

Aldersvennlige lokalsamfunn

Anne Berit Rafoss

Prosjektleder

Senteret for et aldersvennlig Norge



Aldersvennlige samfunn globalt – Bærekraftsmål – Decade of healthy ageing

Ageing and life-course

Ageing and life-course

Commit to action

Age-friendly environments

Health systems that meet the needs of older people

Long-term-care systems

Data and research

Media centre

Publications

WHO Global Network for Age-friendly Cities and Communities



WHO Global Network for Age-friendly Cities and Communities

A growing number of cities and communities worldwide are striving to better meet the needs of their older residents. The WHO Global Network for Age-friendly Cities and Communities (the Network) was established to foster the exchange of experience and mutual learning between cities and communities worldwide.

Cities and communities in the Network are of different sizes and are located in different parts of the world. Their efforts to become more age-friendly take place within very diverse cultural and socio-economic contexts. What all members of the Network do have in common is the desire and commitment to promote healthy and active ageing and a good quality of life for their older residents.

- Utendørsområder og bebyggelse
- Transport
- Bolig
- Sosial deltakelse
- Respekt og sosial inkludering
- Deltakelse i samfunns- og arbeidslivet
- Kommunikasjon og informasjon
- Sosial- og helsetjenester

Hva er et aldersvennlig samfunn?

WHO: «inkluderende og tilgjengelig – fremmer aktiv aldring»

- Et samfunn der vi greier oss selv så lenge som mulig
- Et samfunn der det legges til rette for at vi skal greie oss selv
- Et samfunn der alle aktørene i storsamfunnet tar sitt ansvar
- Et samfunn der seniorene føler seg nyttig

Et bærekraftig samfunn = et aldersvennlig samfunn

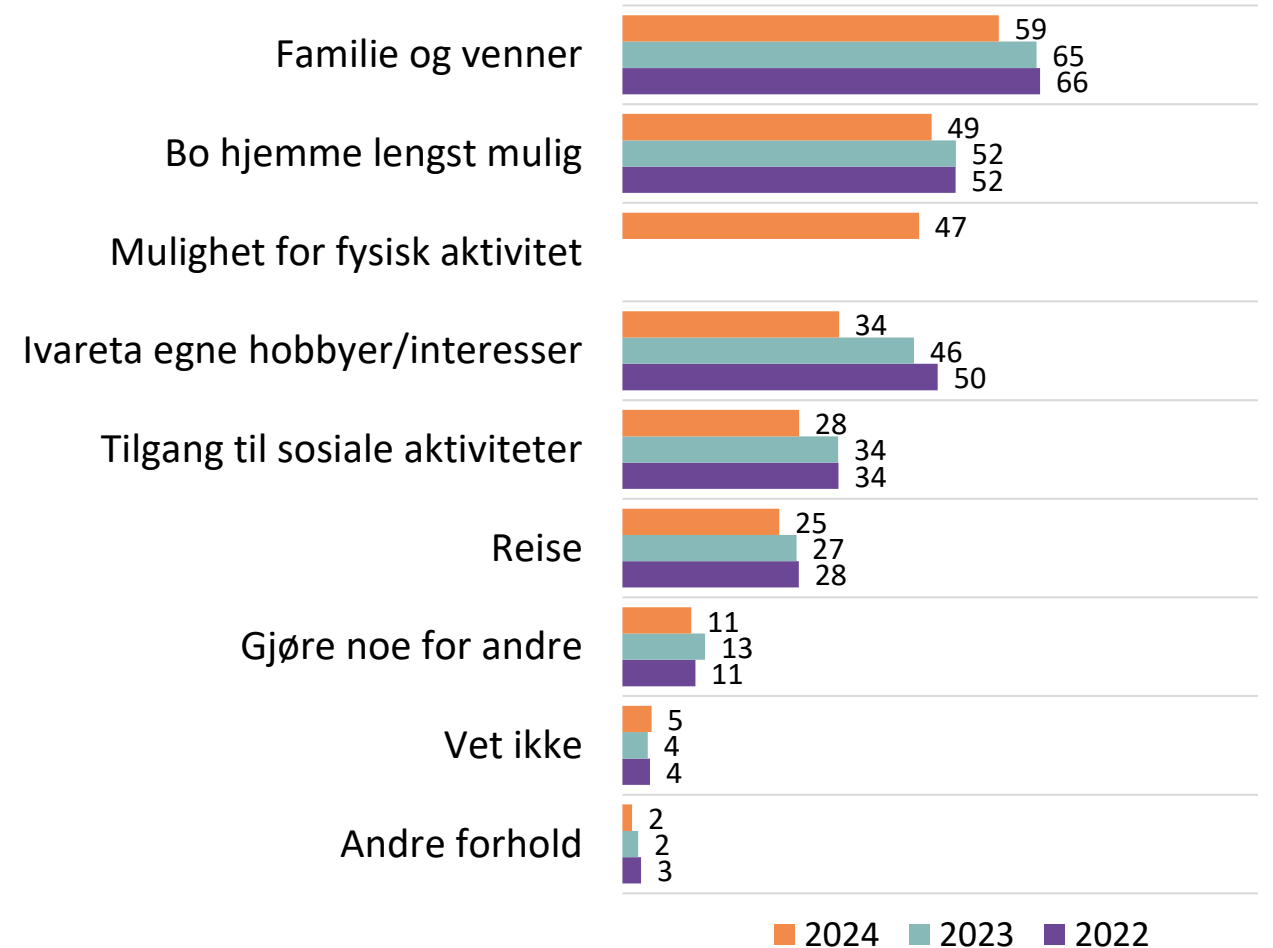
Er vi forberedt?



