



Brug bolden Vejle

Et samspil mellem DBU, Vejle kommune,
Vejle FC og Idræt i dagtimerne

Idræt i dagtimerne

Sundhedshus Vejle, Vestre Engvej 51 F, 7100 Vejle, tlf. 7572 0511

Kontortid: Mandag - fredag kl. 10 - 12, torsdag kl. 9 - 13

E-mail: info@iidvejle.dk

www.iidvejle.dk

Brug bolden Vejle



Idræt i dagtimerne

2024

www.iidvejle.dk



Brug bolden Vejle

Hvem er målgruppen ?

Borgere i Vejle Kommune med demens, hukommelsesbesvær, eller andre demenslignende symptomer eller neurologiske udfordringer. Man er velkommen uanset ens fysiske formåen, og man skal derfor ikke nødvendigvis have erfaring med at spille fodbold for at deltage. Følgere og pårørende er også velkomne.

Hvem står for træningen ?

Træningen bliver varetaget af 2 instruktører fra Idræt i dagtimerne: Leif Nygaard og Frank Jensen, der skaber trygge rammer for holdet.

Hvad indeholder træningen ?

Under træningen vises der hensyn til hinanden og til den enkelte spiller, og når spillet er sat i gang, passer vi på hinanden. Ofte vil der være boldøvelser med mange gentagelser samt tålmodighed blandt både trænere og spillere, så alle kan være med. Der er ikke krav til udstyr. Man kommer i det tøj, som man har det godt i. Fodboldstøvler er dermed heller ikke et krav.

Hvad er målet med træningen ?

- At forebygge sygdommens følgevirkninger ved at styrke den mentale sundhed og øge det fysiske aktivitetsniveau.
- At det skal være et frirum for både spillere og pårørende.
- At videregive et meningsfyldt fællesskab, som øger livskvaliteten, i stedet for ensomheden, som kan være en følge af en demenssygdom.
- At skabe glæde i trygge rammer.

Hvor og hvornår foregår træningen?

Indendørs: Fra oktober til marts foregår træningen

indendørs hver mandag kl. 10.00 - 11.30 i DGI-huset Vejle, hal 2C.

Udendørs: Fra april til september foregår træningen udendørs hver

mandag kl. 10.00 - 11.30 på Vestre Stadion, Vestbanevej 1A, 7100 Vejle.

I juli måned holder vi ferie.

Efter træning er der altid fælles hygge og kaffe.

Samarbejde med Vejle FC, DBU og Vejle kommune

Idræt i dagtimerne arbejder tæt sammen med Vejle FC, DBU og Vejle kommune for at skabe så godt et træningstilbud som muligt.

Derfor har du mulighed for en måneds gratis medlemskab af Idræt i dagtimerne, hvis du bliver henvist herigennem, og hvis du ikke har været medlem i løbet af det seneste år.

Idræt hos Idræt i dagtimerne

Idræt er andet end konkurrence. Idræt er også samvær med andre mennesker. Det er derfor ingen forudsætning, at du tidligere har dyrket motion. Hovedparten af vores medlemmer dyrker ikke motion, når de melder sig ind.

Pris	Månedskort (flere aktiviteter)	kr.	200
	1/2 årskort (flere aktiviteter)	kr.	810
	Årskort (flere aktiviteter)	kr.	1390
	Årskort (en aktivitet)	kr.	1155

Tilmelding

På Idræt i dagtimernes kontor

Sundhedshus Vejle, Vestre Engvej 51 F

Kontortid: Mandag - fredag kl. 10 - 12, torsdag kl. 9 - 13

