

**Enhed**  
Rådet for et alders-  
venligt Danmark

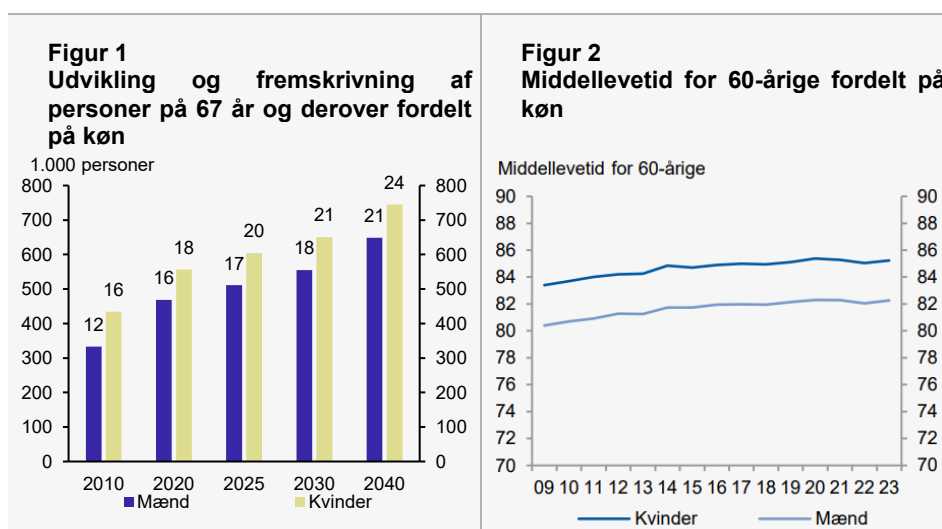
**Dato**  
09-12-2025

## Forskelle mellem kvinder og mænd

Følgende notat skal afdække nogle af forskellene mellem kvinder og mænd i aldersgruppen 67 år og derover. Der er særligt kønsforskelle i forhold til trivsel og ensomhed, men også på hvornår man trækker sig fra arbejdsmarkedet, pensionsformuer, boformer mv.

### Den demografiske udvikling

Fælles for både mænd og kvinder i aldersgruppen over 67 år er, at antallet og andelen i befolkningen er stigende frem mod 2040. I 2040 vil knap 648.500 mænd og 745.400 kvinder være 67 år og derover, jf. figur 1. Det svarer til, at hver femte mand og hver fjerde kvinde vil være over 67 år. Andelen af mænd og kvinder på 67 år og derover stiger med 3 pct.-point fra i dag til 2040.



Anm.: Figur 1 viser antal af befolkningen, der er 67 år og derover. Tal for 2010, 2020, 2025 er baseret på faktiske tal, mens tallene for 2030 og 2040 følger Danmarks Statistiks seneste befolkningsprognose. Tallene over søjlerne angiver, hvor stor en andel personer på 67 år og derover udgør af befolkningen. Figur 2 viser udviklingen i den gennemsnitlige forventede middellevetid for 60-årige kvinder og mænd.

Kilde: Statistikbanken, Kvinder og mænd på arbejdsmarkedet 2025 og egne beregninger.

Kvinder lever i gennemsnit længere end mænd. I 2023 er der en forskel på tre år i den forventede levetid for 60-årige kvinder og mænd, jf. figur 2. Det betyder, at den forventede levetid er 85 år for 60-årige kvinder og 82 år for 60-årige mænd.

