



## DE NYE SENIORENE

---

– fra problem til ressurs

08/2018

## Abstrakt

---

*Vi blir stadig flere eldre og stadig flere blir eldre. Levealderen i befolkningen har økt mer enn vi tidligere kunne forestille oss, og den vil med stor sannsynlighet fortsette å øke framover. Parallelt med økende levealder har de kognitive og fysiske funksjonene til seniorer og eldre blitt forbedret. Dagens eldre er fysisk sterkere og kognitivt friskere enn før. Men endringer i helse og levealder i Norge skjer så fort at samfunnets syn på disse gruppene og forventingene til dem ikke henger med. Til tross for mye debatt i det norske samfunnet om de store endringene i befolknings sammensetning vi står foran, handler fort den offentlige samtalen om eldrebølgen om hvorvidt den offentlige velferdsstaten vil være bærekraftig i møte med de nye seniorene og eldre, de mange gamle og deres behov: Morgendagens nye seniorer og eldre blir et problem, ikke en ressurs, og samfunnet mangler systemer og helhetstenking for å ta i bruk kapasiteten som de representerer for fellesskapet. For å være i forkant av de demografiske endringene i økt levealder og forbedret helse, må vi i større grad utvikle ny politikk for deltakelse i arbeid, i frivilligheten, og i fellesskapene i nabolag for en ny generasjon.*

## Sammendrag

---

*Dette notatet utforsker hva som kjennetegner dagens og framtidens seniorer og eldre, og hvordan de kan være en ressurs for samfunnet. Notatet er skrevet med økonomisk støtte fra Senter for seniorpolitikk.*

**Vi blir stadig flere eldre og stadig flere blir eldre.** Levealderen i befolkningen har økt mer enn vi tidligere kunne forestille oss, og den vil med stor sannsynlighet fortsette å øke framover. SSBs framskrivninger tilsier at forventet levealder blant menn vil stige fra dagens 81 år, til 88 år i 2060 og 93 år i 2100. SSBs tidligere framskrivninger har underestimert forventet levealder, og det er grunn til å tro at også disse anslagene må justeres. Sammen med at stadig flere blir eldre, vil utviklingen i levealder bidra til at en stadig større andel av befolkningen vil være seniorer, eldre og gamle.

**Helsen blir bedre.** Parallelt med økende levealder har de kognitive og fysiske funksjonene til seniorer og eldre blitt forbedret. Dagens seniorer og eldre er fysisk sterkere og kognitivt friskere enn før. Færre av seniorene og eldre som lever med kroniske sykdommer opplever at sykdommene svekker den selvopplevde helsen deres. Selv om det er en pågående debatt i helsefaglige miljøer om hvordan sammenhengen mellom økt levealder og helse er, vil vi sannsynligvis få et høyere antall friske eldre i framtiden med god selvopplevd helse.

**Seniorer og de eldre bruker tiden annerledes nå enn før.** Ved hjelp av statistikk kan en illustrere hvordan eldre lever i dag, sammenlignet med for noen få tiår siden. Eksempelvis viser SSBs tidsbruksundersøkelse utviklingen i tidsbruk blant seniorer og eldre fra 1971 til 2010, altså før pensjonsreformen fra 2011. Tallene viser at 67-74-åringer bruker mindre tid på inntektsgivende arbeid i dag enn før. SSBs statistikk viser også at økonomien til seniorer og eldre i snitt har blitt bedre. De eldre reiser mer, ser mer på TV og trener mer.

**Arbeidslivet må gi plass til seniorer.** Det er et svært stort gode for samfunnet og for arbeidslivet om flere seniorer ønsker å stå i arbeid lenger. Norsk seniorpolitisk barometer viser at de faktorene som hyppigst trekkes fram blant seniorer i arbeidslivet som årsak til å stå lenger i jobb er godt arbeidsmiljø, gode kolleger, at arbeidet er samfunnsnyttig og at det gir livskvalitet. Lønnsnivå oppgis å være minst viktig. En undersøkelse gjort av Tankesmien Agenda viser at arbeidsgivere ønsker å ha en blanding av ansatte med ulike alder og bakgrunn, hvor seniorer tilfører erfaring, stabilitet og lojalitet til arbeidsplassen. Seniorgoder svekker ikke seniorennes attraktivitet.

Følgende tiltak kan bidra til å gjøre seniorer i arbeidslivet mer attraktive for arbeidsgivere:

- Kompetanseløft for å møte behov for spesialisering og omstilling
- Reduserte lønnsforskjeller mellom yngre og eldre arbeidstakere
- At lønn følger ansvar, og reduseres dersom lederansvar faller bort
- Omsorgsdager med lønn for seniorer i jobb med gamle foreldre som trenger omsorg

**Flere eldre i frivilligheten.** Frivilligheten er en stor ressurs både for velferdsstaten og den enkelte, og er limet i samfunnets små fellesskap. Allerede i dag står pensjonister for 14.000 årsverk i den organiserte frivilligheten, og dette er ventet å øke i framtiden. Det er forskjeller i hvilke eldre som er aktive i den organiserte frivilligheten. De med dårligere helse og fra mindre privilegert sosial bakgrunn er mindre aktive i frivilligheten.

- Frivilligheten bør gis økte ressurser gjennom frie rammebevilgninger for å bidra til økt frivillighet blant eldre. I tillegg bør flere kommuner inngå et systematisk samarbeid med frivilligheten om hvordan frivilligheten kan være en støtte i offentlig velferd.
- For å nå ut til nye grupper av frivillige bør det offentlige støtte opp om innovative frivillighetsmodeller. Én slik modell, som er utbredt i Storbritannia og som prøves ut i bydeler i Oslo, er tidsbanker for frivillighet. I tidsbank-modellen bydelene bruker, vil man kunne gjøre frivillig arbeid i 1 time, for eksempel for et idrettslag eller et aldershjem. Dette kan deretter byttes inn i 1 time med aktivitet eller opplevelse – for eksempel teater, kino eller svømming. Fordi folk har ulike motivasjoner for frivillig arbeid, er det grunn til å tro at nye modeller for å stimulere til frivillighet også vil mobilisere nye grupper.

**Bedre liv for alle i gode nabolag.** Seniorer og eldre planlegger for framtiden og ønsker å tilpasse boligsituasjonen til en tenkt alderdom – selv om de i nåtid er friske og uten barnebarn. Politikken bør legge opp til smartere flytting: Å forhindre at eldre flytter vekk fra nabolaget de har tilknytning til, og til områder med høy konsentrasjon av eldre. Å legge til rette for at eldre kan velge å flytte til en leilighet over ett plan i nærheten av eksisterende bolig er en bedre løsning for mange, fordi de eldre beholder tilknytning til eget lokalmiljø, samtidig som man frigjør eneboliger til barnefamilier.

For å bidra til nærmiljøer med flere slags boligtyper bør kommunene:

- Sette krav om boligtyper i areal- og reguleringsplaner
- Bruke kjøp og salg av tomter som virkemiddel
- Inngå avtaler med utbyggere om kjøp av en andel av leilighetene i et utbyggingsprosjekt, for videresalg eller utleie

I distriktskommuner med svake boligmarkeder er det særlig viktig at kommunene bruker disse virkemidlene for å vri insentivene for utbygger.

# Innholdsfortegnelse

---

<b>1</b>	<b>Innledning.....</b>	<b>6</b>
<b>2</b>	<b>De nye eldre .....</b>	<b>8</b>
2.1	Vi blir stadig (mye) eldre og flere eldre .....	8
2.1.1	Vi blir eldre .....	8
2.1.2	Stadig flere blir stadig eldre .....	9
2.2	Helsen blir bedre .....	9
2.3	Seniorer og eldre, før og nå.....	12
2.4	Eldre nå og framover .....	15
2.5	Konsekvenser for samfunnet.....	19
<b>3</b>	<b>Seniorer i arbeidslivet .....</b>	<b>22</b>
<b>4</b>	<b>Velferdssamfunnet – mer frivillighet blant friske eldre .....</b>	<b>29</b>
4.1	Hvem er de eldre frivillige?.....	32
4.1.1	Hvor mange eldre er frivillige og hva gjør de? .....	32
4.1.2	Frivillighet og alder .....	34
4.1.3	Frivillighet og tid.....	35
4.1.4	Frivillighet og ressurser .....	36
4.2	Hva kan gjøres?.....	37
4.2.1	Frivillige organisasjoner.....	37
4.2.2	Tidsbanker .....	38
<b>5</b>	<b>Bedre liv for alle i gode nabolag .....</b>	<b>41</b>
5.1	Politikk for gode nabolag og uformell frivillighet .....	42
5.1.1	Areal- og reguleringsplaner .....	43
5.1.2	Kjøp og salg av tomter .....	43
5.1.3	Utbyggingsavtaler og strategiske boligkjøp .....	44
5.1.4	Særlige virkemidler i distriktskommuner .....	44
<b>6</b>	<b>Bibliografi .....</b>	<b>45</b>

# 1 Innledning

---

Vi blir stadig eldre. Og stadig flere av oss blir eldre. Norske seniorer og eldre har betydelig bedre helse enn de hadde for bare noen tiår siden. Endringer i helse og levealder i Norge skjer så fort at samfunnets syn på disse gruppene og forventingene til dem ikke henger med. For hva er egentlig en 70-åring i dag, sammenlignet med på 1970-tallet? De vi før tenkte på som gamle går i dag Birken. De som før flyttet på sykehjem passer kanskje i dag på sine egne foreldre som fortsatt lever, og stiller opp for barn og barnebarn. Og dagens nordmenn i 60-, 70- og 80-årene reiser mer, forbruker mer og trener mer.

Assosiasjonene til seniorer og eldre i befolkningen er naturligvis formet av dagens, men også gårsdagens eldre og seniorer. Slike assosiasjoner preger måten vi som enkeltpersoner og samfunn prater og tenker om en stor del av befolkningen. Det er lang vei fra en krokete frue med portemoné og legg i håret, til mange av dagens syttiåringer. Allikevel illustreres avisartikler om seniorer i det digitale arbeidslivet med bilde av eldre med rullatorer. Og vi vet fra spørreundersøkelser at arbeidstakere helt ned i 50-årne blir ansett som mindre attraktive blant norske arbeidsgivere på grunn av alderen (Senter for seniorpolitikk, 2018b).

Begrepene eldre, seniorer og gamle brukes om hverandre og med ulik mening, til tross for at en 60-åring og 80-åring har lite til felles. I dette notatet bruker vi begrepet *senior* om befolkningen over 50 år i arbeidslivet, og de *nye eldre* eller *eldre* om den delen av befolkningen som har gått ut av arbeidslivet, men som fremdeles har god eller relativt god helse. Med *gamle* viser vi til befolkningen med svekket helse, som har behov for hjelp fra familie eller helsetjenesten for å klare seg selv.

Til tross for mye debatt i det norske samfunnet om de store endringene i befolknings sammensetning vi står foran, handler fort den offentlige samtalen om eldrebølgen om hvorvidt den offentlige velferdsstaten vil være bærekraftig i møte med de nye eldre, de mange gamle og deres behov. En omveltende samfunnstrend så stor at den kan sammenlignes med kvinnefrigjøringen på 70-tallet, begrenses fort til diskusjoner om pensjonsutbetalinger og den kommunale eldreomsorgen med tjenester som de fleste bruker kun i de siste årene av sine liv. Morgendagens nye eldre blir et problem, ikke en ressurs, og samfunnet mangler systemer og helhetstenking for å ta i bruk kapasiteten som de representerer for fellesskapet.

I dette notatet gjøres det rede for statistikk og forskning på levealder og helse. Statistisk sentralbyrå (SSB) framskriver forventet levealder i befolkningen, og deres analyser viser at nordmenn blir stadig eldre fram mot år 2100. Men undersøkelser viser at over tid har slike demografiske framskrivninger underestimert reell økning i levealder. Andre internasjonale studier hevder de fleste som fødes i land som Norge i dag vil bli over 100 år. Og forskning viser at den fysiske og kognitive helsen til seniorer og de nye eldre har forbedret seg betydelig på få år.

Sett i lys av slike endringer, er det behov for å tenke nytt om samfunnets syn på seniorer og de nye eldre innenfor de store strukturene: i arbeidslivet, i frivilligheten og i nærmiljøene hvor vi bor. Framtiden er ikke hogget i stein. Tvert imot, politikk kan gjøre demografiske

endringer til noe positivt for samfunnet, selv om den demografiske utviklingen i Norge også medfører utfordringer.

## 2 De nye eldre

---

### 2.1 Vi blir stadig (mye) eldre og flere eldre

Takket være en kombinasjon av forbedret hygiene, bedre mat og sykdomsbekjempelse har den forventede levealderen i befolkningen doblet seg i vestlige land, fra 40 til 80 år, på noen hundre år (Westendorp, 2015: 97). Og det er ingen maksimumsalder som er bestemt av menneskets DNA: så sent som i 1920 antok man at forventet levealder aldri ville overstige 65 år, men evolusjonsbiologien har vist at idéen om en maksimal levealder for mennesker ikke stemmer. For hver uke blir den vestlige befolkningens liv forlenget tilsvarende en helg, og forventet gjennomsnittsalder i vestlige land øker med 2-3 år hvert tiende år (Westendorp, 2015: 116).

Det er spesielt to forhold knyttet til levealder og fysisk aldring som bidrar til at vi må tenke nytt om aldring, forholdet mellom generasjoner og morgendagens seniorer og nye eldre: For det første, vi blir stadig eldre. For det andre, stadig flere blir stadig eldre.

#### 2.1.1 Vi blir eldre

Framskrivninger og faglige vurderinger av hvor gamle vi mennesker blir i nær og i mellomlang framtid spriker. For eksempel, i 2009 ble det publisert en analyse som hevdet at dersom forventet levealder økte i samme tempo som de to tidligere tiårene vil flesteparten av barn som er født siden år 2000 i vestlige land bli 100 år eller eldre (Christensen, Doblhammer, Rau og Vaupel, 2009). Enkelte medisinske eksperter mener at den første personen som skal bli 135 år allerede er født (Westendorp, 2015: 118). Beregningen er basert på den historiske utviklingen: at man legger til 2-3 år hvert 10 år framover, i tråd med trenden de siste tiårene. Slik sett er ikke framskrivningen særlig radikal.

Dersom man i tillegg legger til grunn store teknologiske endringer, i form av medisinske innovasjoner som gjør oss i stand til å være i forkant av kroppens gradvise akkumulerte ødeleggelse ved å reparere eller erstatte celler, vev og organer, kan menneskene bli enda eldre. Enkelte forskere har eksempelvis hevdet at den første personen som blir 1000 år allerede er født (Westendorp, 2015: 119).

Om en ser bort fra de mest optimistiske og radikale antakelsene, er det sannsynlig at teknologi og medisinsk innovasjon vil kunne endre helse og levealder for mennesker innen relativt kort tid. I dag brukes store summer på forskning på hvordan menneskets levealder kan øke og helsen forbedres ved hjelp av teknologi. En rekke av verdens sterkeste forsknings- og teknologimiljøer er involvert i arbeidet. Eksempelvis ble det i mai 2018 kjent at The Genome Project, som består av noen av USAs ledende forskere innen genetik, har iverksatt et forskningsprosjekt som hevdes å kunne utvikle celler som er resistent mot virus og aldring innen ti år<sup>1</sup>. Det globalt dominerende teknologiselskapet Google forsker på hvordan menneskelivet kan forlenges, gjennom partnerskap med utviklingselskapet Calico Lab (Tænketanken – Den nye 3. alder, 2018: 78).



I Norge utvikler SSB statistikken over forventet levealder i befolkningen, og de nyeste framskrivingene gjelder for perioden 2017/2018-2100 (Leknes, Løkken, Syse og Tønnessen, 2018: 73). I følge framskrivingene vil forventet levealder for norske menn ved fødsel stige fra rundt 80,9 år i 2017 til 85,4 år i 2040 og 88,4 år i 2060 og 92,5 år i 2100<sup>2</sup>. Dette gir en økning på syv og et halvt år fram til 2060, og elleve-tolv år for hele framskrivingsperioden. For kvinner øker forventet levealder ved fødsel fra rundt 84,3 år i dag til 87,8 år, 90,3 år og 93,8 år for den samme perioden – som tilsvarer en økning på henholdsvis seks og ni og et halvt år.

For dagens 70-åringer er forventet gjenstående levetid 15,6 år for menn og 17,8 år for kvinner. I 2060 har dette endret seg betydelig ifølge SSBs framskriving: 70-åringene vil ha en gjenstående forventet levetid på 21 år for menn, og 22 år for kvinner (Leknes, Løkken, Syse og Tønnessen, 2018: 75). I 2100 forventes menn og kvinner samlet å leve 24,3 år til fra 70 år, altså til de er 94,3 år<sup>3</sup>.

Tidligere evalueringer av SSBs befolkningsframskrivinger fra 1969 har imidlertid vist at statistikken konsekvent har underestimert reell økning i levealder i befolkningen (Leknes, Løkken, Syse og Tønnessen, 2018: 70). Dette innebærer at vi blir stadig eldre enn den norske offisielle statistikken har lagt til grunn. Fra 2016 er det gjort endringer i SSBs parametre for framskrivinger av forventet levealder, for å i større grad imøtekomme denne utfordringen, men ulike justeringer er også gjort tidligere.

### **2.1.2 Stadig flere blir stadig eldre**

Det andre forholdet som bidrar til at gjennomsnittlig levealder i Norge øker, og vil øke framover, er at stadig flere blir eldre. Mens befolkningssammensetningen tidligere kunne illustreres som en pyramide, der befolkningen ble tynnet ut jevnt og trutt med økende alder, kan framtidens befolkningssammensetning illustreres i større grad som en skyskraper. I tillegg synker fruktbarheten blant norske kvinner. Resultatet av dette er at seniorer, eldre og gamle også vil utgjøre en større del av befolkningen i prosent. I antall vil befolkningen over 70 år mer enn dobles innen 2060, fra i overkant 600 000 i dag til 1,3 millioner i 2060 befolkningen (Leknes, Løkken, Syse og Tønnessen, 2018: 79-80). I prosent innebærer dette at befolkningen 70+ vil utgjøre 21 prosent av befolkningen i 2060, og 23,6 prosent i 2100, mot 12 prosent i dag. Dersom man kun ser på befolkningen fra 80 år, vil gruppen dobles før 2040 og tredobles før 2060. I år 2060 vil de utgjøre 11 prosent av befolkningen.

Befolkningen som er 90+ vil også øke betydelig framover. I 2040 vil de utgjøre mer enn dobbelt så mange som i dag, og i fire ganger så mange i 2060. I år 2100 vil vi ha nær 340 000 90-åringer i Norge, mot 45 000 i dag. Den norske befolkningen vil altså bli betydelig eldre, og flere vil bli eldre.

## **2.2 Helsen blir bedre**

Helsen til framtidens seniorer og nye eldre vil bety mye for deres rolle i samfunnet, i arbeidslivet, i frivilligheten og i nabolaget, samt i deres relasjon med familie. Helsetilstand kan diskuteres med to ulike utgangspunkt: omfang av *fysisk og mental sykdom*, og

*egenopplevd helse*. De to behøver ikke å ha en direkte sammenheng. Det er en omfattende debatt i forskningsmiljøer om økt levealder vil være forbundet med en såkalt komprimert sykkelighet (antall friske år øker mer enn antall leveår), en utsatt sykkelighet (sykkeligheten kommer senere, og antall friske år øker like mye som antall leveår) eller forlenget sykkelighet (når levetiden øker, øker også årene man er syk) (Leknes, Løkken, Syse og Tønnessen, 2018: 80-82).

