Svenska Folkdansringen

PRESSMEDDELANDE

2026-06-05

Folkhälsomyndigheten satsar 1,4 miljoner på dans mot ensamhet bland äldre

Dans mot ensamhet och stillasittande – ny nationell satsning för äldre

Svenska Folkdansringen får 1,4 miljoner kronor från Folkhälsomyndigheten för att starta *Dans för livet* – en nationell satsning som ska hjälpa äldre att må bättre genom rörelse, gemenskap och dans. Projektet riktar sig både till äldre som bor hemma och till personer på äldreboenden och är det första i sitt slag.

Ensamhet, fysisk inaktivitet och fallskador är stora utmaningar för Sveriges äldre. Genom *Dans för livet* vill Svenska Folkdansringen utveckla och sprida dansformer som stärker både fysisk hälsa och social gemenskap.

Med stödet kan nu ett omfattande arbete med att utveckla och sprida anpassade dansaktiviteter över hela landet startas. Genom utbildning av dansledare, framtagning av material samt samverkan med lokala föreningar och fysioterapeuter ska projektet skapa långsiktiga möjligheter för äldre att delta i regelbundna rörelseaktiviteter.

– Det här är ett viktigt erkännande av den kraft som finns i vår organisation. Folkdansringens styrka ligger i att vi är en nationell folkrörelse med lokala föreningar i hela landet. Det är just den kombinationen av lokal förankring och nationell samordning som gör det möjligt att genomföra stora utvecklingsprojekt och söka den här typen av bidrag, säger Hans Lindholm Öjmyr, ordförande i Svenska Folkdansringen.

Projektet bygger på Folkdansringens långa erfarenhet av dans som främjar både fysisk aktivitet och social gemenskap. Genom den nationella organisationen kan metoder och erfarenheter spridas mellan föreningar och nå människor i både större städer och mindre orter.

De första pilotverksamheterna i *Dans för livet* startar under hösten och kommer att genomföras tillsammans med Svenska Folkdansringens föreningar i flera delar av landet.

Projektet planeras omfatta cirka 800-1200 äldre deltagare i rörelse- och dansaktiviteter samt utbilda 50-70 dansledare i föreningar runt om i Sverige.