

Frivilligundersøgelse Pixirapport

Juni 2026

Epinion for Ældre Sagen



De vigtigste budskaber fra frivilligundersøgelsen

Ældre Sagens frivillige er samlet set meget tilfredse med den måde, de er frivillige på, og det er både vigtigt for dem, at de gør en forskel for andre og at være en del af et fællesskab

De vigtigste budskaber

- Langt de fleste frivillige i Ældre Sagen er **motiverede af at gøre en forskel** for andre gennem deres frivillige engagement. Det er dog sjældent den eneste motivation for de frivillige – mange er samtidig motiverede af at være en del af et fællesskab, at holde sig aktive, og at bruge deres erfaring eller kompetencer.
- **De frivillige i Ældre Sagen trives godt** i deres frivillige engagement. Det gælder næsten otte ud af 10 frivillige, og langt de fleste oplever, at deres indsats er både meningsfuld og stiller rimelige krav til dem. Selv dem, der samlet set ikke er tilfredse med at være frivillige, er ofte loyale og er ofte også villige til at anbefale andre at blive frivillige.
- Når man spørger de frivillige, hvad der alligevel kunne forbedre deres trivsel, så peger en del på, at **de ønsker et stærkere fællesskab** eller mere socialt samvær. Selvom mange i forvejen oplever, at de er en del af et stærkt fællesskab af frivillige, og at det netop er fællesskabet, der i forvejen motiverer dem, så efterspørger mange alligevel et endnu stærkere fællesskab.
- En del frivillige peger samtidig på, at en **mere synlig lokal ledelse kunne forbedre deres trivsel**. Det handler dels om at mærke, at ledelsen interesserer sig for deres aktiviteter, men det er samtidig tæt knyttet til, at de gerne vil være sikre på, at de er orienterede om det, der er relevant for deres aktiviteter.

Hvad kan styrke frivilligindsatsen lokalt?

- Når de frivillige efterspørger et stærkere fællesskab, oplever mange, at det kan skabes ved at lave flere og "mindre" sammenhænge, at mødes i. Læs mere på side 14.
- Når de frivillige efterspørger en tydeligere lokal ledelse, så handler det for mange om at mærke, at ledelsen interesserer sig for deres aktiviteter og ideer. Læs mere på side 15.
- Når de frivillige efterspørger tydeligere kommunikation, så handler det ofte om, at de vil være sikre på, at de er opdaterede på såvel konkrete ændringer og bredere om "hvad der sker på området". Læs mere på side 19.

Datagrundlag

Undersøgelsen giver Ældre Sagen indblik i de frivilliges tilfredshed, motivation og hvordan deres frivillige engagement ser ud

Om undersøgelsen

Frivilligundersøgelsen er baseret på spørgeskemabesvarelser fra 5.760 frivillige i Ældre Sagen. Alle frivillige i Ældre Sagen har haft mulighed for at deltage og i alt har 27% af de frivillige valgt at deltage. Man har kunnet deltage i undersøgelsen online eller via telefon.

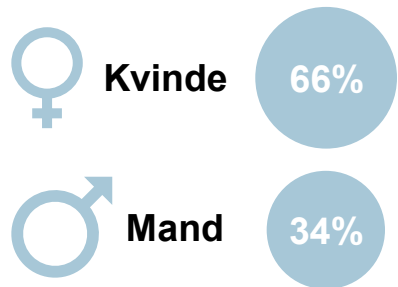
De 5.760 frivillige, der har deltaget i undersøgelsen, er samlet set repræsentative for hele frivilliggruppen, og resultaterne på de følgende sider er derfor resultater, som gælder for frivilliggruppen som helhed.



