



Socialdemokraterna

Motion – Hälsans stig

Din livsstil påverkar din hälsa. Stillasittande och stress ger i långa loppet negativa konsekvenser för din hälsa. Bra mat och fysisk aktivitet förebygger sjukdomar.

I kommunen finns många elljusspår och ett flertal utegym har byggts de senaste åren men dessa är inte anpassade för personer med rörelsevariationer.

Vi har även många historiska och kulturella värden som vi är stolta över och vill visa upp både för invånarna i Tierp och gäster som besöker vår kommun. Genom att anlägga ett eller flera Hälsans stig i kommunen får vi möjligheter att visa upp alla smultronställen i vår kommun samtidigt som vi får marknadsföring ut i hela landet.

Det finns i dag ca 130 Hälsans stig i landet (allt mellan 3.10 km). Det är lättillgängliga och välskyttade. Slingorna har ingen given början eller slut utan man ansluter var man vill. Det finns skyltar vid varje kilometer och man kan dra slingan förbi kulturella värden (med till exempel informationsskyltar om den historiska platsen eller byggnaden).

Hälsans stig skulle underlätta för alla att nå folkhälsomålet: att röra sig minst 30 minuter om dagen.

På hemsidan för Hjärt- och lung.se kan man läsa:

"Hälsans stig är ett starkt varumärke. Genom att anlägga en Hälsans stig marknadsförs din kommun samtidigt som invånarna erbjuds en möjlighet att röra på sig och må bra. Hälsans stig är en friskvårdssatsning som passar många"

Så både för invånarnas hälsa och för kommunens marknadsföring, föreslår jag

att kommunen anlägger en Hälsans stig i en av orterna i kommunen

att man fortsätter anlägga i fler orter vart efter som.

Christina Holmström