

Todistus

on osallistunut

ULKOILUYSTÄVÄKSI IÄKKÄÄLLE -koulutuksen

Koulutuksessa käsitellyjä aiheita

- Ulkoilun ja liikunnan hyödyt iäkkäälle
- Ulkona liikkuminen ja ulkoiluympäristöt
- Apuvälineet ja liikkumisessa avustaminen
- Turvallisuustekijät
- Kotivoimistelun ohjaaminen
- Vapaaehtoistyön periaatteet
- Ulkoiluystävän omat voimavarat

Koulutus antaa valmiudet toimia iäkkään ulkoiluystävänä.

Osallistuja on saanut ulkoiluystäväpassin osoituksena koulutuksen suorittamisesta.

Koulutuksen kesto on ollut 8 oppituntia. Koulutukseen on sisältynyt välitehtävä.

Paikka ja aika

Kouluttaja

Koulutus on osa Ikäinstituutin Voimaa Vanhuuteen -iäkkäiden terveystoimintaohjelmaa.



Ikäinstituutti



VOIMAA VANHUUTEEN
lääkkäiden terveystoimintaohjelma