



Nav Oslos omverdensanalyse 2026–2035

Samfunnstrender fram mot 2035 og
konsekvenser for Nav Oslo

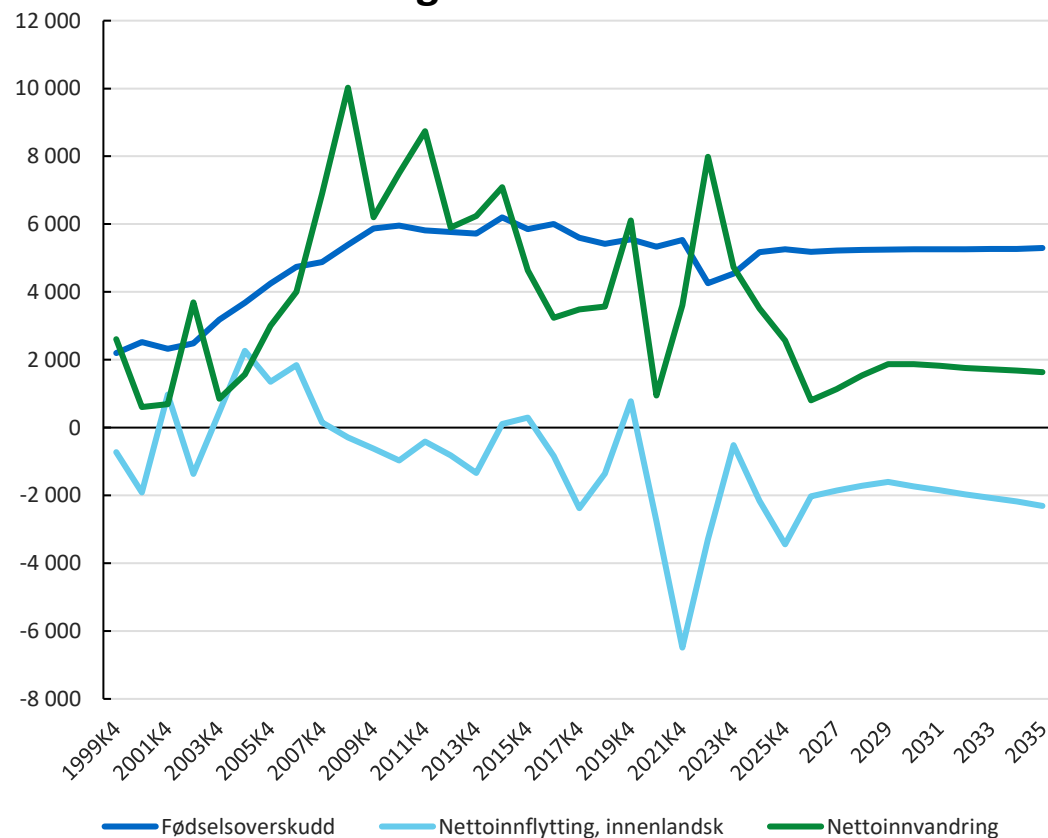
Fire samfunnsområder i Nav Oslos omverdensanalyse



1 Demografi

Befolkningsutviklingen i Oslo

Fødselsoverskudd, innflytting og innvandring 2000 – 2024. Framskrivning fra 2025 -2035

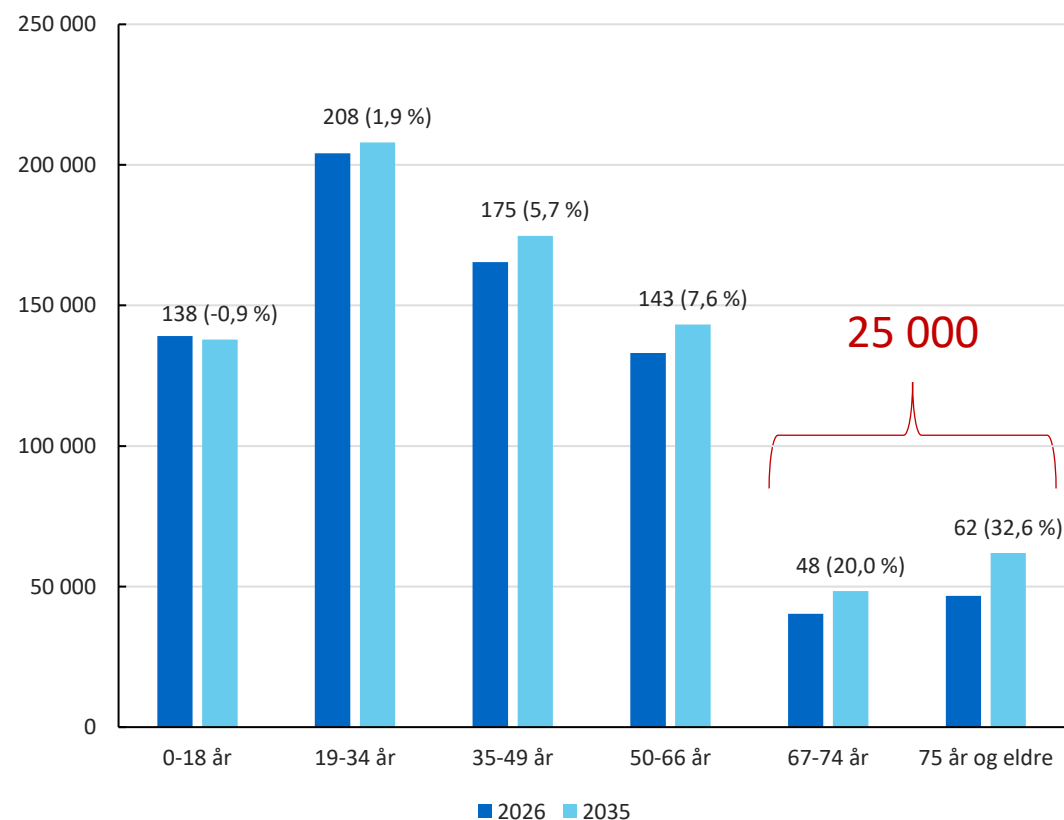


Kilde: SSB, 2026

- Frem mot 2035 vil folketallet i Oslo stige med 50 000 mennesker (mellomalternativet).
- Mot 2035 er det ventet svakere befolkningsvekst; stabilt fødselsoverskudd, lavere innvandring, høyere fraflytting enn tidligere.
- Sammenlignet med landet har Oslo høyest fødselsoverskudd og innvandring, men høyest utflytting.
- Tredelt flyttemønster, unge utenfra Oslo flytter til sentrum – fra indre til ytre bydeler – fra ytre bydeler og ut av Oslo.

Forventet vekst i aldergruppene i Oslo

Befolkning 2026 – 2035, etter aldersgruppe. Antall i 1 000. Prosentvis endring i parentes



Kilde: SSB, 2026

- Halvparten av befolkningsveksten, 25 000, vil være i aldersgruppen 67 år eller eldre.
- Økningen i antall eldre vil påvirke Nav gjennom økt etterspørsel etter hjelpemidler og flere alderspensjonister.
- Aldringen av befolkningen bidrar til å øke gapet mellom utgifter og inntekter på statsbudsjettet.
- Vil føre til økt mangel på arbeidskraft.

Når vil antall eldre (65 år og over) passere antall yngre (0–19 år) i fylkene?

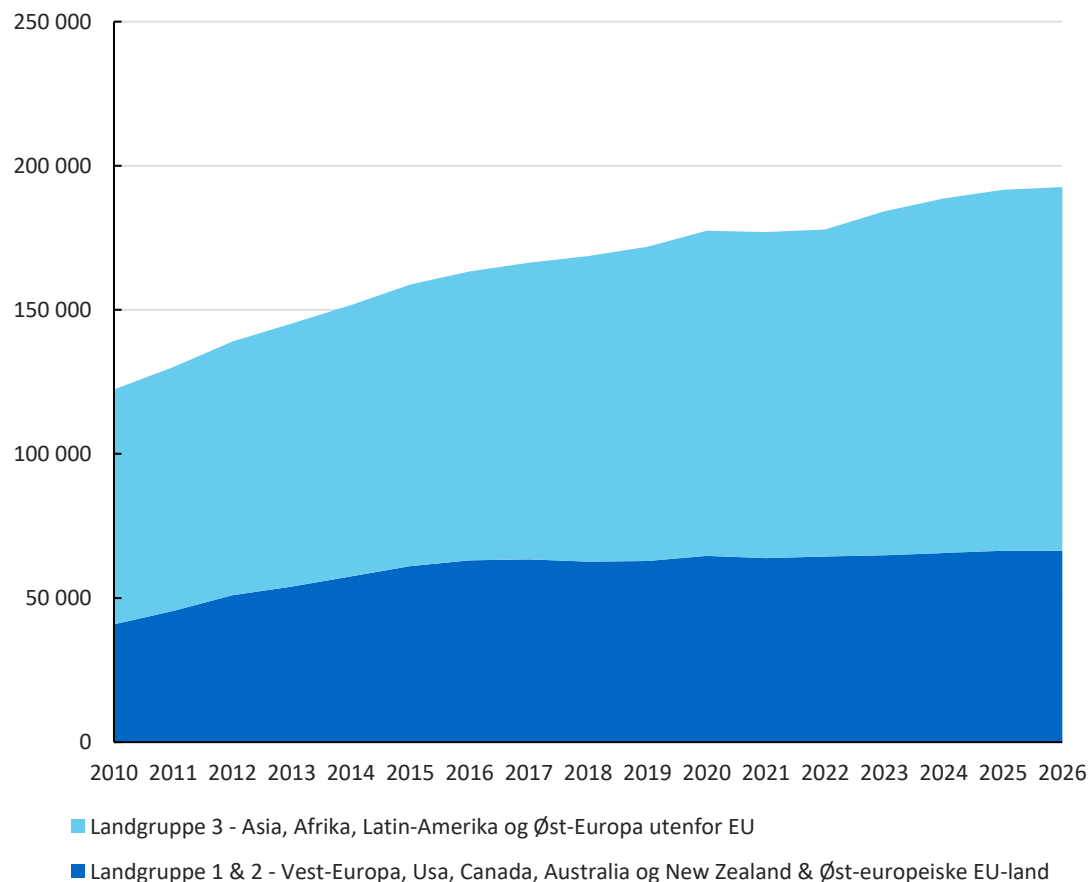
Innlandet	2018
Nordland og Telemark	2021
Vestfold og Troms	2025
Østfold og Møre og Romsdal	2026
Buskerud og Finnmark	2027
Trøndelag	2030
Agder og Vestland	2031
Akershus og Rogaland	2037
Oslo	2045



