VOIMAA VANHUUTEEN
Satakunta

VOIMAA VANHUUTEEN
Länsi-Uusimaa

# Ikäinstituutin liikuntamateriaalit tutuksi yhdistyksille

## Perjantaina 13.11.2026 klo 9-11, Teams

Tule kuulemaan, miten valmiit liikuntaohjeet ja -ohjelmat rikastuttavat yhdistyksenne toimintaa.

Saat käytännön vinkkejä materiaalien helppoon hyödyntämiseen.

Jokainen osallistuva yhdistys saa yhden materiaalipaketin maksutta postitse (1 pkt/yhdistys)

Osallistu yksin tai kokoa isompi porukka yhteiseen etäkatsomoon!

**Tervetuloa mukaan!**

**Material erbjuds också på svenska.**




Tilaisuus on tarkoitettu Voimaa vanhuuteen –ohjelmaan osallistuvien yhdistysten aktiiveille.

Ilmoittautuminen sähköisesti viim. ke 11.11.2026

https://www.lyyti.fi/reg/Ikainstituutin_materiaalit_tutuksi_yhdistyksille_6887

VOIMAA VANHUUTEEN
Satakunta

VOIMAA VANHUUTEEN
Länsi-Uusimaa

# Äldreinstitutets motionsmaterial för föreningar

## Fredag 13.11.2026 kl. 9-11, Teams

Kom och hör hur färdiga motionsprogram och övningsmaterial kan berika verksamheten i din förening.

Du får praktiska tips för hur materialen enkelt kan användas i föreningens verksamhet.

Varje deltagande förening får ett materialpaket utan kostnad per post (1 paket/förening)

Delta på egen hand eller samla ett större gäng och följ sändningen tillsammans!

**Välkommen!**

Tillfället hålls på finska.
Materialet finns också på svenska.




Tillfället är avsett för aktiva inom föreningar som deltar i Kraft i åren-programmet.

Anmäl dig senast onsdagen den 11.11.2026

https://www.lyyti.fi/reg/Ikainstituutin_materiaalit_tutuksi_yhdistyksille_6887