

Ældre @ Sagen

# Hvad er Ældretelefonen 2.0?



Ældretelefonen er en 100% anonym samtalelinje



Ældretelefonen får både en chat og samtalelinje



I Ældretelefonen møder man en kompetent og lyttende frivillig, der har tid til at tale/chatte med en



Frivillige på Ældretelefonen rådgiver ikke men lytter og vender ideer med den ældre.



Via Ældretelefonen kan man også få en telefonven eller blive henvist til et af Ældre Sagens andre tilbud lokalt som nationalt



FÅ HJÆLP AF EN  
**BISIDDER**



---

# Personlige historier er guld værd

---

Kender I nogle, som får beskåret hjemmehjælpen, mister rengøringen, skal købe en robotstøvsuger, får tildelt et bad om ugen i stedet for to eller de skal sove med støttestrømper på, fordi tiden til hjælp til at tage dem af, bliver fjernet.

= Ramt af uretfærdige nedskæringer.

Gerda Grønning ([gg@aeldresagen.dk](mailto:gg@aeldresagen.dk)) og Sanna Kjær Hansen ([skh@aeldresagen.dk](mailto:skh@aeldresagen.dk))

# Sådan kan frivillige se sig selv:



## De relations-orienterede

- Vi er ambassadører for at du har noget at give, i kraft af **dit værd som menneske**, fremfor at lade det handle om at skulle hjælpes ud af ensomhed.
- Vi har tilbud, der **hjælper dig til at styrke dine eksisterende relationer** til nære og kære



## De energi-orienterede

- Vi hjælper dig med at holde kroppen i gang gennem tilbud, der fremmer fysisk aktivitet
- Vi fokuserer på **et sundt liv i helhedsperspektiv**, med tilbud, der plejer nysgerrighed og mentalt velbefindende



## De omverdens-orienterede

- Vi betragter et medlemskab som en investering, der fremmer **et godt liv, hele livet for dig og de kommende generationer** af ældre.
- Vi **markerer os både ift. social og grøn bæredygtighed**, og arbejder for at gøre verden til et bedre sted for dig og kommende generationer.



## De selv-orienterede

- Vores tilbud gør det muligt for dig at forfølge dine interesser, og **bruge din tid** på lige præcis hvad du har lyst til
- Vores tilbud er målrettet *hvad* der optager dig, og **tvinger dig ikke ind i fællesskaber** du ikke kan spejle dig i



## De friheds-orienterede

- Vi repræsenterer **en fremtid du har lyst til at gå i møde**, fremfor en fremtid du frygter
- Vores tilbud giver dig muligheder for at **holde fast i det gode ved mit liv i dag**, og styrke det i dit liv fremadrettet.



## De arbejds-orienterede

- Vi arbejder for, at dine **kompetencer bliver sat i spil**, som en, der har noget at give, og som samfundet har brug for
- Vi har tilbud, der hjælper dig til at **dyrke dine (faglige) kompetencer** og udveksle erfaringer på tværs af generationer

