

Luumäen vanhus- ja vammaisneuvosto esittää kahta ikäihmisille suunnattua käyttäjille maksutonta kuntosalivuoroa. Tämän tarkoituksena on vahvistaa ikäihmisten toimintakykyä. Ryhmät toimivat sekä ehkäisevästi toimintakykyä ylläpitävänä että heikentynyttä toimintakykyä korjaavana. Ryhmät suunnataan 65 vuotta täyttäneille. Laajan tutkimustiedon mukaan kuntosaliharjoittelulla on ikäihmisille hyötyä sekä fyysisen että psyykkisen toimintakyvyn ylläpitämisessä.

Tällä hetkellä kuntosalilla toimii ikäihmisille seuraavat ryhmät:

- Luumäen Kansalliset Seniorit, tiistai klo 10-11 (käyttäjille maksullinen)
- 70+ -ryhmä, tiistai klo 11-12 (käyttäjille maksuton)
- Luumäen Eläkeliitto, tiistai klo 12-14 (käyttäjille maksullinen)
- Seniorit I ja II, torstai klo 11-13 (käyttäjille maksullinen, kunnan oma ryhmä)

Yllä mainituista 70+ -ryhmä ja Seniorit I ja II ovat kunnan omia ryhmiä. 70+ -ryhmän tarkoituksena on ollut toimia toimintakykyä korjaavana ja Seniorit I ja II -ryhmien tarkoituksena on ollut toimia toimintakykyä ylläpitävänä ryhmänä.

Torstain kunnan ryhmä oli aikaisemmin maksuton. Ryhmän muuttuessa joitakin vuosia sitten maksulliseksi (eläkeläisten vapaa-aikakortti), kävijämäärät pienenivät kyseisissä ryhmissä selkeästi. Osa kävijöistä siirtyi tällöin 70+ -ryhmään ja osa lopetti käynnit kokonaan. Tällöin 70+ -ryhmä ei enää toiminut alkuperäisen ajatuksen mukaan toimintakykyä korjaavana ryhmänä.

Ehdotamme kunnan ikäihmisten ryhmien järjestämistä seuraavasti:

- Uusi ryhmä maanantaille klo 11-12. Käyttäjille maksuton ja ohjattu ryhmä.
- 70+ -ryhmä, tiistai klo 11-12. Käyttäjille maksuton ja ohjattu ryhmä. Tavoitteena palauttaa ryhmä alkuperäisen tarkoituksen mukaiseksi.
- Seniorit I ja II, torstai klo 11-13. Tällöin ryhmä palautetaan käyttäjille maksuttomaksi. Ryhmässä ohjaus, kuten se alun perinkin oli.

Järjestöjen ryhmät toimivat kuten ennenkin.

Seniorit I ja II käynnit on aikaisemmin maksettu eläkeläisten vapaa-aikakortilla. Teoreettinen menetys vuodessa kunnalle on noin 320 €. Euromäärää on vaikea arvioida, koska osa ryhmäläisistä olisi joka tapauksessa lunastaneet vapaa-aikakortin käyttöönsä. Todellinen euromääräinen menetys jää todennäköisesti vieläkin pienemmäksi, mutta hyöty asiakkaan kannalta voi olla merkittävä.



Terhi Karhu, puheenjohtaja