

Idræt i dagtimerne

NYHEDSBREV

Januar – Marts 2018

Idræt for psykisk sårbare

Winter Walk

Kom med ud at gå og gør noget godt for dig selv. En gang om ugen, i januar, februar og marts, vil der være en gåtur på 5 km. Winter Walk er et landsdækkende initiativ, som bliver støttet af mange IFS-foreninger rundt i landet.

Ved at deltage i Winter Walk, kan man komme ud og få lidt luft, samtidig med man får snakket med nogle andre.

Hvis man kommer ud at gå 9 gange i løbet af de 3 måneder, deltager man i konkurrencen om flotte præmier.

Det vil være frivillige "guider" der fører an på turen, så hvis du kunne tænke dig at stå for en tur eller to, så kan du henvende dig til Idræt i dagtimernes kontor, for at blive skrevet op.



Aflysninger

Træningscenter	5. januar*
Svømning	13. februar 27. marts
IFS Badminton	14. februar**

* Vi har cirkeltræning i hal 3

** Flyttet til DGI-huset, Hal 4A

Her kan du betale med



MobilePay™

Ny kode for MobilePay:

Hvis du ønsker at benytte MobilePay fremover, skal du være opmærksom på to ting.

- Skriv navn + det du betaler for.
- Betal til koden: **62281**



IFS vil gerne høre din mening

IFS er et idrætstilbud, der lytter til sine medlemmer og derved sikrer en udvikling, der følger tidens strømninger og behov.

Derfor vil der i løbet af foråret udkomme et spørgeskema, som medlemmer af IFS kan svare på. Her vil vi spørge ind til de nuværende aktiviteter, samt høre om, hvad der evt. skal arbejdes på at få på programmet. Hvis vi fornemmer, at der er mange der, vil det samme, - og vi kan få faciliteter til det - vil vi prøve at få det etableret.

Vi glæder os til at høre jeres mening 😊



Sundhedshus Vejle – Vestre Engvej 51 F – 7100 Vejle – Tlf. 7572 0511 – Mobil 2045 0511
Kontortid: kl. 10-12 – Torsdag kl. 9-13 – Email: info@iidvejle.dk – www.iidvejle.dk



Idræt i dagtimerne

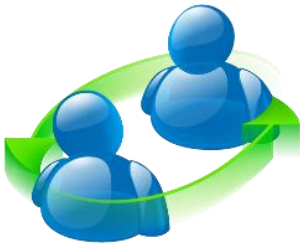
Arrangementer for psykisk sårbare Januar – Marts 2018



Winter Walk

Januar-marts

En gang om ugen, fra januar til og med marts, vil der være mulighed for at gå en tur på 5 km. Ruten og mødested er forskellig fra gang til gang. Du vil kunne få en oversigt over mødested og tidspunkt på kontoret, eller under arrangementet på Idræt i dagtimerne hjemmeside www.iidvejle.dk, under Idræt for psykisk sårbare.



Infomøde om 'Idrætsvenner ved IFS'

Torsdag d. 25 januar

Kom med til infomøde, hvor du vil få den viden DU har brug for, angående Idrætsvenner. Hvad enten du gerne vil være frivillig eller har almen interesse for at høre om idrætsvenner.

Til mødet vil personale fra psykiatrien også være inviteret med.

Tid: Torsdag d. 25/1 kl. 13-14.30

Sted: Sundhedshuset lokale 1.218

Pris: Gratis

Tilmelding: Senest den 23/1



Spil badminton sammen med IFS Kolding

Onsdag d. 21. februar

Er du glad for badminton og gerne vil møde flere med samme interesse, så tag med ned og spil med IFS-foreningen Koldinghus 09.

Tid: Onsdag d. 21/2 kl. 9.00- ca. 13.00

Sted: Vi mødes ved Sundhedshuset og følges derned

Pris: 20 kr. pr. pers.

Tilmelding: Senest den 14/2 til din IFS-instruktør



Træningskampe i volleyball mod Fredericia

Mandag d. 5. marts

Vi vil samle alle de spillere, der har interesse i volleyball, og tage en tur til Fredericia. Her vil vores venner fra IFS Fredericia stå klar, så vi kan få nogle sjove og hyggelige volleyballkampe.

Tid: Mandag d. 5/3 kl. 12.30- ca. 15.30.

Sted: Vi mødes ved Sundhedshuset og følges derned

Pris: 20 kr. pr. pers.

Tilmelding: Senest den 26. februar til din IFS-instruktør



Uofficielt DM i volleyball

Onsdag d. 25. april

Igen i år afholder vi vores klassiske volleyballturnering, hvor der kommer deltagere fra hele landet.

Her vil være en dag fyldt med spændende kampe, godt humør og flotte præmier.

I løbet af dagen vil der blive serveret mad. Drikkevarer kan købes under hele arrangementet.

Tid: Onsdag d. 25/4 kl. 8.30-15.00

Sted: DGI-Huset hal 1 + 3, Willy Sørensens Plads 5, 7100 Vejle

Pris: 170 kr. pr. deltager

Tilmelding og betaling: Seneste den 18. april til din IFS-instruktør

