

Voorstel tot wijziging Raadsvoorstel voor raadsvergadering d.d. 19 september 2013 inzake voorgestelde beslissing besluitvorming toekomst zwembaden:

Het huidige voorstel door het college van burgemeester en wethouders luidt:

4. Het plan van Stichting FreeWheel i.o. te zijner tijd afwegen ten opzichte van andere, nog ik kaart te brengen toekomstmogelijkheden voor locatie zwembad de Blenk.

Dit voorstel is voor de Stichting FreeWheel i.o. en de KBO Ulft niet aanvaardbaar. Het zou kunnen inhouden dat er door een grote groep vrijwilligers een goed plan wordt uitgewerkt en dat dan alsnog besloten kan worden om bv de Blenk te slopen en er maar een parkeerterrein van te maken. Verder is het erg onduidelijk binnen welke termijn deze afweging gemaakt gaat worden. Een belangrijk onderdeel van deze plannen is het behoud voor Ulft en omstreken van een beperkte zwemvoorziening voor onze leden en bepaalde groepen inwoners met een chronische aandoening en ook dat wordt erg onzeker.

De Stichting FreeWheel i.o. ziet in de ombouw van zwembad De Blenk een unieke kans om een geweldige boost te geven aan de gezondheidsbevordering van senioren en andere freewheelers. Hierdoor wordt de kans vergroot dat veel meer inwoners dan tot nu toe tot op hoge leeftijd zelfredzaam blijven. De Stichting FreeWheel i.o. en de KBO Ulft stellen daarom de raad dringend voor om dit punt als volgt te wijzigen:

4. De gemeente ziet de grote kansen voor de gezondheidsbevordering van senioren door de plannen van de Stichting FreeWheel i.o. en zal haar volle medewerking geven om dit plan te realiseren. Op korte termijn zal samen met de Stichting naar een oplossing worden gezocht voor de resterende vragen en zorgpunten. Pas als de Stichting FreeWheel (i.o.) onverhoopt niet in staat zal zijn om deze plannen te realiseren zal de gemeente andere toekomstmogelijkheden van locatie zwembad de Blenk in kaart gaan brengen.

Nogmaals ter informatie:

Doelstelling van de Stichting FreeWheel i.o.:

Het promoten en faciliteren van een gezonde leefstijl en het meten van de gevolgen. Het is een zelfhulp club van mensen, die proberen elkaar te helpen om zonder al te veel problemen gezond, vitaal en gelukkig oud te worden. De leden zijn z.g. freewheelers, mensen die, om welke reden dan ook, overdag tijd kunnen vrij maken. De meesten zijn natuurlijk gepensioneerd, maar ook werkelozen, WAO'ers, Wajongers, parttime werkers en huisvrouwen of – mannen en mensen in de bijstand zijn van harte welkom.

Positieve resultaten van een gezonde leefstijl:

Wetenschappelijk is aangetoond dat door het aanbrengen van kleine aanpassingen in onze dagelijkse leefstijl gemiddeld wel tot 70% van de ouderdomskwalen en 50% van alle ernstige ziektes kunnen worden voorkomen! Helaas is het niet eenvoudig om mensen over te halen tot zo'n gezonde leefstijl, maar door een goede, voortdurende promotie en het aanbieden van zo veel mogelijk aantrekkelijke en betaalbare faciliteiten zullen er toch velen worden overtuigd. Wekelijkse training vanaf je 65^{ste} levert per dag gemiddeld 2,5 jaar langere zelfredzaamheid, vitaliteit en gezondheid op en bij 6 dagen per week loopt dit op naar 15 jaar!

Wenselijke aanpassingen in de leefstijl om deze resultaten te halen:

- 1) Doe 6 dagen per week lichamelijke oefeningen voor de rest van je leven.
- 2) Doe hiervan 4 dagen per week een middelmatig intensieve training of een kortere maar erg intensieve interval variant.
- 3) Neem 2 dagen per week ook krachttraining op in de training.
- 4) Eet en drink aangepast maar vooral niet te veel.
- 5) Geef minder geld uit dan je binnen krijgt.
- 6) Zorg voor een uitstekende relatie met partner, burens, familie en vrienden.
- 7) Blijf deelnemen aan de samenleving, benut daarbij je talenten en doe geregeld vrijwilligerswerk.