

Dialog om Aktiv Seniorstyrke med Distrikt 9

Campus d. 20. November 2025

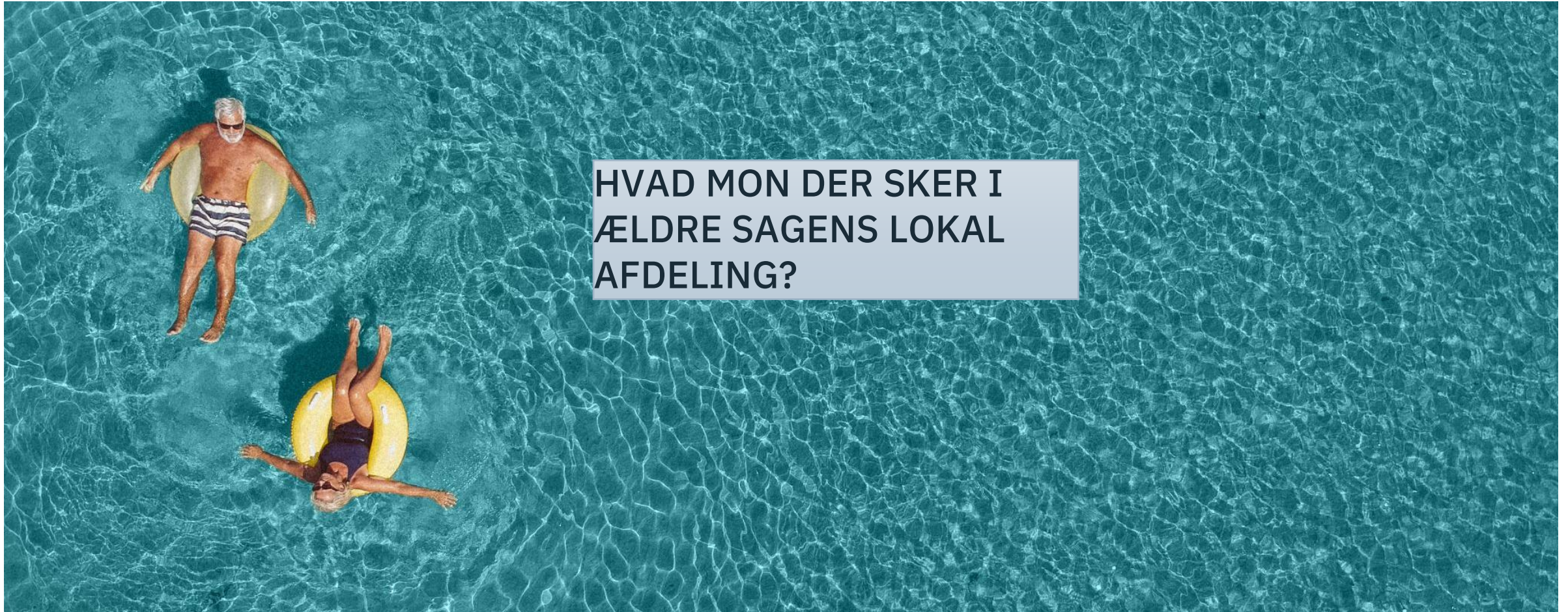


På tegnebrættet ...

- ❖ Intro til "Aktiv seniorstyrke" projektet
- ❖ Strategi og baggrundsmateriale for projektet
 - ❖ Indsigter og mulighedsrum
- ❖ Projektplan
 - ❖ Initiativer og nye tilbud
 - ❖ Under udvikling
- ❖ Nye aktiviteter og frivillige i Lokalafdelingerne?
- ❖ Ad hoc udvalgets anbefalinger
- ❖ Distrikternes rolle?



Aktiv Seniorstyrke v. Christian



HVAD MON DER SKER I
ÆLDRE SAGENS LOKAL
AFDELING?

Aktiv Seniorstyrke – et skub på strategien

- Mere på hylden for de yngre medlemmer

”...udfordring er at forøge medlemsandelen i den yngre gruppe, 50-64 år, som vi midt i 00’erne så sive ned under 14 pct. ... **ret vildt, at vi nu hen mod midten af 2020’erne har en medlemsandel på 20 pct. i aldersgruppen 50-64 år...**”

Alders-gruppe	Befolkn ing primo 2025, 1.000	Jan. 2022	Jan. 2023	Jan. 2024	Jan. 2025	Feb. 2025	Mar. 2025	Apr. 2025	Maj. 2025	Juni. 2025	Juli. 2025	Aug. 2025	Sep. 2025	Okt. 2025	Nov. 2025
50-64	1.182	15,7	15,9	17,2	19,4	19,5	19,6	19,7	19,8	19,9	20,0	20,8	20,9	21,1	21,2
65+	1.249	60,6	60,6	61,4	62,4	62,5	62,6	62,7	62,8	62,9	63,0	63,0	63,1	63,2	63,2
50+ I alt	2.432	38,5	38,7	39,8	41,5	41,8	42,1	42,3	42,4	42,4	42,4	42,4	42,7	42,9	42,9
1.000 medl. i alt	-	916	934	974	1.035	1.044	1.053	1.055	1.057	1.059	1.063	1.067	1.072	1.078	1.086

Hvem
er de?

65% af nye
medlemmer er
under 65 år!

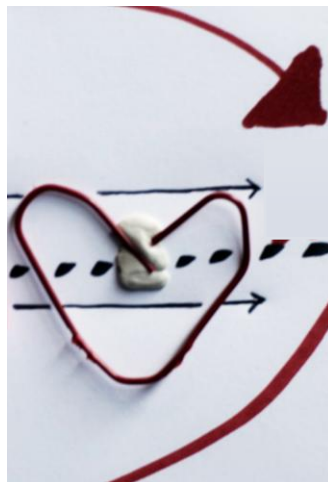
DE FEM SIGNATURINDSIGTER



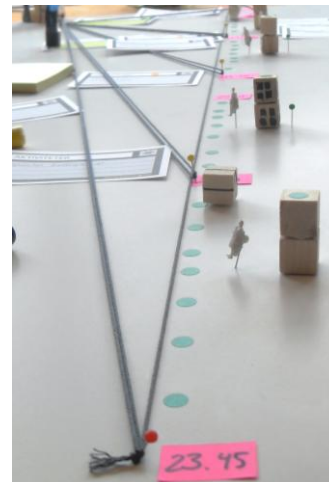
#1
ANTI-NEDLUKNING
Livet lukker ikke ned, men åbner sig op – om en samfunds-diskurs, der ikke svarer til virkeligheden



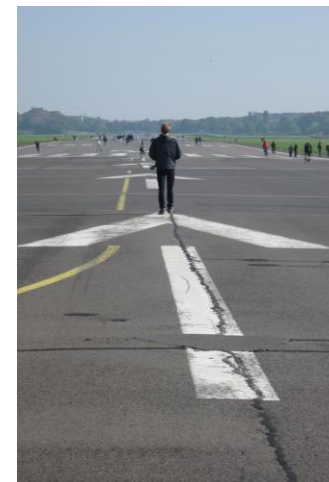
#2
"ÆLDRE" ER ÆLDRE END MIG
50+ vil mødes som mennesker – ikke en alder – om behovet for en mere vedkommende sag



#3
AT HOLDE SIG LANGTIDSFRISK
Helbred, udvikling, oplevelser – om at tappe ind i det, der er vedkommende



#4
IKKE BARE AT GIVE – MEN AT BRUGE SIG SELV
Nye frivilligheds- og fællesskabsformer – om nye måder at engagere sig socialt



#5
LYST TIL AT BLIVE VED
Et aktivt arbejdsliv langt ind i 70'erne – om behovet for den rigtige rådgivning og støtte.

5 MULIGHEDSRUM

- ET VINDUE IND TIL FREMTIDEN

Alderisme kampagne

ANTI-NEDLUKNING

- 'Mee Too' for 50+

Skab et mere aktivistisk brand ved at ride på inklusions- og diversitets-bølgen

'ÆLDRE' ER ÆLDRE END MIG

- Mød mig hvor jeg er

Bliv relevant for flere mellem 50-70 ved at forstå, hvad der foregår i deres liv

On-line magasin "OASE"

AT HOLDE SIG LANGTIDSFRIK

- Lad mig gribe livet

Tap ind i behovet for selvudvikling, mental og fysisk sundhed. Tal ikke om at udskyde forfald – men om at gribe livet

Nye medlems- tilbud

IKKE BARE AT GIVE

- Giv mig nye frivilligheds- og fællesskabsformer

Design nye former for frivillighed, der tager afsæt i netværksopbygning, faglig sparring, udvikling, og sociale interessefællesskaber

LYSTEN TIL AT BLIVE VED

- En overgang, der giver mening for mig

En dialog med arbejdsmarkedet og nye rådgivningsformer, der møder mennesker 50+ med meget forskellige former for arbejdsliv og behov?

