

## Aktiivisesti ikääntyen – Hyvät käytännöt ja toimintamallit Euroopan tasolla hankkeen juurruttamistoimintaa KANGASALLA!

### Hyvinvointia edistävät kävelyryhmät ikääntyneille - *Kipin Kapin*

**Aika:** Perjantaina 31.8., 6.9., 13.9. ja 20.9. kello 13.00 -14.00

**Paikka:** Palvelukeskus Maijala, Akanakuja 2, 36200 Kangasala

**Kohderyhmä:** Ikäihmiset Kangasalla.  
Maijalan palvelukeskuksen asukkaat ja lähialueella asuvat.

**Sisältö:** Kävelyä oman kunnon ja mielen mukaan yhdessä ystävien ja tuttavien sekä Tampereen ammattikorkeakoulun fysioterapiaoiskelijoiden kanssa.



## Lämpimästi Tervetuloa!

**Lisätiedot:** projektipäällikkö Tarja Heinonen tai projektikoordinaattori Ella Kallio ([etunimi.sukunimi@tamk.fi](mailto:etunimi.sukunimi@tamk.fi))