

FrivilligNyt uge 44

29-10-2025

Velkommen til FrivilligNyt uge 44

Inviter en forsker - gratis oplæg i lokalafdeling

Sammen med forskere udvikler og udbreder Ældre Sagen viden om fremtidens ældre med udgangspunkt i Ældre Sagens Fremtidsstudie – et forløbsstudie, der undersøger livet, forventningerne og ønskerne til fremtiden blandt danskere mellem 50 og 89 år.

Vi har inviteret en række danske forskere til et forskningssamarbejde, hvor de bygger ny viden oven på Fremtidsstudiets data og resultater. Med et nyt tilbud er det muligt at invitere flere af forskerne ud til jeres lokalafdeling og høre om deres interessante fund. Forskerne undersøger forskellige emner, blandt andet; familieliv, digitalisering og pårørende som forhandlere.

På frivilligportalen findes der lige nu fire muligheder for gratis oplæg, og der vil komme flere løbende. Læs mere om muligheden her:

-

<https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/frivilligomraader/arrangementer/gruppetilbud/inviter-en-forsker---eva-hoffmann>

-

<https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/frivilligomraader/arrangementer/gruppetilbud/inviter-en-forsker---anne-marie-dahler>

-

<https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/frivilligomraader/arrangementer/gruppetilbud/inviter-en-forsker---anne-leonora-2>

-

<https://www.aeldresagen.dk/frivilligportalen/frivilligomraader/arrangementer/gruppetilbud/inviter-en-forsker---anne-leonora>

Overførsel fra Membersite til Det Sker i november

For jer, der er gået over på Membersite:

Næste overførsel til Det Sker har vi delt op i tre dele, så det passer bedre til jeres låsningsdatoer.

Så for jer, der er gået over på Membersite, overfører vi arrangementer og aktiviteter til Det Sker således

D. 5. november overfører vi for områderne:
2, 3A, 3B, 5, 7, 8A, 8B, 9A, 10A, 10B og 10C

D. 13. november overfører vi for områderne:
1A, 1B, 4 og 6

D. 21. november overfører vi for område:
9B

For dig, der er webmaster, betyder det, at alle arrangementer og aktiviteter skal være indtastet i membersite før ovenstående dato.

For dig, der er lokalredaktør, betyder det, at du skal kigge Det Sker grundigt igennem mellem ovenstående dato og låsningsdatoen. På denne måde sikrer du, at det er det rigtige indhold, der udkommer i Det Sker.

God fornøjelse!

Brug MitID til login i Membersite

Vi kan se, at mange af jer har succes med at logge ind med MitID, og det er vi glade for, for det er en nem og sikker løsning for jer frivillige og for medlemmerne. Når login en sjælden gang ikke lykkes, så skyldes det at medlemmets fulde navn formentlig ikke er registreret korrekt hos os.

[Læs alle brugervejledninger til Membersite her](#)

Prøv Ældre Sagens kandidattest

Nu kan du teste politikernes holdninger til ældrepolitik - og få mulighed for at holde dem op på det, de lover. I denne uge lancerer Ældre Sagen to kandidattest på vores hjemmeside med kandidater til kommunal- og regionsrådsvalg vedrørende temaer på ældre- og sundhedsområdet. Der er to kandidattest (en for hvert valg) og hver test indeholder 9-10 udsagn, som alle opstillede politikere har fået muligheden for at forholde sig til. Firmaet Epinion står for udførsel af kandidattestene og står for det tekniske set-up. Vi gemmer politikernes svar, så man også efter valgene kan holde dem op på alle løfterne.

[Find de to kandidattest her:](#)

Tjek in online møde 11. november

Kom til Tjek in møde 11. november kl. 15:00-16:30. På mødet har vi fokus på, hvordan I kan påvirke den politiske debat i jeres lokale medier lige op til kommunalvalget. Kom og få tips og tricks, videndeling og nyttig viden. På vores Tjek in online møder om ældre - og sundhedspolitik giver vi hver måned status på ældre - og sundhedspolitiske temaer og får en snak om, hvad der optager jer lokalt. Møderne er fra kl.15:00-16:30. Alle tilmeldte får tilsendt et link inden mødestart. Mød meget gerne op til mødet kl.14:45 og prøv det af. Mødedatoerne for resten af året er: 11.november og 9.december. Vi håber du har tid og mulighed for at deltage. Vi glæder os til at mødes med dig online.

[Tilmeld dig til møderne her:](#)

Kommunetal i print til formænd for KOU og LA

Fem printede eksemplarer af Ældre Sagens Kommunetal med eksempler på, hvad man kan læse ud af tallene, er på vej med posten til formænd for koordinationsudvalg og solitære afdelinger.