#5

Lyst til at blive ved

Om et stort uopfyldt behov for en flydende overgang, som Ældre Sagen har en mulighed for at fylde

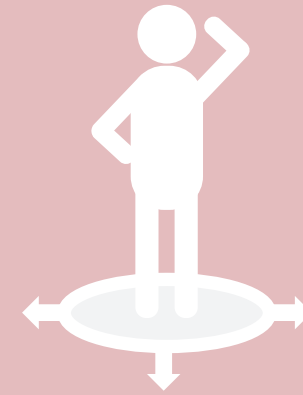
Om ønsket om at bidrage til samfundet og have et aktivt arbejdsliv langt op i 70'erne

Om behovet for at blive mødt som menneske med den fleksibilitet, man lige præcis har brug for – ikke standardløsninger i form af fastlagte seniorordninger

DILEMMA 5

LYSTEN TIL AT BLIVE VED

- Arbejdslivet er bygget op omkring forestillingen om en brat overgang – enten er du 'inde' eller også er du 'ude'
- Rådgivning er ofte designet til dem, der har haft lange ansættelser indenfor det samme erhverv.



FRA

TIL

BRAT → GLIDENDE

STANDARD → TILPASSET

'AFKOBLET' → 'KOMPETENT'

RIGID → FLEKSIBEL

LYST TIL AT BLIVE VED

- En overgang, der giver mening for mig

*Ældre Sagen kan spille en afgørende rolle i forhold til arbejdsgiverne. Mange taler om 50+ som en mig mig mig kultur. Men mange nærer et **dybt ønske om at skabe værdi med deres kompetencer** og bidrage til samfundet så langt op i alderen som muligt. De oplever, de har noget unikt at byde på og vil GERNE bidrage til at mindske 'aldersuligheden'.*

*Men de har også **unikke behov, der kræver en særlig fleksibilitet og vilje til at møde dem, hvor de er.** Tiden med standardseniorordninger er slut.*

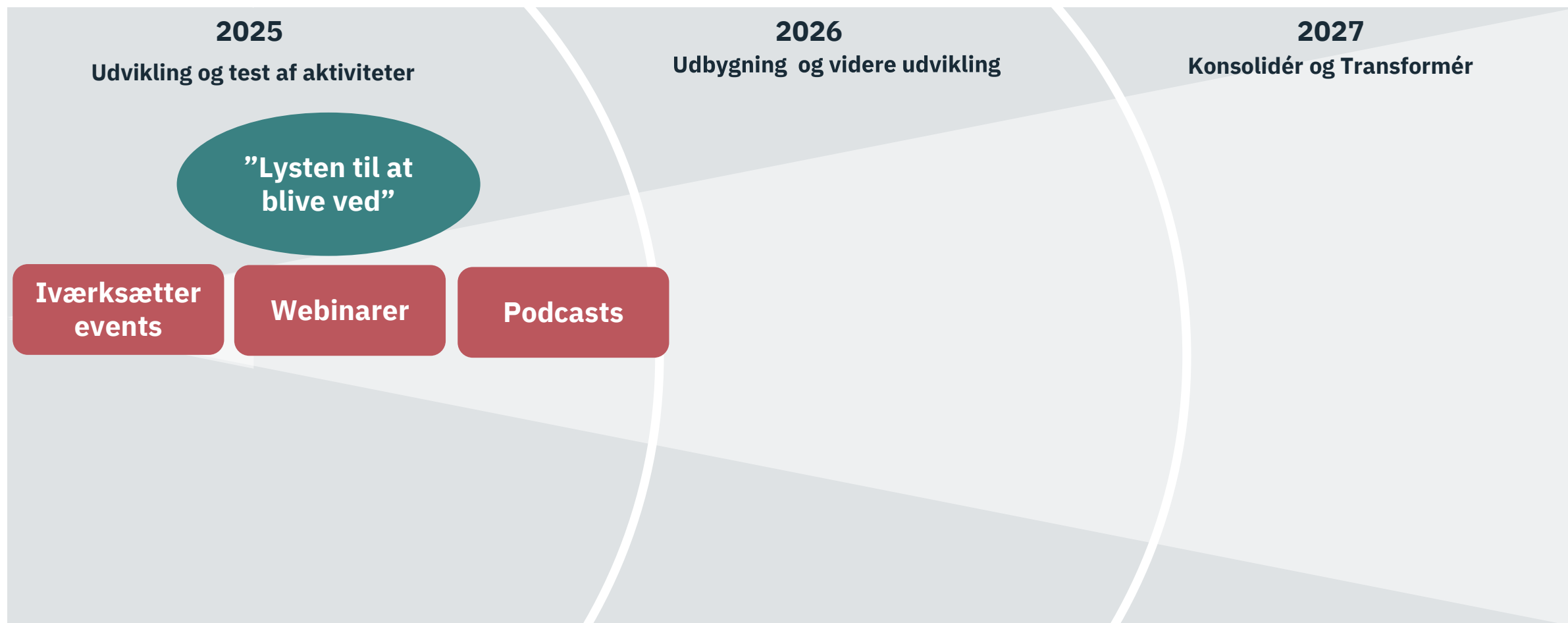
HVORDAN KAN ÆLDRE SAGEN ...

Bidrage til, at arbejdsmarkedet møder 50+ som **unikke mennesker med unikke behov** – i stedet for en samlet 'masse' der tilbydes nogle standardordninger?

HVORDAN KAN ÆLDRE SAGEN ...

Opgradere sin rådgivning omkring (gradvis) pension, så **mennesker med meget forskellige former for arbejdsliv mødes, ses, og hjælpes på deres betingelser?**

Udviklingsplan Aktiv Seniorstyrke



Iværksætteri - aldersgennemsnit 48 år!

Videbæk-redaktionen: videbaek@herningfolkeblad.dk
Egnsredaktør: Jens Kristian Lynderup • Tlf. 96 26 37 34

VIDEBÆK (M 17

Ældre Sagen udvalgt til særligt projekt for senioriværksættere

For første gang udenfor København og Aarhus tilbyder Ældre Sagen nu et kursusforløb for 50+ personer, der drømmer om et liv som selvstændig

stændig erhvervsdrivende i de modne år, men de mangler måske den sidste viden, inden de kaster sig ud i iværksætteri.

Derfor har Ældre Sagen i København og Aarhus i samarbejde med Dansk Iværksætterforening tilbudt kurser i netop livet som selvstændig som et forsøg, og det har vist at være en stor succes.

Det fortæller formand for Ældre Sagen i Videbæk-området Tage Jensen, som også kan fortælle, at de tre lokalafdelinger af Ældre Sagen i Ringkøbing-Skjern Kommune nu får muligheden for at tilbyde det samme kursus til 50+-personer gratis. Det vel at mærke som den første kommune udenfor København og Aarhus, og det ser han frem til.

- Det har vist sig, at det i de byer har været en bragende succes, og vi er faktisk ret stolte over, at vi så er udvalgt af Ældre Sagen til at prøve det af på de her kanter. Det ser vi virkelig frem til.

Fem forløb

Ældre Sagen betaler for undervisningen, og der tilbydes fem forløb eller undervisningsdage af hver to til tre timer, og det foregår udenfor tr



○ Tage Jensen er formand for den lokale afdeling af Ældre Sagen. Han er meget tilfreds med, at Ringkøbing-Skjern Kommune er udvalgt til at være den første kommune udenfor København og Aarhus til at tilbyde et kursus i iværksætteri for seniorer.

FOTO: TOM LAURSEN

rig mulighed for at stille spørgsmål og få mere specifik viden om de ting man lige ønsker svar på.

Invitationen er udsendt til 300 medlemmer af Ældre Sagen nyhedsbrev i kommunen, men man behøver ikke være medlem af Ældre Sagen for at være med i forløbet. Den eneste betingelse er, at man er fyldt 50 år. Det er nemlig der, Ældre Sagen sætter begrænsningen for deres målgruppe.

