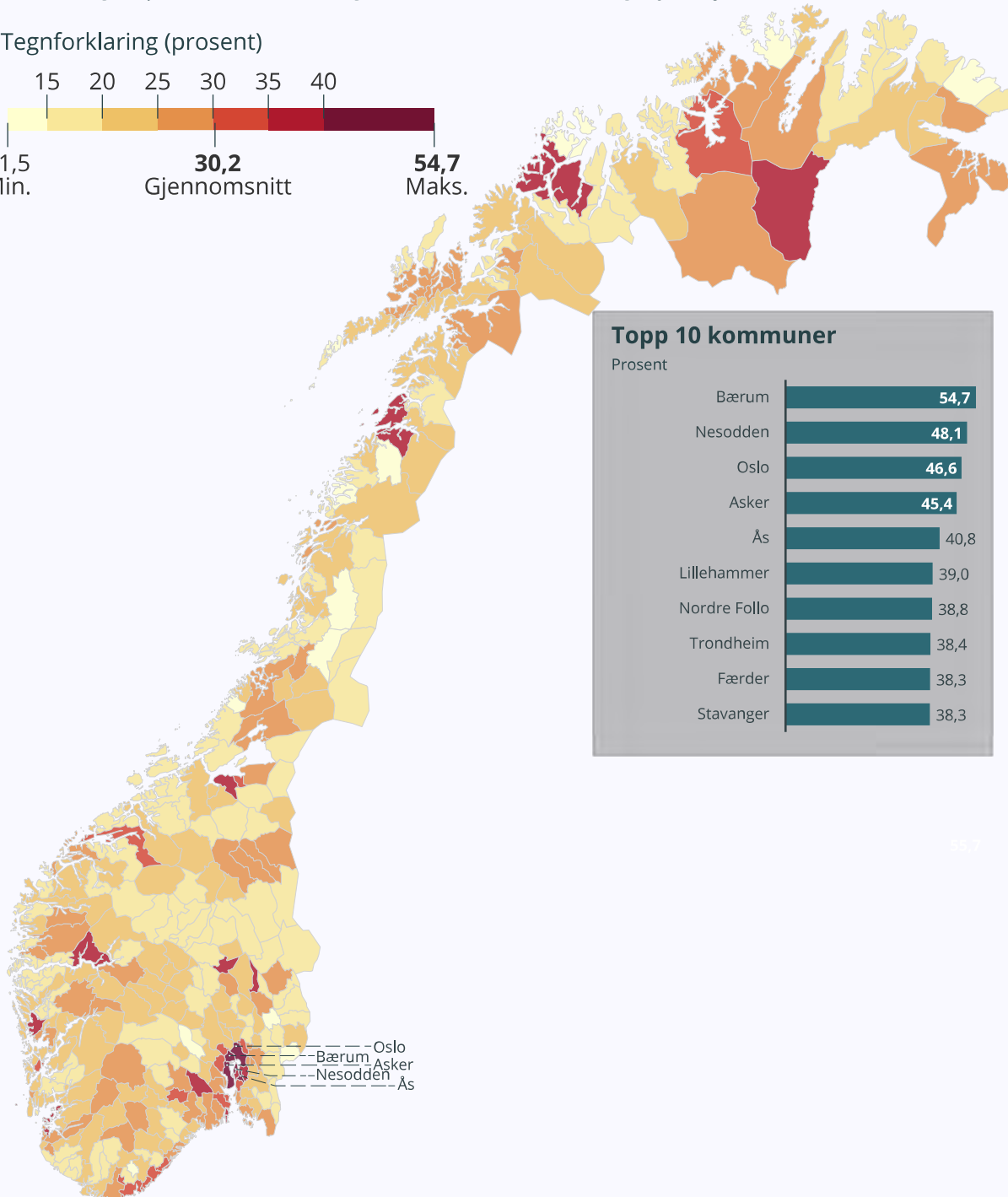
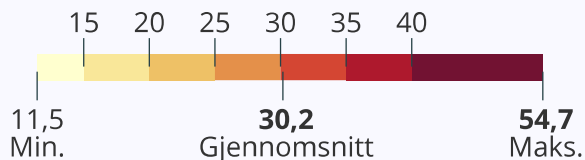
## Seniorbefolkningens utdanningsnivå etter kommune

Andel med høyere utdanning for personer 55 år og over i kommunen. 2023



Koroplettkartet viser andel som har fullført kort eller lang universitets- og høyskole-utdanning, representert med fargeverdier. Jo mørkere farge, jo høyere andel.

Tegnforklaring (prosent)



### Topp 10 kommuner

Prosent

|              |      |
|--------------|------|
| Bærum        | 54,7 |
| Nesodden     | 48,1 |
| Oslo         | 46,6 |
| Asker        | 45,4 |
| Ås           | 40,8 |
| Lillehammer  | 39,0 |
| Nordre Follo | 38,8 |
| Trondheim    | 38,4 |
| Færder       | 38,3 |
| Stavanger    | 38,3 |

Grafikken endret 16. oktober 2024.

Kilde: Befolkningens utdanningsnivå ([www.ssb.no/utniv](http://www.ssb.no/utniv))

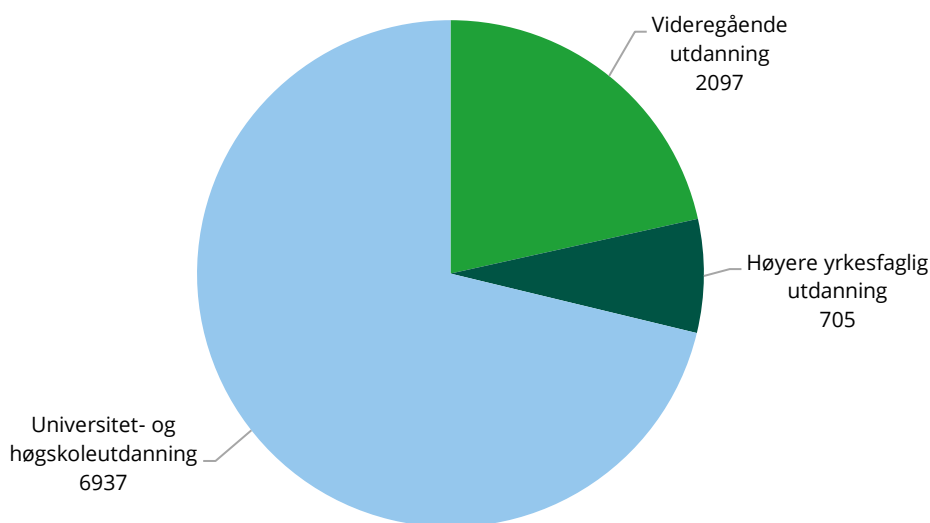


**Statistisk sentralbyrå**  
Statistics Norway

### 2.3. Få seniorer deltar i formell utdanning

Nå belyser vi seniorenas deltakelse i formell utdanning i 2022 og 2023. I skoleåret 2022/23 var det i underkant av 10 000 seniorer som deltok i formell utdanning. Figur 2.5 viser at blant disse var 2 100 elever i videregående utdanning, 700 i høyere yrkesfaglig utdanning (fagskole), og 7 000 var studenter i universitets- og høyskoleutdanning. Universitets- og høyskoleutdanninger utgjorde dermed hovedarenaen for seniorbefolkningen som deltok i formell utdanning. Videre utgjorde seniorbefolkningen henholdsvis 1 prosent av [elevene i videregående skole](#), 2 prosent av [studentene i høyere yrkesfaglig utdanning](#) og 2 prosent av [studentene i universitets- og høyskoleutdanning](#).

**Figur 2.5 Seniorbefolkningens deltakelse i formell utdanning, fordelt etter utdanningsnivå. Skole-/studieåret 2022/2023. Antall**



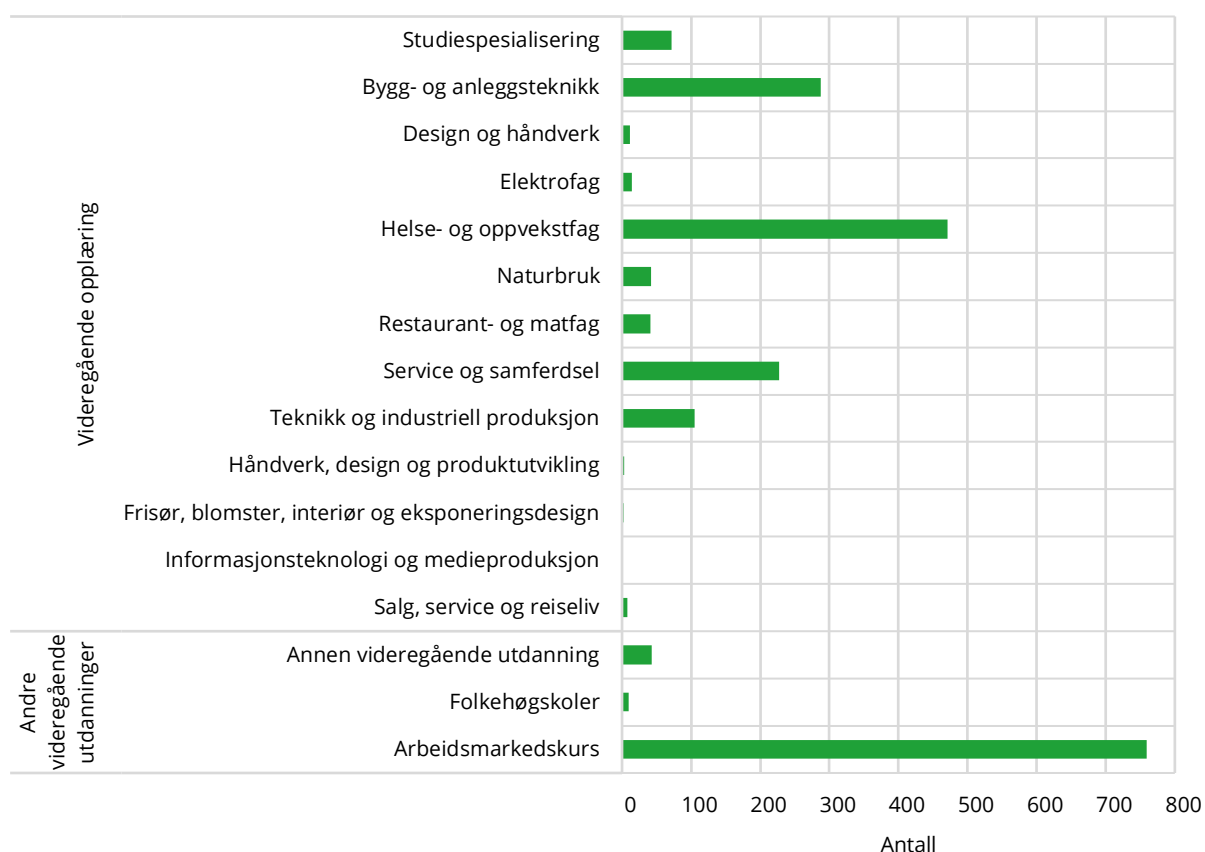
Kilde: Videregående opplæring og annen videregående utdanning, Høyere yrkesfaglig utdanning, Studenter i universitets- og høyskoleutdanning, Statistisk sentralbyrå

#### Høyest antall seniorer i yrkesfaglige studieprogram og arbeidsmarkedskurs på videregående nivå

I statistikk over utdanning på videregående nivå skiller man ofte mellom videregående opplæring som er regulert under opplæringsloven og andre videregående utdanninger. I figur 2.6 går det frem hvordan de 2 100 seniorenas i videregående utdanning fordelte seg på ulike utdanningsprogram innenfor videregående opplæring og typer av andre videregående utdanninger.

De fleste seniorenas i videregående opplæring tok yrkesfaglige utdanningsprogram som gir yrkeskompetanse. Blant disse var det flest i helse- og oppvekstfag, dernest bygg- og anleggsteknikk, service og samferdsel, samt teknikk og industriell produksjon. Det var under 100 personer i seniorbefolkningen som tok studiespesialiserende videregående opplæring skoleåret 2022/2023.

Figuren tar også for seg andre former for videregående utdanning i tråd med definisjoner i [SSBs statistikk over videregående opplæring og annen videregående utdanning](#). Flertallet av seniorenas i videregående var registrert her. Det var klart flest på arbeidsmarkedskurs – kurs arrangert for voksne ved videregående skoler på vegne av NAV.

**Figur 2.6 Fordelingen av utdanningsprogram blant seniorer som var registrert i videregående opplæring og annen videregående utdanning i skoleåret 2022/2023. Antall**

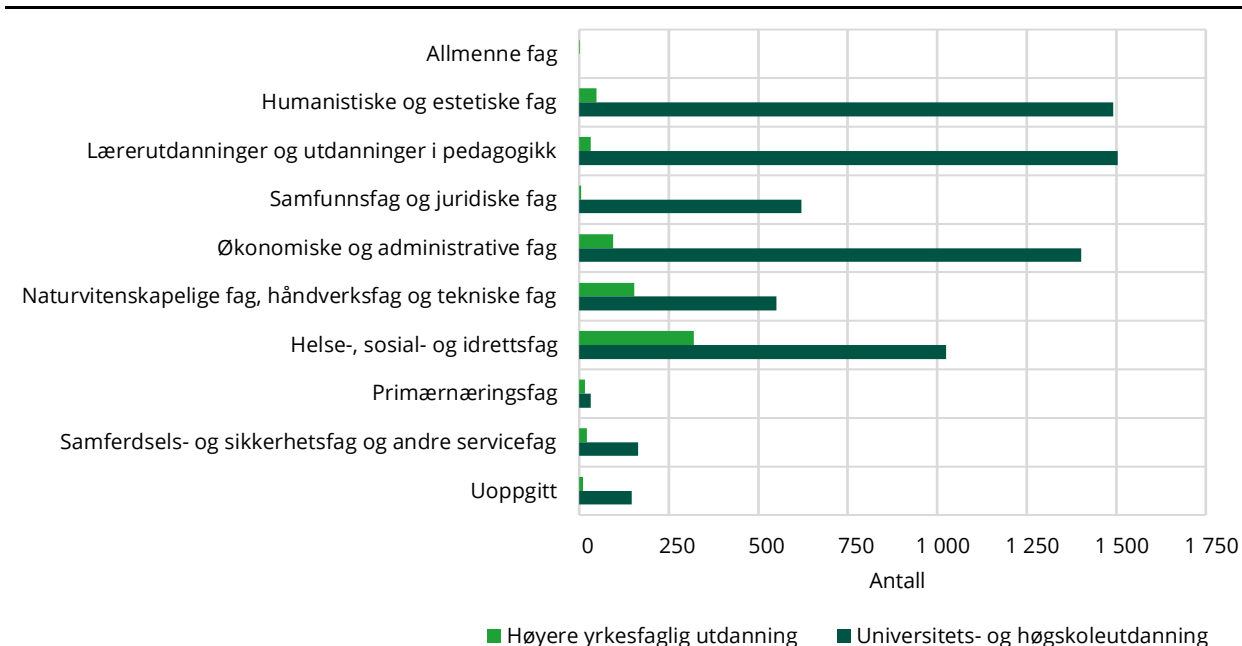
Kilde: Videregående opplæring og annen videregående utdanning, Statistisk sentralbyrå

### Stor bredde i fagfelt i høyere utdanning

I det foregående omtalte artikkelen seniorenes deltakelse på videregående nivå, men flertallet av seniorer i formell utdanning tok utdanning på høyere nivå. 78 prosent av senioren som tok formell utdanning i studieåret 2022/2023, var registrert i høyere utdanning. Dette omfatter både høyere yrkesfaglig utdanning (fagskoler) og universitets- og høyskoleutdanning. Figur 2.7 viser hvordan senioren fordelte seg på ulike fagfelt i høyere utdanning (se [SSBs definisjoner av fagfelt](#), s. 13–17).

Blant senioren som tok universitets- og høyskoleutdanning var det flest som tok utdanning i fagfeltet lærerutdanninger og utdanninger i pedagogikk, og nesten like mange i humanistiske og estetiske fag. Deretter var det også mange som tok økonomiske og administrative fag, i tillegg til helse-, sosial- og idrettsfag.

Blant de 700 senioren som tok høyere yrkesfaglig utdanning (fagskole) var det tre fagfelt som var spesielt populære. Dette var fagfeltene helse-, sosial- og idrettsfag, naturvitenskapelige fag, håndverksfag og tekniske fag, samt økonomiske og administrative fag.

**Figur 2.7 Fordelingen av mest populære fagfelt blant seniorbefolkningen i høyere yrkesfaglig utdanning og universitets- og høyskoleutdanning. 2022/2023. Antall**

Kilde: Høyere yrkesfaglig utdanning, Statistisk sentralbyrå, Studenter i universitets- og høyskoleutdanning, Statistisk sentralbyrå

## 2.4. Mer vanlig med ikke-formell opplæring og uformell læring blant seniorer

Så langt har vi omtalt seniorbefolkningens økende utdanningsnivå og lave deltakelse i formell utdanning. Videre ser vi nærmere på ikke-formell opplæring og uformell læring, hvor seniorene deltok i større grad. [Dette gjenspeiler mønsteret til andre aldersgrupper.](#)

Tabell 2.1 viser andelene av seniorbefolkningen i alderen 55-69 år som deltok og ikke deltok i ikke-formell opplæring og uformell læring de siste 12 månedene. Disse tallene kommer fra [Adult Education Survey](#) (AES) som ble gjennomført fra november 2022 til januar 2023. Som tabell 2.1 viser, deltok 36 prosent av seniorer i ikke-formell opplæring og 69 prosent i uformell læring.

**Tabell 2.1 Deltakelse i ikke-formell opplæring og uformell læring siste 12 måneder blant seniorer i alderen 55-69 år. 2022. Prosent**

|                        | Har deltatt | Har ikke deltatt |
|------------------------|-------------|------------------|
| Ikke-formell opplæring | 36          | 64               |
| Uformell læring        | 69          | 31               |

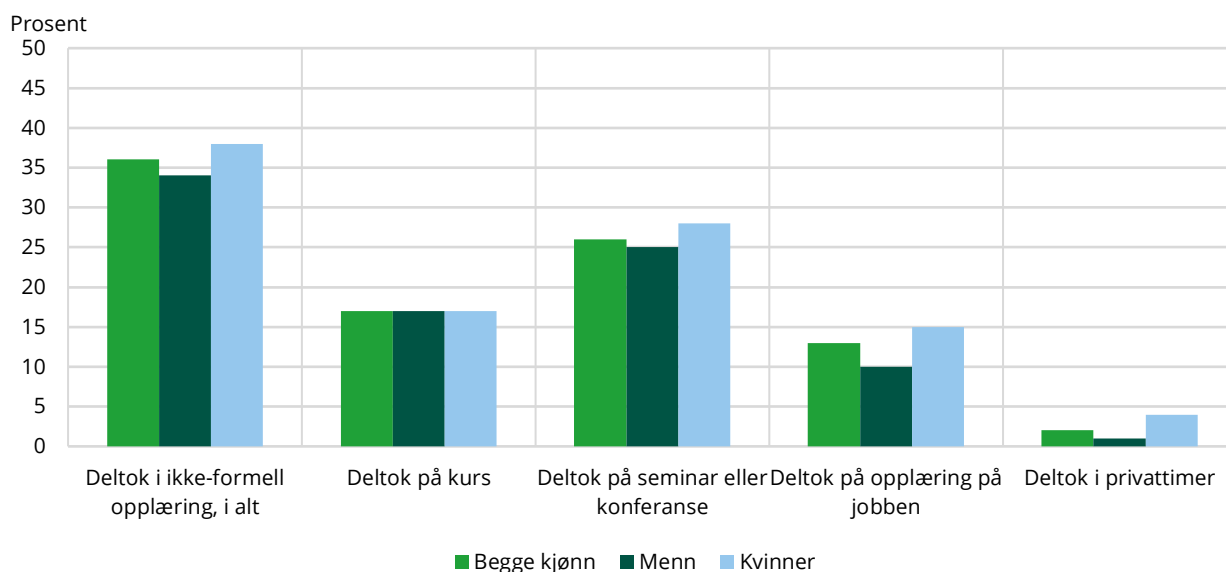
Kilde: Voksnes læring, Statistisk sentralbyrå

### Størst andel på seminar, minst i privattimer

AES-undersøkelsen viser at 36 prosent av seniorbefolkningen i alderen 55 til 69 år deltok i ikke-formell opplæring de siste 12 månedene. Som figur 2.8 viser, var det 34 prosent av menn og 38 prosent av kvinner som deltok i ikke-formell opplæring. Det var altså små kjønnsforskjeller i deltakelse i ikke-formell opplæring.

I AES-undersøkelsen ble respondentene spurt om deltakelse i ulike typer ikke-formell opplæring, som eksempelvis kurs, seminar eller konferanse, opplæring på jobben og privattimer. Den mest populære typen blant seniorene, var seminar eller konferanse, hvor 25 prosent av menn og 28 prosent av kvinner deltok. Under 5 prosent av seniorbefolkningen deltok i privattimer, som var den minst vanlige typen opplæring. [Dette var også minst vanlig blant andre aldersgrupper.](#)

**Figur 2.8 Andel menn og kvinner i alderen 55-69 år som deltok i ikke-formell opplæring siste 12 måneder, etter type opplæring, 2022. Prosent**

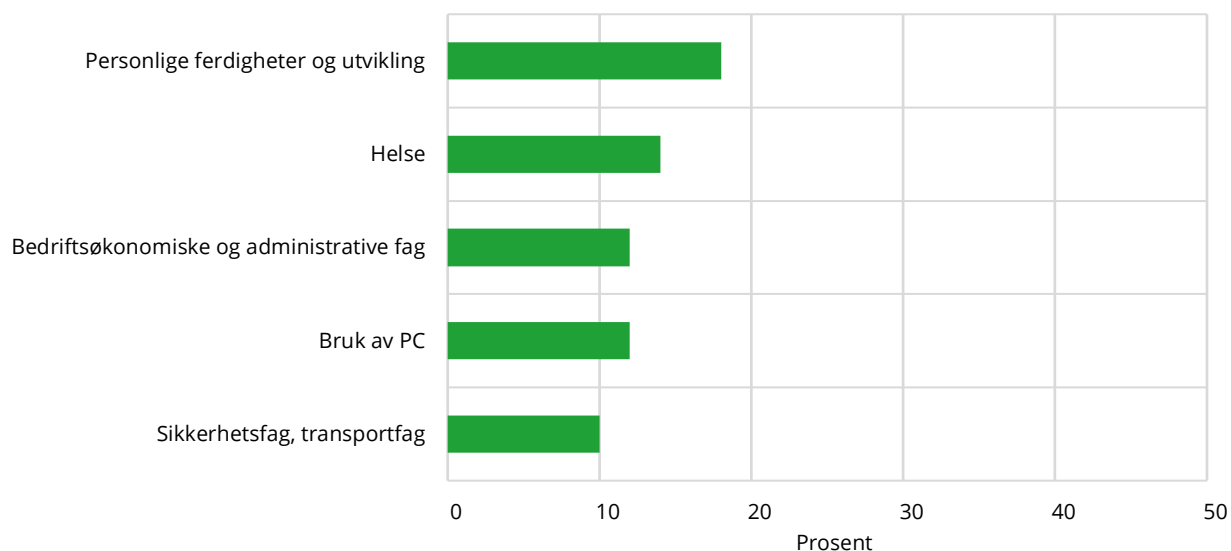


Kilde: Voksnes læring, Statistisk sentralbyrå

### Mest vanlig med opplæring i personlige ferdigheter og utvikling

Videre i undersøkelsen ble respondentene spurt hvilket fagområde opplæringsaktivitetene var innenfor. De mest populære fagområdene blant seniorbefolkningen i alderen 55-69 år var personlige ferdigheter og utvikling (18 prosent) og helse (14 prosent). Figur 2.9 viser de fem mest populære fagområdene for alle ikke-formelle opplæringsaktiviteter som seniorbefolkningen deltok i.

**Figur 2.9 Mest populære fagområder for ikke-formelle opplæringsaktiviteter i aldersgruppen 55-69 år, 2022. Prosent**



Kilde: Voksnes læring, Statistisk sentralbyrå

### Mange seniorer fant ingen utdanning eller opplæring som passet

Deretter ble respondentene også spurt om motivasjonen til å delta i formell utdanning eller ikke-formell opplæring. Som tabell 2.2 viser, var det størst andel seniorer som ikke deltok i formell utdanning eller ikke-formell opplæring og som heller ikke ønsket å delta (58 prosent). Videre var det relativt få som ikke deltok, men som ønsket å delta (5 prosent).

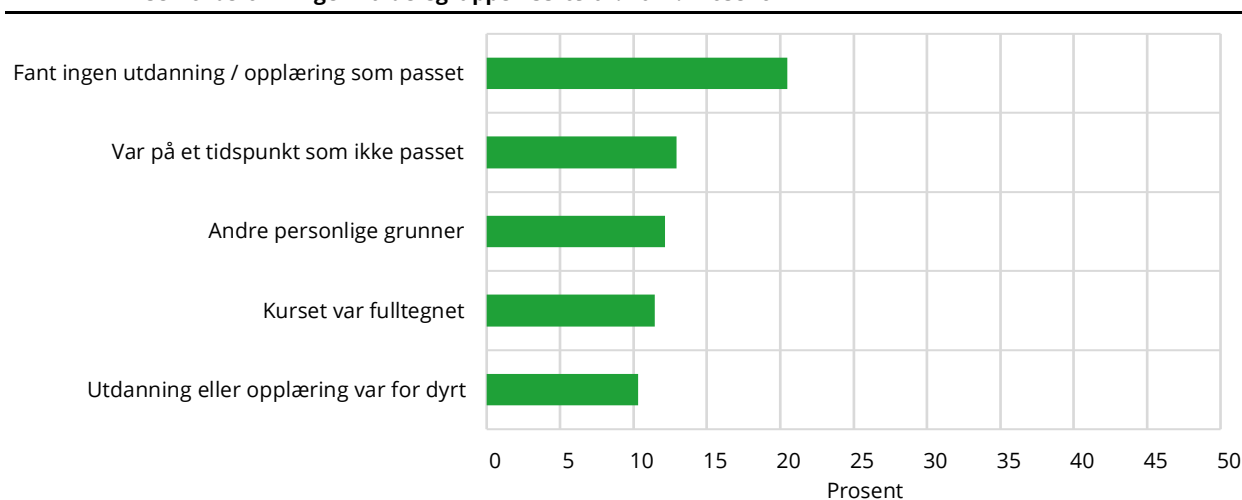
**Tabell 2.2** Motivasjon til å delta i formell utdanning eller ikke-formell opplæring i seniorbefolkningen i aldersgruppen 55-69 år. 2022. Prosent

| Deltakelse og motivasjon            | Prosent |
|-------------------------------------|---------|
| Deltok, men ønsket ikke å delta mer | 25      |
| Deltok, og ønsket å delta mer       | 12      |
| Deltok ikke, og ønsket ikke å delta | 58      |
| Deltok ikke, men ønsket å delta     | 5       |

Kilde: Voksnes læring, Statistisk sentralbyrå

Figur 2.10 viser de fem viktigste grunnene til å ikke delta i (mer) formell utdanning eller ikke-formell opplæring blant seniorbefolkningen. Den viktigste grunnen var at man ikke fant en utdanning eller opplæring som passet (21 prosent). En tidligere rapport (Keute, 2024) som også omtalte data fra AES-undersøkelsen rapporterte hindringer for deltakelse i formell utdanning og ikke-formell opplæring blant voksne i alderen 30-69 år som ikke deltok i utdanning eller opplæring. De i alderen 30-69 år og 55-69 år oppga stort sett like hindringer for deltakelse, men en viktig forskjell var at aldersgruppen 30-69 år oppga familieforpliktelser som den viktigste hindringen til deltakelse.

**Figur 2.10** Viktigste grunner til å ikke delta i (mer) formell utdanning eller ikke-formell opplæring i seniorbefolkningen i aldersgruppen 55-69 år. 2022. Prosent

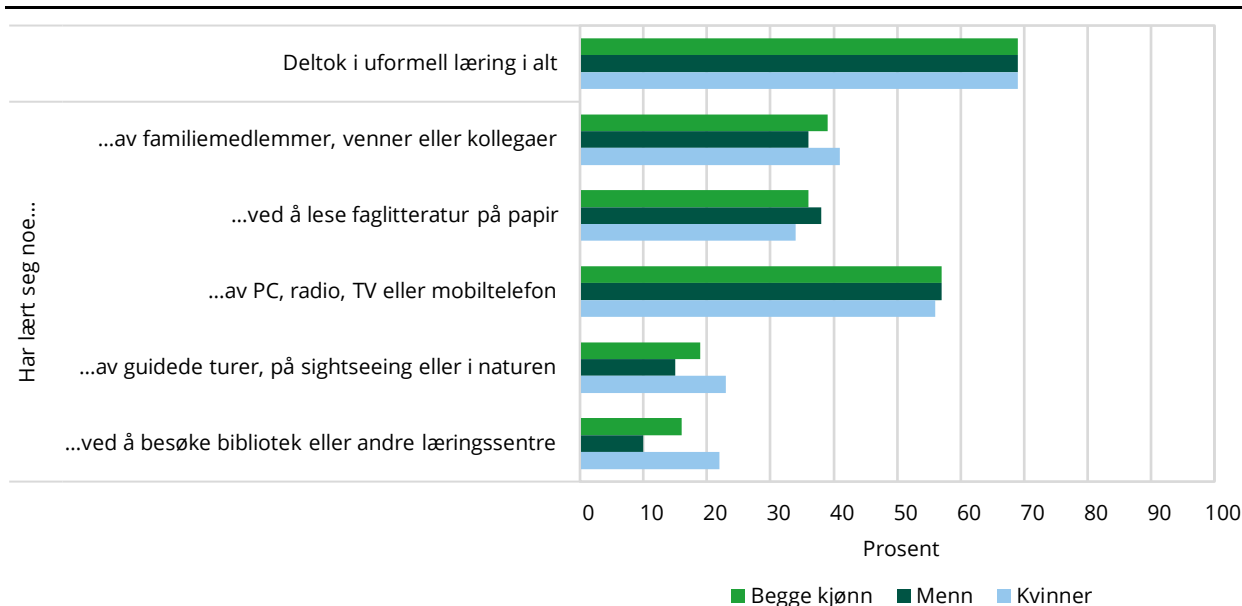


Kilde: Voksnes læring, Statistisk sentralbyrå

## 2.5. Større andel kvinner enn menn besøker bibliotek

Resultater fra AES-undersøkelsen viser at hele 69 prosent av seniorbefolkningen i alderen 55-69 år lærte uformelt – det vil si på en planlagt måte på egenhånd, utenom organiserte utdannings- eller opplæringsopplegg – de siste 12 månedene.

Uformell læring kan skje på ulike måter. Seniorbefolkningen lærte primært noe av PC, radio, TV eller mobiltelefon (57 prosent), mens å besøke bibliotek eller andre læringssentre var den minst populære kilden til uformell læring blant seniorer (16 prosent), slik figur 2.11 viser. Det var også noen kjønnsforskjeller i hvordan seniorer lærte uformelt. Forskjellen var størst når det gjelder å besøke bibliotek eller andre læringssentre, som 22 prosent av kvinnelige seniorer og bare 10 prosent mannlige seniorer benyttet seg av.

**Figur 2.11 Andel menn og kvinner i seniorbefolkningen i alderen 55-69 år som deltok i uformell læring siste 12 måneder, etter læremåte. 2022. Prosent**

Kilde: Voksnes læring, Statistisk sentralbyrå

## 2.6. Oppsummering

Som artikkelen har vist, har utdanningsnivået i seniorbefolkningen økt de siste to tiårene, samtidig som kjønnsforskjellene i utdanningsnivå har minnet. I dag er det mange seniorer med høyere utdanning. I 2022/2023 var det få seniorer som deltok i formell utdanning, og de fleste av seniorenene som deltok, deltok i høyere utdanning. I samme år var det likevel mange seniorer som deltok i ikke-formell opplæring, og mange som lærte uformelt. Tross høy deltakelse, var det noen sentrale hindringer til seniorenenes deltakelse i formell utdanning eller ikke-formell opplæring. Den viktigste hindringen var at seniorbefolkningen ikke fant en opplæring eller utdanning som passet.

### Om datagrunnlaget

#### Formell utdanning

Tallene er hentet fra [SSBs statistikk om befolkningens utdanningsnivå](#). Statistikken beskriver [befolkningens høyeste registrerte utdanningsnivå](#) fra og med skoleåret 2000 til 2023. Tidsrommet og den tredelte grupperingen av utdanningsnivåer er satt for å muliggjøre sammenligninger i tid og rom (se [SSBs sammenlignbarhet over tid og sted for befolkningens utdanningsnivå](#)). Dataene omfatter personer i seniorbefolkningen som helhet, fordelt i aldersgruppene 55–66 år, 67–79 år og 80 år og eldre, og som er registrerte som bosatte i Norge per 1. oktober.

#### Ikke-formell opplæring og uformell læring

Tallene er hentet fra [Adult Education Survey](#) (AES), som i Norge ble gjennomført i perioden november 2022 til januar 2023. AES er en del av Eurostats statistikk om [livslang læring](#), og resultatene kan derfor sammenliknes med resultatene fra andre europeiske land som også gjennomfører undersøkelsen. AES er en utvalgsundersøkelse, og det trekkes et utvalg på 7 000 fra en populasjon i alderen 18 opptil 69 år. Derfor har vi bare data om de yngre delene av seniorbefolkningen. I aldersgruppen 55–69 år ble 1 510 personer trukket til utvalget. Av disse var det 901 personer som svarte på undersøkelsen. I Norge har undersøkelsen vært gjennomført hvert femte/sjette år siden 2007. Formålet med undersøkelsen er blant annet å kartlegge omfanget av deltakelse i formell utdanning og ikke-formell opplæring, nivå og fagområder, samt deltakelsesmønstre i voksnes læringsaktiviteter. Derfor har respondentene blitt intervjuet om deltakelse i ulike læringsaktiviteter, samt om hindringer til deltakelse i disse, med mer.

**Referanser**

- Keute, A.L. (2024). *Hvem tar mer formell utdanning og hvorfor? Deltakelse i kompetanseutvikling blant voksne i alderen 30-69 år*. Rapporter 2024/23. Oslo/Kongsvinger: Statistisk sentralbyrå.  
[https://www.ssb.no/utdanning/voksenopplaering/artikler/hvem-tar-mer-formell-utdanning-og-hvorfor/\\_/attachment/inline/3d5823f5-f12a-44c1-bda9-899d0df52681:92508d6fe61ca03d0e7bb2a9574e5b3eb9b5411c/RAPP2024-23.pdf](https://www.ssb.no/utdanning/voksenopplaering/artikler/hvem-tar-mer-formell-utdanning-og-hvorfor/_/attachment/inline/3d5823f5-f12a-44c1-bda9-899d0df52681:92508d6fe61ca03d0e7bb2a9574e5b3eb9b5411c/RAPP2024-23.pdf)
- Kunnskapsdepartementet. (2023, mars 24). *Meld. St. 14 (2022-2023). Utsyn over kompetansebehovet i Norge*. [Stortingsmelding]. Regjeringen. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-14-20222023/id2967608/?ch=1#:~:text=Regjeringen%20vil%20legge%20til%20rette%20for>
- Regjeringen. (2023). *Voksnes rett til opplæring*.  
[https://www.regjeringen.no/no/tema/utdanning/voksnes\\_laering\\_og\\_kompetanse/artikler/rett-til-opplaring/id213311/#:~:text=Den%20nye%20loven%20tr%C3%A5dte%20i%20kraft](https://www.regjeringen.no/no/tema/utdanning/voksnes_laering_og_kompetanse/artikler/rett-til-opplaring/id213311/#:~:text=Den%20nye%20loven%20tr%C3%A5dte%20i%20kraft)
- Voksenopplæringsloven. (2021). *Lov om voksenopplæring (LOV-2009-06-19-95)*. Lovdata.  
<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2009-06-19-95>

**Arbeid og pensjon**

### 3. Én av tre seniorer er i jobb

*34 prosent av seniorene var i jobb i 2023, men det er store forskjeller innad i seniorbefolkningen som er 55 år og eldre. Å like å jobbe er den viktigste grunnen til at personer fortsetter å jobbe samtidig som de tar ut pensjon.*

Malin Pettersen og Ole Sandvik

Om lag 584 000 seniorer var lønnstakere i 2023, noe som utgjorde 34 prosent av aldersgruppen. Det er en liten økning på 0,6 prosentpoeng fra 2021.

Det er store forskjeller innad i seniorbefolkningen når det kommer til hvor mange som jobber. Tall for 2023 viser følgende aldersforskjeller i andelen i jobb:

- 55–61 år: 73 prosent
- 62–66 år: 49 prosent
- 67–74 år: 14 prosent
- 75–79 år: 3 prosent
- 80 år eller eldre: 1 prosent

I perioden 2015–2023 var det en jevn økning i andelen lønnstakere både i aldersgruppen 55–61 år og 62–66 år. I 2022 og 2023 var det også en økning i aldersgruppen 67–74 år sammenlignet med årene før.

Andelen som kombinerer jobben med pensjon har vært synkende blant 62–66-åringene, fra om lag 46 prosent av lønnstakerne i 2015 til 40 prosent av lønnstakerne i 2023. Det skyldes at antall lønnstakere som tar ut tidlig alderspensjon og/eller AFP ikke har holdt tritt med økningen i antall lønnstakere totalt. Antall lønnstakere som tar ut tidlig alderspensjon har gått ned i perioden, mens antallet som tar ut AFP har økt noe.

Både blant menn og kvinner var det å like å jobbe den viktigste grunnen til at de fortsatte å jobbe mens de tok ut pensjon, ifølge Arbeidskraftundersøkelsen (AKU). Samtidig var det flere av kvinnene enn mennene som viste til økonomiske grunner, ønske om sosialt samvær og andre årsaker.

Kjønnsforskjellene var enda større blant de som sluttet å jobbe da de mottok pensjon for første gang. Hovedgrunnen til å slutte for menn var at de måtte, fordi de hadde nådd seneste pensjonsalder. For kvinnene var det fordi de kunne, etter å ha oppnådd retten til å ta ut pensjon.

Figur 3.1 Hvor stor andel av seniorbefolkningen er i arbeid?



Kilde: Sysselsetting, registerbasert og Antall arbeidsforhold og lønn, Statistisk sentralbyrå

**Lønnstakere + selvstendig næringsdrivende = sysselsatte**

Til sammen utgjør lønnstakere og selvstendig næringsdrivende de sysselsatte.

Lønnstakere er de som mottar lønn som kompensasjon for arbeid fra en arbeidsgiver, og inkluderer ordinære ansatte (Skatteetaten, 2023), maritime arbeidsforhold (Skatteetaten, 2024), frilansere, oppdragstakere og honorarmottakere (Skatteetaten, 2021) slik som styreverv.

Selvstendig næringsdrivende driver bedrift for egen regning og risiko og er pliktig til å dokumentere næringsinntekt som vedlegg til skattemeldingen.

Informasjon om hvem som var selvstendig næringsdrivende gjelder her for året før statistikkåret på grunn av lang produksjonstid av skattemeldingsregisteret. Det betyr at de som regnes som selvstendig næringsdrivende og dermed sysselsatt i 2023, egentlig var selvstendig næringsdrivende i 2022. Det gjør at vi overvurderer sysselsettingsandelen i de eldste aldersgruppene, der mange i statistikkåret har gått over til å motta pensjon istedenfor å være selvstendig næringsdrivende.

Hovedfokuset i dette kapittelet er derfor tall for lønnstakere som kan dateres til en spesifikk referanseuke i november. Selvstendig næringsdrivende som også har et lønnstakerforhold vil da regnes med.

Helt til slutt i kapittelet vil imidlertid selvstendig næringsdrivende inngå når vi bruker Arbeidskraftsundersøkelsen (AKU) som datakilde for å se på grunnene til hvorfor folk enten fortsetter eller slutter å være sysselsatt når de mottar pensjon for første gang.

**3.1. 39 prosent av seniorene var sysselsatte ...**

I 2023 var 39 prosent av seniorbefolkningen sysselsatte. Sysselsettingsandelen blant seniorbefolkningen har vært nokså jevn på rundt 39 prosent i perioden 2015–2023, utenom en nedgang i koronaåret 2020. Til sammenligning har sysselsettingsandelen i befolkningen i yrkesaktiv alder (20–66 år) økt gradvis fra i overkant av 75 prosent i 2015 til over 77 prosent i 2023 (Statistisk sentralbyrå, 2024f), og det er spesielt blant de yngste vi ser en økning i perioden (Statistisk sentralbyrå, 2024d).

I de eldste aldersgruppene 75–79 år og 80 år og eldre, var henholdsvis rundt 9 prosent og 3 prosent sysselsatte i 2023. Dette utgjorde om lag 8 000 sysselsatte i aldersgruppen 80 år og eldre. Ser vi bort fra de selvstendig næringsdrivende var lønnstakerandelen bare rundt 3 prosent blant 75–79-åringene, og under 1 prosent blant de 80 år og eldre.

I likhet med sysselsettingsandelen har også lønnstakerandelen blant seniorbefolkningen vært nokså jevn i perioden 2015–2023, bortsett fra en ikke uventet, tydelig nedgang for koronaåret 2020, men så etterfulgt av en liten økning i årene etterpå.

**3.2. ... hvorav 34 prosent av seniorene var lønnstakere**

I 2023 var 34 prosent av seniorene å regne som lønnstakere. Dette tilsvarte 584 000 personer.

Splitter vi seniorbefolkningen opp i finere alderskategorier, ser vi at andelen som er i jobb naturlig nok går nedover med økende alder og etter hvert som flere begynner å motta pensjon. Tall for 2023 viser følgende aldersforskjeller i andelen i jobb:

- 55–61 år: 73 prosent
- 62–66 år: 49 prosent
- 67–74 år: 14 prosent
- 75–79 år: 3 prosent
- 80 år eller eldre: 1 prosent

I perioden 2015–2023 var det en jevn økning i andelen lønnstakere både i aldersgruppen 55–61 år og 62–66 år – fra knappe 71 prosent til nesten 73 prosent blant 55–61-åringene, og fra 45 prosent til 49 prosent blant 62–66-åringene. I 2022 og 2023 var det også en økning i aldersgruppen 67–74 år sammenlignet med tidligere år til over 13 prosent i 2022 og 14 prosent i 2023.

Selv om årene 2015–2023 er en relativt kort periode i mange sammenhenger er perioden lang nok til at vi kan identifisere endringer i for eksempel utdanningsnivå (Nygård, 2021) – også blant seniorene (Kool & Svendsen, 2024).

Statistikken over befolkningens utdanningsnivå (Statistisk sentralbyrå, 2024e) viser at blant 60–66-åringene har andelen med utdanning på universitets- og høghskolenivå økt fra 29 prosent i 2015 til over 32 prosent i 2023. Blant de som er 67 år og eldre har økningen vært fra 20 prosent til nesten 27 prosent i samme periode. Dermed hadde nok 67-åringene i 2015, født få år etter andre verdenskrig, andre forutsetninger på arbeidsmarkedet enn 67-åringene i 2023, som ble født på midten av 50-tallet.

**Aldersinndeling brukt i dette kapittelet**

Seniorbefolkningen er i denne publikasjonen definert som alle personer 55 år og eldre. I dette kapittelet er følgende aldersinndeling brukt: 55–61 år, 62–66 år, 67–74 år, 75–79 år og 80 år og eldre.

Skillet ved 62 og 66 år er for å kunne se på aldersgruppen som etter pensjonsreformen i 2011 kunne begynne å ta ut tidlig alderspensjon fra folketrygden, så lenge de hadde høy nok opptjening. I store deler av kapittelet er aldersgruppene 75–79 år og 80 år og eldre slått sammen til 75 år og eldre, siden det er få i disse aldersgruppene som jobber. I tillegg er det i tråd med den registerbaserte sysselsettingsstatistikken som omfatter bosatte personer i alderen 15–74 år. I figurer og tabeller der vi sammenligner seniorbefolkningen med yngre aldersgrupper setter vi en nedre grense på 20 år.

I siste del av kapittelet med tall fra Arbeidskraftsundersøkelsen (AKU) brukes informasjon om personer i aldersgruppen 62–74 år som var minst 62 år ved første uttak av alderspensjon.

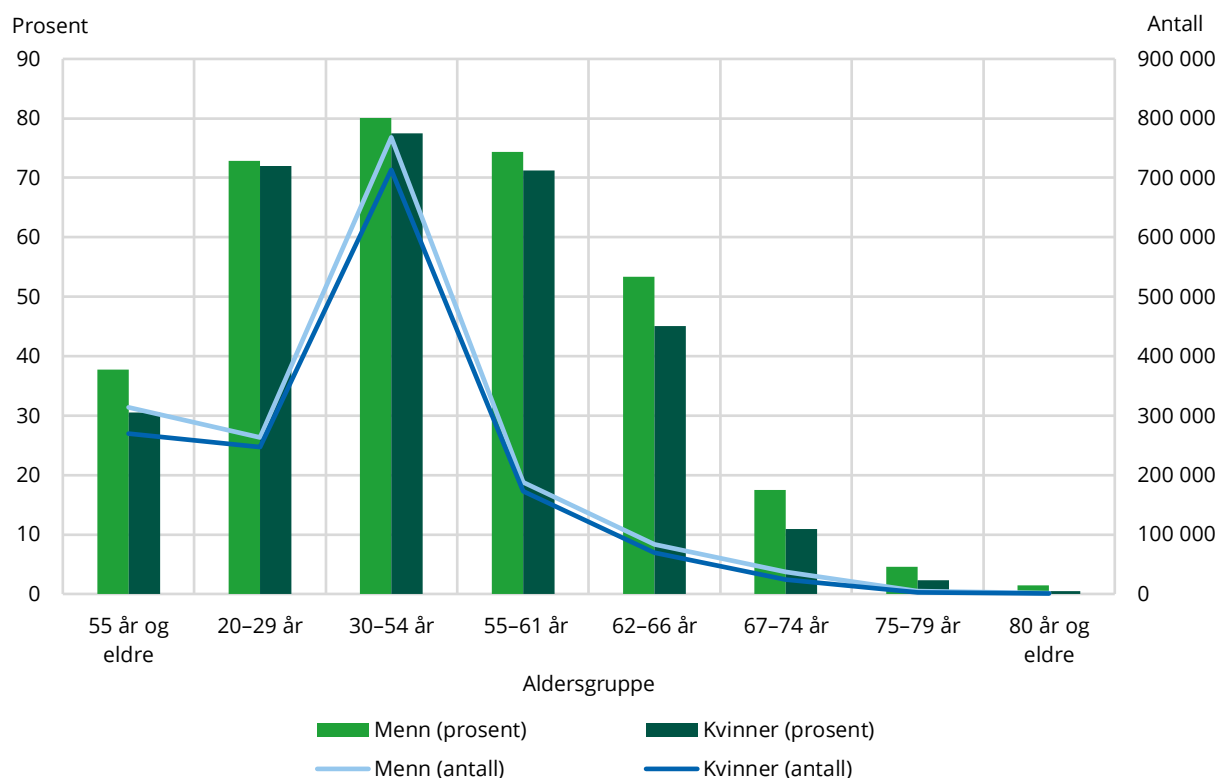
### 3.3. Flere menn enn kvinner i jobb, også blant seniorene

Blant seniorene var 38 prosent av mennene i jobb i 2023, sammenlignet med 31 prosent av kvinnene. Kjønnforskjellen er større i seniorbefolkningen enn i de yngre aldersgruppene 20–29 år og 30–54 år.

I de eldste aldersgruppene er det få i jobb, særlig blant kvinnene. Bare rundt 2 prosent av kvinnene i alderen 75–79 år var i jobb (2 800 lønnstakere), mot nesten 5 prosent av mennene (5 000 lønnstakere).

I den aller eldste gruppa med personer på 80 år og eldre, var 0,5 prosent av kvinnene og 1,4 prosent av mennene i jobb. Dette utgjorde bare henholdsvis rundt 700 og 1 400 lønnstakere. I resten av kapittelet slår vi derfor sammen aldersgruppene 75–79 år og 80 år og eldre til 75 år og eldre når vi ikke ser på ettårige alderstrinn.

**Figur 3.2 Lønnstakere etter alder og kjønn. Antall og prosent av befolkningen i samme aldersgruppe. Bosatte 20 år og eldre. 4. kvartal 2023**



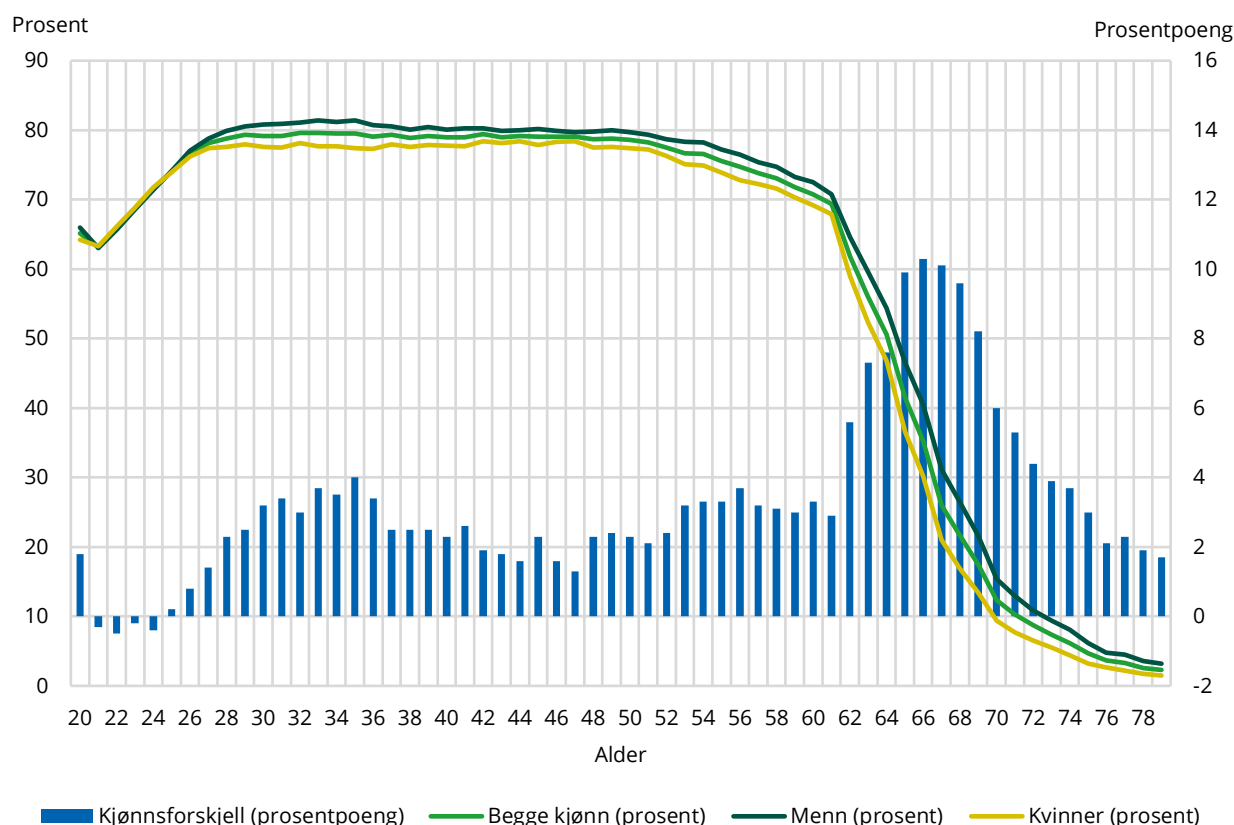
Kilde: Antall arbeidsforhold og lønn, Statistisk sentralbyrå

### 3.4. Kjønnsskjellene er tydeligst etter fylte 62 år

Fra slutten av 20-årene stabiliserer lønnstakerandelen seg på i underkant av 80 prosent. Samtidig øker kjønnsskjellene. Blant 35-åringene var over 81 prosent av mennene og mer enn 77 prosent av kvinnene i jobb.

Kjønnsskjellene er imidlertid størst i de ettårige aldersgruppene 62–72-år, og særlig blant 65–69-åringene. Blant 66-åringene var kjønnsskjellen på over 10 prosentpoeng med nesten 41 prosent av mennene og 30 prosent av kvinnene i jobb.

**Figur 3.3 Lønnstakere etter alder og kjønn. Prosent av befolkningen i samme ettårige aldersgruppe og kjønnsskjell oppgitt i prosentpoeng. Bosatte 20–79 år. 4. kvartal 2023**



Kilde: Antall arbeidsforhold og lønn, Statistisk sentralbyrå

### 3.5. Tydelig nedgang i andelen lønnstakere ved viktige pensjonsaldersgrenser

Blant de over 50 år ser vi en gradvis nedgang i andelen som er i jobb, med et markant dropp etter 61 år. Av 61-åringene var over 69 prosent i jobb mot i underkant av 62 prosent av 62-åringene. Nedgangen fortsetter i de eldre aldersgruppene, og er tydeligst fra 64 til 65 år og fra 66 til 67 år med en nedgang på over 9 prosentpoeng fra det ene alderstrinnet til det neste.

De markante skillene vi ser for 62- og 67-åringene har sammenheng med viktige pensjonsaldersgrenser. Dersom man har høy nok opptjening kan man tidligst etter fylte 62 år ta ut avtalefestet pensjon (AFP) og alderspensjon. Ved 67 års alder har (nesten) alle ubetinget rett til å starte uttak av alderspensjon fra folketrygden.

I perioden 2015–2023 var det en økning i andelen lønnstakere i hver ettårig aldersgruppe blant 20–79-åringene, men mest blant de yngste i 20-årene og tidlig 30-årene, og de i 60-årene. Andelen

lønnstakere blant 62-åringene økte i denne perioden fra 57 prosent til nesten 62 prosent. Vi ser en nedgang fra 2019 til koronaåret 2020, men en økning igjen i årene etter.

### Når kan man ta ut pensjon?

Den største delen av alderspensjonen er (1) alderspensjon fra folketrygden (Nav), etterfulgt av (2) offentlige og private tjenstepensjoner (inklusive avtalefestet pensjon). I tillegg kommer (3) egen pensjonssparing (Nav, 2024).

Med pensjonsreformen i 2011 ble **alderspensjonen fra folketrygden** fleksibel med hensyn til alder, uttaksgrad og muligheten til å kombinere med arbeid uten avkortning i pensjonen. I tillegg ble det innført levealdersjustering, slik at utbetalingen av den opptjente pensjonskapitalen fordeles over forventet antall gjenstående leveår etter uttaksstart. Dermed ble det mulig å starte uttak av alderspensjon fra 62 år, gitt at man har tilstrekkelig opptjening. Ved 67 års alder har (nesten) alle ubetinget rett til å starte uttak av alderspensjon, mens alle med rett til pensjon automatisk mottar fra fylte 75 år. Ved å ta ut tidlig alderspensjon får man mindre utbetalt hver måned fordi man fordeler pensjonen over flere år.

Alle arbeidsgivere er i tillegg pålagt å ha **tjenstepensjon** for sine ansatte, både i offentlig og privat sektor. Som del av tjenstepensjonene kan vi også regne **avtalefestet pensjon (AFP)**. I **offentlig sektor** er AFP en førtidspensjonsordning hvor de som er født før 1963 tidligst kan ta ut AFP ved fylte 62 år med utbetaling til 67 år. I **privat sektor** er AFP derimot fra og med 2011 en tilleggspensjon som kan utbetales livsvarig fra fylte 62 år. Det samme vil gjelde i offentlig sektor for de som er født i 1963 eller senere.

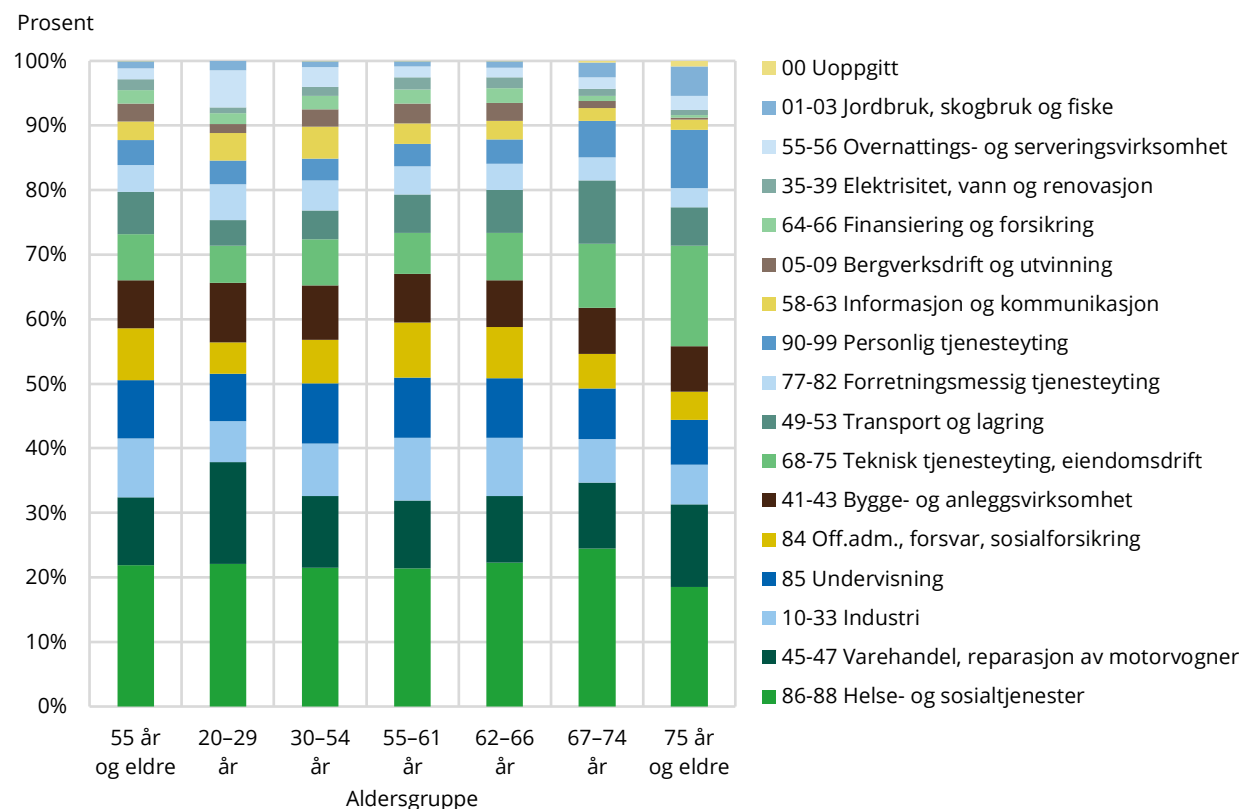
Utover de ulike aldersgrensene for tidligst uttak av pensjon, finnes det regler for hvor lenge man får lov til å jobbe. Hovedregelen i arbeidsmiljøloven (2005, § 15-13 a) er en **alminnelig aldersgrense** på 72 år. Det betyr at arbeidsforholdet kan avsluttes når den ansatte fyller 72 år. I privat sektor (NHO, u.å.) gjelder denne hovedregelen, men enkeltbedrifter kan imidlertid senke aldersgrensen med en nedre grense på 70 år. Lavere grense er også mulig dersom det er nødvendig av hensyn til helse eller sikkerhet. I staten og private virksomheter med pensjonsordning i Statens pensjonskasse (Lov om aldersgrenser for statsansatte m.fl., 1956, § 2) er den alminnelige aldersgrensen på 70 år. Det samme er tariffestet for både ansatte i kommune og fylke (KS, 2022).

Det finnes imidlertid **særaldersgrenser** som gjør at personer i stillinger med fysisk og psykisk krevende arbeidsforhold kan gå av med alderspensjon tidligere uten å tape pensjon. Dette gjelder for eksempel for politi, brannfolk og forsvarsansatte (60 år), kriminalomsorgen (63 år) og helsepersonell (65 år) (Arbeids- og inkluderingsdepartementet, 2023).

### 3.6. Flest seniorer jobber innenfor helse- og sosialtjenester

Fordeler vi de 584 000 seniorlønnskakerne etter hvilken næring (Statistisk sentralbyrå, 2023) de jobbet i, ser vi at helse- og sosialtjenester utgjorde det største næringshovedområdet med nesten 22 prosent av lønnskakerne, etterfulgt av varehandel og reparasjon av motorvogner, med i underkant av 11 prosent. Dette var også de to største næringene i de yngre aldersgruppene.

**Figur 3.4 Lønnskakere etter alder og næring. Bosatte 20 år og eldre. 4. kvartal 2023. Prosent**



Kilde: Antall arbeidsforhold og lønn, Statistisk sentralbyrå

### 3.7. De over 67 år jobber oftere innenfor eiendom og i medlemsorganisasjoner

55-61 åringene og 62-66 åringene, som begge inngår i seniorbefolkningen, hadde forholdsvis lik fordeling på ulike næringer som den yngre aldersgruppen 30-54 år. De om lag 60 800 i alderen 67-74 år skiller seg ut med en høyere andel lønnskakere innenfor næringshovedområdene

- helse- og sosial (25 prosent)
- teknisk tjenesteyting inkludert eiendomsdrift (10 prosent)
- transport og lagring (10 prosent)
- personlig tjenesteyting (6 prosent)

Det var kjøp, salg og utleie av egen eller fast eiendom (næring 68) som sto for 3 av de 10 prosentene med lønnskakere innenfor teknisk tjenesteyting. Innenfor personlig tjenesteyting var det sports- og fritidsaktiviteter og drift av fornøylesparker (næring 93), og særlig aktiviteter i medlemsorganisasjoner (næring 94), som trakk opp andelen lønnskakere.

Blant de rundt 10 000 lønnskakerne som var 75 år eller eldre, jobbet litt færre innenfor helse- og sosialtjenester (19 prosent) og transport og lagring (6 prosent), mens det var en enda høyere andel innenfor teknisk tjenesteyting inkludert eiendomsdrift (16 prosent) og personlig tjenesteyting (9 prosent). Her sto eiendomsdrift for halvparten av lønnskakerne innenfor teknisk tjenesteyting, og aktiviteter i medlemsorganisasjoner for halvparten av lønnskakerne innenfor personlig tjenesteyting.

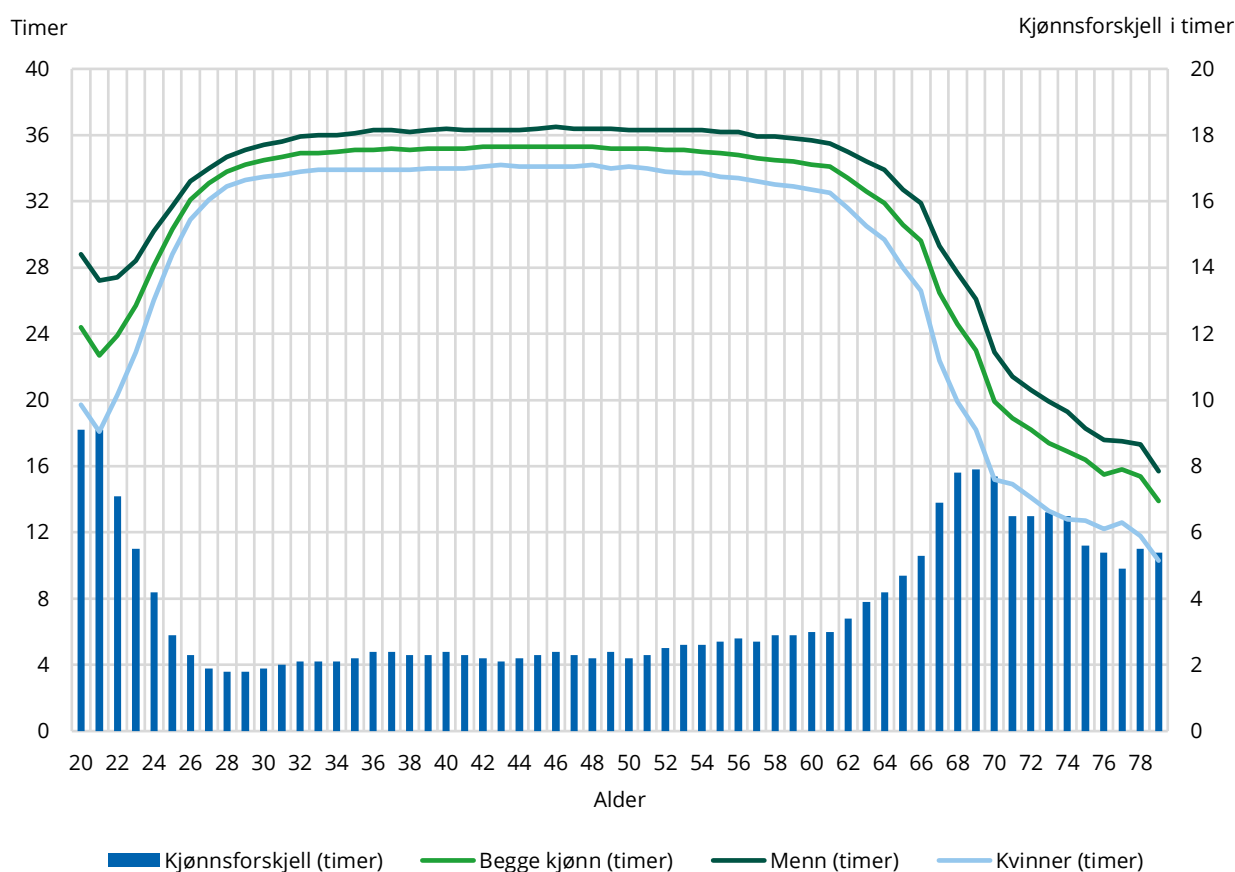
### 3.8. Seniorene har kortere arbeidsuke

Seniorene samlet, hadde i 2023 en gjennomsnittlig avtalt arbeidstid på litt over 32 timer per uke. Det var lavere enn blant lønnstakerne i aldersgruppene 30–54 år som hadde en gjennomsnittlig avtalt arbeidstid på rundt 35 timer i uka, men høyere enn 20–29-åringene med i overkant av 29 timer.

