



Civilsamfundet som partner i sammenhængende sundhedsindsatser

18. marts 2026

Ida Arya Dencher,
Projektleder i indsatsen Sesam
hos Fonden for Socialt Ansvar



Ida Arya Dencher

Projektleder

Indsatsen Sesam

Fonden for Socialt Ansvar

Telefon: 23 64 69 97

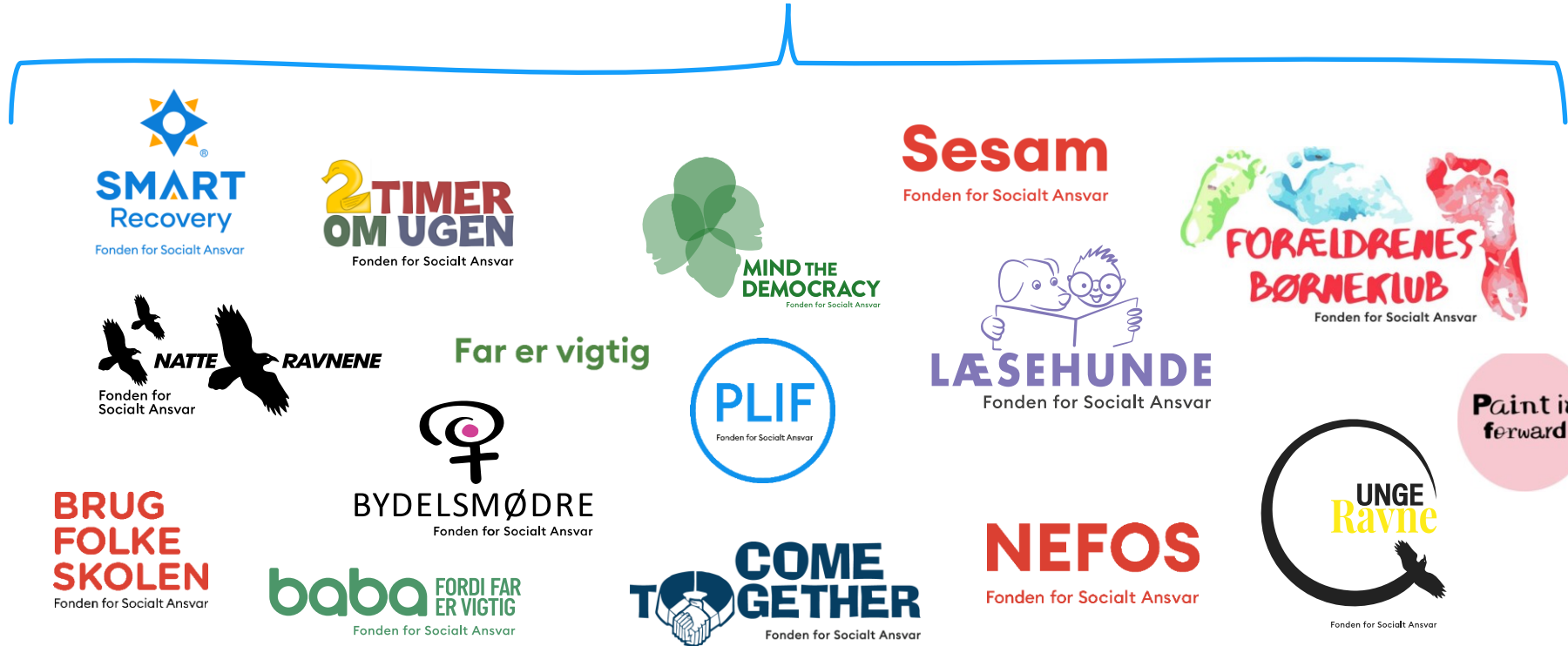
Ida@socialtansvar.dk

Cand.mag, Socialpsykologi

Cand.merc, Globalisering og Kultur



Fonden for Socialt Ansvar



- Fonden for Socialt Ansvar er en ikke-erhvervsdrivende almennyttig fond
- Vi driver og udvikler 16 forskellige indsatser
- Vores sociale arbejde drives og udvikles på baggrund af støtte fra virksomheder, fonde og myndigheder

