

## Motion till riksdagen 2025/26:1960

av **Mattias Vepsä och Mathias Tegnér (båda S)**

# Folkhälsolyft för jämlik hälsa och ökad motståndskraft

---

## Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att överväga att ta initiativ till ett folkhälsolyft för Sverige och tillkännager detta för regeringen.
2. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att överväga att införa en folkhälsolag och tillkännager detta för regeringen.
3. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att överväga att säkerställa riktade hälsosamtal i alla regioner och tillkännager detta för regeringen.
4. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att överväga att genomföra ett kunskapslyft inom folkhälsa och tillkännager detta för regeringen.
5. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att överväga att utreda en "livstimme" och garantera friskvårdsstöd och tillkännager detta för regeringen.
6. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att överväga att ta fram en nationell strategi för hälsosamma matvanor och tillkännager detta för regeringen.
7. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att överväga att ta fram en nationell strategi för fysisk aktivitet och minskat stillasittande och tillkännager detta för regeringen.
8. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att överväga att stärka civilsamhällets långsiktiga arbete för folkhälsan och tillkännager detta för regeringen.

## Motivering

Klassamhället i Sverige skördar liv. Skillnaderna i livslängd och hälsa växer snabbt. Enligt ny statistik har livslängdsklyftan mellan hög- och låginkomsttagare tredubblats sedan 1960-talet: för män från drygt tre år till nästan 11 år, och för kvinnor från knappt fyra år till cirka 8,6 år. Barn i utsatta områden drabbas i betydligt högre grad av

sjukdomar, psykisk ohälsa och kortare liv än jämnåriga i mer välbärgade delar av landet.

Att födas i en familj med föräldrar med kort utbildning och låg inkomst ska inte betyda att man får ett kortare och sjukare liv. Ojämligheten i hälsa är en rättvisefråga – men också en avgörande fråga för välfärdens hållbarhet, arbetskraftsförsörjning och Sveriges långsiktiga motståndskraft.

Det hinner hända mycket på elva år. Du ser barnen växa upp, samhället förändras och det hinner komma nya tekniska lösningar. Det vi vet är att man inte vill missa en sekund. Livet är fantastiskt och vi menar att det är en enorm orättvisa att vi accepterar att skillnaderna i livslängd och hälsa tillåts växa.

Vi ser att en rad negativa trender förstärker varandra. Barn och unga mår allt sämre och den psykiska ohälsan ökar snabbt. Förskrivningen av antidepressiva mediciner stiger och många rapporterar hög stress redan i skolåldern. Övervikt och stillasittande ökar i alla åldersgrupper, vilket leder till fler fall av diabetes typ 2, hjärt- och kärlsjukdomar och förtida död.

Stressrelaterad sjukfrånvaro är en av de vanligaste orsakerna till sjukskrivning, särskilt bland kvinnor i välfärdsyrken.

Detta påverkar såklart hela vårt samhälle men en för oss allvarlig brist är att den sämre folkhälsan till och med hotar vår försvarsförmåga: Endast var tredje ung svensk är idag tillräckligt frisk för att kallas till mönstring.

Utredningen SOU 2023:29 Varje rörelse räknas visar att svenskarna tillbringar omkring 70 procent av sin vakna tid stillasittande och att endast två av tio barn uppnår rekommenderad fysisk aktivitet på minst 60 minuter per dag. För 15-åriga flickor är siffran ännu lägre. Barn från hushåll med lägre inkomster och utbildning rör sig markant mindre än barn från resursstarka familjer.

Den nya PNAS-studien (2025) visar att ökningen av livslängdsklyftorna framför allt beror på skillnader i förebyggbara dödsorsaker: hjärt- och kärlsjukdomar, rökrelaterade sjukdomar, ohälsosamma matvanor och brist på fysisk aktivitet. Studien slår fast att höginkomsttagare snabbare kunnat förändra sina livsstilar i linje med ny hälsokunskap, medan låginkomsttagare oftare mött strukturella hinder som gör det svårare att leva hälsosamt. Resultatet blir att ohälsan växer i redan utsatta grupper, och skillnaderna i livslängd blir allt större.

Samhällskostnaderna för den växande ohälsan är enorma. Livsstilsrelaterad sjuklighet kostar mellan 40 och 55 miljarder kronor årligen. Bara en minskning med tio procent i ohälsosamma levnadsvanor skulle frigöra över 20 miljarder kronor på tio år – samtidigt som tiotusentals fler människor skulle få längre och friskare liv.

