

## Miljöpartiet de gröna i Täby

### Motion: Erbjud Täbys äldre Seniorkollo

Att bli äldre och årsrik är på många sätt en förmån. Men att bli äldre hör samtidigt ofta samman med att uppleva att vänner avlider eller försvinner in i sjukdom och kanske mister man sin livspartner. Även om många äldre har ett aktivt liv med många sociala kontakter, så ökar även med åldern risken för att hamna i icke vald ensamhet. Ibland kan åldrande innebära att den äldre behöver stöd i att finna nya sociala sammanhang och intressen.

Miljöpartiet vill att alla ska få möjlighet att leva ett så aktivt och meningsfullt liv som möjligt, så länge som möjligt. En del i att verka för en god och aktiv ålderdom är *att erbjuda Täbys äldre Seniorkollo*. Att som äldre få komma i väg från det invanda och träffa andra äldre Täbybor i en härlig och lagom aktiv sommarmiljö är bra för hälsa och välbefinnande.

Enligt Socialstyrelsen uppger ungefär 10–15 procent av personer över 77 år att de upplever ofrivillig ensamhet ofta eller nästan alltid. Vi är alla olika, men ensamhet som är ofrivillig leder till negativa känslor för den enskilde och i förlängningen kan ensamheten leda till lidande i form av psykisk och fysisk ohälsa.

*Seniorkollo*, en aktiv kortare kollektiv sommarvistelse med boende, bör vända sig till Täbybor som är över 70 år och känner sig ensamma eller som längtar efter att träffa andra människor och nya aktiva sammanhang. Seniorkollot som kan vara 4–5 dagar i en naturnära miljö med boende och kan innehålla utöver gemenskap med nya vänner, trevliga måltider, fika, skapande aktiviteter, kulturupplevelser och fysisk träning av olika slag.

Många kommuner samarbetar framgångsrikt med lokala pensionärsorganisationer i att arrangera Seniorkollo för kommunens äldre. Kanske finns de lokala möjligheterna även i Täby?

I enlighet med ovan yrkas:

- Att Täby kommun erbjuder Täbys äldre över 70 år seniorkollo med uppstart av ett första seniorkollo sommaren 2025.



Annica Gryhed

Fullmäktigeledamot (MP)