Kilde: SSB, 2026

Utvikling i innvandrergrepper i Oslo

Utvikling i innvandrergrepper i Oslo 2010-2026



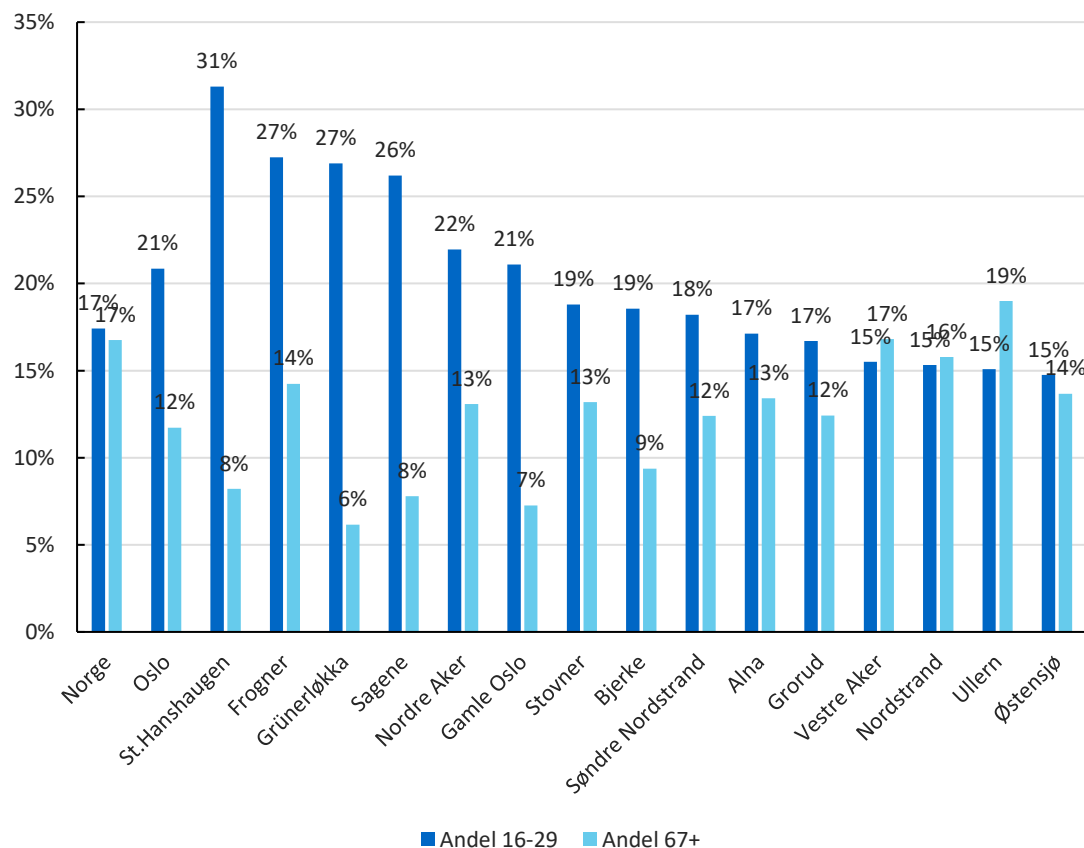
- Innvandrere utgjør i dag 27 prosent av befolkningen i Oslo og landgruppe 3 utgjør 17 prosent av Oslos befolkning.
- Landgruppe 3 har økt mest siden 2010, mens landgruppe 1 og 2 har vært stabilt det siste tiåret.
- Frem mot 2035 er det forventet en lavere nettoinnvandring enn tidligere år, men det er knyttet stor usikkerhet til utviklingen.
- 85 prosent av innvandrere i Oslo er i yrkesaktiv alder, og vi vil se en eldrebølge i denne gruppen.

Kilde: SSB, 2026

SSBs definisjon av innvandrere: Person født i utlandet og begge foreldre er født i utlandet

Demografiske forskjeller i bydelene

Andel mellom 16-29 år og 67 år og eldre i 2026 i Oslo

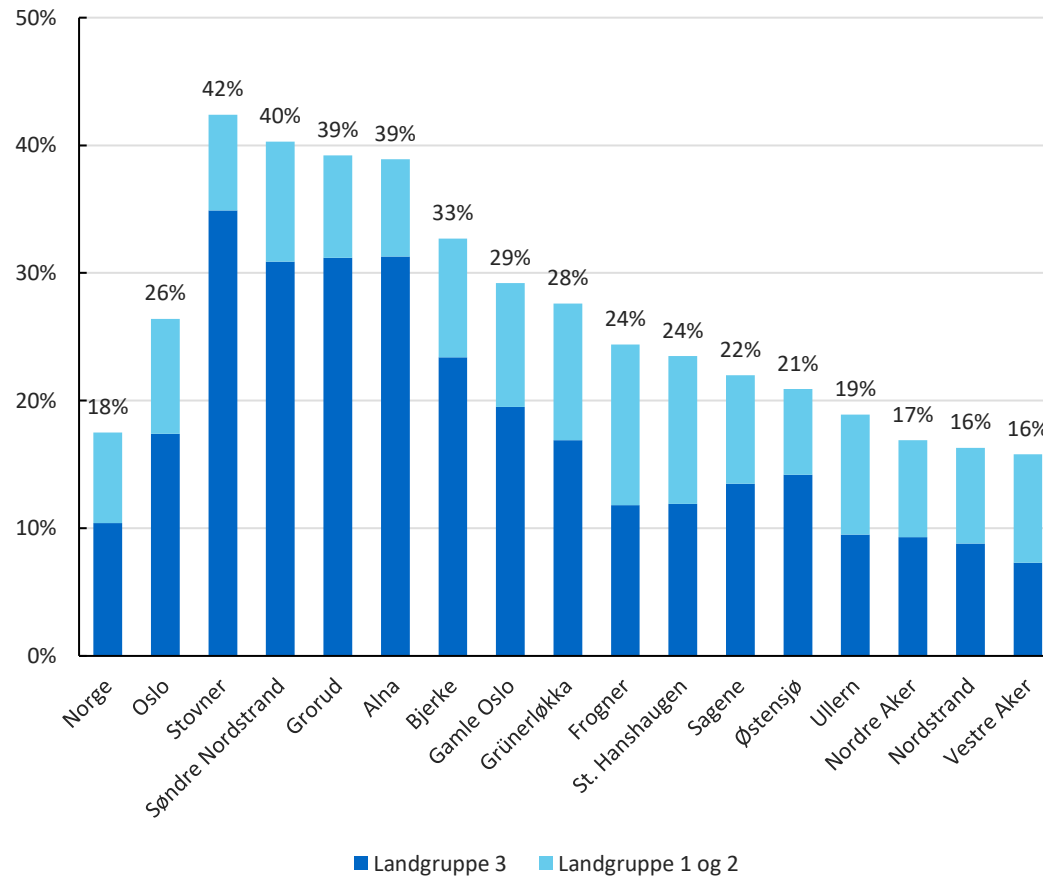


- Demografisk ser vi et stort skille mellom bydeler – øst, vest, sentrum
- Strukturelle forskjeller:
 - Alderssammensetning
 - Andelen innvandrere
 - Utdanningsnivå
 - Kombinasjoner

Kilde: Oslo kommune statistikkbank, 2026

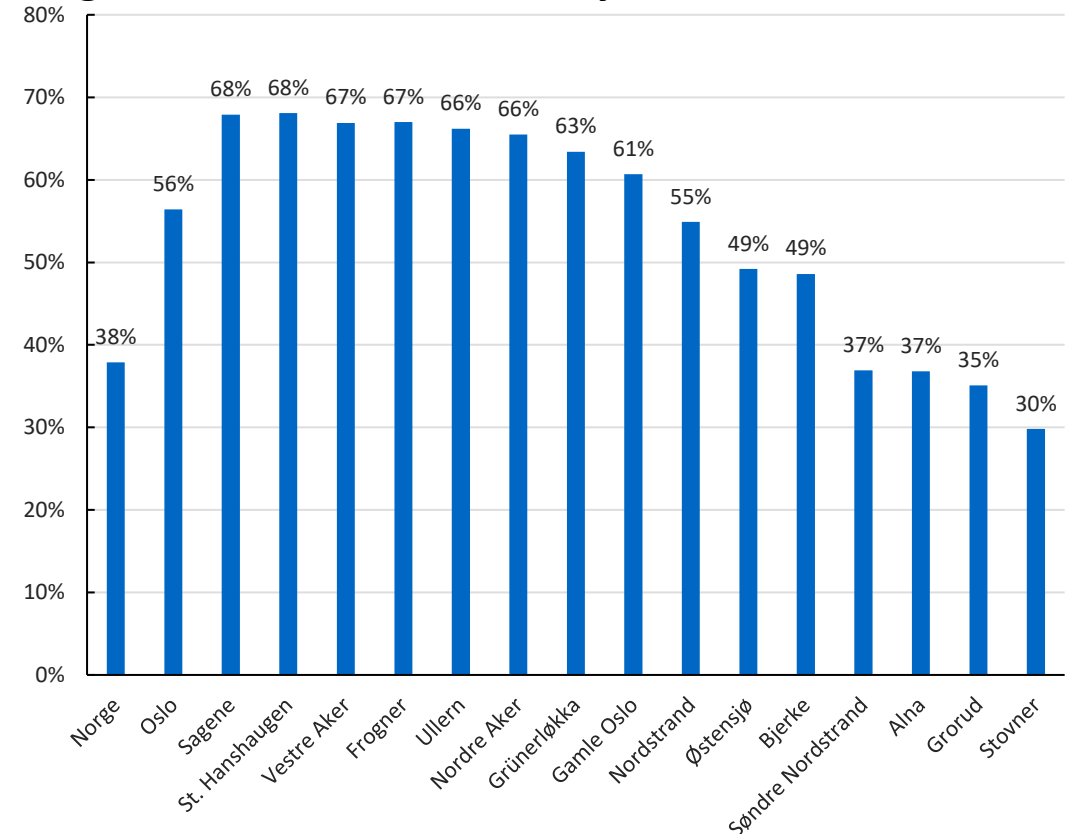
Demografiske forskjeller i bydelene

Andel innvandrere i Oslos bydeler i 2026



Kilde: SSB, 2026

Andel med høyere utdanning på universitets- og høgskolenivå i 2026 i Oslos bydeler

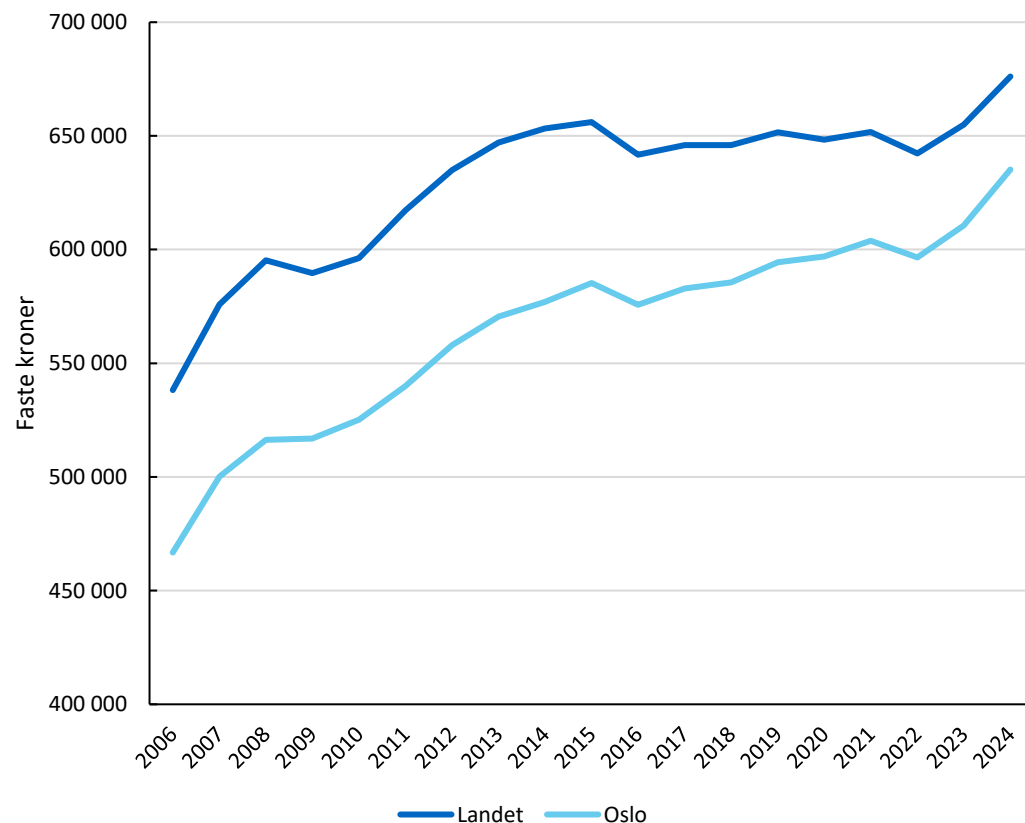


Kilde: SSB, 2026

2 Levekår

Utvikling i realinntekt

Utvikling i medianinntekt etter skatt for husholdninger, i faste 2024-priser. For Oslo og landet