Det er imidlertid store forskjeller innad blant seniorene. 55–61-åringene hadde en gjennomsnittlig avtalt arbeidstid på i underkant av 35 timer, sammenlignet med rett over 15 timer blant lønnstakerne som var 75 år eller eldre.

Om vi ser på den gjennomsnittlige avtalte arbeidstiden etter ettårige aldersgrupper, ser vi at arbeidstiden stabiliserer seg på rundt 35 timer i uka for de som er over 30 år. Blant lønnstakerne i slutten av 50-årene begynner arbeidstiden gradvis å gå nedover, og særlig etter fylte 62 år. Blant 62-åringene var den gjennomsnittlige avtalte arbeidstiden på litt over 33 timer i uka, mens den var på i underkant av 27 timer for 67-åringene og 20 timer for 70-åringene.

**Figur 3.5 Gjennomsnittlig avtalt arbeidstid per uke (timer) etter ettårige aldersgrupper og kjønn. Bosatte lønnstakere 20–79 år. 4. kvartal 2023**



Kilde: Antall arbeidsforhold og lønn, Statistisk sentralbyrå

### 3.9. Kvinner jobber færre timer enn menn, særlig fra slutten av 60-årene

I hele aldersgruppen 20–79 år har kvinnene kortere avtalt arbeidstid enn mennene. Forskjellene er størst i de yngste og eldste aldersgruppene. Det skjer en gradvis økning i kjønnforskjellen etter fylte 62 år, før en topp blant 68–70-åringene. Da jobbet kvinnene i underkant av 8 timer mindre enn mennene. De 70 år gamle kvinnene hadde en gjennomsnittlig avtalt arbeidstid på rundt 15 timer i uka, mot 23 timer for mennene.

### 3.10. 2 av 5 i alderen 62–66 år kombinerer jobben med AFP og/eller alderspensjon

Det at arbeidstiden reduseres med økende alder, kan sees i sammenheng med at flere kombinerer jobben med pensjon jo eldre de blir. I 2023 kombinerte 40 prosent av lønnstakerne i alderen 62–66 år jobben med AFP og/eller alderspensjon, mot hele 92 prosent av lønnstakerne i alderen 67–74 år.

Andelen som kombinerer jobben med pensjon har vært synkende blant 62–66-åringene, fra om lag 46 prosent av lønnstakerne i 2015 til 40 prosent av lønnstakerne i 2023. Det skyldes at antall lønnstakere som tar ut tidlig alderspensjon og/eller AFP ikke har holdt tritt med økningen i antall lønnstakere totalt. Antall lønnstakere som tar ut tidlig alderspensjon har gått ned i perioden, mens antallet som tar ut AFP har økt noe.

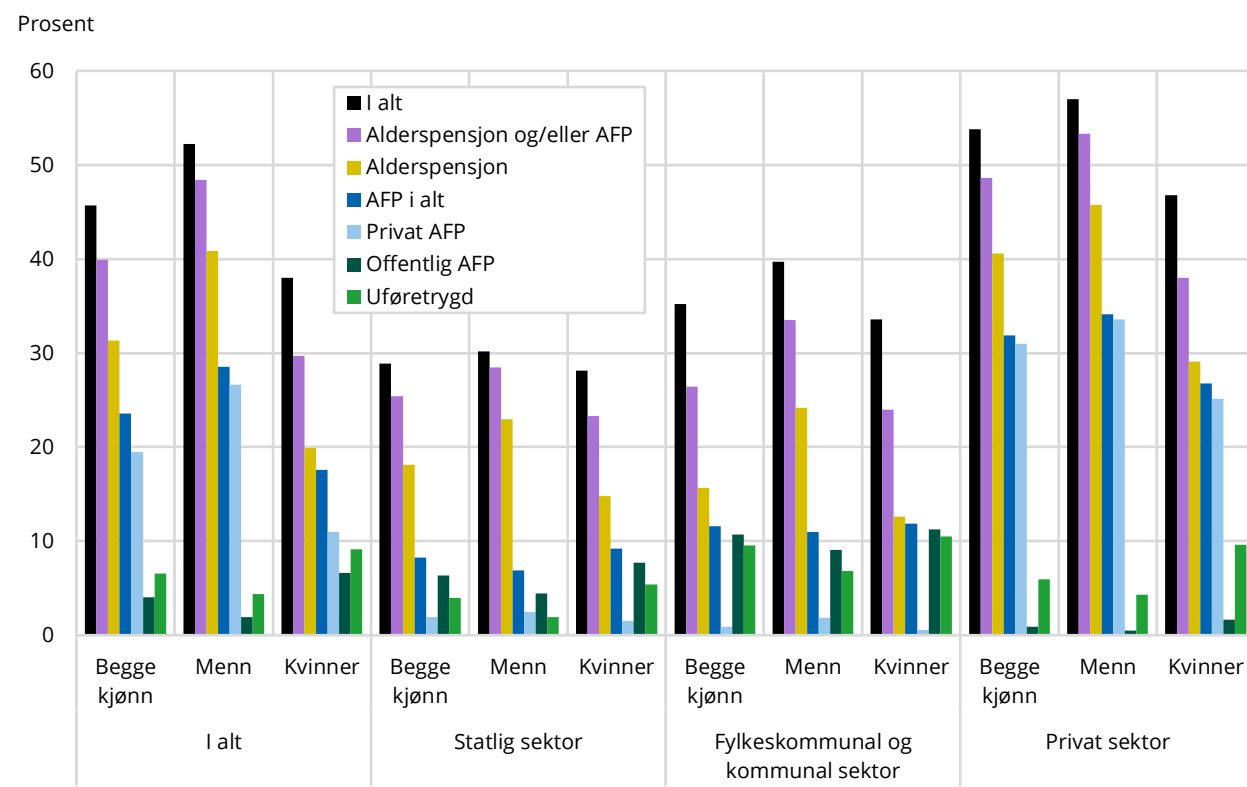
Det er tydelige kjønnsforskjeller med hensyn til hvordan jobb kombineres med AFP og/eller alderspensjon. Hele 48 prosent av mennene i jobb i aldersgruppen 62–66 år, og bare 30 prosent av kvinnene, kombinerte jobben med AFP og/eller alderspensjon i 2023. Andelen øker med stigende alder, fra 29 prosent blant 62-åringene til 53 prosent blant 66-åringene. Også blant 66-åringene er det kjønnsforskjeller, hvor nesten 61 prosent av mennene og 43 prosent av kvinnene kombinerte jobb og pensjon.

I artikkelen «Lettere å kombinere arbeid og tidlig pensjon i privat sektor» presenterer Fedoryshyn (2018) to av flere mulige grunner til kjønnsforskjellene:

- Færre kvinner har rett til å ta ut pensjon tidlig, for eksempel fordi de har gjennomsnittlig dårligere opptjening av rettigheter enn menn.
- Kvinner er overrepresentert i virksomheter i privat sektor som ikke har tariffestet AFP.

Vi finner også at flest kombinerer jobb og pensjon i privat sektor hvor dette gjaldt nesten 49 prosent av lønnstakerne, sammenlignet med over 26 prosent i kommunal sektor og 25 prosent i statlig sektor. Det er i privat sektor vi finner de største kjønnsforskjellene. Blant mennene var det 53 prosent som kombinerte jobben med AFP/alderspensjon, mens det samme gjaldt for 38 prosent av kvinnene.

Blant lønnstakerne i alderen 67–74 år var det som nevnt tidligere hele 92 prosent som kombinerte jobb og pensjon. Her er andelene forholdsvis like mellom menn og kvinner. Andelen som kombinerer har også gått ned fra rundt 95 prosent i 2015 til om lag 92 prosent i 2023, både for kvinner og menn. Det skyldes at antallet lønnstakere i denne aldersgruppen har økt mer enn antallet som tar ut AFP og/eller alderspensjon.

**Figur 3.6 Lønnstakere 62–66 år som kombinerer jobb og pensjon etter type pensjon, sektor og kjønn. 4. kvartal 2023**

Kilde: Antall arbeidsforhold og lønn, Statistisk sentralbyrå

### 3.11. Hvorfor kombinerer noen jobb med pensjon?

Registerdata kan ikke si noe om hva som ligger bak valgene til en person, men det kan spørreundersøkelsen Arbeidskraftundersøkelsen (AKU) blant annet bidra med. Fra AKU har vi informasjon om den viktigste selvoppgitte årsaken til at noen personer velger å

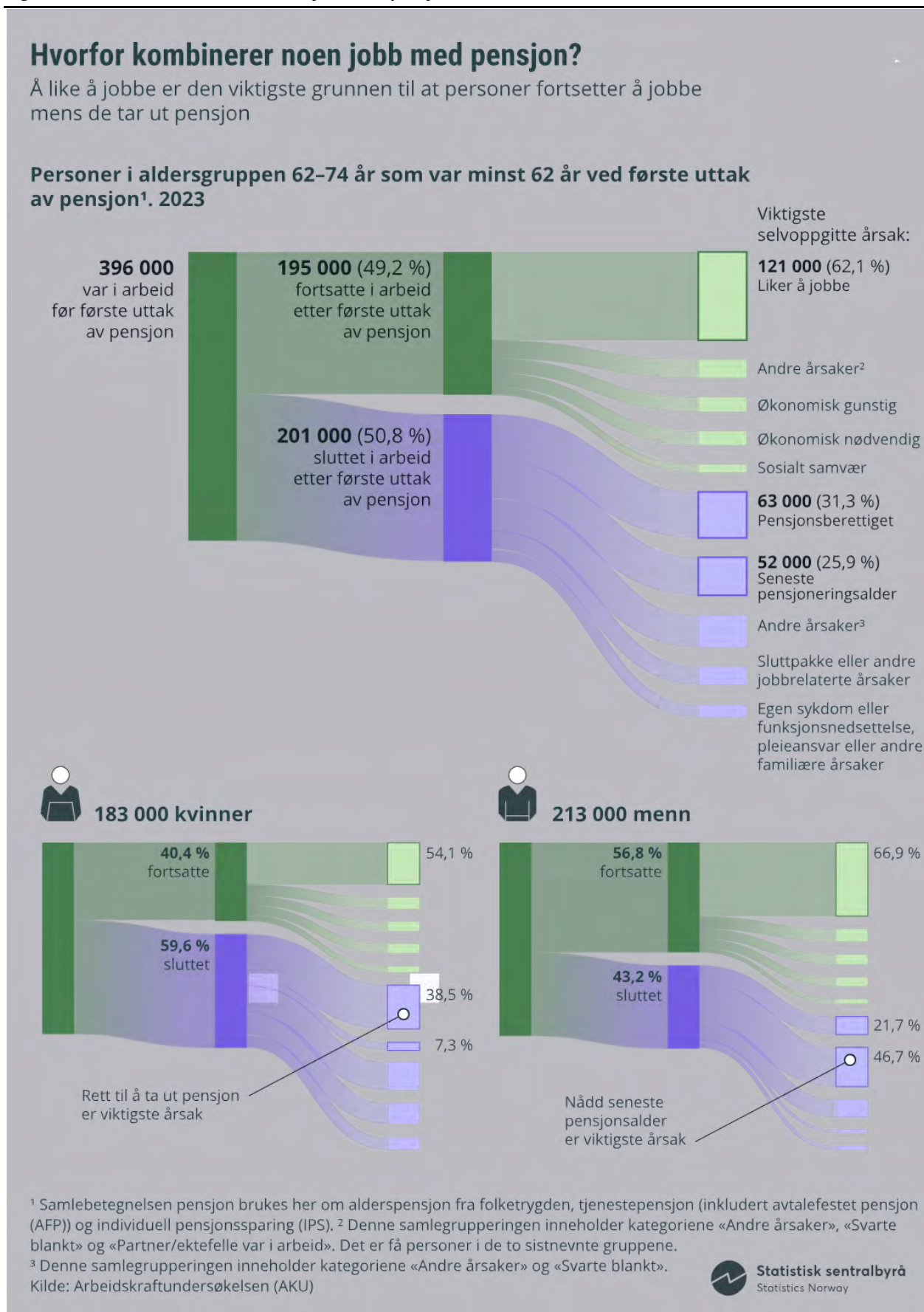
- fortsette å jobbe etter at de har mottatt sin første pensjonsutbetaling
- slutte i jobb ved overgangen til pensjon

Til sammen kan disse svarene hjelpe oss å forstå hvorfor noen kombinerer jobb og pensjon, selv om de ikke blir spurt direkte om hvorfor de kombinerer eller hvorfor de begynner å ta ut pensjon istedenfor å bare jobbe. Her brukes samlebetegnelsen pensjon om alderspensjon fra folketrygden, tjenestepensjon (inkludert AFP) og individuell pensjonssparing (IPS). I AKU betegnes alle disse til sammen som alderspensjon.

Ifølge AKU-tall for 2023 var det 526 000 personer i aldersgruppen 62–74 år og som var minst 62 år gamle ved første uttak av pensjon. 396 000 av disse personene, altså 3 av 4, oppga å være i arbeid rett før første pensjonsutbetaling. Merk at tallene fra AKU omfatter alle sysselsatte. Det betyr at de selvstendig næringsdrivende er inkludert i tillegg til lønnsinntakere når vi her beskriver de som er i jobb.

49 prosent av de som jobbet rett før pensjonsutbetalingen svarte at de *fortsatte i jobb*, altså at de kombinerte jobb og pensjon. Dette utgjorde 195 000 personer. På den andre siden oppga 51 prosent, altså 201 000 personer, å *slutte å jobbe* ved mottak av første pensjon. Andelen som fortsatte å jobbe var større blant mennene med 57 prosent enn blant kvinnene med 40 prosent.

Figur 3.7 Hvorfor kombinerer noen jobb med pensjon?



Kilde: Arbeidskraftundersøkelsen (AKU), Statistisk sentralbyrå

**Å like å jobbe er den viktigste grunnen til å fortsette i arbeid etter uttak av pensjon**

Den viktigste selvpågitte årsaken for de som fortsatte å jobbe mens de tok ut pensjon var at de likte å jobbe. Hele 62 prosent svarte dette, mens rundt 20 prosent, hvorav 10 prosent i hver svarkategori, svarte henholdsvis (1) økonomisk gunstig og (2) økonomisk nødvendig. Forskjellen i disse to økonomiske grunnene ligger i om man trenger den ekstra inntekten fra jobb til levekostnader fordi pensjonen er for lav (nødvendig), eller om det er ekstra penger som ikke er absolutt nødvendig for å leve (gunstig).

67 prosent av mennene og 54 prosent av kvinnene oppga det at de likte å jobbe som den viktigste grunnen til at de fortsatte å jobbe mens de tok ut pensjon.

Dermed var det flere av kvinnene som viste til økonomiske grunner, sosialt samvær og andre årsaker, enn blant mennene. Dobbelt så stor andel av kvinnene oppga ønske om sosialt samvær som en hovedgrunn til å fortsette i arbeid – 8 prosent av kvinnene mot 4 prosent av mennene.

**Hovedgrunnen for menn til å slutte å jobbe er at de må, mens for kvinner at de kan**

Det er store kjønnsforskjeller når det gjelder årsaker til å slutte å jobbe når man mottar pensjon for første gang. Blant mennene svarte 47 prosent at de hadde nådd seneste pensjoneringsalder og dermed sluttet å jobbe da de begynte å motta pensjon. Det samme gjaldt bare rundt 7 prosent av kvinnene.

Blant kvinnene var det å ha rett til å ta ut pensjon, altså å være pensjonsberettiget, den viktigste oppgitte årsaken (39 prosent), mens kun 22 prosent av mennene svarte det samme.

18 prosent av kvinnene, mot 4 prosent av mennene, svarte at sluttpakke eller andre jobbrelevante årsaker var grunnen til at de sluttet. Dette innebærer for eksempel oppsigelse, stressende jobb eller manglende kundegrunnlag.

Nesten 12 prosent av kvinnene oppga egen sykdom eller funksjonsnedsettelse, pleieansvar eller andre familiære årsaker som viktigste årsak til å slutte å jobbe, mot om lag 5 prosent av mennene.

**Økonomiske grunner var motivasjonen for å starte å jobbe igjen**

AKU-undersøkelsen fra 2023 forsøkte også å tallfeste hvor mange som hadde startet opp igjen å jobbe etter å tidligere ha avsluttet et arbeidsforhold i forbindelse med pensjonsutbetaling. Ifølge AKU gjaldt dette kun om lag 21 000 personer hvorav nesten alle var menn. Blant de 18 000 mennene som startet å jobbe igjen, svarte 2 av 3 at det var fordi det var økonomisk gunstig for dem.

**3.12. Oppsummering**

39 prosent av seniorbefolkningen på 55 år og eldre var sysselsatt i 2023. Det betyr at de var lønns-takere og/eller selvstendig næringsdrivende.

Det har vært en jevn økning de siste åtte årene i andelen lønns-takere både i aldersgruppen 55–61 år og 62–66 år. I 2022 og 2023 var det også en økning i aldersgruppen 67–74 år sammenlignet med årene før.

Alderne 62 og 67 år er viktige grenser når det kommer til uttak av avtalefestet pensjon (AFP) og alderspensjon, noe vi ser tydelig i endringene i lønns-takerandelen ved disse alderstrinnene.

Flere menn enn kvinner er i jobb, og kjønnsforskjellen er større i seniorbefolkningen enn i de yngre aldersgruppene, og aller tydeligst etter fylte 62 år. Det er også da den gjennomsnittlige arbeidstiden,

både for menn og kvinner, reduseres for de som fortsatt er i jobb. Kjønnforskjellen når det kommer til arbeidstid er størst blant de som er i slutten av 60-årene, med kortere arbeidstid blant kvinnene.

Andelen som kombinerer jobben med pensjon blant 62–66-åringene har sunket i perioden 2015–2023. Det skyldes at antall lønnstakere som tar ut tidlig alderspensjon og/eller AFP ikke har holdt tritt med økningen i antall lønnstakere totalt. Antall lønnstakere som tar ut tidlig alderspensjon har gått ned i perioden, mens antallet som tar ut AFP har økt noe.

Både blant menn og kvinner var det å like å jobbe den viktigste grunnen til at de fortsatte å jobbe mens de tok ut pensjon, ifølge Arbeidskraftundersøkelsen (AKU). Samtidig var det flere av kvinnene enn mennene som viste til økonomiske grunner, ønske om sosialt samvær og andre årsaker.

Kjønnforskjellene var enda større blant de som sluttet å jobbe da de mottok pensjon for første gang. Hovedgrunnen til å slutte for menn var at de måtte, fordi de hadde nådd seneste pensjonsalder. For kvinnene var det fordi de kunne, etter å ha oppnådd retten til å ta ut pensjon.

#### Hvor kommer tallene fra?

Dette kapittelet omhandler bare bosatte, altså personer registrert i folkeregisteret og midlertidige innflyttere med planlagt opphold i Norge på seks måneder eller mer. Personopplysninger som alder og kjønn er hentet fra folkeregisteret.

Informasjon om lønnstakere og arbeidstid kommer fra A-ordningen. Arbeidsgivere rapporterer jobber og lønninger til Skatteetaten, Nav og SSB i et felles system. Nav og pensjonsselskaper rapporterer også utbetalinger av avtalefestet pensjon (AFP), alderspensjon og uføretrygd til A-ordningen, så informasjon om dette hentes også derfra.

Lønnstakertallene samsvarer med de bosatte i statistikken over antall arbeidsforhold og lønn (Statistisk sentralbyrå, 2024b). For lønnstakere med flere jobber (arbeidsforhold) er en av jobbene (arbeidsforholdene) fastsatt som den viktigste (hovedjobben).

Kjennemerke sektor og næring er innhentet fra Bedrifts- og foretaksregisteret (BoF) og gjelder her bedriften hvor personen har sin hovedjobb. Opplysning om sektor baserer seg på institusjonell sektorgruppering og i dette kapittelet benyttes følgende tredeling:

*Statlig forvaltning (statsforvaltningen):* Omfatter stats- og trygdeforvaltningen. Helseforetakene er inkludert.

*Kommunal- og fylkeskommunal forvaltning (kommuneforvaltningen):* Omfatter kommunal- og fylkeskommunal forvaltning. Består av virksomhet som ikke er næringsrettet, dvs. vei, skole, kultur mv.

*Privat sektor og offentlig foretak:* Omfatter privat næringsvirksomhet og offentlig kontrollerte foretak som ikke er med i stats- eller kommuneforvaltningen. Offentlig kontrollerte foretak omfatter her statens forretningsdrift samt foretak hvor det offentlige kontrollerer mer enn 50 prosent av aksjekapitalen. Eksempler på slike foretak per mars 2020: statens forretningsdrift (statens kartverk, de regionale sykehusapotekene, mv.), statlige eide aksjeselskaper mv (Equinor, Statnett, Statkraft, Mesta, Vinmonopolet, Telenor, mv), kommunale foretak med ubegrenset ansvar (inkluderer kommunale foretak (KS) og interkommunale foretak (IKF)), kommunalt eide aksjeselskap mv., Norges Bank, statlige låneinstitusjoner mv.

Ved å kombinere informasjon om stillingsprosent og antall timer i full stilling per uke, beregnes en avtalt arbeidstid per uke for hvert arbeidsforhold (jobb) og hver lønnstaker (person). Når vi i dette kapittelet beskriver arbeidstid, slår vi sammen den gjennomsnittlige avtalte arbeidstiden per uke i alle jobbene en person har.

Selvstendig næringsdrivende inngår sammen med lønnstakere i samlebetegnelsen sysselsatte. Informasjon om antall og andel sysselsatte i første del av kapittelet er hentet fra den registerbaserte sysselsettingsstatistikken (Statistisk sentralbyrå, 2024a).

I siste del av kapittelet brukes Arbeidskraftundersøkelsen (AKU) (Statistisk sentralbyrå, 2024c) for å si noe om viktigste selvpågitte årsak til å (1) stoppe eller (2) fortsette å jobbe ved mottak av alderspensjon, eller (3) å gå tilbake til jobb etter at man har valgt å pensjonere seg.

## Referanser

- Arbeids- og inkluderingsdepartementet. (2023, 25. august). *Enighet om særaldersgrenser*. <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/enighet-om-saraldersgrenser/id2992097/?expand=factbox2992100>
- Arbeidsmiljøloven. (2005). *Lov om arbeidsmiljø, arbeidstid og stillingsvern mv.* (LOV-2005-06-17-62). Lovdata. <https://lovdata.no/lov/2005-06-17-62>
- Fedoryshyn, N. (2018, 1. mars). *Lettere å kombinere arbeid og tidlig pensjon i privat sektor. SSB analyse, 2018/05*. <https://www.ssb.no/arbeid-og-lonn/artikler-og-publikasjoner/lettere-a-kombinere-arbeid-og-tidlig-pensjon-i-privat-sektor-2018-5>
- Kool, I. & Svendsen, T. (2024, 15. oktober). *Seniorenes utdanningsnivå har økt markant. Statistisk sentralbyrå*. <https://www.ssb.no/utdanning/utdanningsniva/artikler/seniorenes-utdanningsniva-har-okt-markant>
- KS. (2022, 3. februar). *Oppdatert om opphør av arbeidsforhold grunnet alder*. <https://www.ks.no/ks-advokatene/nyheter/opphor-av-arbeidsforhold-grunnet-alder/>
- Lov om aldersgrenser for statsansatte m.fl. (1956). *Lov om aldersgrenser for statsansatte m.fl.* (LOV-1956-12-21-1). Lovdata. <https://lovdata.no/lov/1956-12-21-1>
- Nav. (2024, 17. oktober). *Planlegger pensjon*. <https://www.nav.no/planlegger-pensjon>
- NHO. (u.å.). *Aldersgrenser*. Hentet 21. oktober 2024 fra <https://arbinn.nho.no/arbeidsrett/oppsigelse/aldersgrenser/>
- Nygård, G. (2021, 11. august). *35 prosent har høyere utdanning*. Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/utdanning/utdanningsniva/statistikk/befolkningens-utdanningsniva/artikler/35-prosent-har-hoyere-utdanning>
- Skatteetaten (2021, 9. desember). *Frilanser, oppdragstaker og personer som mottar honorarer*. <https://www.skatteetaten.no/bedrift-og-organisasjon/arbeidsgiver/a-meldingen/veiledning/arbeidsforholdet/type-arbeidsforhold/frilanser-oppdagstaker-og-personer-som-mottar-honorarer/>
- Skatteetaten. (2023, 15. februar). *Ordinært arbeidsforhold*. <https://www.skatteetaten.no/bedrift-og-organisasjon/arbeidsgiver/a-meldingen/veiledning/arbeidsforholdet/type-arbeidsforhold/ordinart-arbeidsforhold/>
- Skatteetaten. (2024, 11. januar). *Maritimt arbeidsforhold*. <https://www.skatteetaten.no/bedrift-og-organisasjon/arbeidsgiver/a-meldingen/veiledning/arbeidsforholdet/type-arbeidsforhold/maritimt-arbeidsforhold/>
- Statistisk sentralbyrå. (2023, 3. oktober). *Standard for næringsgruppering (SN)*. <https://www.ssb.no/klasse/klassifikasjoner/6>
- Statistisk sentralbyrå. (2024a, 23. februar). *Sysselsetting, registerbasert*. <https://www.ssb.no/arbeid-og-lonn/sysselsetting/statistikk/sysselsetting-registerbasert>
- Statistisk sentralbyrå. (2024b, 26. september). *Antall arbeidsforhold og lønn*. <https://www.ssb.no/arbeid-og-lonn/sysselsetting/statistikk/antall-arbeidsforhold-og-lonn>
- Statistisk sentralbyrå. (2024c, 26. september). *Arbeidskraftundersøkelsen*. <https://www.ssb.no/arbeid-og-lonn/sysselsetting/statistikk/arbeidskraftundersokelsen>
- Statistisk sentralbyrå. (2024d). *Tabell 06445: Andel sysselsatte i befolkningen per 4. kvartal (prosent), etter alder, statistikkvariabel og år* [Statistikk]. <https://www.ssb.no/statbank/sq/10101808>

Statistisk sentralbyrå. (2024e). *Tabell 08921: Personer 16 år og over, etter statistikkvariabel, alder, utdanningsnivå og år* [Statistikk]. <https://www.ssb.no/statbank/sq/10102184>

Statistisk sentralbyrå. (2024f). *Tabell 11930: Andel sysselsatte i befolkningen per 4. kvartal (prosent), etter alder, statistikkvariabel og år* [Statistikk]. <https://www.ssb.no/statbank/sq/10101807>

**Økonomi**

## 4. Større økonomisk ulikhet blant seniorer

*Selv om mange seniorer i Norge har god økonomi, har inntektsulikheten blant personer som er 55 år og eldre økt de siste ti årene.*

Elisabeth Løyland Omholt

Seniorer i Norge, som vi her definerer som personer som er 55 år og eldre, har i stor grad god økonomi og høy inntekt. Det er få som rapporterer om økonomiske problemer og andelen med lavinntekt er generelt relativt små. Mange i seniorbefolkningen er alderspensjonister og disse blir ofte trukket frem som en gruppe som har hatt sterk inntektsvekst siden slutten av 1990-tallet, mens mange unge og barnefamilier har hatt svakere inntekstvekst. Det kan likevel se ut til at den gode veksten eldre har opplevd på 2000-tallet har bremsset opp de siste årene, mens yngre har forbedret sine økonomiske levekår på starten av 2020-tallet (Statistisk sentralbyrå, 2024a).

I dette kapittelet skal vi se på inntekt og formue blant seniorer i Norge, med fokus på utviklingen mellom 2012 og 2022, og videre se nærmere på endringer i inntektsfordelingen og andelen med lavinntekt i seniorbefolkningen.

**Aldersinndeling brukt i dette kapittelet**

Seniorbefolkningen er her definert som alle personer 55 år og eldre. I dette kapittelet er følgende aldersinndeling brukt: 55-61 år, 62-66 år, 67-69 år, 70-74 år, 75-84 år, 85 år og eldre.

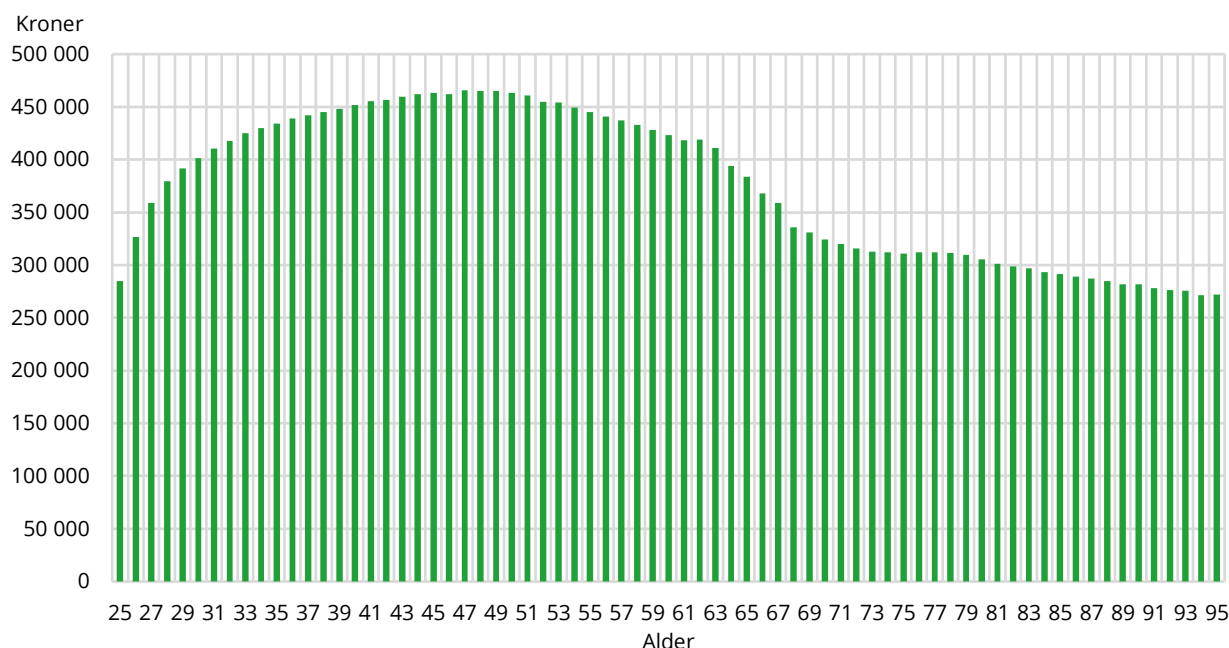
Noen steder er aldersgruppene slått sammen til større grupper der det er hensiktsmessig. Skillet ved 62 og 66 år er for å kunne se på aldersgruppen som etter pensjonsreformen i 2011 kunne begynne å ta ut tidlig alderspensjon fra folketrygden, så lenge de hadde høy nok opptjening.

### 4.1. Høyest inntekt blant 55-61-åringene

I 2022 var median inntekt etter skatt for alle personer som var 25 år og eldre 393 000 kroner. Inntektsnivået er høyest blant personer i slutten av 40-årene, på rundt 465 000 kroner. Men også blant de yngste seniorene (55-61 år) er inntektsnivået forholdsvis høyt. I 2022 var medianinntekten i denne aldersgruppen 10 prosent høyere enn blant alle personer 25 år og over, på 433 000 kroner. Dette skyldes i hovedsak at mange blant 55-61-åringene fremdeles har relativt høye yrkesinntekter, selv om de er noe lavere enn blant personer i slutten av 40- og starten av 50-årene.

Blant personer mellom 62 og 66 år var median inntekt etter skatt på omtrent samme nivå som for alle 25 år og eldre. Selv om disse er i en alder der mange kan begynne å ta ut alderspensjon, er fremdeles yrkesinntekt den viktigste inntektsposten for denne gruppen samlet sett. Dette gjelder særlig for dem mellom 62 og 64 år, der yrkesinntekter i snitt utgjør over halvparten av samlet inntekt. For 65- og 66-åringene er yrkesinntekter fremdeles viktig, men blant disse personene utgjør overføringer som alderspensjon og uføretrygd stadig større andeler av samlet inntekt.

Videre ser vi fra figur 4.1 at inntektsnivået synker med økende alder. Yrkesinntekter utgjør en stadig mindre andel av samlet inntekt blant personer som er 68 år og eldre. Alderspensjon blir den største inntektsposten, og blir en stadig viktigere inntektskilde jo eldre man blir, fulgt av tjenestepensjoner. Blant personer 85 år og eldre var medianinntekten på 283 000 kroner i 2022, 28 prosent lavere enn blant den voksne befolkningen generelt. I aldersgruppen som er 85 år og eldre er alderspensjonen i snitt litt lavere enn blant yngre pensjonister, i tillegg til at de har noe mindre kapitalinntekter.

**Figur 4.1 Median inntekt etter skatt for personer<sup>1</sup> 25-95 år etter ettårig alder, 2022. Kroner**<sup>1</sup> Institusjonsbeboere er utelatt.

Kilde: Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger, Statistisk sentralbyrå

**Om datagrunnlaget og hvordan måle inntekt**

Datagrunnlaget i denne artikkelen baserer seg i stor grad på Statistisk sentralbyrås (SSB) inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger (Statistisk sentralbyrå (SSB), 2023). Her måles inntekt som alle kontante inntekter en person mottar i løpet av et år. Dette inkluderer både lønn, næringsinntekter, renteinntekter, inntekter fra aksjeutbytte, alderspensjon, uføretrygd, barnetrygd, og andre stønader en kan motta fra det offentlige, fratrukket skatt og andre negative overføringer (som pensjonspremier i arbeidsforhold og betalt barnebidrag innenfor offentlig ordning). Statistikken henter data fra ulike administrative registre, som skattemelding og skatteoppgjør for personer, NAV, Lånekassen, og Gjeldsregisteret AS.

Ettersom vi går ut ifra at alle personer som tilhører samme husholdning, har samme økonomiske levestandard, er det vanlig å måle en persons inntekt eller formue ut ifra størrelsen på inntekt og formue til den husholdningen man tilhører. Det er også mulig å måle inntekt og formue på personnivå. Noen svakheter ved dette er at en person som selv enten har høy eller lav inntekt likevel kan oppleve å ha bedre eller dårligere økonomi hvis han eller hun blir forsørget eller forsørger andre personer. Videre kan ektefeller og en del samboere fritt fordele felles formue og gjeld i skattemeldingen, som kan gjøre målinger på personnivå noe upresise.

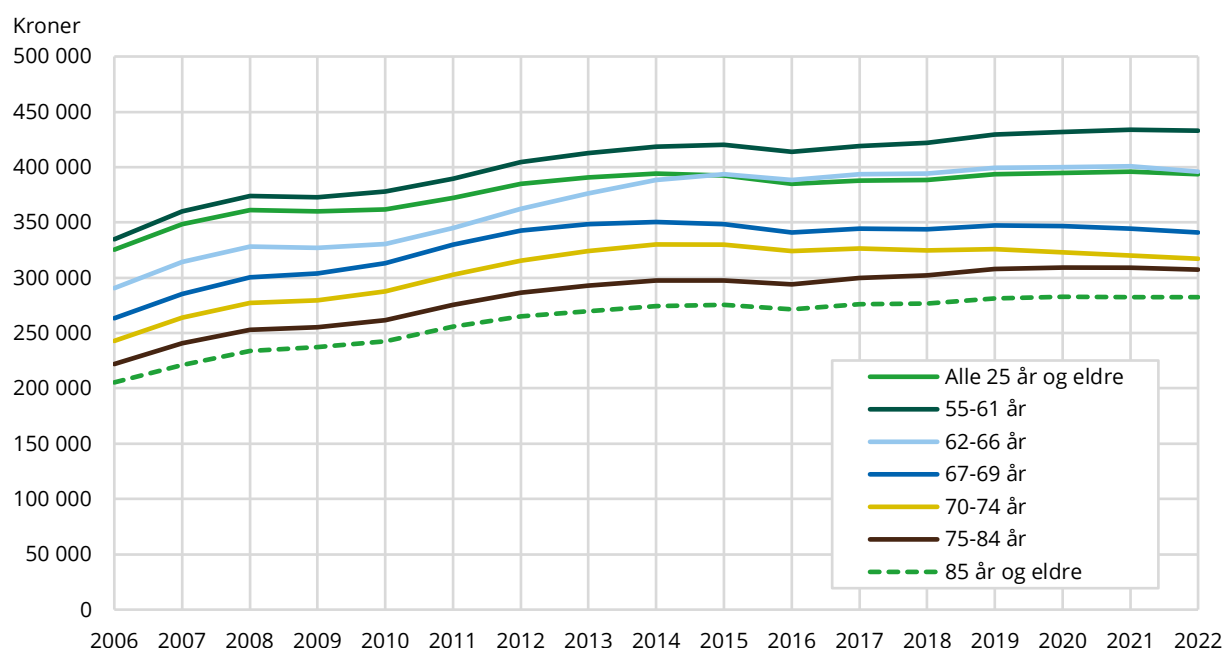
Når vi sammenligner inntekt mellom ulike grupper, er det vanlig å ta utgangspunkt i medianinntekten. Medianen er det beløpet som befinner seg i midten av fordelingen, når vi sorterer alles inntekt fra lavest til høyest. Dette betyr at like mange har inntekt over, som under medianen. Medianinntekten gir ofte er mer «typisk» bilde av inntekten for de fleste i en gruppe, da den ikke påvirkes i like stor grad av svært høye inntekter i toppen av fordelingen, slik som gjennomsnittet.

For å kunne sammenligne inntektsnivået mellom personer som tilhører ulike typer husholdninger, er det vanlig å forbruksjustere husholdningenes samlede inntekt etter skatt. En slik forbruksjustering skal både ta hensyn til at større husholdninger med flere personer trenger høyere inntekt enn én person, samtidig som større husholdninger kan dra nytte av stordriftsfordeler en aleneboende ikke har. Det er flere metoder for å gjøre dette, men her brukes den som kalles for EU-skala. Den gir første voksne i husholdningen vekten 1, andre voksne vekten 0,5 og barn under 17 år vekt 0,3. Det vil si at det er 2,1 vekter i en husholdning bestående av to voksne og to barn. Deler vi denne husholdningens samlede inntekt etter skatt på 2,1, får vi det vi kaller *inntekt etter skatt per forbruksenhet*, og den er da sammenlignbar med tilsvarende mål for personer i andre typer husholdninger.

## 4.2. Pensjonsreformen bidro til sterk inntektsvekst frem til 2016

I dette avsnittet ser vi på inntektsutviklingen blant ulike aldersgrupper over tid. På starten av 2000-tallet opplevde bosatte i Norge en periode med god inntektsvekst. I de siste årene før finanskrisen, mellom 2006 og 2008, økte inntektsnivået blant alle personer 25 år og eldre med 11 prosent, målt i faste kroner. Økningen var enda sterkere blant personer i aldersgruppene 55 år og eldre, på 12-14 prosent. I 2009 falt inntektsnivået generelt som følge av finanskrisen. Inntektsveksten blant seniorer stoppet også opp, men flere i den eldre befolkningen kom likevel relativt godt ut av årene under finanskrisen, som i størst grad rammet yngre lønnstakere. Eldre som levde av alderspensjon og andre trygdemottakere hadde mer stabile inntekter som ikke ble særlig påvirket av svingningene i finansmarkedene.

**Figur 4.2 Median inntekt etter skatt for personer<sup>1</sup> i ulike aldersgrupper. 2006-2022. Faste 2022-kroner**



<sup>1</sup> Institusjonsboere er utelatt.

Kilde: Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger, Statistisk sentralbyrå

I stort fikk finanskrisen en kortvarig effekt på inntektsutviklingen. Allerede i 2010 økte medianinntektene blant alle aldersgrupper igjen, selv om økningen var svært moderat for dem under 55 år. I 2011 ble pensjonsreformen innført, som gjorde det mulig for mange mellom 62 og 66 år å ta ut alderspensjon fra folketrygden uavkortet mot lønnsinntekter. I årene som fulgte økte antall personer i denne alderen som tok ut tidlig alderspensjon, og dette bidro til en sterk inntektsvekst for denne gruppen frem til 2016 (Sandvik, 2019; Dalgard, 2018). Mellom 2010 og 2015 økte median inntekt etter skatt blant personer mellom 62 og 66 år med 19 prosent, målt i faste kroner, mot nærmere 9 prosent blant alle 25 år og eldre. Også yngre seniorer (55-61 år) opplevde en relativt god inntektsvekst i denne perioden, på 11 prosent.

Blant eldre mellom 67 og 69 år var inntektsveksten omtrent tilsvarende, mens eldre over 70 år økte sine inntekter med rundt 14 prosent i samme tidsrom. Mellom 2010 og 2015 var det særlig nivåene på mottatt alderspensjon som økte blant personer 70 år og eldre, som kan forklares både med relativt gode trygdeoppgjør og at flere kom inn i gruppen med høyere opptjente pensjonsrettigheter.

**Pensjonsreformen**

I 2011 ble pensjonsreformen innført. Det ble da mulig for en del personer 62 år og eldre å begynne å ta ut alderspensjon fra folketrygden helt eller delvis, så lenge pensjonen fra fylte 67 år overstiger minstenivået. Uttak av alderspensjon kan kombineres med arbeid uten avkortning av pensjonen.

**4.3. Inntektsnedgang for dem mellom 67 og 74 år de siste årene**

I 2016 opplevde norske husholdninger generelt en nedgang i inntektsnivåene, drevet av sterk prisvekst og nedgang i lønnsinntekter som følge av det store oljeprisfallet. Mellom 2015 og 2016 falt realinntektsnivået med rundt 2 prosent for alle aldersgrupper. Fra 2017 og frem til 2022 holdt medianinntektsnivået i befolkningen seg relativt stabilt, og medianinntekten blant alle 25 år og eldre i 2022 var omtrent på nivå med 2015 – det samme gjelder for personer mellom 62 og 66 år. Blant yngre seniorer mellom 55 og 61 år steg inntektsnivået litt frem til 2019, men har de siste tre årene vært nokså uendret.

Eldre mellom 67 og 74 år har opplevd en svak realinntektsnedgang de siste årene frem til 2022, særlig gjelder dette for eldre mellom 70 og 74 år som hadde en medianinntekt i 2022 som var 3 prosent lavere enn medianinntekten i 2017. Årsakene til dette kan være at det har vært høy prisvekst (Statistisk sentralbyrå, 2024b) i tillegg til at relativ lav lønnsvekst i perioden og at alderspensjon frem til 2022 ble underregulert i forhold til lønnsveksten (Regjeringen, 2021) har ført til svake trygdeoppgjør. Videre kan det være at flere i aldersgruppen 67-74 år i 2022 hadde begynt å ta ut tidlig alderspensjon før fylte 67 år enn de som var i denne aldersgruppen i 2017, og dermed får lavere årlige pensjonsutbetalinger, ettersom de startet uttaket tidligere og spredte pensjonen utover flere år. En analyse av (Hetland, 2023) kan tyde på at en del har spart opp noe midler for å kompensere for dette.

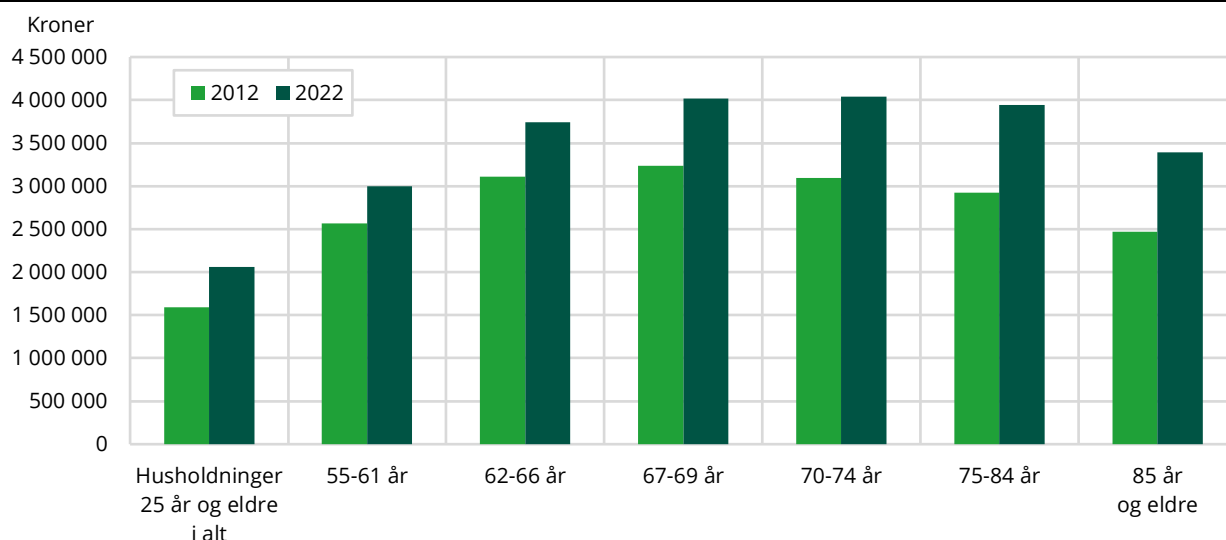
**4.4. Litt bedre utvikling for de aller eldste**

Inntektsnivået økte moderat for eldre mellom 75 og 84 år mellom 2017 og 2020, men har falt litt de siste par årene. Blant de som var 85 år og eldre økte også inntektsnivåene frem til 2020 og holdt seg nokså uendret i 2021 og 2022. I de eldste gruppene er det alderspensjon som er den desidert viktigste inntektsposten, og de gjennomsnittlige realinntektene fra alderspensjon økte med 4 prosent for personer 85 år og eldre mellom 2017 og 2022. Dette kan henge sammen med at det ennå ikke er noen i denne aldersgruppen som var unge nok til å ta ut tidlig alderspensjon i 2011. Videre har flere med høyere pensjonsopptjening kommet inn i denne aldersgruppen de siste årene, samtidig som andelen med minstepensjon har falt.

**4.5. Store formuer og økende formuesulikhet**

Formue er noe de fleste bygger seg opp gjennom livet, og eldre husholdninger har i gjennomsnitt høyere formue og mindre gjeld enn yngre husholdninger. Hvis vi ser på beregnet nettoformue, var den på gjennomsnittlig 3,8 millioner kroner blant alle husholdninger i Norge i 2022 (Statistisk sentralbyrå, 2024c). Det tilsvarer en vekst på over 45 prosent de siste 10 årene, målt i faste kroner. Formue er svært skjevt fordelt med stor konsentrasjon i toppen av fordelingen (Hattrem, 2024a), og ser vi på median formue blant alle husholdninger 25 år og eldre, var denne på snaut 2,1 millioner kroner i 2022, en vekst på 30 prosent fra ti år tidligere.

**Figur 4.3 Median beregnet nettoformue blant husholdninger<sup>1</sup> etter hovedinntektstakers alder. 2012 og 2022. I faste 2022-kroner**



<sup>1</sup> Institusjonsbeboere er utelatt.

Kilde: Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger, Statistisk sentralbyrå

Som vi kan se fra figur 4.3, er median beregnet nettoformue mye større blant seniorer enn i befolkningen som helhet, noe som i stor grad skyldes at husholdninger 55 år og eldre har hatt tid til å bygge opp større formuer og ikke minst betale ned på gjeld. Den beregnede formuen er størst blant dem i aldersgruppen 67-74 år, på rundt 4 millioner kroner. Blant de aller eldste (85 år og eldre) var medianformuen lavere, på 3,4 millioner kroner i 2022, men dette var nesten 40 prosent mer enn ti år tidligere.

Fra tidligere studier vet vi at bolig er den viktigste formuesposten for husholdninger flest, også blant eldre (Hattrem, 2024a). Mange eldre 60 år og over eier egen bolig og opplevde en økning i boligformuen mellom 2010 og 2020, særlig de som bor i sentrale strøk (Normann, 2022). Blant seniorer er det likevel husholdninger på toppen av formuesfordelingen som har opplevd sterkest vekst i gjennomsnittlig formue, på grunn av stor økning i verdien av finansformuen, da særlig aksjer og andre verdipapirer. Finansformue er svært konsentrert i toppen av fordelingen, og dette har ført til at formuesulikheten blant eldre har økt mellom 2010 og 2020. Samtidig er det flere eldre som har gjeld enn tidligere, og andelen med høy gjeldsbelastning har økt noe (Normann, 2022).

#### 4.6. Større inntektsulikhet blant yngre seniorer enn eldre

Hittil har vi sett på forskjeller i median inntekt og formue mellom ulike aldersgrupper, men i dette avsnittet skal vi se nærmere på hvordan inntektene fordeler seg innad i ulike aldersgrupper.

Blant alle personer som var 25 år og eldre var median inntekt etter skatt på snaut 400 000 kroner i 2022. Ser vi på inntektsfordelingen i figur 4.4, finner vi at inntektssammensetningen blant hele befolkningen er ganske kompakt: nesten to tredjedeler har en inntekt etter skatt på mellom 200 000 og 500 000 kroner. For seniorer mellom 55 og 66 år, er inntektsfordelingen nokså lik som for alle voksne i befolkningen, men det er noe større spredning, med litt færre i bunnen og midten av fordelingen, og litt flere på toppen. Inntektsfordelingen er derimot mye mer sammenpresset blant personer 67 år og eldre, der over 70 prosent hadde et inntektsnivå på mellom 200 000 og 400 000 kroner i 2022. Det er færre på bunnen og få i toppen av inntektsfordelingen sammenlignet med befolkningen i alt. Dette henger nok i stor grad sammen med at alderspensjon er viktigste inntektspost i denne aldersgruppen. Den begrenses nedad av nivåene for minstepensjon samtidig som reglene for pensjonsopptjening gjør at det også er et tak for opptjening av alderspensjon (Halvorsen & Pedersen, 2022).

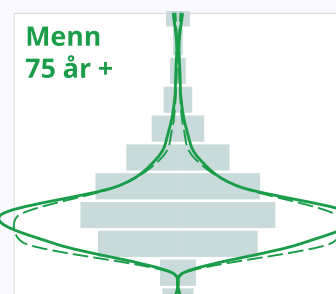
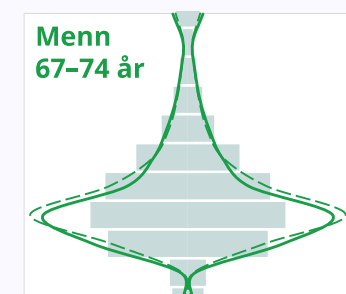
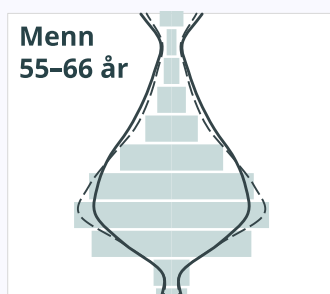
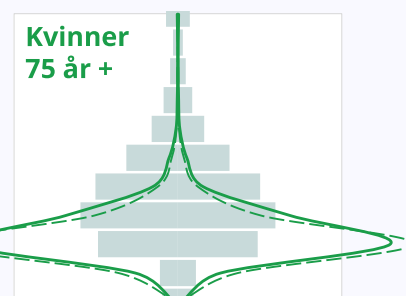
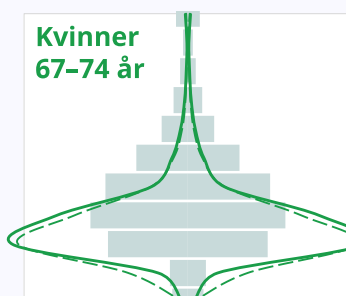
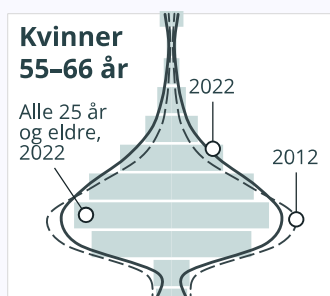
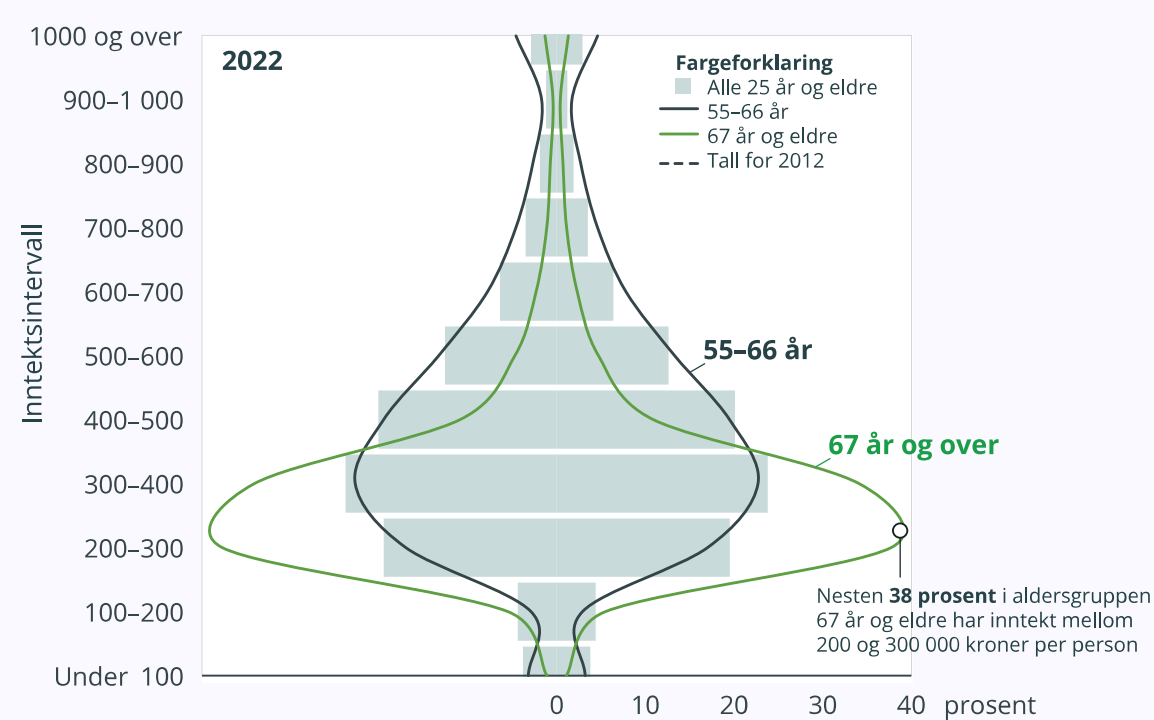
Figur 4.4 Inntektsfordeling for seniorer i 2012 og 2022

## Inntektsfordeling for seniorer i 2012 og 2022

Her kan du se hvordan personer i ulike aldersgrupper fordeler seg i inntektsfordelingen. Inntekt etter skatt for personer er delt inn etter intervaller på 100 000 kroner, og er i faste 2022-kroner, som betyr at tall for 2012 er justert for prisvekst frem til 2022.



### Andel personer i ulike intervall for inntekt etter skatt per person, i faste 2022-kroner



Kilde: Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger, SSB.

**Statistisk sentralbyrå**  
Statistics Norway

Kilde: Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger, Statistisk sentralbyrå

#### 4.7. Fremdeles flere menn enn kvinner med høye inntekter

Blant seniorbefolkningen befinner kvinner seg oftere nederst eller i midten av inntektsfordelingen, mens menn i større grad befinner seg i midten eller i toppen. Dette er særlig tydelig for seniorer mellom 55 og 74 år. Blant personer som er 75 år og eldre, er det få som befinner seg øverst i inntektsfordelingen, både blant menn og kvinner.

De siste ti årene er det blitt færre seniorer mellom 55 og 66 år i de tre laveste intervallene av inntektsfordelingen. Det skyldes at andelen kvinner i denne aldersgruppen som har en inntekt etter skatt på under 300 000 kroner (målt i faste 2022-kroner) falt fra 38 prosent i 2012 til 30 prosent i 2022. Andelen menn med lave inntekter er mindre, men har holdt seg stabil på 16 prosent. Samtidig er det blitt flere i toppen av fordelingen i denne aldersgruppen, både blant menn og kvinner, selv om det fremdeles er en større andel menn. Videre er det blitt større spredning i inntektsfordelingen i denne aldersgruppen, særlig blant menn, med færre i midten av fordelingen.

Blant seniorer mellom 67-74 år ser det ut til at inntektsfordelingen mellom menn og kvinner er blitt likere de siste 10 årene. Det skyldes i stor grad at det i 2022 var en god del færre kvinner på bunnen av fordelingen enn ti år tidligere, der en av grunnene er at det har blitt en langt mindre andel kvinner med minstepensjon i denne alderen. Det er fremdeles ganske sammenpresset inntektsfordeling blant begge kjønn, men det er tendenser til at mens det har blitt flere kvinner på midten av fordelingen, har det blitt færre menn på midten og noe flere på topp og bunn.

Gruppen 75 år og eldre består stort sett av pensjonister, og her er inntektsfordelingen svært komprimert. Det gjelder særlig blant kvinner, der 52 prosent hadde inntekt etter skatt på mellom 200 000 og 300 000 kroner i 2022. Det er likevel 6 prosentpoeng mindre enn i 2012, og sammenlignet med ti år tidligere var det i 2022 flere kvinner 75 år og eldre på midten av fordelingen. Det samme gjelder også blant menn, selv om økningen i andelen med inntekter på mellom 300 000 og 500 000 kroner ikke er like sterk som for kvinner. Det er svært få på toppen av inntektsfordelingen i denne aldersgruppen, der nesten ingen er kvinner.

#### 4.8. Seniorer har oftere høyere husholdningsinntekter enn yngre

En persons inntektsnivå sier nødvendigvis ikke noe om hvilken økonomisk levestandard personen har. Siden vi regner med at personer som tilhører samme husholdning har samme økonomiske levestandard, er det vanlig å måle en persons økonomiske levestandard ut ifra inntektsnivået til den husholdningen personen tilhører. For å ta hensyn til at større husholdninger trenger høyere inntekt for å forsørge flere personer, men har flere stordriftsfordeler enn mindre husholdninger, fordeler vi den totale husholdningsinntekten på en forbruksvekt. Alle personer får da beregnet en inntekt etter skatt per forbruksenhet.

Seniorer og eldre kommer ofte bedre ut av det inntektsmessig sammenlignet med hele den voksne befolkningen når en måler inntektsnivået ut ifra husholdningens inntektsnivå i stedet for ut ifra personlig inntektsnivå. Det er særlig mange seniorer mellom 55 og 66 år i toppen av inntektsfordelingen når en måler på denne måten – i 2022 hadde 37 prosent av alle i denne aldersgruppen en forbruksjustert inntekt etter skatt på 600 000 kroner eller mer, mot 22 prosent blant alle 25 år og eldre. I denne aldersgruppen er det færre som har hjemmeboende barn å forsørge enn yngre husholdninger. I tillegg dras mange av kvinnene med relativt lav personlig inntekt opp i inntektsfordelingen av partnere med relativt god inntekt.

#### 4.9. «Fattige seniorer» var «fattigere» i 2022 enn ti år tidligere

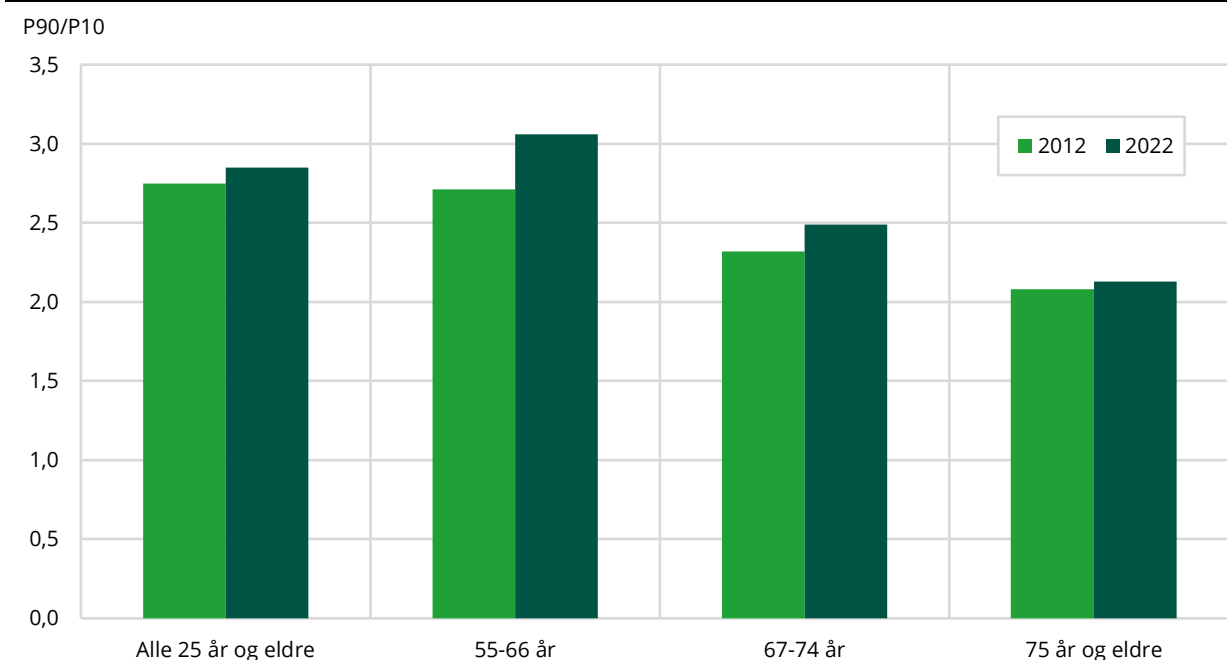
For å se nærmere på inntektsforskjeller blant seniorer ut ifra husholdningenes forbruksjusterte inntektsnivå, kan vi måle hvor stor inntekt den personen som akkurat ikke er blant de ti prosent «rikeste» har i forhold til den personen som akkurat er over de ti prosent «fattigste», kalt P90/P10.

For hele befolkningen økte dette forholdstallet fra 2,7 i 2012 til 2,8 i 2022 (ekskcludert personer i studenthusholdninger), noe som tyder på at det generelt er blitt litt større inntektsulikhet på disse 10 årene (Statistisk sentralbyrå, 2024d).

Ser vi kun på personer 25 år og eldre (uten å ekskludere personer i studenthusholdninger) var P90/P10 på 2,85 i 2022 mot 2,75 i 2012. I aldersgruppen 55-66 år økte P90/P10-målet fra 2,71 i 2012 til 3,06 i 2022. Inntektsulikheten i denne aldersgruppen gikk dermed fra å være mindre enn i hele den voksne befolkningen i 2012 til å være større enn inntektsulikheten i hele den voksne befolkningen i 2022.

Inntektsulikheten har også vokst mer blant 67-74-åringene enn blant alle 25 år og eldre de siste 10 årene, da P90/P10 økte fra 2,32 til 2,49 fra 2012 til 2022, men de har likevel fremdeles mindre ulikhet enn befolkningen som helhet. Blant de eldste 75 år og over, har økningen i inntektsulikhet vært relativt liten målt på denne måten, og økte fra 2,08 til 2,13.

**Figur 4.5 Mål for ulikhet i inntekt etter skatt per forbruksenhet<sup>1</sup>, P90/P10<sup>2</sup> i ulike aldersgrupper. 2012 og 2022**



<sup>1</sup> Institusjonsboere er utelatt.

<sup>2</sup> Måler forholdstallet mellom inntekt etter skatt per forbruksenhet (EU-skala) til den personen som befinner seg mellom tidelen med nest høyest og høyest inntekt (P90) og den personen som befinner seg mellom tidelen med lavest og nest lavest inntekt (P10).

Kilde: Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger, Statistisk sentralbyrå

Så betyr dette at de «rikere» er blitt «rikere» eller at de «fattigere» har blitt «fattigere»? For alle personer som er 25 år og eldre økte avstanden mellom toppen og midten av fordelingen mer enn mellom midten og bunnen av fordelingen. Det betyr at de «rikeste» i 2022 hadde en relativt høyere inntekt enn de «rikeste» i 2012 målt mot dem i midten av fordelingen. De med lavest inntekt hadde også litt lavere inntekter i forhold til dem på midten enn ti år tidligere, men her var ikke forskjellene så store. Så blant alle 25 år og eldre tyder det på at den økte inntektsulikheten mest skyldes at de «rikeste» har dratt i fra resten, men også at de «fattigste» har falt litt fra.

Blant 55-66-åringene var det derimot en god del større vekst i avstanden fra bunnen til midten av fordelingen, som viser at de med laveste inntekter hadde enda lavere inntekter i forhold til dem på midten i 2022 enn i 2012. Avstanden mellom midten og toppen økte også, men ikke like mye. Dette tyder på at endringen i inntektsulikhet blant 55-66-åringene i hovedsak skyldes at de «fattigste» var «fattigere» i 2022 enn i 2012.

Endringer i inntektsulikhet i aldersgruppen 67-74 år skyldes i hovedsak at de på toppen økte sine inntekter mer enn de på midten, samtidig som de på bunnen hadde noe lavere inntekt i 2022 enn i 2012. Blant personer som er 75 år og eldre var ikke de «rikeste» noe særlig «rikere» i 2022 enn ti år tidligere, mens avstanden mellom bunnen og midten hadde økt noe.

