



# Nyhedsbrev Bevæg dig for Livet Lejre

BEVÆG  
DIG FOR  
LIVET

# LEJRE KOMMUNE ER BEVÆG DIG FOR LIVET VISIONSKOMMUNE

Visionskommune – hvad betyder det?



Sammen med DIF og DGI har Lejre Kommune skrevet under på en 5 årig visionsaftale og kan dermed kalde sig Bevæg dig for Livet Visionskommune. Målet er, at skabe endnu mere idræt, bevægelse og gode fællesskaber samt få endnu flere op af sofaen og ud at bevæge sig.

Vi ved, at idræt og bevægelse er sundt både for krop og sind. Vi ved også, at vi i idrætsfællesskabet kan blive en del af gode netværk og bidrage til et godt sammenhold i lokalområdet. Og alle kan være med. Der er mange aktive og frivillige i Lejre Kommune, og der er plads til flere. Der bliver brug for mange gode kræfter, når vi sammen skal sørge for at endnu flere bliver aktive. Hvis du har en god idé eller hvis du allerede er godt i gang, hører vi gerne fra dig med småt som stort – for ALT TÆLLER.

Tak for de mange gode bidrag til alle jer, der deltog i Bevæg dig for Livet workshoppen i Bramsnæshallen. Alle de mange gode ideer og inputs er blevet læst grundigt igennem og taget med i den videre planlægning af indsatser i Bevæg dig for Livet.

## SØG PULJEN NU!

Der er frigivet kr. 200.000,- til nye initiativer, der kan få flere aktive eller flere medlemmer i idrætsforeningerne. Så står du med en god idé eller et godt projekt, der kan få flere i gang med idræt og motion kan du skrive en kort ansøgning til projektleder Rikke Hjulmand på [rihj@lejre.dk](mailto:rihj@lejre.dk) eller ringe på 20371782. Det kan være opstart af ny aktivitet, der kan være, I mangler rekvisitter eller udstyr, så I kan få flere med til jeres aktivitet, eller måske har I brug for ekspertise til at nå bredere ud og markedsføre jeres aktivitet. Det kan også være noget helt fjerde. Hvis din ansøgning bliver imødekommet forpligter I jer til at indsende en opfølgning, så vi kan drage gode erfaringer, som kan komme flere til gode. [Se beskrivelse af kriterier](#) samt en [oversigt over andre puljer og fonde, foreninger kan søge](#).

## HELE DANMARK SKAL UD AT GÅ SAMMEN – VIL DU MED?



I denne uge skal hele Danmark ud at gå sammen. Kampanen hedder We Walk. Du bliver gå-vært ved at [oprette din gåtur](#) og dermed få flere med på din tur. Eller du kan [deltage i en gåtur](#), som en anden gåvært har arrangeret. Hvis du gerne vil vide mere eller har lyst til at komme på et kursus som gå-vært, så kontakt gerne Rikke Hjulmand, [rihj@lejre.dk](mailto:rihj@lejre.dk).

## IDRÆT FOR SENIORER

I september var der Aktiv Sundhedsdag i Hvalsøhallerne. Foreninger, patientforeninger og Lejre Kommune stod bag dagen, som bød på både oplysning, foredrag og aktiviteter. Leif og Maria er lige flyttet til kommunen og brugte muligheden for at undersøge, hvilke aktiviteter, der er i lokalområdet. Inden dagen var omme, havde Maria meldt sig til et Zumbahold og Leif havde booket en prøvetime til bordtennis. Arrangørgruppen glæder sig allerede til næste år, hvor de håber på, at mange flere borgere finder vej til arrangementet, som i øvrigt er gratis.

## HVOR KAN JEG FINDE MERE VIDEN OG INSPIRATION?

På Lejre Kommunes hjemmeside er der en side for [Bevæg dig for Livet](#). Her kan du finde nyheder og nyttig viden. Der findes også en Facebookside, hvor en masse aktiviteter, gode historier og nyheder bliver lagt op. Du kan finde siden og gå ind at "like" den ved at søge på [Lejre – Bevæg dig for Livet](#)