På kursusforløbet kommer man omkring relevante emner omkring oprettelse og drift af virksomheder, regnskaber og juridiske emner, som er relevant at tage hensyn til, hvis man skal leve op til de krav, samfundet sætter til at være selvstændig virksomhed.

drømme, der rækker ud over den fast månedsløn. Han kan også godt forstå, det kan være svært at have modet til at tage springet, og derfor håber han, at kurserne kan være med til at give det sidste boost til dem, der gerne vil føre drømmen ud i livet.

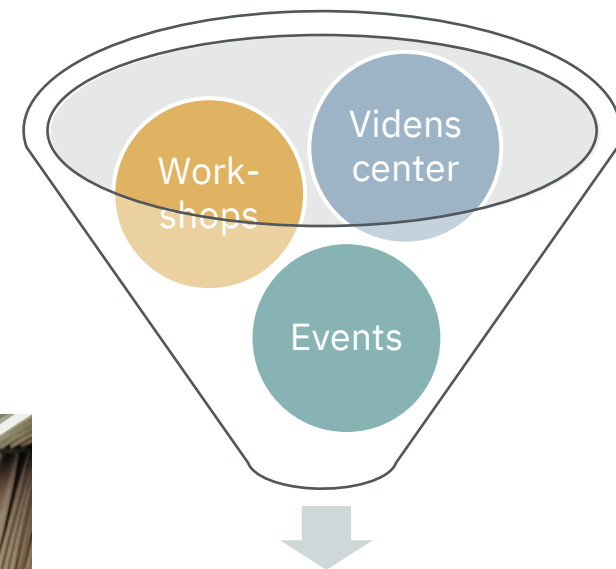
Ældre Sagen ved ikke, hvilket potentiale der er lokalt, men han siger dog, at man i bestyrelsen vil blive lykkelige, hvis 30 tilmelder sig.

Det er kompetente undervisere, der tilbyder deres ekspertise til 50+-personer på kurserne, og der bliver

ditionel arbejdstid om eftermiddagen. De tre er ved fysisk fremmøde, og de to er online kurser. Det første forløb begynder allerede 5. november, og det afsluttes 3. december i år.

Første gang er på Innovest i Skjern. Anden og fjerde gang foregår online. Tredje gang er på Brogården i Ringkøbing. Undervisningsforløbet slutter med en workshop i Vestjyllands Kunstpavillon i Videbæk til december.

Tage Jensen, der selv har været selvstændig revisor, kan godt forstå, at modne lønmodtagere kan have



Seniværksætteri



AF JENS KRISTIAN LYNDERUP
jkl@herningfolkeblad.dk

RINGKØBING-SKJERN I en ny undersøgelse, som Ældre Sagen står bag, viser det sig, at lønmodtagere over 50 år ofte drømmer om andet end et traditionelt arbejdsliv. Nogle drømmer om nedsat arbejdstid, andre om frivillige opgaver. Og endelig drømmer nogle om et liv som selv

Webinarer



Bliv attraktiv online over for arbejdsgivere

Webinar

> Om os > Webinar: Bliv attraktiv online over for arbejdsgivere

Styrk din digitale profil, tag de første skridt ind i AI-verdenen eller bliv skarpere til at præsentere dig selv professionelt. Deltag i Ældre Sagens gratis webinar om LinkedIn.

Står du midt i livet og har du nye ønsker til din tilværelse? Det kan være til et arbejdsliv i udvikling, til boligdrømme, sundhedvalg eller andre overvejelser om fremtiden. I Ældre Sagen vil vi gerne støtte dig og være med til, at flere oplever livets midte som rig på muligheder, livsglæde og handlekraft.

Sammen med VUC Storstrøm og erfarne oplægsholdere har vi derfor skræddersyet en række webinarer, hvor vi stiller skarpt på redskaber, fællesskaber og fremtid.

Nyt fra Ældre Sagen



Sådan kommer du i gang med at bruge AI som nyttigt værktøj i hverdagen

Er du nysgerrig på AI – og vil du se, hvordan du kan komme i gang på en enkel og overskuelig måde? Så tilmeld dig vores **gratis**



COMING SOON

Rejseliv

AI

Økonomi
i den 3.
alder

Online
sikkerhed

Videnskab
og
sundhed

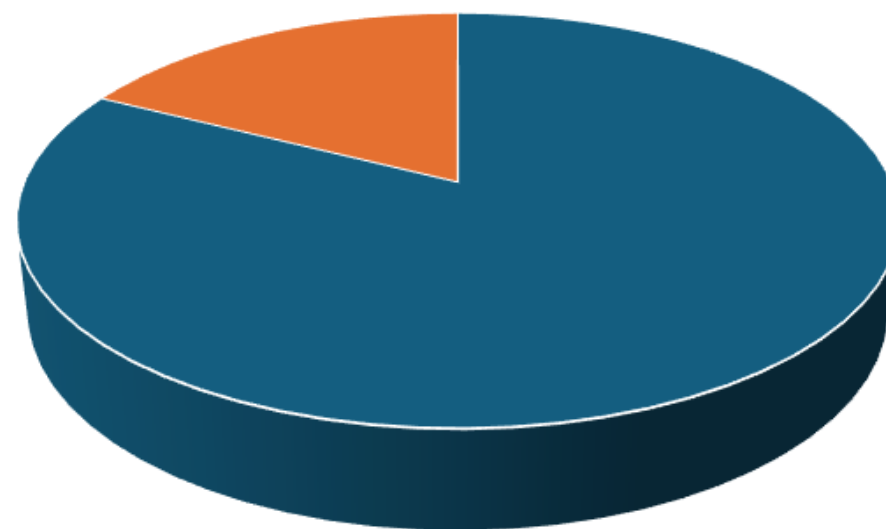
Webinarer har stor interesse blandt medlemmerne



Gratis VUC kurser tilbydes

VUC Storstrøm har årligt 4000 kursister.

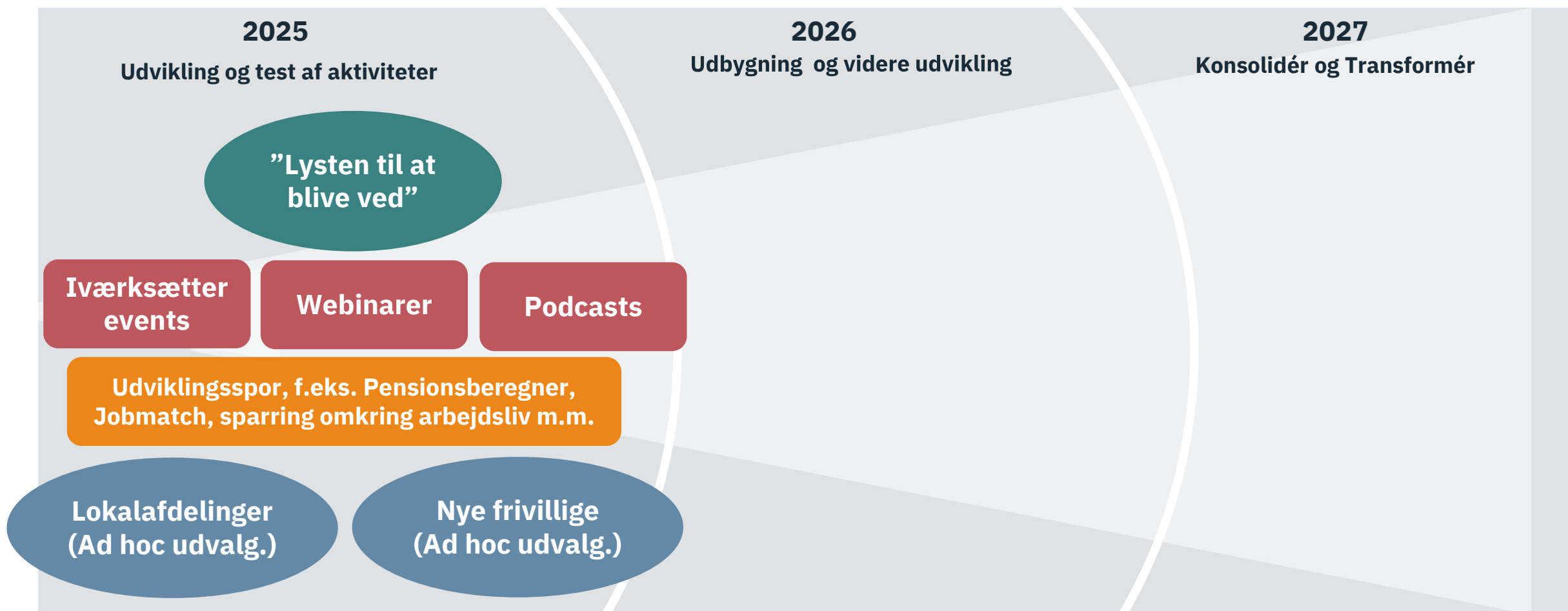
VUC og UVM er begejstret



■ VUC kursister ■ Ældresagen

Kan vi lave webinarer, der skaber aktiviteter lokalt?

