

# Velkommen til kursus for nye frivilligledere 2024



---

# Program formiddag – fælles del

## kl. 9.30 – 12.30

---

Morgenkaffe

Kl. 10.00 Velkomst v/Næstformand i D3 Erik Christensen

Sang og præsentation

Steen Kabel, Ældrepolitisk konsulent og Karen Skou, foreningskonsulent.

Kend din organisation – om Ældre Sagens historie, værdier, vedtægt og formål og strategi og sekretariatets opgaver

Mød distrikt 3 v/ Næstformand i D3 Erik Christensen

Sådan arbejder Hedensted lokalafdeling v/ formand Erik Christensen

Koordinationsudvalg v/ formand Erik Christensen

Kl. 12.30 frokost

---

# Eftermiddag – opdelt i 2 grupper

---

Kl. 13.15 Fokus på din rolle: frivillig i en bestyrelse *eller* aktivitetsleder

Drøftelser af ledelsesdilemmaer fra den frivillige virkelighed i lokalafdelingerne

15.15 Kaffe i dette lokale

Fælles afslutning og opsamling

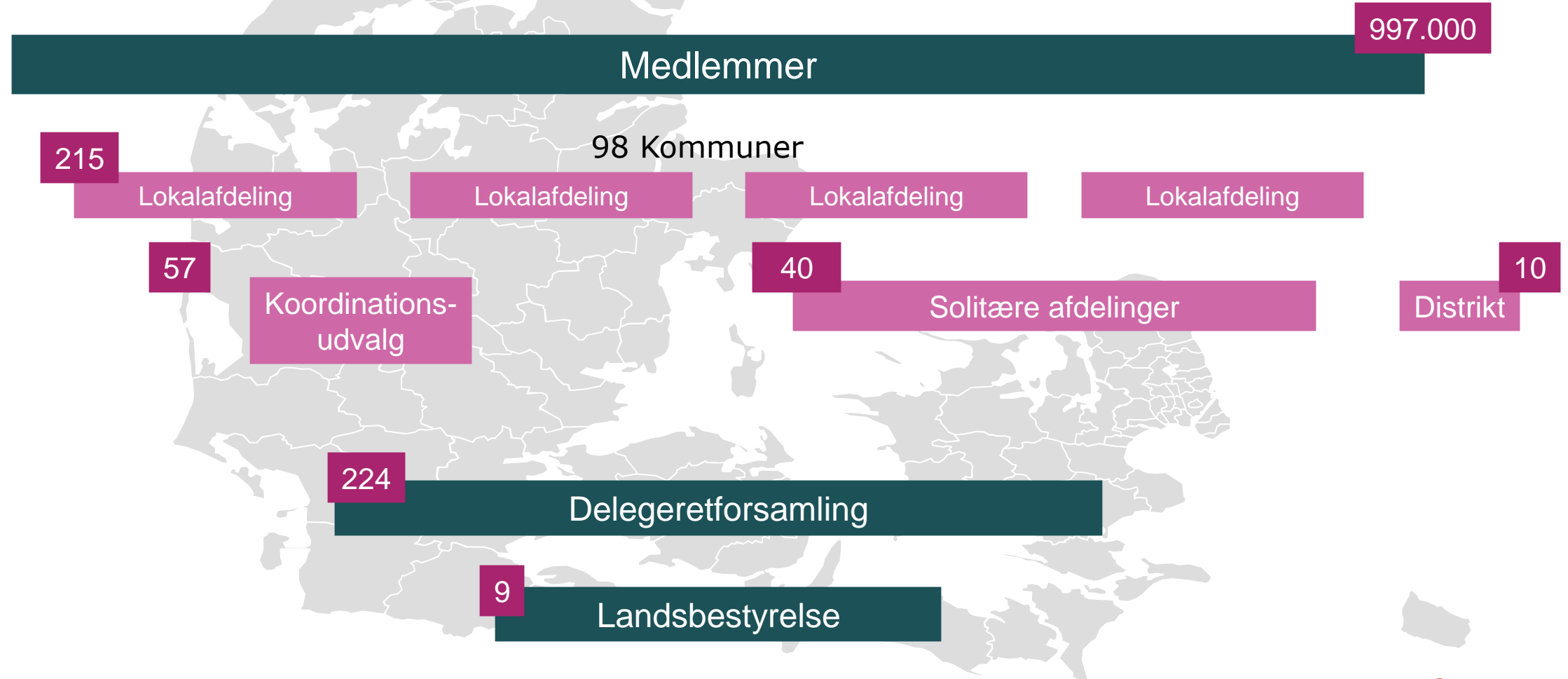
Ca. 15.30 "Udgang" 😊

# Korte møder



# Landsorganisation

MEDLEMSKABET I ÆLDRE SAGEN ER LANDSDÆKKENDE



# 10 Distrikter

98 kommuner, 215 lokalafdelinger,  
**20.000 frivillige**

11 kommuner  
30 lokalafdelinger

8 kommuner  
