

Dnro: 1193/43.-/2017

Suuri joukko porvooolaisia ikäihmisiä on syksyn 2017 aikana allekirjoittanut vetoamuksen, jossa he pyytävät, että Porvoon liikuntapalvelut palauttaisi aiemman käytännön seniorijumppiin eli Superkortin kohtuullisella hinnalla. Monien eläkeläisten kohdalla liikuntaryhmä-maksut nousivat liikaa kaudelle 2017-2018, eikä heillä ole enää mahdollisuutta osallistua ryhmiin yhtä paljon kuin aiemmin.

Ikäihmisten kohdalla omaehtoisen liikunnan merkitystä ei voitane liikaa korostaa.

Valtioneuvosto on tehnyt periaatepäätöksen, jossa asetetaan tavoitteeksi, että ikäihmisille tulee tarjota riittävästi laadukkaita, helposti saavutettavia ja kustannuksiltaan edullisia liikunta- ja ravitsemuspalveluja. Liikunta on yksi ikäihmisten toimintakyvyn peruspilareista ja monien tutkimusten mukaan se vaikuttaa positiivisesti niin fyysiseen, psyykkiseen kuin sosiaaliseen toimintakykyyn. Liikunta on hyvin keskeinen terveyttä, toimintakykyä ja hyvinvointia parantava tekijä ikääntyessä. (Ikäinstituutti, Ikäihmisten liikunta ja ravitsemus, 2014)

Ikääntyvän kannattaa liikkua, jotta hän pysyisi toimeliaana ja terveenä mahdollisimman pitkään, selviytyisi jokapäiväisistä askareistaan ja välttyisi sairastumasta kansansairauksiin, joita esim. ylipaino tuo. Liikunta on hyvä keino pitää paino kurissa. (UKK-instituutti, Ikääntyminen ja liikunta)

lääkäiden on tärkeää liikkua säännöllisesti ja harjoittaa kestävyyttä, lihaskuntoa, tasapainoa sekä liikkuvuutta. Tätä kaikkea voidaan harjoituttaa Porvoon kaupungin järjestämissä ohjatuissa liikuntaryhmissä. Nyt jokainen liikuntaryhmä maksaa erikseen ja se on monille eläkeläisille liian kallista ja rajoittaa heidän osallistumistaan. Porvoon liikuntapalvelulla on erinomaiset ohjaajat ja monipuoliset palvelut. Superkortin palauttaminen mahdollistaisi sen, että eläkeläiset voisivat osallistua useampiin liikuntaryhmiin viikon aikana asiantuntevien vetäjien johdolla ilman, että liian korkeat maksut estävät osallistumista.

Kaupungin edun mukaista on, että ikäihmiset harrastavat mahdollisimman monipuolisesti liikuntaa ja pysyvät entistä pidempään toimintakuntoisina ja pystyvät huolehtimaan itsestään. Tämä vähentää tarvetta kaupungin kotihoidon palveluille ja Superkortti toisi kustannuksensa takaisin kaupungin kassaan säästyneiden koti- ja sairaanhoitopalveluiden vähentyvän tarpeen muodossa. Siksi esitämmekin, että ikäihmisten Superkortti liikuntapalveluihin otetaan uudelleen käyttöön.

Anne Korhonen

Kaupunginvaltuutettu (Kesk.)

Outi Lankia

kaupunginvaltuutettu (Kesk.)

Tuomas Kanervalo

kaupunginvaltuutettu (Kesk.)