

JETTE ABILDSKOV

---

# Netværk og demens

Efterår 2024 - Brørup

---

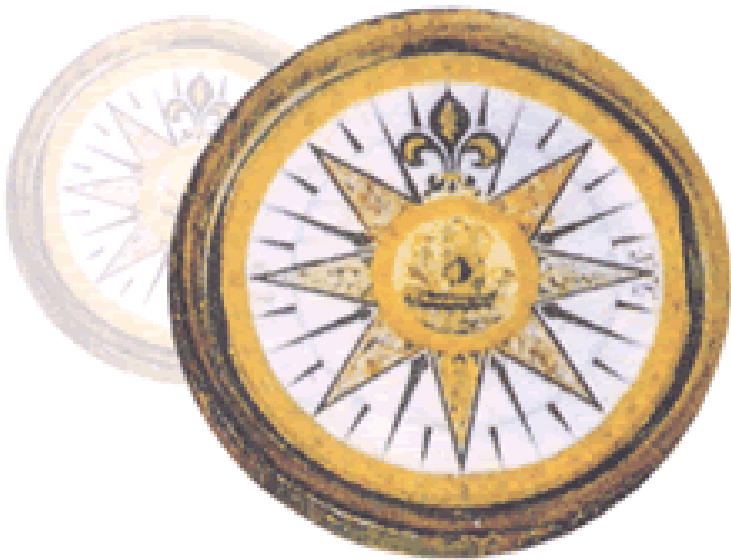
---

# Velkommen

---

## DAGENS INDHOLD

- Velkomst – Karen
- Bordet rundt
- Nyt fra sekretariatet kort
- Flere frivillige – om rekruttering
- Fællessang og demenskor – uddannelser og initiativer
- Kultur i demensaktiviteter og projektet med kultur og plejehjem
- Kom godt hjem