I **2030** er det for første gang flere over 69 år enn under 20 år i Norge.

I **2040** vil de over 70 år utgjøre over 40 prosent av innbyggerne i mange kommuner.

Hva er Kari og Ola opptatt av når de blir eldre?

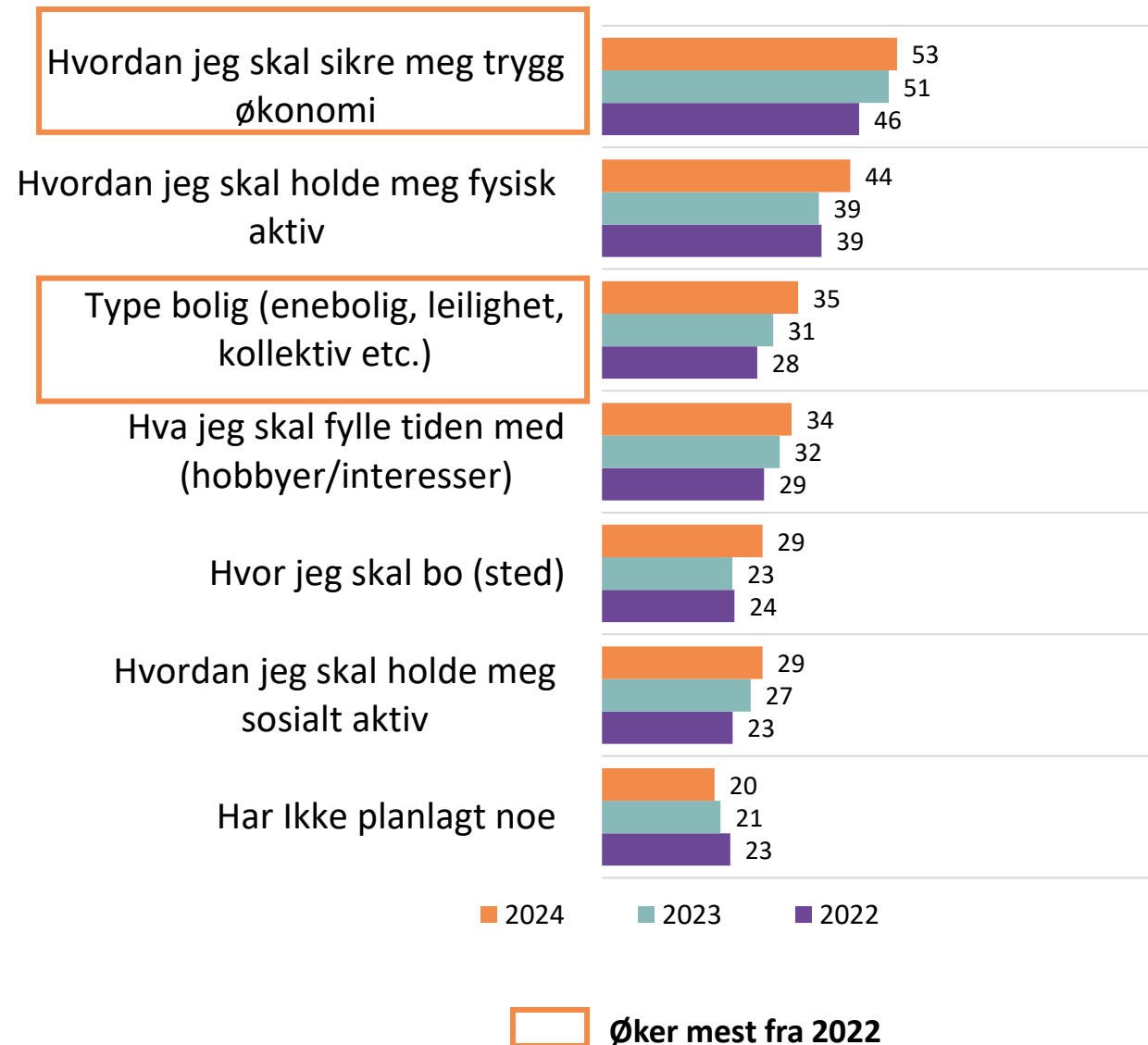


Hva planlegger vi?

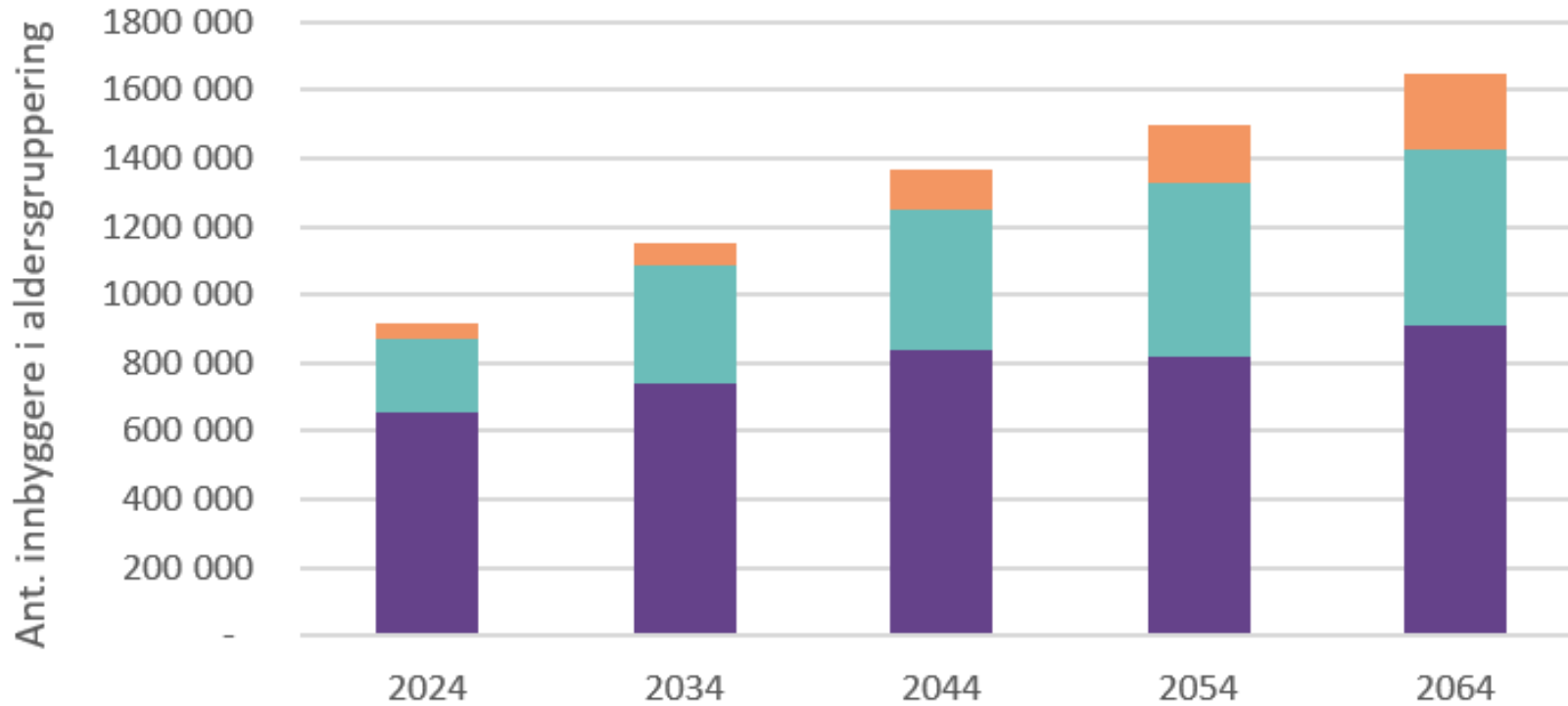
53 % har planlagt eller gjort deg noen tanker om hvordan de skal sikre seg en trygg økonomi

