A logo of two people

Description automatically generated with medium confidence

**ATT ÖVERBRYGGA DEN DIGITALA KLYFTAN GENOM OMVÄNT MENTORSKAP**

Utveckla en hållbar modell och insikter

Riktlinjer för modellimplementering

Paveikslėlis, kuriame yra Grafika, logotipas, grafinis dizainas, iliustracija

Automatiškai sugeneruotas aprašymas

Vilnius (Lithuania), 2024



"Bridging the Digital Exclusion through Intergenerational Exchange" är ett nytt initiativ finansierat av Nordiska ministerrådets kontor i Litauen. Det syftar till att utveckla, testa och skala upp ett mentorskap för unga och äldre i Litauen och de nordiska länderna. Projektet syftar till att överbrygga generationsklyftan genom att ge unga människor möjlighet att vara mentorer för seniorer, främja digital kompetensutveckling och samarbete mellan generationerna.

Projektets varaktighet: september 2023 - mars 2025.

Projektpartners: Association "Langas į ateitį" (Lead Partner, Litauen), Nordic Adult Learning Network (Finland) och IT-Guide (Sverige).

Paveikslėlis, kuriame yra tekstas, ekrano kopija, Šriftas, logotipas

Automatiškai sugeneruotas aprašymas



Paveikslėlis, kuriame yra tekstas, Šriftas, simbolis, skaičius

Automatiškai sugeneruotas aprašymas

Detta arbete är föremål för Creative Commons   
Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License.

*© Algimantas Merkys, Rita Šukytė, 2024  
© Association „Langas į ateitį“, 2024*

Innehållsförteckning

**Inledning 5**

**Översikt över den sociala och rättsliga miljön 7**

**Volontärarbete i Litauen**  7

Erfarenhet av volontärverksamhet i litauiska skolor 8

Intressenter: erfarenheter och förväntningar 11

**Litauiska organisationer 11**

Seniororganisationer 11

Eventuella arrangörer av frivilligt arbete 11

Organisationer som genomför policy 12

**Nordiska projekt 12**

Anmärkningsvärda projekt i Finland 12

Anmärkningsvärda projekt i Sverige 13

**Aktivitetsmodeller: Analys och tillämpning 15**

**Gemenskapsmodell** 15

Genomförandeplan 17

Samråd med skolor 18

Samråd med bibliotek 19

Samråd med seniorföreningar 20

**Organisationsmodell 21**

Genomförandeplan 21

Beredskap för frivilligorganisationer 22

**Rekommendationer och läromedel 24**

Rekommendationer och självlärande material för volontärer 24

Rekommendationer för institutioner 25

Insikter från pilotprojekten 25

*Detta dokument beskriver metodiken för att överbrygga den digitala klyftan genom erfarenheter mellan generationerna, med fokus på att engagera ungdomar för att vara mentorer för äldre generationer i digital kompetens. Initiativet riktar sig till olika aktörer, inklusive skolor, bibliotek och seniora organisationer, och erbjuder ett strukturerat tillvägagångssätt för att implementera mentorskapsaktiviteter som förbättrar den digitala kunskapen bland seniorer.*

*Projektet betonar samarbete mellan unga och äldre vuxna, vilket främjar ett starkare gemenskap samtidigt som det löser det växande behovet av digital integration i en teknikdriven värld.*

*Metodiken ger steg-för-steg vägledning om hur man integrerar dessa mentorskapsaktiviteter i organisationers befintliga verksamhet. Den innehåller rekommendationer om planering, organisering och genomförande av initiativet, skräddarsytt för olika typer av institutioner, och uppmuntrar samarbete med lokala partners för att säkerställa effektivt genomförande och hållbarhet. Dessutom lyfter den fram fördelarna för deltagande organisationer, ungdomar och seniorer, med fokus på långsiktigt samhällsengagemang och utveckling av ledarskap och digitala färdigheter för ungdomar.*

*Nyckelresultaten av projektet inkluderar förbättrad digital läskunnighet bland seniorer, stärkta förbindelser mellan generationerna och ökat socialt och medborgerligt deltagande. Initiativet främjar också utvecklingen av ungdomsledarskap genom praktiska erfarenheter genom mentorskapet.*

# Introduktion

I dagens snabbt föränderliga digitala värld blir förmågan att använda tekniken allt viktigare i vardagen. Många offentliga tjänster levereras nu online och många fler digitaliseras. Men alla medborgare har inte samma tillgång och kompetens att använda dem. Det är många som av olika anledningar inte deltar i det digitala livet. Det är därför en jämställdhetsfråga att försöka göra övergången till digitala tjänster så smidig som möjligt för så många som möjligt. Statistik visar att det finns många äldre som av en eller annan anledning inte kommer in i den digitala sfären och kan använda alla nya tjänster.

För att tackla denna utmaning föreslår vi att involvera samhälle och organisationer genom att främja kommunikation och volontärarbete mellan generationerna, genom att använda unga volontärer för att hjälpa seniorer att skaffa sig de digitala färdigheter de behöver. Tanken bakom detta tillvägagångssätt är att många unga människor är fördjupade i den digitala världen, och därför har möjlighet att bli utmärkta mentorer och rådgivare för äldre. Sådana aktiviteter kommer inte bara att hjälpa seniorer att bli mer digitala, utan också främja kommunikation och förståelse mellan generationerna, vilket kan stärka gemenskapen. Förbättrade digitala färdigheter, och i synnerhet digitalt självförtroende, kommer att hjälpa seniorer att få tillgång till tjänster, kommunicera med varandra och med sina anhöriga, och engagera sig i olika kreativa aktiviteter.

Volontärer som hjälper äldre i den digitala sfären kan uppmuntras på olika sätt. Först och främst är det ett utmärkt tillfälle för personlig utveckling - de kan lära sig nya färdigheter, särskilt de som rör kommunikation och utbildning, som kommer att vara användbara för deras framtida karriär och en värdefull merit på sitt CV. Dessutom kan interaktion med äldre ge dem möjlighet att höra intressanta livshistorier och lära av äldre generationers erfarenheter. Volontärer kan också känna sig värdefulla och bidra till samhällets välbefinnande genom att hjälpa seniorer att bli mer digitala. Skolor och andra organisationer kan premiera volontärernas insatser genom att ge intyg och även inkludera socialt medborgarskapsarbete i sin läroplan.

Skolor kan ge ett betydande bidrag till hållbarheten i denna modell. Till exempel kan de integrera volontärarbete i sin läroplan genom att uppmuntra eleverna att delta i projekt som gynnar samhället. Det är också möjligt att anordna mentorprogram för äldre elever för att få volontärerfarenhet och samarbeta med lokala organisationer för att ge eleverna möjlighet att delta i volontärverksamhet de handleder.

