

TRENDSCOPE

10 TRENDER

UPPDATERAD 4 JULI 2026

Rörelseintegrerad organisationsutveckling för hållbara arbetsplatser

Strategier för att integrera fysisk rörelse i arbetsplatsens struktur och kultur för att förbättra medarbetarnas hälsa och företagets produktivitet.

● Mikro ● Makro ● Mega

MIKROTREND

Implementering av UP150-modellen för rörelsevänliga arbetsplatser

Antagande av evidensbaserade ramverk som UP150-modellen för att systematiskt minska stillasittande. Företag går från ad-hoc-aktiviteter till att implementera strukturerade modeller som integrerar fysisk aktivitet i den dagliga arbetsrytmen för att öka produktivitet och kultur.

Effektivisering

Halsa

Innovation

1 OBSERVATION · SENAST 4 JULI 2026

Integrating Movement into the Workplace: Strategies for ...

paamovewithus.org

Integrating physical activity into the workplace

frontiersin.org

MIKROTREND

Datadriven rörelseanalys för arbetsmiljöanpassning

Användning av data för att kartlägga stillasittande och rörelsemönster i realtid blir en del av HR-analys. Företag använder insikter för att proaktivt designa arbetsplatser och scheman som minskar stillasittande, vilket svarar mot skärpta krav på arbetsanpassning och hälsofrämjande åtgärder.

Digitalisering

Halsa

Effektivisering

1 OBSERVATION · SENAST 4 JULI 2026

Arbetsmiljönytt Q2 2026 – Aktuella uppdateringar från ...

halsomedicinsktcenter.se

An intervention to reduce sitting and increase light-intensity ...

pubmed.ncbi.nlm.nih.gov

HR-trender 2026: AI, data och medarbetarupplevelse ...

eletive.com

MIKROTREND

Strukturell rörelseplanering i hybridarbete

När arbetsplatser blir mer digitala och hybrida, formaliseras rörelse i den virtuella kulturen. Organisationer implementerar nu obligatoriska rörelsepauser i digitala möten och utformar fysiska kontor för att aktivt motverka stillasittande, snarare än att bara erbjuda ergonomiska möbler.

Digitalisering

Effektivisering

1 OBSERVATION · SENAST 4 JULI 2026

Missade du vår digitala kickoff för rörelseåret 2026? Stillasittandet hotar både hälsa och välbefinnande och nu behöver alla delar av samhället hjälpas åt att främja rörelse. Den 10 februari höll vi... | Folkhälsomyndigheten

se.linkedin.com

Kraftsamling för ökad rörelse 2026 – förberedelserna är igång — Folkhälsomyndigheten

folkhalsomyndigheten.se

Integrating Movement into the Workplace: Strategies for ...

paamovewithus.org

MAKROTREND

Skärpta krav på arbetsgivare för rörelsefrämjande arbetsmiljö

En ny utredning föreslår skärpt lagstiftning som ställer högre krav på arbetsgivare att aktivt ge medarbetare möjlighet till fysisk aktivitet och variation under arbetsdagen. Detta innebär att företagshälsan och arbetsgivare behöver utveckla och implementera strategier för att integrera rörelse i dagliga rutiner, snarare än att enbart fokusera på träningsförmåner. Det handlar om att...

Reglering

Arbetskraft

Hallbarhet

2 OBSERVATIONER · SENAST 4 JULI 2026

Nya riktlinjer för fysisk aktivitet | Falckkund.falcksverige.se**Förslag: Skärpt lag för mer fysisk aktivitet | Sveriges Företagshälsor**foretagshalsor.se**Regeringen lanserar Rörelseåret 2026 för ökad rörelse**regeringen.se

MEGATREND

Statligt driven standardisering via Rörelseåret 2026

Regeringens nationella kraftsamling för 2026-2030 skapar ett ökat tryck på arbetsgivare att implementera rörelsefrämjande åtgärder. Detta driver en marknad för företag som kan erbjuda skalbara modeller för att minska stillasittande i enlighet med de nya nationella målen.