Fonden for Socialt Ansvar i tal

49.000

mennesker har
fået støtte og
hjælp i 2025

5.900

frivillige i Danmark,
i Grønland og
på Færøerne

445

lokalforeninger,
grupper og
afdelinger over
hele landet

16

indsatser inden
for flere
velfærdsområder

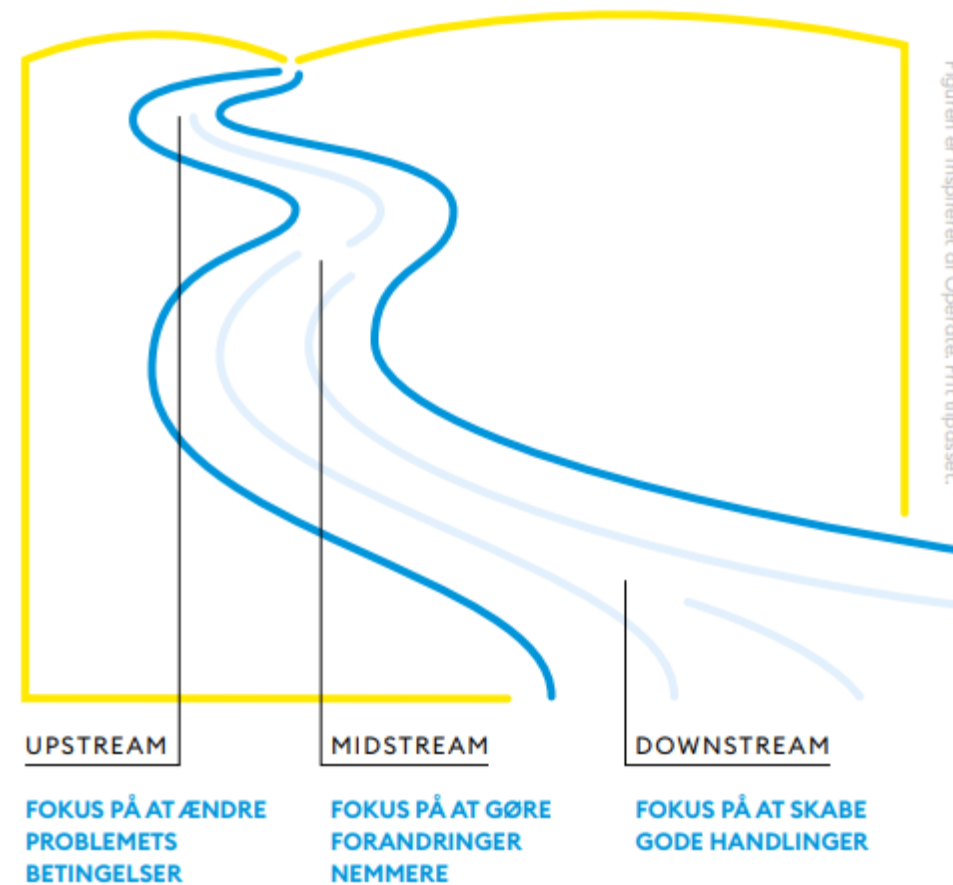
92

kommuner har
en eller flere af
vores indsatser



Systemiske forandringskæder

- Mange af de samfundsmæssige udfordringer, vi arbejder med i Fonden for Socialt Ansvar har en stor kompleksitet. De kan ofte ikke løses med enkle greb af en aktør alene.
- Det kalder på en systemisk tilgang, hvor aktører fra det offentlige, private og civilsamfundet mødes med afsæt i et fælles ønske om at skabe forandring.
- I systemiske forandringsprocesser er fokus på, at de relevante aktører samarbejder om at ændre de grundlæggende forudsætninger, der gør, at problemerne kan opstå og bestå.





Sesam

Udvikling og etablering af en frivillig social indsats

Sesams formål

At forbedre livskvaliteten for etnisk minoriserede ældre og deres pårørende i Danmark

Sesam etablerer fællesskaber og fremmer åben dialog om alderdom og pårørenderollen, så ældre, deres familier og fagpersoner kan deltage i mere meningsfulde samtaler sammen.

Indsatsen styrker de ældres handlekraft, autonomi og sociale netværk, og dermed også deres muligheder for at kunne skabe en tryk og værdig alderdom.

