

Kultur- och fritidsvanor på Åland 2025

En återgång till läget innan pandemin

RAPPORT 2025:3



ÅSUB rapportserie

I ÅSUBs rapportserie publiceras resultatet från ÅSUBs utredningsverksamhet och forskning. Det samhällsekonomiska området är centralt men verksamheten omfattar även många andra samhällsområden. ÅSUBs metodkompetens är särskilt inriktad mot ekonomiska lägesanalyser, prognoser, ekonomisk modellutveckling, surveyundersökningar samt utvärdering av politikinsatser. Utrednings- och forskningsverksamheten är i huvudsak uppdragsfinansierad och har kunder både inom Åland och internationellt.

De senaste rapporterna från ÅSUB

2022:7	Kollektivtrafik på Åland 2022
2023:1	Konjunkturläget våren 2023
2023:2	Arbetsmarknadsbarometern 2023
2024:1	Medborgarundersökning Mariehamn – hösten 2023
2024:2	Ekonomisk utsatthet och social trygghet 2021
2024:3	Konjunkturläget våren 2024
2024:4	Turismens samhällsekonomiska betydelse för Åland 2023
2024:5	Arbetsmarknadsbarometern 2024
2024:6	Tidsanvändning 2024. En studie om hur mycket tid åländska kvinnor och män lägger på obetalt hem-, hus- och omsorgsarbete
2024:7	Flyttorsaker 2024. En studie om varför man flyttar från Åland
2025:1	Konjunkturläget våren 2025
2025:2	Arbetsmarknadsbarometern 2025

För upplysningar:

Mina Rosenqvist, +358 18 25494
fornamn.efternamn@asub.ax



<https://www.facebook.com/AASUB>



https://www.instagram.com/asub_statistik_utredning



<https://se.linkedin.com/company/aland-statistik-utredning-asub>

ISSN 1455-3147 (print)

ISSN 2737-078X (online)

Förord

ÅSUB har haft i uppdrag av landskapsregeringen att undersöka kultur- och fritidsvanorna på Åland 2025. Rapporten är den femte undersökningen om aktiviteter under fritiden för de som bor på Åland och följer upp utvecklingen efter pandemiåren. De fyra tidigare rapporterna publicerades 2001, 2008, 2014 och 2021 (ÅSUB Rapport 2021:6). Den föregående rapporten omfattade kultur- och fritidsvanorna 2020 då restriktioner under pandemin påverkade möjligheterna för utövande av aktiviteter.

Rapporterna är avsedda att användas som underlag för beslut såväl inom landskapsförvaltningen som inom den kommunala sektorn, men kan även stöda prioriteringar och strategier inom enskilda organisationer. Den här rapporten ger även svar på hur förutsättningarna för utövandet av kultur- och fritidsvanor utvecklats efter pandemin, vilka vanor från pandemitiden har de bosatta hållit fast vid och inom vilka områden har vanorna återgått till tidigare mönster? Varje underökning anpassas även till det utbud som är aktuellt för undersökningsperioden.

Det huvudsakliga syftet med undersökningarna har varit att kartlägga, och över tiden följa upp, den åländska befolkningens fritid. Syftet med den här undersökningen är att ge en uppdaterad bild av vad personer av olika kön och i olika åldersgrupper utövar för kultur- och fritidsverksamheter. Studien ger även en uppfattning om vad de svarande saknar i utbudet på Åland och vad som kan vara hinder för utövandet av kultur- och fritidsaktiviteter.

Undersökningen grundar sig på drygt 1 200 enkäter som under februari till april 2025 skickades till ett slumpmässigt urval av personer (16 - 80 år) bosatta på Åland. Förfrågan besvarades av nästan 550 personer. Frågorna i enkäten handlade om aktiviteter under fritiden i form av utövande av intressen, deltagande i evenemang och andra fritidsverksamheter under en tolv månaders period. Svarsfrekvensen efter två påminnelser blev 46 procent. Ett stort tack till alla de som tog sig tiden att svara på enkäten!

Vikarierande forskningschef Mina Rosenqvist har varit huvudansvarig för projektet, analysen, sammanställningen av resultaten och för föreliggande rapport som helhet. Högskolepraktikanten Anni Savolainen har bidragit med sammanställning av de öppna svaren.