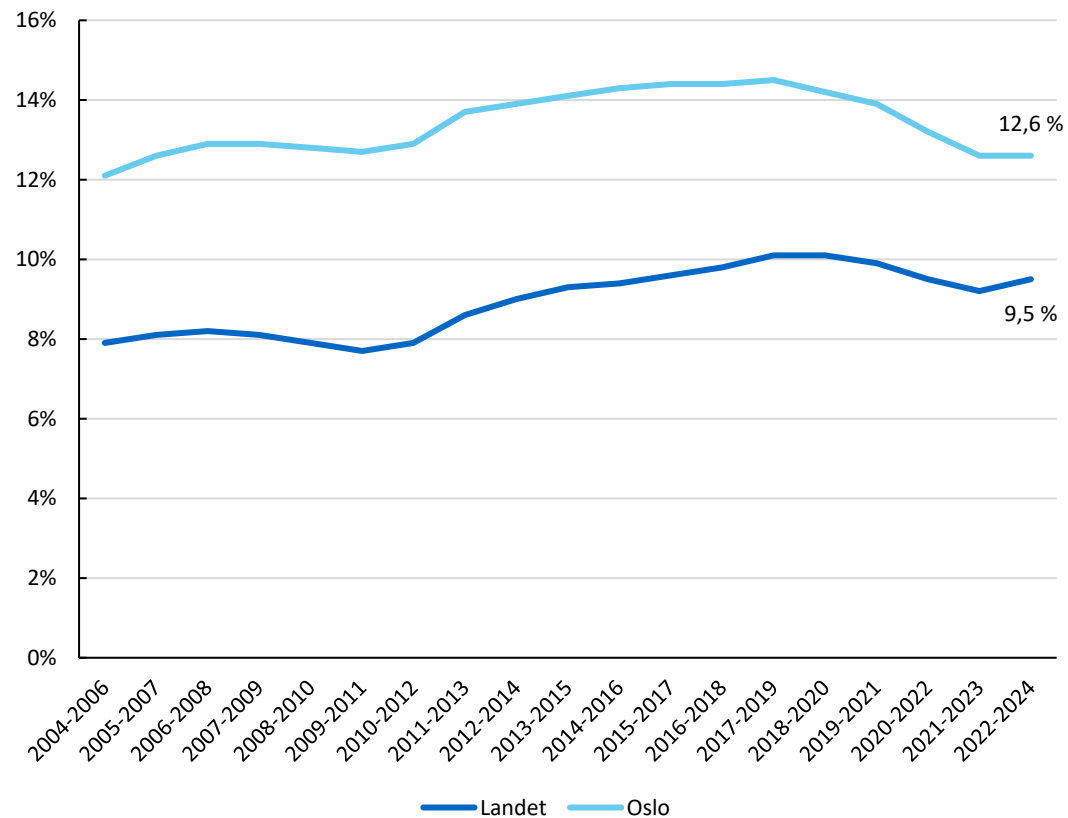


Kilde: SSB, 2026

- Realinntekt er verdien av inntekt, korrigert for prisutviklingen og justert for husholdningssammensetningen.
- Den økte inntekten blant husholdninger i 2024 tilsvarer en økning på 4,0 prosent fra året før.
- Økningen i 2024 er den sterkeste siden 2007.

Utvikling i vedvarende lavinntekt i Oslo og Norge

Utvikling i andel personer med vedvarende lavinntekt (EU-60). For Oslo og landet

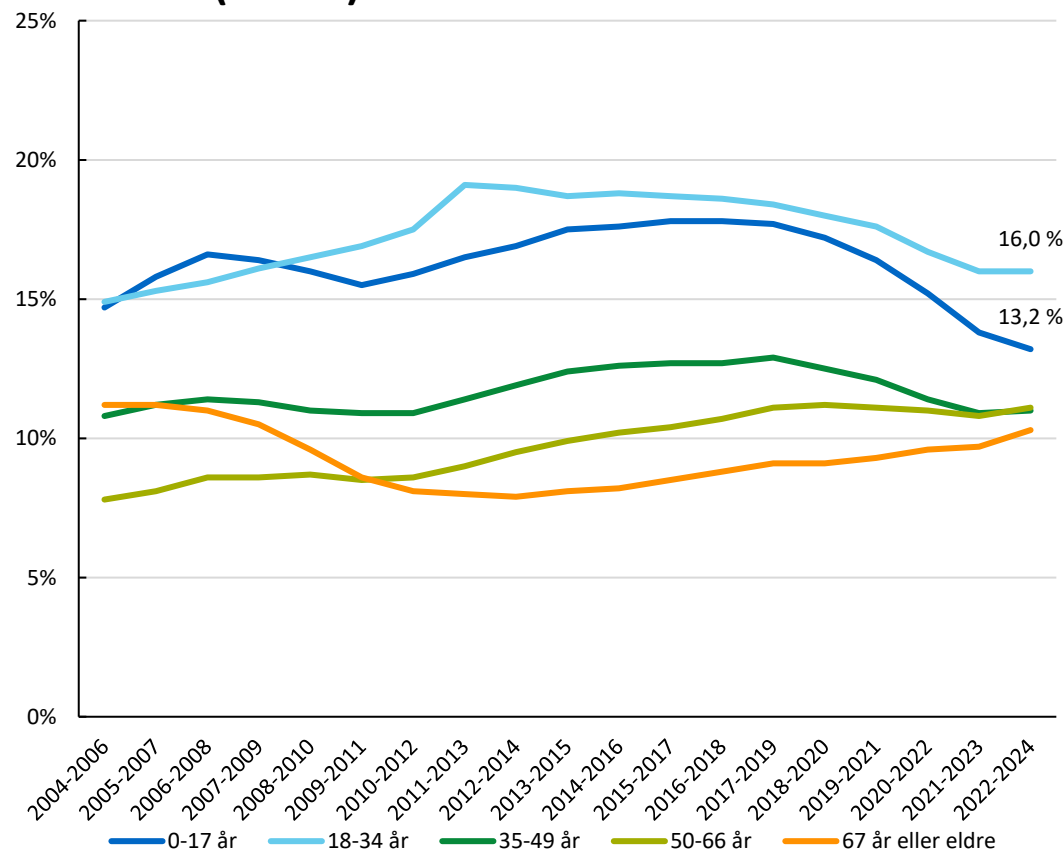


- Nedgang i vedvarende lavinntekt i Oslo.
- Fortsatt høy andel med vedvarende lavinntekt i Oslo - 12,6 prosent.
- Langt flere med vedvarende lavinntekt i Oslo enn i landet.

Kilde: SSB, 2026

Utvikling i vedvarende lavinntekt for aldersgruppene i Oslo

Utvikling i andel personer med vedvarende lavinntekt (EU-60) i Oslo etter alder

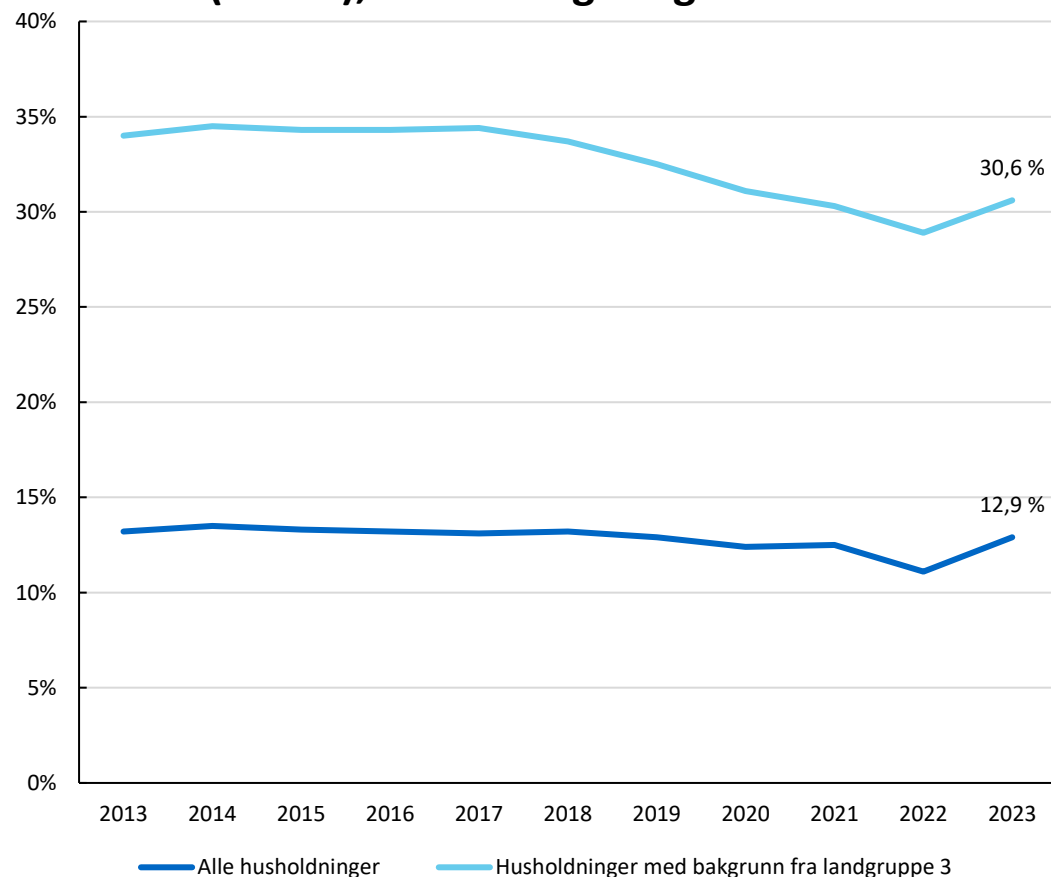


Kilde: SSB, 2026

- Særlig blant unge under 35 år er det store andeler med vedvarende lavinntekt.
- Det er de yngre aldersgruppene som har den største nedgangen de siste årene.
- En årsak kan være at barnetrygden økte i 2023 for å kompensere for bortfall av særfradraget for enslige forsørgere.

Utvikling i lavinntekt for personer med innvandrerbakgrunn i Oslo

Utvikling i andel husholdninger i Oslo med lavinntekt (EU-60), med korrigering for formue



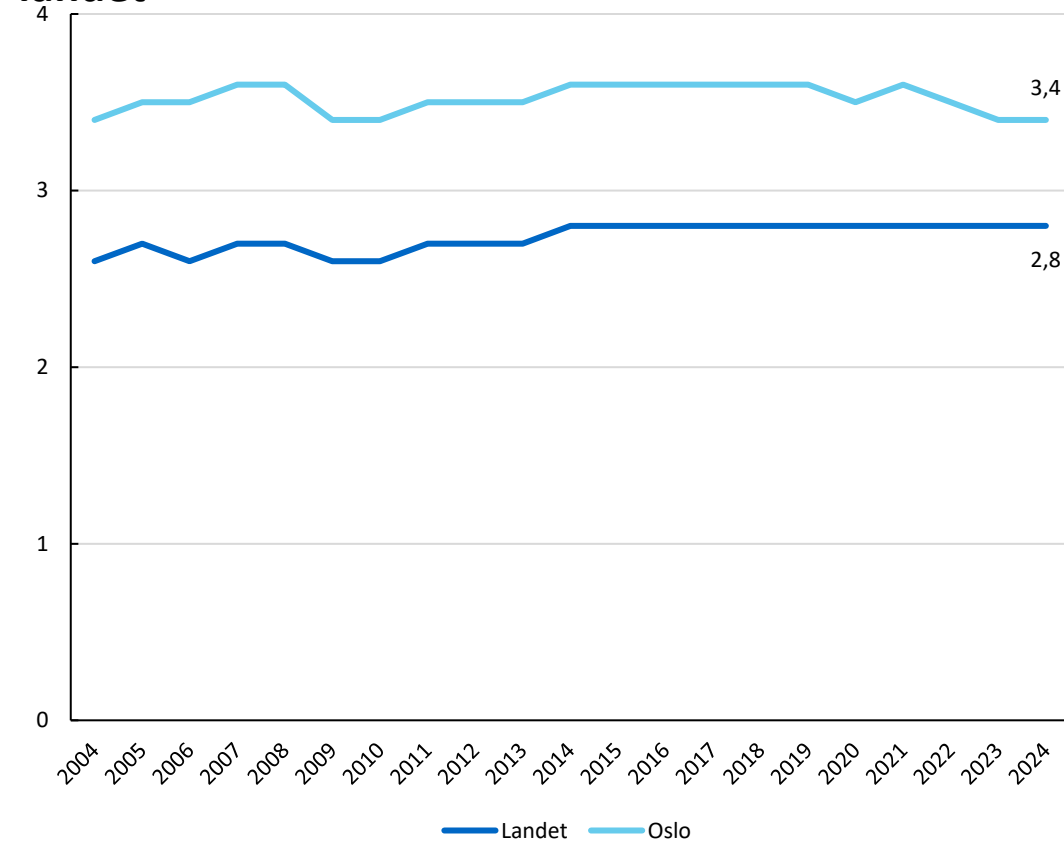
Kilde: Oslo kommune statistikkbank, 2026

- Også blant husholdninger med landbakgrunn fra landgruppe 3 er det store andeler med lavinntekt.
- Økning siste året for begge grupper.

