

FrivilligNyt uge 39

24-09-2025

Velkommen til FrivilligNyt uge 39

Hjælp til rekruttering af besøgsvenner

De fleste besøgstjenester mangler af og til besøgsvenner, og det kan godt betale sig at gøre en indsats for målrettet at rekruttere nye besøgsvenner. Vi har samlet materialer til brug for den lokale rekruttering, herunder opdaterede tekster klar til brug - fx til opslag på Facebook, på Frivilligjob eller i lokalafdelingens nyhedsbrev. Alle tre kanaler er der gode erfaringer med "giver pote". Måske skal jeres besøgstjeneste lave et fremstød i forbindelse med årets Rekrutteringsuge i uge 40?

[Læs om rekruttering til besøgstjenesten her](#)

Så er der nyhedsbrev fra Rådgivningen

Så er der igen nyhedsbrev fra Ældre Sagens rådgivning. I årets 3. nyhedsbrev kan du finde en tjekliste over, hvad der er værd at huske ved oprettelse af et testamente, læse om at MitID ikke kan bruges på visse ældre telefoner, om medicintilskud og om reglerne for Tidlig Pension, den såkaldte Arne-Pension. Husk at du der er bisidder eller vejleder i Ældre Sagen har et direkte nummer til Rådgivningens jurister og socialrådgivere: Tlf.: 80 30 96 97 (ved brug af nummeret, vil du komme foran i køen til Rådgivningen). Du kan også sende en mail til fvbraad@aeldresagen.dk. Opgiv det nummer, de kan ringe dig op. OBS: Disse kontaktoplysninger er kun til jeres brug og må ikke videregives til andre.

[Du kan læse nyhedsbrevet her](#)

Webmasterkursus i den nye arrangementsskabelon

Det gamle system webmasteren bruger til at lægge arrangementer og faste aktiviteter på den lokale hjemmeside er teknisk forældet og skal udfases, senest med årets udgang. Derfor skal alle webmastere i gang med at bruge en skabelon i et nyt system der hedder Membersite.

Sekretariatet holder kurser i det nye system rundt om i landet og webmasteren opfordres derfor til at tilmelde dig en af kursusdagene.

Kursusindhold er gennemgang af og øvelse i den nye arrangementsskabelon samt generel redigering på den lokale hjemmeside.

[Kursusdatoer og tilmelding](#)

Membersite: Ny kopiér-funktion

For jer der arbejder i Membersite.

Nu har vi været i luften i et par uger med den nye funktion, som gør det nemt at kopiere arrangementer. Vi er rigtig glade for at høre, at mange af jer allerede har gode erfaringer med at bruge den – det gør det nemt at oprette nye arrangementer og aktiviteter, så det blot er datoerne, som skal opdateres.

[Læs brugervejledning her](#)

Instruktørkursus for nye motionsfrivillige

Instruktørkurset i indemotion er i Odense 18. - 20.11.

Kurset er for nye motionsfrivillige, der skal i gang med at undervise i stolemotion eller motion for friske rørige, og kun har lidt eller ingen erfaring med ældre og træning.

Du må meget gerne formidle budskabet videre til nye frivillige.

Indhold: 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 og tlf.: 3386 8646

[Læs mere og tilmeld dig](#)

Ekstra hjælp til membersite

Udrulning af membersite, Ældre Sagens nye bookingsystem, er i fuld gang. Et nyt it-system giver nye arbejdsgange, som man skal vænne sig til, og derfor er der brug for, at kunne få svar på spørgsmål. Derfor udvider vi telefontiden i frivilligservice, så der kan ringes om membersite og kun om membersite. Den udvidede åbningstid træder i kraft pr. 1.10.

Onsdage fra 16-19 er der ekstra åbent på telefonen

Lørdage fra 10-12 er der ekstra åbent på telefonen.

Telefonnummeret er 3396 8797

Ældre Sagen til foretræde om omsorgssvigt

Ældre Sagens rådgivning har oplevet en kraftig stigning i antallet af henvendelser om omsorgssvigt i ældreplejen og sundhedsvæsenet. Vi har indsamlet 196 vidnesbyrd fra det seneste år om omsorgssvigt. Disse vidnesbyrd blev overleveret til Folketingets Ældreudvalg ved et foretræde onsdag d. 17. september. Med Landsformand Birger Rasmussen og vicedirektør Michael Teit Nielsen i spidsen fremlagde vi Ældre Sagens bekymring for forholdene i ældreplejen og vores budskaber om behovet for, at de ansvarlige politikere sætter ind med dels en forebyggende indsats mod omsorgssvigt og dels et styrket sikkerhedsnet, hvis omsorgssvigt alligevel finder sted.

[Læs mere om vores opråb og foretræde her:](#)

Nu også med open-source

I oversigten over handlemuligheder i forbindelse med udfasningen af Windows 10 har vi nævnt, at også open-source-løsningen Linux Mint kunne være en mulighed for nogen. Der er dog ingen forventninger om, at lokalafdelingerne kan hjælpe på dette felt.

Vi har lavet en guide til dem der er nysgerrige på området og gerne vil afklare, om open-source kunne være relevant at sætte på dagsordenen. Her sætter vi fokus på Kompetenceudvikling, Testmiljø, Afklaringsprocedure (ift.dem der skal hjælpes) og råd til den konkrete hjælpeprocedure.

