

Kuntosalisopimus Vaalan Fysioterapia Oy:n kanssa

Hyvltk 29.01.2024 § 7
7/12.04.00/2024

Valmistelija	Hyvinvointijohtaja Pauliina Rovio, 0400 855 925, pauliina.rovio@vaala.fi
Peruste	Hallintosääntö

Vaalan kunnan hyvinvointiosaston yhtenä kärkitavoitteena on ikäihmisten kotona pärjäämisen tukeminen. Ikäihmiset tarvitsevat kuntonsa ylläpitämiseksi ja kohottamiseksi kävelyn ja jumpan lisäksi voimaharjoittelua, mikä mahdollistaa itsenäisen elämän perustan, siis hyvän liikkumis- ja toimintakyvyn (Lähde: UKK-Instituutti, Karinranta). Riittävä lihasvoima, jota voidaan ylläpitää esimerkiksi kuntosaliharjoittelulla, on turvallisen liikkumiskyvyn ja pystyasennon hallinnan perusedellytys (terveysverkko.fi: kaatumistapaturmien ehkäisy).

Vaalan kunnan hyvinvointiosasto on ostanut Vaalan Fysioterapia Oy:ltä eläkeläisille maksutonta kuntosalipalvelua. Eläkeläisten kuntosalivuorot ovat olleet keskiviikkoisin (yhteensä kaksi tuntia) sekä näiden lisäksi tunnin vuoro perjantaisin. Kaikilla vuoroilla on salilla ollut yrittäjän puolesta ohjaaja, joka on opastanut laitteiden käytössä ja avustanut tarvittaessa. Tavoitteena on, että mahdollisimman moni vaalalainen ikäihminen pääsisi maksuttoman kuntosaliharjoittelun pariin, joten maksuton käynti on tarkoitettu vain yhden kerran viikossa/henkilö.

Lisäksi hyvinvointiosasto on arvioinut, että lihaskuntoharjoittelun tarpeessa on myös muita ryhmiä, kuten vähän liikkuvat nuoret, kehitysvammaiset ja mielenterveyskuntoutujat. Myös näille ryhmille on toteutettu mahdollisuus maksuttomaan kuntosaliharjoitteluun vuonna 2023.

Kaikki vuorot ovat olleet suosittuja. Käyttäjiltä on kerätty palautetta tarjolla olleesta, ohjatusta ja käyttäjille maksuttomasta kuntosaliharjoittelusta. Saadun palautteen perusteella kuntosaliharjoittelu on todettu monilla eri tavoin hyödylliseksi. Kuntosaliharjoittelun monipuolisesta hyödyllisyydestä on saatavilla myös paljon erilaisiin tutkimukseen perustuvaa tietoa.

Vaalan kunnan asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen näkökulmasta onkin tarkoituksenmukaista tarjota jatkossakin mahdollisuutta maksuttomaan kuntosaliharjoitteluun eläkeläisille sekä erityisryhmistä mielenterveyskuntoutujille ja kehitysvammaisille siten, että eläkeläisille on tarjolla yhteensä kolme, yhden tunnin mittaista, ohjattua vuoroa viikossa ja muille edellä mainituille erityisryhmille yhteensä kaksi ohjattua tuntia viikossa. Nuorten mahdollisuutta tutustua jatkossa maksuttomasti kuntosaliharjoitteluun tarkastellaan myöhemmin.

Maksuttomat kuntosalivuorot on tarkoitettu Vaalan kunnan asukkaille ja kuntalaisuuden voi osoittaa kuntakortilla, jonka saa hyvinvointiosastolta. Maksuton yhden tunnin vuoro on tarjolla yhden kerran viikossa / henkilö. Eläkeläisten, mielenterveyskuntoutujien ja kehitysvammaisten maksuton, ohjattu kuntosaliharjoittelu (yhteensä 5h/vko) maksaa vuodessa (52 viikkoa) yhteensä 27300€ (alv.0). Kahden vuoden sopimuksen kokonaisarvo on yhteensä 54600€ (alv.0).

Esittelijä	Hyvinvointijohtaja Rovio Pauliina
Päätösesitys	Hyvinvointilautakunta esittää kunnanhallitukselle ja edelleen kunnanvaltuustolle, että 1. se hyväksyy liitteenä olevan, yhteensä kahden vuoden (24kk) pituisen Vaalan kunnan ja Vaalan Fysioterapia Oy:n välisen sopimuksen sekä 2. valtuuttaa hyvinvointijohtajan allekirjoittamaan sopimuksen Vaalan kunnan edustajana.
Päätös	Hyväksyttiin