

FrivilligNyt uge 36

03-09-2025

Velkommen til FrivilligNyt uge 36

Velkomstmateriale til nye frivillige

Ældre Sagen modtager hvert år mere end 3.000 nye frivillige. En god velkomst er vigtigt for, at nye frivillige føler sig godt tilpas i lokalafdelingen og trives som frivillige. På Frivilligportalen findes, der inspirationsmateriale til, hvordan man tager godt imod nye frivillige.

[Læs mere her](#)

Sidste chance for hundetestdag på Sjælland i år

Har du overvejet at blive besøgsven med hund? Kom med når vi sammen med Dansk Kennelklub holder testdag i Ringsted d. 15.9. eller i Aarhus d. 28.10.

På dagen kan du med din hund vælge dig ind på én af to testsessioner i løbet af dagen. Din hund skal godkendes til brug i besøgstjenesten, og skal være fyldt to år og sund og rask. Du hjælpes videre med kontakt til din lokalafdeling. Her finder I ud af om opgaven er noget for dig. Som besøgsven med hund kan du besøge ældre privat eller på plejehjem.

[Du kan læse mere og tilmelde dig her](#)

Ny frivilligside – og masser af synlighed!

Nu er den nye side aeldresagen.dk/blivfrivillig klar – og den gør det nemt og inspirerende at blive frivillig i Ældre Sagen! Vi skruer op for synligheden med kampagner på Facebook, i medlemsbladet, Det Sker Lokalt, nyhedsbrevet, appen og meget mere op mod vores store Rekrutteringsuge slut september/start oktober.

Hjælp gerne med at sprede budskabet – del linket med dit netværk og fortæl, hvorfor det er fedt at være frivillig!

Dit opslag på Frivilligjob får også ekstra synlighed i perioden op til, under og efter rekrutteringsugen – så det er et godt tidspunkt at få det oprettet og delt!

[Se hvordan her](#)

I tvivl om demens? Her er der kurser.

Vi har to forskellige kurser på programmet i efteråret. Det ene er demens i praksis, der allerede flere steder har ventelister, men der er plads den 7.10 i Ringkøbing og den 4.11. i Hjørring.

Det andet kursus er for aktivitetsledere, demensansvarlige og bestyrelser, som afholdes i både i Esbjerg og Næstved den 28.10, samt 11.11. i Århus og København.

Her kan man tilmelde sig som en større eller mindre gruppe fra lokalafdelingerne.

For motionsinteresserede afholdes Fysisk træning og demens i København den 2.12.

Vil du vide mere kontakt fagkonsulenterne:

Jette Abildskov, ja@aeldresagen.dk

Lotte Kofoed Hansen, lkh@aeldresagen.dk

[Se kurserne på Frivilligportalen og tilmeld dig under det enkelte kursus](#)

Kursus - Brush Up for instruktører

Ekstra kursus 21. – 22.10 i Odense. Der er få ledige pladser. Kurset er for dig, der for år tilbage har deltaget på kurset Instruktør i indemotion eller har tilsvarende viden. Genopfriskning af teorien om aldring og træning af kondition, muskelstyrke, bevægelighed, balance mv. og øvelser, der træner disse. Inspiration til nye øvelser og hvordan musikken understøtter bevægelse. Erfaringsudveksling med de andre kursister.

For spørgsmål kontakt Karin Schultz, mail: kas@aeldresagen.dk og tlf.:3396 8646

[Læs mere og tilmeld dig](#)

Webinar for nye ældrepolitiske frivillige

Er du ny ældre- og sundhedspolitisk frivillig er ledige pladser på webinarret den 7. oktober 2025, hvor du kan gå en en introduktion til det ældrepolitiske område.

Webinaret indeholder bl.a. oplæg om den nye ældrelov og sundhedsreform og indblik i aktuelle mærkesager, om indflydelsesarbejdet lokalt og regionalt, om kommunernes økonomi på ældreområdet, om det ældrepolitiske pressearbejde samt oplæg om samarbejde med andre aktører.

[Læs mere om webinarret og tilmeld dig via dette link senest den 2. oktober 2025](#)

Workshop om myter og fakta - ældre og træning

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](#)

Sanseøvelser i naturen. Kursus d.16/9 i Korsør

Du kan stadig nå med d. 16/9, hvor du vil opleve øvelser, der er fantastiske for sanserne, og få en helt igennem dejlig og rolig dag i naturen med to dygtige natureksperter, Simon Høegmark og Sigurd Hartvig, som underviser på dagen.

Vi har netop brug for din hjælp til at teste dette nye kursus i Ældre Sagens kontekst. Du kommer hjem med viden om, hvorfor naturen er så vigtig for os, og konkrete øvelser, du selv kan lave eller bruge i din eget frivillige virke.

Kurset foregår på Comwell Klarskovgaard, og den omkringliggende skov. Sekretariatet betaler din transport.

Der vil på nogle tidspunkter i løbet af dagen blive taget billeder til Ældre Sagen.

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Udsendelse af bladpakken

Ældre Sagen er i en proces med at overgå til ny post leverandør, da PostNord ved årsskiftet ikke længere uddeler brevpost. Det får betydning for uddelingen af Ældre Sagens bladpakke. Normalt ville den blive uddelt i uge 40 til alle medlemmer, men PostNord har brug for en uge ekstra, så bladpakken uddeles i ugerne 39 og 40.

Når vi kommer til december udgivelsen, så har vi ny leverandør på der får brug for 8 hverdage til at levere vores bladpakke til alle medlemmer