

FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 09.2

01-03-2023

Hermed anden del af denne uges nyhedsbrev.

Ny hotline for digital sikkerhed åbner i dag

Til alle it-frivillige

Onsdag den 1. marts 2023 åbner Cyberhotline for digital sikkerhed. Her kan alle få råd og vejledning til at beskytte sig mod it-kriminelle. Den nye Cyberhotline er oprettet af Digitaliseringsstyrelsen i samarbejde med Center for Cybersikkerhed.

Cyberhotlinen har åbent hverdage kl. 8:00-20:00 og i weekenden og helligdage mellem kl. 10:00-16:00: Ring til tlf. 33 37 00 37 eller skriv på hjemmesiden (sikkerdigital.dk/cyberhotline).

Det er målsætningen med den nye cyberhotline, at det skal være nemt at få hjælp og vejledning, da cybertruslen er vedvarende og meget høj i Danmark. Via Cyberhotline for Digital Sikkerhed kan man fx få hjælpe til, hvordan man spotter falske webshops, laver stærke passwords, undgår svindel på sociale medier, undgår at miste adgangen til eggen data eller sikrer sit trådløse netværk m.v.

I linket nedenfor får du/I adgang til en særlig kommunikationspakke for interessenter, som du/I kan benytte til at være med til at sprede budskabet. Her kan du læse nærmere og fx få tekstforslag og billeder til brug på sociale medier, web eller nyhedsbreve.

[Læs mere om Cyberhotline for Digital Sikkerhed for interessenter](#)

Kursus: ”Offentlige digitale løsninger og apps”

Til alle it-aktivitetsledere

Der er stadig ledige pladser på kurset ”Offentlige digitale løsninger og apps” 13. apr. 2023 på Fjordgaarden i Ringkøbing.

Vil du gerne lære andre om offentlige digitale løsninger og apps, ikke mindst sundhedsapps, så er dette kurset for dig. Du får inspiration og viden om indhold til undervisning eller temaoplæg - målrettet dem, der ikke er helt fortrolige med at finde rundt i de offentlige løsninger og apps.

Kurset giver en gennemgang af de mest almindelige offentlige digitale løsninger og apps: Borger.dk, Mit Overblik, Sundhed.dk mv. med betydning for ældre – samt det som er på vej.

Underviser: Dennis Birk, BirkConsult

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

Kursus: ”Få mest ud af din smartphone”

Til alle it-aktivitetsledere

Der er stadig ledige pladser på kurset ”Få mest ud af din smartphone” 12. april 2023 på Christiansminde i Svendborg.

Vil du gerne kunne hjælpe andre med deres forskellige smartphones og måske opdage ting, du ikke vidste, du kunne med din smartphone, så benyt chancen og deltag på kurset.

Her får du grundlæggende forståelse for brugen af iPhone og Android

smartphones. Det gælder fx de forskellige styresystemer på de platforme, om Wi-Fi, Hotspot, Router, Mobildata, Bluetooth, NFC, sikkerhed mv.

Vi glæder os til at se dig!

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

Madskoler i sommerferien

Ældre Sagen samarbejder igen i år med organisationen 4H om at finde nogle gode folk, som har lyst til at være frivillige Madskoleinstruktører på sommerferiens Madskoler for børn. Der bliver afholdt Madskoler over hele landet, og målgruppen er børn mellem 8-12 år. Som frivillig melder man sig for en uge, og det er muligt også at tage sit eget barnebarn med på Madskolen. Man bliver forberedt godt på opgaven.

På Frivilligportalen under Generationsmøder kan du finde mere information om Madskoler, samt om hvordan I lokalt kan hjælpe med at sprede budskabet, fx ved at bestille rekrutterings-postkort til at dele ud ved arrangementer.

Nedenstående link til Ældre Sagens hjemmeside må meget gerne deles fx i jeres egne lokale nyhedsbreve, eller på jeres lokalafdelings facebookside, hvis I har en sådan.

Er der spørgsmål til madskoler, så henvend jer venligst til konsulent Katrine Sølyst Heinild på ksh@aeldresagen.dk eller tlf. 51 33 56 47.

[Læs mere om madskoler på aeldresagen.dk](#)

Bestil plakater til rekruttering

Til aktivitetsledere med generationsmødeaktiviteter

Nu kan vi nemt lave nogle flotte plakater målrettet rekruttering til lige netop jeres generationsmødeaktivitet.

Plakaterne kan I hænge op på biblioteker, i jeres egne lokaler, ved årsmødet eller andre lejligheder, hvor målgruppen kommer.

Send en mail eller ring, så finder vi ud af, hvordan jeres plakat skal se ud.

Se eksempel på en plakat via linket til Frivilligportalen (det ligger under ”Rekruttering”).

