

## FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 36

06-09-2023

Velkommen til denne uges nyhedsbrev med informationer og nyheder med relation til dine frivilligroller.

God fornøjelse!

### **Landsbestyrelsen Informerer**

Fra møde 28. august

*[Gå til arkivet på Frivilligportalen](#)*

### **Nye kursus datoer webmasterkurser**

Efterårets datoer for webmasterkurser.

Tilmelding via mail til:

Per Jacobi

[pj@aeldresagen.dk](mailto:pj@aeldresagen.dk)

*[Se kursusdatoer her](#)*

## **Robotstøvsuger som erstatning for hjemmehjælp**

Kommunerne har mange steder introduceret brug af robotstøvsugere som erstatning for hjemmehjælpere i.f.m. den kommunale budgetlægning.

Ideen løber som en steppebrand over landet lige nu. Aktuelt efterlyser DR en case, der kan problematisere brugen af den (økonomisk, praktisk etc).

Vi forventer, at der kan komme mange flere henvendelser om samme de kommende dage/uger.

Så kender du en person, der har fået en robotstøvsuger visiteret som erstatning for en hjemmehjælper og som er træt af robotstøvsugeren og vil stille op i pressen, så kontakt Ingelise Skrydstrup i Kommunikation på mail [is@aeldresagen.dk](mailto:is@aeldresagen.dk)

## **Frivillige Madskoleinstruktører søges**

Ældre Sagen samarbejder vanen tro med organisationen 4H om at finde nogle friske mennesker, som har lyst til at være frivillige Madskoleinstruktører på tre dages madskole for børn i efterårsferien i uge 42. Der bliver afholdt Madskoler over hele landet.

På Ældre Sagens hjemmeside kan interesserede frivillige tilmelde sig og læse mere om at være madskoleinstruktør. Del gerne linket i jeres lokale nyhedsbrev eller på facebook.

Tak for hjælpen!

Venlig hilsen

Katrine Sølyst Heinild

Konsulent - generationsmøder

[ksh@aeldresagen.dk](mailto:ksh@aeldresagen.dk)

51335647

*[Læs mere her](#)*

## Demensvenlig filmvisning i Biografen

'ErindringsBio i biografen' – et nyt landsdækkende tilbud fra Det Danske Filminstitut

Det Danske Filminstitut, fortsætter deres projekt efter en vellykket afprøvning i udvalgte biografteater. Nogle af Ældre Sagens lokalafdelinger har allerede haft glæde af tilbuddet med filmforevisning i den lokale biograf, bl.a. Galten, som du kan læse om i den nyeste udgave af "Aktiv"

Filminstituttet tilbyder biopakker med 1-3 dokumentarfilm fra 1950'erne til 1970'erne, der er særligt udvalgt og målrettet mennesker med demens. Formålet er at skabe en god oplevelse og fremkalde minder, så filmene efterfølgende kan danne udgangspunkt for en samtale om det levede liv.

Erindringsbio er et non-kommercielt filmtilbud til mennesker med let til moderat demens, sammen med pårørende, plejepersonale og frivillige.

Publikum er personer, der har demens og forestillingerne er udvalgt og tilrettelagt med særligt hensyn.

Fra d. 1. september 23 har alle biografteater mulighed for at afholde Erindringsbio, og Ældre Sagens lokalafdelinger er inviteret til at deltage som frivillige. Konceptet er, at der vises film og efterfølgende drikker man kaffe og får en snak om filmen.

Alle landets biografteater har modtaget information om Erindringsbio  
ErindringsBio kan også ses helt gratis uden login hjemme i stuen på  
[ErindringsBio.dk](http://ErindringsBio.dk)

Jette Abildskov, konsulent for demens og plejehjem

[Ja@aeldresagen.dk](mailto:Ja@aeldresagen.dk)

Lotte Kofoed Hansen konsulent for demens og plejehjem

[lkh@aeldresagen.dk](mailto:lkh@aeldresagen.dk)

*Læs mere her om hvordan i kan vise film hos jer.*

## Demensvenlige lokalafdelinger

Bestyrelsesmedlemmer og demensansvarlige har tre muligheder i efteråret for at deltage i Demens og lokal indsats. Dagen afholdes følgende steder:

- Den 4. oktober i Silkeborg – gennemføres.
- Den 25. oktober i Aabenraa
- Den 30. oktober i Vordingborg

Der er tilmeldingsfrist ca. en måned før, så meld jer nu.

Dagen giver lokalafdelingerne muligheder for at arbejde med temaer om den demensvenlige lokalafdeling og få sparring og inspiration fra andre bestyrelser. Kom gerne flere fra samme lokalafdeling.

Jette Abildskov, konsulent for demens og plejehjem

[Ja@aeldresagen.dk](mailto:Ja@aeldresagen.dk)

Lotte Kofoed Hansen konsulent for demens og plejehjem

[lkh@aeldresagen.dk](mailto:lkh@aeldresagen.dk)

***Tilmeld dig og din bestyrelse***

## Online kursus for ældrepolitiske frivillige

Der er ledige pladser på onlinekurset, der afholdes den 19. september 2023 kl. 17.30-21.00.

På online-kurset får deltagerne input med hjem til det lokale ældrepolitiske arbejde i form af viden om fremtidens ældrepleje og sundhedsreformen. Deltagerne får også input til hvordan det lokale samarbejde mellem ældrepolitiske og sundhedspolitiske frivillige kan styrkes. Læs mere om online-kurset på Frivilligportalen, hvor der også er tilmeldingslink til onlinekurset.

***Læs mere her***

## **Motionsboldspil – kursus**

Der er stadig ledige pladser på kurset Motionsboldspil i Vejen 25.10.

Kom i gang med boldspil – det er sjovt.

Det er en god måde at træne på og det giver socialt fællesskab. Spillene kan tilpasses så alle ældre kan være med – også siddende på en stol.

Boldspil kan tilrettelægges som en selvstændig aktivitet, eller det kan kombineres med fx gymnastik og styrketræning.

Kurset er for både nye frivillige og frivillige, der allerede har en motionsaktivitet.

Kurset er på Vejen Idrætscenter 25. oktober kl. 9.30 – 16.00

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

Sundheds- og idrætskonsulent mail: [kas@aeldresagen.dk](mailto:kas@aeldresagen.dk) og tlf.: 3396 8646

*Læs mere og tilmeld dig*

## **Kursus – træning og livsstilssygdomme**

Træning og livsstilssygdomme i Odense 10. oktober

Kursus for dig der er aktiv motionsfrivillige indenfor stolemotion, gymnastik, træningsmaskiner, motionsvenner, motionsboldspil, gå- og cykelture mv.

Kurset giver dig viden om træning og livssygdomme, så du kan være tryk ved at undervise de deltagere på dit motionshold, der har en livsstilssygdom.

På kurset kommer vi bl.a. omkring følgende:

- Teori om træning og livsstilssygdomme – motion er godt for en lang række livsstilssygdomme både som behandling og forebyggelse
- Forebyggende træning – fx ved hjertekarsygdomme og diabetes mv.

- Hvilken træning skal vi udføre, og hvor stor skal belastningen være?
- Øvelser til træning af kondition, muskelstyrke, knogler, bevægelighed og balance

Kurset er i Odense 10.10. kl. 9.30 – 16.00

Har du spørgsmål til kurset eller motionsområdet, er du velkommen til at kontakte sundheds- og idrætskonsulent Karin Schultz, [kas@aeldresagen.dk](mailto:kas@aeldresagen.dk), tlf. 33 96 86 46

***Læs mere og tilmeld dig***