

Valtuustoaloite - Seniorit liikkumaan, "seniorilippu" kuntosaleille

Kvalt 17.06.2024 § 58

Valtuutettu Jukka Poti/Kokoomus jätti yhteensä 14 valtuutetun/varavaltuutetun allekirjoittaman seuraavan sisältöisen valtuustoaloitteen:

"Aloite, seniorit liikkumaan

Kittilän kunnassa on huomioitu eri-ikäiset kuntalaiset todella hyvin sekä heidän hyvinvointiinsa on panostettu.

Esitän että liikuntasihteerin alkaa neuvottelemaan paikallisten kuntosaliryttäjien/yhdistysten kanssa mahdollisesta "seniorilipusta" esimerkiksi yli 65-vuotiaille.

Lippua voisi käyttää rajoitetusti esimerkiksi aamupäivisin, kun saleilla muuten rauhallista.

Kunta tukisi omalta osaltaan senioreiden liikkumista maksamalla esimerkiksi puolet, kyseisestä, alennetusta kuntosalikortista. Kustannuksellisesti panostus ei ole suuri, mutta hyvinvointivaikutukset todennäköisesti huomattavat."

Päätös Puheenjohtaja Aki Nevalainen totesi, että aloite liitetään pöytäkirjaan ja lähetetään valmisteltavaksi kunnanhallitukselle.

Khall 13.08.2024 § 265

Valmistelija Kunnanjohtaja Timo Kurula puh 0405957597

Valtuutettu Jukka Poti jätti aloitteen 17.06.2024 kunnanvaltuuston kokouksen lopuksi § 58 kohdalla koskien kunnan mahdollisuutta osallistua kuntosalikorttien kustannuksiin/neuvotella alennuksesta yli 65-vuotiaita koskien.

Esittelijä Kunnanjohtaja Kurula Timo

Päätösehdotus Kunnanhallitus päättää lähettää aloitteen sivistystoimen valmisteltavaksi. Vastuuhenkilönä on liikuntasihteerin.

Päätös Esitys hyväksyttiin.

Hyvinvlt 20.03.2025 § 22
389/02.05.01.00/2024

Valmistelija Liikuntasihteerin Juha Marletsuo puh. 040 573 1123

Valtuutettu Jukka Poti (kok.) on laatinut seniorikuntalaisten alennushintaisia kuntosalikortteja koskevan valtuustoaloitteen. Aloitteen allekirjoittajat esittävät, että kunta tekisi asiassa yhteistyötä kuntosalipalveluita tarjoavien paikallisten yritysten ja yhdistysten kanssa.

Edelleen aloitteen allekirjoittajat esittävät, että alennushintaisiin kuntosalikortteihin olisivat oikeutettuja esimerkiksi 65 vuotta täyttäneet kuntalaiset ja että kuntosalikorteista myönnettävä seniorikuntalaisalennus olisi esimerkiksi 50 prosenttia. Aloitteen allekirjoittajat perustelevat aloitetta ennen kaikkea kuntosaliharjoittelun hyvinvointivaikutuksilla.

Kunnan tarjoaminen kuntosalipalveluiden nykytilanne

Kittilän kunta ei harjoita varsinaista kuntosalitoimintaa. Kunta kuitenkin edistää monin tavoin kuntosalipalveluiden saavutettavuutta. Lukiorakennuksen yhteydessä sijaitsevaa kuntosalia käyttävät etenkin oppilasryhmät sekä satunnaisesti myös urheilu- ja liikuntaseurat. Lukion kuntosalin kalusto ja välineistö on osittain vanhentunutta.

Kirkonkylän koulukeskuksen yhteyteen sekä kirkonkylän yleisurheilukentälle on asennettu säädettävällä vastuksella varustettuja ulkokuntosalilaitteita kuntalaisten vapaaseen käyttöön. Ulkokuntosalilaitteita on toivottu eri puolille kuntaa. Ulkokuntosalilaitteilla voi periaatteessa treenata ympäri vuoden, mutta käytännössä ulkokuntosalilaitteilla treenaaminen keskittyy lähinnä lumettomaan aikaan. Syyskuussa 2024 koulukeskuksen ulkokuntosalilla järjestettiin elintapaneuvonnan ja ulkokuntosalilaitteiden esittelytapahtuma, johon osallistui noin 50 kuntalaista. Tällaisia esittelytapahtumia tullaan järjestämään myös jatkossa.

Säännöllistä ohjattua kuntosaliharjoittelua kunta järjestää tällä hetkellä lähinnä Revontuli-Opiston kautta. Revontuli-Opisto järjestää edullisia kuntosalikursseja yhteistyössä paikallisten kuntosalipalveluita tarjoavien yritysten ja yhdistysten kanssa. Kuluvalla kaudella kurseja järjestetään kirkonkylällä, Sirkassa, Alakylässä sekä Kallossa. Revontuli-Opisto järjestää lukuvuosittain noin 8-10 kuntosalikurssia, joiden yhteenlaskettu osallistujamäärä on noin 80-100 henkilöä. Revontuli-Opiston arvion mukaan kuntosalikurssien osallistujat painottuvat yli 60-vuotiaisiin seniorikuntalaisiin. Revontuli-Opiston kuntosalikurssit pyörivät syyslukukaudella ja kevätlukukaudella yhteensä 23 viikkoa.

