

FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 11

13-03-2024

Søger deltagere til forskningsprojekt om pårørende

Vi søger kontakt til pårørende, som er voksne børn af ældre + 65 år og som har lyst til at afsætte ca. 30 min til et telefoninterview i april måned.

Deltagerne i projektet behøver ikke at være tilknyttet Ældre Sagen, så du er meget velkommen til at videregive denne invitation til andre relevante personer i dit netværk.

Hvis du er interesseret i at deltage eller har spørgsmål, er du velkommen til at sende en mail til: Eva Hoffmann ehof@ucsyd.dk

Formålet med forskningsprojektet er at undersøge, hvordan voksne børn til ældre over 65 år oplever det at skulle kontakte myndighederne på vegne af den ældre og hvordan det påvirker deres trivsel og livskvalitet at skulle varetage denne opgave.

Viden fra dette projekt skal munde ud i en række konkrete værktøjer, der kan støtte pårørende, der befinder sig i en situation, hvor deres far, mor eller begge forældre har brug for hjælp til at kontakte myndigheder som f.eks. praktiserende læge, sygehus eller den kommunale ældrepleje. Støtten skal medvirke til at styrke trivsel og livskvalitet hos de pårørende samt styrke deres samarbejde med relevante aktører fra myndighederne herunder f.eks. personale fra sundhedssystemet og ældreplejen.

Projektansvarlige:

Eva Hoffmann, lektor og ph.d. ved UC Syd, Sygeplejerskeudd. i Aabenraa

Pernille Tanggaard Andersen, campusleder, vice- institutleder,

forskningsleder og prof. ved Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Institut

for Sundhedstjenesteforskning. Sundhedsfremme. Syddansk Universitet,

Esbjerg.

Løber regeringen fra sine løfter?

Forhandlingerne om den nye ældrereform er i fuld gang, og nu melder bekymringerne sig, mener Ældre Sagen. For alt tyder på, at regeringen ikke vil stille krav til kommunerne. Det betyder helt konkret, at det kan blive valgfrit for kommuner, om de for eksempel vil indføre faste teams og kontinuitet i plejen.

Det er fuldstændig afgørende, at der bliver stillet håndfaste krav til kommunerne, så de er forpligtet til at leve op til ældrereformens indhold. Kommunerne har haft ansvaret for ældreplejen de sidste mange, mange år og i den tid er det gået én vej. Ned. Ældre Sagen har ingen interesse i at skyde skylden på kommunerne alene. De har deres kamp med budgetlofter, sparekrav og mangel på arbejdskraft. Men det giver altså ikke meget mening at lave en ældrereform, hvis man ikke har tænkt sig med alle midler at sikre, at den bliver til virkelighed.

Netop nu sidder partierne og forhandler om ældrereformen. Det giver os et lille håb om, at regeringen sikrer, at reformen forpligter kommunerne. Vi ved godt, at det ikke er populært at stille krav til kommunerne, men i en situation som denne er det absolut nødvendigt.

Enhedslisten ældreordfører Pelle Dragsted, SFs ældreordfører Kirsten Normann, LA's ældreordfører Pernille Vermund, DF's ældreordfører Pia Kjærsgaard har alle været ude på sociale medier og støtte Ældre Sagens bekymring.

Pia Kjærsgaard har på baggrund af interview med Bjarne Hastrup i Avisen Danmark stillet spørgsmål til ældreministeren om den kritik Ældre Sagen rejser

Læs hele kronikken: [Er regeringen ved at løbe fra sine løfter?](#)

Kender du drømmeløberne?

Kære formand,

I forrige uge blev der afholdt et stort arrangement i Campus i Snorresgade om projektet Drømmekommuner. En del af arrangementet omhandlede et nyt initiativ i Ældre Sagen – Drømmeløbere - hvor frivillige ”løber” for at opfylde ældres drømme, blandt andet i samarbejde med det lokale plejehjem.

Drømmeløberne har alle meldt sig ind i en facebookgruppe, som administreres af et lille hold af frivillige aktivitetsledere fra Ældre Sagen. De frivillige kan i facebookgruppen melde sig til at indfri en drøm, når de har tid og lyst. Denne fleksible ordning har betydet, at Gentofte lokalafdeling, hvor drømmeløberne er udviklet, har fået omkring 200 nye frivillige. Det er en kæmpe ressource, som gør en uvurderlig forskel for en masse mennesker – og som giver borgere i alle aldersgrupper mulighed for at gøre en forskel, når det lige passer.