35 % har en plan eller en tanke om de vil bo i enebolig, leilighet, kollektiv eller lignende

29 % har tenkt på hvor de ønsker å bo



Aldersvennlige boliger - et marked i vekst



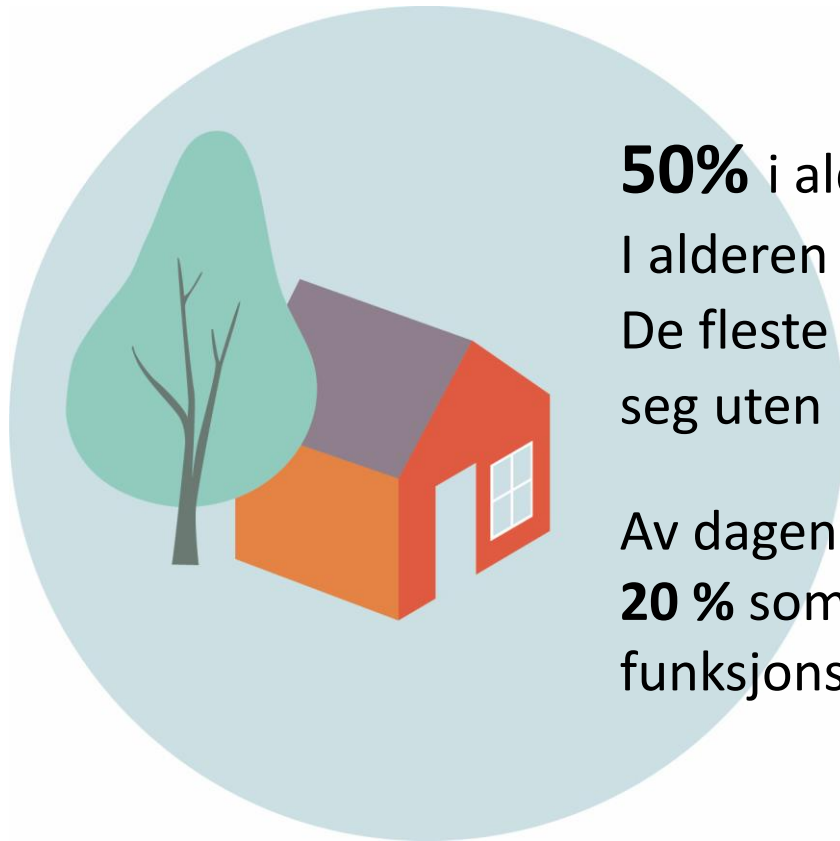
Behov for nye boliger til eldre:

2030: 129 000

2040: 295 000

Kilde: Boligbehov for eldre innbyggere frem mot 2040 (Agenda Kaupang, 2023)

Hvordan bor og lever eldre i Norge?



50% i alderen 80 år eller mer bor alene.