Edellä mainittujen palveluiden lisäksi liikuntatoimen elintapaohjauksen asiakkailta on ollut tutustumistarkoituksessa mahdollisuus maksuttomiin kuntosalikäynteihin. Lisäksi lautakunta on avustanut paikallisia yhdistyksiä kyläkuntosalien kalusto- ja välineistöehankintoissa.

Kuntosaliharjoittelun hyödyt senioreille

Yli 65-vuotiaiden uudistuneet liikuntasuositukset korostavat lihasvoimaharjoittelun merkitystä. Suositusten mukaan yli 65-vuotiaiden tulisi harjoittaa lihasvoimaa vähintään kaksi kertaa viikossa. Lihasvoimaharjoitteita tehdään yleensä levytangoilla, käsipainoilla, kahvakuulilla sekä tarkoitusta varten suunnitelluilla laitteilla. Yleisesti ottaen voidaan todeta, että asianmukaisella laitteistolla ja välineistöllä varustettu kuntosali tarjoaa kaikista turvallisimmat ja monipuolisimmat olosuhteet tehokkaalle lihasvoimaharjoittelulle.

Lihasvoimaharjoittelu on ennen kaikkea terveysliikuntaa. Esimerkiksi Jyväskylän yliopiston tutkimus vuodelta 2017 osoitti, että säännöllinen lihasvoimaharjoittelu parantaa 65-75-vuotiaiden miesten ja naisten veriarvoja, lihasvoimaa, henkistä hyvinvointia sekä päivittäisistä toiminnoista selviytymistä. Lihasvoimaharjoittelu on vanhenemiseen liittyvän lihaskadon eli sarkopenian tehokkain ehkäisy- ja hoitomuoto. Lisäksi lihasvoimaharjoittelu ylläpitää tai jopa edistää luuston lujuuttua

sekä miehillä että naisilla. Lihasvoimaharjoittelu ehkäisee ja hoitaa tuki- ja liikuntaelimestön niin kutsuttuja TULE-vaivoja kuten esimerkiksi selkä-, hartia- ja nivelrikkokipuja. Lihasvoimaharjoittelulla on myös todettu sokeritasapainoa parantava vaikutus kakkostyyppin diabeteksessa.

Viimeaikaisten tutkimustulosten mukaan lihasvoimaharjoittelusta vaikuttaisi olevan myös kognitiivista hyötyä. Lihasvoimaharjoittelu todennäköisesti parantaa useita kognition osa-alueita ikääntyvillä henkilöillä. Näin ollen lihasvoimaharjoittelun avulla on mahdollista ehkäistä esimerkiksi muistisairauksia.

Seniorikuntalaisten alennushintaiset kuntosalikortit

Edellä selostettuihin näkökohtiin viitaten liikuntatoimi pitää seniorikuntalaisten alennushintaisia kuntosalikortteja koskevaa valtuustoaloitetta perusteltuna ja kannatettavana. Aloite on myös linjassa hyvinvointi- ja turvallisuussuunnitelman laadintaprosessin aikana esiin nousseiden kuntalaisnäkökulmien kanssa. Keväällä 2024 toteutetun hyvinvointikyselyn vastauksissa kunnalta toivottiin hyvinvoinnin edistämiseksi panostuksia mm. kuntosalipalveluihin sekä erilaisiin kuntalaisetuihin.

Liikuntatoimi on neuvotellut seniorikuntalaisten alennushintaisista kuntosalikorteista kuntosalipalveluita tarjoavien paikallisten yritysten ja yhdistysten kanssa. Lainion Kartano, Palotievan Pojat ry, Aslakin Liike sekä Levi Wellness Club Oy ovat halukkaita tekemään asiassa yhteistyötä kunnan kanssa.

Liikuntatoimi esittää, että seniorikuntalaisten alennushintaisista kuntosalikorteista järjestetään kuluvan vuoden loppuun kestävä kokeilu. Edelleen liikuntatoimi esittää valtuustoaloitteen mukaisesti kuntalaisalennuksen suuruudeksi 50% ja kuntalaisalennuksen alaikärajaksi 65 vuotta. Kuntalaisalennukseen olisivat oikeutettuja myös sellaiset kuntalaiset, jotka täyttävät 65 vuotta kuluvan vuoden aikana.