Möten mellan seniorer och volontärer kan äga rum i lokaler som är öppna för allmänheten med nödvändig digital infrastruktur (datorer, offentligt Wi-Fi, etc.). Detta tillvägagångssätt erbjuder både trygghet för volontärer och det nödvändiga organisatoriska stödet när det gäller registrering av deltagare och publicering av öppettider. Kommunala folkbibliotek är bäst lämpade i detta avseende, liksom vuxenutbildningsinstitutioner och universitet (för universitetsstudenterna), bygdegårdar eller andra utrymmen som får deltagarna att trivas.

Folkbibliotek är ofta centrum för samhällsengagemang, där de äldre känner sig bekväma och trygga. De har också den nödvändiga infrastrukturen och de resurser som krävs för att erbjuda konsultationer om digital läskunnighet eftersom många av dem är utrustade med datorer, internetåtkomst och annan teknik som är nödvändig för lärande. Dessutom har biblioteken utbildad personal som kan hjälpa till att samordna volontärverksamheten och ge stöd till både volontärer och seniorer.

En annan viktig aspekt är bibliotekens tillgänglighet. De är ofta centralt belägna och lättillgängliga med kollektivtrafik. Detta är särskilt viktigt för seniorer som kan ha begränsad rörlighet eller står inför andra utmaningar.

Slutligen är biblioteken platser där livslångt lärande uppmuntras. De betraktas redan som centra för utbildning och information, så det är naturligt att de också kan bli nav för digital läskunnighet som erbjuder de mentorskapsaktiviteter som beskrivs i denna modell. Denna miljö främjar lärande och kommunikation, så att seniorer å ena sidan kan känna sig motiverade och stöttade, och volontärer å andra sidan kan känna sig användbara och värderade.

Rådgivning för äldre kan också utföras av frivilligorganisationer, vid sidan av tillhandahållandet av vanliga sociala tjänster och hembesök, lokala ungdomsorganisationer, studenter och unga yrkesverksamma från socialt ansvarstagande företag.

I följande del stöds de två handlingsmodellerna på olika sätt och rekommendationer för deras genomförande föreslås för att ta itu med frågan på gemenskapsnivå, främja kommunikation mellan generationer och volontärarbete.

# Översikt över den sociala och juridiska miljön

## Volontärarbete i Litauen

Volontärarbete i Litauen är öppet för alla som är 14 år och äldre i alla ideella organisationer, enligt lagen om frivillig verksamhet i Republiken Litauen (XI-1500).

Alla ideella organisationer kan underteckna ett bilateralt volontäravtal och rekrytera volontärer. Varje organisation förutser behovet av volontärer och motsvarande profil, och under ett fysiskt möte diskuteras båda sidors förväntningar: uppgifter, omfattning av aktiviteter, tidtabell, kommunikation, matchning av båda parters förmåga.

Volontärer kan självständigt hitta en intresseorganisation i den dedikerade databasen och kontakta organisationen direkt eller Volontärtjänstorganisationen (VSO) i sitt län eller kommun.

Volontärarbete kan ta sig många former – nationellt och internationellt volontärarbete, kort- och långtidsvolontärarbete. Varje form har sina egna fördelar, så det är viktigt att välja inte bara ett ämne utan också en form som passar volontärens behov. Volontärtjänstprogram är öppna för litauiska medborgare som är 14 år och äldre. Personer under 18 år kan ställa upp som frivilliga om deras juridiska ombud inte motsätter sig. Volontärer måste följa värdorganisationens regler och förbereda sig ordentligt för den specifika aktiviteten. Värdorganisationen åtar sig ansvaret att förklara reglerna, utbilda volontärerna i aktiviteten och förse dem med de verktyg de behöver för att genomföra aktiviteten.

I juli 2024 trädde en uppdaterad lag om frivilligverksamhet i Republiken Litauen i kraft, som definierar den samordnande organisationens (vanligtvis en icke-statlig) verksamhet och skiljer mellan kortsiktigt och långsiktigt volontärarbete.

##### Ungdoms frivilligtjänst

##### Youth Voluntary Service (YVS) är ett intensivt 6-månaders program för ungdomar mellan 14 och 29 år, där ungdomar arbetar som volontär minst 35 timmar i månaden på en ackrediterad värdorganisation som de väljer. Volontärer träffar regelbundet sin tilldelade handledare och lär sig att övervinna svårigheter. JST-programmet erbjuder möjligheten att inte bara upptäcka en aktivitet de gillar, utan också att lära känna sig själv bättre och utveckla allmänna kompetenser.

##### Organisationen förbinder sig till ett 40-timmars volontärschema per månad som matchar volontärens kompetens och är meningsfullt för båda parter. En handledare tilldelas volontären för att utbilda, utveckla och stödja honom/henne under tjänsten.

Deltagande i JST-programmet (6 månader) ger 0,25 ingångspoäng till litauiska högre utbildningsinstitutioner och räknas som medborgerliga och sociala aktiviteter i skolor.

Europeiska solidaritetskåren

European Solidarity Corps är ett EU-finansierat program som syftar till att ge unga människor möjligheter att utveckla sig själva genom att hjälpa andra. Den är öppen för alla ungdomar mellan 18 och 30 år. Mer information: https://www.solidarumokorpusas.lt/.

### Erfarenheter av volontärarbete i skolor i Litauen

Från och med läsåret 2017-2018 innehåller grund- och gymnasieskolans allmänna läroplan obligatoriska praktiska socio-medborgerliga aktiviteter, som mäts i timmar.

Sociala och medborgerliga aktiviteter är obligatoriska för elever på grundutbildningen, med minst 10 timmar per läsår beroende på betyg. Skolor kan tilldela fler timmar utifrån elevernas ålder.

För läsåret 2023-2024 måste elever i årskurserna 6, 8 och 10 slutföra minst 10 timmar, medan elever i årskurserna 5, 7 och 9 måste genomföra minst 20 timmar. Från 2024-2025 kommer alla elever i årskurs 5-10 att behöva minst 20 timmar. Gymnasieelever ska genomföra minst 70 timmar under två år. Dessa aktiviteter bör registreras och kan utföras individuellt eller i grupp, ofta i samarbete med föreningar eller lokala myndigheter. Frivilligtjänst, med bevis, kan också räknas.

