

Ulkoilukertojen kirjaaminen yksityisesti



1. Valitse vievanhusulos.fi -verkkosivujen etusivulta Ilmoita ulkoiluja

Kampanja on alkanut, osallistu!

Ilmoita ulkoiluja >

2. Valitse Yksityisiin

Lisäätkö ulkoilun yksityishenkilönä vai yhteisön ulkoilutilille?

Yksityisiin >

Yhteisölle >

3. Lisää ulkoilukertojen määrä, yhdessä kuljetut kilometrit sekä sähköpostiosoite

Ulkoilin ikäihmisen kanssa*

kertaa

Kirjaa enintään 100 ulkoilua yhdellä kirjauksella.

[Miten lasken ulkoiluiden määrän ryhmälle? »](#)

Matkaa kertyi ikäihmisille yhteensä

kilometria

Huom. Laske kaikkien osallistuneiden ikäihmisten ulkoilemat kilometrit yhteen. Esim. 2 tai 2,5. Vapaaehtoinen kenttä.

Sähköpostiosoitteeni*

JATKA

4. Lisää nimimerkki ja valitse paikkakunta. Luo salasana, jos haluat katsoa sähköpostiosoitteellasi kirjaamiasi ulkoilukertoja jälkikäteen. Paina Lähetä.

Nimimerkki *

Uuno Ulkoilija

Paikkakunta *

Helsinki

Luo salasana, jos haluat katsoa kirjaamiasi ulkoiluja jälkikäteen.

Salasana


LÄHETÄ

5. Ulkoilukerrat ja kilometrit on nyt kirjattu. Halutessasi voit vielä kertoa ulkoilustanne ja lisätä kuvan. Muista myös hyväksyä tietoturvaseloste ja paina Lähetä.

Halutessasi kerro vielä hiukan ulkoilustanne, muuten [palaa etusivulle](#).

Lähetetyt tarinat julkaistaan etusivulla

Kerro ulkoilusta* ...

 Lisää kuva



Hyväksyn tietojen käytön [tietoturvaselosteen](#) mukaisesti*

Ikäinstituutti

uuno@ulkoilija.fi

LÄHETÄ