

Innbyggerpanel som metode for eldremedvirkning

En veileder



INNHOOLD

Hvorfor involvere eldre i innbyggerpanel?	03
Medvirkning – lovpålagt i utforming av planarbeid og helse- og velferdstjenester	04
Hva er et innbyggerpanel?	06
Metodikkens tre overordnede prinsipper	07
Erfaringer fra innbyggerpanel for eldre i Stavanger kommune	08
Faser i planlegging og gjennomføring	10
Hva bør du tenke gjennom?	11
OECDs prinsipper for gode folkepanel	16
Referanser	17

Veilederen er utarbeidet av:

Ingunn T. Ellingsen, Universitetet i Stavanger (Nettverk for velferdsforskning), Solveig Grønnestad, Stavanger kommune, Kjersti-Helene Haarr, VID vitenskapelige høgskole, i samarbeid med Mariann Strandvåg, Stavanger kommune, Marie Harbo Dahle, SoCentral og Martin Gjelsvik, deltaker i innbyggerpanel for eldre (Stavanger kommune).

Fianansiering og oppdragsgiver:

KS, Kommunesektorens organisasjon.

ISBN: 978-82-8439-498-5

Illustrasjon framside: Egil Bjørøen for Stavanger kommune.

Hvorfor involvere eldre i innbyggerpanel?

Norge og en rekke andre land står foran demografiske endringer som får stor betydning for hvordan vi skal organisere velferdssamfunnet i årene som kommer. At vi lever lenger, og at samfunnet består av mange friske og ressurssterke eldre, er en positiv utvikling. Samtidig medfører en økende andel eldre i befolkningen nye utfordringer og gjør det nødvendig å tenke nytt om hvordan vi legger til rette for at flest mulig kan leve aktive og meningsfulle hverdagsliv der de bor.

En viktig del av dette er å involvere seniorer mer direkte i utviklingen av lokalsamfunn, tjenester og møteplasser. Myndigheter og eldre innbyggere kan i fellesskap skape omgivelser som fremmer deltakelse, tilhørighet og livskvalitet. Slik planlegging må ta høyde for at eldre ikke er en ensartet gruppe, men tvert imot svært mangfoldig når det gjelder alder, utdannings- og yrkesbakgrunn, sosioøkonomiske vilkår, nettverk og familiesituasjon, språk- og kulturbakgrunn samt digital kompetanse. I tillegg kan økende alder føre til ulike fysiske og kognitive utfordringer som vil variere i både omfang og konsekvenser. Eldrebefolkningen representerer samtidig en betydelig ressurs, og deres livserfaring, kunnskap og engasjement kan bidra til å utvikle lokalsamfunn og løsninger som kommer hele befolkningen til gode.

Det er kjekt at noen vil høre på oss, de meningene vi har [...] Det handlet for min del om samfunnsengasjement og byen vår. Jeg synes det var fantastisk. Det var som å vinne i Lotto at vi ble trukket ut.

Deltaker Innbyggerpanelet i Stavanger
(Haarr m.fl. 2026, s. 72)



Innbyggerpanel Stavanger kommune
Foto: Rita Lindås

Medvirkning – lovpålagt i utforming av planarbeid og helse- og velferdstjenester

I Norge er medvirkning lovfestet på flere områder. Innen helse- og omsorgstjenestene har brukere rett til medvirkning både på individ- og tjenestenivå (Helse- og omsorgstjenesteloven, 2021). Kommuner og fylkeskommuner er også pålagt å opprette eldreråd og råd for personer med funksjonsnedsettelse som skal bidra til at perspektivene fra gruppene det gjelder blir hørt i politiske beslutningsprosesser (Forskrift om kommunale og fylkeskommunale råd, 2019). Også kommunal planlegging er underlagt kravet om medvirkning. Plan- og bygningsloven § 5–1 pålegger offentlige myndigheter å legge til rette for at innbyggere og berørte grupper kan delta i planprosesser som påvirker deres hverdagsliv (Plan- og bygningsloven, 2009).

I praksis skjer medvirkningen ofte gjennom etablerte ordninger som høringer, spørreundersøkelser og andre konsultasjonsformer, og gjerne digitalt. Selv om slike metoder kan gi verdifulle innspill, legger de ofte opp til relativt passive former for deltakelse.

