



© Ikäinstituutti, Sakari Röyskö

Ulkoiluystäväksi iäkkäälle -koulutus

Alkaa to 20.3. klo 13.00-15.00 Porrassalmenkatu 26, Mikkeli
(Etelä-Savon Muistiluotsi)

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

Koulutus on tarkoitettu kaikille, jotka haluavat ulkoilla yhdessä iäkkään kanssa.
Osallistuminen ei velvoita ulkoiluystävänä toimimiseen.

Koulutus antaa:

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



Kouluttajina Päivi Meskanen Eloisa ja
Riitta Halonen E-S Muistiluotsi



Ilmoittautumiset ja lisätietoja 13.3. mennessä

p. 040 8277353, jarjestoassistentti@esmuistiluotsi.fi

Koulutus perustuu Ikäinstituutin Ulkoiluystäväksi iäkkäälle -koulutusohjelmaan.