Mariehamn i oktober 2025

Katarina Fellman
Direktör

Innehåll

Innehåll	5
Figurförteckning	6
Tabellförteckning	6
Bilagor	7
1. Sammanfattning	8
Fritidsaktiviteter nu på samma nivå som innan pandemin	8
Föreningsverksamhet har blivit vanligare bland män och personer bosatta i skärgården	8
Deltagande i evenemang på Åland och fritidsaktiviteter utanför Åland	9
Utvärdering av sin fritid, begränsningar och inställning till utbudet av aktiviteter	9
Sammanfattande slutsats	10
2. Bakgrund och upplägg	11
2.1 Definition av fritid	11
2.2 Pandemins påverkan på kultur- och fritidsvanor	11
2.3 Material och metod	12
3. Utövandet av fritidsaktiviteter under våren 2024 till våren 2025	14
3.1 Idrotts- och motionsutövning	15
3.2 Friluftaktiviteter	19
3.3 Hantverk, konst och teknik	20
3.4 Musik, dans och teater	20
3.5 Hem- och familjeliv	22
3.6 Sociala aktiviteter	23
3.7 Användning av medier, spel	24
3.8 Studier och liknande aktiviteter	25
3.9 Övriga aktiviteter	26
4. Föreningsverksamhet	29
5. Deltagande i evenemang på Åland	32
6. Fritidsaktiviteter utanför Åland	36
7. Utvärdering av sin fritid	38
7.1 Nöjd med sin fritid	38
7.2 Kostnader för fritidsaktiviteter	39
7.3 Vad begränsar utövandet av fritidsaktiviteter?	40
8. Inställning till utbudet av fritidsaktiviteter	42
8.1 Fritidsutbudet i den egna kommunen	42
8.2 Vilka fritidsaktiviteter saknas i det nuvarande utbudet?	44
8.3 Vad bör man satsa mer på?	45
Motions- och idrottsverksamhet, natur och friluftsliv	45
Kulturaktiviteter	46
Barn- och ungdomsverksamhet	46

Bättre och samlad information, utökad kollektivtrafik och förbättrad tillgänglighet	47
Resursfördelning och övriga synpunkter	48
9. Ungdomars fritidsvanor, mående och skärmtid	50
10. Avslutande reflektioner	52
Referenser	53

Figurförteckning

Figur 1. De vanligaste idrotts- och motionsaktiviteterna (andel svarande i procent)	16
Figur 2. Mindre vanliga idrotts- och motionsaktiviteter (andel svarande i procent)	17
Figur 3. Friluftaktiviteter (andel svarande i procent)	19
Figur 4. Hantverk, konst, teknik (andel svarande i procent)	20
Figur 5. Musik, dans och teater (andel svarande i procent)	21
Figur 6. Hem- och familjeliv (andel svarande i procent)	22
Figur 7. Sociala aktiviteter (andel svarande i procent)	23
Figur 8. Användning av medier och spel (andel svarande i procent)	24
Figur 9. Läst, studerat och liknande aktiviteter (andel svarande i procent)	26
Figur 10. Övriga aktiviteter (andel svarande i procent)	27
Figur 11. Föreningsverksamhet efter föreningskategori och kön	30
Figur 12. Sportevenemang (andel svarande i procent)	33
Figur 13. Musikevenemang (andel svarande i procent)	34
Figur 14. Scenkonstföreställningar (andel svarande i procent)	35
Figur 15. Övriga evenemang (andel svarande i procent)	35
Figur 16. Fritidsaktiviteter utanför Åland år 2024, 2020 och 2013 (andel svarande i procent)	36
Figur 17. Hur nöjd är du med din fritid?	38
Figur 18. Hur nöjd är du med din fritid? Andel svarande efter ålder	39
Figur 19. Faktorer som begränsar fritidsutövandet (andel svarande av de som upplevt sig begränsade)	40
Figur 20. Hur nöjd är du med utbudet av fritidsaktiviteter i din kommun?	42
Figur 21. Hur nöjd är du med utbudet av fritidsaktiviteter i din kommun? (Andel svarande efter region)	43
Figur 22. Hur mår du rent allmänt? (Andel svarande i procent)	50
Figur 23. Om du tänker på en vanlig dag, ungefär hur länge brukar du på din fritid... (andel svarande i procent)	51

Tabellförteckning

Tabell 1. De aktiviteter som högst andel svarande ägnar sig åt 2024, samt motsvarande andel 2020 och 2013	14
Tabell 2. Andel svarande som är medlemmar i en förening efter kön, åldersgrupp och boenderegion	29

Tabell 3. Genomsnittlig tid på betalt och obetalt föreningsarbete, bland de som utfört något föreningsarbete.....	31
Tabell 4. De tio populäraste evenemangen 2024, 2020 och 2013	32
Tabell 5. Evenemang som funnits med i undersökningen från 2020 och 2013	32
Tabell 6. Begränsande faktorer år 2024, 2020 och 2013 (andel av samtliga svarande i procent)	41
Tabell 7. Vikter	65
Tabell 8. Antal och andel svarande före och efter viktning	66
Tabell 9. Svarandes fördelning på bakgrundsvariabler (viktat)	66

Bilagor

Bilaga 1. Följebrev.....	55
Bilaga 2. Frågeformulär	57
Bilaga 3. Kvalitetsbilaga.....	65

1. Sammanfattning

Den här undersökningen om kultur- och fritidsvanor på Åland undersöker hur personer bosatta på Åland spenderar sin fritid, vilka aktiviteter de deltar i och vad de saknar i det befintliga utbudet av kultur- och fritidsvanor på Åland. Undersökningen har genomförts på uppdrag av Ålands landskapsregering och har tidigare utförts 2001, 2008, 2014 och 2021.

