

FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 9

28-02-2024

Værktøjskursus i Nykøbing M.

Til dig, der er frivilligleder

Der er Værktøjskursus, d. 11. marts på Morsø.

Kurset er en introduktion til fire af Ældre Sagens websystemer til lokalafdelingens brug.

Program:

Kl. 10.00-12.00 Booking og M365

Kl. 12.45-15.00 Listeværktøj og Online valgprotokol

Tilmeld dig via tilmeldingsformular herunder.

Du kan tilmelde dig formiddag, eftermiddag eller hele dagen alt efter hvilke af websystemerne, du vil høre om.

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Lokale nyhedsbreve – kladdefunktionen fejler

Der er i øjeblikket fejl på kladdefunktionen i Lokale nyhedsbreve. Det anbefales at gemme evt. kladdetekster i fx Word. Vi beklager fejlen og arbejder på at få det løst hurtigst muligt.

Gør vågetjenesten synlig, når man søger på nettet

Til dig, der er aktivitetsleder i vågetjenesten

Oplever I, at jeres vågetjeneste ikke altid kommer frem på Google, når man søger efter vågetjenesten i jeres lokalområde? Eller at den først findes langt nede på listen af søgeresultater?

Og kunne I godt tænke jer, at jeres vågetjeneste var mere synlig, når man søgte på nettet?

Så har I mulighed for at komme med i et lille projekt, hvor vi vil forsøge at gøre jeres lokale vågetjenester mere synlige, når man søger på nettet.

Vi har mulighed for at tilbyde hjælp til 10 vågetjenester i første omgang. Tilmelding sker efter først til mølle-princippet.

Hvis I kunne tænke jer at være med, er det nødvendigt, at jeres telefonnummer til vågetjenesten og andre vigtige kontaktoplysninger står på lokalafdelingens hjemmeside.

I kan tilmelde jer eller få mere at vide ved at skrive til mig på cst@aeldresagen.dk

Med venlig hilsen,

Camilla Stubbe Teglbjærg

En god mavefølelse – webinar d. 20. marts

Til frivillige med interesse for kost og sundhed

Er du nysgerrig på de nye kostråd og hvordan man sikrer sig en velfungerende tarmfunktion?

Så er webinarret ”En god mavefølelse” noget for dig. Du får viden om de nye kostråd og ernæringens betydning for tarmfunktionen og sundhed generelt.

Vores tarmsystem er nemlig afgørende for vores liv og velvære.

Tarmsystemets funktioner er måske ikke noget, man taler så meget om på trods af, at rigtig mange af os døjer med maveproblemer som irritabel tarm og forstoppelse. De seneste år har forskningen i stigende grad understreget vigtigheden af en sund og velfungerende tarm, og emnet er med tiden blevet mindre tabubelagt.

Webinaret henvender sig til en bred vifte af motionsfrivillige. Frivillige fra andre aktiviteter er også velkomne.

Underviseren er Mette Borre, klinisk diætist på Aarhus Universitetshospital og specialist i ernæringens betydning for tarmsystemet.

Tilmelding foregår via linket nedenfor. Spørgsmål til tilmelding, kontakt venligst Desiree Lundsteen, kursuskoordinator, dl@aeldresagen.dk, Tlf. 33968642.

Har du spørgsmål til motionsområdet generelt, er du velkommen til at kontakte sundheds- og idrætskonsulenter Tina Jensen, tj@aeldresagen.dk, tlf. 33968817 eller Karin Schultz, kas@aeldresagen.dk, tlf.: 33968646

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

'Hold hjernen skarp'-foredragene

Der har været stor interesse for at få et gratis foredrag 'Hold hjernen skarp' med Lis Puggaard i lokalafdelingerne. Vi må desværre meddele, at der ikke er flere foredrag at fordele. Til gengæld har vi udvidet antallet af foredrag, der bliver afviklet rundt om i hele landet fra 20 til 30, så vi har tilgodeset flere.

Mange tak for den store interesse.