I denne veilederen vil vi understreke verdien av mer aktive og dialogbaserte medvirkningsformer – her spesifikt innbyggerpanel, også kalt folkepanel. Gjennom denne metoden får innbyggere anledning til å lære om, diskutere og utvikle forslag til løsninger i fellesskap. Innbyggerpanel kan dermed fungere både som en medvirkningsarena der innbyggere formidler synspunkter og erfaringer, og som en arena for felles refleksjon, læring og samskaping av løsninger.

WHO (2023) definerer aldersvennlige samfunn som samfunn hvor vi:

- Anerkjenner mangfoldet blant eldre
 - Fremmer inkludering av eldre
- Verdsetter eldres bidrag i samfunnet
 - Respekterer eldres beslutninger
- Forventer og responderer på aldersrelaterte behov og preferanser
(KS: Håndbok for aldersvennlig samfunn, s. 5).

Dette innebærer at vi må jobbe på tvers av nivåer og sektorer!

Erfaring viser at de som deltar i medvirkningsprosesser ofte er personer som blir sett på som ressurssterke med stor samfunnsinteresse og en høy grad av digital kompetanse. Dette kan gjøre det utfordrende å få fram perspektivene til grupper som i mindre grad engasjerer seg gjennom tradisjonelle medvirkningskanaler eller -metoder. I de senere årene har folkepanel blitt introdusert av både sivilsamfunnsorganisasjoner og offentlige myndigheter, delvis som svar på bekymringer om demokratisk tilbakegang. Folkepanel kan være et viktig supplement ved å skape arenaer for deltakelse og dialog som når bredere ut i befolkningen. Slike ordninger kan bidra til å styrke eldres mulighet til innflytelse, ettersom eldre ofte er underrepresentert i folkevalgte organer på både nasjonalt og lokalt nivå.

Hva er et innbyggerpanel?

Folkepanel, eller innbyggerpanel som vi omtaler det i denne veilederen, er en metode der et utvalg innbyggere får tilgang til relevant kunnskap, diskuterer en problemstilling i fellesskap og utarbeider anbefalinger til beslutningstakere[1]. Metoden brukes både i utredning, planlegging og politikkutforming.

Innbyggerpanel er egnet for å nå bredt ut til innbyggere, også de som vanligvis ikke deltar aktivt i politiske prosesser, ettersom deltakerne rekrutteres gjennom tilfeldig utvalg (loddtrekning). Deltakelsen er likevel frivillig. Oppdraget til panelet er ofte formulert på forhånd av oppdragsgiveren, som et nøytralt, tydelig og lett forståelig spørsmål. Hensikten er, ifølge OECDs prinsipper, å rette panelets arbeid mot en konkret samfunnsutfordring eller et avgrenset beslutningsområde, der innbyggernes vurderinger kan gi et relevant grunnlag for politikkutforming og offentlig planlegging.

Innbyggerpanel kan etableres for å behandle ett eller flere avgrensede temaer. De kan være tidsavgrensede eller mer permanente, og kan brukes til å belyse både praktiske, tekniske, politiske og etiske spørsmål. Ved avslutningen av panelarbeidet overleveres anbefalingene formelt til oppdragsgiver, ofte politikere eller offentlige myndigheter, som deretter vurderer hvordan de skal følges opp.

[1] Se www.folkepanel.no

Metodikkens tre overordnede prinsipper

1) Representativitet

For å sikre representativitet rekrutteres deltakerne vanligvis gjennom et tilfeldig trukket utvalg (randomisert utvalg), som settes sammen slik at panelet i størst mulig grad speiler befolkningen, for eksempel med hensyn til alder, kjønn, bosted og bakgrunn (stratifisert utvalg).

2) Deliberasjon

Deltakerne skal få tilgang til relevant informasjon fra eksperter, fagpersoner og berørte interessegrupper. Hensikten er å legge til rette for en opplyst samtale der alle kan delta på mest mulig like vilkår. Informasjon gir kunnskap om det aktuelle temaet, noe som er viktig for å sikre at ulike perspektiver og interesser blir belyst. Panelet inngår deretter i en deliberativ prosess, lytter til hverandres argumenter og vurderer relevante forhold. Deltakere er likeverdige og skal derfor ha like muligheter til å komme til orde. Dette ivaretas ofte gjennom arbeid i mindre samtalegrupper.

