



# Friskvård i Uppsala kommun

Jonas Nord uppdragsstrateg, Daniel Karlsson utredare

Äldreförvaltningen

16 februari 2018

# Vad är friskvård?

- Definieras på olika sätt, oftast utifrån aktiviteter som ger förbättrad folkhälsa
- Friskvårdsbidrag utgår oftast till aktiviteter som innefattar någon form av fysisk träning
- Vi har här avgränsat oss till den friskvård som inte är biståndsbeslutad.
- Vi har också avgränsat oss till den friskvård där Uppsala kommun är direkt eller indirekt ansvarig (ex. genom subventioner, bidrag, egen verksamhet)

# Kommunens utbud av friskvård

# Träffpunkter

- Aktiviteter som finns på de flesta av de kommunala träffpunkterna:  
Sittgympa/lättgympa, gym, promenader
- Aktiviteter som finns på vissa träffpunkter:  
Balansträning, styrkegympa, zumba, linedance, qigong, biljard, bordtennis, kung fu, core
- Alla dessa aktiviteter är kostnadsfria/fullt ut subventionerade av kommunen/äldrenämnden

# Andra viktiga kommunala samverkanspartners

- Pensionärsföreningar (ca 80 st)
- Storgatan 11

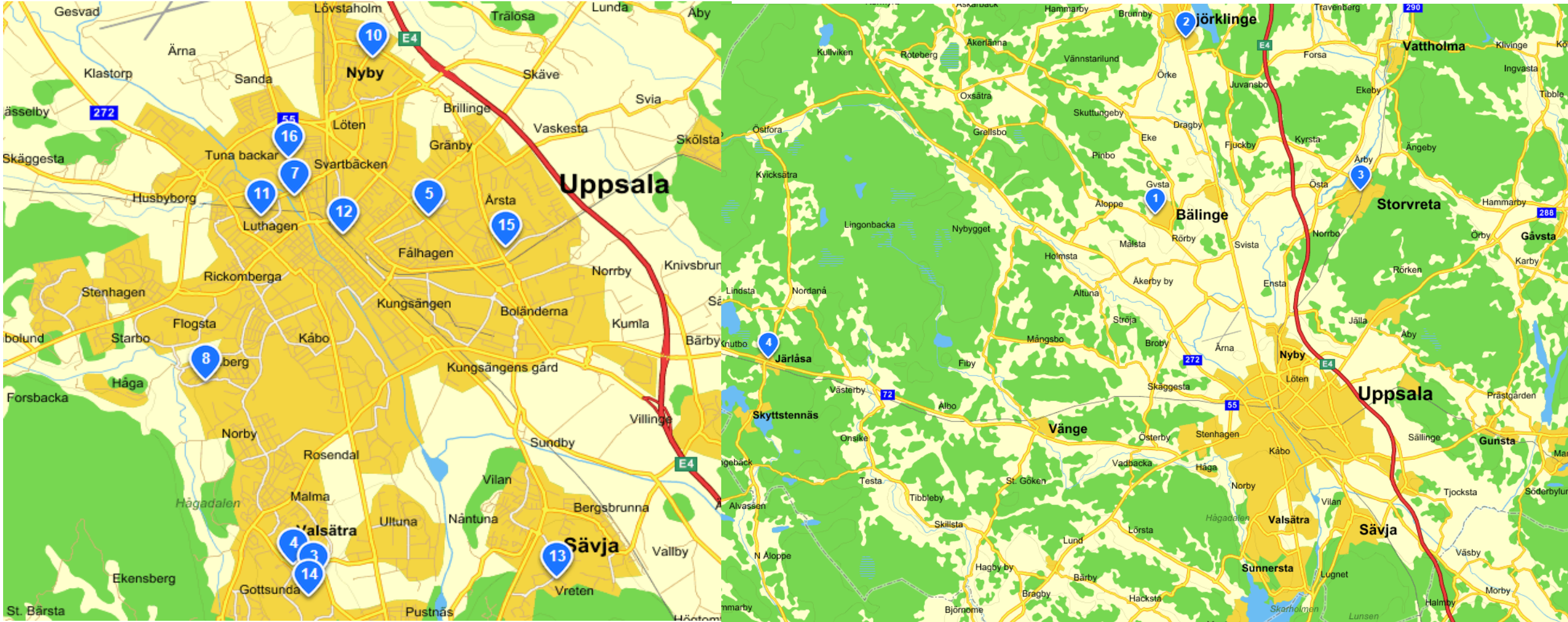
# Exempel på andra friskvårdsmöjligheter i Uppsala kommun



- Utegym på olika platser i kommunen.
- Motionsspår/skidspår
- Möjligheter till lokalbokning
- Möjligheter att låna sport- och motionsutrustning (Fritidsbanken)

# Geografisk spridning

# Träffpunkter





# Utegym



- Kapellgärdesparken (Kvarngärdet)
- Librobäck
- Lilla Djurgården (Nåntuna)
- Lövstalöt
- Murkelparken (Norby)
- Månstensparken (Stenhagen)
- Stadsskogen
- Röbo
- Stabby
- Sturvreta
- Skivlingsparken (Norby)
- Sunnerstaåsen
- Sävja IP
- Tullgarnsparken (Kungsängen)
- Vallby dunge (Fålhagen)
- Vänge

# Pågående utredningsarbete

- Pågår en utredning där vi kartlägger det upplevda behovet av olika aktiviteter, däribland friskvård och vad den har för betydelse för träffpunktsverksamheten och dess besökare (beräknad färdig 31 december 2018).