Den allmänna läroplanen för grund- och gymnasieskolor innehåller specifika socio-medborgerliga aktiviteter utformade för att utveckla elevernas kompetens genom praktiska aktiviteter. Dessa inkluderar medborgerligt engagemang, som utvecklar beslutsfattande färdigheter och motivation att delta i skola och lokala samhällsaktiviteter; samhällskunskap implementeras genom praktiska eller projektbaserade aktiviteter i samarbete med olika barn- och ungdomsorganisationer, intresseorganisationer samt statliga och lokala myndigheter; medie- och informationskompetens; och sociala/välgörande aktiviteter syftar till att utveckla värderingarna respekt, omtanke om och hjälpa andra.

Elever registrerar rutinmässigt timmarna av sociala och medborgerliga aktiviteter de har genomfört genom att fylla i ett särskilt blad. Det är dock endast ett fåtal elever som reflekterar över sin verksamhet genom att skriva utvärderingar eller reflektioner eller genom att föra kompetensjournal. Elever tenderar att följa lärarnas rekommendationer om vilka aktiviteter de ska genomföra, och de tenderar också att välja sina egna aktiviteter från en lista som tillhandahålls eller att förlita sig på ämneslärarnas rekommendationer. Det vanliga valet av aktiviteter är skolbaserat, även om det nu kan krävas extraaktiviteter inom de tre områdena socialt medborgarskap. Elever i storstäder är mer benägna än andra att välja aktiviteter utanför skolan, eftersom det saknas aktiviteter utanför skolan i mindre områden.

Samordningen av socio-medborgerlig verksamhet ansvarar för handledaren, eller annan person som utsetts av skolchefen. Deras roll är att hjälpa eleven att planera och utvärdera sin verksamhet och, om den social-medborgerliga verksamheten bedrivs utanför skolan, hålla kontakt med företrädare för organisationerna och intressera sig för hur eleverna mår 1.

Källor som används och rekommenderade läsningar på litauiska:

Information om volontärarbete för dem som arbetar i organisationer, inklusive möjligheter och fördelar med att engagera sig i volontärarbete.

* Länk: Savanorystė – Savanoriška veikla

En guide för ungdomar som är intresserade av volontärarbete, ger resurser, möjligheter och insikter om hur man kan engagera sig.

* Länk: Information för ungdomar – Volontärarbete

Detaljer om ungdomsvolontärprogrammet i Litauen, inklusive steg för att delta och förmånerna för unga volontärer.

* Länk: Ungdomsfrivilligtjänst

En analys av olika volontärmodeller över hela Europa, som utforskar bästa praxis och trender inom frivilligt engagemang.

* Länk: Analys av volontärmodeller i Europa (2011)

Den officiella rättsliga ramen som reglerar frivillig verksamhet i Litauen, som beskriver rättigheter, skyldigheter och förfaranden.

* Länk: Lagen om frivillig verksamhet i Republiken Litauen

Länkar nedan ska in i stycket ovan

Sources used and recommended readings in Lithuanian:

* Information about volunteering for those working in organizations, including opportunities and benefits of engaging in volunteer work.  
  [Link: Savanorystė – Savanoriška veikla](https://jra.lt/dirbantiems/suzinok-daugiau/savanoryste)
* A guide for young people interested in volunteering, providing resources, opportunities, and insights on how to get involved.  
  [Link: Information for Youth – Volunteering](https://old.jrd.lt/informacija-jaunimui/savanoryste)
* Details on the Youth Voluntary Service program in Lithuania, including steps to participate and the benefits for young volunteers.  
  [Link: Youth Voluntary Service](https://jra.lt/jaunimui/suzinok-daugiau/savanoryste/jaunimo-savanoriska-tarnyba)
* An analysis of various volunteering models across Europe, exploring best practices and trends in voluntary engagement.  
  [Link: Analysis of Volunteering Models in Europe (2011)](http://www.3sektorius.lt/docs/Savanorystes_analize_2011_2013-01-17_15_54_38.pdf)
* The official legal framework regulating voluntary activities in Lithuania, outlining rights, responsibilities, and procedures.  
  [Link: Law on Voluntary Activities of the Republic of Lithuania](https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.402802)
* A government-approved national program promoting volunteer work in Lithuania, including strategic goals and implementation methods.  
  [Link: National Volunteering Program (2013)](https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.443631)
* A report offering an in-depth look at the state of volunteering in Lithuania, including statistics, challenges, and opportunities.  
  [Link: Overview of Volunteering in Lithuania (2012)](http://lt.thetiltastrust.org/wp-content/uploads/2013/11/Volunteering_Report_Lithuanian_Draft.pdf)
* A comprehensive guide for organizations on how to manage and work effectively with volunteers.  
  [Link: Kurapkaitienė N. "Fundamentals of Working with Volunteers"](https://jra.lt/uploads/9789955195511.pdf)
* A report detailing the experiences of schools and students in Lithuania engaging in practical social and civic activities.  
  [Link: Social and Civic Education through Practical Activities: Experiences of Schools and Students](https://www.nsa.smm.lt/wp-content/uploads/2020/12/Socialine-pilietine-veikla.pdf)
* Methodological recommendations for organizing and conducting social activities in schools, designed to enhance social and civic engagement.  
  [Link: Social Activity Methodological Recommendations](https://www.svcentras.lt/wp-content/uploads/2023/11/Socialines_veiklos_metodines_rekomendacijos-taisytos.pdf)

# Intressenter: erfarenheter och förväntningar

Under genomförandet av initiativet hölls möten med organisationer från Litauen och partnerländer för att dela med sig av sina erfarenheter och förväntningar.

## Litauiska organisationer

### Pensionärsorganisationer

En av de viktigaste organisationerna i Litauen för äldre som vill lära sig och utvecklas är Lithuanian Third Age University. Det finns mer än 50 universitet i “tredje åldern” i Litauen, som är ganska olika. Vissa universitet är knutna till utbildningscentra i regionerna och i många fall samarbetar de med skolor. De är förenade av National Association of Third Age Universities (TAU).

Representanter för Medardas Čobotas University of the Third Age och Kaunas University of the Third Age anser att ungdomar kan erbjuda vägledning, instruktioner och praktisk träning av appar, sociala nätverk, andra onlinetjänster etc. Seniorer måste introduceras till tillgängliga ämnen så att de vet vad som kan besvaras och vilken hjälp de kan få. Alla ämnen är inte relevanta för båda sidor. Kaunas TAU och Medardas Čobotas TAU har sedan ett år tillbaka en IT-supportmodell för akuta behov, där den som vill ha IT-support registrerar sig och får den sedan via telefon eller på plats vid en dator.