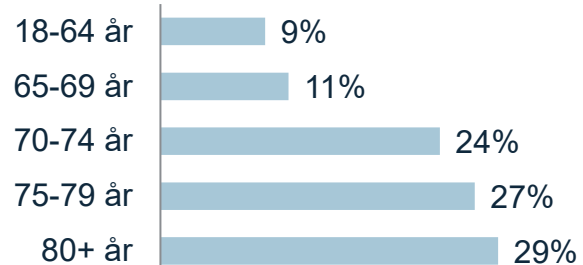
Profil af Ældre Sagens frivillige

Profil af Ældre Sagens frivillige (1 af 2)

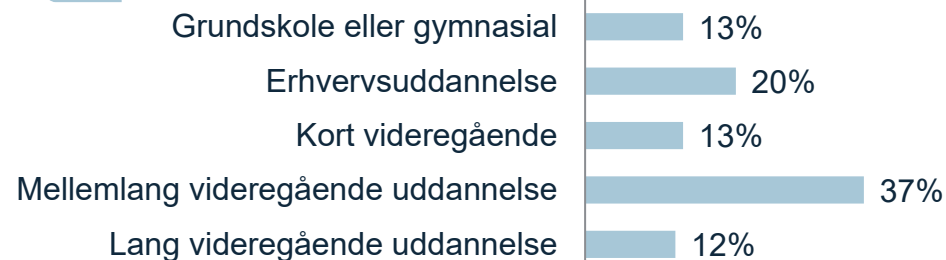
De frivilliges køn*



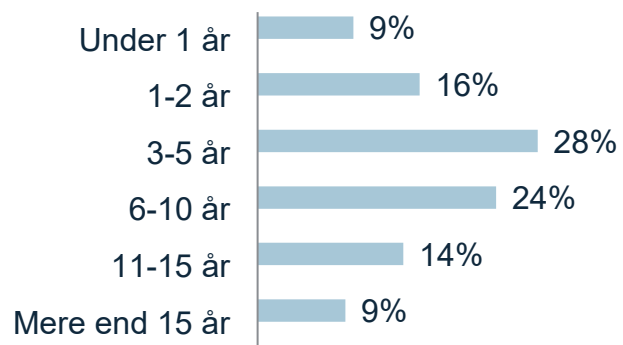
De frivilliges alder*



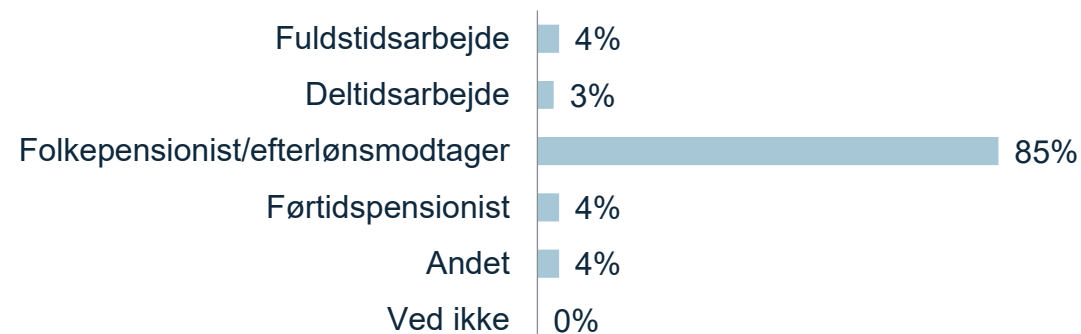
De frivilliges uddannelsesniveau**



De frivilliges anciennitet



De frivilliges relation til arbejdsmarkedet**



Hele frivilliggruppen (N=5.760)

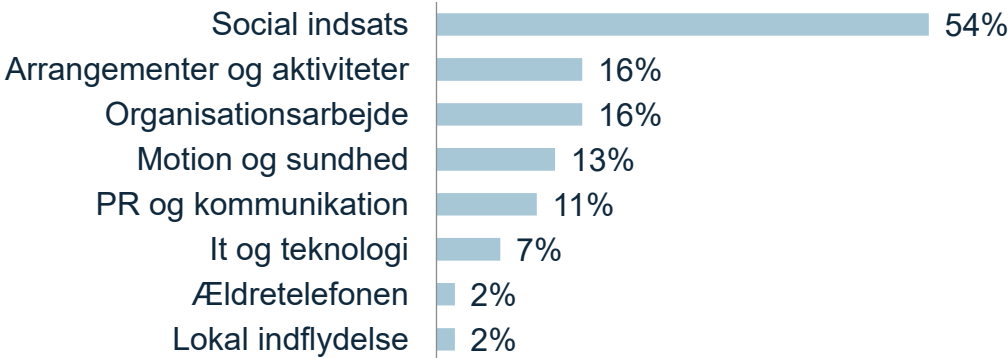
* Baseret på populationsdata.

