

Enskild motion

Motion till riksdagen 2015/16:1881

av Börje Vestlund m.fl. (S)

Behovet av idrott för seniorer

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om behovet av idrott för seniorer och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Svensk idrott är fantastisk. Vår modell med ideella föreningar är så gott som världsunik och har rönt stora framgångar genom åren. Med hjälp av det statliga stödet har idrottsliga framgångar inte bara i form av medaljer utan också fysisk och psykisk hälsa samt tillfällen till social samvaro vunnits. Men idrotten glömmar ofta bort seniorerna, och hur hjälper vi inom politiken till för att stödja idrottslig verksamhet för de äldre? Det finns statligt stöd för ungdomar. Det finns statligt stöd för elitverksamhet. Det finns många stöd att få, men det finns inget stöd som är direkt riktat till gagn för de äldre. Vi ser hur de äldre successivt slussas bort från idrottslivet. Men är det inte på äldre dagar man verkligen skulle behöva idrotten? Många studier visar att de äldre som fortfarande idrottar också mår bättre. Flera av dessa studier kan också härleda äldres idrottande till minskade kostnader för vården i landet. Med idrottslig aktivitet stärks kroppens muskler och skaderisken minskar drastiskt. Dessutom erbjuder idrotten ett socialt umgänge som många av de äldre människorna, av naturliga skäl, tyvärr ibland har svårt att bibehålla.

Initiativtagaren till projektet ”Aldrig försent-90+” läkaren Göran Murvall fick för tre år sedan en idé om att erbjuda kostnadsfri träning för 90-plussare i Nacka kommun. Enligt Göran Murvall är det minskningen av lårmuskler som blir mest påtaglig när man blir äldre. Risken för fallolyckor och flera folksjukdomar ökar i takt med detta. Behandling av en lårbensfraktur kostar idag samhället 200 000 kr/år. Med balans och styrketräning

kan man förbygga fallolyckor och även förebygga demens och konsekvenser av flera allvarliga sjukdomar. Projektet har inte bara gett fysisk ökad effekt utan även ökat livsglädjen hos fler av deltagarna (Carling, Maria. 2014. Hundraåringen som tränar för livet. 16 oktober. <http://www.svd.se/>(Hämtad 2014-11-10).

Med anledning av de hälsovinster för äldre som kan nås av träning föreslår vi lokalt att fysisk träning för äldre underlättas. Vi vill att regeringen ser över möjligheten att ett statligt stöd riktas specifikt till pensionärer och i synnerhet till de äldre-äldre (80-plus) inom gruppen. De närmsta årtiondena kommer denna grupp att öka mycket kraftigt.(SCB Statistiska meddelanden Sveriges framtida befolkning 2014–2060). Stödet skulle kunna likna det lokala aktivitetsstödet, LOK-stödet, som staten riktar till ungdomar och barn och som förmedlas av Riksidrottsförbundet.

Börje Vestlund (S)

Arhe Hamednaca (S)

Emanuel Öz (S)

Lawen Redar (S)

Teres Lindberg (S)

Anders Österberg (S)