

Administration SD08 INFO

Från:
Skickat: den 30 november 2020 14:23
Till: Administration SD08 INFO
Ämne: Medborgarförslag - Lilla Essingen

Uppföljningsflagga: Följ upp
Flagga: Har meddelandeflagga

Hej,

Jag vill med detta e-post lämna ett medborgarförslag runt ett utegym med placering på Lilla Essingen.

Då denna pandemi starkt begränsar människors möjlighet till fysisk träning på privata inomhusgym, så skulle ett utegym fungera som ett bra alternativ till att förbättra och underhålla medborgarnas hälsa och välmående. Ett lokalt utegym skulle även kunna hjälpa till att få igång träningen hos många, när pandemin väl är över. Ett behov som efter all karantän och alla restriktioner troligen är stort.

Lilla Essingen är vidare relativt isolerad, med endast en mindre (och tyvärr väldigt trafikerad) broförbindelse till Kungsholmen, vilket försvårar för öns ~5000 medborgare att nyttja eventuella andra utegym i staden.

Då Lilla Essingen även är ett populärt tillhåll under sommaren, med relativt många besökande badgäster, så skulle ett utegym fylla en bra funktion även för stadens medborgare som inte nödvändigtvis bor på ön.

Ett utegym är i relation till samhällsvärdet en väldigt billig investering. Som referens, kan ett nytt utegym på ön resultera i att ETT framtida vårdbehov undviks, så är jag övertygad om att utegymmet återbetalat sig. Kan utegymmet medverka till en generell ökning av folkhälsan på ön, så torde samhällsvärdet vara enormt. Ett utegym är även ofta helt underhållsfritt, varför en initial investering oftast är vad som behöver budgeteras.

Det finns flertalet platser på lilla Essingen som utan någon större arbetsinsats, redan lämpar sig för en placering av ett utegym. Exempelvis Luxparken, Västra- eller Östra Primusparken.

Slutligen så skulle jag vilja citera [], docent i fysioterapi, runt utegym:

"– Att börja tränare är den största hälsovinsten, det finns allt att vinna på att ha många utegym och framförallt för de som inte är träningsvana säger hon och fortsätter:

– Den äldre målgruppen har ju mycket att vinna eftersom att man vanligtvis går ner i den fysiska förmågan när man blir äldre. Man kanske kan skjuta upp att börja använda rullatorn med tio år om man tränar regelbundet.

<https://www.svt.se/nyheter/lokalt/sormland/fler-kommuner-satsar-pa-utegym>

