

Porvoo 17 / 11 2017  
Porvoo/Borgå  
Kirjaamo

20.11.2017

Dnro: 1117/43/2017

Porvoon kuntalaisaloite

Suuri joukko eläkeläisiä on syksyn 2017 aikana allekirjoittanut vetoamuksen, jossa he pyytävät, että Porvoon liikuntapalvelut palauttaisi aiemman käytännön seniorijumppiin eli palauttaisi superkortin kohtuullisella hinnalla. Monien eläkeläisten mielestä liikuntaryhmä-maksut nousivat liikaa kaudelle 2017-2018.

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 ikäännyttäessä. (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)

lääkkäiden on tärkeää liikkua säännöllisesti ja harjoittaa kestävyyttä, lihaskuntoa, tasapainoa sekä liikkuvuutta. Tätä kaikkea voidaan harjoittaa 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.

Liitteenä: Nimi adressi ( 212 nimeä )

Tiedoksi: Liikuntapalveluiden päällikkö Per Högström  
Sivistyslautakunta  
Porvoon kaupungin valtuusto