

FrivilligNyt uge 10

05-03-2025

Landsbestyrelsen informerer

Landsbestyrelsen har hold møde i sidste uge, og drøftede flere forskellige emner, bl.a:

- * Ventetid på seniorpension
- * Projekt Social Henvisning
- * Rejseholdet

[Læs hele referatet her](#)

Aktiviteter og plejehjem – hvorfor er det vigtigt?

Der er ledige pladser på kurset om aktiviteter på plejehjem, hvor du både får viden om aktiviteterets betydning, planlægning samt inspiration til nye initiativer.

Du får også viden om de seneste tiltag med Kultur på plejehjem, IT-aktiviteter, Kognitiv stimulationsterapi og værktøjet Drømmesamtaler. Vi deler erfaringer og taler om rekruttering, så er du interesseret, så tilmeld dig snarest.

Kurset afholdes i Silkeborg, den 9. april.

Tilmeldingsfristen er en måned før, altså d. 9. marts 2025 kl. 10:00.

Yderligere information ved henvendelse til demenskonsulentten.

Jette Abildskov, JA@aeldresagen.dk

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Hjælp til at finde nye besøgsvenner

Sekretariatet sender hver måned et nyhedsbrev ud til samtlige medlemmer.

Som noget særligt kan vi i april-udsendelsen tilbyde, at jeres besøgstjeneste får en notits med om, at I mangler besøgsvenner.

Notitsen er ens for alle, forfattes af sekretariatet og ledsages af et foto. Nyhedsbrevet kommer ud til samtlige medlemmer i jeres område – også dem, der ikke er tilmeldt jeres eget nyhedsbrev.

Skriv dit og lokalafdelingens navn til Tine tsc@aeldresagen.dk senest mandag den 7.4, hvis I ønsker at være med.

Naturen som træningsrum

Flyt træningen ud, når solen skinner - eller hele året.

På Ældre Sagens Frivilligportal har vi samlet en lang række materialer og inspiration til at træne udendørs. Se i videoen, hvordan de gør i et par af Ældre Sagens lokalafdelinger.

Der bliver holdt kursus, d. 27. maj i Holbæk og d. 29. august i Aalborg - se mere under kurser på Frivilligportalen.

[Læs mere og bliv inspireret](#)

Demensvenlig lokalafdeling Nordjylland

Der er få pladser ledige på kurset ”Demensvenlig lokalafdeling, Sådan gør du”

Det afholdes i Ålborg, d. 27. marts 2025 på Comwell Hvide Hus

På kurset bliver der arbejdet konkret med de 4 anbefalinger til demensvenlig lokalafdeling - med udgangspunkt i jeres egen lokalafdeling. Det er en god ide, hvis I kommer flere fra samme lokalafdeling.

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Træning og livsstilssygdomme - kursus i Silkeborg

Kom med på kurset Træning og livsstilssygdomme, d. 25. marts i Silkeborg kl. 9.30 - 16.00.

Kurset er for dig, der er aktiv motionsfrivillige indenfor stolemotion, gymnastik/motion, træningsmaskiner, motionsvenner, motionsboldspil, gå- og cykelture mv.

Kurset giver dig viden om træning og livssygdomme, så du kan være tryk ved at undervise de deltagere på dit motionshold, der har en livsstilssygdom.

Der veksles mellem teori og praktiske øvelser.

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

[Læs mere og tilmeld dig her](#)