Medardas Čobotas University of the Third Age (MČTAU), tillsammans med partners från Finland, Sverige och Norge, genomförde ett projekt som resulterade i en uppsättning praxis för digitala färdighetsträningsprogram som kan bidra till att förbättra den digitala kompetensen hos seniorer i Norden och Baltiska länder (läs mer om det här (tau asociacija.lt).

### Possible voluntary work organizers

Den litauiska föreningen för kommunala folkbibliotek förenar 60 offentliga bibliotek i alla kommuner i landet. Folkbibliotekens erfarenhet av att involvera lokala ungdomar i volontärarbete på bibliotek varierar, men alla är verksamma inom detta område. Vissa bibliotek har öppna ungdomsgårdar där även volontärer arbetar. Bibliotekets personal ger digitala råd till äldre vid behov. Biblioteken skulle också vara villiga att engagera sig i initiativets verksamhet om fördelarna för biblioteken kan klargöras.

Litauens Röda Kors är en av de viktigaste humanitära icke-statliga organisationerna som kompletterar det arbete som utförs av staten, med ett starkt fokus på vård av ensamma äldre. Röda Korsets volontärer i alla åldrar arbetar i 16 grenar som täcker alla 60 kommuner i Litauen. I vissa områden finns det seniorklubbar som anordnas av Litauens Röda Kors och ett seniorhjälpsprogram. Volontärer besöker även äldre i hemmet. Konsultmetoden för digital läskunnighet kan vara användbar i seniorklubbar, där volontärer kan ge IT-lektioner, såväl som vid hembesök hos seniorer under programmet "Varma besök".

Verksamheten vid byrån för ungdomsfrågor i Litauen riktar sig till ledare och organisationer som arbetar med ungdomar, och den samordnar ungdomsvolontärtjänstprogrammet. Det består av totalt 240 timmar volontärarbete under en period av 6 månader. Varje ung person har en handledare som de träffas med varje månad för att diskutera sitt lärande, förståelse och förbättrade allmänna kompetenser. Handledaren kommer från värdorganisationen och ansvarar även för att planera verksamheten. Cirka 1000 ungdomar per år deltar i programmet.

Information om programmet sprids informellt eller genom ett nätverk av lokala organisationer. Det finns cirka 625 registrerade värdorganisationer. En volontär får 0,25 extra poäng för sin volontärtjänst när personen ansöker till högre utbildning i Litauen.

Ungdomsfrivilligtjänsten står för cirka 40 timmar per månad (jämfört med 4 timmars grundskoleverksamhet). Det är tänkt att ta fram riktlinjer för skolor att genomföra sådan verksamhet.

Varje kommun har en ungdomssamordnare som kan kontaktas om volontärtjänst.

## Nordiska projekt

De nordiska partnerna har erfarenhet av liknande projekt och har lyft fram intergenerationellt stöd som ett bra exempel.

### Uppmärksammade projekt i Finland

I Finland har flera uppmärksammade projekt stärkt förbindelserna mellan generationerna samtidigt som de erbjuder värdefull vägledning till seniorer.

- Projektet "Oman muotoinen koti" försöker hitta lösningar för att få slut på ungdomshemlöshet och främja relationer mellan generationerna. Artikelserien "Asunto palvelutalossa nuorelle 360 ​​e/kk - yhdellä ehdolla (iltalehti.fi)" tar upp historien om tre unga människor som har flyttat till ett äldreboende i Helsingfors. De betalar låg hyra och umgås med äldre människor. Mer om projektets mål, genomförande, målgrupper och samarbetspartners, samt unga och äldres förväntningar och erfarenheter under deras tid tillsammans, presenteras i blogginlägget "Nuoria muutti asumaan vanhusten palvelutaloon Helsingissä - mitä ihmettä? - Uudistuva sosiaalialan osaaminen - Metropolian blogit".

- Webbplatsen "It - Svenska pensionärsförbundet" (spfpension.fi) ger information och råd till seniorer som använder datorer, surfplattor eller smartphones. Webbplatsen innehåller utbildnings- och demonstrationsmaterial om en mängd olika ämnen som nätbank, e-post, sociala nätverk och olika digitala assistenter.

- "Netikäs-projekti (2017-2020) | Eläkeliitto (elakeliitto.fi)" var ett treårigt projekt som främjade seniorers välbefinnande och egenmakt genom digitala tjänster och lösningar. Projektet utvecklade och testade olika digitala produkter, som appen Netikäs som används som en personlig hälsodagbok för seniorer och Netikäs volontärutbildning som utbildade seniorer att lära andra i deras ålder att använda digitala tjänster.

- "Yhtä köyttä vetämässä | Eläkeliitto (elakeliitto.fi) är ett rikstäckande projekt som syftar till att organisera meningsfulla möten mellan den äldre befolkningen och invandrare genom intergenerationella samhällsaktiviteter. Projektet anordnar till exempel möten, utbildningar, diskussioner och uppsökande verksamhet som främjar delaktighet, välmående, gemenskap och kulturell kompetens hos målgrupperna.

### Uppmärksammade projekt i Sverige

– Projektet IT-Guide är ett initiativ som lanserades 2011 av Enter Sweden NGO för att hjälpa unga flyktingar och migranter att integreras i det svenska samhället. Projektet organiserar och ger gratis IT-utbildning och rådgivning för äldre som vill lära sig att använda digitala tekniker och tjänster. Projektet främjar också interkulturell dialog och solidaritet mellan olika generationer och kulturer. Deltagarna i IT-Guide-projektet är flyktingar eller migranter mellan 17 och 20 år som har anlänt till Sverige. De är utbildade och certifierade som IT-facilitatorer som kan hjälpa äldre som vill lära sig att använda datorer, internet, mobiltelefoner, sociala nätverk och andra digitala verktyg. IT-guider arbetar och får erfarenhet, kompetens och kontakter som kan hjälpa dem i deras framtida jobb eller studier. Projektets hemsida är https://it-guide.se/

- Projektet "Digitalt om fem veckor" är initierat av Post och Telestyrelsen, Sveriges nationella kommunikationsmyndighet. Det startade under Corona-pandemin. Syftet är att överbrygga den digitala klyftan mellan generationerna och att öka äldres självständighet och sociala delaktighet. I projektet får äldre en-till-en-stöd från unga volontärer som lär dem att använda datorer, telefoner, internet och andra digitala verktyg. Länk till en radiointervju med deltagarna i projektet  
<https://sverigesradio.se/artikel/unga-hjalper-aldre-ta-sig-fram-i-den-digitala-varlden>.

