

FrivilligNyt uge 27

01-07-2026

Velkommen til FrivilligNyt uge 27

Det Sker – lidt hjælp til dig

D. 27. juli er der igen deadline til Det Sker – og du kan allerede nu se, hvordan indholdet ser ud i dit blad. Du logger dig ind her: <https://detsker.aeldresagen.dk>. Hvis du møder en fejlside, skal du blot klikke på LOG UD, så er du klar igen.

Har du brug for hjælp uden for FrivilligServices åbningstider, så er der god hjælp at hente på FrivilligPortalen. Bl.a. kan du gense en video fra et af vores kurser i maj.

Og ellers er vi aldrig længere væk end et telefonopkald 33 96 87 97

[Find hjælp og video her](#)

Kursus for nye gruppeledere

Er du ny gruppeleder eller koordinator for en sorg- og livsmodsgruppe, har du mulighed for at deltage i et todages kursus den 7.-8. september i dejlige omgivelser i Middelfart.

Kurset henvender sig dig, der er ny frivillig eller endnu ikke har været på kursus. Du får redskaber til at skabe gode rammer for gruppen, inspiration til mødeform, idéer til indhold og tips til at synliggøre jeres tilbud lokalt. Du får også viden om sorg samt mulighed for at udveksle erfaringer med andre

frivillige gruppeledere.

Tilmeld dig senest 31. juli for at sikre dig en plads.

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

Årsrapport 2025: Rekordår for vågetjenesten

Årsrapporten for vågetjenesten 2025 er nu klar og viser et stort behov for hjælp fra vågetjenesten og ikke mindst en stor frivillig indsats.

I 2025 havde vågetjenesten rekordhøj aktivitet: 1.172 døende fik hjælp, vågerne sad hos de døende i mere end 20.642 timer og antallet af frivillige steg til 1.176.

Tusind tak til alle frivillige i vågetjenesten for jeres nærvær, engagement og uvurderlige støtte til døende og pårørende.

Vi håber, I vil være med til at dele rapporten i jeres netværk og med jeres samarbejdspartnere.

[Find og læs årsrapporten her](#)

Hjælp med at gøre Metroen mere tryk

Har du erfaringer med at rejse med Metroen? Metroselskabet gennemfører i samarbejde med

Epinion en undersøgelse om passagerers oplevelse af tryghed og brug af metrostationerne. I Ældre Sagen er vi også optaget af det skal være trygt at rejse, og derfor har vi indvilget i at videreformidle undersøgelsen.

Dine svar er vigtige og bidrager til at forbedre oplevelsen for alle. Det tager ca. 15 minutter at deltage. Du er velkommen til at sende linket videre til andre medlemmer eller lægge det jeres facebookside.

På forhånd tak for hjælpen. Har du spørgsmål skriv til metro@epinion.dk eller ringe på 8730 9500.

Metroselskabets tryghedsundersøgelse 2026

Bindevævs og åndedrætskursus

Du kan stadig med på kurset d. 28. august i Ans By i Silkeborg Kommune.

Få inspiration til hvordan du kan inkludere øvelser i din motionsaktivitet, som træner bindevævet og åndedrættet. Du får viden om, hvordan bindevæv og åndedræt påvirker vores generelle helbred og øvelser til at optimere begge dele. Der vil både være stående, liggende og siddende øvelser, og der vil være mange øvelser uden sko.

Pt. er kurset i risiko for aflysning pga. for få tilmeldte. Frivillige kan få stor glæde og motivation af at komme på kursus, så giv endelig beskeden videre til flere om muligheden for at blive klogere på dette emne.

Gå ikke glip at denne sidste chance i for at være med på bindevæv og åndedrætskurset i Midtjylland.

Læs mere og tilmeld dig her

KURSUS OM DEMENS FOR ALLE FRIVILLIGE

Kom med på kursus om demens i Tønder

Vi møder alle mennesker med demens på et eller andet tidspunkt, også som frivillig i Ældre Sagen. Kom på kursus og bliv klogere på hvad demens egentlig er og få redskaber og viden om hvordan du bedst kan kommunikere med personer der har demens og hvordan samvær og relationer kan styrkes. Kurset er for alle frivillige i Ældre Sagen, send endelig budskabet videre

Vel mødt

Lørdag d. 5. september
Hotel Tønderhus
Jomfrustien 1
6270 Tønder

[TILMELDING HER](#)

Er du demensansvarlig eller demensaktivitetsleder?

Hvis du er demensansvarlig eller demensaktivitetsleder kan kurset "Styrk din rolle som demensansvarlig og demensaktivitetsleder" være noget for dig
Kom med på kurset og få overblik over hvad din opgave indebærer som leder inden for demensområdet.
Trivsel, samarbejde og rekruttering er blandt emnerne vi skal dykke ned i.
Møde frivillige fra andre lokalafdelinger og del erfaringer og skab netværk.

VEL MØDT
2. september 2026
Milling Hotel Vejle
Willy Sørensens Plads 3
7100 Vejle

[Tilmelding her](#)

Naturen som vej til sundhed og trivsel

Kom og bliv inspireret til hvordan du kan inddrage naturen i jeres aktiviteter i lokalafdelingen.

På det nye kursus for naturmentorer bliver du præsenteret for viden om, hvorfor naturen er så vigtig for os, vores trivsel og livsglæde, og du kommer til på egen krop at mærke naturens positive virkninger. Forskere og

naturterapeuter Simon Hægmark og Sigurd Hartvig underviser på dagen.

Mange frivillige vil få stor glæde og brug af dette kursus. Alle tidligere deltagere har været utrolig glade for det. De rolige praktiske øvelser kan anvendes til mange forskellige målgrupper og aktiviteter i Ældre Sagen. Tag med og bliv inspireret til hvordan naturen kan bringes endnu mere i spil hos jer.

Kurset foregår d. 27. august i Kolding. Skynd dig at sikre dig en plads.

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Naturen som vej til sundhed og trivsel

Kom og bliv inspireret til hvordan du kan inddrage naturen i jeres aktiviteter i lokalafdelingen.

På det nye kursus for naturmentorer bliver du præsenteret for viden om, hvorfor naturen er så vigtig for os, vores trivsel og livsglæde, og du kommer til på egen krop at mærke naturens positive virkninger. Forskere og naturterapeuter Simon Hægmark og Sigurd Hartvig underviser på dagen.

Mange frivillige vil få stor glæde og brug af dette kursus. Alle tidligere deltagere har været utrolig glade for det. De rolige praktiske øvelser kan anvendes til mange forskellige målgrupper og aktiviteter i Ældre Sagen. Tag med og bliv inspireret til hvordan naturen kan bringes endnu mere i spil hos jer.

Kurset foregår d. 3. september i Hørve. Skynd dig at sikre dig en plads.

[Læs mere og tilmeld dig her](#)