



Ansökan om projektmedel för att stödja seniorträningsgrupp

Dnr 2016/KS0184

Sammanfattning

Närhälsan har ansökt om 11 000 kronor för arbete riktat till målgruppen äldre kommuninvånare, med syftet att bemanna seniorträningsspass en gång i månaden med sjukgymnast. Många av patienterna på Närhälsan känner en osäkerhet kring att träna i andra lokaler med okända redskap än vad de är vana vid. Målet med denna insats är att de äldre kommuninvånarna som deltar i seniorträning, vidmakthåller en regelbunden träning med god teknik och känner sig trygga i sin träning.

Folkhälsoutsiktet har år 2014 beviljat insatser med sjukgymnast för att stödja olika former av seniorträning som t ex gym och gympa.

Ärendet

Närhälsan har inkommit med en ansökan till Folkhälsoutsiktet rörande projekt inriktat mot seniorer och FaR (Fysisk aktivitet på recept). Målet med projektet är att fler i målgruppen äldre ska ta steget och börja träna. Att fler äldre som idag tränar på Rehabmottagningen kan övergå till träning ute i samhället. Närhälsan ansöker om ekonomiskt bidrag för att bemanna seniorträningen med sjukgymnast engång i månaden under 2016. Närhälsan ansöker om total 11 000 kronor. Många av patienterna på Närhälsan känner en osäkerhet kring att träna i andra lokaler med okända redskap än vad de är vana vid. Målet med denna insats är att de äldre som deltar i seniorträning vidmakthåller en regelbunden träning med god teknik och känner sig trygga i sin träning.

Närhälsan och Ik Bergström har sedan tidigare startat samarbete med PRO/SPF och rehab mottagning, för att komma igång med träningstider för äldre. Samarbetet ger äldre möjlighet att träna på gymmet vid bestämda tider på dagen, till reducerat pris. Många seniorer har blivit aktiva i föreningen och åtagit sig olika sysslor för att hålla gymmet öppet och tillgängligt för seniorer.

Sjukgymnast från Närhälsan Rehabmottagning i Lilla Edet har besökt dessa gym i Lilla Edets kommun vid förannonserade tillfällen. Sjukgymnasten har då gett information om träning, rådgivning samt lättare träningsinstruktioner. Folkhälsoutsnittet har tidigare beviljat insatser mot denna målgrupp, då det under arbetet med "Omstart FaR (Fysisk Aktivitet på Recept)" 2014, framkom ett behov av sjukgymnastisk kompetens för att stödja olika former av seniorträning som t ex gym och gympa. Målet var att de äldre som redan deltar i seniorträning vidmakthåller sin träning, att fler äldre ska ta steget att börja träna samt att fler äldre som idag tränar på träningskort på Rehabmottagningen kan övergå till träning ute i samhället.

På grund av personalomsättningar under 2015 har Närhälsan inte haft möjlighet till att bemanna träningstillfällen utanför sina egna lokaler.

Beslutsunderlag

Tjänsteskrivelse från kommunkansliet 2016-05-16.

Ansökan från Närhälsan. 2016-04-29

Förslag till beslut

Folkhälsoutsnittet beviljar Närhälsans ansökan om 11000 kronor för fortsatt arbete med seniorträning så att fler känner sig trygga att påbörja träning i gymmiljö som egenvård.

Medel på 11 000 kronor tas från ansvar 4113, projekt 9040

Beslutet expedieras till

Närhälsan i Lilla Edet
Folkhälsosamordnaren

Handläggare:

Eva-Lena Julin Rydbo
Folkhälsosamordnare
Kommunledningsförvaltningen
Tfn 0520/ 65 95 11