

Till Kommunfullmäktige
Svalövs kommun



HÄLSANS STIG

Vi bör skaffa oss goda vanor för att få ett friskare liv. Det är meningen bakom satsningen "Hälsans Stig" som är av irländskt ursprung och på keltiska benämns "Sli na Slá inte". Hjärt- och Lungfonden lanserar tillsammans med liknande organisationer runt om i Europa denna idé, som ska få människor, ung som gammal att ta, om inte dagliga, så i alla fall regelbundna motionsturer på utmärkta stigar. **En särskild skyltning som är märkt med längden på slingorna, väl upplysta ställen gör att du känner dig trygg på din promenad.**



Regelbunden motion minskar risken för hjärt- och kärlsjukdomar. Idén bygger på att man på redan befintliga eller nyanlagda promenadvägar sätter upp kilometerskyltar för att inspirera till motion. Att gå är också motion. Om du går 5 km i rask takt förbränner du lika mycket energi som om du springer samma sträcka.

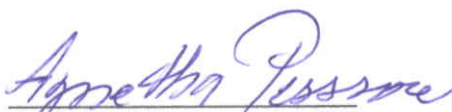
STIGAR KRING OCH I VÅRA BYAR kan bjuda på många skiftande upplevelser, från parkliknande områden till vild natur.

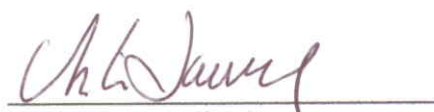
Investeringar av det här slaget är förebyggande sjukvård och kan i framtiden komma att ge minskade vårdkostnader. Olika människor kräver olika rundor - äldre människor tar den lilla rundan, funktionshindrade tar den, där rollatorn eller rullstolen går bäst, medan andra gärna går en längre bit. Det viktigaste av allt är att promenaden blir av.

Vi föreslår

att kommunen upprättar såväl en fysisk plan som en tidplan för skyltning av dessa hälsostigar i de olika byarna

att folkhälsorådet involveras i planeringen


Agnetha Persson (C)


Christer Laurell (C)