

Nyt fra sekretariatet

– årsmøde i distriktet april 2025

Ældre@Sagen

Mit medlemskab ▾Om os ▾Bliv frivillig ▾Bliv medlem ▾

Viden & rådgivning ▾Aktiviteter & kurser ▾Tilbud & rabatter ▾Mærkesager og resultater ▾

Gode råd

Start en samtale

Med vores 5 gode tips lærer du, hvordan du hurtigere og lettere får gang i snakken næste gang, du er ude. Samtale er nemlig noget, du altid kan blive bedre til.

Få 5 gode tips



Få gode råd

Folkepension

Lov om modregning

Fuldmægtig & værgemål

Opret en

Folkepension

Se satserne for

Nyhed

300.000 ældre er dybt afhængige af fysiske breve

PostNord Danmark stopper postomdeling 1. januar 2026. Post er et samfundsansvar over for de knap 300.000 ældre mennesker, der i dag er fritaget for digital post, mener Ældre Sagen

Læs nyheden

Viden & tal om
Ældre i Danmark
Find analyser, undersøgelse, tal, statistik og fakta om ældre i Danmark.

[Gå til vidensbank](#)

Ring til os

Kontakt os

Find telefonnummer til medlemsservice, Rådgivningen, Presse mv.

[Find telefonnummer](#)

Podcast

60 år og fyret

Pia er 60 år og bliver fyret efter 22 år i samme virksomhed. Og hun vil have et nyt arbejde, for bare ordet arbejdsløs får nakkehårene til at rejse sig. Gennem et år følger vi Pias jagt på et nyt arbejdsliv. Vi kommer tæt på både opturene og nedturene ved at være 60 år og fyret.

[Lyt til "60 år og fyret"](#)



Politik

Vores politiske sejre

Læs om politiske resultater, vi har opnået, og om nogle af de forhold, vi arbejder på at ændre, men hvor vi ikke er i mål endnu – alt det, vi kæmper for.

[Se resultater](#)

Nye folk i Frivilligservice

Kristian Nielsen, startet som assistent i Frivilligservice 1. april
Har arbejdet for Dansk Kano og Kajak Forbund samt Memberlink Aps, der laver foreningsløsninger.



Charlotte Thomsen, startet som assistent i Frivilligservice 1. april
Har arbejdet for Alzheimerforeningen i en stilling med bl.a. support af frivillige i it- løsninger



Charlotte og Kristian er begge ansat på 28 timer.

Per Jacobi går på nedsat tid pr. 1. juli og året ud, hvorefter Per går på pension.

Studentermedhjælperne

1. Michelle Larsen
2. Victoria Kruse
3. Marcus Hansen
4. Ingrid Bennetsen tilbage 25. juni
5. Josefine Walsh
6. Vibeke Juul Petersen

Hjælper med meget – bla støtte til Frivilligservice

Frivilligservice@aeldresagen.dk



Ny Foreningskonsulent pr. 1. maj 2025

Distrikt 5 & 6

Gregers Gatzwiller

Starter 1. maj

Han er 39 år.

Kommer fra en stilling som
frivilligkonsulent i ADHD-foreningen

Har tidligere været foreningskonsulent i
“Bevæg dig for livet” DGI/DIF og
Frivillig- og udviklingskonsulent I Dansk
Faldskærms Union

Uddannet – Cand Mag. Kommunikation
– Aalborg universitet

Bor i Faaborg



Rejseholdet og kommunalvalg 2025



Line Bjerregaard

Ældrepolitisk konsulent

TLF

21 43 75 74

E-Mail

lb@aeldresagen.dk



Steen Kabel

Ældrepolitisk konsulent

TLF

23 81 82 59

E-Mail

sk@aeldresagen.dk



Tina Hosbond

Ældrepolitisk konsulent

TLF

91 17 85 40

E-Mail

th@aeldresagen.dk



Ole Riisgaard – ny ældrepolitisk konsulent ansat per 1. maj 2025

Tidligere sekretariatschef i Sind,

Har været afdelingsleder i Center for Social og Familie i Lejre kommune

Og Centerchef i center for Specialinstitutioner i Københavns Kommune

Rejseholdet

Rejseholdet består af:

Frivilligafdelingen

Ældrepolitiske konsulenter Line Bjerregaard, Tina Hosbond, Steen Kabel og Ole Riisgaard

Samfundsanalyse

Seniorkonsulenter Per Tostenæs, Nina Bruun og økonom (primo 2024)

Kommunikation

Kommunikationskonsulent Gerda Grønning

Rejseholdet rykker ud fra 4. september.

