

Tiltræk flere seniorer – der bliver flere og flere af dem

Thisted Kommune den 6. juni
2024



Mette Skærbæk – lidt om mig...

- Projektleder for Bevæg dig For Livet Herning Kommune siden 2019
- Baggrund som folkeskole- efterskole og handelsskolelærer og Idrætskonsulent i DGI Midtjylland
- Foreningsnørd og bevægelsestosse
- Tror på fællesskabets og relationers betydning for mennesker – og at alle har ret til et fedt fritidsliv!

Aftenens program



Tal og fakta



Rekruttering af
medlemmer



Barrierer for
deltagelse



De gode historier



Besser i
bevægelse



Afrunding og
spørgsmål

Demografisk udvikling Thisted Kommune

Alder	2023	2039	Udvikling (abs)	Udvikling (pct)
0-2 år	1.269	1.312	43	3,4%
3-5 år	1.378	1.407	29	2,1%
6-16 år	5.228	5.247	19	0,4%
17-24 år	3.687	3.031	-656	-17,8%
25-39 år	6.754	6.413	-341	-5,0%
40-59 år	10.921	9.715	-1.206	-11,0%
60-64 år	3.212	2.474	-738	-23,0%
65-79 år	8.310	8.033	-277	-3,3%
80+ år	2.625	4.298	1.673	63,7%
Grand Total	43.384	41.930	-1.454	-3,4%



Thisted Kommune, Medlemstal 2023

Alle idrætter i DIF/DGI 3.507 medlemmer

Senioridræt 109 medlemmer

(Snedsted Senioridræt – De Muntre Motionister)

(Thisted Sogn)

Køn	Aldersgruppe	Medlemmer	Indbyggere	Medlemsandel	Potentielle nye medlemmer *
Alle	0 - 6 år	0	816	0,0 %	816
	7 - 12 år	0	700	0,0 %	700
	13 - 18 år	0	930	0,0 %	930
	19 - 24 år	0	964	0,0 %	964
	25 - 39 år	0	2.106	0,0 %	2.106
	40 - 59 år	0	2.910	0,0 %	2.910
	60 - 69 år	4	1.516	0,3 %	1.512
	70+ år	69	2.252	3,1 %	2.183
	Total **	73	12.194	1 %	12.121

Betydningen af kronologisk alder vs. biologisk alder

LIVSFASER

Selvrealisering

- Nyfunden frihed
- Tid og overskud
- God økonomi
- Godt helbred
- Karriere II
- Den store omgangskreds dyrkes
- Selvforkælelse og livsnydelse
- Nye udfordringer og projekter

De nye seniorer

- Pensionering
- Ny identitet
- Aktiv eller inaktiv
- Sundhed og økologi
- Uddannelse
- Fritidsinteresser og underholdning
- Familien i fokus igen
- Stor nysgerrighed
- De nye globetrottere

Rutineseniører

- Fysisk forfald
- Småskavanker
- Helbred og helse
- Dødsproblematik
- Indkomsten og forbruget falder
- Mere af det samme
- Nærhed og tryghed
- Boligen skiftes ud/tilpasses

Hjemmegående

- Det fremskredne fysiske forfald
- Stagnation og stavnsbundethed
- Hjemme bedst
- Yderligere fald i forbruget
- Senior convenience
- Vanens magt = loyalitet?
- Traditioner
- Hjemmehjælp

De afhængige

- Senilitet og immobilitet
- Pleje og omsorg
- Tryghed
- Beskyttet bolig, plejehjem etc.
- Indtægt og formue overdrages til personalet
- Yderst begrænset forbrug – kun til familien
- Min sidste vilje

Barrierer for deltagelse i senioraktivitet

- ✓ Hvem skal tilpasse sig hvem?
- ✓ Barren sættes for højt
- ✓ Hvem skal jeg følges med?
- ✓ Et helt liv uden bevægelse



Rekruttering af medlemmer

- ✓ **Markedsføring generelt**
- ✓ **En uge med senioridræt og fælles markedsføring**
- ✓ **Tag en ven med...**
- ✓ **Den gode velkomst**



De gode historier fra Herning...

- ✓ Fælles netværksmøde for ALLE aktører, der arbejder med idræt for seniorer
- ✓ Idræt Om Dagen i samarbejde med DGI
- ✓ Pop-up ruter
- ✓ Walk-dag i Snejbjerg
- ✓ Krolf i samarbejde med DAI
- ✓ Kom ud, mand - forløb



Tre gode råd

Tilpas jer målgruppen

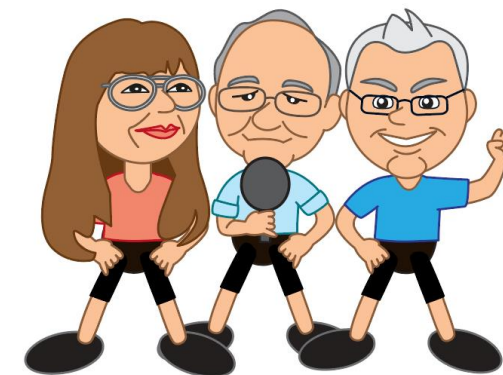
Husk! Rekruttering kræver en håndholdt indsats

Åbn op for jeres fællesskaber



HERNING
ER
ALLE
MULIGHEDER
ÅBNE

Besser i Bevægelse – Olle OL



[Link til hjemmeside](#)

Alder spiller ingen rolle, medmindre man er en ost...

Billie Burke



Tak for i aften!

- Mette Skærbæk
- Projektleder Bevæg Dig For Livet - Herning Kommune
- Mail: bekmk@herning.dk
- Mobil: 22 22 43 72