** Kategorier fra den oprindelige spørgsmålsformulering er lagt sammen af hensyn til layoutet.

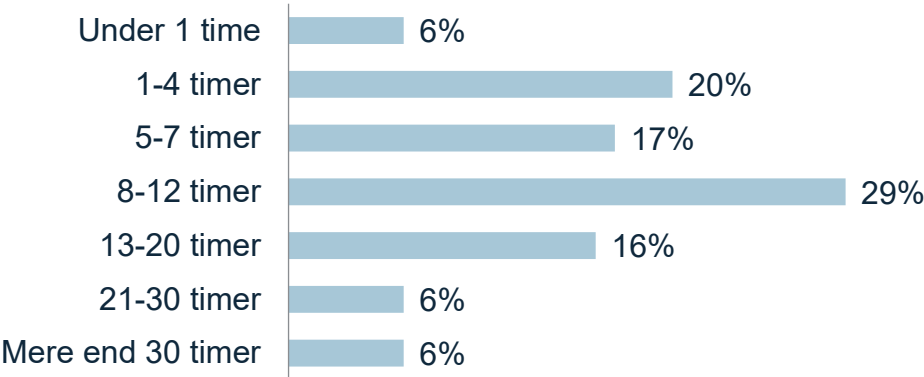
Profil af Ældre Sagens frivillige (2 af 2)



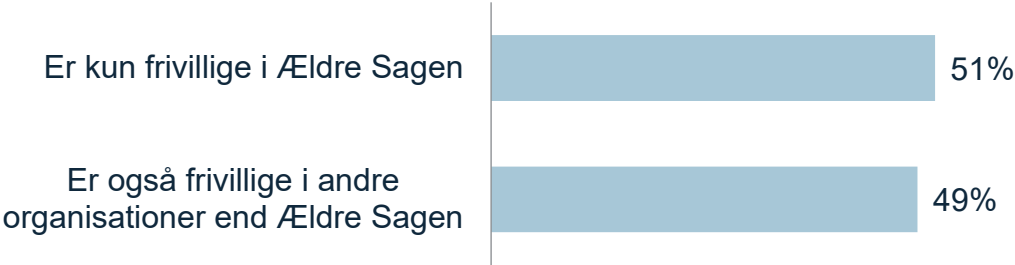
De frivilliges fordeling på fagområder*



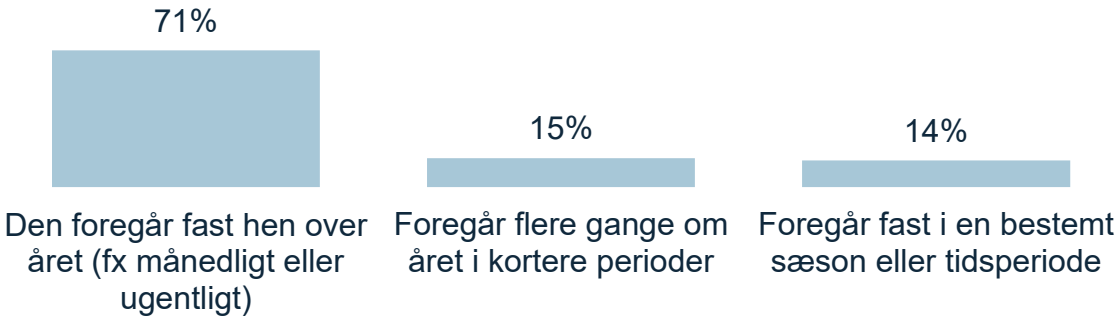
De frivilliges månedlige tidsforbrug som frivillige i Ældre Sagen



De frivilliges engagement uden for Ældre Sagen**



De frivilliges engagement



Hele frivilligruppen (N=5.760)
* Baseret på populationsdata.
** I den oprindelige spørgsmålsformulering har respondenterne angivet hvilke andre typer organisationer, de er frivillige inden for. Det er ikke vist her af hensyn til layoutet. Blandt dem, der også er frivillige i andre organisationer, er 16 pct. frivillige inden for sport, kultur og andre fritidsaktiviteter, 8 pct. i beboergrupper eller grundejerforeninger og 8 pct. i humanitær/kirkelig sammenhæng.

