

FrivilligNyt uge 37

10-09-2025

Velkommen til FrivilligNyt uge 37

Hjælp og nærvær i den sidste tid

Mange har oplevet, hvor følelsesmæssig hårdt og tidskrævende det er at tage sig af et menneske, som er døende. Vågetjenesten giver nærvær og tryghed i den allersidste tid til døende, som er alene, og giver pårørende mulighed for at få et hvil.

På den nye hjemmeside vaagetjeneste.dk kan du få et overblik over, hvor der er en vågetjeneste i nærheden af dig. Hjemmesiden er lavet i samarbejde med Røde Kors og har til formål at gøre det nemt for plejepersonale og pårørende at finde kontaktoplysninger på lokale vågetjenester.

[Find vågetjenesten her](#)

Nyt fra Landsbestyrelsen

Landsbestyrelsen har holdt møde og blandt andet haft følgende på dagsordenen:

1. Patientinddragelsesudvalg
2. Ældreområdet 2025
3. Membersite

[Læs det hele her](#)

Ny konsulent i Frivilligafdelingen

Vi har i september budt velkommen til Sarah Katz som ny konsulent for vågetjenesten, bisiddere og vejledere samt sorgstøtte-tilbud. Sarah vil dække områderne sammen med Asta Rubæk Eidemak og Mette Møller Kvisgaard. Sammen har Sarah, Asta og Mette fokus på, at støtte aktivitetsledere og frivillige i arbejdet med at nå ud til de mennesker, som har brug for hjælp.

[*Her kan du læse mere om Sarah og hvem af de tre konsulenter du skal kontakte*](#)

Ekstra felt i kontaktformularen

I næste uge, torsdag d. 11/9 implementeres der et ekstra felt i kontaktformularen på kontaktsiderne på din lokale hjemmeside, så afsenderen kan gentage sin e-mailadresse.

Der har været et par henvendelser med ønske om sådan et ekstra felt efter, at nogle er kommet til at skrive forkert e-mailadresse i afsenderfeltet. Er e-mailadressen forkert på afsenderen, kan du som modtager selvsagt ikke svare.

Dette ekstra felt skal altså sikre, at du kan svare på henvendelser, der kommer ind via kontaktformularen.

Overførsel til Det Sker fra Membersite

Til dig, der er webmaster eller lokalredaktør

Som varslet for et par uger siden, bliver der en lille ændring i, hvornår vi overfører arrangementer og aktiviteter fra Membersite til Det Sker.

Overførslerne sker d. 11. og 12. september, så dig, der er lokalredaktør, får et par dage mere til at checke, at alt ser rigtigt ud i Det Sker - inden låsning.

Til gengæld skal du som webmaster have tastet alle arrangementer og aktiviteter ind i membersite inden, torsdag, d. 11. september, hvis de skal med i næste nr. af Det Sker.

Generationsmøder - Invitation til netværksmøde

Kære alle aktivitetsledere for generationsmøder

Der er nu åbnet for tilmelding til efterårets netværksmøder. I kan glæde jer til både erfaringsudveksling og spændende foredrag - program følger. Benyt nedenstående links til tilmeldingen - husk Ældre Sagen står for transportudgifter.

Aarhus – Den Gamle By - 29/10-25:

<https://www.tilmeld.dk/netvaerksmoede-generationsmoeder-29okt2025/signup>

København - Snorresgade - 5/11-25:

<https://www.tilmeld.dk/netvaerksdag-generationsmoeder-5nov2025/signup>

Vel mødt

Styrk frivilligindsatsen – deltag i kursus!

Har I brug for flere frivillige i lokalafdelingen? Så kom med til vores praksisnære kursus i Aarhus den 23. oktober kl. 09.30–15.30. Du får konkrete værktøjer og inspiration til at styrke rekrutteringen lokalt – og mulighed for sparring med andre frivillige.

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Husk at I kan få refusion ved hundetest

Det er en regel i Ældre Sagen, at besøgsvenner med hund skal bestå en test, inden de går på besøg – uanset om det er på et plejecenter eller privat. Hvis I sender hundeejer med hund afsted til en lokal hundesagkyndig, som tester hunden, kan I få betalt op til 700 kr. per enkeltsession ved at indsende bilag til sekretariatet. Vi har lavet både

tjekliste til testen og beskrevet, hvordan I gør - vi glæder os til at modtage regninger på flere pelsede frivillige.

