**Frivillighed styrker sammenholdet blandt borgerne i \_\_\_\_\_\_ (by/område/lokalafdelings navn)**

*Mange forbinder det at være frivillig med at gøre noget for andre. Færre af os tænker nok over, at det også giver noget til os selv, når vi engagerer os i frivilligt arbejde, men det ved de hos Ældre Sagen \_\_\_\_\_\_\_ (by/område/lokalafdelings navn). Nu søger afdelingen flere frivillige – måske er det noget for dig?*

Sammenholdet er til at tage og føle på i \_\_\_\_\_ (by-/områdenavn). Her arrangerer de frivillige aktiviteter for områdets beboere. Aktiviteterne spænder bredt, og det samme gør de frivillige, som kommer med vidt forskellige baggrunde. Alligevel har de det tilfælles, at de gerne vil gøre en forskel for andre og samtidig være en del af et fællesskab, der har et ønske om at gøre en forskel i andres liv – og i hinandens, ikke mindst.

**Ønsker at udvide fællesskabet**

Et kig på aktivitetskalenderen i \_\_\_\_\_ (by/område/lokalafdelings navn) afslører, at der er mange aktiviteter på programmet. Derfor har afdelingen et ønske om at få flere frivillige kræfter. Det kunne fx være dig, der er god til:

* IT – hjælp andre, som kæmper med computer, smartphone eller MitID.
* Motion og sundhed – Få pulsen op, og samtidigt hjælp andre med at holde sig sunde og raske.
* Socialt samvær – gør en kæmpe forskel for en anden, som savner selskab.
* Ro og værdighed – Synes du ikke nogen skal gå herfra alene, så kan du være med til at sørge for, at alle mennesker har nogen omkring sig i deres sidste tid som en del af vågetjenesten.
* Din hobby – dyrk den i fællesskab med andre.

Men det kan også være et helt andet område, du er interesseret i at være frivillig på.

**Frivillighed er mange ting**

Hos Ældre Sagen \_\_\_\_ (by/område/lokalafdelings navn) ved man, at der i dag er mange måder at være frivillig på. Nogle ønsker at lave ugentlige aktiviteter, mens andre foretrækker ikke at binde sig til faste tidspunkter.

Heldigvis er der plads til det hele i Ældre Sagen, hvor man både kan være frivillig inden for sport/motion, socialt arbejde, arrangementer/udflugter og meget andet. Fælles for dem er, at det frivillige arbejde giver dem et frirum i hverdagen, der giver glæde og energi.

”Jeg går glad hjem hver gang, jeg har udført min frivillige indsats,” udtaler en af de frivillige i Ældre Sagen i en stor undersøgelse om frivillighed.

**Inviterer til infomøde**

Vil du gerne vide mere om, hvad det vil sige at være frivillig i Ældre Sagen \_\_\_\_\_\_ (by/område/lokalafdelings navn)? Så kom til lokalafdelingens infomøde, hvor du kan:

* møde andre frivillige
* høre mere om, hvad det frivillige arbejde indebærer
* få en kop kaffe og en god snak med lokale ildsjæle

Infomødet foregår

DAG, DATO, MÅNED, TID hos Ældre Sagen, ADRESSE, BY

Du kan blive frivillig, uanset om du er medlem af Ældre Sagen eller ej, og alle frivillige bliver tilknyttet en aktivitetsleder, der sørger for at sætte dem ind i tingene, og som fungerer som kontaktperson for den enkelte frivillige.