– [Digidelcenter](https://internetstiftelsen.se/kunskap/for-alla/digital-delaktighet/) är en satsning som syftar till att öka medborgarnas digitala delaktighet och kompetens. Digidelcenter är platser som drivs av kommunen, oftast på biblioteket, där människor kan få gratis hjälp och råd om hur man använder digital utrustning och internettjänster. Projektet drivs gemensamt av Internetstiftelsen, Post- och telestyrelsen (PTS) och de 15 kommuner som får projektmedel. Digidelcenter samarbetar även med andra organisationer som SeniorNet Sweden och studieförbund

- [Jönköping University National centre for lifelong learning ENCELL](https://ju.se/center/encell.html) är en nationell organisation som ansvarar för forskning och kunskapsspridning om vuxen- och livslångt lärande. Under 2015 till 2017 genomförde man det Nordplus-finansierade projektet Ung och gammal i dialog: dialog och samarbete mellan unga och gamla. Syftet med projektet var att främja dialog och samarbete mellan unga och äldre för att bygga ömsesidig förståelse och respekt. I projektet deltog partners från Sverige, Danmark, Norge, Finland och Island. Under projektet har unga och äldre deltagit i olika dialog- och samarbetsaktiviteter såsom: berättande, språkinlärning, samhällsaktiviteter.

- The Stureskolan Intergenerational Project var ett socialt experiment där 15-åriga (Åk 9) elever från Stureskolan i Sverige tillbringade en vecka tillsammans med pensionärer från ett äldreboende. Målet med projektet var att främja relationer mellan generationerna och socialt lärande. Eleverna och pensionärerna deltog i en mängd olika aktiviteter som naturfotografering, dans, berättande och kreativt skrivande. Resultaten av projektet visade att upplevelsen ökade självkänsla, empati och positivitet i båda grupperna. I detta projekt var deltagarna huvudsakligen engagerade i konstnärliga och kulturella aktiviteter som stimulerade deras kreativitet och kommunikation. De unga fick utvärderingar och diplom för sitt arbete.

# Aktivitetsmodeller: Analys och tillämpning

Initiativet "Utveckla digitala färdigheter genom att dela erfarenheter mellan generationerna" syftar till att förbättra den digitala kunskapen bland äldre individer genom att engagera unga volontärer och på så sätt främja kommunikation och förståelse mellan generationerna.

För att genomföra initiativets verksamhet föreslås två modeller:

* **Samhällsmodellen**
* **Organisationsmodellen**

**Samhällsmodellen** stöder en relativt spontan samrådsprocess som leds av lokalsamhället (i stort sett uppfattad som en uppsättning invånare och utbildnings-, kultur- och samhällsorganisationer på den platsen).

**Organisationsmodellen** betonar den primära rollen för en juridisk person som organiserar volontärarbete och samordnar mentorskapsaktiviteter.

## Samhällsmodell

I denna modell består lokalsamhället av invånare, medlemmar av utbildnings-, kultur- och andra samhällsinstitutioner som bibliotek, skolor, museer, församlingar och andra.

Aktivitetsorganisatörerna är cheferna för dessa institutioner, anställda eller valda eller utsedda representanter.

Deltagare inkluderar:

* En struktur som organiserar och tillhandahåller volontärer (t.ex. en skola),
* En institution öppen för möten (till exempel ett bibliotek), som sköter mötesschemat och registrerar volontärarbetet,
* En organisation som representerar eller kan informera äldre (t.ex. en lokal samhällsorganisation), som spelar en avgörande roll för att motivera äldre att delta,
* Volontärer,
* Äldre (slutliga förmånstagare).

Volontärarbete, som beskrivits tidigare i medborgarutbildningsplaner, tas väl emot av skolor, och ytterligare möjligheter till volontärarbete i samhället välkomnas av skolor. För närvarande finns det 795 allmänna läroanstalter i Litauen (exklusive grundskolor).

I denna modell kan lokala **folkbibliotek** spela en nyckelroll genom att erbjuda utrymmen för konsultationer och hantera schemat och registreringen av volontärarbete. Folkbibliotek i Litauen är verksamma i områden med över 900 potentiella besökare, och det finns mer än 1 000 offentliga bibliotek och filialer med offentliga internetåtkomstpunkter (PIAP).

Biblioteken fungerar enligt strategiska planer för 2022–2024, i linje med kulturministeriets ”Bibliotekets utvecklingsväg 2016–2022”.

Ett av huvudmålen med biblioteksverksamheten är att "bidra till skapandet av ett kunskapssamhälle genom att främja informations- och datorkunskaper och livslångt lärande" och att förbättra bibliotekets image. Motsvarande mål har identifierats, som att lära invånarna att använda digital teknik och organisera offentliga evenemang.

Bibliotekspersonalen har redan lång erfarenhet av att genomföra utbildningssessioner och övervaka de konsultationer som tillhandahålls av frivilliga e-scouter (projektet "Connected Lithuania," 2019–2021).

Bibliotekens engagemang i projektaktiviteter kommer också att uppmuntras av möjligheten att locka fler besökare, stärka kommunikationen med dem och stärka bibliotekets prestige och roll i samhället (dessa aspekter framhålls som önskvärda i SWOT-analysen av många bibliotek).

Lokala samhällen (ofta juridiska personer som föreningar) förenas och informerar lokalbefolkningen. Deras mål inkluderar att främja medborgardeltagande, integrera de som inte kan göra det självständigt och mobilisera volontärer.

Under projektet "Connected Lithuania" (2019–2021) kontaktades mer än 500 lokala samhällen och 120 var aktivt involverade i att organisera olika aktiviteter för digital kompetens. Om minst 25 seniorer i varje samhälle uttryckte intresse för IT-konsultationer, skulle denna modell kunna tjäna cirka 3 000 förmånstagare.

Denna modell skulle kunna vara hållbar på lång sikt, även utan extern finansiering, om starka relationer etableras mellan deltagande parter och de förblir intresserade av att upprätthålla programmet. Den här modellen skulle dock bara fungera på platser där det finns både en skola och ett offentligt bibliotek (vanligtvis en befolkning på cirka 1 000 eller fler).

#### Styrkor

* Deltagande skolor säkerställer ett jämnt flöde av unga volontärer.
* Folkbiblioteken tillhandahåller utrymmen där konsultationer kan hållas.
* Deltagande samhällen hjälper till att nå seniorer och uppmuntra deras engagemang.

#### Svagheter

* Det kan vara svårt att engagera äldre som inte känner till programmet.
* Att uppmuntra studenter att delta i externt volontärarbete kan vara utmanande.
* Alla nödvändiga komponenter (skola, bibliotek) kanske inte är tillgängliga i vissa områden.

