

5.10.2022

Mänttä-Vilppulan kaupunki
Peruspalvelulautakunta

Kuntosalitoiminta

Kaupungin alueella toimivat potilasjärjestöt tekevät yhteistyötä järjestäen yhteisesti ennaltaehkäisevää toimintaa jäsenistölleen sekä muille kiinnostuneille. Viime aikoina olemme järjestäneet mm. joogatunteja, tuolijumppaa ja erilaisia ulkoilutapahtumia.

Pyrimme järjestämään toimintaa jäsenillemme vertaistuen merkeissä. Kaikki eivät halua mm. mahdollisista rajoitteista johtuen osallistua yleisiin toimintoihin, mutta vertaisten seurassa tapahtuvaan toimintaan on esitetty toiveita ja kiinnostusta.

1. Esitämme että järjestöt saisivat vastikkeetta yhteisvastuullisesti käyttöönsä Sarapihan kuntosalilta yhden vuoron viikossa. Järjestöistä löytyy koulutettuja vertaisohjaajia, joten toiminta ei välttämättä tarvitse ulkopuolista palkattua ohjaajaa. Toiminta olisi ennaltaehkäisevää terveydenhoitoa, lihaskunnon ylläpidon / parantamisen lisäksi vertaistuella parannettaisiin myös elämänlaatua ja vähennettäisiin terveydenhoidon kuluja sairastavuuden osalta.

2. Mikäli Sarapihan kuntosalia ei voida käyttää tähän tarkoitukseen, esitämme että uimahallin tai jäähallin yhteyteen varustettaisiin pienimuotoinen kuntosali jossa voitaisiin järjestää ohjattua ennaltaehkäisevää vertaistuellista toimintaa.

Toivomme myönteistä suhtautumista esitykseemme ja olemme valmiita neuvottelemaan käytännön asioista jatkoa ajatellen.

Mäntän seudun Hengitysyhdistys ry / Jaana Käpyaho

jaana.kapyaho@gmail.com, 040-7602464

Mäntän seudun Psoriasisyhdistys ry / Mirja Sunttila

mirja.sunttila@phpoint.fi, 050-5759106

Mäntän seudun Sydänyhdistys ry / Mirjami Raami, Elise Äikäs

Mäntän seudun Reumayhdistys ry / Tauno Nummelin

Mäntän seudun Diabetesyhdistys ry / Tanja Kauppinen

Mäntän seudun Näkövammaiset ry / Tero Ala-Ajos

Mäntän seudun Invalidit ry / Martti Takanen