

Ældre©Sagen

# Nyt fra Snorresgade

Martin Geysner  
It- og digitaliseringskonsulent

D3 - Tirsdag den 03. juni 2025



# It- og digitaliseringstemaer i 2025/26

## Digitale emner

- AI og ældre – muligheder og etik
- Digital sikkerhed ([NCIK](#))
- [DKBs DR-arkiv](#)
- Den digitale identitetstegnebog ([eID](#))
- [Rejsekortet 2026](#)
- Sundhedsapps i et brugerperspektiv
- [Udfasning af kobbernettet](#) ([ÆS](#))
- Udfasning af Windows 10 ([ESU m.v.](#))
- Linux og open source – et godt alternativ? Herunder kontorpakker som LibreOffice, OnlyOffice, FreeOffice m.fl.
- Velfærdsteknologi
- 3D-print

## Lokalafdelingernes udvikling

- Bredere samarbejde mellem frivilligområderne
- Den social-humanitære indsats - de udfordrede målgrupper
- [De 10 opmærksomhedspunkter](#) (1-2 punkter ad gangen) fx Synlige og indbydende it-caféer
- Tiltrækning og tilknytning - rekruttering og fastholdelse

## [Inspirationsbanken](#)

– næste temaarrangement

# Etiske aspekter af kunstig intelligens - AI



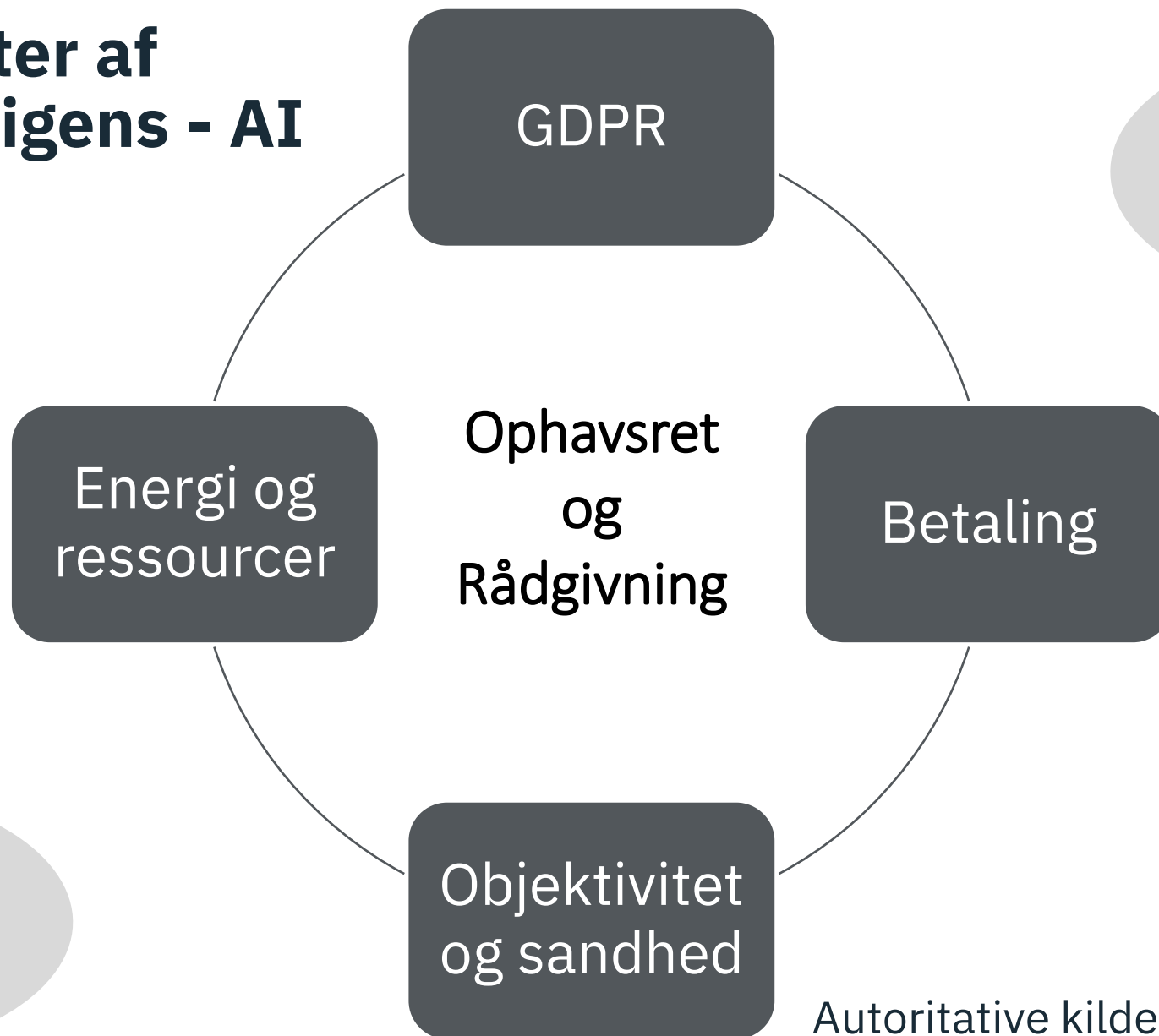
**Jeg handler i  
respekt for  
andre**

Hvad tænker I om AI?  
Er der nogle etiske spørgsmål, vi ikke må glemme?



