

FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 22

27-05-2020

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

Udbetaling af midler for antal frivillige

Kort efter 1. juli udbetales der i år kr. 140,- pr. frivillig registeret i lokalafdelingen.

Vi vil derfor bede jer sørge for at få registeret evt. nye frivillige og tilsvarende stoppet frivillige, der ikke længere er knyttet til lokalafdelingen. Dette kan gøres ved brug af Listeværktøjet.

I kan altid lave en liste med registrerede frivillige i Listeværktøjet, men I kan også rekvirere listen ved at skrive til frivilligafdelingen@aeldresagen.dk

Vil du bidrage til en podcast om sundhed?

Kære motionsfrivillige

Ældre Sagen skal - i samarbejde med Læger Formidler – lave en podcastserie om sundhed. I hver udsendelse dykker læge Laura Kverneland ned i et emne, som relaterer sig til ældres sundhed.

Har du lyst til at være med i ”spørgepanelet”? Det foregår sådan, at du får tilsendt et par af emnerne på mail. Du svarer på denne mail med de spørgsmål, som du har lyst til at få svar på.

Du skal altså ikke medvirke (med tale) i selve podcasten, men bidrage med spørgsmål på skrift, som lægen giver svar på. Dit navn vil ikke fremkomme i

podcasten.

Emnerne drejer sig om alt fra sundhedsmyter til diabetes og hjernens funktioner. Og dine spørgsmål vil hjælpe os med at gøre udsendelserne så relevante som muligt.

Vi har brug for dine input fra midten af juni og i godt to måneder frem.

Skriv til podcast@aeldresagen.dk, hvis du har lyst til at være med til at gøre os alle sammen klogere på sundhed i Ældre Sagens kommende podcast.

Udendørs afslutning for indemotionshold?

Motionsholdene var i fuld gang i lokalafdelingerne, da corona satte en pause for alle aktiviteter.

Nu nærmer vi os genåbningen af aktiviteter, som foregår udendørs.

Både frivillige og deltagere har savnet aktiviteterne, og det kan betyde meget for fællesskabet og den enkeltes motivationen for motion, at der kommer kontakt mellem frivillige og deltagere igen efter denne periode.

Via linket er et par idéer, som I kan overveje til jeres lokalafdeling vedr.

- Afslutning på sæsonen
- Inspiration til motion i sommerpausen
- Ryk motion udenfor
- Sommerpakker?

God fornøjelse med udendørsaktiviteterne over sommeren. Vi vil meget gerne høre, hvis I finder på noget ekstraordinært eller får sat noget nyt i værk, som følge af Corona-perioden, som I ellers ikke ville have gjort hen over sommeren.

Skriv endelig til os med jeres erfaringer: Tina Jensen, tj@aeldresagen.dk, tlf. 33 96 88 17 og Karin Schultz, kas@aeldresagen.dk, tlf. 33 96 86 46

Læs mere om afslutning og sommeraktiviteter på Frivilligportalen

Vejledning til udendørs aktiviteter efter 1. juni

Som mange af jer sikkert har hørt, åbner Ældre Sagen 1. juni for frivillige aktiviteter, der kan foregå udendørs.

Dette gælder i princippet også for vores lokale bisiddertjenester, men jeg er klar over, at det i mange tilfælde kan være svært at have møder udendørs. Og, I må stadig ikke gå med til samtaler hos lægen, kommunen, osv.

Derfor vil jeg fortsat anbefale, at I tilbyder så meget hjælp, som I overhovedet kan over telefonen, indtil vi lukker fuldt op, også for indendørs aktiviteter.

Hvis I kunne tænke jer at tilbyde jeres hjælp udendørs, fx hjælp til at forberede et møde hos kommunen, har vi lavet en vejledning for udendørs aktiviteter i Ældre Sagen fra 1. juni 2020 – 31. august 2020.

I vejledningen er eksempler på, hvordan aktiviteter kan gennemføres under gældende rammer og retningslinjer. Vi håber, at vejledningen kan være til inspiration og bidrage til at skabe tryghed for alle.

Vejledningen bliver løbende opdateret.

[Læs mere på Frivilligportalen](#)

Sorggrupperne har mulighed for at mødes udendørs

Som mange af jer sikkert har hørt, åbner Ældre Sagen 1. juni for frivillige aktiviteter, der kan foregå udendørs.

Det giver mulighed for, at mødes i sorg- og livsmodsgupperne fx på en udendørs cafe, i en park, en gåtur i skoven, eller andet i det gode vejr.

En af vores sorg- og livsmodsgupper er allerede i gang med at planlægge gruppemøder på en lokal cafe i samarbejde med cafeejeren, hvor de har

mulighed for at sidde udendørs og uforstyrret.

Kunne I tænke jer at holde gruppemøder udendørs, har vi lavet en vejledning for udendørs aktiviteter i Ældre Sagen fra 1. juni 2020 – 31. august 2020. I vejledningen er eksempler på, hvordan aktiviteter kan gennemføres under gældende rammer og retningslinjer. Og selvom I sikkert finder på endnu bedre og flere løsninger selv, håber vi, at vejledningen kan være til inspiration og bidrage til at skabe tryghed for alle i forbindelse med aktiviteterne.

[Læs mere på Frivilligportalen](#)

Vejledning til udendørs aktiviteter fra 1. juni

Som mange af jer sikkert har hørt, åbner Ældre Sagen 1. juni for frivillige aktiviteter, der kan foregå udendørs.

Dette gælder i princippet også for vores lokale vejledninger, men jeg er klar over, at det i mange tilfælde kan være svært at lægge vejledninger udendørs.

Derfor vil jeg fortsat anbefale, at I tilbyder så meget hjælp, som I overhovedet kan over telefonen, indtil vi lukker fuldt op, også for indendørs aktiviteter.