3) Påvirkning gjennom anbefalinger

Innbyggerpanelets arbeid munner vanligvis ut i (ofte omforente) anbefalinger til oppdragsgiver eller relevante politiske beslutningstakere. Anbefalingene er som regel rådgivende, men skal inngå som et kunnskapsgrunnlag i videre planlegging, utviklingsarbeid eller beslutningsprosesser. Målet er at deltakernes vurderinger skal kunne påvirke hvordan offentlige problemstillinger forstås og håndteres.

Kilde: OECD, 2020

Erfaringer fra innbyggerpanel for eldre i Stavanger kommune

Våren 2025 gjennomførte Stavanger kommune et innbyggerpanel bestående av et representativt utvalg av innbyggere i alderen 60–80 år. Panelet møttes fem ganger, og fikk i oppdrag å drøfte spørsmålet: «Vi blir flere eldre som lever lenger. Hva må til for at eldre skal leve gode, selvstendige hverdagsliv i Stavanger?» Med utgangspunkt i nasjonale innsatsområder for et aldersvennlig samfunn utviklet deltakerne anbefalinger til kommunen. Anbefalingene gir innspill til kommunens videre arbeid med å utvikle et aldersvennlig Stavanger. SoCentral var med å designe og gjennomføre folkepanelet.

Deltakerne i panelet ble rekruttert gjennom tilfeldig utvalg i to omganger. I første runde ble det trukket ut til sammen 2500 innbyggere i aldersgruppen 60–80 år, bosatt i fire bydeler i Stavanger. I alt 156 deltakere meldte seg på, enten digitalt på en nettside, eller ved å ringe prosjektleder i kommunen. I neste runde ble de som hadde meldt interesse, stratifisert basert på fem variabler: kjønn, bosted, alder, landbakgrunn og hvorvidt de bodde i eid eller leid bolig, før 30 deltakere ble tilfeldig trukket ut. Av de 30 som var trukket ut, gjennomførte 27 deltakere alle fem panelsamtalene.

Erfaringene fra Stavanger kommunes innbyggerpanel for eldre viser at tilfeldig valgte innbyggere, også personer som vanligvis ikke deltar aktivt i offentlige debatter, kan bidra konstruktivt i diskusjoner og sammen utvikle anbefalinger gjennom tilrettelagte samtaler (Haarr et al., 2026). Mellom samlingene benyttet flere deltakere anledningen til å diskutere temaene med personer i eget nettverk, som familie i inn- og utland, venner, naboer og kolleger. Denne åpenheten hadde flere funksjoner. Den bidro til å spre kunnskap om panelets arbeid og til å stimulere til en bredere samfunnsdebatt. Samtidig utvidet det deltakernes perspektiver, som de tok med seg tilbake til panelsamtalene.



Aanbefalinger fra innbyggerpanelet (Stavanger kommune, 2025)

Erfaringene fra Stavanger tyder også på at deltakelse i innbyggerpanelet kan bidra til økt samfunnsengasjement utover selve panelprosessen. Flere deltakere har senere deltatt ved overrekkeelse av anbefalingene, i intervjuer med lokalpressen, som frivillige i innovasjonsprosjekter og gjennom deltakelse på faglige konferanser. Flere har også uttrykt interesse for

å delta i framtidige paneler eller på andre måter bidra til utviklingen av aldersvennlige lokalsamfunn, for eksempel som "fremtidsutviklere".



Deltakerne i Stavanger kommunes innbyggerpanel for eldre ga også umiddelbare tilbakemeldinger på hvordan de opplevde å delta i panelet. Disse tilbakemeldingene er oppsummert i ordskyen ovenfor.

“Fremtidsutviklere” er en modell utviklet i forbindelse med «Åldersvänliga Göteborg», og består av seniorer som bidrar med sin erfaring og kompetanse. Forskjellen mellom denne modellen og innbyggerpanel, er at det ikke er tilfeldig sammensatt, og at det er et nettverk av innbyggere som deltar i utviklings- og medvirkningsprosesser om ulike tema over tid.

Faser i planlegging og gjennomføring

1. Forberedelse og mandat

- Definer oppdraget: Lag et oppdrag som er tydelig og lar seg avgrense.
- Dersom panelet skal gi anbefalinger til politikk, sørg for at oppdraget er godt forankret både administrativt og politisk.
- Avklar antall samlinger og legg en plan for hver samling (5 samlinger eller mer anbefales).
- Planlegg sammensetningen av innledere og informasjon som best mulig belyser ulike sider av saken.
- Lag gjerne en kommunikasjonsplan for hele panelprosessen.