Udviklingsplan Aktiv Seniorstyrke



Jobmatch for seniorer

Kort m
Gå
g L
Af
Karer
Der
Anta
202
bagg
Der v
Ikke s
regis

Hvad ville motivere dig til at blive flere år i jobbet?

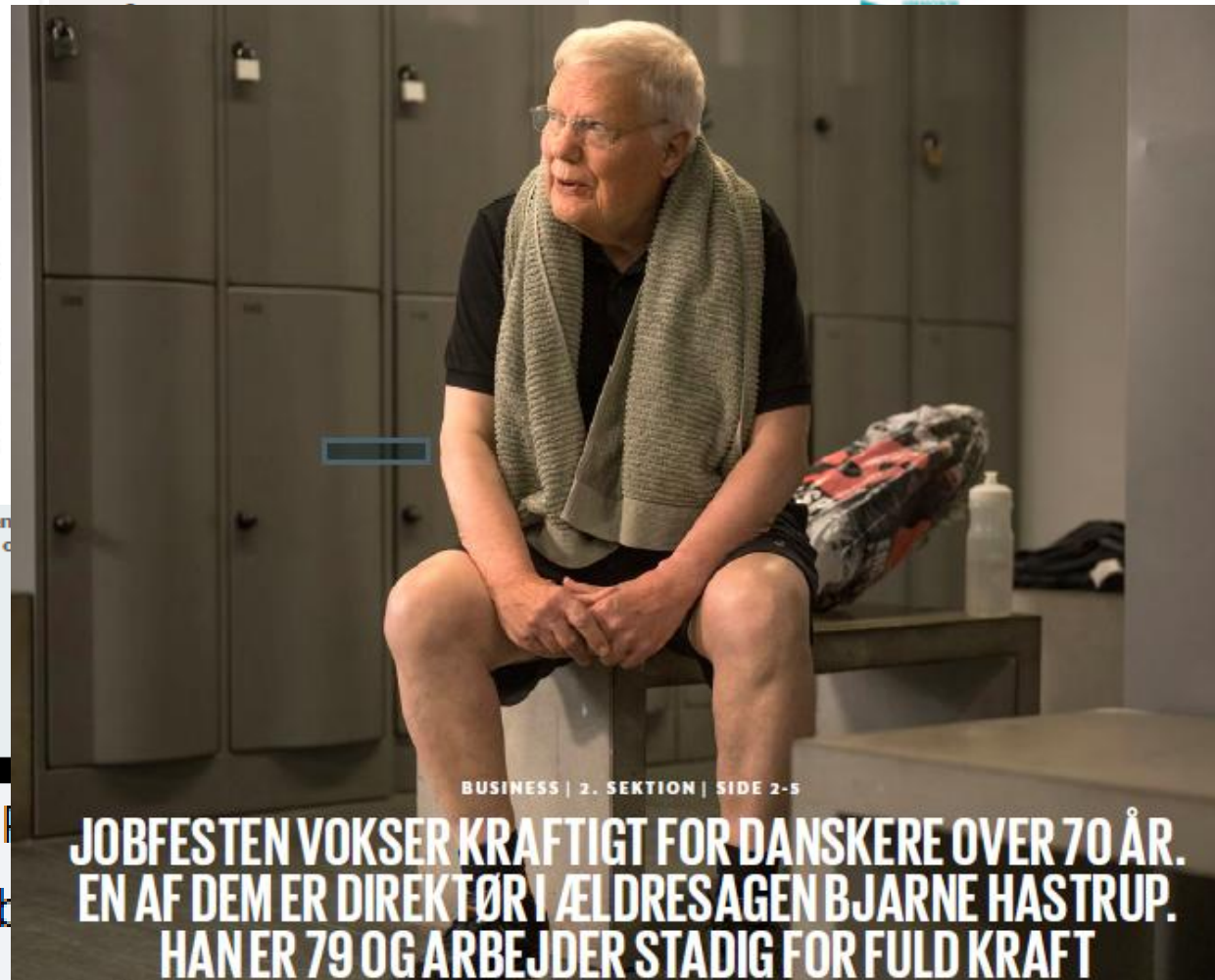
Forfatteren kan se din stemme. [Læs mere](#)

Øget fleksibilitet	50 %
Nedsat arbejdstid	30 %
Højere løn	10 %
Jeg stopper hurtigst muligt	10 %

Antallet af pensionister, Anden konsiden ønsker ikke at c

14. februar 2025

Seniorer På Arbejdsmarkedet



BUSINESS | 2. SEKTION | SIDE 2-5

JOBFESTEN VOKSER KRAFTIGT FOR DANSKERE OVER 70 ÅR. EN AF DEM ER DIREKTØR I ÆLDRESAGEN BJARNE HASTRUP. HAN ER 79 OG ARBEJDER STADIG FOR FULD KRAFT

Ledighed er en særlig risikofaktor. Ved at komme tilbage i job, når de har mistet deres arbejde i 2023, som er, i job 12 måneder efter. For gennemsnittet er tallet 54,2 procent.

seniorerne sværere over 60-årige, der

at arbejde længere, viser forskning fra Seniorarbejdsliv.

Sidst i januar 2026

Arbejdsliv

Få gode råd om jobskifte, senkarriere og jobsøgning

I arbejde

Selvstændig

Planlæg din pension

Undervisning

Jobindex 32.400 job i dag

For jobsøgere

For arbejdsgivere

DA EN

Jobsøgning

Arbejdspladser

Test dig selv

Guides

Kurser

Log ind

Opret profil

Søg efter nyt deltidsjob

Hvilket job leder du efter?

Hvor vil du arbejde?

Søg

Prøv ny jobsøgning



Velkommen!



Gemte job

Log ind for at se dine gemte job

Find job via kategori

Informationsteknologi 730
IT-supporter, systemudvikling

Ingeniør og teknik 1389
Maskinmester, farmakonom

Ledelse og personale 1841
Projektleder, personaleansvarlig

Handel og service 2280
Kok, salgsassistent, rengøring

Gå til primært indhold

Ældresagen.dk

Lokalafdelinger

Frivilligportal

Ældre@Sagen

Mit medlemskabOm osBlev frivilligBlev medlem

Søg

Viden & rådgivningAktiviteter & kurserTilbud & rabatterResultater & mærkesager

Seniorjobs

Nogle fortsætter mange år i samme arbejde, mens andre godt kan lide at skifte. Nogle vælger at kaste sig ud i en helt anden branche eller springe ud som selvstændig. Man kan også få lyst til mere fleksibilitet og drosle ned på deltid en periode. Der er mange veje i et godt og langt arbejdsliv.

Arbejde er for mange en stor del af deres identitet. Det er derfor også en væsentlig grund til, at mange fortsætter med at arbejde efter folkepensionsalderen. I dag har vi generelt set også et bedre helbred end tidligere, så vi er i stand til at arbejde længere. Samtidig får vi selv lyst til at blive længere tid i jobbet, når vi oplever friske ældre kollegaer, som vi bliver inspireret af. Og så er der en række økonomiske fordele ved at fortsætte med at arbejde.

Antal jobs: 317

Se filter

Glostrup Observations- og Behandlings

Vil du være psykolog i et fagligt stærkt og meningsfuldt fællesskab?

Glostrup

Ansøgningsfrist: 03-12-2025

Glostrup Observations- og Behandlings

Vil du være psykolog i et fagligt stærkt og meningsfuldt fællesskab?

Glostrup

Ansøgningsfrist: 03-12-2025

Aarhus Psykologisk Center

Ønsker du at arbejde i et innovativt og støttende miljø?

Aarhus

Ansøgningsfrist: 20-02-2026

Glostrup Observations- og Behandlings

Vil du være psykolog i et fagligt stærkt og meningsfuldt fællesskab?

