

FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 21

22-05-2024

Frivilligportalens nyhedsbrev får nyt navn

Fra og med næste uge får Frivilligportalens nyhedsbrev nyt navn.

Så når du i næste uge åbner din mail, står der FrivilligNyt som overskrift på nyhedsbrevet.

Du vil også opleve, at nyhederne bliver lidt kortere. Til gengæld kan du læse meget mere på AKTUELT på Frivilligportalen – og her vil du desuden altid kunne orientere dig om sidste nyt. Vi linker selvfølgelig ind til AKTUELT på de enkelte nyheder, så du nemt kan finde dem.

Vi glæder os til at byde dig velkommen til FrivilligNyt i næste uge.

[Se de seneste nyheder her](#)

Førstehjælpskurser i Ældre Sagen

Sekretariatet bliver jævnligt spurgt om tilbud på førstehjælpskurser (inkl. brug af hjertestarter)

Anbefalingen til Ældre Sagens lokalafdelinger er, at der i regi af Ældre Sagen kan tilbydes frivillige og medlemmer førstehjælpskurser inkl. instruktion i hjertestarter.

I skal dog finde en lokal udbyder af disse kurser f.eks. Røde Kors eller Hjerteforeningen

Røde Kors har et grundkursus i førstehjælp, der koster 600 kr./deltager
Hjerteforeningen: Tilbyder et gratis 30 minutters kursus i hjerteredning

Når livet slår knuder Ældretelefonen 32 210 210

Inspiration til en pressemeddelelse om Ældretelefonen

3. juni åbner vi Ældretelefonen – Ældre Sagens nye samtalelinje.

Her vil Ældre Sagens frivillige sidde klar til at tale med dig, der har brug for at ringe anonymt og tale om det, der fylder i dit liv.

Det kan være om ensomhed, din ægtefælles sygdom eller din egen. Det kan være bekymringer om dine børn eller børnebørn – med andre ord alt det, der fylder. Stort og småt!

Ældretelefonen er en samtalelinje – altså IKKE rådgivning. Men du vil tale med et menneske, der lytter, er omsorgsfuld og nysgerrig på, hvad du har på hjerte.

Vi håber, du vil ringe til Ældretelefonen, hvis du har brug for en at tale med. Ældretelefonen er støttet af TrygFonden.

Ældretelefonen åbner 3. juni kl. 9.00

Ring 32 210 210

Åben mandag til fredag, kl. 9-15.

I kan med fordel sende denne omtale af Ældretelefonen til jeres lokalavis.

I kan også lægge omtalen på jeres egen hjemmeside

[Se det hele her](#)

Ældretelefonen går i luften

Ældretelefonen er en ny anonym samtalelinje, der åbner den 3. juni.

Her kan man ringe til Ældretelefonens frivillige og tale om det, som fylder.

Det kan være ensomhed, en ægtefælles eller egen sygdom, ønsket om at se sine børnebørn eller noget helt andet. Vær med til at fortælle om det nye tilbud.

Ældretelefonen er et tilbud til alle, der savner nogen at tale med. For alle kan opleve at føle sig alene. Også selvom man har familie og andre tæt på,

kan der være situationer og emner, som er svære at tale med dem om. Og meget føles lettere, når man deler det med andre.

Ældretelefonen 32 210 210

Åben mandag-fredag kl. 9-15

Ældretelefonen er en samtalelinje, ikke en rådgivning. De frivillige på Ældretelefonen er gode til at være i den samtale, hvor der ikke er et rigtigt eller forkert svar. De har tiden, roen og nærværet til at lytte. De er gode til at være nysgerrige på det, der bliver fortalt, og tør være i den svære samtale. De har også fagligheden til at skabe retning og udvikling i samtalen.

Ældretelefonen er støttet af TrygFonden.

Her kan I læse om bestilling af postkort om Ældretelefonen, som I kan lægge på steder, hvor I tænker, at der kommer mennesker, som kan have gavn af Ældretelefonen.

[Læs mere om Ældretelefonen her](#)

Opdateret pjecce om sundhedsudvalg

Vi har i Sekretariatet opdateret pjeccen om Ældre Sagens regionale sundhedsudvalg - med oplysninger om den nye struktur på sundhedsområdet samt enkelte andre rettelser.

Pjecen er til uddeling til frivillige på andre frivilligområder samt ældre- og sundhedspolitiske frivillige, der gerne vil vide noget om sundhedsudvalgets virke.