**Jeg gør som  
jeg har lyst til**

# Etiske aspekter af kunstig intelligens - AI



Jeg handler i  
respekt for  
andre

Jeg gør som  
jeg har lyst til

Autoritative kilder som fx [lex.dk](https://lex.dk)

# Rekruttering og fastholdelse → Tiltrækning og tilknytning



Deltag på  
**slido.com**  
**#1719**

- **Rekrutteringsugen**
  - uge 40: 29. september til 5. oktober 2025
  - Jobportal ([Frivilligjob.dk](https://frivilligjob.dk)) – styrk lokal synlighed via kampagne  
Job vises på Frivilligportalen via Danmarkskort
  - Frivilligtesten – motivering til frivillighed (hvilken type frivillig er jeg i 7-8 spørgsmål). Sjove spørgsmål med glimt i øjet.
  - Facebookkampagne med annoncer september, oktober og november – **15 lokalafdelinger!**
    - Styrke rekrutteringsindsatsen af nye frivillige lokalt
    - Fortsat teste mulighederne
    - ”Ambition” – tekst, billeder og opsætning

## Oplever du, at der er nok ældre, som henvender sig om it-hjælp?

I nogen grad (Der kommer som regel mange)



Nej, i mindre grad (Vi savner flere, der har behov for vores it-hjælp)



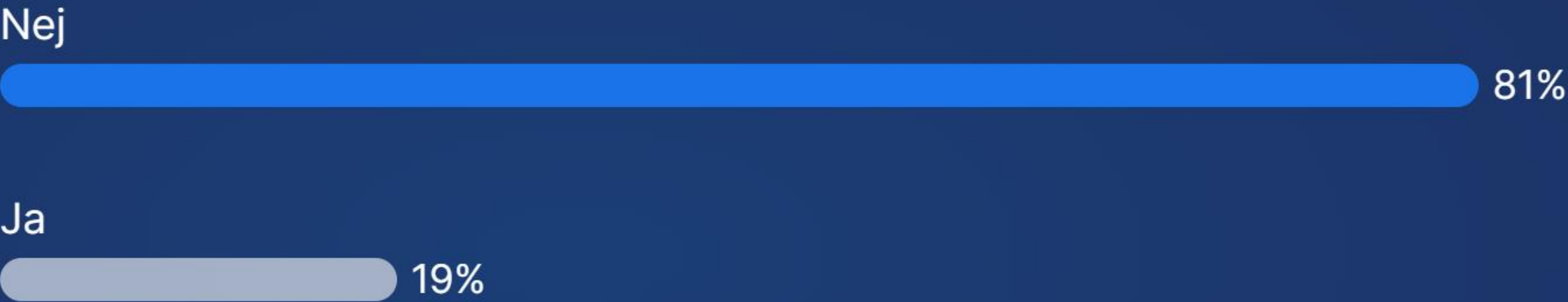
Slet ikke (Vi kæmper med at tiltrække opmærksomhed)



Ja, i høj grad (Vi kan næsten ikke klare flere)



# Har I behov for flere frivillige?



# Hjemmesiden blev revideret i efteråret – tag gerne en rundtur!

- **Distrikterne**: Om distrikternes virke og opgaver samt vejledning til it-distriktskoordinatorerne
- **Det mener vi - det ved vi**: Ældre sagens synspunkter på digitaliseringen understøttet af 'det ved vi' fra undersøgelser.
- **Den lokale it-hjælp**:
  - It-caféen: De 10 opmærksomhedspunkter - et samtale- og udviklingsværktøj.
  - It-hjælp i hjemmet: Hvordan gør vi - og hvad kan vi hjælpe med?
  - Kurser og undervisning: Hvad skal vi være opmærksomme på?
  - Tema-arrangement i it-cafeen: Inspirationsbank og ideer til planlægning.
  - Aktivitetslederens hjælpeside: Vigtige hjælperedskaber og relevante dokumenter til download.
- **Velfærdsteknologi**: Frivillige hjælper ældre med anvende relevante velfærdsteknologier.
- **It-kurser og webinarer**: Overblik over aktuelle og kommende tilbud 🌟