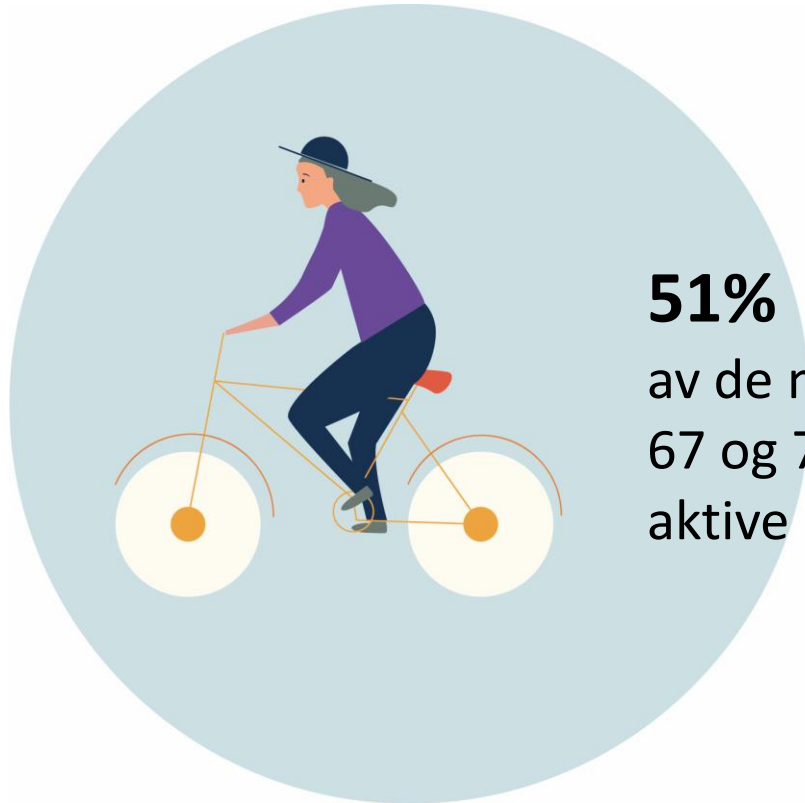
I alderen 67 år + bor **1 av 3** alene.

De fleste eldre bor i eget hjem og klarer seg uten hjemmetjenester.

Av dagens boligmasse betegnes ca.

20 % som tilgjengelig for personer med funksjonsnedsettelse.

Hvordan bor og lever eldre i Norge?



51%

av de mellom
67 og 79 år sier de vanligvis er fysisk
aktive i mer enn 2,5 timer i uka.

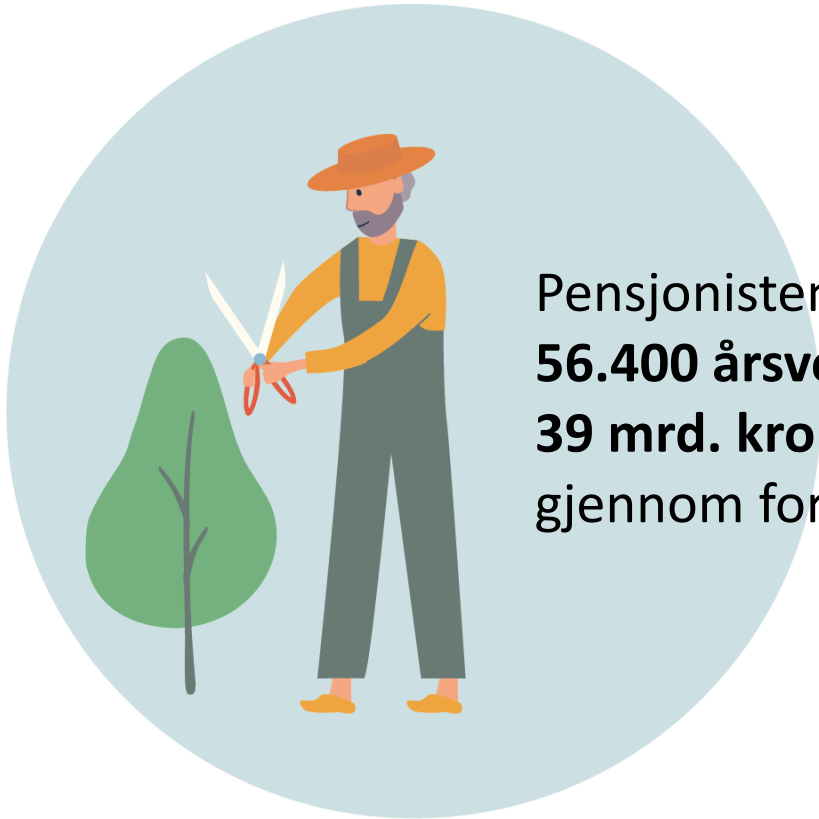
Hvordan bor og lever eldre i Norge?



