

FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 01.4

04-01-2023

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

God fornøjelse!

Fejl ved tilmeldinger i bookingsystemet

Til alle frivillige, som arbejder med Booking

Der er desværre fejl ved nogle tilmeldinger til arrangementer i bookingsystemet.

Vi oplever også at visse medlemsnumre ikke kan tilmeldes af bookingfrivillige, og at nogle medlemsnumre er ændret til færre cifre. Denne fejl er nu rettet.

Der er tilsyneladende ikke noget mønster i disse fejl hvilket besværliggør fejlsøgningen, men vi arbejder på at rette disse fejl hurtigst muligt.

Ændring i distriktspuljens vilkår

Til frivillige tilknyttet distrikterne

Der er fra 2023 lavet nogle ændringer ved distriktspuljen. Det er derfor ekstra vigtigt, at man i år orienterer sig i puljevilkårene, inden man søger.

De primære ændringer er, at pengene til rådighed for distriktet fordeles ligelig ud fra fordelingsnøglen i begge halvår, samt ændringer i ansøgnings- og afrapporteringsfristerne.

Derudover vil den ældrepolitiske og sundhedspolitiske distriktpulje også følge den samme fordelingsnøgle, som de andre puljer.

Læs mere om nye vilkår for distriktpuljerne

Rekruttering til generationsmøder

Til aktivitetsledere for generationsmøder

Mangler I nye frivillige til generationsmødeaktiviteterne her efter nytår, når aktiviteterne starter igen?

Det er muligt at få betalt lokal annoncering ifm. rekruttering af frivillige til generationsmødeaktiviteter, fx skole- eller børnehavenvenner eller talentspejdere.

En annonce kan dog sjældent stå alene – derfor har vi en hel tjekliste med gode idéer til, hvor de bedste frivillige findes.

Derudover har vi også opdateret og ændret design på alle rekrutteringsfolderne – de kan bestilles i Frivilligshoppen.

Har det jeres interesse, så kontakt konsulent Katrine Sølyst Heinild på ksh@aeldresagen.dk eller tlf. 51 33 56 47 – så finder vi en god løsning til jer.

Se eksempel på annonce

Kursus: Windows 11 og MacOS

Til alle it-frivillige

Der er stadig flere ledige pladser på kurset ”Windows 11 og MacOS”, der afholdes tirsdag 28. februar 2023 på Hotel Søparken i Aabybro. Kurset giver indsigt i Windows 11 med specielt fokus på de sidste nye muligheder. Vi ser på, hvordan de to systemer ligner hinanden, og hvor de er forskellige.

Martin Juhl Andersen fra Privatlektion.dk er underviser.

Læs mere og tilmeld dig på [Frivilligportalen](#)

Kursus: Instruktør i indemotion – 3 dage

Til alle aktivitetsledere inden for stolemotion, motionsvenner, indemotion, træningsmaskiner samt motion og sundhed.

Der er ledige pladser på instruktørkurset 7. – 9. marts i Odense.

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

På kurser kommer vi omkring:

- Teori om aldring og træning af kondition, muskelstyrke, bevægelighed, smidighed, balance mv.
- Øvelser, der træner kondition, muskelstyrke, bevægelighed, smidighed, balance mv.
- Opvarmning – 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, så du må meget gerne formidle budskabet videre til nye frivillige.

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

sundheds- og idrætskonsulent Karin Schultz på kas@aeldresagen.dk eller tlf. 33 96 86 46.

[Læs mere og tilmeld dig på Frivilligportalen](#)

Bliv skarp på demensindsatsen lokalt

Til medlemmer og aktivitetsledere i lokalbestyrelsen

18. januar afholdes kurset ”Demens og lokal indsats” for bestyrelsesmedlemmer og aktivitetsledere. Det afholdes i København og der er få ledige pladser.

Kurset har til formål at give overblik og inspiration til lokalafdelinger, der ønsker at arbejde med udviklingen omkring demens. Kom gerne flere fra samme lokalafdeling.

Kurset afholdes næste gang 2. marts i Vejle, og det er en god idé at tilmelde sig hurtigt.

[Læs mere og tilmeld dig på Frivilligportalen](#)

Kurser i mandefællesskaber

Så er der igen mulighed for at tilmelde sig kurser i mandefællesskaber.

Ældre mænd deltager i ringere grad end ældre kvinder i aktiviteter. Det har nogle sundhedsmæssige konsekvenserne for mændene, at de ikke er lige så aktive. Til gengæld viser erfaring, at deltagelse i aktiviteter fører til en sundere livsstil og en mindre grad af ensomhedsfølelse.

Du kan være med til at gøre en forskel for mændene.

Ældre Sagen afholder nemlig kurser og webinar for frivillige om mandefællesskaber.

[Læs mere og tilmeld dig på Frivilligportalen](#)

Kursus: Ny i vågetjenesten

Til aktivitetsledere i vågetjenesten

Det er stadig muligt at tilmelde nye vågere til kurset "Ny i vågetjenesten" 1. marts 2023.

Efter kurset har den nye våger viden om hvilke rammer, der er for vågetjenesten i Ældre Sagen. Vågeren ved, hvad det indebærer at være frivillig våger for en døende og har fået viden og værktøjer til at mestre opgaven og er desuden klædt på til samarbejdet med personalet på plejehjem og i hjemmeplejen.

Kurset foregår på Sinatur Hotel Storebælt i Nyborg.

[Læs mere og tilmeld dig på Frivilligportalen](#)

Vær med og prøv Dialogspillet RAMMEN

Til alle social-humanitære aktivitetsledere

Flere og flere aktivitetsledere bruger Dialogspillet RAMMEN til at skabe gode drøftelser, når de samler de frivillige et par gange om året. Du kan også nemt komme i gang – og hvis du har brug for en hjælpende hånd, så tilmeld dig vores web-introduktion. Det tager kun to timer, og vi lover, det bliver underholdende.

Undervejs i mini-kurset kommer du selv til at prøve spillet, og du bliver på den måde introduceret til indholdet og spillereglerne, som er meget enkle. Målet er, at du føler dig klædt på til rollen som vært og ”spilleleder”, så det bliver trygt at bruge dialogspillet til møder og sammenkomster for frivillige i din aktivitet.

Web-introduktionen er tiltænkt dig, der er aktivitetsleder i en eller flere sociale aktiviteter, men bestyrelsesmedlemmer kan også få meget ud af at deltage. Man deltager hjemmefra, via PC eller tablet.

Kom med til en underholdende og inspirerende spil-introduktion 24. januar 2023 kl. 13.00 - 15.00.

Tilmeldingsfrist: Tirsdag 10. januar.

Læs mere og tilmeld dig på [Frivilligportalen](#)