[Gå på opdagelse i guiden og den tilknyttede Linux Livlinje](#)

Hjælp til at få nye/flere it-frivillige

Behov for flere på posten - udvidelse af aktiviteter til medlemmerne. Så er her en enkel mulighed for at komme med i denne 2-foldige særkampagne:

1. Information om jeres behov for it-frivillige i det centrale nyhedsbrev til alle de medlemmer, der er registreret i jeres lokalafdeling
2. Ved job-opslag på frivilligjob.dk, som vi laver for jer - og på denne nye enkle hjemmeside:

<https://www.aeldresagen.dk/om-os/bliv-frivillig/it-frivillig-interesse>

I samarbejde med Formand/Bestyrelse vurder om I skal være med i denne kampagne.

Skriv blot til jho@aeldresagen.dk og angiv:

Lokalafdeling

Frivilligrolle

Navn

Mailadresse

Telefonnummer

Reaktionstid på henvendelser

[Se selv hvordan der ser ud når lokalafdelinger it-frivilligbehov kommer på frivilligjob.dk](#)

Brug frivilligjob.dk til rekruttering af nye vågere

Oplever I at stå at mangle frivillige til jeres vågetjeneste? Så er det nu muligt at øge synligheden af jeres rekrutteringsindsats ved at lægge jeres frivilligopgaver ud på www.frivilligjob.dk. Så bliver jeres annoncer synlige både der og på Ældre Sagens hjemmeside og når derved et bredere publikum. De vågetjenester, der er pt. får hjælp fra sekretariatet til rekruttering af nye frivillige, har allerede aktive opslag på frivilligjob.dk. Har du brug for hjælp til at oprette et frivilligopslag findes der en guide på Frivilligportalen til dette. Du kan også kontakte din konsulent, så hjælper og vejleder Asta, Mette eller Sarah gerne.

[Her kan du se et eksempel på, hvordan et frivilligopslag for en vågetjeneste kan se ud](#)

Workshop: Fakta om ældre og træning

6. november i Randers kl. 10.00 – 15.00

Der findes mange myter om ældre og motion – men hvad siger fakta egentlig? Kom til workshop, hvor vi sammen sætter fokus på, hvordan vi får flere ældre med til motion i lokalområderne.

På dagen arbejder vi med:

- Hvordan vi kan motivere flere ældre til at deltage i motionstilbud?
 - Praktiske løsninger på udfordringer med at finde frivillige og lokaler
 - Erfaringsudveksling: Del dine egne erfaringer og bliv inspireret af andres
- Workshoppen er for: Motionsfrivillige, bestyrelsesmedlemmer og nye frivillige, der ønsker at engagere sig i motion for ældre

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

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Sidste chance - udvid din digitale værktøjskasse

Det digitale medborgerskab - det nødvendige it-kursus i et demokratisk samfund

Glæd dig til en spændende dag sammen med andre it-frivillige.

Aalborg Kongres og Kultur Center,
Europa Plads 4,
9000 Aalborg

Dette er fx ikke "Misinformation". Hørt fra Birgitte fra Gråsten (it-frivillig på 15. år):

”Den eksterne underviser var rigtig god til at formidle. Spændende og anderledes kursus, der gav baggrundsviden, man ikke havde i forvejen. Der var meget stof til eftertanke og viden om falske nyheder og hvad der sker med vores data – og meget andet.”

[Nærmere information og tilmelding til kurset Det digitale medborgerskab](#)

Valgmøde med kandidater til regionsrådsvalget

Formænd og næstformænd i Distrikt 2 og 3, Distriktsformænd, distriktskoordinatorer, medlemmer af sundhedsudvalget inviteres til et spændende valgmøde i Bjerringbrohallen d. 20. oktober. Regionsrådsformand Anders Kühnau og spidskandidater for de andre store partier deltager i dialog med deltagerne om prioriteringer ift. det nære sundhedsvæsen så ældre kan have et godt liv hele livet. Kan du ikke selv deltage er du velkommen til at sende en substitut så problematikker fra dit lokalområde kan indgå i debatten

[Se program og tilmeld mødet her](#)

Myter, fakta og mere motion. Workshop d.5.11

Der er et stort behov for flere motionstilbud til ældre, og især flere hold med hensyntagende motion.

Ældre Sagens motionstilbud er meget populære. Hos mange lokalafdelinger er der venteliste til stolemotion, og flere lokalafdelinger har ikke stolemotion, som aktivitet. Vi kan sammen gøre meget for at skabe flere motionstilbud til ældre.

Kom og få inspiration til motionsområdet og mød andre frivillige.

Dagen er for dig, der:

- Sidder i lokalbestyrelsen
- Er fra en lokalafdeling med få eller ingen motionstilbud
- Er fra en lokalafdeling med mange motionstilbud - kom og del ud af jeres erfaringer - det er guld værd.

Dato: 5. november 2025

Tid: 10.00-15.00

Sted: Aulum Fritidscenter

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Myter, fakta og mere motion. Fredagsmøde d. 21.11

Der er et stort behov for flere motionstilbud til ældre, og især flere hold med hensyntagende motion.

Ældre Sagens motionstilbud er meget populære. Hos mange lokalafdelinger er der venteliste, og nogle lokalafdelinger i distrikt 10 har ikke stolemotion, som aktivitet. Vi kan sammen gøre meget for at skabe flere motionstilbud til ældre.

Kom og få inspiration til motionsområdet og mød andre frivillige.

Dagen er for dig, der:

- Sidder i lokalbestyrelsen
- Er fra en lokalafdeling med få eller ingen motionstilbud
- Er fra en lokalafdeling med mange motionstilbud - kom og del ud af jeres erfaringer - det er guld værd.

Dato: 21. november 2025

Tid: 10.00-15.00

Sted: Scandic Glostrup.

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