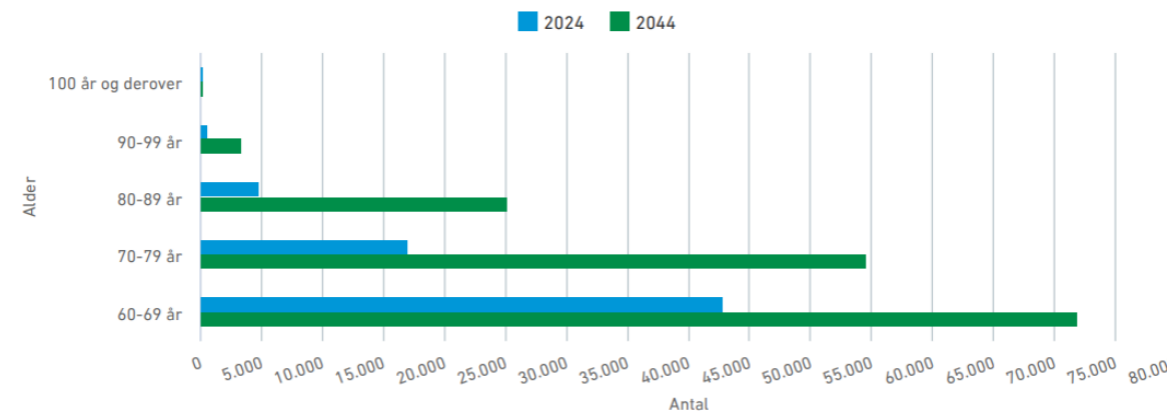
Gennem samarbejder med ældre, pårørende og fagpersoner arbejder vi med samfundsmæssige rammer, så offentlige og frivillige sundheds- og ældretilbud kan imødekomme etnisk minoriserede ældre og deres pårørendes behov og udfordringer bedre.

Masser af data

- For mange etnisk minoriserede familier er det første gang man har et ældre familiemedlem i Danmark
- En stor kommende stigning i ældremålgruppen
- Overrepræsenteret i ærgerlige statistikker og undersøgelser indenfor ensomhed, fattigdom, helbredsudfordringer, brugen af sundhedstilbud og i mødet med sundhedsvæsenet

Befolkningsfremskrivning 2024 for hele landet

Herkomst: Indvandrere fra ikke-vestlige lande | Tid:



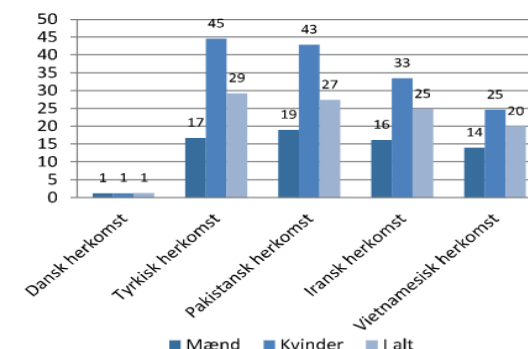
Tabel 3.2.2 Lav score på den mentale helbredsskala. Procent og OR med 95% sikkerhedsgrænser

	%	OR ¹	95% sikkerhedsgrænser	OR ²	95% sikkerhedsgrænser	Antal svarpersoner
Danmark	16,7	1		1		153.084
Andre vestlige lande	19,6	1,12	(1,04-1,21)	1,17	(1,07-1,27)	6.424
Andre europæiske lande	25,9	1,55	(1,34-1,78)	1,73	(1,48-2,04)	1.368
Mellemøsten eller Nordafrika	28,6	1,77	(1,61-1,95)	2,04	(1,82-2,29)	3.025
Øvrige Afrika	19,1	0,96	(0,76-1,21)	0,96	(0,70-1,32)	610
Syd- eller Mellemamerika	18,0	0,95	(0,71-1,27)	1,05	(0,75-1,47)	414
Asien	18,5	0,95	(0,85-1,06)	0,94	(0,82-1,07)	2.739



Vi har set kræftforløb, hvor patienter ikke får at vide, at de har kræft, fordi de pårørende har tilbageholdt den oplysning

FIGUR 3A
Fattigdomsrater, udvalgte grupper (OECD's fattigdomsgrænse – 50 pct. af medianindkomsten). Beregninger ud fra Danmarks Statistiks familiebegreb, og 2) udvidet familiebegreb.



Kilde: Jakobsen & Pedersen, 2016.

MORTEN SODEMANN, OVERLÆGE OG PROFESSOR.

