

Kuntalaisaloite Ankkalammen saunan remontoinnista/uusimisesta

Tekninen lautakunta 11.05.2023 § 39
188/00.02.14/2023

Esittely: Aloite luotu Kuntalaisaloite.fi-palveluun 21.2.2023

Talviuinti on kasvattanut suosiotaan viime vuosien aikana räjähdysmäisesti. Suomen Ladun tietojen mukaan talviuintia harrastaa säännöllisesti jopa 720000 Suomalaista ja harrastajamäärät kasvavat jatkuvasti sillä yli 400000 Suomalaista on ilmoittanut olevansa kiinnostunut kokeilemaan lajia. Tietoa avantouinnin terveysvaikutuksista on luettavissa mm. Suomen Ladun sivuilta.

Tutkittua tietoa kylmän veden vaikutuksista:

- Tuottaa mielihyvää vapauttamalla aivolisäkkeestä betaendorfiinia
- Parantaa unensaantia vapauttamalla verisuonista serotoniinia
- Parantaa vastustuskykyä kylmän aktivoitessa immuunitoimintaa
- Parantaa stressinsietoa ja tehostaa lihasten palautumista (kortisoli)
- Lisää elimistössä ns. ruskeaa rasvaa joka auttaa haitallisen rasvasolukon kuluttamisessa.
- Lievittää reuman ja astman oireita, kun aivolisäkkeestä vapautuu ACTH-hormonia.
- Helpottaa lihasten ja nivelten tulehduksia lisäämällä paikallisverenkiertoa
- Vilkastuttaa aineenvaihduntaa ja vahvistaa verenkiertoa
- Laskee perusverenpainetta kun altistaa itsensä kylmälle vedelle säännöllisesti 3kk ajan.

Todennettujen terveysvaikutusten lisäksi talviuimarit kokevat harrastuksen lisäävän yleisesti terveyttä ja hyvinvointia. Suomen Ladun 2021 syksyllä toteutetun talviuintikyselyn tuloksien mukaan 66 prosenttia vastaajista kokee mielenvirkeytensä parantuneen ja stressin vähentyneen. 50 prosenttia koki flunssien vähentyneen. (1153 vastaajaa)

(Lähde: Suomen Latu)

Edellä mainittujen terveysvaikutusten johdosta avantouinnista on tullut monelle omasta hyvinvoinnista kiinnostuneelle ihmiselle tärkeä osa elämää ja arkea, on myös muistettava että saadakseen kaikki terveysvaikutukset talviuintia pitää harrastaa säännöllisesti, jopa 3 kertaaviikossa. Talviuinti ylläpitää myös harrastajan luontosuhdetta ja lisää luonnon arvostusta harrastajien parissa.

Ankkalammen sauna toimii talviuimareiden yhteisöllisenä paikkana, jossa aivan kaiken ikäiset paimiolaiset tapaavat toisiaan yli yhteiskuntaluokkien, saunassa kaikki ovat tasa-arvoisia eikä titteleitä kysytä. Yhteisöllisyys vähentää yksinäisyyttä ja on monelle ainoa keino lisätä sosiaalista kanssakäymistä arkeensa. Saunassa jaetaan ilot ja surut ikään katsomatta, talviuinti edistää siis

myös eri ikäryhmien kanssakäymistä. Sekasaunassa toteutuisi myös kanssakäyminen sukupuolien välillä.

Ankkalammen nykyinen saunarakennus on auttamattomasti liian pieni, tiistaisin kuntalaisten vuorolla naisten saunassa on niin paljon ihmisiä että se alkaa olemaan jo riskitekijä. Vuoroja on mahdotonta lisätä sillä saunan käyttöaste on hyvin korkea, siksi tarvittaisiinkin isommat tilat jokoremontoimalla vanhaa rakennusta tai rakentamalla paikalle kokonaan uusi saunarakennus. Lisäksi nykyisen saunan pukutilat ovat täysin riittämättömät ja epäkäytännölliset koska käynti saunasta uimaan tapahtuu pukuhuoneen läpi. Uudisrakennuksella voitaisiin myös nostaa saunan energiatehokkuutta.

Lopuksi:

Ehdotan että Paimion kunta alkaa valmistelemaan Ankkalammen saunarakennuksen remonttia tai uudisrakennusta vanhan paikalle sillä välin kun lampi tyhjenetään ja puhdistetaan. Iso sauna joka voisi toimia sekasaunana noin 35 henkilölle ja molempiin pesuhuoneisiin 3-4 suihkua sekä toimivat pukutilat.