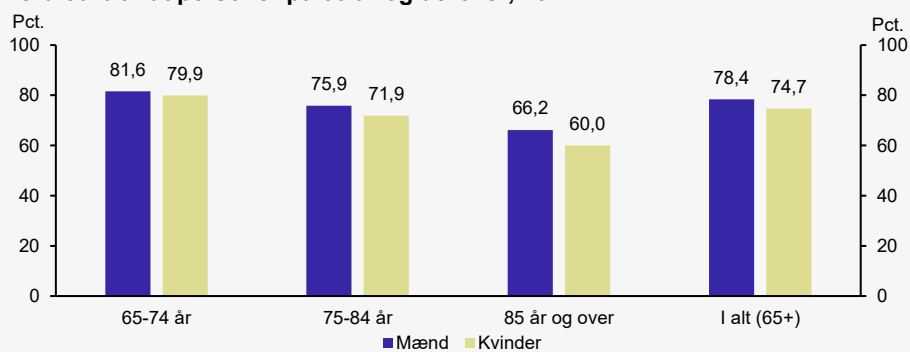
### Trivsel blandt mænd og kvinder

Der er forskel på, hvordan mænd og kvinder vurderer deres eget helbred og trivsel. Figur 3 viser, at omkring tre ud af fire personer på 65 år og derover vurderer deres eget helbred som godt eller bedre end det.<sup>1</sup> Mænd vurderer i gennemsnit deres helbred en smule bedre end kvinder. Det gælder for alle aldersgrupper.

<sup>1</sup> [Eldres sundhed og trivsel](#)

Både blandt mænd og kvinder er andelen, der vurderer deres eget helbred som godt eller bedre end det størst i aldersgruppen 65-74 år, hvor hhv. 81,6 pct. mænd og 79,9 pct. kvinder vurderer dette.

**Figur 3**  
**Andel, der har angivet fremragende, vældig godt eller godt selv vurderet helbred blandt personer på 65 år og derover, 2021**



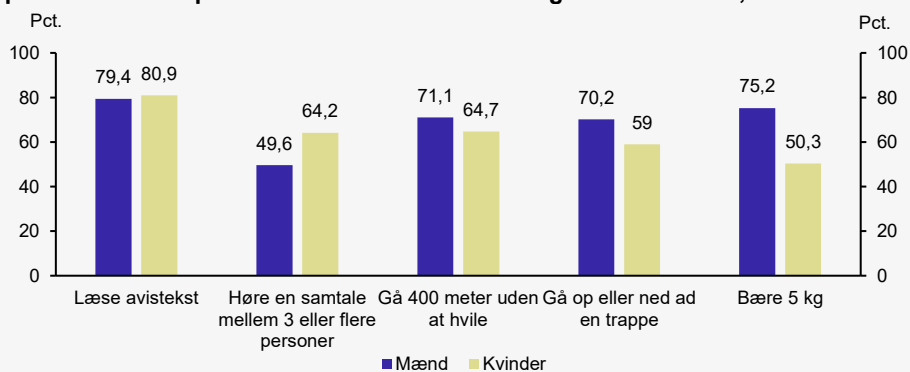
Anm.: Figuren viser andelen, der har angivet, at de har et fremragende, vældig godt eller godt selv vurderet helbred. Selvvurderet helbred er et udtryk for en persons samlede vurdering af sin egen helbredssituation. Figuren er baseret på den nationale sundhedsprofil 2021.

Kilde: Ældres Sundhed og trivsel 2023.

Der er forskel blandt mænd og kvinder i vurderingen af eget funktionsniveau målt ved, om man kan gennemføre fem forskellige aktiviteter, jf. figur 4.

For de tre indikatorer, der vedrører mobilitet, er der en større andel mænd end kvinder, der vurderer, at de kan udføre aktiviteten uden besvær. Det er omvendt for de to indikatorer, der relaterer sig til kommunikationsfærdigheder (læse og høre), hvor flere kvinder vurderer, at de kan udføre aktiviteten uden besvær.