2. Rekruttering

- Bestem hvor stort panelet skal være
- Avklar hvilke grupper og erfaringer som bør være representert.
- Vurder sammensetningen for å sikre bredde i erfaringer og perspektiver f.eks. gjennom stratifisering basert på kjønn, geografi og andre kjennetegn.
- For tilfeldig utvelgelse eller stratifisert uttrekk kan det være hensiktsmessig å benytte et analyseinstitutt.
- Send ut invitasjon og ha en plan for å ta imot påmeldinger og henvendelser fra potensielle deltakere. Bruk helst både digitale og ikke-digitale kanaler.

3. Gjennomføring

- Sett av god tid på første samling til informasjon om oppdraget, panelkonseptet og rolleavklaring.
- Del paneldeltakerne inn i grupper (eksempelvis 5 til 7 personer).
- Vurder benyttelse av gruppefasilitatorer/bordverter eller om gruppen skal lede seg selv.
- Gi balansert informasjon om temaet for diskusjonen.
- Sett av minst halvparten av tiden til diskusjon i gruppene på hver samling.
- Siste samling bør i sin helhet være forbeholdt gruppediskusjon og arbeid med anbefalinger i plenum.

4. Anbefalinger og veien videre

- Lag et skriv med anbefalinger (og eventuelt mindretallsbeslutning dersom dissens).
- Ha en plan for hvordan anbefalingene skal tas videre.
- La gjerne paneldeltakerne overrekke anbefalingene til politiske beslutningstakere (gjern på et offentlig arrangement).
- Kommuniser med paneldeltakerne etter at panelperioden er avsluttet. (Kanskje kan deltakerne engasjeres på ulike måter også i etterkant).
- Kommuniser anbefalingene og fremdrift ut til offentligheten.

Hva bør du tenke gjennom når du skal arrangere innbyggerpanel?

1. Avklaring av overordnet problemstilling og tema for samlingene

→ Handler om å styrke den demokratiske legitimiteten og gjøre deltakelse meningsfull for innbyggerne som skal delta.

- Problemstillingen bør innebære reelle handlingsrom, avveininger og dilemmaer der ulike perspektiver fra eldre innbyggere vil gi viktige innsikter for veien videre. Dersom beslutninger i realiteten allerede er tatt, vil metoden oppleves som lite meningsfull.
- I avklaringen av problemstillingen er det viktig å ha klart for seg hvorfor oppdragsgiver trenger innspill fra eldre innbyggere og hva innspillene skal brukes til.
- Problemstillingen bør være klart formulert og tilstrekkelig avgrenset. Det kan være vanskelig å gi konkrete anbefalinger som treffer problemstillingen hvis temaet er for bredt eller for komplekst.
- Formuler problemstillingen på en måte som motiverer og engasjerer, noe som er lettere når problemstillingen berører forhold deltakerne opplever som viktige i eget hverdagsliv eller eget nærmiljø.

2. Planlegge for tilgjengelighet og tilrettelegging

→ **Handler om å sikre at alle som ønsker å delta har en reell mulighet for deltakelse.**

Tidspunkt og sesong:

- Noen eldre kan vegre seg for å delta hvis det er mørkt og glatt ute. Innbyggerpanelet bør derfor, så langt det er mulig, gjennomføres i en lysere årstid.
- Mange eldre har en aktiv hverdag. Vurder derfor tidspunkt og ukedag nøye. Ettermiddagstid på en ukedag kan være hensiktsmessig for aktive eldre.
- Det anbefales at innbyggerpanelet ikke strekker seg for langt fram i tid og at samlingene ikke varer for lenge per gang, f.eks. 3 timer per samling med ca. 3 ukers mellomrom over noen måneder (avhengig av mandatets omfang).

Fysisk og sensorisk tilgjengelighet:

- Velg lokaler som er universelt utformede og har tilstrekkelig plass til at mindre grupper kan diskutere uten for mye forstyrrelser fra andre grupper.
- God ventilasjon er viktig for å legge til rette for engasjerte diskusjoner.
- Ta hensyn til deltakere med nedsatt syn og hørsel ved valg av lokale. Lokalet bør ha god akustikk, minimal bakgrunnsstøy, tilgang til mikrofon og god belysning.
- Vurder behovet for hente- og bringeordning, samt andre former for praktisk støtte som kan gjøre deltakelsen enklere.
- Selv om innbyggerpanel ofte kombinerer digitale og fysiske formater, er fysiske samlinger særlig viktige for å sikre bred deltakelse, også blant dem som har begrenset digital kompetanse eller tilgang til digitale verktøy.

