



Projekt: Omastehooldajate teadlikkuse tõstmine ja põlvkondadeülese suhtluse soodustamine

Ennast säästvad töövõtted koduses hoolduses ja majapidamises I

9. oktoober 2025

Väätsa eakate kodus

Eesmärk: Tutvustada ennast säästvaid töövõtteid koduses majapidamises. Ergonoomilised töövõtted omaste hoolduses, vigastuste ja ohtude vältimine. Taastumist aitavad harjutused.

Ajakava:

13.30. – 15.00. Koolitus

15.00.- 15.45. Praktilised harjutused

15.45.-16.00. Küsimused, tagasiside

Koolitajad Paifys füsioterapeudid

Info

Tiia Mettus

58146000

vaatsa.eakatekodu@tyri.ee