

Nyhedsmail IFS (Idræt for psykisk sårbare) 9. marts 2023

[View this email in your browser](#)

Ændringer på aktivitetsprogramet for IFS

E-sport udgår af programmet fra 9. marts, da der har været mangel på tilslutning. Det erstattes af fitnessboksning, der starter op torsdag den 13. april. kl. 13.00-14.00 i Bokseklubben Wedala, Spinderihallerne.



Nye instruktører ved IFS

Da både Pernille og Julie går på barsel, har vi indkaldt forstærkninger. Derfor kan vi byde velkommen til de to barselsvikarer Marie og Katrine. Du kan lære dem lidt bedre at kende her, men allerhelst ved at komme til vores aktiviteter.

Marie

"Jeg hedder Marie og er 27 år gammel. Jeg bor i Hedensted i et bindingsværk hus med stråtag sammen med min kæreste Kristian og vores hund Eddie. Jeg er meget social og jeg elsker at bruge tid med venner og familie. Jeg nyder at være aktiv, gerne noget med en bold og lidt konkurrence indover. Jeg elsker at bruge tid i haven, være kreativ og min nyeste tilføjelse er interessen for at sy tøj. Men selvom billedet af en 80 årig måske tegner sig, så har jeg altså en barnlig sjæl og en forkærlighed for konkurrencer og lege.

Jeg glæder mig meget til at møde jer alle, både frivillige og deltagere, og være med til at sprede bevægelsesglæden hos Idræt i dagtimerne."

**Katrine**

"Hej til alle jer skønne ildsjæle i Idræt i dagtimerne. Mit navn er Katrine, jeg er 35 år og bor i Grejs sammen med min mand og vores to børn.

Jeg glæder mig til være der for jer alle. Jeg nyder at være frivillig i bl.a. Vinding Badminton VSF som udvalgsmedlem og som fundraising-ansvarlig på mine børns skole. Jeg elsker at være social og aktiv, så min fritid er fyldt med vinterbadning, gåture og ketchersport med venner, og bevægelse til dejlig musik. Jeg glæder mig til at møde jer alle, både frivillige og deltagere, og være med til at give alle hos Idræt i dagtimerne nærvær og skønne aktiviteter."

Opsparing til IFS-arrangementer

Som medlem af IFS har du nu mulighed for at lave en opsparing til betaling for deltagelse i arrangementer. Du kan indbetale penge når du har dem, og når du så vil med til et arrangement, kan vi trække pengene fra din opsparing eller bruge det som tilskud. Du behøver ikke lave en fast indbetaling hver måned og du styrer selv beløbets størrelse.



Kontingent



Ny kontingentsats ved IFS

Vi ændrer på typen af kontingentsatser til Idræt for Psykisk sårbare. Du vil fremadrettet kunne købe følgende typer af kontingent:

- Årskort 640 kr.
- Halvårskort 390 kr.
- Månedskort 75 kr.

Dermed udfases klippekortet, som ikke længere kan købes. Hvis du har et aktivt klippekort, vil de resterende klip kunne bruges.



Aflysninger

Vi minder dig om, at det altid er en god ide at holde øje med aflysninger af IFS-aktiviteterne. Vi sørger for at holde hjemmesiden opdateret, så du altid selv kan være ajour med eventuelle aflysninger på holdene.

Du finder aflysningerne via linket [her](#)



Kommende gåture

Husk du kan komme med på gåtur hver torsdag kl. 12. Se oversigten [her](#)

Du vil blive mødt af vores frivillige gåværter, der altid har en spændende rute klar.

Du kan få et overblik over Idræt i dagtimernes gåture, samt alle andre gåfællesskaber [her](#).



Idræt i dagtimerne

Sundhedshus Vejle, Vestre Engvej 51F, 7100 Vejle

Kontortid: kl. 10-12 - Torsdag kl. 9-13

Tlf.: 7572 0511 Mobil: 2045 0511

Mail: kent@iidvejle.dk

Hjemmeside: www.iidvejle.dk



Facebook IFS



Hjemmeside



Email

[unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

This email was sent to <<Mail adresse>>
[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)
Idræt i dagtimerne IFS · Vestre Engvej 51F · Vejle 7100 · Denmark

