

FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 36.4

09-09-2021

KÆRE SYSTEMTESTER OLE STEEN PEINOW

Denne udgave af Frivilligportalens Nyhedsbrev er alene sendt til frivillige i distrikt 07, 08, 09 og 10.

Stadig ledige pladser på kursus for nye bisiddere

Du kan stadig nå at få en plads på kurset for nye bisiddere i Roskilde. Kurset bliver afholdt 13.10. på Scandic Roskilde Park. Kurset løber fra 9.30 – 16.00 med morgenmad kl. 9.00.

På kurset kommer vi bl.a. ind på:

Hvad rollen som bisidder indebærer, og hvor grænsen går mellem bisidning, sagsbehandling, vejledning og rådgivning. Hvordan du bedst hjælper den person, du er bisidder for, med at forberede sig inden mødet, under selve mødet, og efter mødet er slut. Hvordan I bedst gør opmærksom på jeres bisiddertilbud lokalt.

Din lokalafdeling dækker transportudgifter til kurset, og ønsker du at deltage, skal det godkendes af lokalafdelingen.

Du kan læse mere om kurset og tilmelde dig her

Stolemotion - ledige pladser på kurset 21/9

Der er stadig ledige pladser på stolemotionskurset 21. september på Frederiksberg.

Skynd dig at tilmelde dig senest søndag (12/9) via linket.

Kurset er målrettet nye motionsvenner og frivillige, der har små stolemotionshold. Du kan også være besøgsven, som ønsker inspiration til motionsøvelser.

På kurset får du teori om ældre og træning med udgangspunkt i Sundhedsstyrelsens anbefalinger om træning til ældre. Du får ideer til øvelser, der træner kondition, muskelstyrke, knogler, bevægelighed og balance, samt et færdigt program.

Kurset afholdes på Scandic Falkoner, som ligger lige ved Frederiksberg metro.

Giv endelig beskeden om kurset videre til frivillige i lokalafdelingen for hvem det kunne være relevant at deltage.

Har du spørgsmål til kurset eller til motionsområdet, så er du velkommen til at kontakte

Sundheds- og idrætskonsulent Tina Jensen, mail: tj@aeldresagen.dk tlf.: 33 96 88 17

[Se mere om kurset og tilmelding her](#)