---

# Gem et lille smil til det bliver' gråvej

---

1-Gem et lille smil til det bliver' gråvej

Lige nu er himlen klar og blå

Der kan hænde ting i morgen

Du ikke forudså

2-Gem et lille smil til det bliver' gråvej

Sol og glæde varer sjælden ved

Så'r det rart at kunne smile

Mens regnen siler ned

3-Tænk hvis jeg var verdens herre

Fik du bare sol og glæde på din vej

Men jeg er kun mig desværre

Det eneste jeg ka' gi' dig det er mig

4-Gem et lille smil til det bliver' gråvej

Lige nu er himlen klar og blå

Men hvis blot vi holder sammen

Vil alting sikkert gå

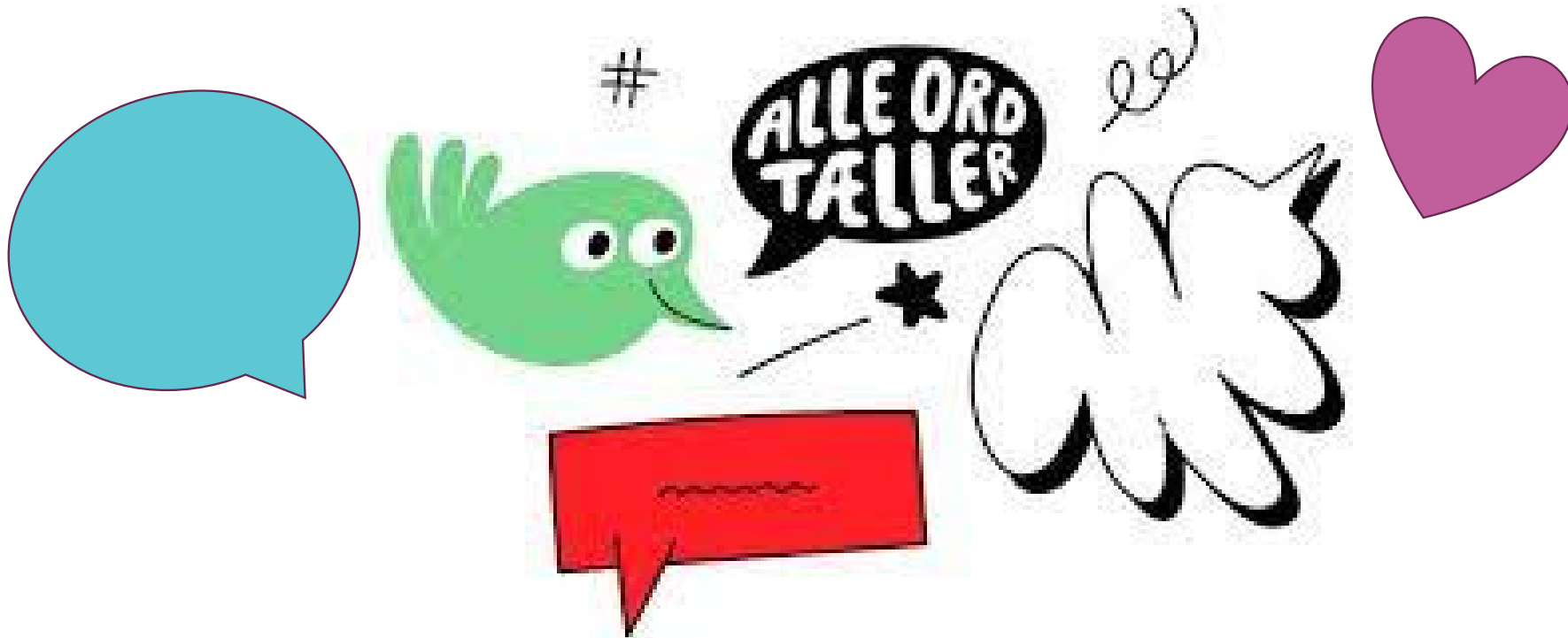
*Tekst: Gustav Winkler*

*Melodi: Knud Åge Riisager*

---

# Ordet er frit

---



---

# Nyt fra sekretariatet

---

- Organisering af demens – strategien - kender alle den?
- Ny bog
- Projekt med Røde kors i Nordjylland
- Demenshjertet
- Arrangement i Århus for professionelle
- Frivilligportalen
- Materialer om demens sendes ikke mere
- Film for frivillige

# Ældre Sagen og demens

STRATEGI 2023-27

## Ældre Sagen

### Projekter og fokusområder

**Værdig**  
- sundhed  
- omsorg  
- pleje

Aktiv  
senior-  
styrke

Mental  
sundhed

- 1 Lokal mobilisering og støtte
- 2 Segmentering – individuel tilpasset jf. behov
- 3 Opbygning af digitale og teknologiske kompetencer
- 4 ÆES som vidensbank og fremtidsskaber

3 skub

4 styrker

Ældre politik generelt og på demens og plejehjemsområdet  
Folkebevægelsen f. Demensvenligt DK og Demens Alliancen o.a.