Utredningen från 2021 omfattade perioden under våren 2020 till våren 2021 och undersökte hur kultur- och fritidsvanorna påverkats av pandemin. I årets utredning ligger ett särskilt fokus på att undersöka om vanorna har återgått till läget innan pandemin.

Undersökningen bygger på enkätsvar från 549 personer som under våren 2025 besvarade en enkät om sina kultur- och fritidsvanor under de föregående tolv månaderna. Totalt skickades enkäten ut till 1 204 slumpässigt utvalda personer bosatta på Åland i åldrarna 16 till 80 år. Svarsfrekvensen för undersökningen är 45,6 procent.

Fritidsaktiviteter nu på samma nivå som innan pandemin

I enkäten fick de svarande uppskatta hur ofta de utövat olika kultur- och fritidsvanor under de föregående tolv månaderna, det vill säga från våren 2024 till våren 2025. De aktiviteter som flest utövat på fritiden var att *umgås med släkt eller vänner, se på tv/film* och att *använda mobil- eller smarttelefon*. Nästan samtliga studiedeltagare (98–99 procent) hade utövat dessa aktiviteter. Andra vanliga aktiviteter som fler än nio av tio svarande hade utövat var att *använda dator eller surfplatta* på fritiden, att *promenera eller stavgå, besöka café, lyssna på radio eller podcast* och att *använda sociala medier*.

Över lag kan vi konstatera att de aktiviteter som pandemin påverkade negativt, såsom sociala och kulturella aktiviteter och idrotts- och motionsutövning, har nu återhämtat sig till samma nivåer som innan. Utöver en generell återhämtning efter pandemin är det några aktiviteter som står ut i årets undersökning. *Styrketräning* har blivit allt vanligare; 30 procent av de svarande styrketränar flera gånger i veckan, vilket är en fördubbling sedan förra undersökningen. *Användandet av sociala medier* fortsätter att öka. I undersökningen från 2014 hade 63 procent använt sociala medier, jämfört med 84 procent i undersökningen från 2021, till 92 procent i den här undersökningen. Det är nu fler som använder sociala medier än som ser på tv eller film i stort sett varje dag. Även *meditation, mindfulness och annan mental träning* har ökat i popularitet jämfört med tidigare undersökningar, medan det har blivit något mindre vanligt att *vara ute med båt, motorcykel och (hus)bil*.

Föreningsverksamhet har blivit vanligare bland män och personer bosatta i skärgården

Totalt var 63 procent av de svarande medlem i minst en förening, vilket var vanligare bland äldre och bland personer bosatta i skärgården. Skillnaderna mellan kvinnors och mäns föreningsverksamhet har minskat något sedan tidigare undersökningar, framför allt genom att andelen föreningsaktiva män har ökat. Även bland personer som är bosatta i skärgården har andelen föreningsaktiva ökat. *Idrottsförening* är fortsatt den vanligaste föreningstypen.

Knappt 40 procent av de svarande utför någon form av föreningsarbete eller ideellt arbete. Obetalt föreningsarbete eller volontärarbete är vanligare än betalt föreningsarbete. I genomsnitt lägger de som utför obetalt föreningsarbete tio timmar i

månaden på detta, vilket är något högre än den tid som läggs på betalt föreningsarbete, åtta timmar per månad.

Deltagande i evenemang på Åland och fritidsaktiviteter utanför Åland

Museibesök, Skördefesten på Åland, Åland grönskar, Tall Ships Races och marknader är de populäraste evenemangen under 2024. Flera av dessa hör även till de mest besökta i tidigare utredningar. Evenemang varierar dock från år till år, och många ställdes in under pandemin, så det är endast riktgivande vilka som är de mest populära över tid. Omkring 70 procent av de svarande uppgav att de hade *besökt något museum* och nästan lika många besökte *Skördefesten på Åland, Åland grönskar*. *Tall Ships Races* står ut som det mest besökta sportevenemanget, som nästan två av tre svarande besökt, medan nästan hälften av de svarande besökt någon *marknad*.

Generellt kan vi se en återgång efter pandemin även när det gäller evenemangsbesök, de som minskade till följd av pandemin är nu på samma nivå som i utredningen från 2014. *Digitala musikkonserter*, som blev vanliga under pandemin, har minskat markant i popularitet.

Nästan nio av tio svarande har varit utanför Åland för fritidsaktiviteter. Det är en betydande ökning jämfört med utredningen från 2021, då endast drygt hälften varit utanför Åland på fritiden. De vanligaste anledningarna till åka utanför Åland är att *besöka släkt och vänner* och att *shoppa*, vilket även var de vanligaste anledningarna i de två tidigare undersökningarna.

