

Pia Sundqvist

Från: Lena Wall <lenawall51@yahoo.se>
Skickat: den 22 februari 2019 17:09
Till: Funktion SD18 INFO
Ämne: Medborgarförslag:

MEDBORGARFÖRSLAG:

1 Hannes Hellgren som är ansvarig för Tuben och seniorverksamheten med daglig seniorverksamhet har jättebra mjukgymnastik för ganska mycket "äldre" pensionärer, men vi som är lite "yngre pansionister" önskar oss ett gym med maskiner, som gynnar balans, bål, höfter, m.m. Kanske en cykel, roddmaskin, balansbräda, hantlar, gummiband, o.s.v. Vi håller oss friskare och samhällsmässigt tjänar sjukvården in på det, dessutom sparar man in på Far-recept "som också är dyrt för många "fattigpensionärer"

2 TIPS:

Det finns en lokal i Tubens källare som ungdomsgården tränar boxning numera på kvällstid, där vi kan vara dagtid, och det gynnar dom också med några enklare gym-redskap.

3 SYNPUNKT:

Jag tror dessutom att det kan "locka" en hel del äldre män som inte är så benägna att gympa med "lättare gymnastik-typ-Senior/Power" Qigong, och som för övrigt mest sitter hemma, dom behöver vi engagera extra mycket. MVH Lena Wall

Lena Wall
Ölmevägen 23 1tr
123 32 Farsta
M: 0704-755544