Se eksempel på plakat på Frivilligportalen

Kender du Dialogspillet RAMMEN?

Til alle aktivitetsledere på det social-humanitære område

Dialogspillet RAMMEN bygger på rammerne for den frivillige indsats. Det rummer fortællinger med eksempler og dilemmaer, der giver de frivillige ”spillere” på det social-humanitære område en mulighed for at komme et spadestik dybere i forhold til at få omsat rammen til en praktisk og omsættelig virkelighed lokalt.

Der findes forventeligt et spil i din lokalafdeling. Hvis du ikke er bekendt med spillet, og hvor det befinder sig hos jer i lokalafdelingen, kan du forhøre dig hos formanden lokalt.

Spillet har ved mange lejligheder givet anledning til gode drøftelser lokalt og bidraget til at styrke sammenholdet og den enkelte frivillige i fællesskabet mange steder. Vi ved, at potentialet for at bruge spillet er endnu større – og at mulighederne er mange! I spillet findes en oversigt over mulige anledninger, hvor spillet kan have sin berettigelse.

Kig en gang på oversigten – måske du bliver inspireret til at bruge spillet sammen med de frivillige i din aktivitet endnu mere i 2023.

HELT EKSTRAORDINÆRT er der lige nu mulighed for at modtage ét GRATIS eksemplar af spillet for første 50 lokalafdelinger, der henvender sig til frivilligservice@aeldresagen.dk

Henvendelsen skal være koordineret med lokalformanden.

Tildelingen sker efter først-til-mølle – OG hvis der er anført mindst én konkret anledning/begivenhed, hvor spillet tages i brug.

God fornøjelse med at spille sammen om ”RAMMEN”.

Læs mere om ”RAMMEN” i Frivilligshoppen

Demensugen 2023 ”Trygt fra A-B – kom og vær med”

Til aktivitetsledere på demensområdet samt lokalafdelingens demensansvarlige

Demensugen (uge 19) nærmer sig. Igen i år vil vi sammen skabe opmærksomhed omkring demens og det nationale demenssymbol, Håndsrækningen.

I år er hovedfokus, at få det gjort tryggere for mennesker med demens at komme fra A til B. Personalet i transportsektoren og passagererne skal kende demenssymbolet og de tre handleråd

- Tag kontakt
- Tal tydeligt
- Vær tålmodig

Vi vil gerne invitere jer til at være med igen i år, til at skabe opmærksomhed ved at uddele postkort og bolsjer.

Folkebevægelsen for et Demensvenligt Danmark har udviklet relevant kommunikationsmateriale, og sørger for, at der bliver skabt opmærksomhed om demens og demenssymbolet i medierne og i bybilledet rundt om i landet.

I kan være med

Hvis I i jeres lokalafdeling vil være med i år, kan I være med til at dele postkort og bolsjer ud til passagerer, forbigående omkring stationer og busstoppesteder i bymidten eller andre relevante steder i jeres nærområde. Materialerne kan bestilles via Frivilligportalen – der kommer nye ting senere.

Der er særlige retningslinjer omkring uddeling af materialer på tog- og busstationer og i busser og tog. I kan læse mere om reglerne på linket eller kontakte Pia McKee på pia@demensvenligtdanmark.dk - så hjælper vi med at række ud til de rigtige kontaktpersoner hos fx DSB, Arriva, Movia, Molslinjer mv.

[Læs mere om demensugen på aeldresagen.dk](#)

Kom med til netværksmøde om demens

Til aktivitetsledere for aktiviteter på plejehjem og sociale caféer, aktivitetsledere for demensaktiviteter og lokalafdelingens demensansvarlige

Det er stadig muligt at tilmelde sig forårets netværksmøder om demens, som afholdes 13. april i Aarhus og 17. april i Roskilde.

Møderne er målrettet demensansvarlige og aktivitetsledere for demensaktiviteter fx demenscafeer, motion og demens, pårørende grupper, demensaflastere mv.

Netværksmøderne giver mulighed for at mødes med andre frivillige indenfor demensområdet, at skabe netværk, blive inspireret og dele viden og erfaringer. Desuden bliver du opdateret på det demensvenlige Danmark og det der er aktuelt.

Vi sørger for, at der er tid og plads til både oplæg, gruppearbejde og samtaler på tværs.

Fællesskab og netværk bliver omdrejningspunkt, så tilmeld dig allerede nu!

Vi glæder os til at se jer alle sammen. Kontakt gerne demenskonsulenterne i Frivilligafdelingen, hvis du er i tvivl om det er relevant for dig eller har input til emner, du vil have, vi skal belyse på dagen:

- Lotte Kofoed Hansen lkh@aeldresagen.dk
- Jette Abildskov ja@aeldresagen.dk

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