

## **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 lilla  
företaget med det  
stora, stora hjärtat.

Här finns det mycket tid,  
humor och värme.  
Alltid engagerat och  
tryggt för dig som vill få  
ut lite mer av din dag.

**Välkommen till oss!**

### **Kontakt**

**Bettina Stewart Billgren**

**Tel: 070-492 88 58**

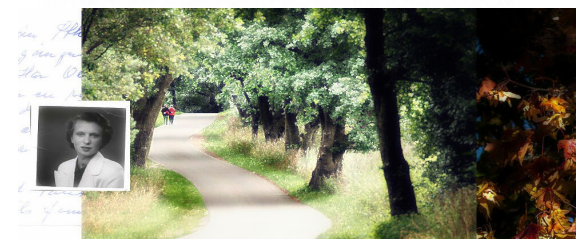
**E-post: [info@promenadsallskapet.se](mailto:info@promenadsallskapet.se)**

**[promenadsallskapet.se](http://promenadsallskapet.se)**

**Ansvarsförsäkrad. F-skatt.**

**RUT-avdrag.**

## **Promenadsällskapet** *Walkie Talkie*



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

## Välkommen till oss!



Min underbara mormor  
Astrid som inspirerat mig.

### En promenad om dagen är den bästa medicinen! Frisk luft gör under för oss alla!

Vi erbjuder promenader i sol och snö, ur och skur. Trevligt stödsällskap till mataffär och läkarbesök, och kulturella resor till museum och konstutställningar.



Vi vänder sig till dig som behöver lite extra stöd i livet för att komma ut på promenad.

Till dig som är anhörig till föräldrar där någon har blivit änka eller änkling, eller lätt dement och där båda partner behöver lite extra stöd.

## Vi erbjuder:

- Dagliga promenader
- Redig sällskap och stöd till affär, post, bank och vårdcentral
- Besök på konstmuseum och musikstunder, föreläsningar
- Vintertid, "Buss-safari", spårvagnsturer och "Blå timmen promenad"
- Vår och sommar: Picknick & Utflykter



## Vad kostar det?

500 kr/250 kr tim.

Med hjälp av RUT-avdraget får du 50% i skattereduktion på arbetskostnaden. Alla priser är exklusive moms.



## Vem är jag?

Jag heter Bettina Stewart Billgren och jag startade Promenadsällskapet Walkie Talkie för jag har insett att det behövs. Så mycket. Det finns så många äldre som inte kommer ut på en daglig promenad. Det vill jag ändra på. Det är viktigt att äldre får känna sig mindre ensamma, att man ska ha



möjlighet att få komma ut, på promenad, eller en trivsamt utflykt eller ett samtal med någon som verkligen lyssnar. Det kan betyda så oerhört mycket. Att ha någon att prata och gå i armkrok på promenad, att känna sig sedd. Det är i mötet med en annan människa som vi känner att vi finns till.

**2019 firar vi fem år! Så glad för det!**