



CYKELTUR

10-10-10

FREDERIKSHAVN

10 KM D. 10/10



- hyggelig cykeltur på Verdens Mentale Sundhedsdag
inkl. gratis, lækker halsedisse ved tidlig tilmelding

KOM TIL CYKELFEST I FREDERIKSHAVN

Kom og vær med, når Psykiatrifællesskabet på Verdens Mentale Sundhedsdag den 10. oktober 2019 arrangerer en cykeltur på 10 km i Frederikshavn. Målet er at få en sjov dag, opleve området fra dets bedste side og sætte fokus på mental velvære. Turen er for alle, og vi opfordrer til at bruge cykelhjelm. Det eneste vi kræver er, at I medbringer jeres egen cykel og er friske på at cykle i al slags vejr. Deltagelse i turen sker på eget ansvar. Det er *Bevæg dig for livet* - Parasport og Idræt for Sindet, som står bag initiativet. *P.S. Det er også muligt at deltage i en 2,5 km gå tur*

Sted

Maskinhallen, Skolegade 8,
9900 Frederikshavn

Tid

09.30 Pladsen åbner
10.00 Velkomst og startskud
12.00 Oplæg ved Erik Holm Sørensen
12.30 Fælles spising (dagsbillet 30 kr.)
14.00 Biograftur.
(Ovenstående er ca. tider)

Tilmelding

Tilmelding foregår på
www.cykeltur101010.dk

Tilmeldingsfrist

Den 24. september, hvis du vil have en gratis halsedisse. Men du kan også møde op på dagen og cykle med.

Pris

Det er GRATIS at deltage!

Kontakt

Fontænehuset, Lisbeth Trend Poulsen
Tlf. 2184 9372, e-mail, ff@ff9900.dk,

BEVÆG
DIG FOR
LIVET



Psykiatri fællesskabet
i Frederikshavn kommune