Utvärdering av fritid, begränsningar och inställning till utbudet av aktiviteter

Generellt är personer bosatta på Åland nöjda med den egna fritiden. Tre av fyra svarande är ganska eller mycket nöjda med sin fritid. Mindre än fem procent var ganska missnöjda och ingen svarande var helt missnöjd med sin fritid. Personer som är 65 år eller äldre hör till den grupp där störst andel är mycket nöjd med sin fritid.

Tidsbrist är den vanligaste faktorn som begränsar en i utövandet av kultur- och fritidsaktiviteter, följt av brist på pengar och den egna hälsan.

En majoritet av svarande är nöjda eller mycket nöjda med utbudet av fritidsaktivitet i den egna kommunen. De som är missnöjda med utbudet lyfte bland annat fram utrymmen för olika former av egen träning, så som gym och motionsbanor, samt organiserade aktiviteter så som gruppträningar, kulturverksamhet och sociala utrymmen.

Nästan en av fem svarande uppgav att det finns fritidsaktiviteter de skulle vilja ägna sig åt men som inte erbjuds på Åland idag. Här nämndes både olika idrottsformer (exempelvis motorsport, dans, mountainbikecykling) och kulturaktiviteter (till exempel möjlighet att gå på olika uppsättningar av musik, dans och teater, samt olika hantverksskurser).

Många svarande bidrog även med sina åsikter kring vad man bör satsa mer på. Här lyftes *motions- och idrottsverksamhet* såsom motorsport och utegym, *satsningar på friluftsliv* (bland annat i form av vandringsleder och promenadstigar) och *kulturaktiviteter* (så som kulturhus, replokaler, kurser och evenemang). Många betonade att mer resurser borde läggas på *barn- och ungdomsverksamhet* för att ge ungdomar en aktiv fritid. Det framkom även att *information om aktiviteter* som ordnas behöver bli bättre och gärna samlas på ett ställe. Vidare lyftes ett behov att *utöka kollektivtrafiken* och *förbättra tillgängligheten*, både gällande fysiska miljöer och i ökad

anpassning av aktiviteter för till exempel barn och vuxna med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

Sammanfattande slutsats

Pandemin medförde stora konsekvenser för utövandet av kultur- och fritidsaktiviteter på Åland. I den här undersökningen ser vi en generell återgång till läget innan pandemin. Personer bosatta på Åland verkar nu umgås, träna, besöka olika evenemang och åka utanför Åland på liknande sätt som innan pandemin. Det innebär att utövandet av kultur- och fritidsvanor på det stora hela varit relativt stabilt under det senaste decenniet, om man bortser från perioden under pandemin.

Slutligen kan vi konstatera att personer bosatta på Åland generellt är nöjda med sin fritid och med utbudet av fritidsaktiviteter i sin kommun, samtidigt som de är engagerade och vill lyfta fram förbättringsmöjligheter.

2. Bakgrund och upplägg

Den här undersökningen om kultur- och fritidsvanor på Åland har utförts av Ålands statistik- och utredningsbyrå (ÅSUB) på uppdrag av Ålands landskapsregering. Syftet med utredningen är att ge värdefull kunskap om hur personer bosatta på Åland spenderar sin fritid, vilka aktiviteter de utför och vad de saknar i utbudet av kultur- och fritidsvanor på Åland.

Undersökningen av kultur- och fritidsvanor på Åland är en återkommande rapport som nu har genomförts för femte gången sedan 2001 (ÅSUB 2001, ÅSUB 2009, ÅSUB 2014, ÅSUB 2021). Ett särskilt fokus för den här utredningen har varit att se om kultur- och fritidsvanorna på Åland har återgått till hur de såg ut innan pandemiåret 2020–2021. Genom att jämföra resultaten från den nuvarande undersökningen även med undersökningen innan, från 2014, kan vi få en bättre förståelse för både pandemins effekter och identifiera mer långsiktiga förändringar i invånarnas beteenden och preferenser.

Resultaten från studien kan användas som underlag för beslut inom kultur- och fritidssektorn. Genom att förstå hur invånarna på Åland spenderar sin fritid och vilka aktiviteter de deltar i, kan beslutsfattare bättre anpassa och utveckla tjänster och erbjudanden som möter befolkningens behov och önskemål. Studien följer också upp indikatorer som mäter möjligheterna till en meningsfull fritid på Åland, vilket också relaterar till delmål 2.8, *Kultur, idrott och andra föreningsaktiviteter förenar människor och skapar delaktighet*, i Utvecklings- och hållbarhetsagendan för Åland (Ålands landskapsregering, 2023). Att delta i olika kultur- och fritidsaktiviteter har dessutom en positiv effekt på människors fysiska och mentala hälsa (Viola et al., 2024, Cansino et al., 2024, Hansen et al., 2015).

