

# REUMAGEO – MUKAAN EHTII VIELÄ

- Tarkoituksena on lisätä jäsenten ja heidän läheistensä liikuntaa.
- Kätköilyn perusidea on yksinkertainen. Kyseessä on eräänlainen aarteensintä.
- Lajin harrastajat ovat
  - kätkeneet maastoon eri näköisiä ja kokoisia rasioita,
  - joita muut etsivät koordinaattien ja vihjeiden perusteella.
  - Rasian eli kätkön sisällä olevaan lokiin merkitään oma nimimerkki ja löytöpäivämäärä.
  - Kätkö palautetaan samaan paikkaan seuraavia etsijöitä varten.





# UUSI MAAILMA



Kätköjä on maailmanlaajuisesti jo kolme miljoonaa. Niitä on erilaisia:

- Peruskätköjä
- Multikätköjä
- Mysteerikätköjä

Vaikeusasteet vaihtelevat.

- Reumageo-kätköt ovat 1-2 –tasoa, joista 1 tarkoittaa että se on esim. pyörätuolilla saavutettavissa.

Etsiminen pyritään aina tekemään asiaan vihkiytymättömiltä, harrastajatermein sanottuna jästeiltä, huomaamatta.

Kätköily yhdistää liikettä ja ulkoilua, mutta vaatii myös hoksottimia.



## MITEN ALKUUN?



- Lajin aloittamiseen tarvitaan käytännössä GPS-paikannusta hyödyntävä laite, kuten älypuhelin, sekä oma tili geocaching-palvelussa kätköjen kirjaamiseen. Ota varmuudeksi kätköretkelle mukaan myös oma kynä.
- [Geocaching.com](https://www.geocaching.com) -sivustolta löydät ohjeet, kätköt ja käytännössä kaiken olennaisen geokätköilystä, myös suomeksi.
- Hyödylliset ladattavat sovellukset, joiden avulla kätköjä voi etsiä: Geocaching ja c:geo.

# LISÄÄ LIKETTÄ

Reumayhdistysten geokätköilyprojektin kunnianhimoinen tavoite on luoda 70 geokätköä eri puolille Suomea.

- Reumayhdistysten tekemät kätköt tunnistaa Reumageo-alkuisesta nimestä.
- Esim. **Reumageo Vihti Kirkko**

Jos tuntuu, että ihan omin avuin asiaan ei uskalla vihkiytyä, niin

- **Reumageo-koulutus on 7.-8.4. Turussa.**
- Koulutus on osallistujille maksuton sisältäen koulutuksen, ruokailut ja majoituksen.
- Matkat ovat omakustanteiset (yhdistys maksaa).

Jos koulutusajankohta ei sovi, niin

- liikuntasuunnittelija Tinja auttaa mielellään alkuun.
- Paikalliset latuyhdistykset ovat myös erittäin hyviä geokätköilykumppaneita.





# VARAINHANKINTAA



**Lisätietoja** antaa  
liikuntasuunnittelija Tinja Saarela, p.  
040 821  
5567, [tinja.saarela@reumaliitto.fi](mailto:tinja.saarela@reumaliitto.fi)

Muista somessa #reumageo



*Liikunnasta voimaa  
ja piristystä arkeen!*



KIITOS!



Reumaliitto