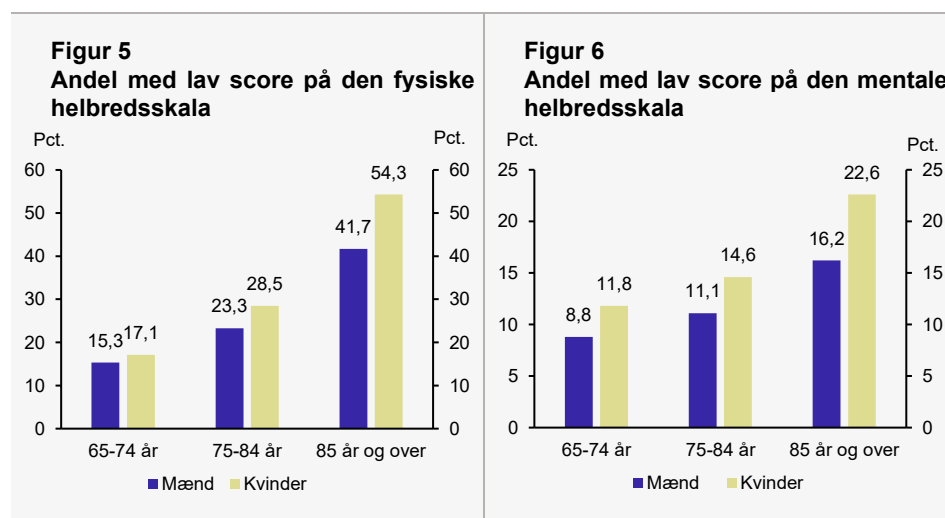
**Figur 4**  
**Andel, der uden besvær kan gennemføre de enkelte aktiviteter blandt personer på 65 år og derover, 2021**



Anm.: Figuren viser andelen, der har angivet, at de kan udføre hver af de fem aktiviteter uden besvær. Figuren er baseret på Sundheds- og Sygelighedsundersøgelsen 2021.

Kilde: Ældres Sundhed og trivsel 2023.

Kvinder vurderer generelt både deres fysiske og mentale helbred lavere end mænd gør, jf. figur 5 og 6. Det er på tværs af alle aldersgrupper. Blandt kvinder på 85 år og derover har over halvdelen en lav score på den fysiske helbredsskala (se beskrivelse af skalaen i anmærkningen til figur 5 og 6). I samme aldersgruppe er det 22 pct. af kvinder, der har en lav score på den mentale helbredsskala.



Anm.: Begge mål er baseret på SF-12 spørgeskemaet, som består af 12 spørgsmål, som belyser sværpersonens helbredstilstand inden for de seneste fire uger. Ud fra besvarelsene regnes en samlet score for hhv. selv vurderet fysisk og mentalt helbred. Tallene er fra den nationale sundhedsprofil 2021.

Kilde: Ældres trivsel og sundhed 2023.

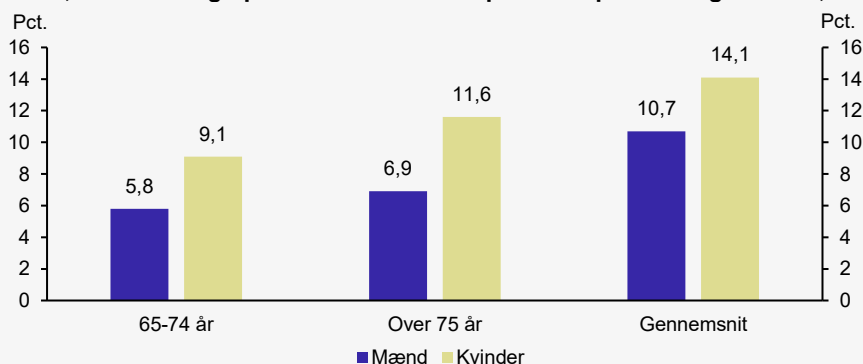
### Ensomhed blandt personer på 65 år og derover

Der er omkring 100.000 personer på 65 år og derover, som føler sig ensomme, svarende til 8 pct. af alle i aldersgruppen. Personer, som føler sig ensomme, oplever mindre livskvalitet, har generelt dårligere helbred og sværere ved at overvinde sygdomme end ældre med stærke sociale relationer.

Blandt personer på 65 år og derover er der variation i forekomst af ensomhed. Generelt er andelen af kvinder, der viser tegn på ensomhed højere end andelen af mænd. For aldersgruppen 65-74 år er det godt 9 pct. af kvinderne og knap 6 pct. af mændene, der viser tegn på ensomhed. Forskellen mellem kvinder og mænd er større for aldersgruppen på 75 år og derover, jf. figur 7.

Andelen af mænd og kvinder over 65 år, der viser tegn på ensomhed, er sig lavere end gennemsnittet for den øvrige befolkning.

**Figur 7**  
**Andel, der viser tegn på ensomhed blandt personer på 65 år og derover, 2021**



Anm: Figuren er baseret på Den Nationale Sundhedsprofil for 2021. Gennemsnittet er for alle aldersgrupper.