SSBs definisjon av innvandrerbakgrunn: Begge foreldre er født i utlandet

Utvikling i ulikhet i Oslo og Norge

Utvikling i ulikhetsmålet P90/P10. Tall for Oslo og landet

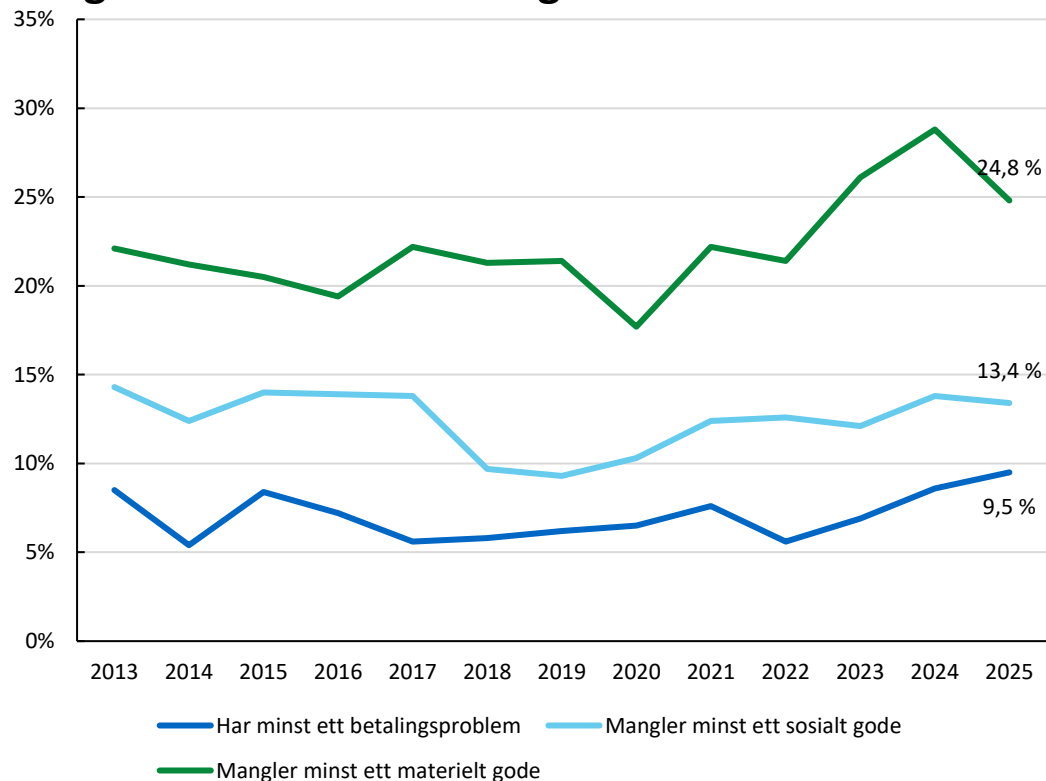


Kilde: SSB, 2026

- P90/P10 på 3,4 vil si at de 10 prosent “rikeste” i Oslo i gjennomsnitt har 3,4 ganger høyere inntekt enn de 10 prosent “fattigste”.
- Det er større ulikhet i Oslo sammenlignet med Norge.
- Siden 2021 har ulikheten i Oslo gått noe ned, mens utviklingen for landet som helhet har vært stabil.

Utvikling i opplevd økonomisk frihet i Oslo

Utvikling i andel personer som har minst et betalingsproblem, mangler minst et sosialt gode og mangler minst et materielt gode

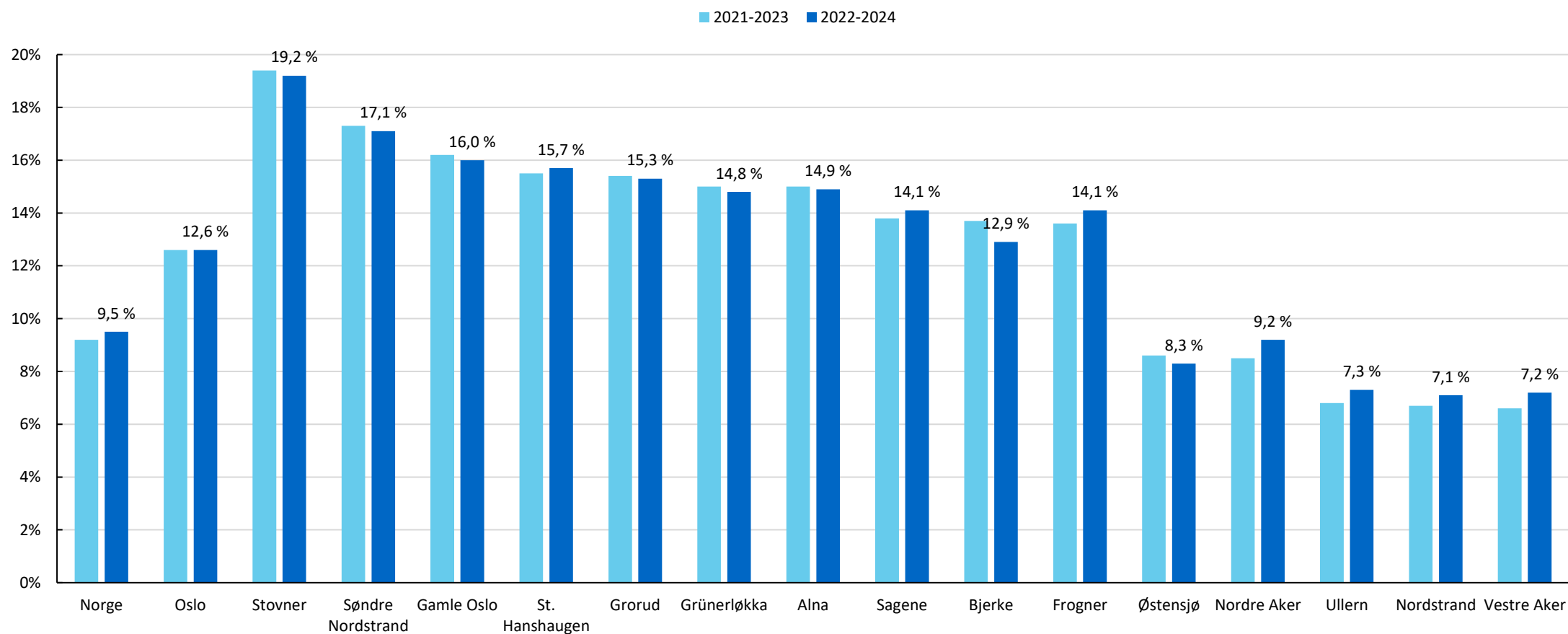


Kilde: Levekårsundersøkelsen SSB, 2026

- Til tross for en økning i realinntekten oppgir flere at de har betalingsproblemer.
- En viktig grunn til at både opplevde økonomiske utfordringer og realinntekt går opp er at utgifter til eie av egen bolig ikke inngår i KPI. Dermed fanges ikke økte boligpriser og økte renter opp.
- Kulturelle og teknologiske endringer kan innebære nye oppfatninger om hva som regnes som nødvendige materielle goder.

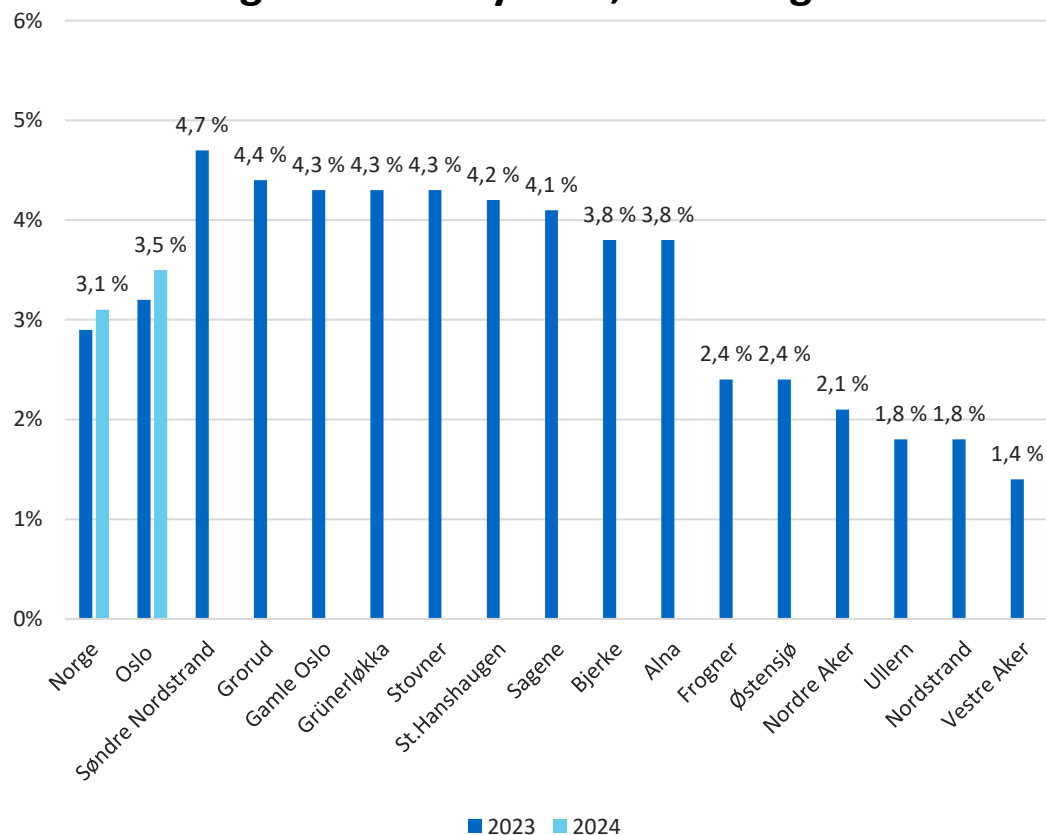
Vedvarende lavinntekt i bydelene

Andel personer med vedvarende lavinntekt (EU-60) i 2026 i Oslo etter bydeler



Mottakere av økonomisk sosialhjelp i bydelene

Unike mottakere av økonomisk sosialhjelp som andel av befolkningen i Oslos bydeler, i 2023 og 2024