Ældre©Sagen

# Ældre Sagen og Velfærdsteknologi for frivillige





# Hvor er vi nu?

**Aarhus** - Kontaktperson: Formand Torben Dreier

- *Præsentationer af pt. ikke Digital Velfærdsteknologi.*

**Hedensted** - Kontaktperson: KOU-udvalgsformand Erik Christensen

- *Hjælp til at gøre Smartphone mere brugervenlig og til privat anskaffet faldalarm.*

**København** - Kontaktperson: KOU-udvalgsformand Susanne Andersen.

- *Kommunens læringslejligheder er omdrejningspunktet for formidling.*
- *Teknologicaféer (sundheds- og velfærdsteknologiske apps).*
- *Arrangementer om velfærdsteknologi.*

**Randers** - Kontaktperson: Næstformand Ole Klejs Hansen.

- *Formidle indsigt i og kendskab til velfærdsteknologi og information om adgangen til disse.*

**Frederiksberg** - Kontaktperson: Bestyrelsesmedlem Otto Madsen.

**Fem yderligere kommuner og lokalafdelinger er i gang pt.**

# Velfærdsteknologi

**Ældrereformen:** Der ”etableres et korps af frivillige i regi af Ældre Sagen, der skal hjælpe og understøtte ældre borgere i at anvende relevant velfærdsteknologi i dagligdagen for de borgere, der ønsker det. Kommunerne vil ikke kunne pålægge de frivillige at introducere ældre borgere for velfærdsteknologi.”

Uddybning: [Se Frivilligportalen](#)

## Vores indgang:

- Vi undersøger og afprøver, hvordan frivillige kan understøtte ældre med at benytte velfærdsteknologi. Dette sker:
  - Gennem frivillige samarbejder med kommunerne
  - Ved at give mulighed for at uddanne frivillige til at kunne hjælpe lokalt.
  - Ved at afsøge om der er andre eller nye frivilliggrupper, der vil være med.
- **‘Vi hjælper, så godt vi nu kan’**, der hvor velfærdsteknologierne får betydning for ældres livskvalitet.
- **Link til Ældre Sagens: [Charter for velfærdsteknologiske rettigheder](#)**

# Hvordan gør vi?

- **Vi afdækker området:** Taler med eksperter, vurderer analyser og ser på konkrete initiativer og teknologier.
- **Vi har fastlagt vores position:** Hvad er Ældre Sagens muligheder og rammer i forhold til at være en civilsamfundsorganisation baseret på frivillighed.
- **Vi formidler og deler viden:** Holder kurser og oplæg på temadage – ikke blot for it-frivillige, men også for bestyrelsesmedlemmer og andre ÆS-aktivitesgrupper.
- **Vi indgår i dialoger relevante parter:** KL, kommuner og producenter.
- **Vi hjælper og understøtter lokalafdelingerne:** Deltager i møder og giver sparring i forhold til fx samarbejdsaftaler m.v.

# Hvad er velfærdsteknologi?

- A** Velfærdsteknologi er en betegnelse for **digitale og fysiske hjælpemidler**, der fremmer **selvhjulpenhed** i hverdagens aktiviteter. Dermed kan de være med til at øge fx mobilitet, livskvalitet og adgang til fællesskaber.
- B** Begrebet dækker også **arbejdsredskaber**, som pleje- og omsorgspersonalet benytter, når de yder hjælp og behandling til borgerne.