Motivation

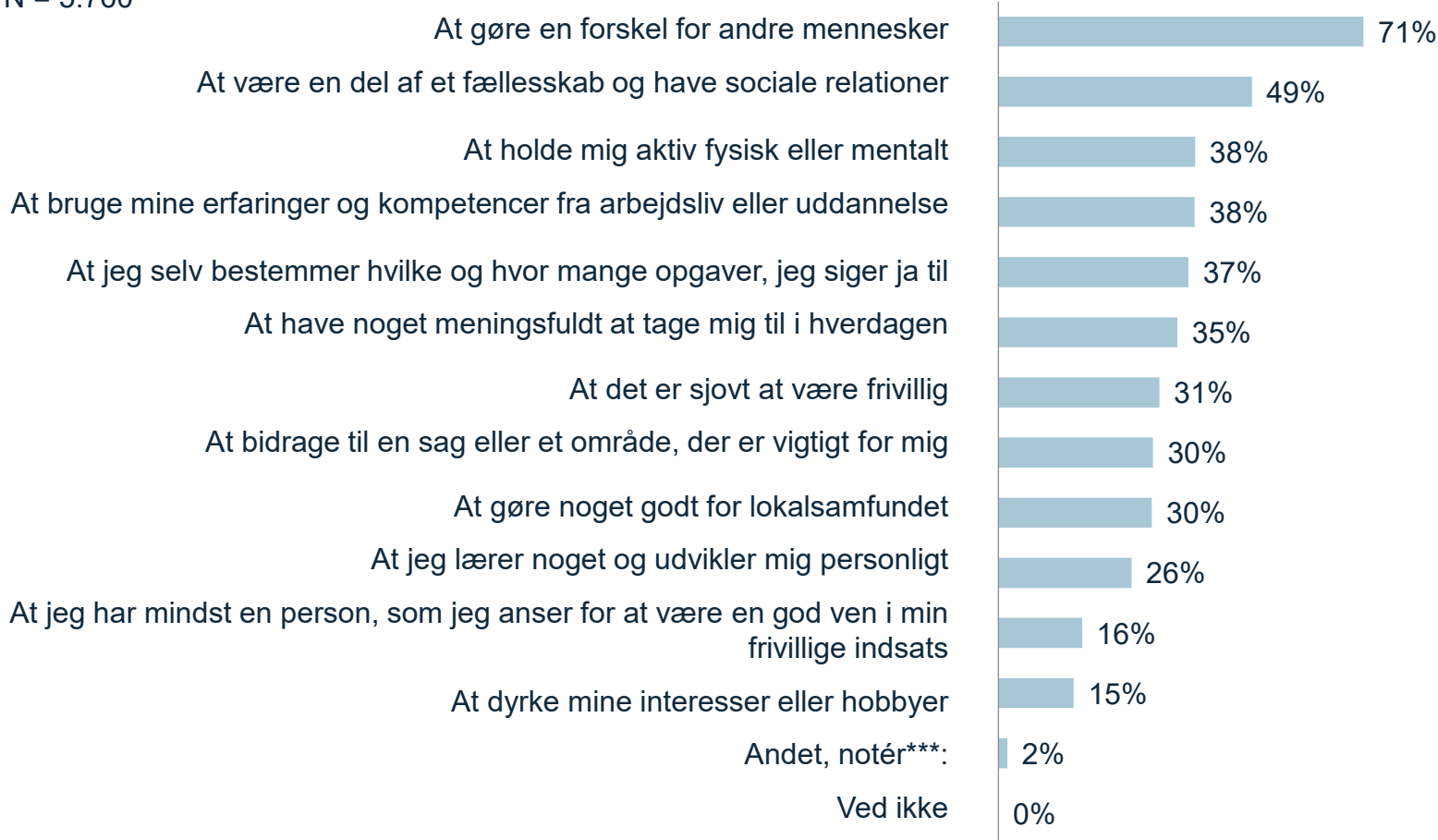


De frivillige i Ældre Sagen motiveres af at gøre en forskel for andre og af at være en del af et fællesskab – men også af at holde sig aktive og bruge deres kompetencer

