

SOCIALA HÖRNAN

AKTIVERA DIG MED OSS



GÅFOTBOLL

Gåfotboll är precis vad det låter som – fotboll där utövarna går istället för att springa.

Onsdag 4 oktober klickar Ope IF igång gåfotboll för 60+are som en del av projektet Sociala hörnan. Kom till ÖP-hallen fritidsklädd med gympa-/fritidsskor och vattenflaska så berättar vi allt om hur det går till.

Häng med oss från start, det här blir kul!

ONSDAGAR
13–14

ÖP-HALLEN

Studier visar att föreningsdriven gåfotboll kan resultera i:

- Stärkt mening med livet, ökad livskvalité och glädje för äldre.
- Betydelsefulla sociala relationer och en känsla av sammanhang.
- Möjlighet till meningsskapande vänskapsmöten.
- Minskad social isolering, stillasittande och livsleda.
- Ökad motivation till fysisk träning.
- Att åldersfördomar motverkas och ökad inkludering av äldre i samhället.
- Mervärde och meningsfullhet för idrottsföreningen.



Aktiveringsprojektet Sociala Hörnan finansieras genom medel från Socialstyrelsen och syftar till att förebygga och bryta ensamhet och isolering bland åsrika. Målet är att skapa mötesplatser och kontaktytor mellan människor genom aktiviteter som bidrar till gemenskap och social stimulans. Vår väg dit går via föreningslivet genom att öppna för möjligheter att engagera sig ideellt eller att delta i verksamhet som anordnas ideellt.

www.facebook.com/socialahornan