# ...men vi kan også sige, at:

Det er teknologier,  
**der støtter, hvor vi har svært ved at klare os selv**

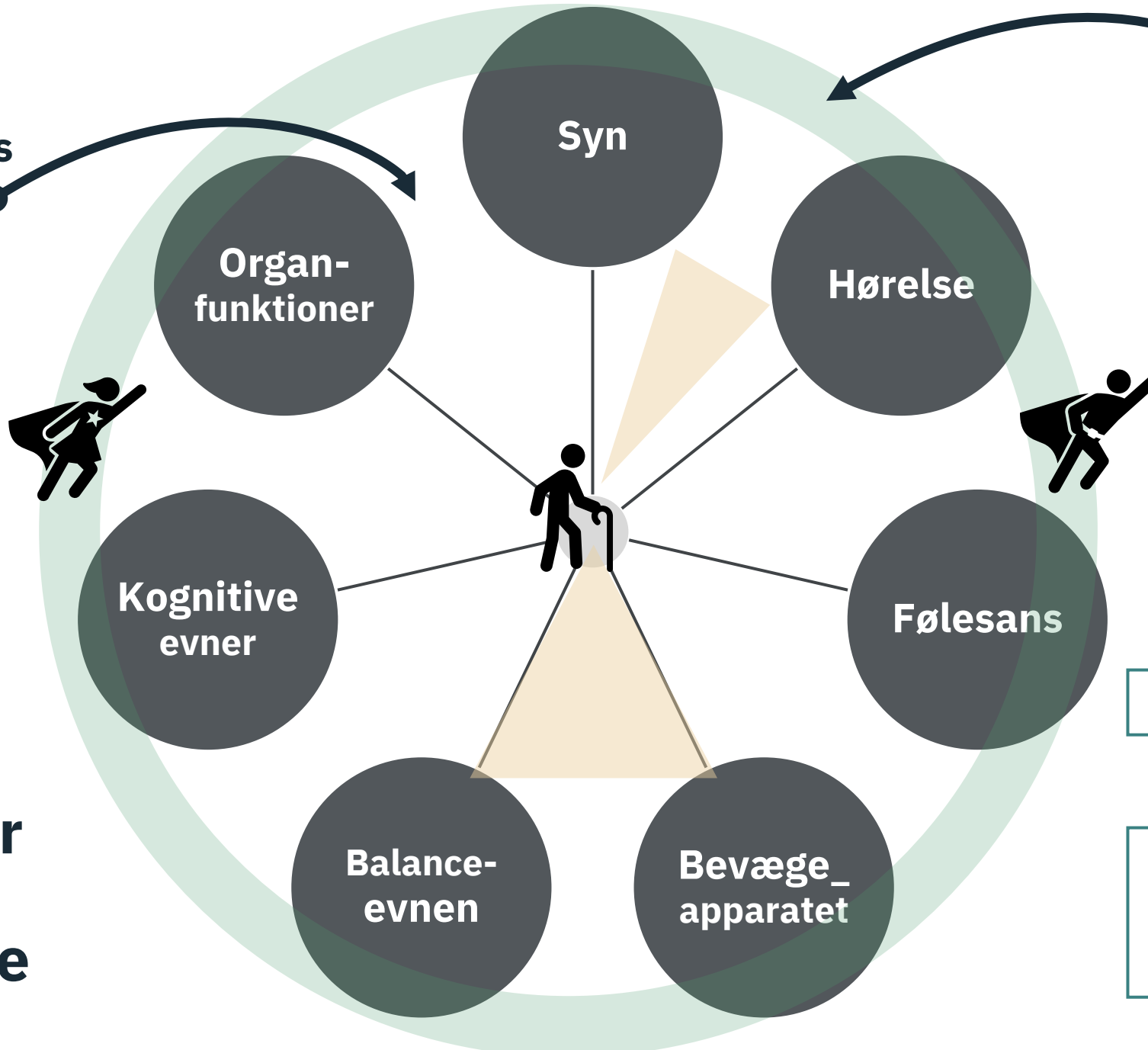
...der hjælper på  
en funktions-  
nedsættelse



**Pleje- og omsorgs  
personalet**

De  
fagprofessionelle

**Områder for  
funktions-  
nedsættelse**



**Civilsamfundet og  
dets fællesskaber**

De velfærds-  
teknologifrivillige:  
✓ **Oplysning**  
✓ **Teknologitilvænning**  
✓ **Træning**

**Selvhjulpenhed**

+

**Udsætter mødet  
med  
sundhedssystemet**

# Balancegangen

## Fremtiden

Det forventes:

- At vi i 2050 vil være 2,3 gange så mange over 80 år som i dag.
- At vi i 2030 vil mangle omkring 16.000 social- og sundhedshjælpere og -assistenter.
- At vi i 2045 vil mangle 37.000

Det kalder på nye løsninger og teknologi  
- der er bud efter frivillige og samskabelse  
med civilsamfundet

**Men vi skal passe på den!**

## Frivilligheden

1. At frivillige leder frivillige
2. At frivillige optræder neutrale (politisk, etnisk og religiøst)
3. At frivillige har armslængde (ikke involverer sig i personlige forhold eller modtager betaling eller lignende)
4. Så vidt muligt foregår på egne præmisser og gerne i Ældre Sagens rammer.
5. Ikke erstatter lønnet arbejde eller lovbestemte serviceydelser.
6. Ikke er forbundet med omkostninger for den frivillige.



