

Ældre@Sagen

Kom i pressen

VELKOMMEN TIL KURSUS i Distrikt 4
Sanna Kjær Hansen og Gerda Grønning



PROGRAM FOR DAGEN

09.00 Distriktsformand Bodil Wöhnert byder velkommen

Præsentationsrunde

Hvordan arbejder pressen, og hvordan samarbejder vi med medierne?

10.30 Pause

10.15 Workshop: Vi arbejder med jeres egne historier

12.00 Frokost

12.45 Sådan finder du tal, fakta og Ældre Sagens holdninger mv.

13.15 Workshop: Læserbreve

14.30 Gode råd. Hvor finder jeg historierne?

15.00 Tak for i dag

Hvorfor kurser om presse?

Styrke den lokale
ældre- og
sundhedspolitiske
indflydelse

Medierne stiller
nye krav, vi skal
råbe højere og
reagere hurtigere

Medlemmerne vil
se, vi er der, også
lokalt

I er eksperter.
Kender de lokale
beslutningstagere
og medlemmerne

Pressen og os



Den gode kontakt

Sådan arbejder vi med presse i sekretariatet

Et eksempel

- Proaktivt og reaktivt

- Sådan arbejder vi med lokalafdelingerne

- Et eksempel

- CASES



Aktuelle pressehistorier

- Basiskortet – bedre sent end aldrig
- Demens – høring på Christiansborg, vi ønsker bl.a. demenshandleplan
- Regionerne indfører digitalt sundhedskort
- Ældrereformen – faste teams
- Tandreform
- Ældre har problemer i snevejret
- Ratepensionen giver ikke mulighed for pause
- Falske bankbude
- Post – DAO (det arbejder vi med lidt senere)

Sensation, hold da op, det er da løgn!

Ældste mand nærmer sig 100 år: - Det er aldrig for sent at lære at spille bridge

af Søren Ole Jensen
soren.ole.jensen@nsh.dk

RAMMEN: Det er meget godt at tage sin krop og hjernen i brug.

- Mange blide søge og ældre spiller bridge på ugebasis for at holde hjernen skarp, og så er det tilmed blide sjovt og venskabsnedsende, siger Aage Christensen fra Aabyens Bridgeklub.

Han peger samtidig på en række senfremmede studier blandt andet om neurobiologiske fordele på Alzheimers College of Medicine i New York.

- De viser tydeligt, at bridge kan reducere risikoen for

Alzheimer og andre former for demens, lyder det fra Aage Christensen.

Nu har Aabyens Bridgeklub i samarbejde med Ældre Sagen et godt tilbud.

Et gratis intro-kursus til det populære kortspil for alle interesserede.

- Vi mødes fire onsdage, hvor deltagere får en introduktion til spillet, og vi skal også spille kort. Derudover bliver der udleveret materiale om bridge, som man kan læse, fortæller Aage Christensen.

Kursuset holdes på VUC i Teknologiparken i Aabyen. Det er start onsdag 29.



Aabyens Bridgeklub tilbyder i samarbejde med Ældre Sagen et gratis intro-kursus til bridge. **Pressefoto**

februar kl. 13.15. Der vil være forberedelse af tilgængelige ressourcer på samme tidspunkt.

Det er gratis at deltage.

200.000 bridgespillere

Har man efter introduktionen lyst til at fortsætte, er der yderligere 12 spille dage i det udløbs kortspil, som også er gratis.

- Det er ikke svært at lære at spille bridge, men man bliver aldrig færdig med at lære bridge-spillet, siger Aage Christensen.

Han tilføjer, der vil være intro-kursus for intro-kursus, og tilføjer

også den kan anvendes i egne medlemskaber til bridgeklubber, som holder til i DGI-huset.

- Det er aldrig for sent at lære at spille bridge. Hvis medlemmer har en høj gennemsnitsalder - et udtryk af venskabsnetværk - nærmer sig de 100 år, fortæller Aage Christensen.

19. januar er der omkring 200.000 aktive bridgespillere.

Det er pladstil 12 på intro-kursus, og der er tilmeldingsfrist 15. februar.

Det foregår til Aage Christensen på telefonnummer 21508718.