21 lokalafdelinger

8 kommuner  
19 lokalafdelinger

4 kommuner  
16 lokalafdelinger

11 kommuner  
30 lokalafdelinger

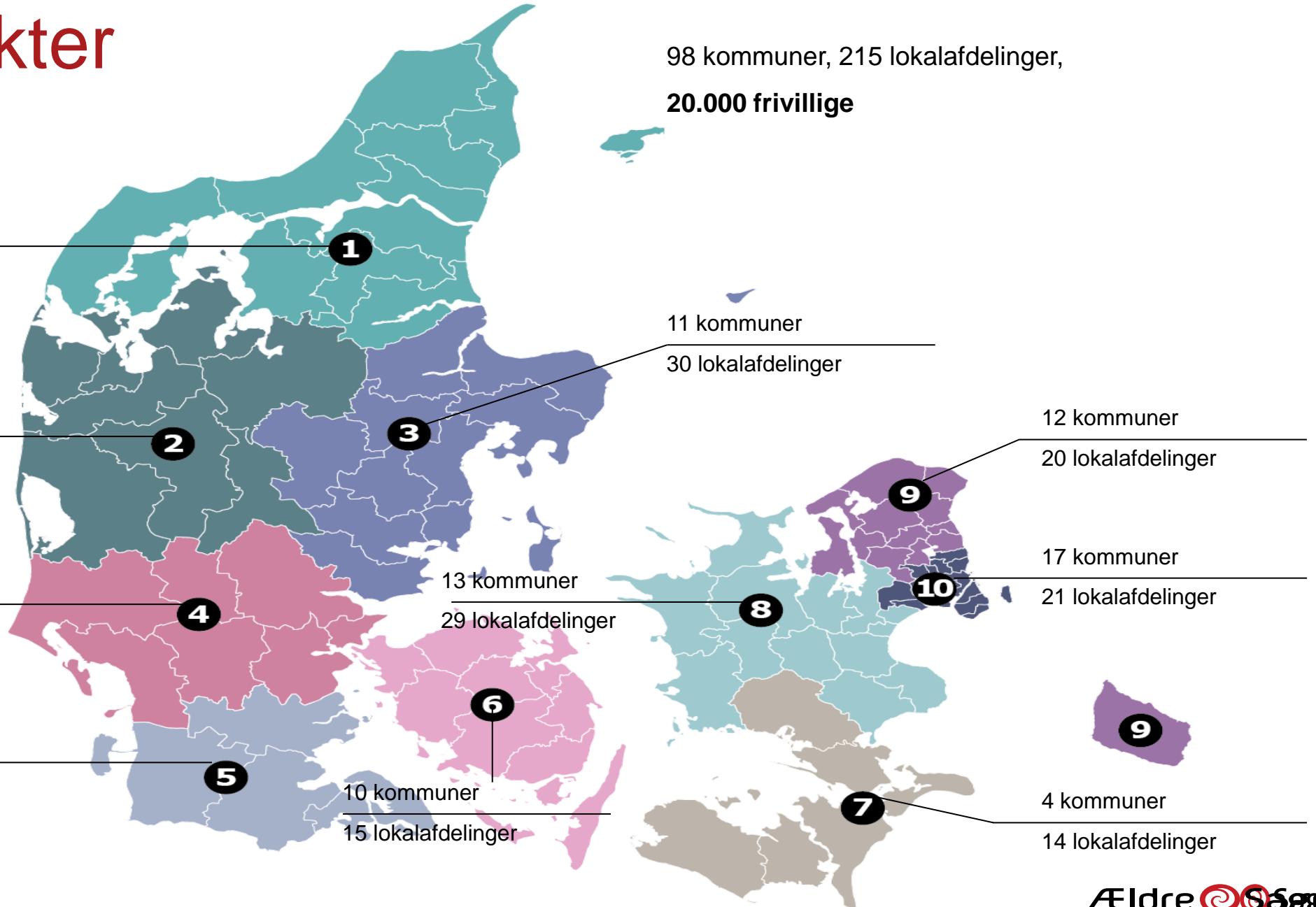
12 kommuner  
20 lokalafdelinger

17 kommuner  
21 lokalafdelinger

13 kommuner  
29 lokalafdelinger

10 kommuner  
15 lokalafdelinger

4 kommuner  
14 lokalafdelinger





# Ældre Sagen kort

- **215** lokalafdelinger
- **19.996** frivillige
- **110.000** lokale arrangementer i et normalt år
- Over **997.000** medlemmer
- Mere end hver anden dansker **over 60 år** er medlem
- Hver tredje **over 50 år** er medlem
- Medlemskab: 1 person **135 kr.** pr. halvår  
Medlemskab: 2 personer **220 kr.** pr. halvår
- **47.000** rådgivninger i 2022
- Over **129.000** følgere på Facebook
- Flere end **500.000** har hentet ÆS' app
- Flere end **450.000** bruger hver måned vores hjemmeside



# Velkomstfilm til nye frivillige

Velkomstfilmen fortæller om Ældre Sagens historie og organisationsstruktur, mulighederne som frivillig i Ældre Sagen, og andre ting, der er gode at vide som ny frivillig.

[Velkomstfilm til nye frivillige \(aeldresagen.dk\)](http://aeldresagen.dk)