2.1 Definition av fritid

Liksom i våra tidigare utredningar definieras fritid som den tid som en individ har till sitt förfogande utanför sina obligatoriska åtaganden, såsom arbete, studier och hushållsarbete. Det är den tid som kan användas för avkoppling, rekreation, sociala aktiviteter och personliga intressen. Fritid är en viktig del av livet då den ger möjlighet till återhämtning, personlig utveckling och social interaktion.

2.2 Pandemins påverkan på kultur- och fritidsvanor

Den senaste undersökningen om kultur- och fritidsvanor på Åland fokuserade särskilt på pandemins påverkan på kultur- och fritidsvanorna (ÅSUB 2021). I rapporten konstaterades att de restriktioner och rekommendationer som pandemin medförde över lag resulterade i en minskad utövning av kultur- och fritidsaktiviteter. Nästan fyra av fem svarande uppgav då att pandemin hade begränsat deras utövande av kultur- och fritidsaktiviteter.

I undersökningen identifierades fyra övergripande områden som särskilt påverkades negativt av pandemin, nämligen (1) sociala aktiviteter, (2) musik, dans och teater, (3) besök och övriga aktiviteter (såsom marknader, auktioner och utställningar), samt (4) idrotts- och motionsutövning. Till exempel konstaterades att även om en stor andel svarande hade umgåtts med släkt eller vänner under perioden våren 2020 till våren 2021, så resulterade pandemin i att man tenderade att umgås mer sällan.

Många aktiviteter och evenemang ställdes också in eller begränsades under pandemin, vilket medförde att andelen som besökt olika evenemang minskade jämfört med tidigare undersökningar. Samtidigt kunde man se en viss ökning av användandet av

medier och spel under pandemin, medan utövandet av friluftaktiviteter inte påverkades nämnvärt.

I undersökningen från 2021 visades också att andelen svarande som var nöjd med den egna fritiden låg på en betydligt lägre nivå än i tidigare kultur- och fritidsvaneundersökningar på Åland.

Pandemin hade liknande effekter på utövandet av kultur- och fritidsvanor även i Sverige och Finland. I Sverige har Myndigheten för kulturanalys och SOM-institutet visat att invånarnas kulturvanor återgått till samma eller högre nivåer jämfört med före pandemin (Myndigheten för kulturanalys, 2025A, 2025B, SOM-institutet, 2025). De visar även att många av kulturvanorna är stabila över tid, om man bortser från perioden under pandemin. Även i Finland konstaterades att utövandet av kulturaktiviteter minskade till följd av pandemin, även frivilligarbete tenderade att ha minskat under pandemin, samtidigt som skärmtiden ökade (Statistikcentralen, 2023, 2022). Även utövandet av motions- och idrottsverksamheter verkar ha återhämtat sig efter pandemin, både i Finland och Sverige (Statens idrottsråd, 2025, Riksidrottsförbundet, 2025).

2.3 Material och metod

Undersökningen baseras på en enkätundersökning som skickades ut till drygt 1 200 slumpmässigt utvalda personer (16 - 80 år) bosatta på Åland. Enkäten innehöll frågor om hur man spenderar sin fritid, vilka aktiviteter man deltar i och vad man saknar i utbudet av kultur- och fritidsaktiviteter. Till den här undersökningen har vi utvecklat språk och struktur i frågeformuläret för att göra det mer lättillgängligt, vilket innebär att ett flertal frågor har formulerats om från tidigare år. Se *Bilaga 1* och *Bilaga 2* för foljebrevet och frågeformuläret.

Insamlingen av enkätsvar pågick under perioden februari till april 2025. Det var möjligt att bevara enkäten både på papper och digitalt och två påminnelser om att delta i undersökningen skickades ut. Totalt besvarade 549 personer frågeformuläret, vilket motsvarar en svarsfrekvens på 45,6 procent.

Resultatet från enkäten analyseras och presenteras i denna rapport, med målet att ge en omfattande bild av kultur- och fritidsvanorna på Åland idag. För att kunna generalisera resultatet till Ålands befolkning har svaren viktats efter rampopulationens fördelning. Allt resultatet som redovisas i rapporten är viktat.

Då svarsmaterialet tillåter redovisas resultatet skilt för kvinnor och män, för olika åldersgrupper och efter region. Skillnader i resultaten enligt de olika bakgrundsvariablerna presenteras endast om de uppnår formell statistisk signifikans (p-värden mindre än 0,05). Det innebär att sannolikheten är minst 95 procent att en skillnad faktiskt beror på en specifik bakgrundvariabel.