Demensprojektet i sekretariatet - fokusgruppe  
Demensdage og DKDK

Demensindsats  
Plejehjem  
Pårørende  
Ensomhed

1 Nye aktiviteter, Rekruttering og materialer  
Kurser, netværksmøder

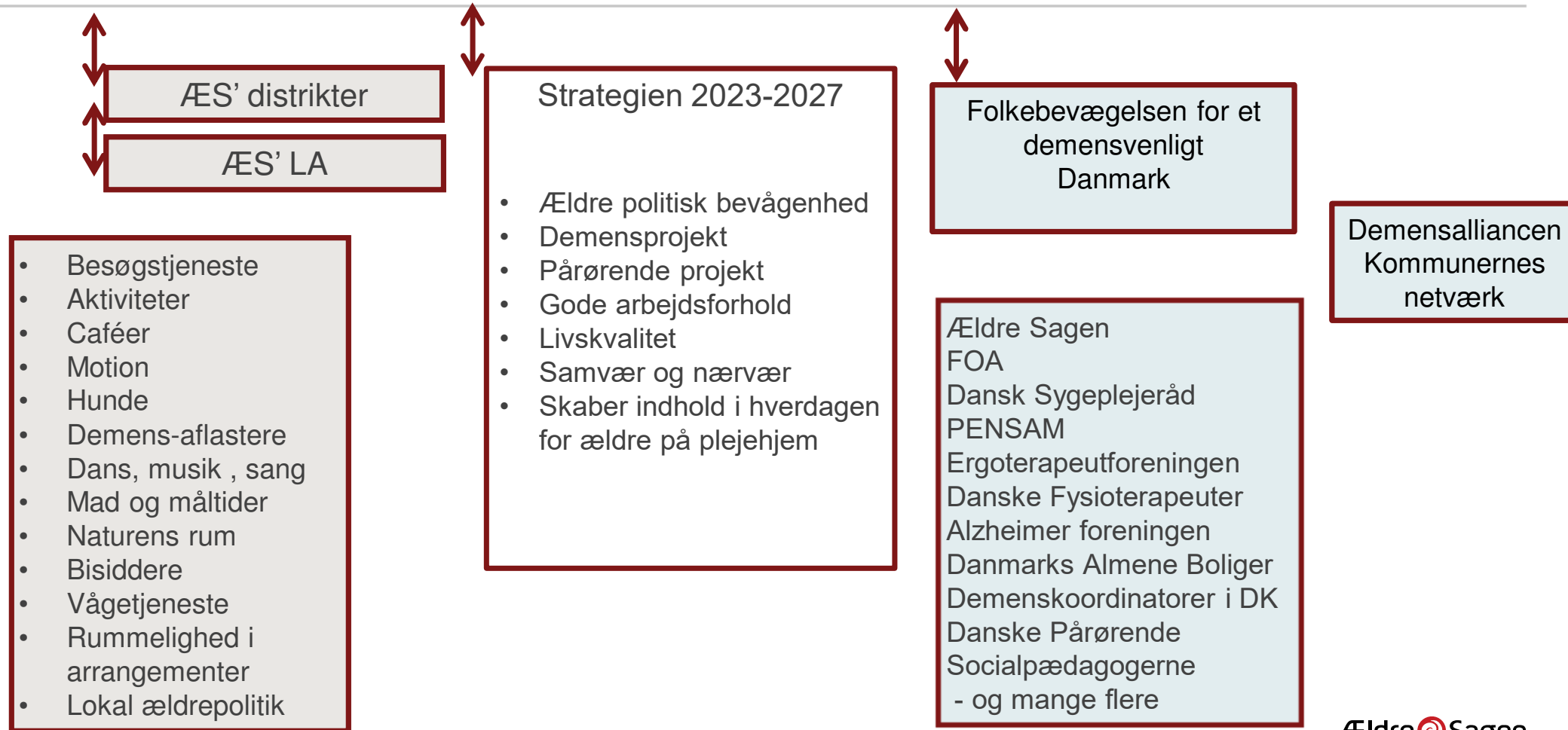
2 Aktiviteter, fællesskaber og arrangementer samt værtskab

3 Online møder  
Webinarer  
CST

4 Undersøgelser i sekretariatet, kortlægning  
Viden om frivillig indsats generelt og især pl.hjem og demens

# Ældre Sagens indsatser på demensområdet

organisering

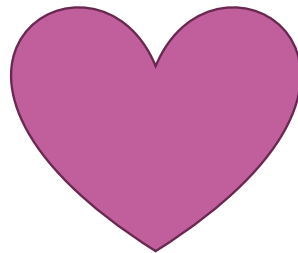


---

# Demenshjertet

---

- Demenshjertet udfases og er nu kampagne på nettet. Demensven-nålen blev afskaffet i forbindelse med hele gentænkningen af initiativet tidligere på året. Så nu kører Demensven primært som en digital kampagne med e-bogen som det eneste materiale.





Onsdag den 20. november  
kl. 16.30-19.00  
DGI Huset Aarhus  
Værkmestergade 17  
8000 Århus C



FYRAFTENSMØDE:

## Antipsykotisk medicin til mennesker med demens

Alt for mange med en demenssygdom får  
antipsykotisk medicin

Mennesker med demens skal mødes med pleje, omsorg og faglighed – ikke  
medicin. Alligevel får 20 pct. med en demenssygdom antipsykotisk medicin.

Antipsykotisk medicin har mange alvorlige bivirkninger for mennesker  
med demens. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at antipsykotisk medicin ved  
demenssygdom kun anvendes undtagelsesvis, da det har en begrænset effekt  
på adfærdsforstyrrelser hos demensramte.