#### Möjligheter

* Programmet skulle kunna stärka relationer mellan generationerna och solidariteten.
* Folkbiblioteken erbjuder utrymme inte bara för konsultationer utan även för olika utbildningsaktiviteter.

#### Risker

* Seniorer kan vara tveksamma till att gå med i programmet om de inte får tillräcklig information.
* Utan ekonomiskt stöd kan biblioteken sakna motivation att ta på sig samordnarrollen.

### Genomförandeplan

Initiativtagare till modellen i en utvald gemenskap bör se till att minst två nyckelkomponenter – skola och bibliotek – finns närvarande, och helst också en samhällsorganisation.

##### Rekommenderade implementeringssteg:

* Kom överens med folkbiblioteken om möjligheten att vara värd för IT-konsultationer i deras lokaler.
* Informera skolor om möjligheterna till volontärarbete.
* Se till att skolans förvaltning utser en samarbetsansvarig.
* Ge unga volontärer all nödvändig information och resurser för förberedelser.
* Samarbeta med lokala samhällen som har direktkontakt med seniorer och informera dem om tillgängliga IT-konsultationer med hjälp av informationsmaterial och olika kommunikationskanaler.
* Utveckla ett konsultationsschema (underlätta kommunikationen mellan bibliotekarien, volontären och senioren).
* Genomför konsultationer och registrera dem.
* Samla in och svara på feedback från alla parter.

För att modellen ska vara hållbar utan ekonomiskt stöd och extern samordning är det avgörande att etablera starka gemenskapsband och använda kreativa sätt att involvera lokalbefolkningen. Nyckelfaktorer för hållbarhet inkluderar:

1. Stöd från lokalsamhället: Engagera medlemmar i lokalsamhället som är villiga att frivilligt samordna aktiviteter och utse fler samrådsutrymmen.
2. Informera och hålla evenemang: Organisera kampanjer och andra evenemang för att marknadsföra projektet för både volontärer och seniorer.
3. Partnerskap med skolor: Skapa samarbetsavtal för att involvera eleverna i volontärarbete och integrera programmet i skolans volontärarbete.
4. Lokal finansiering: Sök lokala sponsorer för att motivera deltagande volontärer och biblioteksanställda, och hjälpa till att etablera fler konsultationspunkter.
5. Lokal kommunikation: Använd sociala nätverk, möten i samhället och andra gratis kommunikationsmetoder för att marknadsföra programmet och locka nya deltagare.

De som ansvarar för lokalerna där konsultationer äger rum (i det här fallet biblioteksanställda) bör övervaka deltagarnas aktiviteter, samla in relevanta data och registrera konsultationer så att eleverna kan få kredit för frivilligt arbete i skolan.

Det är viktigt att detta system är tydligt, pålitligt och begripligt för alla intressenter. Samrådsscheman skulle kunna utarbetas och samordnas av en bibliotekspersonal eller en utsedd (involverad) samhällsrepresentant.

### Samverkan med skolor

### För att gemenskapsmodellen ska fungera effektivt, rekommenderas det att initiativtagare samråder med den allmänna skolgemenskapen för att ta itu med följande frågor:

* Vilka krav ställer skolan på elevernas volontärarbete?
* Hur viktigt är volontärarbetet för skolan? Hjälper det skolan att nå sina mål?
* Hur mycket tid ägnar eleverna vanligtvis åt volontärarbete varje vecka eller månad?
* Vilken erfarenhet har skolan av att organisera studentvolontärarbete, särskilt utanför skolan? Samarbetar skolan med folkbibliotek, seniororganisationer eller andra lokala samhällsgrupper?
* Vilka utmaningar ser skolan med att implementera denna modell?
* Skulle skolan kunna bidra till att förbereda volontärer för konsultation (genom att tillhandahålla lärresurser, förklara regler etc.)?
* Hur skulle skolan kunna bidra till modellens implementering?
* Har skolan förslag på att förbättra modellen?
* Hur skulle skolan kunna samarbeta mer effektivt med biblioteket för att implementera denna modell?
* Vill skolan samarbeta direkt med seniororganisationer?
* Hur ser skolan på modellens hållbarhet, och vad skulle behöva göras för att den ska fungera självständigt?

\* Vi begränsar oss inte till formella seniororganisationer; det kan också vara ett lokalsamhälle där en betydande del av medlemmarna är äldre individer.

### Samverkan med folkbibliotek

För att förstå de lokala folkbibliotekens mål och möjligheter bör initiativtagarna rådgöra med bibliotekspersonalen och ta upp följande frågor:

1. Vilken erfarenhet har biblioteket av att ta emot studenter för volontärarbete och organisera evenemang eller konsultationer för seniorer?
2. Vilken kapacitet har biblioteket för att ge plats för studenters volontärarbete?
3. Skulle biblioteket hjälpa till att skapa ett konsultationsschema och registrera studenters volontärtimmar?
4. Samarbetar biblioteket med skolan, seniororganisationer och andra lokala grupper?
5. Hur skulle biblioteket kunna informera seniorer om möjligheten att få konsultationer?
6. Skulle biblioteket vara villigt att använda konsultationer som ett sätt att locka fler besökare och höja sin profil i samhället?
7. Hur ska biblioteket säkerställa en trygg och trevlig miljö för både studenter och seniorer?
8. Har biblioteket förslag på hur man kan organisera studentkonsultationer för seniorer mer effektivt?

### Consultations with Senior Organizations

För att bedöma genomförbarheten av de planerade aktiviteterna bör initiativtagarna samråda med lokala seniororganisationer. Eftersom de representerar slutmottagarna av tjänsten är det viktigt att klargöra efterfrågan och kommunikationsaspekterna:

Nyckelfrågor:

* Vilka är de primära digitala behoven hos seniorer? Finns det specifika ämnen de skulle vilja ha hjälp med?
* Hur ser seniororganisationen på behovet av studentledda konsultationer?
* Vilka tider är lämpligast för seniorer att delta i konsultationer?
* Hur kan organisationen informera seniorer om möjligheten till konsultationer?
* Har organisationen erfarenhet av att arbeta med skolor eller bibliotek?
* Vilka utmaningar ser organisationen med att implementera en sådan volontärmodell?
* Skulle organisationen direkt kunna organisera studentvolontärarbete (utrymme, schemaläggning, registrering, etc.)?
* Har organisationen förslag på att förbättra modellen?

## Organisationsmodell

Den centrala enheten i denna modell är en icke-statlig organisation (NGO), budgetinstitution eller socialt företag som organiserar ungdomsvolontärarbete och ger hjälp till seniorer.

I denna modell är arrangörer organisationens ledare, anställda eller utsedda representanter.

