



Motion till kommunfullmäktige i Vänersborgs kommun

Utomhusgym vid skidstugan

Folkhälsomyndigheten kommer varje år med en rapport vid namn "folkhälsan i Sverige."

Enligt folkhälsomyndigheten kan vi se en positiv lång trend på vissa områden kring folkhälsan t.ex. 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 innebar 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 våra arbeten blir allt mer stillasittande. Det finns en tydlig koppling till fetma utifrån vilka gener och levnadsvanor vi har.

Vänersborg har gjort satsningar på utomhusgym i kommunen bl.a. så finns sådana på Björkås park i Vargön och i närheten av Skräckleparken.

Området kring skidstugan i Vänersborg är ett populärt tillhåll för motionärer. Området har fin natur och bra spår som är tillgängligt för allmänheten.

Yrkande: Att det upprättas ett utomhusgym i området kring skidstugan i Vänersborg.

Adam Frändelid (V)

Vänersborg, 2017-04-03