Kilde: Danskernes Sundhed (2022).

### Forskelle på tilbagetrækningsalder

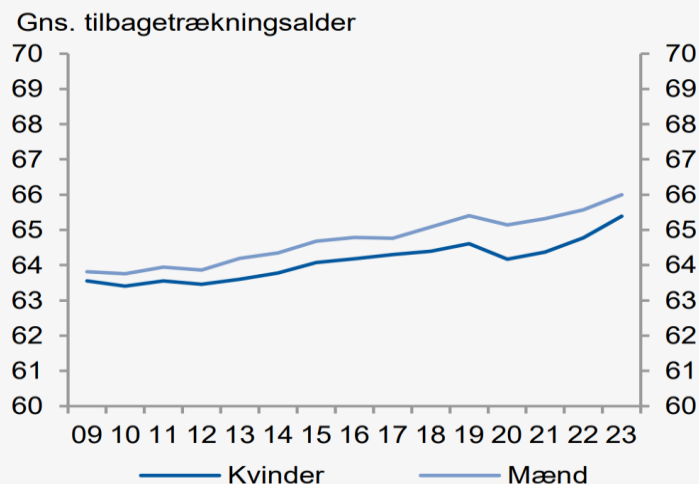
Kvinder trækker sig i gennemsnit en smule tidligere fra arbejdsmarkedet end mænd gør. I 2023 havde kvinder en gennemsnitlig tilbagetrækningsalder på 65,4 år, mens den var 66 år for mænd, *jf. figur 8*. Forskellen skyldes bl.a., at kvinder i højere grad benytter sig af de tidlige tilbagetrækningsordninger, herunder efterløn, seniorpension og tidlig pension. Den gennemsnitlige tilbagetrækningsalder er her opgjort som den alder, hvor kvinder og mænd i gennemsnit trækker sig tilbage på en af de offentlige tilbagetrækningsordninger i et givent år, og ikke arbejder i mindre end 20 timer om ugen<sup>2</sup>.

Den gennemsnitlige tilbagetrækningsalder er generelt steget de seneste år. Det kan bl.a. tilskrives stigninger i folkepensionsalderen og efterlønsalderen<sup>3</sup>.

<sup>2</sup> [Kvinder og mænd på arbejdsmarkedet 2025](#)

<sup>3</sup> Folkepensionsalderen bliver gradvist reguleret på grund af udviklingen i levetiden. Folkepensionsalderen blev gradvist forhøjet fra 65 år i 2018 til 67 år i 2022, og det er vedtaget, at den forhøjes til 68 år i 2030 og 69 år i 2035. Folketinget skal vedtage folkepensionsalderen hvert femte år, hvilket får virkning 15 år senere. Efterlønsalderen stiger også i takt med folkepensionsalderen og efterlønsperioden er forkortet til 3 år.

**Figur 8**  
**Den gennemsnitlige tilbagetrækningsalder, fordelt på køn, 2009-2023**



Anm.: Figuren viser den gennemsnitlige tilbagetrækningsalder for kvinder og mænd. Personer der tilgår førtidspension fra 60 år og op tæller med i opgørelsen. En person defineres som tilbagetrukket i de enkelte år, hvis vedkommende for første gang modtager enten efterløn, førtidspension, seniorpension, tidlig pension eller folkepension og samtidig arbejder mindre end 20 timer om ugen. I opgørelsen ses der bort fra selvpensionering og personer, som trækker sig tilbage på arbejdsmarkedspensioner før folkepensionsalderen. I de enkelte år er den gennemsnitlige tilbagetrækningsalder beregnet som et gennemsnit blandt personer mellem 60 år og op til 90 år, der trækker sig i det pågældende år.

