

Promenadsällskapet Walkie Talkie är en hjälp för dig eller någon du känner, som vill ta steget ut från isolering och ensamhet.

Vi är det privata företaget med det stora, stora hjärtat.

Här finns det mycket tid, humor och värme. Vi samarbetar även med äldreboenden, trygghets- och seniorboenden.

Välkommen till vår värld!



*Skriv mer brev och gör någon glad.
Ett brev betyder så mycket.*

Promenadsällskapet Walkie Talkie



Vi har inte bråttom, vi har bara tid för dig.

Promenadsällskapet Walkie Talkie
Tel. 070-492 88 58
Hemsida: www.pswt.se

Välkommen till oss!

En promenad om dagen är verkligen den bästa medicinen! Frisk luft och sällskap gör under. Promenadsällskapet Walkie Talkie vill sätta guldkant på din tillvaro och sprida glädje! Här finns det engagemang, humor och värme, tid och trygghet för dig. Varje dag.



*Min underbara mormor
Astrid som inspirerat mig.*

Med promenader blir man bättre under sin behandling efter Stroke. Det är nu även bevisat att Parkinson, Alzheimers och MS blir mer hanterbart av daglig motion. Det motverkar depression, ger dig minskad oro, bättre humör och sömn.

Promenader och tillskottet av D-vitamin som dagsljuset ger är även ett bra sätt för oss alla att motverka benskörhet.

Vi erbjuder:

- **Dagliga promenader**
- **Redigt och trevligt stödsällskap till affär, post, bank och vårdcentral**
- **Vintertid, "Buss-safari" och "Blå timmen promenad".**
- **Vår och sommar: Picknick & Utflykter**
- **Kultursällskap som teater, bio och opera och utställningar**
- **Högläsning**
- **Dans till älskad musik från förr**
- **Skräddarsydda föreläsningar i konst & historia**



Vad kostar det?

Vardagar
Helg

Privatpersoner:

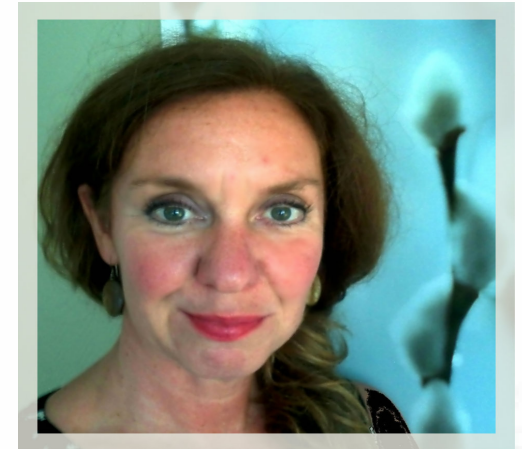
500/250 kr tim
600/300 kr tim

Med hjälp av RUT-avdraget får du 50% i skattereduktion på arbetskostnaden.

Alla priser är exklusive moms.

Vem är jag?

Mitt namn är Bettina Stewart och jag startade Promenadsällskapet Walkie Talkie för jag har insett att det behövs. Så mycket! Det finns så många ensamma människor som inte kommer ut på en daglig promenad.



Stimulans och samtal är det allra viktigaste för vår hjärna! Att ha någon att prata med och gå i armkrok på promenad, att känna sig sedd är så oerhört viktigt. Det är i mötet med en annan människa som vi känner att vi finns till.