

Vedtatt i Eldrerådet 26. januar 2026 i sak 02/26

Vedlegg 1: Handlingsplan 2026 for eldrerådet

1. Kommunens hovedutfordringer (jf. Folkehelseoversikten 2023)

- Sosiale helseforskjeller.
- Utforming av fysisk og sosialt miljø.
- Demografiskiftet.

Økonomisk situasjon og statlige rammevilkår er en overordnet utfordring.

2. Rådets prioriteter

1. Påvirke og følge opp at eldreomsorgen blir ivaretatt i budsjettene.
2. Arbeide for tilstrekkelig og tilfredsstillende sykehjemsplasser og livsløpsboliger.
3. Påpeke behovet for økning av og kompetanseheving for helsepersonell.

3. Satsingsområder

- Kartlegge hvilke ressurser og interesser eldre har, og bruke dette i samarbeid med kommunen for å utvikle relevante tilbud.
- Spre kunnskap om og skape forståelse for rådets rolle og oppgaver, herunder jevnlig møte med ordfører, øvrige politikere og Enhet for aktivitet og forebygging.
- Jobbe for flere møteplasser (seniorkafeer, seniorsentre, møterom både innendørs og utendørs). Påpeke behovet for et godt kollektivtilbud
- Ta en aktiv rolle i planlegging og gjennomføring av Seniorfestivalen.
- Delta på Eldredagen 1. oktober.
- Motivere de eldre til bruk av forskjellige statlige og kommunale tilbud, og delta i frivillige aktiviteter for å ivareta best mulig fysisk og psykisk helse.
- Styrke samarbeidet med pensjonistforeningene.
- Følge opp tiltak for trygg ferdsel som fotgjenger.
- *Eldrerådet ser i lyse av beredskapsåret ønsker om å innarbeide beredskap i handlingsplanen 2026*

4. Møte- og besøksvirksomhet

- Ordinære møter i eldrerådet:
 - 26. januar, 2. mars, 13. april og 27. mai
 - 31. august, 5. oktober og 2. november.

- Temamøter/orienteringer: (dato etter nærmere avtale)
 - Tildelingskriterier for bolig
 - Krokenveien 17 og 19
 - Hov gård
 - Enhet for aktivitet og forebygging.
- Befaringer: (dato etter nærmere avtale)
 - Sokna omsorgssenter
 - Tyribo omsorgssenter
 - Hvelven omsorgssenter.

Vedlegg 2: Fakta og utviklingstrekk

- Eldre i kommuner med god økonomi har 37% større sjanse for å få plass på sykehjem enn i kommuner med dårligere økonomi.
- 2030: Første gang det vil være flere eldre enn barn.
- Antall 20-64 åringer pr. person over 65 år vil reduseres fra 3,1 til 2,1 de neste 15 årene (eldrebrøken).
- 1 av 3 må jobbe med helse frem mot 2060.
- Økt behov for helse- og omsorgstjenester. Nasjonalt er veksten anslått til 35% frem mot 2035.
- Aldersutviklingen vil påvirke ulike deler av landet forskjellig, og kan bli særlig krevende for små distriktskommuner.
- 600.000 nordmenn regnes som ikke digitale. Hovedtyngden over 60 år.
Kilde: Helsedirektoratet – Folkehelse i et livsløpsperspektiv. Innspill til ny folkehelsemelding (2022)
- En stadig større andel av kommunenes utgifter til helse- og omsorgstjenester går til yngre brukere:
 - 1998 gikk 74% av kostnadene innen helse og omsorg til eldre (over 67 år)
 - I 2022 var andelen redusert til 57%.
 - I perioden 1998-2022 økte eldre over 67 år med 40%. Tilsvarende økning for personer under 67 år var 20%.*Kilde: Alltinget.no (2023)*

	I dag	2040
Over 80 år	256.000	Nærmere 500.000
Over 90 år	47.000	Ca. 108.000

- Andelen personer over 67 år i befolkningen vil øke til ca. 23% i 2030, og til ca. 27% i 2060.
- Eldrebølgen vil føre til økt behov for ulike typer omsorgstjenester. Omsorgsbehovene kan deles inn i flere kategorier:
 - Helse- og omsorgstjenester:**
 - Hjemmesykepleie og praktisk bistand i hjemmet
 - Opphold på sykehjem eller omsorgsboliger
 - Ulike helseutfordringer som krever spesialisert behandling og pleie, som demens, hjerte- og karsykdommer eller psykiske lidelser.
 - Sosial omsorg:** Eldre kan oppleve ensomhet og isolasjon og behovet for sosialt fellesskap og aktivitet kan være stort. Dette kan inkludere tilbud som dagtilbud, besøktjenester eller aktiviteter i nærmiljøet.
 - Tilrettelegging i hjemmet:**

- Eget og samfunnets ønske om at eldre bor hjemme så lenge som mulig. Behov for tilpasninger i boligen.
- **Pårørendeomsorg:**
 - Eldreomsorgen er i stor grad avhengig av familien og andre pårørende. Eldrebølgen vil føre til økt behov for støtte og avlastning til pårørende som tar seg av eldre familiemedlemmer.
- **Forebyggende tiltak:**
 - Bidra til å utsette behovet for omsorgstjenester. Kan inkludere helsefremmende aktiviteter, fysisk aktivitet og fokus på kosthold og ernæring.
- Typiske alderdomssykdommer er hjernesykdommer som fører til demens, Parkinsons sykdom, osteoporose og hjerneslag.
 - Til felles at de fører til betydelig funksjonssvikt og gjør at eldre mennesker blir avhengig av hjelp fra andre.
 - Andre sykdommer som kan opptre i alle aldersgrupper kan også regnes som alderdomssykdommer dersom de fører til funksjonssvikt. Slike tilstander kan være hjertesvikt, hjerteinfarkt, kols, ulike infeksjonssykdommer og kreft. *Kilde: Store medisinske leksikon*
- Demens:
 - Demens er blant de mest utgiftskrevende helseutfordringene i Norge.
 - I 2022 utgjorde utgifter relatert til demens over 42,6 mrd kr. Mye gikk til sykehjemsplasser. Forventes å øke til 98,8 mrd kr i 2050.
 - Ca. 101.000 personer lever med demens i dag. Forventes mer enn en dobling innen 2050 pga. økende antall eldre. *Kilde: Nhi.no*
- Hjerneslag:
 - Ca. 13.000 får hjerneslag hvert år. Ca. 60.000 lever med hjerneslag. 2/3 har en funksjonssvikt. I løpet av livet vil ca. en av seks personer rammes av hjerneslag. *Kilde: Nhi.no*
- Parkinson:
 - Ca. 12.000 lever med Parkinson i Norge. *Kilde: Norges Parkinsonforbund.*
- Ca. 700.000 i yrkesaktiv alder står utenfor arbeid og utdanning ved utgangen av 2024:
 - 67% (466.000) mottar en ytelse fra NAV.
 - 114.000 unge mellom 20-29 år står utenfor, eller 16,2%.

Kilde: NAV, 8. august 2025.

Vedlegg 3: Innsatstrappen og Omsorgstrappa



Omsorgstrappa

