



Facebook-seminar for frivillige i Aktivitetshuset Seniorklubberne i Høje Gladsaxe

I Seniorklubberne blev der den 14. december 2023 afholdt et seminar om onlinetjenesten Boblberg. Deltagerne fik indsigt i denne gratis og kommunalt finansierede tjeneste til at bringe danskere sammen i fælles aktiviteter – store såvel som små. Nu kommer der et opfølgende seminar om Facebook, som det er blevet lovet så mange gange før.



På det seneste husmøde vedtog husmødedeltagerne, at der skal finde endnu et seminar sted, denne gang om brugen af Facebook til at nå ud til nye seniorer, der kan have gavn af at deltage i en af klubbernes aktiviteter.

Facebook er desuden et glimrende middel til at vedligeholde kontakten mellem gæster, medlemmer, brugere og frivillige. Der kan (gratis) opslås nyheder om kommende aktiviteter. Der kan også lægges såvel tekst som billeder og videoklip om netop afholdte aktiviteter, så potentielt nye medlemmer kan fatte interesse for klubbens aktiviteter. Og ikke mindst kan sådanne opslag med en minimal indsats deles med 40-50.000 andre borgere og deres pårørende i Gladsaxe Kommune via ca. 10 store private Facebook-grupper for borgere i kommunen.

Hvem står for seminaret?

Den daglige leder af Seniorklubberne, Lars Laursen, vil stå for og undervise på seminaret. Han har selv i en årrække bestyret Facebook-grupper. Han har tidligere deltaget i et lederkursus for frivillige sammen med andre frivillige fra kommunens klubber og foreninger, hvor der også blev undervist i benyttelsen af sociale medier til at nå ud til såvel medlemmer som borgere, der kan få lyst til og fatte interesse for at deltage i en aktivitet. Paraplyorganisationen **Kulturen i Gladsaxe** har ligeledes tidligere holdt seminarer for frivillige i foreninger, hvor også Lars har deltaget.

Han er webmaster for Seniorklubbernes hjemmeside og har været administrator og indholdsskaber på flere andre. Via sit medlemskab af Seniorfoto- og Videoklub har han opnået en del erfaring ud i billed- og videoredigering og også i en årrække undervist i emner relateret til foto og video.

Som IT-frivillig og underviser i video og foto har han holdt sig underrettet om de nye såkaldte kunstig-intelligens-teknologier (AI), der har nået massemarkedet de seneste par år. Det gælder såvel tekst-, billed- og videoskabestjenester. Ud af det er der kommet en mængde artikler og opslag på bl.a. Facebook.

Desuden er han en aktiv blogskriver for to blogs på Seniorklubbernes hjemmeside (med artikler relateret til PC-mødestedet om PC, Mac og smartphones), to blogs relateret til to af hans udgivne bøger (NemID og IT-sikkerhed) samt to blogs om spirituelle emner på henholdsvis dansk og engelsk. Endelig har han også skrevet mange blogopslag/artikler på Seniorfoto- og Videoklubbens hjemmeside.

Han er selv aktiv som administrator for to Facebook-grupper for dels **Seniorklubberne i Høje Gladsaxe** og en klub, der tidligere holdt til dér, **Seniorfoto- og Videoklub**. Som frivillig i **PC-mødestedet** deler han flittigt opslag i Seniorklubbernes Facebook-gruppe i andre kommunale grupper. Her lægger han også opslag ud om de andre klubber og aktiviteter samt opslag af interesse for de frivillige i alle aktiviteterne.

Desuden underviste han selv i 2013 på et Facebook-kursus på 6 x 2 timer på Telefonfabrikken for borgere i Gladsaxe Kommune.

Det nuværende Facebook-seminar vil være af mindre omfang end dette. I første omgang afsættes tre timer til en enkelt dag. Så må vi se, om der bliver brug for mere.

Hvad kræves af dig som deltager?

Seminaret vil foregå på dansk, så tilstrækkelige danskundskaber kræves.

Til seminaret:

- Bedes du medbringe enten en PC eller en tablet/iPad.
- Har du en smartphone, så tag også den med.
- Du får udleveret et trykt hæfte med såvel skriftligt materiale som billeder og links til steder, hvor du kan finde/lære mere. Hæftet vil også blive sendt til dig som et digitalt PDF-dokument.
- Tag papir og blyant/kuglepen med til enten noter eller nedskrivning af adgangskoder.

Forplejning

Til seminaret serveres kaffe, the og brød på Seniorklubbernes regning.

Hvornår finder det sted?

Torsdag den 1. februar 2024 kl. 13-16. Der er således afsat 3 timer.

Hvor finder det sted?

