

FrivilligNyt uge 3 - ekstra

14-01-2026

Velkommen til FrivilligNyt uge 3 - ekstra

Ledelse af fællessang for mennesker med demens

Vi starter det nye år med nye kurser, som vi afholder i samarbejde med Sangens hus, dem med Demens koret på TV.

Kurserne henvender sig til alle, der har lyst til at starte fællessang, frivillige på plejehjem samt frivillige indenfor demens caféer, mødesteder mm. Du får inspiration til at lede fællessang og klædt på med redskaber til at kunne variere sange, der udfordrer krop og sind og giver smil på læben.

Vi er klar med tre kurser:

Den 25. marts i Roskilde

Den 29. april i Middelfart

Den 27. maj i Silkeborg.

Du kan læse mere i Kursuskataloget eller online og tilmelding sker via linket.

Har du spørgsmål, kan du kontakte konsulent Jette Abildskov,
ja@aeldresagen.dk

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

Nyt for demensansvarlige og aktivitetsledere

I år er der gode nyheder for demensansvarlige og aktivitetsledere indenfor demensaktiviteter, fx cafeer, pårørendegrupper, mødesteder, fællessang

og kor.

Det er formålet at styrke rollen som demensansvarlig og aktivitetsleder i de nævnte områder, og der er fokus på dig og din opgave samt hvordan du skaber overblik og får inspiration. Efter kurset har du værktøjer til ledelse af frivillige og til hvordan du kan formidle viden om demens og lokalafdelingens arbejde, så jeres indsats bliver tydeligere.

Du kan læse mere i kursuskataloget eller via linker her.

Du kan rette spørgsmål til konsulenterne Lotte Kofoed Hansen,

ikh@aeldresagen.dk og

Jette Abildskov, ja@aeldresagen.dk

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

Vær med i årets undersøgelse af besøgstjenesten

2025 er for nyligt slut, og vi har i denne uge sendt alle aktivitetsledere en mail om vores besøgstjenesteundersøgelse, som vi gennemfører hvert andet år. I mailen er der et link til spørgsmålene, som vi håber, du vil tage dig tid til at besvare. Dine svar er meget værdsat og har stor værdi i forhold til at støtte og styrke indsatsen – uanset hvor lille eller stor en aktivitet, der har været i året der er gået. Stor tak for din vigtige indsats. At bringe mennesker sammen, så nye venskaber kan opstå, er et betydningsfuldt stykke arbejde.

Kick off på spændende sundhedspolitisk 2026

Vi skal være klar til ny struktur på sundhedsområdet og inviterer til Kick off for formændene for KOU og de solitære afdelinger samt sundhedsudvalgene. Her vil vi præsentere planerne for, hvordan vi vil organisere det ældre- og sundhedspolitiske indflydelsesarbejde ift. regionernes sundhedsråd. Det første kick-off foregår den 26. februar i Campus i Snorresgade og den 3. februar i Aarhus. Brug nedenstående links til at tilmelde dig:

Tilmelding til 26. februar <https://www.tilmeld.dk/kickoff-sundhedspolitik-26feb2026>

Tilmelding til 3. marts <https://www.tilmeld.dk/kickoff-sundhedspolitik-3marts2026>

Se hele programmet her:

[Læs programmet her](#)

Knogletræning - træning af styrke og balance mv.

Kursus i Hobro 24.02. kl. 9.30 - 16.00. Kurset er for aktive instruktører i indendørs og udendørs motion. Kurset veksler mellem teori og praktiske øvelser. Der er fokus på, hvordan vi kan bevare nogle stærke og sunde knogler gennem træning. Der vil være øvelser, der træner muskelstyrke, kondition og balance. Der er særlig fokus på styrketræning og vægtbærende øvelser, der styrker knoglerne. Læs mere på Frivilligportalen eller i kursuskataloget.

Har du spørgsmål, skriv eller ring til Sundheds- og idrætskonsulent Karin Schultz, mail: kas@aeldresagen.dk og tlf.: 2804844

[Læs mere og tilmeld dig](#)