Masser af samtaler



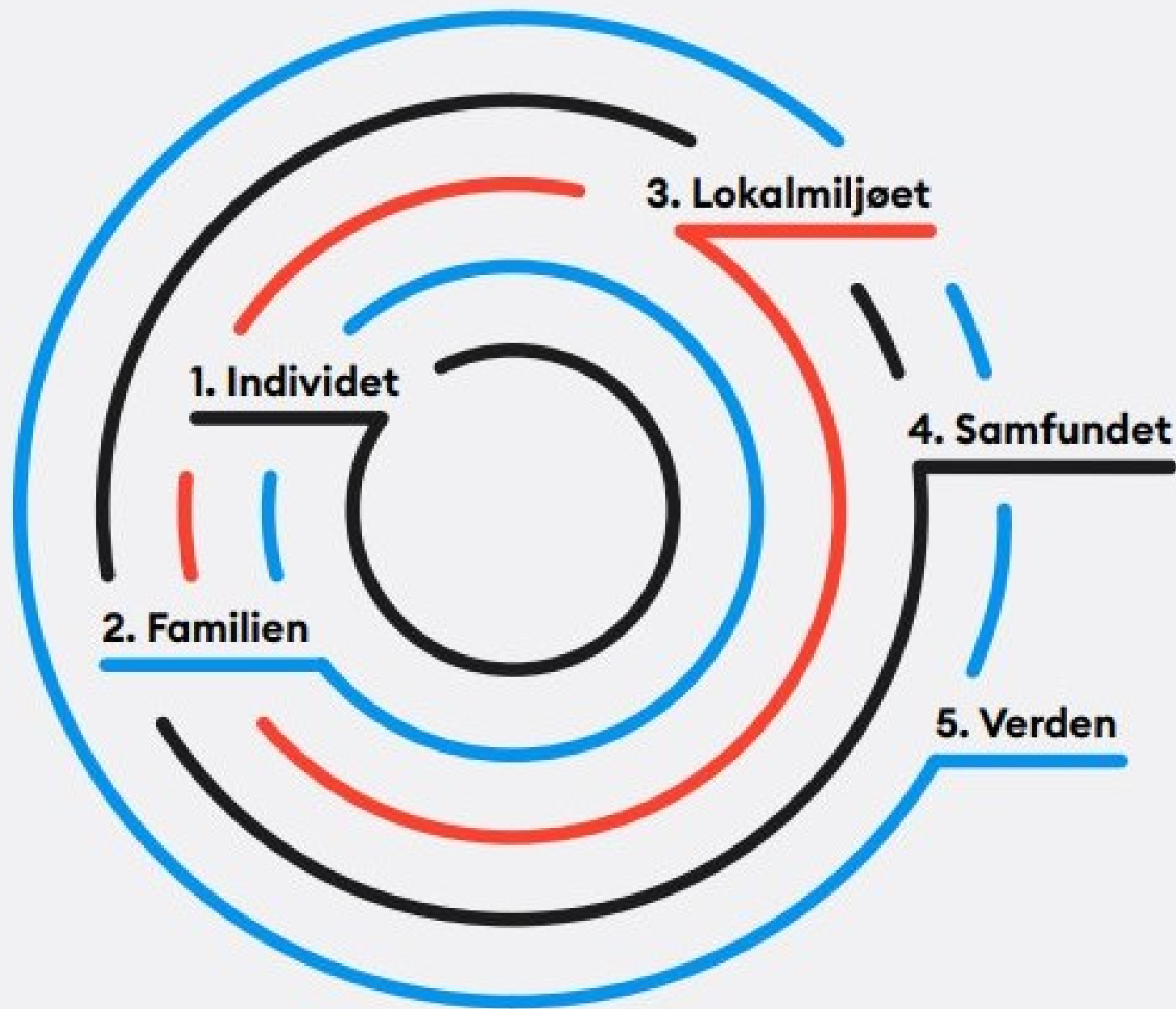
Masser af samtaler

Fordi:

1. Det skaber en helhedsforståelse af problemet – vi kommer hele vejen rundt.
Jo bedre vi forstår problemet, jo bedre kan vi løse det.
2. Det skaber en fælles forståelse for problemkomplekset på tværs af dem, som skal være med til at løse problemet – en form for fælles udgangspunkt.
3. Det skaber ejerskab fordi alle kan se deres input er med.
4. Det bygger relationer op mellem mennesker, mellem borgere og fagpersoner.
5. Det skaber stolthed og værdi for dem, som normalt oplever at stå lidt uden for og mangle hjælp. Her inviteres de ind, fordi de har vigtig viden og erfaringer at bidrage med.