# Fordeling af indtægter 2023

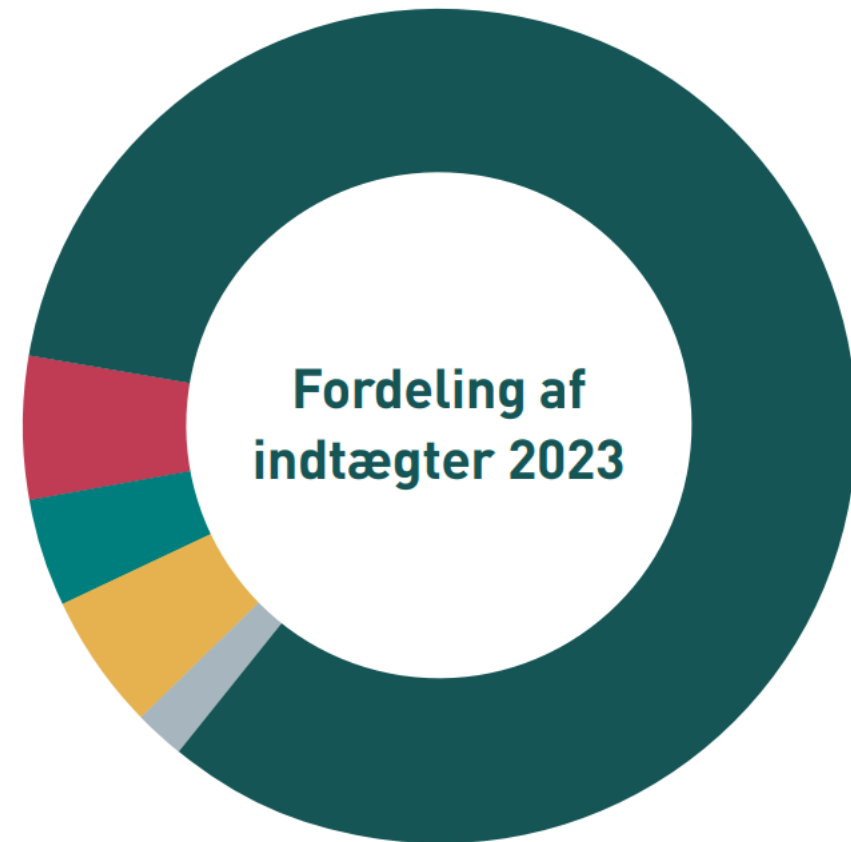
## Indtægter

I 2023 var Ældre Sagens indtægter 273 mio. kr. 84 procent af indtægterne kommer fra medlemmerne som kontingent, bidrag fra lotteri og arv. Det er kerne i vores økonomi.

I 2023 steg antallet af medlemmer til 974.111 medlemmer. Det betyder, at vores indtægter fra kontingenter steg med 2,7 procent til 273 mio. kroner.

Sådan fordeler vores indtægter sig:

- Medlemskontingent og -gaver **83,7 %**
- Bidrag og tilskud mv. **5,7 %**
- Lotterier **5,7 %**
- Øvrige indtægter **3,2 %**
- Arv **1,7 %**



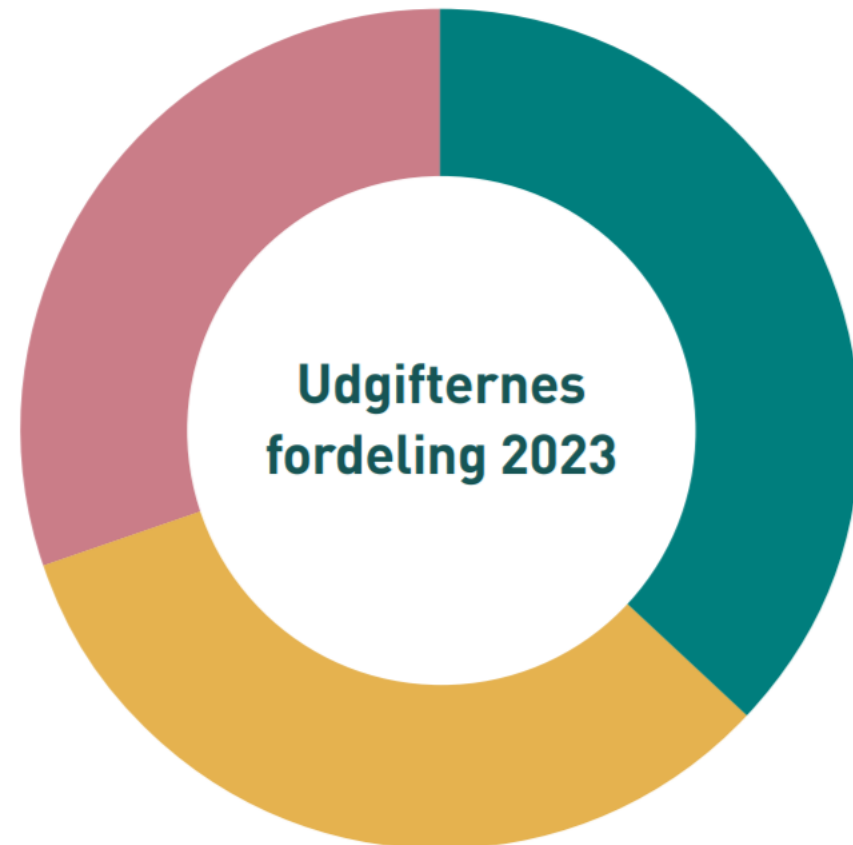
# Fordeling af udgifter 2023

## Udgifter

Vores udgifter er fordelt på tre områder: Lokale aktiviteter knyttet til vores 215 lokalafdelinger, landsdækkende aktiviteter såsom medlemsrådgivning og ældrepolitiske indsatser samt service til vores medlemmer fx produktion af Ældre Sagens blade.

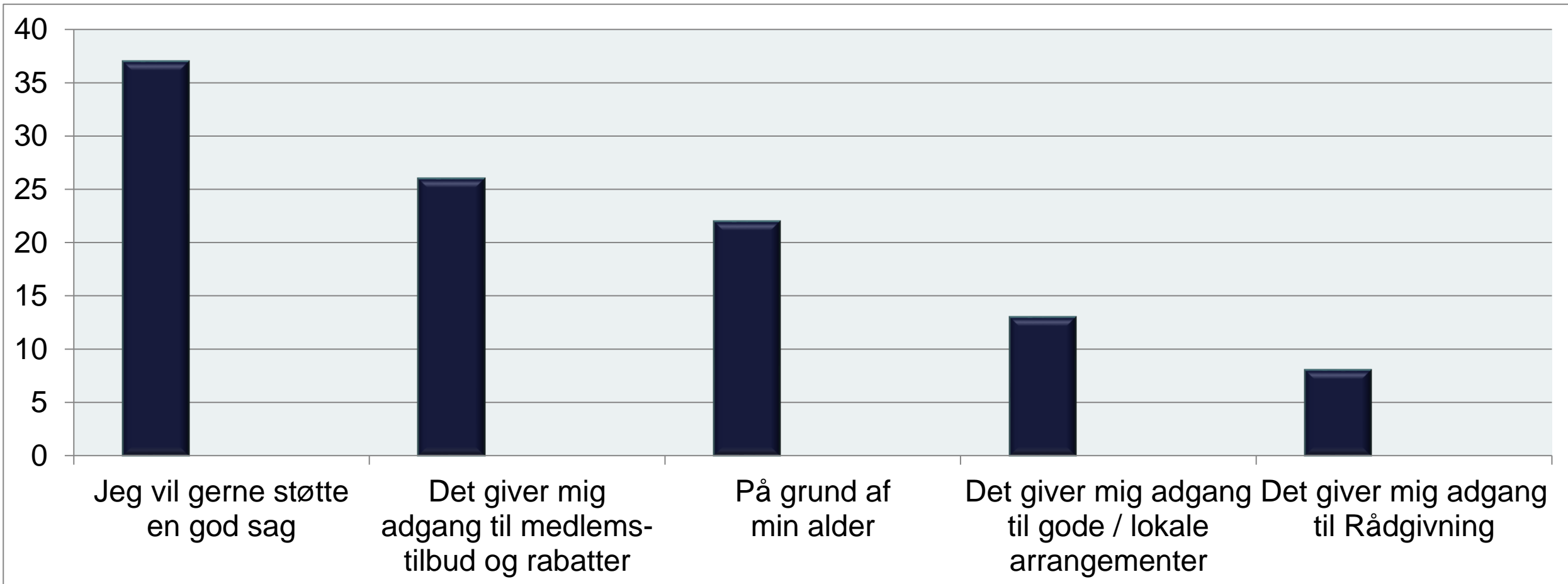
Sådan fordeler vores udgifter sig:

- Lokalt relaterede udgifter i alt **36,6 %**
- Landsrelaterede udgifter i alt **32,8 %**
- Medlemsrelaterede udgifter i alt **30,6 %**



# Det vigtigste for medlemmerne

Angivet i procent (kilde: medlemsundersøgelsen)



---

# Ældre Sagens Vedtægt

---

- **En** forening – **et** CVR-nummer – **en** juridisk enhed
- §2: Ældre Sagens formål
- § 8.2: Lokalbestyrelsens opgaver
- § 9: Årsmøder
- § 10: Konstituering – valg af formand, næstformand mv.
- § 15 ff.: Delegeretforsamling
- § 19: Tegningsregler, bankkonti

---

# Ældrepolitiske mærkesager

---

**Et godt liv hele livet – også når vi får brug for hjælp**

**Vi arbejder for bedre vilkår for:**

- Mennesker med demens
- Pårørende både til mennesker med demens og andre sygdomsramte i familien eller omgangskredsen.
- En værdig hjemmepleje
- En god og relevant praktisk hjælp i hjemmet
- Gode forhold på plejecentrene – og andre bomuligheder
- Et sundhedsvæsen med sammenhængende patientforløb også ved udskrivning til eget hjem, hvor kommunen tager over.

# Ældre Sagens idégrundlag

- Ældres talerør
- Åben for alle over 18 år
- Uafhængig af partipolitik
- Etnisk og religiøs neutral
- Medlemsstyret.





# Ældre Sagens værdier

## Nærvær

Vi har et dybfølt engagement i mennesker omkring os

## Indsigt

Vi udvikler og formidler viden i samarbejde og dialog

## Handlekraft

Vi gør noget ved det, vi omsætter vores viden, vi bidrager og bruger vores indflydelse.



# Vores vision

Ældre Sagen kæmper for et samfund, hvor alle kan leve **et godt og langt liv**

Et samfund ...

- hvor personen er vigtigere end alderen
- hvor alle har mulighed for at leve og udfolde sig på egne betingelser
- hvor der er støtte og omsorg til dem, der har behov for det.

Vi sætter livserfaring og viden i spil – og forbinder forskellige slags overskud, behov og interesser i sociale netværk.



