

Interpellation till Kultur och Fritidsnämndens ordförande Dick Bengtsson.

I hjärt och lungfondens senaste rapport går att läsa att andelen äldre mellan 50 och 64 år som når upp till det nationella målet om 30 minuters motion om dagen är mycket liten. Endast 7 % av de 1100 försökspersonerna nådde detta mål. I rapporten konstateras, återigen, att fysisk aktivitet har mycket goda effekter på den generella folkhälsan och i synnerhet på äldres folkhälsa. Enligt forskarna räcker 30 minuters motion om dagen om den innebär att pulsen ökar och personen i fråga upplever viss anfäddhet.

För många utav oss finns det alltså mycket outnyttjad vardagsmotion att hämta in. Det kan handla om att promenera istället för att ta bilen, gå eller cykla till arbetet eller att ta trappan istället för hiss eller rulltrappa.

Bland de 1100 försökspersonerna i studien trodde hela 60 % att de klarade av det nationella målet om 30 minuters motion om dagen. Denna siffra påvisar svårigheterna för individen att själv uppskatta sin faktiska motion och att speciella åtgärder kan krävas för att fler ska uppnå målet.

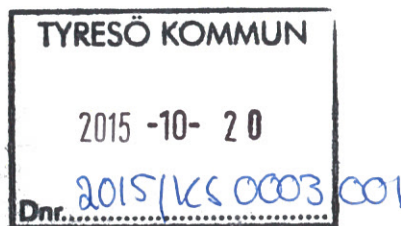
Med anledning av detta undrar jag följande:

Vilka åtgärder finns idag på plats för att främja Tyresöbornas i allmänhet och den äldre befolkningens i synnerhet spontanmotion?

Med bakgrund av dessa siffror, kan det vara aktuellt för Tyresö kommun att genom riktade kampanjer eller åtgärder främja den äldre befolkningens spontanmotion?

För Vänsterpartiet,

Marcus Svanfeldt Obligado



TILLSAMMANS
FÖR ETT
SOLIDARISKT
TYRESÖ