



ARBEJDSPLADSERNES MOTIONS DAG

VIBORG

UGE 41



DANSK
FIRMAIDRÆT

Arrangør: Viborg PI og Dansk Firmaidræt
Dansk Politiidrætsforbund





KÆRE KOLLEGA OG DELTAGER I ARBEJDSPLADSERNES MOTIONS DAG

Det glæder mig at sende denne lille hilsen på Arbejdspladsernes Motionsdag, som jeg synes er en fremragende måde at kombinere motion og kollegaskab.

Vi må ikke underkende betydningen af at holde sig i god fysisk form. Særligt på en arbejdsplads, hvor arbejdsopgaverne så ofte kræver af os, at vi har styrke, smidighed og god kondition.

Og selv når man bevæger sig væk fra gadeniveau og ind på kontoret, kan høj puls og regelmæssig motion have en uvurderlig effekt - det kan jeg selv

skrive under på - ikke mindst når arbejdspresset er stort. Så hjælper det at få løbeskoene på og komme ud i den friske luft.

Derfor vil jeg også gerne sige tak til de lokale idrætsforeninger og til alle jer frivillige, der med højt engagement er med til at skabe et sjovt og hyggeligt samlingssted for vores mange ansatte.

Og god vind til alle jer, der deltager. Hav en rigtig god dag.

Thorkild





VELKOMMEN TIL ARBEJDSPLADSERNES MOTIONSUGE

Når vi bevæger os med vores kolleger, er det i høj grad med til at styrke kollegaskabet på vores arbejdsplads. Det skaber grin, glæde og sjove fælles oplevelser, man kan snakke om længe efterfølgende.

Dansk Politiidrætsforbund har dyrket kollegamotion i mange år på egne matrikler og som aktive medlemmer af de lokale firmaidrætsforeninger. Dansk Firmaidræt oplever også hvert år en kæmpe opbakning i Arbejdspladsernes Motionsuge i uge 41, hvor det er en fornøjelse at se, hvordan lokale stationer fra hele landet hvert år stempler ind og arrangerer sjove, kreative aktiviteter for kollegerne.

Som altid har vi på www.AMugen.dk samlet masser af inspiration og konkrete aktivitetstilbud, der er lige til at gå til, uanset om det foregår på et kontor, i skydekælderen, i naturen eller i kantinen.

Det vigtigste er, at man dyrker sammenholdet med sine kolleger. Og det er I mestre til!

Peder Bisgaard
Formand
Dansk Firmaidræt



ARBEJDS
MOT



SPLADSERNES
100SDAG



ARBEJDS

FOOT



GOD FORNØJELSE MED ARBEJDSPLADSERNES MOTIONSUGE

Arbejdspladsernes Motionsuge er en glimrende anledning til både at bevæge sig, til socialt samvær og forhåbentlig aktiviteter, der giver et smil på læben og højt humør.

I Midt- og Vestjyllands Politi arbejder vi også resten af året for at skabe sunde vaner, bl.a. i regi af "Sund Arbejdsplads" med mikrotræning, kontorcykler, elastikøvelser og aktiviteter som "Vi tæller skridt" og "Vi cykler på arbejde". Vi har også gode træningsfaciliteter i motionsrummene, som bliver flittig brugt.

I øverste ledelse håber vi, at I har lyst til at deltage i nogle af de mange aktiviteter, som politikredsens idrætsforeninger står for. Der skal lyde en kæmpe tak til idrætsforeninger, sundhedsambassadører og alle andre, der gør en indsats på dette område.

Rigtig god fornøjelse.

Helle Kyndesen
Politidirektør





VELKOMMEN

Arbejdspladsernes Motionsuge, som var en stor succes i 2022 vender stærkt tilbage i uge 41 og varer hele ugen, hvor Viborg PI gerne vil invitere alle ansatte på Viborg Politigård til at komme ud og være aktive, gerne sammen med andre kollegaer.

På Viborg Politigård er der mange muligheder for at være aktiv, og eftersom motion er sundt, så er det bare med at få kontor- eller patruljemakkeren med til en aktivitet. Det er både godt for kroppen og sammenholdet på arbejdspladsen.

Der vil igen i år være en lille præmie til alle deltagere, som har været aktive i løbet af ugen. Så der er ingen undskyldning for ikke at bruge en time eller to i træningstøjet i denne uge!

Thomas Trend-Poulsen
Formand
Viborg PI



AKTIVITETER I UGE 41

ORIENTERINGSLØB/GANG FRA VIBORG POLITIGÅRD OG RUNDT I VIBORG BY

I løbet af ugen har du mulighed for at deltage i en orienteringstur rundt i Viborg by. Udgangspunkt bliver fra kontoret ved Thomas Hald og Kim Steniche, hvorfra I vil blive taget rundt på en "ny" og spændende rute.

Turen slutter – forhåbentligt – ved udgangspunktet.

For at bevise, at man har været hele ruten rundt skal der tages "selfies" ved hver post, som skal sendes til en mail, som er angivet på svarkortet.

Turen må gerne laves sammen med flere (for ikke at fare vild).

Der er mulighed for **badminton** og **fodbold** om tirsdagen – se tider i programmet.

Der er **svømning** onsdag og **gymnastik** torsdag.

Brug af motionsrum, gåtur i det fri, løbe- og cykeltur, padel eller lign. tæller også som aktivitet.



VIBORG PI BESTYRELSE

Formand	Thomas Trend-Poulsen	Medlem	Pia Kjær
Næstformand	Kim Kristensen	Suppleant	Mikkel Thomsen
Kasserer	Mikkel Møller Melchios	Suppleant	Sine Mølgaard
Sekretær	Jens Erik Boesen		

Viborg Politi Idrætsforenings formål er at støtte frivillig udøvelse af idræt blandt foreningens medlemmer.