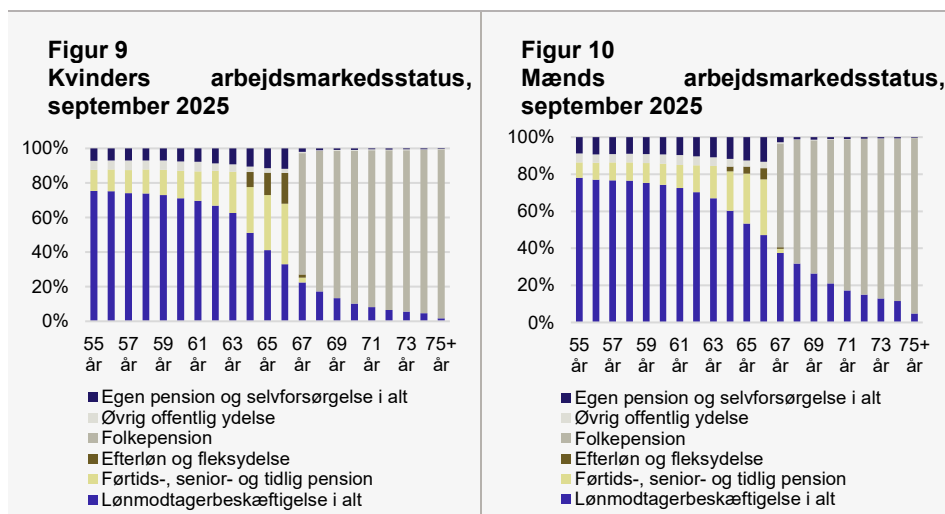
Kilde: Beskæftigelsesministeriets Kvinder og mænd på arbejdsmarkedet, 2025.

### Arbejdsmarkedetsstatus for seniorer

I figur 9 og 10 vises arbejdsmarkedetsstatus pr. alderstrin fra 55 år og opefter for hhv. kvinder og mænd. Det skal bemærkes, at personer, der er i lønmodtagerbeskæftigelse, kan modtage folkepension, førtidige tilbagetrækningsydelse eller anden offentlig forsørgelse ved siden af deres løntimer.

Der er forskel på kvinder og mænds tilknytning til arbejdsmarkedet. Blandt personer på 64 år er der 9 pct.-point flere mænd i lønmodtagerbeskæftigelse end kvinder. Samtidig er der 10,4 pct.-point flere kvinder end mænd, der modtager offentlig forsørgelse uden at være i beskæftigelse ved siden af.

Ved folkepensionsalderen (67 år) er 15 pct.-point flere mænd i beskæftigelse. Forskellen i andelen mellem mænd og kvinder bliver mindre jo højere alderstrin. For aldersgruppen på 75 år og derover er 1,8 pct. af kvinderne i lønmodtagerbeskæftigelse og knap 5 pct. af mændene.



Anm.: Det bemærkes, at personer i lønmodtagerbeskæftigelse også kan modtage offentlige forsørgelsesydelse, herunder folkepension, ved siden af. Man indgår som lønmodtager, hvis man har løntimer uanset, hvilken anden indkomst man har. Det vil sige, at personer i kategorierne: egen pension, folkepension, førtids-, senior og tidlig pension samt efterløn og fleksydelse ikke har nogle løntimer ved siden af.

Kilde: Jobindsats.dk og egne beregninger.

## Pensionsformer

Kvinder har generelt mindre pensionsformer end mænd. I 2023 havde kvinder 23 pct. mindre pensionsopsparinger sammenlignet med mænd, når man ser på personer med op til to år til folkepensionsalderen (65-66-årige i 2023), *jf. figur 10*<sup>4</sup>. Ser man på en yngre aldersgruppe (30-34-årige), er mænds samlede pensionsformer fortsat større end kvinders, men forskellen mellem kvinder og mænd er mindre (13 pct. i 2023). Over de seneste ti år er forskellen for de 30-34-årige desuden mindsket med 7 pct.-point.

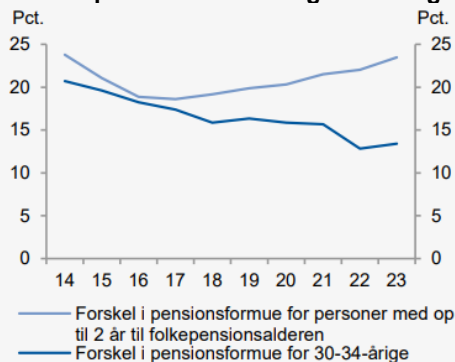
Både kvinder og mænds gennemsnitlige pensionsformer er vokset betydeligt med årene, *jf. figur 12*<sup>5</sup>. Der ses dog et større fald i 2022, hvor både kvinder og mænds pensionsformer faldt markant i værdi på grund af et historisk hårdt år på de finansielle markeder.

