

Idræt i dagtimerne

NYHEDSBREV

April - Juni 2018

Idræt for psykisk sårbare

Ny aktivitet - Fodbold for mænd

Fra torsdag d. 5. april kommer der en ny aktivitet på programmet.

I samarbejde med psykiatrisk afdeling i Vejle, starter vi *fodbold for mænd* op.

Her er der mulighed for at komme ud og spille fodbold med andre, der har samme interesse.

Instruktørerne vil være fysioterapeut Rene fra psykiatrisk afdeling og Kent fra IFS.

Aktiviteten kører hver torsdag kl. 13.30-14.30, og efterfølgende er der 3. halvleg.

Vi vil anbefale jer at møde op omklædte, så det kun lige er sko I skal skifte. Ellers sørger vi for alt det andet i skal bruge.

Vi spiller på psykiatrisk afdeling, Nordbanen 5, i Vejle. Her har de en gymnastiksal, som er velegnet til at spille i.



Aflysninger

Badminton m. IFA	25. april
Træningscenter	18. maj*
Badminton og volleyball	25. juni

*Vi har cirkeltræning i hal 3



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**



Frivillige til gåture søges

Vi har haft stor succes med Winterwalk og vil gerne forsætte konceptet med gåturene rundt omkring i Vejle og omegn. Derfor vil vi høre om DU vil stå for en gåtur i ny og næ. Du skal blot henvende dig til en af instruktørerne ved IFS med dato, tid og sted I skal mødes, så sørger vi for at bringe budskabet ud om den pågældende tur.

Ruten skal være på ca. 5 km, men terræn, mødested og lignende er helt op til dig som frivillig. Turen vil være åben for alle og blive markedsført for vores IFA- og IFS-medlemmer



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 April - Juni 2018



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 3, Willy Sørensens Plads 5, 7100 Vejle

Pris: 165 kr. pr. deltager

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

Tirsbæk Strand – En perle ved Vejle Fjord

Onsdag d. 9. maj

Kom med på en gåtur langs Vejle Fjord og ud til Godset Tirsbæk, som dronning Thyra var med til at grundlægge og som har haft besøg af bl.a. H.C. Andersen.

Turen foregår sammen med naturvejleder Benny Jensen fra PsykInfo.

Tid: Onsdag d. 9/5 kl. 10.00-13.00

Sted: Tirsbæk Strand, Strandvejen, 7100 Vejle

Pris: Gratis at deltage

Tilmelding: Til din IFS-instruktør

Bemærk: Der er max. 50 pladser



Svæveflyvning

Lørdag d. 19. maj

Vi vil gerne give jer muligheden for at opleve at svæve frit som en fugl og kun høre vindens sus. Derfor har vi lavet en aftale med Vejle Svæveflyveklub om, at vi besøger dem og får en tur. Hvert fly har plads til en pilot og en passager, så påtænk lidt ventetid.

Tid: Lørdag d. 19/5 kl. 12.00 – Når vi er færdige

Sted: Nørremarksvej 13, 7160 Tørring (Hammer)

Pris: 300 kr. for ca. et kvarters flyvning (200 kr. er forsikring)

Tilmelding og betaling: Til din IFS-instruktør senest 11. maj

Sommerarrangement for IFS

Mandag d. 25. juni

I år laver vi et alternativt sommerarrangement. Vi kommer til at lave en række sjove lege og aktiviteter.

Der vil være mad inkluderet i prisen.

Tid: Mandag d. 25/6 kl. 9.00 – 14.00

Sted: Græsarealet bag Vejle Bibliotek

Pris: 115 kr. for medlemmer. 130 kr. for gæster. + 20 kr. hvis man vil have kaffe og rundstykke efter evt. morgengymnastik.

Tilmelding og betaling: Til din IFS-instruktør senest 18. juni

