

Enskild motion

## Motion till riksdagen 2015/16:1024

av Jasenko Omanovic och Kristina Nilsson (båda S)

### Kondition och hälsa

---

#### **Förslag till riksdagsbeslut**

1. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om vikten av fysisk aktivitet i skolan och tillkännager detta för regeringen.

#### **Motivering**

Konditionen är den enskilt viktigaste faktorn för en bättre hälsa. Man behöver inte vara expert för att förstå det starka sambandet mellan friska och hälsosamma människor å ena sidan och hög arbetskapacitet och låg sjukfrånvaro å andra sidan. Humankapitalet är viktigt både för att kunna producera konkurrensmässiga varor och för att minska de alltmer galopperande sjukvårdskostnaderna. Världshälsoorganisationen (WHO) har gjort en beräkning att 50 procent av sjukvårdskostnaderna i Sverige 2010 är livsstilsrelaterade. Det innebär att de enkelt skulle kunna förebyggas med ett mer hälsosamt leverne. Prognosen för 2020 är 70 procent om vi inte omgående och radikalt ändrar vår nuvarande livsstil. Mer av fysisk aktivitet är därför det enklaste och billigaste receptet för att undvika en samhällsekonomisk katastrof inom en snar framtid.

Vi vet också att bra kondition bl.a. förbättrar inlärningsförmågan hos barn och ungdomar, höjer förmågan att vara koncentrerad, minskar risken för cancer, sänker blodtrycket och minskar risken för hjärt- och kärlsjukdomar avsevärt.

Fysisk aktivitet tillsammans med en rökfri miljö är A och O för ett lönsammare samhälle. Vår erfarenhet är dock att det fortfarande, trots 30 års upplysningskampanjer, endast är ca 20 procent av den vuxna befolkningen och ca 40 procent av barn och ungdomar mellan 10 och 16 år som, ur konditionssynpunkt, är tillräckligt fysiskt aktiva på sin fritid.

*Jasenko Omanovic (S)*

*Kristina Nilsson (S)*