

# REGIONENS NERVSYSTEM

DOKUMENT: TAK-405 Sammanfattning  
FRÅN: Global Governance Frameworks

DATUM: 2025-12-08  
TYP: Ansökan om externt finansierad pilot

Stockholm kan bli den första huvudstaden i världen som integrerar civilförsvarspsykologi i kollektivtrafikens vardagsdesign — helt finansierat externt utan att belasta ordinarie trafikbudget.

## Problemformulering

Region Stockholm betalar **två gånger för samma medborgare**: först för en stressframkallande pendlingsmiljö (Trafiknämnden), sedan för stressrelaterad ohälsa (Hälso- och sjukvårdsnämnden). Årliga kostnader för stressrelaterad sjukfrånvaro uppskattas till 3+ miljarder kronor.

Samtidigt kräver MSB:s totalförsvarsdoktrin (2024:1032) ökad psykologisk motståndskraft i befolkningen. Om vi inte kan upprätthålla resiliens under normal pendling, hur ska vi klara verkliga kriser?

## Lösning: fyra konkreta pilotprojekt

### A. Vila-vagnen (Norrvort)

- Sträcka:** Roslagsbanan
- Tid:** Endast lågtrafik (09–15, efter 19)
- Design:** Dämpat ljus, naturljud, "Prioriterad för den som behöver vila"-säten
- Kostnad:** Minimal (passiv design)

### B. Återhämtningslinjen (Söderort/Järva)

- Sträcka:** Stombuss 172/173 eller Blå Linjen
- Design:** Biophilic bus (växter, circadian lighting)
- Syfte:** Jämlig hälsa för ytterstadspendlare
- Krav:** Parallel lancering med Pilot A

### C. Friskvårdspunkter (Digital)

- Koncept:** SL-app + stegräknare
- Belöning:** Poäng för att gå sista hållplatsen
- Effekt:** "Peak shaving" utan ny infrastruktur
- Kostnad:** App-uppdatering

### D. 7-8 minutersregeln (Osynlig)

- Koncept:** Algoritm förlänger väntetid 4 → 7 min
- Grund:** Parasympatiskt nervsystem aktiveras efter ~7 min
- Framing:** "Punktighetsbuffert-test"
- Kostnad:** Noll (perfekt A/B-test)

## Finansiering: budgetneutral genom extern finansiering

Källa	Andel	Motivering
MSB (Psykologiskt Försvar)	40%	Civil beredskap och resiliens
EU (Wellbeing Economy)	40%	Interreg/Horizon-program för tvärsektoriell innovation
Regionens Innovationsfond	15%	Medfinansiering av utvärdering
Kunskapspartners (försäkring)	5%	Tillgång till anonymiseras preventiv hälsodata

Ingen omfördelning från ordinarie trafikbudget. Projektet drivs som fristående innovationspilot.

## Tidslinje och genomförande

**Fas 1 (3 mån):** Ansökningar MSB/EU, design, samråd SEKO

**Fas 2 (12 mån):** Alla fyra piloter parallellt + kontinuerlig datainsamling

**Fas 3 (6 mån):** Utvärdering via KI/KTH/SU, rapportering, rekommendationer

## Akademisk kunskapsplattform

Piloten etableras som **öppen forskningsplattform** där Stockholms tre universitet (KI, KTH, SU) får tillgång till anonymisera data för examensarbeten och publikationer. Detta ger:

- Gratis högkvalitativ analys från studenter och forskare
- Akademiska constituencies som försvarar projektet politiskt
- Internationella publikationer som stärker Stockholms innovationsprofil
- Möjlighet till fortsatt EU-finansiering via Horizon-programmen

## Internationell positionering

Luxembourg, Helsingfors och Tokyo har testat enskilda element. Stockholm blir den **första huvudstaden med systematisk integration av civilförsvarspsykologi i kollektivtrafiken**.

Detta öppnar för:

- UNESCO Creative Cities-erkänning
- C40 Cities Climate Leadership-profilering
- WHO Healthy Cities Network-ledarskap
- EU Wellbeing Economy lighthouse project-status

## Risker och motåtgärder

Risk	Motåtgärd
Kapacitetsminskning	Pilot endast lågtrafik; auto-avaktivering vid >80% beläggning
Arbetsmiljö (tågvärder som "polis")	Nudging-design utan krav på personalingripande; tidigt SEKO-samråd
Jämlikhetsproblem	Samtidig lansering Norrtälje + Söderort/Järva är absolut krav
Inga mätbara resultat	Även nollresultat värdefullt för evidensbaserad policy; transparens ger trovärdighet

## Varför detta är viktigt nu

Detta är inte bara ett trafikprojekt. Det är ett test av om svensk förvaltning kan tänka systemiskt nog för 2000-talets utmaningar — och om totalförsvarets doktriner faktiskt fungerar i fredstid.

Genom extern finansiering och begränsning till lågtrafik skapas en "**riskfri sandlåda**" där infrastrukturen kan testa om den kan *bygga hälsa* istället för att bara *konsumera* den.

**Rekommenderad åtgärd:** Ge mandat att söka extern finansiering (MSB + EU) för 21-månaders pilot med utvärdering via akademisk plattform.

---

### Björn Kenneth Holmström

Grundare, Global Governance Frameworks  
[globalgovernanceframeworks.org](http://globalgovernanceframeworks.org)