#### 4.10. Flere eldre med lavinntekt i Sverige og Danmark enn i Norge

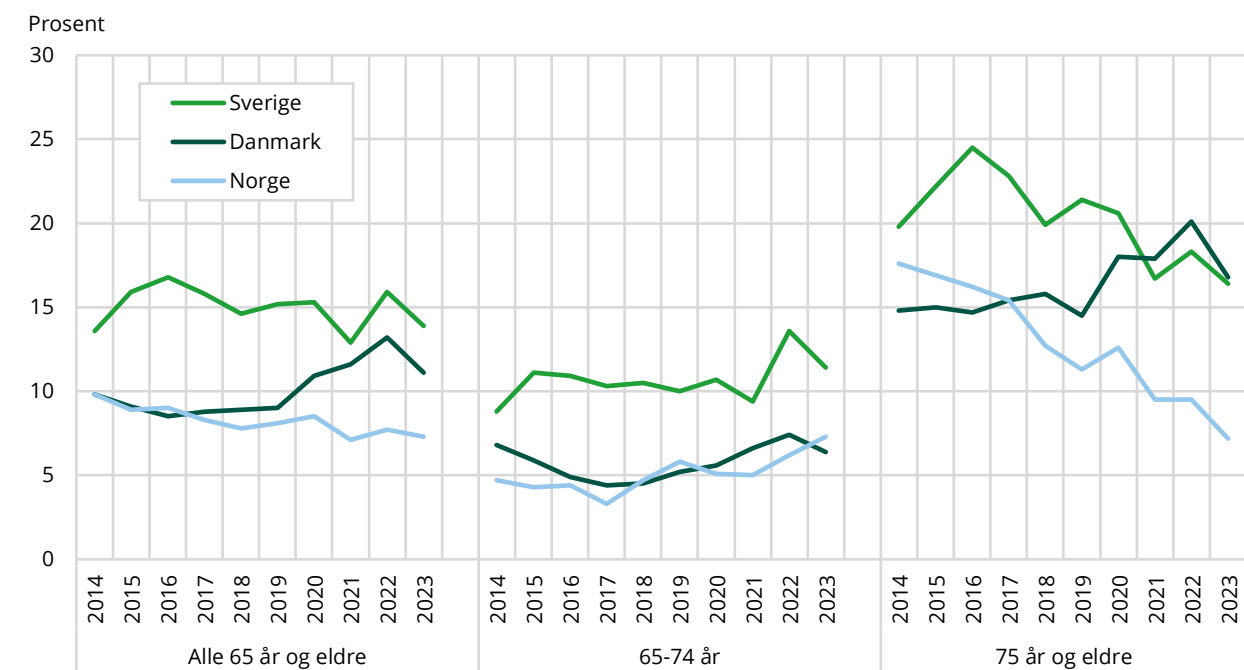
For å belyse fattigdomsproblemer i befolkningen, kan lavinntekt være en av flere indikatorer som kan brukes (Hattrem, 2024b). Ofte regnes personer som har lavinntekt som dem som tilhører husholdninger med en inntekt etter skatt per forbruksenhet under et visst nivå av den typiske inntekten blant husholdningene, der en vanlig metode er å sette grensen ved 60 prosent av medianen.

##### Hvordan beregne andelen med lavinntekt?

Det er flere måter å beregne andel personer som tilhører en husholdning med lavinntekt på. En vanlig metode, som ofte brukes av SSB, er å bruke EU-skalaen for å beregne antall forbruksenheter i husholdningene og sette lavinntektsgrensen til 60 prosent av medianinntekten i hele befolkningen. I 2022 var medianinntekten etter skatt per forbruksenhet i Norge 441 000 kroner (EU-skala), basert på inntekts- og formuesstatistikken for husholdninger. For en enslig person var grensen for å ha lavinntekt da 60 prosent av dette, det vil si 265 000 kroner etter skatt. For en husholdning bestående av to voksne og to barn, som tilsvarer 2,1 forbruksenheter ifølge EU-skalaen, var lavinntektsgrensen på 556 000 kroner etter skatt.

I Norge har det de siste årene være mest vanlig å ha lavinntekt blant grupper som sosialhjelpsmottakere, nyankomne flyktninger, personer med nedsatt arbeidsevne, aleneboende med minste pensjonsnivå på alderspensjon eller uføretrygd og enslige forsørgere med små barn. Blant seniorer og eldre har det generelt vært få som har havnet i lavinntektsgruppen de siste årene. I 2020 var for eksempel lavinntektsandelen i hele befolkningen, eksklusive studenter, på 11 prosent, mens personer i husholdninger der hovedinntektstaker var alderspensjonist hadde en lavinntektsandel på 9,5 prosent. Dette er en stor kontrast til situasjonen for nærmere 30 år siden: I 1996 var lavinntektsandelen blant alderspensjonister på 32 prosent (Hattrem (red.), 2022).

Ser vi på tall for utviklingen i andelen med lavinntekt i Skandinavia de siste ti årene fra Eurostats database, basert på Levekårsundersøkelsen EU SILC, finner vi en jevnt over større andel personer 65 år og eldre med lavinntekt i Sverige enn i Norge og Danmark (Eurostat, 2024). Disse tallene kan ikke si så mye om hvorfor andelen i Sverige er større enn i Norge og Danmark, men pensjonister med de laveste inntektene har ikke økt sine inntekter like mye som andre grupper i Sverige. Samtidig har det kommet flere innvandrere med bakgrunn fra Afrika og Asia inn i de eldre aldersgruppene i Sverige, og disse har ofte ikke like stor pensjonsopptjening som den øvrige befolkningen (Pensionsmyndigheten, 2022).

**Figur 4.6 Andelen med lavinntekt<sup>1</sup> blant personer 65 år og eldre i Norge, Sverige og Danmark<sup>2</sup>. 2014-2023. Prosent**

<sup>1</sup> Målt som "At risk of poverty rate (cut-off point 60 percent of median eq. income after social transfers)".

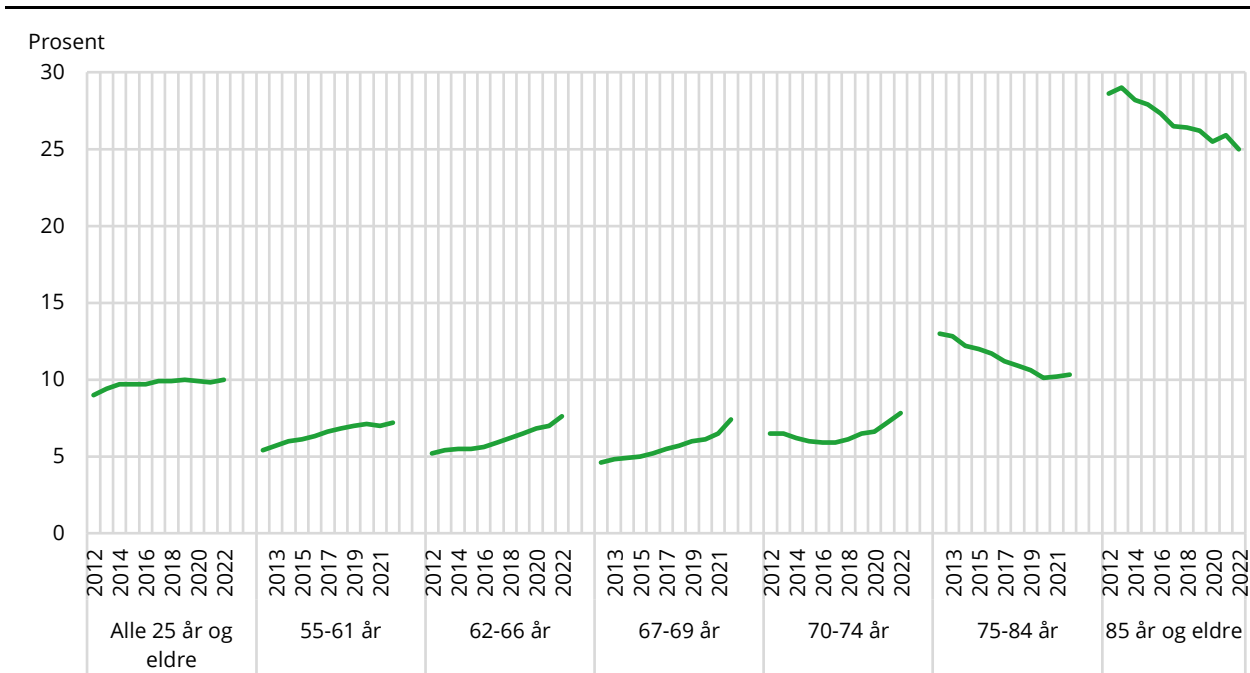
<sup>2</sup> Data er her basert på utvalg og kan skille seg fra nasjonale tall som er basert på register. Tallene må tolkes med noe varsomhet, da det er brudd i tidsseriene for Danmark i 2020 og Norge i 2021 og 2023. Se Eurostat database (ilc\_li02) for mer informasjon: <https://ec.europa.eu/eurostat/data/database>.

Kilde: Eurostat

Vi ser også at i alle de tre landene har andelen med lavinntekt vært større for dem som er 75 år og eldre enn for dem som er mellom 65 og 74 år. Men mens andelen med lavinntekt blant dem 75 år og eldre har falt i Sverige og særlig i Norge, og nærmer seg samme nivå som blant dem mellom 65 og 74 år, har andelen med lavinntekt blant de aller eldste i Danmark økt. Det er verdt å merke seg at andelen med lavinntekt kan være sensitive for svingninger i medianinntekten og dermed også i lavinntektsgrensen, fra år til år. Den relativt store økningen i andelen personer med lavinntekt som er 75 år og eldre i Danmark, kan skyldes at mange av disse, som i stor grad lever av pensjoner, akkurat havnet under i stedet for over lavinntektsgrensen i noen år. Dette igjen kan særlig skje for dem som i stor grad lever av offentlige pensjoner, som i Danmark justeres for lønnsveksten to år tidligere (Finansministeriet, 2023), og derfor kan «henge etter» lønnsveksten (Danmarks Statistik, 2024).

#### 4.11. Sterk vekst i andelen med lavinntekt blant dem mellom 55 og 69 år

Mens lavinntektsandelene fra Eurostat er beregnet på utvalgsdata, kan vi se nærmere på andelen lavinntekt blant seniorer i Norge ved å gå tilbake igjen til å bruke inntektsstatistikken for husholdninger, som baserer seg på fulltelling av alle bosatte personer. I 2022 var det 10 prosent av den voksne befolkningen 25 år og eldre som tilhørte en lavinntekts-husholdning – en økning på 1 prosentpoeng fra 2012. Andelen med lavinntekt blant unge seniorer mellom 55 og 61 år var på 7,2 prosent i 2022, mens andelen blant seniorer mellom 62 og 66 år var på 7,6 prosent. Dette var betydelig mindre enn blant hele den voksne befolkningen, men siden 2012 har andelen med lavinntekt økt markant mer, og da særlig blant 62-66-åringene. Andelen med lavinntekt har likevel økt mest blant dem i aldersgruppen 67-69 år: en økning fra 4,6 prosent i 2012 til 7,4 prosent i 2022 tilsvarer en vekst i andelen med lavinntekt på 60 prosent. Det er særlig de siste årene i perioden at andelen med lavinntekt økte.

**Figur 4.7 Andel personer<sup>1</sup> i husholdninger med lavinntekt (EU60)<sup>2</sup>, etter ulike aldersgrupper. 2012-2022. Prosent**

<sup>1</sup> Personer i husholdninger der hovedinntektstaker er student og institusjonsbeboere er utelatt.

<sup>2</sup> Lavinntektsgrensen er satt ved 60 prosent av median inntekt etter skatt per forbruksenhet, der antall forbruksvekter følger EU-skalaen: første voksne i husholdningen får vekten 1, andre voksne vekten 0,5 og barn under 17 år vekt 0,3.

Kilde: Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger, Statistisk sentralbyrå

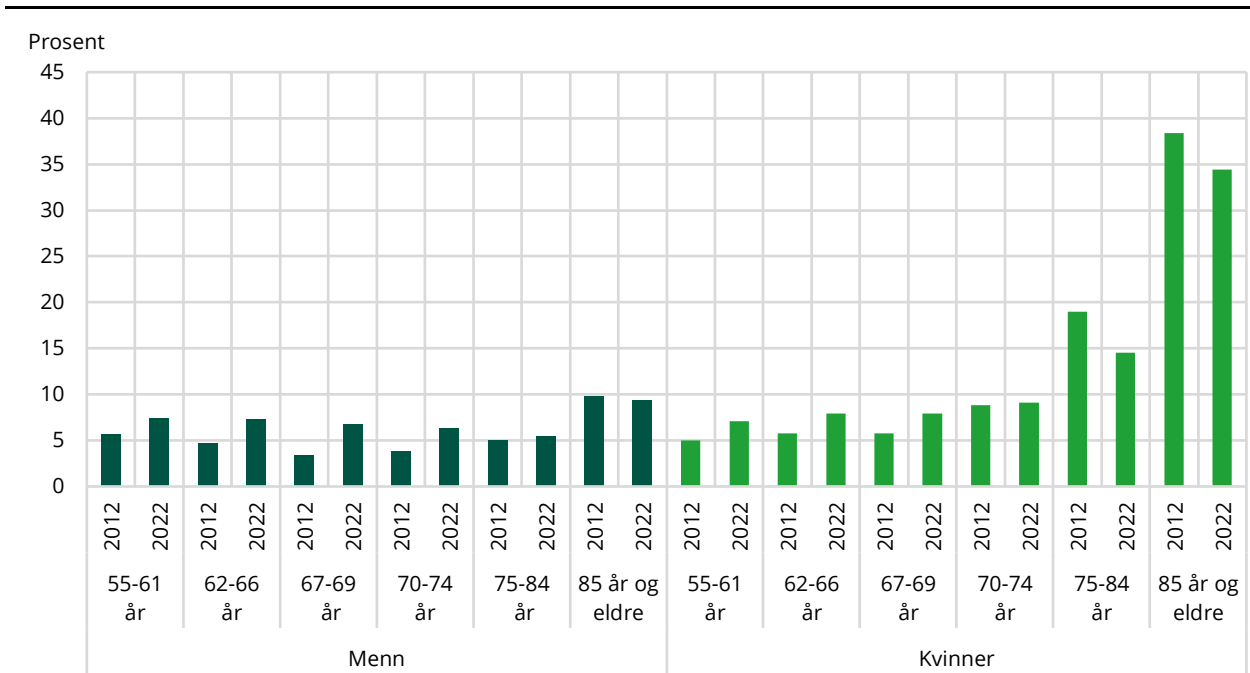
Lavinnteftsandelen blant 70-74-åringene falt frem til 2017, for deretter å øke til 7,8 prosent i 2022. I de aller eldste aldersgruppene er det langt vanligere å ha lavinntekt enn blant yngre, men i motsetning til de yngre, har lavinntektsandelene blant de eldste falt de siste 10 årene. For 75-84-åringene falt andelen med lavinntekt fra 13 prosent i 2012 til 10 prosent i 2020 og har deretter holdt seg nokså stabil. Andelen blant personer 85 år og eldre gikk fra snaut 29 prosent i 2012 til 25 prosent i 2022.

#### 4.12. Størst andel med lavinntekt blant kvinner 85 år og eldre

Kvinner er overrepresentert blant seniorer og eldre med lavinntekt, men kjønnsforskjellene har utjevnet seg noe. I 2012 var andelen kvinner blant alle 60 år og eldre med lavinntekt på 75 prosent. Denne andelen sank til 71 prosent i 2017 (Normann, 2019) og videre til 67 prosent i 2022. I aldersgruppen 55-59 år har det derimot vært en liten overvekt av menn med lavinntekt i samme tidsrom.

Ser vi videre på tall fra 2022, så er det først sent i 60-årene, rundt «normert» pensjonsalder, at det blir noen vesentlige forskjeller mellom andelen menn og kvinner med lavinntekt. I aldersgruppen 67-69 år var det henholdsvis 6,8 prosent av mennene og 7,9 prosent av kvinnene som tilhørte en lavinntektshusholdning. Mens andelen med lavinntekt er stadig mindre blant menn frem til 85 år og eldre, er andelen med lavinntekt større og større for kvinner jo eldre de blir. I aldersgruppen 75-84 år var andelen lavinntekt blant menn 5,5 prosent, mens andelen blant kvinner var på 14,5 prosent i 2022. Kjønnsforskjellene er svært store blant de aller eldste. Mens snaut 10 prosent av menn 85 år og eldre hadde lavinntekt i 2022, gjaldt det samme 34 prosent av kvinnene.

**Figur 4.8 Andel personer<sup>1</sup> i husholdninger med lavinntekt (EU60)<sup>2</sup>, etter kjønn og aldersgrupper. 2012 og 2022. Prosent**



<sup>1</sup> Personer i husholdninger der hovedinntektstaker er student og institusjonsbeboere er utelatt.

<sup>2</sup> Lavinntektsgrensen er satt ved 60 prosent av median inntekt etter skatt per forbruksenhet, der antall forbruksvekter følger EU-skalaen: første voksne i husholdningen får vekten 1, andre voksne vekten 0,5 og barn under 17 år vekt 0,3.

Kilde: Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger, Statistisk sentralbyrå

Sammenlignet med ti år tidligere, i 2012, har andelen personer med lavinntekt i aldersgruppene mellom 55 og 69 år økt, både blant menn og kvinner, men mest blant menn, fra 4-6 prosent til 7-8 prosent. Samtidig har andelen med lavinntekt blant kvinner over 75 år falt en god del, mens andelen menn med lavinntekt 75 år og eldre har holdt seg nokså uendret.

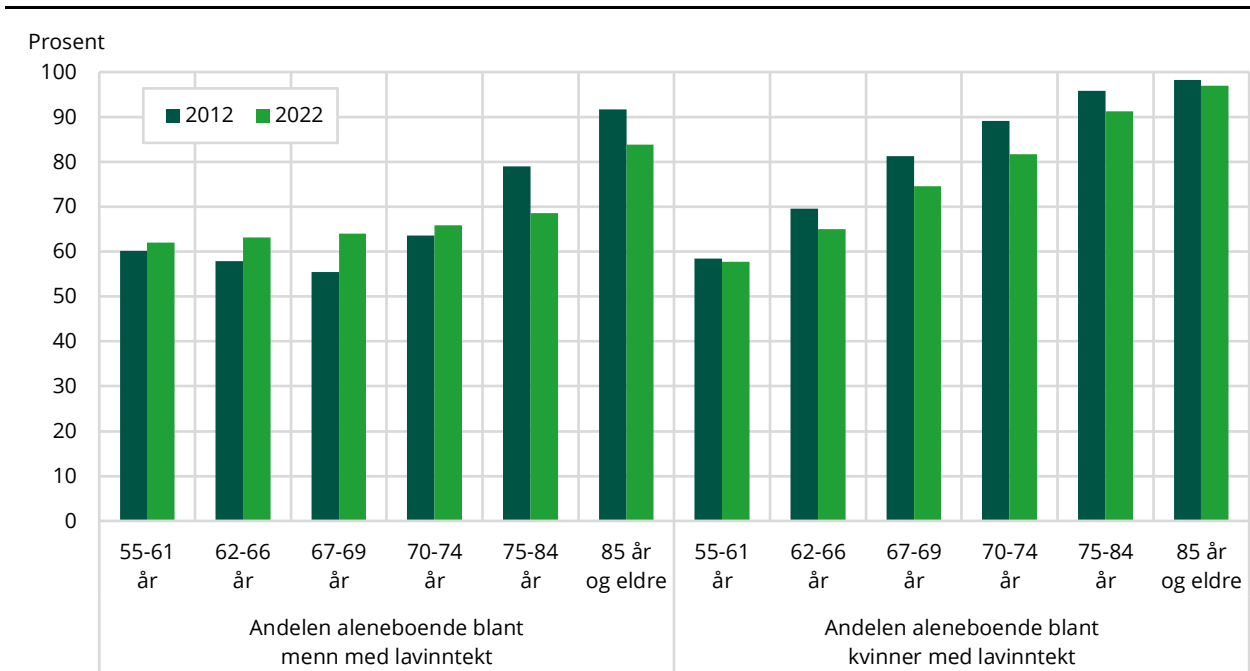
#### 4.13. Mange av seniorene med lavinntekt bor alene

Ettersom menn og kvinner som bor i samme husholdning har samme inntektsnivå når vi måler ut ifra husholdningsinntekt, gjenspeiler forskjellene i andelen med lavinntekt i stor grad ulikheter i husholdningssammensetning mellom kjønnene. Aleneboende er særlig utsatt for lavinntekt, da de jo bare har én inntekt å klare seg på og ikke kan dra nytte av stordriftsfordeler i husholdningen. Andelen personer med lavinntekt er generelt større blant aleneboende enn i befolkningen som helhet (Statistisk sentralbyrå, 2024e).

Frem til midten av 70-årene, da det er vanligst for både menn og kvinner å tilhøre en parhusholdning, er derfor forskjellene i andelen med lavinntekt relativt små. Mens mange eldre menn lever i parhusholdninger, også blant dem over 80 år, øker imidlertid andelen aleneboende blant kvinner etter «normert pensjonsalder», og særlig etter fylte 80 år (Statistisk sentralbyrå, 2024f).

I forrige avsnitt så vi på andelen med lavinntekt i ulike aldersgrupper og etter kjønn. Nå skal vi gå over til å se på sammensetningen innad i lavinntektsgruppen blant seniorbefolkningen. I 2022 var omtrent 60 prosent av personer med lavinntekt mellom 55 og 66 år aleneboende, og denne andelen var ganske lik mellom kvinner og menn. Likevel kan det være interessant å merke seg at mens andelen aleneboende blant menn med lavinntekt mellom 55 og 66 år økte fra 2012 til 2022, holdt andelen aleneboende blant kvinner mellom 55 og 61 år med lavinntekt seg stabil på 58 prosent, mens andelen aleneboende blant kvinner med lavinntekt mellom 62 og 66 år falt.

**Figur 4.9 Andel av personer<sup>1</sup> i husholdninger med lavinntekt (EU60)<sup>2</sup> som er aleneboende, etter aldersgruppe og kjønn. 2012 og 2022. Prosent**



<sup>1</sup> Personer i husholdninger der hovedinntektstaker er student og institusjonsbeboere er utelatt.

<sup>2</sup> Lavinntektsgrensen er satt ved 60 prosent av median inntekt etter skatt per forbruksenhet, der antall forbruksvekter følger EU-skalaen: første voksne i husholdningen får vekten 1, andre voksne vekten 0,5 og barn under 17 år vekt 0,3.

Kilde: Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger, Statistisk sentralbyrå

Mellom 67 og 85 års alder er kjønnsforskjellene større, der over 75-90 prosent av kvinnene med lavinntekt er aleneboende, mens det samme gjelder for rundt 65 prosent av mennene med lavinntekt i denne alderen. Blant de eldste over 85 år er kjønnsforskjellene mindre igjen, der over 80 prosent av mennene og nærmere 100 prosent av kvinnene med lavinntekt bor alene.

Fra 2012 til 2022 har det likevel vært en nedgang i andelen som aleneboende utgjør blant personer 75 år og eldre med lavinntekt, særlig gjelder dette for menn. For kvinner har andelen aleneboende blant lavinntektsgruppen falt for alle aldersgrupper 55 år og eldre fra 2012 til 2022. Blant menn med lavinntekt har dermed andelen aleneboende av dem mellom 55 og 70 år økt.

#### 4.14. Uføretrygdte med minsteytelse utgjør en større del av lavinntektsgruppen blant aleneboende 55-66 år

Andelen med lavinntekt blant aleneboende minstepensjonister er svært stor. I 2022 hadde 77 prosent av alle aleneboende minstepensjonister lavinntekt, en økning fra 68 prosent i 2012 (Statistisk sentralbyrå, 2024g). Som vi har sett, er mange av de eldre som har lavinntekt aleneboende, og mange av disse igjen er minstepensjonister, enten med minste ytelse for uføretrygd (under 67 år) eller alderspensjon (67 år og eldre).

Fra 2012 til 2022 økte antallet aleneboende med minste uføreytelse i alderen 55-66 år i Norge, og disse utgjør også en større andel av de aleneboende med lavinntekt i denne alderen enn for ti år siden. Blant aleneboende kvinner med lavinntekt mellom 55 og 66 år var rundt 40 prosent uføretrygdte med minsteytelse i 2022 – en andel som har holdt seg nokså stabil siden 2012. Blant aleneboende menn med lavinntekt i samme aldersgruppe var rundt 27 prosent uføre med minsteytelse i 2022, en økning på omtrent 9 prosentpoeng fra 2012.

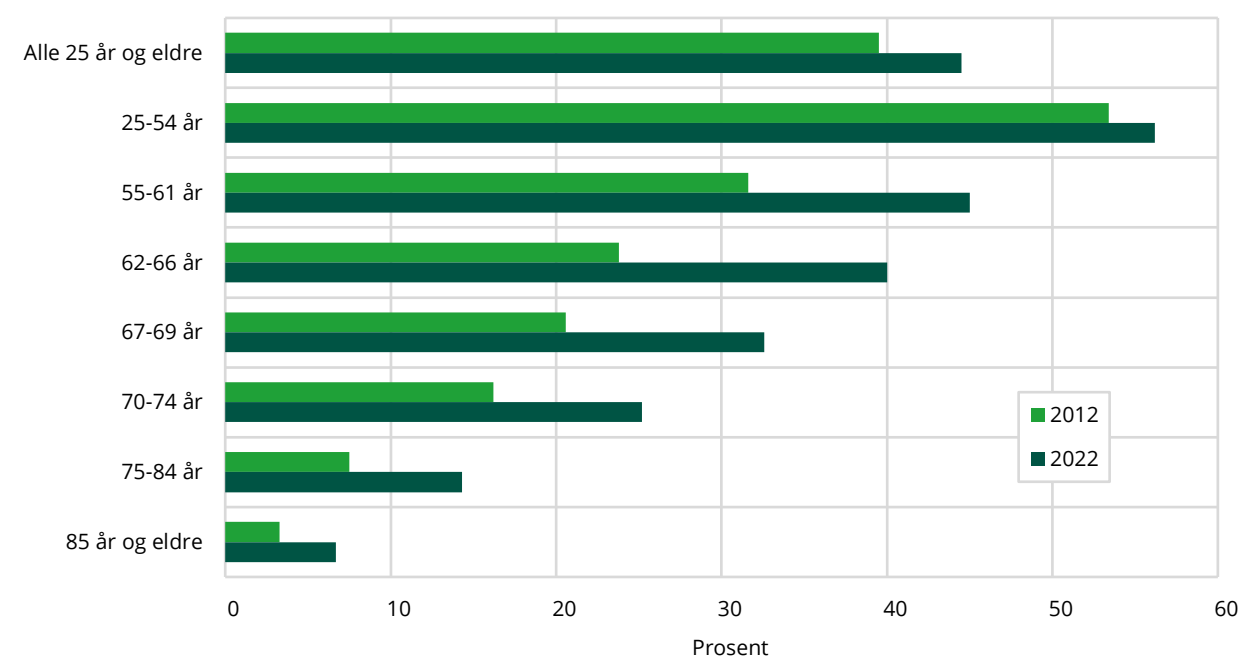
Antallet aleneboende minstepensjonister med alderspensjon falt mellom 2012 og 2022 og utgjør også færre av de aleneboende med lavinntekt blant de eldre. I 2012 var mellom 40 og 50 prosent av alle aleneboende menn 67 år og eldre med lavinntekt minstepensjonister, mot mellom 30 og 40 prosent i 2022. Også blant aleneboende kvinner 67 år og eldre med lavinntekt har andelen minstepensjonister gått noe ned, selv om den fremdeles er svært stor, særlig blant de aller eldste, på nærmere 70 prosent.

#### 4.15. Flere innvandrere blant seniorene med lavinntekt

Innvandrere utgjør en stadig større del av befolkningen i Norge, også blant seniorer. Mens 6 prosent av alle personer 55 år og eldre var innvandrere i 2012, hadde andelen økt til 10 prosent i 2022. Her telles kun de som selv er innvandret til landet, og ikke norskfødte med innvandrerforeldre. Andelen er størst blant 55-61-åringene, på 15 prosent i 2022, mot 8,3 prosent i 2012. Blant personer 85 år og eldre er andelen innvandrere fremdeles ganske liten: 4,4 prosent i 2022 mot 2,9 prosent i 2012.

Det er generelt en større andel personer med lavinntekt blant innvandrere enn i befolkningen ellers, og innvandrere utgjør dermed en større andel av lavinntektsgruppen enn de gjør av befolkningen totalt (Hattrem (red.), 2022). Ser vi kun på den voksne befolkningen 25 år og eldre, utgjorde innvandrerne 45 prosent av alle med lavinntekt i 2022, mot 40 prosent ti år tidligere. Andelen er størst blant dem under 55 år (56 prosent), men også blant 55-66-åringene er det rundt 40 prosent av alle med lavinntekt som var innvandrere i 2022 mot 20-30 prosent i 2012. Innvandrere utgjør med andre ord også en stadig større andel av lavinntektsgruppen blant de eldre aldersgruppene, selv om de fremdeles utgjør en svært liten del av lavinntektsgruppen blant de aller eldste.

**Figur 4.10 Andel av personer<sup>1</sup> i husholdninger med lavinntekt (EU60)<sup>2</sup> som er innvandrere<sup>3</sup>. 2012 og 2022. Prosent**



<sup>1</sup> Personer i husholdninger der hovedinntektstaker er student og institusjonsbeboere er utelatt.

<sup>2</sup> Lavinntektsgrensen er satt ved 60 prosent av median inntekt etter skatt per forbruksenhet, der antall forbruksvekter følger EU-skalaen: første voksne i husholdningen får vekten 1, andre voksne vekten 0,5 og barn under 17 år vekt 0,3.

<sup>3</sup> Innvandrere inkluderer her kun personer som selv er innvandret til Norge, og ikke norskfødte med innvandrerforeldre.

Kilde: Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger, Statistisk sentralbyrå

En av grunnene til at innvandrere utgjør en stadig større gruppe av seniorer med lavinntekt, er at de generelt sett oftere har svakere yrkestilknytning enn befolkningen ellers, som gjør at mange blir minstepensjonister når de blir eldre (Normann, 2019).

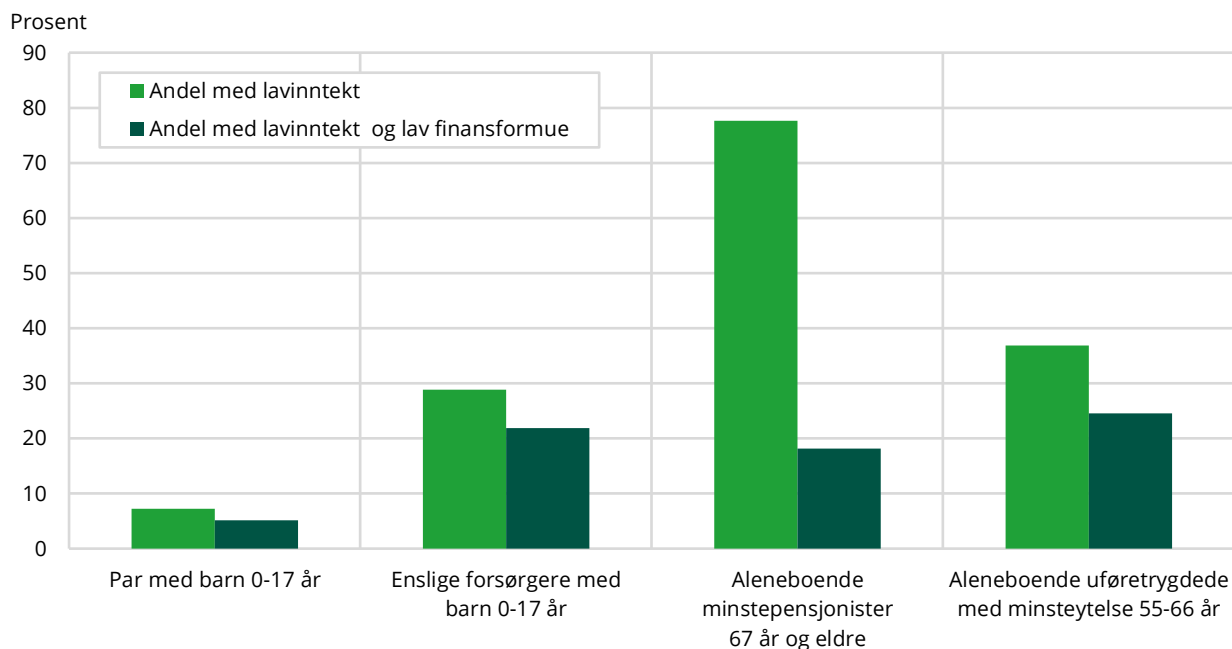
#### 4.16. Mange eier bolig eller har formue de kan tære på

Å tilhøre en lavinntektshusholdning kan være alvorlig for den det gjelder, da mange i denne gruppen vil kunne slite økonomisk og streve med å dekke sine materielle og sosiale behov. Lavinntekt er ofte forbundet med dårligere levekår enn ellers i befolkningen, men dette varierer en del mellom ulike lavinntektsgrupper. Selv om det er en relativt stor andel seniorer, særlig blant de eldste, som tilhører en husholdning med lavinntekt, rapporterer personer 67 år og eldre i relativt liten grad om fattigdomsproblemer, som å ikke å kunne betale en uforutsett utgift (Statistisk sentralbyrå, 2024h).

Én grunn til at mange eldre ikke opplever økonomien som like trang sammenlignet med yngre, kan være at flere eier bolig eller har annen formue de kan tære på. Dette gjelder også i lavinntektsgruppen. Det er generelt mye mindre vanlig blant personer i lavinntektsgruppen å tilhøre en husholdning som eier egen primærbolig. I 2022 var det 81 prosent av alle personer uten lavinntekt som eide primærbolig, en andel som var nokså lik på tvers av aldersgrupper. I lavinntektsgruppen varierer boligeierskap derimot mer mellom aldersgruppene. Mens det i 2022 var rundt 25 prosent blant alle personer under 55 år med lavinntekt som tilhørte en husholdning som eide egen primærbolig, var andelen rundt 40 prosent for personer mellom 55 og 66 år og særlig for dem med lavinntekt som var 70 år og eldre var andelen med egen bolig relativt stor, på over 50 prosent.

Videre er det mange seniorer med lavinntekt som har noe finansformue, som bankinnskudd eller aksjer og andre verdipapirer, som mulig kan selges for å spe på en lav inntekt. For bedre å måle økonomisk sårbarhet blant ulike grupper, kan vi for eksempel se på andelen som både har lavinntekt og lav finansformue. Å ha lav finansformue betyr her at den husholdningen man tilhører ikke har nok penger i banken eller verdipapirer som kan selges til at man i en periode kunne levd nøkternt av dette.

**Figur 4.11 Andel personer<sup>1</sup> i husholdninger med lavinntekt (EU60)<sup>2</sup> og andel personer i husholdninger med lavinntekt (EU60) og lav finansformue<sup>3</sup>. 2022. Prosent**



<sup>1</sup> Personer i husholdninger der hovedinntektstaker er student og institusjonsbeboere er utelatt.

<sup>2</sup> Lavinntektsgrensen er satt ved 60 prosent av median inntekt etter skatt per forbruksenhet, der antall forbruksvekter følger EU-skalaen: første voksne i husholdningen får vekten 1, andre voksne vekten 0,5 og barn under 17 år vekt 0,3.

<sup>3</sup> Andel personer som tilhører en husholdning med lavinntekt beregnet etter EU-skalaen 60 prosent, og som tilhører en husholdning der brutto finanskapital (bankinnskudd, aksjer mv.) per forbruksenhet (EU-skalaen) er mindre enn 0,25 ganger årlig lavinntektsgrense (EU60).

Kilde: Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger, Statistisk sentralbyrå

Mange barnefamilier med lavinntekt har også lav finansformue. Ser vi på de typiske lavinntektsgruppene i seniorbefolkningen, det vil si de som bor alene og mottar minsteytelse for pensjon eller uføretrygd, finner vi at det er svært mange av de aleneboende minstepensjonistene som er 67 år og eldre som har bankinnskudd eller verdipapirer de mulig kan omsette i kontanter for å spe på inntekten. Lavinntektsandelen blant aleneboende minstepensjonister med alderspensjon var 78 prosent i 2022, mens andelen som hadde både lavinntekt og lav finansformue var på 18 prosent (Statistisk sentralbyrå, 2024i). Aleneboende mellom 55 og 66 år som mottok minsteytelse for uføretrygd hadde en andel med lavinntekt på 37 prosent i 2022. Legger man til en betingelse om lav finansformue, var andelen på 25 prosent. En betydelig reduksjon, men likevel ikke like stor nedgang som for aleneboende minstepensjonister 67 år og eldre.

#### **4.17. Aleneboende uføre med minsteytelse er i større grad økonomisk utsatte**

Mens mange seniorer med lavinntekt i mindre grad er utsatt for økonomiske problemer sammenlignet med yngre med lavinntekt, ser altså aleneboende med lavinntekt mellom 55 og 66 år og som mottar minsteytelse for uføretrygd, ut som en gruppe som er mer økonomisk sårbar. I denne gruppen er det drøyt 30 prosent som eier egen bolig og det er relativt mange som er avhengige av bostøtte eller sosialhjelp. I 2022 fikk 40 prosent bostøtte, mot 28 prosent av alle med lavinntekt totalt. Videre var det 17 prosent som mottok sosialhjelp, litt mindre enn i lavinntektsgruppen totalt sett (22 prosent), men langt flere enn blant aleneboende minstepensjonister med alderspensjon med lavinntekt (1 prosent).

Videre var det blant aleneboende uføretrygdede med minsteytelse i alderen 55-66 år og med lavinntekt 44 prosent som hadde usikret gjeld, som forbrukslån eller kredittkortgjeld. Usikret gjeld omfatter her både rentebærende og ikke-rentebærende gjeld. Andelen med slik gjeld skilte seg ikke ut fra andelen med usikret gjeld blant lavinntektsgruppen generelt. Men de som hadde slik gjeld i denne gruppen, hadde et medianbeløp på 37 000 kroner, som var høyere enn median usikret gjeld i husholdningene med beløp blant lavinntektsgruppen totalt sett, som var på 23 000 kroner i 2022.

#### **4.18. Oppsummering**

Seniorer mellom 55 og 66 år og seniorer 75 år og eldre har hatt en relativt god inntektsvekst i forhold til hele den voksne befolkningen de siste 10 årene. Mye av inntektsveksten skjedde i årene frem mot 2016, og de siste årene har inntektsveksten stagnert eller falt. Blant seniorer mellom 67 og 74 år har inntektsnivået endret seg lite over tiårsperioden fra 2012 til 2022. De siste ti årene har inntektsulikheten innad i de ulike aldersgruppene i seniorbefolkningen økt, og det er blitt en større andel med lavinntekt blant personer mellom 55 og 85 år. Andelen med lavinntekt blant de aller eldste, som er 85 år og eldre, har derimot falt, selv om andelen fremdeles er relativt svært stor.

Blant seniorer med lavinntekt er det særlig mange kvinner, aleneboende og minstepensjonister. Samtidig utgjør innvandrere en større del av lavinntektsgruppen i 2022 enn ti år tidligere. Eldre med lavinntekt er mindre økonomisk utsatt enn andre lavinntektsgrupper. De har oftere noe i finansformue, eier i større grad egen bolig og mottar sjeldnere bostøtte og sosialhjelp. Blant seniorbefolkningen skiller likevel aleneboende uføretrygdede med minsteytelse seg ut som en gruppe som er mer økonomisk utsatt enn andre seniorer med lavinntekt.

## Referanser

- Dalgard, A. B. (2018, november 14). Flere kombinerer tidlig alderspensjon med yrkesinntekt. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/artikler-og-publikasjoner/flere-kombinerer-tidlig-alderspensjon-med-yrkesinntekt>  
<https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/artikler-og-publikasjoner/flere-kombinerer-tidlig-alderspensjon-med-yrkesinntekt>
- Danmarks Statistik. (2024, september 13). Statistikkbanktabell INDKP201: Hovedtabel personindkomster efter indkomsttype, køn, alder, population, prisenhed og enhed. Hentet fra Danmarks Statistik: <https://www.statbank.dk/indkp201>
- Eurostat. (2024, september 19). At-risk-of-poverty rate by poverty threshold, age and sex - EU-SILC and ECHP surveys (ilc\_li02). Hentet fra Eurostat data browser: [https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ilc\\_li02\\_custom\\_11849156/default/table?lang=en](https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ilc_li02_custom_11849156/default/table?lang=en)
- Finansministeriet. (2023). Denmark Country Fiche -2024 Ageing Report, pp. 22. Hentet fra [https://economy-finance.ec.europa.eu/document/download/93eeaeab-e2bf-4e62-9cc9-bbb42c2f091e\\_en?filename=2024-ageing-report-country-fiche-Denmark.pdf&prefLang=hr](https://economy-finance.ec.europa.eu/document/download/93eeaeab-e2bf-4e62-9cc9-bbb42c2f091e_en?filename=2024-ageing-report-country-fiche-Denmark.pdf&prefLang=hr)
- Halvorsen, E., & Pedersen, A. W. (2022, februar 15). Bidrar folketrygdens pensjonssystem til inntektsutjevning i et livsløpsperspektiv? Søkelys på arbeidslivet. Volum 39. Nummer 1, 1-17. doi: <https://doi.org/10.18261/issn.1504-7989-2022-01-02>
- Hattrem (red.), A. (2022). Økonomi og levekår for lavinntektsgrupper 2022. Rapporter 2022/45. Kapittel 3. Tabell 3.2.2, side 30. Oslo/Kongsvinger: Statistisk sentralbyrå. Hentet fra [https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/inntekt-og-formue/artikler/okonomi-og-levekar-for-lavinntektsgrupper-2022/\\_attachment/inline/4540b19c-5970-459f-90c5-87303795d7ad:9a49f11a05b66f7672557598b1ec60d746c4b6aa/RAPP2022-45.pdf](https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/inntekt-og-formue/artikler/okonomi-og-levekar-for-lavinntektsgrupper-2022/_attachment/inline/4540b19c-5970-459f-90c5-87303795d7ad:9a49f11a05b66f7672557598b1ec60d746c4b6aa/RAPP2022-45.pdf)
- Hattrem, A. (2024a, april 23). Hva er vanlig formue? Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/inntekt-og-formue/artikler/hva-er-vanlig-formue>
- Hattrem, A. (2024b, april 15). Hvor mange er fattige i Norge? Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/inntekt-og-formue/artikler/hvor-mange-er-fattige-i-norge>
- Hetland, A. (2023, desember 21). Sparing blant eldre. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/inntekt-og-formue/artikler/sparing-blant-eldre>
- Normann, T. M. (2019, desember 6). Aleneboende minstepensjonister har lite å rutte med. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/artikler-og-publikasjoner/aleneboende-minstepensjonister-har-lite-a-rutte-med>
- Normann, T. M. (2022, desember 6). Økt formue og boligformue blant eldre. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/inntekt-og-formue/artikler/okt-formue-og-boligformue-blant-eldre>
- Pensionsmyndigheten. (2022). Varför finns det fattiga pensionärer - vilka är de och hur kan de bli färre? Faktaserie om pensionerna. (Rapport nr. 6). Hentet fra <https://www.pensionsmyndigheten.se/statistik-och-rapporter/rapporter/varfor-finns-det-fattiga-pensionarer>
- Regjeringen. (2021, desember 17). Foreslår nye regler for regulering av pensjon under utbetaling. Hentet fra Regjeringen: <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/foreslar-nye-regler-for-regulering-av-pensjon-under-utbetaling/id2892748/>
- Sandvik, L. (2019, juni 27). Høy inntektsvekst for eldre. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/artikler-og-publikasjoner/hoy-inntektsvekst-for-eldre>

- Statistisk sentralbyrå. (2023, desember 19). Inntekts- og formuesstatistikk for husholdninger. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/inntekt-og-formue/statistikk/inntekts-og-formuesstatistikk-for-husholdninger>
- Statistisk sentralbyrå. (2024a, april 10). Statistikkbanktabell 5129: Median inntekt etter skatt per forbruksenhet (EU- og OECD-skala) for ulike grupper. Indeks for faste priser (1996=100). Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/statbank/sq/10095835>
- Statistisk sentralbyrå. (2024b, september 12). Statistikkbanktabell 03014: Konsumprisindeks, etter konsumgruppe (2015=100). Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/statbank/sq/10099117>
- Statistisk sentralbyrå. (2024c, juli 30). Statistikkbanktabell 10317: Formuesrekneskap for hushald, etter hovedinntektstakar sin alder. Gjennomsnitt for alle. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/statbank/sq/10099893>
- Statistisk sentralbyrå. (2024d, september 24). Statistikkbanktabell 07756. Inntektsfordelingen belyst ved flere ulikhetsmål. Inntekt etter skatt per forbruksenhet (EU-skala). Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/statbank/sq/10101817>
- Statistisk sentralbyrå. (2024e, september 13). Statistikkbanktabell 12599. Personer i husholdninger med lavinntekt (EU- og OECD-skala), etter ulike grupper. Antall og prosent. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/statbank/sq/10101421>
- Statistisk sentralbyrå. (2024f, juni 24). Familier og husholdninger. Statistikkbanktabell 06090: Personer i privathusholdninger, etter kjønn, samlivsform og alder. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/statbank/sq/10099048>
- Statistisk sentralbyrå. (2024g, september 24). Statistikkbanktabell 12599: Personer i husholdninger med lavinntekt (EU- og OECD-skala), etter ulike grupper. Antall og prosent. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/statbank/sq/10101820>
- Statistisk sentralbyrå. (2024h, september 15). Fattigdomsproblemer. Statistikkbanktabeller 12119, 12118, 12123. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/levekars/statistikk/fattigdomsproblemer-levekarsundersokelsen>
- Statistisk sentralbyrå. (2024i, august 9). Statistikkbanktabell 12599: Personer i husholdninger med lavinntekt (EU- og OECD-skala), etter ulike grupper. Antall og prosent. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/statbank/sq/10100170>

**Boforhold****5. Seniorer har lavere boutgifter enn andre**

*Boutgiftene er vesentlig lavere for seniorer enn for yngre. Seniorer som leier bolig opplever boutgiftene som mer økonomisk belastende enn de som eier.*

Madeleine Schlyter Oppøyen

Det blir stadig flere eldre i Norge. Senioresenes bosituasjon – om de eier eller leier bolig, hvor stor bolig de bor i og størrelsen på boligutgifter – vil i stor grad være bestemt av deres tilknytning til boligmarkedet tidligere i livet. Mange eldre i dag har gjennom store deler av livet vært heldige med økonomiske konjunkturer og gunstige politiske rammebetingelser (Sandlie og Guldbrandsen, 2016). Dette har gitt mange mulighet til å etablere seg på boligmarkedet, som igjen har gitt en økt boligformue på grunn av prisøkningen på boligmarkedet (Normann 2022). I denne artikkelen belyses boforholdene til seniorbefolkningen. Det ses på i) hvor mange som eier boligen sin, ii) hva slags boliger de bor i og iii) utgiftene deres knyttet til å bo. Hovedfunnene er:

- Det store flertallet i seniorbefolkningen eier bolig
- Svært få seniorer bor trangt og mange synes boligen er for stor
- Seniorer opplever i stor grad nærmiljøet sitt som trygt
- Seniorer har langt lavere boutgifter enn de yngre (30-54 år)

**5.1. Hvor mange eier boligen de bor i?**

I 2023 eide 88 prosent av alle seniorene boligen sin enten som selveier eller som andelseiere i borettslag eller boligaksjeselskap (Statistisk sentralbyrå 2024). Å bo i en eid bolig betyr her at personen bor i en bolig som er eid av dem selv eller en annen i husholdningen. Hvis ingen i husholdningen er registrert som eier av boligen regnes de som leietakere. Det norske boligmarkedet har vært preget av en nærmest kontinuerlig prisstigning siden begynnelsen av 1990-tallet. Å etablere seg på boligmarkedet krever en solid økonomi. Seniorbefolkningen er generelt sett ferdige med familie-etablering og har mange år i arbeidslivet bak seg, som forklarer at de har en høyere andel boligeiere sammenlignet med yngre.

Blant seniorer finner vi høyest andel boligeiere hos de yngste (55-66 år) på 91 prosent, og lavest blant de eldste (80 år og over) på 81 prosent. Den lavere andelen eiere i sistnevnte gruppe kan være direkte aldersrelatert, for eksempel når seniorer selger boligen sin og går over til å leie en kommunal omsorgsbolig eller en annen bolig bedre tilpasset alderdommen. Det kan også være en effekt av at enkelte eldre overfører eierskapet av boligen til barna og leier av dem. Seniorbefolkningen har hatt en relativt stabil andel boligeiere over tid, men det har vært en liten økning blant de eldste og nedgang hos de yngste seniorene siden 2015.

**Aldersinndeling brukt i dette kapittelet**

Seniorbefolkningen er definert som alle personer 55 år og eldre. I denne artikkelserien er følgende aldersinndeling brukt:

55-66 år: Yngre eldre

67-79 år: Eldre

80 år eller eldre: De eldste eldre

I dette kapittelet sammenligner vi senioresenes boforhold med en yngre referansegruppe i alderen 30-54 år, som i større grad omfatter personer i etableringsfasen og som har hjemmeboende barn

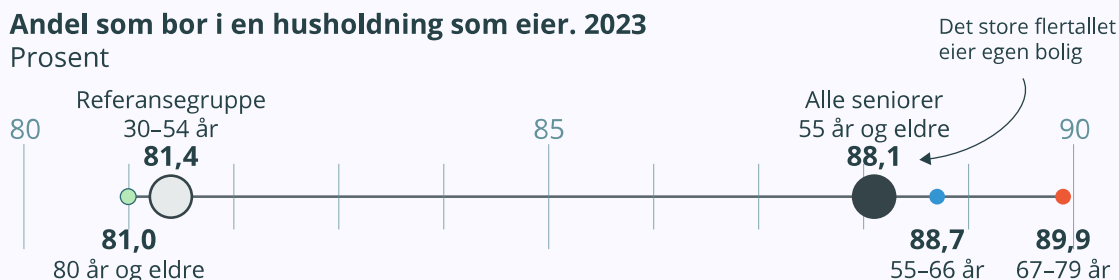
Figur 5.1 Utvalgte indikatorer om seniorennes bosituasjon

## Seniorer eier oftere bolig og har lavere boutgifter enn andre

Utvalgte indikatorer om seniorennes bosituasjon

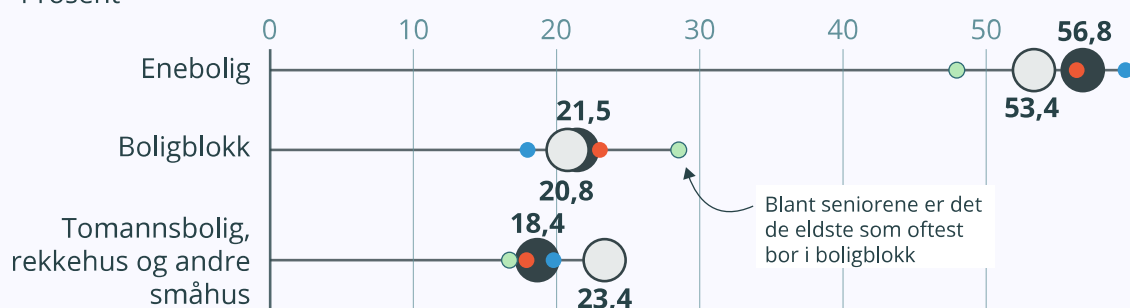
### Andel som bor i en husholdning som eier. 2023

Prosent



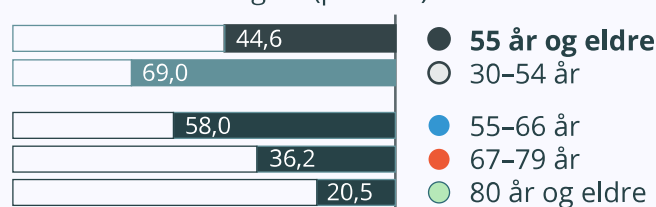
### Andel personer i ulike boligtyper. 2023

Prosent

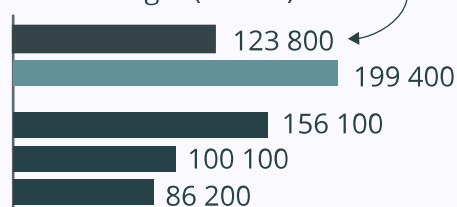


### Boligøkonomi. 2023

Andel som har boliglån (prosent)



Total boutgift (kroner)



### Andel som opplever boutgiftene som tyngende. 2023

Prosent

#### Alle seniorer (55 år og eldre)

- som eier bolig
- som leier bolig

#### Referansegruppe (30-54 år)

- som eier bolig
- som leier bolig

Svært tyngende Tyngende

Kilde: Boforhold, register. Levekårsundersøkelsen EU-SILC.



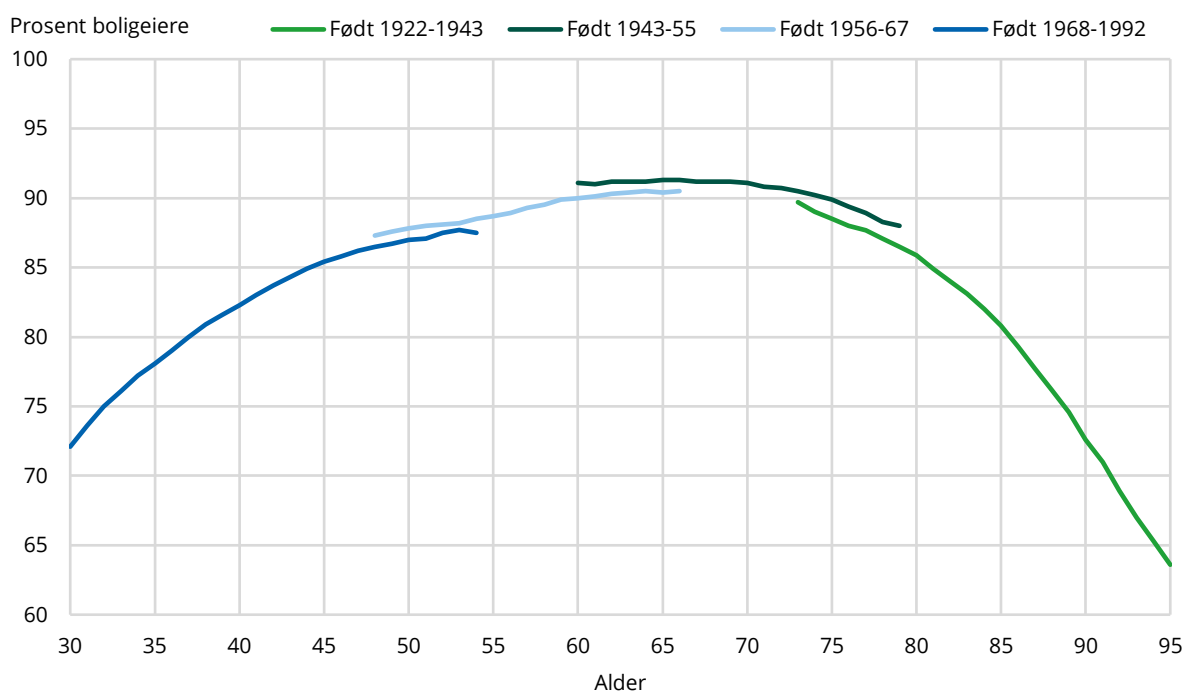
Statistisk sentralbyrå  
Statistics Norway

Kilde: Boforholdsregisteret 2023 og Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2023. Statistisk sentralbyrå

Figur 5.2 viser at seniorer som er født 1943-55 (dagens 67-79 åringer) har en noe større eierandel, sammenlignet med fødselskohortene før og etter dem når de var i samme alder. At personer født på 1940- og 1950-tallet jevnt over har hatt høyere andel boligeiere sammenfaller med tidligere funn fra Levekårsundersøkelsen EU-SILC (Revol, Sandvik og With, 2018). De økende eierandelene blant eldre henger altså sammen med fødselskohortene som har hatt høye eierandeler blir eldre. Siden personer født etter dem har noe lavere andel boligeiere i samme alder, trekkes eierandelen ned blant de yngste seniorene.

Samtidig skal man ikke overdrive hvor store endringene har vært over tid. Andelen som eier bolig, henger først og fremst sammen med alder. En større andel eier bolig jo eldre de blir, før andelen går igjen ned blant de eldste.

**Figur 5.2** Personer i eid bolig<sup>1</sup>, etter alder og fødselskohort. 2015-2023. Prosent



<sup>1</sup> Gjennomsnittlig eierandel etter alder i hver fødselskohort (2015-2023).

Kilde: Boforholdsregisteret 2015-2023, Statistisk sentralbyrå

## 5.2. Hva slags boliger bor seniorer i?

Flesteparten av nordmenn bor i enebolig, noe som kan knyttes til en relativt lav grad av urbanisering i Norge. I byer og større tettsteder bor flere i boligblokk, og få bor i enebolig. Dette handler både om hva slags boliger som er tilgjengelig i området og at prisene for større boliger kan være betydelig høyere. I mindre tettsteder og usentrale deler av landet er enebolig og småhus mest utbredt.

De siste 20 årene har vi sett en nedgang i andelen som bor i enebolig til fordel for boligblokker når man ser befolkningen under ett (Oppøyen 2023). Det samme mønsteret gjelder for seniorbefolkningen: I 2015 bodde 60 prosent av seniorer i enebolig, og i 2023 hadde andelen sunket til 57 prosent. I samme periode har det vært en økning i andelen seniorer som bor i boligblokk, fra 19 prosent til 22 prosent. Andelen seniorer som bor i tomannsbolig, rekkehus eller andre småhus har holdt seg stabil på rundt 18 prosent blant seniorer det siste tiåret.

Blant seniorene er det de eldste (80 år og eldre) som oftest bor i boligblokk (29 prosent). Mange eldre velger å flytte fra enebolig til leilighet av praktiske årsaker, som at en ikke lenger har behov for like stor bolig som før eller fordi de er bedre livsløpstilpasset. I tillegg krever leiligheter generelt sett

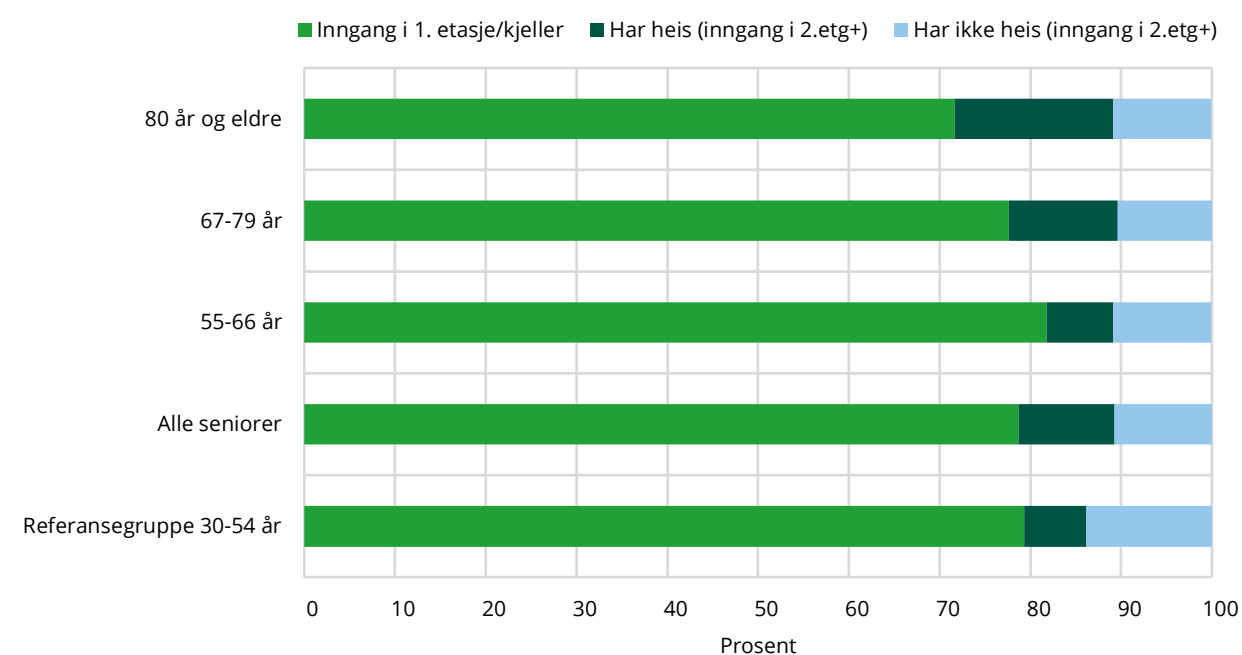
mindre vedlikehold – og dette organiseres gjerne gjennom et sameie eller borettslag. Samtidig bor halvparten av de eldste i enebolig, og 17 prosent i småhus. Til sammenligning bor 60 prosent av de yngre eldre (55-66 år) i enebolig og 18 prosent i boligblokk – så det er skiller innad i seniorbefolkningen.

### 5.3. Seniorer flest har inngangsparti i første etasje eller heis

Det er et uttalt mål at eldre skal kunne bo hjemme så lenge som mulig, blant annet i «Bu trygt heime»-reformen (Meld. St. 24 (2022-2023)). Her trekkes blant annet aldersvennlige bomiljøer og boliger frem. For å redusere andelen eldre som bor i uegnede boliger, er tilrettelegging for eventuelle bevegelsesvansker som kommer med alderen sentralt. Det å for eksempel gå i trapper kan være utfordrende.

Mange seniorer bor i boliger der inngangspartiet er i første etasje. Som nevnt over er det derimot en økende andel seniorer som bor i boligblokk. For å kunne si noe om boligene er tilgjengelige, er det interessant å se på hvor mange som har tilgang på heis i bygget eller har inngang på bakkeplan. Figur 5.3 viser at 89 prosent av alle seniorer har enten inngangsparti til boligen i første etasje eller kjeller, eller bor i en bygning med heis. Blant dem i alderen 30-54 år gjelder det 86 prosent.

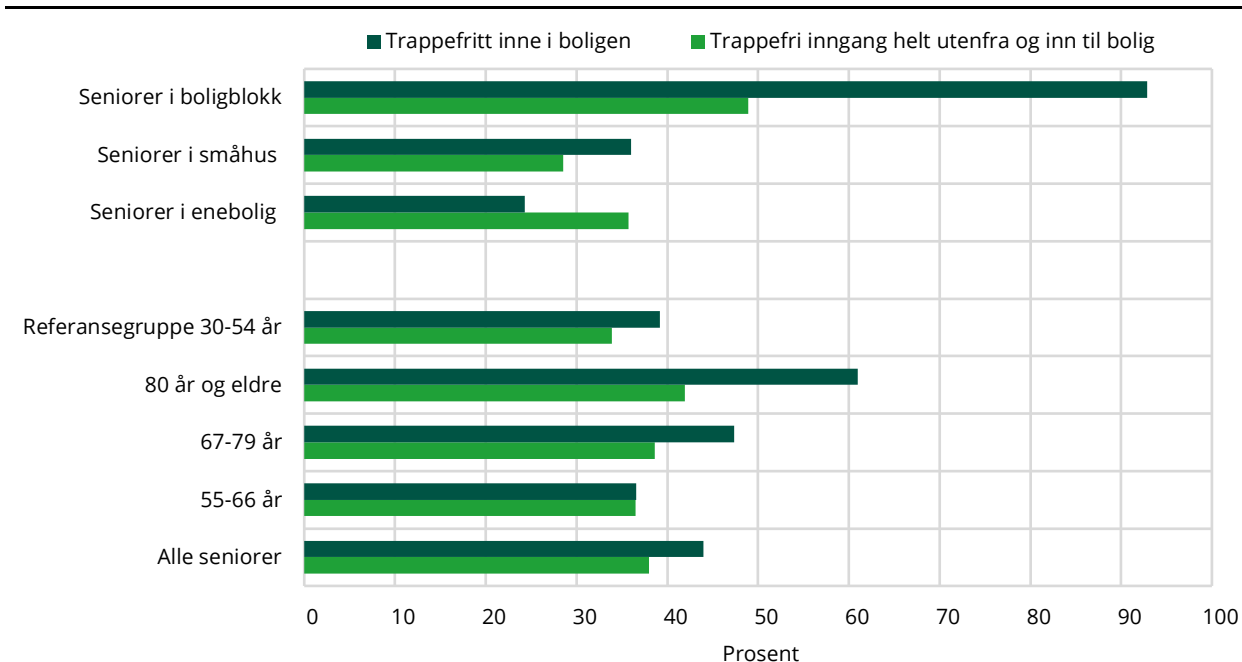
**Figur 5.3 Tilgang til heis og inngang til bolig på bakkeplan, etter aldersgruppe. Personer. 2023**



Kilde: Boforholdsregisteret 2023, Statistisk sentralbyrå

Selv om de fleste bor i første etasje eller har heis kan det likevel være andre potensielle hindre, som at det er trinn opp til inngangspartiet eller til heisen. Tall fra Levekårsundersøkelsen viser at 38 prosent av seniorene oppgir at de må gå i trapper eller trinn for å komme seg inn i boligen (figur 5.4). Dette gjelder særlig blant de som bor i enebolig og småhus, som gjerne går over flere plan og har flere etasjer. Ser vi kun på de som bor i boligblokk har nesten alle boligen på ett plan og halvparten kan komme seg til boligen uten å gå i trinn.

**Figur 5.4** Trappefri inngang til bolig og trappefritt mellom rom i boligen, etter boligtype og aldersgruppe. Personer. 2023



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2023. Statistisk sentralbyrå

Boligstandard og tilgjengelighet inn i boligen er tett knyttet til hvor gammel boligen er. Det er mer vanlig med heis i nyere boligblokker. Nyere boliger har også mindre vedlikeholdsbehov siden mye må byttes ut etter rundt 20-30 års bruk, eksempelvis elektrisk anlegg, rør, tak, isolasjon og lignende. I 2023 bodde 20 prosent av seniorer i en bolig fra 2001 eller nyere, og 80 prosent i en bolig bygget før dette (Statistisk sentralbyrå 2024). Blant dem i alderen 30-54 år bodde 25 prosent i nyere boliger. At andelen seniorer som bor i nye boliger er lavere, kan skyldes at de har bodd i den samme boligen over lengre tid.