Sundhedsstrukturkommissionen kommer med en rapport i juni, og derefter forestår politiske forhandlinger. Hvordan sundhedsområdet ender med at se ud, ved vi nok ikke før 2025. Derefter opdaterer vi pjeccen igen, så den er tidssvarende.

Vi kan opfordre regionale sundhedsudvalg til at udforme et indstik med

kontaktoplysninger til det regionale udvalg, så andre frivillige ved, hvem de skal kontakte, hvis de vil bidrage til udvalgets arbejde f.eks. med fortællinger om, hvordan ældre patienter oplever mødet med sundhedsvæsenet.

Pjecen kan bestilles i Frivilligshoppen på nedenstående link

[Bestil pjecen her](#)

Forlængelse af svarfrist til rekrutteringsugen

Kære lokalafdelingsformand,

Vi har hørt, at flere har svært ved at nå svarfristen (d. 31. maj) for bestilling af materialer til rekrutteringsugen. Vi har derfor kigget på, om det er muligt at udskyde svarfristen, så I har noget ekstra tid.

Fristen for svar forlænges derfor til og med fredag, d. 14. juni.

[Du kan læse mere om rekrutteringsugen her](#)

Få ledige pladser på Det Sker-kursus, d. 11.6.

Skal du have en af de sidste pladser på kurset ”Bliv en god Det Sker-redaktør”?

Er du ny redaktør på Det Sker, eller har du bare lyst til at få ny inspiration til arbejdet med Det Sker, så meld dig til kurset, d. 11.6.

Du får tips til at skrive kort og godt, små tricks til at forbedre andres tekster og færdigheder i at bruge indskrivningsværktøjet.

Der vil også være masser af gode råd til dig som almindelig sprogbruger.

På kurset vil du møde retoriker Sanne Rossen, webunderviser Per Jacobi og redaktør Gerda Grønning.

Kurset foregår i Snorresgade i København.

[Læs mere og tilmeld dig her](#)

Dialogmøder maj. Materialerne er klar til læsning

Hermed link til materialerne fra dialogmøderne i uge 20 – maj 2024

[Find materialerne her](#)

Skabelon til Nyhedsbreve i distrikterne

Så er den der! Skabelonen, som I kan bruge i distrikterne til at sende nyheder eller invitationer til frivillige i ét eller flere distrikter ad gangen. Som vi talte om på mødet for distriktsformænd i efteråret, findes der en mulighed i den nyhedsbrevsskabelon, som vi bruger til Frivilligportallens nyhedsbrev, som også kan bruges, når I har brug for at sende fx invitationer til temadage i distrikterne til relevante frivillige (fx link fra Conference Manager – kursussystem).

Hvordan?

1. Find skabelonen og udfyld efter anvisningerne i den (link til skabelonen nederst)
2. Send den udfyldte skabelon til Lotte Holm, lho@aeldresagen.dk eller Per Jacobi pj@aeldresagen.dk – så sender vi nyheden ud.

Muligheden for at udsende nyhedsbreve distriktsvis skal ses som et tilbud, så har I en anden måde, I hellere vil kommunikere, så fortsæt blot med det.

VIGTIGT: Nyhedsbrevet kan IKKE besvares, så husk, at skrive kontaktoplysninger ind i beskeden, hvis nogen har spørgsmål.

Vi håber, at muligheden kan blive til glæde og gavn.

[Find skabelonen her](#)

Naturen som træningsrum – kursus

Skal du med på kursus? Skal du med i Odense, d . 14. juni, så er der hurtig tilmelding.

Flyt motionen udendørs altid, eller når solen skinner. Der er altid plads til motion i parken, i skoven eller på stranden. Der er mange muligheder for at træne udendørs – en lille græsplæne og et borde-bænkesæt, så er træningen i gang.

Der er to kurser i løbet af juni og august

Fredag, d. 14. juni i Odense kl. 9.30 – 16.00

Lørdag, d. 31. august i Holte kl. 9.30 – 16.00

På kurset får du ideer til, hvordan du kan tilrettelægge en motionstime i naturen. Der vil ligeledes være teori om ældre og træning.

Du får ideer til øvelser, som du kan lægge ind undervejs på gå- eller cykelturen, så turen bliver lidt mere alsidig i forhold til træning.

Såvel nye som erfarne motionsfrivillige kan deltage på kurset.

Har du spørgsmål til kurset eller motionsområdet, er du velkommen til at kontakte sundheds- og idrætskonsulent Karin Schultz, kas@aeldresagen.dk, tlf. 33 96 86 46 og Tina Jensen, tj@aeldresagen.dk, tlf.: 3396 8817

Læs mere og tilmeld dig her