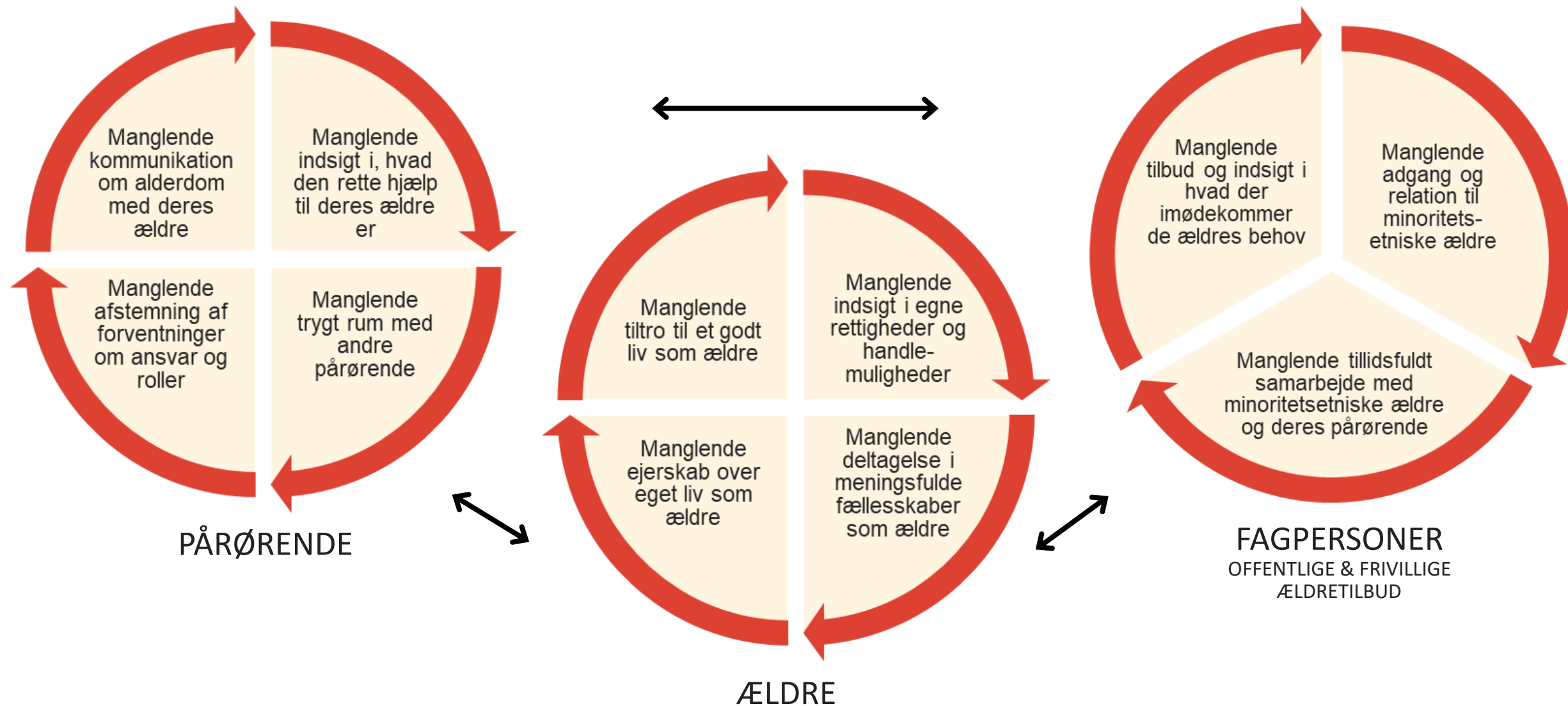
Så, allerede i den indledende fase har vi skabt ejerskab, fælles grundlag, empowerment, relationer, samtaler og bevidsthed om en problemstilling – og dermed begyndende handling.

Og vi har allerede mobiliseret de første frivillige til indsatsen.



**Arbejder
på flere
forandrings-
niveauer**

Sesams problemkompleks



Løsning: Etablering af ældrefællesskaber

3 fællesskaber – “Sesam-klubber” (2 mere på vej!)