Vidare jämförs resultatet genomgående med resultatet från de senaste två undersökningarna från 2021 och 2014. I undersökningen från 2021 kunde man se hur pandemin hade påverkat utövandet av kultur- och fritidsvanor på Åland. Därför ligger ett särskilt fokus i den här undersökningen på att se om kultur- och fritidsvanorna återhämtat sig efter pandemin.

I kapitel 3 visas resultatet för vilka fritidsaktiviteter som utövas. Kapitel 4 fokuserar på föreningsverksamhet. Deltagande i evenemang på Åland beskrivs i kapitel 5 medan utövandet av fritidsaktiviteter utanför Åland redovisas i kapitel 6. I kapitel 7 följer en genomgång av de svarandes utvärdering av den egna fritiden, följt av deras utvärdering

av utbudet av aktiviteter och vad man bör satsa mer på i kapitel 8. I kapitel 9 lyfter vi även in resultat från Ungdomsundersökningen som ÅSUB har genomfört i samarbete med Folkhälsan på Åland under augusti till september 2025. Resultat som presenteras här fokuserar specifikt på ungdomars mående, deltagande i fritidsaktiviteter och skärmtid.

I kvalitetsbilagan (*Bilaga 3*) finns mer detaljerad information om datainsamling, metod och viktning.

3. Utövandet av fritidsaktiviteter under våren 2024 till våren 2025

I enkäten fick de svarande uppge hur ofta de utövat olika fritidsaktiviteter under de senaste tolv månaderna. Då datainsamlingen pågick under februari till april 2025 gäller svaren för de tolv månaderna innan, det vill säga från våren 2024 till våren 2025. I undersökningen fanns totalt 72 specifika fritidsaktiviteter, som kan delas in i följande nio övergripande kategorier:

- Idrotts- och motionsutövning
- Friluftaktiviteter
- Hantverk och teknik
- Musik, dans och teater
- Hem- och familjeliv
- Sociala aktiviteter
- Användning av medier, spel
- Studier och liknande
- Övriga aktiviteter

För var och en av de specifika aktiviteterna fick de svarande bedöma sin aktivitetsgrad med hjälp av följande svarsalternativ: "varje dag eller nästan varje dag", "flera gånger i veckan", "en gång i veckan", "någon gång i månaden", "någon eller några gånger per år" samt "ingen gång". I det här avsnittet kommer vi först att redovisa resultatet för de vanligaste aktiviteterna, för att därefter presentera mer detaljerat resultat, skilt för varje kategori.

Tabell 1 nedan visar de aktiviteter som högst andel svarande ägnade sig åt åtminstone någon gång under 2025. Bland dessa aktiviteter, som mer än nio av tio svarande ägnat sig åt, hittar vi framför allt sociala aktiviteter, promenader och olika digitala vanor.

Tabell 1. De aktiviteter som högst andel svarande ägnar sig åt 2024, samt motsvarande andel 2020 och 2013

	2024	2020	2013
Umgåtts med släkt/vänner	99 %	97 %	98 %
Sett på TV/film	99 %	95 %	95 %
Använt mobil-/smarttelefon på fritiden	98 %	96 %	92 %
Använt dator, surfplatta på fritiden	95 %	91 %	87 %
Promenerat/stavgått	95 %	94 %	93 %
Besökt café	93 %	77 %	91 %
Lyssnat på radio/podcast	92 %	87 %	93 %
Använt sociala medier	92 %	84 %	63 %

Not: Aktiviteten "lyssnat på radio/podcast" ändrades 2021, i undersökningen från 2014 var aktiviteten "Lyssnat på radio".

Källa: ÅSUB

De här aktiviteterna har över lag varit vanliga även i tidigare undersökningar. Den största skillnaden gäller digitala vanor, där användningen av mobil- och smarttelefon, dator eller surfplatta och sociala medier har ökat med varje undersökning. Användandet av sociala medier står för den största ökningen. I utredningen från 2014 hade 63 procent använt sociala medier någon gång under de senaste tolv månaderna, vilket ökade till 84 procent 2021 och till 92 procent 2025.

I undersökningen från 2021 kunde vi konstatera att pandemin påverkade sociala aktiviteter, vilket till exempel syns i att andelen som besökte café minskade det året jämfört med undersökningen innan. Nu kan vi konstatera att resultatet återigen är på samma nivå som innan pandemin.

Även om de här aktiviteterna är de vanligaste bland både kvinnor och män förekommer vissa skillnader i hur ofta man utfört aktiviteterna. Kvinnor har i större utsträckning än män umgåtts med släkt och vänner och besökt café. Till exempel har 69 procent av kvinnorna umgåtts med släkt och vänner åtminstone en gång i veckan, jämfört med 55 procent av männen. Vi ser också en skillnad när det gäller digitala vanor, där män i högre utsträckning använder dator eller surfplatta (81 procent åtminstone flera gånger i veckan, jämfört med 67 procent av kvinnorna). Däremot använder kvinnor sociala medier i högre utsträckning, 92 procent använder sociala medier flera gånger i veckan, jämfört med 81 procent av männen.