# Velfærdsteknologi

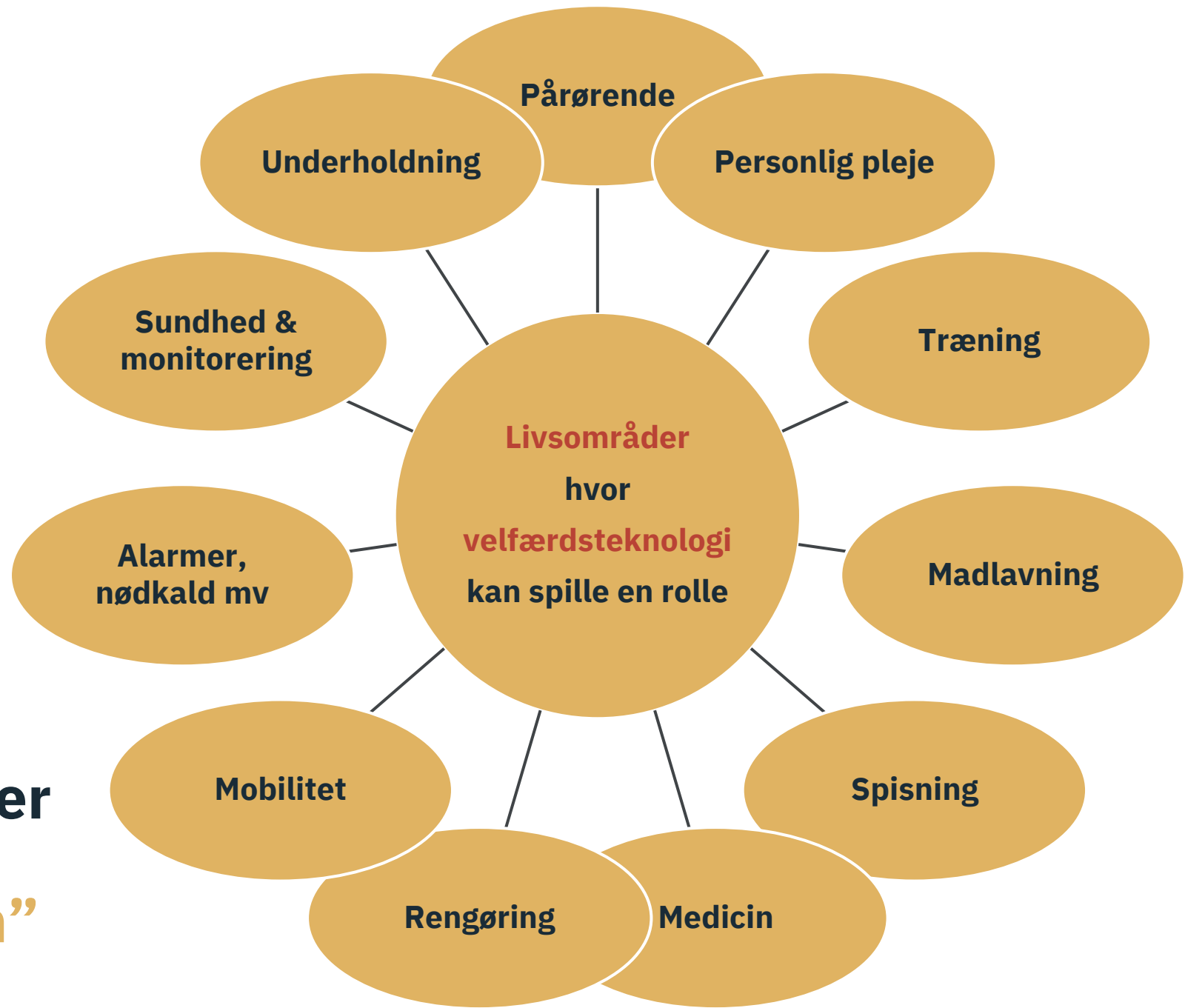
## Interessenter og værdier



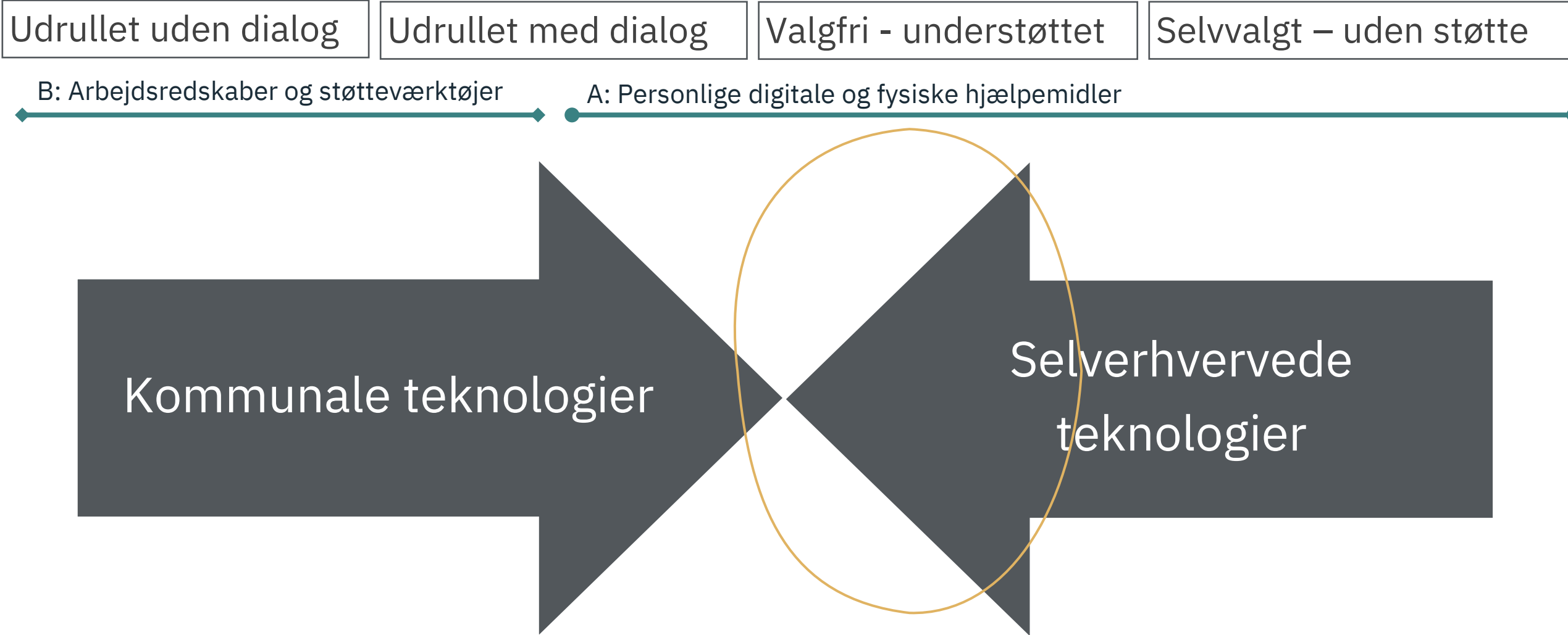
|                   | Fysiske                                                             | Elektroniske                                                                                         | Digitalt understøttede                                                                               | Digitale                                                                                                   |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sikkerhed</b>  | Skridsikre måtter<br>Brandslukkere<br>Dørkæder                      | Røgalarmer,<br>Bevægelsessensorer<br>Elektroniske låse                                               | Smart-dørlåse<br>Sikkerhedskameraer<br><a href="#">Alarm365</a>                                      | Tjekpånettet.dk<br>eMærket<br>Mit Digitale Selvforsvar                                                     |
| <b>Tryghed</b>    | Taktile dovendyr (Bent)                                             | Timer-styrede lys<br>Sensorstyret lys<br>Airbag<br>Bide faldbeskyttelse                              | Virtuelle assistenter<br>Stemmestyrede enheder<br>Google Nest, Amazon Alexa, Apple HomeKit           | Nødopkalds-apps:<br>Red Panic Button<br>Trygheds-apps                                                      |
| <b>Velvære</b>    | SwnX Fodgynge<br>Massagerulle                                       | Massageapparater<br>Varmegivende enheder<br>Lysterapi-lamper<br>Blodtryksmålere<br>Vibrationstrænere | Fitness-trackere<br>Søvnmonitorer<br>Vandpåmindere<br>Balancetræning ( <a href="#">BoBo Wobbly</a> ) | Mindfulness-apps<br>Trænings-apps<br>Kostovervågningsapps                                                  |
| <b>Fællesskab</b> | Giv det videre kortet<br><br>Invitationer til Danmark spiser sammen |                                                                                                      | Digitale billedrammer<br>Kommunikations-TV                                                           | Online spil: lichess.org<br>Komm.platforme:<br>Zoom, WhatsApp, Facebook/Messenger, Facetime, Signal m.fl.s |
| <b>Mobilitet</b>  | 4-punktstok (Wheeleo)<br>Eksoskeletter                              | Terapeutiske Redskab mod rystelser (VILIM Ball)                                                      | GPS (Google Maps, Mapy.cz)<br>NexStride                                                              | Rejsekort<br>Rejsebillet, Booking.com                                                                      |

# Livsområder

”Solsikken”