Seminaret afholdes i **Aktivitetshuset Seniorklubberne i Høje Gladsaxes** egne lokaler på adressen:



**Høje Gladsaxe Torv 2H (bag Høje Gladsaxe Center)
2860 Søborg**



Hvad kommer vi ind på?

Flere klubber og aktiviteter i Seniorklubberne savner nye (og yngre) medlemmer. En følge af coronanedlukningerne har været et frafald i flere klubber. En del af deres medlemmer er gået bort eller kommet på plejehjem. En del af de nuværende frivillige er kommet op i firserne og er måske ikke så godt gående mere. Derfor vil det være godt med tilgang af nye medlemmer og nogle nye raske og rørlige 65+ medlemmer, som endda kan blive frivillige.

Men hvordan når jeres klub ud til nye medlemmer? Der er en række kendte (og gratis i penge) metoder:

1. **Mund-til-øre-metoden**   – Medlemmer, der selv fortæller om og anbefaler jeres aktivitet til deres familie, venner, bekendte og andre de møder på deres vej.
2. **Folder** – Jeres egen trykte såvel som digitale folder for jeres klub om dens aktiviteter med kontaktoplysninger til uddeling bl.a. via klubbens egne medlemmer, kommunens biblioteker og de kommunale ældrevisitatorer.
3. **Testimonials** på nettet med vidnesbyrd og anbefalinger af jeres aktiviteter fra deltagere, medlemmer og gæster.
4. Kom med på kommunens **Din kommune informerer**-side i Gladsaxe Bladet. Henvendelse kan ske til ældrekonsulent Ea Lykke Elsborg.
5. **Gladsaxe Kommunes hjemmeside**, hvor alle seniorklubber i kommunen er opført med aktiviteter og kontaktoplysninger. Det er vigtigt at holde disse oplysninger opdateret.
6. **Boblberg** med opslag om små og store fællesskaber.
7. **Seniorklubbernes egen hjemmeside**, hvor hver aktivitet allerede har sin egen webside. Gør noget mere ud af at henvende jer til webmasteren om ændringer, kommende og afholdte aktiviteter, så de kan blive slået op. Websider er lette at dele på sociale medier som Facebook.
8. **Høje Gladsaxe Bladet**. Aktiviteterne er allerede med i det husstandsomdelte beboerblad i Høje Gladsaxe-bebyggelsen og dens ca. 7.000 indbyggere. Ofte vil jeres aktivitet kunne få sin helt egen side gratis med bladet. Er I ikke selv de store grafikere, så henvend jer til nogen, der kan bistå jer: familie, venner eller frivillige i PC-mødestedet.

9. **Vores HGs kalender** på www.VoresHG.dk. Her vises alle ugentlige aktiviteter i Høje Gladsaxe-bebyggelsen.
10. **"Dit Høje Gladsaxe"** – et hæfte, som Vores HG på Bibliotek+ vedligeholder og genudgiver årligt med alle – simpelthen ALLE – frivillige organiserede aktiviteter i Høje Gladsaxe. Få hæftet på Bibliotek+.
11. **Seniorklubbernes fællesfolder**, hvor eneste hver aktivitet er med. Den kan gives til de kommunale visitatorer, der alligevel møder de ældre, og lægges ud på kommunens biblioteker, så gæster dér frit kan tage den med sig hjem.
12. **Gladsaxedagen**. Det er en mulighed for på en stand at vise flaget over for kommunens seniorer ved Gladsaxe Rådhus og ved Buddinge Centret sidste lørdag i august.
13. Noget så enkelt som at holde **e-mailkontakt** eller **per telefon** med medlemmerne kan være med til både at holde på dem, få dem til at møde op og endda skaffe jer nye medlemmer, når meddelelserne videresendes.
14. **Seniorklubbernes Facebook-gruppe**. Alle frivillige såvel som medlemmer, gæster og interesserede kan deltage og lave opslag og kommentere. Opslag her kan let deles på ens private Facebook-profil såvel som i de store Facebook-grupper i kommunen.
15. **De store Facebook-grupper i kommunen**. Selvom en senior ikke selv er på Facebook, er dennes børn det måske og det tilmed i de store kommunale Facebook-grupper – også selvom de ikke længere er bosiddende i Gladsaxe Kommune. De kan finde på at henvende sig til deres seniorforældre om mulige aktiviteter.

Når I bliver aktive om det at få nye medlemmer og til stadighed fortæller om jeres aktiviteter, er det vigtigt, at jeres klub får udpeget en (eller flere) person(er), der varetager denne kontakt med omverdenen.

