



Motion till kommunfullmäktige i Vänersborgs kommun

Utomhusgym i grön miljö

Folkhälsomyndigheten släpper varje år en rapport vid namn "folkhälsan i Sverige." Enligt folkhälsomyndigheten kan vi se en positiv lång trend på vissa områden kring folkhälsan t.e.x har rökningen bland både kvinnor och män minskat kraftigt sedan 1980. En utveckling som har gått åt motsatt håll är problemen med fetma. Andelen människor med fetma har fördubblats sedan 1990.

Övervikt och fetma ökar risken för att drabbas av bland annat tjock- och ändtarmscancer, hjärt- och kärlsjuklighet och typ 2-diabetes. Avgörande för risken att drabbas av fetma är en persons totala energiomsättning, det vill säga förhållandet mellan matvanor och grad av fysisk aktivitet.

Att vara fysiskt aktiv innebär många hälsofördelar. Man blir piggare och starkare och får därmed en högre livskvalitet. Fysisk aktivitet minskar risken för sjukdomar och stärker kroppen. Fysisk aktivitet på fritiden har blivit allt viktigare då många av våra arbeten blir allt mer stillasittande. Det finns en tydlig koppling till fetma utifrån vilka gener och levnadsvanor vi har.

Vi kan idag se kommuner och städer som vill främja motion och hälsa genom att ge människor möjligheten till fysisk träning gratis genom på utomhusgym. Trollhättan stad är ett sådant exempel, som erbjuder utomhusgym på Spikön och Hjortmosseparken.

Det finns socioekonomiska fördelar med utomhusgym då även människor som inte har ekonomiskt utrymme till att köpa ett gymkort kan tillgodogöra sig fysisk träning.

Vänersborg är en stad med inbjudande naturmiljö som passar sig utmärkt för motion och rekreation centrala och lättillgängliga oaser som Skräckleparken är exempel på det.

Yrkande: Jag yrkar att kommunfullmäktige uppdrar till berörd nämnd att undersöka möjligheten att bygga utomhusgym på Skräckleparken eller på annan central belägen plats i staden med grön miljö.

Vänersborg 2015-10-05

Adam Frändelid (V)