Drømmeløber-konceptet vakte stort begejstring hos mange til arrangementet, hvor en stor del var repræsentanter fra kommuner. Det kan derfor være, at du bliver kontaktet af din kommune med spørgsmål, om I vil samarbejde om at få drømmeløbere op at stå.

Du kan læse mere om konceptet, og hvordan I kan komme i gang på Frivilligportalen.

[Læs mere om drømmerløberkonceptet](#)

Ny A3 plakat til besøgstjenesten

Til dig, der er aktivitetsleder i besøgstjenesten

”Bliv besøgsven – så meget at være sammen om”. Sådan lyder ordene på den nye plakat til brug for rekruttering af besøgsvenner. Plakaten fortæller med

mange billeder og få ord en masse om, hvad det vil sige at være besøgsven. Den nye plakat er tænkt som et blikfang i det offentlige rum, så flere kan få øjnene op for glæden ved at være besøgsven. Forhåbentligt kan plakats budskaber rykke lidt ved folks forestillinger om, hvad det indebærer at være besøgsven – antagelser, som ikke nødvendigvis stemmer overens med virkeligheden.

Vi anbefaler, at plakaten påføres jeres lokale kontaktinfo, fx med et mærkat. Som blikfang erstatter den Koppekampagne-materialerne, herunder de nuværende Bliv besøgsven-kaffekrus. Krusene med tilhørende flyers kan dog bestilles så længe laver haves, hvis man ønsker at lave et fremstød for besøgstjenesten.

Plakaten er gratis og trykkes i det antal, I ønsker, med logo og navnet på jeres lokalafdeling. Størrelsen gør den egnet at hænge op på fx biblioteket, i kulturhuset, i træningscentret eller til Ældre Sagens arrangementer.

Vi håber, I har lyst til at gå foråret i møde med en stak plakater under armen.

Bestil plakaten på Frivilligshoppen

Er du ambassadør in spe?

Vil du være ambassadør i rekrutteringsugen?

Vi leder efter ambassadører, der kan skabe opmærksomhed omkring den frivillige indsats i Ældre Sagen indenfor demens og plejehjem. Det foregår i uge 40, og der er derfor god tid til at blive klædt på.

Vi mangler specifikt ambassadører til at lave opslag på Facebook fx om dig selv som frivillig, om andre frivillige eller om lokalafdelingens tilbud til mennesker med demens eller på plejehjem. Det kan fx være cykling, sang eller motion på plejehjem. Det kan også være i en demenscafe, møder for pårørende, besøg hos demensramte mm.

Hvis du har brug for det, får du hjælp til opslaget fx til tekst, et godt billede eller til at lægge det på Facebook. Som ambassadør spreder du det gode

budskab om Ældre Sagens indsats for mennesker med demens, og du inspirerer andre til at deltage i den uundværlige frivillige indsats. Har du lyst til at være med eller vil du gerne vide mere, før du melder dig, så kontakt os.

Venlig hilsen Lotte Kofoed Hansen og Jette Abildskov, konsulenter for demens og plejehjem.

Kontakt Jette på 24434988 eller ja@aeldresagen.dk

Kom med på reparationsbølgen

Mindst syv lokalafdelinger er allerede i gang med at starte en reparationscafe i år – og I kan også være med.

I en reparationscafe i Ældre Sagen er det frivillige med hænderne skruet rigtigt på, som reparerer og fikser genstande, som vi måske ellers ville smide ud – brødristeren, støvsugeren, diverse pyntegenstande osv.

Har I allerede handymænd hos jer, som måske vil have lidt mere at rive i, så har I allerede de første par frivillige til reparationscafeen. Og I kan få et tilskud fra sekretariatet til at komme i gang.

Kontakt os gerne for at høre mere

Lars Berg Schovsbo, lbs@aeldresagen.dk / 23477995

Katrine Sølyst Heinild, ksh@aeldresagen.dk / 51335647

Frivilligafdelingen

Læs, hvordan I kommer i gang her

Kursus - Naturen som træningsrum

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 tre kurser i løbet af juni og august

Onsdag 22. maj i Herning

Fredag 14. juni i Odense

Lørdag 31. august i Holte

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](#)

Nyt kursus – Stærk krop hele livet

Kurset Stærk krop hele livet – træning med værdi er for motionsfrivillige, der ønsker ny viden og inspiration.