Cases er uundværlige. Et godt eksempel

Link til artikel "Mænd lever nu i gennemsnit mere end 80 år – men der er afgørende forskelle"

<https://www.dr.dk/nyheder/indland/maend-lever-nu-i-gennemsnit-mere-end-80-aar-men-der-er-afgoerende-forskelle>

Link til DR/P1 13. januar kl. ca. 8.00

<https://www.dr.dk/lyd/p1/p1-morgen/p1-morgen-2026/fredag-13-februar-2026-11802633075/01:57:02>

Mænd lever nu i gennemsnit mere end 80 år - men der er afgørende forskelle

Middellevetiden for mænd i Danmark har for første gang rundet 80 år.



Færre printaviser

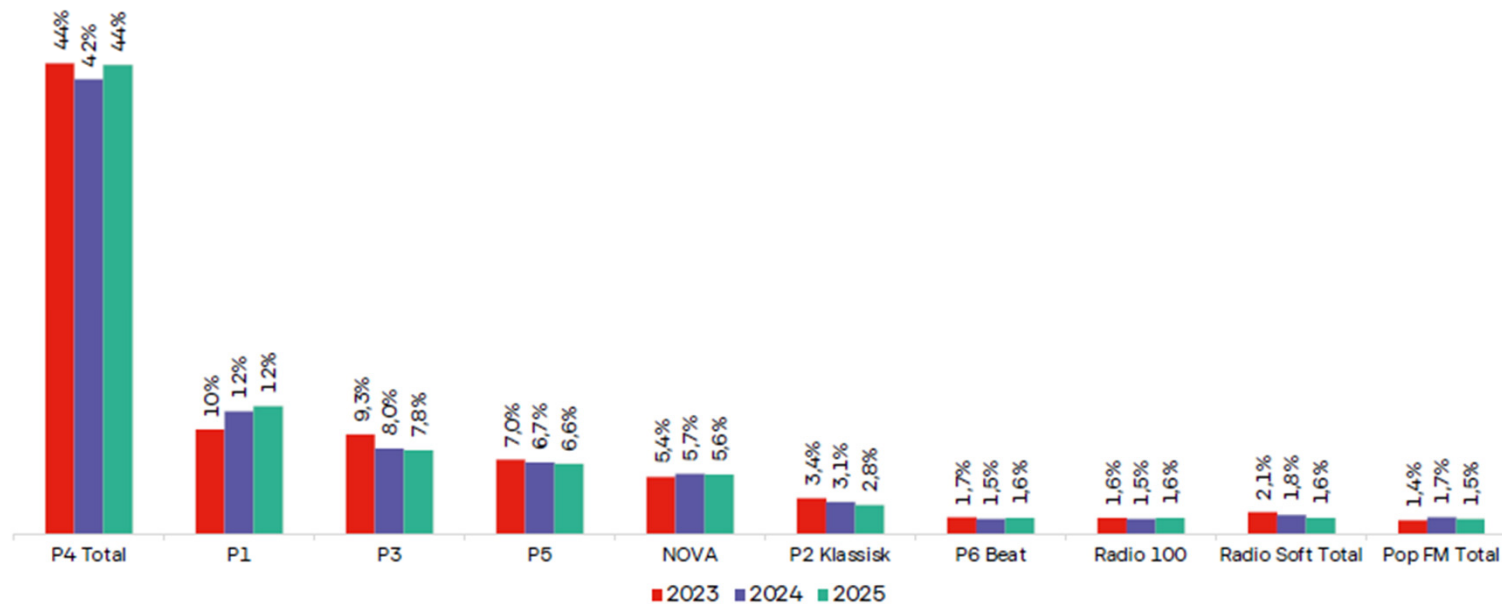
Men ugeaviserne lever stadig, og har høj troværdighed hos læserne.