- Langt de fleste af Ældre Sagens frivillige er motiverede af **at gøre en forskel** for andre gennem deres frivillige indsats.
- Det står dog meget sjældent alene, og mange er samtidig motiveret af at være en del af et **fællesskab**, **at holde sig aktive**, og at kunne bruge de **erfaringer og kompetencer**, de har med sig, fx fra deres arbejdsliv.
- Mange oplever også, at det understøtter deres motivation, når de **selv kan bestemme**, hvilke opgaver, de siger ja til.

Hvad motiverer dig ved at være frivillig i Ældre Sagen?**

N = 5.760



* I frivilligundersøgelsen fra 2021 angav 11 pct. af de frivillige, at de blev motiveret til at blive frivillig i Ældre Sagen af at blive en del af et socialt fællesskab, mens 49 pct. af de frivillige i 2026 angiver, at det motiverer dem at være en del af et fællesskab ved at være frivillig i Ældre Sagen. ** Figuren viser fordelingen, når de frivillige kan angive alle de faktorer, der motiverer dem. *** Under denne kategori nævnes bl.a. at hjælpe børn eller at man selv gerne vil hjælpes senere i livet.

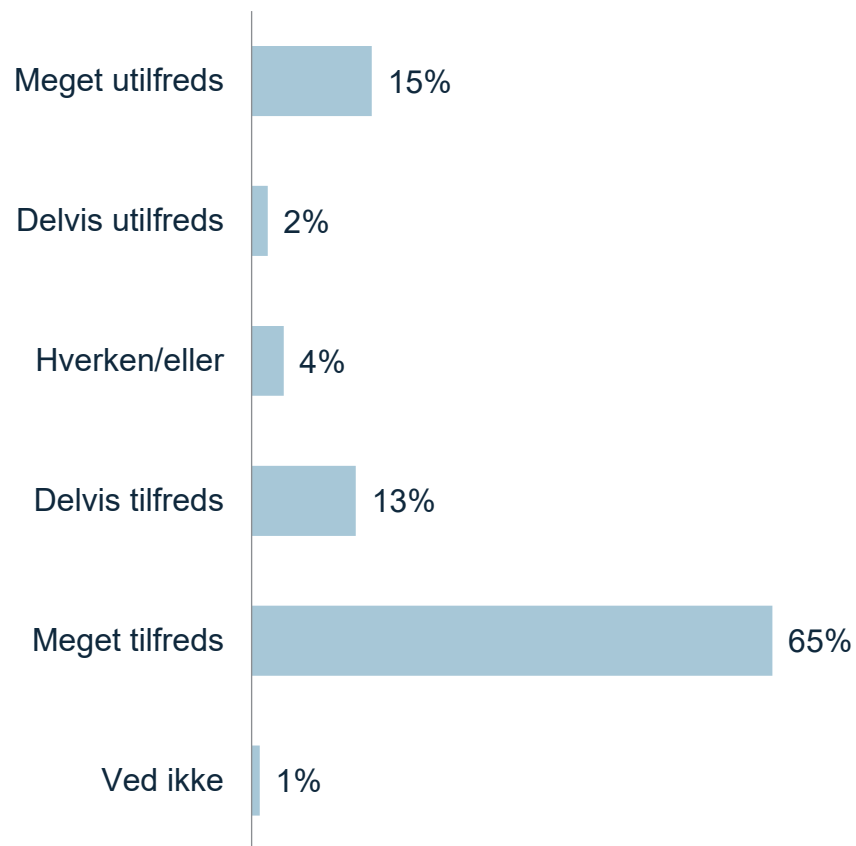
Trivsel og tilknytning som frivillig

De frivillige i Ældre Sagen er udpræget tilfredse med at være frivillige

- Generelt er de frivillige **tilfredse med at være frivillige i Ældre Sagen**. Samlet set er 78 pct. af de frivillige meget eller delvist tilfredse med at være frivillige.
- Tilfredsheden er høj i mange forskellige dele af frivilligruppen.
- Selv den relativt lille gruppe, som angiver, at de er **meget eller delvist utilfredse** med at være frivillige er typisk **loyale** frivillige, og mange blandt dem ville stadig anbefale andre at blive frivillige i Ældre Sagen. Dét at man udtrykker sin utilfredshed, er således langt fra ensbetydelse med, at man ikke ønsker at være frivillig i Ældre Sagen.

Hvor tilfreds er du alt i alt med at være frivillig i Ældre Sagen?

N = 5.760



78 pct.

af Ældre Sagens frivillige er **meget tilfredse** eller **delvist tilfredse** med at være frivillige.

Øget fokus på socialt samvær, fællesskab mellem de frivillige og mere aktiv og synlig lokal ledelse kan forbedre trivslen hos de frivillige

- Selvom Ældre Sagens frivillige i vid udstrækning er tilfredse, så er der **potentiale for at forbedre deres trivsel ved at tilbyde dem et endnu stærkere fællesskab** eller endnu flere anledninger til at dyrke det fællesskab, de allerede værdsætter.