Rejseholdets opgave

- Styrke det lokale ældre- og sundhedspolitiske arbejde
- Bidrage til, at ældre- og sundhedspolitikken kommer på dagsordenen i lokalafdelingernes bestyrelser
- Understøtte KOU, de ældrepolitiske koordinators og sundhedsudvalg i at arbejde med at få mest mulig lokalpolitisk indflydelse
- Komme ud lokalt og hjælpe med at tilrettelægge og udføre det politiske indflydelsesarbejde
- Fremskaffe data og analyse af kommunernes virkelighed
- Styrke det lokale mediarbejde
- Klæde de lokale frivillige på til opgaven og styrke den interne kommunikation



Rejseholdet og kommunalvalg 2025

Kommunalvalg 2025

Ældre Sagens tre valgte temaer



Ældre  Sagen

→ Bestil publikationen i Frivilligshoppen

Gode tips til at komme i pressen

På siden "[Presse og formidling](#)" finder du gode råd og værktøjer, når du er i kontakt med pressen. Det kan være både i forbindelse med TV og radio, regional- og lokalaviser.

Månedlige Online Tjek in møder

Rejseholdet afholder online tjek in møder hver måned for ældre- og sundhedspolitiske frivillige. Programmet varierer fra gang til gang, men vi giver bl.a. status på Ældre- og sundhedspolitik, får en snak om nye materialer, værktøjer og temaer der optager jer lokalt. Her kan du finde [tilmelding til møderne](#).

Gode læserbreve KV25

Her kan du se hvad andre lokalafdelinger skriver af læserbreve og debatindlæg i forbindelse med kommunalvalget.

Kommunalvalg 2025

Ældrepolitiske temaer

Sundhedspolitiske temaer

Rejseholdet

Fælles indsats 2024

Kommunetal

Temadage i distriktet

Materialer

Kommunetal

Ældre Sagens Kommunetal består af tal og figurer, som giver dig viden om ældreområdet i din kommune sammenlignet med andre kommuner.

Du kan vælge at bruge tallene i dit ældrepolitiske arbejde, fx til at stille spørgsmål og styrke din argumentation i konkrete sager. I Ældre Sagens kommunetal kan du også finde eksempler på, hvordan tallene kan omsættes til argumenter.

Om tallene

Indholdet i Ældre Sagens kommunetal er baseret på de nyeste tilgængelige tal fra Danmarks Statistik. Tallene opdateres, når de nye tal er tilgængelige for Ældre Sagen.

Vær opmærksom på, at din kommune kan have andre tal, som ikke er offentligt tilgængelige.

Første version

Denne version af Ældre Sagens kommunetal er første version, som vi tester af. Anden version forventes klar i andet kvartal af 2025.

Data om kommunernes ældrepleje

Består af en excel-fil med 4 tabeller, hvor du kan indtaste din kommune og sammenligne med landsgennemsnittet.

Ældrepleje i kommunerne i din region

Består af excel-filer med figurer for hver region og hver kommune i regionen.

Karakteristika om ældre i din kommune

Består af et Pdf-dokument per kommune med karakteristika af ældre i kommune, på landsplan og region.

Tal brugt som argumenter om ældreplejen i din kommune

Består af fire eksempler på, hvordan tal kan omsættes til argumenter.

‘Den røde tråd’

LOKALAFDELINGER

Velkomst

Frivillige forventer en lokal velkomst.

Lokalafdelingerne har mange års erfaring med at modtage frivillige.



SEKRETARIAT

Uddannelse

Nogle frivilligopgaver kræver særlig ekspertise. Den har sekretariatet.

Frivillige ledere er helt afgørende for lokalafdelingernes virke. Sekretariatet fokuserer på dem!



