

FrivilligNyt uge 24

10-06-2026

Velkommen til FrivilligNyt uge 24

Kan du hjælpe os med en historie fra virkeligheden

Har du kendskab til en situation, hvor en fagperson har brugt hjemmesiden vaagetjeneste.dk til at kontakte og få hjælp fra jeres vågetjeneste?

Vi søger konkrete historier fra virkeligheden, som kan hjælpe til at synliggøre og fortælle om vågetjenesten og vaagetjeneste.dk til fagpersoner i sundhedssektoren, bl.a. i fagblade. Hvis jeres vågetjeneste får eller har haft en sådan henvendelse, håber vi, at I vil hjælpe os med at skabe kontakt til dem.

Hvis du kan hjælpe med en konkret historie eller kontakt til en fagperson, kan du kontakte Asta Eidemak på are@aeldresagen.dk eller tlf. 20 28 32 55.

På forhånd mange tak for hjælpen.

17 ældre- og sundhedsudvalg dannes lokalt

Som noget helt nyt har Ældre Sagen organiseret sig med 17 ældre- og sundhedspolitiske udvalg, hvor lokale frivillige skal løfte ældre og pårørendes stemme over for de nye sundhedsråd.

[Læs og brug pressemeddelelsen her](#)

Service på Membersite-serverne

Vi har fået denne besked fra Membersite-leverandøren:

Der udføres planmæssig service på test- og produktionsservere natten til torsdag og natten til fredag i denne uge.

Opdateringen af serverne vil finde sted i tidsrummet kl. 00.00 - 06.00.

Bemærk, at dette kan være forbundet med kortvarige forstyrrelser i de konkrete tidsrum.

- Natten til torsdag d. 11. juni fra kl. 00.00 – 06.00 opdateres testservere
- Natten til fredag d. 12. juni fra kl. 00.00 – 06.00 opdateres produktionsservere

Vi håber ikke, at du bliver påvirket af dette arbejde.

Kursus for nye frivillige Ældre-og sundhedspolitik

Er du ny frivillig og beskæftiger dig med ældre- og sundhedspolitik? Så har du mulighed for at komme på spændende kursus, der er skræddersyet til dig.

Kurset finder sted den 1. september 2026 i kursuscenter Severin, Skovsvinget 25 i Middelfart fra kl. 9:30-15:30.

Vi håber meget at se dig og at du vil tilmelde dig i linket.

[Læs mere om kurset og tilmeld dig her](#)

Kom til Tjek in møde om transport den 22. juni

Kom til Tjek in online møde den 22. juni klokken 15:00-16:30. På mødet stiller vi skarpt på transport og har inviteret Marlene Rishøj Cordes, som arbejder med transportområdet i Ældre Sagen. Vi glæder os til et spændende oplæg og til at få nogle gode drøftelser med jer.

Tilmeld dig, der hvor du plejer at tilmelde dig Tjek in møderne, eller via linket.

Alle tilmeldte får tilsendt et link inden mødestart. Mød meget gerne op til mødet kl.14:45 og prøv det af. Vi håber I har tid og mulighed for at deltage og glæder os til at mødes med jer online.

[Tilmeld dig her](#)

Instruktørkursus i indemotion - 3 dage

Har I fået nye motionsfrivillige? Der er stadig ledige pladser på instruktørkurset 8.-10.09. september i Odense. Kursus er til frivillige, der skal i gang med at undervise i stolemotion, motion for friske rørige mv., og kun har lidt eller ingen erfaring med ældre og træning.

Du må meget gerne formidle budskabet videre til nye frivillige. På kurset vil der være teori om ældre og træning, øvelser, der træner kondition, muskelstyrke, bevægelighed, balance mv. Der vil være øvelser siddende på en stol samt øvelser stående og gående/løbende.