3. Kommunikasjon og rekruttering

→ **Handler om å nå fram til relevante deltakere og sikre god og forståelig kommunikasjon.**

- Innbyggerpanel er en ukjent medvirkningsform for mange. Derfor er det viktig at en invitasjon til deltakelse forklarer hva et innbyggerpanel er, hva deltakelse innebærer og hvordan innspill vil bli brukt på en enkel og lettfattelig måte.
- Det bør tydeliggjøres at det er ønskelig med deltakere med ulike erfaringer og bakgrunn og at det ikke er nødvendig å ha tidligere erfaring med lignende medvirkningsprosesser for å kunne delta.
- Ta i bruk ulike kommunikasjonskanaler, også ikke-digitale. Gi mulighet til å melde sin interesse for deltakelse både digitalt og over telefon.
- Det anbefales, så langt som mulig, å ha en fast kontaktperson som deltakere kan henvende seg til og som de enkelt kan få svar på ting de lurer på.
- Det kan være mye informasjon på en gang. Tenk gjennom hva som er kjerneinformasjon, og sørg for at den gjentas og formidles på en konsistent måte.

4. Organisering og gjennomføring

→ Handler om å sikre en god praktisk tilrettelegging av samlinger.

Rolleavklaringer

- Vær tydelig i bestillingen til innledere om at hensikten er å sette i gang en deliberativ prosess uten å styre panelet i en bestemt retning. Sørg også for at mangfoldet av perspektiver kommer fram.
- Det er viktig å avklare roller og forventninger til deltakergruppen, bordverter/gruppefasilitator og den eller de som leder innbyggerpanelet.
 - Rolleavklaringer handler om å sikre at mangfoldet av perspektiver får plass. Og dersom man bruker bordverter, legger disse til rette for meningsfull dialog med aktiv deltakelse fra alle.
 - Det kan være nyttig å jevnlig minne om at panelet utgjør et stratifisert utvalg for å representere ulike perspektiver og erfaringer, og at mangfoldet i gruppen er en viktig ressurs i deliberasjon. Det er viktig å understreke at deltakerne ikke bare representerer seg selv, men hele aldersgruppen.
 - Tydeliggjør at ledere av innbyggerpanelet ikke er ansvarlige for oppdragsgivers prioriteringer eller for valg som tas i etterkant av innbyggerpanelets arbeid.

Når jeg så temaene på forhånd, tenkte jeg: "Åh, jeg vet ikke om jeg mener så mye om dette." Det var da foredragene var så gode. De satte oss på sporet og fikk oss på gli...

Deltaker Innbyggerpanelet i Stavanger
(Haarr m.fl. 2026, s. 74)

Samlingene

- Innledende kunnskapsbidrag bør ikke være for omfattende og må oppleves som relevant for samlingens tema og som tilgjengelig for deltakerne.
- Gi tilstrekkelig tid til diskusjon og erfaringsutveksling (deliberasjon). Reell deliberasjon og meningsbrytning fordrer at deltakerne i gruppene opplever gjensidig tillit.
- Vær oppmerksom på at det tar tid å bygge opp tillit blant innbyggere som i utgangspunktet ikke kjenner hverandre. En sosial innramming av innbyggerpanelet kan bidra til inkludering og trygghet, noe som igjen kan fremme god deliberasjon i gruppene. Det anbefales derfor å starte samlingene med enkel bevertning og uformell sosial prat.
- Ha tilgjengelige utskrifter av presentasjoner som kan deles med deltakere som ikke behersker eller har tilgang til digitale informasjonsverktøy.

5. Avslutning og oppfølging

- Marker avslutningen av panelets arbeid på en måte som understreker betydningen av deltakerne sine innsiktsbidrag.
- Det anbefales også å gjøre en formell overlevering av anbefalingene til ansvarlige beslutningstakere, administrasjonen eller politisk nivå.
- Gjennomfør en evaluering av innbyggerpanelet sammen med deltakerne. Det kan gi viktig læring for fremtidige innbyggerpaneler.
- I ettertid anbefales det å formidle informasjon til deltakerne om hvordan anbefalingene er fulgt opp og hvilke beslutninger og tiltak som følger av dem. Det vil synliggjøre at bidragene fra innbyggerpanelet blir tatt på alvor og kan gi motivasjon for fremtidig deltakelse i medvirkningsprosesser.