Der er mindre forskel mellem mænd og kvinders pensionsudbetalinger sammenlignet med pensionsformer, fordi noget af forskellen udlignes af den offentlige folkepension, *jf. note*.

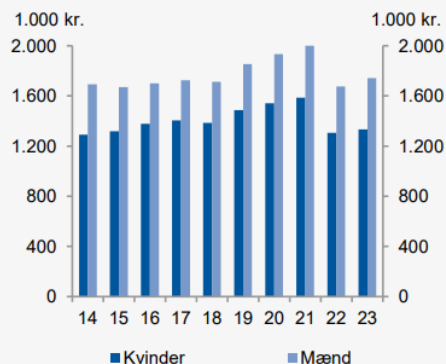
<sup>4</sup> [Kvinder og mænd på arbejdsmarkedet 2025](#)

<sup>5</sup> Udviklingen i pensionsformer er primært drevet af udbredelsen af arbejdsmarkedspensionerne, der kom med trepartsaftalen Fælleserklæringen i 1987. Fælleserklæringen skulle bl.a. sikre, at flere på arbejdsmarkedet havde mere end blot folkepension og ATP at leve for i pensionslivet, *jf. Beskæftigelsesministeriets Kvinder og mænd på arbejdsmarkedet 2025*

**Figur 11**  
**Forskelle i pensionsformuer mellem mænd og kvinder med hhv. to år til folkepensionsalderen og 30-34-årige**



**Figur 12**  
**Udviklingen i pensionsformuer fordelt på køn**

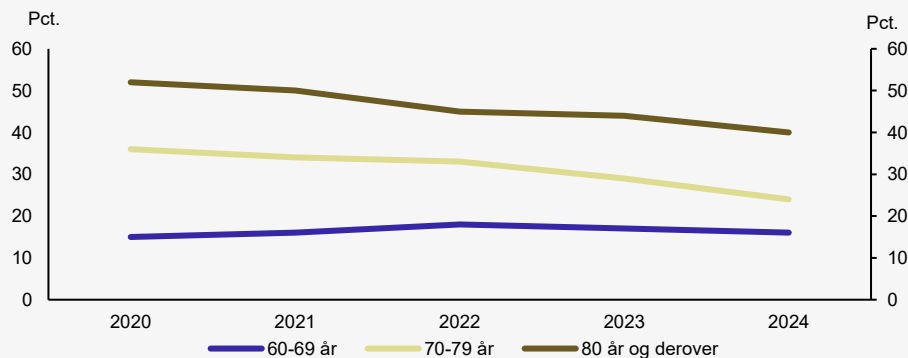


Anm.: Pensionsformuer refererer til Danmarks Statistiks opgørelse af værdien af pensionsopsparinger på individniveau for personer bosat i Danmark; bestående af private pensioner, dvs. ATP, arbejdsmarkedspensioner (herunder også Lønmodtagernes Dyrtidsfond og tjenestemandspensioner) samt individuelle pensioner. Pensionsformuer er opgjort i gennemsnit, efter skat, dvs. ikke-beskattede midler er reduceret med 40 pct, og for alle personer, der er 2 år fra gældende folkepensionsalder (med mindre en anden aldersgruppe er angivet). Personer uden pensionsopsparing er medtaget i gennemsnittet. Figur 11 viser formuegabet i de enkelte år, dvs. hvor meget mindre kvinders formue er end mænds, udtrykt som en procentdel af mænds gennemsnitlige niveau. Figur 12 viser kvinder og mænds gennemsnitlige pensionsformuer i de enkelte år i faste priser (2023-niveau).  
 Kilde: Beskæftigelsesministeriets Kvinder og mænd på arbejdsmarkedet, 2025.

