Kaupunginhallitukselle
Strategiaosastolle
Kulttuurin ja vapaa-ajan toimialalle

Tämä on Helsingin vanhusneuvoston hyväksymän asiakirjan sähköinen versio.

Asia: Vanhusneuvoston esitys ikääntyneiden maksuttomasta liikunnasta

Vanhusneuvosto esittää maksutonta liikuntaa kaupungin omistamiin uimahalleihin ja kuntosaleihin yli 75-vuotiaille.

Tavoitteena on, että ihmiset asuvat pitkään kotona ja pysyvät toimintakykyisinä. Liikunta on tutkitusti tehokas keino pitää toimintakykyä yllä, ja monissa ikääntyneillä yleisissä sairauksissa ennaltaehkäisyyn ja hoitoon liittyy liikunnan lisääminen.

Helsingissä on paljon pienituloisia ikääntyneitä, jotka hyötyisivät vesiliikunnasta. Uimahallien maksut ovat monelle pienituloiselle este osallistua vesiliikuntaan.

Useissa muissa kunnissa tarjotaan maksuttomia uinti- ja kuntosaliharjoittelumahdollisuuksia ikääntyneille.

Vanhusneuvoston puolesta

Auni-Marja Vilavaara
puheenjohtaja

Pirjo Kangasniemi
varapuheenjohtaja