Hvis du ikke allerede har meldt dig ind, så benyt blanketten.

Foreningen har p.t. følgende aktiviteter/udvalgsformand-/kontaktperson (nævnt i parentes)

Golf (Mark Holger Jensen)	Atletik/motion (Stig Brøndum Pedersen)
Gymnastik (Kell Svenningsen)	Badminton (Jens Monberg)
Håndbold (Rasmus G. Svendsen)	Bowling (Regin Østergaard)
Motionsrum (Mikkel Thomsen)	Crossfit (Sine Mølgaard)
Svømning (Henrik Eidorff)	Fodbold (Mikkel Melchiors)

V.P.I. råder over et moderne motionslokale i Politigårdens kælder.

DESUDEN ER DER I SÆSONEN FØLGENDE TRÆNINGSFACILITETER:

Badminton	tirsdage	kl. 15:30 - 17:00	i Hal 5
Gymnastik	torsdage	kl. 18:00 - 19:00	på Vestre Skoles lille gymnastiksal
Svømning	onsdage	kl. 20:00 - 21:00	på Gymnastikhøjskolen
Fodbold	tirsdage	kl. 20.:00 - 21:00	i Hal 4 (kasernehallen)

SE MERE OM VIBORG PI PÅ POLINTRA - FINDES HER
[Organisation/personaleforeninger/kreds 3/Viborg PI](#)

Kontingent er p.t. kr. 30,- pr. måned og opkræves via Sprogforbundet/lønsedlen. V.P.I. betaler startgebyr ved mange stævner, hvor man stiller op for V.P.I., ligesom foreningen betaler diæter i forbindelse med deltagelse i Danske Politimesterskaber.





SPLADSE
LOOSDAG



Erfaringer og studier viser, at kollegamotion skaber glidere medarbejdere

Til chefen: Kollegamotion betaler sig på bundlinjen - sygefraværet falder og produktiviteten stiger.

Når børnene skal være aktive på Skolernes Motionsdag, så skal vi voksne også!



ARBEJDSPLADSERNES
MOTIONSUGE



DANSK
FIRMAIDRÆT





AREEDS
0000



SKAKO

SPLADSERNES
100SDAR





HOLD DIG ORIENTERET...



Dansk
Politiidrætsforbund

Forbundet ▾

Kalender

Idrætsgrene ▾

Medlemsforeninger ▾

Medlemsblade

Velkommen til Dansk Politiidrætsforbund

Jfr. Love for Dansk Politiidrætsforbund, så består medlemskredsen af de 13 politikredse + Rigspolitechefembedet og Grønland.

Færøerne er for øjeblikket hvilende medlem og deres interesser varetages af forbundets ledelse.

Du finder
websiden på
www.politisport.dk

Læs alle nyheder →

Aktivitetskalender →

...OM POLITIIDRÆTTEN

Dansk Politiidrætsforbund har en webside, hvor du kan holde dig orienteret om, hvad der foregår i dansk politiidræt. På websiden kan du se både hvilke kommende arrangementer der ventes afviklet inden for det næste års tid, og du kan se resultater af afviklede idrætsarrangementer.

Hvis du ikke modtager indbydelser til de mange idrætsarrangementer, kan du finde dem på websiden, hvor du kan læse invitationerne, og se hvor, hvornår og hvordan du tilmelder dig.

Det vil altid være en god ide at kontakte os i din lokale politiidrætsforening, så vi kan koordinere tilmelding mv.





SPILLESIERNES
100 SPOR









Idéen til Arbejdspladsernes Motionsdag opstod i efteråret 2014, da en konsulent i Dansk Firmaidrætsforbund satte sin lille forventningsfulde og sportsklædte dreng af på skolen. Han skulle – som alle andre skolebørn – være en del af den forankrede tradition Skolernes Motionsdag.

En motionsdag, hvor fysisk aktivitet og fælles oplevelser er i højsædet på landets skoler.

Idéen tog form – for tænk, hvis alle voksne havde samme mulighed for sjove oplevelser og fælles aktivitet én gang om året. Idéen er nu en tilbagevendende tradition på mange arbejdspladser.

Og firmaidrætten fortsætter rejsen – og vi i politiet er for længst hoppet med på bevægelsesbølgen.

Og for hvert år er stadig flere virksomheder og medarbejdere kommet med.

I **2015** deltog i alt **5.676** medarbejdere.

I **2016** deltog i alt **14.100** medarbejdere.

I **2017** deltog i alt **21.700** medarbejdere.

I **2018** deltog i alt **26.210** medarbejdere.

I **2019** deltog i alt **33.409** medarbejdere.

I **2020** deltog i alt **44.709** medarbejdere.

I **2021** deltog i alt **23.372** medarbejdere.

I **2022** deltog i alt **74.086** medarbejdere fordelt på 515 arbejdspladser.





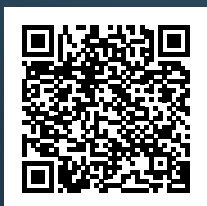


Udgiver: Dansk Politiidrætsforbund
Politigården, Københavns Vestegns Politi
Birkelundsvej 2 • 2620 Albertslund
Tlf. 2880 0067 • Mail: info@politisport.dk

Grafisk produktion og tryk: FL Tryk

Annonceekspedition: Politiidræt
Agerbakken 21 • 8362 Hørning
Tlf. 8793 3786 • Mail: info@politiinfo.dk

Se udgivelsen ONLINE



DANSK
FIRMAIDRÆT

Arrangør: Viborg PI og Dansk Firmaidræt
Dansk Politiidrætsforbund