Glostrup

Ansøgningsfrist: 03-12-2025

Aarhus Psykologisk Center

Ønsker du at arbejde i en dynamisk og innovativ psykologpraksis?

Aarhus

Ansøgningsfrist: 28-02-2026

Odense Klinisk Psykologi

Er du passioneret omkring at hjælpe mennesker med mentale udfordringer?

Odense

Ansøgningsfrist: 15-01-2026

Aarhus Psykologisk Center

Ønsker du at arbejde i en dynamisk og innovativ psykologpraksis?

Aarhus

Ansøgningsfrist: 28-02-2026

Odense Klinisk Psykologi

Er du passioneret omkring at hjælpe mennesker med mentale udfordringer?

Odense

Ansøgningsfrist: 15-01-2026

Ældre@Sagen

Gå til primært indhold

Ældresagen.dk

Lokalafdelinger

Frivilligportal

Ældre@Sagen

Mit medlemskabOm osBlev frivilligBlev medlem

Søg

Viden & rådgivningAktiviteter & kurserTilbud & rabatterResultater & mærkesager

Seniorjobs

Nogle fortsætter mange år i samme arbejde, mens andre godt kan lide at skifte. Nogle vælger at kaste sig ud i en helt anden branche eller springe ud som selvstændig. Man kan også få lyst til mere fleksibilitet og drosle ned på deltid en periode. Der er mange veje i et godt og langt arbejdsliv.

Arbejde er for mange en stor del af deres identitet. Det er derfor også en væsentlig grund til, at mange fortsætter med at arbejde efter folkepensionsalderen. I dag har vi generelt set også et bedre helbred end tidligere, så vi er i stand til at arbejde længere. Samtidig får vi selv lyst til at blive længere tid i jobbet, når vi oplever friske ældre kollegaer, som vi bliver inspireret af. Og så er der en række økonomiske fordele ved at fortsætte med at arbejde.

Antal jobs: 317

Se filter

Glostrup Observations- og Behandlings

Vil du være psykolog i et fagligt stærkt og meningsfuldt fællesskab?

Glostrup

Ansøgningsfrist: 03-12-2025

Glostrup Observations- og Behandlings

Vil du være psykolog i et fagligt stærkt og meningsfuldt fællesskab?

Glostrup

Ansøgningsfrist: 03-12-2025

Aarhus Psykologisk Center

Ønsker du at arbejde i et innovativt og støttende miljø?

Aarhus

Ansøgningsfrist: 20-02-2026

Glostrup Observations- og Behandlings

Vil du være psykolog i et fagligt stærkt og meningsfuldt fællesskab?

Glostrup

Ansøgningsfrist: 03-12-2025

Aarhus Psykologisk Center

Ønsker du at arbejde i en dynamisk og innovativ psykologpraksis?

Aarhus

Ansøgningsfrist: 28-02-2026

Odense Klinisk Psykologi

Er du passioneret omkring at hjælpe mennesker med mentale udfordringer?

Odense

Ansøgningsfrist: 15-01-2026

Aarhus Psykologisk Center

Ønsker du at arbejde i en dynamisk og innovativ psykologpraksis?

Aarhus

Ansøgningsfrist: 28-02-2026

Odense Klinisk Psykologi

Er du passioneret omkring at hjælpe mennesker med mentale udfordringer?

Odense

Ansøgningsfrist: 15-01-2026

Ansættelsestype

☐ Fastansættelse (312)☐ Tidsbegrænset (76)☐ Timeansat/tilkaldevikar (23)

Område

☐ Storkebyen (123)☐ Nordjylland (76)☐ Region Sjælland (23)☐ Fyn (23)☐ Region Nordjylland (23)☐ Region Midtjylland (23)☐ Syddanmark (23)☐ Bornholm (23)☐ Skåne (23)☐ Grønland (23)☐ Færøerne (23)☐ Udlandet (23)☐ Danmark (23)

Jobkategori

Informationsteknologi (9)

Ingeniør og teknik (20)

Ingeniør og teknik (20)

Ingeniør og teknik (20)

Undervisning (2)

Ingeniør og teknik (20)

Kontor og økonomi (13)

☐ Akademisk og politisk arbejde (10)☐ Ejendomsmægler (4)☐ Finans og forsikring (2)☐ Indkøb (3)☐ Jura (2)☐ Kontor (1)☐ Syddanmark (23)☐ Bornholm (23)☐ Skåne (23)☐ Grønland (23)☐ Færøerne (23)☐ Udlandet (23)☐ Danmark (23)

Kontor og økonomi (13)

Undervisning (2)

Se jobs

Ældre@Sagen

24-11-2025

20

Jobmatch - når du har tid

Sekretariatet

- Større udbud af jobs på nedsat tid og større fleksibilitet
- Imødekommer efterspørgsel blandt medlemmer
- Virksomheder kan finde kompetente medarbejdere
- Dem der kan og vil fortsætte får flere muligheder
- Udbredelse og politisk opbakning

Lokalt

- Skabe opmærksomhed
- Samarbejde med lokale virksomheder - COOP
- Tilbyde kurser (jobsøgning, afklaring mm)
- Nye netværk/fællesskaber

Samarbejde med COOP

<https://brugsforeningentryg.dk/trygs-venner/>

Brugsforeningen Tryg modtog prisen for deres banebrydende initiativ **“TRYGs Venner”** – et fællesskab af seniorer, der arbejder i og omkring foreningens butikker.

Konceptet blev startet for lidt over tre år siden og er siden vokset eksplosivt. I dag tæller TRYGs Venner **36 aktive medarbejdere** – og har ovenikøbet en venteliste på over 20 seniorer, der ønsker at være med.

Formålet er enkelt: at skabe et sted, hvor livserfaring og menneskelig varme bliver sat i spil til gavn for både butikken, byen og borgerne.



Hvorfor rekruttere seniorer?

- Senior medarbejdere kan være stabil arbejdskraft i mange år. Undersøgelser peger på tre medvirkende faktorer
 - Seniorer har tendens til færre jobskifter, da de ikke er lige så fokuserede på karriereudvikling via jobskifte
 - Seniorer er mere stationære ift. bosætning og flytter mere sjældent end yngre
 - Seniorer har stor mødestabilitet og en høj arbejdsmoral
- Aldersmæssig diversitet kan optimere forretningen og skabe god balance i teams
- Seniorer har ofte erfaring, kompetencer og viden, hvilket gør det attraktivt at ansætte seniorer

Afgrænsning

Senior initiativet tager udelukkende udgangspunkt i rekruttering af nye medarbejdere, da Coop allerede har en senior politik for medarbejdere, når de fylder 57 år.

På baggrund af datagrundlaget skelnes mellem to grupper:

- Gruppe 1 – Fra 57 år til 65 år (erhvervsaktive)
- Gruppe 2 – Fra 65 år til 80 år (folkepensionister)



Coop Crew+ Set Up

Butiksklynge

coop

Ramme

- 4 butikker (i Ringkøbing)
- 13 seniorer
- Samarbejdspartner for gruppe 2 og 1
 - Ældresagen
 - (Kommunen - jobcenter)

Rekruttering

- Ældresagens lokalforening- Gruppe 1 + 2
- Jobcenteret - Gruppe 1

Opstart

- Lokalforening informerer medlemmer gennem flyer og på nyhedstavle/mail (interne kommunikations kanaler)
- Jobcenteret tager kontakt til ledige senior borgere

Onboarding

- Intro oplæg (fælles) finder sted i Ældresagens lokalforening
- Lære hinanden at kende (opbygge relation)
- Info om: Baggrund - afsæt - rammer - succeskriterier
- Lidt om Coop
- Lidt om Butikkerne
- Info om Træningsforløb opbygget i 3 moduler

Træningsforløb

• Modul 1 - Det grundlæggende og praktiske

- Gennemgang af serviceguide
- "Kend din butik"
- Arbejdstøj
- Ferie og fravær
- Vagtplan
- Lønseddel
- Personalekøb

• Modul 2 : Sidemandsoplæring

- Kasstræning i Freedom kasser
- Selvbetjenings og Stikprøve kontrol
- Salg af håndkøbsmedicin
- Salg af alkohol
- Kundeservice
- Konflikthåndtering
- Røveri og tyveri

• Modul 3 : Områdespecifik sidemandsoplæring

- Viden om område
- Arbejdsopgaver
- Rengøring og kemi håndtering
- Løfteteknik og redskaber

