

FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 17

26-04-2023

Velkommen til denne uges nyhedsbrev med information og nyheder.

God fornøjelse!!

Fysisk træning og demens – kursus i København

Til frivillige inden for stolemotion, motionsvenner, indemotion, træning i fitnessmaskiner, stavgang/gåture, motion og sundhed samt frivillige inden for demensområdet i Distrikt 8, 9 og 10.

Der er stadig ledige pladser på kurset i København, d. 9. maj. Få inspiration til Fysisk træning for mennesker med demens.

Kurset er for såvel frivillige, der er i gang med aktiviteter på motions- eller demensområdet samt nye frivillige, der ønsker at komme i gang med motion til mennesker med demens. Det kan være stolemotion, indemotion eller motion på en demenscafe – i mindre grupper eller en til en.

På kurset får du viden om, hvorfor fysisk træning er godt for mennesker med demens samt hvilke øvelser, der er gode at inddrage i aktiviteten. Indholdet på kurset er rettet mod mennesker med let til moderat demens.

Ældre Sagens sekretariat, Snorresgade 17 – 19, 9. maj kl. 9.30 – 16.00

Hurtig tilmelding.

Har du spørgsmål til kurset eller motionsområdet, så er du velkommen til at kontakte sundheds- og idrætskonsulent Karin Schultz, mail: kas@aeldresagen.dk og tlf.: 3396 8646

På opdagelse i vores fælles digitale liv

Til alle

På opdagelse i vores fælles digitale liv – på tværs af generationer

Tag dit barn, barnebarn, forælder, bedsteforælder, ven eller andre i dit netværk med til en sjov og underholdende oplevelse lørdag, d.13. maj i Kødbyen.

Det er gratis at deltage, men kræver tilmelding senest den 8. maj. Benyt linket nedenfor.

Ældre Sagen og @Ungdomsbureauet inviterer til en digital og teknologisk opdagelsesrejse krydret med en samtale på tværs af generationer.

Du får bl.a. mulighed for at:

- Spise den cookie, du helst vil have slukket for, når du surfer på nettet
- Prøve VR-briller og opleve virkeligheden set fra en hjemløs
- Udforske smartphonens muligheder og begrænsninger på tværs af alder
- Samtale om en digital grundlov

Eneste benspænd er, at du skal opleve det sammen med en person fra en anden generation end dig selv. I skal nemlig tale om aktiviteterne ud fra jeres forskellige livserfaringer på tværs af alder. Kommer du alene, finder vi en makker til dig :-)

Tid: Arrangementet foregår mellem kl. 12-15. Selve oplevelsen varer ca. 45-60 minutter, og du skal vælge et tidspunkt på tilmeldingslinket.

Sted: Khora Virtual Reality, Høkerboderne 8, 1712 København

Ældre Sagen og Ungdomsbureauet vil med arrangementet give dig en oplevelse, der skaber refleksion, fællesskab og nysgerrighed på tværs af generationer.

Tilmelding til arrangementet På opdagelse i vores fælles digitale liv

Opdatering af Ældre Sagens servere

Til alle brugere af Ældre Sagens internetværktøjer

Torsdag, d. 4. maj 2023 kl. 05:00 - 07:00 bliver Ældre Sagens it- netværk opdateret.

Det betyder, at i ovenstående tidsrum vil INGEN af Ældre Sagens hjemmesider eller digitale løsninger være tilgængelige.

Besøgende til hjemmesider, frivilligværktøjer og webmail vil blive mødt af en statisk side, der informerer om arbejdet.

Bestil materialer til demensugen senest fredag

Til alle demensansvarlige og aktivitetsledere indenfor demensområdet

Demensugen i uge 19 nærmer sig.

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, busstoppesteder i bymidten eller andre relevante steder i jeres nærområde.

I år har vi hovedfokus på 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

Sidste frist for bestilling af materialer, hvis de skal nå frem inden uge 19, er fredag d. 28, april 2023

Materialerne kan bestilles via frivilligshoppen.

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@demensvenligt danmark.dk - så hjælper vi med at række ud til de rigtige kontaktpersoner hos ex. DSB, Arriva, Movia, Molslinjer mv.

Bestil materialer her