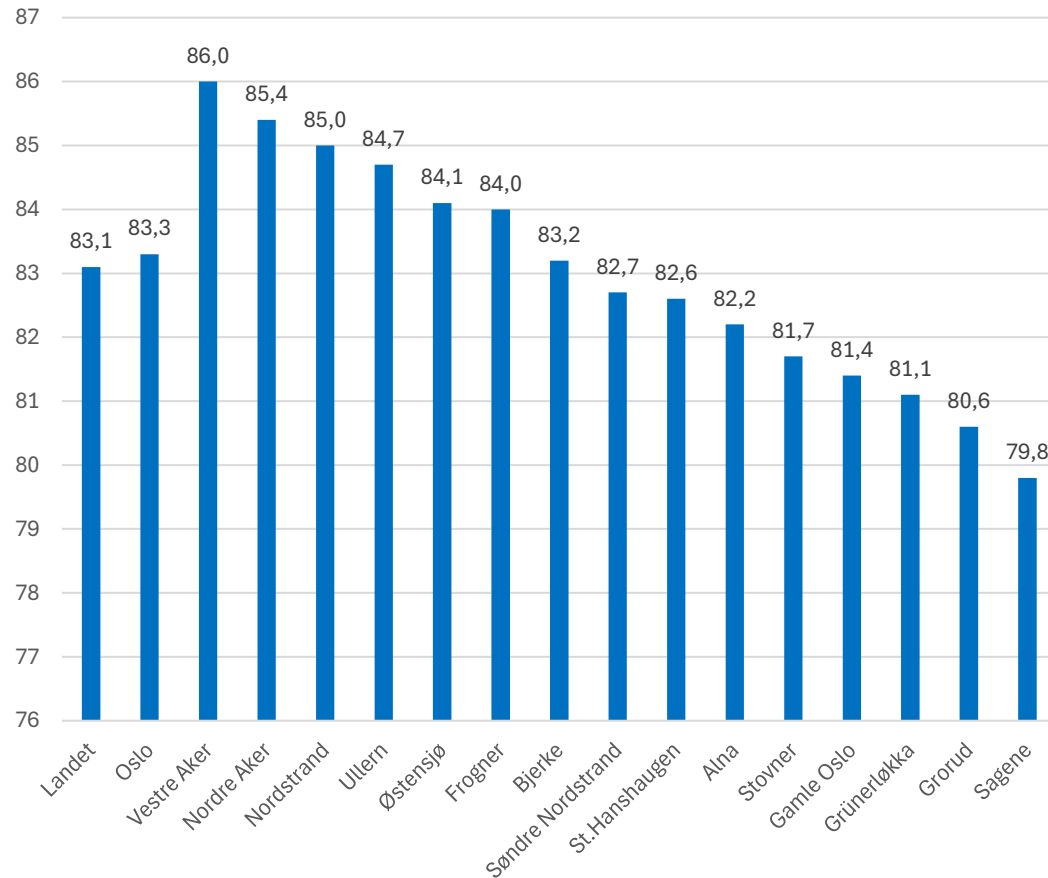
- Antall mottakere av økonomisk sosialhjelp i Oslo har økt noe fra 2023 til 2024.
- Ca. 25 000 unike mottakere av sosialhjelp i Oslo i 2024.
- Andelen mottakere av sosialhjelp er noe høyere i Oslo sammenlignet med resten av landet.
- Høyest andel med sosialhjelp i alderen 20-24 år i Oslo på 5 prosent.

Kilde: SSB, 2025 og Oslo kommune statistikkbank, 2024

3 Helse

Helsetilstanden generelt

Forventet levealder i 2026 i bydeler i Oslo.

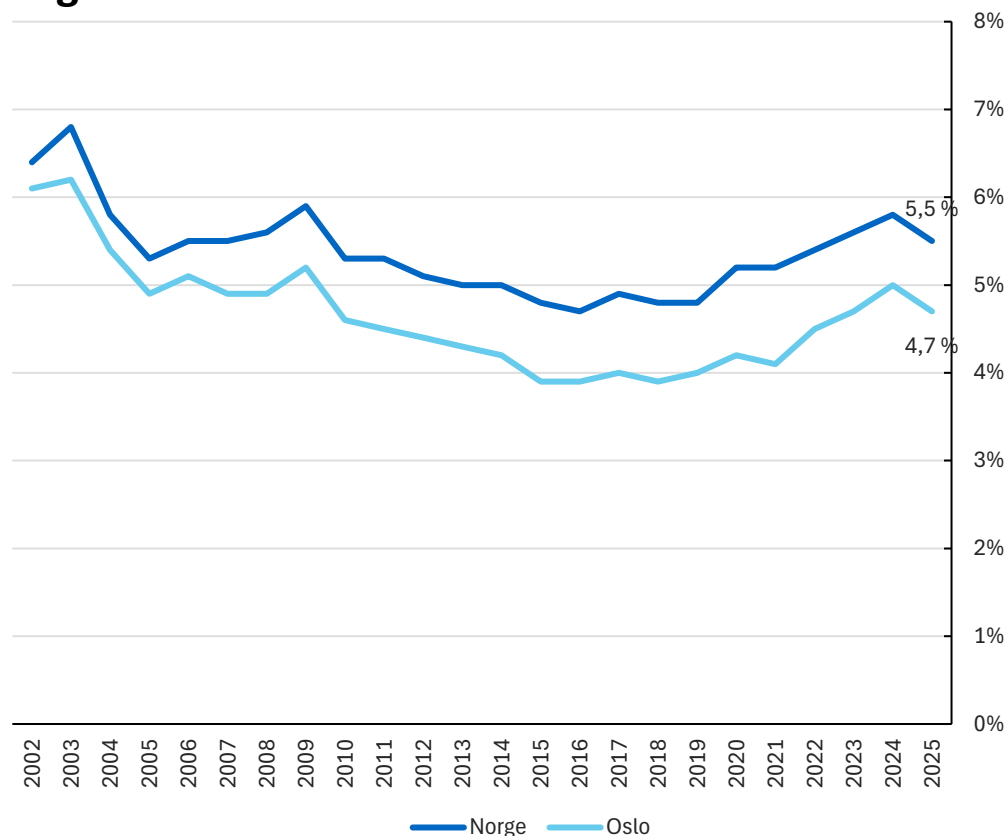


Kilde: Oslo kommune statistikkbank, 2026

- De siste tiårene har sykdomsbyrden blitt redusert og den forventede levealderen økt.
- Selv om helsetilstanden har blitt bedre, forventes det en viss økning i sykdomsbyrden fram mot 2035. Det skyldes den sterke økningen i antall eldre.

Utvikling i sykefravær i Oslo

Utvikling i sykefraværet for Oslo sammenlignet med Norge

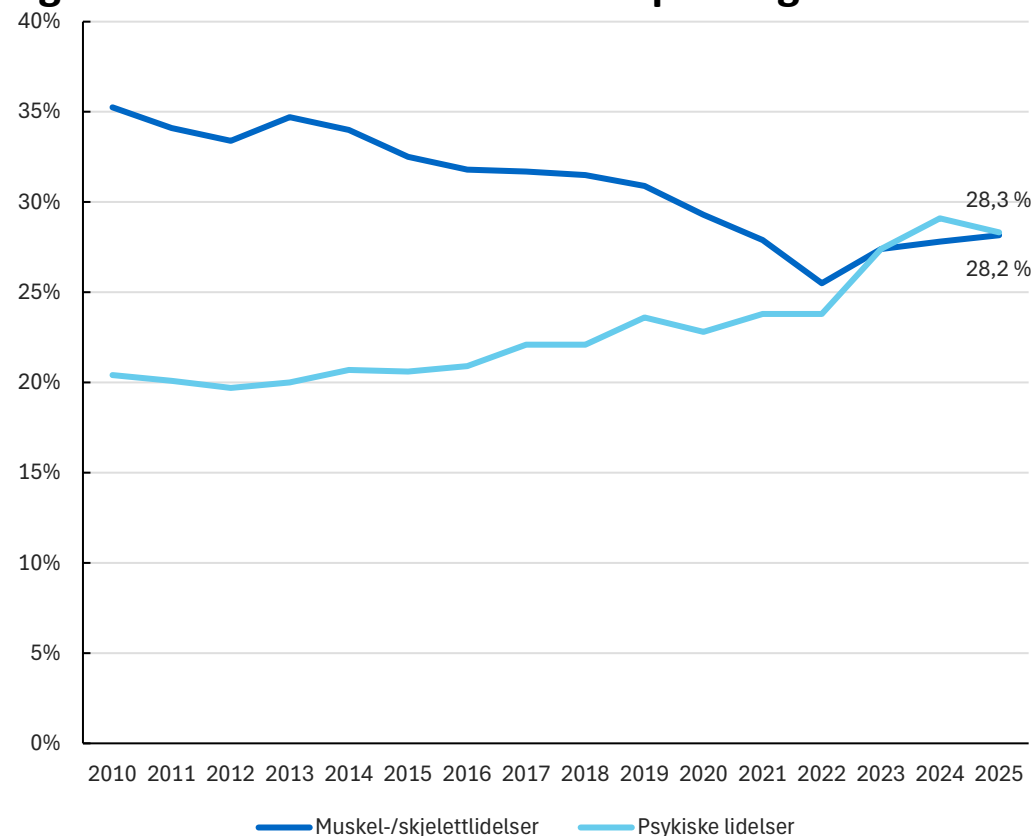


Kilde: Nav statistikkbank, 2026

- Sykefraværet snudde i 2025.
- Ung befolkning og variert arbeidsmarked gir ulike diagnoser, og er noe av forklaringen til at Oslo har lavere sykefravær.
- Noen årsaker som spiller inn:
 - Disiplineringshypotese
 - Nedgangstider reduseres sykefraværet
 - Stresshypotese
 - Oppgangstider kan øke sykefravær
 - Sammensetningshypotese
 - Oppgang/nedgang gir ulik sammensetning

Utvikling i sykefravær for de to største diagnosene i Oslo

Utviklingen i sykefraværet for de to største diagnosene i Oslo som andel av tapte dagsverk

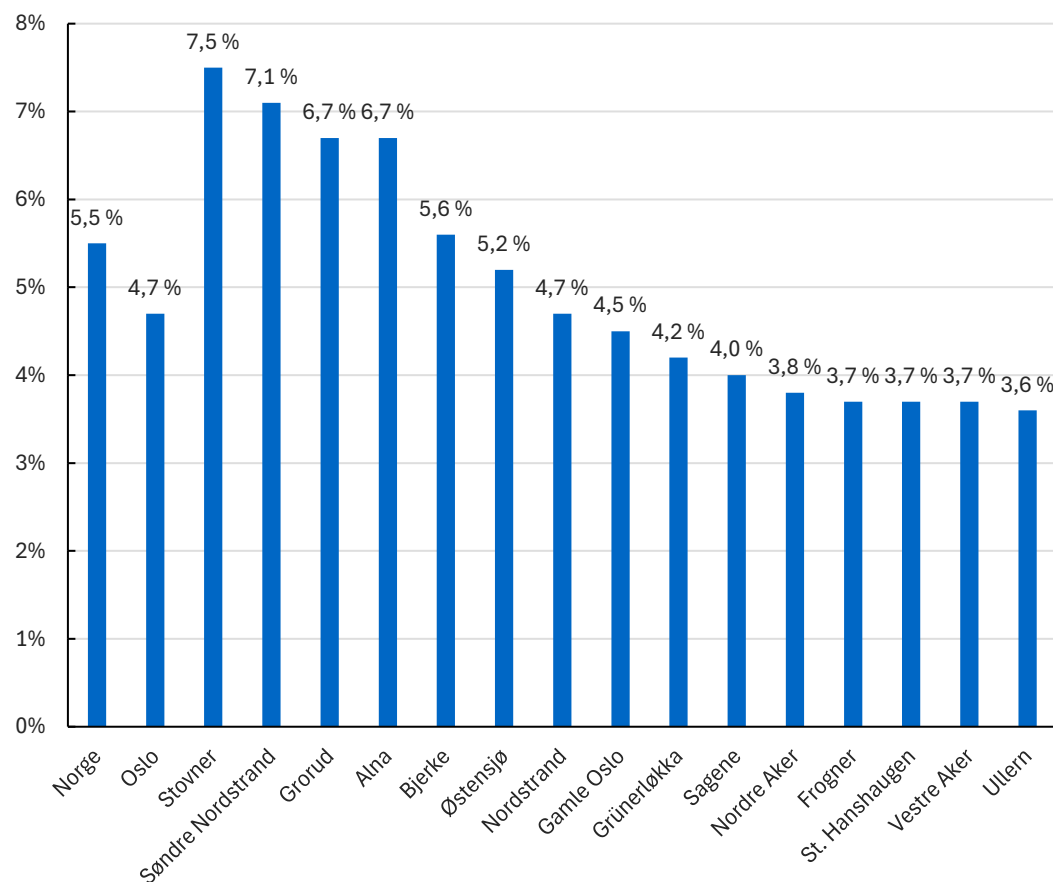


Kilde: Nav statistikkbank, 2026

- Psykiske lidelser er nå den dominerende diagnosen for sykefravær.
 - Men også arbeidsavklaringspenger og uføretrygd, og særlig blant unge.
- Økningen drives av symptomdiagnoser – ikke tyngre sykdomslidelser som angst og depresjon.
 - Psykisk ubalanse og psykiske symptomer/plager
- 50 prosent på AAP kommer fra sykefravær.
- 35 prosent som avslutter AAP går over til å få uføretrygd.

