

## FRIVILLIGNYT UGE 5

29. JANUAR 2025

### **KICK OFF Kommunalvalg 2025 - program og tilmelding**

Til formænd for koordinationsudvalg, formænd for solitære afdelinger, ældrepolitiske distriktskoordinatorer og formænd for sundhedsudvalgene. Så varmer vi fælles op til Kommunalvalg2025 med Ældre Sagens KICK OFF. På dagen handler det om vores mærkesager, og hvordan vi sammen kan gøre klar til valget. Du kan se programmet og tilmelde dig et af disse to steder i landet:

26. feb. 2025 i Snorregade

4. marts 2025 på Scandic Aarhus city

*[Find programmet og tilmeld dig her](#)*

### **Nye brugerråd i de kommende sundhedsråd**

Danske Handicaporganisationer, Danske Ældreråd, Danske Patienter og Ældre Sagen har sendt en opfordring til indenrigs- og sundhedsministeren om at sikre en stærk inddragelse af patienter og pårørende i de kommende sundhedsråd.

Vi foreslår, at aftalen om regionale patient- og pårørendeudvalg indeholder:

- Brugerråd knyttet til hver af de 17 sundhedsråd
- Lovfæstede rammer for systematisk og reel inddragelse i sundhedsrådets arbejde
- Regionalt forum af brugerrepræsentanter
- Sekretariatsbetjening

*[Læs henvendelsen til indenrigs- og sundhedsministeren her](#)*

## **Temadag for pårørende**

Ældre Sagens Rådgivning kan i 2025 tilbyde at holde en temadag for pårørende og andre interesserede - med fokus på oprettelse af fuldmagter samt visitation og økonomi i forbindelse med indflytning i plejebolig. På temadagen holdes oplæg af en socialrådgiver og en jurist fra rådgivningen og af en lokal pårørende. Vi kan tilbyde 1 arrangement i hvert distrikt efter først til mølle-princippet.

*[Læs mere her](#)*

## **Ny hjemmeside til vågetjenesten**

I denne uge kan vi endelig løfte sløret for vågetjenestens nye hjemmeside [www.vaagetjeneste.dk](http://www.vaagetjeneste.dk).

På hjemmesiden kan man finde kontaktoplysninger på alle landets vågetjenester i Ældre Sagen og Røde Kors. Formålet med hjemmesiden er at gøre det nemt og hurtigt for de, der passer en døende, at finde og kontakte vågetjenesten, så flere døende kan få hjælp fra en våger.

Vi håber, at I vil være med til at sprede budskabet om den nye hjemmeside, og at I vil tage godt imod den.

*[Besøg hjemmesiden her](#)*

## **Demens i Fokus i Vejle**

Ældre Sagen afholder, d. 1. april 2025 Demens i Fokus i Vejle

Vær med, når Cecilie Hother tager os gennem arrangementet: hvordan man kan leve et godt liv med demens.

På scenen kan du høre personlige fortællinger fra René og Morten, der lever med demens. Neuropsykolog Laila Øksnebjerg er også inviteret for at gøre os klogere på, hvordan man kan mestre at have en demenssygdom og skabe et godt liv.

Målgruppen er pårørende, medlemmer, frivillige og mennesker med demens. Gratis deltagelse, men tilmelding er nødvendig.

*[Læs mere og tilmeld dig her](#)*

## **Nysgerrig på demensugen 2025?**

I 2025 falder Demensugen, d. 5. - 11. maj, og Folkebevægelsen for et Demensvenligt Danmark vil igen række ud til Ældre Sagens lokalafdelinger i håb om, at I vil deltage og være med til at gøre en vigtig forskel for mennesker med demens.

Derfor håber vi, at I vil kontakte lokale forretninger, transportvirksomheder, idrætsklubber og kulturinstitutioner om, hvordan man er demensvenlig, og at I vil række ud til lokalsamfundet med viden om, hvordan vi alle kan hjælpe mennesker med demens.

Demensvenligt Danmark har som altid gratis materialer på hylderne. FFDD giver besked, så snart bestillingslinket er snart klar.

*[Læs mere og tilmeld dig her](#)*

## **I kløerne på en svindler, ny podcast**

Lyt til Ældre Sagens nye og højaktuelle podcast "Forført af en svindler". Her fortæller kommunikationsrådgiver og vært på tv-programmet "Forført af en svindler", Anna Thygesen, , hvordan hun selv oplevede at blive svindlet af tilsyneladende pæn bankmand.

Du kan også læse et længere interview med Anna Thygesen i Ældre Sagens medlemsblad, der sendes ud i næste uge.

*Du finder podcasten her*

## **VAAGETJENESTE.DK Få hurtigt hjælp**

Både når en døende har brug for en våger – og når pårørende har brug for en pause.

Ældre Sagen og Røde Kors har lavet en ny hjemmeside, der samler oplysninger om alle landets vågetjenester, så man nu nemt kan få overblik, hjælp og støtte.

Er du PR-frivillig? Facebook-bruger?

Under "Aktuelt" (<https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/aktuelt/er-du-pr-frivillig-facebook-bruger-del-nyheden>) finder du 3 forslag til både en nyhed til lokalavisen - et opslag til jeres facebookside - og en nyhed til jeres lokale hjemmeside.

1000 tak for at dele denne nyhed lokalt.

*Besøg [vaagetjeneste.dk](https://www.vaagetjeneste.dk)*

## **Nyt kursus 13. marts. - Brug pressen. Få pladser**

Skal I være aktive op til kommunalvalget, så kommer I nok ikke uden om pressearbejdet.

Hvordan kommer vi i pressen, spørger mange. Derfor har vi nu dette nye kursus for dig, der har brug for at få fortalt jeres medlemmer om alle de gode sager, I laver.

Hvad enten det handler om ældrepolitik, indlæg i kommunalvalgkampen, nye aktiviteter eller måske bare, at I har rundet et højt medlemstal.

Du lærer at skære budskaberne til og "sælge" dem til pressen.

Vi ser nærmere på, hvordan journalister tænker og arbejder, og vi gennemgår de journalistiske nyhedskriterier.

Du kommer hjem med masser af tips til pressearbejdet.

Se mere i kursuskataloget, men skynd dig at tilmelde dig. Kun få pladser

*[Find gode tips om pressearbejdet her](#)*

## **Endnu ledige pladser på instruktørkurset**

Instruktørkurset i indemotion er i Odense, d.11. - 13. marts.

Har I fået nye motionsfrivillige? Så er her et kursus for dem, der skal i gang med at undervise i stolemotion eller motion for friske rørig, 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](mailto:kas@aeldresagen.dk) og tlf.: 3386 8646

*[Læs mere og tilmeld dig her](#)*