Hvordan helse måles er i seg selv avgjørende. Om helsestatus defineres for eksempel som fravær eller tilstedeværelse av *kroniske sykdommer*, eller av *konkrete funksjonsbegrensinger* i hverdag og arbeidsliv har stor betydning for om økt levealder forbindes med sykkelighet (Leknes, Løkken, Syse og Tønnessen, 2018: 82).

Folkehelseinstituttets undersøkelser i befolkningen for perioden 2005-2015 viste at økningen i leveår blant menn og kvinner var forbundet både med friske og syke år, når syke år var definert som år levd med kronisk sykdom: For menn økte forventet levealder med 2,1 år, hvorav 1,9 år var friske leveår. For kvinner økte forventet levealder med 1,7 år, hvorav 1,6 år var friske leveår (Folkehelseinstituttet, 2018).

Dette er i tråd med annen forskning som påpeker at vi lever lenger med kroniske sykdommer i takt med økende alder (Leknes, Løkken, Syse og Tønnessen, 2018: 82). Flere leveår blir dermed forbundet med sykdom når levealderen øker. Men selv med kroniske sykdommer kan en leve lenge og godt, for eksempel ved hjelp av medisiner, og uten behov for omsorgstjenester (Folkehelseinstituttet, 2018). Ifølge nordisk forskning er sammenhengen mellom kronisk sykdom og selvopplevd helse er blitt svakere: altså, sykdommene påvirker den selvurderte helsen i mindre grad i dag blant seniorer og eldre enn tidligere (Folkehelseinstituttet, 2018). Og mange seniorer og eldre i Norge opplever selv at de har god helse: i undersøkelser over tid oppgir rundt 3 av 4 i alderen 65 til 79 år at de har god eller svært god helse, både blant menn og kvinner (Folkehelseinstituttet, 2018).

Dersom sykkelighet derimot måles som *funksjonsbegrensinger i hverdagen*, tyder forskningen på at økt levealder følges av utsatt sykkelighet og flere friske leveår (Leknes, Løkken, Syse og Tønnessen, 2018: 82). Enkelte forskere har hevdet, satt på spissen, at menneskekroppen bruker omtrent samme tid på fasen fra svekkelse mot død (for eksempel 10-15 år) uavhengig av hvor gamle vi blir<sup>4</sup>.

I tillegg er det stadig mer forskning som bekrefter en utvikling mot at med økende levealder, forbedres også de fysiske funksjonene til menneskene seg. I Norge har blant annet forskningen gjennom den såkalte «Tromsøundersøkelsen» kommet frem til at eldre i dag er sterkere enn tidligere. 80-åringene i år 2015/2016 er nesten like sterke som 75-åringene var i 2008, og sterkere enn de var i 1994, målt i gripestyrke. 80 er blitt det nye 75 på kun få år. I tidligere forskning er det funnet en sammenheng mellom gripestyrke og dødelighet, og gripestyrke er derfor et robust mål på aldring<sup>5</sup>.

Også den kognitive funksjonen til eldre er blitt bedre i senere år. I Folkehelseinstituttets gjennomgang av forskning på helsen til denne gruppen, konkluderte de med at nyere studier

tyder på at det de to siste tiårene har vært en viss forbedring i kognitiv funksjon og et fall i aldersspesifikk demensinsidens blant eldre (Folkehelseinstituttet, 2018). Gjennom flere tiår



Dagens 70-åringer er friskere enn gårdsdagen, og utviklingen vil fortsette inn i framtiden

er seniorer og eldre i Gøteborg studert som en del av et større forskningsprosjekt om aldring. I 2018 kom resultater som tyder på at 70-79-åringer på 2000-tallet er friskere og klarere i toppen enn 70-79-åringer på 1970-tallet var. Hovedgrunnen til at de nye seniorenne og eldre ser ut til å ha friskere hjerner enn før kan komme av at hjernen trenes stadig mer<sup>6</sup>. Og tidligere forskning fra Norden viser at arbeidsevnen til seniorer i arbeidslivet opp til 74 år er forbedret betydelig de siste 20 årene, blant annet som følge av et økt utdanningsnivå i befolkningen (Regjeringen, 2016).

Eldre og seniorer lever altså lenger med kroniske sykdommer. Samtidig er den fysiske og kognitive tilstanden i forandring, og mange lever godt med sykdommer, for eksempel kroniske, uten store hindre. Allikevel er det noen forhold som særlig kan utfordre seniorenne og eldres deltakelse i arbeidsliv og samfunnsliv: omfang av muskel- og skjelettlidelser samt psykiske lidelser. Begge kategorier av lidelser ser man et relativt stort omfang av i befolkningen, også blant seniorer og eldre. Muskel- og skjelettlidelser er vanligere blant seniorer og eldre enn i resten av befolkningen (Folkehelseinstituttet, 2018). Brudd, spesielt hoftebrudd, som følge av artroser, fall og benskjørhet er hyppig, og de vanligste smertelidelsene hos eldre er knyttet til sykdommer i muskel- og skjelettsystemet (Folkehelseinstituttet, 2018). For psykiske lidelser viser norske studier at depresjonssymptomer blant menn og kvinner i alderen 60 til 80 år var på henholdsvis 10 og 15 prosent i 2007. Forskning viser også at depresjonssymptomer er vanligere blant de eldste (86 til 90 år) enn blant seniorer (60 til 64 år). Dessuten tyder studier at depresjonssymptomer er blitt vanligere blant eldre i dag enn tidligere: Mens forekomsten var 12 prosent blant dem fra 75 år og oppover i 1995, var den 21 prosent i 2006 (Folkehelseinstituttet, 2018).

Et annet forhold som utfordrer både forventet levealder og muligheten til å delta i arbeidsliv og samfunnsliv blant seniorer og de eldre er knyttet til sosiale ulikheter i helse. Norge har tre overordnede mål for folkehelsearbeidet: 1) Vi skal være blant de tre landene i verden som har høyest levealder, 2) Befolkningen skal oppleve flere leveår med god helse og trivsel og reduserte sosiale helseforskjeller, og 3) Vi skal skape et samfunn som fremmer helse i hele befolkningen (Folkehelseinstituttet, 2018). I 2013 lå Norge på 11. plass i verden i forventet levealder for kvinner, og 10. plass for menn. En medvirkende årsak til dagens gjennomsnittlige levealder i befolkningen, kommer av store sosiale forskjeller i helse i Norge: Kvinner og menn med lengst utdanning lever 5-6 år lenger og har bedre helse enn de som har kortest utdanning. Og de sosiale forskjellene i levealder øker, særlig hos kvinner. Forskjellene er større i Norge enn i mange andre europeiske land.

### 2.3 Seniorer og eldre, før og nå

For å skape en forestilling av hvor mye seniorer og de nye eldre i det norske samfunnet vil forandre seg framover, kan det være til nytte å se bakover. Hva var egentlig en senior og en eldre person for noen tiår siden, sammenlignet med i dag? Undersøkelser viser at spesielt 60- og 70-åringene lever annerledes enn de gjorde for relativt kort tid siden.

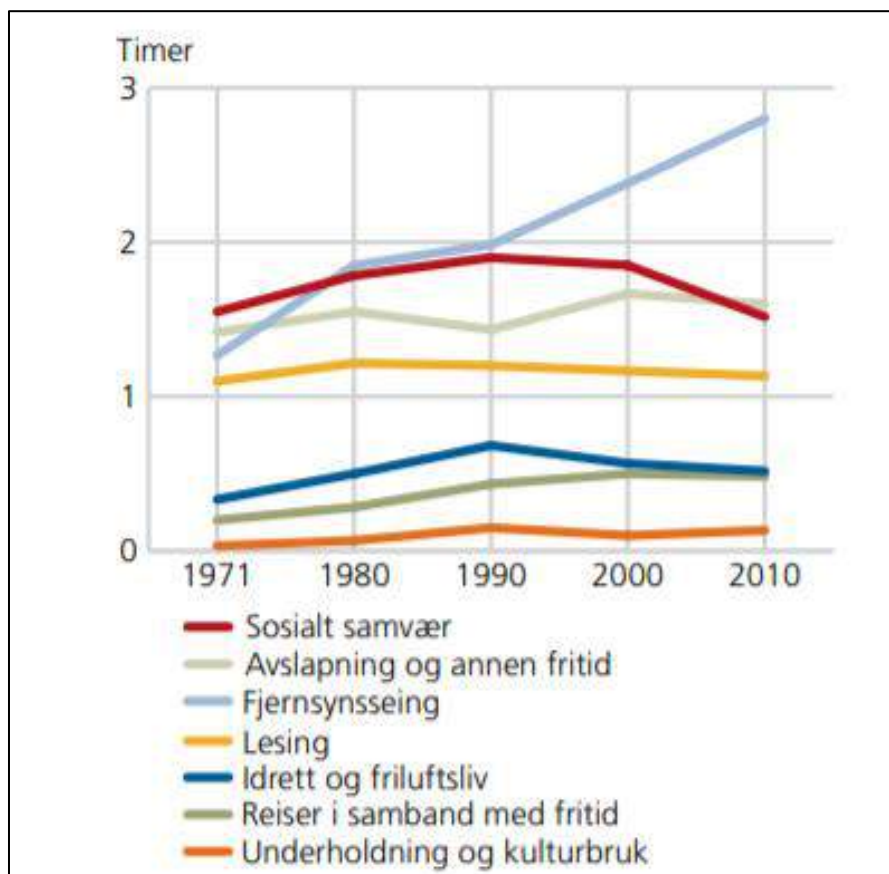
SSBs tidsbruksundersøkelse for årene 1971 til 2010 illustrerer hvordan forbedret helse og økt levealder, kombinert med endringer i kultur og sosiale forventinger, har forandret seniorene og de eldre (SSB, 2012a). Ettersom SSBs tidsbruksundersøkelse i de første årene kun inkluderte personer opp til 74 år, er det bare aldersgruppen 67-74 år som vi kan følge over lengre tid.

**Seniorer og eldre jobber mindre.** Intensjonsavtalen om et inkluderende arbeidsliv (IA-avtalen) fra 2001 og pensjonsreformen fra 2011, som begge omtales nærmere i del 2.5, har bidratt til at flere seniorer jobber lenger. Allikevel, et tydelig utviklingstrekk fra 70-tallet og fram til 2000-tallet er at menn over 67 år jobber mindre. SSBs statistikk sammenligner tid brukt på inntektsgivende arbeid mellom 1971 og 2010, året før pensjonsreformen. I 1973 ble pensjonsalderen senket fra 70 til 67 år, og etter dette er retten til avtalefestet pensjon fra 62 år blitt etablert (SSB, 2012a). Som følge av disse politiske endringene sank tid brukt på inntektsgivende arbeid jevnt for menn i aldersgruppen 67 til 74 år, fra 3 timer en gjennomsnittsdag i 1971 til 45 minutter i 2010. Dessuten er andelen menn som har arbeidet en gjennomsnittsdag gått ned fra 44 til 12 prosent i perioden (SSB, 2012a: 76). Tallene innebærer at menn i gruppen 67 til 74 år har nesten 16 timer mer per uke å bruke på andre sysler i dag enn i 1971. Også kvinner i aldersgruppen 67 til 74 år jobber mindre i dag enn i 1971, fra 48 minutter per dag i gjennomsnitt til 8 minutter i 2010.

Med mer tid til overs fra mindre inntektsgivende arbeid, bruker både menn og kvinner i alderen 67 til 74 år mer tid på fritidsaktiviteter. I snitt brukes 8 timer og 11 minutter til fritidsaktiviteter i løpet av en dag i 2010, mens denne gruppen i 1971 brukte 5 timer og 55 minutter (SSB, 2012a: 77-78).

Figur 1 viser hvordan tid brukt til ulike fritidsaktiviteter i løpet av har endret seg fra 1971 til 2010 for kvinner og menn i alderen 67 til 74 år.

Figur 1: tid brukt til ulike fritidsaktiviteter i løpet av en gjennomsnittsdag fra 1971 til 2010 for kvinner og menn i alderen 67 til 74 år.. Kilde: SSB, 2012a



**Seniorer og eldre ser på TV.** Kartleggingen viser at aktiviteten som er økt mest i perioden er tid brukt på tv-titting, og i 2010 ser seniorer og eldre på tv nesten 3 timer hver dag i gjennomsnitt (SSB, 2012a: 78).

**De som føler seg friske bidrar gjerne med frivillig innsats.** Tidsbruksundersøkelsen kartlegger også omfang av frivillig arbeid, og tallene viser en tydelig trend: *egenvurdert* helsetilstand har stor betydning for hvor mye tid man bruker på frivillig arbeid. Blant dem som mener egen helse er utmerket eller veldig god er deltakelsen i frivillig arbeid og organisasjoner høyest. Denne gruppen av eldre bruker i gjennomsnitt 19 minutter daglig på frivillig arbeid/organisasjonsliv. Blant dem som vurderer egen helse som nokså god eller dårlig er tilsvarende tall 6 minutter daglig. Det er omtrent dobbelt så mange med utmerket helse som bruker tid på frivillig arbeid enn blant dem med dårlig helse (SSB, 2012a: 79).

Tiden de eldre generelt bruker til å hjelpe andre, har økt markant de siste 40 årene, fra 1 time og 30 minutter per dag i 1971, til 2 timer og 17 minutter i 2010. I tillegg har andelen som utfører slike oppgaver økt fra 10 til 15 prosent. Det er flere menn enn kvinner som hjelper andre husholdninger, og de bruker mer tid enn kvinner. Menn bruker mest tid på vedlikeholdsarbeid for andre, men også på omsorg for andres barn, mens kvinner bruker mest tid på husarbeid (SSB, 2012a: 77-78). SSBs statistikk gjør ikke rede for hvem de eldre hjelper, om det er egne barn og familie eller andre.

**Seniorer og de nye eldre reiser.** En tydelig trend i SSBs tidsbruksundersøkelse, er at seniorer og eldre reiser stadig mer. Omfanget av tid som menn og kvinner i alderen 67 til 74 år bruker på hytte eller ved et landsted, har mer enn doblet seg de siste 20-årene, fra 22 til 58 minutter i snitt per dag. Men det er ikke flere enn før som tilbringer tid på hytte eller landsted. Det er heller slik at de som faktisk reiser bort, er på hytta lenger enn tidligere. I tillegg har andelen seniorer og eldre som har vært på reise en gjennomsnittsdag, økt fra 57 prosent i 1980 til 75 prosent i 2010. Dette utgjør en større økning enn for alle andre aldersgrupper, men det er mest reising blant dem som rapporterer om utmerket eller meget god helse (SSB, 2012a: 80).

**Og de trener.** Sammenlignet med tidligere, utpeker dessuten eldre seg på treningsfronten. Levekårsundersøkelsene til SSB viser at befolkningen generelt trener mer enn tidligere, men at aktivitetsnivået har økt spesielt blant seniorer og eldre. Unge er mer aktive enn eldre. Mens mer enn 80 prosent av personer i aldersgruppen 16-66 år trener ukentlig, gjelder dette 75 prosent av dem som er over 67 år. Samtidig har det skjedd størst endringer i treningsvanene til dem over 67 år, sammenlignet med andre. Men 51 prosent av kvinner i 2001 trente ukentlig, gjaldt det 73 prosent i 2016. Og blant menn økte andelen som trente ukentlig fra 61 til 77 prosent mellom 2001 og 2016. I 2001 var det 26 prosent i denne aldersgruppen som oppga at de aldri mosjonerte, mer enn dobbelt så mange som i 2016. Den vanligste aktivitetsformen blant seniorer og eldre er raske gåturer, men flere driver også med sykling, langrenn og styrketrening<sup>7</sup>. Forskere innen fysisk aktivitet og aldring i Norge peker på at det er umulig å sammenligne dagens 70-åringer med 70-åringer for 40 år siden, fordi alderen i befolkningen er forskjøvet<sup>8</sup>.

**Dagens seniorer og eldre har god økonomi i snitt.** Et velkjent trekk ved dagens eldre er at de som gruppe er godt økonomisk stilt. I SSBs gjennomgang av seniorer og eldre i Norge i 2010 slo de fast at ingen norske husholdninger hadde hatt så gunstig inntektsutvikling de siste årene som eldre som var 67 år eller mer (SSB, 2011: 17). Blant dem mellom 50 og 59 år økte medianinntekten med over 50 prosent mellom 1993 og 2008, mens for dem mellom 67 og 79 år økte inntekten med 80 prosent i samme periode. Allikevel er det de aller eldste pensjonistene, over 80 år, som økte inntekten mest i prosent, med nær dobling av inntektene mellom 1993 og 2008 (93 prosent). Disse endringene kommer både av økninger i minstepensjonene i perioden, og at stadig flere alderspensjonister har bedre pensjonsopptjening (SSB, 2011: 18). Med IA-avtalen fra 2001 og pensjonsreformen fra 2011, som har bidratt til at flere yngre seniorer står i jobb, har sannsynligvis inntektene endret seg ytterligere.

De fleste seniorer og eldre er kommet i en alder der huslån og andre etableringskostnader er betalt, og formuen øker. SSBs gjennomgang av seniorennes økonomi fra 2010 viste at gruppen hadde hatt en betydelig vekst i finansformuen: Mens median finanskapital for 50-åringene tilsvarte rundt 160 000 kroner i 2008, var den 100 000 kroner høyere for 60-åringene. Finansformuen øker til 80-årsalderen, der medianen lå på over 350 000 kroner samme år (SSB, 2011: 28). Som følge av lave ligningsverdier på bolig og lignende, kan en legge til grunn av de reelle verdiene er betydelig høyere.

I tillegg er realveksten i forbruk høyere blant seniorer og eldre enn i befolkningen generelt: Mens alle husholdninger i Norge hadde en realvekst i totalforbruket på 17 prosent de siste fra 2004 til 2010, hadde befolkningen over 67 år en vekst på 25 prosent i gjennomsnitt, altså 8 prosentpoeng høyere enn for alle husholdningene (SSB, 2011: 31). På den andre siden ser man også en økt gjeldsbelastning blant seniorer i dag sammenlignet med tidligere. Fra 1997 til 2008 økte gjennomsnittlig gjeldsnivå for befolkningen mellom 60 og 66 år fra 255 000 til 673 000, mens tilsvarende tall for 67 til 79-åringene var 255 000 og 321 000 (SSB, 2011: 29).