2,6 mio. læser en ugeavis hver uge

I 2025 var der 150 lokalaviser, i 2020 var der 220



Tidsforbruget på radio falder – P4 optog 44 % af danskernes samlede lyttetid



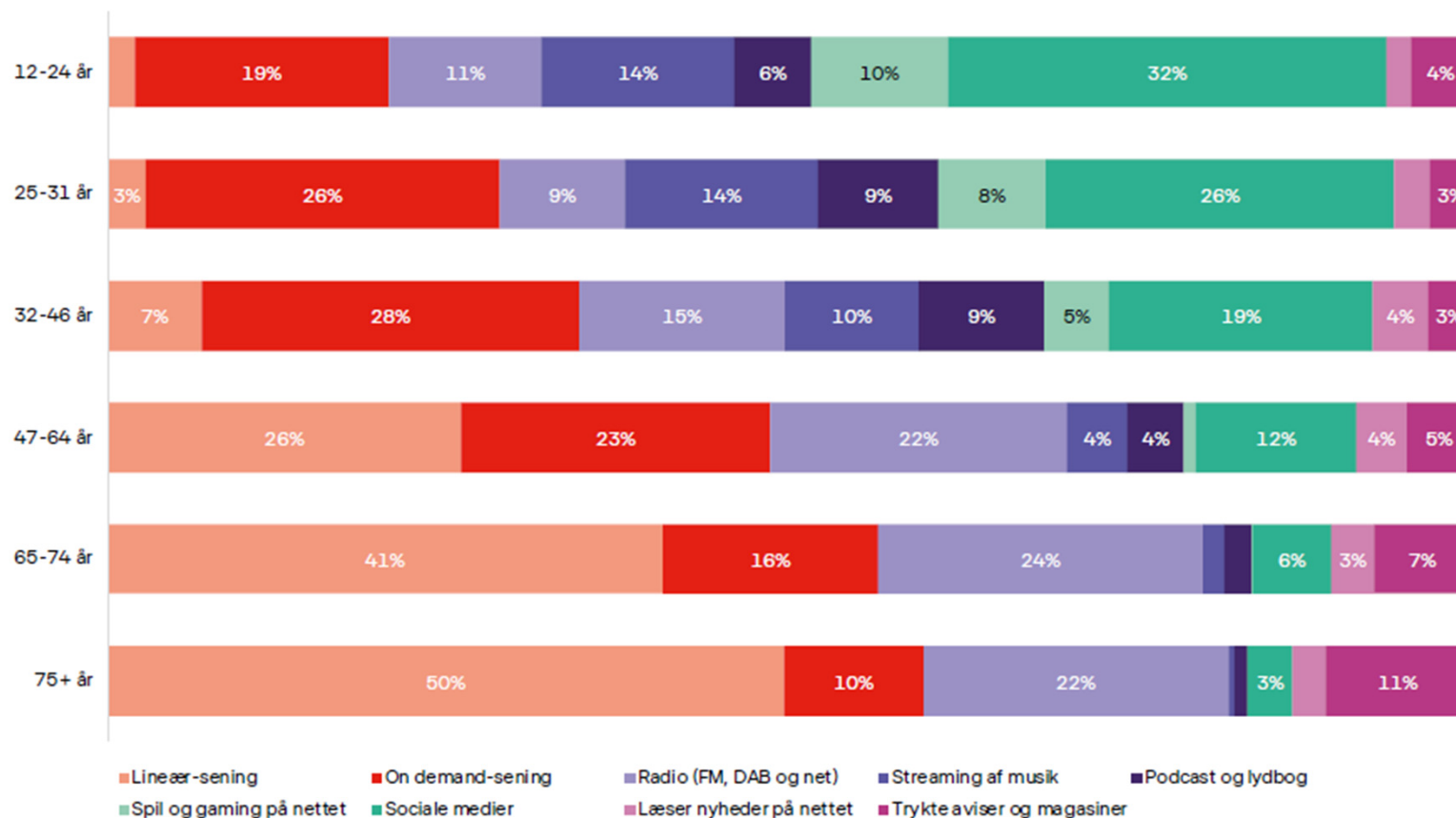
Målgruppe: 12+ år. Kilde: Radio-Meter fra Kantar Media.

Fordeling af danskernes mediebrug 2024-2025



Målgruppe: 12+ år. Data: Målt og adspurgt. Kilde: 'Lineær-sening' og 'On demand-sening' er fra Nielsen Seer-Undersøgelsen, paneldata. 'Radio (FM, DAB og net)' er fra Radio-Meter fra Kantar Media. 'Streaming af musik', 'Podcast og lydbog', 'Spil og gaming på nettet' og 'Sociale medier' er fra Kantar Media Life-undersøgelsen 2024 og 2025. 'Læse nyheder på nettet' og 'Trykte aviser og magasiner' er fra Index Danmark, Kantar Media 2024 og 2025. Periode: 2025.