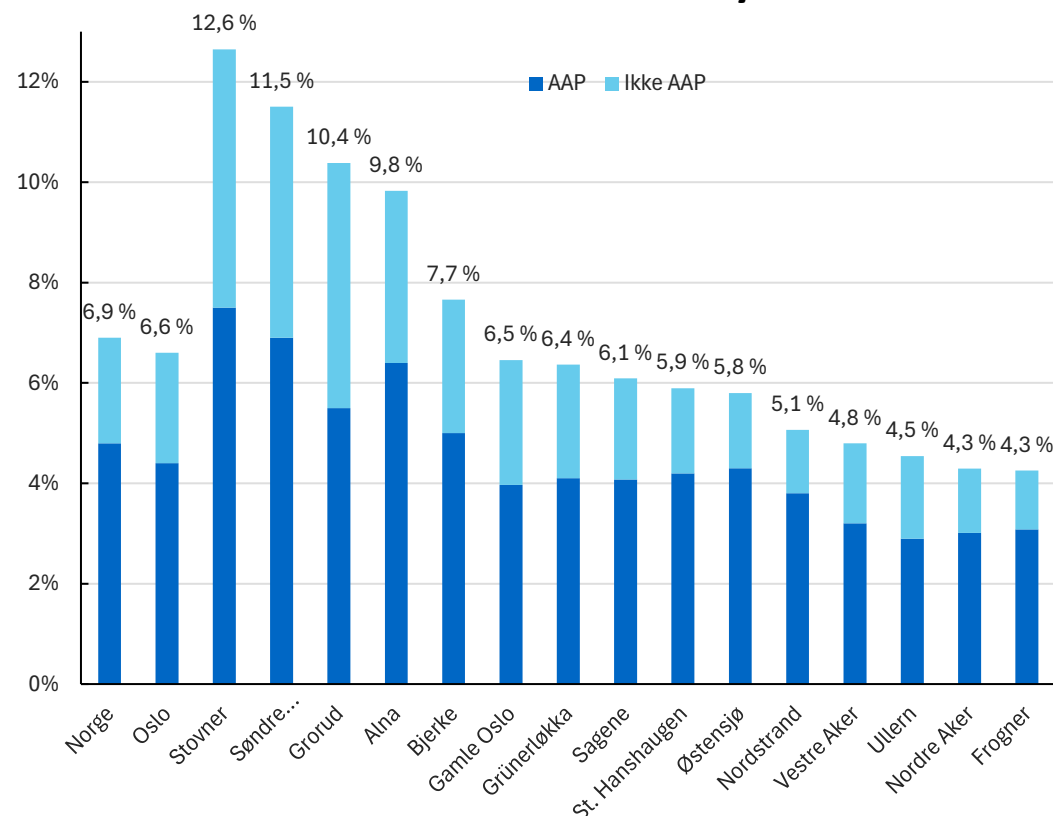
Sykefravær og nedsatt arbeidsevne i bydelene

Sykefraværet i 2026 fordelt på bydelene i Oslo



Kilde: Nav statistikkbank, 2026

Andel med nedsatt arbeidsevne i 2026, fordelt på om de mottar AAP eller ikke i Oslos bydeler



Kilde: Nav statistikkbank, 2026

4 Arbeidsmarkedet

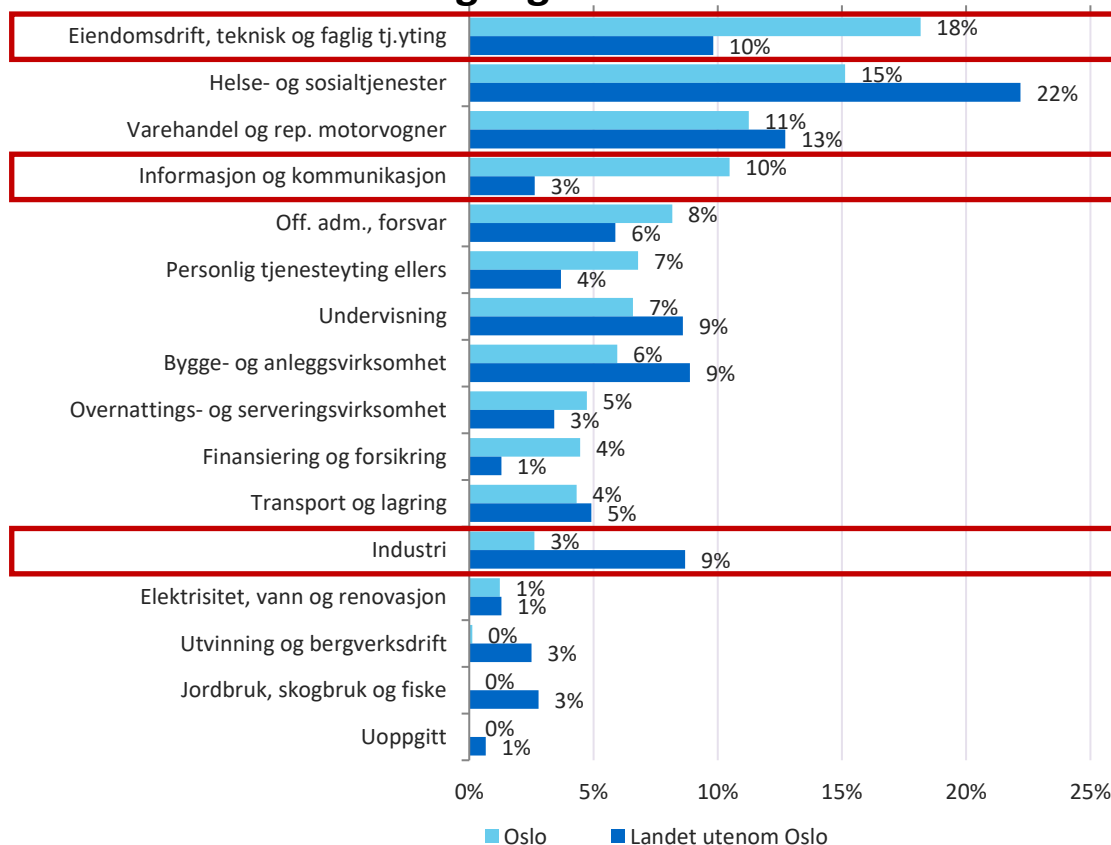
Arbeidsmarkedet i Oslo mot 2035

- Proteksjonisme og geopolitisk usikkerhet, der særlig kriger og handelskonflikt påvirker Norge.
- Økende mangel på arbeidskraft
 - Eldrebølgen
 - Lavere innvandring
- Teknologisk utvikling, digitalisering, automatisering og det grønne skiftet gir endringer i kompetansebehov.
- Arbeidsstyrkens fleksibilitet og mobilitet er viktig i omstillingen.
- Formell kompetanse er nøkkelen til omstilling.



Næringsstrukturen i Oslo

Sammenligning av næringsstruktur i Oslo og landet utenom Oslo ved utgangen av 2025

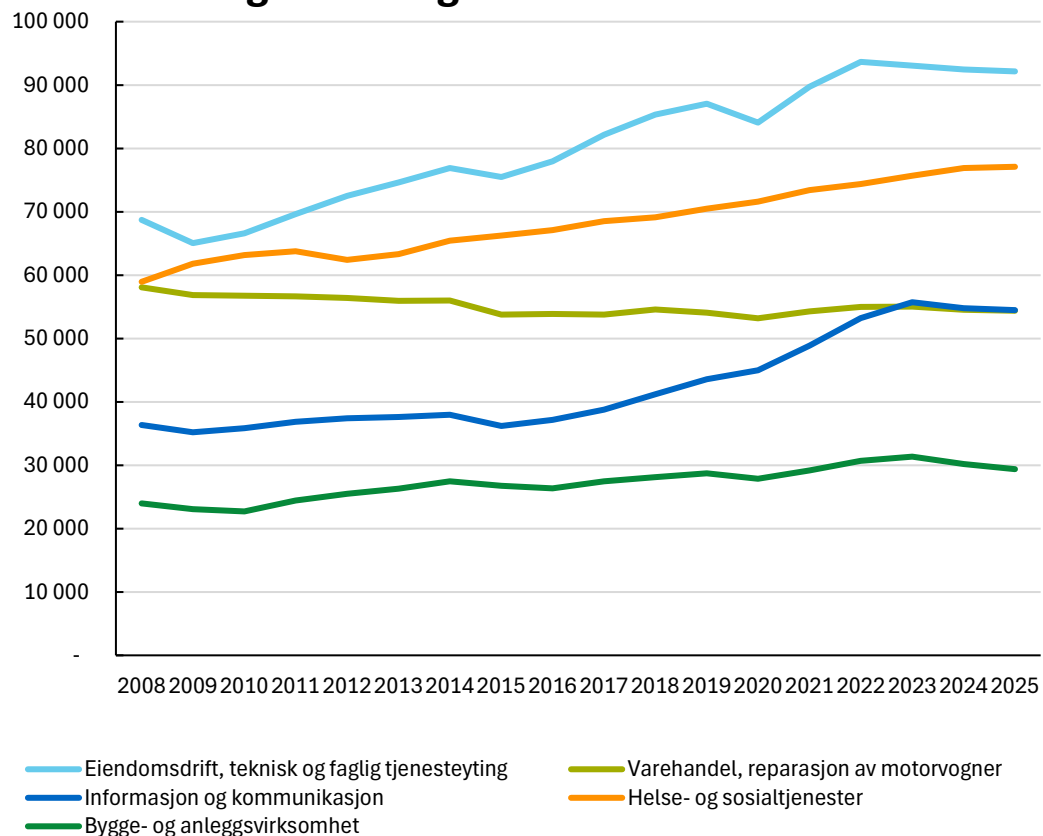


Kilde: SSB, 2026

- Oslos næringsstruktur skiller seg fra resten av landet.
- Departementene, underliggende direktorater, hovedkontorer for større landsdekkende virksomheter og sykehus er lokalisert i Oslo.
- Relativt stor andel innen tjenesteytende næringer og informasjon og kommunikasjon
- Relativt lav andel i Oslo innen industri.
- Behov for kvalifisert arbeidskraft – Både høyere utdanning og fagutdannede.

