

For yderligere information kan du kontakte Idræt i dagtimerne

Sundhedshus Vejle – Vestre Engvej 51 F – 7100 Vejle – Tlf. 7572 0511

Kontortid: Mandag– fredag kl. 10-12 – Torsdag kl. 9-13

Bemærk: Vi har egen indgang i gårdhaven (stuen, indgang F)

E-mail: info@iidvejle.dk



Idræt i dagtimerne

Et sted hvor hyggeligt samvær og motion forenes,
og hvor ældre og unge mødes

www.iidvejle.dk

Idræt i dagtimerne

FC Demens



Fodbold for borgere med demenslignende symptomer
eller demens i tidligt stadie

Sæson 2023



www.iidvejle.dk

FC Demens



Hvem er målgruppen?

Borgere i Vejle Kommune med demenslignende symptomer eller demens i tidligt stadie. Følgere og pårørende er også velkomne.



Hvem står for træningen?

Træningen bliver varetaget af instruktører fra Idræt i dagtimerne: Leif Nygaard og Frank Jensen.

Hvad indeholder træningen?

Under træning vises der hensyn til hinanden og hver enkelt spiller, og når spillet er sat i gang passer vi på hinanden. Ofte vil der være mange repetitioner og gentagelser, samt tålmodig blandt både trænere og spillere, så alle kan være med.

Hvad er målet med træningen?

- At forebygge sygdommens følgevirkninger ved at styrke den mentale sundhed og øge det fysiske aktivitetsniveau.
- 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 sygdommen.
- At skabe glæde i trygge rammer.

Hvor og hvornår foregår træningen?

Træningen foregår udendørs hver mandag kl. 10.00-11.30 fra den 21. august til og med oktober på Vestre Stadion, Vestbanevej 1A, 7100, Vejle. Efter hver træning er der altid fælles hygge og kaffe.

Samarbejde mellem Idræt i Dagtimerne og DBU

Idræt i dagtimerne arbejder sammen med DBU og Vejle kommune om opstart af FC Demens i Vejle. Projektet er søsat af DBU, TrygFonden, Sygeforsikringen "danmark", Socialstyrelsen og Alzheimerforeningen i håb om at skabe de perfekte og trygge rammer for motionsfodbold for demensramte.

Idræt hos idræt i dagtimerne

Idræt er andet end konkurrence. Idræt er også samværet med andre mennesker. Det er derfor ingen forudsætning, at du tidligere har dyrket motion. Hovedparten af deltagerne 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
Du må gerne prøve et par gange inden tilmelding.