#### 5.4. En større andel opplever at boligen er for stor, få bor trang

Mindre enn 2 prosent av seniorenne bor trangt<sup>1</sup>. Til sammenligning var det om lag 10 prosent i aldersgruppen 30-54 år som bodde trangt i 2023 (Statistisk sentralbyrå 2024). Det store flertallet av seniorbefolkningen i Norge bor enten alene eller i par uten hjemmeboende barn (Aalandslid 2024). Svært få av disse husholdningstypene er trangbodde. Derimot er det langt flere trangbodde blant familier med barn, særlig familier med små barn. Det er i underkant av 1 prosent trangbodde blant seniorer som bor med partner eller alene, mens 13 prosent av seniorenne som bor i en husholdning med barn (0-17 år) er trangbodde. Blant dem i alderen 30-54 år bor 22 prosent av de i husholdninger med barn trangt.

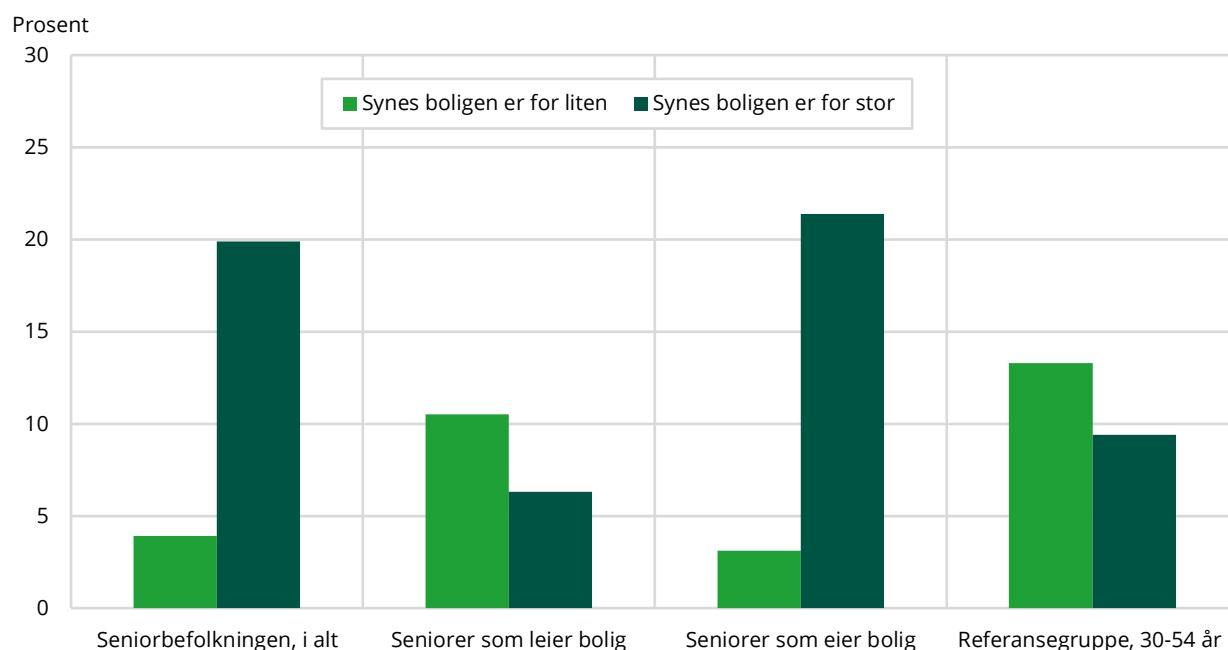
At seniorer stort sett bor romslig følger av at mange fortsatt bor i den samme boligen som opprinnelig skulle ha plass til hele familien. Når barna har blitt voksne og flytter ut, eller de ikke lenger bor med en partner, får de bedre plass og få er trangbodde.

Ser vi på hva seniorbefolkningen selv mener om boligens størrelse er det en litt høyere andel som synes boligen er *for liten* (4 prosent) enn andelen som objektivt sett bor trangt (figur 5.5). Både objektiv og opplevd trangboddhet er vanligst blant de som leier bolig. 11 prosent av seniorer som

<sup>1</sup> Husholdninger regnes som trangbodd dersom: 1. Antall rom i boligen er mindre enn antall personer eller én person bor på ett rom, og 2. antall kvadratmeter (p-areal) er under 25 kvm per person.

leier opplever at den er for liten, mot 3 prosent av de som eier. Blant dem i alderen 30-54 år er andelen som oppgir at boligen er for liten 23 prosent av leiere og 11 prosent av eiere. Det er derimot vanligere at seniorer synes boligen er *for stor*: En av fem seniorer oppgir at boligen deres er for stor for dem, dette gjelder særlig de eldste seniorene. Og dette gjelder i hovedsak boligeiere. For mye plass kan i dette tilfellet reflektere at boligen krever mye vedlikehold, og at man ikke trenger all plassen. Det store flertallet mener likevel at de har passe med plass hjemme.

**Figur 5.5** Subjektiv trangboddhet, etter aldersgruppe og eierstatus. Personer. 2023



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2023. Statistisk sentralbyrå

## 5.5. De eldste er mest avhengig av et godt kollektivtilbud eller gåavstand til tilbud

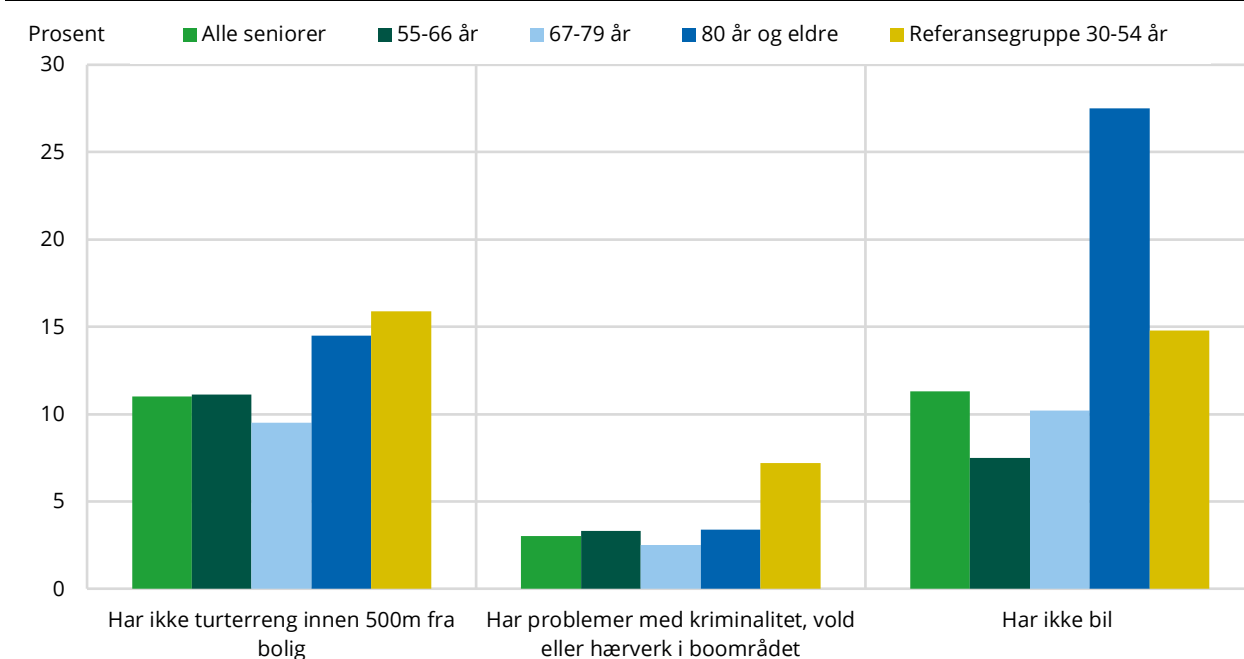
Nærmiljøet er de omgivelsene vi lever i, samspillet mellom natur, sosiale forhold og infrastruktur. Å leve i et dårlig nærmiljø kan påvirke livskvaliteten: Å være plaget av støy og forurensning i nabolaget kan gå ut over helsa, og mangel på gangveier, sykkelveier og grøntområder i nærområdet kan redusere muligheten til uteaktivitet. Et viktig mål for at lokalsamfunn skal være aldersvennlige er at de eldre opplever nærmiljøet sitt som trygt, inkluderende og tilgjengelig.

Det er relativt få seniorer som opplever å ha problemer med kriminalitet, vold eller hæverk i nærmiljøet sitt (Figur 5.6). I alle aldersgruppene blant seniorer ligger andelen som har problemer med dette på om lag 3 prosent, mot 7 prosent blant dem i alderen 30-54 år. Videre oppgir 89 prosent av seniorer at de har turterreng innen 500 meter fra boligen sin. Blant de eldste eldre er det en litt lavere andel, 85 prosent.

De eldste seniorene disponerer i mindre grad bil enn de yngre. I Levekårsundersøkelsen EU-SILC (2023) oppgir 28 prosent av personer som er 80 år og eldre at de ikke har bil. Til sammenligning oppgir 8 prosent av de i alderen 55-66 at de ikke har bil. Selv om transportbehovet reduseres med alderen, er det av betydning at eldre som ikke disponerer bil kan ha god tilgang til kollektivtransport. I 2023 hadde seniorene noe dårligere tilgang til kollektivtransport enn 30-54-åringene (Statistisk

sentralbyrå 2024). 70 prosent av seniorer har beleilig tilgang til kollektivtransport<sup>2</sup>, og høyest andel finner vi blant de eldste eldre med 73 prosent. I referansegruppen (30-54 år) gjaldt dette 74 prosent.

**Figur 5.6 Nærmiljø og tilgang på bil, etter aldersgruppe. Personer. 2023**



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2023. Statistisk sentralbyrå

Det er stor forskjell i hvor godt kollektivtilbudet er i de ulike fylkene (Tabell 5.1). Best tilgang finner vi i Oslo der tilnærmet alle seniorer har beleilig tilgang til kollektivtransport. På den andre siden av skalaen finner vi Innlandet, Nordland og Troms og Finnmark, hvor bare halvparten har det. Tilsvarende er det stor geografisk variasjon i avstand til sosiale og offentlige tjenester. Det er en høyere andel personer over 67 år i mindre sentrale kommuner, der det er lenger avstand til butikker, service og andre tjenester (Aalandslid 2024). I disse kommunene er gjerne kollektivtilbudet også dårligere. Når vi tar hensyn til at færre seniorer har tilgang til bil, stiller dette dem i en uheldig posisjon med tanke på å gjennomføre daglige gjøremål.

Å bo sentralt og i byer har fordeler og ulemper. Eldre som bor i by har best tilgang til kollektivtransport og kort avstand til dagligvare, bibliotek, restauranter og kafeer. Samtidig er en langt større andel av eldre i Oslo utsatt for støy, dårligere luftkvalitet og de bor tettere på trafikkerte veier. Motsatt er det langt færre eldre som er utsatt for dette i fylker der flere bor mindre sentralt, som i Nordland, Møre og Romsdal og Troms og Finnmark. De som er bosatt mindre sentralt har jevnt over bedre nærmiljøer med tanke på støy, trafikk og luftkvalitet, men samtidig lengre avstander til ulike tjenester.

<sup>2</sup> Vi benytter FN indikatoren 11.2.1. Tilgangen til kollektivtransport er ansett som beleilig hvis stoppet er tilgjengelig innen gåavstand på 500 meter fra hjemmet. I tillegg er det stilt krav om en avgang i timen innenfor normal brukstid (08:00-22:00).

**Tabell 5.1 Nærmiljøindikatorer. Personer. 2023**

| Fylke                | Beleilig tilgang til kollektivtransport | Bor nær trafikkert vei | Bor i område utsatt for støy | Kort til bibliotek | Kort til dagligvare | Kort til restaurant og kafe |
|----------------------|-----------------------------------------|------------------------|------------------------------|--------------------|---------------------|-----------------------------|
| Nordland             | 52,4                                    | 6,1                    | 6,6                          | 81,2               | 87,6                | 85,3                        |
| Møre og Romsdal      | 56,9                                    | 12,1                   | 13,1                         | 87,0               | 90,6                | 81,8                        |
| Troms og Finnmark    | 52,9                                    | 7,0                    | 8,4                          | 83,7               | 87,8                | 80,4                        |
| Innlandet            | 48,1                                    | 8,5                    | 15,6                         | 85,8               | 89,7                | 85,0                        |
| Vestland             | 70,2                                    | 13,2                   | 17,8                         | 86,5               | 94,8                | 90,4                        |
| Trøndelag            | 58,8                                    | 12,0                   | 11,8                         | 88,8               | 90,5                | 90,3                        |
| Agder                | 68,8                                    | 12,1                   | 14,1                         | 89,1               | 94,3                | 91,1                        |
| Rogaland             | 76,2                                    | 18,3                   | 18,3                         | 94,9               | 98,0                | 96,3                        |
| Viken                | 77,0                                    | 14,9                   | 17,2                         | 96,7               | 98,0                | 95,9                        |
| Vestfold og Telemark | 75,8                                    | 15,1                   | 16,2                         | 93,9               | 97,4                | 95,7                        |
| Oslo                 | 98,1                                    | 33,5                   | 24,9                         | 100,0              | 100,0               | 100,0                       |

Kilde: Boforholdsregisteret 2023. Statistisk sentralbyrå

## 5.6. Lavere boutgifter sammenlignet med de yngre

Seniorene har langt lavere boutgifter sammenlignet med de yngre. I 2023 var årlige totale boutgifter for en seniorhusholdning på 123 800 kr, mens utgiftene for aldersgruppen 30-54 år var på 199 400 kr i gjennomsnitt (Figur 5.1 og Tabell 5.2). For boligeiere omfatter boutgiftene renter, og avdrag på boliglån, husleie/fellesutgifter, boligforsikring, kommunale avgifter, eiendomsskatt og strøm og fyring. For leietakere omfatter boutgiftene husleie, strøm og fyring. Disse tallene gjenspeiler dels at seniorene har nedbetalt boliglånene sine, dels at de kjøpte da boligprisene var lavere, mens de yngre i større grad har (større) lån på boligene sine. Dette ser vi ved at både boliglånsstørrelse og totale boutgifter synker med alderen.

Blant alle seniorhusholdninger hadde 45 prosent lån med sikkerhet i boligen, mot 69 prosent blant yngre (30-54 år). Gjeld følger alder tett, der den øker frem mot 40-årsalderen, før den igjen krymper (Normann 2022). Seniorhusholdninger hadde i snitt 637 000 kr i gjenstående boliglån i 2023, og de i alderen 30-54 år hadde over en million mer – i snitt 1 670 600 kr i gjenstående boliglån (Levekårsundersøkelsen, 2023). De yngste seniorene har i snitt 965 200 kr, seniorer i alderen 67-80 har i snitt 405 300 kr og de over 80 har i snitt 235 300 kr i gjenstående boliglån.

For eierhusholdninger er de totale boutgiftene sterkt drevet av størrelsen på boliglånet, særlig i de siste årene med høy vekst i renteutgifter (Oppøyen 2024). Sammenligner vi boutgifter blant seniorer og yngre som eier boligen sin er forskjellene i boutgifter betydelig større. Seniorer som eier boligen, betaler om lag 100 000 kr mindre i årlige utgifter enn eiere i referansegruppen på 30-54 år. Blant leiere er forskjellene i boutgifter mellom seniorer og yngre mindre. Seniorhusholdninger som leier boligen sin har i snitt 103 000 kr i årlige totale boutgifter, mot 123 700 kr i den yngre referansegruppen.

**Tabell 5.2 Boligøkonomi<sup>1</sup>. Husholdninger. 2023**

|                | Total<br>boutgift | Har<br>boliglån | Boliglåns-<br>størrelse | Antall<br>husholdninger |
|----------------|-------------------|-----------------|-------------------------|-------------------------|
| <b>Alle</b>    |                   |                 |                         |                         |
| Seniorer       | 123 757           | 44,6            | 637 041                 | 2 260                   |
| 55-66 år       | 156 109           | 58,0            | 965 239                 | 1 152                   |
| 67-79 år       | 100 058           | 36,2            | 405 263                 | 883                     |
| 80 år og eldre | 86 225            | 20,5            | 235 322                 | 225                     |
| Ref. 30-54 år  | 199 359           | 69,0            | 1 670 605               | 2 300                   |
| <b>Eiere</b>   |                   |                 |                         |                         |
| Seniorer       | 126 800           | 49,8            | 730 500                 | 2 072                   |
| Ref. 30-54 år  | 228 000           | 88,1            | 2 302 300               | 1 942                   |
| <b>Leiere</b>  |                   |                 |                         |                         |
| Seniorer       | 103 000           | .               | .                       | 188                     |
| Ref. 30-54 år  | 123 700           | .               | .                       | 358                     |

<sup>1</sup> Beløpene er rundet av til nærmeste 100. Både gjennomsnittlig total boutgift og boliglånsstørrelse inkluderer 0 i beregningen.

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2023. Statistisk sentralbyrå

Boutgiftsbelastningen er beregnet som andelen boligutgiftene utgjør av samlet husholdningsinntekt etter skatt. Belastningen regnes som lav når boutgiftene utgjør mindre enn 10 prosent av inntektene. Når boutgiftene utgjør 40 prosent av inntektene eller mer, regner vi belastningen som høy. Blant seniorhusholdningene har 11 prosent en høy boutgiftsbelastning, mot 16 prosent i den yngre referansegruppen.

Ikke overraskende er andelen med lav boutgiftsbelastning mye større blant seniorer enn blant de i alderen 30-54 år (Tabell 5.3). I 2023 hadde 25 prosent av seniorhusholdninger lav boutgiftsbelastning, mens kun 8 prosent hadde dette blant de yngre. Årsaken er at mange flere seniorer har nedbetalt lånene sine. Dette poenget reflekteres også når vi ser på de som eier og leier bolig. Blant seniorhusholdningene som leier bolig har 29 prosent en høy boutgiftsbelastning, men det gjelder kun 9 prosent av eierhusholdningene.

De fleste seniorer opplever selv at boutgifter ikke gjør spesielt store innhogg i økonomien: I 2023 var det 5 prosent av seniorhusholdningene som mente at boutgiftene var svært tyngende, mens andelen for 30-54-åringene var nesten 10 prosent (Figur 5.1). 66 prosent av senioren oppga at boutgiftene ikke var tyngende i det hele tatt. Det er en større andel som synes boutgifter er tyngende blant leiere enn eiere.

Sammenhengen mellom det å ha høy boutgiftsbelastning og å oppleve boutgiftene som tyngende er sterkere blant de yngre enn senioren. Senioren i pensjonsalder har lavere inntekter enn befolkningen over 25 år (Omholdt 2024), men boutgiftene til de som eier bolig blir mindre tyngende etter hvert som boliglånene betales ned. Parallelt får seniorer færre andre utgifter, for eksempel knyttet til å forsørge barn. Dette kan være med på å forklare hvorfor det er en større andel seniorer med høy boutgiftsbelastning, enn de som oppgir at boutgiftene er tyngende på husholdningens økonomi.

**Tabell 5.3 Boutgiftsbelastning<sup>1</sup>. Husholdninger. 2023**

|                           | Høy<br>boutgiftsbelastning | Lav<br>boutgiftsbelastning | Antall<br>husholdninger |
|---------------------------|----------------------------|----------------------------|-------------------------|
| Seniorer, 55 år og eldre  | 11,0                       | 24,7                       | 2 260                   |
| .. som eier bolig         | 8,9                        | 25,4                       | 2 072                   |
| .. som leier bolig        | 29,0                       | 18,9                       | 188                     |
| Referansegruppe, 30-54 år | 15,6                       | 7,7                        | 2 300                   |
| .. som eier bolig         | 13,1                       | 8,4                        | 1 942                   |
| .. som leier bolig        | 24,4                       | 5,1                        | 358                     |

<sup>1</sup> Boutgiftsbelastningen regnes som lav når boutgiftene utgjør mindre enn 10 prosent av inntektene til husholdningen. Når boutgiftene utgjør 40 prosent av inntektene eller mer, regner vi belastningen som høy.

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2023. Statistisk sentralbyrå.

## 5.7. Oppsummering

Denne artikkelen har sett på seniorers boforhold. 88 prosent av seniorbefolkningen eier boligen de bor i. Det er størst andel boligeiere blant de yngste eldre (55-66 år) og lavest blant de eldste eldre (80 år og eldre). Seniorenes bosituasjon vil i stor grad være bestemt av deres tilknytning til boligmarkedet tidligere i livet.

Majoriteten av seniorer bor i enebolig, men det har over tid blitt en større andel som bor i boligblokk. Det er de eldste eldre som oftest bor i boligblokk.

De fleste seniorer opplever å ha passe med plass hjemme. 20 prosent oppgir at boligen er for stor for dem, dette gjelder særlig de eldste seniorene. Når barna de har blitt voksne og flytter ut, eller de ikke lenger bor med en partner, får de bedre plass og få er trangbodde.

Eldre i byer har god tilgang til kollektivtransport og bor nære tilbud som dagligvare, bibliotek og lignende, men er mer utsatt for støy og tettere på trafikkerte veier. De eldste eldre disponerer sjeldnere bil, og er derfor mer avhengig av godt kollektivtilbud og korte avstander.

Seniorene har langt lavere boutgifter sammenlignet med de yngre. Disse tallene gjenspeiler dels at seniorene har nedbetalt boliglånene sine, dels at de kjøpte da boligprisene var lavere, mens de yngre i større grad har (større) lån på boligene sine. Seniorer som leier bolig opplever boutgiftene som mer økonomisk belastende enn de som eier.

### Om datagrunnlaget

Tallgrunnlaget i denne artikkelen er hovedsakelig hentet fra registerbasert boforholdsstatistikk per 1.1.2023. Rundt 20 000 personer i alderen 67 år over som ikke regnes som privathusholdninger er ikke inkludert i boforholdsstatistikken. Flesteparten er personer vi antar er bosatt på institusjon, f.eks. omsorgsboliger eller sykehjem.

Det benyttes også data fra Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2023, der et av hovedtemaene er bolig. Levekårsundersøkelsen er en utvalgsundersøkelse som gjennomføres hvert år. I 2023 ble det trukket ut et landsrepresentativt utvalg på 11 589 personer fra den voksne befolkningen (16 år og over), og 48 prosent av disse svarte på undersøkelsen. Svarene ble samlet inn i perioden januar til juni 2023. I levekårsundersøkelsen 2023 har 80 år eller eldre lav svarprosent (34 prosent). Det er rimelig å anta at helserelaterte problemer er en del av årsaken til den lave deltakelsen blant de eldste eldre. Blant de yngre gruppene av seniorer er svarprosent betydelig høyere. Institusjonsbeboere er utelatt fra undersøkelsen. Det kan ha spesielt betydning for de eldste eldre. Ved å utelate institusjonsbeboere er det en viss fare for at de eldste som deltar, er noe «friskere» enn gjennomsnittet for denne aldersgruppen.

**Referanser**

- Aalandslid, V. (2024, 21. juni). Økende antall eldre, men fortsatt blant de yngste i Europa. Hentet fra Statistisk Sentralbyrå: <https://www.ssb.no/befolkning/folketall/artikler/okende-antall-eldre-men-fortsatt-blant-de-yngste-i-europa>
- Meld. St. 24 (2022–2023). Fellesskap og meistring — Bu trygt heime. Helse- og omsorgsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-24-20222023/id2984417/>
- Normann, T.M. (2022, 6. desember). Økt formue og boligformue blant eldre. Hentet fra Statistisk Sentralbyrå: <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/inntekt-og-formue/artikler/okt-formue-og-boligformue-blant-eldre>
- Omholt, E. L. (2024, 26. september). Større økonomisk ulikhet blant seniorer. Hentet fra Statistisk Sentralbyrå: <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/inntekt-og-formue/artikler/storre-okonomisk-ulikhet-blant-seniorer>
- Oppøyen, M. S. (2023). Boforhold i Norge – Historiske trender. <https://www.ssb.no/bygg-bolig-og-eiendom/bolig-og-boforhold/artikler/boforhold-i-norge>
- Oppøyen, M. S. (2024, 13. desember). Kraftig økning i bokostnader for boligeiere. Hentet fra Statistisk Sentralbyrå: <https://www.ssb.no/bygg-bolig-og-eiendom/bolig-og-boforhold/statistikk/boforhold-levekarsundersokelsen/artikler/kraftig-okning-i-bokostnader-for-boligeiere>
- Revold, M., Sandvik, L. og With, M. L. (2018). Bolig og boforhold – for befolkningen og utsatte grupper. Rapporter 2018/13. Kapittel 2, side 17. Oslo/Kongsvinger. Hentet fra: <https://www.ssb.no/bygg-bolig-og-eiendom/artikler-og-publikasjoner/bolig-og-boforhold>
- Sandlie, H. C. og Gulbrandsen, L. (2016) Temadel 3: Eldres boligformue og boligvalg. I Sørvoll, J., Sandlie, H. C., Nordvik, V. og Gulbrandsen, L. (red.) Eldres bolisituasjon – Bolgmarked og boligpolitikk i lys av samfunnets utvikling. NOVA Rapport 11/2016
- Statistisk sentralbyrå (2023, 13. desember). Boforhold, levekårsundersøkelsen. Hentet fra Statistisk Sentralbyrå: [www.ssb.no/bo](https://www.ssb.no/bo)
- Statistisk sentralbyrå (2024, 24. januar). Boforhold, registerbasert. Hentet fra Statistisk Sentralbyrå: [www.ssb.no/boforhold](https://www.ssb.no/boforhold)

**Helse**

## 6. Mange seniorer har god helse

*Seniorer flest har god helse, de røyker mindre og er mer aktive, samtidig rapporterer mange om varig sykdom og helseplager. Fire av ti eldre 80-89 år mottar omsorgstjenester, dette øker til åtte av ti for de over 90 år, og de fleste av disse bor fortsatt hjemme.*

Elin Skretting Lunde og Linda Allertsen

Levealderen har økt for både menn og kvinner, og de store etterkrigskullene har blitt eldre. Det har gitt en betydelig økning i antall seniorer i befolkningen, og denne utviklingen vil fortsette ifølge [SSBs befolkningsframskrivninger](#). Generelt sett har eldre i dag bedre helse og funksjonsnivå enn tidligere generasjoner, men fortsatt lever mange med ulike sykdommer og nedsatt funksjonsevne (Strand m.fl. 2023). I denne artikkelen vil vi se nærmere på seniorennes (55+) levevaner, herunder risikofaktorer som røyking og alkoholbruk, men også helsetilstand, begrensninger i hverdagen og bruken av ulike helse- og omsorgstjenester.

Mange av dagens eldre føler seg yngre enn de faktisk er. Blant hjemmeboende eldre (60 år og over), oppga nesten ni av ti, at de følte seg betydelig yngre enn sin biologiske alder. 14 år i gjennomsnitt for mennene og 13 år for kvinnene (Langballe m.fl. 2023). Så hvor mange år med god helse kan dagens eldre forventes å få? I henhold til indikatoren Healthy Life Years (HLY), estimert av Eurostat, kan norske seniorer i snitt forvente 15 friske leveår ved 65 års alder.

Antallet friske leveår har vært forholdsvis stabil de siste ti årene, og variert mellom 15,9 år i 2019 (pre-korona), og 14,5 år i 2022. HLY indikerer at nordmenn i gjennomsnitt blir omtrent 80 år, før funksjonsnedsettelse og sykdom for alvor setter inn. Behovet for helse- og omsorgstjenester øker rundt 80-årsalder, noe vi kommer tilbake til senere i artikkelen.

**Healthy Life Years (HLY)**

Det beregnes rater basert på dødelighetsdata og helsedata. For helsedataene er det vanlig å benytte levekårsundersøkelsen EU-Silc som kilde. Ratene beregnes for både nyfødte og for seniorer 65 år og eldre. Tallene publiseres for alle EU og EØS land på Eurostats hjemmesider. Det gjøres oppmerksom på at estimatene kan bli påvirket av både innsamlingsmetode og hvordan man stiller helsespørsmålene. Mer om dette i notatet fra 2010: [Forventet antall leveår i god helse \(HLY\) - SSB](#).

**Om datagrunnlaget**

I denne artikkelen ser vi på seniorennes (55 år og eldre) helse og bruk av omsorgstjenester. Registerdata bidrar med tall over bruk av helse- og omsorgstjenester, men registrene kan ikke si noe om den subjektive oppfattelsen av helsetilstand. Derfor benyttes også intervjudata, og hovedsakelig data fra levekårsundersøkelsen EU-Silc (Statistics on income and living conditions) som i Norge gjennomføres av SSB.

Det er særlig undersøkelsen gjennomført i 2022 som benyttes i artikkelen, fordi denne årgangen har en utvidet helsemodul. Noen få helsespørsmål stilles årlig, derfor benyttes det av og til data fra andre årganger av levekårsundersøkelsen også. I tillegg blir helseundersøkelsen, både eldre årganger og de nyere kalt EHIS (European health interview survey) fra 2015 og 2019, benyttet der det er relevant. Mer informasjon om de ulike undersøkelsene er tilgjengelig i dokumentasjons-rapportene, og lenke til disse finnes under referansene.

Det kan være visse utfordringer knyttet til det å benytte intervjudata, blant annet er frafallet blant personer over 80 år større enn blant yngre. Så for å få en mer robust gruppe har vi i denne artikkelen valgt å se på 75 år og eldre, som de eldste eldre når data fra levekårsundersøkelsen Silc analyseres. Se mer om aldersgrupper i egen boks.

Det er ofte de friskeste eldre som sier ja til å delta i intervjuundersøkelser. Eldre på institusjon er ikke inkludert i utvalgene, og disse er ofte sykere enn hjemmeboende eldre. Institusjonsboere blir likevel inkludert i artikkelen via registerdata fra helse- og omsorgstjenestene. Andelen som bor på institusjon er klart størst blant de aller eldste.

**Aldersinndelingen brukt i tabeller og figurer i denne artikkelen**

I første del av artikkelen som baserer seg på levekårsdata:

- 55 år og eldre: Seniorbefolkningen
- 55–66 år: Yngre eldre
- 67–74 år: Eldre
- 75 år og eldre: Eldste eldre

Under 55 år blir enkelte steder brukt som referansegruppe.

For bruk av helse- og omsorgstjenester som omtales i artikkelen er dette gjeldende aldersinndeling:

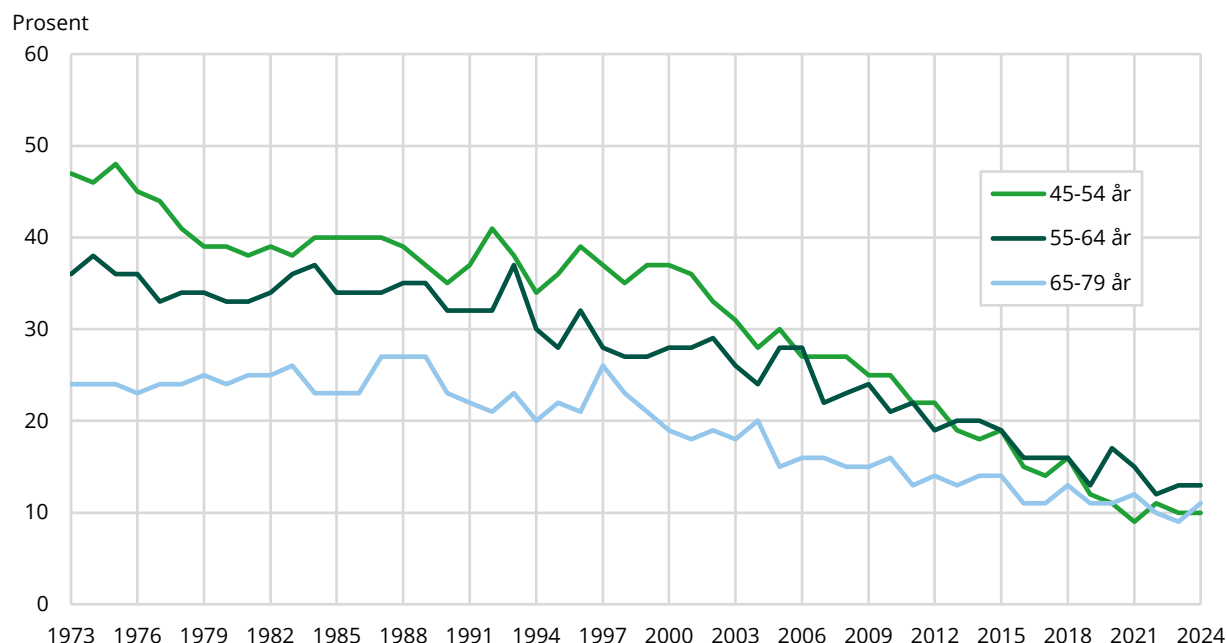
50–66 år, 67–79 år, 80–89 år og 90 år eller eldre.

**6.1. Færre seniorer som røyker enn tidligere**

Å røyke har stor negativ effekt på helsen og særlig for utvikling av hjertesykdom, kreft og luftveislidelser. Flere av dagens eldre var unge på en tid hvor dagligrøyking fortsatt var en majoritetsadferd og symboliserte sosial status (Lund og Vedøy 2024). Men vedvarende fokus på helserisikoen ved å røyke regelmessig, og ulike tiltak i lovverk og avgiftspolitik, har over tid bidratt til at antallet røykere er langt lavere enn før. At forholdsvis få seniorer bruker tobakksprodukter daglig er positivt, særlig med tanke på å holde seg friske lenger.

Det er færre blant de eldste (75 +) som bruker et tobakksprodukt som røyk eller snus, enn blant yngre eldre ifølge levekårsundersøkelsen Silc. Mens 24 prosent yngre eldre røyker eller snuser daglig, gjelder det 9 prosent av de eldste eldre. Daglig tobakksbruk er vanligst blant dem under 55 år, med en andel på 27 prosent, og her er det særlig snusbruk som drar opp andelen.

Ifølge SSBs røykestatistikk har det vært en stor nedgang i andel som røyker daglig, og særlig blant middelaldrende og yngre eldre. Det er også en klar nedgang blant eldre i alderen 65 til 79 år, hvor andelen som røyker daglig har sunket fra en topp på slutten av 80-tallet (27 prosent) til dagens nivå på 11 prosent. Lenge var det flest dagligrøykere blant middelaldrende. Nå er forskjellene mellom gruppene små, men det er litt flere røykere blant yngre eldre. Andelen som røyker daglig i befolkningen sett under ett ligger på 8 prosent, og færrest finner vi blant unge 16–24 år (2 prosent).

**Figur 6.1 Andel personer som røyker daglig, etter utvalgte aldersgrupper. Prosent. 1973-2024<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> Treårig glidende gjennomsnitt frem til 1991, fra 1992 vises tall for det enkelte år.

Kilde: Statistisk sentralbyrå, Statistikkbanktabell 05307

Tidligere var det flere menn enn kvinner som røyket daglig. Nå er det færre forskjeller mellom kjønnene, både i befolkningen og blant seniorene. Blant middelaldrende og eldre ligger andelen som røyker på 10–11 prosent for begge kjønn, mens i aldersgruppen 55–64 år er det en svak overvekt av kvinner, 14 vs. 12 prosent. Det er også en sosial komponent, seniorer med kort utdanning røyker mer enn seniorer med lang utdanning.

## 6.2. En av tre seniorer drikker flere ganger i uken

Hyppig inntak av alkohol er forbundet med økt helserisiko, både i form av ulike sykdommer, som kreft, hjerneslag og leversykdommer, og også utsatthet for vold og ulykker. I de nye kostholds-rådene er det anbefalt å drikke så lite alkohol som mulig, siden det ikke kan påvises en trygg nedre grense for å ivareta god helse og et godt liv (Helsedirektoratet 2024). Samtidig er alkohol det vanligste rusmiddelet i Norge, og åtte av ti i befolkningen (16+) oppgir at de har drukket alkohol det siste året.

En av tre seniorer drikker alkohol daglig eller noen ganger i uken, og flest finner vi iblant eldre 67 til 74 år (36 prosent). Det er nesten like mange som blant yngre eldre, mens andelen er noe lavere blant de eldste eldre, 28 prosent. Mens blant unge og voksne under 55 år er andelen lavere, én av fem. I denne aldersgruppen er det vanligst å drikke alkohol noen ganger i måneden.

Andelen som sjelden drikker, er nokså lik mellom aldersgruppene, mens andelen som *ikke* har drukket alkohol det siste året, er høyest blant de eldste eldre (75+). Selv om eldre drikker alkohol oftere enn unge gjør, drikker de sjeldnere mye på en gang (Bye m.fl. 2023).

Menn har ofte et mer risikofylt drikkemønster enn kvinner, og det er flere menn enn kvinner som drikker alkohol regelmessig i samtlige aldersgrupper. I seniorgruppene 55-66 år og 67-74 år drikker hhv. 34 og 40 prosent av mennene, mot 23 og 31 prosent av kvinnene, flere ganger i uken. Også blant de eldste eldre (75 +) er andelen større blant menn enn kvinner.

Eurostat har en indikator som viser andel som drikker en skadelig mengde alkohol, dvs. mer enn 20 gram ren alkohol i snitt *per dag* for kvinner (drøyt 1,5 enheter) og mer enn 40 gram daglig for menn

(drøyt 3 enheter). Ifølge data fra EHIS-undersøkelsen, er det få som oppgir et skadelig alkoholforbruk i befolkningen, 3 prosent. Denne andelen er lik i 2015 og 2019 undersøkelsen. Det er også 3 prosent som har et skadelig forbruk blant eldre, med unntak av de eldste eldre (80 +). Der ligger andelen på 1 prosent. Vi finner kun små forskjeller mellom menn og kvinner for skadelig alkoholbruk.

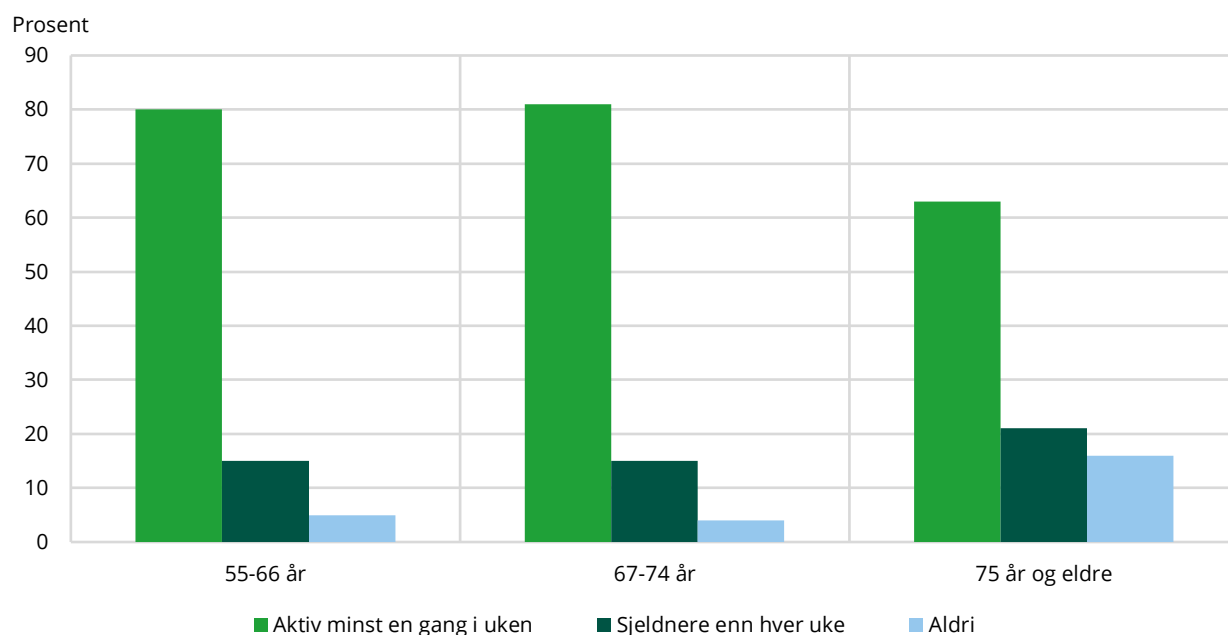
### 6.3. Seniorer flest er fysisk aktive

Mens regelmessig bruk av røyk, snus og alkohol påvirker helsen negativt, kan fysisk aktivitet derimot bidra positivt. Å være aktiv kan bidra til reduksjon av ulike plager og gi økt velvære og trivsel. Fysisk aktivitet kan være alt fra lett bevegelse, mosjon eller trening. I levekårsundersøkelsen er det fysisk aktivitet som innebærer at man blir andpusten eller svett på fritiden som skal registreres, og kun aktiviteter som varer i minst 10 minutter sammenhengende.

Eldre flest er aktive, og 75 prosent av seniorbefolkningen oppgir at de er fysisk aktive minst en gang i uken, 17 prosent er det sjeldnere enn ukentlig, mens 8 prosent aldri er aktive. Dette i motsetning til de under 55 år, hvor 85 prosent er i fysisk aktivitet ukentlig, mens 3 prosent aldri er det.

Som vist i figur 6.2 synker andelen som regelmessig er i aktivitet med økende alder, men først ved 75 års alder. Da går andelen markant ned, fra 81 prosent blant yngre eldre, til 63 prosent blant de eldste eldre. Det er også noen flere som sjelden er aktive i denne gruppen, mens andelen som aldri er fysisk aktiv øker til 16 prosent.

**Figur 6.2 Andel seniorer som er fysisk aktive ukentlig, sjeldnere enn ukentlig eller aldri etter utvalgte aldersgrupper. Prosent. 2022**



Kilde: Lavekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Menn er fysisk aktive litt oftere enn kvinner, men forskjellene er ikke store for seniorene som helhet. Dette mønsteret endrer seg når vi ser på de eldste eldre (75 +), her er det færre kvinner (58 prosent) enn menn (69 prosent) som er i ukentlig aktivitet. Og dobbelt så mange kvinner (22 prosent) som menn (10 prosent) oppgir at de aldri er fysisk aktive.

Det er flere som er i ukentlig aktivitet blant eldre med lang utdanning, enn i gruppene med kortere utdanning. Ikke uventet er det blant de eldste (75 +) at forskjellene er mest markante, hvor 49

prosent er aktive ukentlig blant eldre med kort utdanning, mot 74 prosent blant eldre med lang utdanning.

For å kunne si noe om utviklingen over tid, må vi benytte en annen datakilde og se på et lignende spørsmål stilt i helseundersøkelsen EHIS; om hvor *ofte man trener eller mosjoner på fritiden*. Der ser vi en nedgang i andelen som oppgir at de aldri mosjonerer, fra 31 prosent i 2015, til 23 prosent i 2019, blant personer 75 år og eldre. Andelen som mosjonerer minst en gang i uken blant de eldste har også gått opp, fra 59 prosent til 65 prosent i samme periode, noe som tyder på at eldre ble mer aktive i perioden.

#### 6.4. Flere seniormenn enn kvinner med overvekt

På tross av at mange seniorer er aktive, er det også en del som sliter med vekta. Overvekt kan bidra til økt sykkelighet, mens fedme også kan bidra til økt dødelighet. Det er flere overvekt og fedme<sup>3</sup> enn normalvektige som sliter med ulike belastningslidelser, diabetes type 2 og økt risiko for hjerte- og karlidelser, som høyt blodtrykk og kolesterol. I Norge er det en betydelig andel av befolkningen (18+) som lever med overvekt (37 prosent) og fedme (16 prosent). Og slik er det også i resten av verden, hvor andelene ligger på henholdsvis 43 og 16 prosent ifølge WHO (2024).

Det er fortsatt mange som får i seg for mye mettett fett, salt og sukker via kosten (Helsedirektoratet 2022). Og det er ikke uvanlig å ha en forholdsvis stillesittende livsstil, både hjemme og på jobb. Generelt sett øker vekten med alderen, og når en topp blant middelaldrende og yngre eldre, mens det er færre med overvekt og fedme blant eldre og eldste eldre. I seniorbefolkningen (55 år +) er det 59 prosent som har enten overvekt eller fedme, 66 prosent av mennene og 50 prosent av kvinnene.

Det er flere menn enn kvinner i alle aldersgrupper som rapporterer om overvekt, og kjønnsforskjellene er til dels store. Et lignende mønster finner vi blant yngre eldre (55 til 66 år) med fedme, mens det knapt er noen forskjell etter kjønn for eldre 67 til 74 år. Blant de eldste eldre (75 år +) finner vi litt flere kvinner enn menn med fedme.

**Tabell 6.1 Andel personer med BMI som indikerer overvekt eller fedme etter utvalgte aldersgrupper og kjønn. Prosent. 2022**

|                                | 55-66 år |         | 67-74 år |         | 75 år og eldre |         |
|--------------------------------|----------|---------|----------|---------|----------------|---------|
|                                | Menn     | Kvinner | Menn     | Kvinner | Menn           | Kvinner |
| Overvekt eller fedme (BMI 25+) | 74       | 50      | 64       | 50      | 53             | 50      |
| Overvekt (BMI 25<30)           | 51       | 36      | 47       | 34      | 44             | 37      |
| Fedme (BMI=>30)                | 23       | 14      | 17       | 16      | 9              | 13      |

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Hos eldre kan også lav vekt være en utfordring, og særlig om man blir sengeliggende en periode med sykdom kan det være fint å ha noe å «gå på». I de to eldste aldersgruppene rapporterer 3 prosent av kvinnene om undervekt, mens ingen av de eldste mennene i undersøkelsen gjør det.

Gjennomsnittsvekten har økt de siste 20 årene, både blant folk flest og i seniorbefolkningen. Og det er særlig antall personer med fedme som ser ut til å ha økt, når vi sammenligner med BMI-tall fra helseundersøkelsen fra 2002. I løpet av denne tyveårsperioden har andelen yngre eldre med fedme nesten doblet seg, fra 10 til 19 prosent. Vi ser også en viss økning blant eldre og eldste eldre. Og det er særlig blant mennene at andelen med fedme har gått opp. I og med at fedme kan gi økt risiko for sykdom og død, kan en slik utvikling på sikt påvirke helsetilstanden negativt.

<sup>3</sup> Overvekt og fedme vil si en BMI lik eller over 25. Høyde og vekt er selvrapportert i levekårsundersøkelsene til SSB. For mer informasjon om BMI, se egen tekstboks.

**BMI**

WHO klassifiserer BMI, som vil si kroppsmasseindeks (kg/m<sup>2</sup>) for voksne på denne måten: BMI under 18,5 er undervekt, mens 18,5 til 24,9 anses som normalvekt. BMI på 25 til 29,9 er overvekt. Og fedme er klassifisert til en BMI på 30 og høyere.

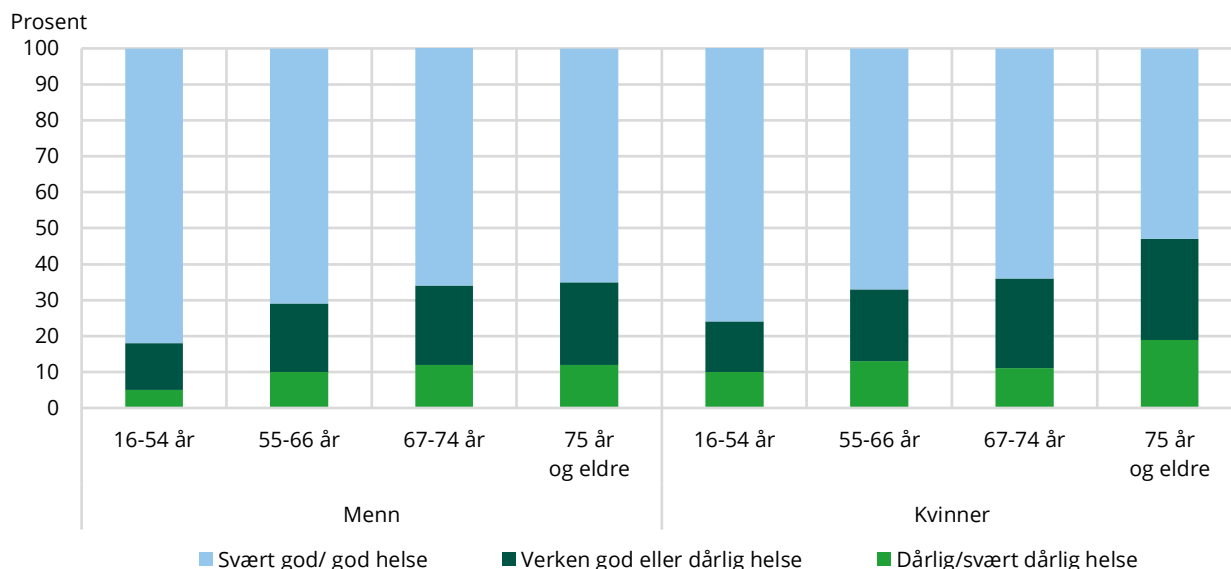
Det er viktig å presisere at BMI-målet ikke skiller mellom fett- og muskelmasse, dermed kan en person med mye muskler fremstå som lett overvektig. Videre tar dette målet ikke hensyn til hvordan fettet er fordelt på kroppen. En opphopning av fett rundt magen er f.eks. ansett for å kunne gi økt risiko for sykdom ifølge WHO. Høyde og vekt er selvrapportert i levekårsundersøkelsene (EU-Silc og EHIS).

## 6.5. Seniorer flest har god helse

Hva slags levevaner vi har påvirker helsen vår, og god helse representerer en viktig levekårsressurs for unge og eldre. Det kan være vanskelig å måle subjektiv helse, men et mye brukt mål er spørsmålet om *egenvurdert helse*. Dette spørsmålet har i flere studier også vist seg å kunne si noe om risiko for tidlig død (DeSalvo m.fl. 2006, Benyamini 2011). Alle i levekårsundersøkelsen blir spurt om å vurdere sin egen helsetilstand «alt i alt» via fem svaralternativer, og det er ikke dagsformen som skal rapporteres, men den generelle opplevelsen av egen helse.

I befolkningen under ett er det tre av fire som oppfatter egen helse som svært god eller god. Helsen reduseres sakte med økende alder, og i aldersgruppen 75 + er det fortsatt mange som synes helsa er god, nesten seks av ti. Det er få seniorer som rapporterer om dårlig eller svært dårlig helse. Både blant yngre eldre (55-66 år) og eldre (67-74 år) er det 11 prosent, mens andelen blant de eldste (75 år +) øker til 16 prosent. En forklaring på at det er såpass få eldre som føler helsen er dårlig, er at mange justerer forventningene til egen kropp og egne prestasjoner med alderen. Bevegelsesproblemer eller problemer med pusten kan f.eks. oppfattes som en naturlig del av alderdommen for en person på 77 år, mens det for en 17-åring oppleves langt mer begrensende å ikke kunne holde tritt med andre jevnaldrende. I tillegg er som nevnt ikke personer bosatt på institusjon, som syke- og pleiehjem, inkludert i levekårsundersøkelsene. Noen av de sykeste eldste blir derfor ikke inkludert.

**Figur 6.3** Andel personer med svært god og god helse, verken god eller dårlig helse eller dårlig og svært dårlig helse, etter alder og kjønn. Prosent. 2022



Kilde: Lavekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Menn og kvinner kan oppleve helsen ulikt på grunn av biologiske forskjeller, men også på grunn av sosiale eller kulturelle forventninger. Det er flere menn enn kvinner som vurderer egen helse som

god, og det er litt flere kvinner enn menn som mener egen helse er dårlig. Størst er kjønnsforskjellen i gruppen 75 år og eldre. Vi ser også at andelen som oppgir verken god eller dårlig helse øker jo eldre man blir, 28 prosent av kvinnene 75 år og eldre synes helsen er verken god eller dårlig.

Personer med høyere utdanning har ofte bedre helse, og dette kan skyldes flere faktorer, inkludert bedre tilgang til helseinformasjon, sunnere livsstilsvalg og bedre arbeidsforhold. Utdanning gir også større muligheter for å forstå og navigere i helsevesenet. Det er flere med lang enn kort utdanning, som oppgir god helse i alle tre aldersgrupper. Blant de eldste varierer andelen fra 47 prosent med kort utdanning, til 69 prosent blant dem med høy utdanning. Og vi kan se et lignende mønster for dårlig og svært dårlig helse, med henholdsvis 22 og 9 prosent.

Egenvurdert helse er et av spørsmålene som stilles årlig i Silc-undersøkelsene, og tall fra siste tiår (2014 - 2023) finnes tilgjengelig via [Eurostats statistikkbank](#). For 75 år og eldre-gruppen er andelen som rapporterer om god helse ganske stabil over tid, og vi kan se en viss økning i 2023. Mens andelen som oppgir dårlig helse stort sett varierer mellom 13 og 16 prosent i perioden.

### Halvparten av seniorene lever med kroniske lidelser

Til tross for at mange seniorer vurderer egen helse som god, rapporterer drøyt halvparten å ha langvarige sykdommer eller helseplager. Økt levealder og gode helsetjenester og medisiner, medfører at mange lever lenge med ulike helseproblemer. Tallene omtalt her omfatter helseplager som har vart, eller forventes å vare, i minst seks måneder eller mer, også lidelser som kommer og går er inkludert så lenge de er av varig natur. Alvorlighetsgraden vil veksle, fra plagsomme allergier til ulike hjerte- og karlidelser og kreft.

Forekomsten av sykdom øker med alderen og er ikke uventet høyest i de to eldste aldersgruppene, hvor 56 prosent rapporterer varig sykdom eller helseplager. Selv om kvinner lever lenger enn menn, lever de også lenger med sykdom. Fra midten av livet øker forekomsten av helseplager for begge kjønn, men mer for kvinner enn for menn. Forskjellen er størst blant yngre eldre, hvor 56 prosent kvinner og 46 prosent menn rapporterer om varig sykdom og helseproblemer. Forskjellen er mindre blant eldre 67-74 år, mens andelen ligger på henholdsvis 59 prosent av de eldste kvinnene, mot 53 prosent av de eldste mennene (75 +), som vist i tabell 6.2.

**Tabell 6.2 Andel med varig sykdom og helseproblemer, etter alder og kjønn. Prosent. 2022**

|                | Alle | Menn | Kvinner |
|----------------|------|------|---------|
| 16-54 år       | 33   | 29   | 38      |
| 55-66 år       | 51   | 46   | 56      |
| 67-74 år       | 56   | 54   | 57      |
| 75 år og eldre | 56   | 53   | 59      |

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Forekomsten av kroniske sykdommer er ulikt sosialt fordelt. Seks av ti i seniorbefolkningen oppgir varig sykdom blant personer med kort utdanning, mot rundt halvparten blant dem med utdanning på videregående- eller høyere nivå. Forskjellen er størst i den eldste aldersgruppen (75 år og eldre), her er det 70 prosent blant de eldste med kort utdanning som oppgir å ha en eller flere varige sykdommer.

Andelen som rapporterer varig sykdom har økt de siste ti årene, og særlig blant yngre eldre 55 til 64 år, fra 40 prosent i 2014 til 54 prosent i 2023. En lignende utvikling ser vi blant eldre opp til 74 år. Mens blant de eldste eldre (75+) er utviklingen mer stabil, og har de siste årgangene ligget på rundt 54-57 prosent med varig sykdom. Selv om mange eldre har kroniske sykdommer og helseplager, kan disse ofte holdes i sjakk med medisinsk behandling og god tilrettelegging.

Det er ikke uvanlig at eldre lever med flere kroniske sykdommer samtidig, kalt «multimorbiditet», og vi kan anta at andelen vil økte parallelt med en økende andel eldre i befolkningen. En forskningsgruppe i England har anslått at andelen personer mellom 30 og 90 år med flere kroniske sykdommer vil øke fremover, fra 54 prosent i 2019 til 72 prosent i 2049. Den største økningen vil skje blant personer under 65 år, og økningen vil være høyere blant kvinner og blant personer med lav sosial status. Siden befolkningen i England og Norge har mange likheter, kan denne forskningen også være relevant for norske forhold (Spjeldnæs, 2024).

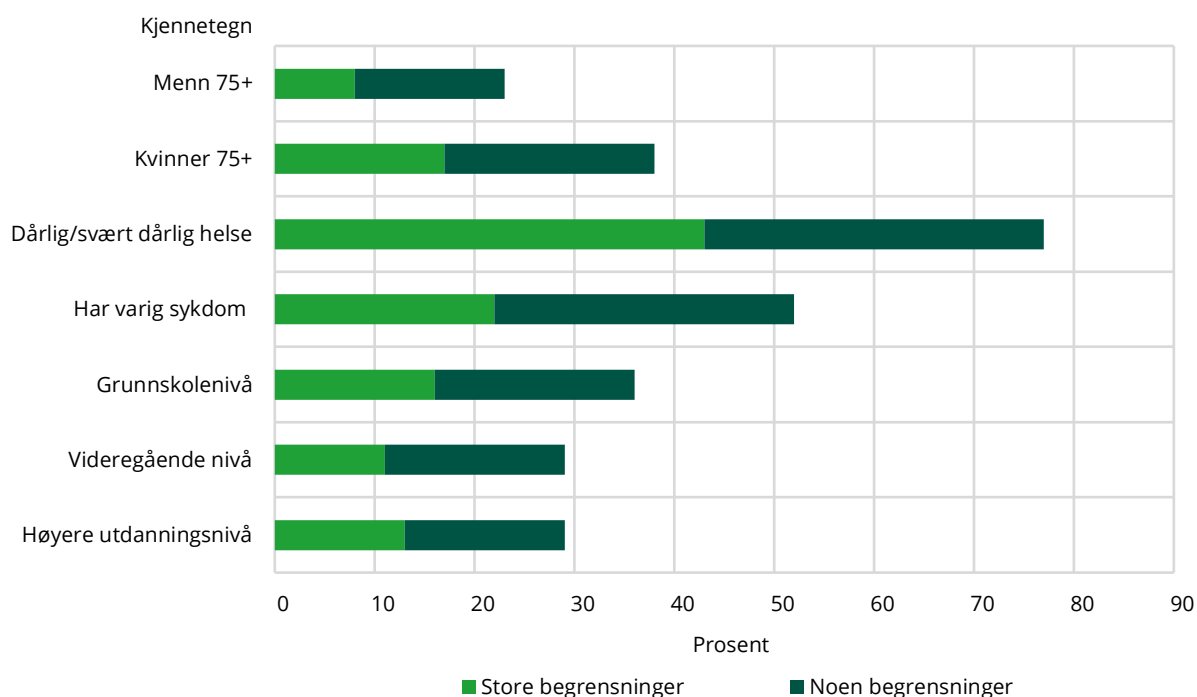
### Flere kvinner enn menn har begrensninger i hverdagen

Mange eldre opplever at det kan være vanskeligere enn før å delta i ulike aktiviteter. Det kan være på grunn av fysiske, psykiske eller kognitive plager. Og det er ikke uvanlig med vonde ledd, problemer med pusten, eller hørselsproblemer, særlig blant de eldste. Vi kan benytte spørsmålet om begrensninger i hverdagen på grunn av et helseproblem, kalt GALI (Global Activity Limitation Index) til dette formålet.

Det er 30 prosent av seniorenne (55+) som oppgir å ha en form for begrensning i hverdagen; 20 prosent har *noen* begrensninger, mens 10 prosent oppgir *store* begrensninger. Dette er høyere enn i befolkningen generelt, hvor andelen ligger på henholdsvis 13 og 5 prosent.

I alle aldersgruppene oppgir kvinner en høyere andel med begrensninger enn menn, og særlig i den eldste aldersgruppen (75+). I figur 6.4 ser vi nærmere på de eldste, og det er særlig dårlig helse som virker inn på andelen med begrensninger i hverdagen. Blant eldre (75+) med dårlig eller svært dårlig helse er det 43 prosent med store begrensninger, mens 34 prosent oppgir noen begrensninger.

**Figur 6.4 Andel personer 75 år og eldre som har noen eller store begrensninger i hverdagen, etter kjønn, helsetilstand og utdanning. Prosent. 2022**



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Om man lever med kronisk sykdom eller helseplager ser ikke ut til å påvirke begrensninger i hverdagen like mye som dårlig helse, omtrent halvparten med varig sykdom oppgir store eller noen begrensninger. Som tidligere nevnt kan «varig sykdom» også inneholde en del plager og lidelser som det går fint an å leve godt med, via behandling og medisiner. Videre er det mange eldre som

justerer forventningene til egen funksjonsevne ved å tilpasse seg de vanligste helseutfordringene, og disse kan rapportere om færre begrensninger enn de faktisk opplever (Cabrero-Garcia m.fl. 2021).

Spørsmål om begrensninger i hverdagen stilles også hvert år i levekårsundersøkelsen Silc, og tall for de siste ti årene viser at andelen med store begrensninger har variert en del mellom årgangene, fra 9 prosent (i 2018), til 15 prosent (i 2016) for personer over 75 år. Samlet har andelen med noen eller store begrensninger variert mellom en av fire og en av tre eldre (75 år og over) i samme periode. Det ser ut til å være en økning mellom 2022 og 2023, samtidig har det vært noen mindre brudd i tidsserien, se tekstboks.

#### Endring i datagrunnlag

I 2021 ble det innført en ny frafallsvekt som kan gi mindre endringer i prosentandelene, rundt ett prosentpoeng i enkelte aldersgrupper for tidligere årganger publisert hos Eurostat. Frem til og med 2022 ble spørsmål om begrensninger i hverdagen stilt til de som oppgav varig sykdom eller plager og/eller de som hadde funksjonsnedsettelse og skade, i 2023 ble bare varig syk brukt som filter inn mot spørsmålet om begrensninger. Ordlyden i spørsmålet ble også endret litt, fra «Skaper noe av dette begrensninger i å utføre vanlige hverdagsaktiviteter?» i 2022, til «Begrenser helseproblemene hva du kan gjøre i hverdagen?» i 2023 undersøkelsen. Dette kan ha gitt opphav til litt endret rapportering.

#### Mange eldre har lettere hørselsvansker

Funksjonsevnen vil variere over livsløpet og kan svekkes på grunn av sykdom, skade eller høy alder. Den kan være midlertidig nedsatt, som når man brykker et ben, eller det kan være permanent, noe det ofte er for de eldste. I levekårsundersøkelsen 2022 stilles det spørsmål om både syn, hørsel, evne til å gå (for eksempel i trapper), egenpleie (å kunne vaske og kle seg uten hjelp), konsentrasjon og hukommelse, og evnen til å kommunisere med andre. Disse seks spørsmålene omtales ofte som Washington Group Short Set, og kan også brukes som en indeks for å si noe mer generelt om funksjonsevnen.

#### Utforming av spørsmålene

I levekårsundersøkelsen Silc er disse spørsmålene stilt todelt, først et innledende spørsmål «Hender det at det er vanskelig for deg å gå, for eksempel i trapper?» Og personer som svarer ja, får et oppfølgingsspørsmål hvor de kan gradere problemene, om det er litt vanskelig, veldig vanskelig eller kan ikke (i det hele tatt). Det er få personer som har svart veldig vanskelig eller kan ikke på disse spørsmålene, selv blant de eldste, og vi har inkludert kategorien «litt vanskelig» i den videre analysen.

En av fem seniorer har synsvansker, selv ved bruk av briller. Men for de fleste er det snakk om lettere vansker. Det er forholdsvis små forskjeller mellom aldersgruppene, og flest finner vi blant yngre eldre (55 til 66 år). Problemer med synet kan gjøre det vanskelig å lese avisen og bruke mobil og nettbrett, mens mer alvorlige synsproblemer kan gjøre det vanskelig å forlate hjemmet sitt uten hjelp.

Hørselsvansker, selv med bruk av høreapparat, er tettere knyttet opp mot alder enn synsvansker er, og øker for hver aldersgruppe. Fra 26 prosent blant yngre eldre, til 41 prosent blant de eldste (75 år +). Men for de fleste er det mindre hørselsproblemer det er snakk om. Det er bare 4 prosent som oppgir at det er veldig vanskelig å høre blant de eldste. Men dette kan også være knyttet opp mot bruken av telefonintervju, som kan påvirke deltakelsen til personer med sterkt nedsatt hørsel.

