

ALMENNINGSBEKKIR

Ósk um umfjöllun í mannréttindaráði (öldungaráði)

Reykjavíkurborg hefur verið í fararbroddi síðustu ár við að fjölga hjólréiða- og göngustígum og er nú komið gæsilegt net slíkra leiða um alla borg sem tengjast síðan sumar slíku kerfi í nágrennasveitarfélögum á höfuðborgarsvæðinu.

Þetta er átak í vistvænum samgönumáta og ekki síst heilsueflingarátak í þágu almennra borgara.

Nú er komið að því að huga enn betur að þeim sem kjósa að nota gönguferðir sér til heilsubótar.

Hreyfing er mikilvæg eldra fólki og göngustígar eru frábær viðbót til heilsueflingar. En það er nauðsynlegt að reglulega sé hægt að staldra við og setjast á bekk til að hvíla lúin bein áður en haldið er áfram göngu á áfangastað eða einfaldlega til heilsubótar.

Þá er vert að huga að því almenningsekkir séu með hæfilegu millibili, að þeir snúi í átt að sól og/eða fögru útsýni, þeir megi líka sumir hverjir hafa innstungur fyrir snjalltæki, kóða með upplýsingum um nærumhverfið og jafnvel skemmtiefni eins og ljóð eða annan fróðleik.

Mikilvægt er að almenningsekkir beri skýr og auðsjánleg númer. Slík númer ættu að auðvelda fólki sem hefur leiðst af vegi og misst áttana (t.d. fólk með heilabilun) að tilkynna ættingjum, vinum eða viðbragðsaðilum hvar þau eru svo hægt sé að bregðast við. Neyðarsíminn 112 ætti að hafa yfirlit um númerakerfi bekkjanna og fleiri viðbragðsaðilar og þjónustuaðilar.

Heilabilun

Á Íslandi er talið að á milli 5-6.000 einstaklingar glími við heilabilun. Félagsleg tengsl minnka bæði líkur á heilabilun og hægja á framgangi heilabilunar. Ein besta forvörnin gegn heilabilun er regluleg hreyfing. Einnig er mikilvægt að almenningsekkir beri númer eins og bent er á hér að ofan.

Alzheimersamtökin í samstarfi við nokkur sveitarfélög á höfuðborgarsvæðinu vilja biðja þig um að *Muna leiðina*. Nú hafa verið settir

niður fjólubláir bekkir víðsvegar, en fjólublár er alþjóðlegur litur Alzheimer sjúkdómsins og annara heilbilunarsjúkdóma.

Sveitarfélög sem hafa tekið þátt í verkefninu nú þegar eru:
Reykjavíkurborg við Reykjavíkurflugvöll og göngubrúna í Fossvogi,
Seltjarnarnesbær við Gróttu, *Kópavogsbær* á Kársnesi, *Garðabær* við
Sjáland, *Mosfellsbær* er með bekk á útsýnisstað á Blikastaðanesi og í
Hafnarfjarðarbæ við gömlu sundlauginu í Hafnarfirði.

Allir bekkirnir eiga það sameiginlegt að standa við sjávarsíðuna með fallegu
útsýni en saman mynda þeir einnig skemmtilega leið í gegnum öll þessi
sveitarfélög.

Á bekkjunum er QR kóði sem hægt er að skanna og styrkja um leið
Alzheimersamtökin.

Strætóbekkir

Sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu hafa lagt áherslu á að
almenningsgangur verði raunverulegur valkostur fyrir íbúa í náninni
fram tíð.

Það er mikilvægt að bekkir séu á öllum stoppistöðum strætós. Að þeir séu í
strætóskýli, því biðin eftir strætó getur verið þónokkuð löng í alls kyns
veðrum. Skýli þurfa líka að vera þannig útbúið að auðvelt sé að koma auga
á Strætó tímanlega.

Minningabekkir

Fyrir um áratug hlaut hugmyndin *Minningabekkir* gríðar mikinn stuðning á
vefnum *Betri Reykjavík*.

Minningabekkir er leið fólks til að láta gott af sér leiða í minningu látins vinar
eða ættingja og um leið að gefa af sér til nærsamfélagsins í formi
almenningabekkja. Í tillögunni var bent á að kostnað af því að koma bekk
fyrir yrði greiddur af umsækjendum og Reykjavíkurborg sjálf setti reglur um
slíka bekki hvað varðar útlit (þ.m.t. minningaskjöldur), staðsetningu o.s.v.frv.

Skipulags- og samgönguráð hafði síðan forgöngu á að fá tillögu að
framkvæmd Minningarbekkja og skilaði Umhverfis- og skipulagssvið tillögu
og greinagerð til ráðsins 5. mars 2021.

sent 7. maí 2025
Fulltrúi U3A

Hér má lesa skjalið: https://fundur.reykjavik.is/sites/default/files/agenda-items/minningarbekkir_verkferill.pdf

Hvernig stendur þetta mál nú? Eru komnir skýrir verkferlar sem eru aðgengilegir öllum án mismununar? Hafa margir sótt um minningarbekki síðan málið fór í ferli?