

Motion till riksdagen 2025/26:3324

av **Camilla Brunsberg (M)**

Motion om en förbättrad folkhälsa genom ökad fysisk aktivitet

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att utvidga rutavdraget till att omfatta träningsjänster för att öka tillgängligheten till fysisk aktivitet och tillkännager detta för regeringen.
2. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att stärka det nationella ansvaret för fysisk aktivitet på recept (FaR) genom tydliga rekommendationer, uppföljning och utbildningsinsatser och tillkännager detta för regeringen.
3. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att involvera träningsbranschen i utvecklingen av FaR och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Sverige står inför växande folkhälsoproblem kopplade till fysisk inaktivitet. Hjärt- Lungfonden och Cancerfonden visar att andelen vuxna med hälsovådligt låg kondition har fördubblats på två decennier. Folkhälsomyndigheten beräknar att stillasittande kostade samhället omkring 16,5 miljarder kronor år 2023 – i form av vårdkostnader, sjukskrivningar och produktionsbortfall. De verkliga kostnaderna är sannolikt ännu högre, eftersom inaktivitet ökar risken för en rad folksjukdomar som hjärt-kärlsjukdomar, typ 2-diabetes, cancer och demens.

Att främja fysisk aktivitet är en av de mest kostnadseffektiva insatserna för en bättre folkhälsa. Därför bör staten ge starkare incitament för människor att träna mer:

Ekonomiska drivkrafter: Ett utvidgat RUT-avdrag som omfattar träningstjänster kan göra det mer överkomligt för fler att delta i organiserad träning. På samma sätt som RUT och ROT redan stimulerar tjänster som avlastar och stärker samhället, bör fysisk aktivitet ses som en förebyggande investering i hälsa.

Nationellt ansvar för FaR: Fysisk aktivitet på recept är en etablerad metod som kan ersätta eller komplettera läkemedel. Trots detta varierar användningen kraftigt mellan regionerna och följs sällan upp. För att potentialen ska uppfyllas behövs tydliga nationella riktlinjer från Socialstyrelsen, utbildningsinsatser för vårdpersonal, systematisk uppföljning och transparens i hur många recept som skrivs ut och med vilka resultat.

Samarbete med träningsbranschen: Träningsaktörer har utvecklat professionella metoder för att mäta och följa upp hälsoeffekter. Deras kompetens bör användas mer aktivt i arbetet med FaR för att säkra kvalitet och tillgänglighet.

Genom dessa reformer kan vi bryta den negativa trenden av stillasittande och stärka både individens hälsa och samhällets långsiktiga välfärd.

Camilla Brunsberg (M)