Mænd har i gennemsnit højere pensionsformuer end kvinder. Figur 13 nedenfor viser pensionsformuegabet mellem medianpensionsformuen for mænd og kvinder. For aldersgruppen 60-69 år, er pensionsformuegabet 16 pct. Det vil sige, at mænds pensionsformuer er omkring 16 pct. højere end kvinders. Gabet er omkring 40 pct. for aldersgruppen på 80 år og derover.

Pensionsformuegabet, mellem mænd og kvinder fordelt på aldersgrupper, er blevet mindre siden 2020. Forskellen i pensionsformuer er særligt faldet for aldersgruppen på 80 år og derover.

**Figur 13**  
**Pensionsformuegab i pct. mellem mænd og kvinder fordelt på aldersgrupper, 2020-2024**

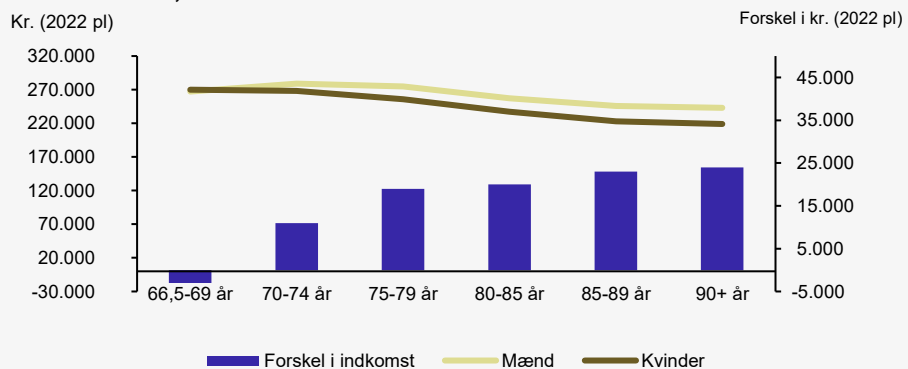


Anm.: Pensionsformuegabet er forskellen i pct. mellem medianpensionsformuen for mænd og kvinder.  
 Kilde: Danmarks Statistik og egne beregninger

## Indkomst blandt folkepensionister

En opgørelse fra Ældre Sagen viser, at blandt folkepensionister har mænd over 70 år en højere disponibel indkomst end kvinder<sup>6</sup>. Forskellen i den disponible indkomst mellem mænd og kvinder er størst blandt aldersgruppen over 90 år hvor der er omkring 24.000 kr. i forskel i den disponible indkomst om året mellem mænd og kvinder.

**Figur 14**  
**Disponibel indkomst for folkepensionister fordelt på køn, afrundet til nærmeste 1.000, 2022.**



Anm.: Ældre Sagens beregninger på baggrund af Danmarks Statistiks Indkomstregister. Disponibel indkomst er opgjort som ækvivaleret indkomst, dvs. at den første indkomst tæller med vægten 1, den næste med vægten 0,5 og børn med vægten 0,3.

Kilde: Ældre Sagens 'Ældre i tal, Folkepensionisternes indkomst og formue 2022', maj 2024

## Boligforhold for personer over 67 år

Følgende afsnit beskriver ældre borgeres (67+) generelle boligsituation, fordelt på hhv. ugifte kvinder, ugifte mænd og personer i parforhold.<sup>7</sup>

Tabel 1 viser nogle overordnede karakteristika ved de tre grupper, herunder antal personer, gennemsnitsalder og gennemsnitlig boligstørrelse målt i kvadratmeter. Desuden viser tabel 1, hvor mange der er flyttet til en anden bolig inden for det seneste år samt flytterne til en ældre- eller plejebolig.

**Tabel 1**  
**Generelle boligforhold for personer i alderen 67+ år, pr. 1. januar 2025**

	Ugifte kvinder	Ugifte mænd	Par
Antal	335.931	185.442	654.978
Gns. alder	79,2 år	76,7 år	75,7 år
Gns. boligstørrelse	99,9 kvm	106,7 kvm	134,7 kvm
Flytterne	5,9 pct.	5,4 pct.	3,8 pct.
Flytterne til ældre- eller plejebolig	2,0 pct.	1,8 pct.	0,6 pct.

