

# Idræt i dagtimerne

## NYHEDSBREV August - September 2016 Idræt for psykisk sårbare

### Ændringer i sommerprogrammet

Når vi starter op igen mandag d. 1. august, vil der være ændringer på sommerprogrammet. Du vil kunne se ændringerne på vores hjemmeside under IFS sommerprogram.



### Kender du nogen, der vil være med?

IFS står klar til at tage imod alle.

Hvis du kender en eller flere, der kunne tænke sig noget motion og socialt samvær, så prik dem på skulderen. Vi vil gerne ringe vedkommende op, og hvis det drejer sig om et bosted eller lignende, hvor flere kunne være interesseret, kommer vi gerne og holder et infomøde.



### Gratis for følgere af IFS-medlemmer

Vi vil gerne minde om, at alle følgere/kontaktpersoner/mentorer/familiemedlemmer eller andre, der hjælper et IFS-medlem, der ikke kan komme afsted til aktiviteter selv, GRATIS kan deltage i aktiviteten. Hvis du vil høre mere om dette, er du meget velkommen til at kontakte os.

### Aflysninger

Svømning	2. august	
	9. august	
Træningscenter	26. august	

Eventuelle akutte aflysninger vil fremgå af hjemmesiden og på opslag ved aktiviteten.

På [www.iidvejle.dk](http://www.iidvejle.dk) finder du altid de nyeste opdateringer på arrangementer, eventuelle aflysninger m.v.



Mød os på facebook:  
Du kan "Synes godt om os" på:

[www.facebook.com/vejleifs](http://www.facebook.com/vejleifs)

### MobilePay og SWIPP på vej!

Snart bliver det muligt at betale kontingenter og arrangementer via enten MobilePay eller SWIPP. Hold øje med hjemmesiden for nyt.



### Første aktivitetsdag efter sommerferien

Efter sommerferien starter vi aktiviteterne igen mandag d. 1/8.

## Idræt i dagtimerne

FORSIDE | IDRÆT FOR ALLE | IDRÆT FOR PSYKISK SÅRBARE | IDRÆT I STORKOMMUNE | HVEM ER VI | BETALING

### Det er nu muligt at betale kontingent på nettet.

Gå ind på vores hjemmeside [www.iidvejle.dk](http://www.iidvejle.dk) og klik på "BETALING"\*.

Du kan stadig betale hos din instruktør eller på kontoret, som du plejer og vi hjælper naturligvis også gerne med betaling via vores hjemmeside.

\*Dog skal nye medlemmer betale hos instruktøren eller på kontoret den første gang.



# Idræt i dagtimerne

## Arrangementer for psykisk sårbare August - September 2016



### **Torsdag 18/8:**

#### *Fodboldgolf*

Kom med ud og gå en runde fodboldgolf. Ud over denne sjove aktivitet, får man også mulighed for at nyde den skønne natur, banen er lagt i. Vi holder en pause midtvejs for at nyde vores medbragte mad og drikke.

**Sted:** Vejle Fodboldgolf, Lunden 2, 7182 Bredsten

**Tid:** 12.30- ca.15.30 **Pris:** 50 kr. pr. deltager (75 kr. for gæster)

**Tilmelding og betaling:** Senest 11/8

**Mindst 5 deltagere før arrangementet bliver gennemført**



### **Tirsdag 30/8**

#### *Aktivitetsdag for socialpsykiatrien*

Tinghøj, Sukkertoppen og IFS inviterer nu til en fælles aktivitetsdag for alle i socialpsykiatrien. Der vil være en masse små aktiviteter, samt et par lidt større aktiviteter.

**Sted:** Tinghøj, Tingvej 1, 6040 Egtved **Tid:** 9.15-13.30

**Pris:** Gratis at deltage. Dog skal der penge med, hvis du ønsker at købe mad på stedet.

**Tilmelding:** Til din IFS-instruktør senest 16/8



### **Tirsdag 13/9:**

#### *Byvandring i Vejle: Kend din by!*

Kom med ud og se Vejle på en ny og anderledes måde. Turen er sammen med IFA.

**Sted:** Start ved Sankt Nicolai Kirke, Kirketorvet 1

**Tid:** kl. 9.30 – ca. 11.30. Efterfølgende kaffe og sang

**Pris:** 20 kr. for medlemmer – 30 kr. for gæster.

**Tilmelding:** Til din instruktør. MAX 25 deltager



### **Mandag 10/10:**

#### *10 km cykeltur*

I forbindelse med 'Verdens mentale sundhedsdag', vil flere forskellige IFS-foreninger arrangere en 10 km cykeltur. Dette vil vi selvfølgelig også gerne støtte op om her i Vejle, og derfor er der nu mulighed for at komme med på denne tur.

Du behøver ikke at have en cykel, da du kan låne en af os. Så kom med ud og sæt fokus på 'Verdens mentale sundhedsdag'.

**Sted:** Vi mødes ved DGI-Huset, indgang Nord

**Tid:** 10.00- ca. 11.30. **Tilmelding:** Senest 3/10 til din instruktør.



### **Mandag 10/10:**

#### *Sindets dag*

Skuespiller Flemming Enevold kommer og holder sit foredrag "Tre spor til et bedre liv".

**Sted:** Sundhedshus Vejle, Vestre Engvej 51, 7100 Vejle

**Tid:** kl. 19.00 – 21.00

**Pris:** Det er gratis at deltage

**Tilmelding:** Kan ske hos din IFS-instruktør senest 3/10.