Der er store forskelle på mediebrug mellem generationerne



Kilde: 'Lineær-sening' og 'On demand-sening' er fra Nielsen Seer-Undersøgelsen, paneldata. 'Radio (FM, DAB og net)' er fra Radio-Meter fra Kantar Media. Streaming af musik, 'Podcast og lydbog', 'Spil og gaming på nettet' og 'Sociale medier' er fra Kantar Media Life-undersøgelsen 2024. 'Læse nyheder på nettet' og 'Trykte aviser og magasiner' er fra Index Danmark, Kantar Media 2025. Periode: 2025.

Hvornår er noget en god pressehistorie?

Den gode historie

Vækker opmærksomhed: Har du hørt, at ...

Vækker forargelse: Det er da for galt!

Skaber identifikation: Det ku' være mig / Godt det ikke er mig ...

Bygger ofte enten på en konflikt eller en solstråle



Dette billede efter Ukendt forfatter er licenseret under [CC BY-SA-NC](#)

Hvad kommer det mig ved?

Hvorfor er din sag relevant for andre?

Hvem vil du have i tale?

Hvordan får du dem til at føle budskabet?

Vil du flytte noget ældrepolitisk?



Nyhedskriterierne (AVIS)

- **Aktualitet:** Sker nu og her
 - **Væsentlighed:** Betyder noget for mange eller meget for nogen
 - **Identifikation:** Bare det var mig / Godt det ikke er mig
 - **Sensation:** Har du hørt at ...
-
- **Konflikt:** Strid, krig, retssager, uenighed, debat, politisk modstand

AKTUELT

Skjer her og nu

- Risiko for snefygning og stedvis nysne
- <https://www.dr.dk/nyheder/vejret/risiko-snefygning-og-stedvis-nysne>



Væsentlighed – har stor betydning for mange



Identifikation – bare det var mig



Sensation – hold da op

INDLAND

Ældrechef efter vold på plejehjem: Mistænkt 69-årig boede på alment afsnit

En 100-årig beboer er død efter vold på et plejehjem i Vejen. En anden beboer er varetægtsfængslet i sagen.



Konflikt – den lille mand over for systemet

- **Iris og tusindvis af andre har svært ved at få frimærker:** 'Jeg blev jo sådan lidt rystet'
- Dao satser på, at der kan sælges brevmærker i alle shops inden for seks måneder.
- <https://www.dr.dk/nyheder/indland/iris-og-tusindvis-af-andre-har-svaert-ved-faa-frimaerker-jeg-blev-jo-saadan-lidt-rystet>



krevne brev siden ungdommen. (Foto: © Thea Bjørn, DR)