Vissa mönster förekommer även då vi undersöker olika åldersgrupper. Unga tenderar att använda mobiltelefon, dator och sociala medier i större utsträckning än äldre och det är också vanligare att 16 till 24 åringar umgås med släkt och vänner varje dag eller nästan varje dag.

Inga statistiskt signifikanta regionala skillnader framkommer för dessa aktiviteter.

I avsnitten nedan kommer vi nu att presentera mer detaljerat resultat om utövandet av fritidsaktiviteter, uppdelat efter de olika kategorierna med aktiviteter.

3.1 Idrotts- och motionsutövning

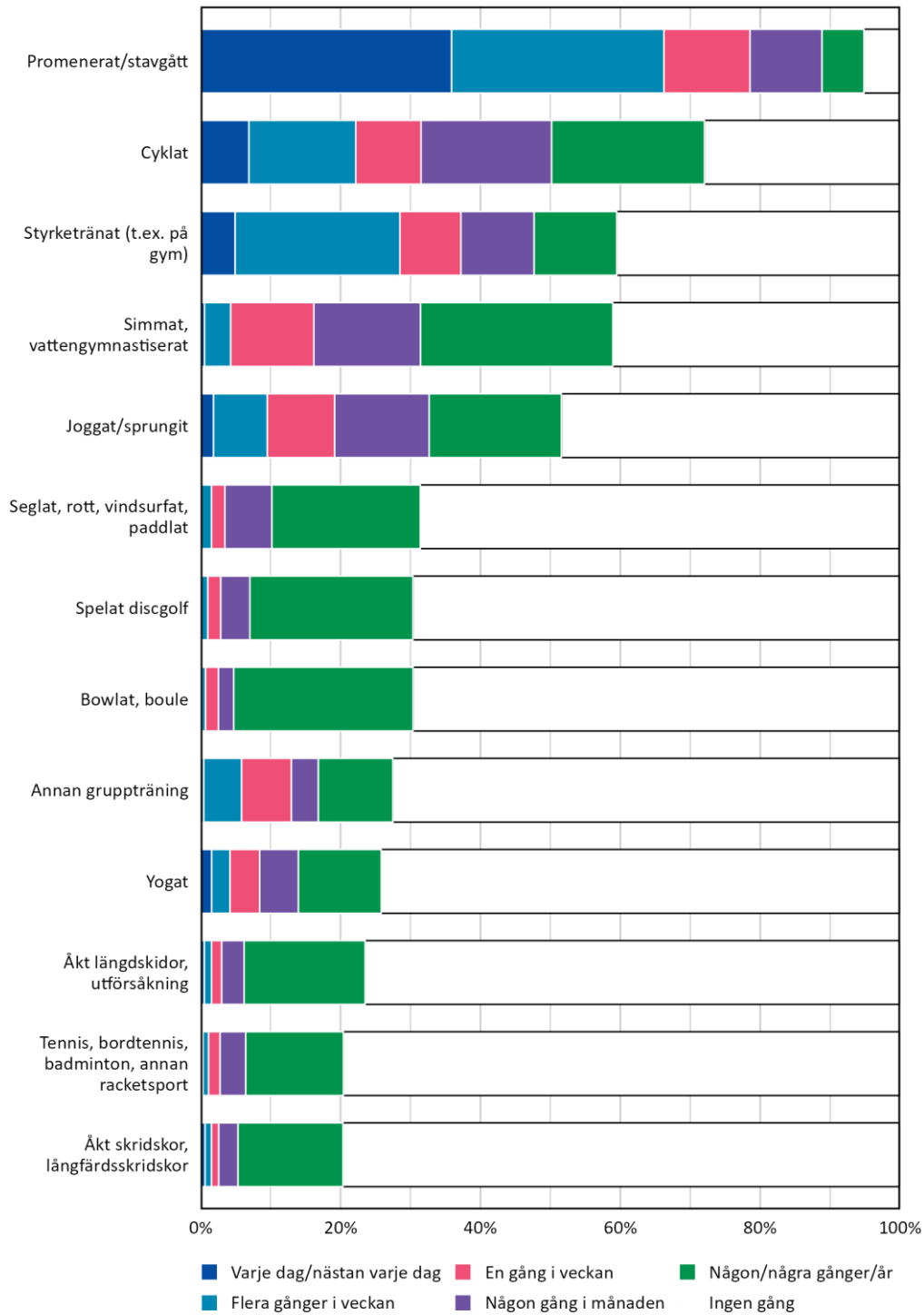
Resultatet för idrotts- och motionsutövning är uppdelat i två figurer, där de vanligaste idrotts- och motionsformerna presenteras i *Figur 1* medan de som utövats i något mindre utsträckning presenteras i *Figur 2*. De aktiviteter som störst andel ägnat sig åt är *promenader eller stavgång, cykling, styrketräning, simning och vattengymnastik* samt *jogging eller springning*. De är också de motionsaktiviteterna som störst andel svarande utfört regelbundet.