Trots detta satsas endast omkring tre procent av världens resurser på förebyggande insatser. Folkhälsoarbetet är splittrat och saknar tydliga nationella mål, samordning och långsiktighet. Enligt både SOU 2023:29 och PNAS-studien krävs strukturella reformer: samhällsplanering, skolmiljöer, transportsystem och arbetsliv måste främja vardagsrörelse och hälsosamma levnadsvanor. Informationskampanjer och individuella uppmaningar räcker inte – prevention måste byggas in i samhällsstrukturen.

Ohälsa går i arv och påverkas av hur vi lever våra liv. Inkomst och utbildning ger möjligheter att leva bättre liv. Men ohälsa hör också samman med vilket arbete man har, stillasittande eller tunga arbeten, arbete på obekväma arbetstider och skift, tillfälliga anställningar eller korta påhugg. Vi vet att klassiska arbetaryrken sliter hårdare och många drabbas av förslitning eller utbrändhet. Just i dessa sektorer är tillgång till friskvård eller företagshälsa sämre. Det finns flera intressanta lösningar. Några företag

och kommuner har genomfört försök där anställda ges en timme för att träna, delta i en träning med barnen eller på annat vis hämta energi. Andra jobbar aktivt med att erbjuda friskvård och god företagshälsa. Vi vet att vi måste göra mer för att skapa ett hållbart arbetsliv.

Vi vill se ett folkhälsolyft för ett mer motståndskraftigt Sverige och där vi tar ett samlat grepp för att nå de högt ställda politiska målen.

För att bryta de växande hälsoklyftorna och stärka hela befolkningens motståndskraft föreslår vi ett samlat program:

- Inför en folkhälsolag  
En ramlag som samlar folkhälsoarbetet, tydliggör ansvarsfördelningen och sätter upp nationella mål. Norge, Finland och Danmark har redan liknande lagar.
- Riktade hälsosamtal i hela landet  
Alla regioner ska erbjuda systematiska hälsosamtal och stärka preventionen i primärvården, inklusive fysisk aktivitet på recept (FaR).
- Kunskapslyft i folkhälsa  
Folkhälsa ska vara en obligatorisk del av utbildningar inom vård, omsorg och pedagogik. Kunskap om levnadsvanor behöver spridas i förskola och skola och på MVC och BVC.
- Livstimme och friskvårdsstöd på arbetsplatser  
Offentlig sektor ska garantera friskvård för alla anställda. En ”livstimme” i veckan för rörelse, återhämtning eller ideellt engagemang bör utredas.
- Nationell strategi för hälsosamma matvanor  
Minska marknadsföring av ohälsosamma livsmedel till barn, stärk livsmedelsmärkning och använd skatter och subventioner som styrmedel för bättre matvanor.
- Nationell strategi för fysisk aktivitet och minskat stillasittande  
I linje med SOU 2023:29: tydliga mål, ansvarsfördelning mellan statliga myndigheter, regioner och kommuner samt ett nationellt kompetenscentrum. Fokus på skolmiljöer, samhällsplanering, transporter och arbetsliv.
- Stärk civilsamhällets roll  
Säkerställ och skapa ett långsiktigt stöd till organisationer och folkrörelser som i sin verksamhet jobbar med att engagera flera i folkhälsoarbete och rörelse och bildningsinsatser. Det kan handla om friluftslivets organisationer, folkbildningen och idrottsrörelsen men också andra civilsamhällesorganisationer. Att ge Fritidsbanken möjligheter att växa och finnas i hela landet kan vara avgörande för att sänka trösklarna in i ett aktivt liv genom att man kan låna utrustning gratis.

Vi kan inte acceptera att klassbakgrund och inkomst avgör hur länge och hur friskt man får leva. Livslängdsklyftan på upp till 11 år mellan de rikaste och de fattigaste är inte en naturlag – det är resultatet av politiska beslut. SD-regeringens politik riskerar nu att driva oss allt längre från det av riksdagen fastslagna målet för folkhälsopolitiken som innebär ”att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation.”

Vi föreslår därför ett folkhälsolyft för Sverige: en ny folkhälsolag, jämlik prevention i hela landet, en strategi för rörelse och matvanor samt långsiktiga investeringar i civilsamhället. Det är så vi bygger ett starkare, friskare och mer jämlikt Sverige.

*Mattias Vepsä (S)*

*Mathias Tegnér (S)*