1 av 3 over 55 år er i jobb.

Snittalderen for **når yrkesaktive kan tenke seg å tre helt ut av arbeidslivet** er 65,2 år.
For de over 60 år er tallet 69,2 år.

Hvordan bor og lever eldre i Norge?



Pensjonistene bidro med
56.400 årsverk og
39 mrd. kroner i verdibidrag
gjennom formell og uformell frivillighet i 2024

Hvem er vi?

- Nasjonalt fag- og kompetansemiljø
- En overordnet rolle og pådriver i reformarbeid
 - Program for et aldersvennlig Norge 2030
 - Partnerskap og nettverk for aldersvennlige lokalsamfunn
- Demografiendringene, eldre og aldring
- Økt kunnskap og holdningsendring
- Nasjonalt og internasjonalt samarbeid



Verdens helseorganisasjons
globale nettverk
for aldersvennlige byer og kommuner

Nettverk for aldersvennlige lokalsamfunn (240)



Nasjonalt



Regionalt

Partnerskap: Sammen for et aldersvennlig Norge



Et aldersvennlig Norge i tiden som kommer

- For å sikre et bærekraftig og aldersvennlig samfunn må alle engasjere seg.
- Vi må jobbe langsiktig på tvers av arbeidsliv, næringsliv, lokalsamfunn, organisasjoner og forskning.
- Eldres ressurser skal brukes til det beste for dem selv og samfunnet.
- Vi skal holde oss aktive, delta med andre og bo hjemme i et tilgjengelig nærmiljø så lenge som mulig.

Medvirkning



Bærekraft



Universell utforming



Tverrsektorielt samarbeid



Forskning og innsikt



Innsatsområder i aldersvennlige lokalsamfunn

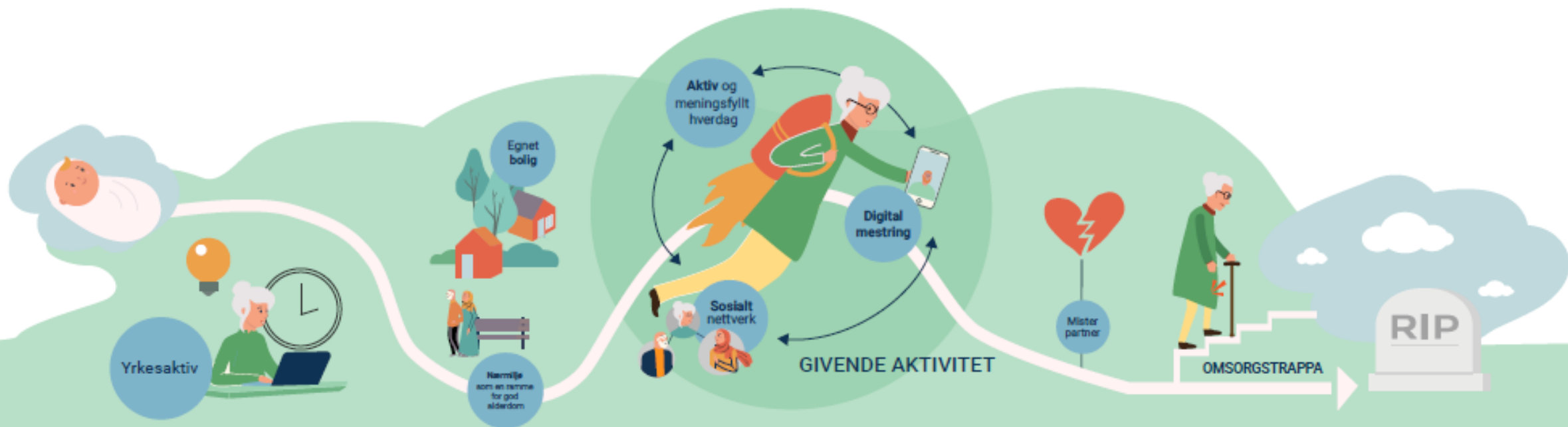


Fra Håndbok i aldersvennlige lokalsamfunn

- Universell utforming/utendørsområder/plan
- Bolig
- Transport
- Samfunnsdeltagelse
- Medvirkning og kommunikasjon