Tallene er baseret på officiel statistik og giver viden om, hvad der karakteriserer ældrebefolkningen og ældreplejen i jeres kommuner. Tallene er også tilgængelige i elektronisk form via Frivilligportalen. Vi håber, at I vil gå på opdagelse i tallene og brug dem som baggrundsviden i jeres lokale indflydelsesarbejde.

Kontakt Rejseholdet hvis I har brug for mere information.
I kan kontakte de ældrepolitiske konsulenter:

Line Bjerregaard, lb@aeldresagen.dk, tlf. 21437574

Tina Hosbond, th@aeldresagen.dk, tlf. 91178540

Steen Kabel, sk@aeldresagen.dk, tlf. 23818259

Maden på plejehjem er for dyr

I 62 kommuner opkræves det maksimale beløb på 4.113 kroner (2024-tal) om måneden for mad, hvis du er plejehjemsbeboer. Det er for meget for de fleste, og nogle overvejer at fravælge madordningen, udtaler Nina Bruun, seniorkonsulent i Ældre Sagen til DR.

En del ældre på plejehjem er nemlig småtspisende, men der sondres på betalingen ikke mellem stor eller lille appetit på plejehjem

Der er forskel på kommunerne. Fx har Vallensbæk Kommune en lav egenbetaling på kun 2.684 kroner om måneden for fuld forplejning. Men langt de fleste kommuner tager altså fuld pris for maden.

[Læs artiklen her](#)

Sidste pladser på demenskurset 11.11

Der er få ledige pladser til kurset om Demensvenlig lokalafdeling for aktivitetsledere, demensansvarlige og bestyrelsesmedlemmer.

Kurset afholdes i sekretariatet i Snorregade den 11. november.

Vi lover dig en spændende og inspirerende dag og det bliver det sidste kursus af dette format, da der i 2026 udbydes nye typer af kurser.

[Læs om kurset og tilmeld dig her](#)

Mangler I demensfrivillige? Læs mere her

Vi har mulighed for at få synliggjort behovet for frivillige til demensindsatsen via Ældre Sagens nyhedsbrev til alle medlemmer. Nyhedsbrevet bliver sendt ud i slutningen af november. Derfor, hvis I vil have mulighed for at gøre medlemmer i jeres lokalområde opmærksomme på at der er behov for frivillige til demensaktiviteter i jeres lokalafdeling skal du skrive til:
Lotte Kofoed Hansen, Demenskonsulent lkh@aeldresagen.dk
OBS FRIST mandag 10. november 2025

Bøgerne kommer – vil du være med?

Vidste du, at der på alle landets biblioteker findes både lydbøger og bøger med stor skrift – egnet til mennesker, der har svært ved at læse bøger med almindelig skrift? Vidste du også, at de fleste biblioteker har en gratis ordning, der hedder Bogen Kommer, hvor de leverer bøger til folk, der ikke selv kan komme på biblioteket? Mange ældre aner det ikke – men det vil Ældre Sagen gerne lave om på! Vi har indgået et samarbejde med Nyt Dansk Litteraturselskab om at få deres katalog med nye bøger ud i verden – og vi håber, du vil være med.

[Læs mere her](#)

Pilot om musik bevægelse - kursus

Københavns kommune har søsat et projekt, hvor de ønsker at afprøve mere musik på plejehjem. I den anledning afholder de to introduktionskurser for ansatte samt frivillige.

Vi har mulighed for at sende 10 frivillige på hvert kursus.

Det første kursus afholdes den 1. december 2025 på plejecenteret Sølund i København

Det andet den 12. januar 2026.

Ønsket er at styrke fagligheden omkring brugen af afspillet musik - og at give inspiration og motivationen til at skabe flere gode stunder med sang, bevægelse/dans og musiklytning.

Frivillige fra andre kommuner kan deltage og det er først til mølle.

Er du interesseret i mere info så skriv til konsulent Jette Abildskov,

ja@aeldresagen.dk

Træning og livsstilssygdomme - kursus i København

Kom med på kurset Træning og livsstilssygdomme 22. januar kl. 9.30 - 16.00.

Kursus for dig der er aktiv motionsfrivillige indenfor stolemotion, gymnastik, træningsmaskiner, motionsvenner, motionsboldspil, gå- og cykelture mv.

Kurset giver dig viden om træning og livssygdomme, så du kan være tryk ved at undervise de deltagere på dit motionshold, der har en livsstilssygdom. Der veksles mellem teori og praktiske øvelser.

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

[Læs mere og tilmeld dig](#)[Læs mere og tilmeld dig](#)