

Ældre@Sagen

# Årsmøde D7 2026

Nyt fra sekretariatet

Bente Petersen - foreningskonsulent



# Demens i fokus – forebyggelse og forberedelse 4. maj - Nyborg

Få viden om demens, når Ældre Sagen inviterer til "Demens i fokus, forebyggelse og forberedelse"

4. maj 2026, kl. 15.30-19.45 i Nyborg.

Demens i fokus er målrettet Ældre Sages medlemmer, frivillige, mennesker med demens, pårørende og andre, der er interesserede og nysgerrige på demens.

Fokus er denne gang på forebyggelse af demens, og hvordan man kan forberede sig til et liv med demens.

Louise Arp og Carsten Friis har deltaget i DR-programmet "I Hus til halsen", hvor de åbent og ærligt fortæller om nogle af de valg, de har måtte træffe, siden Carsten for 4 år siden fik en demensdiagnose. Til Demens i fokus taler de med Cecilie Hother om, hvilke tanker og handlinger Carstens demenssygdom har medført, og hvordan de har det i dag.



Der vil være rig mulighed for at stille spørgsmål til sidst i programmet, hvor vi byder velkommen til Cecilie og Demenspanelet.

Panelet består af: Louise Arp, Geriater Martin Schultz, , Dorthe Bjerremand Erichsen, jurist, Ældre Sagens Rådgivning, Lotte Kofoed Hansen, demenskonsulent Ældre Sagen

Der vil være mulighed for at besøge lokale aktører på demensområdet både inden programmet starter og i pausen. Bl.a. vil Nyborg Kommune, Østfyns museer og Ældre Sagens lokalafdelinger være til stede.

Det er gratis at deltage, men kræver tilmelding

→ [Her kan du læse mere om arrangementet](#)

→ [Se programmet](#)

[Her kan du tilmelde dig Demens i Fokus](#)

# Skrivekursus for lokale nyhedsbreve

Presse og formidling

Kontainer: billed- og filbank

Designmanual og skabeloner

Det Sker Lokalt

Facebook

Lokale nyhedsbreve

Lokale hjemmesider

Distrikternes hjemmesider

Kampagner

Kurser for PR og kommunikation frivillig

## Lokale nyhedsbreve skrivekursus

Få ny viden og inspiration til arbejdet med tekst og budskaber i jeres lokale nyhedsbrev.

**Kære lokalt nyhedsbrevsfrivillige**

Du inviteres hermed til en dag med fokus på at skrive tekster og sammensætte indhold til jeres lokale nyhedsbrev. Målet er, at du går hjem med ny viden og inspiration til arbejdet med jeres lokale nyhedsbrev, så du både bliver hjulpet i processen og samtidig bliver endnu bedre til fx at motivere medlemmer til at deltage i arrangementer eller søge efter frivillige.

På kurset får du best practices, inspiration og praktisk træning i, hvordan du kan arbejde med tekster og budskaber i jeres lokale nyhedsbrev:

- Det digitale nyhedsbrev – muligheder og begrænsninger
- Stil skarpt på dit budskab – og vær bevidst om, hvad du ønsker at opnå
- Relevans – forstå din modtager: hvad er vigtigt og hvad er ikke vigtigt?
- Brug sproget – skriv levende og væk interessen hos modtageren
- Tips til arbejdet med lokale nyhedsbreve i lokalafdelingen

Kurset veksler mellem undervisning, skriveøvelser og ide- og erfaringsudveksling i plenum.

Kurset er for alle lokalt nyhedsbrevsfrivillige i Ældre Sagen, uanset om du er ny på opgaven, eller du har arbejdet med lokale nyhedsbreve i længere tid.

Undervisere:  
Sanne Rossen, cand.mag. i retorik  
Merete Volder, marketingkonsulent, Ældre Sagen

**Kurset afholdes:**

- Scandic Silkeborg d. 2. juni 2026 kl. 9.30-15.00

- Det digitale nyhedsbrev – muligheder og begrænsninger
- Stil skarpt på dit budskab – og vær bevidst om, hvad du ønsker at opnå
- Relevans – forstå din modtager: hvad er vigtigt og hvad er ikke vigtigt?
- Brug sproget – skriv levende og væk interessen hos modtageren
- Tips til arbejdet med lokale nyhedsbreve i lokalafdelingen

Kurset veksler mellem undervisning, skriveøvelser og ide- og erfaringsudveksling i plenum.

