



Borgarstjórn Reykjavíkur 17. mars 2026

Tillaga borgarfulltrúa Framsóknarflokksins um frístundastyrk fyrir 67 ára og eldri í Reykjavíkurborg

Framsókn leggur til að borgarstjórn samþykki að koma á fót frístundastyrk fyrir einstaklinga með lögheimili í Reykjavíkurborg sem eru 67 ára á árinu eða eldri. Niðurgreiðslur ná til félaga og viðurkenndra aðila sem eru með skipulagða kennslu eða þjálfun sem stuðla að betri heilsu og hreysti. Fjárhæð niðurgreiðslna er 4.000 kr. fyrir hvern iðkanda á mánuði eða allt að 48.000 kr. í heildargreiðslu á árinu. Lagt er til að styrkurinn séu tekjutengdur og miði tekjurnar við tekjumörk þeirra sem fá 50% afslátt á fasteignagjöldum (A50). Markmið með styrknum er að hvetja eldri Reykvíkinga til þátttöku. Menningar- og íþróttaráði er falið að setja reglur um frístundastyrki fyrir íbúa, 67 ára og eldri, í Reykjavíkurborg.

Greinargerð

Framsókn vill að Reykjavík verði besti staðurinn til að eldast.

Markmið

Markmið styrksins er að hvetja eldri Reykvíkinga til þátttöku í eflandi lýðheilsustarfi. Mikilvægt er að skapa eldra fólki tækifæri til að tengjast í gegnum heilsutengda dagskrá sem stuðlar bæði að bættri heilsu og auknum félagslegum tengslum. Iðkandi skal eiga lögheimili í Reykjavík og verða 67 ára á árinu eða eldri. Gert er ráð fyrir því að einstaklingurinn stundi íþrótt eða tómstundastarf sem stuðli að betri heilsu og hreysti.

Tekjutenging

Mikilvægt er að jafna aðstöðu fólks til skipulagðrar kennslu eða þjálfunar sem stuðlar að betri heilsu og hreysti. Lagt er til að styrkurinn verði tekjutengdur og að miðað verði við tekjumörk þeirra sem fá 50% afslátt af fasteignagjöldum (A50). Árið 2026 næði styrkurinn því til einstaklinga með tekjur upp að 7.980.000 kr. og samskattaðra einstaklinga með tekjur upp að 11.080.000. Tekjuviðmið skulu taka breytingum árlega í samræmi við tekjumörk vegna afsláttar af fasteignagjöldum.

Lýðheilsa

Regluleg hreyfing hefur veruleg jákvæð áhrif á líkamlega og andlega heilsu fólks á efri árum. Hún stuðlar að betri líkamlegri færni, bætir jafnvægi og eykur styrk. Með því getur hreyfing dregið úr líkum á byltum og öðrum heilsufarsvandamálum. Þá hefur þátttaka í skipulögðu íþrótt- og tómstundastarfi einnig félagslegt gildi, þar sem hún eykur tækifæri til félagslegra samskipta og virkni í samfélaginu. Aukin hreysti getur jafnframt stuðlað að því að fólk viðhaldi sjálfstæði sínu lengur og dregið úr þörf fyrir heilbrigðis- og velferðarþjónustu til lengri tíma.

Reynsla

Hafnarfjarðarkaupstaður hefur tekið upp frístundastyrk fyrir eldra fólk með góðum árangri. Reykjanesbær, sem er heilsueflandi sveitarfélag, hefur komið á hvatagreiðslum til að hvetja eldri íbúa til þátttöku í heilsueflandi íþrótt- og tómstundastarfi og efla



almennt heilbrigði og hreysti þessa aldurshóps. Mosfellsbær býður upp á árlega frístundaávísun fyrir eldra fólk og í Sveitarfélaginu Vogum er veittur árlegur frístundastyrkur til íbúa 67 ára og eldri. Tímabært er að Reykjavíkurborg styðji íbúa sína með sambærilegum hætti og hvetji þá til aukinnar þátttöku í heilsueflandi starfi.

