

Handläggare
Anne-Christine Davidsson
Telefon: 508 03 187

Till
Spånga-Tensta stadsdelsnämnd

Medborgarförslag angående träning på gym för pensionärer

Förvaltningens förslag till beslut

Stadsdelsnämnden överlämnar tjänsteutlåtandet som svar på medborgarförslaget.

Christina Heglert
T f stadsdelsdirektör

Margareta Ericson
Avdelningschef

Sammanfattning

I november 2014 inkom ett medborgarförslag till stadsdelsnämnden gällande möjligheten för pensionärer att träna på gym.

Stadsdelsnämnden beslutade vid sammanträdet den 27 januari 2015 att medborgarförslaget skulle överlämnas till förvaltningen för beredning.

Förslagsställaren pekar på betydelsen av att äldre människor har möjlighet att träna på gym för att på så sätt öka sitt välbefinnande.

Ärendet

Stadsdelsnämnden fick ett medborgarförslag i november 2014 där förslagsställaren pekar på betydelsen av att äldre människor har möjlighet att träna på gym. Förslagsställaren framför önskemål om att personer från 70 års ålder ska erbjudas träning en dag per vecka, max två timmar per gång. Vidare påpekar förslagsställaren att det är viktigt och positivt för äldres välbefinnande att få röra sig i grupp året runt.

Ärendets beredning

Ärendet har beretts inom strategiska staben i samarbete med avdelningen för äldre och funktionsnedsättning.

Förvaltningens synpunkter och förslag

Nämnden uppskattar att förslag inkommer från engagerade medborgare och instämmer med förslagsställaren i vikten av att

äldre personer får möjlighet att utöva olika former av fysisk aktivitet. Detta är ett led i en aktiv livsstil och främjar folkhälsan.

Förvaltningen kan idag erbjuda träning för äldre personer på gym, ”Elingymmet”, på Tensta servicehus. Gymmet är tillgängligt för personer 65 år och äldre och har öppet alla vardagar. För information om öppettider, se anslag på Tensta servicehus eller kontakta receptionen. Under öppettiden är det fritt att stanna så länge man vill. Gymmet är utrustat med diverse redskap och för att få möjlighet att träna behövs en inledande instruktion av sjukgymnast. Introduktionen ges för närvarande en förmiddag i veckan, onsdagar mellan kl 09.00-11.00, och behöver inte förbokas då drop in tillämpas.

Dagverksamheten Elin anordnar periodvis promenadgrupper, förutsatt att intresse finns, där man gemensamt promenerar i närområdet med stavar som finns att låna.

Förvaltningen har fått i uppdrag att se över och utveckla de öppna träffpunkterna för äldre i stadsdelen varför förslag på innehåll tacksamt tas emot. I samband med detta uppdrag kommer förvaltningen att undersöka möjligheten att återigen börja med sittgymnastik, förutsatt att utbildad ledare för denna aktivitet finns att tillgå.

Bilagor

1. Medborgarförslaget