Kurset er for alle lokalt nyhedsbrevsfrivillige i Ældre Sagen, uanset om du er ny på opgaven, eller du har arbejdet med lokale nyhedsbreve i længere tid.

Undervisere:  
Sanne Rossen, cand.mag. i retorik  
Merete Volder, marketingkonsulent, Ældre Sagen

**Kurset afholdes:**

- Scandic Silkeborg d. 2. juni 2026 kl. 9.30-15.00
- Comwell Roskilde d. 4. juni 2026 kl. 9.30-15.00

Der vil være morgenmad fra kl. 9.00 begge dage.

Vi glæder os til at se dig!

Venlig hilsen  
Merete Volder / Ældre Sagen marketing

**Tilmelding senest 4. maj – vælg det ønskede kursus**

- [Silkeborg d. 2. juni 2026](#)
- [Roskilde d. 4. juni 2026](#)

Sidst opdateret 07.04.2026

# Ny ældrepolitisk konsulent i Rejseholdet

Ny ældrepolitisk konsulent: **Grith Poulstrup da Silva**

Kommer fra en stilling som sundhedsfaglig specialkonsulent, Center for Sundhed og Rehabilitering, Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, Københavns Kommune (siden 2018)

Uddannet Cand.scient.san – Sundhedsfaglig kandidat  
uddannelse – oprindelig uddannet sygeplejerske

Har masser erfaring og kurser i procesledelse og facilitering.

Bor København S

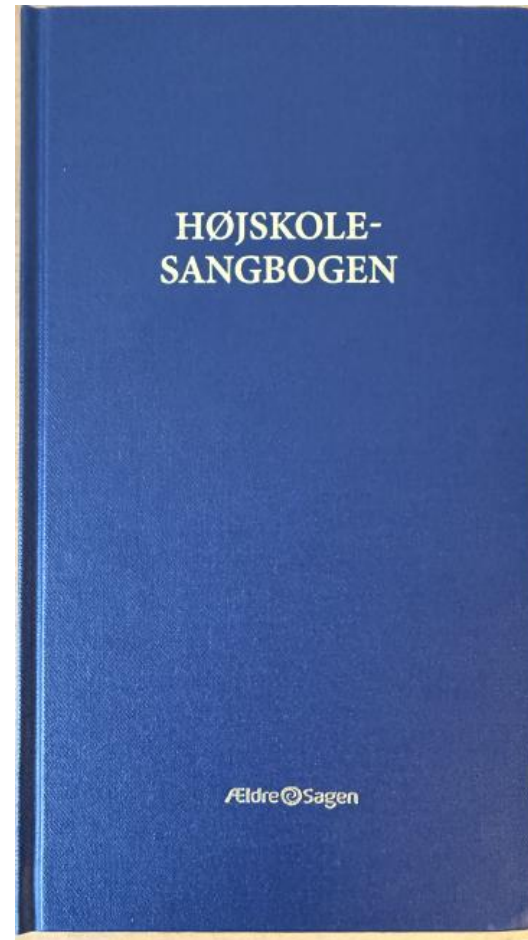
Er 50 år, gift og har to drenge på 10 og 15 år. Været frivillig i Hjerteforeningen samt håndboldtræner.

Starter 1. april 2026.



# Samarbejde med højskolerne om sangbog

Kan bestilles i ÆS webshop



# Planer og ambitioner 2026

Godkendt på delegeretforsamling  
november 2025



# Strategi og vedtægter

Frivilligportalen > Organisationsarbejde > Strategi og vedtægter > Ældre Sagens strategi

Vedtægt for Ældre Sagen

Ældre Sagens strategi

Frivillighedspolitik

Samværspolitik

Ældre Sagens opbygning

## Ældre Sagens strategi 2023-2027

På delegeretforsamlingen i november 2022 blev en ny 5 årig strategiplan for Ældre Sagen vedtaget. Læs den nye plan her.

