



Stockholmarna har mest skärmtid bland storstäderna

En ny undersökning visar intressanta skillnader i skärmtid bland invånare i Sveriges tre största städer: Stockholm, Göteborg och Malmö. Analysen visar att Stockholms invånare spenderar mest tid framför skärmar, medan Malmöbor har minst skärmtid.

Stockholm - Skärmtidens huvudstad

Med ett genomsnittligt värde på 19 timmar och 15 minuter per vecka, toppar Stockholm listan över mest skärmtid. Studien avslöjar också en betydande variation i skärmtid bland stockholmare, med en standardavvikelse på 84,06. Detta indikerar att medan vissa invånare tillbringar extremt mycket tid framför sina skärmar, finns det också de som spenderar väldigt lite tid.

Göteborg - En medelväg

Göteborgs invånare ligger i mitten av skalan med en genomsnittlig skärmtid på 18 timmar per vecka. Standardavvikelsen är lägre än i Stockholm, vilket tyder på en mer liknande fördelning av skärmtid bland göteborgare.

Malmö - Den lägre ändan

Malmöborna har den lägsta genomsnittliga skärmtiden, med 17 timmar och 30 minuter per vecka. Den lägre standardavvikelsen (23,94) tyder också på att invånarnas skärmtidsvanor är mer lika varandra jämfört med de andra städerna.

Sammanfattning av resultaten:

- Stockholm: Högsta genomsnittliga skärmtiden med stora variationer.
 - Göteborg: Medelhög skärmtid med enhetliga vanor.
 - Malmö: Lägsta skärmtiden med minst variation.
- *Det pratas mycket om barns skärmtid, men det är minst lika viktigt att reflektera över hur vi vuxna använder skärmar. Skärmar som åker fram i tid och otid kan skapa irritation i familjer, både för barnen och de vuxna. Särskilt för Stockholmsföräldrar kan det vara läge att reflektera över sin skärmtid, eller höra med en Malmövän för tips på hur man kan använda skärmen mer balanserat, säger Rosanna Norman, hållbarhetsexpert på Tele2.*

Skärmutmaningen

För att på ett roligt sätt hjälpa familjer att hitta en bra balans för skärmtid har Tele2 tagit fram [Skärmutmaningen](#). En utmaning man kan göra tillsammans i familjen för att sätta gemensamma riktlinjer och hitta bra sätt att göra saker på ihop - både helt utan skärmar men även med skärmarna som ett hjälpmedel för gemensamma aktiviteter.

[Ladda ner skärmutmaningen här \(pdf\)](#)

Metod

Denna analys baseras på insamlade svar om från invånare i Stockholm, Göteborg och Malmö för att förstå regionala skillnader i skärmtidsanvändning under ledig/privat tid. Syftet är att belysa hur

teknologianvändning varierar i olika delar av landet och vilka faktorer som kan bidra till dessa skillnader.

Om undersökningen

Undersökningen från Tele2 genomfördes i Kantar Media webbpanel (Sifopanelen) under perioden 29 april–7 maj 2024. Totalt intervjuades 1013 personer som har barn mellan 2–18 år i hushållet. Webbpanelen är riksrepresentativt rekryterad utifrån slumpmässiga urval. Det förekommer ingen självrekrytering i Kantar Medias webbpanel (Sifopanelen).

För mer information, vänligen kontakta:

Jessica Hjalmered, Senior Communication Manager, Tele2, +46 (0)8 121 47 400 / jessica.hjalmered@tele2.com

Följ Tele2 på vårt pressrum: www.tele2.com/sv/media

Om Tele2

Tele2 är ett ledande telekombolag med syfte att möjliggöra ett samhälle med obegränsade möjligheter. Genom våra nätverk och tjänster — som sträcker sig från bredband, datanät, mobil- och fast telefoni till TV, streaming och globala IoT-tjänster — är vi djupt sammankopplade med alla delar av dagens digitala livsstil. Genom att göra vår infrastruktur mer kraftfull, säker och hållbar möjliggör vi samma slags utveckling av samhället. Tele2 grundades 1993 och är noterat på Nasdaq Stockholm. Under 2023 omsatte bolaget 29 miljarder kronor, med en underliggande EBITDAaL på 10 miljarder kronor. För de senaste nyheterna och finansiella definitioner, vänligen se vår hemsida www.tele2.com.