

**Från:** [Johnny Johansson](#)  
**Till:** [Region Örebro län](#)  
**Datum:** den 24 september 2025 12:18:59

---

**Observera:** Det här e-postmeddelandet kommer från en avsändare utanför organisationen. Klicka inte på länkar och öppna inte bilagor om du inte känner igen avsändaren och vet att innehållet är säkert.

#### Medborgarförslag

Jag vill föreslå att det införs ett " friskvårds kort" för 80+. Detta för att när man kommer upp i den åldern kommer många sjukdomar och det är svårt att uppnå en god hälsa. När man är yngre uppmuntras man av arbetsgivaren att hålla sig i form. Man försöker efter pensionering att fortsätta med träning, men det är inget som uppmuntrar till detta. Därför föreslår jag att man inför ett friskvårds kort för att uppmuntra till ett fortsatt träning på något jym ex Frisk och Svettis som är ett anläggning som inte är vinstdrivande. För att kunna ta del av detta kort bör man kunna söka det på vårdcentralen och vara personlig och kostnadsfritt. Det kommer att minska sjukvårdskostnader för regionen för 80+. Detta för att kunna få 80+ att kunna hålla sig friska och inte behöva söka sig till sjukvården i första taget.

Mvh  
Johnny Johansson