

Motion till riksdagen 2011/12:So624

av **Carina Herrstedt och Mattias Karlsson (SD)**

Fysisk aktivitet för äldre

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om fysisk aktivitet för äldre.

Motivering

Människor i Sverige blir allt äldre. Det är positivt att livslängden ökar; nu är det upp till oss att ge verktyg till att hela livet kan levas. Andelen människor över 85 år har fördubblats de senaste 30 åren och prognosen är att andelen kommer att öka framöver.

Tyvärr präglas många äldre människors sista år av ohälsa. I samhället diskuteras hur vi ska klara av en äldreomsorg med allt fler äldre samt de kostnader som följer denna utveckling. Att förebygga ohälsa bland äldre kommer att bli allt viktigare. Detta sker bäst genom fysisk aktivitet. Träning och fysisk aktivitet, oavsett ålder och grad av funktionsförmåga, ger flera positiva effekter som ökad rörlighet, balans och muskelstyrka. Genom träning kan fallolyckor förebyggas. Fysisk aktivitet bidrar också till ett positivt humör.

Idag erbjuds äldre hemtjänsttimmar och förvandlas till biståndstagare istället för att erbjudas träning av balans, styrka och kondition, vilket bibehåller vitaliteten och självständigheten. Dagens system är både samhällsekonomiskt kostsamt och inhumant då det berövar äldre människor deras livskvalitet och förmåga att leva hela livet.

Riksdagen bör ge regeringen tillkänna att äldre ska erbjudas fysisk aktivitet som är anpassad efter varje individs behov och förmåga.

Stockholm den 4 oktober 2011

Carina Herrstedt (SD)

Mattias Karlsson (SD)