- Samtidig er der potentiale for at forbedre de frivilliges trivsel ved at skabe et endnu **stærkere samarbejde** mellem den frivillige ledelse og de øvrige frivillige i lokalafdelingen. For de frivillige handler dette om at sikre, at lokalbestyrelsen og/eller den lokale ledelse er synlig og tilgængelig, og at de frivillige oplever, at deres lokale ledelse er imødekommende og lydhør over for deres ønsker og ideer.

Er der noget, der kunne forbedre din trivsel som frivillig i Ældre Sagen?

N = 1.737*



“

Flere arrangementer for de frivillige, så man kan få et øget fællesskab og få flere venskaber i fællesskabet

Kvinde, 67 år, fællesskab

“

Jeg kunne måske godt ønske mig, at den ansvarlige i ledelsen var mere synlig

Kvinde, 74 år, ledelse og lokalbestyrelsens rolle

“

Nemmere kommunikation med frivillig ledelse og væsentlig mere lydhørhed.

Mand, 74 år, Kommunikation og ledelse

“

Mulighed for at være sammen med andre frivillige, tilbringe tid sammen, tale og give støtte.

Mand, 75 år, socialt samvær

Note: Svarene er afgivet som fritekstsvar og efterfølgende automatisk kodet i de ti kategorier, der er vist i grafen. Fritekstsvarerne er kodet i flere kategorier, hvor det har været relevant.

* 4.023 har svaret, at der ikke er noget, der kan forbedre deres trivsel som frivillig



Anbefaling

De frivilliges trivsel kan styrkes gennem et stærkere fællesskab

Mange oplever, at fællesskabet motiverer dem til at være frivillige. Selvom det fungerer mange steder i dag, er der samtidig 26 pct. af de frivillige, som ikke oplever, at de har et fællesskab med de andre frivillige, og 22 pct. peger selv på, at netop et stærkere fællesskab og mere socialt samvær kunne styrke deres trivsel som frivillige.

Det er særligt kvindelige frivillige og frivillige med mindre end to års anciennitet, der ikke oplever at have et fællesskab med andre frivillige, og det er samtidig dem, der oftest peger på, at et stærkere fællesskab ville forbedre deres trivsel.

De frivillige peger bl.a. på, at fællesskabet kan styrkes gennem flere mindre møder, hvor man har noget fagligt til fælles. Det kunne fx være at mødes med andre frivillige, som har samme rolle som en selv, og udveksle erfaringer, at mødes til en kop kaffe før andre aktiviteter starter eller at mødes til hyppigere orienteringsmøder.



