



Äldreinstitutionen



Tassarna i rörelse!

vievanhusulos.fi



@vievanhusulos
#VieVanhusUlos

Äldreinstitutet utmanar med sin kampanj Gå ut med den äldre frivilliga, fackfolk inom vård samt anhöriga och grannar att ställa upp som promenadsällskap för äldre som behöver stöd. Gemensamma promenader förbättrar konditionen och piggar upp.

Så här deltar du i kampanjen

- Anmäl dig på kampanjens webbplats. Du får Krattgympa och Hundbingo i gåva.
- Anteckna dina utevistelser eller distansen ni har gått på kampanjsidan eller på ditt friluftskonto.
- Dela berättelser och bilder från utevistelserna på webbplatsen och i sociala medier med taggen #GåUtMedDenÄldre
- Ordna ett friluftsevenemang på nationella friluftsdagen för äldre den 6 oktober.

De som rör på sig mest belönas.

Ställ upp som utekompis för äldre!

Bland över 75-åringar har svårigheterna att gå ökat under corona-begränsningarna.

GÅ UT MED DEN ÄLDRE 7.9.–7.10.2022

