

28. januar 2026

Ansæt pårørendevejledere!

Danmarks velfærd er under pres, og det er de pårørende også. Vi bliver flere ældre, samtidig med at antallet af mennesker med komplekse behov vokser lige så hurtigt som manglen på medarbejdere i sundheds- og omsorgsfagene. Midt i dette pres finder vi samfundets usynlige hær: Pårørende.

Pårørende hjælper hver dag deres nære og kære med en række opgaver. De støtter ældre, kronisk syge mennesker med handicap og psykiske lidelser i alle aldre. Ofte i et omfang, der er afgørende for, at både det enkelte menneske og velfærdssystemet kan fungere. De fleste pårørende hjælper med glæde, men i takt med at opgaverne vokser, og presset stiger, kan det at hjælpe blive en belastning, der påvirker pårørendes arbejdsliv og helbred negativt.

Fakta om pårørende

En undersøgelse fra 2024 viser, at:

- 62 % oplever, at deres psykiske helbred er blevet forringet som følge af, at de hjælper.
- 36 % oplever, at deres fysiske helbred er blevet forringet som følge af, at de hjælper.
- 55 % oplever, at hverdagen er blevet mere presset.
- 57 % oplever, at deres arbejdsmæssige eller uddannelsesmæssige situation er blevet forringet som følge af, at de hjælper.

Kilde: DST for Ældre Sagen 2024

Der mangler hjælp til dem, der hjælper

Det er afgørende, at pårørende har nem adgang til støtte. Ældreloven fra 2025 har gode intentioner om samarbejde med og inddragelse af pårørende, men mangler fokus på støtte til pårørende. Ældre Sagen og Pårørende i Danmark mener, at alle kommuner skal ansætte pårørendevejledere, der kan yde målrettet støtte og individuel rådgivning for at hjælpe pårørende med at navigere i kommunale tilbud og civilsamfundets muligheder. De kan også facilitere netværk med ligestillede og fungere som brobyggere mellem borgere og medarbejdere. Endelig kan pårørendevejledere formidle viden om robusthed og egenomsorg, så pårørende selv kan være med til at forebygge belastningsreaktioner.

Men kun 4 ud af 10 kommuner har ansat en pårørendevejleder, så i størstedelen af landet efterlades pårørende uden mulighed for at få den nødvendige støtte og information. Vi anslår, at det koster ca. 650.000 kr. årligt at ansætte en pårørendevejleder på fuld tid. Det er en god investering set i forhold til de potentielle gevinster: Mindre belastede pårørende, der kan trives og passe deres arbejde, mens de hjælper.

Fakta om kommunernes tilbud til pårørende

En kortlægning af kommunernes tilbud til pårørende, gennemført af VIVE for Ældre Sagen i 2025, viser, at:

- De fleste kommuner har et godt fokus på at inddrage og samarbejde med pårørende.
- Kommunerne har i mindre grad fokus på at støtte pårørende. De tilbud, der findes om egenomsorg og støtte, er typisk målrettet specifikke sygdomme.

Kilde: Pårørendetilbud i kommunerne, VIVE for Ældre Sagen 2026, publiceres 2. februar 2026

Derfor ønsker vi:

- At støtte og vejledning til pårørende skrives ind i lovgivningen, så alle kommuner og regioner forpligtes til at ansætte pårørendevejledere
- At der etableres en pulje til åremålsansættelser under Ældreministeriet, Sundhedsministeriet eller Socialministeriet, som kan søges af kommuner, der endnu ikke har ansat pårørendevejledere

Venlig hilsen



Bjarne Hastrup
Adm. direktør, Ældre Sagen



Marie Lenstrup
Formand, Pårørende i Danmark