FrivilligNyt uge 40

30-09-2026

Velkommen til FrivilligNyt uge 40

Tjek in møde om ældreloven den 19. oktober

Kom til Tjek in online møde den 19. oktober klokken 15:00-16:30. Tema for mødet er ældreloven og Per Tostenæs fra Rejseholdet vil holde oplæg. 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. 14:50 og prøv det af. Vi håber, at I har tid og mulighed for at deltage og glæder os til at mødes med jer online.

Tilmeld dig her

Tilmeld dig webinar om at starte reparationscafe

Er du interesseret i, hvad en reparationscafe indebærer, og hvordan I får gang i en lokalt? Så kom med til webinar om at starte en reparationscafe hos jer.

Få inspiration og bliv klogere på, hvad det kræver og hvilken hjælp der er at hente ift. opstart.
Webinaret foregår den 28. oktober fra kl 10-11:30.

Bemærk at webinaret henvender sig til jer, der endnu ikke har startet en reparationscafe.

Læs mere og tilmeld dig via linket

Ny film og nyt kursus. Få flere 50 + årige med

50 + årige er en voksende medlemsgruppe med stort potentiale. Vi har produceret en lille film og vil opfordre lokale webmastere til at lægge den på jeres lokale hjemmeside.

Ældre Sagen arbejder for at få flere tilbud til + 50 årige – nationalt og lokalt. Og alle lokalafdelinger opfordres til at åbne dørene og skabe målrettede aktiviteter for målgruppen. Det styrker både fællesskabet, mangfoldigheden og fremtidens frivillighed.
Filmen er en lille appetitvækker henvendt til målgruppen og frivillige med interesse for at udvikle tilbud til 50 + årige.

Kurser (5. og 19 november) giver inspiration til at udvikle og tilpasse aktiviteter så flere 50 + årige får lyst og mulighed for at være med. Sammen arbejder vi med idéer og planer til initiativer, du kan tage med hjem og afprøve lokalt.

Filmen ligger nederst på siden her:
https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/frivilligomraader/arrangementer/inspirationskatalog

Tilmeld dig kurset her

Grafik til Ældre Sagens 40 års jubilæum

Savner du billeder til brug på sociale medier, så har vi udviklet nogle røde jubilæumsgrafikker i stil med andet jubilæumsmateriale.
Du finder grafikkerne i de 3 gængse soMe-formater: Kvadrat, halvhøj og høj.

Der er også lavet et særligt jubilæums-coverbillede til Facebook med og uden baggrundstekst ”Resultater siden 1986”.

Læs mere om grafikkerne og andet jubilæumsmateriale

Hold hjernen skarp – kursus 6.11.

Sidste frist for til melding på søndag.

Kom med på kurset Hold hjernen skarp – ved fysisk aktivitet 6. november kl. 9.30 – 16.00 i Aabenraa
Kurset er for alle motionsfrivillige, der ønsker inspiration til nye øvelser og aktiviteter med fokus på at holde både hjerne og krop i form.

Kurset giver viden om, hvordan fysisk træning kan være med til at holde hjernen skarp. Uanset, hvilken motionsaktivitet du er motionsfrivillig indenfor, kan du få ideer til praktiske øvelser, der kan indgå i din undervisning eller på gå- og cykelturen.
Sundheds- og idrætskonsulent Karin Schultz, e-mail: kas@aeldresagen.dk og tlf.: 2810 4844

Læs mere og tilmelding

Demens kursus i Odense

Nu er det tid til at tilmelde årets sidste ”Demens i Praksis” kursus der afholdes i Odense 25. november 2026.

Kurset er målrettet alle frivillige i Ældre Sagen og giver en indsigt i hvad demens er, tidlige tegne på demens, viden og metoder til kommunikation og samvær med mennesker med demens.

Kurset afholdes i Mødecenter Odense 25. november 2026.

Tilmelding via dette link

Nyt kursus - Flere unge ældre med i fællesskabet

Der er et stort potentiale i at få flere 50-70årige med i aktiviteterne lokalt – og på sigt som frivillige. Det styrker både fællesskabet, mangfoldigheden og fremtidens frivillighed. Kurset er for frivillige og kommende frivillige med interesse for at udvikle tilbud til målgruppen. Du får inspiration til at udvikle og tilpasse aktiviteter så endnu unge ældre flere får lyst og mulighed for at være med. Sammen arbejder vi med idéer og planer til initiativer, du kan tage med hjem og afprøve lokalt.

Du kan læse mere og tilmelde dig her

Byggeklodser til stolemotion?

Vi sætter lup på stolemotionen! – både med workshop d. 13.11 om opstart af aktiviteten, samt 1-dagskursus d. 26.11 i Vejen med selve stolemotionsøvelser.

Vil du være med til at skabe flere aktive fællesskaber for ældre, der har brug for mere hensyntagen motion? Så kom og bliv inspireret i kreative rammer, hvor vi sætter fokus på, hvordan vi etablerer og udvikler stolemotionshold i lokalafdelingen.

Workshoppen "Fra myter til muligheder – Hvad er byggeklodserne til stolemotion?" finder sted fredag d. 13.11 fra kl. 10-14.30 på Hotel Legoland, Billund.

Der kan være mange myter om stolemotion, ældre og træning - derfor denne workshop om fakta og de gode erfaringer fra andre lokalafdelinger med at opbygge stolemotionshold. Ældre Sagens motionstilbud er allerede meget populære blandt medlemmerne. Mange steder er der ventelister – især på holdene med hensyntagende motion.

Workshoppen er for dig der:
- Er medlem af lokalbestyrelsen
- Er aktivitetsleder i lokalafdelingen
- Er fra en lokalafdeling med få eller ingen motionstilbud
- Er frivillig på et stolemotionshold eller har været med til at starte aktiviteten – kom og del ud af jeres erfaringer – det er guld værd

Vel mødt!

Ved spørgsmål - kontakt: Tina Jensen, tj@aeldresagen.dk, tlf. 20576961

Læs mere og tilmeld dig her