

## Jäsenien esitykset

Sivistyslautakunta 05.03.2024 § 31

Mikäli lautakunnan jäsenillä on asioita, jotka heidän mielestään tulee kirjata pöytäkirjaan, tulee heidän toimittaa esityksensä kirjallisina pöytäkirjanpitäjälle viimeistään kokouksessa.

Päätös

Jäsen Tapio Rantavalli jätti seuraavan kirjallisen esityksen:

"Erityisuimakortin käyttöönotto Ulvilassa

Uinti on todettu hyväksi kuntoutusmuodoksi useiden eri lihassairauksien kohdalla. Erityisesti reumapotilaiden kohdalla tämä pehmeä liikuntamuoto olisi hyväksi, sillä uinti:

- parantaa kestävyyskuntoa
- parantaa lihas- sekä puristusvoimaa
- parantaa toimintakykyä ja päivittäisistä toiminnoista selviytymistä
- lisää nivelten liikelaajuutta
- voi vähentää uupumusta, ahdistusta ja masennusta
- vähentää kivulioiden nivelten lukumäärää
- parantaa elämänlaatua
- parantaa luuntiheyttä ja kävelytestin tulosta
- ei vaikuta haitallisesti sairauden aktiivisuuteen, kipuun tai röntgenologisiin nivelvaurioihin
- voi jopa vaikuttaa ennalta ehkäisevästi rappeuttaviin muutoksiin.

Monessa sairaudessa nivelkivut estävät muunlaisen liikkumisen, jolloin liikuntamahdollisuudet jäävät rajallisiksi ilman vesiliikunnan suomia mahdollisuuksia. Valitettavasti yhä nuoremmat kärsivät yllä mainitun kaltaisista sairauksista, jolloin mm. ylipaino kasvaa aiheuttaen terveydenhuollon kuormittumista.

Useassa Suomen kunnassa on jo käytössä erityisuimakortti, jonka tarkoitus on tukea niiden kuntalaisten fyysistä aktiivisuutta, joilla on haasteita harrastaa muita liikuntamuotoja kuin vesiliikuntaa. Pitkäaikaissairauksia poteville kuntalaisille voitaisiin myöntää erityisuimakortti ja käyttää todisteena kelakortin sairauskohtaista korvausnumeroa tai lääketieteelliseen lausuntoon perustuvalla todistuksella.

Yllä mainittuun perustuen esitän, että Ulvilassa otetaan käyttöön erityisuimakortti, jolla pääsee 60 €:n vuosimaksulla uimaan. Näin tukisimme kuntalaistemme fyysistä aktiivisuutta ja terveyttä."