De ældre som deltager, er både deltagere og frivillige i fællesskabet.

Mødestruktur:

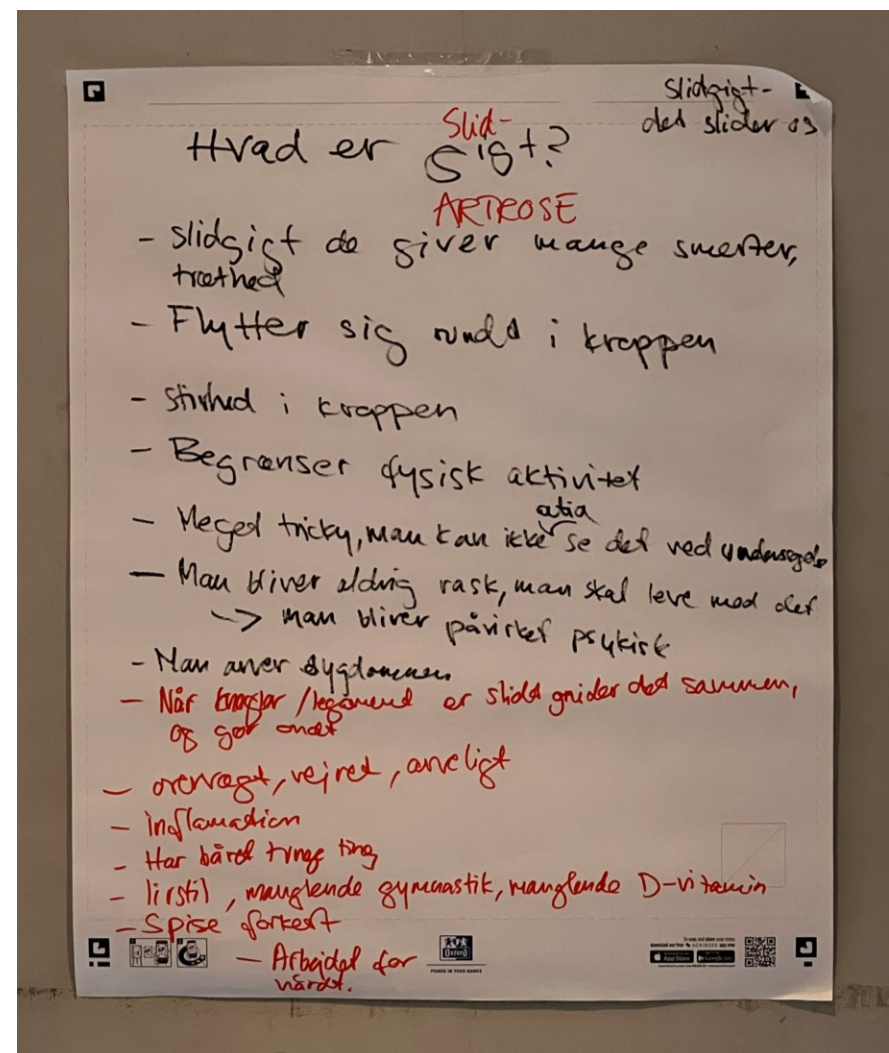
- Klubcaféer
- Planlægning
- Oplevelse
- Oplysning



Oplysning: Dialogmøder

FSA's dialogmødemetode sikrer en mere ligeværdig samtale i mødet mellem fagperson og deltager.

1. Indbygget anerkendelse af at begge parter har ressourcer og blinde vinkler.
2. Opbygger tillid mellem borgere og lokale fagpersoner.
3. Klæder vores ældre på til at bruge deres handlemuligheder i samarbejde med "systemet".



Samarbejde med kommunale fagpersoner

Vores ældre har efter eget ønske bl.a. haft besøg af:

Center for Genoptræning

Center for Mental Sundhed

Center for Demens

Det Etniske Ressourceteam (PLC)

Center for Diabetes og Hjertesygdomme

Medvirker til

1. Færre oplevede barrierer i adgang til tilbud
2. Informerede valg
3. Tidligere opsporing (forebyggelse)



Sesam-kortet

[illegible]

- Arabisk/Dansk
- Urdu/Dansk
- Tyrkisk/Dansk
- Farsi/Dansk

Inden du går i gang ...