Anm.: 'Flytterne' angiver andelen, der er flyttet til en anden bolig mellem d. 1. januar 2024 og d. 1. januar 2025, mens 'flytterne til ældre- eller plejebolig' angiver andelen, der er flyttet til enten ældre- eller plejebolig fra en anden boligtype, ligeledes mellem d. 1. januar 2024 og d. 1. januar 2025.

Kilde: Social- og Boligstyrelsens beregninger baseret på BBR og CPR registerdata.

<sup>6</sup> Ældre Sagen: Ældre i tal (maj 2024)

<sup>7</sup> Personer i parforhold er defineret som 'gift' eller 'registeret partnerskab'.

Tabel 2 viser, hvordan de tre grupper fordeler sig efter boligtyper. Her fremgår det, at de fleste bor i ejerbolig, efterfulgt af almene familieboliger og private udlejningsboliger. Derudover ses det også, at skønt der antalsmæssigt er flest ældre i pargruppen, så er ugifte kvinder den største gruppe i almene familieboliger og private udlejningsboliger.

**Tabel 2**  
**Personer i alderen 67+ år opgjort efter boligtype, pr. 1. januar 2025.**

	Ugifte kvinder	Ugifte mænd	Par
Almen familiebolig	85.872 (25,6 pct.)	36.840 (19,9 pct.)	67.975 (10,4 pct.)
Ældrebolig	13.980 (4,2 pct.)	6.760 (3,6 pct.)	4.281 (0,7 pct.)
Plejebolig	21.306 (6,3 pct.)	9.642 (5,2 pct.)	7.557 (1,2 pct.)
Privat udlejningsbolig	66.438 (19,8 pct.)	30.125 (16,2 pct.)	64.561 (9,9 pct.)
Andelsbolig	31.149 (9,3 pct.)	12.274 (6,6 pct.)	37.719 (5,8 pct.)
Ejerbolig	117.186 (34,9 pct.)	89.801 (48,4 pct.)	472.885 (72,2 pct.)
Total	335.931 (100 pct.)	185.442 (100 pct.)	654.978 (100 pct.)

Anm.: Offentlige boliger og andre almene boliger, herunder ungdoms- og kollegieboliger, er ikke medtaget.  
 Kilde: Social- og Boligstyrelsens beregninger baseret på BBR og CPR registerdata.

Tabel 3 viser, hvordan de tre grupper fordeler sig geografisk i landet, opgjort efter Danmarks Statistiks kommunegrupper. Tabellen viser, at for alle tre grupper gælder det, at flest bor i landkommuner efterfulgt af provinskommuner. Dog viser tabellen også, at ugifte kvinder andelsmæssigt i højere grad bor i København, Københavns omegnskommuner og storbykommunerne sammenlignet med de ugifte mænd og dem i parforhold.

**Tabel 3**  
**Bopæl opgjort efter kommunegrupper for personer i alderen 67+ år, pr. 1. januar 2025**

	Ugifte kvinder	Ugifte mænd	Par
København By	9,3 pct.	9,0 pct.	5,5 pct.
Københavns omegn	15,6 pct.	12,9 pct.	14,3 pct.
Storbykommune	11,6 pct.	10,8 pct.	10,7 pct.
Provinskommune	23,1 pct.	22,8 pct.	24,1 pct.
Oplandskommune	16,8 pct.	17,7 pct.	19,4 pct.
Landkommune	23,6 pct.	26,8 pct.	26,0 pct.
Total	100,0 pct.	100,0 pct.	100,0 pct.

Anm.: Kommunegrupperne følger Danmarks Statistisk definition. Hvor storbykommuner er kommuner med over 100.000 indbyggere, (dvs. Aarhus, Odense og Aalborg), provinskommuner er kommuner med mellem 30.000 og 100.000 indbyggere, oplandskommuner er kommuner med under 30.000 indbyggere hvor tilgængeligheden til arbejdspladser er over 40.000, mens landkommuner er kommuner med under 30.000 indbyggere og med under 40.000 tilgængelige arbejdspladser.

Kilde: Social- og Boligstyrelsens beregninger baseret på BBR og CPR registerdata.