

FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 2

10-01-2020

Velkommen til denne uges nyhedsbrev med information og nyheder tilpasset dig og dine frivilligroller.

God fornøjelse!

Årsmøde 2020

Der er kommet nye dokumenter om årsmødet på Frivilligportalen, og vi minder samtidig om at bestille stemmesedler til mødet.

Vi har som tidligere to forskellige farver - én til valg af medlemmer af lokalbestyrelsen og én til valg af suppleanter - og der er ikke årstal på, så stemmesedler fra tidligere år kan benyttes.

Husk at bestille i god tid - det tager tid at få posten ud!

Stemmesedler bestilles hos FrivilligService:

Ole Peinow, op@aeldresagen.dk eller tlf. 33 96 86 58

Per Jacobi, pj@aeldresagen.dk eller tlf. 33 96 86 90

Læs om lokalafdelingens årsmøde på Frivilligportalen

Netværksmøde for demensansvarlige

Nu kan du tilmelde dig forårets netværksmøde. Kom og mød andre demensansvarlige og deltag i dagen hvor du får inspiration, deler viden og erfaringer og udvikler initiativer

Alle demensansvarlige inviteret

- Den 24.3 i Silkeborg
- Den 25.3 i Roskilde

Møderne byder også denne gang på eksterne oplægsholdere. Charlotte Rugh taler om demensvenlige bydele på mødet i Silkeborg og Susanne Bækgård Holm taler om demens og jura i Roskilde.

Desuden er der masser af nyt og masser af erfaringer at dele. Der sker rigtig mange spændende initiativer landet over.

For yderligere information kontakt konsulent Jette Abildskov, ja@aeldresagen.dk

Gå til tilmelding på Frivilligportalen

Instruktørkursus i indemotion 27.-29. januar

Det er stadig muligt at tilmelde sig instruktørkurset 27.-29. januar i Odense.

Kurset henvender sig til nye motionsfrivillige, der skal i gang med at undervise og kun har få eller ingen erfaring på motionsområdet. Der vil være øvelser til både friske og rørige og mindre mobile ældre.

- Teoretiske og praktiske øvelser med træning af kondition, muskelstyrke, bevægelighed, smidighed og balance
- Et opvarmningsprogram i teori og praksis
- Inspiration til træning med bolde og elastikker
- Inspiration til valg af musik samt viden om, hvordan musik kan motivere
- Planlægning af time og sæson.

Du har modtaget denne nyhedsmail, fordi du er aktivitetsleder. Husk, at sige det videre til nye frivillige.

Læs mere på side 22-23 i kursuskataloget for efterår og vinter 2019/20

Har du spørgsmål til kurset eller til motionsområdet, er du velkommen til at kontakte sundheds- og idrætskonsulenterne:

Tina Jensen, tj@aeldresagen.dk, tlf. 33 96 88 17

Karin Schultz, kas@aeldresagen.dk, tlf. 33 96 86 46

Læs mere og tilmeld dig på Frivilligportalen

Workshop om demens hos FFDD

Folkebevægelsen for Demensvenligt Danmark afholder work-shop tirsdag den 14.1.2020 i Snorresgade.

Der er få ledige pladser som vi kan udbyde til frivillige. Deltagerne kommer fra mange af de organisationer der er med i Folkebevægelsen - FFDD.

Der er morgenkaffe kl. 9.30 – 10.00

Kl 10 1. og 2. tema, der handler om Hvilken indsats og hvor skal den virke.

Kl 12 er der frokost

Kl 12.45 – 14.30 3. tema der handler om det demensvenlige samfund og demensramtes behov

Er du interesseret og har du tid på tirsdag den 14.1., så meld dig gerne i denne uge.

Har du brug for mere information så skriv til

lone@demensvenligt danmark.dk

Eller kontakt konsulent Jette Abildskov, ja@aeldresagen.dk

Gå til program og tilmelding på FFDDs hjemmeside

Ved du nok om demens? Forårets nye kurser er klar

Erfaring viser at viden om demens støtter frivillige, pårørende og demensramte i samværet.

Nu er der 5 specialkurser og to motionskurser om demens i foråret 2020

Møder du mennesker med demens i dit frivillige virke eller vil du godt i gang?

Så meld dig til et kursus.

Det nye kursuskatalog er på vej, men allerede i januar og februar er der specialkurser i demens.

Kurserne henvender sig til alle frivillige, uanset hvilket område man er frivillig i. Det kan være i bestyrelsen, som aktivitetsleder eller som besøgsven, indenfor motion eller IT, i indsatsen på plejehjem eller hvor som helst.

Oversigt over de fem demens kurser

- 23. januar Thisted - Kun få pladser
- 17. februar København - ekstra kursus, ikke i kataloget
- 19. februar Haderslev - Kun få pladser
- 4. marts Vordingborg
- 2. april Videbæk

To kurser i motion: Træning med demensramte:

- 25. februar København
- 12. maj Fredericia

For information Jette Abildskov, ja@aeldresagen.dk Karin Schultz,

kas@aeldresagen.dk

Se alle specialkurserne her og tilmeld dig

Nyt år – ny aktivitet?

I Ældre sagen har vi gennem flere år arbejdet med at skabe generationsmøder herunder frivillige, som hjælper til i skoler og børnehaver. Det er en del af Ældre Sagens strategi under området ”Vi giver det videre”.