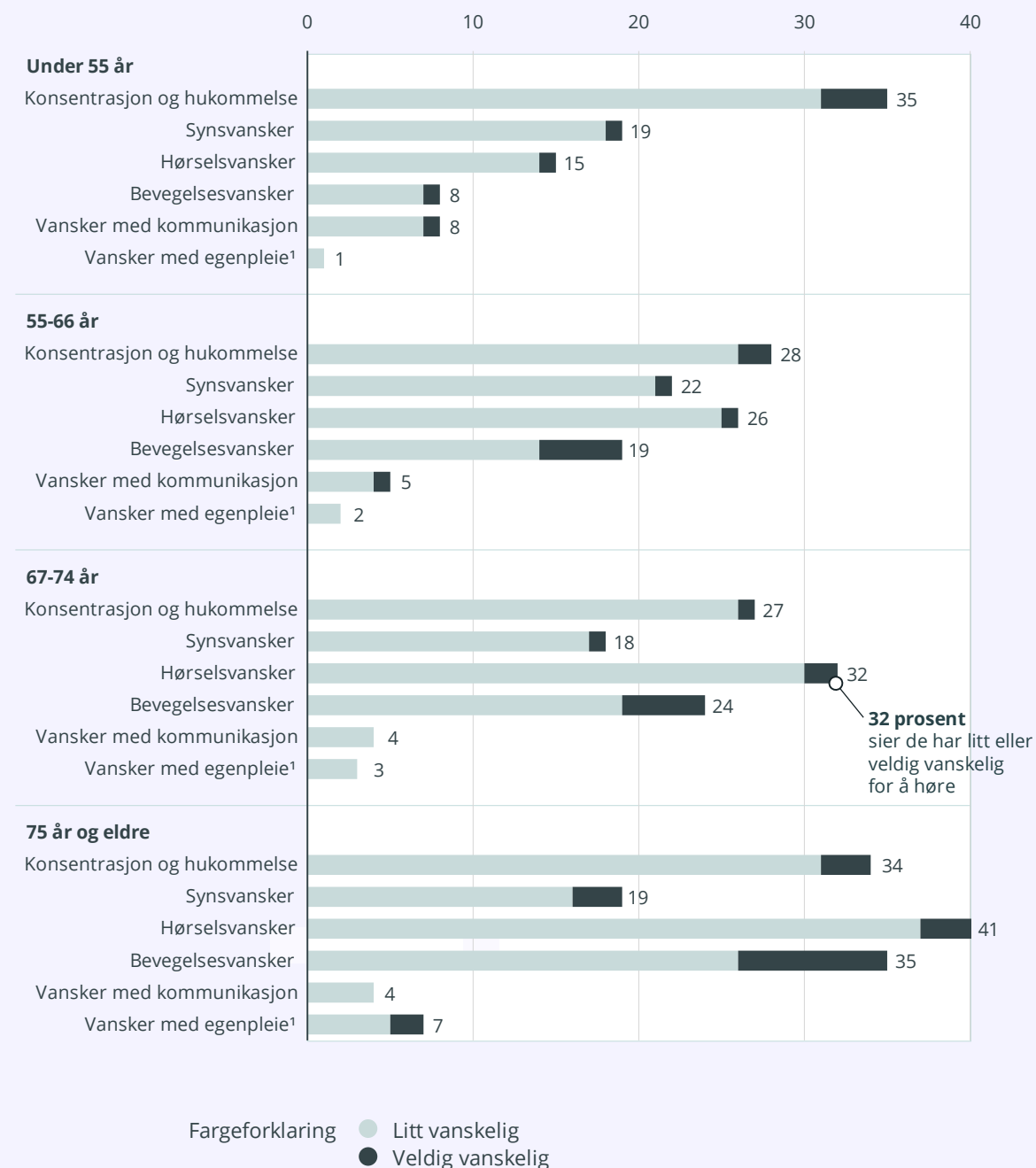
**Figur 6.5 Andel med funksjonsvansker etter alder. Prosent. 2022**

## Funksjonsvansker

Diagrammet viser andel av befolkningen som har vansker med syn, hørsel, bevegelse, konsentrasjon og hukommelse, egenpleie<sup>1</sup> eller kommunikasjon.

### Andel av befolkningen med ulike funksjonsvansker

Prosent



<sup>1</sup> Egenpleie her vil si å kle av og på seg eller vaske seg alene uten hjelp. Kilde: EU-SILC, 2022.



Vi ser også en økning med alderen blant seniorer med bevegelsesvansker, og særlig for de eldste eldre; fra 8 prosent blant yngre enn 55 år, og opp til 35 prosent for de over 75. Det er flest som oppgir lettere vansker, men nesten en av ti finner det veldig vanskelig å gå, f.eks. i trapper, blant de eldste eldre.

Det er få hjemmeboende seniorer som har problemer med å kle på eller av seg selv, eller vaske seg uten hjelp, såkalt egenpleie, og særlig blant yngre eldre. Andelen øker noe og ligger på 7 prosent blant de eldste eldre (75 år +). Å ha vansker med egenpleie tyder på mer alvorlige funksjonsnedsettelse, hvor det kan være nødvendig å få hjelp til klesskift eller kroppsvask fra en partner eller hjemmetjenesten. Det er også få seniorer som oppgir at de har problemer med å kommunisere eller snakke med andre mennesker, og her er det omtrent ingen forskjeller mellom aldersgruppene, som ligger på henholdsvis 4 og 5 prosent. Andelen er faktisk litt høyere blant personer under 55 år enn over, 8 prosent. Det kan tyde på at spørsmålet, som primært skal fange opp problemer med tale og forståelse, kanskje også får med vanskeligheter med å omgås andre, som lettere sosial angst.

Det er mange, både unge og eldre, som oppgir at de har visse problemer med konsentrasjon og det å huske ting. Blant seniorene er andelen høyere for de eldste (75 +), 34 prosent, men det er få som oppgir store problemer, kun 3 prosent. Den høye andelen eldre med lettere vansker, kan tyde på at mange blir mer glemsomme med alderen. Mens for de eldste som oppgir store vansker, kan det for enkelte være en begynnende demenslidelse. Antallet personer med demenssykdom forventes å øke fremover, fordi andel eldre i befolkningen øker (Strand m.fl. 2021).

For å si noe om forskjellen mellom kvinner og menn, velger vi oss ut gruppen 67 år og eldre. Det er særlig blant personer med bevegelsesvansker, at vi finner langt flere kvinner (35 prosent) enn menn (24 prosent). Et lignende mønster finner vi blant eldre med konsentrasjons- og hukommelsesproblemer og synsvansker. Mens det er flere menn (39 prosent) enn kvinner (34 prosent) som oppgir vansker med hørselen, selv med bruk av høreapparat. Derimot er andelen som oppgir problemer med egenpleie lik for begge kjønn, 5 prosent.

### Færre eldre med nedsatt bevegelsesevne

Vi kan se en positiv utvikling over tid i eldres bevegelsesevne når vi benytter data fra helseundersøkelsene. I 1985 lå andelen eldre 67 til 79 år, som hadde vansker med enten å gå i trapper eller en 5 minutters tur i noenlunde raskt tempo, på 33 prosent, mens i 2019 var denne andelen halvert (16 prosent). Nedgangen har ikke vært like stor blant de eldste eldre (80 år og over), hvor den har endret seg fra 55 til 44 prosent i samme periode. Eller blant yngre eldre (50-66 år), hvor andelen har gått ned fra 15 til 9 prosent. Andel eldre som rapporterer om bevegelsesvansker, har vært forholdsvis stabil i de nyeste undersøkelsene. Det har vært en nedgang blant både menn og kvinner, og menn rapporterer generelt sett om bedre bevegelsesevne enn kvinner gjør, noe vi også ser i Silc-undersøkelsen. (Bevegelsesevne måles ikke likt i de to undersøkelsene, se mer i tekstboks).

#### Mål på bevegelsesevne

Bevegelsesvansker måles ikke likt mellom de to undersøkelsene Silc og EHIS/Iku helse. Som nevnt benytter Silc ett spørsmål for å måle bevegelsesevnen: «Hender det at du har problemer med å gå, for eksempel i trapper?». I helseundersøkelsene måles dette via to spørsmål; ved at man svarer ja på enten «Har du vansker med å gå en 5 minutters tur i noenlunde raskt tempo?» og/eller ja på spørsmålet «Har du vansker med å gå i trapper opp eller ned en etasje uten å hvile? Forskjell i måten spørsmålene stilles på kan være med og forklare hvorfor det er en høyere andel seniorer i gruppen 55 til 74 år som oppgir bevegelsesvansker i Silc – undersøkelsen.

Det er også delt inn i ulike svarkategorier. I helseundersøkelsen får alle som har svart ja, mulighet til å gradere vanskene i følgende kategorier: noen vansker, store vansker eller klarer ikke. I Silc undersøkelsen er <sup>graderingen</sup> annerledes, i form av: litt vanskelig, veldig vanskelig eller om de ikke kan gå i det hele tatt. I analysene i denne artikkelen har alle som har svart ja på spørsmål om bevegelsesevne i Silc telt med, uavhengig av gradering.

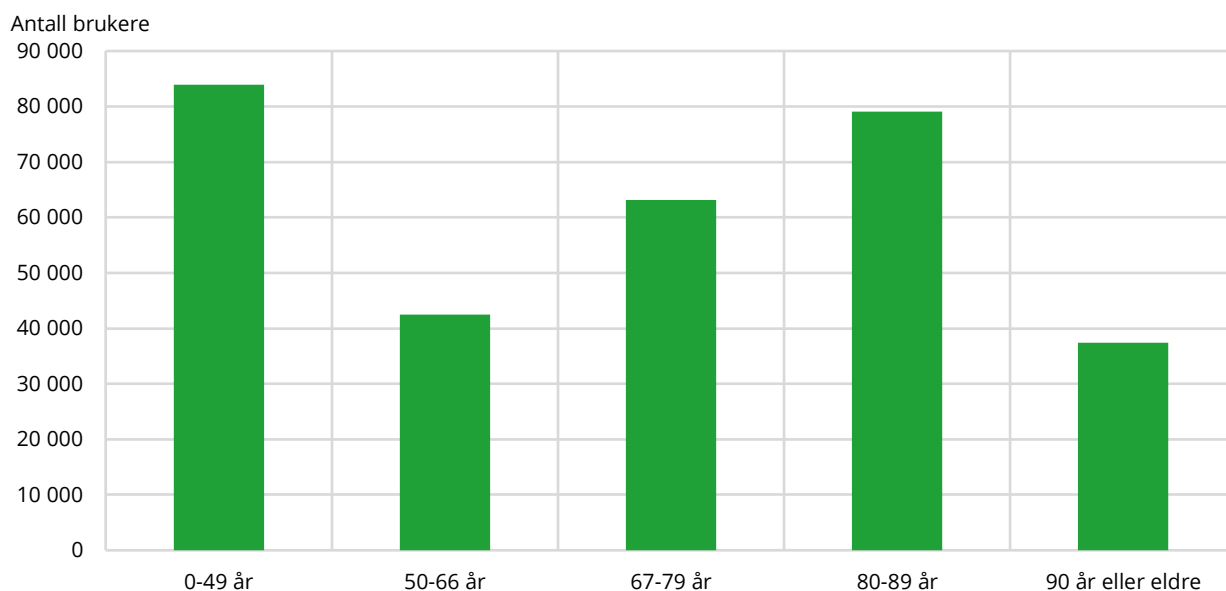
## 6.6. Brukere av helse- og omsorgstjenester

Vi har til nå sett at eldre rapporterer om dårligere helse og flere helseproblemer enn yngre, og at dette øker med alderen. Omsorgstjenester er ulike typer tilbud til personer som trenger helsemessig eller praktisk hjelp i sin hverdag, ofte på grunn av sykdom, svekket helse og nedsatt funksjonsevne. Noen får hjelp hjemme, mens andre mottar tjenestene på en institusjon, og SSBs statistikk over [sykehjem, hjemmetjenester og andre omsorgstjenester](#) har mer informasjon om dette.

Kommunene har ansvar for tjenestetilbudet til alle mennesker med behov for helse- og omsorgstjenester som oppholder seg i kommunen, og disse tjenestene er et tilbud for alle, uavhengig av deres alder, diagnose, målgruppe og andre forhold. Data fra kommunalt pasient- og brukerregister (KPR) viser at nær 400 000 mennesker fikk én eller flere omsorgstjenester i løpet av 2023. I SSBs statistikk formidles også data for et gitt telletidspunkt, per 31.12, og disse tallene brukes ved omtale av omsorgstjenester i denne artikkelen.

Ved utgangen av 2023 var det 306 000 personer som mottok omsorgstjenester i Norge, og av disse var 27 prosent, 84 000, under 50 år.

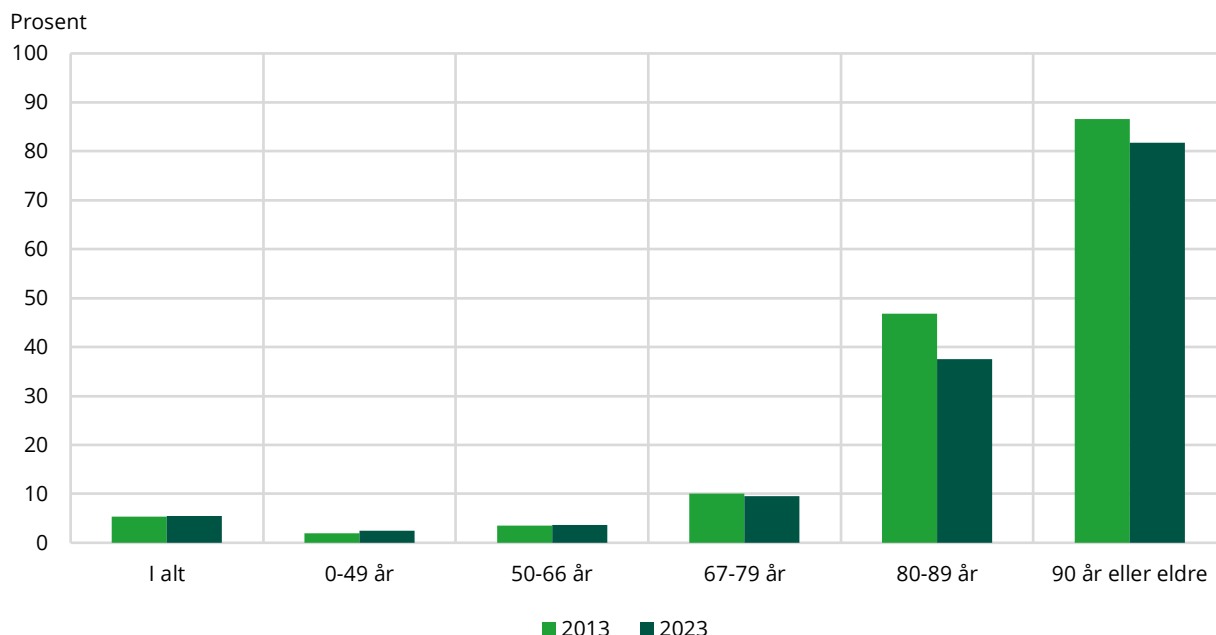
**Figur 6.6** Antall brukere av omsorgstjenester, etter alder. Per 31.12. 2023



Kilde: Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 06969

Figur 6.6 viser at 79 000 av de som fikk omsorgstjenester var i alderen 80-89 år, 62 200 var 67-79 år, og 42 500 var mellom 50 og 66 år. Bare 12 prosent av de med omsorgstjenester ved utgangen av 2023 var 90 år og eldre, det vil si 37 400 personer.

Ved å ta høyde for befolkningstall for de ulike aldersgruppene viser figur 6.7 et annet bilde, nemlig at sannsynligheten for at en person mottar en omsorgstjeneste, øker etter hvert som personen blir eldre.

**Figur 6.7 Brukere av omsorgstjenester. Prosent av befolkning etter alder. Per 31.12. 2013 og 2023**

Kilde: Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 06969

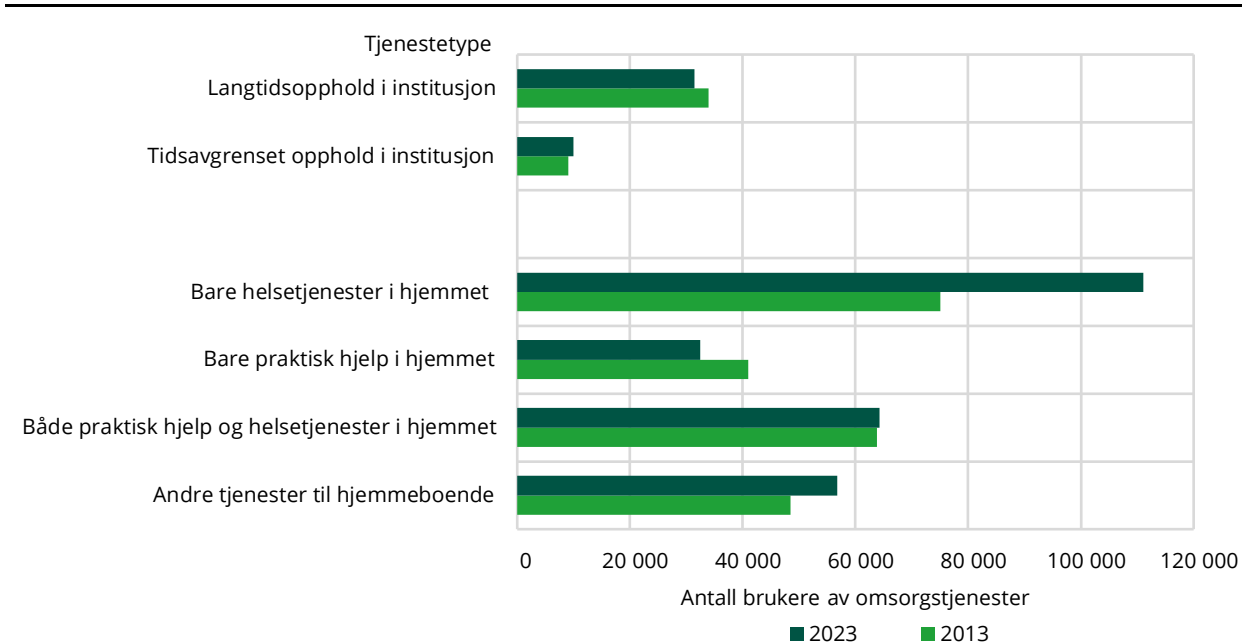
De aller fleste klarer seg uten omsorgstjenester til fylte 80 år, og det har vært gjeldende de siste årene, her vist med andel for 2013. I aldersgruppen 50-66 år fikk 4 prosent omsorgstjeneste gjennom kommunen, for de i alderen 67-79 år øker det til nær 10 prosent, mens for de i alderen 80-89 år var det 38 prosent med en eller flere omsorgstjenester ved utgangen av 2023. For de eldste har det vært nedgang i andel med omsorgstjeneste fra 2013.

### Type omsorgstjenester

Det er mange typer omsorgstjenester man kan få, og et skille man gjerne setter er hjemmetjenester og institusjon. Hjemmetjenester er en samlebetegnelse for helse- og omsorgstjenester som mottas av brukere som ikke bor på institusjon, men i egen bolig eller omsorgsboliger som er tilrettelagt for helse- og omsorgsformål. Omsorgsboligen er gjerne tilpasset personer med bevegelseshemninger, der enkelte omsorgsboliger kan ha bemanning hele eller deler av døgnet og beboer betaler leie til kommunen. I 2023 var det 8600 personer 80 år og eldre som bodde i omsorgsbolig med tilknyttet personell hele døgnet.

Den enkelte kan motta ulike typer hjemmetjenester som gjerne omtales som praktisk hjelp og helsetjenester i hjemmet, eller en kombinasjon av disse. Praktisk hjelp er bistand til dagliglivets gjøremål som personlig stell og måltider og opplæring til dette, samt brukerstyrt personlig assistanse (BPA). Helsetjenester i hjemmet er gjerne hjemmesykepleie, ergoterapi og fysioterapi. Befolkningen kan i tillegg motta aktiviserings- og servicetjenester, som støttekontakt, trygghetsalarm, matombrining og varslings- og lokaliseringsteknologi (GPS). Disse tjenestene har som formål å gi personer en tryggere tilværelse hjemme eller sosialisering utenfor hjemmet.

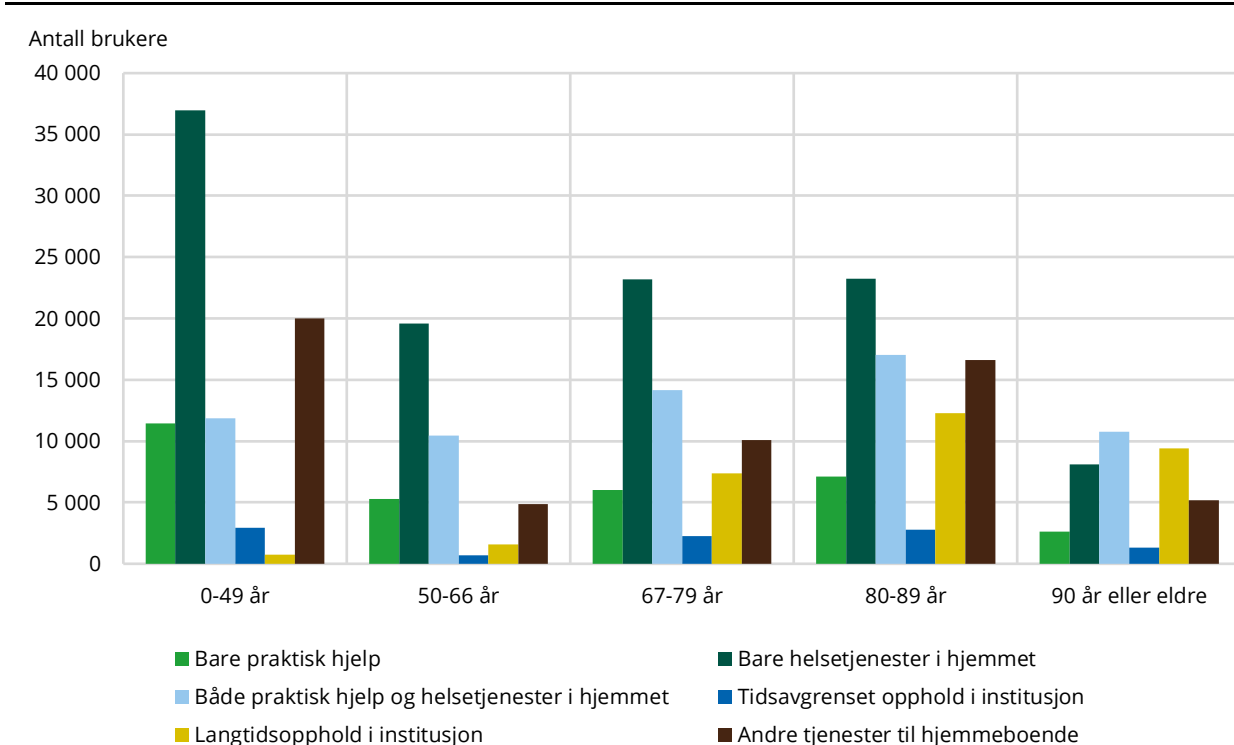
En person kan ha tidsbegrenset opphold eller langtidsopphold på institusjon, og sykehjem er institusjonstypen med flest brukere. I 2023 var det nær 39 750 plasser i sykehjem, vel 200 i aldershjem og 1 480 plasser i avlastningsboliger. I tillegg var det ca. 200 plasser i barnebolig, som også inkluderes i institusjonsbegrepet. Kommunene kan organisere tilbudet til innbyggerne som de ønsker, og plasser i aldershjem har gått kraftig ned de siste årene, fra 1257 plasser i 2013.

**Figur 6.8 Antall brukere av omsorgstjenester etter tjenestetype. Per 31.12. 2013 og 2023**

Kilde: Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 06969

Figur 6.8 viser antall unike brukere av omsorgstjenester ved utgangen av 2023, fordelt etter tjenestetyper. En person kan ha flere typer omsorgstjenester samtidig, men registreres her kun en gang. Det var i overkant av 111 000 personer som kun hadde helsetjenester i hjemmet ved utgangen av 2023, mot vel 75 000 i 2013. Antallet personer med langtidsplass på institusjon har i denne perioden blitt færre, mens det er noen flere med tidsbegrenset opphold på institusjon.

Hvilken type tjeneste er vanlig for de ulike aldersgruppene? Figur 6.9 viser tjenestetyper ved utgangen av 2023, fordelt på aldersgruppene.

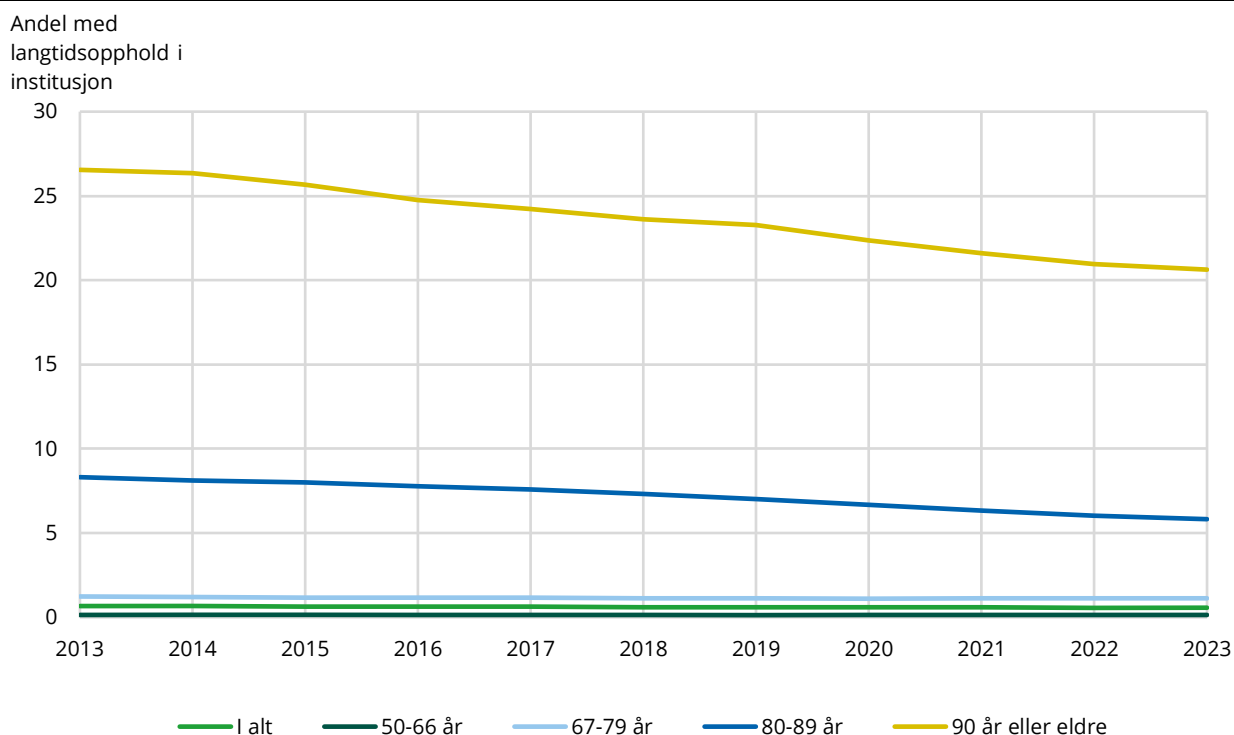
**Figur 6.9 Antall brukere av omsorgstjenester, etter tjenestetype og alder. Per 31.12. 2023**

Kilde: Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 06969

For alle aldersgrupper utenom de aller eldste er å få kun helsetjenester i hjemmet den mest vanlige type bistand fra kommunene, mens de aller eldste (90 år og eldre) også får praktisk hjelp i større grad.

Det er et mål at flest mulig skal kunne klare seg hjemme, og det har blitt vanligere for hjemmeboende å få kun helsetjenester. Siden 2013 har andelen av hjemmeboende over 90 år som mottar bare helsetjenester økt fra 13 til nær 18 prosent. For samme aldersgruppe, 90 år og eldre, var det nær 27 prosent med langtidsopphold i institusjon i 2013, mot nær 21 prosent i 2023. Figur 6.10 viser at det var nedgang for de i 80-årene også.

**Figur 6.10 Andel av befolkningen med langtidsopphold i institusjon, etter alder. Prosent. Utgangen av året, 2013–2023**



Kilde: Statistisk sentralbyrå. [Statistikkbanktabell 06969](#)

Samtidig har både beboere på sykehjem og brukere av hjemmetjenester et stadig større bistandsbehov. Personers bistandsbehov deles inn i tre nivåer; noe/avgrenset-, middels til stort-, og omfattende bistandsbehov, basert på en [vurdering av flere ulike sider ved personens ressurser og funksjon \(helsedirektoratet.no\)](#). De siste årene ser det ut til at terskelen for å få sykehjemsplass har blitt høyere, ved at en høyere andel av institusjonsbeboerne har et omfattende bistandsbehov. I 2013 hadde 81 prosent av beboerne på institusjon med langtidsopphold et omfattende bistandsbehov, mens andelen hadde økt til 87 prosent i 2023.

En høyere terskel for å få sykehjemsplass medfører gjerne at eldre personer i større grad blir henvist til hjemmetjenesten framfor sykehjem. Dette øker andelen med høyt bistandsnivå også for denne gruppen. For de med både praktisk hjelp og helsetjenester fra hjemmetjenesten gjaldt dette for 33 prosent, en økning fra 25 prosent i 2013. Samtidig hadde 7,2 prosent av dem med kun helsetjenester i hjemmet omfattende bistandsbehov, noe som også var gjeldende i 2013.

I tillegg til praktisk bistand og helsetjenester i hjemmet er det også andre typer hjemmetjenester den enkelte kan motta. For de i alderen 50–66 år var det eksempelvis 8 400 personer med bolig for helse- og omsorgsformål ved utgangen av 2023, mens 6 500 hadde støttekontakt og 6 100 trygg-

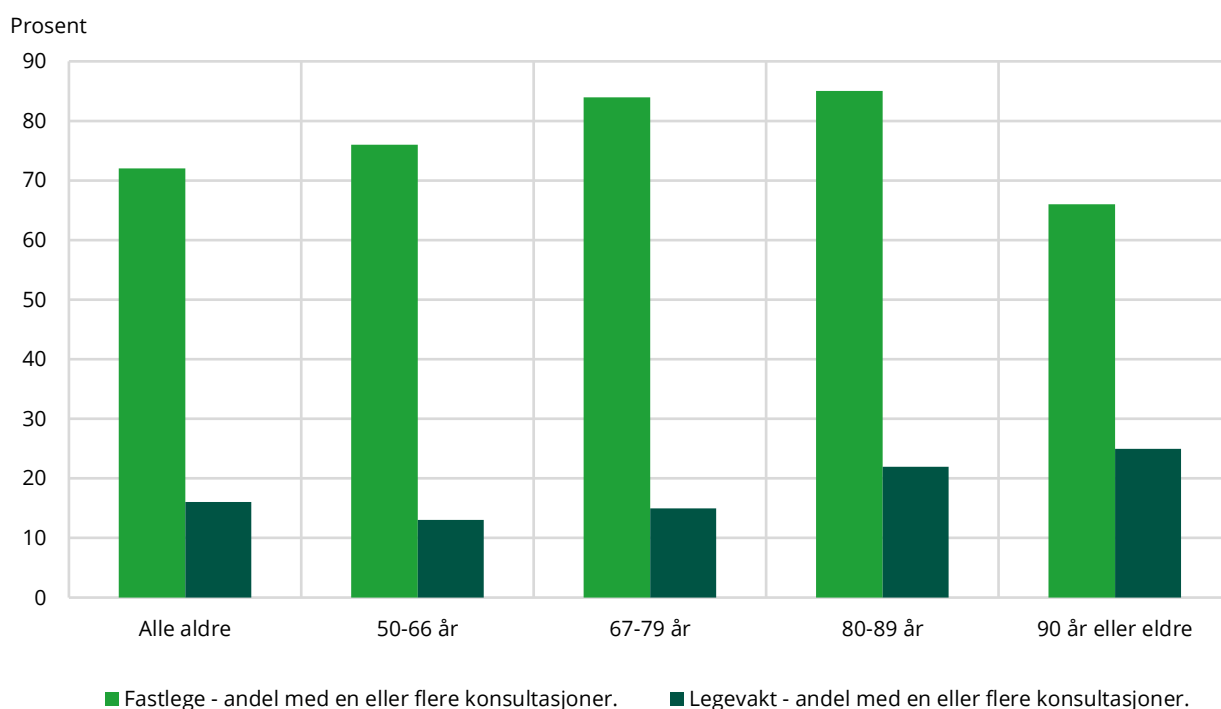
hetsalarm. Det er det likevel få i denne aldersgruppen som har disse tjenestene, under 1 prosent av befolkningen.

Mens bruken av enkelte tjenester øker etter alder, er det noen som er lite utbredt i alle aldersgrupper. Støttekontakt er en slik tjeneste, med under to prosent av de aller eldste (90 år og eldre). Matombringing og dagaktivitetstilbud er to tjenester som blir mer vanlig etter hvert som man blir eldre, gjeldende for henholdsvis 4 og 3 prosent av befolkningen i alderen 80–89 år, og for henholdsvis 12 og 7 prosent av de 90 år og eldre. Nær halvparten av de 90 år og eldre, 47 prosent, hadde trygghetsalarm.

### Bruk av allmennlegetjenester

[Fastleger og legevaktstjenesten](#) brukes av et flertall av befolkningen, og i løpet av et år har 72 prosent en eller flere konsultasjoner<sup>4</sup> hos fastlege. I gjennomsnitt hadde landets innbyggere 3 konsultasjoner hos fastlege i 2023, og 0,23 konsultasjoner hos legevakt. Figur 6.11 viser andel med en eller flere konsultasjoner i løpet av 2023 etter alder.

**Figur 6.11 Andel med en eller flere konsultasjoner hos fastlege og legevakt, etter alder. Prosent. 2023**



Kilde: Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanktabell 09535, Statistikkbanktabell 10903

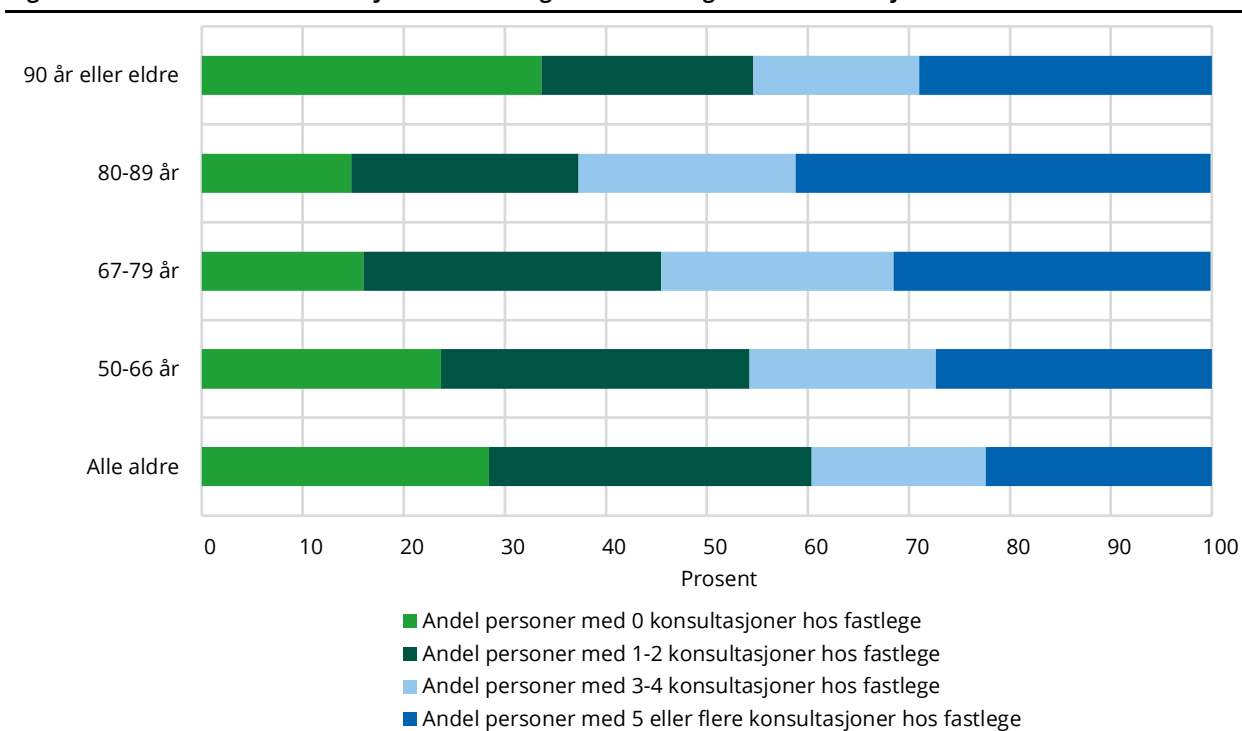
Andelen av de i alderen 50 år og eldre som har besøkt fastlege eller legevakt øker med alderen, fram til man blir 90 og eldre. Nedgangen for de aller eldste skyldes at flere får oppfølging av lege på sykehjem eller helsetjenester fra hjemmetjenesten, og figur 6.11 viser også en liten økning i bruk av legevakt.

Antall konsultasjoner hos fastlegen varierer også etter alder. Figur 6.12 viser at mens det for personer i alderen 50–66 år var 27 prosent som hadde minst 5 konsultasjoner i løpet av 2023, gjaldt dette for 41 prosent av de i 80-årene.

<sup>4</sup> En konsultasjon har i utgangspunktet vært definert som et fysisk møte mellom lege og pasient i legepraksisens lokaler, der legen foretar en medisinsk utredning. Fra og med 2013 har også noen av de elektroniske kontaktene mellom lege og pasient blitt klassifisert som konsultasjon.

Et høyt antall konsultasjoner skyldes gjerne at det er behov for henvisning til spesialist, men også at pasienter med varige helseplager og mer alvorlige sykdommer har behov for oppfølging av sin fastlege. For de i alderen 50-66 år var det 24 prosent som ikke møtte fastlegen i 2023.

**Figur 6.12 Andel med konsultasjoner hos fastlege etter alder og antall konsultasjoner. Prosent. 2023**



Kilde: Statistisk sentralbyrå, [Statistikkbanktabell 09535](#)

## 6.7. Oppsummering

Det er flere eldre i dag enn tidligere, de lever lenger og mange har god helse. Drøyt seks av ti seniorer har god eller svært god helse, og andelen som rapporterer om dårlig helse er lav. Likevel rapporterer halvparten om varig sykdom eller lidelse.

Funksjonsevnen endrer seg over livsløpet, og særlig for personer 75 år og eldre. Vanligst er det med hørselsvansker og bevegelsesvansker. En reduksjon i funksjonsevnen er en viktig grunn til at eldre i snitt bruker mer helse- og omsorgstjenester enn yngre gjør.

Bruken av omsorgstjenester øker kraftig etter fylte 80 år, og kommunale tjenester tilpasses stadig mer til hjemmeboende eldre med høyt bistandsbehov. Samtidig ser vi en nedgang i bruken av institusjonstjenester som sykehjem, i tråd med mål om at flere skal klare seg hjemme.

*Denne artikkelen er inspirert av Berit Otnes helseartikler i Seniorer i Norge 2010.*

## Referanser

- Benyamini Y. Why does self-rated health predict mortality? An update on current knowledge and a research agenda for psychologists. *Psychol Health* 2011; 26: 1407 – 13.
- Cabrero-García J, Rico-Juan JR, Oliver-Roig A. Does the global activity limitation indicator measure participation restriction? Data from the European Health and Social Integration Survey in Spain. *Qual Life Res.* 2022 May;31(5):1335-1344. doi: 10.1007/s11136-021-03057-z. Epub 2021 Dec 9. [Does the global activity limitation indicator measure participation restriction? Data from the European Health and Social Integration Survey in Spain - PMC](#)
- DeSalvo KB, Bloser N, Reynolds K et al. Mortality prediction with a single general self-rated health question. A meta-analysis. *J Gen Intern Med* 2006; 21: 267 – 75
- Eurostat. Hazardous alcohol consumption Indicator: Link: [ECHI - European Core Health Indicators - European Commission](#)
- FHI (2024). Om Kommunalt pasient- og brukerregister (KPR). <https://www.fhi.no/he/kpr/innhold-i-kpr/>
- Helsedirektoratet (2024a). [Dette bør du spise – nye nasjonale kostråd fra Helsedirektoratet - Helsedirektoratet](#)
- Helsedirektoratet (2024b). Registrering av helse- og omsorgsdata i kommunen. <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/registrering-av-iplos-data-i-kommunen/om-funksjonsvurdering-og-skarinndeling#vurdering-av-bevege-seg-innend%C3%B8rs-og-utend%C3%B8rs>
- Helsedirektoratet (2022). Utviklingen i norsk kosthold. Rapport IS-3054. Oslo: Helsedirektoratet. Tilgjengelig fra: <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/utviklingen-i-norsk-kosthold/Utviklingen%20i%20norsk%20kosthold%202022%20-%20Kortversjon.pdf?download=false>
- Langballe, Ellen Melbye mfl. (2023): [Subjective age and the association with intrinsic capacity, functional ability, and health among older adults in Norway.](#) *Eur J Ageing.*, 2023. Doi: 10.1007/s10433-023-00753-2
- Lillegård, Magnar og Jorun Ramm. Forventet antall leveår i god helse (HLY). Notater 32/2010. Statistisk sentralbyrå. [Forventet antall leveår i god helse \(HLY\) - SSB](#)
- Lund, K.E. og Vedøy, T.F. (2024). 'Da alle røykte'. Det sosiokulturelle klima for sigarettøyking i Norge i 1960-årene. *Tidsskriftet forebygging.no*, (16). <https://doi.org/10.21340/qtjq-qq72>
- Bye, Elin Kristin og Ingeborg Margrete Rossow. Alkoholbruk i den voksne befolkningen. Oppdatert 22.12.2023 [Alkoholbruk i den voksne befolkningen - FHI](#)
- Otnes, Berit. Seniorer i Norge 2010. Statistisk sentralbyrå.
- Regjeringen (2023). «Regjeringen la fram ny eldrereform»: <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/regjeringen-legger-frem-ny-eldrereform/id2985291/?expand=factbox2985295>
- Regjeringen (2022). Omsorgstjenesten. <https://www.regjeringen.no/no/tema/helse-og-omsorg/helse--og-omsorgstjenester-i-kommunene/omsorgstjenesten/id426407/>
- Statistisk sentralbyrå (2025). Sykehjem og hjemmetjenesten i Norge: <https://www.ssb.no/helse/helsetjenester/artikler/sykehjem-og-hjemmetjenesten-i-norge>
- Statistisk sentralbyrå (2024a). Allmennlegetjenesten. <https://www.ssb.no/helse/helsetjenester/statistikk/allmennlegetjenesten>

Statistisk sentralbyrå (2024b). Rusundersøkelsen 2024, dokumentasjonsnotat 2024/47.

[Rusundersøkelsen 2024 – SSB](#)

Statistisk sentralbyrå (2024c). Sjukeheimar, heimetenester og andre omsorgstenester. [Sjukeheimar, heimetenester og andre omsorgstenester – SSB](#)

Statistisk sentralbyrå (2022). Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2022, dokumentasjonsnotat 2022/36 [Levekårsundersøkelsen 2022. Dokumentasjonsnotat – SSB](#)

Statistisk sentralbyrå (2021). Om statistikkbanktabellene for Sykehjem, hjemmetjenester og andre omsorgstjenester. [Om statistikkbanktabellene for Sjukeheimar, heimetenester og andre omsorgstenester – SSB](#)

Statistisk sentralbyrå (2020). Levekårsundersøkelsen om helse 2019, dokumentasjonsnotat 2020/36 [Levekårsundersøkelsen om helse 2019 - SSB](#)

Statistisk sentralbyrå (2016). Levekårsundersøkelsen om helse 2015, dokumentasjonsnotat 2017/09 [Levekårsundersøkelsen om helse 2015 - SSB](#)

Statistisk sentralbyrå, ulike levekårsundersøkelser fra andre årganger og med ulike tema kan nås via denne lenken: [Levekår – SSB](#)

Strand, Bjørn Heine, Margarete Erika Maria Torgersen Vollrath og Vegard Fykse Skirbekk. Helse hos eldre i Norge, Folkehelse rapporten. Folkehelseinstituttet, 2023. [Helse hos eldre - FHI](#)

Strand, Bjørn Heine, Margarete Erika Maria Torgersen Vollrath og Vegard Fykse Skirbekk. Demens omtalt i Folkehelse rapporten, Folkehelseinstituttet 2021. [Demens - FHI](#)

Spjeldnæs, Amanda Hylland. Hvor mange vil være multimorbide om 30 år? Tidsskr Nor Legeforen 2024 Vol. 144. doi: 10.4045/tidsskr.24.0302

WHO (2024). Faktaark om overvekt og fedme. [Obesity and overweight \(who.int\)](#)

**Tidsbruk**

## 7. Hvordan bruker seniorer tiden sin?

*Seniorer bruker mindre tid på husholdsarbeid nå sammenliknet med for 20 år siden. Tid til fritid har blitt redusert noe og seniorer bruker mer tid på inntektsgivende arbeid nå enn tidligere på 2000-tallet.*

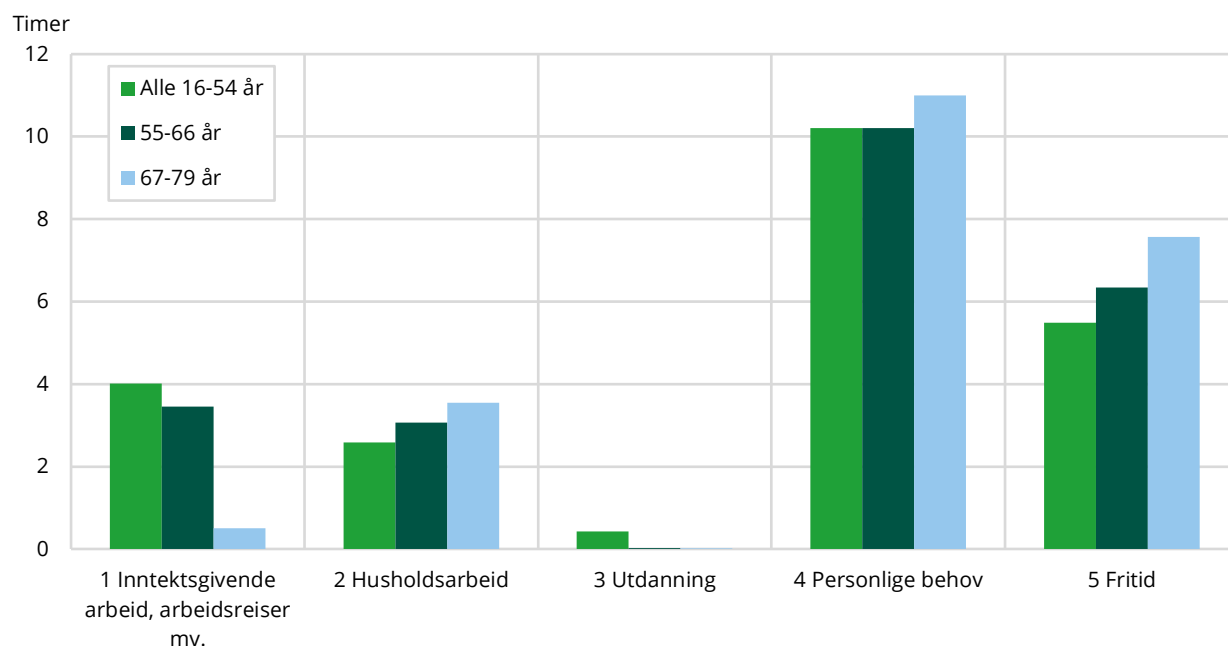
Elisabeth Rønning

I denne artikkelen skal vi gi en oversikt over hvordan seniorer bruker tiden sin i dag. Vi skal se nærmere på hvor aktive de er, og hvilke aktiviteter de bruker tiden sin på. Vi vil også se nærmere på hvilke forskjeller vi ser mellom seniorer og til sist se på hvordan seniorers tidsbruk har endret seg de siste 20 årene.

### 7.1. Mer fritid når man blir eldre

Tidsbruksundersøkelsen fra 2022 viser at seniorer generelt (55-79 år) og spesielt de eldre (67-79 år), bruker svært liten tid til inntektsgivende arbeid i forhold til yngre aldersgrupper. Dette er ikke overraskende, da sysselsettingsandelen synker raskt fra fylte 62 år. I artikkelen [En av tre seniorer er i jobb](#), ser vi at 34 prosent av seniorbefolkningen var i jobb i 2023, men at andelen i jobb synker med alder. Vi ser også et klart skille i tid brukt til inntektsgivende arbeid når vi sammenlikner yngre eldre og de som er eldre. De fleste yngre eldre er fortsatt i inntektsgivende arbeid, og bruker 3 timer og 46 minutter på inntektsgivende arbeid på en gjennomsnittsdag. De eldre seniorenene bruker 51 minutter på en gjennomsnittsdag.

Tid til inntektsgivende arbeid synker altså med alder, mens Tidsbruksundersøkelsen viser at tid til ulønnet arbeid, som husarbeid, vedlikeholdsarbeid, omsorg og hjelp til barn og andre i husholdet, kjøp av varer og tjenester og hjelp til andre husholdninger med alderen. De eldre seniorenene (67-79 år) bruker omtrent 50 minutter mer på husholdsarbeid på en gjennomsnittsdag enn yngre eldre (55-66 år). De eldre bruker også 40 minutter mer til personlige behov. Personlige behov omfatter søvn, hvile, det å dusje, stelle seg, kle av og på seg samt tid brukt på måltider. De eldre har nær 1 ½ time mer fritid enn yngre eldre. Det skjer altså en del endringer i tidsbruk når personer i seniorbefolkningen går fra å bruke mye tid på inntektsgivende arbeid til å pensjonere seg. Dette frigjør mer tid til andre aktiviteter.

**Figur 7.1 Tid brukt til ulike aktiviteter en gjennomsnittsdag, etter aldersgruppe. 2022. Timer og minutter**

Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, Statistisk sentralbyrå

### Om tidsbruksundersøkelsen

Tidsbruksundersøkelsen har blitt gjennomført omtrent hvert 10. år siden 1971. I 2022 ble et utvalg på 8800 personer i alderen 9-79 år trukket ut til å delta i undersøkelsen. 34 prosent, eller 3077 personer deltok.

Tidsbruksundersøkelsen 2022 ble gjennomført fra oktober 2022 til oktober 2023. Dataene ble samlet inn ved hjelp av en webapplikasjon som deltakerne hentet opp på mobiletelefon, nettbrett eller PC. Tidligere år har tidsbruksdataene blitt samlet inn ved hjelp av papirdagbøker. I undersøkelsen ble de bedt om å føre opp hva de gjorde i to døgn. De skrev inn hva de gjorde, hva de eventuelt gjorde samtidig, hvor de var og hvem de var sammen med så detaljert som intervaller på 10 minutter. I tillegg svarte de på en del bakgrunnsspørsmål om seg selv og sin husholdning i den samme webapplikasjonen. På grunn av noe frafallsskjevhet blir svarene vektet slik at de skal være representative for befolkningen i Norge.

Aktiviteter som er kortvarige og gjøres samtidig som andre aktiviteter vil ikke fanges opp godt i dette undersøkelsesdesignet, men Tidsbruksundersøkelsen gir et godt bilde av hvilke hovedaktiviteter personer gjør i løpet av et døgn.

### Aldersinndeling brukt i denne artikkelen

Tidsbruksundersøkelsen er en utvalgsundersøkelse gjennomført for personer i alderen 9 til 79 år. Det betyr at vi ikke har tall for de aller eldste i denne artikkelen. Stort sett skiller vi i figurene mellom yngre eldre (55-66 år) og eldre (67-79 år). Sammenligningsgruppen er personer 16-54 år.

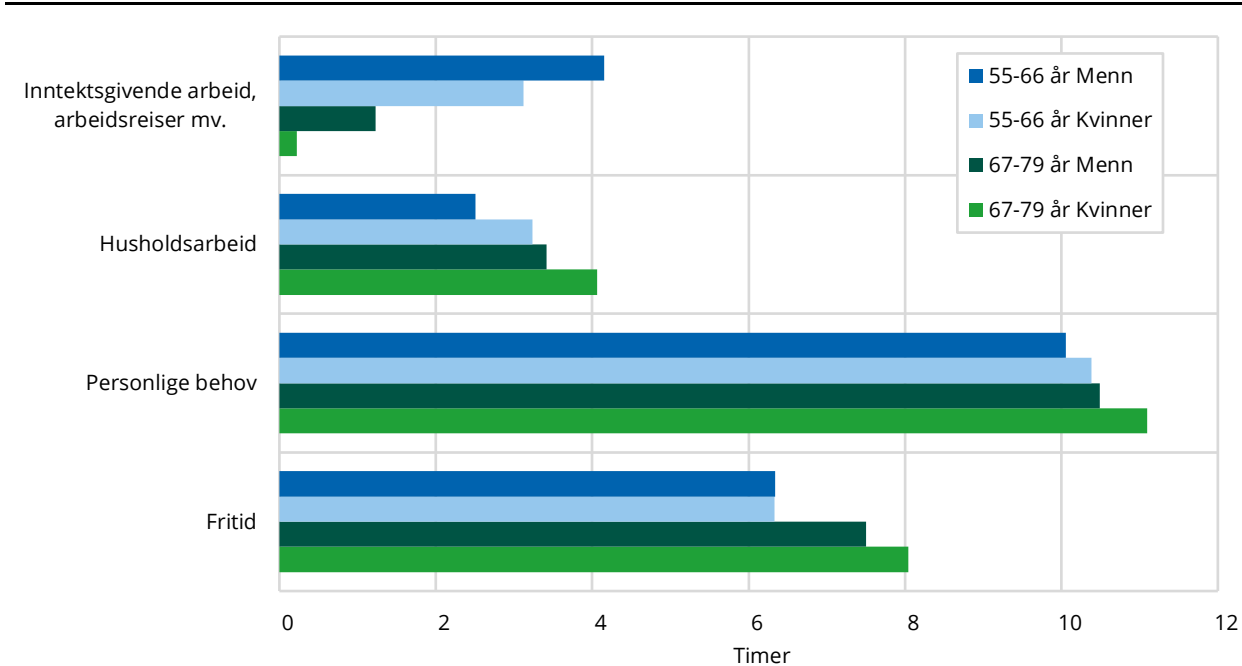
- 16-55 år: Sammenligningsgruppe
- 55-66 år: Yngre eldre
- 67-79 år: Eldre

## 7.2. Menn bruker mer tid på inntektsgivende arbeid enn kvinner

Det er store forskjeller i hvordan kvinner og menn, både blant yngre eldre og de eldre seniorene, bruker tiden sin. Blant de yngre eldre, ser vi at menn bruker omtrent 1 time mer per dag til inntektsgivende arbeid enn kvinnene gjør, 4 timer og 15 minutter mot 3 timer og 12 minutter blant de yngre eldre kvinnene. De yngre eldre kvinnene bruker samtidig i overkant av en halv time mer på husholdsarbeid enn mennene gjør, nær 3 ½ time mot i underkant av 3 timer blant menn. Kvinnene bruker altså mer tid på husholdsarbeid enn på inntektsgivende arbeid, mens menn bruker mest tid på inntektsgivende arbeid. Vi ser at yngre eldre menn og kvinner har like mye fritid.

Også blant de eldre ser vi at menn bruker omtrent 1 time mer på inntektsgivende arbeid på en gjennomsnittsdag enn de eldre kvinnene. De eldre mennene bruker 1 time og 23 minutter på inntektsgivende arbeid. Kvinnene derimot har redusert sin tid til inntektsgivende arbeid kraftig, og bruker i gjennomsnitt kun 22 minutter på slikt arbeid daglig. Samtidig går tid brukt på husholdsarbeid kraftig opp for denne aldersgruppen, både for kvinner og menn. De eldre kvinnene bruker i overkant av 4 timer på husholdsarbeid en gjennomsnittsdag, mens menn bruker nær 3 timer og 45 minutter. Vi ser at det er litt mindre forskjell på menn og kvinners tid til husholdsarbeid blant de eldre seniorene, de mellom 67 og 79 år. De eldre kvinnene har litt mer fritid enn de eldre mennene, i overkant av 8 timer en gjennomsnittsdag mot 7 timer og 50 minutter blant menn.

**Figur 7.2 Tid brukt til ulike aktiviteter en gjennomsnittsdag, etter kjønn og aldersgruppe. 2022. Timer og minutter**



Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, Statistisk sentralbyrå

### 7.3. Seniorer bidrar med hjelp til andre husholdninger

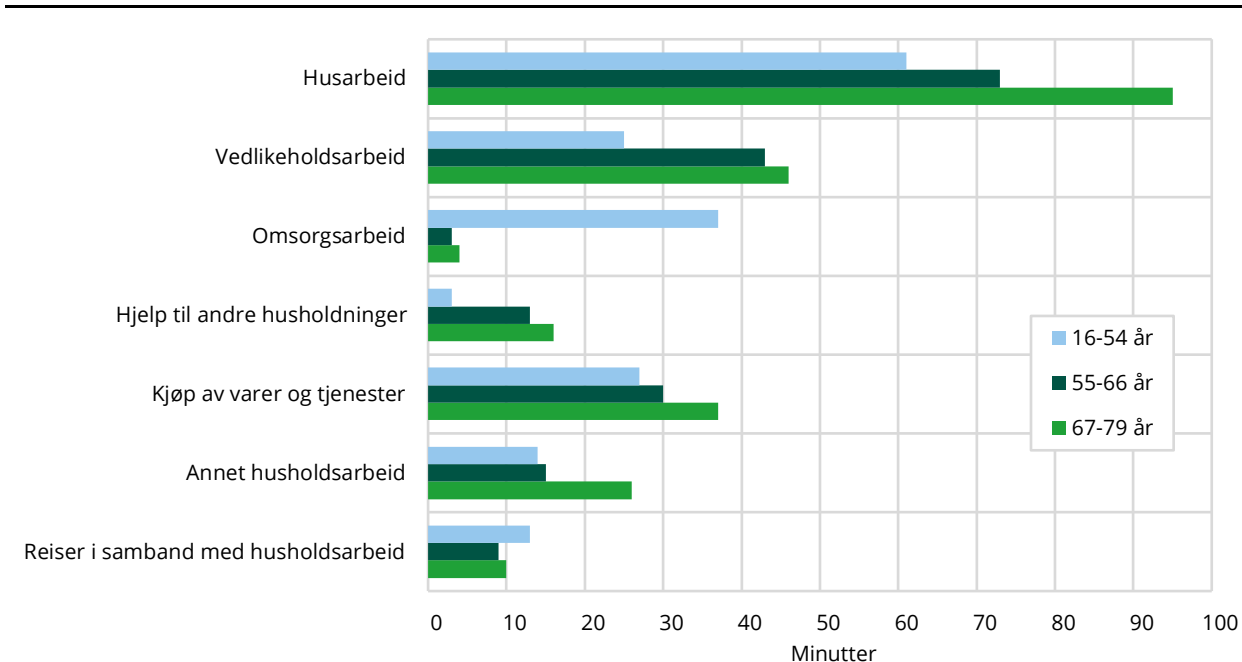
I løpet av en dag bruker 67-79 åringene i overkant av 1 ½ time til ulike husarbeidsoppgaver, som matlaging, oppvask, rengjøring og rydding av bolig, klesvask mm. 67-79 åringene bruker mer tid på dette enn de yngre eldre. Vedlikeholdsarbeid, som stell av hage, tomt, og reparasjoner, samt lufting av hund, bruker seniorene omtrent 45 minutter på en gjennomsnittsdag.

Men husholdsarbeid består av mer enn oppgaver knyttet til eget hjem. Seniorer kan utgjøre en viktig sosial ressurs når de bidrar med praktisk hjelp og omsorg, for eksempel hjelp til barnepass, pleie og tilsyn for personer i andre husholdninger. Frivillig arbeid er også viktig for samfunnet i sin helhet (Sagelvmo, 2024). Seniorer bruker rundt 15 minutter på en gjennomsnittsdag til hjelp til andre husholdninger. Dette kan være hjelp med barnepass, husarbeid- og vedlikeholdsarbeid og annen hjelp, for eksempel til voksne barn eller andre. De eldre seniorene bruker litt mer tid på dette enn de yngre eldre. 15 minutter på en gjennomsnittsdag betyr 1 time og 45 minutter hjelp til andre i løpet av en uke. Sammenliknet med befolkningen ellers, der tid til hjelp til andre husholdninger ligger på i overkant av 20 minutter i løpet av en uke, er dette betydelig.

I artikkelen [Seniorer er mindre ensomme enn andre](#), finner SSB at andelen som har gitt ulønnet hjelp til foreldre, slekt, venner eller naboer siste 12 måneder er noe lavere blant de over 55 år enn blant de som er yngre, men at andelen blant de yngste seniorene er omtrent på nivå med befolkningen ellers. Tidsbruksundersøkelsen kartlegger dette på en annen måte og ved hjelp av

disse dataene finner vi at tid brukt på hjelp til andre husholdninger på en gjennomsnittsdag er høyere blant seniorene enn blant 16-54-åringene. Vi finner også at det er 66-79-åringene som bruker mest tid på en gjennomsnittsdag på hjelp til andre husholdninger. De eldre seniorene er også de som har mest ubundet tid, og så lenge de har helse til det, er det ikke så unaturlig at noe av tiden de har tilgjengelig brukes til å slik hjelp.

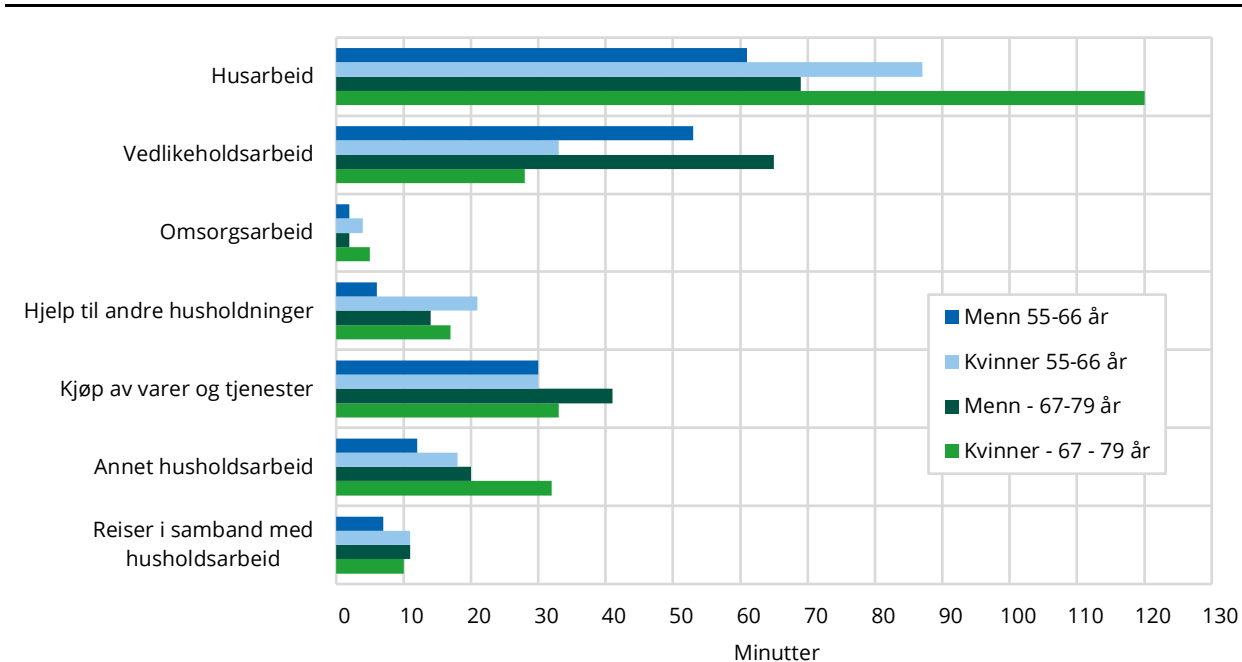
**Figur 7.3 Tid brukt til ulike husholdsaktiviteter en gjennomsnittsdag, etter aldersgruppe. 2022. Minutter**



Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, Statistisk sentralbyrå

Kvinner og menn i senioralder gjør ulikt husholdsarbeid og heller ikke like mye. Kvinnene gjør mest husholdsarbeid i løpet av en dag. Blant de yngre eldre gjør kvinnene en halvtime mer husarbeid enn mennene. De yngre mennene på sin side bruker nesten 20 minutter mer tid på vedlikeholdsarbeid enn de yngre kvinnene. De yngre kvinnene bruker mer tid på å hjelpe andre husholdninger enn de yngre mennene, 21 minutter på en gjennomsnittsdag mot 6 minutter blant de yngre mennene.

Både de eldre mennene og kvinnene blant seniorene bruker mer tid på husholdsarbeid enn de yngre seniorene, og det er mindre forskjell i tid totalt brukt på husholdsarbeid mellom de eldre mennene og kvinnene. Men selv om de eldre mennene totalt sett bruker nesten 1 time mer per dag på husholdsarbeid enn de yngre, gjør de ikke mer tradisjonelt husarbeid. De eldre har en mer tradisjonell deling av husholdsarbeidet enn yngre eldre har. De eldre mennene bruker f.eks over 1 time en gjennomsnittsdag på vedlikeholdsarbeid, mot i underkant av 30 minutter blant de eldre kvinnene. Mens kvinnene bruker 2 timer på husarbeid mot i overkant av 1 time blant mennene. Når det kommer til andre husholdsarbeidsoppgaver ser vi mindre forskjeller mellom kjønnene.

