

Samarbejde styrker fællesskaber mellem ældre i Hillerød

Sociale foreninger, frivillige og ansatte inden for ældreområdet i Hillerød inviteres til at deltage i tre tema- og uddannelsesdage om fællesskaber og ensomhed blandt ældre:

Tirsdag den 17. februar, kl. 9.00-12.30: Uddannelsesdag for ansatte i Hillerød Kommune.

Onsdag den 25. februar, kl. 15.00-19.00: Temadag for frivillige, foreninger og selvorganiserede grupper.

Fredag den 27. marts, kl. 9.00-12.30: Fælles udviklingsdag for alle deltagere.

Arrangementerne finder sted i Støberihallen, Nordstensvej 1 i Hillerød.

En lille indsats kan gøre en stor forskel

De fleste ældre har et godt og aktivt socialt liv. Alligevel føler næsten hver fjerde borger over 65 år sig ensom. Årsagerne kan være mange og forskelligartede, men oplevelsen af isolation eller ensomhed fører grundlæggende til en oplevelse af dårlig livskvalitet. Heldigvis er ensomhed og isolation ikke nødvendigvis en permanent følelse, og ofte gør de små ting den store forskel. Hvis man oplever at være en del af et nærværende og omsorgsfuldt fællesskab kan social isolation, ensomhed og inaktivitet forebygges, og her kan både kommunale medarbejdere og det lokale foreningsliv spille en vigtig rolle, særligt når de spiller samme.

"Formålet med at afholde tema- og uddannelsesdag for frivillige og ansatte er, dels at reducere ensomhedsfølelsen blandt ældre og derved styrke deres almene trivsel dels at skabe tættere samarbejde mellem kommune og frivillig, der arbejder med ældre borgere, så vi har mulighed for at nå flere af dem, der står uden for fællesskabet, men som f.eks. hjemmeplejen møder i deres arbejde", forklarer Christina Thorholm, formand for Sundheds- og socialudvalget.

Deltagerne i kurserne vil få en (større) forståelse for, hvad det vil sige at opleve ensomhed og isolation samt få konkrete ideer og redskaber, som kan anvendes af både medarbejdere og frivillige, når de møder mennesker, der føle de står uden for fællesskaber. De vil også få mulighed for at drøfte, hvordan kommune og foreningsliv i endnu højere, både selv og sammen kan motivere ældre til at tage del i og komme med i aktive fællesskaber.

Tema- og uddannelsesdagene er en del af projektet 'Kom med!', hvor Frivilligcenter Hillerød, Hillerød Kommune og lokale foreninger samarbejder om at skabe fællesskaber og mulighed for et aktivt ældre



liv i Hillerød. Ældre støttes i og opmuntres til at deltage i fællesskaber med fokus på bevægelse og samvær. Tema- og uddannelsesdagene er et sammenhængende forløb og bygger på erfaringer og viden fra en landsdækkende undersøgelse blandt ældre i Danmark ("Aktivt Ældreliv").

Læs mere om projektet 'Kom med!' her: www.frivilligcenter-hillerod.dk/foreninger/kom-med

For tilmelding og mere information, kontakt projektkoordinator Mette Borst Nissen på mbn@frivilligcenter-hillerod.dk eller tlf. 48 24 19 07.