På seminaret vil Lars komme ind på:

- **Hvorfor skal vi overhovedet bruge Facebook til den form for aktiviteter?**
Nogle ældre (bl.a. frivillige) ønsker slet ikke at være på sociale medier. Lars vil fortælle om, at man på Facebook ikke selv behøver at dele oplysninger om sit humør lige nu, vise at man tjekket ind til en koncert i byen eller opslå et billede af den dejlige mad, man på restauranten skal til at spise. Nej, man kan være på Facebook med et meget specifikt formål: at informere sin medlemmer og at nå ud til potentielle nye medlemmer. Man behøver ikke have sin familie som venner eller nogle af sine venner og bekendte, tidligere skole- og studiekammerater, kolleger med videre som sine Facebook-venner. Nej, man kan være på Facebook blot for at skrive og administrere sin klubs meddelelser til medlemmer og offentligheden. Man behøver heller ikke at blive afhængig af sociale medier, så man tjekker dem 10 gange om dagen for at se om der er sket noget nyt. Man kan holde sig strikt til sit formål med at være til stede dér.
- **Er jeres medlemmer overhovedet på Facebook?**
Du har måske den indvending, at jeres medlemmer alligevel ikke er på Facebook. Hvorfor skal I så overhovedet beskæftige jer med det? Der vil blive vist statistik over seniorers brug af Facebook i Danmark samt fortalt noget om, hvad det kan betyde for jeres klub, hvis I har medlemmer, der netop er til stede på Facebook.
- **Hvilke muligheder er der for at udbrede kendskabet til din klub på Facebook?**
Lars introducerer dig for flere muligheder. Du får at se, hvad Lars selv og andre gør på Facebook for at nå ud.
- **Kom selv på Facebook**
Hvis du ikke allerede er på Facebook, vil Lars guide dig igennem oprettelsen af en Facebook-profil.
- **Lav selv et opslag**
Du kommer selv til at skulle skrive mindst et opslag. Det vil både være med tekst og billede. Du lærer noget om en god måde at formulere et opslag med overskrift, underoverskrift, selve teksten,

deling af opslag (også andres) samt at inkludere links, en eventuel copyright-meddelelse til billede og videoklip. Du får udleveret billeder, der kan benyttes til opslagene.

- **Del dit opslag**

Stift bekendtskab med såvel Seniorklubbernes egen Facebook-gruppe samt ca. 13 af de store Facebook-grupper med op til 50.000 ud af de 69.000 borgere i Gladsaxe Kommune. Lær at dele dit opslag.

- **Vigtigheden af billeder**

Er billeder og videoklip vigtige ved opslag? Se hvilken betydning de kan have. Nu om dage er det så let at tage såvel fotos som videoklip af jeres aktiviteter, for de fleste har en smartphone, der let kan benyttes til netop det. På smartphones er det gjort uhyre let at dele billeder og videoklip på sociale medier.

- **Vil du være medadministrator på Seniorklubbernes Facebook-gruppe?**

Seniorklubberne har sin egen Facebook-gruppe, hvor du såvel som andre i kommune gerne må kigge med og slå opslag op. Den hedder "Seniorklubberne i Høje Gladsaxe". Du kan også klikke på www.facebook.com/groups/SeniorklubberneHG for at komme ind på den.

- **Afrunding og opsummering**


Til sidst opsummerer vi, hvad du/I har fået ud af dagen. Ønskes der yderligere undervisning og øvelser og i så fald angående hvad? Vi tager det op her.



PC-mødestedet – En seniordatastue

Kom og modtag hjælp hos de frivillige i PC-mødestedet!

Vi er en datastue for folkepensionister, førtidspensionister, efterlønsmodtagere, selvpensionerede og seniorenpensionister fra ...

 ons d. 17. jan 2024 kl. 13:00 2860 Søborg

- **Er I på Boblberg?**

Se, hvilke aktiviteter der er i Seniorklubberne i dag og den kommende tid ved at klikke [her](#). Ser du din egen klub dér? For at PC-mødestedets opslag på Boblberg for den kommende tid, så klik [her](#). Har I endnu ikke et opslag på Boblberg, kan I komme på besøg i PC-mødestedet om onsdagen mellem kl. 13 og 16 og få hjælp til at formulere det og slå det op.

Tilmeld dig til seminaret!

Tilmelding til seminaret skal ske senest onsdag den 31. januar til Seniorklubbernes sekretær, Otto Davidsen, på e-mail otto.davidsen@gmail.com eller tlf. 60 54 36 42.

Ønsker du yderligere oplysninger om seminaret, kan henvendelse ske til Lars Laursen på tlf. 24 83 16 96 eller e-mail lars.laursen1961@gmail.com.

Jeg glæder mig til at se dig på seminaret!

Med venlig hilsen

Lars Laursen.