Utviklingen for sysselsatte i Oslo i fem utvalgte næringer

Utviklingen i antallet sysselsatte mellom 20-66 år for fem utvalgte næringer i Oslo

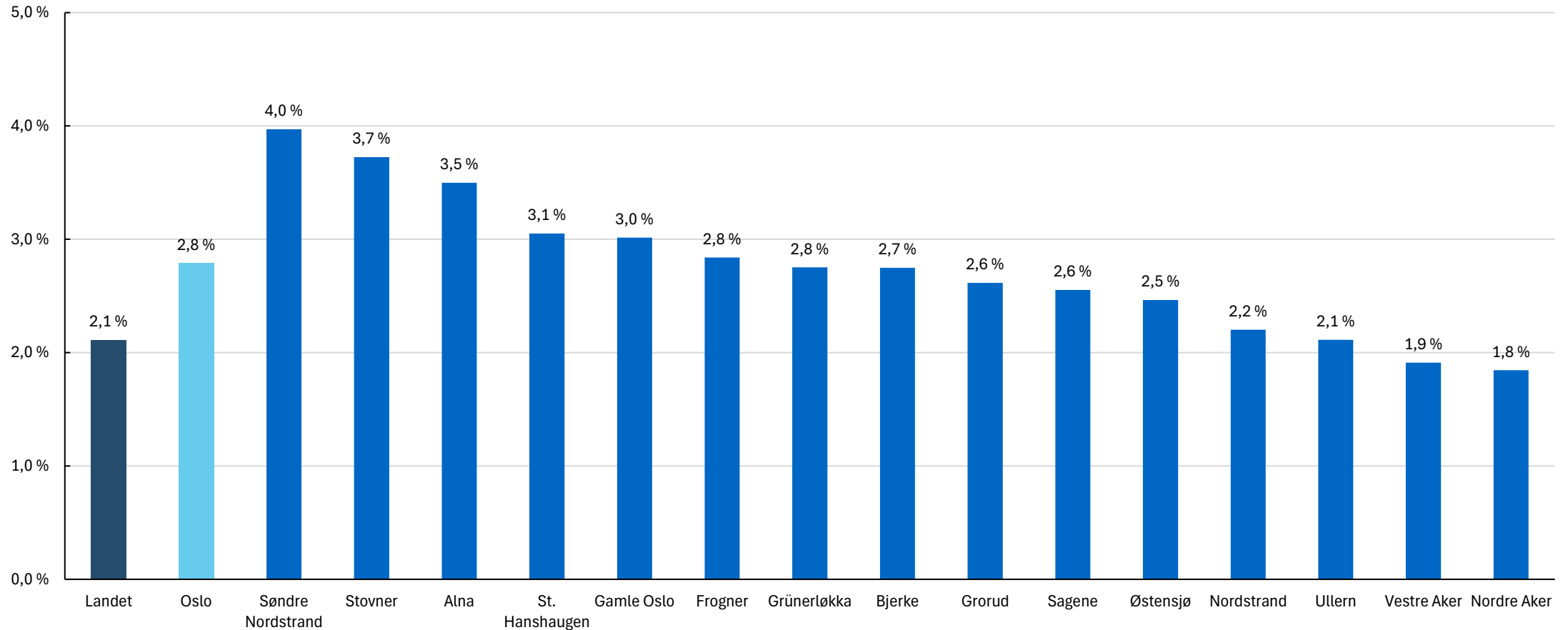


- Eiendomsdrift, teknisk og faglig tjenesteyting og helse- og sosialtjenester
 - Store næringer med betydelig vekst de siste årene
 - Har det største rapporterte udekkede behovet for arbeidskraft i Nav Oslos bedriftsundersøkelse
- Varehandel
 - Utflating i antall sysselsatte det siste tiåret
 - Det ventes en nedgang i varehandelen
- Informasjon og kommunikasjon
 - Kraftig vekst de siste ti årene
 - Med økt digitalisering forventes det økt behov for it-utdannet arbeidskraft
- Bygg- og anleggsnæringen
 - Næringen er konjunktursensitiv
 - Forventes økt aktivitet fremover

Kilde: SSB, 2026

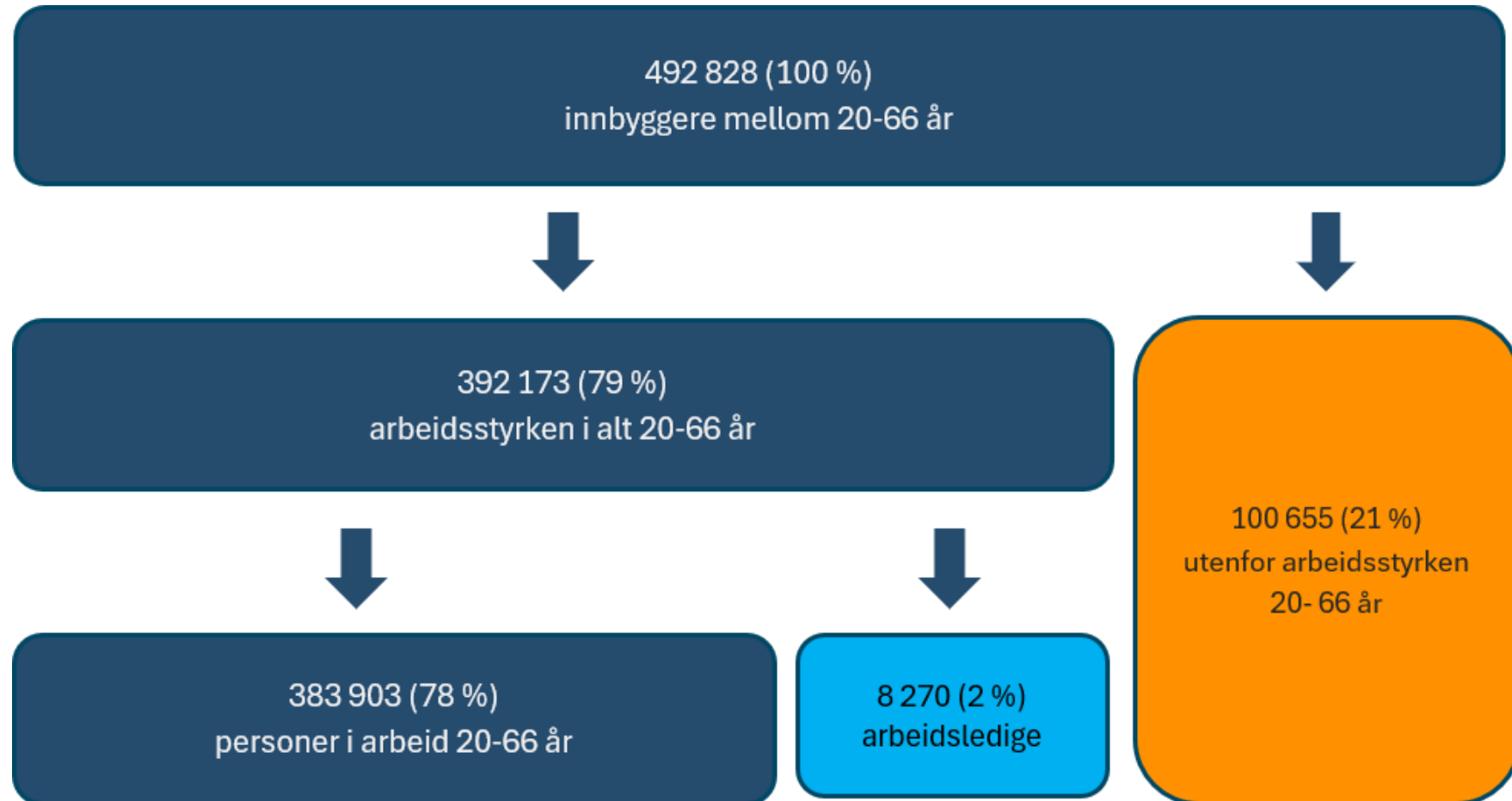
Ledighet i bydelene

Gjennomsnittsledighet i 2025 på landsbasis, i Oslo og bydeler

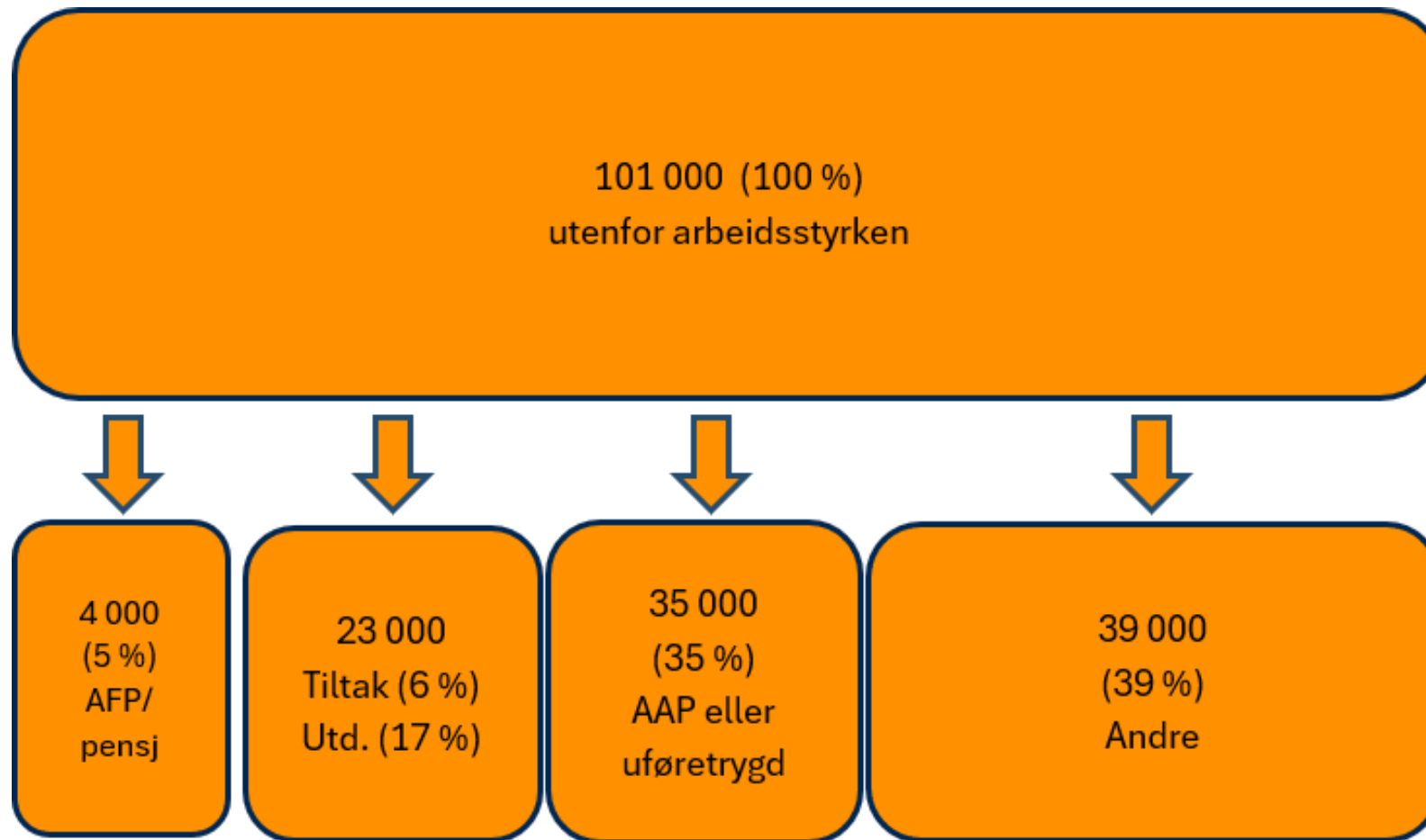


Kilde: Nav statistikkbank, 2026

Befolkning, arbeidsstyrken og arbeidstakere i Oslo



Hva vet vi om personene som er utenfor arbeidsstyrken?