Sundheds- og idrætskonsulent Karin Schultz, mail: kas@aeldresagen.dk og tlf.: 3396 8646

[Læs mere og tilmelding](#)

MitID med mere funktionalitet

Den 9. juni kom der en række ændringer til MitID. Det er blevet muligt:

- At godkende med en knap i stedet for at swipe
- At spærre og genaktivere sit MitID midlertidigt direkte i appen
- At få hele godkendelses-flowet på grønlandsk

Muligheden for at trykke på en knap i stedet for at swipe indstilles under App-indstillinger. Holde knappen "Godkend" nede i et sekund og telefonen/tabletten vibrerer kort, og knappen bliver gradvist farvet for at vise, hvor lang tid man skal holde den nede.

[Læs nærmere om de nye funktioner her](#)

Gl. bookingløsning udfases

Den gl. bookingløsning bliver drypvist lukket ned, og det er derfor nu ikke længere muligt at sende sms'er og/eller e-mails gennem den. Det er stadig muligt at logge ind og kopiere tekster fra tidligere arrangementer inden det lukker helt.

Knogletræning - træning af styrke, balance mv.

Kursus i Kolding 1.10. for instruktører i indendørs og udendørs motion. Der er fokus på, hvordan vi kan bevare nogle stærke og sunde knogler gennem træning. Der vil være øvelser, der træner muskelstyrke, kondition og balance. Der er særlig fokus på styrketræning og vægtbærende øvelser, der styrker knoglerne. Kurset veksler mellem teori og praktiske øvelser. Læs mere på Frivilligportalen eller i kursuskataloget.

Vil du vide mere, så kontakt Sundheds- og idrætskonsulent Karin Schultz, mail: kas@aeldresagen.dk og tlf.: 2804844

[Læs mere og tilmeld dig](#)

Motion for mennesker med demens - kursus

Kursus i Aalborg 30.09. Få inspiration til motion for mennesker med demens. På kurset får du viden om, hvorfor fysisk træning kan være godt

for mennesker med demens, samt hvilke øvelser, der er gode at inddrage i aktiviteten. Indholdet på kurset er rettet mod mennesker med let til moderat demens. Kurset er også for dig der fx har stolemotion, gymnastik-/motionshold eller en demenscafe.

Vil du vide mere, så kan du kontakte Karin Schultz, mail: kas@aeldresagen.dk og tlf.: 28104844

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Gå ikke glip af efterårets spændende kurser

1. Oktober er der i Århus det meget roste kursus ”Det digitale medborgerskab” målrettet it-frivillige, der mere dybdegående gerne vil kunne besvare spørgsmål om og indgå i dialoger om den digitale udviklings påvirkning af mennesker og samfund. Det gælder dels i forhold til den daglige it-hjælp eller i forbindelse med lokale temaarrangementer.

- 10 koncepter som det er godt at kende i en digital verden
- Dataindsamling og adfærdsdesign
- Misinformation
- Den digitale medborger
- Idéer til dialoger og temadage om digitalisering.

Gå ikke glip af efterårets spændende kurser

10. September er der i Nyborg kursus i Kunstig Intelligens for alle it-frivillige som gerne vil have indblik i eller holde sig opdateret om udviklingen indenfor kunstig intelligens med hovedvægten på, hvordan man kan benytte AI i sin daglige frivilligpraksis.

[Tilmeld dig nu](#)

Gå ikke glip af efterårets spændende kurser

3.September afholdes kurset "Det digitale hjem" i Vordingborg for alle it-frivillige, der ønsker at hjælpe ældre med at benytte smart-home-teknologi i hjemmet til at gøre hverdagen lettere.

Udbytte

Du får en grundlæggende indsigt i de forskellige smarthome- teknologier. Målsætningen er, at du efter kurset kan begynde at hjælpe ældre, der fx har gigt eller gangbesvær med at gøre hverdagen nemmere ved at anvende sammenkoblede digitale løsninger, der kan stemmestyres.

[Tilmeld dig nu](#)

Gå ikke glip af efterårets spændende kurser

23.september er der i Aalborg det nye kursus i Open Source - målrettet it-frivillige, der ønsker at hjælpe ældre med at bruge Open source som et alternativ til fx Windows og Mac.

Udbytte

Du får en grundlæggende introduktion til Open source og markedet for Open source-programmer. Vi ser på viften af softwareløsninger, der kan imødekomme behovet for gode almindeligt benyttede programmer med fokus på fordele og ulemper.

[Tilmeld dig nu](#)