

Ajankohtaiset asiat

Vanvamne 11.12.2025

Päätösehdotus

Kuullaan ajankohtaiset asiat.

1) VV-sumppien järjestäminen 18.12 klo 12-14, liikuntakeskuksen aulassa.

2) Ikäihmisten kaatumiset ovat merkittävä terveys- ja hyvinvointiriski, joka korostuu erityisesti talvikaudella liukkauden ja vaihtelevien sääolosuhteiden vuoksi. Kaatumisten ehkäisyyn liittyen "Turvallisesti liikkeellä" -teemalla selvitetään, onko mahdollista ja tarkoituksenmukaista järjestää järjestöyhteistyön kautta ikäihmisille talvikaudella viikoittaista ohjattua kävelymahdollisuutta palloiluhallin tiloissa. Palloiluhalli tarjoaa turvallisen, liukkaudettoman ja olosuhteiltaan tasaisen ympäristön liikkumiselle, mikä madaltaa kynnystä lähteä ulos erityisesti talvella ja mahdollistaa säännöllisen harjoittelun säästä riippumatta. Kävely on tehokas ja ikäihmisille soveltuva liikuntamuoto, joka parantaa kestävyyttä, vahvistaa lihaksia ja tukee toimintakykyä. Liikuntahallin tasainen alusta tekee kävelystä myös nivelille hellävaraisen ja hallittu ympäristö tukee turvallista liikkumista. Ohjatun vuoron avulla voidaan lisäksi varmistaa rauhallinen tahti, huomioida osallistujien erilaiset toimintakyvyt ja lisätä osallistumisen varmuutta, ja samalla toiminta voi tukea yhteisöllisyyttä ja hyvinvointia.

Selvitettäviä käytännön asioita ovat ohjauksen järjestäminen (järjestöt), mahdolliset vuoroajat ja tilankäyttö, turvallisuusjärjestelyt sekä viestintä osallistujille.

Päätös