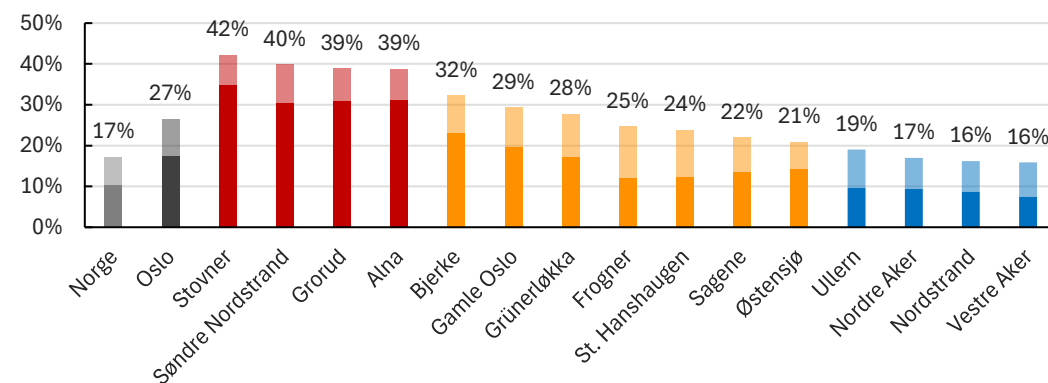
Oppsummering

Hovedfunn

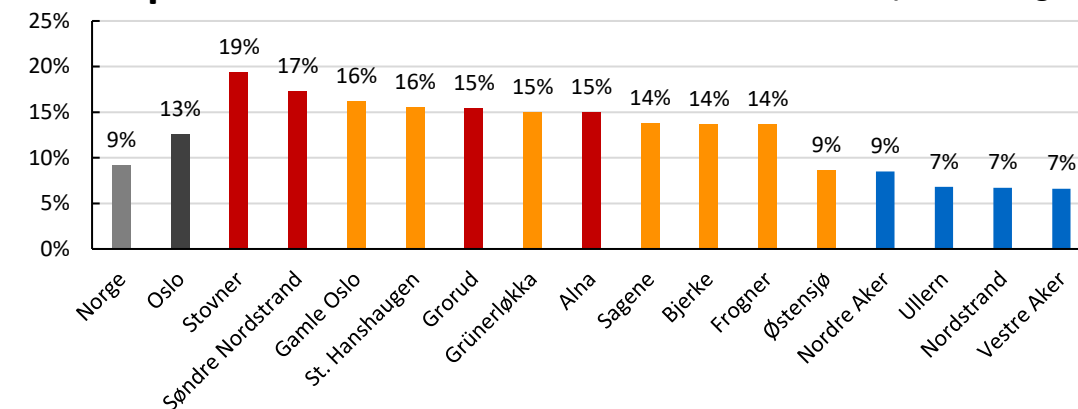
- Det forventes at befolkningsøkningen og aldringen av befolkningen vil føre til at flere vil få bruk for Navs tjenester i Oslo. Frem mot 2035 vil folketallet i Oslo trolig stige med rundt 50 000 mennesker, og 25 000 av disse vil anslagsvis være i aldersgruppen 67 år eller eldre.
- Innvandrere utgjør litt over en fjerdedel av Oslos befolkning. En høy andel i denne gruppen har grunnskole som høyeste fullførte utdanning, mens en langt lavere andel har fullført utdanning på universitets- og høghskolenivå.
- Det er en høy andel med lavinntekt i Oslos befolkning og langt flere enn i Norge totalt. I Oslo hadde 12,6 prosent vedvarende lavinntekt i perioden 2022–2024. Det er særlig unge under 35 år, barnefamilier, innvandrere og personer med landbakgrunn fra landgruppe 3 som lever i vedvarende lavinntekt.
- I likhet med resten av landet er det en stor bekymring at sykefraværet øker også i Oslo, selv om den negative utviklingen snudde i 2025. Psykiske lidelser er nå den dominerende diagnosen både for sykefravær, arbeidsavklaringspenger og uføretrygd.
- Stor usikkerhet i internasjonal handel og geopolitikk kan gi større svingninger og omstillinger i arbeidsmarkedet - også i Oslo. Nav Oslo må ha fleksibilitet og kunne håndtere brå endringer. Det kommer i tillegg til utfordringen med at en aldrende befolkning gir økende gap mellom offentlige utgifter og inntekter. Det blir flere omsorgsoppgaver, og færre til å løse disse oppgavene.
- Det er forventet økt behov for arbeidskraft i årene som kommer i noen av de største næringene i Oslo, særlig innen IT, men også innen eiendomsdrift, teknisk og faglig tjenesteyting, helse- og sosialtjenester, samt bygg- og anleggsnæringen.
- Samtidig som det forventes økt behov for kvalifisert arbeidskraft, er det mange som ikke er aktive på arbeidsmarkedet. Her finner vi flere utsatte grupper, inkludert unge under 30 år, innvandrere og personer med lite formell utdanning. Disse gruppene møter ofte ekstra utfordringer i arbeidsmarkedet.

Oslo er en delt by

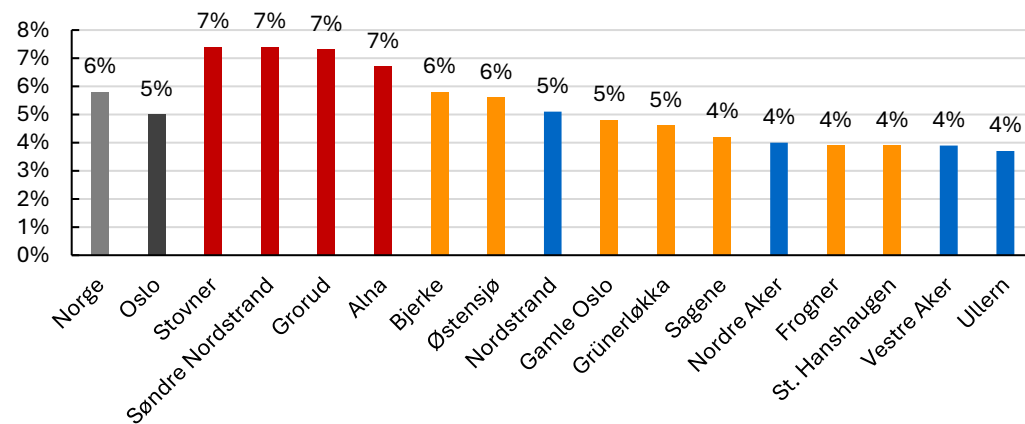
Andel innvandrere (alle aldersgrupper)



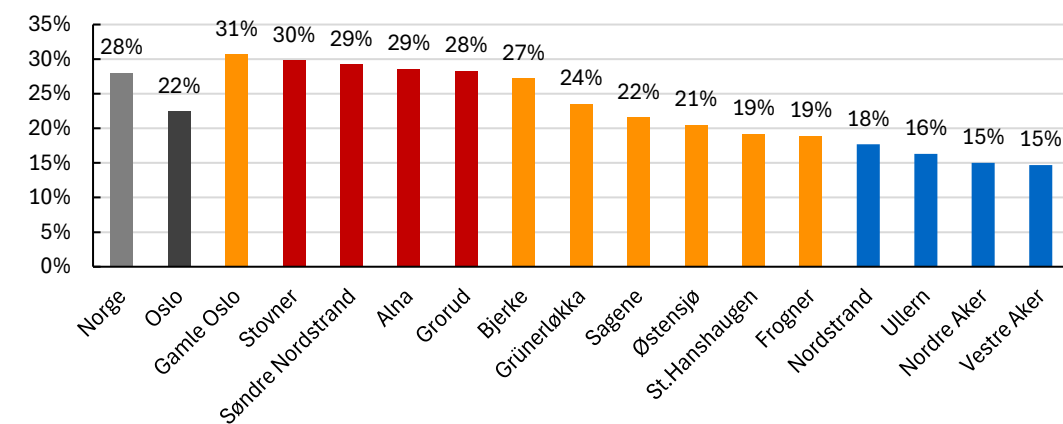
Andel personer med vedvarende lavinntekt (alle aldersgrupper)



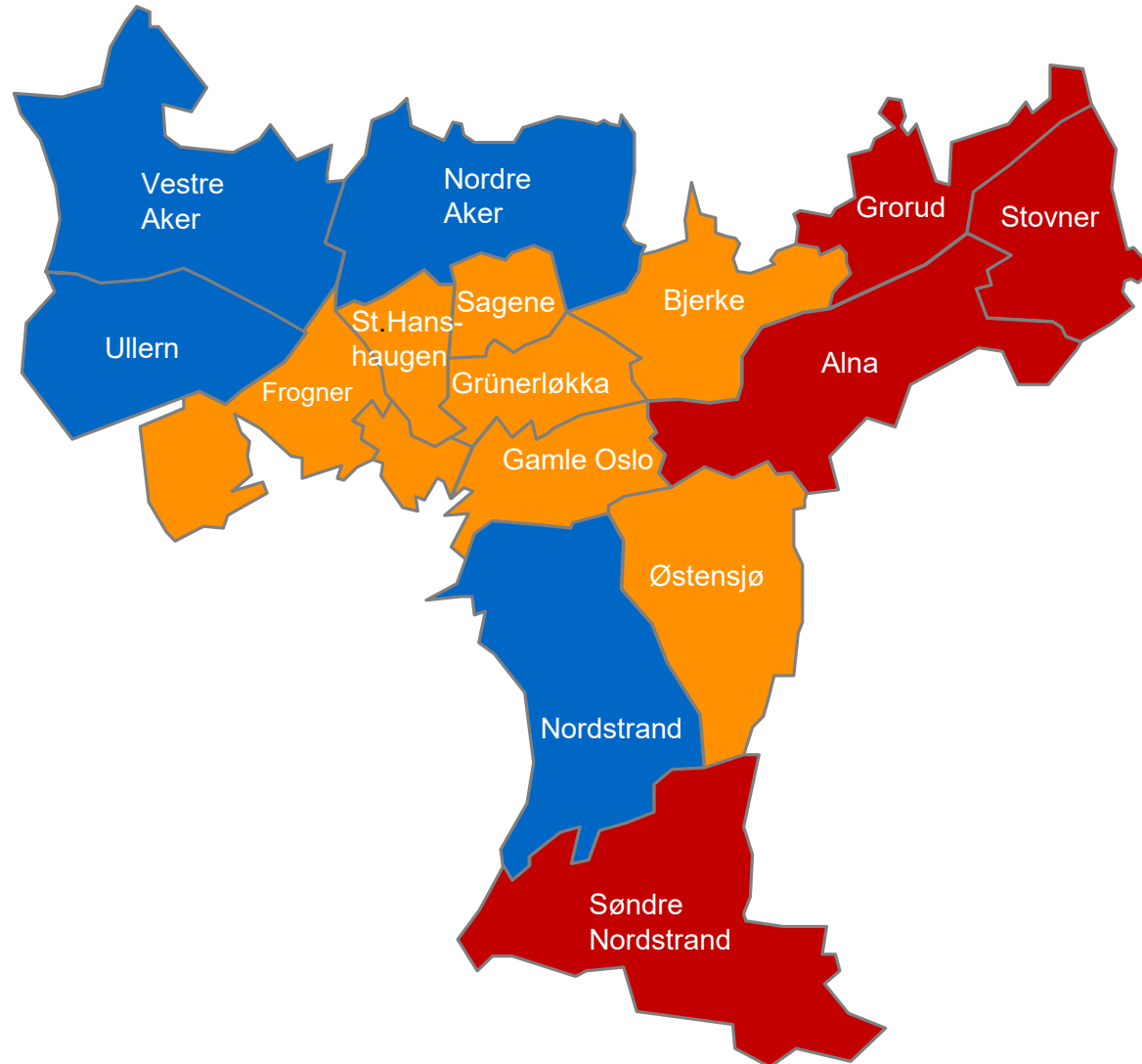
Sykefravær (alle aldersgrupper)



Frafall i videregående opplæring (personer 21-29 år som ikke har fullført vgs i perioden 2017-2023)



Oslo er en delt by



- Analysen bekrefter at det gjennomgående er store forskjeller mellom bydelene i Oslo på områder som: arbeidsledighet, utdanningsnivå, frafall i vgs., levekår og helse, men også alder og innvandrere.
- Dette betyr: I deler av Oslo har befolkningen bedre forutsetninger enn i landet til å komme ut i jobb, mens i andre deler av byen står mange langt fra arbeidslivet.