Hvis I dog kunne tænke jer at tilbyde jeres hjælp udendørs, har vi lavet en vejledning for udendørs aktiviteter i Ældre Sagen fra 1. juni 2020 – 31. august 2020.

I vejledningen er eksempler på, hvordan aktiviteter kan gennemføres under gældende rammer og retningslinjer. Vi håber, at vejledningen kan være til inspiration og bidrage til at skabe tryghed for alle.

Vejledningen vil blive løbende opdateret.

[Læs mere på Frivilligportalen](#)

Vågetjenesten er stadig lukket

Som mange af jer sikkert har hørt, åbner Ældre Sagen 1. juni for frivillige aktiviteter, der kan finde sted udendørs.

Dette gælder dog ikke vågetjenesten, der fortsat er lukket indtil 1.9. - ligesom de øvrige aktiviteter, som foregår indendørs.

Derimod vil I sandsynligvis efter 8 juni, når forsamlingsforbuddet bliver lempet, kunne samle vågegruppen til et fælles arrangement i det gode vejr. Det ved jeg, at nogle af vores vågetjenester planlægger. Det kan være en god måde lige at hilse på hinanden og styrke fællesskabet i gruppen, mens I venter på at kunne komme ud at våge igen.

Derudover vil jeg også anbefale Ældre Sagens fantastiske podcast ”Fik min mor en værdig død”, som vores journalist Peter Egevang har lavet.

Denne artikel er sendt til alle i vågetjenesten.

[Hør podcasten her](#)

Vi søger stadig frivillige til Ældretelefonen

I sidste uge skrev vi til jer, at vi leder efter frivillige, som kunne tænke sig at være med til at bygge videre på Ældretelefonen og gøre den til et blivende tilbud.

Der er fortsat mulighed for at blive enten telefonpasser, matcher eller aktivitetsleder:

- Som telefonpasser har du ca. en ugentlig vagt på 3 timer, hvor du tager godt imod dem, der ringer til Ældretelefonen for at blive eller få en telefonven.
- Som matcher sørger du for, at sætte telefonvenne-par sammen. Det gør du ca. en gang om ugen i et par timer.
- Som aktivitetsleder er du med til at udvikle Ældretelefonen og får ansvar for

vagtplaner, rekruttering, for at opbygge en god gruppe af telefonpassere og matchere, mm.

Del gerne med dit netværk!

Du kan læse mere om Ældretelefonen på Frivilligportalen

Få avisomtale, når I åbner for aktiviteter igen

Ældre Sagen på lavt blus

Medlemmerne kan næsten ikke vente længere med at komme i gang med aktiviteterne i Ældre Sagen. Mange ringer og spørger i lokalafdelingen, og nogle formænd må for øjeblikket bruge en del tid på at tale med medlemmer, der vil høre, hvornår de kan komme i gang.

I Thisted-Hanstholm har de fået den lokale avis til at skrive, hvad der starter snart, hvad der starter senere på efteråret, og hvad der helt udsættes, fx busture.

Artiklen er en god anledning til at fortælle, at Ældre Sagen stadig er der, bare på lavt blus og samtidig ønske god sommer.

Andre lokalafdelingerne kan bruge artiklen som model.

Find inspiration i artiklen fra Thisted Posten

Snarrådig formand i flere landsdækkende medier

Må buschaufføren afvise en passager, bare fordi vedkommende kun kan betale med kontanter? Fra Hugo Frank Strunge, der er formand i Hinnerup, lyder der et klart nej.

Han blev i sidste uge ringet op af et medlem, der havde set, at en ældre mand blev smidt af bussen, fordi han ikke kunne betale med smartphone.

Det er både utilstedeligt, ulovligt og uværdigt, mener Hugo Frank Strunge, der

siger, at kontanter er et lovligt betalingsmiddel.

Han skrev en klage til Midttrafik på vegne af Ældre Sagen i Hinnerup. TV2 fik et praj om klagen, kontaktede Hugo Frank Strunge og lavede et interview til TV2 Østjyllands hjemmeside. Herfra gik det stærkt, og Hugo Frank Strunge fik en travl dag med interview til Midtjyllands Avis og indslag i TV2 Østjylland i går aftes.

Så kom Ekstra Bladet på banen med en stor artikel i dagens udgave, og senest vil DR Aftenshow have Hinnerup-formanden på i aften.

Ældrerådet og Handicaprådet har sendt klage til Forbrugerombudsmanden.

Se artiklen på TV2 Østjylland

Udendørs it-hjemmebesøg og it-café

Fra 1. juni kan Ældre Sagen åbne op for frivilligaktiviteter, der kan finde sted udendørs – med afstand.

Her kan du læse vejledningen for udendørs it-aktiviteter i Ældre Sagen fra 1. juni 2020 – 31. august 2020. Vejledningen tilbyder konkrete anvisninger og eksempler på, hvordan f.eks. et udendørs hjemmebesøg og en udendørs it-café kan gennemføres under hensyntagen til gældende rammer og retningslinjer. Vi ved, at behovet og længslen efter at genåbne er stor. Vi håber, at vejledningen kan være til inspiration lokalt, og kan bidrage til at skabe tryghed for alle i forbindelse med jeres aktiviteter.

I forbindelse med nye aktivitetstiltag kan den lokale it-søgepulje søges.

Vejledningen vil løbende blive opdateret.

I er selvfølgelig velkomne til at kontakte os for spørgsmål og sparring: Jesper Holst (33968814) & Judith Nathan (30352377)
konsulenter i it-teamet

[Sendt til alle it-distriktskoordinatorer]

[Sendt til alle formænd]

Læs mere om udendørs it-aktiviteter med afstand