



Älvsbyn- Medborgarförslag (Under behandling)

Ärendenummer: 1024941



Kommun: Älvsbyn
Inskickat: 2024-05-19 21:37 av MARGARETA GRÖNLUND
Senast ändrat: 2024-05-19 21:37 av MARGARETA GRÖNLUND
Handläggare: Michelle Engman (MICENG01-älvby) [Ta ärendet]
(/admin/steal/1024941)

Visa ärende Ärendehistorik Meddelanden (0) Interna noteringar (0)

1. Kontaktinformation

Kontaktuppgifter privatperson *

För- och efternamn
MARGARETA GRÖNLUND

Adress
FLEVIKEN 26

Postnummer och ort
942 92 Älvsbyn

Telefon
0738153550

E-postadress
margaretagr@hotmail.com
(mailto:margaretagr@hotmail.com)

Mobiltelefon
0738153550

Notifieringar
E-post

2. Beskriv ditt medborgarförslag

Rubrik *
Friskvård för äldre

Beskrivning*

Beskriv ditt medborgarförslag, du kan även bifoga filer i ett senare skede.

Medborgarförslag från Pensionärsorganisationerna i Älvsbyn:

Att åtgärder vidtas för att underlätta och stimulera till ökad fysisk aktivitet för seniorer i förebyggande syfte, dels för den egna livskvaliteén och dels för samhällsekonomiska kostnader gällande de äldre boende i Älvsbyn. Detta går att göra på olika sätt exempelvis friskvårdsbidrag för seniorer eller avskaffande av avgift i simhallen. Se bifogad fil.

3. Kompletterande information

Bifoga fil

Regelbunden fysisk aktivitet är viktig genom hela livet och bidrar till ett hälsosamt åldrande med god livskvalitet. I WHO:s "Global action plan on physical activity 2018-2030" konstateras därför att det måste finnas möjlighet och stöd till ökad fysisk aktivitet och minskat stillasittande för alla äldre såväl i lokalsamhälle som i särskilda boendeformer.

Regelbunden fysisk aktivitets effekter:

Förbättrar kognitiv funktion, sömn, hälsorelaterad livskvalitet samt minskar oro och nedstämdhet

Minskar risk för fall och fallrelaterade skador samt förbättrar fysisk funktion

Kan minska risk för högt blodtryck, stroke, hjärt- och kärlsjukdomar, typ 2 diabetes, övervikt/fetma, demens, olika former av cancer och förtida död.

Förbättrar kondition och styrka som ökar förmågan att klara av vardagsaktiviteter och bidrar till bevarande av muskelmassa.

I Älvsbyns kommun finns det för anställda olika former av friskvårdsbidrag. För äldre/seniorer erbjuds ofta träning till seniorpriser. Trots detta så blir det en kostnad som många seniorer inte har råd med för att kunna träna regelbundet.

Pensionärsföreningarna i Älvsbyn begär därför

Att frågan utreds och åtgärder vidtas för att underlätta och stimulera till ökad fysisk aktivitet för seniorer. Detta går att göra på olika sätt exempelvis friskvårdsbidrag för seniorer, avskaffande av avgift i simhallen.

Att företrädare från TTR-samrådet får vara med och vara "bollplank" när frågan utreds.

Dessa åtgärder kan användas i enlighet WHO:s plan för att ge ökad möjlighet till ett friskare och hälsosammare liv.

