

Sammanfattning av Seniorsatsningen 2020 samt plan för Rörelserikedom för seniorer 2021

En presentation av Therese Dahlberg, avdelning bad - Umeå Fritid

Uppdrag

Äldrenämnden har i sin uppdragsplan fastställt att nämndens viktigaste uppgift är att skapa förutsättningar så att kommuninvånare över 65 år kan leva ett gott liv i så hög utsträckning som möjligt. De insatser och stöd som ges ska syfta till att stärka människors förmåga att leva ett självständigt liv. Som en naturlig del i denna ambition ska förebyggande arbete, tidiga insatser och ett rehabiliterande arbetssätt prioriteras. En annan viktig del är uppsökande och förebyggande verksamhet. Målet är att skapa förutsättningar för den äldre att kunna bo kvar med bibehållen livskvalitet.

Ärendebeskrivning

I äldrenämndens budget för 2017 tillsköt nämnden ekonomiska medel om 300 tkr för att arbeta med ökad fysisk aktivitet för framför allt personer som bor kvar i sina egna hem. Detta samarbete skedde tillsammans med Umeå fritid som även tillsköt medel för detta om 200 tkr. Umeå fritid och avdelning Bad fick utifrån detta i uppdrag att ta fram en plan för olika rörelsefrämjande aktiviteter 2017.

Fram till 2020 har denna fina satsning fått fortgå.

Umeå Kommuns Bad - olika förutsättningar

Vallabadet Hörnefors

Sävar Simhall

Hemgårdens bad

Storsjöhallen Holmsund

Navet Umeå

Genomförda aktiviteter 2020

- Fortsatt subventionering av träningskort vid Navet, Sävar Simhall och Storsjöhallen med 10% till 75+.
- Sociala medier - Instagram, Facebook, hemsidor
- Veckovis återkommande gruppträningspass.
- Öppet hus för seniorer på Sävar simhall och Storsjöhallen.
- I början av våren 2020 påbörjade vi inom avdelning bad en digitaliseringsprocess för vår seniorsatsning vilket resulterade i livestreamade seniorpass samt digitala rörelserundor.

Planerade aktiviteter 2021

- Fortsatt subventionering av träningskort vid Navet, Sävar Simhall och Storsjöhallen med 10% till 75+.
- Sociala medier - Instagram, Facebook, hemsidor.
- Erbjuder onlineträning för seniorer.
- Fortsätta arbetet med att utveckla den digitala rörelserundan.
- Utomhusträning.

Vid återgång till ordinarie verksamhet kommer vi se över och revidera planen för 2021.

Marknadsaktiviteter





Vi ser fram emot ett friskt och aktivt 2021!