**Pysy pystyssä -kampanja – materiaalipaketti**

**Valmiit some-luonnokset**

**LinkedIn**

**Teksti:**   
Pysy pystyssä! Turvallisempi talvi alkaa pienistä teoista. ❄️

Liukkaat kelit ovat taas täällä!Liukastumiset ovat yleinen, mutta usein ennaltaehkäistävä riski, joka voi aiheuttaa pitkiä sairauspoissaoloja ja merkittäviä kustannuksia. Suomessa liukastumiset johtavat vuosittain tuhansiin sairaalahoitopäiviin. Mutta hyviä uutisia: suurin osa liukastumisista on ehkäistävissä pienillä, mutta tärkeillä teoilla!

Jokainen meistä voi omalta osaltaan ehkäistä liukastumisia ja pitää itsensä turvallisesti pystyssä. Pienillä teoilla – kuten oikeilla jalkineilla – on suuri merkitys!

Lue lisää 7 vinkistä liukastumisten ehkäisyyn kampanjasivuilta [www.kotitapaturma.fi/pysy-pystyssa](http://www.kotitapaturma.fi/pysy-pystyssa).

#PysyPystyssä

**Instagram**

**Teksti:**   
Pysy pystyssä! ❄️ Pienillä teoilla on suuri merkitys liukkailla keleillä.

Liukastumiset ovat yksi yleisimmistä tapaturmista, mutta suurin osa liukastumisista on ehkäistävissä pienillä, mutta tärkeillä teoilla. Autetaan itseämme ja toisiamme pysymään pystyssä tänäkin talvena!

Näin voit itse vaikuttaa siihen, että pysyt pystyssä:

1. Keskity kävelemiseen.
2. Valitse kengät kelin mukaan.
3. Käytä liukuesteitä.
4. Huolehdi kunnostasi ja vireystilastasi.
5. Tarkista jalankulkusää.
6. Varaa aikaa matkoihin.
7. Anna palautetta kunnossapidosta.

#PysyPystyssä