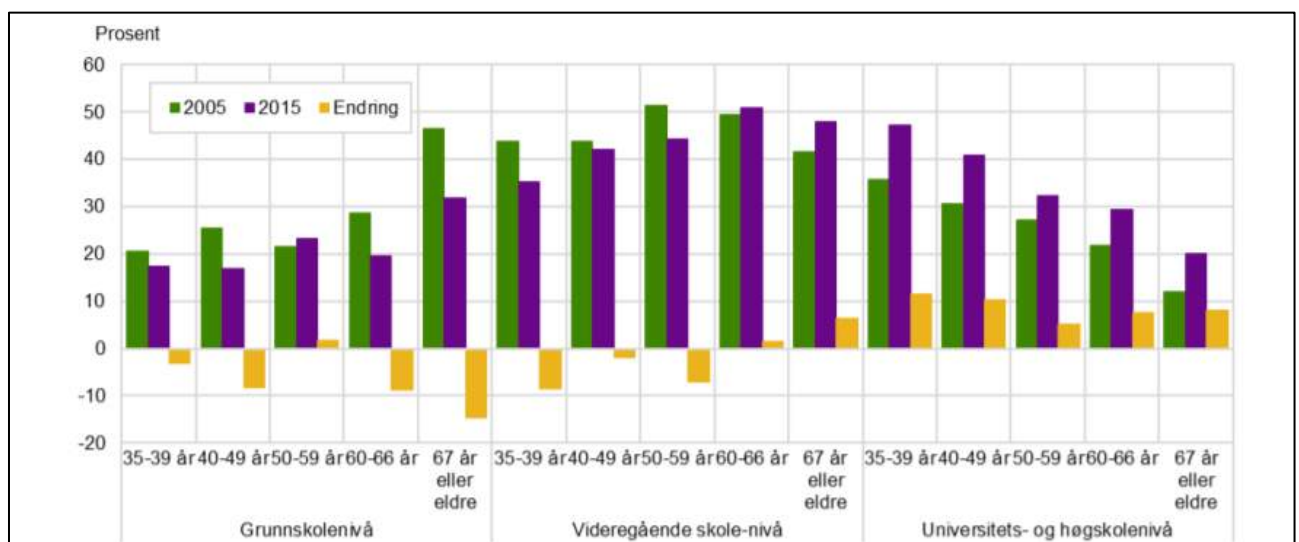
**Men ulikheten er tilstede.** Bak de generelle tendensene om bedre økonomi blant eldre skjuler det seg imidlertid store økonomiske ulikheter. Spesielt aleneboende minstepensjonister og eldre med innvandrerbakgrunn er blant dem med dårlig råd.

## 2.4 Eldre nå og framover

Er det mulig å si noe om hvem seniorene og de eldre er i år 2030 eller 2060, basert på dagens seniorer og eldre? Det har skjedd store endringer blant seniorer og eldre de siste 40 årene. Men dagens levevaner, som former både fysisk helse og befolkningens syn på hvordan man bør leve livet sitt på, kan gi oss et utgangspunkt for å skissere noen hovedtrender.

**Flere har høyere utdanning.** For det første vil flere av framtidens seniorer og eldre ha høyere utdanning enn dagens eldre og seniorer. SSBs oversikt over utdanningsnivå i ulike kohorter illustrerer utviklingen i utdanningsnivå blant dagens unge og voksne, altså morgendagens seniorer og eldre (SSB, 2017: 82). Som figur 2 viser er det flere 35-39-åringer i 2015 som har universitets- og høyskoleutdanning enn tidligere.

*Figur 2: Utvikling i høyeste utdanningsnivå fra 2005 til 2015 (andeler) og prosentvis endring. Kilde: SSB, 2017*



**Helsen kan bli bedre, men livsstil kan svekke helsetilstanden.** Dersom en legger til grunn utviklingen i helsen til befolkningen fram til i dag, er det mulig å anta at mange av framtidens seniorer og eldre vil ha bedre helse enn dagens grupper. Blant forholdene som kan peke i

denne retningen er utdanningsnivået, der en større del av framtidens seniorer og eldre vil ha høyere utdanning. Fra norsk forskning innen folkehelse vet man at økt utdanningsnivå er assosiert med bedre helse. For eksempel har det blitt vist at høyere utdanning er forbundet med lavere risiko for demens, og lavere dødelighet av hjerte- og karsykdom og kreft (Rogne og Syse, 2017). Sammenhengen mellom utdanningsnivå og helse kommer av flere forhold, men forskning peker delvis på en reell årsakssammenheng. Hvor store konsekvenser et økt utdanningsnivå vil ha for helsen til seniorene og de nye eldre befolkningen i framtida er imidlertid ikke sikkert, ettersom mange forhold vil påvirke sammenhengen.

Medisinsk og teknologisk innovasjon vil også kunne bidra til forbedret helse i befolkningen, slik den har forbedret helsen til dagens seniorer og eldre sammenlignet med forrige generasjon av disse gruppene.

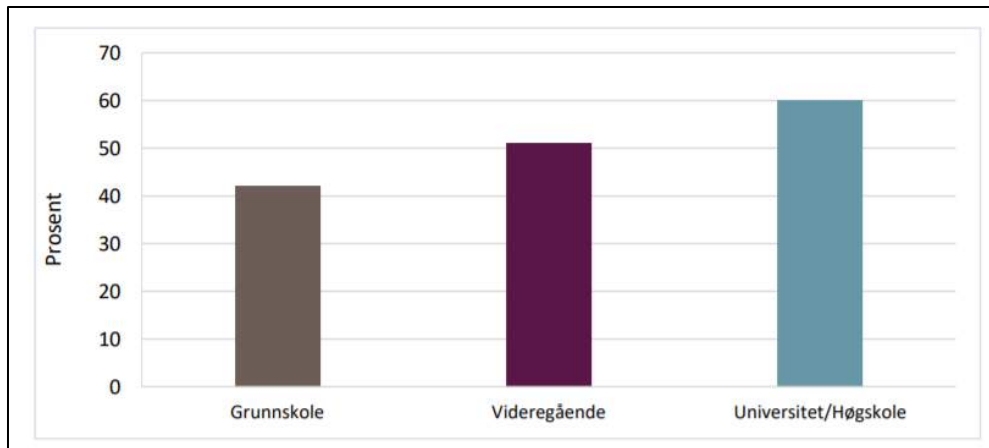
Samtidig lever mange yngre og voksne nordmenn i dag med usunne vaner, i form av lite fysisk aktivitet, usunt kosthold og et høyt alkoholbruk, som vil påvirke helsen senere i livet: alkoholkonsumet er høyt og økende. Mer enn 40 prosent i alderen 45-66 år drikker minst en gang i uken (Rogne og Syse, 2017: 185). Kun 6 prosent av befolkningen spiser fisk eller sjømat daglig, mens 55 prosent spiser grønnsaker minst en gang om dagen. En større andel av befolkningen oppgir at de mosjonerer: ca. 70 prosent trener minst en gang i uka, og bare 16 prosent sier at de aldri mosjonerer. Men mange er i stillesittende jobber, og den norske befolkningen blir stadig tyngre. Nesten 30 prosent av voksne nordmenn er overvektig, og av overvektige har mer enn en tredjedel fedme. En usunn livsstil blant dagens unge og voksne kan svekke helsen til framtidens seniorer og eldre.

**De nye seniorene og eldre kan ha andre forbruksmønstre.** Framtidens seniorer og eldre vil sannsynligvis være vant til et høyere forbruk enn dagens og gårsdagens grupper, og forbrukermønsteret vil tas med inn i pensjonstilværelse, selv om forbruk vil justeres etter inntekt. Mange har god råd, som følge av formue og pensjoner på grunn av høy yrkesdeltakelse. Dersom man ser til dagens forbruksmønstre blant seniorer og eldre, kan ytterligere forbedret kjøpekraft gi økt forbruksvekst spesielt innen transport samt restaurant- og hotelltjenester (SSB, 2011: 31).

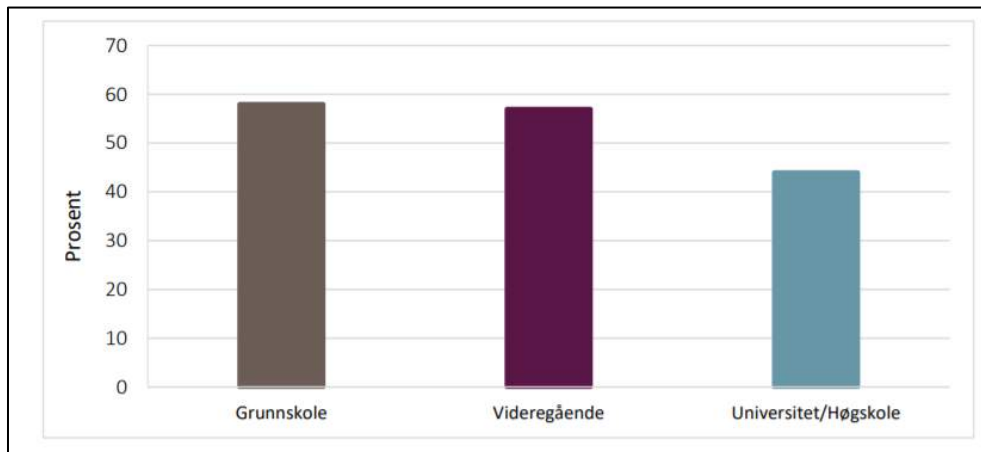
**Ulikhet i helse og økonomi.** Til tross for at mange vil oppleve god helse og stabil økonomi, vil gruppen av framtidens seniorer og eldre sannsynligvis være preget av store ulikheter. I Norge er helseulikheten høy og stabil. Som beskrevet i del 2.2 lever dagens befolkning med høy utdanning lenger enn dem med lav utdanning. Folkehelseundersøkelser viser at levevaner er sterkt påvirket av oppvekstmiljø og levekår, der sosiale forskjeller i levevaner forklarer mye av de sosiale forskjellene i sykelighet og dødelighet (Folkehelseinstituttet, 2018). Blant annet viser undersøkelser at andelen som er fysisk aktive er høyest blant personer med lang utdanning, samt at overvekt og fedme er mer utbredt blant dem med lavere utdanning, se figur 3 og 4. Ulikhet i helse er en viktig årsak til at gjennomsnittlig forventet levealder i befolkningen ikke er høyere.

*Figur 3: Andel som oppgir at de vanligvis utfører fysisk aktivitet på fritiden slik at de blir svette og andpustne mer enn 2,5 time per uke. Begge kjønn, 25-79 år Prosent. Kilde: Folkehelseinstituttet, 2018*





Figur 4: Overvekt og fedme i ulike utdanningsgrupper. Basert på selvrapportert høyde og vekt Prosent, standardisert. Begge kjønn, 25-79 år. Kilde: Folkehelseinstituttet, 2018





Mange av seniorene i arbeidslivet og de nye eldre, passer på både egne foreldre og barnebarn

**Passer egne foreldre og barnebarn.** Til sist er det mulig å se for seg en økt dobbel omsorgsbyrde for framtidens seniorer og eldre. Som vist til i del 2.3 bruker mange av dagens eldre tid på å passe barn og å utføre andre omsorgsoppgaver. Med økende levealder, vil sannsynligvis flere seniorer og eldre også ha foreldre som lever, enten mens de er i arbeidslivet selv, eller har gått av med pensjon. Med gamle foreldre vil de nye seniorene og eldre kunne få omsorgsoppgaver for både dem og barnebarn. Tidligere studier har vist at familien er en sentral bidragsyter i omsorgen for gamle i Norge, ved siden av de offentlige velferdsordningene: omtrent halvparten av omsorgen for gamle utføres av familier i Norge (Gautun og Hagen, 2010). En norsk studie fra 2010 undersøkte i hvilken grad det er vanlig for seniorer i arbeidslivet å oppleve en skvis mellom å være i jobb og ta vare på gamle foreldre, og i hvilken grad dette påvirket deres atferd i arbeidslivet (Gautun og Hagen, 2010). Studien baserte seg på en representativ undersøkelse, og viste at syv av ti med minst en forelder i live både jobbet og bistod med praktisk hjelp eller omsorg for gamle foreldre. 57 prosent hadde erfart vanskelige situasjoner med å kombinere begge deler, og 20 prosent hadde vært

borte fra jobb for å hjelpe sine foreldre, for eksempel ved å bruke egen ferie (Gautun og Hagen, 2010).

## 2.5 Konsekvenser for samfunnet

Vi blir stadig eldre, og mange er friske lenge. Mye tyder på at utviklingen fortsetter: levealderen i befolkningen fortsetter å øke, og det er ikke usannsynlig at den øker mer enn offisiell statistikk framskriver, ettersom erfaringer viser at slike framskrivninger er blitt justert opp jevnlig.

**Fortid former holdninger.** Nettopp fordi utviklingen i levealder og helse går så fort, er det mulig å hevde at samfunnets forventninger til og syn på seniorer og eldre ikke henger med. For samfunnets syn på seniorer og eldre preges av gårsdagens seniorer og eldre. Det er lang vei fra en krokete frue med portemoné og legg i håret, til mange av dagens syttiåringer som reiser, går fjellturer og passer barnebarn. Men mediesaker om seniorer i arbeidsliv og samfunnsliv illustreres med bilder av gamle med rullatorer, eller pensjonister i rolige omgivelser<sup>9</sup>. Spørreundersøkelser tyder på at befolkningen opplever arbeidstakere helt ned i 50-årene som mindre attraktive, selv om vi vet at framtidens 50-åringer sannsynligvis er nærmere midten, framfor mot slutten av sin yrkeskarriere (Senter for seniorpolitikk, 2018a: 34). Og politiske strategier som handler om seniorer, som tar utgangspunkt i befolkningen 65 år, handler i stor grad om de eldres kostbare behov i siste år av livet i den kommunale omsorgen.

Det er verdt å være bevisst på hvilke historiske og kulturelle forhold som har formet vårt syn på seniorer og eldre, for eksempel med tanke på når det er naturlig at de trer ut av arbeidslivet. Den nederlandske legen og professoren, Rudi Westendorp, peker på at politikken som innebar å fase folk ut av arbeidslivet uten annen begrunnelse enn alder i 60-årene ble introdusert på slutten av 1800-tallet av den tyske rikskansleren Otto von Bismarck, som gav pensjon til de få byråkratene som ble 65 år eller eldre (Westendorp, 2015: 24). I dag varierer pensjonsalderen mellom land, men midten av 60-årene er utbredt. I Norge innebar innføringen av folketrygden på 60-tallet at livet som gammel etter arbeidslivet ikke lengre måtte leves i fattigdom eller som avhengig av andre. På samme tid presset den store etterkrigs generasjonen for sin plass i arbeidslivet, pensjonsalderen ble etablert, og årene i pensjonstilværelse ble flere i takt med at levealderen økte. Westendorp er blant dem som hevder det i stor grad er tradisjon og kultur, framfor biologi, som gjør at vi pensjonerer arbeidstakere i 60-årene, og at vi setter en skarp linje i samfunnet mellom når en skal bidra og når en skal motta fra fellesskapet.

**Samfunnet må tenke nytt om de nye senioren og eldre.** Enkelte har tatt til orde for at de store endringene i andelen eldre, økende levealder og forbedret helse blant seniorer og eldre vil kreve så store endringer i arbeidslivet, økonomien og det sivile samfunnet, at omveltningen kan sammenlignes med kvinnefrigjøringen på 60- og 70-tallet (Hippe, Midtsundstad, Seip, Borgen og Hernes, 2012). I lys av slike sammenligninger, blir det tydelig at vi snakker altfor lite om de friske yngre senioren og eldre i 50-, 60- og 70-årene, og deres ressurser og mulige plass i samfunnet. For sett i lys av deres helse og økning i levealder i befolkningen, representerer gruppen en ny generasjon. En 65-åring vil ha like lite til felles

med en 85-åring, som en 35-åring har med en 55-åring. Og det er like mange år som skal fylles med et godt liv mellom 30 og 60, som mellom 60 og 90. Få vil imidlertid finne på å tenke felles om en 30- og 60-åring.

Dersom vi baserer samfunnsanalysen på feil grunnlag, enten i form av tall eller holdninger, vil samfunnets institusjoner ikke tilpasses slik at vi legger til rette for å ta i bruk ressursene som seniorerne og de eldre representerer. Men at vi må tenke nytt om eldre betyr ikke at eldrebølgen ikke er en utfordring for samfunnet og velferden vår: med endringer i den demografiske sammensetningen i befolkningen vil færre yrkesaktive måtte finansiere velferdsordninger og ytelser til en større andel av befolkningen. I regjeringens Perspektivmelding fra 2017 illustreres forholdet mellom alderspensjonister og dem som er i arbeid, som betaler skatt som finansierer pensjon og helseutgifter. Mens det i dag er vel 2 personer over 67 år per 10 personer i yrkesaktiv alder, anslås det i 2060 å være om lag 4 eldre per 10 yrkesaktive (Regjeringen, 2017). Framskrivningene i Perspektivmeldingen innebærer at offentlige utgifter øker raskere enn offentlige inntekter fra rundt 2030. Fra 2030 anslås et inndekningsbehov på i gjennomsnitt 1,7 prosent av verdiskapingen i fastlandsøkonomien per tiår. Med dagens nivå på BNP for Fastlands-Norge svarer inndekningsbehovet til nær 5 milliarder kroner per år.

Har vi råd til framtidens velferd da? Det avhenger i stor grad av hvor mye vi jobber og hvor effektivt vi klarer å levere velferdstjenester. Som igjen avhenger av politiske veivalg vi gjør nå. Det dumme vi kan gjøre nå er å sette oss ned og vente på framtida. I dagens debatt om velferdsstaten legges det for ofte til grunn at framtida er hugget i stein og at nåtida må tilpasses en tenkt framtid. Men det er motsatt: Dagens politikk bestemmer framtidens muligheter (Tankesmien Agenda, 2015).

**Seniorer og eldre som ressurs.** Seniorenes yrkesdeltakelse de senere årene i Norge er et tydelig eksempel på hvordan politikk gir samfunnsendringer. Selv om det er mange forhold som kan ha bidratt til økt yrkesdeltakelse blant seniorer i Norge de senere årene, som forbedret helse, endringer i arbeidsmarkedet og økt utdanningsnivå i befolkningen, er politikkenes betydning og konsekvenser ikke å komme forbi: Fra 2001 ble intensjonsavtalen om et inkluderende arbeidsliv (IA-avtalen) innført i et samarbeid mellom regjeringen og partene i arbeidslivet. Delmål 3 i avtalen har vært å øke den gjennomsnittlige avgangsalderen fra arbeidslivet, og fra 2013 har målet vært å forlenge yrkesaktivitet etter fylte 50 år sammenlignet med 2009. Økningen i yrkesdeltakelsen blant seniorer har økt jevnt siden inngåelsen av IA-avtalen, og våren 2018 ble det kjent at IA-avtales mål fra 2013 er oppnådd. I løpet av hele avtaleperioden har yrkesdeltakelsen etter 50 år steget med 2,3 årsverk, og mer enn halvparten av økningen kom før 2011, når Pensjonsreformen ble innført. Pensjonsreformen har gitt sterke insentiver til en økning i yrkesdeltakelsen blant arbeidstakere fra 62 år, med store samfunnsøkonomiske konsekvenser. Ifølge Perspektivmeldingens beregnede referanseforløp fra 2013 vil økte velferdsutgifter og lavere inntekter, alt annet likt, gi et inndekningsbehov tilsvarende 6 prosent av BNP i 2060. Legger vi SSBs beregninger av pensjonsreformens effekter til grunn, minker Perspektivmeldingens underskudd i 2060 til bare to prosent (Tankesmien Agenda, 2015). Beregninger som Ny Analyse og Vivens har gjort på vegne av Senter for seniorpolitikk tyder på en samfunnsøkonomisk gevinst på mellom 35 og 40 milliarder per år når IA-avtalens delmål tre

er realisert, tilsvarende 12 måneder lengre forventet yrkesaktivitet etter fylte 50 år (Ny Analyse og Vivens, 2017).

