SVERIGES RIKSDAG

Motion till riksdagen 2026/27:633

av Gustaf Göthberg (M)

Avskaffande av tidsomställningen

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att Sverige och EU ska återgå till normaltid utan årliga tidsomställningar och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Sedan 1980 ställer Sverige varje vår fram klockan till sommartid och varje höst tillbaka till normaltid. Tanken var att bättre ta tillvara de ljusa sommarkvällarna, till priset av mörkare morgnar. Sedan EU samordnade systemet 1996 gäller sommartid från den sista söndagen i mars till den sista söndagen i oktober. Vi lever alltså med avvikande tid i cirka sju månader om året och har normaltid i endast fem.

Det som började som en praktisk justering har blivit en återkommande belastning för människor och samhälle, utan att de ursprungliga motiven längre står sig.

Energibesparingen, som var det främsta argumentet när sommartid infördes, har visat sig marginell. Moderna belysnings- och uppvärmningsmönster gör att vinsten är försumbar eller obefintlig. Det har även EU-kommissionen konstaterat i sitt underlag.

Samtidigt finns det välgrundade skäl att tro att omställningen skadar hälsan. Vårens omställning innebär en timmes förlorad sömn och rubbar den biologiska dygnsrytmen, och det kan ta flera veckor innan kroppen anpassat sig. Svenska registerstudier har visat att antalet hjärtinfarkter ökar med cirka fem procent under veckan efter vårens omställning. Det drabbar särskilt personer som redan är i riskzonen för hjärt-

kärlsjukdom. Sömnbrist och rubbad dygnsrytm försämrar dessutom koncentrationen, vilket kan märkas i form av fler trafik- och arbetsplatsolyckor, ökad sjukfrånvaro och lägre produktivitet, med kostnader för både enskilda och företag. Även viltolyckorna har visat sig öka när trafiken plötsligt infaller på andra tider än djurens vanor.

Särskilt för Sveriges del finns det skäl att välja normaltid framför permanent sommartid. Normaltid följer solens gång och är den tid som bäst stämmer överens med människans biologi. Med vårt nordliga läge är skillnaderna mellan ljusa och mörka årstider betydligt större än i södra Europa. Skulle sommartiden i stället göras permanent skulle solen under vintermånaderna gå upp i södra och mellersta Sverige först närmare klockan tio. Barn och ungdomar skulle då ta sig till skolan, och många vuxna till jobbet, i mörker under stora delar av vintern. Under sommartid infaller dessutom solens högsta punkt i stora delar av landet närmare klockan 13 än klockan 12. Sömnforskare och internationella sömnmedicinska organisationer förordar därför permanent normaltid framför permanent sommartid.

Frågan har sedan länge brett folkligt stöd. I EU:s öppna samråd 2018 deltog över 4,5 miljoner människor, och en stor majoritet ville avskaffa tidsomställningen. Europaparlamentet röstade i mars 2019 för att slopa dem, efter ett förslag från kommissionen som föregicks av ett finskt medborgarinitiativ. Sedan dess har frågan i praktiken stått stilla i ministerrådet, där medlemsländerna väntat på varandra. Spanien har så sent som 2025 på nytt krävt att systemet avskaffas, vilket visar att frågan är levande. Därför bör Sverige agera aktivt, i stället för att avvakta.

Ett avskaffande måste samordnas, så att Europa inte får ett lapptäcke av tidszoner som försvårar handel, transporter och resande. Sverige bör därför ta initiativ, i första hand tillsammans med de nordiska länderna och i Nordiska rådet, för att driva på arbetet inom EU.

Gustaf Göthberg (M)