DISTRIKTER

Netværk, videndeling og inspiration

Distrikterne kan tilbyde relevante aktiviteter for ALLE Ældre Sagens frivillige.

Distrikterne tilbyder møder, inspirationsdage, temadage og kurser.



Introduktion til Ældre Sagen



Nyt

Introduktion til Ældre Sagen for nye bestyrelsesmedlemmer og frivilligledere

Målgruppe

Nyvalgte bestyrelsesmedlemmer og nye aktivitetsledere og kontaktpersoner. Kurset er til dig, som er ny indenfor det seneste år. Du har en rolle, hvor du koordinerer og har berøring med andre frivillige.

Udbytte

Du får indsigt i Ældre Sagen som organisation, og hvad det vil sige at være frivilligleder i Ældre Sagen. Som ny er det godt at vide, hvor du kan få hjælp i din egen lokalafdeling og i sekretariatet, og hvor du kan finde oplysninger på Frivilligportalen.

Indhold

- Ældre Sagens opbygning med distrikter, lokalafdelinger og koordinationsudvalg
- Frivillige, medlemmer og mærkesager
- Frivilligportalen og håndbog for ledere
- Forventninger til roller og opgaver – det gode værtskab
- Information om støtte til nye frivilligledere.

Form

Kurset vil veksle mellem korte oplæg og dialog om rollen som leder. Der er tid til spørgsmål om diverse områder af Ældre Sagen.

Dato og sted

Distrikt 1, 3. jun. 2025

Aalborg Kongres og Kultur Center, Europa Plads 4, 9000 Aalborg

Distrikt 2, 27. maj 2025

Aulum Fritidscenter, Markedspladsen 10, 7490 Aulum

Distrikt 3, 2. jun. 2025

FÆNGSLET, Fussingsvej 8, 8700 Horsens

Distrikt 4, 3. jun. 2025

Søgården Brørup, Stadionvej 7-11, 6650 Brørup

Distrikt 5, 26. maj 2025

Hotel Skibelund Krat, Skibelund Krat 4, Askov, 6600 Vejen

Distrikt 6, 2. jun. 2025

Mødecener Odense, Buchwaldsgade 48, 5000 Odense

Distrikt 7, 27. maj 2025

TAMU, Præstegårdsvej 18, 4760 Vordingborg

Distrikt 8, 26. maj 2025

Vilcon Hotel og Conferencegaard, Lorupvej 44, 4200 Slagelse

Distrikt 9, 7. maj 2025

Nordsjællands ConferenceCenter, Gydevang 39-41, 3450 Allerød

Distrikt 10, 3. jun. 2025

Ældre Sagen, Snorrestræde 17-19, 2300 København S

Undervisere

Foreningskonsulenten fra dit distrikt sammen med en fagkonsulent fra sekretariatet.

Tid

Kl. 9.30-15.30

Tilmeldingsfrist 1 måned før kursusdatoen

Distrikt 7 den 27. maj 2025 i Vordingborg

Distrikt 8 den 26. maj 2025 i Slagelse

Styrk bestyrelsen



Styrk lokalbestyrelsen
– To dage

Bemærk: Tilmelding til denne kursusrække kan først ske fra 1. apr. 2025

Målgruppe
Hele bestyrelsen – eller så mange som muligt. Også gerne nøglepersoner uden for bestyrelsen.

Udbytte
Når I går hjem fra kurset, er rygsækken fyldt med fornyet viden om bestyrelsesarbejde og indsigt i maskinrummet i Ældre Sagen. Bestyrelsen får et fælles afsæt for at kigge på jeres lokale arbejde med nye briller.

Indhold

- Få styr på de grundlæggende bestyrelsesopgaver
- Udvikle jeres lokalafdeling
- Styrke jeres bestyrelsessamarbejde
- Skabe struktur og møde nye metoder
- Netværk med – og inspiration fra andre lokalbestyrelser.

