



# Motion

2007-01-31

Gruppmotion, Socialdemokraterna i Örebro

## En motion om motion för alla – ”Hälsans Stig” i Örebro

En vacker dag är det en självklarhet för många att ta en promenad på något av de många vackra motionsspår som finns i och runt Örebro. Att vandra i naturen är bra både för kropp och själ. Det är den billigaste och enklaste, och därmed också den mest tillgängliga, formen av motion som finns.

Fortfarande finns dock stora grupper människor som inte kan promenera på våra promenadstråk. Underlaget kan vara för mjukt eller kuperat för att man ska kunna ta sig fram med rollator eller rullstol. För människor med funktionshinder, äldre, eller för den delen barnföräldrar med tunga barnvagnar, är en promenad i skogen i bästa fall svår genomförd, i värsta fall omöjlig. Detta är inte bara diskriminerande, det är dessutom direkt dåligt i ett folkhälsoperspektiv.

Hjärt- och Lungsjukas Riksförbund, HLR, har tagit fram ett koncept med ett motionsspår som uppfyller de krav som ställs för att spåret ska vara så tillgängligt som möjligt. Om spåret uppfyller de kriterier som HLR ställer får spåret kallas ”Hälsans Stig”. Förutom att underlaget bör vara asfalt eller hårt grus, är det viktigt att spåret inte innehåller några kraftiga backar, att vägen är bred och att man kan starta och sluta på flera platser.

Den första stigen upprättades 1997 på Irland, och idag finns cirka 90 stycken ”Hälsans Stig” i Sverige. I vårt län finns ”Hälsans Stig” bara i Kumla. Detta måste skyndsamt åtgärdas.

Att upprätta en ”Hälsans Stig” i Örebro behöver inte kosta mycket pengar. Beroende på vilket spår man väljer kan det handla om cirka 25 000 – 50 000 kronor att upprätta en stig på 4 kilometer. Från beslut till invigning kan det ta cirka 3 – 6 månader.

Vi socialdemokrater vill därför att Örebro kommun omedelbart tar initiativ till att tillsammans med handikapprörelsen undersöka var och hur en "Hälsans Stig" i Örebro kan upprättas. Det finns många bra motionsspår, men kraven är många och därför bör rimligtvis Tekniska nämnden få i uppdrag att se vilket spår som enklast och billigast kan anpassas till att uppfylla de kriterier som HLR ställer upp.

Socialdemokraterna i Örebro föreslår därför fullmäktige besluta

- Att ge Tekniska nämnden i uppdrag att se över tillgängliga motionsspår i Örebro för att se vilket spår som enklast och billigast kan anpassas till en "Hälsans Stig".
- Att Tekniska nämnden tillsammans med handikapprörelsen diskuterar utformningen av "Hälsans Stig".

För den socialdemokratiska kommunfullmäktigegruppen

Carina Dahl, kommunalråd (s)