OECDs 11 prinsipper for gode folkepanel

OECD har utviklet prinsipper for gode folkepanel som skal bidra til inkluderende, transparente og legitime medvirkningsprosesser. Nedenfor presenteres en kort oppsummering av prinsippene, basert på den norske versjonen som er tilgjengelig på www.folkepanel.no.

1. Formål: Folkepanelet bør ha et tydelig definert oppdrag og en klar kobling til en beslutningsprosess

2. Ansvarlighet: Oppdragsgiver bør være tydelig på hvordan anbefalingene skal behandles og følges opp

3. Åpenhet: Informasjon om mandat, metode, kunnskapsgrunnlag og resultater bør være offentlig tilgjengelig

4. Inkludering: Prosessen bør være tilgjengelig og lette til rette for deltakelse fra ulike grupper i befolkningen

5. Representativitet: Deltakerne bør rekrutteres slik at panelet speiler befolkningen som berøres av saken

6. Informasjon: Deltakerne bør få tilgang til balanser, relevant og forståelig kunnskap om temaet som behandles

7. Deliberasjon: Prosessen bør legge til rette for refleksjon, dialog og vurdering av ulike perspektiv før anbefalinger utformes

8. Integritet: Gjennomføringen bør være uavhengig og fri for utilbørlig påvirkning

9. Tid: Deltakerne bør ha tilstrekkelig tid til læring, diskusjon og utforming av anbefalinger

10. Evaluering: Prosessen bør evalueres for å styrke kvalitet, læring og videre utvikling

11. Personvern: Deltakernes personopplysninger skal behandles på en trygg og forsvarlig måte

Referanser:

- Borgersamling Danmark (u.å.). *Borgersamling*, dk. Hentet 20.05.2026 fra: <https://borgersamling.dk/>
- Folkepanel (u.å.). *Metode*. Hentet 20.05.2026 fra: <https://www.folkepanel.no/metode>
- Folkepanel (u.å.). *OECD-prinsippene for innbyggerinvolvering*. Hentet 17.08.2026 fra: <https://www.folkepanel.no/oecd>
- Forskrift om medvirkningsordninger (2019). *Forskrift om kommunale og fylkeskommunale råd for eldre, personer med funksjonsnedsettelse og ungdom* (FOR-2019-06-17-727). Lovdata. <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2019-06-17-727>
- Haarr, K.H., Grønnestad, S., Ellingsen, I. E. og Øverlid, V. O. (2026) *Innbyggerpanel som metode for medvirkning. Eldre innbyggers medvirkning for et aldersvennlig samfunn; en casestudie fra Stavanger kommune*. Rapport1/2026, VID vitenskapelige høyskole, Oslo/Stavanger. <https://hdl.handle.net/11250/5484899>
- Helse- og omsorgstjenesteloven (2021). *Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m.* (LOV-2011-06-24-30, rettet 01.07.2021). Lovdata. <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-30>
- KS (2020). *Håndbok for Aldersvennlig samfunn*. Kommunesektorens organisasjon. <https://www.ks.no/globalassets/aldersvennlighandbok-pdf.pdf>
- OECD (2021). *Evaluation guidelines for representative deliberative processes*. OECD Publishing. https://www.oecd.org/en/publications/evaluation-guidelines-for-representative-deliberative-processes_10ccbfcb-en.html
- OECD (2020). *Innovative Citizen Participation and New Democratic Institutions: Catching the Deliberative Wave* (OECD Publishing, Paris). <https://doi.org/10.1787/339306da-en>
- SoCentral (n.d.). *Muligheter for nasjonale folkepaneler i Norge* (Notat). SoCentral AS.
- Stavanger kommune (2025). *Innbyggerpanel for eldre (anbefalinger)*. <https://www.stavanger.kommune.no/siteassets/kultur-og-fritid/senior-i-stavanger/aldersvennlig-samfunn/innbyggerpanel-for-eldre-2025.pdf>
- WHO (2023). *National programmes for age-friendly cities and communities: a guide*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240068698>

*Det gjenstår å se om vi blir hørt,
altså at det, ... At det ikke bare
var det sosiale og hyggelige der
og da, men at det førte til noe...*

Deltaker Innbyggerpanelet i Stavanger
(Haarr m.fl. 2026, s. 71)