Dato og sted

11-12. jun. 2025 Vilcon Hotel & Konferencegaard, Lorupvej 44, 4200 Slagelse	16-17. sep. 2025 Pharmakon Konferencecenter, Milnersvej 42, 3400 Hillerød
17-18. jun. 2025 Munkebjerg Hotel, Munkebjergvej 125, 7100 Vejle	23-24. sep. 2025 Cornwell Rebild Bakker, Rebildvej 36, 9520 Skørping

Form
Kurset veksler mellem korte oplæg, dialog og løsning af konkrete opgaver, som I kender fra det lokale bestyrelsesarbejde. I vil primært arbejde sammen med egen bestyrelse, men også få anledning til at mødes i workshops og korte møder med kollegaer fra andre bestyrelser. Der indgår en forberedelsesopgave til kurset, hvor I som start skal præsentere jeres lokalafdeling ved en "fernisering".

Undervisere
Foreningskonsulenterne underviser og faciliterer kurset.

Tid
Dag 1 kl. 9.30 til dag 2 kl. 15.00

Kursusdagene er med fuld forplejning og overnatning på enkeltværelser.

Tilmeldingsfrist 1 måned før kursusdatoen

Giv dig og din bestyrelse 2 dage sammen hvor I:

- styrker jeres bestyrelse
- møder kollegaer fra andre lokalbestyrelser
- får inspiration og input
- tid til samtaler I ellers ikke når

Stolemotion – hensyntagende motion tæt på medlemmerne

Indvending 1: 'Der er allerede masser af motionstilbud i vores område'

Ja, det er der helt sikkert. Men de etablerede idrætsforeninger, aftenskoler og fitnesscentre har ikke tilbud til alle. Der bliver flere og flere ældre, som har brug for tilbud på forskellige niveauer i forhold til træning og bevægelse. Ældre Sagen udfylder et vigtigt hul, så alle kan få et tilbud, der passer til dem.

Indvending 2: 'Vi kan ikke finde egnede lokaler'

Snak med jeres kommune og bed dem være med til at finde løsninger. Det kan fx være kommunens træningsfaciliteter eller store mødelokaler. Alternative faciliteter til træning – fx biblioteker, menighedsrådets lokaler, boligforeningers lokaler, kulturhuse eller forsamlingshuse. I kan også træne udendørs – i parken, skoven eller på stranden.

Indvending 3: 'Vi kan ikke skaffe frivillige til at stå for træningen'

Søg nye frivillige blandt tidligere idrætslærere, fysioterapeuter, frivillige idrætsinstruktører og aktive idrætsfolk.

Gør det let at være frivillig. Forsøg at finde frivillige parvis eller i små teams, så den enkelte er mindre afhængig af at møde og undervise hver gang – der er altid en 'afløser'.