**Figur 7.4 Tid brukt til ulike husholdsaktiviteter en gjennomsnittsdag, etter kjønn og aldersgruppe. 2022. Minutter**

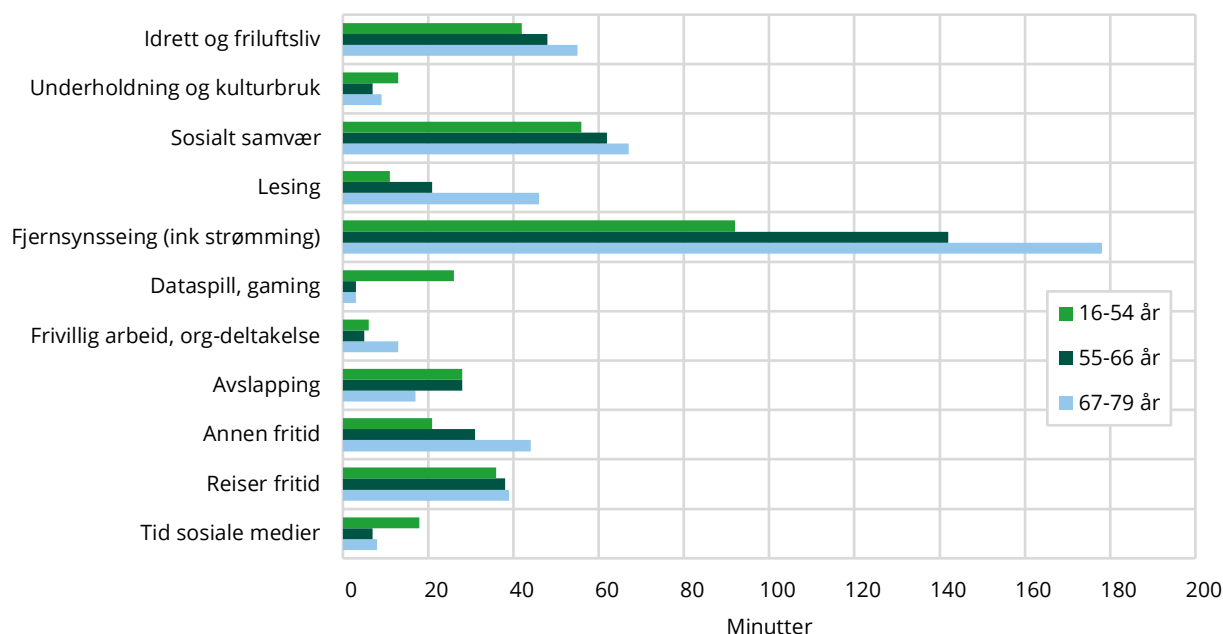
Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, Statistisk sentralbyrå

#### 7.4. Både aktiv og passiv fritid blant seniorene

De eldre seniorene (67 - 79 år) har nær 8 timer fritid en gjennomsnittsdag. Det at mange av de eldre seniorene ikke lenger er i jobb frigjør tid til andre aktiviteter. Hva fyller de denne tiden med? Vi finner at eldre seniorer oppgir å bruke nær 3 timer på en gjennomsnittsdag til å se på TV. TV-titting/fjernsyn inkluderer å se på TV direkte eller strømmet og å se på DVD-filmer på TV-skjermen. Vi ser ellers at det å være sosiale sammen med andre utgjør i overkant av 1 time av fritiden. Sosialt samvær inkluderer det å ha besøk eller være på besøk hos andre, treffe venner og andre ute, og det å holde kontakten med venner og familie via telefonen. De eldre seniorene holder seg også i fysisk aktivitet, og bruker nesten 1 time på en gjennomsnittsdag til ulike idretts- og friluftaktiviteter. Dette kan både være trening på treningssenter og gåturer i nærmiljøet, i marka og på fjellet.

De yngre eldre (55 - 66 år) har nær 1 ½ time mindre fritid på en gjennomsnittsdag enn de eldre, og de bruker mindre tid på mange fritidsaktiviteter enn de eldre seniorene. Det er størst forskjell i tid brukt foran TV-skjermen. De yngre eldre bruker nær 40 minutter mindre tid foran TV-skjermen enn de eldre, mens de nesten bruker like mye tid som de eldre seniorene til ulike former for sosialt samvær og idrett- og friluftaktiviteter.

Selv om ikke frivillig arbeid og organisasjonsdeltakelse tar mye av seniorenas fritid, så viser Tidsbruksundersøkelsen at dette er aktiviteter de eldre seniorene bruker mer tid på enn befolkningen ellers. Dette kan være frivillig arbeid for en organisasjon, offentlige tillitsverv og annen organisasjons- og møtedeltakelse. På en gjennomsnittsdag oppgir eldre seniorer at de bruker 13 minutter på slike aktiviteter, noe som er omtrent 1 ½ time per uke. Dette er gjennomsnittlig tid blant alle, både de som har oppgitt slike aktiviteter og de som ikke har gjort det. De eldre seniorene som har oppgitt at de bruker tid på frivillig arbeid og organisasjonsdeltakelse oppgir at de bruker i overkant av 2 ½ time på dette på en gjennomsnittsdag, så for noen er dette en viktig del av fritiden. Yngre eldre oppgir kun 5 minutter på en gjennomsnittsdag til slike aktiviteter, men også her er det sånn at blant dem som er aktive, så brukes det mye tid, hele 1 time og 47 minutter på en gjennomsnittsdag. Seniorer som bruker tid på frivillighet, bruker mye tid på det.

**Figur 7.5 Tid brukt til ulike fritidsaktiviteter en gjennomsnittsdag, etter aldersgruppe. 2022. Minutter**

Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, Statistisk sentralbyrå

## 7.5. Kvinner er mer sosiale enn menn

Kvinner og menn blant de yngste seniorenne har like mye fritid, i overkant av 6 ½ time. Den største forskjellen mellom kvinnene og mennene er at de yngste mennene bruker nær 45 minutter mer tid foran TV-skjermen enn kvinnene. Kvinnene, derimot, bruker litt mer tid enn mennene på underholdning og kulturbruk, som kino og teater, på sosialt samvær, på å lese og annen fritid. Både de yngste kvinnene og mennene bruker mye av fritiden sin på idrett og friluftsliv, nær 50 minutter på en gjennomsnittsdag.

Vi finner de samme mønstrene blant de eldre seniorenne. De eldre kvinnene har totalt sett litt mer fritid på en gjennomsnittsdag enn mennene, og de bruker litt mer tid enn mennene på idrett- og friluftaktiviteter i tillegg til de fleste andre fritidsaktivitetene vi har kartlagt. Men til tross for noe mindre fritid bruker de eldre mennene mer tid enn de eldre kvinnene foran TV-skjermen.

## 7.6. Seniorers helse har betydning for hvordan de bruker tiden sin

Hittil i artikkelen har vi sett hvordan kvinner og menn fordeler tiden sin forskjellig. Vi vet at seniorer ikke er en ensartet gruppe, men består av personer med ulik bakgrunn og forskjellige livssituasjoner.

Hvis vi ser nærmere på forskjeller etter hvilket utdanningsnivå seniorenne har, ser vi blant annet at de yngre eldre med lengst utdanning bruker mest tid på inntektsgivende arbeid, 4 timer og 50 minutter en gjennomsnittsdag og minst tid på fritid, 5 timer og 46 minutter. Yngre eldre med utdanning på grunnskolenivå bruker minst tid på inntektsgivende arbeid, i overkant av 4 timer, og mest tid til fritid, litt mer enn 7 ½ time. Noe av forklaringen på dette kan være at det er flere med lang utdanning som står lenger i jobb. Vi ser ikke like store forskjeller blant de eldre seniorenne. Vi finner fortsatt at de med utdanning på grunnskolenivå bruker minst tid på inntektsgivende arbeid, men det er mindre forskjeller etter utdanningsnivå for denne aldersgruppen og ikke like entydige mønstre for de eldre seniorenne.

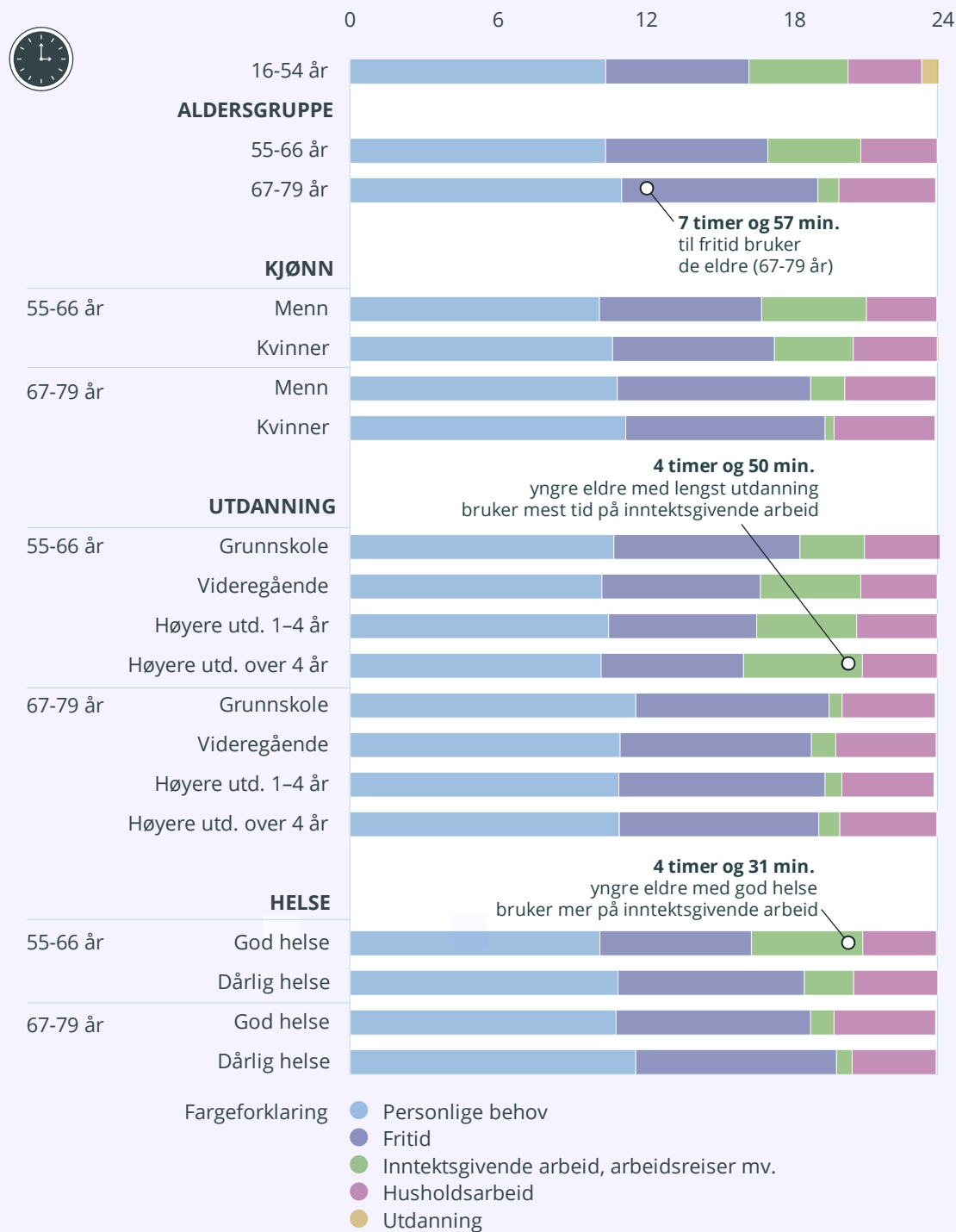
**Figur 7.6 Mer fritid når man blir eldre**

## Mer fritid når man blir eldre

Tidsbruksundersøkelsen fra 2022 viser at seniorer generelt (55-79 år) og spesielt de eldre (67-79 år), bruker svært liten tid til inntektsgivende arbeid i forhold til yngre aldersgrupper.

### Tid brukt til ulike aktiviteter en gjennomsnittsdag, 2022

Timer



Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, 2022.



**Statistisk sentralbyrå**  
Statistics Norway

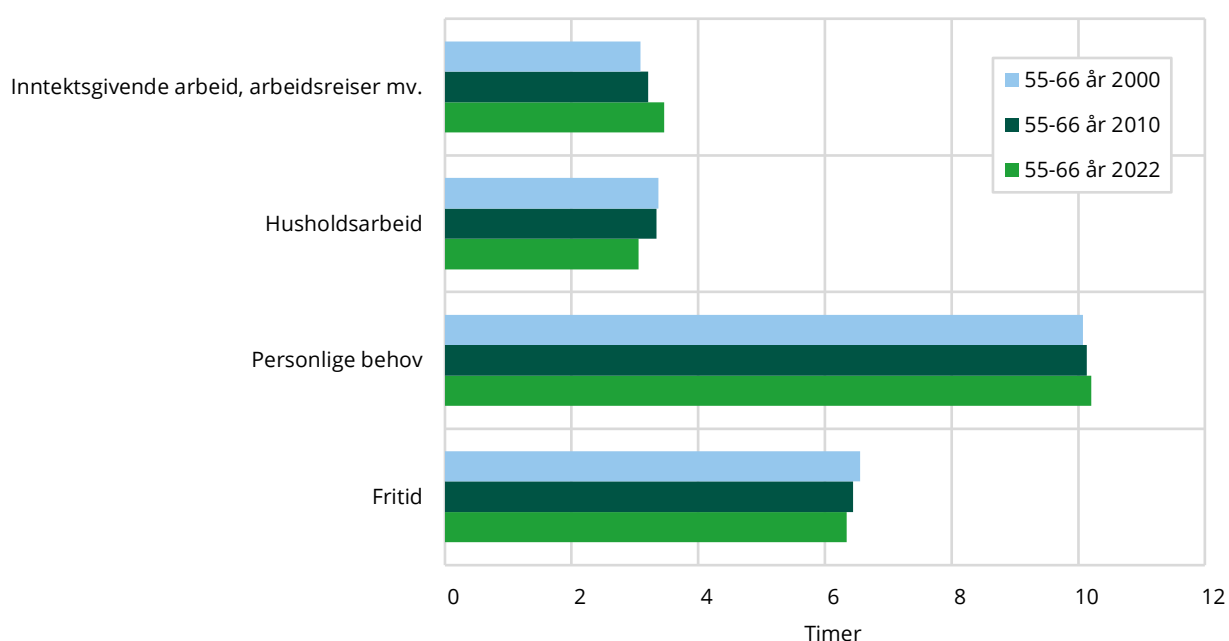
Vi ser imidlertid at seniorennes helsesituasjon er det som i størst grad påvirker hvordan man bruker tiden sin. De yngre eldre bruker 3 timer og 45 minutter på inntektsgivende arbeid på en gjennomsnittsdag. Yngre eldre med god helse, det vil si de som vurderer sin egen helse som svært god, god eller hverken god eller dårlig, bruker imidlertid 4 ½ time på inntektsgivende arbeid, mens yngre eldre med dårlig helse, det vil si de som vurderer sin egen helse som dårlig eller svært dårlig, oppgir at de kun bruker 2 timer en gjennomsnittsdag på dette. Også eldre seniorer med god helse bruker en del mer tid til inntektsgivende arbeid enn eldre seniorer som opplever at helsen er dårlig, nær en time på en gjennomsnittsdag mot 38 minutter. Seniorer med dårlig helse bruker også mer tid på personlige behov enn seniorer med god helse. De bruker mer tid både på søvn, personlige behov og måltider, men det er størst forskjell i tidsbruk knyttet til personlige behov. Dårlig helse kan rett og slett gjøre at vask, stell, av- og påkledning krever mer tid enn hvis helsa er god. Mindre tid til inntektsgivende arbeid frigjør imidlertid mer tid til fritid, og yngre eldre med god helse har nær 1 ½ time mindre fritid på en gjennomsnittsdag enn yngre eldre med dårlig helse. Det er ikke så store forskjeller blant de eldre seniorenne, der de med dårlig helse har omtrent 20 minutter mer fritid en gjennomsnittsdag enn eldre seniorer med god helse.

### 7.7. Mer jobb og aktiv fritid, mindre tid på husarbeid

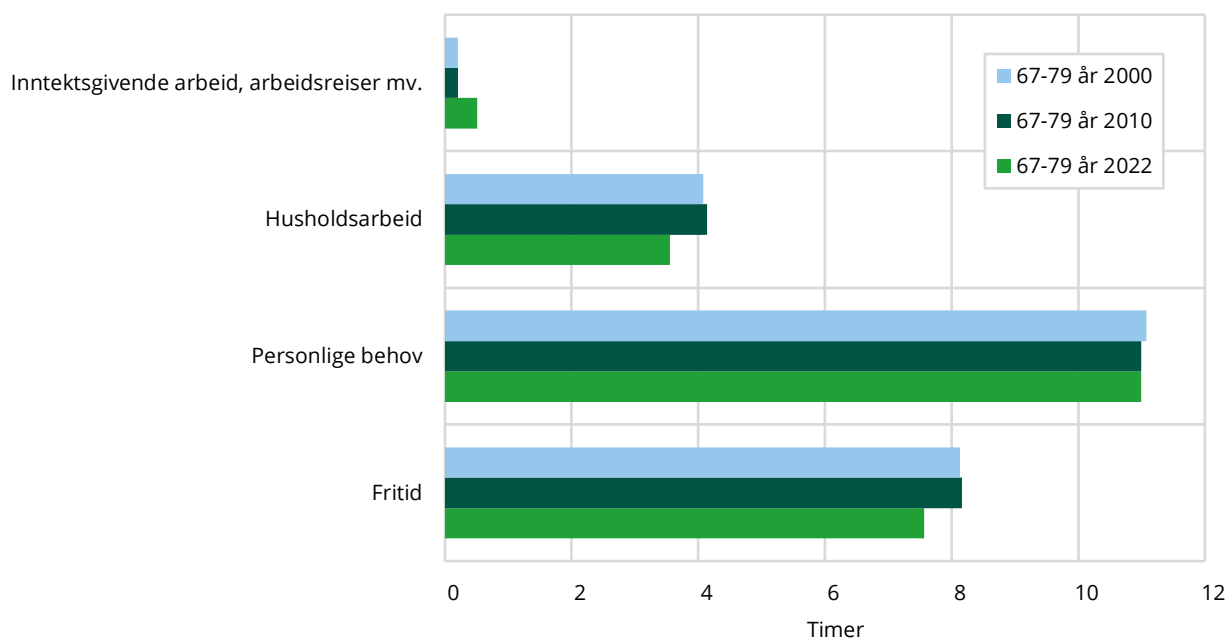
Hvordan har seniorers tidsbruk endret seg over tid? Hvis vi ser på resultatene fra Tidsbruksundersøkelsen generelt, så finner vi spesielt en tydelig trend: tid brukt til husholdsarbeid har gradvis gått nedover (Rønning, 2024). Selv om seniorer også i 2022 bruker mer tid på husholdsarbeid enn befolkningen ellers, og de eldre bruker aller mest tid, har trenden vært lik blant seniorenne som i befolkningen ellers. Seniorer bruker mindre tid på husholdsarbeid nå enn de gjorde for 20 år siden i 2000.

Blant de yngre eldre observeres også en annen trend - økning i tid til inntektsgivende arbeid, samtidig som vi ser en nedgang i tid brukt på husholdsarbeid. Mindre tid til husholdsarbeid har ikke ført til mer fritid, men mer tid til inntektsgivende arbeid og også litt mer tid til personlige behov som bl.a søvn for de yngre eldre. Vi ser noen av de samme trendene blant de eldre seniorenne. Også blant de eldre seniorenne har tid til husholdsarbeid gått ned og tid til inntektsgivende arbeid økt, spesielt fra 2010 til 2022.

**Figur 7.7 Tid brukt til ulike aktiviteter en gjennomsnittsdag blant yngre eldre (55 - 67 år). 2000, 2010, 2022. Timer og minutter**

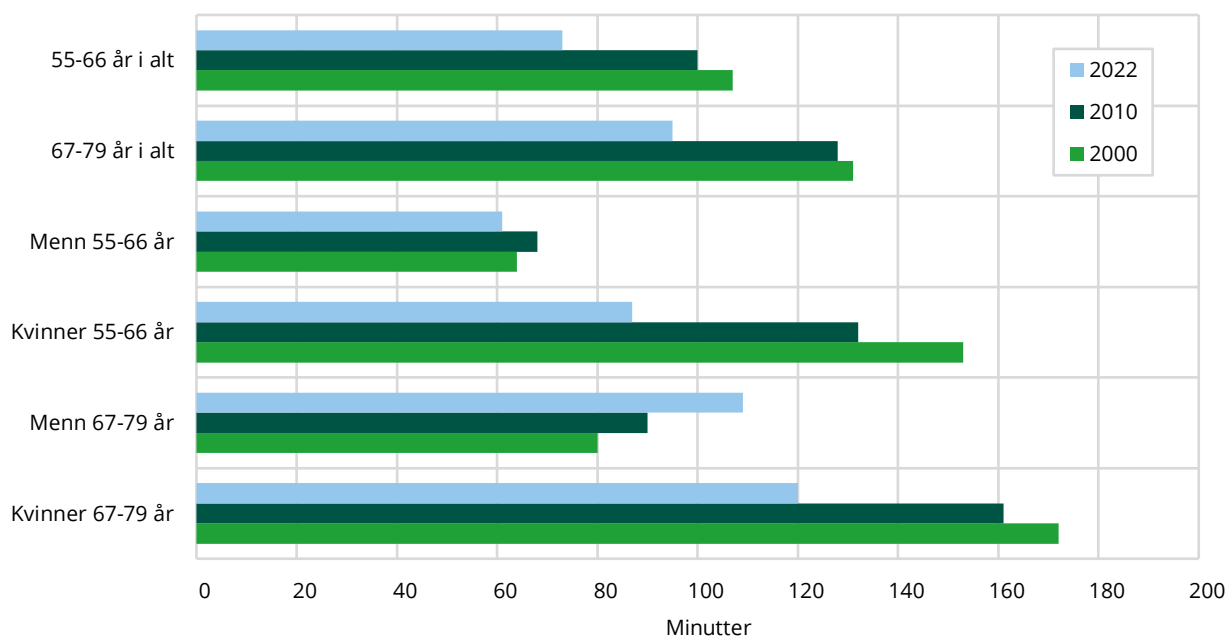


Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, Statistisk sentralbyrå

**Figur 7.8 Tid brukt til ulike aktiviteter en gjennomsnittsdag blant eldre (67 - 79 år). 2000, 2010, 2022. Timer og minutter**

Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, Statistisk sentralbyrå

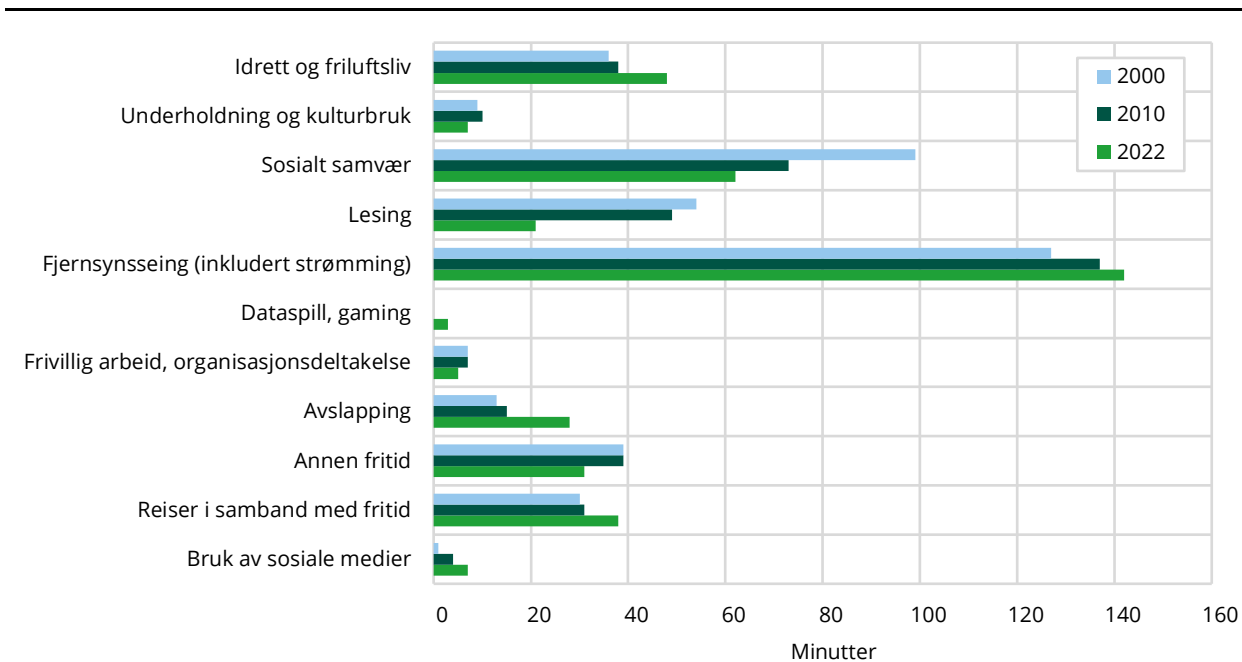
Tid til husholdsarbeid har altså gått ned, og det er spesielt husarbeidet, som matlaging, oppvask og hus- og klesvask seniorer bruker mindre tid på nå enn for 20 år siden. Som vi ser av figur 7.9 gjelder dette både de yngre eldre og de eldre seniorenene. Det gjelder i størst grad kvinner. Og det er ikke sånn at menn bidrar mer når kvinnene bruker mindre tid på husarbeid. De yngre eldre mennenes bidrag har holdt seg ganske stabilt, mens de eldre seniormennene også har redusert tiden de bruker på husarbeid litt fra 2010 til 2022.

**Figur 7.9 Tid brukt til husarbeid en gjennomsnittsdag blant seniorer. Etter kjønn og alder. 2000, 2010, 2022. Minutter**

Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, Statistisk sentralbyrå

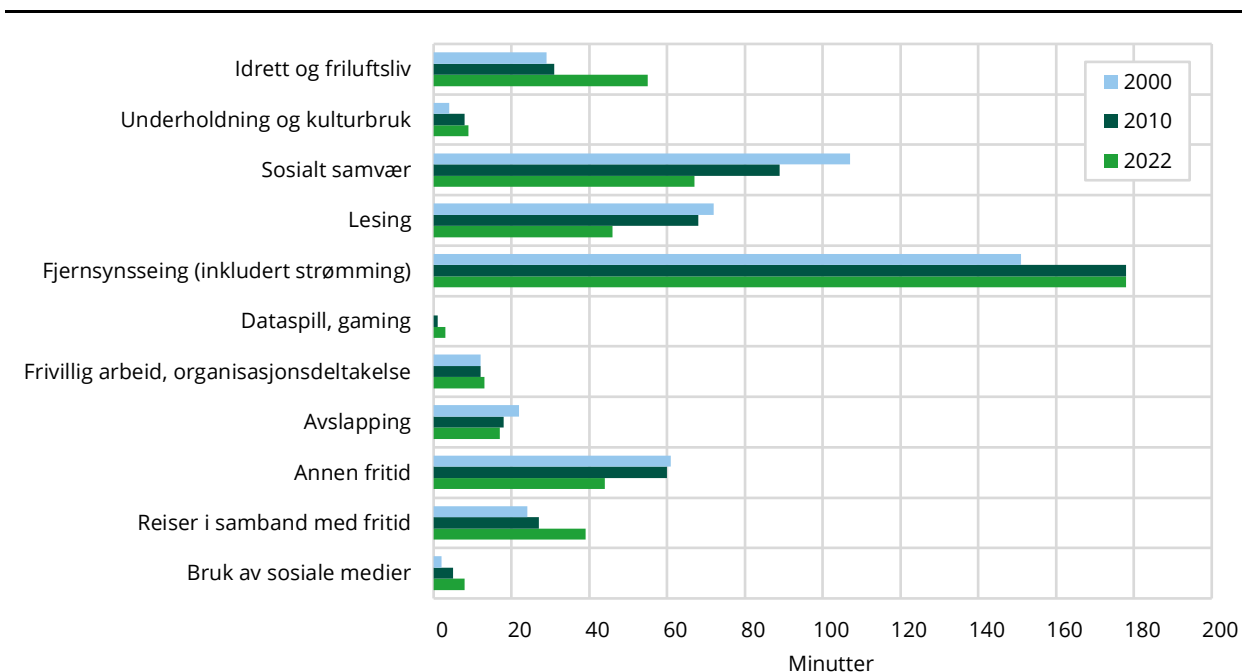
Selv om tid til fritid ikke har økt for seniorer de siste 20 årene, så har det skjedd endringer i hvordan seniorer bruker fritiden sin. I figur 7.10 ser vi blant annet at tid til sosialt samvær og tid til lesing har gått ned, men at 50-66 åringer bruker noe mer av fritiden sin på idrett- og friluftaktiviteter, avslapping og reiser i forbindelse med fritid. Vi ser noe av det samme mønsteret blant de eldre seniorenene, 67-79-åringene, i figur 7.11. En helsemessig positiv trend er at mer av de eldre seniorenas fritid brukes på idrett- og friluftaktiviteter nå enn for 20 år siden.

**Figur 7.10 Tid brukt på ulike fritidsaktiviteter en gjennomsnittsdag blant yngre eldre (55 - 66 år). 2000, 2010 og 2022. Minutter**



Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, Statistisk sentralbyrå

**Figur 7.11 Tid brukt på ulike fritidsaktiviteter en gjennomsnittsdag blant eldre (66 - 79 år). 2000, 2010 og 2022. Minutter**

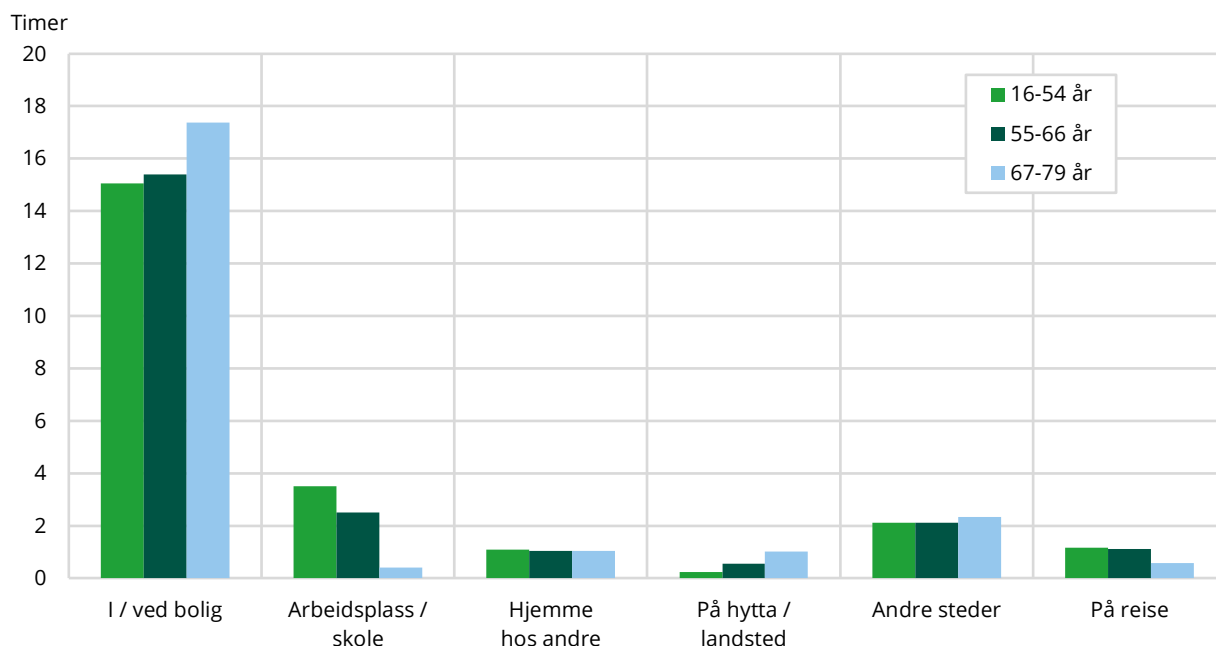


Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, Statistisk sentralbyrå

## 7.8. Eldre er mest hjemme

Uavhengig av alder, så viser tall fra Tidsbruksundersøkelsen at vi tilbringer aller mest tid hjemme. Det er kanskje ikke så rart, siden alle bruker en god del av døgnet til å sove i egen seng. Vi ser likevel at det er de eldre seniorenne som tilbringer aller mest tid hjemme. 66-79 åringene oppgir at de i gjennomsnitt over 17 1/2 time i eller ved egen bolig. Yngre eldre og befolkningen ellers tilbringer noe mindre tid i og ved egen bolig, og mer tid på arbeidssted eller skole enn de eldre seniorenne. Seniorer bruker imidlertid mer tid på hytte/landssted og andre steder enn yngre eldre og befolkningen ellers.

**Figur 7.12 Tid brukt på ulike steder. Etter alder. 2022. Timer og minutter**



Kilde: Tidsbruksundersøkelsen, Statistisk sentralbyrå

## 7.9. Oppsummering: hvordan bruker vi tiden vår når vi blir eldre?

Seniorer, og spesielt eldre seniorer bruker mindre tid på inntektsgivende arbeid enn yngre i befolkningen. De bruker mer tid på husholdsarbeid og de eldre seniorenne bruker også noe mer tid på personlige behov enn yngre i befolkningen. Ikke minst har seniorer mer fritid enn yngre, og de eldre seniorenne har aller mest fritid.

Det er store kjønnsforskjeller blant seniorenne, menn bruker mer tid på inntektsgivende arbeid og kvinner gjør mer husholdsarbeid enn menn. Forskjellene er størst blant yngre eldre. Vi ser også at kvinner og menn bruker fritiden sin forskjellig. Kvinner bruker mer tid på sosialt samvær, å lese og andre fritidsaktiviteter mens menn bruker mer tid på TV-titting.

Vi ser også forskjeller etter utdanningsnivå. Seniorer med høyt utdanningsnivå bruker mer tid på inntektsgivende arbeid enn seniorer med lavere utdanning. Seniorer som opplever helsen sin som god bruker mer tid på inntektsgivende arbeid enn seniorer med dårlig helse. Seniorer er ikke en ensartet gruppe, og ulike forhold kan ha betydning for hvordan seniorer bruker døgnetts 24 timer.

Hvis vi sammenlikner tidsbruken til seniorbefolkningen fra 2000 til 2022 ser vi flere endringer. Hovedtrenden er at seniorer, og befolkningen ellers, bruker mindre tid på husholdsarbeid nå sammenliknet med tidligere. Tid til fritid har også blitt redusert noe, men til tross for mindre fritid er fritiden til seniorer blitt mer aktiv. Seniorer bruker også mer tid på inntektsgivende arbeid enn de gjorde for 20 år siden.

**Referanser**

Haugland, Ingrid og Håvard Bergesen Dalen (2024, 5. juli). *Seniorer er mindre ensomme enn andre*. Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/levekraet/artikler/seniorer-er-mindre-ensomme-enn-andre>

Pettersen, Malin og Ole Sandvik (2024, 23. oktober). *En av tre seniorer er i jobb*. Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/arbeid-og-lonn/sysselsetting/artikler/en-av-tre-seniorer-er-i-jobb>

Rønning, E. (2024). Vi bruker stadig mindre tid på husarbeid. Statistisk sentralbyrå. Hentet fra: <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/tids-og-mediebruk/statistikk/tidsbruksundersokelsen/artikler/vi-bruker-stadig-mindre-tid-pa-husarbeid>

Sagelvmo, Ingunn (2024): Nordmenn utførte frivillig arbeid til en verdi av nær 200 milliarder. Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/nasjonalregnskap-og-konjunkturer/nasjonalregnskap/artikler/nordmenn-utforte-frivillig-arbeid-til-en-verdi-av-naer-200-milliarder>

**Sosial deltakelse**

## 8. Seniorer er mindre ensomme enn andre

*Seniorbefolkningen har litt lavere deltakelse i frivillig sektor, like hyppig vennekontakt, og oftere kontakt med familien sammenlignet med yngre. I tillegg er seniorer oftere tilfredse med sine sosiale relasjoner.*

Ingrid Haugland og Håvard Bergesen Dalen

Å føle tilhørighet og bli anerkjent av venner og familie er et grunnleggende menneskelig behov. Dette innebærer kontakt med familie og venner, og å ha hobbyer og sosiale møteplasser utenfor hjemmet. Et viktig sosialt møtested utenfor hjemmet er frivillig sektor. Å delta som frivillig er en måte å nå andre mennesker på og knytte bånd til andre med felles interesser. Seniorers deltakelse i frivillig sektor er viktig ikke bare for den enkelte. Det er også helt nødvendig for at det offentlige organisasjonslivet, som i stor grad driftes av frivillige, holder stand. I tillegg er sosial deltakelse og medvirkning viktig for myndighetenes strategi om å fremme helse og livskvalitet i befolkningen (Helse- og omsorgsdepartementet, 2023a, 2023b). Deltakelse i frivillig sektor er også forbundet med bedre mental og fysisk helse blant eldre (Tabassum et al., 2016).

I denne artikkelen belyses tre forhold ved seniorers sosiale deltakelse. Først ser vi på sosiale relasjoner med familie og venner. Deretter ser vi på i hvilken grad seniorer deltar som frivillige i frivillige organisasjoner. Til slutt ser vi på helse og livskvalitet; om sosiale relasjoner med venner og frivillig deltakelse er forbundet med bedre helse og livskvalitet.

### Om datagrunnlaget

I artikkelen brukes data fra Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2022. Levekårsundersøkelsen er en utvalgsundersøkelse som gjennomføres hvert år. I 2022 ble det trukket ut et landsrepresentativt utvalg på 11 681 personer fra den voksne befolkningen (16 år og over), og 49 prosent av disse svarte på undersøkelsen. Svarene ble samlet inn i perioden januar til juni 2022.

I levekårsundersøkelsen 2022 har 80 år eller eldre lav svarprosent (34 prosent). Det er rimelig å anta at helserelaterte problemer er en del av årsaken til den lave deltakelsen blant de eldste eldre. Blant de yngre gruppene av seniorer er svarprosent betydelig høyere.

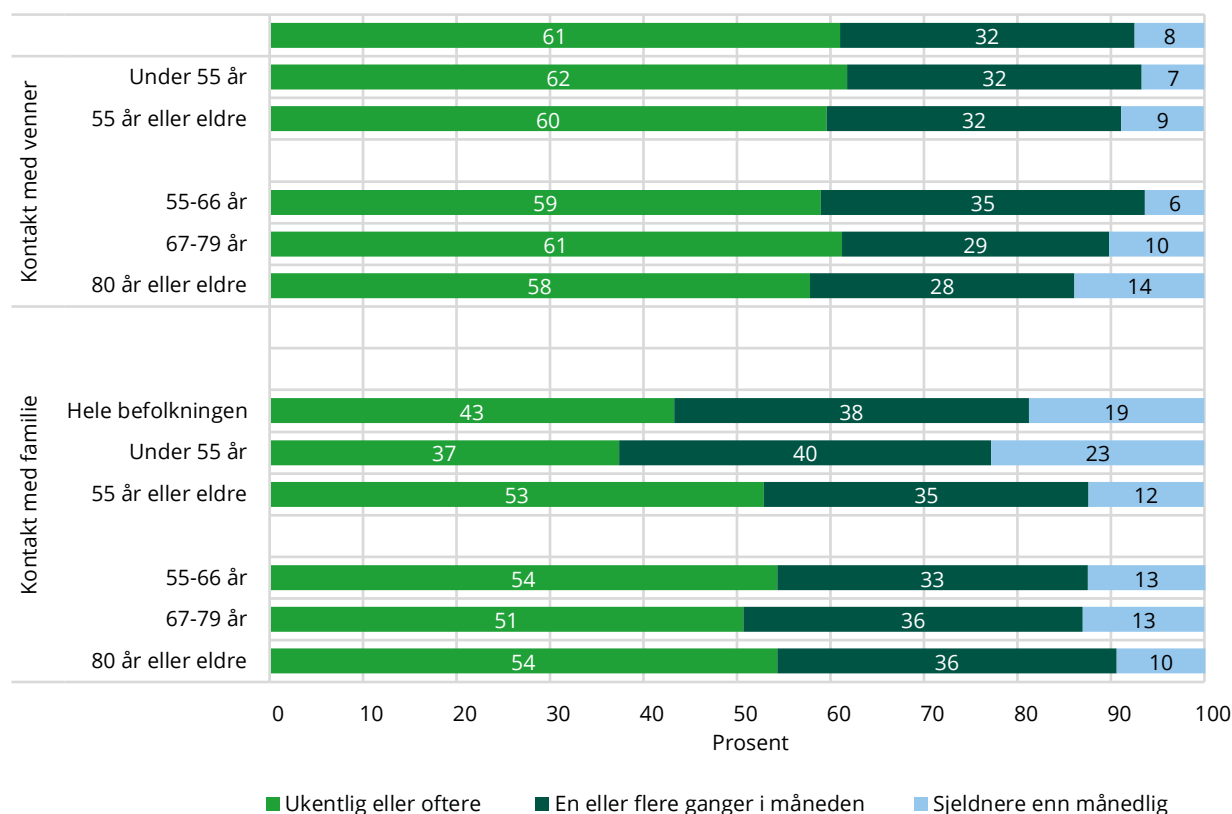
Institusjonsbeboere er utelatt fra undersøkelsen. Det kan ha spesielt betydning for de eldste eldre. Ved å utelate institusjonsbeboere er det en viss fare for at de eldste som deltar, er noe «friskere» enn gjennomsnittet for denne aldersgruppen.

Dataene i undersøkelsen kobles til ulike registeropplysninger, slik som inntekt og utdanning. For nærmere beskrivelse av utvalget eller undersøkelsen, se [Levekårsundersøkelsen 2022. Dokumentasjonsnotat](#) (PDF).

### 8.1. Seniorer har oftere kontakt med familie

Vi skal først se på seniorers familie- og vennekontakt. Figur 8.1 viser sosial kontakt basert på spørsmål om hvor ofte man er sammen med venner og familie.

Fra figur 8.1 kan vi se at seniorer oftere har kontakt med familien sammenlignet med den yngre befolkningen (under 55 år). Over fem av ti seniorer treffer familie ukentlig eller oftere, mens det samme gjelder i underkant av fire av ti blant de under 55 år.

**Figur 8.1** Hvor ofte man er sammen med venner og familie, etter fordelt alder. 2022. Prosent<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Kontakt med venner viser hvor ofte man har kontakt med venner. Måler kun fysiske møter. Kontakt med familie viser hvor ofte man har kontakt med familien som ikke bor i samme husholdning. Måler kun fysiske møter.

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Vennekontakten er relativt lik for alle aldersgrupper. Dette gjelder særlig for andelen som er sammen med venner ukentlig, som varierer fra 58–61 prosent.

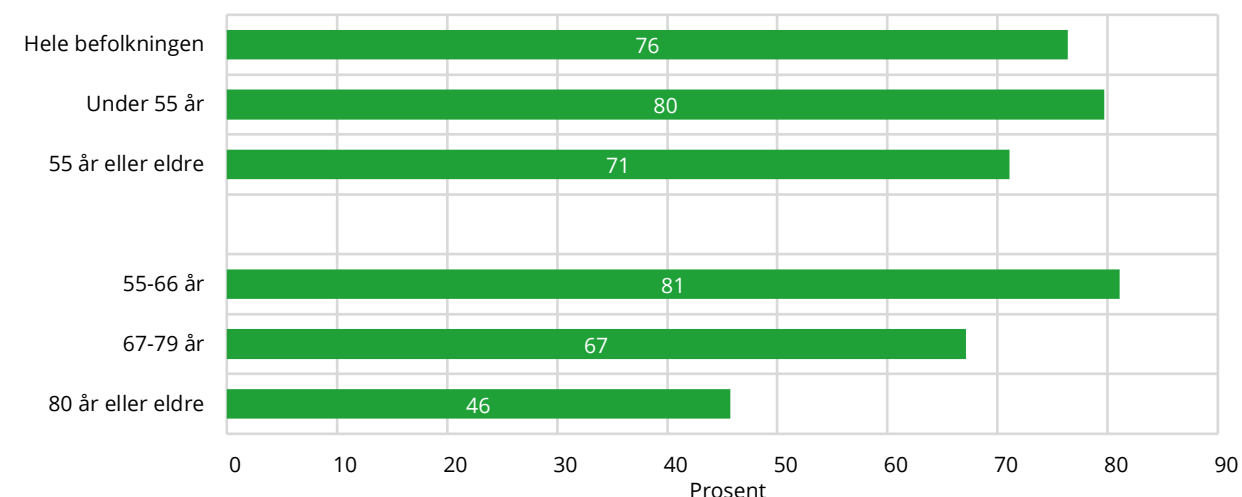
Blant de eldste eldre (80 år eller eldre) er det imidlertid noen flere som har lite vennekontakt. 14 prosent av dem 80 år eller eldre oppgir å ha kontakt med venner sjeldnere enn en gang i måneden. Denne andelen er dobbelt så stor sammenlignet med andelen blant dem under 55 år. Sannsynlige årsaker for dette kan blant annet komme av svekket helse og at ved økende alder faller venner fra.

De fleste eldre er altså sosiale, og i like stor grad som befolkningen ellers. Den største forskjellen mellom gruppene er altså ikke *hvor ofte man er sosial*, men *hvem man er sosiale med*, hvor seniorer er mer sammen med familie enn yngre personer.

## 8.2. Yngre eldre gir mest hjelp til slekt, venner og bekjente

Samtidig som sosiale nettverk kan være viktig for den enkeltes velvære, kan det også være viktig for sosiale ressurser som praktisk hjelp og omsorg. Slikt ulønnet arbeid er også viktig for samfunnet i sin helhet (Reiakovam & Skoglund, 2009). Eksempler på denne type hjelp kan være barnepass, pleie og tilsyn.

Figur 8.2 viser andelen som har gitt ulønnet hjelp til foreldre, slekt, venner eller naboer de siste 12 månedene.

**Figur 8.2 Gitt ulønnet hjelp til foreldre, venner, naboer, slekt de siste 12 månedene. 2022. Prosent**

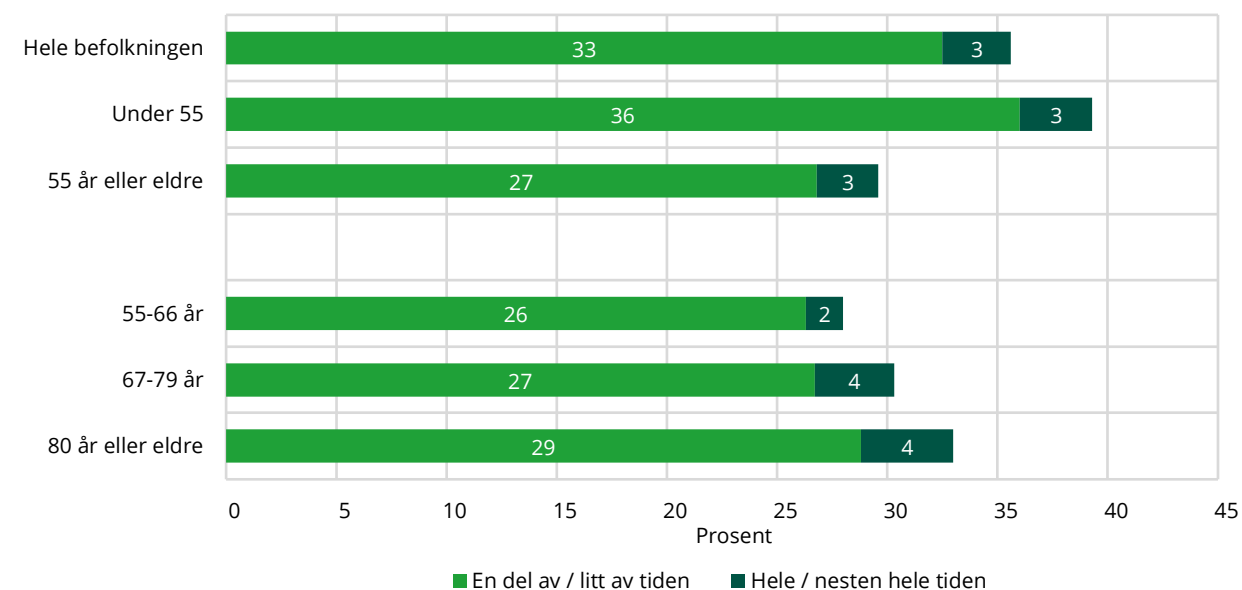
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Vi ser at de yngre eldre (55-66 år) gir mest ulønnet hjelp til foreldre, slekt, venner eller naboer, med 81 prosent. Andelen er omtrent tilsvarende for personer under 55 år (80 prosent). Andelen som gir ulønnet hjelp, avtar betraktelig med alderen. For eldre (67-79 år) er andelen 67 prosent og 46 prosent blant de eldste eldre (80 år eller eldre).

### 8.3. Aleneboende seniorer er mer ensomme

Til nå har vi sett på kontakthyppheten blant seniorbefolkningen. Et særlig viktig moment i denne sammenhengen er å identifisere forekomsten av ensomhet. Ensomhet kan være et uttrykk for manglende sosial kontakt, men kan også henge sammen med personens egne ønsker og opplevelse av den sosiale kontakten (eller fravær av sosial kontakt) med andre (Thorsen & Clausen, 2009).

Figur 8.3 viser andelen som oppgir ensomhet i løpet av de siste fire ukene. I figuren skilles det mellom personer som har vært ensomme hele/nesten hele tiden og de som har vært ensomme en del av/litt av tiden.

**Figur 8.3 Ensomhet, etter alder. 2022. Prosent**

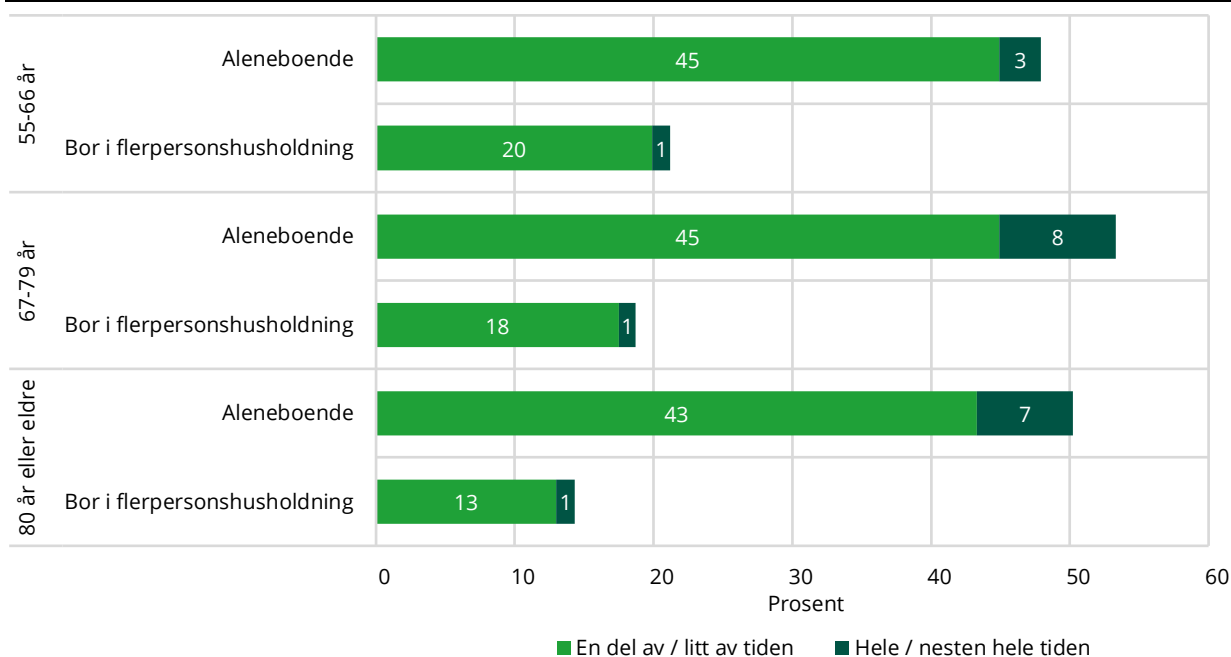
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Fra figur 8.3 ser vi at de eldste eldre (80 år eller eldre) oppgir å være ensom oftere enn personer i alderen 55-66 år: 33 prosent mot 28 prosent blant yngre eldre (55-66 år). Andelene som oppgir å være mye ensom er relativt lik på tvers av aldersgruppene. 4 prosent blant de eldre og de eldste eldre oppgir å være mye plaget av ensomhet, og andelen er 2 prosent blant de yngre eldre.

Sammenlignet med yngre oppgir seniorer sjeldnere å ha følt seg ensomme. 30 prosent blant seniorer oppgir å ha følt seg ensomme mot 39 prosent blant personer under 55 år.

Ensomhet kan henge sammen med bosituasjon. Å bo alene er forbundet med høyere risiko for ensomhet, særlig blant eldre (Normann, 2008). Figur 8.4 viser andelen ensomme blant seniorbefolkningen som er aleneboende.

**Figur 8.4 Ensomhet, fordelt etter alder og bosituasjon. 2022. Prosent**



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

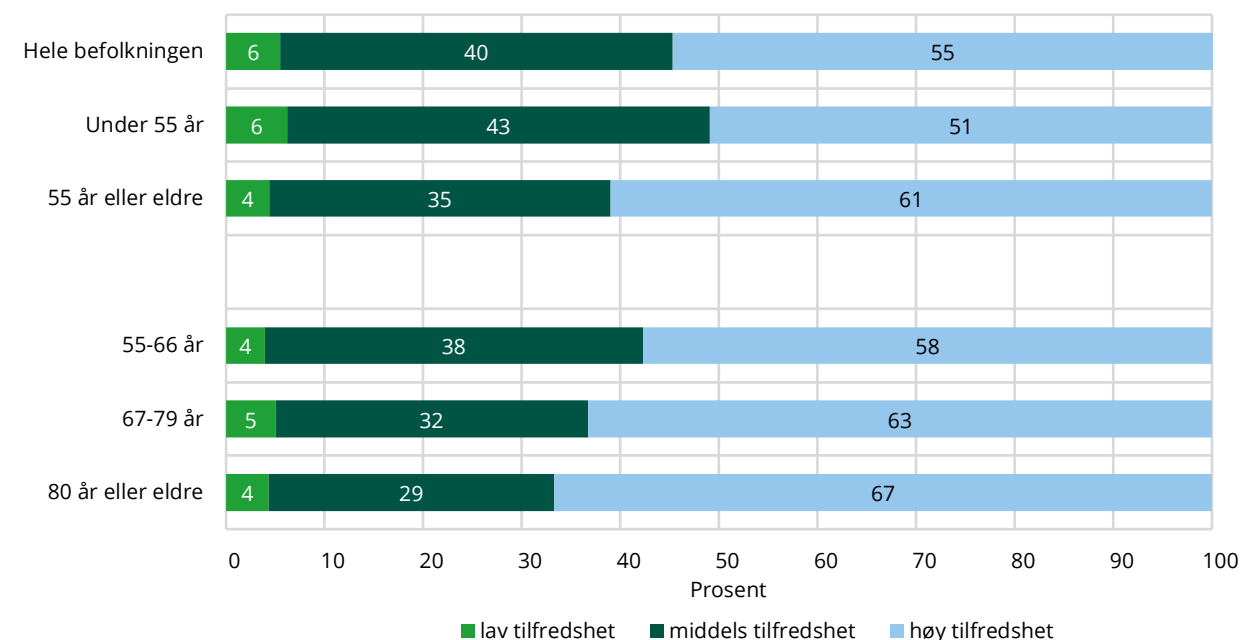
Aleneboende seniorer oppgir i betydelig høyere andel ensomhet sammenlignet med seniorer som bor i en flerpersonshusholdning, uavhengig av aldergruppe. Flest eldre aleneboende føler seg ensomme, med en andel på 53 prosent. For eldre som ikke bor alene er andelen 19 prosent.

Aleneboende opplever å være mer plaget av ensomheten. Blant eldre kan vi se at 8 prosent oppgir ensomhet hele/nesten hele tiden, mens andelen for ikke-aleneboende eldre er 1 prosent.

## 8.4. Mange seniorer er tilfredse med sitt sosiale nettverk

Vi har til nå sett at mange seniorer har mye kontakt med venner og familie. Kvaliteten på relasjonene kan likevel være minst like viktig som hvor hyppig kontakten er.

**Figur 8.5 Grad av tilfredshet med forholdet til venner, familie og andre man kjenner, etter alder. 2022. Prosent<sup>2</sup>**



<sup>2</sup>Spørsmålet om grad av tilfredshet med forholdet til venner, familie og andre man kjenner har en skala fra 0 – 10. Svarene er grupper slik at 0-5 angir lav tilfredshet, 6-8 angir middels tilfredshet og 9-10 angir høy tilfredshet]

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Seniorer oppgir i større grad å være tilfredse med sine relasjoner sammenlignet med personer under 55 år. 61 prosent av personer 55 år eller eldre oppgir høy tilfredshet, mens dette gjelder 51 prosent av alle under 55 år. Innad i seniorbefolkningen er det også variasjon i tilfredshet. De yngste eldre (55-66 år) er minst tilfredse med sine relasjoner, mens de eldste eldre (80 år eller eldre) er mest tilfredse.

Tidligere har vi sett at vennekontakt avtar noe med alderen. Samtidig oppgir de eldste eldre høyest tilfredshet med sine relasjoner. En årsak kan være at ønskene for kontakt kan variere for ulike aldersgrupper. Det kan tyde på at seniorer tilpasser kontakthypigheten med sine faktiske ønsker for vennekontakt.

## 8.5. Hvem er seniorene som har lite vennekontakt?

Selv om de fleste seniorer har sosiale nettverk på linje med befolkningen ellers, er det noen som har mindre sosial omgang enn andre. Hva kjennetegner disse personene?

Tabell 8.1 viser ulike kjennetegn ved personer som har sjelden vennekontakt (sjeldnere enn ukentlig). Her ønsker vi å undersøke om gruppen med lite vennekontakt skiller seg fra dem med mer vennekontakt. Vi ser på bakgrunnskjenetegn som det er naturlig å anta har betydning for vennekontakt, som kjønn, inntekt, utdanning og bosituasjon.

Kontakthypigheten varierer relativt lite på tvers av inntektsnivå og kjønn når man sammenligner seniorer med befolkningen sett under ett. Samtidig kan vi se noen forskjeller mellom seniorgruppene. Blant yngre eldre (55-66 år), er forskjellene mellom inntektsgruppene små, mens blant de eldre i alderen 67-79 år har de med lavest inntekt betydelig mindre vennekontakt sammenlignet

med de andre inntektsgruppene. Dette indikerer og underbygger forestillingen om at inntekt har betydning for personers sosiale nettverksstørrelse (se f.eks. Roberts et al., 2008).

**Tabell 8.1 Andel med lite vennekontakt, etter alder og ulike kjennetegn. 2022. Prosent<sup>3</sup>**

|                                    | Hele<br>befolkningen | Under<br>55 år | 55 år<br>eller eldre | 55-66 år | 67-79 år |
|------------------------------------|----------------------|----------------|----------------------|----------|----------|
| <b>Kjønn</b>                       |                      |                |                      |          |          |
| Menn                               | 38                   | 37             | 39                   | 40       | 37       |
| Kvinner                            | 40                   | 40             | 41                   | 42       | 40       |
| <b>Inntekt</b>                     |                      |                |                      |          |          |
| 1. inntektskvartil                 | 39                   | 37             | 43                   | 39       | 49       |
| 2. inntektskvartil                 | 39                   | 40             | 38                   | 38       | 35       |
| 3. inntektskvartil                 | 40                   | 41             | 40                   | 43       | 36       |
| 4. inntektskvartil                 | 38                   | 36             | 40                   | 42       | 36       |
| <b>Utdanning</b>                   |                      |                |                      |          |          |
| Grunnskole eller ingen utdanning   | 38                   | 34             | 46                   | 45       | 47       |
| Videregående                       | 39                   | 40             | 39                   | 39       | 37       |
| Universitets- og høyskoleutdanning | 39                   | 40             | 38                   | 41       | 36       |
| <b>Bosituasjon</b>                 |                      |                |                      |          |          |
| Bor i flerpersonshusholdning       | 42                   | 42             | 43                   | 44       | 39       |
| Aleneboende                        | 31                   | 28             | 36                   | 31       | 39       |

<sup>3</sup>Personer 80 år og eldre er her ikke inkludert, grunnet liten gruppestørrelse.

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Eldres (67-79) år vennekontakt varierer etter utdanningsnivå. Eldre med grunnskole eller ingen utdanning har sjeldnere vennekontakt enn seniorer med lengre utdanning. 46 prosent av seniorer med grunnskoleutdanning oppgir å ha vennekontakt sjeldnere enn ukentlig. Tilsvarende andeler for seniorer med videregående utdanning og universitets- og høyskoleutdanning er henholdsvis 39 prosent og 38 prosent.

Videre ser vi av Tabell 8.1 at det er store forskjeller mellom seniorgruppene. For yngre eldre (55-66 år) med lav utdanning er andelen som har lite vennekontakt 45 prosent mot 41 prosent blant personer med høy utdanning, altså 4 prosentpoeng forskjell. For eldre (67-79 år) er forskjellen større; 47 prosent oppgir å ha lite vennekontakt blant de med lav utdanning, mens tilsvarende andel for de med høy utdanning er 36 prosent. Dette viser hvordan inntekt og utdanning virker å ha en meravkasting utover selve inntekten og utdannelsen: man har sannsynligvis større sosialt nettverk, og er mer sosial.

Det er en mindre andel med lite vennekontakt blant aleneboende seniorer enn seniorer som bor med andre. En mulig fortolkning er at alle mennesker har behov for en viss sosial kontakt med andre, og som aleneboende blir venner ekstra viktig for å dekke dette behovet sammenliknet med personer som bor sammen med andre. Samtidig er det en større andel av aleneboende seniorer som har lite vennekontakt sammenliknet med yngre aleneboende (under 55 år); 36 prosent mot 28 prosent. I tillegg kan vi se en aldersforskjell blant seniorene her; de i alderen 67-79 år som er aleneboende har oftere mindre vennekontakt sammenliknet med de i alderen 55-66 år (39 prosent mot 31 prosent). En del aleneboende mister altså viktige vennskap med alderen. For mange kan det være en utfordring, kanskje særlig når man blir eldre og ikke er i arbeid eller deltar frivillig på sosiale møteplasser, å erstatte tap av viktige vennskap.

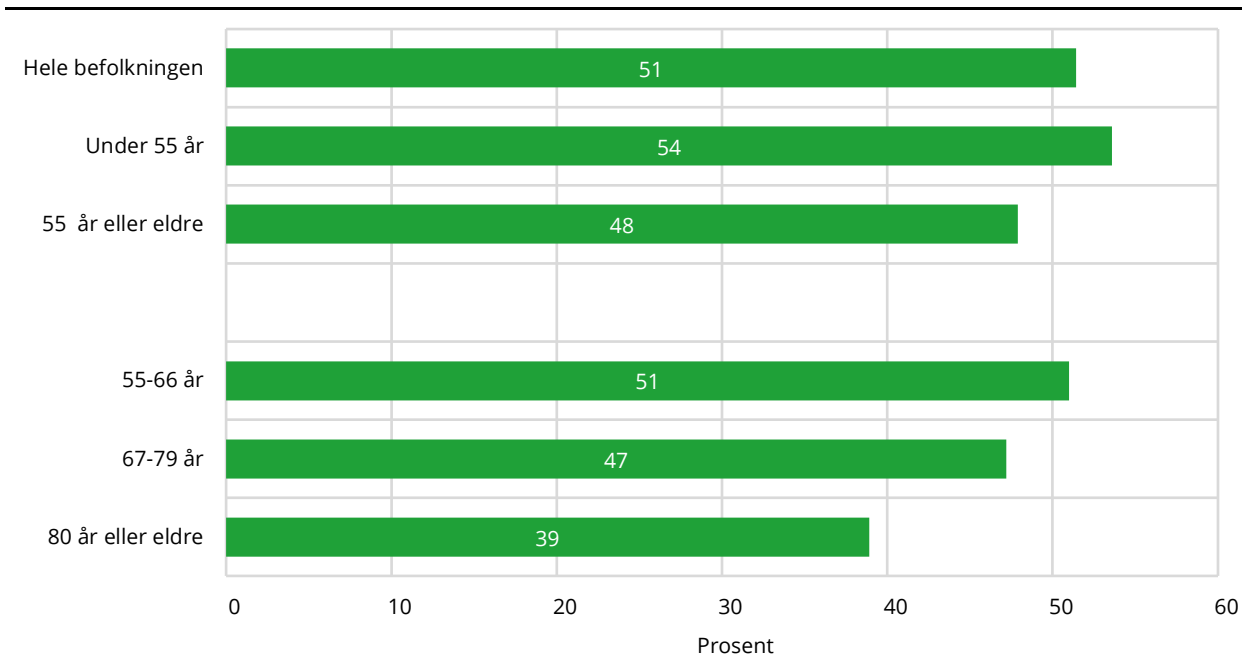
Oppsummert ser vi at vennekontakt henger sammen med sosioøkonomiske forhold. Dette gjelder særlig for de eldre (67-79 år), hvor vi kan se at de med lavest utdanning og inntekt har mindre vennekontakt. Personer som bor med andre, har sjeldnere vennekontakt.

## 8.6. Eldre har ytt flest timer med frivillig innsats

Å yte frivillig innsats er på et grunnleggende nivå en sosial aktivitet; man gjør noe for andre, og som oftest sammen med andre, kanskje også med folk man ikke kjenner fra før. Man møtes på steder utenfor hjemmet og arbeider sammen for å oppnå et felles mål (gjennomføre et arrangement, samle inn penger og lignende).

For noen seniorer kan slike fellesskap være spesielt viktige. Dette kan for eksempel gjelde for seniorer som har gått av med pensjon og dermed har mistet det kollegiale fellesskapet, eller for seniorer som har mistet venner eller partner.

**Figur 8.6 Andel som har ytt frivillig innsats i løpet av de siste 12 månedene fordelt etter alder. 2022. Prosent**



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Figur 8.6 viser andelen som har ytt frivillig innsats de siste 12 månedene, fordelt etter alder. Andelen som yter frivillig innsats, synker med alderen. Mens 54 prosent blant dem under 55 år har gjort frivillig arbeid, gjelder det samme 48 prosent blant dem 55 år eller eldre. Sammenlikner vi de tre ulike seniorgruppene ser vi at andelen som har gjort frivillig innsats synker med alderen. Til tross for at en noe lavere andel seniorer er frivillige sammenlignet med den yngre befolkningen yter eldre i snitt mest frivillig innsats i timetall. Gjennomsnittlig antall timer per måned for aldersgruppen 67-79 år er 14. Personer over 80 år eller eldre har også noe mer frivillig innsats i timetall enn øvrig befolkning. De som er 80 år eller eldre oppgir i gjennomsnitt at de yter 11 timer frivillig innsats.