Vår plass i livsløpet – de mange friske eldre

Yrkesaktiv lengst mulig > Frisk og samfunnsaktiv lengst mulig > Bo hjemme lengst mulig

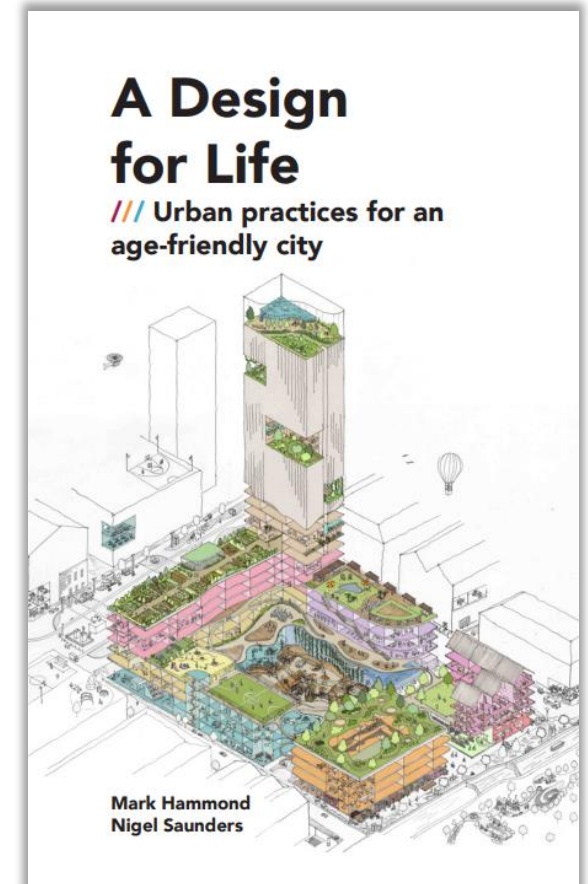


Hva slags lokalsamfunn ønsker jeg å bli gammel i?



Tenk aldersvennlig fra start

- Aldersvennlig i byggeplaner
- Aldersvennlig i renovering
- Sambruk, flerbruk og effektiv arealutnyttelse



Planlegge litt

Vi blir stadig flere eldre og vi lever lenger.

For mange kommer pensjonisttilværelsen til å vare nesten en tredjedel av livet.

Derfor må vi sørge for at den blir meningsfull både for den enkelte og for samfunnet.

planleggelitt.no

Aldersvennlig Norge

Viktige spørsmål Gode råd Filmer Økonomitips Om kampanjen Søk Materiell Logg ut

NOEN AV DE FINESTE ØYEBLIKKENE I LIVET ER PLANLAGT.

Hvorfor skulle det plutselig endre seg selv om du har levd en stund?

Hvordan vil jeg føle meg?

Gode rutiner i hverdagen er et bra utgangspunkt for et godt liv hele livet. Når du får mer tid til overs og ikke skal på jobb hver dag, er det kanskje en god idé å ikke leve som om det er lørdag hele uken.

Les mer

Hva vil jeg fylle tiden med?

I årene som kommer får du mer fritid. Det er lurt å tenke litt over hva du ønsker å gjøre, hva du trives med og hva som betyr noe for deg - gjerne i god tid før pensjonsdagen plutselig er der.

Les mer

Hvem vil jeg omgås?

Et godt liv handler mye om å ha folk rundt seg, bli sett og å ha noen å støtte seg til i livets oppturer og nedturer. Noen trenger mange, andre trenger få – men alle trenger noen, og du skal også ha tid til deg selv.

Les mer

Hvor vil jeg bo?