**Framtidas velferd avhenger av arbeid.** Det aller mest avgjørende for framtidens budsjettbalanse i Norge er arbeidstilbudet, det vil si hvor mange som deltar i arbeidslivet og hvor lenge de står i jobb. Når oljeinntektene fremover faller og omsorgsutgiftene øker, vil vi oppleve press på statsbudsjettet. Da blir statens inntekter på skatt fra arbeid og landets verdiskaping fra folk som jobber enda viktigere. De nye seniorenne og eldre trengs i arbeidsliv og samfunnsliv for å sikre en bærekraftig organisering av velferden vår, og som vist kan politiske tiltak gi dem og arbeidsgivere insentiver til å holde dem i jobb.

For å være i forkant av de demografiske endringene i økt levealder og forbedret helse, må vi i større grad utvikle ny politikk for deltakelse i arbeid, i frivilligheten i fellesskapet for en ny generasjon i dag. Framfor en modell der 30 år utenfor arbeidsliv i barndom, ungdom og ungt voksenliv, 30 år i jobb, og deretter 30 år som pensjonist («30+30+30») bør framtidens arbeidsliv og samfunnsliv legge til grunn en modell der vi kan ha ulike karrierer i løpet av livet, og større mulighet til å delta i frivillig arbeid etter endt yrkeskarriere. Da trengs politiske tiltak, utformet av myndigheter og partene i arbeidslivet, som gir insentiver til å stå lenger i jobb, til å øke kompetansen blant seniorer og redusere aldersdiskriminering i arbeidslivet, samt tiltak som legger til rette for økt frivillighet og deltakelse i lokalsamfunn.

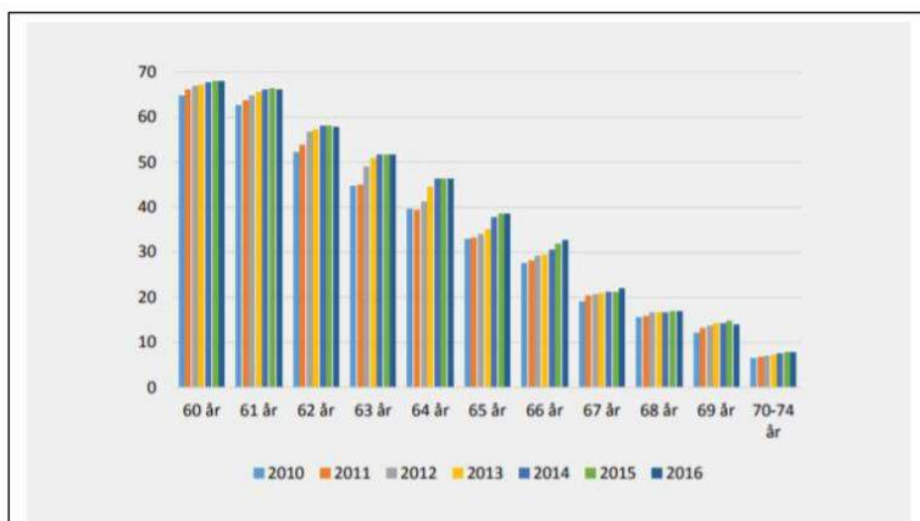
### 3 Seniorer i arbeidslivet

Levealderen øker, og stadig flere har mange år med god helse langt ut i både seksti- og syttiårene. Det er derfor et mål at flere av de som kan, jobber lenger. IA-avtalen fra 2001 og pensjonsreformen fra 2011 har allerede redusert framtidige budsjettunderskudd ved at flere jobber lenger, og flere tar ut pensjon senere, også parallelt med at de står i jobb. Uføregraden blant de seniorer har også falt, noe som kan ha sammenheng med at færre yrker er tungt fysisk belastende, og at seniorene har stadig bedre helse.

Mange nordmenn som nærmer seg pensjonsalder har god råd. Terskelen for å forlate arbeidslivet selv om man fremdeles har mulighet til å jobbe blir lavere, dersom man ikke må jobbe for å forsørge seg selv og sine.

Tall fra SSB viser at stadig flere seniorer mellom 60 og 72 år deltar i arbeidslivet. Som figur 5 viser har økningen vært spesielt sterk i aldersgruppen 62–66 år, men det har også vært en vekst i arbeidsdeltakelsen for dem mellom 67 og 74 år.

*Figur 5: Arbeidstakere etter alder. Prosent av befolkningen mellom 60 og 74 år, i andre kvartal 2010- 2016. Kilde: Regjeringen (2016)*



For å sikre høy arbeidsdeltakelse er det selvfølgelig avgjørende at flest mulig ønsker å jobbe. Beslutningen om å gå av med pensjon er sammensatt, og avhenger av en rekke forhold hos den enkelte som også påvirkes sterkt av insentiver på samfunnsnivå.

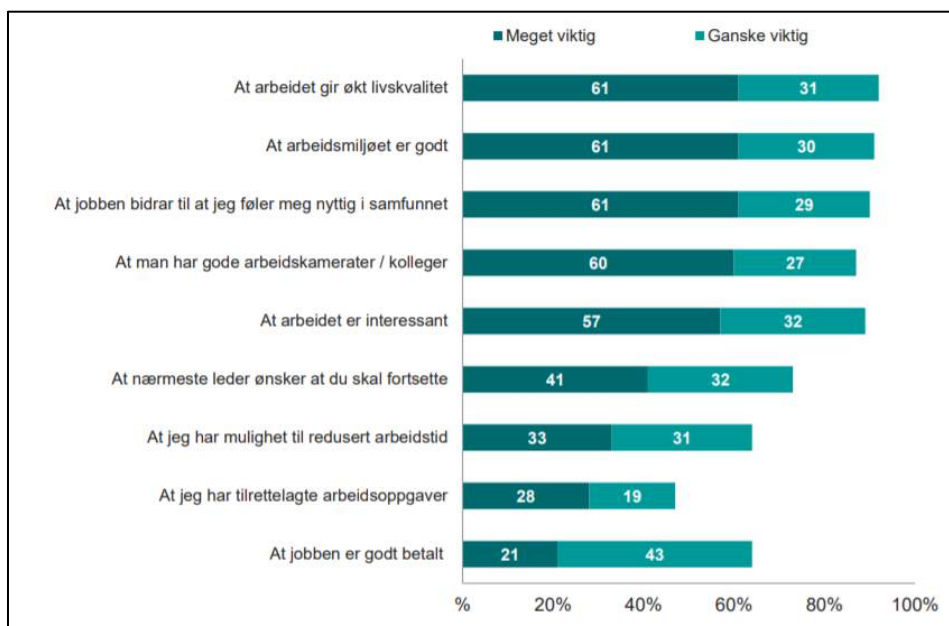
For at seniorer skal stå lenger i arbeid, må de både ønske det, og ha helsen til det. Norsk seniorpolitisk barometer fra 2018, som Senter for seniorpolitikk står bak, viser at mange seniorer skårer høyt på såkalte «stay-faktorer», altså positive forhold som holder dem i jobben, framfor «push-faktorer», som støter dem ut av jobben (Senter for seniorpolitikk, 2018a). Undersøkelsen viser også at arbeidstakere over 60 som gleder seg til å gå av med pensjon er svakt synkende eller stabilt over tid, fra 2003 og fram til i dag.

Et eksempel på dette er at arbeidsgleden blant seniorene er høy. Et flertall av arbeidstakerne over 50 ser fram til å gå på jobben og opplever at de mestrer arbeidsoppgavene. Seniorene skårer dessuten høyere enn de andre aldersgruppene på vurdering av arbeidsglede.

Erfaring gir økt medvirkning og selvbestemmelse kan påvirke trivsel positivt blant seniorene i jobb, og barometeret viser at flere seniorer oppgir at de har høy grad av selvbestemmelse på jobben. I 2017 svarte 77 prosent av dem over 60 at de i stor grad opplever selvbestemmelse, mot litt over 60 prosent i resten av befolkningen. Mange oppgir også at kolleger spør dem om råd. Samtidig viser Norsk seniorpolitisk barometer fra 2018 at arbeidstakere over 60 år sjeldnere opplever i stor grad at de får muligheten til å lære nye ting, sammenlignet med yngre arbeidstakere.

I Norsk seniorpolitisk barometer blir arbeidstakere spurt om de kan tenke seg å stå i jobb etter at man får rett til pensjon, og hvilke forhold som påvirker deres beslutning om å stå lenger i jobb etter pensjon. Undersøkelsen viser at 54 prosent av seniorene over 60 år svarer at de kan tenke seg å fortsette i arbeid etter rett til pensjon. Dette nivået er lavere enn de siste årene, og kan hevdes å være en bekymringsfull utvikling. Av forholdene som kan bidra til å stå lenger i jobb, og som trekkes hyppigst fram blant dem over 62 år er godt arbeidsmiljø, gode kolleger, at jobben er samfunnsnyttig og at arbeidet gir økt livskvalitet, mens færrest svarer at høyt lønnsnivå er «meget viktig»

Figur 6: Hvor viktig er følgende grunner for deg for at du skal fortsette i arbeid etter at du får rett til pensjon? (2018). Kilde: Senter for seniorpolitikk, 2018a



Flere enn før ønsker å jobbe lenger. Alle aldersgruppene i Norsk seniorpolitisk barometer er spurt om når de kan tenke seg å gå av med pensjon. Snittalderen for hele utvalget er 65,7 år, altså 4,7 år høyere enn i 2003, men det er færre på 50 år og eldre som sier det er sannsynlig at de står i arbeid til de fyller 72 år enn tidligere.

Arbeidstakere over 60 år har rett til en uke ekstra ferie, og arbeidstakere over 62 år har krav på å få jobbe i redusert stilling (mot tilsvarende reduksjon i lønn), dersom det kan

gjennomføres uten ulempe for bedriften. Spørsmålet er om disse godene også motiverer seniorene til å jobbe lenger. I Fafo-rapporten «Aldersgrenser for oppsigelse og særordninger for eldre i arbeidslivet» fra 2016 undersøkes betydningen av seniorgoder for motivasjon til å stå lenger i jobb, herunder retten til ekstra ferie fra 60 år, rett til redusert arbeidstid fra 62 år og tilrettelegging på grunn av alder (Svalund og Veland, 2016). Studien viser at de fleste arbeidstakere tar ut den ekstra ferieuken som arbeidstakere over 60 år har rett på, mens 28 prosent av seniorene har redusert arbeidstiden etter 62 år. Videre viser undersøkelsen at 13 prosent svarer at de har tilrettelagt arbeid på grunn av alder. 56 prosent av de spurte seniorene mener den ekstra ferieuken motiverer dem til å stå lenger i arbeid, og blant de som har redusert arbeidstiden etter 62 år svarer 6 av 10 at ordningen motiverer dem til å bli i jobben. 75 prosent av dem med tilrettelagt arbeid svarer at ordningen har betydning for deres beslutning.

Det er likevel ikke nok at seniorene ønsker å jobbe hvis det ikke blir ansatt, eller opplever at arbeidsgiver ønsker å beholde dem lenge. Hvordan kan seniorer styrke sin posisjon overfor arbeidsgiver? Forskning og undersøkelser viser at selv om mange arbeidsgivere oppgir at seniorer er ønsket i arbeidsmarkedet, er det i praksis mange som er skeptiske til å ansette dem.

Eldre og yngre arbeidstakere har ulike styrker. Sammenhengen mellom prestasjon og arbeidskapasitet på den ene siden og alder på den andre vil nødvendigvis variere mellom ulike yrker. Mens alder kan gi et fortrinn i jobber der ekspertise og erfaring er avgjørende, kan høy alder være en utfordring i jobber som er fysisk krevende. Det partssammensatte utvalget som så på aldersgrenser og tilpasninger for seniorer i arbeidslivet i 2016 gjennomgikk forskning fra Norge og andre land på alder, arbeidsprestasjoner og produktivitet. I rapporten vises det til at «hovedfunn i forskningen til nå er at det over det normale yrkesløpet er ingen, eller bare en svak sammenheng mellom alder og arbeidsprestasjoner om man ser på gjennomsnittlige tall, men forskjellene innad i gruppen blant de eldre er store, og ofte større enn blant de yngre» (Regjeringen, 2016: 91). I tillegg varierer selvsagt de eldres prestasjoner etter yrke. Noen metastudier viser for eksempel at alder gir fortrinn i jobber der fysisk styrke og reaksjonstid har liten betydning mens erfaring og ekspertise er viktig, og omvendt i fysisk krevende yrker. Noe forskning tyder på at eldre typisk er mer lojale arbeidstakere, altså de bytter jobb sjeldnere, mer hjelpsomme ovenfor kolleger, mindre utsatt for ulykker og bedre på å mestre stress. På den andre siden kan de håndtere oppgaver som eksempelvis krever raske kognitive prosesser dårligere, men løser oppgaver som krever erfaringsbasert kunnskap bedre. I de senere årene er det gjort forskning innenfor den internasjonale arbeidsmarkedsøkonomien som tyder på at hypotesen om avtakende produktivitet for arbeidstakere mellom 50 og 65 år sammenlignet med yngre ikke har dekning. I følge arbeidslivsforsker Anne Inga Hilsen ved Fafo kan en si at det «ikke er forskningsbelegg for å hevde at seniorer yter dårligere i arbeidslivet»<sup>10</sup>.

I 2018 intervjuet Tankesmien Agenda ti virksomhetsledere om deres syn på seniorer i arbeidslivet. Disse intervjuene støttet annen forskning: Felles for alle virksomhetene er at de ønsket å ha en blanding av ansatte med ulik alder og bakgrunn. De fleste trakk fram at erfaring og kompetanse til seniorer sees på som en styrke, i kombinasjon med trygghet, stabilitet og lojalitet. Seniorene bytter sjeldnere jobb, har lavere fravær, evner å se helhet i

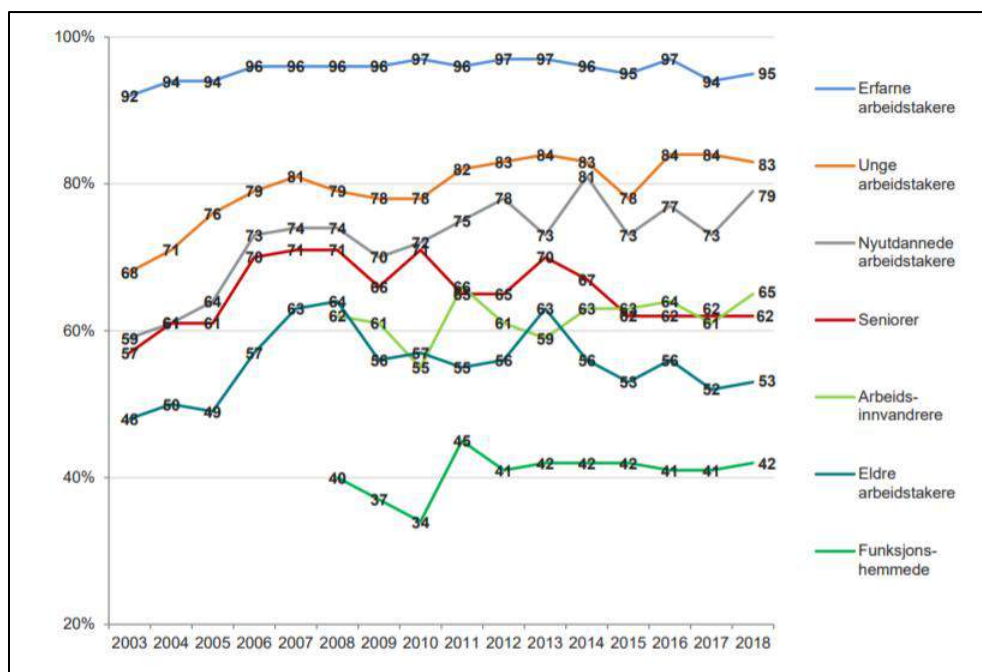


større grad og opptrer mer hensiktsmessig ovenfor leder og kolleger, ifølge flere av intervjuobjektene (Tankesmien Agenda, 2018).

I Norsk seniorpolitisk barometer blir ledere i offentlig og privat sektor intervjuet om deres holdninger til seniorer i arbeidslivet. Barometeret viser at kun under 1 av 10 arbeidsgivere mener arbeidstakere over 60 år ikke har like gode arbeidsprestasjoner som dem under 60 år (Senter for seniorpolitikk, 2018b).

Arbeidsgiverne blir også spurt om hva slags arbeidstakere de ønsker å ansette. Figuren under viser at eldre arbeidstakere er rangert nest lavest blant lederne, etter funksjonshemmede. En drømmearbeidstaker er både ung og erfaren.

*Figur 7: Hvor godt eller dårlig ville du like å ansette følgende typer arbeidstakere? (2003-2018). Andeler som svarer meget godt eller ganske godt. Kilde: Senter for seniorpolitikk, 2018b*



Barometeret viser at en søker må være i gjennomsnitt 58,6 år for at lederne vil nøle med å kalle personen inn på jobbintervju.

Både Norsk seniorpolitisk barometer og andre store spørreundersøkelser blant ledere viser at seniorordningene har liten betydning når det gjelder rekruttering eller nedbemanning av seniorer. Men jo hyppigere omstilling, jo mindre attraktive er senioren. I Agendas intervjuer med virksomhetsledere kommer det fram at behovet for ny kompetanse ofte brukes som begrunnelse for at arbeidsgiverne ansetter flere unge: virksomheten trenger kunnskap «rett fra skolebenken», spesielt gjelder det virksomheter som baserer seg på høy kompetanse på universitetsnivå (Tankesmien Agenda, 2018).

Videre kan seniorer oppleves mindre fleksible, formbare og omstillingsdyktige, blant annet som følge av erfaringer med at de i mindre grad omfavner ny teknologi.

En annen og sentral forklaring for redusert attraktivitet blant seniorer handler om lønn: I Norsk seniorpolitisk barometer svarer 22 prosent av arbeidsgivere at seniorenne er dyrere sammenlignet med dem som er yngre, og det er lønnskostnadene som er utslagsgivende (Senter for seniorpolitikk, 2018b). Intervjuer med virksomhetsledere tyder på at jo større lønnsforskjeller i en bransje, jo mer svekkes seniorennes attraktivitet (Tankesmien Agenda, 2018). Som servitør og renholder hos et hotell er ikke lønnsforskjellene store mellom dem som har jobbet der i 20 år, og nyansatte og nyutdannede. I slike tilfeller blir kostanden for seniorer, selv med tilpasninger av arbeidsoppgaver og lignende, lavere, sett opp mot gevinsten ved å ha dem. Blant Agendas intervjuobjekter pekte en leder i hotellbransjen på følgende: «de eldre er rolige, holder hodet kaldt under store tilstelninger, og kan lære opp de yngre». Lønn blir ikke et forhold som svekker seniorennes attraktivitet i en rekrutteringsprosess. I andre bransjer kan det være annerledes. I følge et av intervjuobjektene innenfor teknologi og logistikk hadde virksomheten opplevd at seniorenne «stiller svært høye krav» til lønn, ansvar og annet i rekrutteringsprosesser til stillinger som kan gjennomføres av yngre arbeidstakere. «Hvorfor skal man da ansette en 55-åring, når man kan få to 27-åringer til samme kostnad?» Det er viktig å understreke at forskjellene i bransjene er store. Mange bransjer ligger et godt stykke unna lønnsutvikling- og nivå i olje- og gassbransjen, og andre høylønnsbransjer. Effektene kan allikevel være tilstede, men i en mer moderat form.

