SVERIGES RIKSDAG

Motion till riksdagen 2026/27:2091

av Robert Olesen och Monica Haider (båda S)

Friskvårdsbidrag för seniorer

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att se över möjligheterna att stärka pensionärers hälsa genom incitament till motion och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

En god hälsa ska inte upphöra vid pensioneringen

Att människor lever längre och får fler friska år är en av välfärdssamhällets stora framgångar. Men ett längre liv behöver också innebära möjligheter till ett aktivt, självständigt och socialt meningsfullt liv.

Under arbetslivet har många anställda möjlighet att ta del av ett friskvårdsbidrag genom sin arbetsgivare. Syftet är att främja hälsa, förebygga ohälsa och skapa förutsättningar för fysisk aktivitet. Det är en investering som kan gynna både den enskilda individen och arbetsgivaren. När människor går i pension försvinner ofta denna möjlighet. Samtidigt ökar betydelsen av regelbunden fysisk aktivitet för att bibehålla styrka, balans, rörlighet och självständighet.

Det är därför rimligt att ställa frågan varför samhället uppmuntrar och ekonomiskt underlättar friskvård under arbetslivet, men i betydligt mindre utsträckning när människor blir äldre och behovet av förebyggande insatser ofta är större.

Ekonomin ska inte avgöra möjligheten till ett aktivt liv

För många pensionärer är ekonomin begränsad. Ett gymkort, deltagande i vattengymnastik eller annan organiserad friskvård kan innebära en kostnad på flera hundra kronor i månaden. För den som lever på en låg pension kan sådana utgifter vara svåra att prioritera framför boende, mat, läkemedel och andra nödvändiga levnadskostnader. Det riskerar att skapa ojämlikhet i hälsa där pensionärer med god ekonomi kan investera i sin hälsa medan andra tvingas avstå.

Ett statligt friskvårdsbidrag för seniorer skulle kunna bidra till att minska dessa skillnader och ge fler äldre möjlighet att delta i hälsofrämjande aktiviteter. Det är särskilt angeläget att stödet utformas så att även pensionärer med låga inkomster och personer med begränsade möjligheter att delta i friskvårdsaktiviteter kan ta del av det.

Förebyggande insatser stärker hälsan och kan minska vårdbehoven

Forskning visar att regelbunden fysisk aktivitet har betydande positiva effekter på människors hälsa, även i hög ålder. Motion och rörelse kan bidra till att förebygga fallolyckor, stärka muskler och skelett, förbättra balans och rörlighet samt minska risken för flera kroniska sjukdomar. Fysisk aktivitet har dessutom positiva effekter på det psykiska välbefinnandet. Många aktiviteter skapar också naturliga mötesplatser där äldre får möjlighet att träffa andra människor. Den sociala gemenskapen kan bidra till att motverka ensamhet och isolering, vilket är en viktig del av arbetet för bättre psykisk och fysisk hälsa bland äldre.

Fallolyckor och åldersrelaterade sjukdomar orsakar varje år stort mänskligt lidande och betydande kostnader för hälso- och sjukvården och äldreomsorgen. Genom att investera mer i förebyggande insatser finns möjligheter att på sikt minska behovet av vissa vård- och omsorgsinsatser. Ett friskvårdsbidrag bör därför inte enbart betraktas som ett ekonomiskt stöd till den enskilde, utan också som en möjlig långsiktig investering i folkhälsan.

Ett nationellt friskvårdsbidrag för seniorer

Regeringen bör utreda förutsättningarna för att införa ett statligt finansierat friskvårdsbidrag för pensionärer i hela landet. Ett sådant stöd skulle exempelvis kunna uppgå till 3 000 kronor per person och år och användas till aktiviteter som gymträning, simning, vattengymnastik, gruppträning, dans och andra former av friskvård som är lämpliga för äldre. Den exakta nivån och vilka aktiviteter som ska omfattas bör prövas inom ramen för en utredning.

Utgångspunkten bör vara att systemet är enkelt att använda, tillgängligt i hela landet och utformat så att även pensionärer med begränsade ekonomiska resurser kan delta. För att undvika onödig administration bör möjligheten att använda befintliga digitala system och betalningslösningar undersökas.

En tänkbar modell är att godkända utförare får ersättning direkt från staten genom ett system som administrativt liknar det som används för rot- och rutavdrag. På så sätt skulle pensionären kunna få stödet redan vid betalningstillfället utan att behöva ligga ute med hela kostnaden. Det är samtidigt viktigt att systemet utformas så att även mindre föreningar och ideella organisationer kan medverka och att personer som saknar digital vana inte utestängs.

En investering i ett jämlikt och hållbart samhälle

Sverige behöver utveckla arbetet med förebyggande hälsa. Alltför ofta sätts insatser in först när människor redan blivit sjuka eller förlorat delar av sin självständighet. En stark välfärd handlar inte bara om att ge vård och omsorg när behoven uppstår, utan också om att skapa förutsättningar för människor att hålla sig friska längre.

Ett nationellt friskvårdsbidrag för seniorer skulle kunna bli ett viktigt verktyg i detta arbete. Det skulle ge fler äldre möjlighet till fysisk aktivitet, bidra till social gemenskap och minska de ekonomiska hinder som i dag begränsar många pensionärers möjligheter till ett aktivt liv. Samtidigt skulle det kunna bidra till minskad sjuklighet, färre fallolyckor och ett minskat behov av vård och omsorg.

Ett långt arbetsliv ska följas av möjligheten till ett gott och aktivt liv som pensionär. Den möjligheten ska inte avgöras av storleken på plånboken. Mot denna bakgrund bör regeringen utreda förutsättningarna för att införa ett statligt finansierat friskvårdsbidrag för pensionärer i hela Sverige.

Robert Olesen (S) *Monica Haider (S)*