

## Motion till riksdagen 2013/14:T318

av **Ulrika Carlsson i Skövde och Annika Qarlsson**  
(C)

### Sommartid året runt

#### Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om att Sverige bör införa sommartid året runt.

#### Motivering

Med sommartid året runt kan vi rädda många liv.

Att ställa om till sommartid är livsfarligt. Varje år dör runt 30 svenskar som en direkt följd av den stress som orsakas av att vi ställer fram klockan en timme. Om vi istället gick på sommartid året runt skulle vi få mer solljus – vilket skulle leda till en minskning av antalet depressioner.

Forskning från Karolinska Institutet visar att omställningen av klockan orsakar ett påslag av stress, vilket i sin tur ökar risken för hjärtinfarkt och därmed också dödsfall. Vi har alltså en årligen återkommande händelse där enskilda individers hälsa och i värsta fall liv riskeras. Visserligen "räddas" omkring tio liv när klockan ställs om till normaltid i oktober, men nettoeffekten blir negativ som helhet.

Utslaget på de 1,6 miljarder människor i världen som ställer om sina klockor kan dösoffren räknas i tusentals enbart räknat på fler hjärtinfarkter. Exakt hur den ökade stressen slår mot dödligheten i andra sjukdomar är fortfarande okänt.

Det kan tyckas vara en bagatell om vi ska ställa om klockan eller inte två gånger om året. För de allra flesta är det bara en skön extra timme på hösten eller en förarglig försovning i början av april. Även om det tar tid att ställa om alla klockor i hemmen, skolor och på alla arbetsplatser så är det inte där som orsaken till att ändra till sommartid året om ligger.

**Fel! Okänt namn på**

En av världens ledande professorer i kronobiologi, Till Roenneberg vid Ludwig Maximilian-universitetet i München i Tyskland, menar att samhällskostnaden sannolikt är ohyggligt stor.

Professor Roenneberg jämför med skiftarbetande personers högre representation i många allvarliga sjukdomar. Att ställa om klockan två gånger årligen leder till en "social jetlag" där individer sover allt för kort tid, tvingas vakna med väckarklocka och på sikt riskerar sin hälsa.

Motiveringen till tidsomställningen var ursprungligen att spara energi, vilket det rimligen bör gå att hitta hälsosammare och framförallt effektivare metoder att göra. Enligt en sammanställning från 1999 av EU-kommissionen är besparingen högst marginell, 0,3 procent. Det finns väldigt lite som talar för att siffran i dag skulle vara annorlunda.

Vi menar att Sverige ska sluta ställa om klockan och riskera människors hälsa. Det vore mer motiverat att låta sommartid gälla året runt. Ljus minskar antalet depressioner i samhället och med sommartiden är majoriteten av befolkningen vaken mer under dygnets ljusa tid.

Stockholm den 2 oktober 2013

*Ulrika Carlsson i Skövde (C)*

*Annika Qarlsson (C)*