

Iloa ulkoilusta - tukea tuttavasta

Ulkoiluystäväksi iäkkäälle -koulutus



Liian moni ikäihminen ei pysty tai uskalla ulkoilla yksin. Apuasi tarvitaan – ryhdy ulkoiluystäväksi!

Aika ja paikka:

27.4 sekä 4.5. Lohjan kaupungintalo Monkola klo 15-18

Kokoontuminen kaupungintalon aulassa.

Koulutus on tarkoitettu kaikille, jotka haluavat ulkoilla yhdessä iäkkään kanssa. Kouluttajat ovat käyneet Ikäinstituutin kouluttajakoulutuksen.

Koulutus antaa:

- Tietoa vapaaehtoistyön periaatteista
- Valmiuksia ulkoilun avustamiseen ja apuvälineiden käyttöön
- Valmiuksia kotivoimistelun opastukseen
- Valmiuksia sopivien ulkoilureittien valintaan
- Tietoa missä voi toimia ulkoiluystävänä

Ilmoittautumiset 22.4 mennessä

Heidi Käpylä ja Anna-Maija Juuso

Puh. 044-3740347 tai 044-3740096

Etunimi.sukunimi@lohja.fi


Ikäinstituutti


VOIMAA VANHUUTEEN