På kurset får du nyeste viden om og inspiration til, hvilke træningsformer og praktiske øvelser, der giver mest gevinst. Med fokus på at få hele kroppen

med i træningen.

Kurset veksler mellem teoretiske oplæg, motionsøvelser og dialog. Der er øvelser til både til stolemotion og til mere friske rørig motionister.

Der bliver holdt flere kurser rundt i landet i løbet af året alle dage kl. 9.30 – 16.00.

7. maj, Ældre Sagens sekretariat i København

23. maj, DGI Huset i Aarhus

5. november, Aalborg Kongres & Kultur Center

5. december, Vejen Idrætscenter

30. januar 2025, Musholm i Korsør

Tilmelding foregår via linket. Spørgsmål til tilmelding, kontakt venligst Desiree Lundsteen, Møde- og kursuskoordinator, dl@aeldresagen.dk, Tlf. 33 96 86 42.

Læs mere og tilmeld dig her

Det digitale hjem – Internet of Things

Til dig, der er frivillig inden for it

Hvordan kan vi ved hjælp af Internet of Things (IoT) styre forskellige teknologier som fx lys, tv, køleskab og varme m.m.?

Der er stadig ledige pladser på kurset, hvor du får indsigt i teknologien bag Internet of Things (IoT). Kurset sætter fokus på, hvordan nye digitale enheder kan spille sammen i hjemmet, så hverdagen bliver nemmere. Det kan fx være via talestyring eller et kontrolpanel, hvorfra du kan styre smartteknologier i hjemmet; tænde lyset, skrue op for termostaten, se hvem der ringer på døren eller styre tv, lyd og hvidevarer.

Kurset afholdes den 23. april på Søgården Brørup af Rikke Fogh Jørgensen, der er it-konsulent hos IBOS.

Læs nærmere om kurset på nedenstående link, hvor der også er mulighed for, at du kan tilmelde dig.

[Yderligere information og tilmelding til kurset Det digitale hjem](#)

Ældre mobiltelefoner er blevet for gamle

Til dig, der er it-frivillig - både lokalt og i distriktet

5,2 mio. brugere har MitID, men omkring 40.000 brugere har en mobiltelefon eller tablet, der er for gammel til at kunne opdatere til en nyere version af MitID-appen. Det betyder, at deres enhed ikke får de fejlrettelser, sikkerhedsopdateringer og nye funktioner, som udvikles, hvilket gør den mere sårbar over for hackerangreb og svindel, informerer MitID.

For iPhone gælder det for tidligere modeller før iPhone 6S, da kravet minimum er iOS 15. For Android gælder det ældre versioner før Android 9.

Fra og med den 28. maj 2024 vil den gammel version af MitID-appen ikke længere kunne anvendes. App-versionen er over et år gammel, og har ikke de nyeste funktioner, herunder diverse sikkerhedstiltag såsom scanning af QR-kode før godkendelse med MitID.

For de berørte borgere er der to muligheder: Enten skal de bestille en MitID kodeviser eller kodeoplæser, eller alternativt erhverve sig en nyere mobil/tablet, hvor de kan installere MitID-appen på.

Gratis kodeviser og kodeoplæser kan fortsat bestilles på MitID.dk eller hentes på borgerservice.

MitID informerer de berørte brugere direkte via Digital Post/fysisk brev om, hvordan de kan anskaffe sig en MitID kodeviser, kodeoplæser eller alternativt aktivere en ny app, hvis de har erhvervet en nyere mobil/tablet. Brevene udsendes i løbet af marts måned 2024 for at sikre brugerne ca. 2 måneder til at handle. Læs nærmere på nedenstående link.

Gammel version af MitID appen udfases

Opdatering af Ældre Sagens servere

Til alle frivillige, som arbejder med Ældre Sagens webbaserede værktøjer

Hermed en påmindelse om, at serverne for frivilligløsninger opdateres, d. 18. marts og d. 19. marts mellem kl. 21.00 – 07.00, hvor nedenstående løsninger periodevis vil være utilgængelige:

18. marts:

- Frivilligportal
- Listeværktøj
- Lokale hjemmesider og nyhedsbreve
- Distrikternes hjemmesider
- Matchsystemet (Ældretelefonen)

19. marts:

- Booking
- Skabeloner til Ældre Sagen DET SKER
- Lokale regnskaber