[Læs mere om krav til hundetest og refusion her](#)

Facebook på Frivilligportalen er blevet opdateret

Facebook er et stærkt værktøj for lokalafdelinger, når det handler om at dele lokale aktiviteter, nyheder og skabe synlighed i nærområdet. Men det er også meget mere end det.

Den opdaterede side på Frivilligportalen giver dig viden og vejledning om, hvordan du bedst bruger Facebook i lokalafdelingen – både til dialog med medlemmer og frivillige, og til at styrke det varme fællesskab online.

Du finder inspiration til opslag, gode råd om tone og indhold, og praktiske tips til at få mest muligt ud af jeres Facebookside.

Har du spørgsmål?

Du er altid velkommen til at kontakte support:

Telefonisk support: Mandage og fredage kl. 10–11

E-mail: Send din henvendelse, og få svar mandage

[Besøg Frivilligportalen og se opdateringerne om Facebook her](#)

Få gang i kortspillet lokalt

Nyheder om at holde hjernen i form for ældre, har været stadig stigende i de sidste 10 år. Det er fastslået at det ikke kun er ernæring og motion, der fremmer livslængde og livskvalitet, men også (munter) hjerne-gymnastik. Et nyt slogan: KORTSPIL ER SAGEN – LOKALT - I ÆLDRE SAGEN blev nævnt i fr-NYT (uge 33), og man kan bestille en udførlig startpakke om emnet, så introduktion i lokalafdeling bliver enkel - hos sb@aeldresagen.dk.

Nyhed for br-lærere: Få 10+ startfiler tilsendt til BLÅ lærebog.

[Læs mere om projektet her](#)

Motion for mennesker med demens - kursus

Få inspiration til motion for mennesker med demens. På kurset får du viden om, hvorfor fysisk træning kan være godt for mennesker med demens, samt hvilke øvelser, der er gode at inddrage i aktiviteten. Indholdet på kurset er rettet mod mennesker med let til moderat demens.

Kurserne er:

2.10. i Vejen (hurtig tilmelding)

2.12. i København

Har du spørgsmål til kurset, kan du kontakte Karin Schultz, mail:

kas@aeldresagen.dk og tlf.: 3396 8646

[Læs mere og tilmeld dig](#)

Hold hjernen skarp - kursus i Herning

Skal du med på kursus, Hold hjernen skarp, 1. oktober kl. 9.30 - 16.00 i Herning?

Kurset er for alle motionsfrivillige, der ønsker at inddrage 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.: 3396 8646

[Læs mere og tilmeld dig](#)

Kom med til workshop om myter og fakta

Der er mange myter om ældre og træning, derfor en workshop med fokus på fakta 6. november i Randers kl. 10.00 – 15.00.

Vi sætter fokus på, hvordan vi kan få flere ældre med til motion i lokalområderne, og hvordan vi løser de praktiske udfordringer med at finde frivillige og lokaler. Vi tager afsæt i jeres erfaringer med at tilbyde motion – så kom og inspirere andre og få selv inspiration med hjem.

Dagen er for motionsfrivillige, bestyrelsesmedlemmer og eventuelle helt nye frivillige, der ønsker at være frivillige indenfor motion.

Sundheds- og idrætskonsulent Karin Schultz, e-mail: kas@aeldresagen.dk og tlf.: 3396 8646

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Valgtemaer i pjece til borgere

Som noget nyt har vi målrettet informationen fra den lille pjece med valgtemaerne, så den også kan bruges til kommunikation med borgerne. Du kan bestille den på Frivilligshoppen i printet form.

Desuden er det også muligt at bestille Idekataloget til kommunalvalg 2025 i fysisk form gennem Frivilligshoppen.

[Find pjecen til borgerne her:](#)

Skal du med til verdens største skraldeoprydning?

Den 15.-21. september er det tid til World Cleanup Day – en global begivenhed, hvor millioner af mennesker går sammen om at gøre en forskel for vores planet. Sidste år deltog over 23 millioner på verdensplan, og i Danmark er det NGO'en Plastic Change, der står i spidsen som landekoordinator.

Man kan deltage i hele uge 38 – eller bare i en enkelt time eller to. Alt, hvad der kræves, er lyst til at hjælpe, nogle skraldeposer og evt. handsker.

Det er en oplagt mulighed at komme ud i det fri, få en god gåtur og samtidig gøre en konkret forskel for miljøet.

Vi håber, du vil være med!

Læs mere: <https://worldcleanupday.dk/>

Spørgsmål? Tøv ikke med at kontakte os – vi hjælper gerne

Mail: wcd@plasticchange.org

Telefon: +45 42 66 72 46

[Tilmelding sker nemt her](#)