Det er altså velkjent at seniorer kan møte utfordringer i rekrutteringsprosesser i krevende fysiske yrker, som i hotell- og restaurantbransjen. Men utfordringene kan kanskje noe overraskende være like store og større i bransjer med store lønnsforskjeller og høy omstillingstakt.

Satt på spissen kan man oppsummere utfordringer med attraktiviteten til seniorer slik: alle vil ha dem i jobb, men færre vil ansette dem. Blant sentrale utfordringer og mulige grep for å imøtekomme disse er:

- **Kompetanseløft i trepartssamarbeidet.** Arbeidslivet er i endring. Kompetanse vil i stadig større grad være en ferskvare. I tillegg vil en økende spesialisering av produksjonen i økonomien gjøre at nye oppgaver for de ansatte ikke alltid ligger i samme virksomhet, spesielt i de stadig nye små og mellomstore bedriftene. Kombinasjonen av spesialisering og raskere omstilling kan utfordre seniorennes situasjon i arbeidslivet ytterligere. Selv om framtidens seniorer generelt kan forventes å besitte høy teknologikompetanse må den stadig oppdateres. I takt med store endringer vil betydningen av erfaring kunne bli mindre viktig, sett opp mot andre egenskaper arbeidstakere har, og en ung arbeidstaker kan bli ansett som like kompetent som en eldre innenfor enkelte næringer. Tidligere har myndighetene først og fremst tatt ansvar for utdanning i perioden fra grunnskole til universitet, og deretter har det vært opp til arbeidsplassene og den enkelte å sikre nødvendig kompetanse. Selv om det er lønnsomt for samfunnet at flest mulig står lengst mulig i jobb, kan det være ulønnsomt for den enkelte bedrift å sørge for riktig kompetanse hos sine ansatte, spesielt dersom det trengs store kompetanseløft. Arbeidsgiverne vil ikke kunne bære kostnaden for framtidens kompetanseløft alene, spesielt ettersom arbeidstakerne kommer til å skifte jobb hyppigere. For bedriftene kan det være et

dilemma å bekoste opplæring til arbeidstakere som neste arbeidsgiver vil få glede av. Myndighetene må være med på å spleise for å sikre livslang læring. For å hindre at seniorer faller utenfor arbeidslivet som følge av omstillinger trenger vi offentlig politikk og tydelig kostnadsdeling med mål om tilføring av ny kompetanse hele livet. Eksempelvis er det nødvendig at utdanningsinstitusjonene tilbyr tilpassede moduler som kan kombineres med jobb. Treparsamarbeidet mellom staten, arbeidsgiversiden og arbeidstakersiden må i fellesskap utvikle løsninger for kompetanseheving og kostnadsdeling, med spesielt fokus på seniorer.

- **Store lønnsforskjeller kan redusere seniorennes attraktivitet og lønnsvekst bør flate ut over tid.** Når kompetanse i økende grad er ferskvare og må oppdateres hyppig, kan også betydningen av lang erfaring oppleves som mindre viktig hos arbeidsgiver. Da blir det vanskeligere å forsvare en langt høyere lønn for seniorenne sammenliknet med de yngre arbeidstakerne i de bransjene der det skjer i dag. Dersom det i tillegg er slik at erfaring blir mindre viktig sammenliknet med oppdatert kompetanse, er det klart at konkurransekraften til seniorer svekkes. Vi vet at trenden mange steder nettopp er at lønnsforskjellene blir større og kompetanse blir raskere utdatert. I Norge har ulikhetene økt, og tall fra Teknisk Beregningsutvalg viser at lønnsforskjellene er blitt større de senere årene. Det er også et paradoks at mens utgiftene er størst i perioder av livet med omsorg for barn og høy lånebelastning, er inntektene høyere når utgiftene synker senere i livet. Det er heller ikke slik at lønn er den viktigste variabelen for arbeidstakere i vurderingen av hvor lenge de skal stå i jobb. Intervjuer og tidligere forskning viser at opplevelse av mestring og å være ønsket settes høyere, selv om det også kan være sammenheng mellom lønnsnivå på den ene siden og trivsel og mestring på den andre. Disse observasjonene gir grunnlag for tre anbefalinger.
  - For det første må vi bremse utviklingen i retning av store lønnsforskjeller. Da vil også forskjellen på en eldre og en yngre arbeidstaker i større grad reflektere at de begge har utfyllende og viktige funksjoner på en arbeidsplass.
  - For det andre bør det være et mål for lønnsutviklingen at veksten er brattest tidlig i karrieren, når kostnadene er høyest, og deretter at veksten avtar. Det betyr ikke at lønn over tid reduseres, men at vekstraten bør avta. Slik prioritering av de yngste med lavest lønn praktiseres allerede av mange arbeidsgivere, og kan bidra både til å dempe lønnsforskjeller og til å utjevne «aldersgap» og dermed ulik attraktivitet mellom aldersgrupper.
  - For det tredje bør virksomheter tydeligere knytte lønnstillegg for lederansvar til lederstillinger slik at lønnen ikke forblir like høy når lederansvaret flyttes, og arbeidstakeren går over i en annen stilling internt uten lederansvar. Når lønn samsvarer med innhold i jobben og ansvar får virksomheten færre insentiver til å forsøke å si fra seg arbeidsgiveransvaret for senior arbeidstakere. Også i offentlig sektor trengs slike prinsipper.
- **Omsorgsdager med lønn for å kombinere fortsatt arbeid med omsorg for egne foreldre.** Med økende levealder er det sannsynlig at flere seniorer i arbeidslivet vil oppleve presset mellom jobb og omsorg for gamle foreldre. Denne omsorgsskvisen

kan sammenlignes med situasjonen til yngre arbeidstakere med ansvar for barn, som kombinerer forpliktelser på jobb med omsorgsoppgaver. Foreldre med barn under 12 år har i dag rett på 10 omsorgsdager per kalenderår når man har ett eller to barn under 12 år, og 15 omsorgsdager når man har mer enn to barn. Tiltakets mål er blant annet å gjøre det enklere for foreldre å kombinere jobb og omsorg for barn, og slik skape insentiver for å være i arbeid. Et tilsvarende tiltak kan vurderes for seniorer i arbeidslivet med omsorg for gamle foreldre.

- **Seniorgoder svekker ikke eldre arbeidstakers attraktivitet.** Intervjuer og tidligere analyser og forskning fra Norge viser at de fleste arbeidsgivere opplever ikke seniorgoder som et hinder for å rekruttere og beholde arbeidstakere over 60 år, selv om det er bransjevariasjoner. Samtidig viser tidligere studier at godene oppleves som viktige for mange arbeidstakere, og motiverer flere til å stå lenger i jobb. Det har derfor liten eller ingen hensikt å fjerne seniorgoder med den hensikt å gjøre arbeidstakere mer attraktive i arbeidsmarkedet.

## 4 Velferdssamfunnet – mer frivillighet blant friske eldre

---

*It is time for a new paradigm, one that views older people as active participants in an age-integrated society and as active contributors as well as beneficiaries of development (WHO, 2002)*

---

Vi har i rapportens første del sett at vi lever stadig lenger og blir stadig friskere. Det er et stort gode, ikke bare for den enkelte eldre, men for samfunnet som helhet. Den enkelte eldre får større mulighet til å leve et liv hvor helse ikke er en hindring for utfoldelse. Men også for samfunnet ligger et enormt potensial i flere friske eldre. I dette kapittelet skal vi se særlig på friske eldres deltakelse i frivilligheten.

Det er stor enighet om at frivillighet blant eldre er et gode. Grovt sett går det an å dele argumentene for dette i tre kategorier:

- Frivillighet er en ressurs for velferdsstaten
- Frivillighet er et gode for den enkelte
- Frivillighet er limet i samfunnets små fellesskap

I politiske dokumenter legges det ofte særlig vekt på det første punktet. Frivilligheten kan bidra til å løse omsorgsoppgaver og være et godt supplement til den offentlige eldreomsorgen. Dette ble for eksempel vektlagt i stortingsmeldingene *Morgendagens eldreomsorg* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2013) og *Leve hele livet* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2018). Eldre som er frivillige kan gi en betydelig merverdi innen omsorg, er et hovedpoeng i *Morgendagens eldreomsorg*, som videreføres i *Leve hele livet*.

En rapport Ny Analyse gjorde på oppdrag fra Statens seniorråd anslo at norske pensjonister i 2016 gjorde 13.800 timer frivillig arbeid innen den formelle frivilligheten (Strøm, Vinje, Sivam, & Bredesen, 2017). I tillegg til dette kommer all hjelp til andre som eldre yter utenfor organisasjonslivet. For den formelle frivilligheten alene vet vi av SSBs satellittregnskap for ideelle og frivillige organisasjoner (Statistisk sentralbyrå, 2018) at rundt 10.000 årsverk totalt går til å bidra i omsorgssektoren.

Frivillighet er også et klart gode for den enkelte eldre. Flere studier finner at frivillighet reduserer stress og depressive symptomer – og at denne effekten er særlig stor blant eldre (Rietschlin, 1998; Musick & Wilson, 2003). Noen, som forskerne Musick, Herzog og House (1999) går så langt som å hevde at frivillighet blant eldre er livsforlengende. Frivillighet gir muligheter for å sosial kontakt og fysisk aktivitet, og kan også bidra til å gi eldre bedre følelse av mestring og selvtillit gjennom at de er nyttige for andre (Wilhelmson, Andersson, Waern, & Allebeck, 2005; Komp, van Tilburg, & van Groenou, 2012; McDonald, Chown, Tabb, Schaeffer, & Howard, 2013). Spør man eldre frivillige selv, oppgis det at de opplever bedre livskvalitet og følelse av mening enn andre, ikke-frivillige eldre.



Mange eldre er aktive i organisasjoner og i nabolag – politikken kan bidra til at det blir mer av i framtiden

I denne rapporten er det imidlertid ikke frivillighet som ressurs for velferdsstaten eller som et individuelt gode som står i første rekke, når det argumenteres for at politikken må legge til rette for mer frivillighet blant eldre. Viktigst er at frivilligheten er limet i samfunnets små fellesskap. Dette er noe vi trenger mer av i framtida, og her kan eldre være en uvurderlig ressurs.

Tanken om at frivillig arbeid har en særlig rolle for å styrke tilliten mellom folk – den sosiale kapitalen – har røtter helt tilbake som 1800-tallsfilosofen Alexis de Tocqueville og John Stuart Mill. I moderne tid er særlig den amerikanske statsviteren Robert Putnam kjent for

sitt arbeid på dette, formulert som et begrep om sosial kapital. I boken *Bowling Alone* (2000) argumenterer han for hvordan det amerikanske samfunnet har blitt forandret nærmest til det ugjenkjennelige siden andre verdenskrig, gjennom at tilliten og nettverkene mellom folk har smuldret opp. Nedgang i frivillighet spiller en sentral rolle i bokens fortelling om dette. For Putnam forstås sosial kapital som et fellesgode: de felles verdiene og den mellommenneskelige tilliten som er tilgjengelig for alle medlemmer av en gruppe mennesker.

Går vi til den britiske sosiologen Anthony Giddens, omtales sosial kapital som «trust networks that individuals can draw on for social support» (Giddens, 2000, s. 78). Sosial kapital er det som gir grunnlag for støtte og hjelp mellom mennesker. Hvis samfunnets aldring gjør at det blir flere eldre som har god helse lenger, betyr det at det i lokalmiljøene finnes flere personer som kan bidra inn i disse «trust networks» som Giddens omtaler. Politikken oppgave blir å legge til rette for å styrke disse «tillitsnettverkene».

Tilliten i samfunnet er et vesentlig gode i seg selv. Men klarer man å ivareta tilliten har det også håndfaste bieffekter. *The Oxford Handbook of Social and Political Trust* (Uslaner, 2018) går gjennom tillitsforskningen, og trekker fram at graden av sosial tillit har betydning for

- *Velferdsstaten*. Mens det lenge har vært kjent at velferdsstaten bidrar til økt sosial tillit i et samfunn, viser nyere studier at det også fungerer motsatt vei. Historiske nivåer av sosial tillit kan forklare framveksten av velferdsstater, og høye tillitsnivåer gir sterkere støtte til velferdsstaten (Kumlin, Stadelmann-Steffen, & Haugsgjerd, 2018)
- *Trivsel*. Høyere sosial tillit henger tydelig sammen med opplevd trivsel i et samfunn. Dessuten blir effektene av både diskriminering, dårlig helse og arbeidsledighet mindre alvorlige i et samfunn med høy grad av tillit (Helliwell, Huang, & Wang, 2018)
- *Helse*. Både fysisk og psykisk helse blir bedre i et samfunn med høy grad av tillit (Kawachi, 2018)
- *Korrupsjon*. Det er en svært sterk sammenheng mellom økonomisk ulikhet, lav tillit og korrupsjon, hvor de tre fenomenene forsterker hverandre (You, 2018)
- *Økonomisk vekst*. Forskningslitteraturen er klar på at høyere sosial tillit fører til sterkere økonomisk vekst (Paxton & Ressler, 2018)

Norge er blant landene i verden med størst grad av tillit mellom folk (Delhey & Newton, 2005). Norge er ikke som det USA Putnam beskriver. Det må politikken bidra til å bevare. Gjennom at antallet friske eldre øker, har vi en uvurderlig ressurs som kan bidra til å hegne om tilliten mellom folk i norske lokalsamfunn.

Pilene for frivilligheten i Norge virker å peke oppover. Mellomalternativet i framskrivingene til Ny Analyse tilsier at frivilligheten vil øke til om lag 19.000 årsverk innen den formelle frivilligheten i 2030, mot ca. 14.000 i dag. Pilene for eldres frivillige arbeid peker dessuten allerede oppover. Ser vi på SSBs tidsbruksundersøkelse (Statistisk sentralbyrå, 2012b) ser vi at eldre (67-79) i 2010 brukte seks ganger så mye tid på organisasjonsarbeid og frivillighet som i 1980<sup>11</sup>. Dette er en betydelig økning, særlig tatt i betraktning at de yngre aldersgruppene i samme undersøkelse har en nedadgående trend.

Frivilligheten kan ikke bare forstås som formelle organisasjoner. Også den uformelle frivilligheten er viktig. Dette skillet finner vi igjen hos Den internasjonale arbeidsorganisasjonen (ILO). Fra ILOs (2018) side defineres *direct volunteering*, motsatsen til *organization-based volunteering*, slik: «volunteer work performed directly for other households, excluding the household of the volunteer or of family members living in other households». Ikke bare har hjelpen vi gir hverandre i et lokalmiljø stor betydning for den enkelte, men kontakten mellom folk er i seg selv avgjørende for samfunnets sosiale kapital. I *Bowling Alone* skriver Robert Putnam (2000, s. 93):

Far more frequent, however, are the informal connections that we strike up – getting together for drinks after work, having coffee with the regulars at the diner, playing poker every Tuesday night, gossiping with the next-door neighbor, having friends over to watch TV, sharing a barbeque picnic on a hot summer evening, gathering in a reading group at the bookstore, even simply nodding to another regular jogger on the same daily route. Like pennies dropped in a cookie jar, each of these encounters is a tiny investment in social capital.

Det fremstår åpenbart at også denne formen for mer uformell kontakt, mini-investeringer i sosial kapital, er noe å etterstrebe. Et interessant poeng om sosial kapital blant eldre spesifikt, er at uformell sosial kontakt er viktig for hvilken praktisk hjelp man får/gir – skal vi tro en studie fra Storbritannia, basert på paneldata (Gray, 2009). Studien viser at mer kontakt med naboer og å bo i et nabolag man opplever som et positivt sosialt miljø, fører til at man får mer praktisk hjelp av andre. Det er særlig i arbeiderklassemiljøer og blant kvinner at uformell sosial kontakt i nabolag er viktig for sosial og emosjonell støtte.

## 4.1 Hvem er de eldre frivillige?

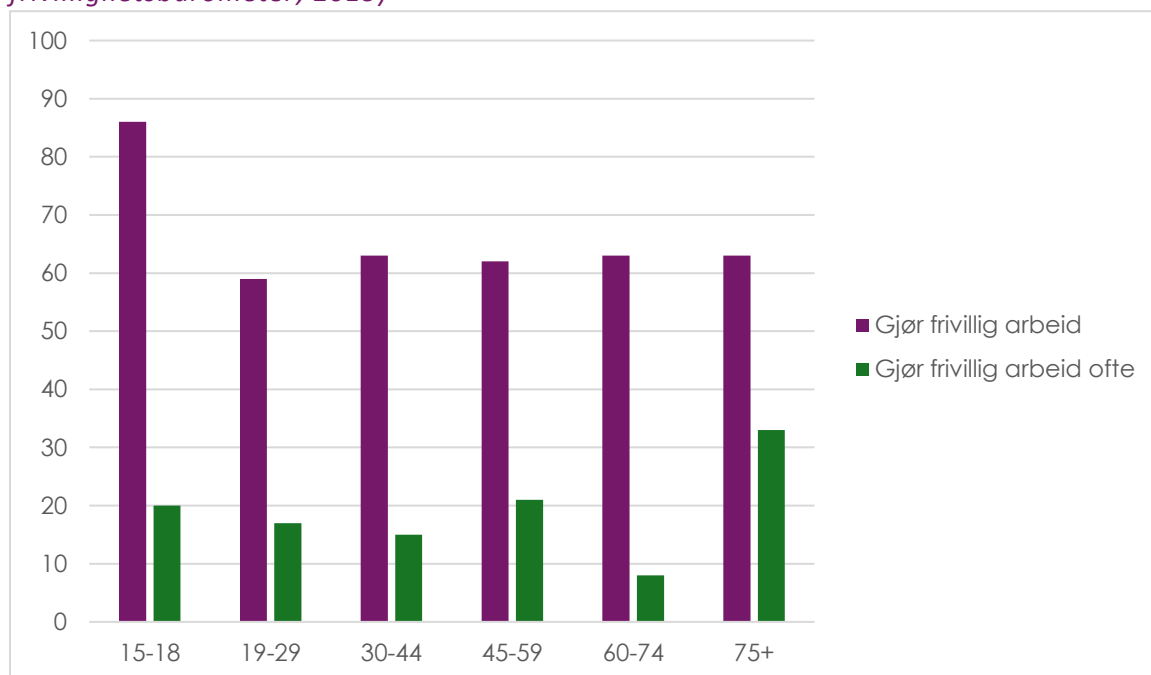
En god politikk for eldre frivillige behøver en oversikt over hvilke faktorer som er avgjørende for graden av frivillighet blant eldre. Videre følger en gjennomgang av faktorer som er viktige for å forstå frivilligheten blant eldre. Det er en systematikk i hvem som bruker tiden sin på frivillighet. I det følgende gjøres det rede for ikke bare hvor mange eldre som er frivillige, men også om frivillighet blant eldre henger sammen med alder, tid og ressurser.