Vi tenker ofte på et hjem som fire vegger. Men det handler like mye om hvor du har blitt vant til å leve. Hvem som er dine naboer, venner eller andre du omgås og hva du har av tilbud i nærheten. Kort sagt: hva er viktig for å trives i

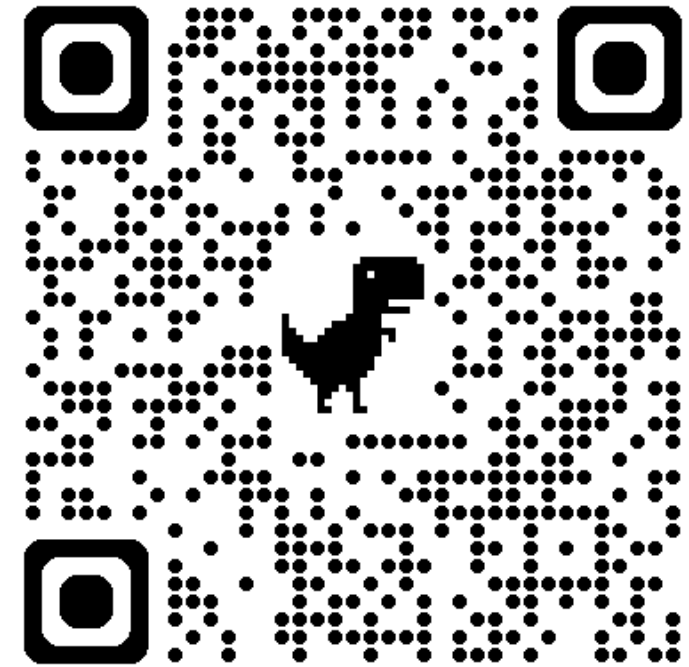
Hvordan vil jeg bo?

Vi ønsker å bo hjemme så lenge vi kan. Da er det lurt å tenke over hva som blir viktig for deg i årene som kommer. For noen kan det være å gjøre tilpasninger der du bor i dag. For andre kan et helt nytt hjem være en bedre

Filmer

Vi er alle forskjellige og det er planene vi legger også. Møt noen som har gjort endringer i livet. Hva har vært fint, hva har de vært engstelige for og hva er et godt liv hele livet for dem?

Last ned kampanjemateriell fra planlggelitt.no



[Planlggelitt.no/login](https://planlggelitt.no/login)

Holdninger

Eldre er ikke som før

- Ressurser
- Kompetanse
- Erfaring
- Alderisme



Senteret for et
aldersvennlig
Norge

Glem fyrstekake

Eldre folk er ikke som før.

For å få de kommende seniorene til å bidra med sin kompetanse og erfaring, må kommunene tenke nytt. Skann QR-koden, så får du verktøyene du trenger. Veileder for flere engasjerte seniorer i lokalmiljøet er laget av Senteret for et aldersvennlig Norge, og bygger på kommunenes egne erfaringer.



Hvordan kan vi bli et aldersvennlig samfunn?



**Arnstein, Sherry R. (1969) A Ladder Of Citizen Participation.*

Medvirkningsaktiviteter

- Folkemøte
- Medvirkningskonferanse
- Frokostmøte/gjestebud
- Workshop
- Befaringer



- Seniortrakk
- Hjemmebesøk
- Telefonintervju
- Spørreundersøkelse
- Oppsøkende virksomhet

Intern og ekstern medvirkning





Aldersvennlige benker

Hentet fra: [Eksempelsamling](#)



Aktive eldre

Hentet fra: [Eksempelsamling](#)



Aldersvennlig transport

Hentet fra: [Eksempelsamling](#)



Aldersvennlige boliger og sosiale boformer

Hentet fra: [Eksempelsamling](#)

Aldersvennlig utvikling er samfunnsnyttig investering

- Investering i aldersvennlige tiltak på tvers av sektorer vil redusere kostnader og press på helse- og omsorgstjenester
- Aldersvennlige tiltak bidrar til å nå bærekraftsmålene
- Aldersvennlige tiltak øker livskvalitet i voksen alder, men kommer alle generasjoner til gode





Senteret for et
aldersvennlig
Norge

Les mer:

www.aldersvennlig.no

Følg oss:



Bli inspirert:

www.planleggelitt.no