Anbefaling

De frivilliges trivsel kan styrkes gennem en styrket lokal ledelse

19 pct. af de frivillige peger på, at tydeligere ledelse i deres lokalafdeling kan forbedre deres trivsel som frivillige i Ældre Sagen. Samtidig er der 20 pct., der enten er i tvivl om, hvorvidt der er plads til deres idéer og forslag, eller ikke synes, at der er. 8 pct. oplever ikke, at de har en tydelig kontaktperson at gå til, og 8 pct. synes ikke, at samarbejdet i deres lokalafdeling fungerer godt.

Konkret efterspørger de frivillige en lokal ledelse, som de kan mærke interesserer sig for deres aktiviteter og er nysgerrige og lydhør over for deres idéer. Konkret handler det om, at det fx er synligt, hvem der sidder i bestyrelsen, hvordan man kan nå dem og at de jævnligt er til stede dér, hvor de frivillige alligevel mødes.

Samtidig efterspørger de frivillige, at det tydeligt bliver afstemt, hvordan en opgave skal løses, og at man sættes grundigt ind i nye opgaver.



Anbefaling

Der er særligt stort potentiale i at prioritere de ønsker, som de frivillige under 65 år har til deres engagement

Frivillige under 65 år er stærke ambassadører for Ældre Sagen. Det er både blandt dem, at flest er stolte af at være frivillige i Ældre Sagen, og hvor flest er villige til at anbefale andre at blive frivillige.

Samtidig er det den gruppe, der forventer, at deres frivillige engagement kommer til at ændre sig mest. Blandt dem er der både mange (11 pct.), der gerne vil engagere sig mere, og relativt mange (7 pct.), der er i tvivl om de overhovedet fortsætter. Dermed er der stort potentiale i at sikre, at netop de frivillige under 65 år trives godt, for at understøtte, at de fortsætter eller øger deres engagement.

De frivillige under 65 år efterspørger særligt kompetenceudvikling og kursusaktiviteter, der ligger om eftermiddagen eller i weekenden, hvor de kan deltage, de efterspørger i høj grad information og en kontaktperson, der kan hjælpe dem med at få adgang til relevant information. Mange efterspørger også et stærkere socialt fællesskab, mens andre ikke vurderer, at det er vigtigt for deres motivation.