### 4.1.1 Hvor mange eldre er frivillige og hva gjør de?

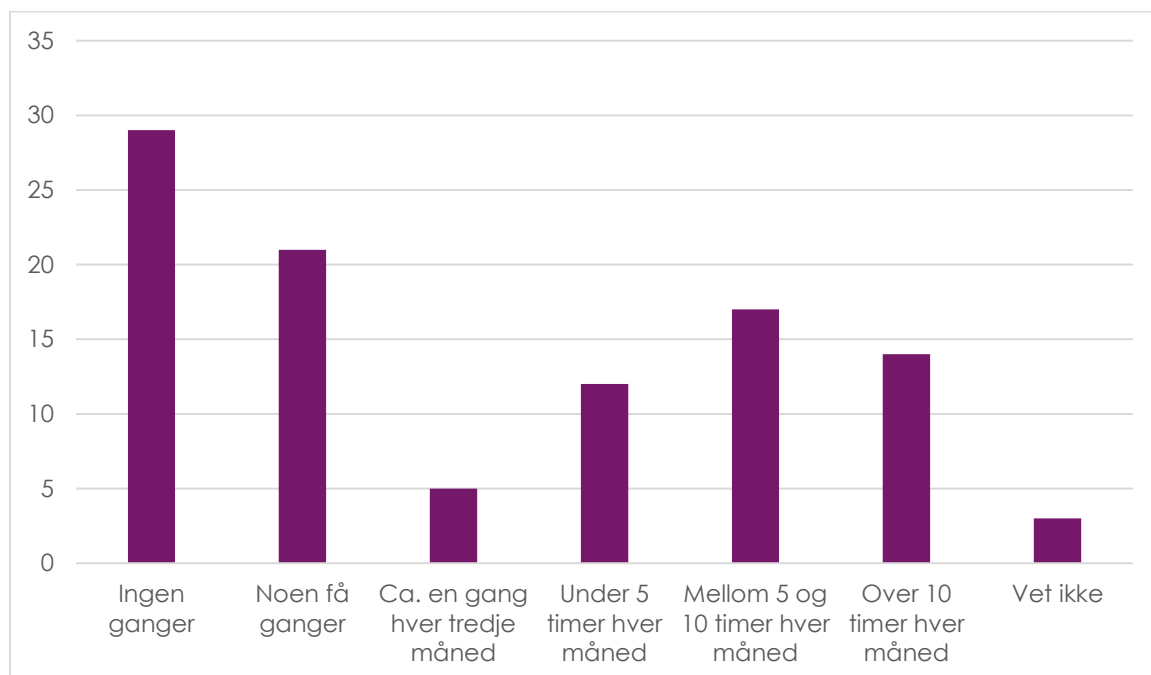
Frivillighet Norges frivillighetsbarometer (Frivillighet Norge, 2015; 2016) er en sentral kilde for oversikt over norsk frivillighet. Her finnes også data på frivillighet blant norske eldre. Dette er gjengitt i Figur 8,9 og 10. Fra 2016-barometeret ser vi at eldre er frivillige mer eller mindre i samme grad som andre voksne, mens det kan se ut til at blant de som er frivillige, øker andelen som er frivillig ofte noe med alderen. I 2015-barometeret kan frivillig arbeid blant de over 60 år brytes ned på hvor ofte man er frivillig. Her ser vi at de mest typiske svarene blant de som er frivillige er «Noen få ganger» eller «Mellom 5 og 10 timer hver måned». Ser vi på hva disse eldre bruker tiden sin på, ser vi at det er særlig vanlig å bruke tiden i organisasjoner knyttet til lokalmiljø og bosted, og i kulturorganisasjoner. Tall fra NorLAG viser at frivillighet innen helse og omsorg har hatt en økning fra 9,2 % i 1997 til 13,5 % i 2009. Når vi også vet at yngre frivillige har hatt motsatt trend er det interessant å merke seg betydningen av eldres frivillighet for velferdsstaten.



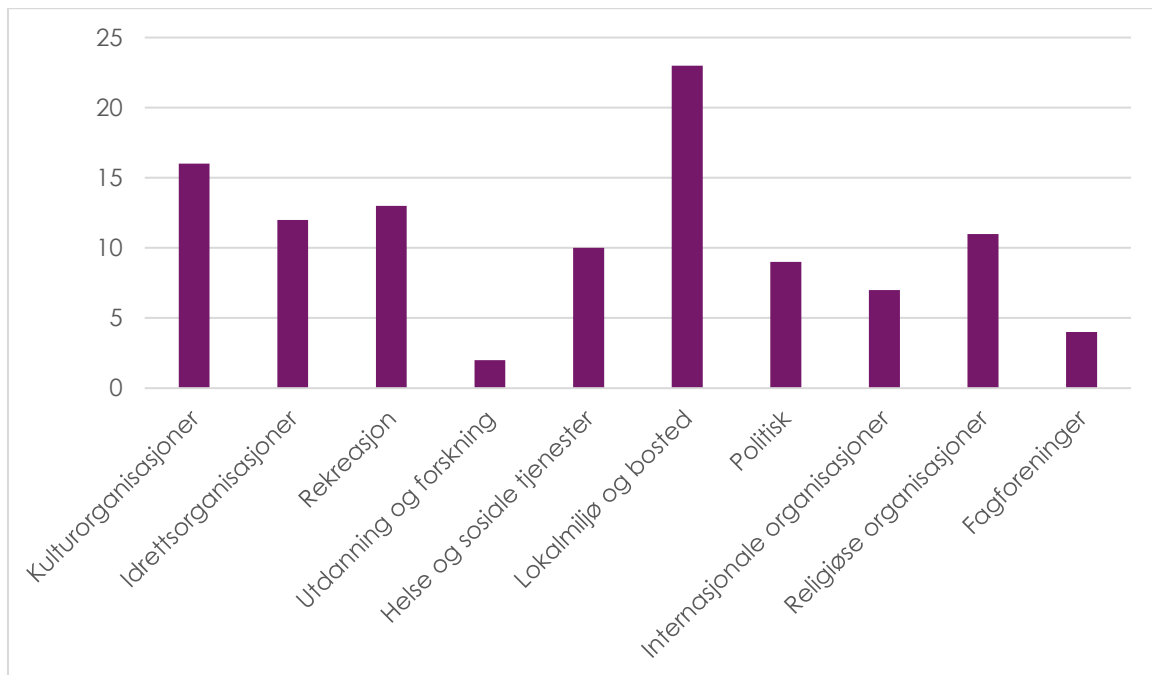
Figur 8: Frivillig arbeid, prosentvis og fordelt på alder (Frivillighet Norges frivillighetsbarometer, 2015)



Figur 9: Frivillig arbeid blant personer over 60 år, prosentvis (Frivillighet Norges frivillighetsbarometer, 2015)



Figur 10: Type frivillig aktivitet blant personer over 60 år, prosentvis (Frivillighet Norges frivillighetsbarometer, 2015)

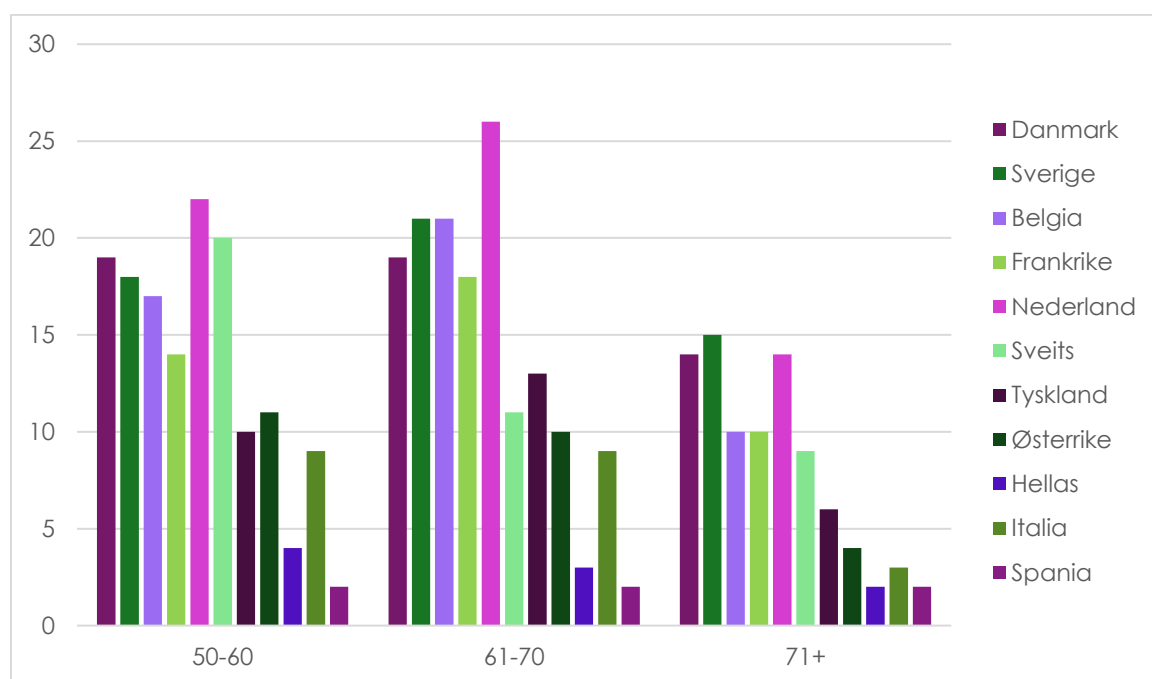


#### 4.1.2 Frivillighet og alder

Ser vi på alder som faktor, finner en studie på tvers av vesteuropeiske land (Haski-Leventhal, 2009) et ganske tydelig mønster: Det er færre frivillige når man blir eldre (

Figur 11). I mange studier av eldre frivillige er sammenhengen mellom alder og frivillighet ansett som så selvsagt at den ikke en gang krever videre forklaring. Alder er imidlertid ikke en spesielt nyttig forklaring *i seg selv*. Nesten hele effekten av alder på grad av frivillighet kan forklares av at helsen blir dårligere med høyere alder (Komp, van Tilburg, & van Groenou, 2012). Dette er særlig interessant i vår kontekst, fordi vi i denne rapporten viser at helsen til de eldre blir stadig bedre. Det skulle tilsi at nedgangen i frivillig deltakelse i framtiden ikke vil inntreffe før ved en høyere alder enn den i dag gjør.

Figur 11: Frivillig arbeid siste måned (2009)



#### 4.1.3 Frivillighet og tid

Det virker rimelig at deltakelse i frivilligheten henger sammen med hvor mye tid man har til å bruke på frivillig arbeid. Det å da gå fra arbeid til pensjonisttilværelse bør være en overgang som i særdeleshet gir mer tid til frivillighet. Men stemmer det? Tall fra NorLAG viser at yrkesaktivitet ikke ser ut til å ha utslag hverken på hvor mye man arbeider frivillig, eller i hvilken grad man hjelper andre (Solem, Hansen, & Halse, 2005). Dette er et forhold som gjenspeiler seg i flere internasjonale studier av det samme (Komp, van Tilburg, & van Groenou, 2012; Choi, 2003). Årsaken til dette kan være at flere kryssende faktorer som påvirker frivillighet har sammenheng med det å være i arbeid. For mens det å gå av med pensjon gir mer tid, mister man også den sosiale konteksten yrket var, som ofte vil gi tilbud om og muligheter til å drive med frivillighet. I Frivillighetsbarometeret (Frivillighet Norge, 2017) er «ble spurt av bekjente» en betydelig årsak til hvorfor de spurte begynte med frivillighet. Betydningen av rekruttering gjennom relasjoner kan også bidra til å forklare

hvorfor heller ikke uformelt omsorgsarbeid for en i nærmeste familie ikke står i veien for formell frivillighet (Musick & Wilson, 2008). De som bruker mer tid på omsorgsarbeid i hjemmet blir oftere spurt om å drive med frivillighet enn andre (Burr, Choi, Mutchler, & Caro, 2005) – for eksempel i pasientorganisasjoner og pårørendeorganisasjoner (Jegermalm, Malmberg, & Sundström, 2014).

Oppsummert er det ikke grunn til å tro at det å bruke tid på andre ting enn frivillighet egentlig står i veien for frivillighet. Tvert imot er det rimelig å si at både arbeid og omsorg for familiemedlemmer kan avle *mer* frivillighet.



Det er sosiale ulikhet blant eldre, som blant annet kommer til uttrykk i ulikhet i helse

#### 4.1.4 Frivillighet og ressurser

Som med så mye annet i samfunnet, virker det som om ulikhet i hvilke ressurser man har tilgang på former hvem som blir frivillige. Dette er en antakelse som har god støtte i litteraturen. «Different socio-economic attributes are the main determinants of volunteering in retirement and later life», skriver forskerne Lengfeld og Ordemann (2016). Frivillighet blant eldre henger både sammen med både utdanningsnivå og inntektsnivå i yrkeslivet (Choi, 2003; Tang, 2006; Erlinghagen, 2010). En mulig forklaring på dette kan ganske enkelt være at mer ressurser langs ulike akser gir større rom for å drive med frivillighet senere (Martinson & Minkler, 2006). For eksempel kan høyere inntekt i yrkeslivet gi større økonomisk handlefrihet, og dermed gi større rom til å drive med frivillighet som pensjonist (Choi, 2003). En annen forklaring på dette forholdet kan være at et yrkesliv med høy status gir et sterkere insentiv til å fylle tiden med nye aktiviteter som bidrar til selvverd og mestring i pensjonisttilværelsen (Lengfeld & Ordemann, 2016). Statustapet med å gå fra yrkesaktiv til pensjonist er større jo høyere status man hadde i arbeidslivet.

Forskningen på sammenhengen mellom sosial bakgrunn og frivillighet har i stor grad fokusert på den formelle frivilligheten. Det er imidlertid mulig at den uformelle frivilligheten har en annen sosial profil. For eksempel finner Solem, Hansen og Hasle (2005) at selv om deltakelse i den formelle frivilligheten er vanligere blant de med høyere utdanning, er det å «hjelp andre utenom nær familie» like vanlig uansett utdanning.

Det er neppe feil å si at den norske dugnadsånden vokste fram, og var sterkest, i miljøer hvor det å hjelpe hverandre var en nødvendighet for å få lokalsamfunn til å gå rundt. I sin bok *Den norske dugnaden* (Lorentzen & Dugstad, 2011), skriver Håkon Lorentzen og Line Dugstad om hvordan dugnaden i bondesamfunnet var en kollektiv løsning på problemer: nabohjelp til innhøsting og å sette opp bygninger på gården. I industrisamfunnet kom dugnaden til uttrykk som en viktig del av den sosialdemokratiske selvbyggertanken, hvor de med lite kapital kunne sette opp sitt eget bosted med betydelig egeninnsats. Det er rimelig at uformell frivillighet også i dag i noen grad finner sted som et uttrykk for *nødvendighet*, som kanskje kaster om på de mønstrene forskningen finner for sosial bakgrunn og den formelle frivilligheten.

## 4.2 Hva kan gjøres?

Variasjonene i deltakelse i frivillighet blant eldre, basert på særlig ressurser og helse, bør understreke viktigheten av at den formelle frivilligheten rekrutterer bredt. Godene ved å være frivillig er jo også individuelle (helse, selvfølelse, osv). Men i tillegg bør det være en påminning om å i tillegg tenke nytt.

### 4.2.1 Frivillige organisasjoner

Det er ikke sikkert en politikk for styrking av frivilligheten blant eldre skiller seg fra en satsning på frivillighet generelt. Uansett vil en generell satsning på frivilligheten også løfte

frivilligheten blant eldre. Selv om frivilligheten blant eldre, som vi har sett, skiller seg i noen grad fra annen frivillighet, er frivillighet og frivillighet i all hovedsak to sider av samme sak. Mer frivillighet for eldre må i betydelig grad utløses gjennom å bevare og bidra til å styrke alle de frivillige organisasjonene som er ryggraden i den norske frivilligheten.

Frivilligheten selv peker på en rekke tiltak<sup>12</sup> for å gjøre det enklere for frivilligheten å styrke sitt arbeid. Mye handler om økonomi:

- Forutsigbare og økte driftstilskudd til organisasjonene
- Mer økonomisk støtte som frie midler
- Full og rettighetsfestet momskompensasjon for frivillige organisasjoner
- Støtteordning for innovative frivillighetsprosjekter

Det er også andre rammevilkår som kan tas tak i, som ikke handler eksplisitt om økonomi. For eksempel gjelder dette:

- Støtte til digitalisering
- Forenkling av regelverk og rapporteringsordninger
- At det offentlige i større grad åpner sine egne lokaler for frivilligheten

Hvis eldre i frivilligheten også skal bidra direkte inn som et supplement og støtte for offentlig velferd, må kommuner og frivilligheten samarbeide bedre. Slik det norske velferdssystemet er bygd opp, er kommunene helt sentrale velferdstilbydere. Et poeng som går igjen i innspill til den nye frivillighetsmeldingen fra flere aktører, er at mange kommuner ikke jobber systematisk med sitt samarbeid med frivilligheten. En kartlegging gjort av Frivillighet Norge viser at 13 % av kommunene har en egen frivillighetspolitikk.

Hvis flere frivillige eldre skal inngå i samme «økosystem» som offentlig velferd behøves det et systematisk samarbeid mellom kommunene og frivilligheten. Som Norsk folkehjelp skriver i sitt innspill til den nye frivillighetsmeldingen<sup>13</sup>:

Fordi frivillig arbeid løser mange viktige samfunnsoppgaver kan grensene til tider viskes ut, og kommunene ber frivillige organisasjoner løse oppgaver som egentlig hører hjemme under det offentliges ansvar.

Det behøves også tydelige avklaringer på juridiske spørsmål knyttet til gråsoner mellom offentlig velferd og frivillighet. Dessuten er det spørsmål knyttet til skjæringspunktet mellom kommersiell og ideell virksomhet. Hvordan kan frivillige bidra inn i eldreomsorgen uten at det kommer i konflikt med lønns- og arbeidsvilkår for ansatte? Kan frivillige hjelpe til med kjøring uten at det bryter med anbuds- og konkurranseregler for drosjenæringen? Slike spørsmål bidrar til å gjøre terskelen høyere for kommuner og frivillige i å dra gjensidig nytte av hverandre.

#### **4.2.2 Tidsbanker**

Vi vet at folk har ulike motiver for å hjelpe andre, og at for mange er motivasjonen ikke bare altruistisk – men er også knyttet til verdier for en selv, enten det gjelder følelse av mestring, sosialt fellesskap eller annet. Uansett hva motivasjonen er, har frivillig innsats store positive

effekter både for individet og fellesskapet. Politikken bør også tenke «utenfor boksen» for å stimulere til nye typer frivillighet, for eldre med ulike former for motivasjon.

Én innfallsvinkel i denne sammenhengen er å bidra til opprettelsen av tidsbanker. En tidsbank er et system hvor frivillig innsats blir belønnet med et «bevis», som kan byttes inn. I sin enkleste form har en time samme verdi uansett hvordan den er brukt, og man kan for eksempel passe barn i en time, i bytte mot å få en time hjelp med å male huset.