Reglering

Politik

Halsa

1 OBSERVATION · SENAST 4 JULI 2026

Regeringen lanserar Rörelseåret 2026 för ökad rörelse

regeringen.se

Främja rörelse - Regional utveckling Kalmar län

utveckling.regionkalmar.se

Regeringen lanserar Rörelseåret 2026

buzzter.se

MIKROTREND

Multilevel Workplace Interventions (MWI) för beteendeförändring

En skiftning sker mot interventioner som kombinerar fysisk miljö (t.ex. dynamiska arbetsstationer) med organisatoriska policyer och beteendestöd. Fokus ligger på att skapa en 'följsamhet' i organisationen där rörelse blir en naturlig del av arbetsflödet snarare än ett frivilligt val för individen.

Innovation

Teknik

Arbetskraft

1 OBSERVATION · SENAST 4 JULI 2026

An intervention to reduce sitting and increase light-intensity ...

[pmc.ncbi.nlm.nih.gov](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/)

Från implementering till följsamhet

diva-portal.org

Implementing Movement at the Workplace: Approaches to ...

stacks.cdc.gov

MAKROTREND

Nationell kraftsamling för integrerad vardagsrörelse i Sverige

Sverige lanserar 'Rörelseåret 2026', en nationell satsning för att öka den dagliga fysiska aktiviteten. Detta innebär ett samarbete mellan regering, Folkhälsomyndigheten, kommuner och regioner för att integrera fysisk aktivitet i arbetsliv, fritid, utbildning, hälso- och sjukvård samt stadsplanering, med särskilt fokus på personer med funktionsnedsättning.

Politik

Hallbarhet

Reglering

2 OBSERVATIONER · SENAST 4 JULI 2026

Varje rörelse räknas – hur skapar vi ett samhälle som främjar fysisk aktivitet? - Regeringen.se
regeringen.se

Främjande av hälsa – förebyggande av sjukdom och ohälsa (Motion 2024/25:3055 av Ulrika Westerlund m.fl. (MP)) | Sveriges riksdag
riksdagen.se

Nya uppdrag för att gynna den fysiska aktiviteten i befolkningen – Läkartidningen
lakartidningen.se

MAKROTREND

Koppling mellan folkhälsoinitiativ och regional omställningskraft

Regioner och kommuner integrerar hälsofrämjande rörelseinsatser i sina strategier för regional utveckling och omställning vid varsel. Detta skapar en ny affärsmöjlighet för konsulter inom organisationsutveckling att paketera hälsofrämjande insatser som en del av företagsstöd och kompetensbevarande.

Politik

Hallbarhet

Arbetskraft

1 OBSERVATION · SENAST 4 JULI 2026

Uppdrag att bistå regioner och kommuner vid varsel och ...

tillvaxtverket.se

Främja rörelse - Regional utveckling Kalmar län

utveckling.regionkalmar.se

MIKROTREND

Akademisering av hälsofrämjande ledarskap

En ny våg av uppdragsutbildningar, såsom Karolinska Institutets satsning 2026, professionaliserar rollen som hälsoansvarig på företag. Fokus skiftar från enkla friskvårdsbidrag till evidensbaserad design av arbetsmiljöer som främjar fysisk aktivitet.

Innovation

Arbetskraft

Halsa

1 OBSERVATION · SENAST 4 JULI 2026

Ny uppdragsutbildning på KI ska stärka företags hälsoarbete

nyheter.ki.se

MIKROTREND

FaR (Fysisk aktivitet på recept) som strategiskt verktyg i företagshälsan

Företagshälsovården skiftar fokus mot att använda FaR som en strukturerad metod för att minska sjukfrånvaro kopplad till stillasittande arbete. Det innebär att rörelse blir en del av den medicinska och organisatoriska uppföljningen av medarbetarnas arbetsförmåga.

Halsa

Effektivisering

1 OBSERVATION · SENAST 4 JULI 2026

Stillasittande arbete och FaR i företagshälsanavonova.se**Arbetslivet – så här kan rörelse främjas**foretagshalsor.se