

Mangler I flere frivillige i lokalafdelingen?

Så tilmeld dig vores kursus, d. 8. maj i Ringsted eller d. 23. oktober i Aarhus og få konkrete, brugbare råd til at tiltrække nye frivillige.

Kurset er målrettet aktivitetsledere og bestyrelsesmedlemmer, og som deltager vil du lære om nutidens tendenser indenfor rekruttering af frivillige, valg af målgrupper, få kendskab til de mest effektive kanaler og metoder til rekruttering af frivillig, som du selv efterfølgende kan tage i brug i din lokalafdeling.

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

Camilla Stubbe Teglbjærg har fået nyt arbejde

Camilla Stubbe Teglbjærg stopper som konsulent for vågetjenesten, bisiddere, vejledere og sorgstøtte ved udgangen af marts. Camilla har været virkelig glad for arbejdet i Ældre Sagen, og har især nydt samarbejdet med jer frivillige og jeres store engagement.

Indtil vi har fundet en ny kollega, vil Mette Kvisgaard og Asta Rubæk Eidemak være jeres kontaktpersoner.

Mette har ansvar for distrikt 1, 2, 3, 8 og 10.

Asta har ansvar for distrikt 4, 5, 6, 7 og 9.

Vi ønsker Camilla alt det bedste.

Tilmelding som madskoleinstruktør for børn

I Ældre Sagen samarbejder vi igen i år med organisationen 4H om at finde nogle, som har lyst til at være frivillige Madskoleinstruktører på sommerferiens Madskoler for børn.

Der bliver afholdt Madskoler over hele landet, og målgruppen er børn mellem 8-12 år. Som frivillig melder man sig for en uge, og det er muligt også at tage sit eget barnebarn med på Madskolen. Man bliver klædt godt på til opgaven med instruktørkursus og materiale.

På frivilligportalen under generationsmøder kan du finde mere information om Madskoler samt om hvordan I lokalt kan hjælpe med at sprede budskabet, fx ved at bestille postkort til at dele ud ved arrangementer.

Man tilmelder sig via Ældre Sagens hjemmeside.

[Link til Ældre Sagens hjemmeside med mere information og link til tilmelding til madskole](#)

E-læringskursus til it-frivillige

Digitaliseringsstyrelsen har udviklet et e-læringskursus til it-frivillige - primært rettet mod nye it-frivillige eller andre, der gerne lige vil have en opdatering på grundprincipperne og rammerne for vores it-hjælp.

eKurset, der var ca. en time, giver indsigt i nogle af de offentlige digitale løsninger, som it-frivillige ofte hjælper med. Det består af fire moduler (primært videoer), der hver fokuserer på temaer som sikker digital adfærd, og hvordan man som frivillig kan hjælpe med MitID, borger.dk og Digital Post.

Kurset er blevet til med inddragelse af it-frivillige, it-koordinatorer og medlemmer af Netværk for digital inklusion.

[Klik ind på e-læringskursus for it-frivillige](#)

Sidste nyt for app-guider

Kom til Hotel Skivehus, tirsdag, d. 6. maj og bliv opdateret på de vigtigste offentlige- og private digitale velfærdsløsninger og apps

På kurset vil Martin Juhl Andersen sætte fokus på de aktuelle digitale løsninger og muligheder, der findes på fx Borger.dk samt andre digitale løsninger indenfor fx sundhed, transport, streaming, sociale medier m.v., som du som it-frivillig kan og må hjælpe med.

[Nærmere information og tilmelding til Sidste nyt for app-guider i it-caféen og it-hjælp i hjemmet](#)

Windows 10 udfases – hvilke muligheder findes?

Onsdag, d. 26.03.25 fra kl. 13 til 14:30 holder vi webinar med Nicolai Busck Porsbo, der er partner og konsulent for Bloom Digital.

Han giver et overblik over de handlemuligheder, der tegner sig – med hver deres fordele og ulemper - når Windows 10 udfases, d. 14. oktober 2025. Nicolai har mange års erfaring med digital udvikling og ledelse, forretningsudvikling og projektledelse for en række større danske og internationale virksomheder.

Alle it-frivillige vil modtage en direkte invitation via e-mail.

Bliv velfærds-teknologi-frivillig

D. 30. april er der stadig ledige pladser på kurset Bliv velfærds-teknologi-frivillig i Musikkens hus i Aalborg.

Kurset henvender sig til alle frivillige, der er nysgerrige på det velfærdsteknologiske område, og som gerne vil hjælpe ældre med at benytte forskellige digitale hjælpeløsninger samt ønsker indsigt i samskabelse med det offentlige.

Dagen vil bringe dig indsigt i relevante velfærdsteknologier, udbredelse og anvendelse med særligt fokus på de områder, hvor du og din lokalafdeling kan være med til at hjælpe ældre med at bevare deres selvhjulpenhed, selvbestemmelse, mobilitet, sikkerhed, tryghed og værdighed i hverdagen.

[Nærmere information og tilmelding til Bliv velfærds-teknologi-frivillig](#)

Træning og livsstilssygdomme - kursus i Silkeborg

Kom med på kurset Træning og livsstilssygdomme 2, d.5. marts i Silkeborg kl. 9.30 - 16.00.

Kurset er for dig, der er aktiv motionsfrivillig 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](#)