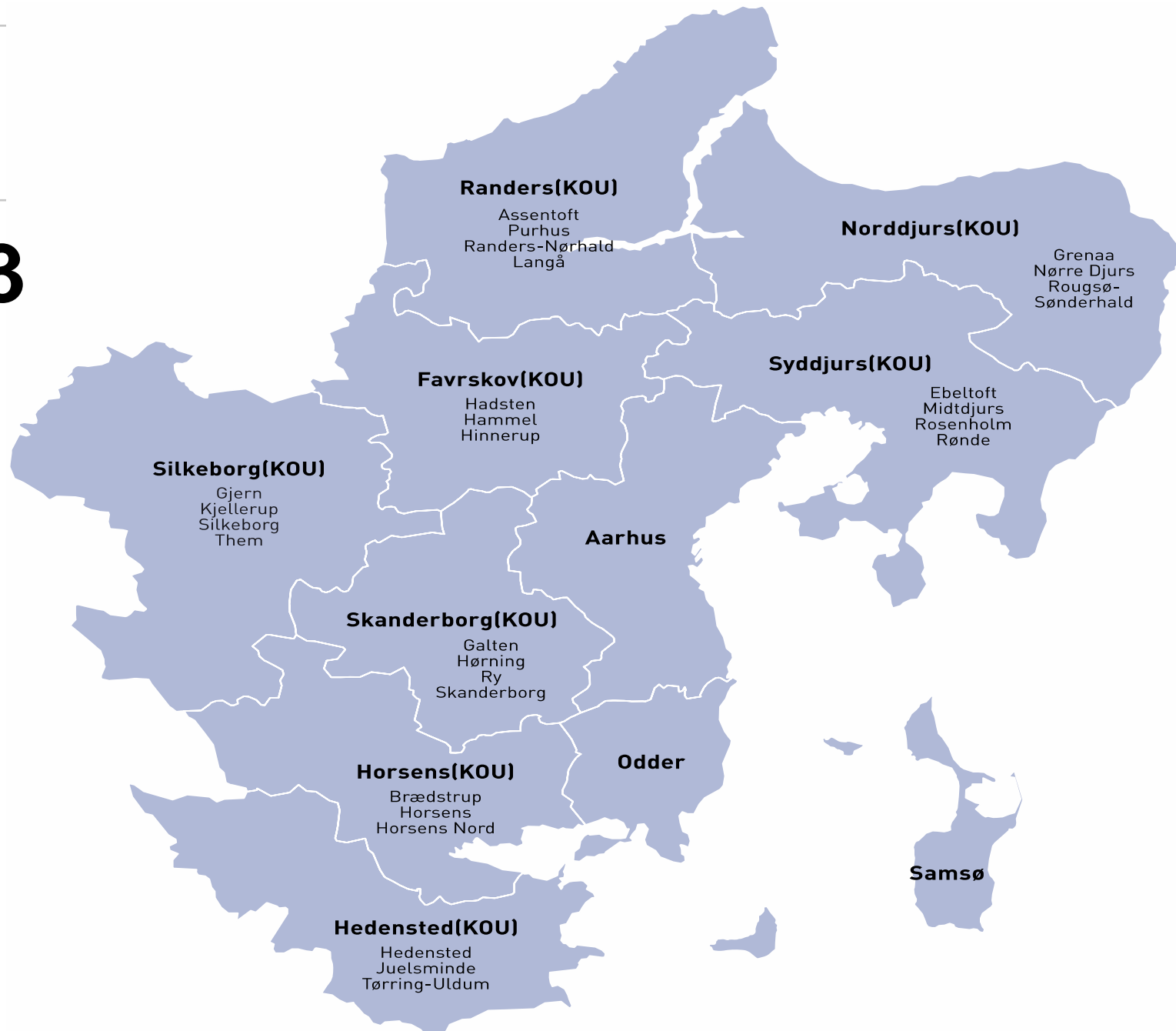
# Strategi 2023-2027

Strategifilm



Strategi 2023-2027

# Distrikt 3



---

# Distriktets frivillige

---

Distriktsledelsen består af formand, næstformand og kasserer  
<https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/distrikt-3>

## **Distriktskoordinatorer indenfor:**

- Social-humanitær
- Ældre- og sundhedspolitisk
- IT
- Motion

Det regionale sundhedsudvalg for D2&D3

Områderedaktører

## Vi søger en sekretær til Distrikt 3

Vi søger en sekretær til Distriktsledelsen i Ældre Sagens Distrikt 3.

Alle bestyrelsesmedlemmer spiller en vigtig rolle. Vi forde-  
ler opgaverne mellem os, og trives med at samarbejde.  
Kunne du tænke dig at stille op som sekretær og besty-  
relsesmedlem, og være med til at gøre en forskel i Ældre  
Sagen?

### Personprofil:

- Har kendskab til frivilligt arbejde
- Har kendskab og lyst til organisationsarbejde
- God til skriftelig dansk
- Kendskab og brug af Word
- Erfaring med at tage referat og udsendelse af møde-  
indkaldelser/referater

### Hvad tilbyder vi dig?

Du vil få støtte og tilbudt kurser, som er målrettet besty-  
relsesarbejdet og sekretærfunktionen for at lære organi-  
sationen og opgaverne at kende.

### Kontakt

Distriktsformand Lars Hvidberg: [larshvidberg@yahoo.dk](mailto:larshvidberg@yahoo.dk)