Den femårige strategiplan er skabt af de frivillige i Ældre Sagen via distriktsårsmøder og dialogmøder for at blive vedtaget på delegeretforsamlingen 2022.



# Planer og ambitioner 2026

Godkendt af Ældre Sagens delegerede, november 2025

Ældre  Sagen

## Forord

Ældre Sagen arbejder i 2026 inden for den femårige strategi, der dækker årene 2023-2027. Denne er en detaljeret og uddybende beskrivelse af Strategi 2023-2027, som blev vedtaget af Ældre Sagens delegerede i november 2022, antages for kendt og gentages ikke i dette dokument, selv om det vedtræk gennemgås i afsnit 4.

Danmark vil i 2026 være stærkt påvirket af den geopolitiske situation med international uro, spændinger, sikkerhedspolitiske risici samt en bevægelse væk fra det frihandelsregime, som vi havde vænnet os til og indtil for nylig har taget for givet.

Hvad angår den indenrigspolitiske scene vil der med sikkerhed skulle afholdes folketingsvalg inden udgangen af 2026, hvilket kommer til at kræve en stor indsats af Ældre Sagen.

Angående politiske områder af central betydning for Ældre Sagen vil 2026 være præget af de store ændringer, som følger af Ældreloven fra 2025 samt den i 2024 indgåede aftale om en ny struktur i sundhedsvæsenet.

For at lykkes i 2026 er det nødvendigt, at Ældre Sagen:

- Nøje følger med i de 98 kommuners opfølgning på ældreloven og kraftigt påvirker dem, så de lever op til intentionerne om selvbestemmelse, helhedspleje, fleksibilitet og kontinuitet (dvs. indførelse af faste teams), så ældre med behov for hjælp mærker forbedringer i den ældrepleje, de modtager.
- Forholder sig til, at Ældreministeren i forlængelse af den nye ældrelov har lagt op til dannelse af lokale partnerskaber, hvor organisationer som FOA, Røde Kors – og naturligvis: Ældre Sagen – kan deltage.

- I koordinationsudvalg og solitære lokalafdelinger følger op på kommunalvalget i november 2025 og holder kommunalpolitikere til ilden, så de lever op til deres løfter.
- Tidligt i 2026 begynder at forberede os på den nye sundhedsstruktur og opbygger en ny intern organisering, så Ældre Sagen kan matche de 17 sundhedsråd (der i 2026 er forberedende; fra 2027 fuldt fungerende).
- Fortsat er en stærk stemme, der forsvare retssikkerheden.
- Fortsat påpeger omsorgssvigt og forlanger løsninger – den nye ældrelov har ikke ført til mirakler.
- Fortsætter med at udbygge de tilbud, vi har ift. gruppen af raske og aktive seniorer i alderen ca. 50-70 år.
- Fortsat skaber nye fællesskaber og bekæmper ensomhed.
- Fortsat kæmper for rimelige økonomiske vilkår for folkepensionister.
- Styrker vores it-sikkerhed og forbedrer den digitale service over for medlemmerne.
- Finder nye hvervekanaler, idet det bl.a. bliver sværere at få oplyst og bruge telefonnumre og adresser på potentielle medlemmer, så mulighederne i vores traditionelle hvervekanaler mindskes og fordyres.

## Indhold

1. Økonomiske prognoser for 2026	4
2. Det politiske landskab i 2026	4
3. Økonomiske udfordringer for Ældre Sagen i 2026	5
4. Ældre Sagens strategimodel for 2023-2027	6
5. Aktiviteter i de tre skub 2026	8
5.1. Værdig sundhed, omsorg og pleje	8
5.2. En aktiv seniorstyrke	11
5.3. Mental sundhed: Flere muligheder for, samvær, nærvær og lykke	13
6. Fire styrkelser af Ældre Sagen 2026	15
6.1. Lokal mobilisering, påvirkning og støtte	15
6.2. Segmentering af behov og differentiering af tilgange	16
6.3. Opbygning af digitale og teknologiske kompetencer	17
6.4. Ældre Sagen som vidensbank og fremtidsskaber	18
7. Sikring af Ældre Sagens fremtidige økonomi	18
8. Mål og indikatorer 2026	19
Mål og indikatorer for Ældre Sagen 2026	19

