

Kaupunginvaltuusto
Kaupunginhallitus

§ 38
§ 160

18.05.2020
25.05.2020

Valtuustoaloite / Seniori-ikäiset tulee saada terveysliikunnan pariin

115/00.01.02/2020

Kaupunginvaltuusto 18.05.2020 § 38

Anu Frosterus-Setälä (sit.), Anna Tallgren (kok.), Tiina Hentunen-Vanninen (vihr.) ja Hannamari Auvinen (kd.) tekivät valtuustoaloitteen:

Karkkilan kaupungin tulee tarjota terveysliikuntaa senioriväestölle oli koronapandemia tai ei

Yritykset Suomessa ja Karkkilassa ovat maaliskuusta alkaen sopeuttaneet toimintaansa koronarajoitusten vaatimusten mukaisesti. Kunnat puolestaan ovat sopeuttaneet toimintaansa vain sen mitä laki on vaatinut. Tällaisen sopeuttamisen tuloksena muun muassa peruskoulujen lähiopetus vaihtui etäopetuksiksi. Toiset palveluista puolestaan jäivät odottamaan aikaa milloin koronarajoitukset poistuvat.

Nyt olemme vaiheessa, että rajoituksia puretaan asteittain. Vaan kaikkea ei pureta. Ikäryhmän +70 suositellaan edelleen välttävän fyysisiä kontakteja mahdollisuuksien mukaan. Se tarkoittaa, että olemme tilanteessa uusi normaali. Siltä osin mitä ei ole olemassa mahdollisuutta palata aikaan ennen koronaa, on meidän nyt muotoiltava palvelumme vastaamaan muuttuneeseen tarpeeseen ja ympäristöön.

Pääpaino terveysliikunnassa

Karkkilan kaupungin liikuntatoiminnan pääpaino on terveysliikuntaan painottuva liikuttaminen. Tämä tehtävä ei ole koronarajoitusten aikana muuttunut. Koronarajoituksista johtuen terveysliikunta vanhassa mallissaan ei kuitenkaan ole enää kaikkien tavoitettavissa, kun ikäryhmät +70 on ohjeistettu edelleen välttämään fyysisiä kontakteja. Kaikki +70 vuotiaat eivät noudata ohjeistusta kirjaimellisesti, mutta +80 ikäryhmässä ohjeistus on otettu vakavasti. Moni poistuu kotoaan vain välttämättömille asioille ja tapaa tuttavien ulkotiloissa. Miten Karkkilan kulttuuri- ja liikuntapalveluissa on huomioitu ja huomioidaan tämä tilanne?

Seniori-ikäisten liikuntaryhmät siirtyi vuoden 2018 alusta Karviaisen fysioterapiapalveluista Karkkilan kaupungin liikuntatoimelle. Tämän jälkeen seniori-ikäisten liikunta ja vertaisohjaajatoiminta on istutettu osaksi kaupungin pysyvää toimintaa.

Syksyllä 2019 Karkkilan kaupungin seniori-ikäisten liikuntaryhmiin ilmoittautui yhteensä 264 liikkuja. Karkkilan palvelukeskuksen kuntosalilla on parhaimmillaan 850 seniori-ikäisten asiakkaiden käyntikertaa per kuukausi. Yksi ryhmistä on veteraanien kuntosaliryhmä. Karkkilan liikuntasihteerin ohella kaupungin liikuntaryhmiä liikuttaa yhteensä 30 kaupungin liikuntapalveluiden kouluttamaa vertaisohjaajaa.

Uusi normaali

Vaikka koronarajoitukset poistuisivatkin nyt asteittain, jatkuu riskiryhmien rajoitukset mahdollisesti vielä koko ensi vuoden - joidenkin ennusteiden mukaan paluuta entiseen ei ole näköpiirissä lainkaan. Eli olisiko nyt aika miettiä millaisia liikunta- ja kulttuuripalveluja voimme tarjota turvallisesti riskiryhmille? Olisiko niin, että senioripuisto/ulkokuntosali kuuluu aikaan uusi normaali? Vai vieläkö seniorit saadaan liikkeelle sauvakävelyn merkeissä?

Karkkilan vanhusneuvosto teki vuonna 2019 aloitteen senioripuiston suunnittelun aloittamisesta:

”Senioripuisto on erityisesti ikääntyneille suunnattu liikuntapuisto, jossa on mahdollista harjoittaa liikuntaa esteettömästi ja turvallisesti. Puiston tavoitteena on luoda mahdollisimman matala kynnyksellinen liikunnan aloittamiseen ja aktivoida ikääntyneitä ja ikääntyviä liikkumaan säännöllisesti. Puistoliiikunta mahdollistaa myöskin sosiaalista kanssakäymistä. Puiston tavoitteena on tukea ikäihmisten omatoimisuutta ja ehkäistä toimintakyvyn heikkenemistä vaikuttamalla muun muassa tasapainoon ja lihasvoimaan sekä lisäämällä innostusta ulkoiluun.”
Mitä aloitteelle nyt kuuluu? Toivottavasti senioripuistolle osoitetaan tarvittava määräraha vuoden 2021 talousarvioon. Ennen kaikkea nyt tulee miettiä: mitkä ovat ne keinot, joilla seniori-ikäiset saadaan terveysliikunnan pariin myös koronarajoitteiden aikana.

Päätös: Kaupunginvaltuusto päätti antaa valtuustoaloitteen kaupunginhallituksen valmisteltavaksi.

Täytäntöönpano: kaupunginhallitus

Kaupunginhallitus 25.05.2020 § 160

Esittelijä: kaupunginjohtaja Tuija Telén

Kaupunginjohtajan ehdotus:

Kaupunginhallitus päättää antaa valtuustoaloitteen kaupunginjohtajan valmisteltavaksi.

Päätös: Kaupunginhallitus päätti ehdotuksen mukaan yksimielisesti.

Täytäntöönpano: kaupunginjohtaja