Efterløb

- Opfølgningssamtaler hvert kvartal
- Sociale arrangementer

Opgaver & ansvar ^(3/3)

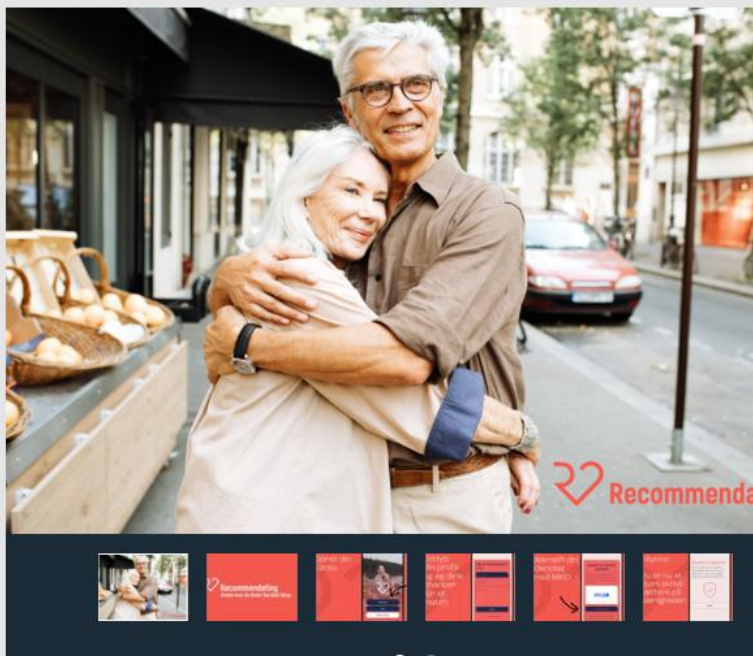
Arbejdsopgaver for Ældresagen og kommunen

- Deltage i forberedelser til projektets opstart gennem kommunikation med Coop HR og butikkerne
- Informere medlemmer om Coop senior koncept
- Rekruttere seniorer til Coop senior koncept
- Sætte en ansvarlig på projektet som varetager alle opgaver og kommunikation i forbindelse med projektet
- Ansvarlig for introarrangement i foreningens lokaler (obs. Kun ved klynge model)
- Deltage i evaluering af testforløb
- Stille lokale til rådighed for sociale arrangementer for seniormedarbejderne (kun for lokalforening)

Tilbud med rabat

Recommendating - Dating app

Recommendating er Danmarks mest sikre datingplatform, hvor alle brugere er valideret med MitID. Det betyder, at du kan være helt tryk ved, at alle er ægte mennesker – ingen falske profiler, ingen snyd. De har gjort det nemt og sikkert møde nye mennesker - uanset alder.



andel - Vurderingsra

selebolig (både lejlighed og række-
t sælge, så kan Energihuset hjælpe

ning - når du overvejer

ark har de erfarne byggetekniske
: Både mht. konstruktion, vvs, el

illa - (Tilstandsrapport)

du alle de rapporter du skal bruge
g rådgivning hele vejen gennem

matjek af din bolig

c kommer de ud og går boligen ig
ner du evt. har, og kommer med

Foredrag: Tør du flytte i bofællesskab?

*- et foredrag hvor du kommer bag
facaden på dagliglivet i
bofællesskaber og hører om både
de gode og kedelige dage.*

Foredraget er for dig, der overvejer at
flytte i seniorbofællesskab.

Måske har du allerede taget
beslutningen, men mangler de sidste
skridt.

Eller også har du gået i overvejelser
længe og kan ikke komme videre.

Overvejer du selv at tage springet?
Og er det muligt at gå fra ligusterhæk til
kollektivtanken og stadig holde sammen
på familie, parforhold - eller
overhovedet bare kunne være sig selv i
en helt ny stor flok?



Hvordan kan vi skabe nye aktiviteter og frivillige i Lokalafdelingerne?

Der er bred enighed om, at Ældre Sagen skal omfavne den yngre seniorgruppe i både aktiviteterne og i det samlede liv i lokalafdelingerne.

#4

Ikke bare at give – men bruge sig selv

Om behovet for at tilbyde nye frivilligheds- og fællesskabsformer

Om at bevæge sig væk fra bingohallen og folkeuniversitetet og hen mod meningsgivende interessefællesskaber med faglighed i fokus

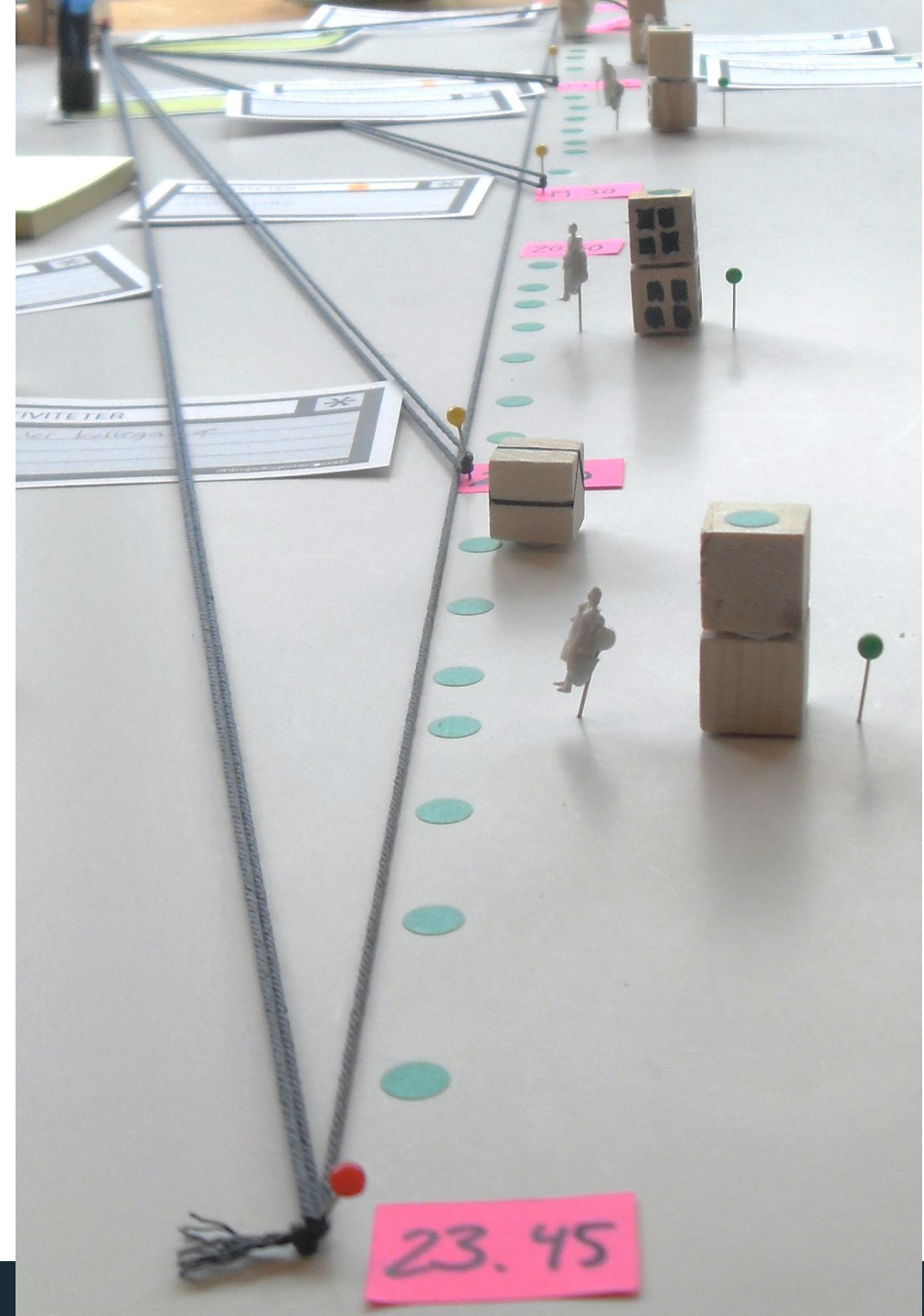
Om mere fleksible former for frivillighed

Om hvad det betyder for ÆS' fundament: som er de frivillige
lokalafdelinger

SIGNATURINDSIGT 4

IKKE BARE AT GIVE

- En ny form for frivillighed, faglighed, og fællesskabsforestilling
- Fra Folkeuniversitet og bankohal til interessefællesskaber og åndelig stimulus
- Behovet for mere **fleksible frivillighedsordninger**
- **Sociale indsatser, der bygger nye netværk og interessefællesskaber**
- Om at tage **fagligheden med ind i frivilligheden**
- Om at **gå ind i sager, man brænder for – ikke 'bare' donere!**



DILEMMA 4

IKKE BARE AT GIVE

- En stor lyst til at give af sig selv og engagere sig med et socialt formål – men på **egne betingelser**, med udgangspunkt i egne **unikke kompetencer** – og hvordan og **når, det passer én**.