En av årsakene til at yngre yter færre timer, kan komme av en seleksjonseffekt: Blant yngre blir nok deltakere i frivillig sektor fordi de har barn som er aktive medlemmer som benytter seg av aktivitetstilbud i organisasjoner. Det er dermed rimelig å anta at det er flere korttidsfrivillige i denne gruppen, og at motivasjonen til å yte frivillig innsats for noen av disse personene er lavere enn for de som er dedikerte frivillige, som det er naturlig at det er flere av blant eldre. Mange i seniorbefolkningen som yter frivillig innsats er sannsynligvis personer som har blitt værende; vi kjenner dem som «ildsjeler». Tidligere funn viser at eldre er overrepresentert blant kjernefrivillige (Fladmoe et al., 2019). I tillegg er mange i seniorgruppen ikke lenger yrkesaktiv: de har dermed mer tid til å være frivillige.

## 8.7. Mindre idrett, mer administrasjons- og styrearbeid

Sammenlignet med yngre har seniorbefolkningen i mindre grad ytt frivillig innsats for kultur- og fritidsorganisasjoner, 33 prosent blant personer under 55 år mot 23 prosent blant seniorbefolkningen. Å yte frivillig innsats for forsknings- og utdanningsinstitusjoner er også betydelig vanligere blant yngre enn blant seniorer. Denne andelen er 2 prosent blant seniorer, og 14 prosent blant personer under 55 år. I paraplyen forsknings- og utdanningsinstitusjoner inngår frivillighet i skole, foreldreutvalg som FAU eller SU, og det er dermed naturligvis flere barnefamilier som yter frivillig innsats her.

**Tabell 8.2 Andel som har ytt frivillig innsats for ulike organisasjoner de siste 12 månedene, etter alder. 2022. Prosent<sup>4</sup>**

|                                                    | Hele befolkningen | Under 55 år | 55 år eller eldre | 55-66 år | 67-79 år | 80 år eller eldre |
|----------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------------|----------|----------|-------------------|
| Kultur og fritid                                   | 29                | 33          | 23                | 25       | 24       | 15                |
| Utdanning og forskning                             | 9                 | 14          | 2                 | 3        | 2        | 0                 |
| Helse eller redningsarbeid                         | 4                 | 3           | 5                 | 3        | 7        | 5                 |
| Bolig og nærmiljø                                  | 19                | 16          | 23                | 23       | 22       | 21                |
| Natur-, miljøvern og internasjonale organisasjoner | 6                 | 6           | 7                 | 7        | 7        | 5                 |
| Politisk parti                                     | 3                 | 2           | 3                 | 3        | 4        | 2                 |
| Religion- eller livssynsorganisasjon               | 7                 | 6           | 8                 | 7        | 9        | 9                 |
| Fagforening, yrkes- eller bransjeorganisasjon      | 5                 | 6           | 5                 | 8        | 1        | 2                 |
| Andre frivillige organisasjoner                    | 4                 | 3           | 5                 | 4        | 5        | 5                 |

<sup>4</sup>Kultur og fritid: representerer frivillighet i (i) idrettslag, (ii) korps, teater, historielag eller en annen kunst- eller kulturorganisasjon eller (iii) hobby- eller friluftsansjon. Utdanning og forskning: representerer frivillighet i skole, foreldreutvalg som FAU eller SU, studentorganisasjon eller annen organisasjon i utdanningssektoren. Bolig og nærmiljø: representerer frivillighet i velforening, grendelag eller nærmiljøorganisasjon. Natur-, miljøvern- og internasjonale organisasjoner: representerer frivillighet for (i) organisasjoner som gir nødhjelp, bistand, menneskerettigheter, fredsarbeid eller annen internasjonal hjelp til andre, og (ii) miljø-, naturvern- eller dyrevernsorganisasjon  
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

For fagforeninger, yrke- og bransjeforeningen kan vi som forventet se at det er et stort fall i andelen fra aldergruppen 55-66 år til de eldre aldersgruppene. Blant yngre eldre (55-66 år) er andelen som har gjort frivillig arbeid for slike organisasjoner noe høyere enn blant personer under 55 år, henholdsvis 8 prosent mot 6 prosent. Andelen for de i alderen 67-79 år og 80 år eller eldre som har ytt frivillig innsats for slike organisasjoner er derimot lav (1-2 prosent). Dette er naturlig da mange av dem i alder 55-66 år fortsatt er i arbeidslivet, mens blant de eldre aldersgruppene har flere gått av med pensjon.

Det er litt vanligere blant seniorer å yte frivillig innsats i kirken og i velforening, grendelag eller nærmiljøorganisasjoner og en noe vanligere å yte for et politisk parti. Dette kan fortolkes som et uttrykk for samfunnsengasjement og at seniorer er aktive i og opptatt av nærmiljøet.

Andelen som har ytt frivillig innsats for religion- eller livssynsorganisasjoner er 6 prosent blant personer under 55 år. Det er seniorene i alderen 67-79 år og 80 år eller eldre som yter mest frivillig innsats for religiøse- eller livssynsorganisasjoner (9 prosent).

Videre er det forskjell i hvilke typer frivillig innsats seniorbefolkningen gjør. Seniorbefolkningen gjør oftere styrearbeid eller administrasjonsarbeid sammenlignet med befolkningen som helhet, 41 prosent mot 36 prosent. Seniorer gjør også mer informasjonsarbeid, kampanjer og politisk arbeid for frivillige organisasjoner. Andelen som gjør informasjonsarbeid er 16 prosent blant seniorbefolkningen, mot 13 prosent blant yngre. På motsatt side er instruksjons- og treningsarbeid, hvor yngre er sterkere representert.

**Tabell 8.3 Ytt ulike typer frivillig innsats for organisasjoner de siste 12 månedene fordelt etter alder. 2022. Prosent**

|                                                | Hele befolkningen | Under 55 år | 55 år eller eldre | 55-66 år | 67-79 år | 80 år eller eldre |
|------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------------|----------|----------|-------------------|
| Styrearbeid eller administrasjon               | 36                | 34          | 41                | 42       | 37       | 45                |
| Instruksjon og trening                         | 20                | 24          | 12                | 14       | 9        | 9                 |
| Dugnader eller innsamlinger                    | 62                | 64          | 58                | 58       | 59       | 58                |
| Informasjonsarbeid, kampanjer, politisk arbeid | 14                | 13          | 16                | 16       | 15       | 14                |
| Annet                                          | 20                | 19          | 23                | 20       | 26       | 27                |

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

## 8.8. Hvem er seniorene som deltar frivillig?

Tabell 8.4 viser andelen som har ytt frivillig innsats siste 12 måneder fordelt etter alder og grunnleggende bakgrunnskjennetegn. Blant seniorer oppgir menn høyere deltakelse enn kvinner. Forskjellen er størst blant de yngre eldre (55-66 år), der andelen er 57 prosent blant menn og 45 prosent blant kvinner. For personer under 55 år det omtrent like mange kvinner og menn som er aktive i frivillig sektor. Dette funnet er støttet av tidligere forskning, som viser at kjønnsforskjellene har minsket i befolkningen, men fortsatt er til stede i aldergruppen 60-66 år (Fladmoe et al., 2018).

**Tabell 8.4 Andel som har ytt frivillig innsats siste 12 månedene fordelt etter alder, kjønn, inntekt, utdanning, bosituasjon og sentralitet. 2022. Prosent<sup>3</sup>**

|                                    | Hele befolkningen | Under 55 år | 55 år eller over | 55-66 år | 67-79 år |
|------------------------------------|-------------------|-------------|------------------|----------|----------|
| <b>Kjønn</b>                       |                   |             |                  |          |          |
| Menn                               | 54                | 54          | 53               | 57       | 50       |
| Kvinner                            | 49                | 53          | 43               | 45       | 45       |
| <b>Inntekt</b>                     |                   |             |                  |          |          |
| 1. inntektskvartil                 | 40                | 43          | 34               | 39       | 33       |
| 2. inntektskvartil                 | 50                | 54          | 45               | 47       | 47       |
| 3. inntektskvartil                 | 58                | 60          | 55               | 52       | 58       |
| 4. inntektskvartil                 | 59                | 60          | 57               | 57       | 56       |
| <b>Utdanning</b>                   |                   |             |                  |          |          |
| Grunnskole eller ingen utdanning   | 40                | 43          | 36               | 39       | 32       |
| Videregående                       | 51                | 54          | 46               | 49       | 47       |
| Universitets- og høyskoleutdanning | 60                | 59          | 61               | 63       | 60       |
| <b>Bosituasjon</b>                 |                   |             |                  |          |          |
| Bor i en flerpersonshusholdning    | 56                | 58          | 52               | 53       | 52       |
| Aleneboende                        | 40                | 42          | 39               | 45       | 37       |

<sup>3</sup> Personer 80 år og eldre er her ikke inkludert, grunnet liten gruppestørrelse.

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Videre kan vi lese at deltakelsen i frivillig sektor er mer utbredt blant personer med høyere utdanning. Blant seniorbefolkningen med grunnskole utdannelse som høyeste fullførte utdanning oppgir 36 prosent å ha ytt frivillig innsats, mot 61 prosent av seniorer med universitets- og høyskoleutdanning, altså en forskjell på 25 prosentpoeng. Tilsvarende forskjell for aldersgruppen under 55 år er 16 prosentpoeng.

En kan se en tilsvarende tendens for inntekt. Andelsforskjellene mellom eldre med lavest inntekt og høyest inntekt er større enn for tilsvarende inntektsgrupper blant yngre under 55 år.

I motsetning til tallene for vennekontakt i Tabell 8.1, kan vi se at flere personer som bor i flerpersonshusholdninger har ytt frivillig innsats de siste 12 månedene sammenlignet med personer som bor alene.

**Hvordan måler vi ytt frivillig innsats**

Personer som har ytt frivillig innsats for minst en av følgende organisasjoner:

- Idrettslag
- Velforening, grendelag eller nærmiljøorganisasjon
- Korps, teater, historielag eller annen kunst- eller kulturorganisasjon
- Hobby- eller friluftsansjon
- Skole, foreldreutvalg, studentutvalg eller annen organisasjon i utdanningssektoren
- Internasjonal organisasjon
- Miljø-, naturvern- eller dyrevernsorganisasjon
- Organisasjoner innen helse eller redningsarbeid
- Kirken, religiøs eller livssynsorganisasjon
- Politisk parti
- Fagforening, yrkes- eller bransjeorganisasjon
- Andre typer organisasjoner

**8.9. Seniorer som deltar frivillig, har høyere livskvalitet**

Så langt har vi sett på sosiale relasjoner og deltakelse i frivillig sektor. Det tredje og siste aspektet vi ser på er livskvalitet og subjektive helse i lys av personers frivillige innsats og vennekontakt.

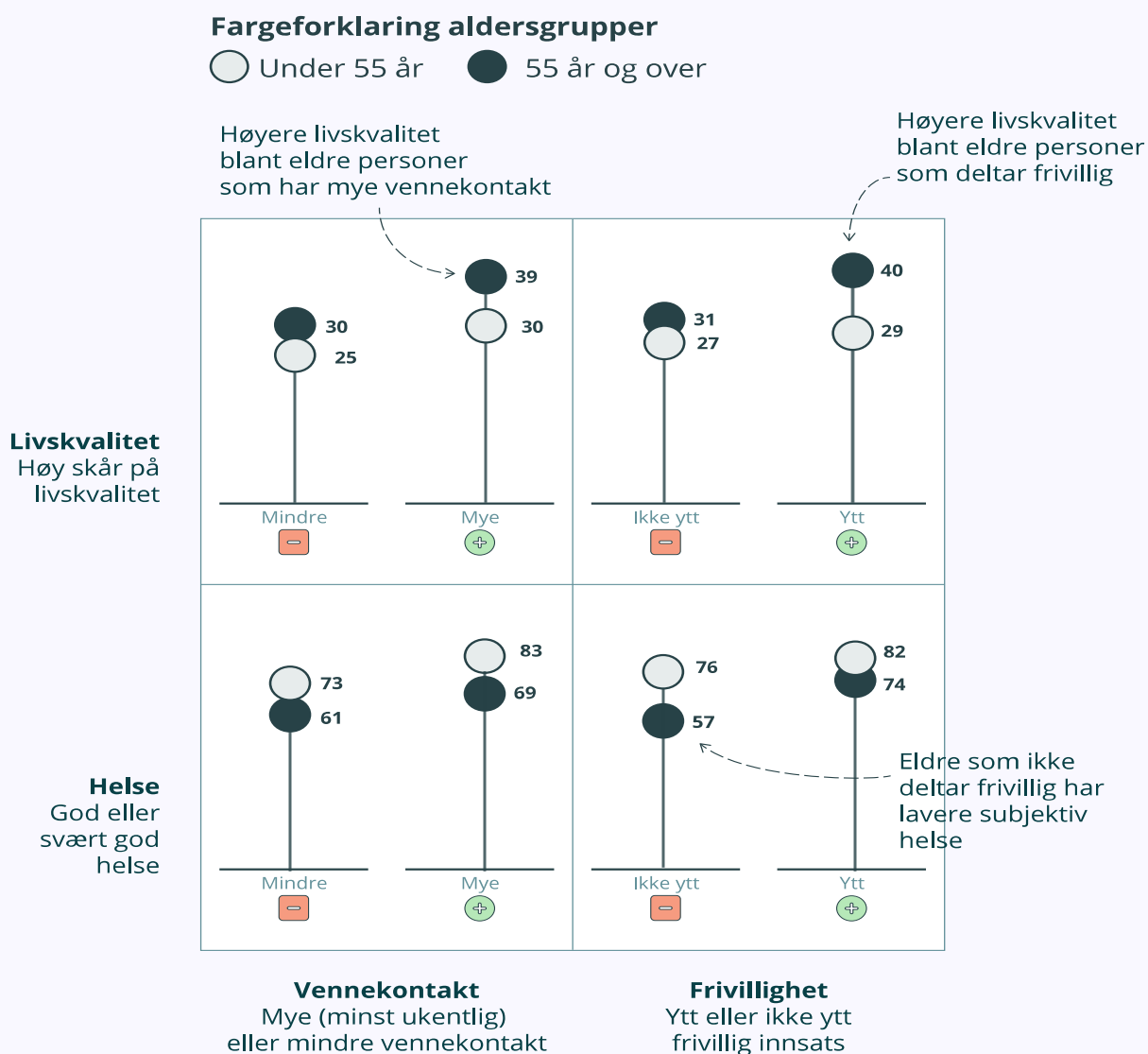
Figur 8.7 viser sammenhengen mellom i) frivillig innsats og vennekontakt, og ii) helse og livskvalitet. Når det kommer til frivillig innsats sammenligner vi de som har ytt frivillig innsats med de som ikke har ytt frivillig innsats. For vennekontakt sammenligner vi de som har hyppig vennekontakt med de som har sjeldnere vennekontakt. Vennekontakt viser til personer som har vært sammen med venner ukentlig eller oftere, og livskvalitet viser til personer som oppgir høy subjektiv livskvalitet. Den sorte prikken er seniorbefolkningen, og den hvite prikken er befolkningen under 55 år.

Denne analysen tar ikke for seg årsaksforhold. Hvorvidt vennekontakt og frivillig innsats fører til bedre helse og livskvalitet eller omvendt, sier dermed ikke denne analysen noe om. Det er rimelig å anta at bedre helse muliggjør sosial deltakelse, men det kan i tillegg tenkes at sosial deltakelse kan fremme helse og livskvalitet.

Figur 8.7 Sammenhengen mellom vennekontakt/frivillighet og livskvalitet/helse. 2022. Prosent<sup>5</sup>

## Sammenhengen mellom vennekontakt/frivillighet og livskvalitet/helse

Alle tall i prosent



Kilde: Levekårsundersøkelsen, 2022.

**Statistisk sentralbyrå**  
Statistics Norway

<sup>5</sup> Intervjuobjekt får spørsmålet hvor fornøyd er du med alt i alt, på en skala fra 1-10. Svar fra 9-10 angir høy livskvalitet  
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Først kan vi se at seniorer generelt skårer høyere på subjektiv livskvalitet, og – ikke så overraskende – oppgir noe dårligere subjektiv helse enn yngre. En annen sentral tendens er at seniorbefolkningen med mye vennekontakt og som deltar frivillig oppgir bedre livskvalitet og helse.

Et annet interessant funn er at å yte frivillig innsats er sterkere forbundet med høy livskvalitet blant seniorbefolkningen enn de som er under 55 år. At det er en sterkere sammenheng mellom tilfredshet og frivillighet blant eldre, understøtter tidligere forskning (Tabassum et al., 2016). En årsak til at

frivillighet har sterkere sammenheng med høy livskvalitet for eldre, kan blant annet være at frivillighet som sosial møteplass blir enda viktigere når man ikke lenger har det kollegiale felleskapet gjennom yrkesaktivitet. Videre kan det tenkes at den yngre befolkningen oftere ser på frivillig deltakelse som en plikt som kommer i tillegg til yrkesaktivitet og øvrig ansvar, og da gjerne i forbindelse med barns fritidsaktiviteter.

Blant seniorbefolkningen som yter frivillig innsats oppgir 40 prosent høy livskvalitet, og for de som ikke yter frivillig innsats er andelen 31 prosent. For personer under 55 år, er det derimot mindre forskjeller, henholdsvis 29 prosent kontra 27 prosent.

Denne tendensen er også tydelig når det kommer til helsedimensjonen. Eldre som deltar frivillig oppgir betydelig høyere subjektiv helse enn de som ikke yter frivillig innsats. For seniorbefolkningen som yter frivillig innsats oppgir 74 prosent god eller svært god helse, mot 57 prosent av de som ikke deltar i frivillig sektor.

For vennekontakt skårer seniorbefolkningen som har hyppig vennekontakt også bedre på helse og livskvalitet. For helsedimensjonen oppgir 69 prosent av seniorbefolkningen som har vennekontakt god eller svært god helse, mot 61 prosent av de som har sjeldnere vennekontakt enn en gang i uken.

## 8.10. Oppsummering

I denne artikkelen har vi sett nærmere på seniorbefolkningens sosiale liv. For å analysere seniorbefolkningens sosiale relasjoner har vi hovedsakelig sett på tre dimensjoner: vennekontakt, deltakelse i frivillig sektor, forholdet til disse to dimensjonene i relasjon til livskvalitet og subjektiv helse.

Det første dimensjonen er seniorbefolkningens sosiale kontakt. Både for samvær med venner og familie og for frivillig deltakelse kan vi se at eldre i stor grad er like mye aktiv som resten av befolkningen. Vennekontakten er omtrent tilsvarende for eldre og yngre. Den største forskjellen er at eldre er mer sammen med familie. Det er likevel noen forskjeller innad i gruppen. Aleneboende har hyppigst vennekontakt, men dette er en gruppe som er sårbare for ensomhet. I tillegg er det forskjeller i aldersgruppene – personer over 80 år har sjeldnere vennekontakt.

Den andre dimensjonen er seniorbefolkningens frivillige innsats. Seniorbefolkningen har noe lavere andel som deltar frivillig, men de yter flere timer. De som yter, yter altså mer. Dette kan tyde på at det er flere dedikerte frivillige i denne gruppen, sammenlignet med yngre frivillige. Eldre yter i tillegg frivillighet for andre organisasjoner enn øvrig befolkning; mindre innen idrett og noe mer for bolig og nærmiljøorganisasjoner.

Til slutt kan vi se seniorbefolkningen har høyere livskvalitet og dårligere subjektiv helse sammenlignet med yngre. Mye vennekontakt og å yte frivillig innsats er forbundet med høy livskvalitet og subjektiv helse.

**Referanser**

- Fladmoe, A., Eimhjellen, I., Sivesind, K. H., & Arnesen, S. (2019). Frivillighetens grunnfjell: Hvem gir mest tid og penger til frivillige organisasjoner? (2019:1). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor. <https://samfunnsforskning.brage.unit.no/samfunnsforskning-xmlui/handle/11250/2583167>
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2023a, mars 31). *Meld. St. 15 (2022–2023). Folkehelsemeldinga— Nasjonal strategi for utjamning av sosiale helseforskjellar* [Stortingsmelding]. Regjeringen. <https://www.regjeringen.no/nn/dokumenter/meld.-st.-15-20222023/id2969572/>
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2023b, juni 16). *Meld. St. 24 (2022–2023). Fellesskap og meistring— Bu trygt heime* [Stortingsmelding]. Regjeringen. <https://www.regjeringen.no/nn/dokumenter/meld.-st.-24-20222023/id2984417/>
- Normann, T. M. (2008, desember 8). *En som kommer når det virkelig trengs*. Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/artikler-og-publikasjoner/en-som-kommer-naar-det-virkelig-trengs>
- Reiakvam, J., & Skoglund, T. (2009, april 27). *Ulønnet arbeid skaper store verdier*. Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/nasjonalregnskap-og-konjunkturer/artikler-og-publikasjoner/ulonnet-arbeid-skaper-store-verdier--30906>
- Roberts, S., Wilson, R., Fedurek, P., & Dunbar, R. (2008). Individual differences and personal social network size and structure. *Personality and Individual Differences - PERS INDIV DIFFER*, 44, 954–964. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.10.033>
- Tabassum, F., Mohan, J., & Smith, P. (2016). Association of volunteering with mental well-being: A lifecourse analysis of a national population-based longitudinal study in the UK. *BMJ Open*, 6(8), e011327. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-011327>
- Thorsen, K., & Clausen, S.-E. (2009, mars 9). Hvem er de ensomme? Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/artikler-og-publikasjoner/hvem-er-de-ensomme>

**Vedleggstabell 8.1 Hvor ofte man er sammen med venner og familie, etter 5-årig aldersgrupper. 2022. Prosent**

|                            | Ukentlig<br>eller oftere | En eller flere<br>ganger i måneden | Sjeldnere<br>enn månedlig |
|----------------------------|--------------------------|------------------------------------|---------------------------|
| <b>Kontakt med venner</b>  |                          |                                    |                           |
| 55-59 år                   | 55,8                     | 36,5                               | 7,7                       |
| 60-64 år                   | 61,9                     | 32,4                               | 5,6                       |
| 65-69 år                   | 60,1                     | 33                                 | 6,8                       |
| 70-74 år                   | 64,3                     | 26,4                               | 9,3                       |
| 75-79 år                   | 58                       | 29,4                               | 12,6                      |
| <b>Kontakt med familie</b> |                          |                                    |                           |
| 55-59 år                   | 53,5                     | 31,6                               | 14,8                      |
| 60-64 år                   | 54,9                     | 35,8                               | 9,3                       |
| 65-69 år                   | 55,3                     | 33                                 | 11,7                      |
| 70-74 år                   | 51,2                     | 34,4                               | 14,4                      |
| 75-79 år                   | 46,2                     | 39,3                               | 14,4                      |

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

**Vedleggstabell 8.2 Gitt ulønnet hjelp til foreldre, venner, naboer, slekt de siste 12 månedene, etter 5-årige aldersgrupper. 2022. Prosent**

|          | Gitt ulønnet hjelp til foreldre,<br>slekt, venner eller naboer |
|----------|----------------------------------------------------------------|
| 55-59 år | 82,1                                                           |
| 60-64 år | 83,8                                                           |
| 65-69 år | 72,2                                                           |
| 70-74 år | 71,3                                                           |
| 75-79 år | 58,3                                                           |

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

**Vedleggstabell 8.3 Følt seg ensom de siste 12 månedene, etter 5-årige aldersgrupper. 2022. Prosent**

|          | Følt seg ensom hele tiden,<br>nesten hele tiden | Følt seg ensom en<br>del av/litt av tiden |
|----------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 55-59 år | 1,8                                             | 28                                        |
| 60-64 år | 1,3                                             | 24                                        |
| 65-69 år | 3,7                                             | 26,4                                      |
| 70-74 år | 4                                               | 24                                        |
| 75-79 år | 2,5                                             | 31,1                                      |

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

**Vedleggstabell 8.4 Ytt frivillig innsats i løpet av de siste 12 månedene, etter 5-årige aldersgrupper. 2022. Prosent**

|          | Ytt frivillig innsats |
|----------|-----------------------|
| 55-59 år | 52,3                  |
| 60-64 år | 48,6                  |
| 65-69 år | 51,4                  |
| 70-74 år | 47,5                  |
| 75-79 år | 45,4                  |

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

**Vedleggstabell 8.5 Ytt frivillig innsats for ulike organisasjoner de siste 12 månedene, etter 5-årige aldersgrupper. 2022. Prosent**

|                                                    | 55-59 år | 60-64 år | 65-69 år | 70-74 år | 75-79 år |
|----------------------------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Kultur og fritid                                   | 26,5     | 21,9     | 26       | 25,1     | 20,9     |
| Utdanning og forskning                             | 4,6      | 1,2      | 1,5      | 2,4      | 0,9      |
| Helse eller redningsarbeid                         | 3,2      | 3,2      | 5,2      | 6,5      | 7,9      |
| Bolig og nærmiljø                                  | 25,2     | 21,5     | 22,2     | 22,6     | 21,4     |
| Natur-, miljøvern og internasjonale organisasjoner | 6,4      | 6,1      | 9,7      | 4,6      | 7,5      |
| Politisk parti                                     | 1,5      | 4,7      | 3,4      | 3,8      | 3,7      |
| Religion- eller livssynsorganisasjon               | 7,8      | 7,1      | 7,2      | 9,1      | 11,3     |
| Fagforening, yrkes- eller bransjeorganisasjon      | 7,7      | 8,1      | 3,1      | 2,5      | 0,3      |
| Andre frivillige organisasjoner                    | 3,7      | 4,7      | 5,9      | 6,1      | 4,1      |

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

**Vedleggstabell 8.6 Ytt ulike typer frivillig innsats for organisasjoner de siste 12 månedene, etter 5-årige aldersgrupper. Prosent**

|                                                | 55-59 år | 60-64 år | 65-69 år | 70-74 år | 75-79 år |
|------------------------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Styrearbeid eller administrasjon               | 41,4     | 41,3     | 37,8     | 40,2     | 38,4     |
| Instruksjon og trening                         | 14,5     | 12,8     | 13       | 8,8      | 10,4     |
| Dugnader eller innsamlinger                    | 62,4     | 53,1     | 58,8     | 56,9     | 60,4     |
| Informasjonsarbeid, kampanjer, politisk arbeid | 13,3     | 18,5     | 16,7     | 17,1     | 11,8     |
| Annet                                          | 19,1     | 19,4     | 25,6     | 26,1     | 24,9     |

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

**Mediebruk**

## 9. Eldre holder fast ved tradisjonelle medier

*Medievanene til den norske befolkningen viser et generasjonsskille. De yngre benytter seg mer av strømmetjenester, lydmedier og andre digitale medier, mens de eldre i større grad bruker tradisjonelle medier som radio, avis og lineær-TV.*

Fam Vivian Bekkengen

Siden 1991 har medievanene i befolkningen endret seg i takt med endringene i samfunnet. Frem til 2008 var papiraviser, lineær-TV og radio de viktigste mediene, men de siste 15 årene har mobiltelefoner og internett gradvis blitt de mest sentrale verktøyene i den daglige mediebruken. Statistisk sentralbyrå har fra 1991 gjennomført mediebruksundersøkelsen, og funnene fra undersøkelsen presenteres i rapportserien [Norsk mediebarometer](#).

De nyeste tallene fra [Norsk mediebarometer 2023](#) viser at befolkningen fortsetter å trekke mot de mer digitaliserte mediene. Samtidig er det store forskjeller mellom ulike aldersgrupper, og medievanene til de eldre er særlig preget av de tradisjonelle mediene mens de yngre stadig tar mer i bruk digitale medier.

**Aldersinndeling brukt i tabeller og figurer**

55 år og eldre: Seniorbefolkningen

55–66 år: Yngre eldre

67–79 år: Eldre

80 år og eldre: De eldste eldre

9–54 år: Øvrig befolkning (denne aldersinndelingen gjelder mediebruksundersøkelsen)

Samlekategorien «Hele befolkningen» vil også brukes, som inkluderer alle aldersgruppene. I tillegg gis det tall for yngre aldersgrupper i utvalgte tabeller, for å tydeliggjøre ulik mediebruk mellom ulike aldersgrupper.

Fra og med 2022 består utvalget i mediebruksundersøkelsen av personer i alderen 9 år og eldre. Tidligere årganger har undersøkelsen vært begrenset til respondenter i alderen 9–79 år.

For tabeller med mer detaljerte aldersinndelinger, se vedleggstabeller nederst i kapittelet.

I 2023 er det seniorbefolkningen som lytter mest til radio, ser mest lineær-TV og leser mest ukeblader, aviser og tidsskrifter en gjennomsnittsdag. Til sammenligning lytter seniorene minst til lydmedier, ser minst videomedier, spiller minst digitale spill og de bruker generelt sett internett i mye mindre grad enn den øvrige befolkningen.

Bruk av medier henger sammen med hvor vi finner nyheter og hva som er befolkningens kilde til informasjon. Befolkningens nyhetskonsument skjer stadig oftere digitalt og via sosiale medier. Denne endringen er spesielt tydelig blant unge voksne. De eldre oppsøker derimot mer tradisjonelle medier for nyheter, som papiraviser, lineær-TV og radio. Dette er medier som tidligere var dominerende kilder for nyheter. I nyere tid har både tilfanget av nyheter og tilgjengeligheten av medier endret seg i takt med digitaliseringen.

Medievanene våre er i stor grad preget av interesse, tilgjengelighet og kompetanse. Når stadig mer av hverdagen digitaliseres må vi også tilegne oss ny kunnskap for å kunne gjennomføre hverdagslige aktiviteter. Statistisk sentralbyrås rapport [Digital sårbarhet: Hvem har høy risiko for å falle utenfor?](#)

(2022) viser at enkelte kjennetegn øker sannsynligheten for å falle utenfor digitalt; høy alder, lavere utdanningsnivå, det å være pensjonist eller hjemmeværende, og å bo i områder med lav befolknings tetthet.

I dette kapitlet belyses medievanene til seniorbefolkningen, og hvordan utviklingen i mediebruk har vært fra 1991 til 2023. I tillegg ser kapitlet nærmere på nyhetskonsument og tilgang til ulike enheter i hjemmet.

### 9.1. Fra tradisjonelle til nye medievaner

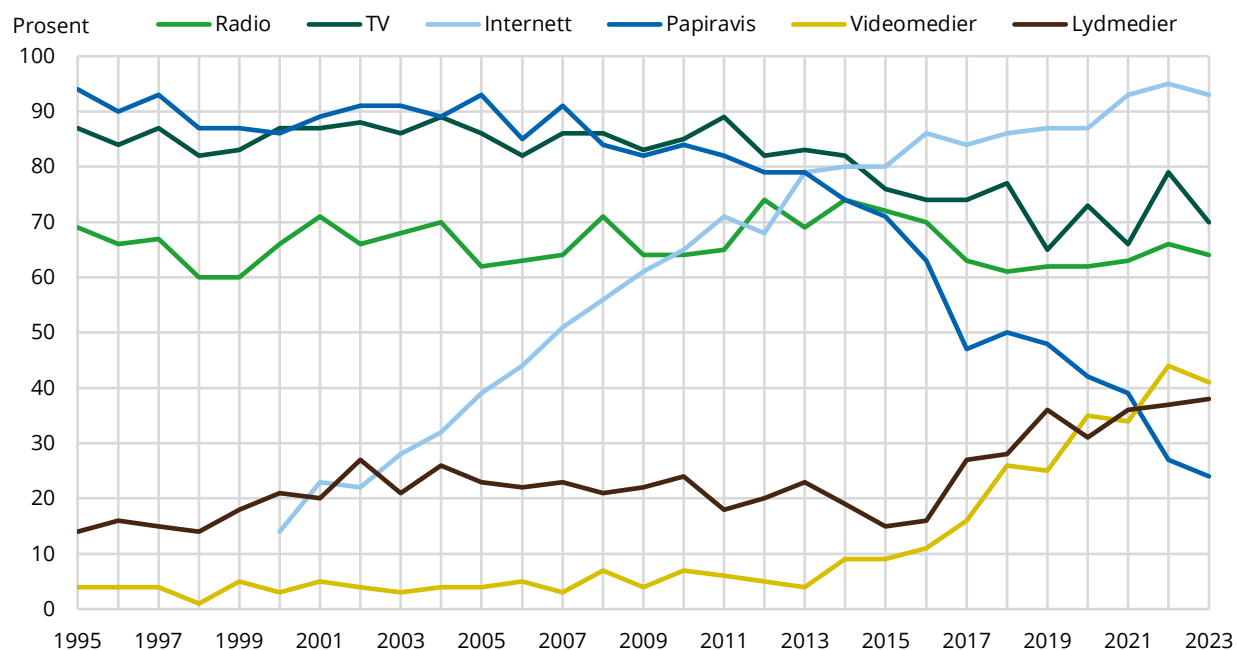
Medievanene endrer seg i takt med medienes utvikling i samfunnet. Samtidig som vi tilpasser oss nye medier, holder vi også fast ved gamle medievaner. Norsk mediebarometer 2023 viser at det har skjedd store endringer i medievanene til befolkningen de siste 32 årene. Noen av de største endringene i befolkningens mediebruk ser vi i bruken av de tradisjonelle mediene.

Lesing av papiraviser har siden første mediebruksundersøkelse i 1991 vært mer utbredt blant de eldste i befolkningen. Det var allikevel over halvparten av 9-15 åringene som leste papiravis daglig i 1991, mot kun 3 prosent i 2023. Det er en gjennomgående nedgang i papiravislesere blant alle aldersgruppene i befolkningen i løpet av de siste tre tiårene, men i 2023 er det fortsatt størst andel lesere blant de eldre. 42 prosent av de mellom 67 og 79 år leser papiravis daglig, en nedgang fra 61 prosent i 2021. Blant de eldste, 80 år eller eldre, leser 61 prosent papiravis daglig i 2023, fra 70 prosent i 2022.

I likhet med papiravislesing, har de eldre i befolkningen også hatt størst andel som lytter til radio daglig siden 1991. 75 prosent av 67-79 åringene lyttet til radio en gjennomsnittsdag i 1991. 67 prosent i denne aldersgruppen lytter til radio daglig i 2023, mens blant personer 80 år eller eldre er andelen 79 prosent.

Tilbake i 1996 så 90 prosent av 67-79 åringene på lineær-TV en gjennomsnittsdag, og blant de yngre aldersgruppene lå tilsvarende andel på omkring 80 prosent. 20 år senere, i 2016, er det en betydelig nedgang i TV-seing blant aldersgruppene mellom 9 og 66 år. Blant 67-79 åringene var det også en nedgang, men fortsatt 81 prosent som så på lineær-TV daglig i 2016.

I 2023 er nedgangen i TV-seing enda mer markant. 62 prosent av 45-66 åringer ser på lineær-TV daglig i 2023, 31 prosent av 9-15 åringer, og 21 prosent blant 16-24 åringer. Derimot holder denne andelen seg stabil blant de eldste i befolkningen. 82 prosent av befolkningen mellom 67 og 79 år ser på lineær-TV en gjennomsnittsdag, og blant de eldste, 80 år eller eldre, er andelen 86 prosent.

**Figur 9.1 Andel av befolkningen mellom 55 og 66 år som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag**

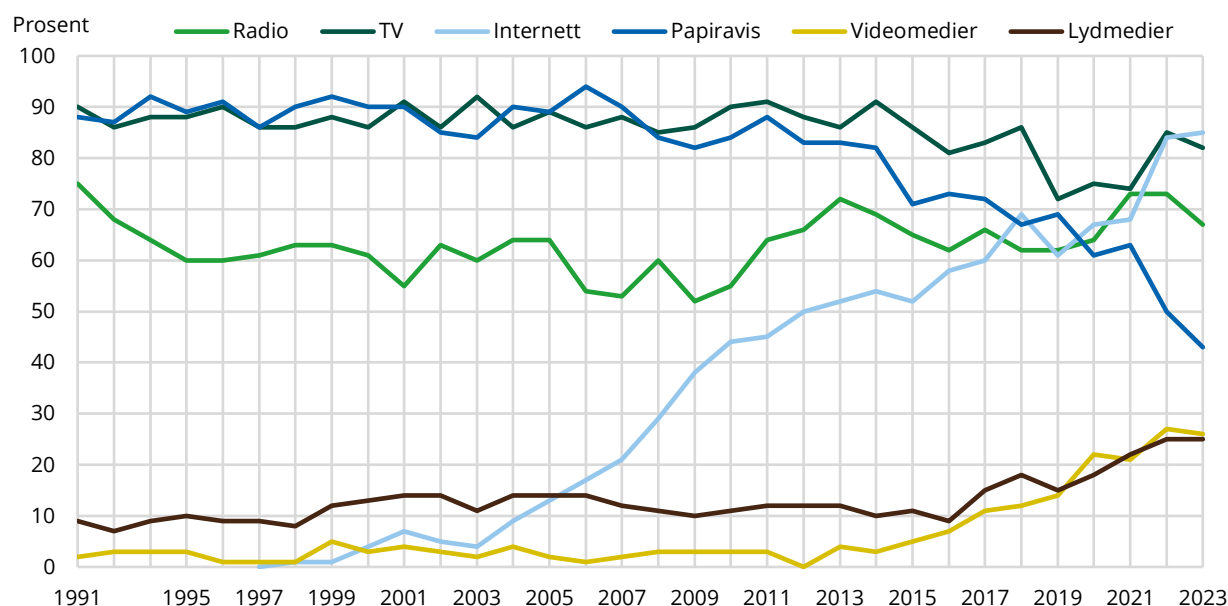
Kilde: Norsk mediebarometer, Statistisk sentralbyrå

**Tabell 9.1 Andel av befolkningen mellom 55 og 66 år som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag. Prosent**

|      | Papir-<br>avis | TV <sup>1</sup> | Radio | Lyd-<br>medier | Papir-<br>ukeblad | Papir-<br>bok | Papir-<br>tidsskrift | Papir-<br>tegneserier | Video-<br>medier | Internett |
|------|----------------|-----------------|-------|----------------|-------------------|---------------|----------------------|-----------------------|------------------|-----------|
| 1995 | 94             | 87              | 69    | 14             | 17                | 18            | 21                   | 1                     | 4                | .         |
| 1996 | 90             | 84              | 66    | 16             | 18                | 24            | 15                   | 0                     | 4                | .         |
| 1997 | 93             | 87              | 67    | 15             | 19                | 15            | 20                   | 1                     | 4                | .         |
| 1998 | 87             | 82              | 60    | 14             | 16                | 20            | 17                   | 0                     | 1                | .         |
| 1999 | 87             | 83              | 60    | 18             | 16                | 19            | 19                   | 1                     | 5                | .         |
| 2000 | 86             | 87              | 66    | 21             | 16                | 19            | 12                   | 0                     | 3                | 14        |
| 2001 | 89             | 87              | 71    | 20             | 14                | 23            | 18                   | 1                     | 5                | 23        |
| 2002 | 91             | 88              | 66    | 27             | 15                | 26            | 19                   | 0                     | 4                | 22        |
| 2003 | 91             | 86              | 68    | 21             | 16                | 23            | 17                   | 0                     | 3                | 28        |
| 2004 | 89             | 89              | 70    | 26             | 15                | 26            | 15                   | 1                     | 4                | 32        |
| 2005 | 93             | 86              | 62    | 23             | 18                | 24            | 15                   | 0                     | 4                | 39        |
| 2006 | 85             | 82              | 63    | 22             | 15                | 28            | 11                   | 1                     | 5                | 44        |
| 2007 | 91             | 86              | 64    | 23             | 16                | 25            | 15                   | 1                     | 3                | 51        |
| 2008 | 84             | 86              | 71    | 21             | 18                | 23            | 17                   | 2                     | 7                | 56        |
| 2009 | 82             | 83              | 64    | 22             | 17                | 25            | 17                   | 1                     | 4                | 61        |
| 2010 | 84             | 85              | 64    | 24             | 19                | 21            | 21                   | 0                     | 7                | 65        |
| 2011 | 82             | 89              | 65    | 18             | 13                | 29            | 15                   | 1                     | 6                | 71        |
| 2012 | 79             | 82              | 74    | 20             | 14                | 27            | 11                   | 1                     | 5                | 68        |
| 2013 | 79             | 83              | 69    | 23             | 10                | 29            | 16                   | 2                     | 4                | 79        |
| 2014 | 74             | 82              | 74    | 19             | 11                | 28            | 12                   | 1                     | 9                | 80        |
| 2015 | 71             | 76              | 70    | 15             | 12                | 25            | 11                   | 0                     | 9                | 80        |
| 2016 | 63             | 74              | 70    | 16             | 9                 | 29            | 12                   | 2                     | 11               | 86        |
| 2017 | 47             | 74              | 63    | 27             | 5                 | 28            | 8                    | 1                     | 16               | 84        |
| 2018 | 50             | 77              | 61    | 28             | 10                | 29            | 10                   | 0                     | 26               | 86        |
| 2019 | 48             | 65              | 62    | 36             | 8                 | 30            | 10                   | 2                     | 25               | 87        |
| 2020 | 42             | 73              | 62    | 31             | 2                 | 27            | 10                   | 3                     | 35               | 87        |
| 2021 | 39             | 66              | 63    | 36             | 8                 | 22            | 10                   | 4                     | 34               | 93        |
| 2022 | 27             | 79              | 66    | 37             | 8                 | 25            | 9                    | 5                     | 44               | 95        |
| 2023 | 24             | 70              | 64    | 38             | 6                 | 27            | 8                    | 4                     | 44               | 93        |

<sup>1</sup> Gjelder både tradisjonelle TV-signaler gjennom parabol, kabel- eller digitalt bakkenett og direkte TV-seing på nett-TV gjennom f.eks. NRK Direkte eller Tv2 Play Direkte.

Kilde: Norsk mediebarometer, Statistisk sentralbyrå

**Figur 9.2 Andel av befolkningen mellom 67 og 79 år som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag**

Kilde: Norsk mediebarometer, Statistisk sentralbyrå

**Tabell 9.2 Andel av befolkningen mellom 67 og 79 år som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag. Prosent**

|      | Papir-avis | TV <sup>1</sup> | Radio | Lyd-medier | Papir-ukeblad | Papir-bok | Papir-tidsskrift | Papir-tegneserier | Video-medier | Internett |
|------|------------|-----------------|-------|------------|---------------|-----------|------------------|-------------------|--------------|-----------|
| 1991 | 88         | 90              | 75    | 9          | 24            | 25        | 16               | 0                 | 2            | .         |
| 1992 | 87         | 86              | 68    | 7          | 19            | 24        | 12               | 1                 | 3            | .         |
| 1994 | 92         | 88              | 64    | 9          | 31            | 13        | 17               | 0                 | 3            | .         |
| 1995 | 89         | 88              | 60    | 10         | 32            | 11        | 15               | 2                 | 3            | .         |
| 1996 | 91         | 90              | 60    | 9          | 27            | 15        | 23               | 0                 | 1            | .         |
| 1997 | 86         | 86              | 61    | 9          | 24            | 20        | 8                | 0                 | 1            | 0         |
| 1998 | 90         | 86              | 63    | 8          | 23            | 17        | 17               | 0                 | 1            | 1         |
| 1999 | 92         | 88              | 63    | 12         | 26            | 25        | 13               | 1                 | 5            | 1         |
| 2000 | 90         | 86              | 61    | 13         | 22            | 20        | 13               | 1                 | 3            | 4         |
| 2001 | 90         | 91              | 55    | 14         | 20            | 22        | 10               | 1                 | 4            | 7         |
| 2002 | 85         | 86              | 63    | 14         | 20            | 19        | 15               | 0                 | 3            | 5         |
| 2003 | 84         | 92              | 60    | 11         | 27            | 24        | 17               | 1                 | 2            | 4         |
| 2004 | 90         | 86              | 64    | 14         | 26            | 23        | 12               | 0                 | 4            | 9         |
| 2005 | 89         | 89              | 64    | 14         | 19            | 31        | 14               | 1                 | 2            | 13        |
| 2006 | 94         | 86              | 54    | 14         | 22            | 22        | 13               | 0                 | 1            | 17        |
| 2007 | 90         | 88              | 53    | 12         | 18            | 22        | 14               | 0                 | 2            | 21        |
| 2008 | 84         | 85              | 60    | 11         | 17            | 22        | 19               | 1                 | 3            | 29        |
| 2009 | 82         | 86              | 52    | 10         | 22            | 30        | 16               | 0                 | 3            | 38        |
| 2010 | 84         | 90              | 55    | 11         | 16            | 26        | 16               | 0                 | 3            | 44        |
| 2011 | 88         | 91              | 64    | 12         | 20            | 36        | 17               | 1                 | 3            | 45        |
| 2012 | 83         | 88              | 66    | 12         | 19            | 30        | 15               | 0                 | 0            | 50        |
| 2013 | 83         | 86              | 72    | 12         | 17            | 38        | 9                | 0                 | 4            | 52        |
| 2014 | 82         | 91              | 69    | 10         | 15            | 33        | 9                | 0                 | 3            | 54        |
| 2015 | 71         | 86              | 65    | 11         | 17            | 30        | 10               | 0                 | 5            | 52        |
| 2016 | 73         | 81              | 62    | 9          | 14            | 39        | 11               | 0                 | 7            | 58        |
| 2017 | 72         | 83              | 66    | 15         | 13            | 34        | 9                | 1                 | 11           | 60        |
| 2018 | 67         | 86              | 62    | 18         | 16            | 36        | 10               | 1                 | 12           | 69        |
| 2019 | 69         | 72              | 62    | 15         | 15            | 33        | 11               | 0                 | 14           | 61        |
| 2020 | 61         | 75              | 64    | 18         | 7             | 35        | 9                | 1                 | 22           | 67        |
| 2021 | 63         | 74              | 73    | 22         | 12            | 36        | 8                | 6                 | 21           | 68        |
| 2022 | 50         | 85              | 73    | 25         | 17            | 39        | 19               | 9                 | 27           | 84        |
| 2023 | 43         | 82              | 67    | 25         | 18            | 39        | 13               | 6                 | 26           | 85        |

<sup>1</sup> Gjelder både tradisjonelle TV-signaler gjennom parabol, kabel- eller digitalt bakkenett og direkte TV-seing på nett-TV gjennom f.eks. NRK Direkte eller Tv2 Play Direkte.

Kilde: Norsk mediebarometer, Statistisk sentralbyrå

Ser vi mot nyere og digitale medier, så endrer brukermønsteret seg. Ny teknologi bidrar til denne endringen, og mediene anvendes annerledes når internett og strømmetjenester tilgjengeliggjør musikk, film og tv-serier som tidligere var forbeholdt tradisjonelle medier. I tillegg endres måten vi definerer ulike medier. For eksempel inkluderte videomedier tidligere videobåndspiller (VHS eller likende) og video-opptak, men har i nyere tid blitt erstattet med DVD/Blu-ray og strømmet og nedlastet innhold.

Videomedier har vært og er fortsatt mer utbredt blant de yngre i befolkningen. Disse mediene endres hyppig, og tilgjengeliggjøres mer og mer. Bruk av videomedier har hatt en særlig oppgang de siste årene, også blant de eldre i befolkningen. Godt over halvparten av de yngste ser på videomedier daglig, mens blant 67-79 åringene gjelder det nær tre av ti, og en av ti i alderen 80 år eller eldre.

I likhet med videomedier er også lydmedier mer utbredt blant de yngre i befolkningen. En trend vi ser helt tilbake til 1991. Lydmedier omfatter strømmet og nedlastet musikk, samt brukt av fysiske medier som CD/vinyl. 9 prosent av de mellom 67 og 79 år lyttet til lydmedier i 1991, mens i 2023 er tilsvarende andel 25 prosent. Andelen er noe lavere blant de eldste, 80 år eller eldre, med 17 prosent i 2023. Til sammenligning lytter 16-24 åringene mest; 73 prosent i denne aldersgruppen lyttet daglig til lydmedier i 1991, og i 2023 lytter 93 prosent av befolkningen i samme aldersgruppe til lydmedier daglig.

De digitale mediene krever gjerne tilgang til internett, og bruk av disse mediene kan ha sammenheng med bruk av og tilgang til internett. Bruk av internett ble først introdusert til mediebruksundersøkelsen i 1997. Siden den gang har det vært en stor økning i internettbruk i alle aldersgrupper, som naturligvis henger sammen med at mer og mer av hverdagen vår digitaliseres.

Tilbake i 2001 varierte internettbruken i stor grad blant aldersgruppene, hvor de yngste og eldste brukte internett minst en gjennomsnittsdag. De yngste har i 2023 derimot tatt igjen de andre aldersgruppene, mens blant de eldste er brukerandelene fortsatt noe lavere enn øvrige aldersgrupper. Blant personer 67-79 år bruker 85 prosent internett daglig, mens blant de som er 80 år eller eldre er brukerandelen 60 prosent.

Mediebruksundersøkelsen spør om bruk av medier en gjennomsnittsdag. Selv om de eldste i befolkningen ikke nødvendigvis bruker internett daglig i like stor grad som den øvrige befolkningen, viser tall fra Statistisk sentralbyrås statistikk [Bruk av IKT i husholdningene](#) (2023) at bruk av internett i løpet av de siste 3 månedene er betydelig høyere enn den daglige bruken. For personer mellom 55 og 74 år bruker tilnærmet alle internett i løpet av denne tidsperioden, og blant personer mellom 75 og 79 år er tilsvarende andel 91 prosent i 2023.

De eldste i befolkningen benytter i større grad de tradisjonelle mediene en gjennomsnittsdag, som ikke nødvendigvis krever internetttilkobling. Forskjeller i bruk av internett kan ha sammenheng med tilgjengelighet og hvorvidt personer i disse aldersgruppene har tilgang til ulike medier, samt at personer i utvalget kan ha ulik kjennskap til hvilke verktøy som krever internetttilgang for bruk. Les mer om tilgjengelighet lenger ned i kapitlet.

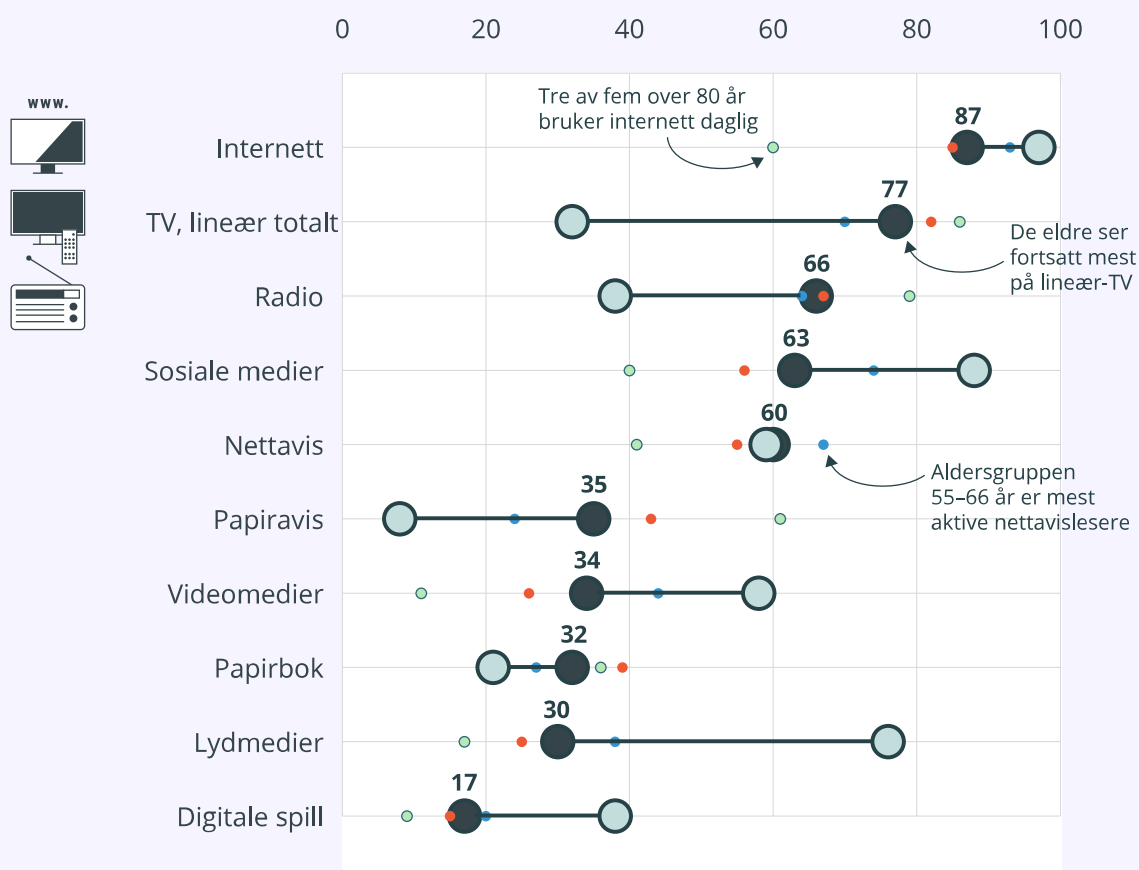
**Figur 9.3 Andel av befolkningen som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper og medier**

## Eldre holder fast ved tradisjonelle medier

Medievanene til den norske befolkningen viser et generasjonsskille. De yngre benytter seg mer av strømmetjenester, lydmedier og andre digitale medier, mens de eldre i større grad bruker tradisjonelle medier som radio, avis og lineær-TV.

### Andel av befolkningen som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag, 2023

Prosent



#### Fargeforklaring

- 9-54 år
- 55-66 år
- 55 år og eldre
- 67-79 år
- 80 år og eldre

Kilde: Norsk mediebarometer, 2023.



**Statistisk sentralbyrå**  
Statistics Norway

**Tabell 9.3 Andel av befolkningen som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper. 2023. Prosent**

|                   | 9-54 år | 55 år eller eldre | 55-66 år | 67-79 år | 80 år eller eldre |
|-------------------|---------|-------------------|----------|----------|-------------------|
| Internett         | 97      | 87                | 93       | 85       | 60                |
| Lineær-TV, totalt | 32      | 77                | 70       | 82       | 86                |
| Radio             | 38      | 66                | 64       | 67       | 79                |
| Sosiale medier    | 88      | 63                | 74       | 56       | 40                |
| Nettavis          | 59      | 60                | 67       | 55       | 41                |
| Papiravis         | 8       | 35                | 24       | 43       | 61                |
| Videomedier       | 58      | 34                | 44       | 26       | 11                |
| Papirbok          | 21      | 32                | 27       | 39       | 36                |
| Lydmedier         | 76      | 30                | 38       | 25       | 17                |
| Digitale spill    | 38      | 17                | 20       | 15       | 9                 |

Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

## 9.2. Senioresnes mediehverdag i 2023

Seniorbefolkningens mediebruk i 2023 er, i likhet med tidligere år, preget av de tradisjonelle mediene. Allikevel ser vi at de eldre bruker mer digitale medier enn før, samt at bruken av enkelte tradisjonelle medier går ned.

Siden 1991 og til 2023 har andelen som leser papiravis daglig sunket fra 84 til 17 prosent i befolkningen som helhet. I likhet med andre tradisjonelle medier er det seniorene som i størst grad leser papiraviser, og andel lesere øker med stigende alder. 61 prosent av personer 80 år eller eldre leser papiraviser daglig, mot 43 prosent av 67-79 åringene og 24 prosent av 55-66 åringene. For den øvrige befolkningen samlet (9-54 år) er andelen kun 8 prosent. Selv om de eldste fortsatt leser en god del papiraviser er det også en nedgang fra tidligere år.

Det vil være naturlig å tenke at nettavisene har tatt mer over for papiravisene. 59 prosent av befolkningen leser nettavis en gjennomsnittsdag i 2023, en nedgang fra 70 prosent 2020. Det må tas med i betraktningen at 2020 var et år preget av pandemi, og bruk av nettavis som kilde for informasjon og oppdateringer antas å ha vært høyere enn vanlig. Det er likevel en nedgang i andel nettavislesere også fra 2022 til 2023, og undersøkelsen viser at befolkningen i større grad benytter flere kilder til nyheter, ikke bare avisene. Les mer om konsum av nyheter senere i kapittelet.

I tråd med at de eldres papiravislesing går ned, øker andelen nettavislesere blant de eldre. I 2022 leste 25 prosent av de 80 år eller eldre nettavis daglig, mens i 2023 er tilsvarende andel 41 prosent. De yngre i befolkningen leser også mer nettaviser, og blant befolkningen mellom 9 og 54 år leser 59 prosent nettavis daglig.

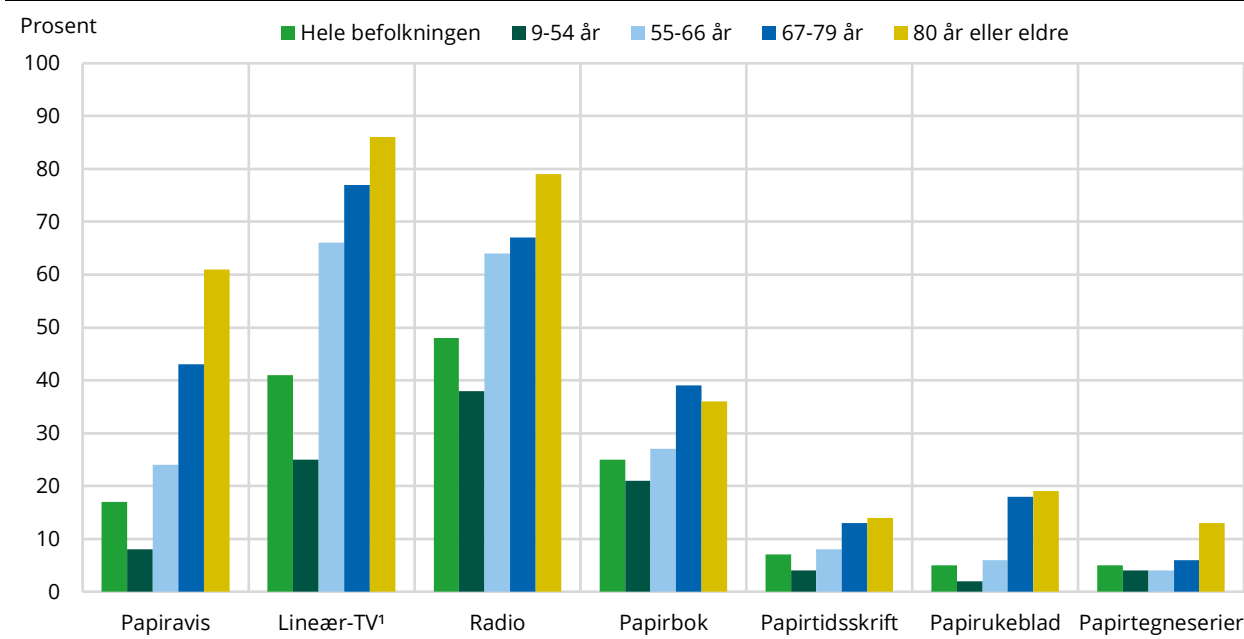
Blant de over 67 år finner vi størst andel som daglig leser lokal- eller distriktsavis på papir. 39 prosent av personer 80 år eller eldre leser denne type avis daglig, og 30 prosent av de mellom 67 og 79 år. Det er også de eldste i befolkningen som leser mest lokal- eller distriktsavis på nett, i tillegg til VG, NRK.no og Dagbladet.

For papiravis- og nettavislesing samlet er det i størst grad de eldre i befolkningen som leser aviser. Åtte av ti i alderen 67 år eller eldre leser avis en gjennomsnittsdag, uavhengig om det er på papir eller nett, mens blant den øvrige befolkningen mellom 9 og 54 år er det seks av ti som leser avis en gjennomsnittsdag.

71 prosent av befolkningen lyttet daglig til radio i 1991, mens i 2023 lyttet 48 prosent. I mange år har barn og unge i mindre grad hørt på radio enn voksne og eldre. I 2023 lytter seniorer i aldersgruppen 80 år eller eldre mest på radio en gjennomsnittsdag, med 79 prosent. Personer mellom 16 og 24 år lytter minst, med 21 prosent. Det er gjennomgående en svak økning i radiolytting blant

aldersgruppene, utenom blant 67-79 åringene hvor andelen gikk ned fra 73 prosent i 2022 til 67 prosent i 2023.

**Figur 9.4 Andel av befolkningen som bruker ulike tradisjonelle medier en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper, 2023**



<sup>1</sup> TV-kanaler som ikke er nett-TV, f.eks. tradisjonelle TV-signaler gjennom parabol, kabel- eller digitalt bakkenett.

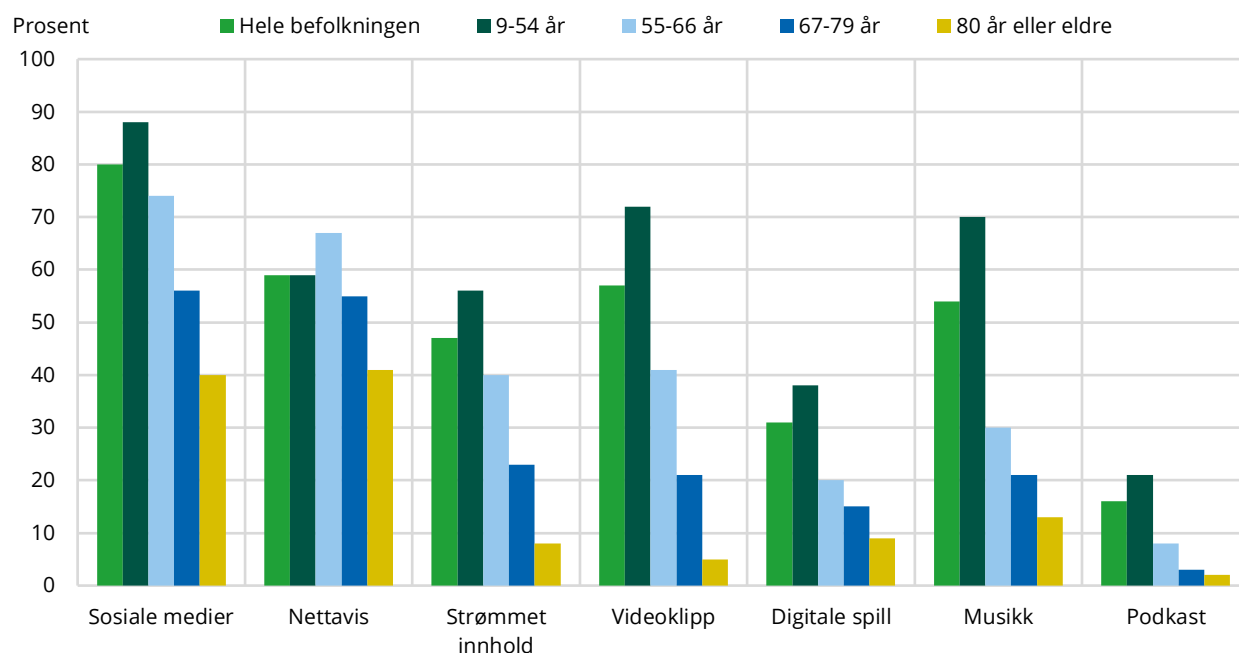
Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

I likhet med avislesing og radiolytting er det også de eldste i befolkningen som i størst grad ser på lineær-TV i 2023. Tilbake i 1991 var lineær-TV populært blant alle aldersgruppene, og 81 prosent av befolkningen så lineær-TV daglig. Som for andre tradisjonelle medier har også andel seere av lineær-TV sunket gradvis, og i 2023 var andelen 47 prosent. Hvordan vi definerer lineær-TV har også endret seg. Tidligere var lineær-TV tradisjonelle TV-signaler gjennom parabol, kabel- eller digitalt bakkenett, mens i nyere tid inkluderer lineær-TV også direkte TV-seing på nett-TV gjennom f.eks. NRK Direkte eller Tv2Play Direkte.

Mens det har vært en markant nedgang i andelen som ser på lineær-TV blant de yngre aldersgruppene de siste tre tiårene, er nedgangen mye mindre blant seniorene. 90 prosent av 67-79 åringene så lineær-TV en gjennomsnittsdag i 1991, mot 82 prosent i 2023. Blant personer 80 år eller eldre er andel seere i 2023 på 86 prosent, og blant yngre eldre mellom 55 og 66 år er tilsvarende andel 70 prosent.

I tillegg til de andre tradisjonelle mediene, leser 67-79 åringene og personer 80 år eller eldre mer papirbøker, papirtidsskrifter, papirukeblad og papirtegneserier en gjennomsnittsdag enn øvrig befolkning. Nær fire av ti, 67 år eller eldre, leser papirbok daglig, og nær to av ti leser papirukeblad i løpet av en dag.

Det er tydelig at medievanene til seniorbefolkningen i stor grad er preget av tradisjonelle og lineære medier, og gjerne mediene som var mest anvendt blant hele befolkningen for 30 år siden. Samtidig viser tallene fra mediebruksundersøkelsen at de eldre også tilpasser seg mer, da bruken av digitale og nyere medier øker blant de eldste. I tillegg kommer stadig nye generasjoner av eldre, hvor flere har levd lenger med de nye mediene.

**Figur 9.5 Andel av befolkningen som bruker ulike digitale medier en gjennomsnittsdag, etter alder. 2023**

Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

Samtidig med at de yngre i befolkningen i mye mindre grad benytter seg av lineær-TV, bruker de i større grad videomedier (som strømmetjenester og nedlastet innhold). Halvparten av befolkningen så på strømmet innhold i 2023, og blant personer mellom 9 og 54 år er andelen 56 prosent. Blant de yngre eldre (55-66 år) ser 40 prosent på strømmet innhold en gjennomsnittsdag, 23 prosent blant eldre (67-79 år) og 8 prosent blant de eldste (80 år eller eldre).

I likhet med at medieteknologien endrer seg, endres også måten vi kommuniserer med hverandre på og digitaliseringen medfører at store deler av hverdagen vår er preget av applikasjoner. Bruk av sosiale medier har hatt en kraftig økning i bruk de siste årene. Denne økningen er også tydelig blant seniorbefolkningen.