Kylmäuinti on harrastus muiden joukossa, toivon että teette viisaita päätöksiä täysin riittämättömien, ja osin myös vaarallisten, tilojen uusimiseksi. Toivon aloitteeni tavoittavan ne lautakunnat joita se koskee, teknisen lautakunnan lisäksi ainakin hyvinvointilautakunta voisi ottaa asiaan kantaa.

Ankkalammen sauna on valmistunut 1983 kuntalaisten käyttöön. Rakennukseen on ajansaatossa tehty vähäisiä kunnossapidollisia töitä ja parannuksia joiden avulla kiinteistö on pidetty käyttökuntoisena. Saunarakennuksen kiinteistönhoidosta ja käytöstä huolehditaan ostopalveluna, koska kiinteistöpalveluilla ei ole resurssia sitä hoitaa.

Saunojen käytöstä on tehty liikuntapalveluiden toimesta seuranta vuonna 2019 sekä 2023. Vuonna 2019 tehdyn käyttäjämäärä seuranta toteutettiin kahden viikon ajanjaksolla (vko 47 ja 48). Saunoihin jaetut vuorot ovat pysyneet täysin samoina näiden kahden vertailuvuoden välillä.

	ma	ti	ke	to	Su	Yhteensä:
vko 47						
Sauna 1	13	24	33	28	24	122
Sauna 2	35	51	67	32	27	212
Yhteensä (vko 47):	48	75	100	60	51	334
vko 48					(arvio) ↓	
Sauna 1	12	19	36	15	20	102
Sauna 2	34	30	53	22	20	159
Yhteensä (vko 48):	46	49	89	37	40	261
Yhteensä (vkot 47+48):	94	124	189	97	91	595

(kuva 1. vuoden 2019 saunojen käyttäjämäärän tulos)

Käyttäjämäärän seuranta toteutettiin uudelleen 2023 viikolla 13.

Vuosi 2023						
	ma	ti	ke	to	Su	Yhteensä:
vko 13						
Sauna 1	18	32	28	26	37	141
Sauna 2	47	16	41	36	50	190
Yhteensä (vko 13):	65	48	69	62	87	331

(Kuva 2. Vuoden 2023 saunojen käyttäjämäärän tulos)

Näitä tuloksia vertaillen voidaan todeta kävijämäärän pysyneen lähes samana, mutta jakautuneen tasaisemmin eri vuoroille. Tuloksen perusteella ei pystytä osoittamaan, että kävijämäärät olisivat kasvaneet huomattavasti. Myöskään uimahallin sulusta aiheutunutta kävijämäärän lisääntymistä ei pystytä osoittamaan.

Rakennus on rakenteeltaan hirsirakennus, jonka tilamuutosten tekeminen on hyvin rajallista. Rakennuksen tekniikka sekä rakenteet vaativat suuria muutoksia, jotta toiminnan kasvattaminen olisi mahdollista toteuttaa. Tästä syystä uudisrakennuksen rakentaminen olisi luultavasti edullisempaa, kuin nykyisen olemassa olevan rakennuksen korjaaminen sekä muuttaminen esitettyihin toiveisiin. Myös esteettömyys sekä muun sukupuoliset tulee ottaa huomioon rakennuksen käytössä. Jotta talviuinti palvelisi jatkossa myös liikuntarajoitteisia, niin tulisi laiturirakenteessa huomioida myös esteettömyys.

Hankkeen suunnittelua ja rakentamista ei ole mahdollista toteuttaa käyttötalouden varoilla eikä sille ole osoitettu investointirahaa. Hankkeelle tulisi siis osoittaa investointirahat, jotta suunnittelu sekä rakentaminen olisi mahdollista toteuttaa. Jotta ankkalammen sauna palvelisi jatkossakin tulisi hankkeessa kuulla käyttäjien mielipiteitä sekä antaa riittävä suunnittelu-aika. Tällöin hankkeen riskit pystytään minimoimaan ja saada laadukkaampi lopputulos. Näiden myötä myös hankkeen toteutuksen kustannukset olisivat paremmin arvioitavissa ja sille saataisiin varattua riittävät varat toteutukseen.

Esittelijä:

Tekninen johtaja Saarinen Juha

Päätösehdotus:

Tekninen lautakunta päättää
a) antaa esittelytekstin mukaisen selvityksen kuntalaisaloitteeseen

ja

b) todeta vastauksenaan aloitteeseen, että Ankkalammen saunarakennuksen peruskorjaus tai uudisrakennuksen rakentaminen tullaan käsittelemään kaupungin talousarviokäsittelyn yhteydessä syksyllä 2023.

Päätös:

Ehdotus hyväksyttiin.