



Handläggare
Nicoletta Zoannos
Telefon: 08-508 24 594

Till
Skärholmens stadsdelsförvaltning

Styrketräning för seniorer

Svar på medborgarförslag

Förvaltningens förslag till beslut

Skärholmens stadsdelsnämnd godkänner förvaltningens svar på medborgarförslaget.

Susanne Leinsköld
Stadsdelsdirektör

Andreas Thorstensson
Avdelningschef

Sammanfattning

Ett medborgarförslag har inkommit till Skärholmens stadsdelsnämnd. Förslagsställaren önskar tillgång till styrketräning för seniorer liknande den man har i Botkyrkahallen i Hallunda. Skärholmens sim- och sporthall erbjuder stadsdelens medborgare flera olika typer av aktiviteter. För seniorer finns ”Morgonklubb Senior” som riktar sig till just seniorer som vill styrketräna. Förvaltningen har förmedlat kontakt mellan förslagsställaren och ansvarig person för ”Morgonklubb Senior”.

Ärendet

Ett medborgarförslag har inkommit från Catrine Olander. Förslagsställaren önskar att man som senior medborgare i Skärholmen får tillgång till styrketräning. Förslagsställaren tar upp styrketräning för seniorer i Botkyrkahallen i Hallunda som exempel. Förslagsställaren tror att om sådan verksamhet finns i närheten gör det lättare att man tar sig till aktiviteten. Förslagsställaren tror att detta skulle kunna minska ett eventuellt motstånd som det kan bli om man måste ta sig till aktiviteten med tunnelbana eller annan lokaltrafik.

Ärendets beredning

Ärendet har beretts på avdelningen för äldre, personer med funktionsnedsättning och socialpsykiatri.

Förvaltningens synpunkter och förslag

I stadsdelen kan medborgare oavsett ålder ta del av många typer av träning och friskvård. Skärholmens sim- och sporthall erbjuder flera olika typer av aktiviteter i sin anläggning. För seniorer finns "Morgonklubb Senior" som riktar sig till just seniorer som vill styrketräna. Aktiviteten leds av en instruktör. "Morgonklubb Senior" startade i slutet av september och fortsätter under hösten. Skärholmens sim- och sporthall har även en så kallad mötesplats för fysisk aktivitet som under hösten är öppen tisdagar 14:00-15:30 samt torsdagar 15:00-16:30. Här kan man få tips och råd hur man kan komma igång med sin träning och vilka aktiviteter som passar.

Förvaltningen har förmedlat kontakt mellan förslagsställaren och ansvarig person för "Morgonklubb Senior".