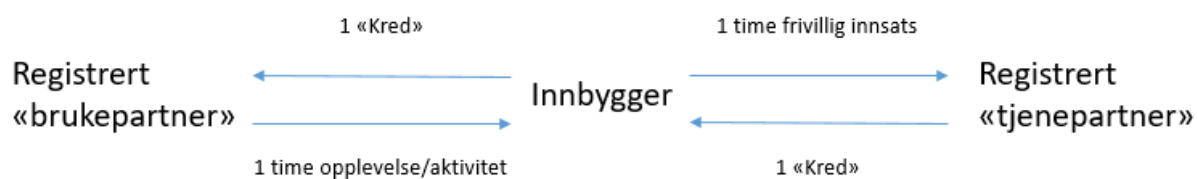
Det finnes tidsbanksystemer i 26 land. Bare i England finnes det 250 virksomheter som drifter tidsbanker, under paraplyorganisasjonen Timebanking UK (Lashko, 2012). Tidsbanker er som regel ikke spesielt rettet mot eldre, men pensjonister har av flere blitt omtalt som ideelle deltakere i tidsbanksystemer (Boyle, 1999; Cahn, 2004). Både har de tid å gi og mye å tjene på sosial kontakt – ikke minst på tvers av generasjoner. En studie av britiske tidsbanker fant at hele 42 % av deltakerne var pensjonister (Seyfang & Smith, 2002). En casestudie av en tidsbank i Pennsylvania finner at 34 % av deltakerne var eldre enn 65 år (Lasker, et al., 2006). En britisk casestudie konkluderer med at deltakelse i en tidsbank «appears to be a very positive experience for the elderly. By interacting outside of their age cohort, the elderly become better integrated into society as a whole» (Collom, 2008).

Bydelene Gamle Oslo, Frogner og Nordstrand i Oslo samarbeider om et av få nordiske eksempler på en tidsbank. Prosjektet ble startet som en del av Tøyenløftet, hvor en viktig hensikt var å øke tilliten i området. Nå er prosjektet lagt under Oslo kommunes program for Boligsosial utvikling og innovasjon, og altså utvidet til å inkludere flere bydeler.

Tidsbank-prosjektet i Oslo har lagt om modellen siden oppstarten. Opprinnelig var opplegget et enkelt tjeneste-for-tjeneste-system, hvor man, nettopp som beskrevet, kunne hjelpe andre i en time, og få en time tilbake. Systemet var lagt opp etter *Time Republik*-modellen, som brukes i mange land. Imidlertid erfarte man at det var mye mer populært å gi tid, enn å bruke den tiden man hadde tjent opp. Med andre ord: Systemet gikk ikke rundt som det skulle.

Modellen man gikk over til var hentet fra systemet *Tempo* (tidl. *Spice*) i Storbritannia<sup>14</sup>. Tempo-systemet er tatt i bruk i seks regioner i Storbritannia, og mer enn 50.000 mennesker har vært frivillig gjennom Tempo siden oppstarten i 2008, hvor deltakere oppgir både økt selvtillit, mindre ensomhet og økt livskvalitet når de på undersøkelser blir spurt om opplevde effekter av å være frivillig gjennom Tempo.

Figur 12: Eksempel på tidsbanksystem fra Oslo



Tidsbank-konseptet som nå har blitt igangsatt i Oslo-bydelene, under navnet TimeKred, fungerer på følgende vis: Ved å være frivillig i en time, får man en *Kred*, som er beviset på at man har vært frivillig en time. Dette beviset kan man bare få hos registrerte tidsbank-partnere. Det kan for eksempel dreie seg om idrettslag, organisasjoner av ulike slag, skoler, aldershjem. Et kriterium for at aktiviteten, tiltaket eller prosjektet skal være med i tidsbank-nettverket, er at det skal ha en positiv sosial effekt for nærmiljøet og de involverte, og at ønsket innsats ikke skjer uten den type stimulans som Kred vil gi.

Også når man skal bytte inn opptjent Kred, må det gjøres hos en registrert partner, som tilbyr opplevelser og aktiviteter av ulike slag. For en time frivillig arbeid får man en time med opplevelse eller aktivitet. Registrerte partnere som man sommeren 2018 kunne bruke Kred hos var for eksempel Munch-museet, Øya-festivalen, Nobels fredssenter og Vålerengas fotballkamper. I Storbritannia, hvor det tilsvarende systemet har flere år på baken, er den vanligste bruken av opptjente timer slik: 68 % har vært på teater eller kino, 56 % har besøkt historiske severdigheter, 47 % har vært på trening.



## 5 Bedre liv for alle i gode nabolag

---

Lite skrives så mye om i avisene som utviklingen i boligmarkedet. Dette på tross av at Willoch-regjeringens boligreform på 80-tallet gjorde at boligpolitikken i praksis ble helt overlatt til markedet. I praksis brukes få svært politiske virkemidler i den norske boligpolitikken, sammenlignet med andre land. Det gjør at det blir vanskeligere å oppnå felles mål i boligpolitikken, utover de rent markedsdefinerte.

I møte med et samfunn med flere eldre er mangel på en aktiv boligpolitikk en stor ulempe. Flere eldre betyr at flere vil ønske å flytte i en bolig tilpasset alderdommen. Selv om flere eldre vil være friske i framtiden, har flere forskere pekt på at eldre ikke bare tilpasser bolig til nåtidsbehov – de planlegger også for behov de ser for seg å få i framtiden (Barlindhaug, 2009; Brevik & Schmidt, 2005). Typiske ønsker eldre har for boligen sin, er at den skal være over ett plan, og at det skal være plass til å ta imot familie og barnebarn (Ytrehus & Fyhn, 2006).

Mange steder i landet har flytting blant eldre blitt møtt med bekymring. Selv om en ikke uvesentlig andel av de eldre har dårlig råd, har eldre i snitt en bolig av større verdi enn hva yngre voksne har. Det gir større armslag til å kjøpe leiligheter i sentrale nybygg ved kollektivknutepunkt. Begreper som «eldre-ghetto» og «åreknutepunkt» har i offentligheten for eksempel blitt brukt om områder i Voss<sup>15</sup>, Kolbotn<sup>16</sup>, Lørenskog<sup>17</sup> og Drøbak<sup>18</sup>.

Det er grunn til å forsøke å motvirke at flytting blant eldre fører til konsentrasjon av eldre og gamle i enkeltområder og enkeltprosjekter. Det har vært en normativ grunnmur for byplanlegging både i Norge og resten av Vesten, at blandede nabolag er et gode, og at grupper bor atskilt fra hverandre er et onde (Galster, 2013). At naboer er en støtte for hverandre i hverdagen på tvers av sosial bakgrunn og alder har betydning for tilliten i samfunnet. I lys av forrige kapittel om frivillighet ser vi også at flere friske eldre er en større ressurs for samfunnet i nabolag med flere forskjellige slags folk.

Det er tenkt å bidra til tilliten i samfunnet, og i lys av forrige kapittel om frivillighet, at naboer er en støtte for hverandre i hverdagen på tvers av sosial bakgrunn, alder etc. Flere friske eldre er en større ressurs for samfunnet i nabolag med forskjellige slags folk.

Også for de eldre selv er nabolaget viktig. Å oppleve at man stoler på naboene henger sammen hvordan eldre opplever egen helse (Bowling, Barber, Morris, & Ebrahim, 2006). Problemer i nabolaget predikerer dårligere selvrapportert helse blant eldre. Selv om tall fra NorLAG – Den norske studien av livsløp, aldring og generasjon – viser at naboer slett ikke er den viktigste kilden til jevnlig hjelp for norske eldre, kan man tenke seg at naboer gir en trygghet som hjelp «i bakhånd». Et klart flertall oppgir for eksempel å kunne be en nabo om hjelp med å handle om en selv er syk. Som Helsedirektoratet skriver i sin rapport *Alder, mestringsbetingelser og livskvalitet* (Helsedirektoratet, 2016):

Betydningen av naboer kan bli særlig viktig i eldre år, for de er i bokstavelig forstand også de geografisk nærmeste, mens de sosialt nærmeste – så som barna – ofte bor lenger borte. [...] Det er både hjelp og selskap i nærboende andre, som gjør at man ikke føler seg aleine, men er i samme båt, og kan utveksle store og små tegn på tillit og tilhørighet.

## 5.1 Politikk for gode nabolag og uformell frivillighet

Overordnet kan man si at nabolag hvor folk føler tilhørighet, er de nabolagene hvor det er mange som har bodd over tid (Rasch & Sørensen, 1984). Sosiale nettverk bygges når man blir kjent med hverandre over tid. At det er mer «gjennomtrekk» i nabolag i byene, trekkes fram som en viktig årsak til at samhørigheten er større i nabolag på bygda (Lima & Slagsvold, 2009).

Men hva vet vi om flyttemønstrene blant eldre? Det er ikke klare indikasjoner på at eldre flytter mer nå enn før (Sandlie & Gulbrandsen, 2016) og det er dessuten langt mindre flytting blant eldre, enn blant voksne i alderen 30-49 (Sæther, 2011). Dette kan forklares med at unge flytter når de studerer, får jobb og får familie. Dessuten vil man i yngre år er nødt til å flytte mer for å få en bolig man kan være fornøyd med, enn det man lander på etter hvert. Men selv om det overordnede bildet er at flytteaktiviteten blant eldre ikke er høy, er den heller ikke ubetydelig. I en undersøkelse oppgir for eksempel hver femte husholdning med beboere i alderen 50-71 år å ha flyttet i løpet av de siste fem årene (Sandlie & Gulbrandsen, 2016).

Det tradisjonelle og etablerte perspektivet på hva som utløser flytting (Rossi, 1955), er så enkelt som at man flytter når det oppstår en ubalanse mellom det stedet man bor og de ønskene man har til hvordan boligen skal være. Samtidig må fordelene med å flytte overstige de ulempene selve flyttingen har (Sandlie & Gulbrandsen, 2016). Flytting i den tidlige eldrefasen bør dessuten forstås som et uttrykk for at man har ønsker og behov for boligen *i fremtiden* (Barlindhaug, 2009; Brevik & Schmidt, 2005) – for eksempel å tilrettelegge for helseplager i fremtiden gjennom å ha en bolig på ett plan, eller framtidige barnebarn, gjennom å ha et ekstra soverom. Selv om man ikke har helseplager i dag, eller har barnebarn i dag, er også antakelser om framtidige boligbehov en viktig flytteårsak (Fokkema & van Wissen, 1997).

Det er uvisst om andelen eldre som *faktisk flytter* vil øke i fremtiden, men vi vet at andelen som mener de bor i en bolig som er uegnet er høy. Tall fra LOGG-undersøkelsen viser at mer enn halvparten av de over 50 år vurderer boligen som ikke egnet for eldre år (Sæther, 2011). Særlig legger eldre vekt på at boligen må være på ett plan, at en kan leve mest mulig uten andres hjelp og at en har plass til å ta imot familie (Ytrehus & Fyhn, 2006). Det er indikasjoner på (Sandlie & Gulbrandsen, 2016) at det er en atferdsendring på gang: Stadig flere av de eldre som flytter, flytter til mindre boliger tilpasset nedsatt bevegelse. Det er over tid en økning i andelen eldre som har flytteplaner, men lite endring i antallet som faktisk flytting (Barlindhaug, 2009).

Det er et stort gode for den enkelte å flytte til en bolig som er tilpasset de behov man har eller man ser for seg i fremtiden. Men skal flere friske eldre bety mer uformell frivillighet, er flytting blant eldre et problem. I nye nabolag har ikke eldre med kort botid på samme vis tilhørighet og nettverk hvor man kan være en støtte for andre. «Eldre-ghettoer» har blitt brukt nedsettende om områder med høy konsentrasjon av eldre i nye leiligheter. Eldre som er kommet langt i boligkarrieren og har mer boligkapital enn yngre, er attraktive kjøpere for utbygges prosjekter. Men om disse områdene med mange eldre befinner seg langt unna de nabolagene de eldre kom fra, forsvinner den samhørigheten til et nabolag som lang botid

gir. Siden mange eldre flytter fra store eneboliger, som for eksempel er godt egnet for barnefamilier, er det heller ikke en optimal løsning å legge opp til at *alle* de som har et misforhold mellom boligønsker og boligsituasjon, heller skal tilpasse den eneboligen de allerede har.

Politikken bør legge til rette for at flere flytter smartere. Da er det nødvendig å bruke boligpolitiske virkemidler mer aktivt over tid. Ved at utbyggingsprosjekter styres til å ha forskjellige slags boliger, og å være i geografisk tilknytning til nabolag med forskjellige slags boliger, kan man ivareta en tilknytning til nabolaget i den siste delen av boligkarrieren – og samtidig ha en bolig som er tilpasset de ønsker og behov eldre har.

En analyse (Martens, 2015) av 89 kommuners planer, finner at kommunene i liten grad ser den ordinære boligpolitikken og eldrepolitikken i sammenheng, slik også tidligere forskning (Sørvoll, Martens, & Daatland, 2014) finner. Konsekvensen av dette kan være at eldrepolitikken blir ensidig orientert mot omsorgsboliger, heller enn å se på den generelle boligforsyningspolitikken (Sørvoll, 2016), slik vi her har pekt på at er nødvendig for å ivareta tilknytning til nabolag, og dermed fremme den uformelle frivilligheten.

Det er gjennomført et større forskningsprosjekt om den norske plan- og bygningsloven, som oppsummeres i bøkene *Plan- og bygningsloven 2008 – fungerer loven etter intensjonene?* (Hanssen & Aarsæther, 2018a) og *Plan- og bygningsloven 2008 – en lov for vår tid?* (Hanssen & Aarsæther, 2018b). Her vises det til kommunene i Norge har færre virkemidler for å realisere blandede nabolag, enn hva kommunene i våre nabolag har. Både i Danmark, Tyskland og Storbritannia kan kommunene for eksempel stille krav til at inntil 20-30 % av boligene i nye prosjekter skal selges under markedspris. Endringer i plan- og bygningsloven vil kunne gi kommunene større muligheter til å realisere mangfoldige nabolag, men i det videre skal vi gjøre rede for hvilke grep kommunene bør gjøre *innenfor* rammene av dagens lovverk.

### **5.1.1 Areal- og reguleringsplaner**

Kommuner har mulighet til å regulere utbyggingsprosjekter gjennom areal- og reguleringsplan. Sørvoll (2016) trekker fram dette virkemidlet som det mest brukte i kommunenes boligforsyningspolitikk. Asker og Tromsø trekkes fram som eksempler av Sørvoll (2016) på kommuner som ser areal- og reguleringsplan i sammenheng med eldrepolitikken. I Tromsø er det et overordnet mål med en variert boligmasse i alle bydeler, slik at det er mulig å tilpasse boligsituasjon etter behov uten å måtte flytte langt. Særlig er leilighetsbebyggelse prioritert, slik at eldre kan frigjøre eneboliger til barnefamilier (Tromsø kommune, 2015). Imidlertid er areal- og reguleringsplaner ikke spesielt kraftfulle virkemidler alene, tatt i betraktning at kommunene er avhengig av private utbyggere for at de boligpolitiske målene skal realiseres.

### **5.1.2 Kjøp og salg av tomter**

Det mest kraftfulle virkemiddelet i boligforsyningspolitikken er kjøp og salg av tomter (Sørvoll, 2016). Gjennom å knytte vilkår til tomtsalg, kan kommunene stille krav til

utbyggere. For eksempel på en slik måte at man kan realisere blandede nabolag på tomtene kommunen selger. Kommuner kan stille krav til hvorvidt det skal bygges eie-, leie- eller borettslagsboliger på tomta, eller at det skal være en andel boliger reservert visse grupper.

Sørvoll (2016) peker på Tromsø og Bodø som eksempler på kommuner som allerede har dette virkemiddelet som del av sine planer for boliger og eldre. I Bodø kommunes boligpolitiske handlingsplan for perioden 2014-2017 (Bodø kommune, 2014) står det for eksempel:

[...] samtidig som mange eldre ønsker å flytte i mer hendig bolig når de blir eldre ønsker også en god del å bo i sine nærområder. [...] Utnyttelse av eksisterende kommunale tomter eller nyervervelser kan sikre bygging av tilpassede boliger som er lokalisert i tilknytning til ulike servicetilbud som nærbutikk, kollektivknutepunkt, lege osv.

Tomteierskapet i særlig bykommunene i Norge er begrenset. Dette kan kontrasteres med Sverige, hvor mer enn 60 % av alle nye boliger i Stockholm, Göteborg og Malmö bygges på en tomt solgt fra kommunen. Kjøp av nye tomter og salg av tomter på vilkår er et godt virkemiddel flere norske kommuner burde ta i bruk i boligpolitikken.

### **5.1.3 Utbyggingsavtaler og strategiske boligkjøp**

Et annet virkemiddel som kan trekkes fram, er bruk av *utbyggingsavtaler* (Sørvoll, 2016). Å sette i gang et utbyggingsprosjekt er som regel opp til utbyggere. Ved å inngå avtaler med utbygger om kommunale kjøp av leiligheter, vil kommunen vri insentivene for utbygger i retning av kommunens boligpolitiske målsetninger. Her kan kommunene for eksempel avtale å kjøpe en andel av leilighetene i et prosjekt til markedspris. Ikke bare er dette et gode for den eldre som får leie, men også for kommunen og utbygger, som får kjøp som kan bidra til realiseringen av et planlagt boligprosjektet, og for nabolaget, som kan få ivaretatt ulike hensyn som kommunen velger å ta – for eksempel til Eldres tilknytning til nabolaget.

### **5.1.4 Særlige virkemidler i distriktskommuner**

Noen kommuner kan komme langt med aktiv bruk av areal- og reguleringsplan. Men for mange kommuner vil det være behov for virkemidler utover den markedsstyrte boligpolitikken (Sørvoll, 2016). Særlig er mange distriktskommuner kjennetegnet av «tynne» boligmarkeder, med lav kjøpekraft, lave boligpriser og lav fortjeneste for utbyggere. I disse kommunene må boligforsyningspolitikken i større grad sees som en offentlig oppgave, hvis det skal være mulig å realisere nabolag der eldre over tid kan ha tilknytning og være en ressurs for sitt nærmiljø. De virkemidlene som ovenfor er listet opp vil være enda viktigere i disse kommunene.