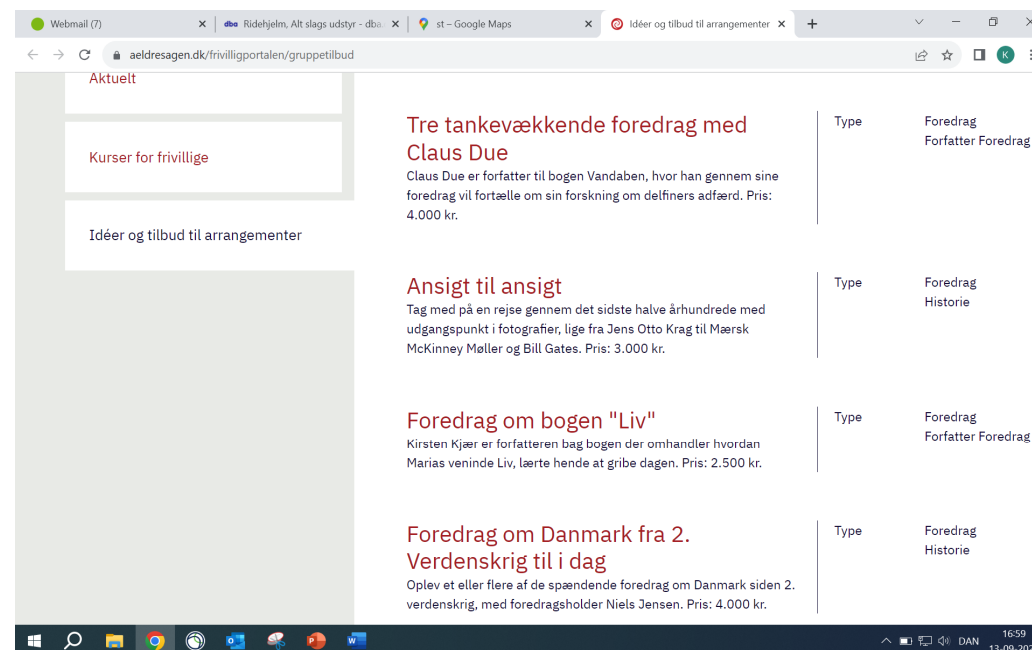
IS IT A BIRD

ALICE BOGEN

# Arrangementstilbud og netværk

Jenny Beck om ideen  
fra Esbjerg KOU

[https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/  
gruppetilbud](https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/gruppetilbud)



The screenshot shows a web browser window with the URL [aeldresagen.dk/frivilligportalen/gruppetilbud](https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/gruppetilbud). The page features a sidebar on the left with navigation links: "Aktuelt", "Kurser for frivillige", and "Idéer og tilbud til arrangementer". The main content area displays a list of activities, each with a title, description, price, and type.

Title	Description	Price	Type
Tre tankevækkende foredrag med Claus Due	Claus Due er forfatter til bogen Vandaben, hvor han gennem sine foredrag vil fortælle om sin forskning om delfiners adfærd.	4.000 kr.	Foredrag Forfatter Foredrag
Ansigt til ansigt	Tag med på en rejse gennem det sidste halve århundrede med udgangspunkt i fotografier, lige fra Jens Otto Krag til Mærsk McKinney Møller og Bill Gates.	3.000 kr.	Foredrag Historie
Foredrag om bogen "Liv"	Kirsten Kjær er forfatteren bag bogen der omhandler hvordan Marias veninde Liv, lærte hende at gribe dagen.	2.500 kr.	Foredrag Forfatter Foredrag
Foredrag om Danmark fra 2. Verdenskrig til i dag	Oplev et eller flere af de spændende foredrag om Danmark siden 2. verdenskrig, med foredragsholder Niels Jensen.	4.000 kr.	Foredrag Historie

---

# Netværk vedrørende medlemsarrangementer

---

Anbefaling at distrikter etablerer netværk for frivillige, der beskæftiger sig med lokale medlemsarrangementer

- Anbefalinger fra ad-hoc udvalg – bl.a. udviklet drejebog for netværksmøderne
- Gode erfaringer fra distrikt 6 og distrikt 10
- Netværk for frivillige, der laver medlemsarrangementer indenfor kultur, kunst, foredrag, sprog, rejser, ture mv.
- Foreningskonsulenterne kan starte netværk, men netværk skal derefter være selvkørende.
- **Peter Rindom** fra sekretariatet vil gerne medvirke i første møde og fortælle om erfaringerne fra distrikt 6 og 10.
- Distrikterne skal finde en distriktskoordinator til opgaven og sørge for at der sendes invitationer til de rette i lokalafdelingerne via lokalafdelingsformændene



---

# Spørgsmål til jer???

---

- **Har I brug for et netværk for arrangementsfrivillige?**
- **Hvordan skal netværket være selvkørende?**
- **Hvem vil i givet fald være med til at starte netværket?**