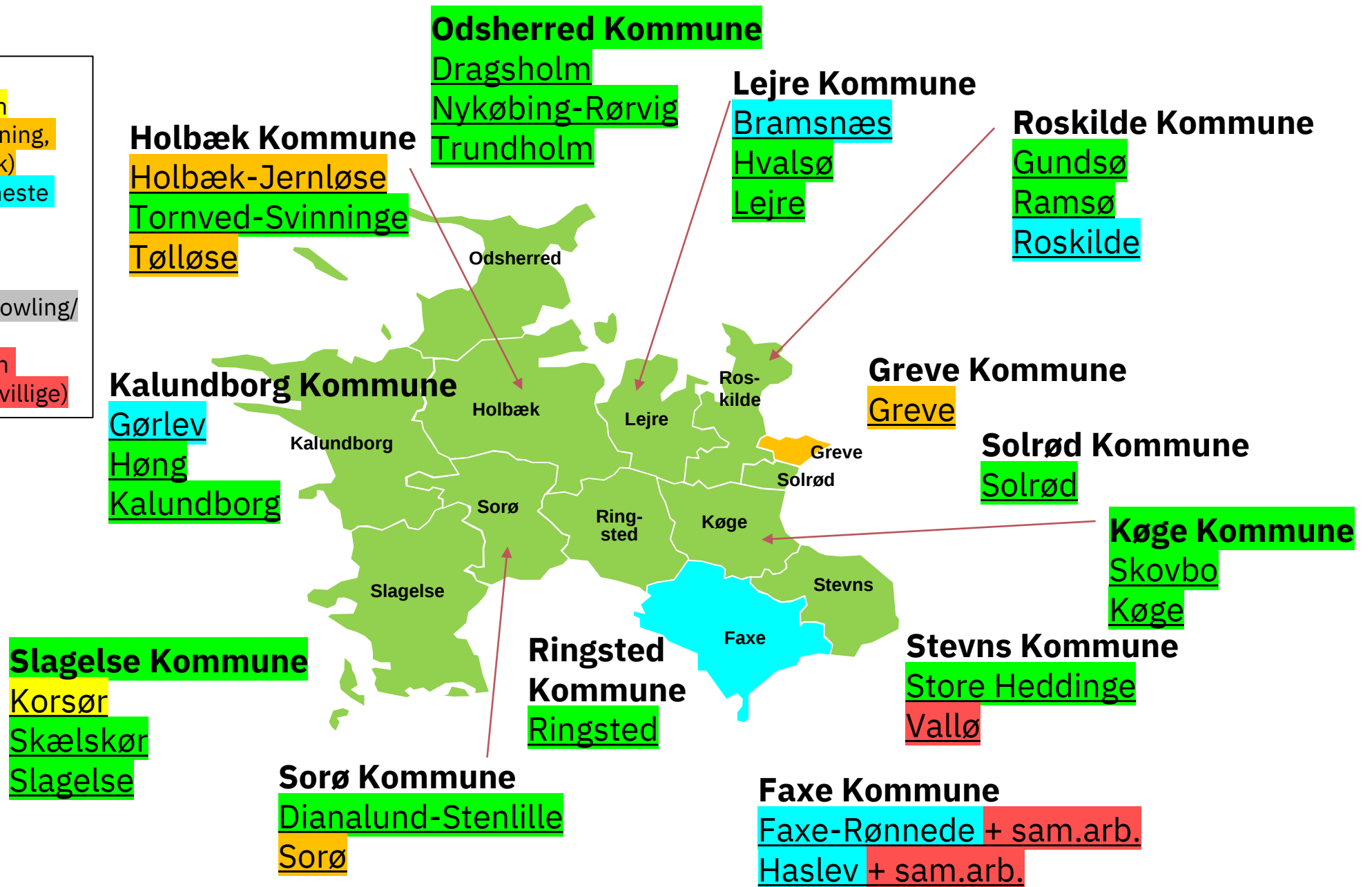
Gør det attraktivt at være frivillig, fx med kurser, sommerfest og julefrokost, hvor alle mødes.

Distrikt 8

Stolemotion

Anden hensyntagen motion
Anden motion (fx naturtræning,
motionsboldspil, gymnastik)
Gåtur/cykeltur (som det eneste
motion)

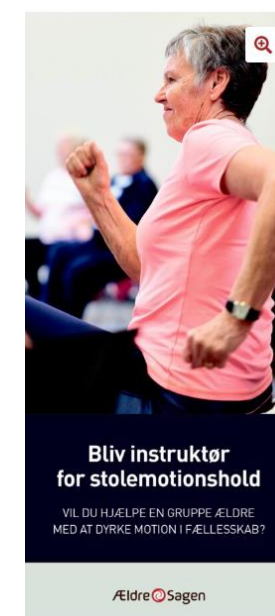
Ingen motion eller spil fx bowling/
billard (som det eneste)
Sam.arb med fitness/anden
idrætsforening (ikke ÆS frivillige)



Materialer med viden og inspiration

Her kan lokalafdelingerne finde mere inspiration. Materialerne ligger på Frivilligportalen og kan bestilles hos FrivilligService

<https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/motion-og-sundhed/aktiviteter/stolemotion>



Udrulning af nyt bookingsystem - Membersite

Uge 43 for distrikt 8

Hvis I bare ikke kan vente og vil i gang før - så kontakt Frivilligservice

Konsulentbesøg

Jeg vil rigtig gerne inviteres med til et af jeres
lokalbestyrelsesmøder
– jeg forsøger at nå forbi hvert 2. år

	Bente Petersen Foreningskonsulent i Distrikt 7 og 8	TLF E-Mail	28 10 52 87 bp@aeldresagen.dk
--	---	---------------	---