FRA

TIL

AT GIVE → AT BRUGE SIG SELV

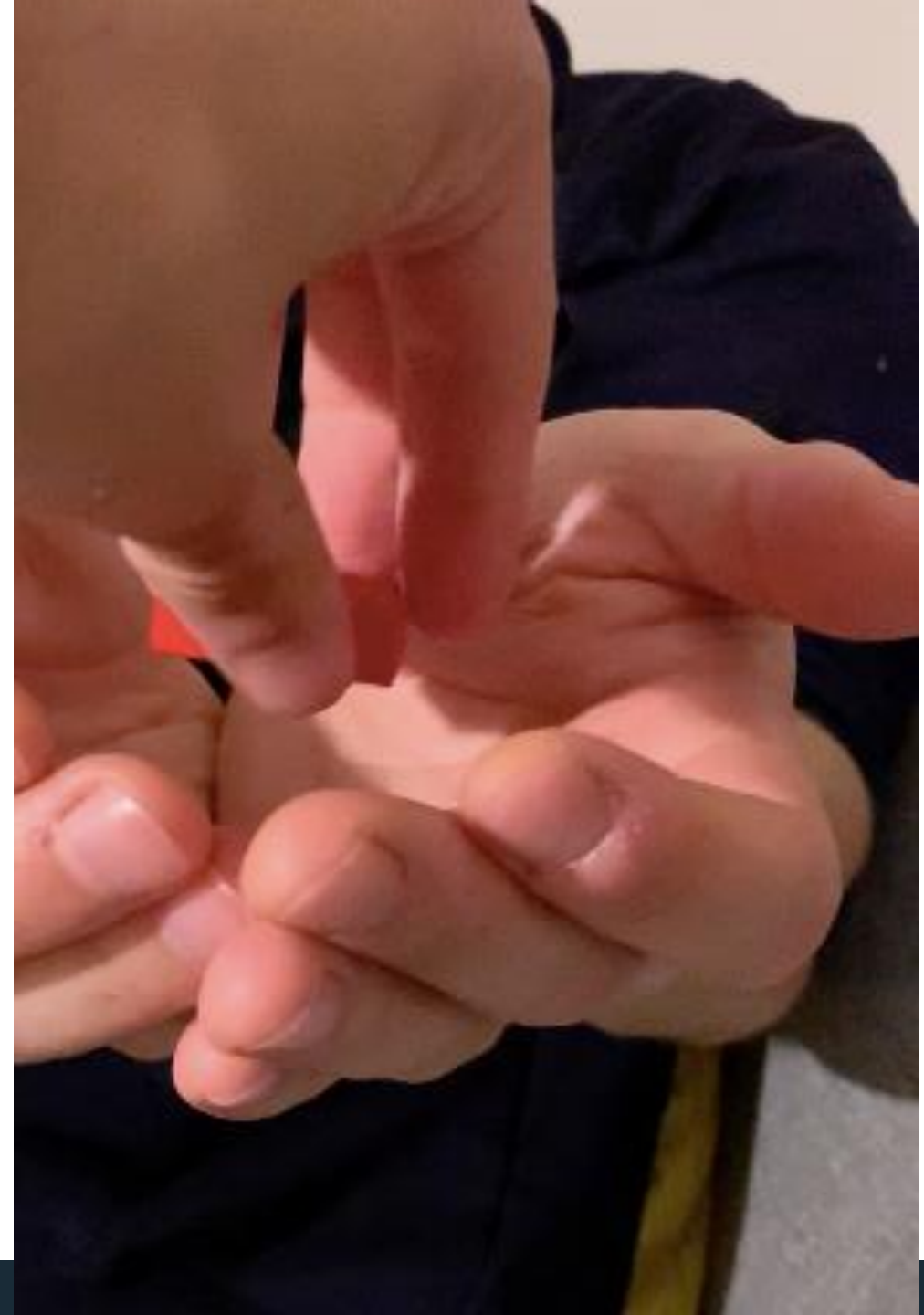
RAMMESAT → FLEKSIBILITET

GENERISK → TILPASSET

IMPLIKATIONER FOR ÆS 4

IKKE BARE AT GIVE

- Hvordan kan ÆS bygge nye former for frivillighed, der tager afsæt i netværksopbygning, faglig sparring, udvikling, og sociale interessefællesskaber (mikrofællesskaber)?
- Hvordan kan Ældre Sagen tappe ind i – og give plads til – en form for frivillighed, der passer med et travlt og aktivt liv med mange andre passioner og gøremål? En mere fleksibel form for frivillighed, man kan klikke ind og ud af?



Ad hoc udvalget

Notat skal godkendes endeligt ved delegeret forsamlingen

Ad hoc udvalgets opgave og målgruppe

- **Bidrage med egne erfaringer og idéer ved at dele og samle erfaringer med aktivitetstilbud, der har tiltrukket eller har potentiale til at tiltrække målgruppen af 50-70-årige.**
- **Udarbejde idéer og handlingsforslag til hvordan nye initiativer bedst muligt kan udbredes og forankres i lokalafdelingerne.**

Målgruppen 50-70 år – forskellige livsfaser

- ☐ **Der er stor forskel på livssituationer, interesser og ønsker i målgruppen.**
- ☐ **Mange er stadig på arbejdsmarkedet og har derfor begrænset tid.**
- ☐ **Andre står overfor eller er i overgangen til pension, ofte med identitetsmæssige udfordringer.**
- ☐ **Målgruppen efterspørger fleksibilitet, kvalitet og identifikation i aktiviteterne.**

ANBEFALING: Alle lokalafdelinger arbejder aktivt med et målrettet fokus om at tilbyde frivillighed og aktiviteter for gruppen af 50-70-årige lokalt.

- Alle lokalafdelinger afprøver **minimum en ny aktivitet** målrettet de yngre seniorer samt afsøger mulighederne for at tilpasse eksisterende tilbud til målgruppens behov og præferencer.
- Lokalafdelingerne tager initiativ til at **rekruttere og fastholde yngre** seniorer som frivillige - også til bestyrelser og øvrige frivillige ledelsesposter.
- Lokalafdelingerne målretter deres kommunikation af tilbud, så de også **appellerer til de yngre** seniorer.
- **Sekretariatet yder løbende konsulentbistand** samt udvikler materiale til at hjælpe lokalafdelingerne let i gang.

1. Lokal Afdelingerne skal både se på, hvordan eksisterende tilbud kan tilpasses målgruppen, men også afprøve nye målrettede aktiviteter.



Natur, mad og fællesskab

Vi går i naturen og sanker, laver mad og spiser sammen

Tag med på en fælles gåtur i skoven med en naturvejleder og bliv klogere på naturens fødevarekammer.

Dét vi finder, bruger vi til at lave mad til fællesspisning i Naturvejlederhytten.

Alle er velkomne.

Lørdag den 14. juni kl. 10-14.

Vi mødes ved indgang syd til Eventyrskoven, Baggesens Alle 160, Esbjerg. Medlemspris 40 kr. (75 kr. hvis du ikke er medlem af Ældre Sagen).

Kontakt for spørgsmål:

Peter Petersen
pepe@mail.tele.dk eller mobil: 45 60 57 80

Tilmeld dig inden **1. juni** på
www.aeldresagen.dk/esbjerg

Ældre@Sagen Korsør

Sjov med bedsteforældre og børnebørn

Leg, hygge og fællesskab på tværs af generationer

Er du bedsteforælder og har dine børnebørn med indimellem? Så kom og vær med til hyggelige stunder med andre bedsteforældre og børn.

Vi mødes til leg, spil, tegning, historier, kaffe og saftvand – nogle gange ude i naturen/på legeplads, andre gange hos Ældre Sagen.

Ingen krav – bare fællesskab, fantasi og tid sammen.