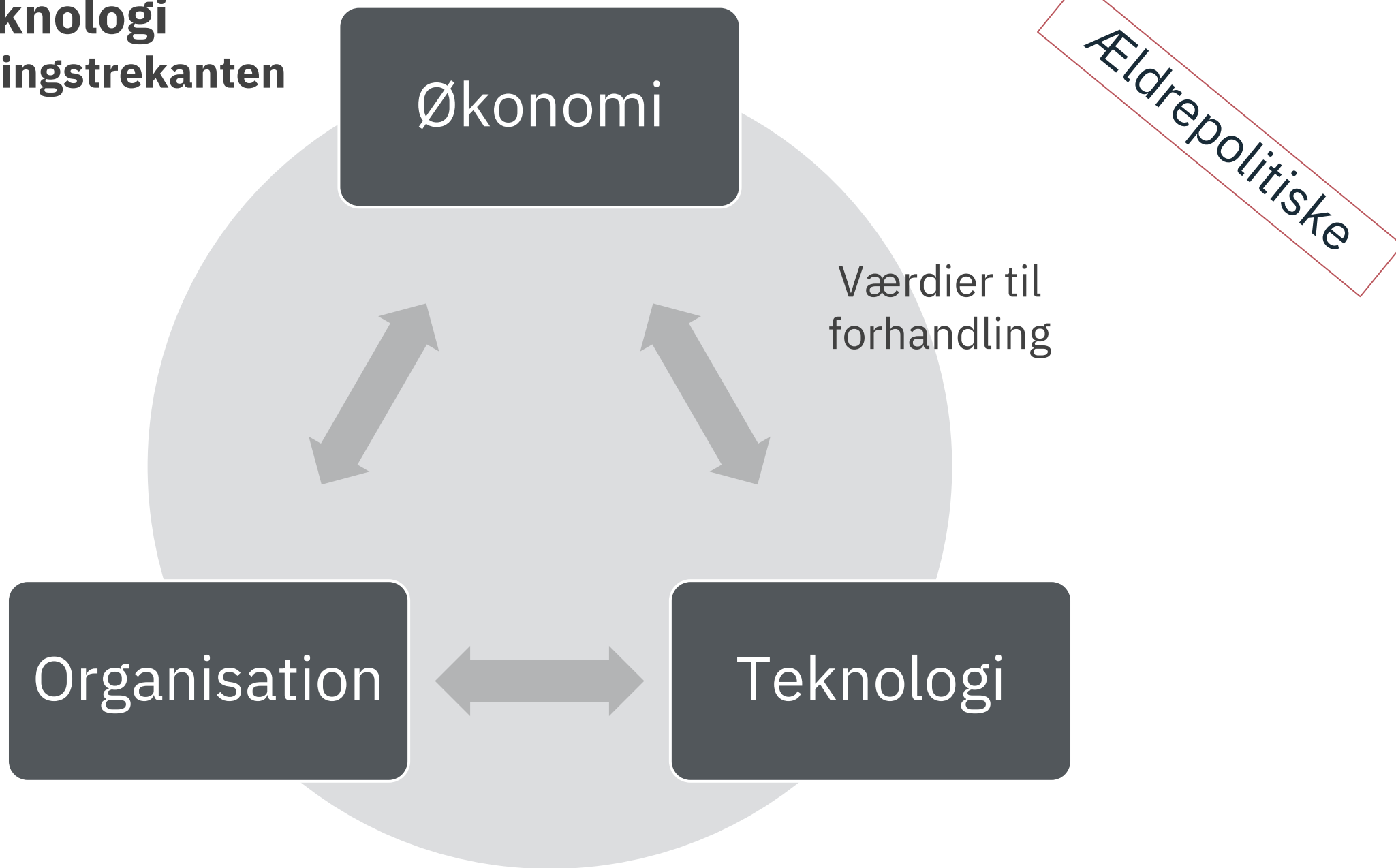


# Hvor kan vi kan vi hjælpe med velfærdsteknologier?

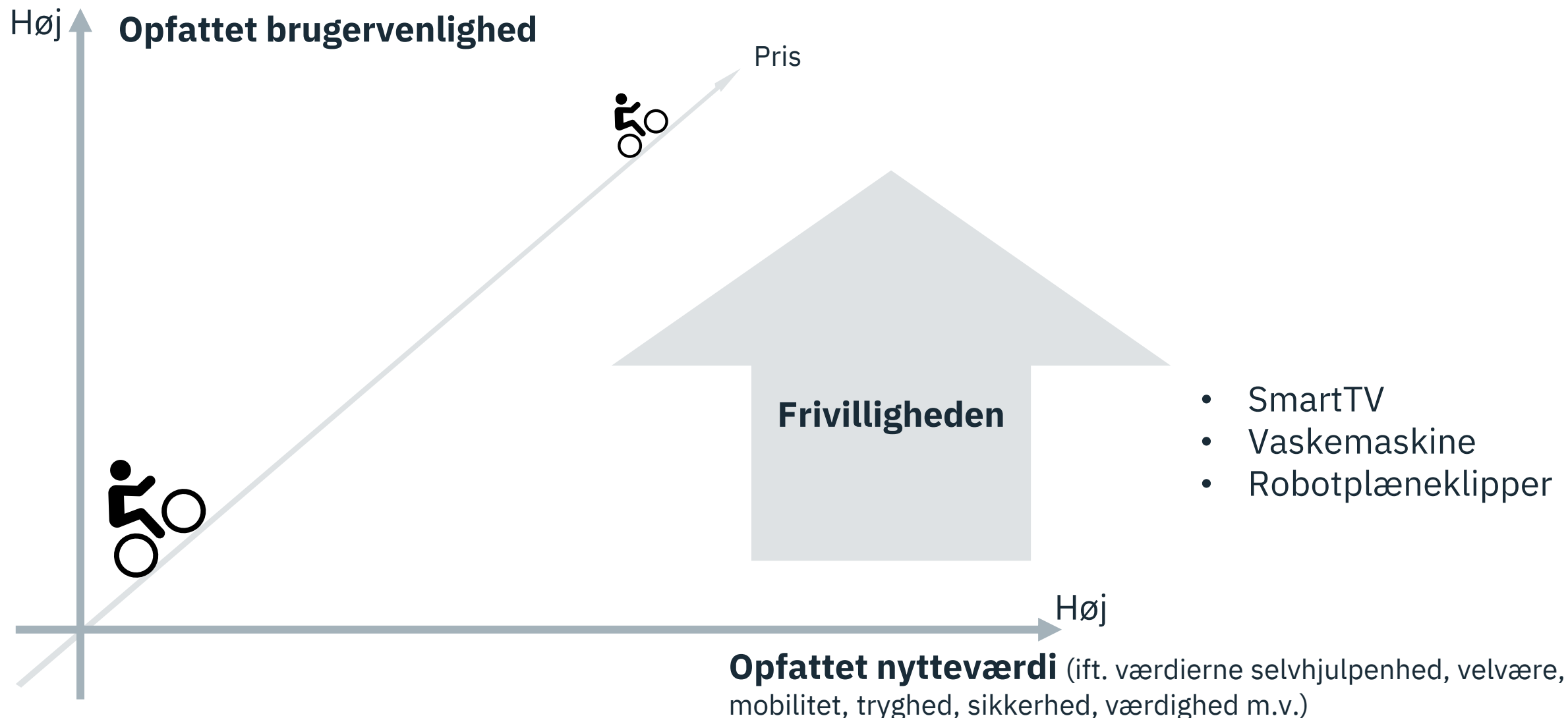


# Velfærdsteknologi

## Implementeringstrekanter



# Brugerens oplevelse af velfærdsteknologien påvirker behovet for hjælp og støtte



# Så hvordan kommer vi i gang?

Lokalt i vores afdeling

# Sikkerhed – tryghed – mobilitet – velvære – fællesskaber 1

## Frivillige indsatser kan fx være:

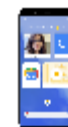
- **Vise vej i den digitale jungle** og vise hvordan ældre kan holde kontakt til (eller genfinde) venner og familie via sociale platforme som fx Zoom, WhatsApp, Facebook/Messenger, Facetime eller Signal. Digitale billedrammer, kommunikationstv.
- **Tilbyde it-caféer med fokus fællesskaber**, der kan danne rammer om digitale læreprocesser og oplevelser (fx 3D-print, Google Art & Culture, Google Earth).
- **Arrangere generationsmøder**, hvor børn, unge og ældre deltager i fælles digitale aktiviteter, der kan styrke social tryghed – fx med brug af LEGO Robotics.
- **Tilrettelægge et debatarrangement** om robotter og digitale assistenter (fx Paro, Elli•Q) kan reducere ensomhed og give en følelse af samvær.
