

FrivilligNyt uge 39

23-09-2026

Velkommen til FrivilligNyt uge 39

Gammel bookingløsning lukkes helt ned, d. 1. okt.

Alle lokalafdelinger har siden marts brugt Membersite til håndtering af arrangementer og aktiviteter, og derfor lukker vi nu helt ned for den gamle bookingløsning, den 1.oktober 2026.

Hvis der er indhold derfra, du stadig bruger, så skal du inden 1. oktober sørge for at trække informationerne ud, inden løsningen ikke kan tilgås længere.

Webmaster kursus i Aalborg, den 1. oktober 2026

Kurset henvender sig til nye webmastere men også til dig der vil have genopfrisket dine færdigheder. Vi skal arbejde i hjemmeside løsningen - altså den løsning du bruger når du skal lave opdatere lokalafdelingens hjemmeside - og værktøjet hedder "Sitecore".

Kurset afvikles i Aalborg Afdelingen, Torvet 5, 9400 Nørresundby fra kl. 9.30 til 15.00.

[Læs mere og tilmeld dig](#)

Kom til netværksmøde for Hjælpende Hånd

Det giver ny inspiration at mødes med ligesindede, og derfor inviteres du hermed til frokost og netværksmøde for aktivitetsledere i Hjælpende Hånd – det første af sin art på tværs af landet. Vi ved, at jeres indsats gør en stor forskel for rigtig mange mennesker – ligesom kaffen og den lille snak, der ofte følger med. Der bliver rig mulighed for at drøfte oplevelser, idéer, opgaver og andet der vedrører jeres vigtige aktivitet.

Dato og sted:

First Hotel Grand i Odense
Den 10. 11 kl. 12-16

Tilmelding efter "Først til mølle" -begrænset antal pladser

Kom med: Demenskursus målrettet dig som besøgsven

Savner du inspiration til samværet med din besøgsven? Eller føler du dig usikker i nogle situationer pga. demensen?

Måske kender du en, der har mod på at blive besøgsven for et menneske med demens? Så kom med på vores populære kursus Trivsel & tryghed når besøgsvennen har demens og inviter gerne en ven med. Tidligere kursister har kaldt kurset for "lærerigt", "informativt", "inspirerende" og "super godt".

Der er ledige pladser på årets allersidste kursus i Røde Kro den 24.11.

Læs mere og tilmeld dig via her

Indberetning af tid og sted for årsmøde

Mange har allerede indberettet årsmødet 2027, men det er vigtigt, at vi får alle i hus inden deadline.

Så, hvis din lokalafdeling ikke har indberettet tid og sted for jeres årsmøde,

så skal vi bede om, at det sker nu, så vi kan indkalde medlemmerne rettidigt.

Det er desuden vigtigt, at vi får hele adressen på stedet, hvor jeres årsmøde foregår - altså både sted, vejnavn, postnummer og by – for det er de informationer, vi skal sende til medlemmerne.

Vi skal også bede om, at indberetningen foregår via linket herunder.

Vi glæder os til at modtage de sidste indberetninger.

[Indberet tid og sted for jeres årsmøde her](#)

Instruktørkursus i indemotion - 3 dage

Har I fået nye motionsfrivillige, og skal de med på kursus? Der er instruktørkurset i indemotion 17. – 19. november i Odense. Kursus er for frivillige, der skal i gang med at undervise i indendørs motion; stolemotion, motion for friske rørige mv., og kun har lidt eller ingen erfaring med ældre og træning.

Du må meget gerne formidle budskabet videre til nye frivillige. På kurset vil der være 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.: 3396 8646

[Læs mere og tilmelding](#)

Hold hjernen skarp – kursus 6.11.

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 København

Hvis du er demensansvarlig eller aktivitetsleder for demensaktiviteter er dette et kursus for dig.

Kurset giver dig overblik over hvad din frivilligrolle indebærer og du får inspiration og værktøjer til hvordan du griber opgaven an.

Kurset er både for frivillige der er nye i rollen, og også for dig der har haft rollen i længere tid.

Kurset "Styrk din rolle som demensansvarlig og demensaktivitetsleder" foregår 4. november 2026 i Ældre Sagens lokaler i Snorresgade på Islands Brygge i København.

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Vigtigt: ændringer vedr. medlemskortet

Kære formænd, næstformænd og distriktsformænd

Fra 2027 ændrer vi måden, medlemmerne får deres medlemskort på.

Det fysiske medlemskort for 2027 bliver ikke som tidligere sendt automatisk ud sammen med medlemsbladet og resten af bladpakken. Ændringen skyldes blandt andet udviklingen på markedet for brevomdeling og de stigende omkostninger.

Det fysiske medlemskort forsvinder dog ikke. Medlemmer, der ønsker et fysisk medlemskort, vil fortsat kunne få et.

Læs mere om ændringerne her på Frivilligportalen.

[Læs om det digitale medlemskort her](#)

Rådgivningens nyhedsbrev til bisiddere og vejleder

Kære alle bisiddere og vejledere.

Nu er årets tredje nyhedsbrev kommet fra Rådgivningen. Læs bl.a. om forskudsopgørelsen, hjælpemidler og forbrugsgoder, nedsættelse af gæld og betaling ved rejser med offentlig transport.

De bedste hilsner fra konsulenterne Mette, Asta og Sarah

[Rådgivningens nyhedsbreve](#)