Vi lægger op til en fyraften med spændende oplæg og panelsamtale med  
eksperter og praktikere inden for området, hvor vi kan inspirere hinanden og  
dele gode eksempler på, hvordan forbruget kan nedsættes.

Tilmeld dig på [www.aeldresagen.dk/antipsykotisk-20-11-2024](http://www.aeldresagen.dk/antipsykotisk-20-11-2024)

**Ældre Sagen**

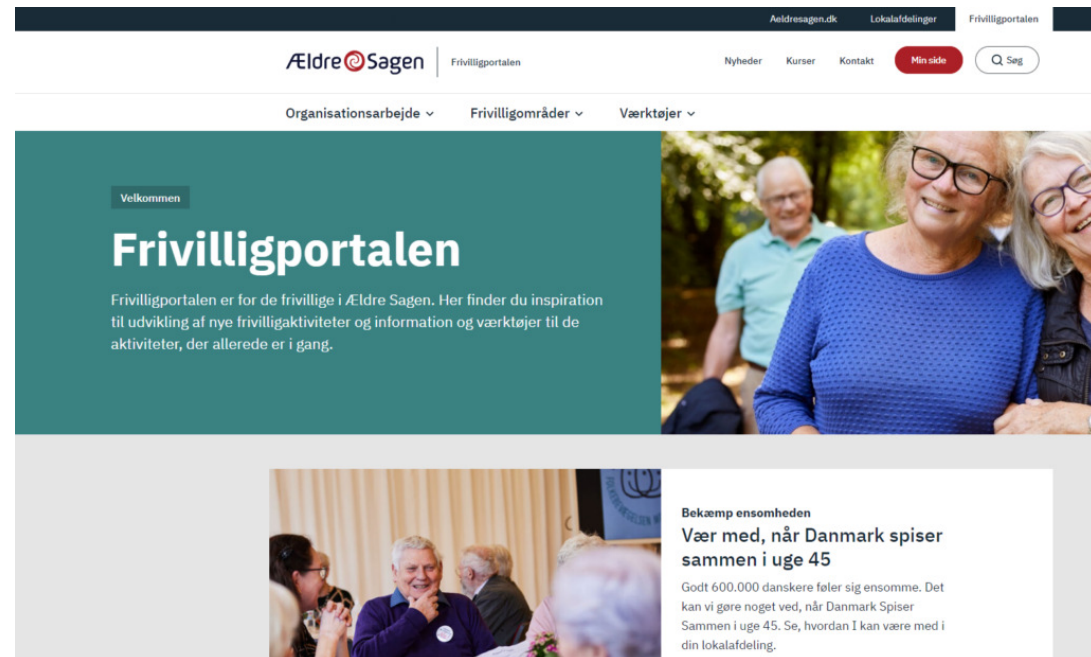
- Arrangement for professionelle i  
Århus om antipsykotisk medicin

- Ny film hos  
Alzheimerforeningen:  
<https://www.alzheimer.dk/nyheder/2019/ny-film-skal-saette-fokus-paa-antipsykotisk-medicin-til-demensramte/>

-

# Frivilligportalen

- Ny struktur på Frivilligportalen med en ny forside og menu-struktur



# Banko

## Demensvenlig Banko anno 2022



Alle Frivillige har fået folderen Hvad er demens	Jeg ved hvad FFDD står for	Vi har eller planlægger en et mødested og/eller café	Jeg ved hvad jeg kan bruge demenskonsulenter i sekretariatet til	Jeg har et lokalt netværk
Vi er nok frivillige til demensområdet	Jeg kender demenskoordinatorerne i kommunen	Jeg har kontakt til demensansvarlige i andre lokalafdelinger	Jeg samarbejder med aktivitetsledere i lokalafdelingen	Jeg synes vi er nok om opgaven
Vi har mindst en aktivitet for mennesker med demens og/eller deres familier	Jeg ved hvor pårørende kan få rådgivning	Vi uddeler Demensguiden	Jeg har viden om de tilbud, der er i kommunen når man får demens	Vi har uddelt materialer om demenssymbolet i demensugen eller på et senere tidspunkt
Jeg bruger Frivilligportalen	Jeg har ikke brug for hjælp til at komme videre	Vores hjemmeside fortæller, hvem der er demensansvarlig	Vi har indsats på plejehjem	Vores lokalafdeling har demens på forsiden af hjemmesiden

