

Kuntalaisaloite; Kuntosaliin pääsy ilmaiseksi eläkeläisille

304/12.04.00/2022

SIVLTK § 45

Valmistelija

Liikuntasihiteeri Hannastiina Piikivi, 044 585 9700,
hannastiina.piikivi@suomussalmi.fi

Aloite luotu Kuntalaisaloite.fi -palveluun 12.5.2021 alla olevasti:

”Suomussalmella väestö on iäkästä ja ikääntyy koko ajan. Ilman ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä sote-palveluiden tarve ja kustannukset kasvavat nopeasti. Tästä tulee ongelma koko Kainuussa.

Kainuussa väestö on keskimääräistä sairaampaa useiden eri kansantautien osalta. Monia näistä sairauksista voitaisiin liikunnan lisäämisen, terveellisen ravitsemuksen noudattamisen sekä tupakoinnin ja alkoholin käytön vähentämisen avulla ennaltaehkäistä. Tällä tavoin säästyisi runsaasti rahoitusta, kun terveempi väestö ei tarvitsisi niin runsaasti kalliita terveys- ja sosiaalipalveluita.

Lihaskunnan merkitys korostuu vanhemmiten. Heikko lihaskunto altistaa tuki- ja liikuntaelinsairauksille, kaatumisille ja muille onnettomuuksille. Monet iäkkäät menettävät toimintakykynsä ja vaativat tämän vuoksi päivittäistä hoitoa koteihinsa tai heidät on siirrettävä pois kotoa palveluasuntoihin ja hoitokoteihin.

Edellä olevan vuoksi esitän, että Suomussalmen kunta myöntäisi kaikille eläkkeellä oleville ilmaisen pääsyn kuntosalille. Jos tämä mahdollistuisi, eläkeläisten järjestöt voisivat koota ryhmiä, jotka salin rauhallisimpina käyttöaikoina kokoontuisivat parantamaan lihaskuntoaan. Tällä tavoin innostettaisiin monia sellaisia henkilöitä vahvistamaan lihaskuntoaan, jotka eivät aiemmin ole käyneet maksullisilla kuntosaleilla.

Eläkeläisten terveyden edistämiseen kannattaa panostaa. Monissa kunnissa kuntosalit ovat jo ilmaisia eläkkeellä oleville. Suomussalmi voisi olla yksi tällainen kunta, joka pitää väestönsä terveydestä huolta.”

Vastuuhenkilö

Simo Moisio, Suomussalmi

Aloitteessa esitetään eläkeläisille ilmaista pääsyä kuntosalille. Perusteluna esitetään lihaskunnan tärkeyttä ja eläkeläisten terveyden edistämiseen panostamista.

Suomussalmen väestön keski-ikä on suhteellisen korkea. Kunnan 7508 asukkaasta 2947 eli noin 39 % on yli 65-vuotiaita ja 2073 asukasta eli noin 28 % on yli 70-vuotiaita. (Tilanne 31.12.2021.)

Liikkumisen suosituksessa yli 65-vuotiaille (UKK-instituutti) painotetaan erityisesti lihasvoimaa ja tasapainoa, joilla on vaikutusta erityisesti arjessa selviytymiseen, liikkumiskykyyn sekä esimerkiksi kaatumisten ehkäisyyn. Suositus korostaa myös liikkumisen monipuolisuutta ja tavoitteena on toimintakykyä ylläpitävä tai parantava liikkuminen.

Suomussalmen kunta seuraa kuntalaisten terveyttä ja hyvinvointia ja haluaa myös tukea kaikkien ikäryhmien monipuolista liikkumista. Yli 65-vuotiaitten liikkumisen suositusten mukaisia liikuntamuotoja, joita kunta voi tukea, ovat mm. ohjatut liikuntaryhmät, kuntosaliharjoittelu ja vesiliikunta.

Suomussalmen kunta tukee tällä hetkellä yli 70-vuotiaitten liikuntaa mm. myöntämällä heille kylpylän ja kuntosalin kausikortin hintaan 80 euroa / 6 kk ja 130 euroa / 12 kk. Suomussalmen kunnalla on yksi kuntosali kaikkien kuntalaisten käytössä ja kuntalaisten tasapuolisen kohtelun vuoksi ilmaisia kuntosalimaksuja ei haluta myöntää yksittäisille ikäryhmille.

Liikuntapalvelut esittää, että nykyinen käytäntö muutetaan vastaamaan nykyisiä liikkumissuosituksia ja 70-kortin ikärajaa alennetaan 65 vuoteen. Uudella 65-kortilla toivotaan saavutettavan useampi 65 vuotta täyttänyt säännöllisen ja riittävän monipuolisen liikunnan pariin.

Sivistysjohtajan esitys

Sivistyslautakunta hyväksyy liikuntapalveluiden esityksen ja antaa sen vastauksenaan kuntalaisaloitteeseen.

Päätös

Esitys hyväksyttiin.

Liikuntasihtööri Hannastiina Piikivi esitteli asiaa kokouksessa.

Toimeksi Tiedoksi

Liikuntapalvelut
Simo Moisio – aloitteen tekijä