Vi mødes hver torsdag fra kl. 16-18.

Vil du være med?
Kontakt os og hør mere – eller kig forbi næste gang:

Inge Jensen
ingejense1958@gmail.com
Mobil: 56 80 78 90

Læs mere på www.aeldresagen.dk/korsoer



Mere liv i livet – hvad skal fylde nu?

Webinar for dig, der nærmer dig pensionen

Når arbejdslivet slipper, opstår der plads til noget nyt. Men hvad skal den nye tid egentlig fylde med? Måske drømmer du om at finde en ny hobby, skabe noget sammen med andre – eller bare få ro til at tænke over, hvad der giver mening nu.

I dette webinar stiller vi skarpt på overgangen fra arbejdsliv til en ny livsfase. Vi inspirerer dig til at tænke i muligheder frem for begrænsninger – og deler idéer til, hvordan du kan forme et aktivt og meningsfuldt liv efter arbejdet.

Uanset om du allerede har sat datoen, eller bare begynder at kigge fremad, er du meget velkommen.

Kom og vær med – det handler om dig og det, der skal fylde i livet fremover.

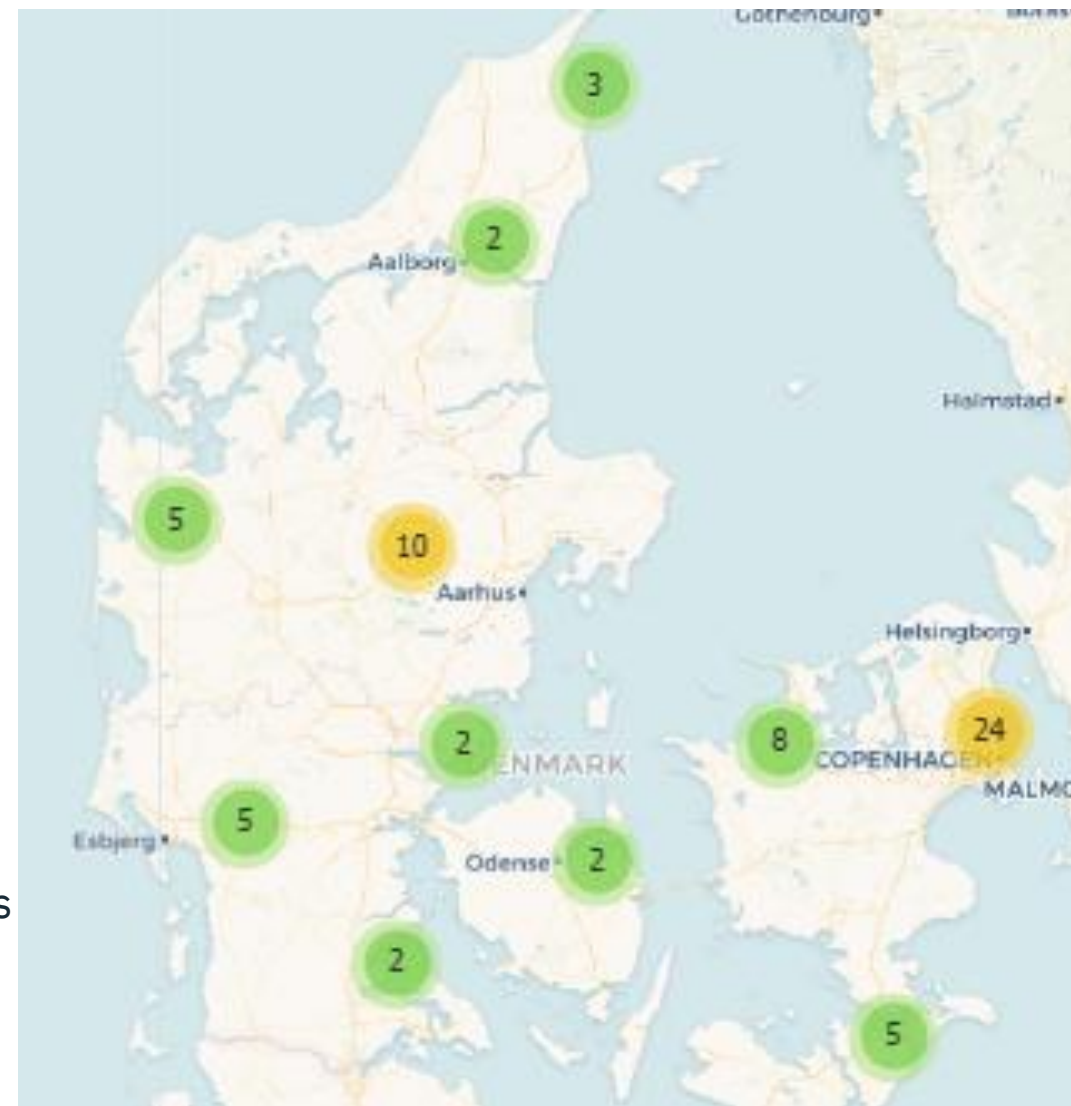
17. september kl. 17-18.30

www.aeldresagen.dk/webinar-mere-liv-i-livet

2. Frivillighed – rekruttering og fastholdelse

“Vi ønsker at lykkes med ad hoc-frivillighed”.

- Udvikle nye og fleksible **ad hoc-prægede frivilligopgaver**.
- **Se på eksisterende frivillige aktiviteter** og hvordan de kan tilpasses, med mulighed for spontanitet, aktivisme og tidsafgrænsede opgaver - og dermed en **løseret tilknytning som frivillig**:
- **Del opgaven** mellem flere
 - Tænk i **“vagtordninger”** og **“flere på posten”**
 - **Frivilligrollen “skæres til”**, så der er tilgængelighed, varierende opgaver og mulighed for socialt engagement
- Vær tydelig i kommunikationen om muligheden for en **mere fleksibel og mindre forpligtende tilgang** til den frivillige indsats
- Overvej **lokale kampagner** rettet mod 50-70-årige som "yngre frivillige".
- Inviter målgruppen til **målrettede velkomstmøder** 1-2 gange årligt, hvor der præsenteres aktivitetspalet og mulighed for at engagere sig frivilligt
- **Frivilligjob.dk** rummer et stort potentiale for rekruttering og anvendes strategisk af lokalafdelingerne i forhold til at nå ud til målgruppen



3. Kommunikation og image

“Vær mere tydelig om jeres relevans og indsats ikke mindst overfor 50-65-årige”

- ☐ Aktiviteten skal nævnes før Ældre Sagen i kommunikation for at ramme målgruppen.
- ☐ Brug cases, eksempler og billeder, der afspejler målgruppen (ikke kun den “traditionelle” ældre).
- ☐ Arbejd med differentieret kommunikation – fx alderssegmentering i lokale udsendelser.
- ☐ Synliggør de yngre medlemmer og deres aktiviteter på Ældre Sagens lokale kanaler.
- ☐ Lokalafdelingen udsender målrettede breve og mails med velkomst og relevante tilbud

4. Organisering og støtte fra sekretariatet

Der peges på at følgende initiativer foranstalles fra sekretariatet:

- ☐ Fag- og foreningskonsulenter i frivilligafdelingen tilbyder **sparring og støtte** til at hjælpe lokalafdelinger i gang med at tilbyde målrettede aktiviteter og fokus på målgruppen 50-70-årige.
- ☐ Sekretariatet udvikler og opdaterer et **inspirationskatalog** med:
 - ☐ **Best practice** fra lokalafdelinger
 - ☐ Forslag til tilpasset **værtskab** og aktivitetsdesign
 - ☐ Ideer til potentielle **lokale samarbejdspartnere**
 - ☐ Idéer til særskilte **målrettede frivillige aktiviteter** og tilbud
 - ☐ Forslag til **tilpasning af eksisterende** aktiviteter
 - ☐ Forslag til **kommunikation og PR**.
- ☐ **Opbakning** til at **distrikterne står for netværk og videndeling** vedr. indsatsen
 - ☐ Det bør overvejes om der skal deltage mere end formanden ved distriktsmøderne for at kunne udbrede det lokalt.
- ☐ Opbakning til at bestyrelserne tilpasses, så **målgruppen er repræsenteret** – også i mødetidspunkter og dagsordener.

Afsluttende drøftelse

- *Hvad kan distrikterne gøre for at understøtte og motivere lokalafdelingerne i deres bestræbelser på at realisere de gode anbefalinger?*



Ældre@Sagen