# Film om demens

- Human Forever

Den 24-årige humanitære aktivist Teun Toebes har en mission: At forbedre livskvaliteten for mennesker, der lever med demens. Han har boet på en lukket afdeling på et plejehjem i årevis, da han beslutter sig for at tage denne mission til det næste niveau. I en eventyrlig treårig rejse over fire kontinenter og gennem 11 lande udforsker han, hvordan demens håndteres i andre lande, og hvad vi kan lære af hinanden for at gøre fremtiden smukkere og mere inkluderende.

Instruktør: Jonathan de Jong  
Holland, 2023  
DCP, 80 min.  
danske undertekster



Skal du med

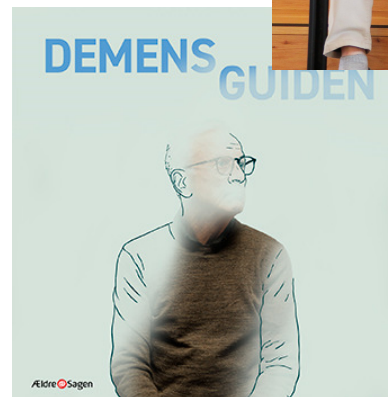
# Fokusgruppe og podcast

- Panel med yngre med demens i Ældre Sagen Gode råd

- Nye afsnit i podcast serien Demensguiden

- <https://www.facebook.com/aeldresagen/videos/8129217167131509>

- <https://www.aeldresagen.dk/om-os/podcast/se-alle-podcast/alle-podcasts/demensguiden>



---

# Rekruttering

---

- De fire anbefalinger og Håndbogen
  - Har vi en demensansvarlig – gerne flere?  
Handler om rekruttering
  - Har vi en målrettet aktivitet?  
Hvis nej, udvid evt. en eksisterende eller et mødested  
Hvis ja, skal der være mere synlighed?  
Mangler der flere kunder eller flere frivillige?
  - Har vi demens på forsiden? Godt sted at starte.
  - Er der rummelighed og info til andre frivillige?  
Hvilke materialer og muligheder?



---

# Rekruttering

---

## LOKALE KANALER. BRUG SÅ MANGE SOM MULIGT!

### Betalt annoncering

- Annoncering

### Egne kanaler

- Det lokale nyhedsbrev
- Lokal hjemmeside
- Lokal FaceBook side
- Flyers og plakater til uddeling og til lokal synlighed fx på biblioteker, apoteker mm.

### Gratis omtale/PR

- Pressemeddelelse til lokalaviser
- Redaktionel omtale i lokalaviser
- Opslag i lokale FB-grupper fx Det Sker i Kolding-gruppen, 60+ mm

### Face to Face

- Opfordring ved arrangementer
- Prik på skulderen - frivillig skaffer frivillig
- Tilmeldingsliste som ved arrangementer banko/gåture



---

# Hvor kan I få hjælp til hende

---

- I Frivilligshoppen kan I bestille rekrutteringsmaterialer. [Bestil her.](#)
- Kontakt til sekretariatet for hjælp til annoncer [design@aeldresagen.dk](mailto:design@aeldresagen.dk)
- Sekretariatet har indgået tre samarbejdsaftaler om annoncering med minimum 20% rabat med hhv. Jysk Fynske Medier, Det Nordjyske Mediehus og Sjællandske Medier. Kontakt sekretariatet for at høre mere: [sb@aeldresagen.dk](mailto:sb@aeldresagen.dk)





---

# Facebook ambassadører

---

Lav, del eller synes godt om  
opslag

# Hvorfor har vi brug for Facebook-ambassadører?

---



Undersøgelser viser, at når folk tænker på Ældre Sagen, handler det mest om det ældrepolitiske arbejde og medlemsfordelene. Derfor er det vigtigt at skabe større opmærksomhed, om den store frivillige indsats i Ældre Sagen.