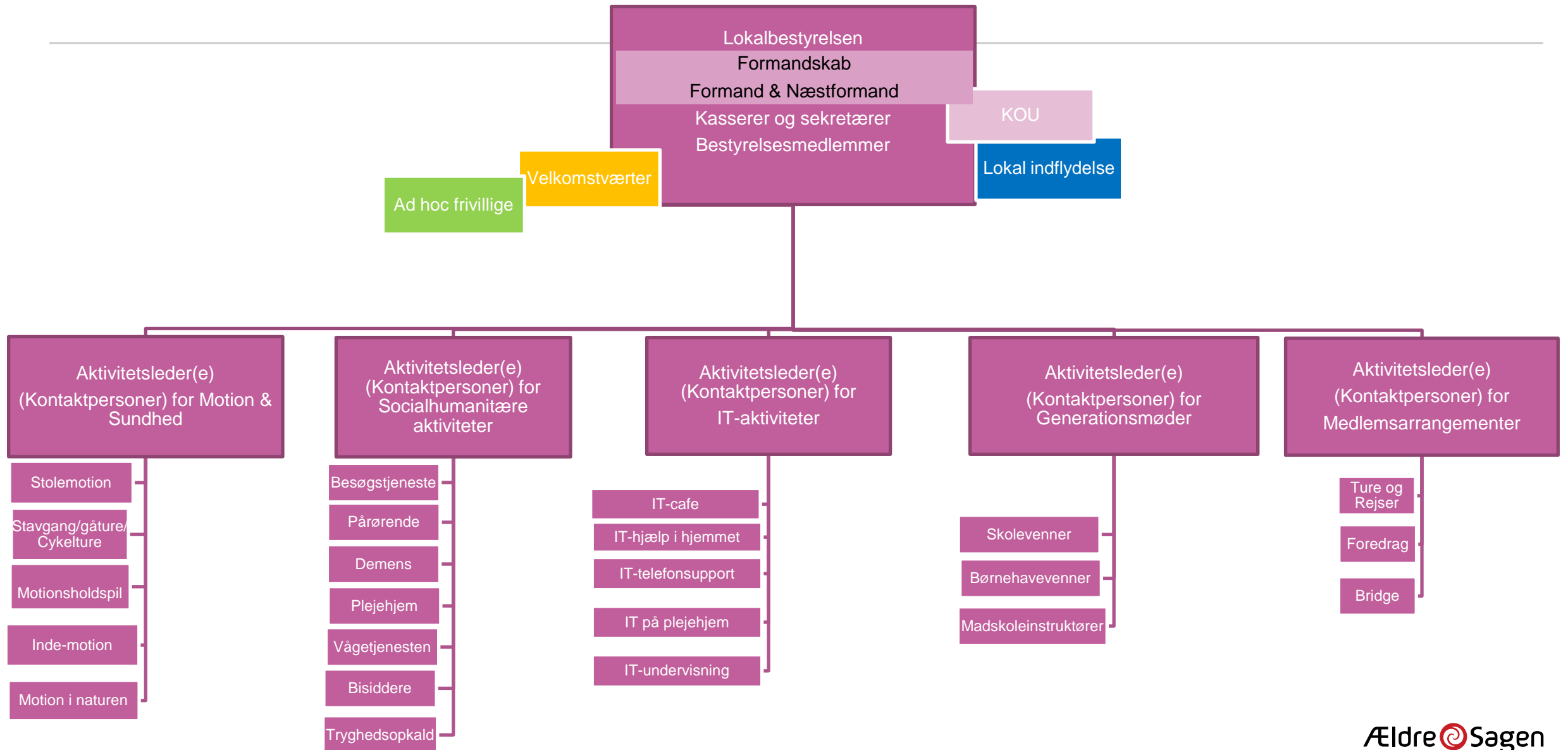
# Lokalafdelingens 4 opgaver



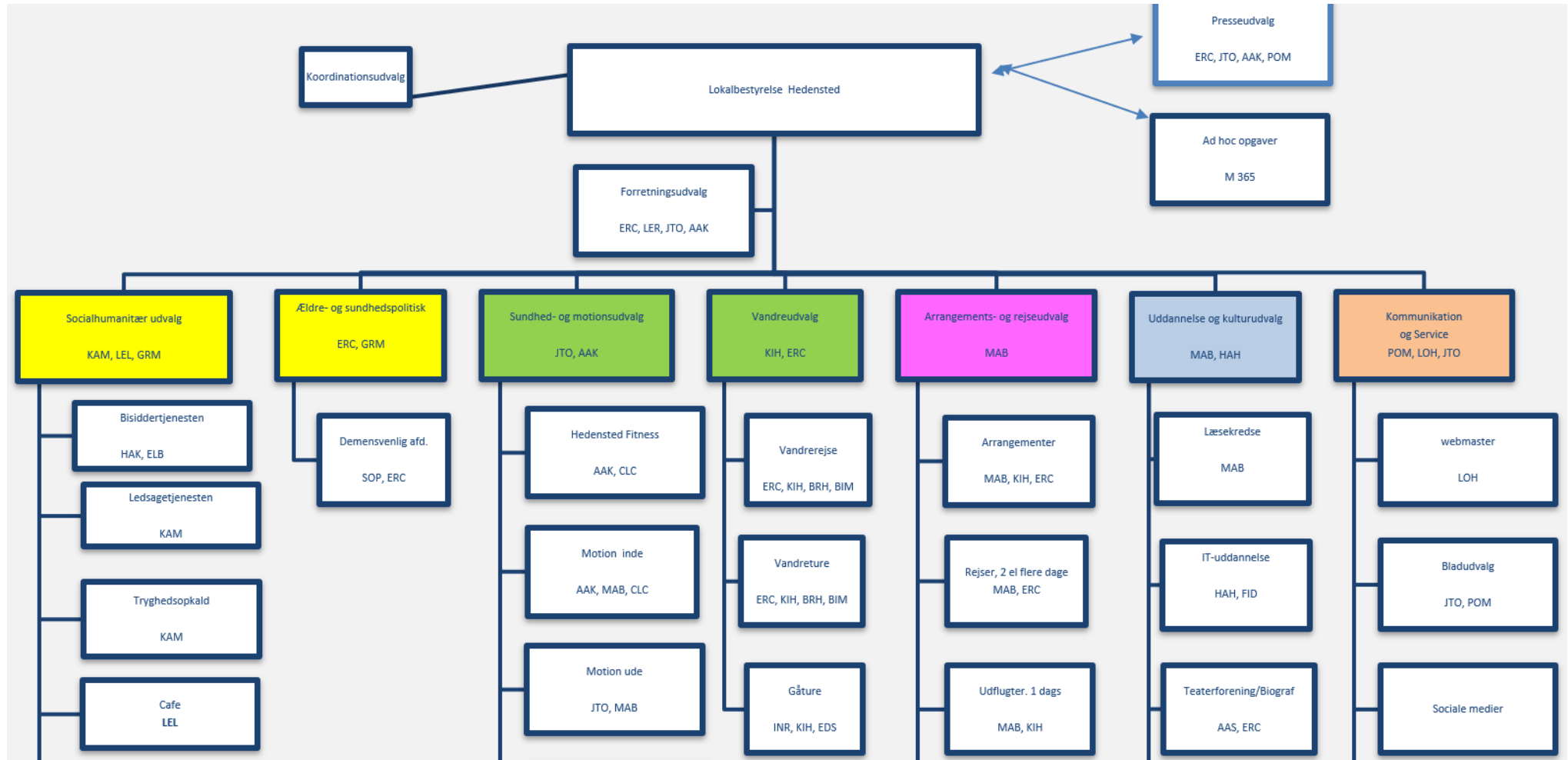
Trivsel



# Inspirationsmodellen til lokalafdelingerne



# Hedensted



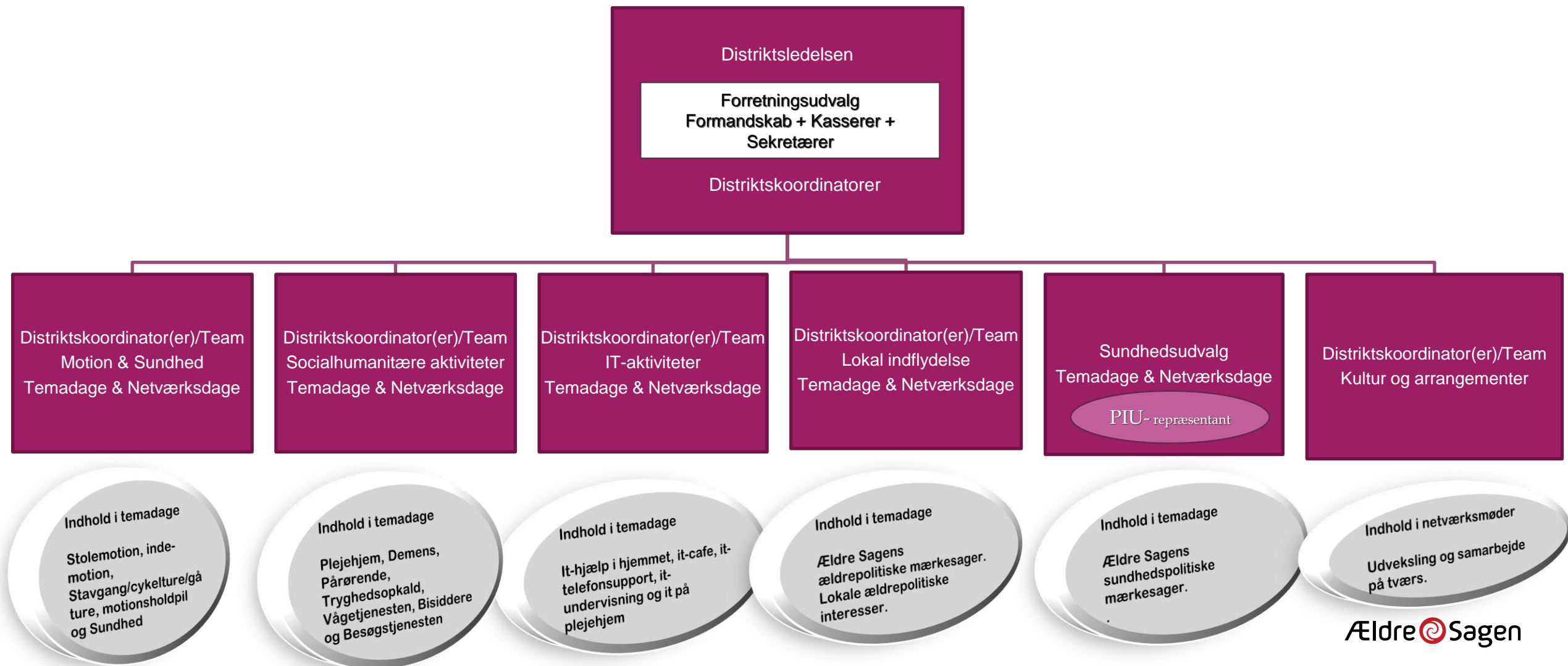
# Distrikternes virke

## § 12

- Virker i et geografisk afgrænset område.
- Ledes af en distriktsledelse, der som minimum består af: formand, næstformand og kasserer
- Ledelsen vælges på årsmøde i april af formænd for lokalafdelingerne for to år af gangen og fastsætter selv sin forretningsorden
- Opgaven er at skabe netværksaktiviteter, vidensdeling og inspiration for frivillige i distriktets lokalafdelinger



# Inspirationsmodel for distrikterne





# Koordinationsudvalg

## KOU-formand Erik Christensen i Hedensted Kommune

- den lokale ældre- og sundhedspolitiske indsats,
