



Liikettä arkeen -tapahtumaan toivotaan yhdistyksiä ja seuroja mukaan kumppaniksi

Tiedote **14.4.2023 14:21**

Ikäihmisille suunnattu maksuton tapahtuma on urheilutalolla 24.8.2023.

Imatran kaupungin liikuntapalvelut järjestää tapahtuman nyt toista kertaa.

- Etsimme tapahtumaan mukaan yhdistyksiä ja seuroja, joilla on tarjolla ikäihmisille suunnattua toimintaa tai hyvinvointiin liittyvää tietoa jaettavaksi. Nyt on siis loistava paikka kohdata ikäihmisiä, liikunnanohjaaja **Marjo Hiltunen** kertoo.

Toimijat voivat pitää esittelypistettä tai tuoda tapahtumaan jotain osallistujia aktivoivaa toimintaa.

Tapahtuman tavoitteena on ohjata ihmisiä mukaan eri tahojen toimintaan, löytää itselle sopiva harrastus, turinaporukka tai jotain muuta kivaa sisältöä elämään. Lisäksi osallistujat saavat tietoa oman hyvinvoinnin edistämisestä.

Tapahtumapaikkana on Imatran urheilutalo torstaina 24.8. klo 9.30-12.00.

Liikuntapalveluissa otetaan ilolla vastaan ideoita tapahtumaan

- Jos seuralla tai yhdistyksellä on kohderyhmälle sopivia 30-45min luentokokonaisuuksia niin niistäkin voi minua lähestyä. esim. aivoterveys, uni, ravitsemus, mielen hyvinvointi, diabetes, sydän- ja verisuonisairauksien ennaltaehkäisy, Marjo jatkaa.

Eri tahojen toimintojen esittelypisteet ovat tapahtumassa urheilutalon yläaulassa ja käytävällä, palloiluhallissa on tilaa aktivoivalle toiminnalle tai luennolle.

Ilmoita seura tai yhdistys mukaan 26.5.2023 mennessä

Ilmoittautuminen tapahtuu sähköpostilla tai puhelimitse liikunnanohjaaja Marjo Hiltuselle: marjo.hiltunen@imatra.fi , p. 020 617 728

Lisätietoja:

liikunnanohjaaja Marjo Hiltunen, marjo.hiltunen@imatra.fi, p. 020 617 7286

Liikettä arkeen -tapahtumassa 24.8.2023 muun muassa:

- Esittely- ja neuvontapisteitä
- Kehonkoostumusmittausta
- Liikuntasäpinät: tasapainoilua, pelailua ja muuta aktiviteettia
- Liikuntapalveluiden ryhmiin ilmoittautuminen
- Maksuton kahvitarjoilu