Käytännössä kuntalainen lunastaa alennushintaisen kuntosalikortin suoraan Lainion Kartanolta, Palotievan Pojat ry:ltä, Aslakin Liikkeeltä tai Levi Wellness Club Oy:ltä. Alennushintaisen kuntosalikortin hankintahetkellä asiakkaan tulee todistaa ikänsä. Myytyjen kuntosalikorttien osalta kuntosalitoiminnan harjoittaja laskuttaa normaalihintaisen salikortin ja alennushintaisen salikortin välisen erotuksen kunnalta esimerkiksi kuukausittain tai kuntosalitoiminnan harjoittajalle parhaiten sopivan laskutusvälin mukaisesti.

Seniorikuntalaisten alennushintaisen kuntosalikorttien myyntikokeilu rahoitetaan liikuntatoimen kuluvan vuoden talousarviosta. Liikuntatoimen talousarvioon on varattu 5.000 euron määräraha seniorikuntalaisten liikuntapalveluita varten kustannuspaikalle 70207 menotilille 4470. Mikäli edellä mainittu 5.000 euron määräraha osoittautuu riittämättömäksi, voidaan myyntikokeilusta aiheutuvia kustannuksia kattaa liikuntatoimen talousarvion muilta momenteilta.

Alla on esitetty seniorikuntalaisten alennushintaisen kuntosalikorttien yhteenvetohinnasto.

	Yhden (1) kuukauden salikortti	Kolmen (3) kuukauden salikortti	Kuuden (6) kuukauden salikortti	Kahdentoista (12) kuukauden salikortti
--	---	--	--	---

Lainion Kartano (Kallo)	Norm. hinta 30,00€ Alennettu hinta 15,00€	X	X	X
Palotievan Pojat ry (Alakylä)	Norm. hinta 20,00€ Alennettu hinta 10,00€	X	Norm. hinta 80,00€/kk Alennettu hinta 40,00€/kk	Norm. hinta 120,00€/kk Alennettu hinta 60,00€/kk
Aslakin Liike (Kirkonkylä)	Norm. hinta 60,00€ Alennettu hinta 30,00€	Norm. hinta 159,00€ Alennettu hinta 79,50€	Norm. hinta 258,00€ Alennettu hinta 129,00€	Norm. hinta 432,00€ Alennettu hinta 216,00€
Levi Wellness Club Oy (Sirkka)	Norm. hinta 55,00€ Alennettu hinta 27,50€	Norm. hinta 160,00€ Alennettu hinta 80,00€	Norm. hinta 270,00€ Alennettu hinta 135,00€	Norm. hinta 504,00€ Alennettu hinta 252,00€

Lainion Kartanolta sekä Palotievan Pojat ry:ltä hankittavissa kuntosalipalveluissa arvonlisävero on 0%. Aslakin Liikkeeltä sekä Levi Wellness Club Oy:lta hankittavissa kuntosalipalveluissa arvonlisävero on 14%.

Esittelijä

Sivistystoimenjohtaja Kinnunen Petteri

Päätösehdotus

Hyvinvointilautakunta päättää valtuustoaloitteen johdosta esittää kunnanhallitukselle sekä edelleen kunnanvaltuustolle seuraavaa:

1) Liikuntatoimi toteuttaa seniorikuntalaisten alennushintaisten kuntosalikorttien myyntikokeilun yhteistyössä Lainion Kartanon, Palotievan Pojat ry:n, Aslakin Liikkeen sekä Levi Wellness Club Oy:n kanssa. Myyntikokeilu kestää vuoden 2025 loppuun.

2) Seniorikuntalaisten alennushintaisten kuntosalikorttien alennusprosentiksi määritellään 50%. Alennukseen ovat oikeutettuja vuonna 1960 ja sitä aiemmin syntyneet kuntalaiset.

3) Seniorikuntalainen ostaa alennushintaisen kuntosalikortin suoraan Lainion Kartanolta, Palotievan Pojat ry:ltä, Aslakin Liikkeeltä tai Levi Wellness Club Oy:ltä. Alennushintaisen kuntosalikortin hankintahetkellä asiakkaan tulee todistaa ikänsä.

4) Myytyjen kuntosalikorttien osalta kuntosalitoiminnan harjoittaja laskuttaa normaalihintaisen salikortin ja alennushintaisen salikortin välisen erotuksen kunnalta esimerkiksi kuukausittain tai kuntosalitoiminnan harjoittajalle parhaiten sopivan laskutusvälin mukaisesti.

5) Seniorikuntalaisten alennushintaisten kuntosalikorttien myyntikokeilu rahoitetaan liikuntatoimen kuluvan vuoden talousarviosta kustannuspaikalta 70207 menotiliiltä 4470. Myyntikokeilun tulokset raportoidaan hyvinvointilautakunnalle joulukuussa 2025.

6) Valtuustoaloite todetaan loppuun käsitellyksi.

Päätös

Esitys hyväksyttiin.

Nuorisosihteeri Sanna Seppälä poistui kokouksesta tämän pykälän käsittelyn jälkeen klo 13:48.

