



Dato: 21. juli 2017

Flot medaljehøst til Ringsted på Idrætsfestival

4 guldmedaljer, 2 sølvmedaljer og 1 bronzemedalje kæmpede Idrætsforeningen FRISK sig til på Idrætsfestivalen for Sindet 2017.

270 psykisk sårbare var i slutning af juni 2017 samlet i Vejle til Idrætsfestival for Sindet. 12 borgere og 3 personaler fra Idrætsforeningen FRISK deltog og vandt 7 medaljer med hjem til Ringsted.

Idrætsfestivalen for Sindet er for mennesker med psykiske vanskeligheder, fx depression, angst eller skizofreni. På festivalen er der rig mulighed for at dyrke forskellige former for sport, fx fodbold, volleyball, triatlon og krolf.

FRISK har deltaget i Idrætsfestivalen de seneste 13 år, men det er første gang, at de høster så mange medaljer, fortæller Ole Wolff, som er socialvejleder i Socialpsykiatrien og kasserer i Idrætsforeningen FRISK:

"I 2016 vandt vi 4 medaljer, og i år var målet at forsvare vores guldmedalje i triatlon. Det lykkedes, men det vigtigste for os er, at vi deltager og har det godt sammen. Medlemmerne får det bedre og glemmer diagnoser og udfordringer i hverdagen, når de dyrker sport og er fysisk aktive."

Idrætsfestivalen varer tre dage og slutes af med en gallafest med middag og liveband, og det er en aften, hvor alle hygger sig:

"Gallaaftenen afslutter festivalen og binder de tre dage sammen. Der serveres en 3-retters menu, alle fester, danser og smider hængslerne. Desuden uddeles fair-play-pokalen og prisen for årets holdleder, som vi begge har vundet tidligere," fortæller Ole Wolff.

Sammenhold og fællesskab på festival

Kim, Thomas, Jens, Maria, Esben, Jan og Martin er nogle af medlemmerne fra Idrætsforeningen FRISK, som deltog på Idrætsfestivalen i 2017, og de er meget enige om, at det er sjovt og en stor oplevelse at deltage:

"Der er altid en masse oplevelser på idrætsfestivalen, hvor vi bliver udfordret både fysisk og socialt, fx havde de som noget nyt i år en klatrevæg. Der sker altid noget nyt, og vi lærer hinanden bedre at kende, når vi er afsted. Vi hepper på hinanden,

Ringsted Kommune
Social- og Sundhedscenter

Administration
Amtstue Allé 71
4100 Ringsted

Tel.: +45 57 62 80 10
Dir.: +45 57 62 80 35
Mail: kban@ringsted.dk

sociallogsundhed@ringsted.dk
www.ringsted.dk
EAN: 5798007643577



Ringsted
Kommune

når vi dystet, og der er et stærkt sammenhold og fællesskab – også med deltagerne fra andre kommuner og foreninger.”

De er enige om, at idrætsfestivalen giver god mulighed for psykisk sårbare for at møde ligesindede og være fysisk aktive sammen:

”Idrætsfestivalen giver os mulighed for at være os selv. Alle er på lige fod. Vi glemmer det rod, som ind i mellem er i vores hoveder, og idrætsfestivalen er som en ferie, hvor vi kommer væk fra hverdagen.”

De er alle enige om, at de skal deltage igen til næste år, og målet er allerede sat: De vil genvinde den eftertragtede fair-play-pokal, som de også vandt i 2014.

Om Idrætsforeningen Frisk og medaljeoversigt i 2017

- I 2017 vandt Idrætsforeningen FRISK følgende medaljer:
 - 3 guldmedaljer i triatlon
 - 1 guldmedalje i maze-walking
 - 1 sølvmedalje i 100-meter løb
 - 1 sølvmedalje i fodbold (et medlem var lånt ud til et andet hold)
 - 1 bronzemedalje i speedshooting
- Idrætsforeningen FRISK har klubaften hver onsdag kl.17.00-20.00 på Værestedet Bjælken, Østre Parkvej 2E, 4100 Ringsted.
- I ugens løb er der forskellige idrætsaktiviteter, fx mountainbike, gå-/løbehold og boldspil.
- Et medlemskab i FRISK koster 100 kr. pr. halvår.
- Læs mere om Idrætsforeningen FRISK på www.iffrisk.dk
- Læs mere om Idrætsfestival for Sindet på www.idrætsfestival.dk

Til redaktionerne: For yderligere information, kontakt venligst

Ole Wolff, tlf. 2523 4707, mail: olw@ringsted.dk