



UMSÖGN

Viðtakandi: Velferðarráð

Sendandi: Rannveig Einarsdóttir sviðsstjóri

Umsögn um tillögu um markvissa heilsueflingu fyrir eldri íbúa í Reykjavík

Á fundi borgarstjórnar þann 3.maí 2022 lögðu borgarfulltrúar Sjálfstæðisflokksins fram svohljóðandi tillögu:

Borgarfulltrúar Sjálfstæðisflokksins leggja til að Reykjavíkurborg bjóði íbúum yfir 65 ára að taka þátt í markvissri heilsueflingu. Velferðarsvið í samráði við öldungaráð Reykjavíkurborgar fái það hlutverk að kanna hvort framkvæmdin skuli vera í samstarfi við íþróttafélögin í borginni eða sjálfstætt starfandi fagaðila.

Tillögunni var vísað til meðferðar velferðarráðs og menningar- íþrótt- og tómstundaráðs. Þann 12. desember var tillagan tekin fyrir á fundi menningar-, íþrótt- og tómstundaráðs og vísað til meðferðar og afgreiðslu velferðarráðs, með meðfylgjandi umsögn ÍTR.

Umsögn:

Heilsuefling er allt það sem stuðlar að heilbrigðum lífnaðarháttum, góðri heilsu og vellíðan. Eins og fram kemur í umsögn íþrótt- og tómstundasviðs er mikið framboð heilsueflingar fyrir eldri íbúa borgarinnar á vegum ÍTR og íþróttafélaganna í borginni.

Auk þess rekur velferðarsvið 17 félagsmiðstöðvar í borginni þar sem boðið er upp á fjölbreytta dagskrá m.a. hreyfitengda heilsueflingu. Frá árinu 2011 hefur hugmyndafræðin á bak við félagsstarfið verið sú að þátttakendur þess taki þátt í mótun og framþróun starfsins. Félagsstarfið er rekið á þeim forsendum að það eigi að vera opið og aðgengilegt, sjálfstýrt og sjálfbært. Félagsstarf velferðarsviðs er í dag rekið í þessum anda og sú heilsuefling sem fer fram á hverjum stað ræðst af áhugasviði þeirra sem sækja félagsmiðstöðvarnar á hverjum tíma. Heilsueflingin fer fram í sjálfbæðavinnu af eldra fólkinu sjálfu, en fjármagn til að greiða leiðbeindum er sótt í sérstaka sjóði í hverfum, svokallaða „heita potta“ eða notendur greiða lágt gjald fyrir þátttökuna.

Vinsælasta heilsueflingin um þessar mundir er gönguferðir, dansleikfimi, jóga, Thai Chi, Qui Gong, línudans, stóladans, göngugrindardans, boccia, styrktar- og jafnvægisnámskeið, byltuvarnarnámskeið, pílukast, pútt og keila.

Ekki hefur verið gert ráð fyrir sérstöku fjármagni til heilsueflingar á félagsmiðstöðvum velferðarsviðs

Hjálagt: Umsögn ÍTR um tillögu um markvissa heilsueflingu fyrir eldri íbúa í Reykjavík