Deltagare inkluderar:

* Strukturen som organiserar och tillhandahåller volontärer (t.ex. en förening), som hanterar volontärer, schemalägger möten och kommunicerar med seniorerna eller deras organisationer,
* En organisation som representerar eller informerar seniorer (t.ex. ett universitet i den tredje åldern, en pensionärsklubb, en socialavdelning, en församling, etc.),
* Volontärer,
* Seniorer (slutliga förmånstagare).

Denna modell fungerar med alla organisationer som redan har erfarenhet av att arbeta med ungdomar eller seniorer och som vill utöka sin verksamhet.

Deltagande i detta projekt skulle gynna organisationen genom att:

* Utvidga och förbättra sin verksamhet genom att bidra till samhällets välbefinnande,
* Att öka sitt engagemang och mångfald av tjänster i strävan efter sitt kärnmål att växa,
* Att locka fler volontärer och använda dem mer flexibelt,
* Att ge volontärer nya digitala färdigheter och erfarenheter,
* Nå fler organisationer som kan bidra till organisationens mål.

### Genomförandeplan

Till skillnad från gemenskapsmodellen bygger denna modell på organisationens befintliga erfarenhet, kunskaper och relationer. Det kräver bara att erbjuda ny kompetens och resurser för att förbereda volontärer och genomföra en pilotkonsultationscykel.

I Litauen har mer än 700 organisationer registrerat sig som frivilligorganisationer, främst för specifika typer av arbete (undervisning, kontorsarbete, etc.). Endast 26 organisationer organiserar volontärarbete, varav 10 är engagerade i socialtjänsten.

#### **Styrkor**

* Bred acceptans av volontärer från olika organisationer och sektorer.
* Samordnat arbete med seniorer och ungdomar, främjande av förståelse mellan generationerna.
* Utvidgning av aktiviteter genom att införliva nytt innehåll eller partnerskap med seniororganisationer (eller ungdomsorganisationer).

#### **Svagheter**

* Det kan vara en utmaning att se till att alla volontärer är tillräckligt förberedda för konsultationer.
* Organisationen kan sakna volontärer med nödvändig kompetens.
* Att hantera relationer med olika sändande och mottagande frivilligorganisationer kan vara svårt.

#### **Möjligheter**

* Utöka volontärutbildningsprogram.
* Nå fler äldre och deras organisationer, och involvera nya individer i organisationens verksamhet.

#### **Risker**

* Tävling för volontärer med andra organisationer.
* Finansiella risker på grund av den växande omfattningen av aktiviteter och behov.
* Ryktesrisk om organisationen inte kan säkerställa korrekt konsultation.

Ett bra tillfälle för organisationen att börja konsultera seniorer är genom internationella digitala kunskapsutvecklingskampanjer, såsom Seniorveckan, Safer Internet Week, E-medborgarveckan, Digital Weeks m.m.

### Beredskap för frivilligorganisationer

Organisationer som avser att implementera verksamheten i organisationsmodellen bör först bedöma sin förmåga och lokala förhållanden genom att diskutera följande frågor:

1. Vad har organisationen för erfarenhet av att arbeta med ungdomar eller seniorer?
2. Vilka är organisationens mål och förväntningar med att delta i detta initiativ?
3. Vilka resurser kan organisationen avsätta?
4. Hur planerar organisationen att hantera volontärernas arbete och schema?
5. Hur kommunicerar organisationen med seniorer eller organisationer som representerar dem?
6. Hur planerar organisationen att bedöma seniorers digitala behov?
7. Vilka är organisationens förslag på nya kunskapsresurser för volontärer?
8. Har organisationen förslag för att bättre organisera dessa konsultationer för seniorer?

## Rekommendationer och läromedel

### Rekommendationer och självlärande material för volontärer

För att hjälpa unga volontärer att framgångsrikt tillhandahålla digital handledning till seniorer, har rekommendationer utarbetats som ungdomar kan granska självständigt eller med hjälp av en lärare, bibliotekarie, koordinator, etc.

Rekommendationerna täcker följande ämnen:

1. Hur kommunicerar man med äldre? Vad intresserar dem? Etik och etikett.
2. Hur utvärderar du din upplevelse? Hur kan jag hjälpa äldre? Vad bör förklaras för seniorer: smarta enheter, kommunikationsverktyg, säkerhet, användbara applikationer osv.
3. Var kan man lära sig mer om e-säkerhet? Rekommenderat läromedel finns på webbplatserna epilietis.eu och Internetstiftelsen.se
4. Hur går en konsultation till? Hur man planerar och förbereder sig för det? Vad man ska göra och vad man inte ska göra.
5. Skolor och bibliotek – deras roller och ansvar. Organisering och redovisning av volontärarbete.

Självlärande material och praktiska konsultationstips för volontärer publiceras på webbplatsen: <https://norden.lt/en/project/it-mentorship/>. Det föreslagna materialet innehåller många länkar till lektioner om digitala ämnen (på litauiska): <https://www.epilietis.eu/category/mokymai/>.

Under pilotkonsultationerna hjälpte unga volontärer främst seniorer med följande ämnen, som var relevanta och efterfrågade av äldre:

* Hur man använder smartphonefunktioner (ladda ner appar, förstora text, spara telefonnummer, överföra dem från SIM-kortet, uppdatera appar, skicka bilder),
* Hur man skapar ett e-postkonto,
* Hur man använder sociala nätverk på ett säkert sätt,
* Hur man handlar online,
* Hur man betalar för varor online.

Skydd av personuppgifter och säkrare internetpraxis är alltid tvärgående ämnen i samråd och kompletterar alla ämnen.

Det bör noteras att även om unga volontärer i allmänhet hade tillräcklig digital kunskap och förstod hur man använder sådan teknik, saknade de ofta information om särdrag i kommunikationen med äldre människor.

### Rekommendationer för institutioner

Skolor, bibliotek och värdorganisationer bör komma överens om följande information och nödvändiga dokumentformat:

1. Hur går en konsultation till? Hur man planerar och förbereder sig för det. Identifiera behovet, planera samråd och öppettider.
2. Skolor och bibliotek – deras roller och ansvar. Organisering och redovisning av volontärarbete. Exempel på kontrakt och redovisningsblad och hur man fyller i det.
3. Hur kan en volontär hjälpa seniorer? Vad bör förklaras för seniorer: smarta enheter, kommunikationsverktyg, SÄKERHET, användbara applikationer osv.
4. Rekommenderat läromedel för volontärer.
5. Exempel på meddelanden i skolor om möjligheter till frivilligkonsultation och exempel på meddelanden i bibliotek, seniororganisationer och samhällen.