# Aktiv senior styrke



- Inspirationskatalog på trapperne
- Og en side på Frivilligportalen

- Lokale aktiviteter tilpasset dem, der stadig er aktive på arbejdsmarkedet **LA**

Der har i 2025 været et særligt ad-hoc-udvalg under landsbestyrelsen, der har set på, hvordan de lokale medlemsarrangementer samt den frivillige indsats kan fornyes og udvikles, så de passer til medlemmer i alderen ca. 50-70 år – fx ved at aktiviteter ligger uden for almindelig arbejdstid. Der bliver tale om et inspirationskatalog til brug i lokalafdelingerne, dvs. "kan"-opgaver og ikke "skal"-opgaver.

# Organisatoriske kurser 2026

Sæt kryds i kalenderen



# Formandskursus i 2026 – *få den bedste start og et netværk*



## Er du ny formand?

Så er her kurset, der giver dig den allerbedste start på din lederrolle i Ældre Sagen. Kurset er opdelt i tre; en online introduktion og 2x to dages kursus.

### INDHOLD

- Ældre Sagens strategi, mål og mærkesager
- Dit personlige lederskab – din rolle som nøgleperson
- Dine tætte samarbejdspartnere i sekretariatet og netværk blandt kolleger
- Økonomi, forsikring og jura
- Mødet med egen foreningskonsulent

### TID & STED

11. maj 2026	Opstartswebinar – online
27-28. maj 2026	Modul 1 Ældre Sagens Landssekretariat i København
3-4. nov. 2026	Modul 2 Hornstrup Kursuscenter ved Vejle

[Læs mere og tilmeld her](#)

**Kontakt din foreningskonsulent, hvis du har spørgsmål til kurset.**

# Introkursus – sig det videre til jeres nye frivillige i en leder rolle



## Introkursus for nye bestyrelsesmedlemmer og frivilligledere

Er du nyt bestyrelsesmedlem eller ny aktivitetsleder/ frivilligleder inden for det seneste år, er dette kursus skræddersyet til dig.

### UDBYTTE

Du får indsigt i, hvor du kan få hjælp i din egen lokalafdeling og i sekretariatet samt, hvor du kan finde de oplysninger, du har brug for i det frivillige arbejde på vores hjemmeside/Frivilligportalen.

### INDHOLD

- Ældre Sagen som forening, mission, værdier og strategisk fokus
- Lokalafdelingens opgaver
- Ledelse af frivillige, forventninger til roller og opgaver
- Det gode værtskab
- Motivation, trivsel og anerkendelse af frivillige
- Distriktet: Netværk, videndeling og inspiration
- Værktøjer

Tid og sted:

Distrikt 7 den 19. maj, Arena Næstved, Ved Stadion 11, 4700 Næstved

Distrikt 8 den 20. maj, Sørup Herregaard, Sørupvej 26, 4100 Ringsted

# Tid til fordybelse i egen bestyrelsen – og erfa med kolleger



## Styrk lokalbestyrelsen

Deltag hele bestyrelsen – eller så mange som muligt. Også gerne nøglepersoner uden for bestyrelsen.

### UDBYTTE

I kommer hjem fra kurset fyldt med energi og styrket sammenhold i bestyrelsen. I har også fået nye ideer og fornyet viden om bestyrelsesarbejde og indsigt i maskinrummet i Ældre Sagen. Som bestyrelse har I nu et fælles afsæt for at kigge på jeres lokale arbejde med nye briller.

### INDHOLD

- Få styr på de grundlæggende bestyrelsesopgaver
- Udvikle jeres lokalafdeling
- Styrke jeres bestyrelsessamarbejde
- Skabe struktur og møde nye metoder
- Netværk med – og inspiration fra andre lokalbestyrelser.



# Tak for ordet