## 6 Bibliografi

---

- Barlindhaug, R. (2009). *Eldres boligpreferanser. NIBR Notat 2009:107*. Oslo: NIBR.
- Bodø kommune. (2014). *Bodø kommune*. Hentet fra Boligpolitisk handlingsplan 2014-2017: <https://bodo.kommune.no/bolig/boligpolitisk-handlingsplan-2014-2017-article39102-7388.html>
- Bowling, A., Barber, J., Morris, R., & Ebrahim, S. (2006). Do perceptions of neighbourhood environment influence health. *Journal of Epidemiology & Community Health, 60*, ss. 476-483.
- Boyle, D. (1999). *Funny Money*. Hammersmith, London: Flamingo.
- Brevik, I., & Schmidt, L. (2005). *Slik vil eldre bo. NIBR-rapport 2005:17*. NIBR.
- Burr, J., Choi, N., Mutchler, J., & Caro, F. (2005). Caregiving and Volunteering. *Journal of Gerontology, 60*, ss. 247-256.
- Cahn, E. (2004). *No More Throw-Away People*. Washington, DC: Essential Books.
- Choi, L. (2003). Factors affecting volunteerism among older adults. *Journal of Applied Gerontology, 22*, ss. 179-196.
- Christensen, K.; Doblhammer, G.; Rau, R. og Vaupel, J.W. (2009). *Ageing populations: the challenges ahead*. The Lancet, vol. 374.  
[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(09\)61460-4/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(09)61460-4/fulltext)
- Collom, E. (2008). Engagement of the Elderly in Time Banking. *Journal of Aging & Social Policy, 20*, ss. 414-436.
- Dagsavisen*. (2016, 10 04). Hentet fra Frp: – Ikke aktuelt å fjerne senior-goder». Nyhetssak hos dagsavisen.no: <http://www.dagsavisen.no/innenriks/frp-ikke-aktuelt-a-fjerne-senior-goder-1.786726>
- Delhey, J., & Newton, K. (2005). Predicting Cross-National Levels of Social Trust. *European Sociological Review, 21*(4), ss. 311-327.
- Dickens, C. (1800). *Vår felles venn*. London Publisher.
- Erlinghagen, M. (2010). Volunteering after Retirement. *Societies, 12*, ss. 603-625.
- Fokkema, T., & van Wissen, L. (1997). Moving Plans of the Elderly. *Environment and planning, 29*, ss. 249-268.
- Folkehelseinstituttet (2018). *Folkehelse rapporten- Helsetilstanden i Norge*. Nettpublikasjon: <https://www.fhi.no/nettpub/hin/>

- Frivillighet Norge. (2015). *Frivillighet Norge*. Hentet fra Frivillighetsbarometeret 2015: [http://www.frivillighetnorge.no/no/frivillighetspolitikk/forskning\\_pa\\_frivillighet/Frivillighetsbarometeret+2015.b7C\\_wtrW3a.ips](http://www.frivillighetnorge.no/no/frivillighetspolitikk/forskning_pa_frivillighet/Frivillighetsbarometeret+2015.b7C_wtrW3a.ips)
- Frivillighet Norge. (2016). *Frivillighet Norge*. Hentet fra Frivillighetsbarometeret 2016: [http://frivillighetnorge.no/no/frivillighetspolitikk/forskning\\_pa\\_frivillighet/Frivillighetsbarometeret+2016.b7C\\_wtDQW8.ips](http://frivillighetnorge.no/no/frivillighetspolitikk/forskning_pa_frivillighet/Frivillighetsbarometeret+2016.b7C_wtDQW8.ips)
- Frivillighet Norge. (2017). *Frivillighet Norge*. Hentet fra Svært høy deltakelse i norsk frivillighet: [http://www.frivillighetnorge.no/no/frivillighetspolitikk/forskning\\_pa\\_frivillighet/Svært+høy+deltakelse+i+norsk+frivillighet+-+men+fortsatt+potensial+for+å+rekruttere+bredere.b7C\\_wBbM4T.ips](http://www.frivillighetnorge.no/no/frivillighetspolitikk/forskning_pa_frivillighet/Svært+høy+deltakelse+i+norsk+frivillighet+-+men+fortsatt+potensial+for+å+rekruttere+bredere.b7C_wBbM4T.ips)
- Gautun, H. og Hagen, K. (2010). *How do middle-aged employees combine work with caring for elderly parents?* Community, Work & Family, Volume 13, 4
- Galster, G. (2013). Neighborhood social mix: Theory, evidence, and implications for policy and planning. I N. Carmon, & S. Fainstein (Red.), *Policy, Planning and People: Promoting Justice in Urban Development* (ss. 307-336). Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Giddens, A. (2000). *The Third Way and its Critics*. Cambridge: Polity.
- Gray, A. (2009). The social capital of older people. *Ageing & Society*, 29, ss. 5-31.
- Hanssen, G. S., & Aarsæther, N. J. (Red.). (2018a). *Plan- og bygningsloven 2008 - fungerer loven etter intensjonene?* Oslo: Universitetsforlaget.
- Hanssen, G. S., & Aarsæther, N. J. (Red.). (2018b). *Plan- og bygningsloven 2008*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Haski-Leventhal, D. (2009). Elderly Volunteering and Well-Being. *Voluntas*, 20.
- Helliwell, J., Huang, H., & Wang, S. (2018). New Evidence on Trust and Well-Being. I E. Uslaner (Red.), *The Oxford Handbook on Social and Political Trust* (ss. 410-447). Oxford: Oxford University Press.
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2013). *Morgendagens eldreomsorg - Meld. St. 29 (2012-2013)*. Oslo: Departementenes servicesenter.
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2018). *Leve hele livet - Meld. St. 15 (2017-2018)*. Oslo: Departementenes servicesenter.
- Helsedirektoratet. (2016). *Alder, mestringsbetingelser og livskvalitet, IS-2475*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Hippe, J.M, Midtsundstad, T., Seip, Å.A., Bogen, H. og Hernes, G. (2012) *When I'm Sixty-Four - Seniorpolitiske framtidsbilder*. Fafo-rapport 2012:02

- International Labour Organization. (2018). *International Labour Organization*. Hentet fra Volunteer Work: [https://www.ilo.org/global/statistics-and-databases/statistics-overview-and-topics/WCMS\\_470308/lang--en/index.htm](https://www.ilo.org/global/statistics-and-databases/statistics-overview-and-topics/WCMS_470308/lang--en/index.htm)
- Jegermalm, M., Malmberg, B., & Sundström, G. (2014). *Anhöriga äldre angår alla*. Kalmar: Nationellt center anhöriga.
- Kawachi, I. (2018). Trust and Population Health. I E. Uslaner (Red.), *The Oxford Handbook of Social and Political Trust* (ss. 448-471). Oxford: Oxford University Press.
- Komp, K., van Tilburg, T., & van Groenou, M. (2012). Age, Retirement, and Health as Factors in Volunteering in Later Life. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 41, ss. 280-299.
- Kumlin, S., Stadelmann-Steffen, I., & Haugsgjerd, A. (2018). Trust and the Welfare State. I E. Uslaner (Red.), *The Oxford Handbook of Social and Political Trust* (ss. 386-408). Oxford: Oxford University Press.
- Lashko, G. (2012). Time banking - new social currency or waste of time? *Housing, care and support*, 15, ss. 161-168.
- Lasker, J., Baldasari, L., Bealer, T., Kramer, E., Kratzer, Z., Mandeville, R., . . . Young, J. (2006). *Building Community Ties and Individual Well Being*. Paper presentert på 56th Annual Meeting of the Society for the study of Social Problems, Montreal, Canada.
- Leknes, S., Løkken, S.A., Syse, A. og Tønnessen, M. (2018: 75). Befolkningsframskrivingene 2018 Modeller, forutsetninger og resultater. SSB-rapport 2018/21
- Lengfeld, H., & Ordemann, J. (2016). The long shadow of occupation. *Rationality and Society*, 28, ss. 3-23.
- Lima, I., & Slagsvold, B. (2009). *Samfunnsspeilet*. Hentet fra Naboskapsintegrasjon i Norge: [https://brage.bibsys.no/xmlui/bitstream/handle/11250/179008/Kap12-Lima\\_Slagsvold.pdf?sequence=1](https://brage.bibsys.no/xmlui/bitstream/handle/11250/179008/Kap12-Lima_Slagsvold.pdf?sequence=1)
- Lorentzen, H., & Dugstad, L. (2011). *Den norske dugnaden*. Kristiansand: Høyskoleforlaget.
- Martens, C. (2015). *Moving in old age*, Paper presentert på ENHR-konferanse. Lisboa.
- Martinson, M., & Minkler, M. (2006). Civic Engagement and Older Adults. *The Gerontologist*, 46, ss. 318-324.
- McDonald, T., Chown, E., Tabb, J., Schaeffer, A., & Howard, E. (2013). The Impact of Volunteering on Seniors' Health and Quality of Life. *Psychology*, 4, ss. 283-290.
- Musick, M., & Wilson, J. (2003). Volunteering and depression. *Social Science and Medicine*, 56, ss. 259-269.
- Musick, M., & Wilson, J. (2008). *Volunteers*. Bloomington: Indiana University Press.

- Musick, M., Herzog, R., & House, J. (1999). Volunteering and mortality among older adults. *Journal of Gerontology, 54*, ss. 173-180.
- Nilsson, L., & Sundström, G. (2014). De äldre. *Äldre i Centrum, 2*, ss. 47-48.
- NOU 1996:23. (1996). *Konkurransen, kompetanse og miljø - Næringspolitiske hovedstrategier*. Oslo: Norges offentlige utredninger.
- Ny Analyse og Vivens (2017) *Samfunnsverdien ved økt yrkesaktivitet for seniorer. Delmål 3: avtalen om inkluderende arbeidsliv innen våren 2018*. Rapport. <https://seniorpolitikk.no/fag-fakta/samfunnsgevinsten-ved-okt-yrkesaktivitet---nyanalyse-vivens-juni-2017.pdf>
- Paxton, P., & Ressler, R. (2018). Trust and Participation in Associations. I E. Uslaner (Red.), *The Oxford Handbook of Social and Political Trust* (ss. 150-173). Oxford: Oxford University Press.
- Putnam, R. (2000). *Bowling Alone*. New York: Simon and Schuster.
- Rasch, B., & Sørensen, R. (1984). Geografisk mobilitet, naboskapsintegrasjon og frivillig organisering i lokalsamfunn. *Tidsskrift for samfunnsforskning, 25*, ss. 57-77.
- Regjeringen (2016) *Seniorer og arbeidslivet – aldersgrenser og tilpasninger*. Rapport fra et partssammensatt utvalg. [https://www.regjeringen.no/contentassets/44d25e06d416405e823ce79ef83e8238/a-0042\\_b\\_seniorer\\_og\\_arbeidslivet\\_uu.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/44d25e06d416405e823ce79ef83e8238/a-0042_b_seniorer_og_arbeidslivet_uu.pdf)
- Regjeringen (2017) *Perspektivmeldingen 2017*. Meld. St. 29 (2016 –2017) Melding til Stortinget. <https://www.regjeringen.no/contentassets/aefd9d12738d43078cbc647448bbeca1/no/pdfs/stm201620170029000dddpdfs.pdf>
- Rietschlin, J. (1998). Voluntary association membership and psychological distress. *Journal of Health and Social Behavior, 39*, ss. 348-355.
- Rogne, A. F. og Syse, A. (2017) *Framtidens eldre i by og bygd Befolkningsframskrivninger, sosiodemografiske mønstre og helse*. Rapport fra Statistisk Sentralbyrå 2017/32 [https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/\\_attachment/328026?\\_ts=15f811146d0](https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/_attachment/328026?_ts=15f811146d0)
- Rossi, P. (1955). *Why families move*. Glencoe: Free Press.
- Sandlie, H., & Gulbrandsen, L. (2016). Eldres boligformue og boligvalg. I J. Sørvoll, H. Sandlie, V. Nordvik, & L. Gulbrandsen (Red.), *Eldres boligsituasjon* (ss. 125-160). Oslo: NOVA.
- Senter for seniorpolitikk (2018a) *Norsk seniorpolitisk barometer 2018 Yrkesaktiv befolkning*. Rapport utarbeidet av Ipsos på vegne av Senter for seniorpolitikk. <https://www.seniorpolitikk.no/fag-fakta/statistikk/endelig-rapport-yrkesaktive-2018.pdf>



- Senter for seniorpolitikk (2018b), *Norsk seniorpolitisk barometer 2018 Ledere i arbeidslivet*. Rapport utarbeidet av Ipsos på vegne av Senter for seniorpolitikk.  
<https://www.seniorpolitikk.no/fag-fakta/statistikk/endelig-rapport-ledere-2018-v2.pdf>
- Seyfang, G., & Smith, K. (2002). *The Time of Our Lives*. London: New Economics Foundation.
- Solem, P., Hansen, T., & Halse, B. (2005). Frivillig innsats - vil det øke eller kanskje minske i framtiden? I B. Slagsvold, & P. Solem (Red.), *Morgendagens Eldre. NOVA Rapport 11/05* (ss. 23-50).
- Statistisk sentralbyrå (2011). *Seniorer i Norge 2010*. Eiliv Mørk (red.)  
<https://www.ssb.no/a/publikasjoner/pdf/sa120/sa120.pdf>
- Statistisk Sentralbyrå (2012a). *Døgnet rundt fra 1971 til 2010*. Samfunnspeilet 4/12.  
<https://www.ssb.no/a/samfunnsspeilet/utg/201204/ssp.pdf>
- Statistisk sentralbyrå. (2012b). *Statistisk sentralbyrå*. Hentet fra Tidsbruksundersøkelsen 2010: <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/artikler-og-publikasjoner/tidsbruksundersokelsen-2010>
- Statistisk sentralbyrå. (2018). *Statistisk sentralbyrå*. Hentet fra Satellittregnskap for frivillige og ideelle organisasjoner: <https://www.ssb.no/nasjonalregnskap-og-konjunkturer/statistikker/orgsat>
- Strøm, T., Vinje, V., Sivam, R., & Bredesen, L. (2017). *Verdien av aktive seniorer - frivillighetsbidraget fra pensjonister i Norge*. Oslo: Ny Analyse.
- Svalund, J. og Veland, G. (2016) *Aldersgrenser for oppsigelse og særordninger for eldre i arbeidslivet*. Fafo-rapport 2016:22
- Sæther, J.-P. (2011). Boforhold og nærmiljø. I E. Mørk (Red.), *Seniorer i Norge 2010* (ss. 33-44). Oslo: Statistisk sentralbyrå.
- Sørvoll, J. (2016). Boligbehov og boligplanlegging i lys av samfunnets aldring. I J. Sørvoll, H. Sandlie, V. Nordvik, & L. Gulbrandsen, *Eldres boligsituasjon, NOVA Rapport 11/16* (ss. 37-94). Oslo: NOVA.
- Sørvoll, J., Martens, C., & Daatland, S. (2014). *Planer for et aldrende samfunn?*, NOVA Rapport 17/14. Oslo: NOVA.
- Tang, F. (2006). What Resources are Needed for Volunteerism? *Journal of Applied Gerontology*, 25, ss. 375-390.
- Tankesmien Agenda (2015). *Vi har råd til framtida*. Perspektivnotat.  
<https://tankesmienagenda.no/wp-content/uploads/Notat.pdf>
- Tankesmien Agenda (2018). *Attraktive i arbeidsmarkedet hele livet Hva skal til for at flere jobber lengre?* <https://tankesmienagenda.no/wp-content/uploads/Notat-eldre-ferdig-190118.compressed.pdf>

Tromsø kommune. (2015). *Tromsø kommune*. Hentet fra Boligpolitisk handlingsplan 2015-2018: <https://www.tromso.kommune.no/boligpolitisk-handlingsplan-2015-2018.5763767-121711.html>

Tænketanken – Den nye 3. alder. (2018: 78) *Anbefalinger til Det gode liv i den tredje alder frem mod 2040*. <https://pfa.dk/news-archive/2018/02/02/07/33/taenketank-leverer-bud-paa-det-gode-seniorliv/>

Uslaner, E. (Red.). (2018). *The Oxford Handbook of Social and Political Trust*. Oxford: Oxford University Press.

Westendorp, R. (2015). *Growing Older without Feeling Old on vitality and ageing*. Scribe Publications

WHO. (2002). *Active Ageing: A Policy Framework*. Madrid: WHO.

Wilhelmson, K., Andersson, C., Waern, M., & Allebeck, P. (2005). Elderly people's on quality of life. *Ageing & Society*, 25, ss. 585-600.

You, J.-s. (2018). Trust and Corruption. I E. Uslaner (Red.), *The Oxford Handbook of Social and Political Trust* (ss. 474-797). Oxford: Oxford University Press.

Ytrehus, S., & Fyhn, A. (2006). *Bufast, Bjørvika og Benidorm. Boligplaner og boligønsker for eldre år. FAFO-rapport 511*. FAFO.

---

<sup>1</sup> Center of Excellence for Engineering Biology: <http://engineeringbiologycenter.org/>; Will virus-proof human cells exist within 10 years? Yes, scientists claim: CRISPR pioneers launch project to make 'ultra-safe' cells resistant to infections, cancer, aging and freezing. Sak hos Daily Mail, 2. Mai 2018.

<https://www.dailymail.co.uk/health/article-5684245/Will-virus-proof-cells-exist-10-years-Yes-scientists-claim.html>

<sup>2</sup> SSBs statistikkbank besøkt september 2018: befolkningsframskrivinger.

<https://www.ssb.no/statbank/table/11672/tableViewLayout1/>

<sup>3</sup> SSBs statistikkbank, besøkt September 2018. <https://www.ssb.no/statbank/table/11672/tableViewLayout1/>

<sup>4</sup> Intervju med professor Rudi Westendorp, juli 2018

<sup>5</sup> Folkehelseinstituttet. *Eldre er sterkere enn tidligere*. Nyhetssak publisert på nett, 18/10-18.

<https://www.fhi.no/nyheter/2018/eldre-er-sterkere-enn-tidligere/>

<sup>6</sup> forskning.no. *Eldre er blitt friskere i toppen siden 1970-tallet*. Nyhetssak publisert 8. juni 2018.

<https://forskning.no/ny-helse-aldring/eldre-er-bli-tilt-friskere-i-topp-1970-tallet/262368>

<sup>7</sup> Statistisk sentralbyrå. *Vi trener mer enn før*. Nyhetssak publisert 23/11-16. <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/artikler-og-publikasjoner/vi-trener-mer-enn-for>

<sup>8</sup> www.nrk.no. *Den spreke eldrebølgen*. Nyhetssak publisert 24/4-16. <https://www.nrk.no/troms/xl/den-spreke-eldrebolgen-1.12899272>

<sup>9</sup> www.dn.no. *Den Digitale Pensjonsalder*. Innlegg publisert 30/7-17.

<https://www.dn.no/innlegg/it/arbeidsliv/digitalisering/den-digitale-pensjonsalder/2-1-132299>

---

<sup>10</sup> www.frifagbevegelse.no. «– Det er kunnskapsløst å fjerne goder for seniorer i arbeidslivet». Nyhets sak publisert 14/6-16. <https://frifagbevegelse.no/loaktuelt/-det-er-kunnskapslost-a-fjerne-goder-for-seniorer-i-arbeidslivet6.158.380410.f79811a42b>

<sup>11</sup> 0,02 vs 0,12 timer i døgnet i snitt

<sup>12</sup> Her hentet fra høringsinnspill fra frivilligheten til den siste frivillighetsmeldingen som er planlagt lagt fram høsten 2018.

<sup>13</sup> <https://www.regjeringen.no/contentassets/5982157f686149ada51d7399fbcaec1c/norsk-folkehjelp.pdf>

<sup>14</sup> For mer om Tempo henvises spesielt til evalueringsrapporten Positive Change in Challenging Times: [http://www.wearetempo.org/wp-content/uploads/2016/06/Final-System-Change-Report\\_Screen-Version\\_single.pdf?fbclid=IwAR3psB1GD7-88FHW\\_WeSJi3hCwMF2dr7mAKvLZqSy-rc4-VcJkXe4wt20sw](http://www.wearetempo.org/wp-content/uploads/2016/06/Final-System-Change-Report_Screen-Version_single.pdf?fbclid=IwAR3psB1GD7-88FHW_WeSJi3hCwMF2dr7mAKvLZqSy-rc4-VcJkXe4wt20sw)

<sup>15</sup> <https://www.nrk.no/hordaland/fryktar-at-smabyar-doyr-nar-berre-eldre-har-rad-1.13478654>

<sup>16</sup> <https://www.oavis.no/artikler/debatt-kolbotn-sentrum-en-fremtidig-eldreghetto/377587>

<sup>17</sup> <https://www.aftenposten.no/osloby/i/OnERB/Advarer-mot-eldreghettoer>

<sup>18</sup> <https://www.amta.no/nyheter/nei-til-eldre-ghetto/s/1-31-1920193>