... skal du som ældre besvare de tre følgende spørgsmål:

- ❓ Hvad har du brug for i din hverdag lige nu?
- ❓ Hvad kan gøre dig tryggere i din hverdag?
- ❓ Hvad vil du prøve eller opleve i den nærmeste fremtid?

Kortet er støttet af
Fonden Ensomme
Gamles Værn

FONDEN
ENSOMME
GAMLES
VÆRN

Besøg os og læs mere om Sesam på
www.socialtansvar.dk/sesam



Fonden for
Socialt Ansvar

Dette kort tilhører

Navn

Telefon

Sesam
kortet

Dit Sesam-kort giver dig et overblik over udvalgte støttemuligheder i dit netværk.

Du udfylder selv eller sammen med andre kontaktoplysningerne på personerne og stederne i dit eget netværk.

Sesam
Fonden for Socialt Ansvar



- Tager udgangs-punkt i en samtale om den ældres behov for støtte
- Samtaleværktøj
- Overblik over aktører, rettigheder og handlemuligheder
- Relevant for både ældre, pårørende og fagpersoner

Behovskategorier:



Sundhed



Økonomi & rettigheder



Bolig & transport



Sociale relationer

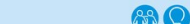


Engagement & personlig udvikling

Det private

KULTUROPLEVELSER

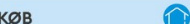
Tag ud og besøg et museum, gå i biografen, se teater, kunstudstillinger og koncerter eller andre relevante kulturoplevelser i dit lokale nærområde.



Undersøg og find oplevelser gennem dit netværk eller søg på internettet.

SPECIALBUTIKKER TIL KØB AF HJÆLPEMIDLER

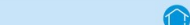
Du kan finde butikker som sælger forskellige hjælpemidler. Du kan både finde fysiske og online butikker.



Undersøg og find butikker på internettet.

RENGØRING

Du kan betale for daglig rengøring, hovedrengøring eller for opgaver som opvask og tøjvask.



Undersøg og find rengøringsfirmaer på internettet.

ÆLDRE MEDLEMSORGANISATIONER



Det frivillige

FRIVILLIGCENTER

Her kan du finde forskellige sociale og fysiske aktiviteter i dit lokalområde, f.eks. kaffeklub, madklub, syning og motion.



Find dit lokale frivilligcenter på internettet. Undersøg deres aktiviteter ved at ringe til dem.

FRIVILLIG RETSHJÆLP

Du kan få gratis retshjælp, socialrådgivning, bisidderordning med mere, f.eks.:

- SR-Bistand
Tlf: 35 39 71 97
- Retshjælperen
Kontaktet på deres hjemmeside



Undersøg dine muligheder for gratis retshjælp gennem dit netværk eller søg på internettet.

FRIVILLIGJOB.DK

Hvis du har lyst til at lave frivilligt arbejde, kan du søge job hos frivillige foreninger og andre organisationer uanset din alder.



Her kan du f.eks. få dine ressourcer, kompetencer og interesser i spil.

Se jobopslag på
www.frivilligjob.dk

Nære relationer

MIN FAMILIE

Din ægtefælle, søskende og børn m.m. kan hjælpe dig med at få løst daglige opgaver eller med at undersøge de ting du ønsker.

MINE NABOER

Din nabo kan hjælpe dig hvis du har spørgsmål eller brug for hurtig praktisk hjælp.

MINE VENNER

Du kan sammen med dine venner lave aktiviteter, f.eks. gå en tur eller deltage i lokale foreninger.

BOLIG

Hvis du bor i et boligselskab, kan de hjælpe dig med diverse praktiske ting og spørgsmål omkring din bolig. Du har muligvis en social vicevært eller bolig-social medarbejder, som kan give dig rådgivning og information om sociale fællesskaber og aktiviteter.

Kontakt dit boligselskab og få mere information.

Det offentlige

VISITATION

En visitation er en...



FOREBYGGENDE HJEMMEBESØG

En forebyggende hjemmebesøg...



Helhedsorienteret indsats

- Understøtte sundheds- og ældrereformens fokus på **tætte partnerskaber** mellem det offentlige og civilsamfundet.
- Tænk civilsamfundet ind **tidligt** i løsninger på sundhedsområdet - systemiske forandringer kræver en **samlet indsats**.
- Civilsamfundet kan sikre at målgruppen selv bliver en aktiv del af løsningen som **medskabere af velfærd** og ikke blot modtagere.

Tak for jeres opmærksomhed.