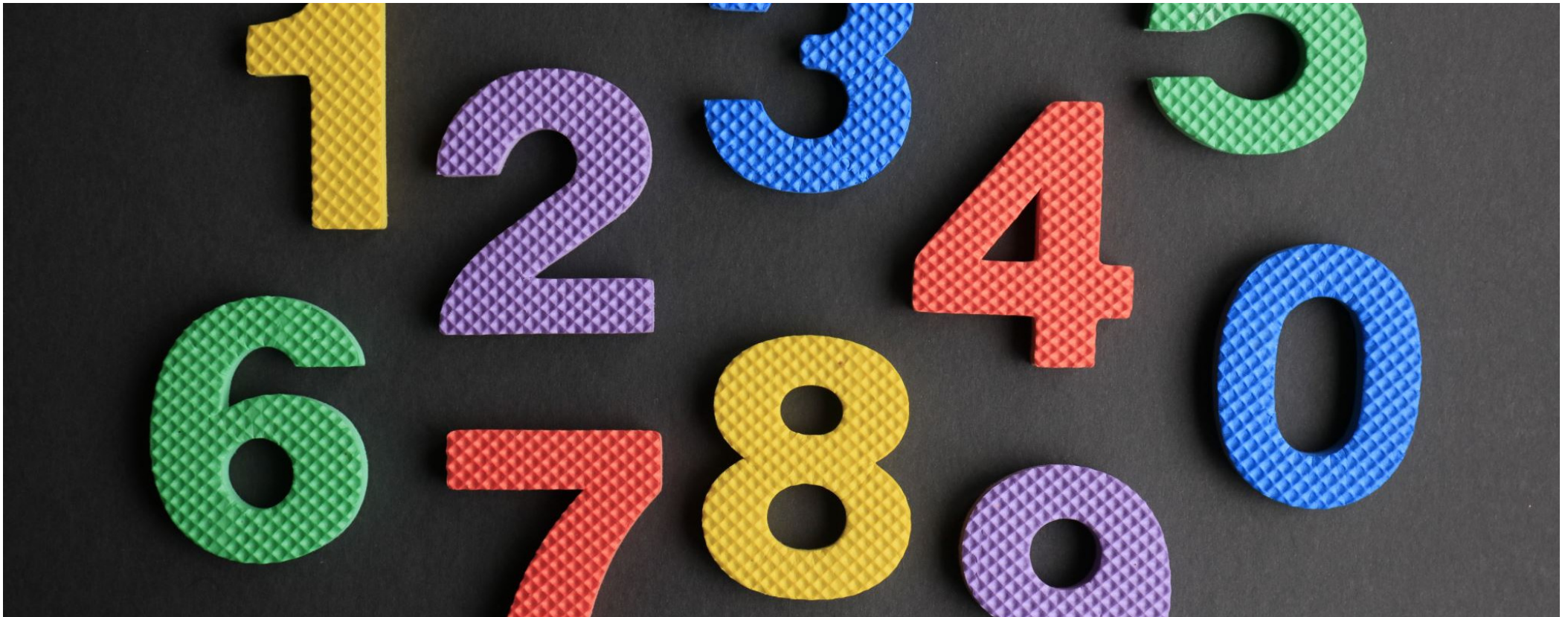
Workshop

Jeres egne historier

Øvelse: Hvordan får jeg pressen gjort interessert i min historie?

- Vend din historie med din sidemand
- Stil spørsmål til historien med hv-ord:

Hvor finder jeg tal og fakta



Ældre Sagens holdninger

- <https://www.aeldresagen.dk/maerkesager-og-resultater/maerkesager/se-alle-maerkesager>

Frivilligportalen: Her kan I bl.a. finde:

- **Ældre Sagens Kommunetal:**
<https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/frivilligomraader/lokal-indflydelse/kommunetal>

Ældre Sagens hjemmeside:

”Ingen argumentation uden dokumentation”

Her kan I finde analyser, undersøgelser mm.:

- **Om plejehjem:** <https://www.aeldresagen.dk/maerkesager-og-resultater/viden-og-tal/aeldre-i-tal/2025-plejehjemspladser>
- **Om kommunernes økonomi:** <https://www.aeldresagen.dk/maerkesager-og-resultater/viden-og-tal/aeldre-i-tal/2025-oekonomisk-nedprioritering-af-aeldreomraadet>
- **Om pårørende:** <https://www.aeldresagen.dk/maerkesager-og-resultater/presse/nyheder/kommuner-nedprioriterer-paaroerende>



Nyt tiltag: Er

- Centrale temaer i Ældreloven
- Hurtig viden om emnet
- Ældre Sagens mærkesager
- Hurtige spørgsmål til dialog med
- Politikere, embedsværk
- I kan bidrage til flere ark



Workshop læserbreve

4 grupper

Post-sagen

i 2023 advarede vi om ændringerne i postloven i et høringssvar
hver 20. dansker er berørt, fordi de er fritaget for digital post, svarende til 250.000
flere end 15.000 har klaget over manglende post, fejl mv.
svært at få fat på fat på brevmærke (frimærke), i nogle områder er det umuligt
kan være utrygt at bruge DAO-postkasserne i DAOs postshops

Region stævner DAO

Møde med Danmarksdemokraterne, der støtter os

ÆS holder møde med transportministeren, ÆS vil have loven ændret

Læserbreve og debatindlæg

- Udgangspunkt: Jeg vil fortælle at
- I Ældre Sagen ser vi med bekymring på...
- Som Ældre Sagens formand får jeg ofte henvendelser fra ...
- Vi foreslår ...
- Kom med løsninger, ingen klynk, vær konstruktiv og venlig
- Skriv kort og klart i almindeligt talesprog, ingen fremmedord, passiv former
- Tag om muligt afsæt i aktuel debat (men husk, bringes måske flere uger efter)
- Overhold deadline
- Navn og adresse under, gerne foto og logo

9 tips til bedre tekster

1. Brug så få ord som muligt
2. Fjern alle afsnit, sætninger og ord, der ikke bidrager til dit budskab, men husk, læseren skal ikke sidde tilbage med ubesvarede spørgsmål
3. Brug simple ord, undgå fagudtryk, interne ord, fremmedord og slang. "Tal dansk"
4. Varier sproget, undgå at bruge det samme ord to gange i samme afsnit
5. Varier sætningerne, brug både korte og lange sætninger
6. Skriv i aktiv og undgå passive former
7. Brug eksempler
8. Omskriv kringlet sprog
9. Brug du og jeg, tal direkte (Det hele handler om din læser, slet ikke om dig)

Hvordan støtter vi jer bedst?

