



Ulkoiluystäväksi iäkkäälle -koulutus

Aika: ma 4.5.2026 klo 16.00-18.00 ja ma 11.5.2026 klo 16.00-18.00

Paikka: Kohtaamispaikka Ellinkulma, Väyryläntie 1, 83900 JUUKA

Kesto: 2 kokoontumiskertaa, yhteensä 4 tuntia

**Moni iäkäs kotihoidon asiakas kaipaa juttu- ja ulkoiluseuraa.
Haluaisitko sinä olla avuksi ja tuoda iloa?**

Yhdessä ulkoilu, raitis ilma ja juttuhetki voivat olla päivän kohokohta. Ulkoiluhetki tuo liikettä ja hyvää mieltä myös omaan päivään.

Tule kuulemaan, mitä pitää huomioida, kun lähdetään ikäihmisen kanssa ulos. Porehdytyksen jälkeen voit halutessasi lähteä mukaan toimintaan. Päätät itse, minkä verran haluat antaa aikaasi ulkoiluun. Sovitetaan toiveesi yhteen kotihoidon aikataulujen kanssa.

Porehdytyksessä käydään läpi:

- Turvallisen ulkoilun periaatteita ja apuvälineiden käyttöä
- Muistisairaahan kohtaamista
- Vapaaehtoistoiminnan pelisääntöjä
- Yhteistyötä kotihoidon kanssa

Osallistujille maksuttoman koulutuksen järjestävät:

Ikäinstituutti ja Siun sote/Hyvä vanhuus yhdessä ulkoillen -hanke, Juuan kunta/Liikuntapalvelut ja Kohtaamispaikka Ellinkulma.

Ilmoittautumiset 29.4. mennessä tarjoiluja varten

Päivi Keronen, paivi.keronen@ikainstituutti.fi, puh. 040 669 7509