

FrivilligNyt uge 16

15. april 2026

Du kan nu læse årsrapporten for besøgstjenesten

Vi har endelig fået lagt sidste hånd på årsrapporten, der giver et billede af, hvordan det ser ud i Ældre Sagens nu 200 besøgstjenester i hele landet. Der skal lyde et stort tak til alle jer, der har bidraget til undersøgelsen, som vi gennemfører hvert andet år. Jeres svar giver os vigtig viden om, hvad der rører sig i aktiviteten. Også tak til alle frivillige i besøgstjenesten, der gør så stor en forskel for ensomme ældre i Danmark.

[Du kan læse rapporten på Frivilligportalen](#)

Kursus - Brush Up for instruktører

Der er endnu ledige pladser til Brush Up 5. – 6. maj i Odense. Kurset er for dig, der for år tilbage har deltaget på kurset Instruktør i indemotion eller har tilsvarende viden. Genopfriskning af teorien om aldring og træning af kondition, muskelstyrke, bevægelighed, balance mv. og øvelser, der træner disse. Inspiration til nye øvelser og hvordan musikken understøtter bevægelse. Erfaringsudveksling med de andre kursister.

For spørgsmål kontakt Karin Schultz, mail: kas@aeldresagen.dk og tlf.: 3396 8646

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Motion i naturen – kurser i foråret

Flyt træningen ud, når solen skinner - eller hele året. På kurset får du viden om ældre og træning samt inspiration til, hvordan du kan træne udendørs i parken, skoven mv.

Se videoen og læs mere om, hvordan motion i naturen kan tilrettelægges: <https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/frivilligomraader/motion-og-sundhed/udemotion>

På kurset prøver vi også nogle af øvelserne af.

Forårets kurser er kl. 9.30 – 16.00:

29. maj i Vingsted

12. juni i Køge

Har du spørgsmål til kurset, Sundheds- og idrætskonsulent Karin Schultz, e-mail: kas@aeldresagen.dk og tlf.: 3396 8646

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Få pladser tilbage på kursus i rekruttering

Der er nu kun få pladser tilbage på vores kursus i rekruttering af frivillige den 6. maj i Middelfart.

Oplever I mangel på frivillige, og vil I have konkrete værktøjer og ny inspiration til jeres lokale rekruttering, så er det nu, I skal slå til.

Kurset er praksisnært og målrettet aktivitetsledere og bestyrelsesmedlemmer.

[Tilmeld dig, mens der stadig er plads](#)

Arrangementer kan kun oprettes to år frem i tiden

Membersite:

I forbindelse med at gentagelser blev rullet ud tirsdag, så vær obs på, at vi også sætter en begrænsning på i forhold til, at arrangementer kun kan oprettes to år frem i tiden.

Netværksmøde om Demens

Er du demensansvarlig eller Aktivitetsleder indenfor demensområdet er det nu ved at være sidste mulighed for tilmelding til netværksdage.

Det foregår 20+21. maj i Middelfart.

Det er et spændende program vi skal være sammen om, bl.a. får vi besøg af Ulla Fink der skal gøre os klogere på frivilligt lederskab, demens og livsmod.

Kom og mød andre frivillige, del erfaringer, succeser og få inspiration til egen indsats i din lokalafdeling.

Vi glæder os meget til at være sammen med jer
Lotte & Jette

[Tilmelding her](#)

Opdateringer af membersite-servere

Fra vores leverandør af Membersite har vi fået følgende besked:

Der udføres planmæssig service på vores test- og produktionsservere natten til torsdag og natten til fredag i denne uge.

Opdateringen af serverne vil finde sted i tidsrummet kl. 00 - 06. Bemærk, at dette kan være forbundet med kortvarige forstyrrelser i de konkrete tidsrum.

- Natten til torsdag d. 16. april fra kl. 00:00 – 06:00 opdateres testservere
- Natten til fredag d. 17. april fra kl. 00:00 – 06:00 opdateres produktionsservere

Vi håber, at I ikke bliver påvirket af dette arbejde.

Nysgerrig på den nye sundhedsstruktur i ÆS?

Så kom til Tjek in online møde den 20. april klokken 15:00-16:30.

På mødet har vi fokus på den nye sundhedsstruktur og Ældre Sagens nedsættelse af 17 Ældre- og sundhedsudvalg. Steen Kabel og Line Bjerregaard fra Rejseholdet holder oplæg og vi glæder os 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.14:45 og prøv det af.

Vi håber I har tid og mulighed for at deltage og glæder os til at mødes med jer online.

[Tilmeld dig her](#)

Undersøgelse af tryghedsopkald

I denne uge udsender vi et spørgeskema på mail til alle aktivitetsledere i tryghedsopkald.

Vi håber, du vil tage dig tid til at svare på spørgsmålene i denne undersøgelse, som vi gennemfører hvert andet år. Dine svar er meget værdsat og har en stor værdi i forhold til at støtte og styrke indsatsen – uanset om du står i spidsen for mange eller få frivillige.

OBS: Er I flere om aktivitetslederopgaven i lokalafdelingen, er det vigtigt, at kun én af jer svarer på spørgeskemaet.