



Särskilt yttrande

Socialnämndens sammanträde den 14 juni 2017 Ärende 5 Förslag från Tyresöinitiativet om fysisk aktivitet för äldre

Vi socialdemokrater har motionerat om att Tyresö kommun ska utreda förutsättningarna för att i kommunen inrätta ett antal träffpunkter för äldre utifrån det koncept som Haninge kommun framgångsrikt använder sig av. Träffpunkter för seniorer är ett mycket bra sätt att delta i olika aktiviteter, ta en kopp kaffe, passa på att ställa frågor till dem som jobbar där och inte minst att på ett otvunget sätt umgås med andra människor. Träffpunkter kan erbjuda bland annat social gemenskap, fysiska aktiviteter, hjälp och råd för att motverka näringsbrist och stöd vid myndighetskontakter.

Forskning har visat att psykisk ohälsa har ökat kraftigt bland äldre på senare tid. En viktig del för att motverka nedstämdhet, och i förlängningen att en sådan utvecklas till depression, är att träffa vänner och att vistas i olika sociala sammanhang.

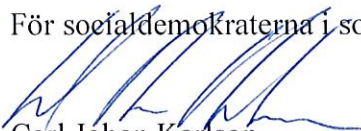
I vår grannkommun Haninge finns idag åtta stycken träffpunkter utplacerade i olika geografiska delar av kommunen. Där erbjuds exempelvis Må bra cirklar för den som är senior 65+. En sådan förmedlar kunskap om friskvård och hälsa och innehåller ett antal sammankomster på respektive träffpunkt. Varje träff har oftast ett särskilt tema som till exempel kroppen, kost, sömn eller träning. De här träffarna är avgiftsfria. Vi tycker att detta är ett mycket bra förebyggande arbete som vore värt att ta efter för Tyresö kommun. Det är allmänt bra att försöka vara aktiv och det är här som de fysiska aktiviteterna är så viktiga.

På Stora Pensionärsdagen den 5 maj i år i Tyresö så berättade läkaren Göran Murvall om sitt arbete med att i Nacka få igång jumpa för de som är 90+. Efter jumpan dricks det kaffe tillsammans. - Det är aldrig för sent att börja "träna", underströk han, och det är jätteviktigt för alla att hålla igång och röra på sig. Denna jumpa har blivit väldigt populär och en stor framgång i Nacka.

Vi socialdemokrater är rätt övertygade om att de fysiska aktiviteterna helt enkelt blir en naturlig beståndsdel i de flesta av dessa träffpunkter för äldre. Vi

socialdemokrater kommer att fortsätta att verka för att det utreds om sådana träffpunkter ska införas även i Tyresö kommun.

För socialdemokraterna i socialnämnden



Carl Johan Karlson