Rekommendationer för utbildningsinstitutioner, bibliotek, seniororganisationer och organisationer som främjar volontärarbete finns på <https://norden.lt/en/project/it-mentorship/>.

### Insikter från pilotkonsultationer

En serie pilotsamråd hölls mellan februari och juli 2024. Följande organisationer var involverade i att testa modellerna: Šiauliai City Municipality Public Library och dess "Saulės" filial, "Lieporiai" filial och barnlitteraturavdelningen, Šiauliai University Gymnasium, Šiauliai Sandora ProGymnasium, Pasvalys Marius Katiliškis offentliga bibliotek, Pasvalys Petras Vileišis Gymnasium, Litauens Röda Kors och dess Kuršėnai- och Elektrėnai-avdelningar, föreningen "Public Internet Access Points", i samarbete med Varniai-grenen vid Karolina Praniauskaitės allmänna bibliotek i Telšiai.

Arrangörerna av pilotsamråden var överens om att individuella konsultationer är en av de mest effektiva formerna av digital kompetensutbildning för seniorer. Denna typ av aktivitet gör det möjligt att ta hänsyn till varje seniors specifika behov och förväntningar och kan hjälpa till att lösa problem som de stöter på när de använder sin smartphone eller dator.

Framgången med pilotsessionerna var beroende av alla deltagande parters fulla inblandning. Skolsamordnare spelade en avgörande roll genom att välja ut motiverade och aktiva ungdomar att delta i aktiviteterna. Samtidigt främjade bibliotekspersonal verksamheten och bjöd in seniorer att delta i samråd.

Det rekommenderas att utöka sådan verksamhet genom att involvera andra institutioner, såsom kommunala utbildningsavdelningar och seniororganisationer.

Det rekommenderas att ge ett omfattande stöd till ungdomar som vill delta i denna aktivitet. Under förberedande möten föreslås det att fokusera på att introducera unga människor till äldres kommunikations- och inlärningsegenskaper, utmaningarna med inlärning av digital läskunnighet bland seniorer och seniorers specifika inlärningsbehov, stil och takt. Dessutom bör mer uppmärksamhet ägnas åt det stöd som ges till unga volontärer av konsulter, eftersom dessa individer hjälper, uppmuntrar och svarar på unga människors frågor.

Förutom konsultationer är det också lämpligt att erbjuda en mängd olika aktiviteter (till exempel att integrera denna verksamhet i ungdomsvolontärtjänstprogrammet eller komplettera den med andra aktiviteter) för att motivera och locka fler unga att delta i initiativet.

Motiverande verktyg som ökar motivationen hos deltagande organisationer och unga representanter kan användas, såsom certifikat, incitamentsouvenirer och offentligt erkännande av deras bidrag och insatser inom samhället.

Vi inbjuder utbildningsinstitutioner, offentliga bibliotek, pensionärsorganisationer och icke-statliga organisationer som främjar frivilligarbete att gå med i detta initiativ!

**Fem tips för ett ännu starkare och bredare engagemang.**Förslag framtagna efter en undersökning och kartläggning av Volontärbyrån, Sverige

1. **Lyft fram den sociala gemenskapen**

Den ideella sektorn är en plats där människor möts. Undersökningen visar tydligt att människor tar sig an ideella uppdrag för att hitta ett socialt sammanhang. När ideella föreningar letar efter volontärer är det därför mycket värdefullt att betona den sociala aspekten av uppdraget. Beskriv teamkänslan, gemenskapen och hur nya volontärer bemöts och välkomnas.

1. **Fokusera på en tydlig sakfråga**

En annan viktig drivkraft för att engagera sig ideellt är att göra någonting konkret i en fråga man bryr sig om. Det är därför viktigt att ideella verksamheter tydligt berättar för potentiella volontärer hur insatsen bidrar till deras hjärtefråga. När den lokala fackklubben letar efter kandidater för förtroendeuppdrag kan det till exempel vara relevant att förklara vilka frågor som ska drivas på arbetsplatsen framöver. När man letar efter funktionärer till en orienteringstävling kan idrottsföreningen tydliggöra varför det hjälper motionärer om man delar ut vatten.

1. **Engagera fler kvinnor i ledarroller**

Enligt enkätundersökningen finns det signifikant fler män än kvinnor som är styrelsemedlemmar, förtroendevalda och aktivitetsledare. Ideella föreningar kan göra konkreta insatser för att locka fler kvinnor till dessa uppdrag. Till exempel genom att medvetet leta efter kvinnliga kandidater eller genom att erbjuda specifikt stöd och utbildningar. Samtidigt kan det vara värdefullt att fundera på hur ideella verksamheter med social inriktning kan kan attrahera fler män. Att engagera både män och kvinnor gynnar såväl individerna själva som ideella föreningar och möjliggör verksamheter som bättre speglar samhället och ger större genomslagskraft i de aktiviteter som genomförs.

1. **Betona karriärmöjligheter för unga**

För unga kan ideellt engagemang vara ett sätt att förbättra sina chanser på arbetsmarknaden. Enkätsvaren visar att engagerade personer mellan 18 och 30 år i mycket högre utsträckning letar efter ideella uppdrag som kan gynna deras etablering på arbetsmarknaden. När ideella organisationer vill attrahera unga är det en bra idé att även berätta hur ett uppdrag kan öka deras chanser på arbetsmarknaden. Vad kan man lära sig genom uppdraget? Vilka färdigheter stärks? Hur kan unga presentera sina uppdrag på sitt cv?

1. **Erbjud flexibla och mindre tidskrävande uppdrag**  
   Det största hindret att engagera sig är bristen på tid. För många är det svårt att pussla ihop jobb, familj, vänner och fritidsintressen. Det kan därför vara konstruktivt att ideella verksamheter inte har alltför höga eller orealistiska krav på sina volontärer. Det kan vara bättre att dela upp en uppgift mellan flera personer istället för att en ska bära ett tungt lass. Det är till exempel enklare att tacka ja till att tvätta matchtröjor tre gånger per säsong istället för tio gånger.

Behovsanalys

Vilka är seniorerna? Var bor de? Osv

Ring in ett antal målgrupper

Vilka är ungdomar?

**Utifrån ungdomars perspektiv**

Varför delta?

Ingå i en gemenskap

Göra nytta

Meningsfullt

Bättre självförståelse genom att känna att man gör nytta för andra människor

Genom att hjälpa andra

Hjälpa till att lyckas med skolarbetet

**Hur rekrytera ungdomar?**

Annons med profilbeskrivning

Deras förväntningar