- herunder pressekontakt
- kontakten til de lokale myndigheder



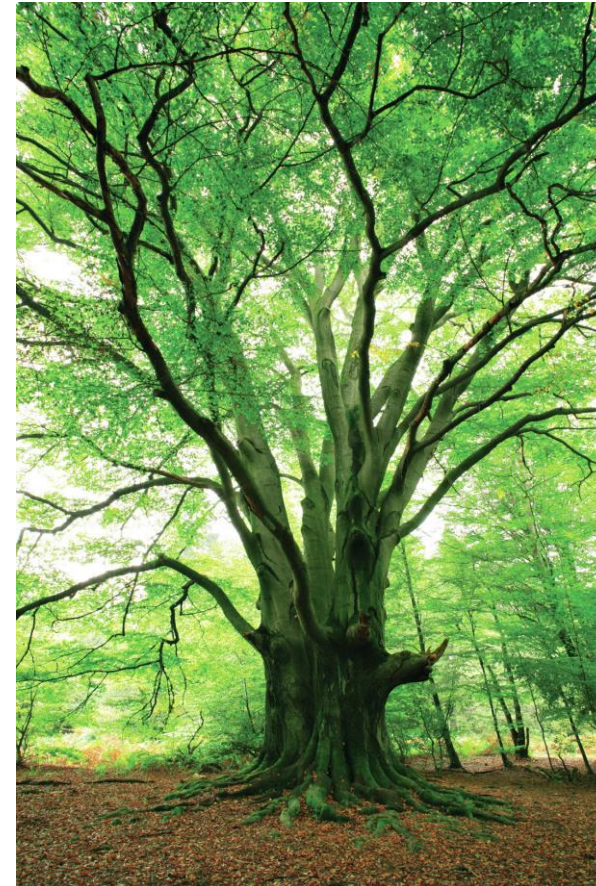


---

# Frivilligafdelingen

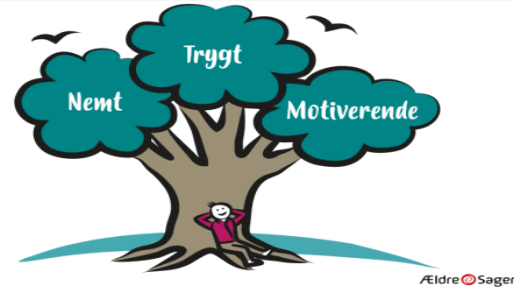
---

- Ledelse
- Fagkonsulenter
- Foreningskonsulenter
- Ældrepolitisk konsulent
- Udviklingskonsulent
- Frivilligservice
- Kursusadministration



# Grundsyn på frivillighed

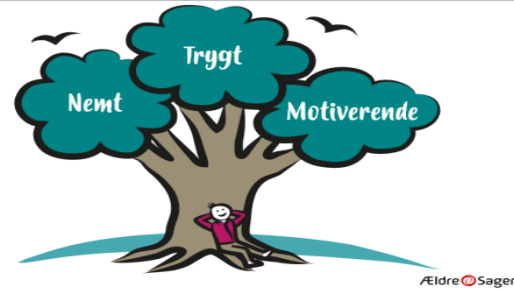
## ➔ Frivillig i Ældre Sagen



- en frivillig er en person, der af egen fri vilje har påtaget sig opgaver - ulønnet uden for sin egen familie i en organiseret sammenhæng
- en frivillig kan ikke pålægges, men påtage sig opgaver
- en frivillig skal vide, hvad der forventes af en i forhold til den opgave, man har påtaget sig

