

27 mars 2024

SAMMANTRÄDESPROTOKOLL  
Äldrenämnden

ALN-2024-00022

§ 14

## Motion - Utegym med fokus på balansträning för äldre

### Beslut

Äldrenämnden ställer sig positiv till förslagen att satsa på balansträning för äldre på kommunens utegym men noterar att förslagen faller utanför nämndens ansvarsområde.

### Sammanfattning av ärendet

I inkommen motion från Socialdemokraterna föreslås två åtgärder i syfte att säkerställa att det på kommunens utegym är fokus på balansträning för äldre. Nacka ligger högt i statistiken över antalet fallolyckor bland målgruppen äldre. Fallskador är ett allvarligt problem bland äldre och kan leda till betydande konsekvenser för deras hälsa och livskvalitet.

Äldreenhetens utredning visar att det finns 18 utegym i kommunen fördelade på alla kommundelarna. Ett av dessa gym är ett seniorgym med stationer för träning av balans och reaktionsförmåga. En stor del av de befintliga utegymmen bygger på principen av självvikt, vilket möjliggör träning för målgrupper med mindre muskelmassa som exempelvis äldre. Genom att lägga till redskap med fokus på balansträning på dessa gym skulle det möjliggöra för mer träning anpassad för målgruppen äldre.

Äldrenämnden erbjuder även andra typer av fallförebyggande insatser/verksamheter för målgruppen äldre. Detta exempelvis i form av gymträning i grupp på Eken, 85+jympa, förebyggande hembesök, Tryggve samt aktiviteter på träffpunkterna. Äldrenämnden beviljar även verksamhetsbidrag till seniorföreningar för att anordna olika typer av balansträningsaktiviteter.

### Handlingar i ärendet

Tjänsteskrivelse daterad den 26 februari 2024

Bilaga Motion S utegym med fokus på balansträning för äldre

### Yrkanden

Espen Bjordal (S) yrkade bifall till förslagen i motionen.

Tobias Nässén yrkade bifall till det utsända förslaget. I yrkandes instämde Maritta Kuosa (NL).

### Beslutsgång

Ordförande ställde förslagen mot varandra och konstaterar att äldrenämnden bifallit Tobias Nässéns yrkande.

Ordförandes signatur	Justerandes signatur	Utdragsbestyrkande
----------------------	----------------------	--------------------

## Protokollsanteckning

### Espen Bjordal lät anteckna följande för Socialdemokraterna:

Fallolyckor orsakar personligt lidande och stora samhällskostnader och Nacka har ett högt antal fallolyckor bland äldre jämfört med riket och andra kommuner i Storstockholm. Fysisk träning är en viktig åtgärd för att förebygga fallolyckor, och kommunen erbjuder redan hälsofrämjande och förebyggande insatser. Det finns 18 utegym i kommunen, varav endast ett är inriktat på äldre och balansträning och vi tror att vi genom att utveckla och främja användningen av befintliga utegymmen kan vi ytterligare förebygga äldres hälsa i en positiv riktning.

Socialdemokraterna yrkar med bakgrund av det bifall till vår motion. Detta beslut grundar sig på den höga incidensen av fallolyckor bland äldre i Nacka, vilket är ett allvarligt problem med betydande konsekvenser för hälsan och livskvaliteten för främst äldre. Genom att säkerställa att utegymmen i kommunen har fokus på balansträning för äldre och eventuellt komplettera dem med ytterligare balansrelaterade redskap, kan vi aktivt bidra till att minska risken för fallskador. Denna åtgärd är i linje med Nämndens övergripande mål att främja hälsa och välbefinnande för Nackas äldre.

### Nancy Segura Cuzner lät anteckna följande för Vänsterpartiet:

Vi på Vänsterpartiet tycker att motionen om att komplettera och implementera utegym anpassade för äldre är mycket aktuellt med tanke på alla registrerade fallskador i vår kommun. Att bygga utegym med speciellt utrustning för att våra äldre ska ha möjlighet till balansträning utomhus rymmer inom ramarna för strategin Nacka en äldrevänlig kommun. Detta baseras på WHO globala strategi om en hälsosamt åldrande.

Andra kommuner har valt att samarbeta mellan nämnderna. Exempelvis i Stockholms kommun samarbetar Äldrenämnden med idrottsnämnden för att löpande utveckla arbetet att underlätta för äldre att motionera och beakta placeringen för utegym.

Vi tycker att det borde ligga i nämndens intresse att bevaka uppbyggande/ kompletterande av utegym för våra äldre i alla delar av vår kommun. Med en växande äldre population kommer att behövas en stor mängd av möjligheter för att våra äldre ska hålla sig fysisk aktiva och undvika fallskador, även om Äldrenämnden anser att frågan ligger utanför deras ansvarsområde.

-----

Ordförandes signatur	Justerandes signatur	Utdragsbestyrkande
----------------------	----------------------	--------------------