- **Lave workshops om Smart Home-teknologier** som fx Google Nest, Amazon Alexa, Apple HomeKit med fokus på sikkerhed, tryghed, velvære og fællesskaber (Vi er på vej med et nyt kursus). → **”If This Then That”** (ifttt.com)

# Sikkerhed – tryghed – mobilitet – velvære – fællesskaber 2



- **Tilrettelægge workshop om:**

- **Wearables** (smartwatches, fitnessarmbånd, headsets, VR-briller m.v.), der for nogen kan være en hjælp eller måske give nyttig information, når det først er sat op.
- **Mobiltelefonens skjulte muligheder og smartliggørelse** (Google Action Blocks og Aware), eller give større sikkerhed i hverdagen (fx som i Hedensted).
- **Beskyttelse og genkendelse af digital svindel** med fx Tjekpånettet.dk, eMærket, Mit Digitale Selvforsvar (app)



- **Arrangere foredrag om tyverisikring og alarmer.**

- **Udstilling af teknologier**, der skaber velvære, lindre stivhed og smerter i led:

- Varmepuder, varmehandsker, varmetæpper, der lindrer stivhed og smerte i led m.v.
- Massagekrave, massagepistol, massagepude, massagesæde, massagebold, messagesvøb, der kan styrke, stimulere og fjerne ømheder m.v.
- Væskepåminder, Droplet – den talende kop, Aquatime (kun kommuner), **HidrateSpark**.

- **Udstillingsudflugt** til velfærdsteknologiske showrooms.

Ældre@Sagen