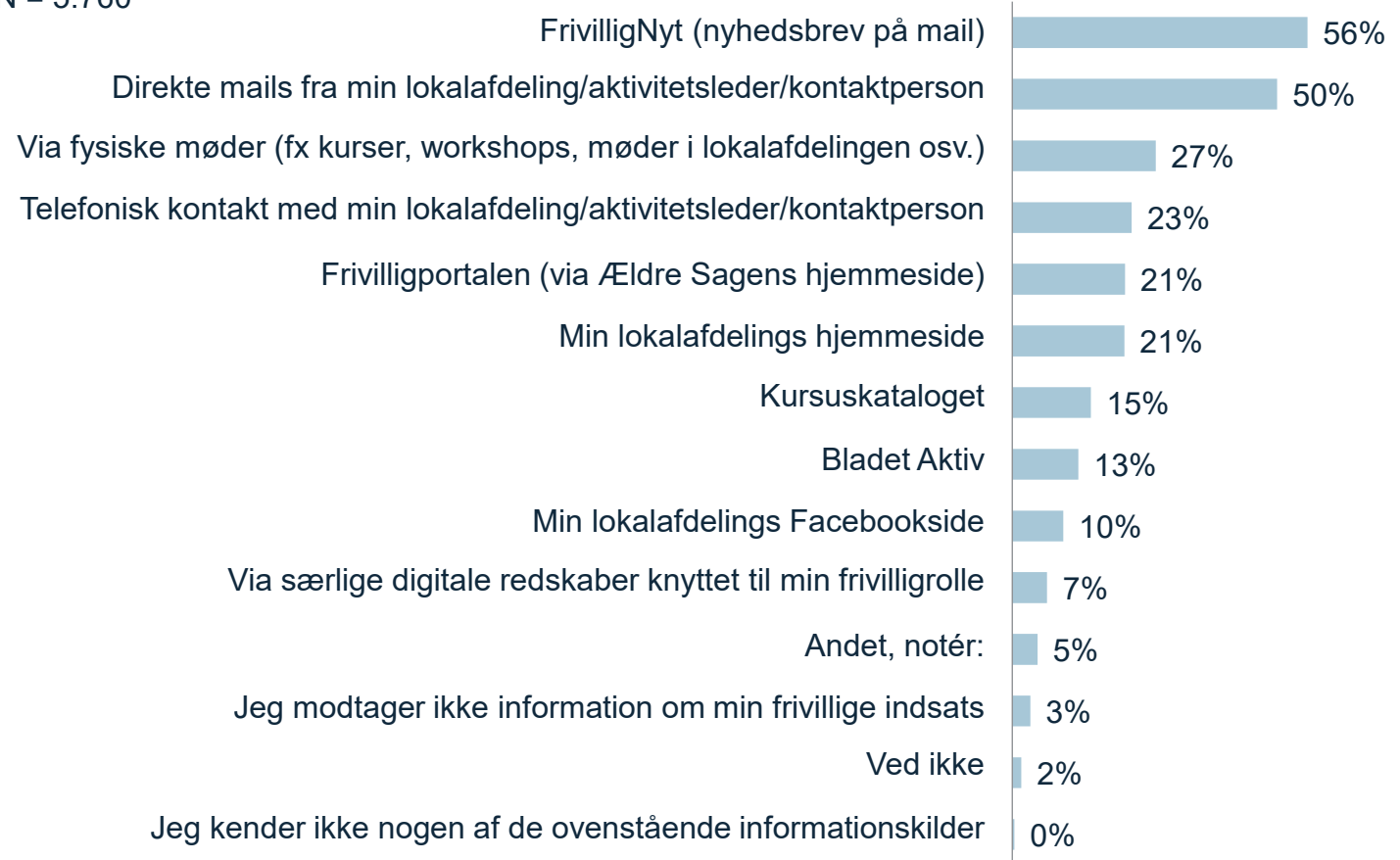
Kommunikation

De frivillige får typisk information om deres frivillige indsats gennem flere forskellige kanaler – mange orienterer sig via FrivilligNyt og direkte mails fra lokalafdelingerne

- De fleste frivillige i Ældre Sagen orienterer sig om deres frivillige indsats gennem **flere forskellige kanaler**.
- Mange holder sig orienterede gennem **FrivilligNyt**, og en del bruger også **Frivilligportalen**.
- Den **direkte kontakt til aktivitetsledere, lokalafdelinger og kontaktpersoner** spiller også en central rolle. Halvdelen af de frivillige får information om deres frivillige indsats gennem direkte mails fra deres lokalafdeling, aktivitetsleder eller kontaktperson, og samtidig deltager mange i fysiske møder eller ringer sammen med nogen fra deres lokalafdeling.
- Når man spørger de frivillige, hvad de synes om den mængde information, de modtager, så er de **langt overvejende tilfredse**.

Hvordan modtager du i dag information om din frivillige indsats i Ældre Sagen?

N = 5.760





Anbefaling

De frivilliges trivsel og tilknytning til Ældre Sagen kan styrkes gennem tydeligere kommunikation om deres frivillige engagement

De frivillige oplever langt overvejende, at de modtager en passende mængde information fra Ældre Sagen. Det gælder både ift. mængden af information, de modtager om deres konkrete opgaver og om Ældre Sagens nationale arbejde. Ikke desto mindre peger næsten hver femte (18 pct.) på, at bedre kommunikation kunne styrke deres trivsel – også selvom de fleste i dag oplever, at *omfanget* er passende.

For de frivillige, der peger på, at styrket kommunikation kunne forbedre deres trivsel, handler det bl.a. om at være sikker på, at de er opdaterede på alt det, der er relevant for deres aktiviteter – både at de kan regne med altid at blive orienteret om ændringer, og at de løbende får information om, hvad der sker på området, fx hvis nogen udvikler noget nyt på området, eller andre har gjort sig nye erfaringer.

Epinion Copenhagen

Ryesgade 3F

2200 Copenhagen N

Denmark

T: +45 87 30 95 00

E: copenhagen@epinionglobal.com

www.epinionglobal.com