Ca. 50% af Ældre Sagens nye frivillige 2023 blev det på en opfordring fra en allerede aktiv frivillig. Det er en af de bedste måder at få nye frivillige med i Ældre Sagen.



Facebook kommer bredt ud til mange forskellige mennesker. Forstil dig, at du har 30 venner på Facebook, og bare 5 af dem enten synes godt om eller deler dit opslag, så er både dine 5 venner, og alle deres venner potentielt blevet eksponeret for dit opslag.

---

# Lav, del eller synes godt om opslag

---



Lav dit eget opslag på din private facebookprofil, eller i en lokal facebookgruppe som f.eks. Det sker i X-købing



Del den lokale facebooksides opslag, eller andre frivilliges private opslag



Synes godt om lokalafdelingens facebooksides opslag, eller en anden frivilliges private opslag

# Lav dit eget opslag

Ofte er du som frivillig den bedste til at forklare, hvorfor en anden person også skal blive frivillig.

Det handler ikke så meget sproget eller stavningen, men derimod at det virker ægte og oprigtigt.



5. nov. 2022 · 🌐

**Goddag**  
Når i nu sidder og nyder morgenkaffen, kunne du/i så ikke prøve at mærke efter inderst inde om i skulle have lidt overskud/lyst til at give en anden tryghed den sidste tid, ikke alle har et godt netværk og vi våger syntes ikke at nogen skal være alene den sidste tid, så giv endelig lyd hvis du vil for jeg kunne godt bruge flere våger 🙏

Pt sidder jeg selv og giver en tryghed , håber at høre fra dig  
Skriver våger da det ikke kun er for kvinder 😊

Hilsen 

👍🥰❤️ 20 1 kommentar 6 delinger

👍 Synes godt... 💬 Kommenter ➦ Del

---

## Ideer til typer af opslag

---

- Brede rekrutteringspost: beskriver bredt, hvad det vil sige at være frivillig i Ældre Sagen.
- Specifikke rekrutteringspost: beskriver ud fra en specifik frivilligaktivitet.
- Personlige rekrutteringspost: Beskriver ud fra ens egen personlige oplevelse af at være frivillig.

---

# Ideer til indhold i opslagene

---

- Ingrediens: f.eks. Hvilke materialer eller remedier, du bruger som frivillig.
- Citatversion: Citer en anden frivillig i dit opslag.
- Personlig historie: Beskriv en personlig historie fra din frivilliggerning
- Oplysning: Beskriv aktiviteten som frivillige
- Oplevelse: del en oplevelse, du selv har haft som frivillig

---

# Tag i inspiration i eller brug Ældre Sagens færdiglavede opslag

---

- Tilføj opslag indenfor jeres område(fag og foreningskonsulenter!)

---

# Vigtigt når man laver opslag

---

- Brug ikke billeder til opslag med andre personer uden deres accept.
- Hvis du laver et opslag på en lokalgruppe, så husk at få lov af administratoren af siden først.



# Del opslag

Er du ikke meget for selv at lave et opslag, kan du i stedet dele andres opslag.

Deler du andres opslag, ser dine venner på Facebook det også.

Skriv evt. kort om, hvorfor du deler opslag, så du gør det mere personligt. Det gør, at flere også vil være villig til at dele eller like dit opslag.



Frivillige i Ældre Sagen ❤️

Ældre @ Sagen

# Synes godt om opslag

At synes godt om andres opslag, er ikke ligeså effektivt som at selv lave et opslag, eller dele andres. Det gør dog stadig opslaget synligt for dine facebookvenner, og kan derfor stadig være en stor hjælp til at skabe synlighed.

Hold derfor øje med om din lokalafdelings facebookside, eller om en anden frivillig laver et opslag, hvor der søges efter flere frivillige.

På den måde støtter du både den frivillig, som har lavet opslaget, og lokalafdelingen i søgen efter flere frivillige.

Del gerne!



Frivillige i Ældre Sagen ❤️

---

# Demenskor og Fællessang

---

- Uddannelser
- Muligheder -
- Sangbøger - tilbud

---

# Kultur

---

- Generelt i aktiviteter
- På plejehjem
- Mødesteder
  
- Kultur – hvad er det?
- Sang, musik og bevægelse
- Film

---

# Kom godt hjem

---

