

Handläggare
Annica Håkansson
Telefon: 08-50836262
Lotta Olofsson
Telefon: 08-50836270**Till**
Äldrenämnden
Den 19 mars 2024

Stockholms stads program för idrott, motion och friluftsliv

Svar på remiss från kommunstyrelsen Dnr KS 2023/1303

Förvaltningens förslag till beslut

Äldrenämnden godkänner förvaltningens tjänsteutlåtande som svar på remiss från kommunstyrelsen Stockholms stad.

Sammanfattning

Stockholms stad ska arbeta för att alla stockholmare ska vilja och kunna vara fysiskt aktiva, oavsett ålder. Stockholmarna lever allt längre och äldre är därför en viktig grupp att stimulera till fysisk aktivitet. Staden ska underlätta för utövande av friluftsliv samt utomhusvistelse, vardagsmotion och rörelse i närmiljön. För att nå alla stockholmare över 65 år som är, långt ifrån en homogen grupp, behövs många som samverkar för att tillgodose de olika behoven.

Samverkan mellan äldreförvaltningen och idrottsförvaltningen är viktig för fortsatt utveckling vilket framgår i Handlingsplanen för hälsofrämjande, förebyggande och uppsökande arbete riktat till seniorer. Detta betyder att staden behöver fortsätta satsa på det hälsofrämjande arbetet riktat till seniorer i ordinärt boende så att de fortsätter vara fysiskt aktiva hela livet.

Bakgrund

Stadsledningskontoret har fått i uppdrag att ta fram ett nytt program för idrott, motion och friluftsliv 2024 till 2028 tillsammans med bolag och förvaltningar. Det övergripande målet är att genom ökad fysisk aktivitet förbättra folkhälsan och minska ojämlikheter.

Ärendet

Stockholms stad ska arbeta för att alla stockholmare ska vilja och kunna vara fysiskt aktiva, oavsett ålder.

Det övergripande målet för Sveriges folkhälsa är att skapa samhälleliga förutsättningar för en god hälsa i hela befolkningen. Ett av folkhälsopolitikens målområden är levnadsvanor. Delmålet är ett samhälle som ökar fysisk aktivitet och bra matvanor för alla.

Stadens arbete med idrott, motion och friluftsliv ska bidra till att nå inriktningsmålen i Stockholms stads budget och till att Stockholm är ledande i genomförandet av Agenda 2030. Målet är att fler stockholmare ska börja idrotta eller motionera regelbundet. Syftet med programmet är att ge vägledning i prioriteringar och strategier för att stimulera fler stockholmare till fysisk aktivitet.

Äldre är en viktig grupp att stimulera till fysisk aktivitet. För att säkerställa ett hälsosamt åldrande ska förutsättningar för ett fysiskt och aktivt liv finnas för alla äldre stockholmare i såväl ordinärt boende som i särskilda boendeformer. Stadens verksamheter genom träffpunkter, dagverksamheter, äldreboenden och hemtjänst ska möjliggöra för äldre att tillgodose sina behov av rörelse. Stadens simhallar erbjuder riktade träningsmöjligheter och föreningslivet erbjuder organiserad verksamhet. Den fysiska aktiviteten kopplas ofta ihop med ett socialt sammanhang vilket är viktigt för att bryta eventuell social isolering. Vidare ska staden underlätta för utövande av friluftsliv samt utomhusvistelse, vardagsmotion och rörelse i närmiljön.

Ärendets beredning

Ärendet har beretts inom avdelningen för stadsövergripande äldreomsorgsfrågor. Samverkan med de fackliga organisationerna har skett i förvaltningsgruppen 13 mars 2024. Kommunstyrelsens pensionärsråd har tagit del av ärendet 12 mars 2024. Det för socialnämnden, äldrenämnden och överförmyndarnämnden och gemensamma rådet för funktionshinderfrågor har tagit del av ärendet den 14 mars 2024.

Förvaltningens synpunkter och förslag

Förvaltningen instämmer med att ökad fysisk aktivitet förbättrar folkhälsan och minskar ojämlikheter. Alla ska kunna vara fysiskt aktiva, oavsett ålder. Förvaltningen anser att det är bra att säkerställa ett hälsosamt åldrande och skapa förutsättningar för ett fysiskt och aktivt liv för alla äldre stockholmare oavsett boendeform.

Stadens verksamheter och föreningar ska kunna erbjuda och anpassa olika träningsmöjligheter efter den äldres förutsättningar och behov i både inomhus- och utomhusmiljön. Det behöver tydliggöras att träffpunkter, dagverksamheter och vård- och omsorgboenden redan idag erbjuder fysisk aktivitet tillsammans med simhallarnas riktade träningsutbud till äldre samt ideella föreningars utbud. För att nå alla Stockholmare över 65 år behövs många som samverkar för att tillgodose de olika behoven.

Om utomhusmiljön inspirerar och är utformad för fysisk aktivitet så stimulerar och främjar den till en god hälsa med exempelvis tillgängliga gångstråk, parker och grönområden. Det har stor betydelse för de äldre att det finns tillräckligt med sittplatser och bord. Möjligheten att få instruktioner och prova-på tillfällen för äldre exempelvis i stadens utegym är både efterfrågat och uppskattat. För äldres del är det viktigt att utegymmen inte blir för tunga utan att det finns en variation av olika vikter. Möjligheten att träna eller delta i aktiviteter tillsammans med andra ger också ett socialt sammanhang och självkänsla vilket främjar psykisk hälsa. I socioekonomiskt svagare områden bör staden sträva efter att nå ut till alla åldersgrupper och inte bara pojkar och flickor.

Det är ett stort fokus på barn och ungdomar i programmet, vilket är bra men det bör finnas mer av hur hela befolkningen ska komma i rörelse. Vid brytpunkter i livet som exempelvis när ungdomar går ut i vuxenlivet, eller efter pensionen, kan det dock behövas extra satsningar för att fortsätta vara fysiskt aktiv.

Samverkan mellan äldreförvaltningen och idrottsförvaltningen är viktig för fortsatt utveckling av hälsofrämjande, förebyggande och uppsökande arbete riktat till seniorer, vilket bör nämnas i programmet. För att nå folkhälsomålen och klara den demografiska utvecklingen med allt fler äldre behöver det finnas utbildning i levnadsvanor om bland annat fysisk aktivitet, fallprevention och goda matvanor.

Patric Rylander
Äldredirektör
Äldreförvaltningen

Linda Hamnes
Avdelningschef
Äldreförvaltningen

Bilagor

1. Stockholms stads program för idrott, motion och friluftsliv 2024-2028.
2. En stadsgemensam handlingsplan för hälsofrämjandet, förebyggande, uppsökande arbetet riktat till seniorer.