

# Nyt - april 2026



## **Prøv kræfter med bordtennis i Rådhushallen 27.-28. april 2026 kl. 8-16**

I slutningen af april bliver Rådhushallen over to dage fyldt med bordtennisborde. Der skal afvikles et landsdækkende bordtennistævne for 60+. Det er dog ikke kun de "professionelle", der er tilmeldt stævnet, der har mulighed for at svinge battet.

Der er reserveret to borde (derudover kommer der løbende flere ledige borde), hvor alle har mulighed for at komme og prøve kræfter med bordtennis – uanset om man er nybegynder eller har prøvet det før. Der vil være lokale bordtennisklubber som kan hjælpe, samt brobyggere over i bordtennisklubber.

Drømmen er, at Rådhushallen bliver spækket med seniorer, der hepper og spiller løs. Alle aldre og niveauer er velkommen - også dig 😊.

## **Center for Pårørendesamarbejde og Røde Kors inviterer til Pårørendecafé med Anja Aalund Mandag den 13. april 2026 kl. 17.00 – 19.00**

Folkehuset Trøjborg, Kirkegårdsvej 53, 8000 Aarhus C

Anja Aalund tager udgangspunkt i egne erfaringer.

I foredraget tager Anja afsæt i tre begreber:

- › Livsflimmer – det, der rammer os
- › Livsglimmer – det, vi bevidst vælger for at nære os selv midt i det svære
- › Mellemlummet – det indre sted i os, hvor der altid er fred og indre ro.

Pårørende ender ofte med enten at gå i ét med det svære eller at trække os fra det. Begge dele er forståelige, men ikke holdbare i længden. Derfor taler Anja Aalund om en tredje vej. En måde at stå ved den, du holder af - uden at miste dig selv.

Dette foredrag er for dig, der vil forstå, hvad der sker i dig og finde en måde at stå i det på, som rækker længere end bare at overleve. Ikke kun som rolle, men som menneske."

Tilmelding (senest 7. april): [aarhus.dk/anjaaalund](http://aarhus.dk/anjaaalund)

## §18

Søg støtte til frivilligt socialt arbejde for borgere over 60 år. Hvert år uddeler Aarhus kommune støtte til frivilligt socialt arbejde - også kendt som §18-midler. Her kan du søge støtte til frivilligt socialt arbejde for borgere over 60 år.

### Ansøgningsrunder 2026

**1. maj:** Deadline for ansøgninger til den klassiske §18-pulje

**1. oktober:** Kvikpulje åbner og kan søges indtil midlerne er fordelt

Puljen finder I her: <https://aarhus.dk/forening/tilskud-stoette-og-puljer/frivilligt-socialt-arbejde/paragraf-18-over-60-aar>

De bedste hilsner

*Elin Hedegaard*