# Grundsyn på frivillighed

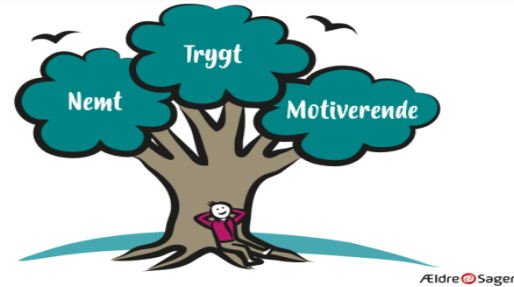
## ➔ Frivillig i Ældre Sagen



- en frivillig mødes med både anerkendelse og forventninger
- en frivillig modtager instruktion, vejledning og støtte i arbejdet
- en frivillig får mulighed for personlig og faglig udvikling

# Grundsyn på frivillighed

## ➔ Frivillig i Ældre Sagen



- en frivillig skal have mindst én at tale med om opgaven
- fortrolighed/ tavshedspligt
- en frivillig skal være forsikret
- en frivillig skal så vidt muligt få dækket sine direkte udgifter i forbindelse med løsning af opgaven

---

# Værtskabsmateriale

---

**Guiden består af**  
**5 CENTRALE**  
**TEMAER**  
**i værtskabet**

---

# ”Det gode værtskab”

---

- Guiden ”Det gode værtskab” er et redskab til, hvordan vi inviterer ind i fællesskabet og gør det lettere for andre at blive en del af det.
- Materialet har fokus på 5 temaer. Til hvert tema er knyttet en kort film; nogle konkrete idéer til, hvordan vi skaber rummelige fællesskaber; og nogle spørgsmål, som kan inspirere til egen refleksion og debat med andre.
- Materialerne bygger på gode erfaringer, som frivillige i Ældre Sagen har gjort sig.



# Hvad karakteriserer et godt værtskab?

**1. DEN GODE  
INVITATION**

**2. LETTERE  
AT KOMME  
UD AF DØREN**

**3. DEN  
GODE  
VELKOMST**

**4. DET  
GODE  
SAMVÆR**

**5. FARVEL  
OG PÅ  
GENSYN**



De fysiske rammer



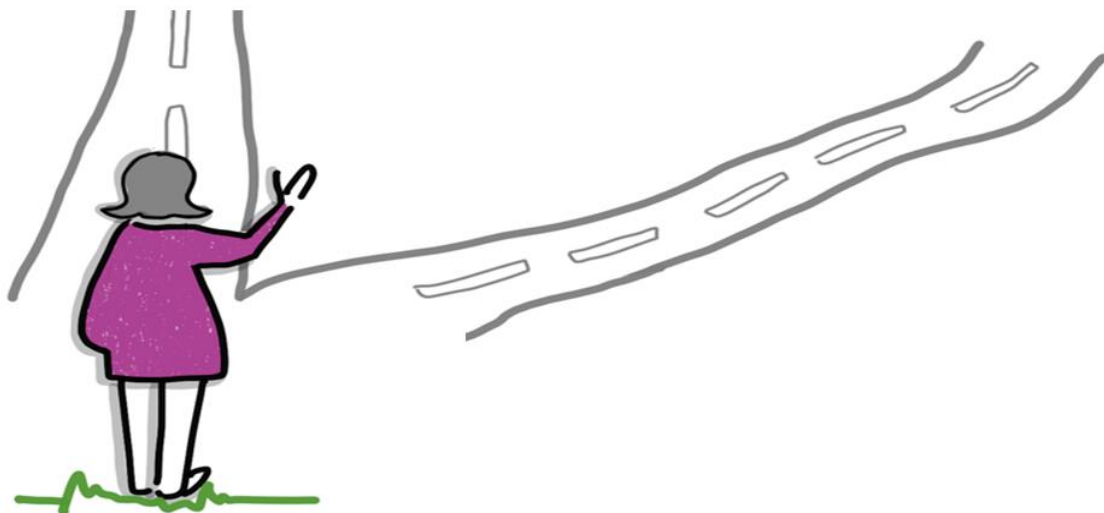
---

## I deler jer i to spor

---

Aktivitetsledere

Bestyrelsesmedlemmer/  
organisatoriske frivillige



(Vi mødes igen til fælles afrunding)

# Frivilligportalen

It og teknologi

Social indsats

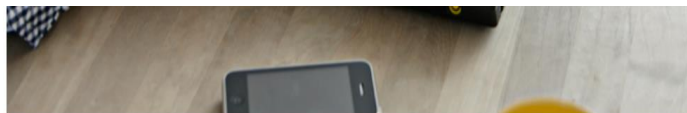
PR og kommunikation

Arrangementer og aktiviteter

Generationsmøder

Ensomhed

Aktuelt



PAS PÅ FALSKE E-MAILS



10 GODE RÅD MOD  
ENSOMHED



GÅ PÅ KURSUS ONLINE



START EN  
REPARATIONSCAFÉ



BLIV DEMENSVENLIG  
LOKALAFDELING

- Alt hvad der er værd at vide som frivillig i Ældre Sagen kan findes på Frivilligportalen.
- Vi bruger ikke tid på det her på kurset – men vi har udarbejdet en “træningsøvelse” som du kan tage med hjem og afprøve.
- Har du spørgsmål til at finde rundt så kontakt FrivilligService

# Tak for i dag

og husk det skal være *nemt, trygt og motiverende*  
at være frivillig i Ældre Sagen





Vil du  
ha´  
flere  
gode år  
på  
bagen?



Så  
fortsæt  
som  
frivillig  
i  
Ældre  
Sagen