- debatindlæg og læserbreve
(I kommer med udkast og sender dem ind)
- når I skal interviewes til avis,
radio og tv
- sparring om gode ideer til
pressen. (Ikke alle ideer egner
sig til pressen).



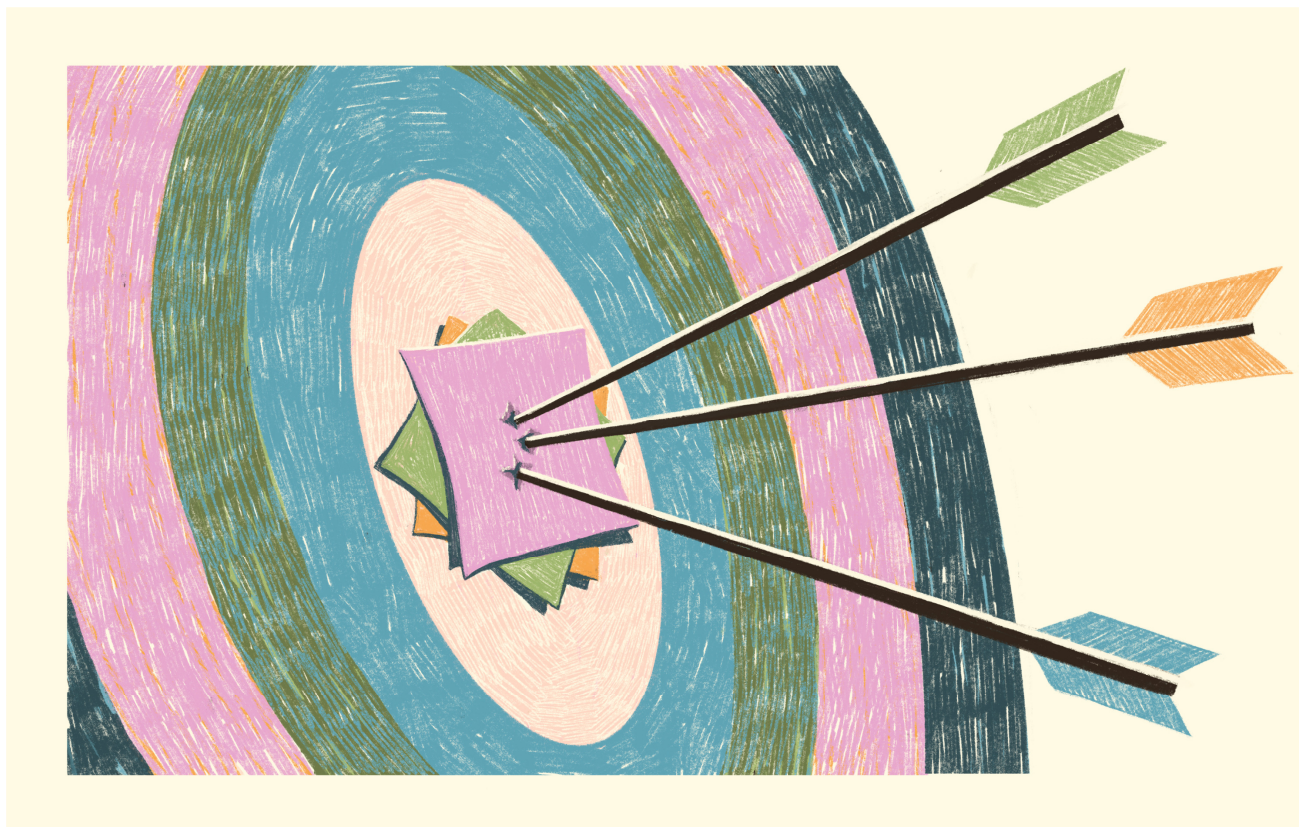


SANNA KJÆR HANSEN
SKH@AELDRESAGEN.DK



GERDA GRØNNING
GG@AELDRESAGEN.DK

Tak for i dag og god fornøjelse



Ældre@Sagen