

# FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 41

07-10-2020

Denne udgave af Frivilligportalens Nyhedsbrev er sendt til frivillige på motionsområdet i distrikt 09 og 10.

God fornøjelse!

## **Inspirationsdag om motionsboldspil 13. november**

”Vi opdager næsten ikke, at vi får motion.” Motionsboldspil er sjov træning sammen og meget populært hos lokalafdelingerne.

Kom og hør mere om motionsboldspil på inspirationsdagen for distrikt 09 og 10 fredag 13.11.2020 kl. 09:30-15:30 hos Ældre Sagen, Kbh. S

Dagen byder på:

- Erfaringer fra frivillige, der har succes med at udbyde motionsboldspil i Ældre Sagen
- Nyeste viden fra forskning om motionsboldspil
- Oplæg fra projektet FodboldMotion, hvis boldspilshold henvender sig primært til ældre og andre som har været igennem et sygdomsforløb eller lever med en kronisk sygdom. Konceptet har succes med både tiltrækning og fastholdelse af denne gruppe.
- Inspiration til øvelser og spil

Målgruppen for dagen:

- Koordinatorer/aktivitetsledere på motionsområdet
- Motionsfrivillige indenfor boldspil – både nye og garvede
- Bestyrelsesmedlemmer, som vil høre mere om motionsboldspil, som en mulig ny aktivitet

Få svar på evt. spørgsmål hos Tina Jensen, tj@aeldresagen.dk tlf.: 33 96 88  
17.

***Tilmeld dig allerede nu!***