Mange vil gerne gøre en frivillig indsats, som kommer børn og unge til gode, og hvor man som frivillig også selv kommer i kontakt med de yngre generationer.

Ca. 800 frivillige er allerede i gang i omkring 70 lokalafdelinger. Måske er fx skole- eller børnehavevenner også noget for jeres lokalafdeling?

Kontakt konsulenten i Frivilligafdelingen, hvis I vil have hjælp eller inspiration til at starte en ny generationsmødeaktivitet:

Katrine Heinild, ksg@aeldresagen.dk eller tlf. 51 33 56 47.

Se mere om de forskellige typer generationsmøder på Frivilligportalen

Presseskabelon gav to artikler i Jydske Vestkysten

Oftentimes kan det betale sig at udfylde skabelonerne til pressemeddelelser. Det er i hvert fald erfaringen fra Toftlund. Her brugte formanden, Frede Jensen, Toftlund-Agerskov, skabelonen ”Giv et øjeblik af din tid”, der skal få nye til at melde sig til besøgstjenesten.

”Jeg udfyldte skabelonen og sendte den til Jydske Vestkysten, som jeg har god kontakt til,” siger Frede Jensen.

Han blev så kontaktet og interviewet til avisen, og nogle uger efter fulgte en journalist op og ville ud til en case. De fik navn på besøgsven og besøgsværten, og det blev til en fin artikel om Marieanne Stensbeck, der hver uge besøger Sonja Asmussen på plejecentret.

Artiklen i Jydske Vestkysten er blot en af utroligt mange spændende historier, der for øjeblikket fylder lokalaviserne. I er virkelig gode til at få omtale af jeres årsprogrammer, medlemstal, kommende årsmøder, nytårskure osv. Alt sammen noget, der er læsere til.

[Link til artiklen 2. januar i Jydske Vestkysten](#)

Besøgsvenner er godt stof

Besøgsvenner er altid godt stof i aviserne, fordi der er gode billeder i historierne med mennesker, følelser og masser af nærvær.

For øjeblikket kører vi kampagne med Codan og håber, vi får mange flere besøgsvenner. Der er brug for hver eneste. Vi ved, at 50.000 over 65 år føler sig ensomme.

Følg med på besogsvenner.dk og på Ældre Sagens Facebookside. Her er masser af inspiration.

Skabelonen til pressemeddelelsen, som Frede Jensen brugte, ligger på Frivilligportalen. Her er der også gode tips til, hvordan du bruger pressemeddelelser.

Her finder du skabelon til pressemeddelelse

Royal Run – tilmelding er nu mulig

1. juni er der igen i år Royal Run i 5 byer rundt om i Danmark: Aalborg, Sønderborg, Odense, København og Bornholm er værter for løbet. I Ældre Sagen har vi 550 billetter fordelt på de 5 byer, og det er nu muligt at tilmelde sig arrangementet.

Det koster 50 kr. at deltage når man gør det via Ældre Sagen, og for at få den gode pris, skal der bruges en voucherkode, som findes på Frivilligportalen.

Tilmeldingsfrist er 31.3, men billetterne sælges efter først til mølle princippet, så der kan være udsolgt inden den dato.

Vi håber, I vil lave en masse gode træningsture inden 1. juni, og der vil komme inspiration til træningskoncepter i de kommende uger.

Royal Run – kom og gå med

Statusundersøgelse af vågetjenesten send ud i dag

I dag sender vi den årlige statusundersøgelse af vågetjenesten i Ældre Sagen ud. Undersøgelsen bliver sendt til kontaktpersoner i alle Ældre Sagens vågetjenester.

Spørgeskemaundersøgelsen skal bl.a. give viden om, hvor mange døende og deres pårørende Ældre Sagens vågetjenester i fællesskab har hjulpet i 2019. Det vil vi gerne kunne dokumentere for at vise, både Ældre Sagens medlemmer og den danske befolkning i det hele taget, hvor stor en forskel

vågetjenesterne i fællesskab gør over hele landet.

Resultaterne af undersøgelsen bliver samlet og sendt ud senere på året i Statusrapporten for vågetjenesten 2019.

Systemarbejde tirsdag 14. januar kl. 22

Der skal foretages nødvendigt systemarbejde på Ældre Sagens økonomisystem og medlemsdatabase.

Det vil foregå i tidsrummet tirsdag 14.01.2020 kl. 22:00 - onsdag 15.01.2020 kl. 8:00.

Det vil betyde følgende i dette tidsrum:

1. Bookingløsningen vil være delvist utilgængelig.
Udefra kan brugerne læse om arrangementer, men der vil være lukket for tilmelding.
Frivillige vil hverken kunne oprette eller redigere arrangementer.
2. Man kan ikke logge ind på Frivilligportalen. Almindelig tilgang uden login kan ske som sædvanligt.
3. Listeværktøjet, lokale nyhedsbreve og dokumentboks er ikke tilgængelige.
4. Lokale hjemmesider kan besøges udefra, men webmasterne kan ikke logge på og redigere hjemmesiderne.

Man vil blive mødt med passende information, når man forsøger at tilgå sider, der ikke er tilgængelige.