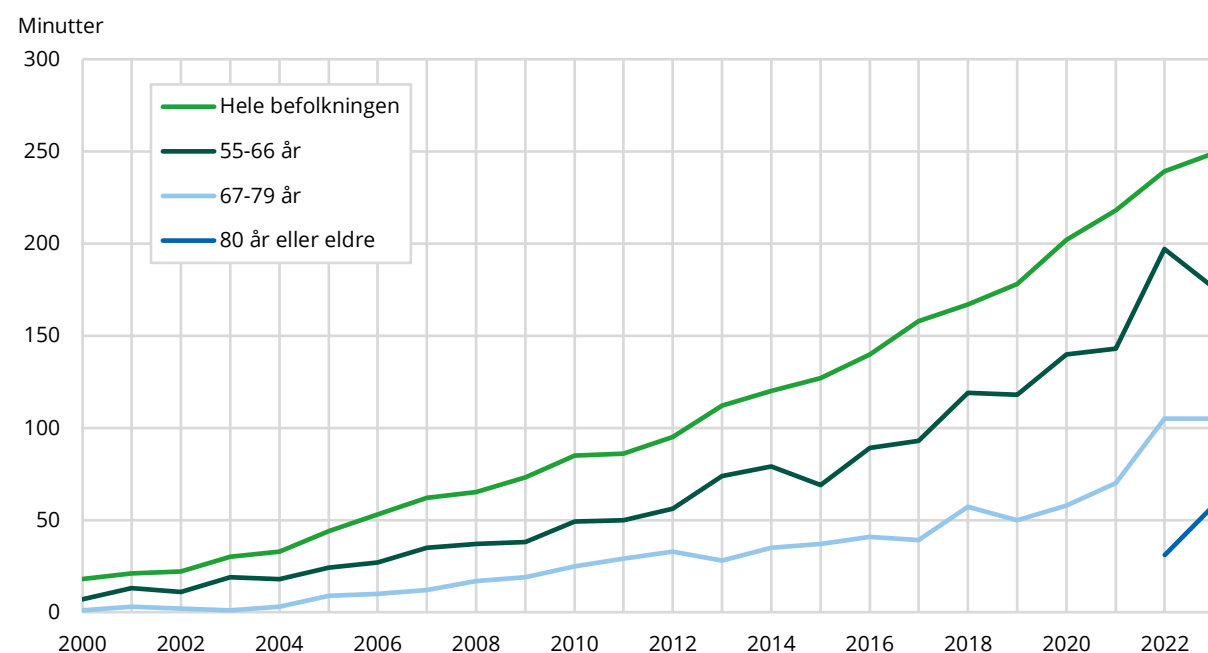
40 prosent av personer 80 år eller eldre bruker sosiale medier daglig i 2023, en økning fra 28 prosent i 2022. Blant personer mellom 67 og 79 år bruker 56 prosent sosiale medier i løpet av en gjennomsnittsdag, og tilbake i 2020 var denne andelen 38 prosent. Denne økningen er gjennomgående for alle aldersgruppene, men størst for de eldste.

I alle aldersgruppene bruker kvinner sosiale medier i større grad enn menn. Nær halvparten av kvinner 80 år eller eldre bruker sosiale medier daglig, mot en av tre menn i samme aldersgruppe.

### 9.3. Seniorer bruker mer tid på internett enn før

Tiden som brukes på internett øker for hvert år. I 2023 bruker befolkningen i snitt litt over 4 timer på internett om dagen, en økning med 10 minutter fra 2022.

Det er unge i alderen 16 til 19 år som bruker mest tid på internett, med nær 6,5 timer i snitt en gjennomsnittsdag. På den andre siden har seniorer i aldersgruppen 80 år eller eldre en økning i tid brukt på internett fra 2022, og bruker i underkant av en time daglig på internett i 2023. En større andel av kvinnene over 80 år bruker internett enn menn i samme aldersgruppe, men eldre menn bruker mer tid på internett en gjennomsnittsdag.

**Figur 9.6 Gjennomsnittlig antall minutter befolkningen bruker på internett en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper**

Kilde: Norsk mediebarometer, Statistisk sentralbyrå

**Tabell 9.4 Gjennomsnittlig antall minutter befolkningen bruker på internett en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper**

|      | Hele befolkningen | 55-66 år | 67-79 år | 80 år eller eldre |
|------|-------------------|----------|----------|-------------------|
| 2000 | 18                | 7        | 1        | .                 |
| 2001 | 21                | 13       | 3        | .                 |
| 2002 | 22                | 11       | 2        | .                 |
| 2003 | 30                | 19       | 1        | .                 |
| 2004 | 33                | 18       | 3        | .                 |
| 2005 | 44                | 24       | 9        | .                 |
| 2006 | 53                | 27       | 10       | .                 |
| 2007 | 62                | 35       | 12       | .                 |
| 2008 | 65                | 37       | 17       | .                 |
| 2009 | 73                | 38       | 19       | .                 |
| 2010 | 85                | 49       | 25       | .                 |
| 2011 | 86                | 50       | 29       | .                 |
| 2012 | 95                | 56       | 33       | .                 |
| 2013 | 112               | 74       | 28       | .                 |
| 2014 | 120               | 79       | 35       | .                 |
| 2015 | 127               | 69       | 37       | .                 |
| 2016 | 140               | 89       | 41       | .                 |
| 2017 | 158               | 93       | 39       | .                 |
| 2018 | 167               | 119      | 57       | .                 |
| 2019 | 178               | 118      | 50       | .                 |
| 2020 | 202               | 140      | 58       | .                 |
| 2021 | 218               | 143      | 70       | .                 |
| 2022 | 239               | 197      | 105      | 31                |
| 2023 | 249               | 176      | 105      | 58                |

Kilde: Norsk mediebarometer, Statistisk sentralbyrå

Seniorbefolkningen som helhet, 55 år og eldre, bruker i gjennomsnitt 2 timer og 15 minutter på internett daglig. Til sammenligning bruker den øvrige befolkningen mellom 9 og 54 år i snitt 4 timer og 9 minutter. Seniorbefolkningen leser mest aviser, ser mest på lineær-TV og lytter mest til radio en gjennomsnittsdag, og har også en høyere gjennomsnitt på tidsbruk på disse mediene. På den andre

side bruker de yngre mer videomedier og lydmedier i større grad enn de eldre, som også gjenspeiles i tidsbruken.

Personer 80 år eller eldre bruker i snitt litt over 1 time på å lese aviser (papir og nett totalt) daglig. Blant de eldste i befolkningen er det særlig menn som bruker mye tid på avislesing, med 1 time og 16 minutter daglig, sammenlignet med de eldste kvinnene som i snitt bruker 47 minutter på avislesing. Samme aldersgruppe bruker også rett i overkant av 2 timer på radiolytting og seing av lineær-TV. Til sammenligning bruker den øvrige befolkningen (9-54 år) kun 35 minutter daglig i snitt på radiolytting, men bruker samtidig 1 time og 39 minutter på lytting av andre lydmedier (blant annet podcast, lydbok og strømmet/nedlastet musikk).

**Tabell 9.5 Gjennomsnittlig antall minutter befolkningen bruker på ulike medier en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper. 2023**

|                           | Avis, totalt | Lineær-TV <sup>1</sup> | Radio     | Internett  | Videomedier | Lydmedier |
|---------------------------|--------------|------------------------|-----------|------------|-------------|-----------|
| <b>Hele befolkningen</b>  | <b>34</b>    | <b>74</b>              | <b>52</b> | <b>249</b> | <b>81</b>   | <b>76</b> |
| <b>Seniorbefolkningen</b> | <b>51</b>    | <b>115</b>             | <b>84</b> | <b>135</b> | <b>61</b>   | <b>33</b> |
| <b>Alder</b>              |              |                        |           |            |             |           |
| 9-54 år                   | 26           | 52                     | 35        | 308        | 92          | 99        |
| 55-66 år                  | 45           | 102                    | 74        | 176        | 86          | 44        |
| 67-79 år                  | 55           | 128                    | 88        | 105        | 44          | 25        |
| 80 år eller eldre         | 63           | 126                    | 121       | 58         | 14          | 9         |

<sup>1</sup> Gjelder både tradisjonelle TV-signaler gjennom parabol, kabel- eller digitalt bakkenett og direkte TV-seing på nett-TV gjennom for eksempel NRK Direkte eller Tv2 Play Direkte.

Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

#### 9.4. Lineær-TV er den vanligste kilden til nyheter for seniorene

Medier er en av bærebjelkene i et velfungerende demokratisk samfunn, slik at befolkningen kan oppdatere seg på hva som skjer i verden, men også for spredning av offentlig informasjon, beredskap i krisesituasjoner og for sosial kontakt. Nyhetstilbudet til den norske befolkningen har vært i endring i mange år og stadig mer av nyhetene leses eller sees digitalt.

Internett og mobiltelefon har blitt en integrert del av de flestes hverdag, og befolkningen bruker stadig mer tid på internett gjennom ulike enheter og plattformer. På bakgrunn av dette endres også måten vi oppsøker informasjon og nyheter.

De er store forskjeller i befolkningens konsum av nyheter etter aldersgrupper. De eldste får med seg nyheter gjennom de tradisjonelle mediene som radio eller TV, og de leser mer papiraviser. Åtte av ti i alderen 80 år eller eldre får med seg nyheter på tradisjonell lineær-TV. Andelen av befolkningen som bruker lineær-TV som nyhetskilde synker med lavere alder. Det er også ulikheter mellom aldersgruppene for nyheter sett på nett-TV. To av ti mellom 45 og 66 år ser nyheter på nett-TV og er den aldersgruppen som i størst grad bruker nett-TV som nyhetskilde.

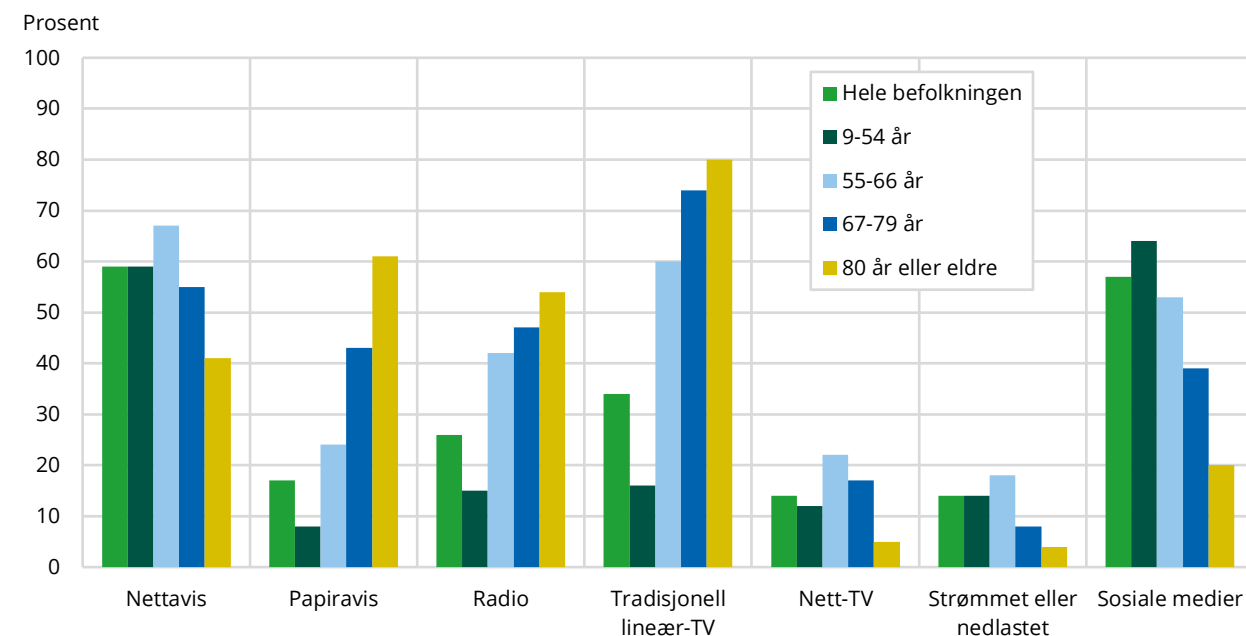
Stadig mer av nyhetskonsument i befolkningen skjer digitalt og via sosiale medier, og denne endringen er spesielt tydelig blant unge voksne. De yngre i befolkningen, under 24 år, får nyhetene sine fra sosiale medier og nettaviser. Hele 64 prosent av de mellom 9 og 54 år finner og leser nyheter på sosiale medier en gjennomsnittsdag. Tilsvarende andel blant 55-66 åringene er 53 prosent, blant de mellom 67-79 år er det 39 prosent, og blant de 80 år eller eldre bruker 20 prosent sosiale medier som kilde til nyheter.

Medietilsynet legger frem i sin delrapport [Kritisk medieforståelse i den norske befolkningen 2024](#) (2024) at omfanget av usanne nyheter er særlig utfordrende i sosiale medier, og at redaktørstyrte medier oppleves som mer troverdige. Delrapporten legger frem at de over 60 år i mindre grad enn den øvrige befolkningen har kommet over nyhetssaker som de mistenkte var usanne. I samme rapport

ser vi at der flest opplever nyhetssaker som usanne er gjennom sosiale medier, med hele 80 prosent.

At eldre i mindre grad opplever nyheter som usanne kan ha sammenheng med kilde til nyheter, samt kompetanse til å skille ut informasjon som er uriktig. I Medietilsynets delrapport (2024) legges det frem at de eldre i befolkningen syntes det er litt vanskelig å skille denne type informasjon.

**Figur 9.7 Andel av befolkningen som bruker ulike plattformer for nyheter en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper. 2023**



Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

**Tabell 9.6 Andel av befolkningen som bruker ulike plattformer for nyheter en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper. 2023. Prosent**

|                           | Nettavis  | Papiravis | Nyheter på radio | Nyheter på tradisjonell lineær-TV <sup>1</sup> | Nyheter på nett-TV <sup>2</sup> | Strømmet eller nedlastet nyheter | Nyheter på sosiale medier |
|---------------------------|-----------|-----------|------------------|------------------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|---------------------------|
| <b>Hele befolkningen</b>  | <b>59</b> | <b>17</b> | <b>26</b>        | <b>34</b>                                      | <b>14</b>                       | <b>14</b>                        | <b>57</b>                 |
| <b>Seniorbefolkningen</b> | <b>60</b> | <b>35</b> | <b>45</b>        | <b>68</b>                                      | <b>18</b>                       | <b>13</b>                        | <b>44</b>                 |
| <b>Alder</b>              |           |           |                  |                                                |                                 |                                  |                           |
| 9-54 år                   | 59        | 8         | 15               | 16                                             | 12                              | 14                               | 64                        |
| 55-66 år                  | 67        | 24        | 42               | 60                                             | 22                              | 18                               | 53                        |
| 67-79 år                  | 55        | 43        | 47               | 74                                             | 17                              | 8                                | 39                        |
| 80 år eller eldre         | 41        | 61        | 54               | 80                                             | 5                               | 4                                | 20                        |

<sup>1</sup> TV-kanaler som ikke er nett-TV, f.eks. tradisjonelle TV-signaler gjennom parabol, kabel- eller digitalt bakkenett. <sup>2</sup> Nyheter på nett-TV inneholder både lineær og tidsforskjøvet nett-TV. Lineær nett-TV er direkte TV-seing på nett-TV gjennom for eksempel NRK Direkte eller Tv2 Play Direkte. Tidsforskjøvet nett-TV gjelder programmer valgt selv og som ses på utenom kanalens sendeskjema.

Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

På sosiale medier kan befolkningen følge ulike redaktørstyrte og ikke-redaktørstyrte kilder, se og lese nyheter som dukker opp fra personer eller kilder de selv har valgt å følge. Disse nyhetspostene kan dukke opp i *feeden* og folk kan selv dele og kommentere nyheter.

I løpet av en gjennomsnittsdag får de fleste med seg nyheter på sosiale medier via ulike spredningsmåter. Nyheter får man fra å følge offentlige personer, ved å følge redaktørstyrte kilder som opprinnelig lager innhold for tradisjonelle plattformer, og fra venner, bekjente eller fra algoritmer som gjør at nyheter dukker opp i *feeden* uten at man har valgt å følge disse kildene.

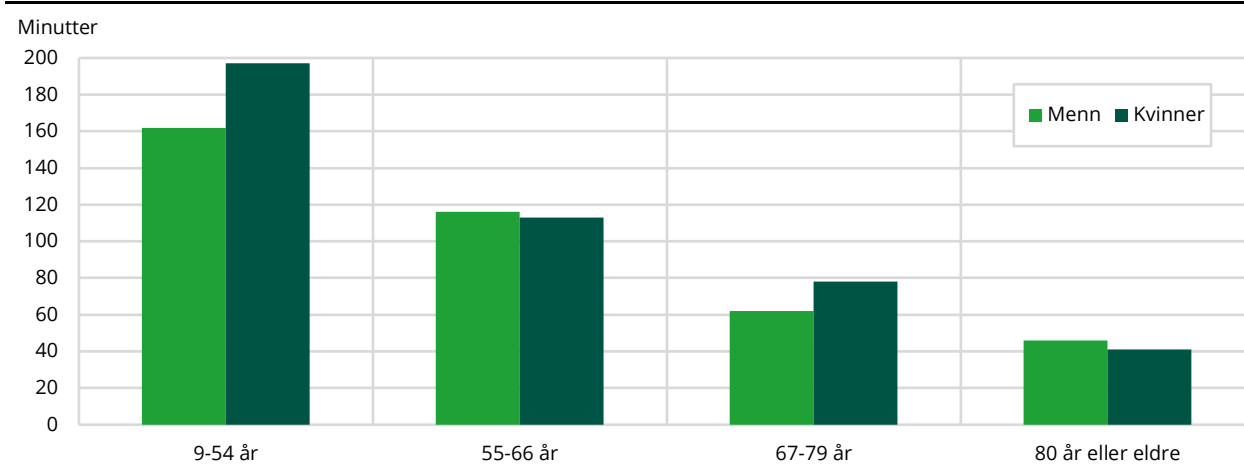
## 9.5. Seniorbefolkningen bruker 1,5 time på mobiltelefonen daglig

95 prosent av seniorbefolkningen bruker mobiltelefon en gjennomsnittsdag. Lavest andel blant disse er i gruppen personer som er 80 år eller eldre, med en brukerandel på 91 prosent.

I gjennomsnitt bruker seniorbefolkningen (55 år og eldre) 1 time og 29 minutter på mobiltelefonen en gjennomsnittsdag. Personer mellom 9 og 54 år bruker dobbelt så mye tid på mobiltelefonen som seniorene. Blant seniorene er det de i aldersgruppen 55-66 år som bruker mest tid på mobiltelefonen, med 1 time og 55 minutter i gjennomsnitt. 67-79 åringene bruker 1 time og 10 minutter, mens personer 80 år eller eldre i snitt bruker 44 minutter daglig.

Tid brukt på mobiltelefon varierer også mellom kjønn. Kvinner og menn som er 80 år eller eldre bruker tilnærmet like mye tid på mobiltelefon en gjennomsnittsdag, mens kvinner mellom 67 og 79 år bruker noe mer tid på mobiltelefon enn menn i samme aldersgruppe. For den øvrige befolkningen, 9-54 år, bruker kvinner 3 timer og 17 minutter i snitt daglig, mens menn bruker 2 timer og 42 minutter.

**Figur 9.8** Gjennomsnittlig antall minutter befolkningen bruker på mobiltelefon en gjennomsnittsdag, etter aldersgruppe og kjønn. 2023



Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

**Tabell 9.7** Andel av befolkningen som bruker mobiltelefon en gjennomsnittsdag og gjennomsnittlig antall minutter per person, blant alle og blant mobilbrukerne, etter kjønn og aldersgrupper. 2023

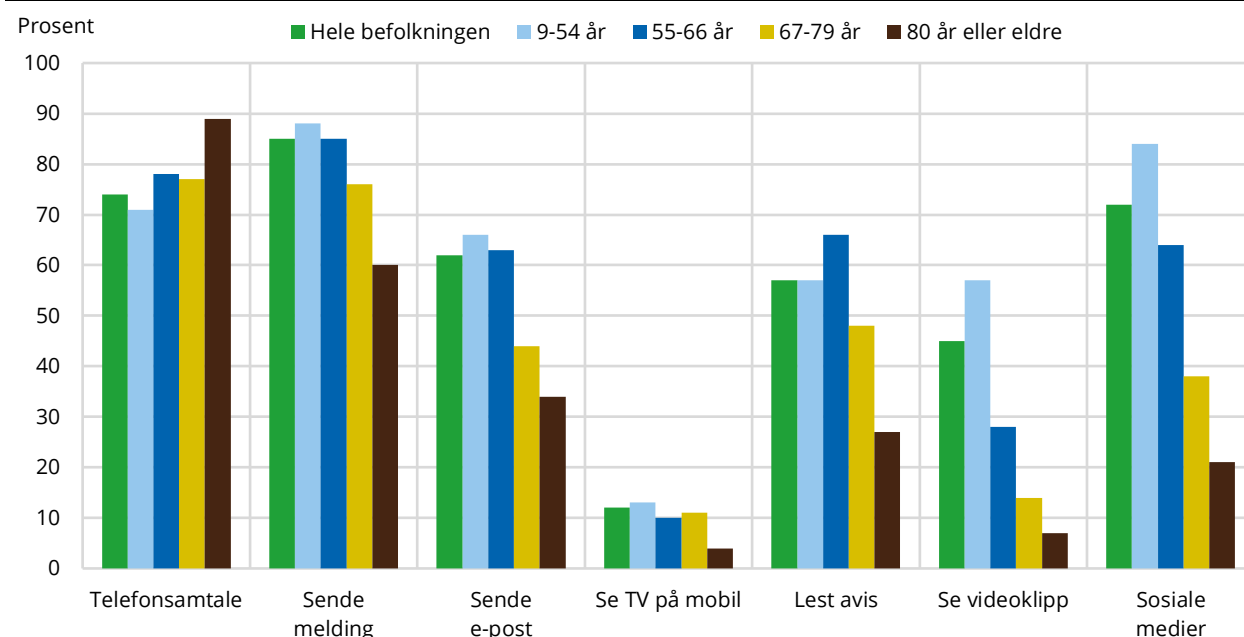
|                           | Prosent-<br>andel | Minutter   |              |
|---------------------------|-------------------|------------|--------------|
|                           |                   | Alle       | Mobilbrukere |
| <b>Hele befolkningen</b>  | <b>97</b>         | <b>149</b> | <b>154</b>   |
| <b>Seniorbefolkningen</b> | <b>95</b>         | <b>89</b>  | <b>95</b>    |
| <b>Alder</b>              |                   |            |              |
| 9-54 år                   | 98                | 180        | 184          |
| 55-66 år                  | 98                | 115        | 117          |
| 67-79 år                  | 93                | 70         | 76           |
| 80 år eller eldre         | 91                | 44         | 50           |
| <b>Menn</b>               |                   |            |              |
| 9-54 år                   | 98                | 162        | 167          |
| 55-66 år                  | 97                | 116        | 120          |
| 67-79 år                  | 95                | 62         | 66           |
| 80 år eller eldre         | 89                | 46         | 54           |
| <b>Kvinner</b>            |                   |            |              |
| 9-54 år                   | 98                | 197        | 200          |
| 55-66 år                  | 99                | 113        | 115          |
| 67-79 år                  | 92                | 78         | 86           |
| 80 år eller eldre         | 93                | 41         | 45           |

Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

Vi bruker mobiltelefonen til ulike aktiviteter, og den har i løpet av de siste årene blitt en skjerm som i stor grad benyttes til hverdagslige aktiviteter. Tidligere ble mobiltelefonen brukt til telefonsamtaler og for å utveksle meldinger, mens i dag brukes mobilen til en rekke andre aktiviteter, og særlig som kilde til sosiale medier.

72 prosent av befolkningen som helhet bruker mobiltelefonen til sosiale medier. Blant de ulike aldersgruppene er det de mellom 9 og 54 år som er mest på sosiale medier daglig, og andelen synker med stigende alder. 64 prosent av 55-66 åringene bruker mobiltelefon til sosiale medier daglig, 38 prosent blant 67-79 åringene gjør det samme, mens blant personer 80 år eller eldre er tilsvarende andel 21 prosent i 2023. Personer i befolkningen 80 år eller eldre bruker i størst grad mobiltelefonen til telefonsamtale med 89 prosent.

**Figur 9.9 Andel av befolkningen som bruker mobiltelefon til ulike aktiviteter en gjennomsnittsdag, 2023**



Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

**Tabell 9.8 Andel av befolkningen som bruker mobiltelefon til ulike aktiviteter, etter aldersgrupper, 2023. Prosent**

|                           | Telefon-samtale | Sende melding | Sende e-post | Se TV på mobil | Lese avis | Se videoklipp | Sosiale medier |
|---------------------------|-----------------|---------------|--------------|----------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Hele befolkningen</b>  | <b>74</b>       | <b>85</b>     | <b>62</b>    | <b>12</b>      | <b>57</b> | <b>45</b>     | <b>72</b>      |
| <b>Seniorbefolkningen</b> | <b>78</b>       | <b>80</b>     | <b>53</b>    | <b>10</b>      | <b>56</b> | <b>21</b>     | <b>50</b>      |
| <b>Alder</b>              |                 |               |              |                |           |               |                |
| 9-54 år                   | 71              | 88            | 66           | 13             | 57        | 57            | 84             |
| 55-66 år                  | 78              | 85            | 63           | 10             | 66        | 28            | 64             |
| 67-79 år                  | 77              | 76            | 44           | 11             | 48        | 14            | 38             |
| 80 år eller eldre         | 89              | 60            | 34           | 4              | 27        | 7             | 21             |

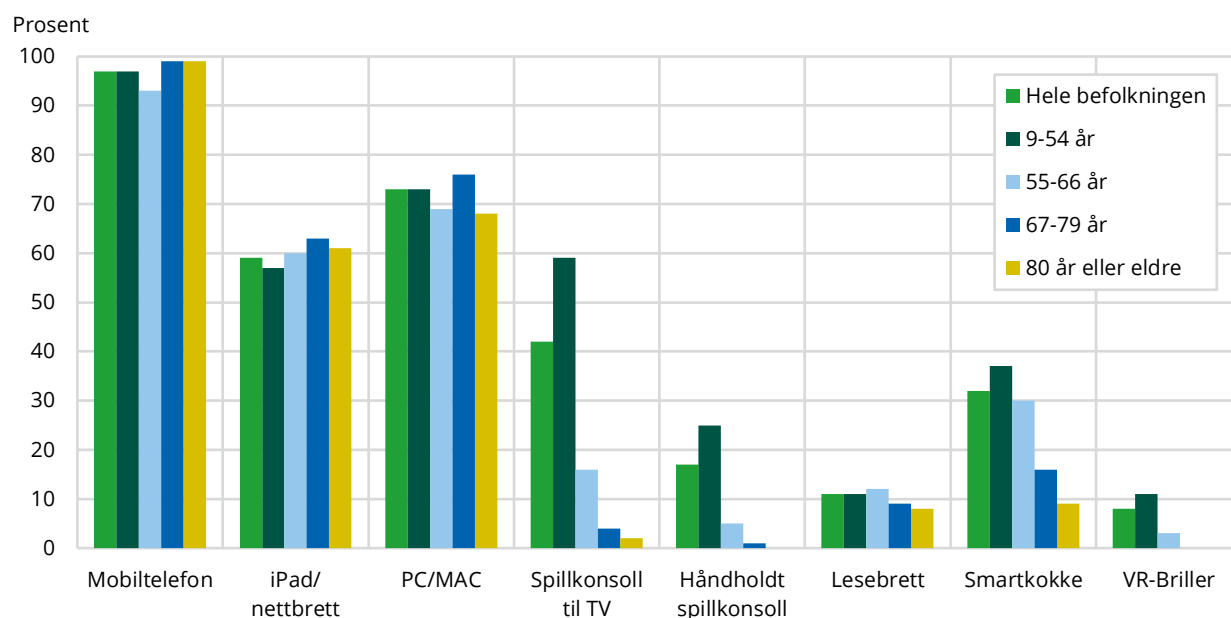
Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

Nær alle i seniorbefolkningen har tilgang til privat mobiltelefon. Det er en noe lavere andel blant 55-66 åringene, men det kan ha sammenheng med tilgang til arbeidstelefon til fordel for privat mobiltelefon. Det er også størst andel av de mellom 67-79 år i befolkningen som har tilgang til iPad eller nettbrett i hjemmet, med 63 prosent. Seniorene har også i stor grad tilgang til PC eller MAC i hjemmet, i likhet med den øvrige befolkningen, men i mindre grad tilgang til øvrige medier.

Seniorbefolkningen benytter i liten grad spillkonsoller og smartklokke. Mens 59 prosent av befolkningen mellom 9 og 54 år har tilgang til spillkonsoll til TV, er andelen på 16 prosent blant 55-66 åringene og kun 4 prosent blant personer mellom 67 og 79 år.

Stadig mer av innholdet på TV strømmes, og flere tar i bruk nye tilkoblingsmetoder som Apple TV eller Chromecast. I sammenheng med at yngre bruker mindre tradisjonelle tilkoblingsmetoder, så er det også størst andel av de under 66 år som har tilgang til Apple TV eller Chromecast i hjemmet, og noe lavere andeler blant de eldre. Det er allikevel over halvparten av personer 80 år eller eldre som har tilgang til Apple TV eller Chromecast.

**Figur 9.10 Andel av befolkningen som har tilgang til ulike enheter, etter aldersgrupper. 2023**



Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

**Tabell 9.9 Andel av befolkningen som har tilgang til ulike enheter, etter aldersgrupper. 2023. Prosent**

|                           | Mobiltelefon | iPad/<br>Nettbrett | PC/MAC    | Spillkonsoll<br>til TV | Håndholdt<br>spillkonsoll | Lesebrett | Smartklokke | VR-Briller |
|---------------------------|--------------|--------------------|-----------|------------------------|---------------------------|-----------|-------------|------------|
| <b>Hele befolkningen</b>  | <b>97</b>    | <b>59</b>          | <b>73</b> | <b>42</b>              | <b>17</b>                 | <b>11</b> | <b>32</b>   | <b>8</b>   |
| <b>Seniorbefolkningen</b> | <b>96</b>    | <b>62</b>          | <b>71</b> | <b>9</b>               | <b>3</b>                  | <b>10</b> | <b>22</b>   | <b>2</b>   |
| 9-54 år                   | 97           | 57                 | 73        | 59                     | 25                        | 11        | 37          | 11         |
| 55-66 år                  | 93           | 60                 | 69        | 16                     | 5                         | 12        | 30          | 3          |
| 67-79 år                  | 99           | 63                 | 76        | 4                      | 1                         | 9         | 16          | 0          |
| 80 år eller eldre         | 99           | 61                 | 68        | 2                      | 0                         | 8         | 9           | 0          |

Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

## 9.6. Oppsummering

I denne artikkelen har vi sett nærmere på seniorbefolkningens bruk av medier. Artikkelen innledes med analyse av medievaner over tid, fra 1991 til 2023. Videre ser artikkelen nærmere på medievaner i nyere tid, med fokus på tallene fra mediebruksundersøkelsen 2023. Mediene er en stor del av befolkningens tilgang til nyheter, og derfor ser denne artikkelen nærmere på seniorbefolkningens nyhetskonsum. Avslutningsvis legger artikkelen frem tilgang til enheter og bruk av mobiltelefon til ulike aktiviteter.

For å tydeliggjøre utvikling i mediebruk blant seniorbefolkningen kan det være nyttig å sammenligne med yngre aldersgrupper i befolkningen. Det kommer frem i analysen at seniorbefolkningen (55 år og eldre) tar i bruk de tradisjonelle mediene (avis, radio, lineær-TV) i mye større grad enn personer mellom 9 og 54 år. De yngre i befolkningen benytter seg i større grad av de digitale mediene som strømmetjenester, lydmedier og andre nettbaserte medier. Vi ser likevel at seniorer tar mer i bruk de digitale mediene enn tidligere, og tiden som brukes på internett fortsetter å øke.

Seniorbefolkningens bruk av medier gjenspeiles i nyhetskonsumentet. Seniorer får med seg nyheter gjennom de tradisjonelle mediene som radio eller TV, og de leser mer papiraviser. Lineær-TV er den vanligste kilden til nyheter blant personer 55 år og eldre. Stadig mer av nyhetskonsumentet til befolkningen skjer digitalt og spesielt sosiale medier har fått en viktig rolle. De yngre i befolkningen bruker sosiale medier som sin hovedkilde for nyheter, men blant seniorer synker andel som bruker sosiale medier for nyheter med stigende alder. Over halvparten av 55-66 åringene bruker sosiale medier for å få med seg nyheter daglig, mens blant personer 80 år eller eldre er det en av fem som gjør tilsvarende.

Mobiltelefonen har blitt en stor del av befolkningens hverdag. 95 prosent av seniorbefolkningen bruker mobiltelefon en gjennomsnittsdag, og i snitt bruker de nær 1,5 time på mobiltelefonen daglig. Hva befolkningen bruker mobiltelefonen til varierer blant aldersgruppene. De yngre bruker telefonen i større grad til sosiale medier, å se videoklipp og sende meldinger. Seniorer bruker telefonen mest til telefonsamtaler.

**Om datagrunnlaget:**

I artikkelen brukes data fra mediebruksundersøkelsen. Fra og med 1991 har SSB hvert år gjennomført kvartalsvise undersøkelser om mediebruk. I kapittelet brukes data fra 1991-2023 for tidsserier og utvikling av mediebruk over tid. Utover dette brukes data samlet inn i mediebruksundersøkelsen 2023.

I 2023 ble mediebruksundersøkelsen gjennomført som en mixed-mode undersøkelse. Respondentene kunne delta enten ved å fylle ut et selvadministrert webskjema eller ved å svare på et telefonintervju. Til undersøkelsen i 2023 ble det trukket et utvalg på 6 000 personer i alderen 9 år og over.

Mediebruksundersøkelsen 2023 har ingen øvre aldersgrense. Fra og med 2022 består utvalget av personer i alderen 9 år og eldre. Tidligere årganger har undersøkelsen vært begrenset til respondenter i alderen 9-79 år. Undersøkelsen ble gjennomført hvert kvartal, med en fjerdedel av utvalgene i hvert kvartal. 53,2 prosent av utvalget svarte på undersøkelsen i 2023. Personer 80 år eller eldre hadde lav svarprosent i 2023, med 34 prosent. Blant de yngre gruppene av seniorer er svarprosenten betydelig høyere.

Dataene i undersøkelsen kobles til ulike registeropplysninger, slik som inntekt og utdanning. For nærmere beskrivelse av utvalget eller undersøkelsen, se [Mediebruksundersøkelsen 2023. Dokumentasjonsnotat \(PDF\)](#).

**Referanser**

Bekkengen, F.V. (14.05.2024). Statistisk sentralbyrå (SSB). *Norsk mediebarometer 2023 [Rapport]*.

Hentet fra: <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/tids-og-mediebruk/artikler/norsk-mediebarometer-2023>

Bergene, C. C. (13.09.2024). Statistisk sentralbyrå (SSB). *Mediebruksundersøkelsen 2023.*

*Dokumentasjonsnotat [Notat]*. Hentet fra: <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/tids-og-mediebruk/artikler/mediebruksundersokelsen-2023.dokumentasjonsnotat>

Medietilsynet (2024). *Kritisk medieforståelse i den norske befolkningen 2024*. Hentet fra:

<https://www.medietilsynet.no/fakta/rapporter/kritisk-medieforstaelse/rapporter-2024/kritisk-medieforstaelse-i-den-norske-befolkningen-2024/>

Rybalka, M., Breivik, R., Fremmerlid, M. og Strøm, K. D. (22.08.2022). Statistisk sentralbyrå (SSB).

*Digital sårbarhet: Hvem har høy risiko for å falle utenfor?* Hentet fra: <https://www.ssb.no/teknologi-og-innovasjon/informasjons-og-kommunikasjonsteknologi-ikt/artikler/digital-sarbarhet-hvem-har-hoy-risiko-for-a-falle-utenfor>

Statistisk Sentralbyrå (SSB). *Bruk av IKT i husholdningene – Statistikkbanktabell 06995*. Hentet fra:

<https://www.ssb.no/teknologi-og-innovasjon/informasjons-og-kommunikasjonsteknologi-ikt/statistikk/bruk-av-ikt-i-husholdningene>

**Vedleggstabell 9.1 Andel av befolkningen som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag, etter alder og år. Prosent**

|                              | 1991 | 1996 | 2001 | 2006 | 2011 | 2016 | 2021 | 2023 |
|------------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| <b>Papiravis</b>             |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 9-15 år                      | 53   | 53   | 40   | 47   | 32   | 8    | 7    | 3    |
| 16-24 år                     | 84   | 73   | 68   | 57   | 50   | 15   | 2    | 3    |
| 25-44 år                     | 87   | 85   | 79   | 73   | 55   | 28   | 10   | 8    |
| 45-66 år                     | 92   | 90   | 89   | 86   | 78   | 56   | 28   | 17   |
| 67-79 år                     | 88   | 91   | 90   | 94   | 88   | 73   | 61   | 42   |
| 80 år eller eldre            | .    | .    | .    | .    | .    | .    | .    | 61   |
| <b>Lineær-TV<sup>1</sup></b> |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 9-15 år                      | 83   | 88   | 91   | 90   | 89   | 67   | 34   | 31   |
| 16-24 år                     | 74   | 82   | 87   | 81   | 74   | 54   | 30   | 21   |
| 25-44 år                     | 80   | 77   | 82   | 81   | 76   | 62   | 32   | 27   |
| 45-66 år                     | 82   | 83   | 85   | 81   | 83   | 73   | 59   | 60   |
| 67-79 år                     | 90   | 90   | 91   | 86   | 91   | 81   | 75   | 82   |
| 80 år eller eldre            | .    | .    | .    | .    | .    | .    | .    | 86   |
| <b>Radio</b>                 |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 9-15 år                      | 47   | 32   | 26   | 26   | 31   | 29   | 21   | 23   |
| 16-24 år                     | 67   | 53   | 49   | 45   | 48   | 44   | 20   | 21   |
| 25-44 år                     | 73   | 62   | 59   | 60   | 57   | 62   | 45   | 40   |
| 45-66 år                     | 79   | 67   | 67   | 61   | 59   | 70   | 59   | 60   |
| 67-79 år                     | 75   | 60   | 55   | 54   | 64   | 62   | 73   | 67   |
| 80 år eller eldre            | .    | .    | .    | .    | .    | .    | .    | 79   |
| <b>Videomedier</b>           |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 9-15 år                      | 27   | 20   | 18   | 20   | 17   | 35   | 72   | 54   |
| 16-24 år                     | 18   | 17   | 19   | 21   | 28   | 44   | 68   | 62   |
| 25-44 år                     | 8    | 9    | 8    | 11   | 18   | 33   | 60   | 60   |
| 45-66 år                     | 4    | 4    | 4    | 4    | 7    | 15   | 44   | 51   |
| 67-79 år                     | 2    | 1    | 4    | 1    | 3    | 7    | 23   | 27   |
| 80 år eller eldre            | .    | .    | .    | .    | .    | .    | .    | 11   |
| <b>Lydmedier</b>             |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 9-15 år                      | 69   | 64   | 64   | 52   | 46   | 50   | 63   | 73   |
| 16-24 år                     | 73   | 70   | 76   | 70   | 68   | 68   | 87   | 93   |
| 25-44 år                     | 47   | 39   | 54   | 48   | 46   | 48   | 70   | 77   |
| 45-66 år                     | 22   | 20   | 30   | 30   | 22   | 21   | 47   | 50   |
| 67-79 år                     | 9    | 9    | 14   | 14   | 12   | 9    | 21   | 25   |
| 80 år eller eldre            | .    | .    | .    | .    | .    | .    | .    | 17   |
| <b>Internett</b>             |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 9-15 år                      | .    | .    | 25   | 56   | 83   | 87   | 92   | 96   |
| 16-24 år                     | .    | .    | 48   | 80   | 92   | 98   | 98   | 98   |
| 25-44 år                     | .    | .    | 43   | 73   | 90   | 96   | 99   | 97   |
| 45-66 år                     | .    | .    | 31   | 53   | 77   | 90   | 96   | 95   |
| 67-79 år                     | .    | .    | 7    | 17   | 45   | 58   | 71   | 85   |
| 80 år eller eldre            | .    | .    | .    | .    | .    | .    | .    | 60   |

<sup>1</sup> Gjelder både tradisjonelle TV-signaler gjennom parabol, kabel- eller digitalt bakkenett og direkte TV-seing på nett-TV gjennom f.eks. NRK Direkte eller Tv2 Play Direkte.

Kilde: Norsk mediebarometer, Statistisk sentralbyrå

**Vedleggstabell 9.2 Andel av befolkningen som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper. 2023. Prosent**

|                                                   | Hele<br>befolkningen | Senior-<br>befolkningen | 9-54 år   | 55-66 år  | 67-79 år  | 80 år eller eldre |
|---------------------------------------------------|----------------------|-------------------------|-----------|-----------|-----------|-------------------|
| <b>Avis, totalt</b>                               | <b>66</b>            | <b>77</b>               | <b>60</b> | <b>76</b> | <b>78</b> | <b>80</b>         |
| Papiravis                                         | 17                   | 35                      | 8         | 24        | 43        | 61                |
| Nettavis                                          | 59                   | 60                      | 59        | 67        | 55        | 41                |
| <b>TV, totalt</b>                                 | <b>60</b>            | <b>81</b>               | <b>50</b> | <b>77</b> | <b>84</b> | <b>86</b>         |
| Tradisjonell lineær-TV <sup>1</sup>               | 41                   | 73                      | 25        | 66        | 77        | 86                |
| Lineær TV tradisjonell<br>eller nett <sup>2</sup> | 47                   | 77                      | 32        | 70        | 82        | 86                |
| Nett-TV lineært <sup>3</sup>                      | 12                   | 13                      | 11        | 15        | 14        | 5                 |
| <b>Boklesing, totalt</b>                          | <b>28</b>            | <b>35</b>               | <b>24</b> | <b>30</b> | <b>40</b> | <b>36</b>         |
| Papirbok                                          | 25                   | 32                      | 21        | 27        | 39        | 36                |
| E-bok                                             | 4                    | 3                       | 5         | 5         | 3         | 0                 |
| <b>Tidsskrift, totalt</b>                         | <b>10</b>            | <b>14</b>               | <b>7</b>  | <b>13</b> | <b>16</b> | <b>16</b>         |
| Papirtidsskrift                                   | 7                    | 11                      | 4         | 8         | 13        | 14                |
| Tidsskrift på nett                                | 7                    | 8                       | 6         | 8         | 9         | 7                 |
| <b>Ukeblad, totalt</b>                            | <b>8</b>             | <b>13</b>               | <b>6</b>  | <b>8</b>  | <b>18</b> | <b>19</b>         |
| Papirukeblad                                      | 5                    | 12                      | 2         | 6         | 18        | 19                |
| Ukeblad på nett                                   | 4                    | 2                       | 4         | 3         | 2         | 0                 |
| <b>Tegneserier, totalt</b>                        | <b>8</b>             | <b>8</b>                | <b>8</b>  | <b>7</b>  | <b>8</b>  | <b>14</b>         |
| Papirtegneserier                                  | 5                    | 6                       | 4         | 4         | 6         | 13                |
| Tegneserier på nett                               | 4                    | 3                       | 4         | 3         | 4         | 2                 |
| <b>Lydmedier, totalt</b>                          | <b>60</b>            | <b>30</b>               | <b>76</b> | <b>38</b> | <b>25</b> | <b>17</b>         |
| Podkast                                           | 16                   | 6                       | 21        | 8         | 3         | 2                 |
| Lydbok                                            | 8                    | 5                       | 9         | 7         | 3         | 3                 |
| Musikk                                            | 54                   | 24                      | 70        | 30        | 21        | 13                |
| <b>Videomedier</b>                                | <b>50</b>            | <b>34</b>               | <b>58</b> | <b>44</b> | <b>26</b> | <b>11</b>         |
| Strømmet innhold                                  | 47                   | 30                      | 56        | 40        | 23        | 8                 |
| Nedlastet innhold                                 | 16                   | 17                      | 15        | 21        | 14        | 7                 |
| Videoklipp                                        | 57                   | 29                      | 72        | 41        | 21        | 5                 |
| <b>Internett</b>                                  | <b>94</b>            | <b>87</b>               | <b>97</b> | <b>93</b> | <b>85</b> | <b>60</b>         |
| Sosiale medier                                    | 80                   | 63                      | 88        | 74        | 56        | 40                |
| <b>Radio</b>                                      | <b>48</b>            | <b>66</b>               | <b>38</b> | <b>64</b> | <b>67</b> | <b>79</b>         |
| <b>Digitale spill</b>                             | <b>31</b>            | <b>17</b>               | <b>38</b> | <b>20</b> | <b>15</b> | <b>9</b>          |

<sup>1</sup>TV-kanaler som ikke er nett-TV, f.eks. tradisjonelle TV-signaler gjennom parabol, kabel- eller digitalt bakkenett.

<sup>2</sup>Gjelder både tradisjonelle TV-signaler gjennom parabol, kabel- eller digitalt bakkenett og direkte TV-seing på nett-TV gjennom f.eks. NRK Direkte eller Tv2 Play Direkte.

<sup>3</sup>Direkte TV-seing på nett-TV gjennom f.eks. NRK Direkte eller Tv2 Play Direkte.

Kilde: Norsk mediebarometer 2023, Statistisk sentralbyrå

## Figurregister

|            |                                                                                                                                                                                  |    |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Figur 1.1  | Folkemengden etter alder. 1925-2075. Faktiske og framskrevne tall.....                                                                                                           | 9  |
| Figur 1.2  | Samlet fruktbarhetstall for kvinner. 1946-2023.....                                                                                                                              | 11 |
| Figur 1.3  | Forventet gjenstående levetid ved fødsel. Etter kjønn 1950-2023.....                                                                                                             | 12 |
| Figur 1.4  | Innvandring, utvandring og nettoinnvandring til Norge. 1974-2023.....                                                                                                            | 13 |
| Figur 1.5  | Befolkningen etter ulike aldersintervaller. Framskrevne tall 2025-2100.<br>Hovedalternativet .....                                                                               | 14 |
| Figur 1.6  | Eldre, 67 år og over, i norske kommuner. 2024.....                                                                                                                               | 17 |
| Figur 1.7  | Befolkningen 65 år og over i europeiske land. I prosent av befolkningen i alt. 2023 .....                                                                                        | 19 |
| Figur 1.8  | Forventet gjenstående levetid etter alder og kjønn og år. 1973 og 2023 .....                                                                                                     | 20 |
| Figur 1.9  | Befolkningens forventede levealder ved fødselen, etter land. 2024 .....                                                                                                          | 21 |
| Figur 1.10 | De ti største innvandrergруппene i Norge. 1.1.2024 .....                                                                                                                         | 23 |
| Figur 1.11 | De 10 største innvandrergруппene 67 år og over. 1.1.2024.....                                                                                                                    | 23 |
| Figur 1.12 | Personer i privathusholdninger som bor alene etter kjønn og alder. 1.1. 2023.<br>Prosent .....                                                                                   | 25 |
| Figur 2.1  | Fordelingen av høyeste fullførte utdanning blant seniorbefolkningen i alderen 55 år<br>og eldre. 2000-2023. Prosent .....                                                        | 29 |
| Figur 2.2  | Fordelingen av menn og kvinners høyeste fullførte utdanning blant<br>seniorbefolkningen i alderen 55 år og eldre. 2000 og 2023. Prosent.....                                     | 30 |
| Figur 2.3  | Seniorbefolkningens utdanningsnivå, etter aldersgrupper, kjønn og<br>innvandringsbakgrunn. 2023. Prosent.....                                                                    | 31 |
| Figur 2.4  | Seniorbefolkningens utdanningsnivå etter kommune. 2023. Prosent.....                                                                                                             | 33 |
| Figur 2.5  | Seniorbefolkningens deltakelse i formell utdanning, fordelt etter utdanningsnivå.<br>Skole-/studieåret 2022/2023. Antall .....                                                   | 34 |
| Figur 2.6  | Fordelingen av utdanningsprogram blant seniorer som var registrert i videregående<br>opplæring og annen videregående utdanning i skoleåret 2022/2023. Antall .....               | 35 |
| Figur 2.7  | Fordelingen av mest populære fagfelt blant seniorbefolkningen i høyere yrkesfaglig<br>utdanning og universitets- og høyskoleutdanninger. 2022/2023. Antall .....                 | 36 |
| Figur 2.8  | Andel menn og kvinner i alderen 55-69 år som deltok i ikke-formell opplæring siste<br>12 måneder, etter type opplæring. 2022. Prosent .....                                      | 37 |
| Figur 2.9  | Mest populære fagområder for ikke-formelle opplæringsaktiviteter i aldersgruppen<br>55-69 år. 2022. Prosent.....                                                                 | 37 |
| Figur 2.10 | Viktigste grunner til å ikke delta i (mer) formell utdanning eller ikke-formell opplæring<br>i seniorbefolkningen i aldersgruppen 55-69 år. 2022. Prosent .....                  | 38 |
| Figur 2.11 | Andel menn og kvinner i seniorbefolkningen i alderen 55-69 år som deltok i uformell<br>læring siste 12 måneder, etter læremåte. 2022. Prosent.....                               | 39 |
| Figur 3.1  | Hvor stor andel av seniorbefolkningen er i arbeid?.....                                                                                                                          | 42 |
| Figur 3.2  | Lønnstakere etter alder og kjønn. Antall og prosent av befolkningen i samme<br>aldersgruppe. Bosatte 20 år og eldre. 4. kvartal 2023.....                                        | 45 |
| Figur 3.3  | Lønnstakere etter alder og kjønn. Prosent av befolkningen i samme ettårige<br>aldersgruppe og kjønnsforskjell oppgitt i prosentpoeng. Bosatte 20-79 år. 4. kvartal<br>2023 ..... | 46 |
| Figur 3.4  | Lønnstakere etter alder og næring. Bosatte 20 år og eldre. 4. kvartal 2023. Prosent .....                                                                                        | 48 |
| Figur 3.5  | Gjennomsnittlig avtalt arbeidstid per uke (timer) etter ettårige aldersgrupper og<br>kjønn. Bosatte lønnstakere 20-79 år. 4. kvartal 2023.....                                   | 49 |
| Figur 3.6  | Lønnstakere 62-66 år som kombinerer jobb og pensjon etter type pensjon, sektor og<br>kjønn. 4. kvartal 2023 .....                                                                | 51 |
| Figur 3.7  | Hvorfor kombinerer noen jobb med pensjon?.....                                                                                                                                   | 52 |
| Figur 4.1  | Median inntekt etter skatt for personer <sup>1</sup> 25-95 år etter ettårig alder, 2022. Kroner.....                                                                             | 58 |
| Figur 4.2  | Median inntekt etter skatt for personer <sup>1</sup> i ulike aldersgrupper. 2006-2022. Faste<br>2022-kroner .....                                                                | 59 |

|            |                                                                                                                                                                                              |     |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Figur 4.3  | Median beregnet nettoformue blant husholdninger <sup>1</sup> etter hovedinntektstakers alder. 2012 og 2022. I faste 2022-kroner.....                                                         | 61  |
| Figur 4.4  | Inntektsfordeling for seniorer i 2012 og 2022 .....                                                                                                                                          | 62  |
| Figur 4.5  | Mål for ulikhet i inntekt etter skatt per forbruksenhet <sup>1</sup> , P90/P10 <sup>2</sup> i ulike aldersgrupper. 2012 og 2022 .....                                                        | 64  |
| Figur 4.6  | Andelen med lavinntekt <sup>1</sup> blant personer 65 år og eldre i Norge, Sverige og Danmark <sup>2</sup> . 2014-2023. Prosent.....                                                         | 66  |
| Figur 4.7  | Andel personer <sup>1</sup> i husholdninger med lavinntekt (EU60) <sup>2</sup> , etter ulike aldersgrupper. 2012-2022. Prosent.....                                                          | 67  |
| Figur 4.8  | Andel personer <sup>1</sup> i husholdninger med lavinntekt (EU60) <sup>2</sup> , etter kjønn og aldersgrupper. 2012 og 2022. Prosent .....                                                   | 68  |
| Figur 4.9  | Andel av personer <sup>1</sup> i husholdninger med lavinntekt (EU60) <sup>2</sup> som er aleneboende, etter aldersgruppe og kjønn. 2012 og 2022. Prosent .....                               | 69  |
| Figur 4.10 | Andel av personer <sup>1</sup> i husholdninger med lavinntekt (EU60) <sup>2</sup> som er innvandrere <sup>3</sup> . 2012 og 2022. Prosent.....                                               | 70  |
| Figur 4.11 | Andel personer <sup>1</sup> i husholdninger med lavinntekt (EU60) <sup>2</sup> og andel personer i husholdninger med lavinntekt (EU60) og lav finansformue <sup>3</sup> . 2022. Prosent..... | 71  |
| Figur 5.1  | Utvalgte indikatorer om seniorennes bosituasjon .....                                                                                                                                        | 76  |
| Figur 5.2  | Personer i eid bolig <sup>1</sup> , etter alder og fødselskohort. 2015-2023. Prosent .....                                                                                                   | 77  |
| Figur 5.3  | Tilgang til heis og inngang til bolig på bakkeplan, etter aldersgruppe. Personer. 2023 ..                                                                                                    | 78  |
| Figur 5.4  | Trappefri inngang til bolig og trappefritt mellom rom i boligen, etter boligtype og aldersgruppe. Personer. 2023.....                                                                        | 79  |
| Figur 5.5  | Subjektiv trangboddhet, etter aldersgruppe og eierstatus. Personer. 2023 .....                                                                                                               | 80  |
| Figur 5.6  | Nærmiljø og tilgang på bil, etter aldersgruppe. Personer. 2023 .....                                                                                                                         | 81  |
| Figur 6.1  | Andel personer som røyker daglig, etter utvalgte aldersgrupper. Prosent. 1973-2024 <sup>1</sup> . 88                                                                                         |     |
| Figur 6.2  | Andel seniorer som er fysisk aktive ukentlig, sjeldnere enn ukentlig eller aldri etter utvalgte aldersgrupper. Prosent. 2022 .....                                                           | 89  |
| Figur 6.3  | Andel personer med svært god og god helse, verken god eller dårlig helse eller dårlig og svært dårlig helse, etter alder og kjønn. Prosent. 2022.....                                        | 91  |
| Figur 6.4  | Andel personer 75 år og eldre som har noen eller store begrensninger i hverdagen, etter kjønn, helsetilstand og utdanning. Prosent. 2022 .....                                               | 93  |
| Figur 6.5  | Andel med funksjonsvansker etter alder. Prosent. 2022 .....                                                                                                                                  | 95  |
| Figur 6.6  | Antall brukere av omsorgstjenester, etter alder. Per 31.12. 2023 .....                                                                                                                       | 97  |
| Figur 6.7  | Brukere av omsorgstjenester. Prosent av befolkning etter alder. Per 31.12. 2013 og 2023 .....                                                                                                | 98  |
| Figur 6.8  | Antall brukere av omsorgstjenester etter tjenestetype. Per 31.12. 2013 og 2023 .....                                                                                                         | 99  |
| Figur 6.9  | Antall brukere av omsorgstjenester, etter tjenestetype og alder. Per 31.12. 2023 .....                                                                                                       | 99  |
| Figur 6.10 | Andel av befolkningen med langtidsopphold i institusjon, etter alder. Prosent. Utgangen av året, 2013-2023.....                                                                              | 100 |
| Figur 6.11 | Andel med en eller flere konsultasjoner hos fastlege og legevakt, etter alder. Prosent. 2023 .....                                                                                           | 101 |
| Figur 6.12 | Andel med konsultasjoner hos fastlege etter alder og antall konsultasjoner. Prosent. 2023 .....                                                                                              | 102 |
| Figur 7.1  | Tid brukt til ulike aktiviteter en gjennomsnittsdag, etter aldersgruppe. 2022. Timer og minutter .....                                                                                       | 106 |
| Figur 7.2  | Tid brukt til ulike aktiviteter en gjennomsnittsdag, etter kjønn og aldersgruppe. 2022. Timer og minutter.....                                                                               | 107 |
| Figur 7.3  | Tid brukt til ulike husholdsaktiviteter en gjennomsnittsdag, etter aldersgruppe. 2022. Minutter.....                                                                                         | 108 |
| Figur 7.4  | Tid brukt til ulike husholdsaktiviteter en gjennomsnittsdag, etter kjønn og aldersgruppe. 2022. Minutter .....                                                                               | 109 |

|            |                                                                                                                                  |     |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Figur 7.5  | Tid brukt til ulike fritidsaktiviteter en gjennomsnittsdag, etter aldersgruppe. 2022. Minutter.....                              | 110 |
| Figur 7.6  | Mer fritid når man blir eldre.....                                                                                               | 111 |
| Figur 7.7  | Tid brukt til ulike aktiviteter en gjennomsnittsdag blant yngre eldre (55 - 67 år). 2000, 2010, 2022. Timer og minutter.....     | 112 |
| Figur 7.8  | Tid brukt til ulike aktiviteter en gjennomsnittsdag blant eldre (67 - 79 år). 2000, 2010, 2022. Timer og minutter .....          | 113 |
| Figur 7.9  | Tid brukt til husarbeid en gjennomsnittsdag blant seniorer. Etter kjønn og alder. 2000, 2010, 2022. Minutter.....                | 113 |
| Figur 7.10 | Tid brukt på ulike fritidsaktiviteter en gjennomsnittsdag blant yngre eldre (55 - 66 år). 2000, 2010 og 2022. Minutter .....     | 114 |
| Figur 7.11 | Tid brukt på ulike fritidsaktiviteter en gjennomsnittsdag blant eldre (66 - 79 år). 2000, 2010 og 2022. Minutter.....            | 114 |
| Figur 7.12 | Tid brukt på ulike steder. Etter alder. 2022. Timer og minutter .....                                                            | 115 |
| Figur 8.1  | Hvor ofte man er sammen med venner og familie, etter fordelt alder. 2022. Prosent <sup>1</sup>                                   | 118 |
| Figur 8.2  | Gitt ulønnet hjelp til foreldre, venner, naboer, slekt de siste 12 månedene. 2022. Prosent.....                                  | 119 |
| Figur 8.3  | Ensomhet, etter alder. 2022. Prosent .....                                                                                       | 119 |
| Figur 8.4  | Ensomhet, fordelt etter alder og bosituasjon. 2022. Prosent.....                                                                 | 120 |
| Figur 8.5  | Grad av tilfredshet med forholdet til venner, familie og andre man kjenner, etter alder. 2022. Prosent <sup>2</sup> .....        | 121 |
| Figur 8.6  | Andel som har ytt frivillig innsats i løpet av de siste 12 månedene fordelt etter alder. 2022. Prosent.....                      | 123 |
| Figur 8.7  | Sammenhengen mellom vennekontakt/frivillighet og livskvalitet/helse. 2022. Prosent <sup>5</sup> .....                            | 127 |
| Figur 9.1  | Andel av befolkningen mellom 55 og 66 år som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag.....                                        | 134 |
| Figur 9.2  | Andel av befolkningen mellom 67 og 79 år som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag.....                                        | 135 |
| Figur 9.3  | Andel av befolkningen som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper og medier .....                           | 137 |
| Figur 9.4  | Andel av befolkningen som bruker ulike tradisjonelle medier en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper. 2023.....                  | 139 |
| Figur 9.5  | Andel av befolkningen som bruker ulike digitale medier en gjennomsnittsdag, etter alder. 2023 .....                              | 140 |
| Figur 9.6  | Gjennomsnittlig antall minutter befolkningen bruker på internett en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper.....                   | 141 |
| Figur 9.7  | Andel av befolkningen som bruker ulike plattformer for nyheter en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper. 2023 .....              | 143 |
| Figur 9.8  | Gjennomsnittlig antall minutter befolkningen bruker på mobiltelefon en gjennomsnittsdag, etter aldersgruppe og kjønn. 2023 ..... | 144 |
| Figur 9.9  | Andel av befolkningen som bruker mobiltelefon til ulike aktiviteter en gjennomsnittsdag. 2023.....                               | 145 |
| Figur 9.10 | Andel av befolkningen som har tilgang til ulike enheter, etter aldersgrupper. 2023.....                                          | 146 |

## Tabellregister

|            |                                                                                                                                                                                             |     |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabell 1.1 | Folkemengde etter alder og kjønn 1.1. 2024. Absolutte tall og prosent.....                                                                                                                  | 10  |
| Tabell 1.2 | Folkemengde etter alder og sentralitet. Absolutte tall og prosent. 1.1. 2024.....                                                                                                           | 15  |
| Tabell 1.3 | Folkemengde etter alder og land. Nordiske land. 1.1.2024. I prosent av befolkningen i alt.....                                                                                              | 18  |
| Tabell 1.4 | Folkemengde etter alder og innvandringskategori. 1.1 2024. Absolutte tall og prosent. 22                                                                                                    |     |
| Tabell 1.5 | Personer 67 år eller eldre bosatt i privathusholdninger etter husholdningstype og kjønn. 01.01.2023.....                                                                                    | 24  |
| Tabell 1.6 | Personer 67 år og over bosatt i flerfamiliehusholdninger etter husholdningstype og innvandrerbakgrunn. Utvalgte enkeltland. 1.1 2023. Absolutte tall og Prosent .....                       | 25  |
| Tabell 2.1 | Deltakelse i ikke-formell opplæring og uformell læring siste 12 måneder blant seniorer i alderen 55-69 år. 2022. Prosent.....                                                               | 36  |
| Tabell 2.2 | Motivasjon til å delta i formell utdanning eller ikke-formell opplæring i seniorbefolkningen i aldersgruppen 55-69 år. 2022. Prosent.....                                                   | 38  |
| Tabell 5.1 | Nærmiljøindikatorer. Personer. 2023 .....                                                                                                                                                   | 82  |
| Tabell 5.2 | Boligøkonomi <sup>1</sup> . Husholdninger. 2023 .....                                                                                                                                       | 83  |
| Tabell 5.3 | Boutgiftsbelastning <sup>1</sup> . Husholdninger. 2023 .....                                                                                                                                | 83  |
| Tabell 6.1 | Andel personer med BMI som indikerer overvekt eller fedme etter utvalgte aldersgrupper og kjønn. Prosent. 2022 .....                                                                        | 90  |
| Tabell 6.2 | Andel med varig sykdom og helseproblemer, etter alder og kjønn. Prosent. 2022 .....                                                                                                         | 92  |
| Tabell 8.1 | Andel med lite vennekontakt, etter alder og ulike kjennetegn. 2022. Prosent <sup>3</sup> .....                                                                                              | 122 |
| Tabell 8.2 | Andel som har ytt frivillig innsats for ulike organisasjoner de siste 12 månedene, etter alder. 2022. Prosent <sup>4</sup> .....                                                            | 124 |
| Tabell 8.3 | Ytt ulike typer frivillig innsats for organisasjoner de siste 12 månedene fordelt etter alder. 2022. Prosent.....                                                                           | 125 |
| Tabell 8.4 | Andel som har ytt frivillig innsats siste 12 månedene fordelt etter alder, kjønn, inntekt, utdanning, bosituasjon og sentralitet. 2022. Prosent <sup>3</sup> .....                          | 125 |
| Tabell 9.1 | Andel av befolkningen mellom 55 og 66 år som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag. Prosent.....                                                                                          | 134 |
| Tabell 9.2 | Andel av befolkningen mellom 67 og 79 år som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag. Prosent.....                                                                                          | 135 |
| Tabell 9.3 | Andel av befolkningen som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper. 2023. Prosent .....                                                                                 | 138 |
| Tabell 9.4 | Gjennomsnittlig antall minutter befolkningen bruker på internett en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper.....                                                                              | 141 |
| Tabell 9.5 | Gjennomsnittlig antall minutter befolkningen bruker på ulike medier en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper. 2023 .....                                                                    | 142 |
| Tabell 9.6 | Andel av befolkningen som bruker ulike plattformer for nyheter en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper. 2023. Prosent .....                                                                | 143 |
| Tabell 9.7 | Andel av befolkningen som bruker mobiltelefon en gjennomsnittsdag og gjennomsnittlig antall minutter per person, blant alle og blant mobilbrukerne, etter kjønn og aldersgrupper. 2023..... | 144 |
| Tabell 9.8 | Andel av befolkningen som bruker mobiltelefon til ulike aktiviteter, etter aldersgrupper. 2023. Prosent .....                                                                               | 145 |
| Tabell 9.9 | Andel av befolkningen som har tilgang til ulike enheter, etter aldersgrupper. 2023. Prosent.....                                                                                            | 146 |

## Vedleggstabeller

|     |                                                                                                                              |     |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 8.1 | Hvor ofte man er sammen med venner og familie, etter 5-årig aldersgrupper. 2022. Prosent                                     | 130 |
| 8.2 | Gitt ulønnet hjelp til foreldre, venner, naboer, slekt de siste 12 månedene, etter 5-årige aldersgrupper. 2022. Prosent..... | 130 |

|                                                                                                                              |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 8.3 Følt seg ensom de siste 12 månedene, etter 5-årige aldersgrupper. 2022. Prosent.....                                     | 130 |
| 8.4 Ytt frivillig innsats i løpet av de siste 12 månedene, etter 5-årige aldersgrupper. 2022.<br>Prosent                     | 130 |
| 8.5 Ytt frivillig innsats for ulike organisasjoner de siste 12 månedene, etter 5-årige<br>aldersgrupper. 2022. Prosent.....  | 131 |
| 8.6 Ytt ulike typer frivillig innsats for organisasjoner de siste 12 månedene, etter 5-årige<br>aldersgrupper. Prosent ..... | 131 |
| 9.1 Andel av befolkningen som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag, etter alder og år.<br>Prosent                         | 148 |
| 9.2 Andel av befolkningen som bruker ulike medier en gjennomsnittsdag, etter aldersgrupper.<br>2023. Prosent                 | 149 |