Liksom i tidigare undersökningar är *promenad eller stavgång* den vanligaste motionsformen. Mer än en tredjedel av de svarande (36 procent) promenerar eller stavgår dagligen eller nästan varje dag. Detta ligger helt i linje med resultatet från 2021. I den undersökningen nämndes att pandemin medfört att promenader hade blivit vanligare under pandemin och framför allt var det en något högre andel som promenerade dagligen jämfört med i undersökningen 2014 (36 procent 2021, jämfört med 28 procent 2014). Här kan vi konstatera att resultatet ligger stabilt på samma nivå som under pandemin.

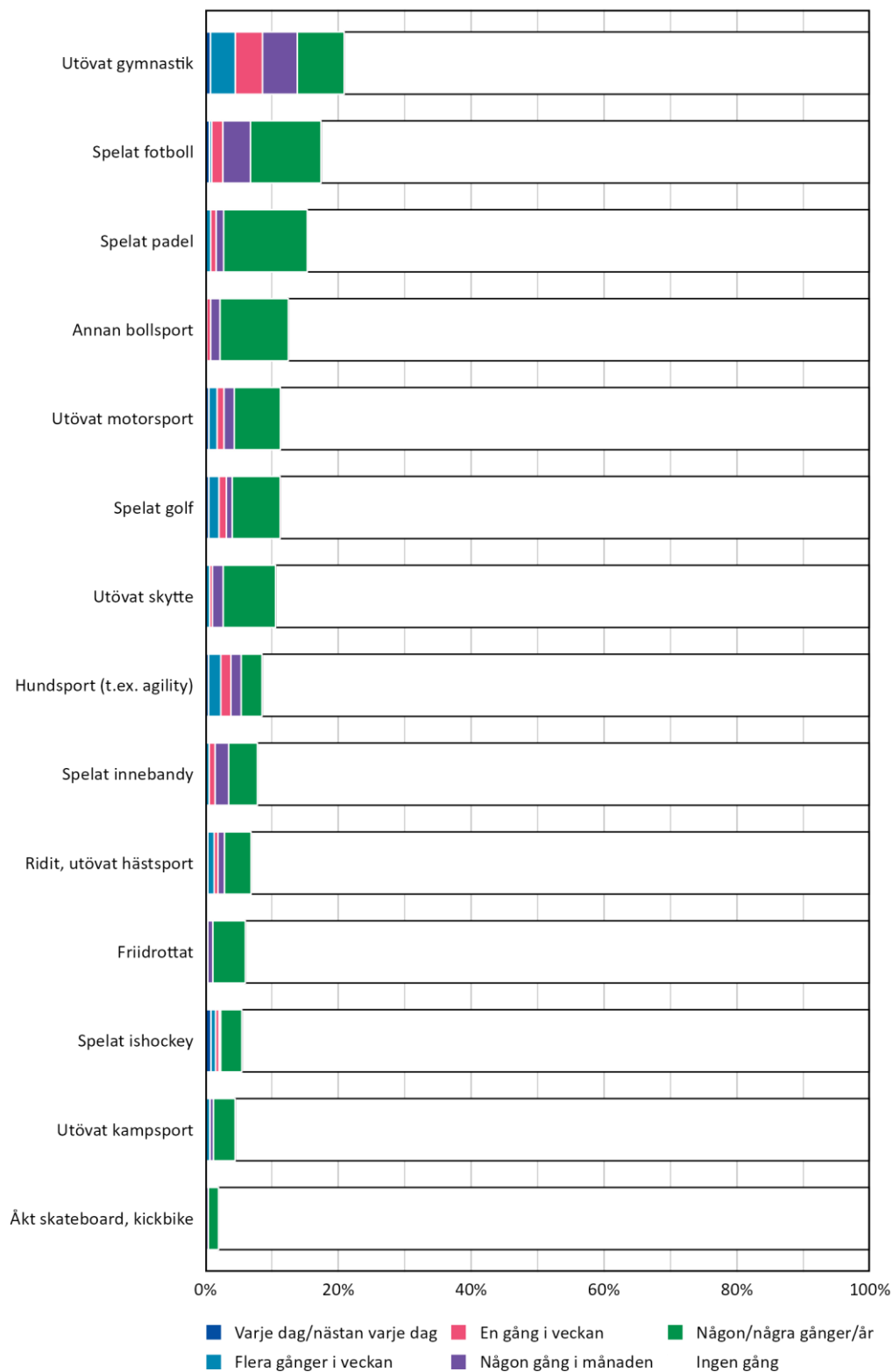
Även *cykling* är populärt, även om andelen som cyklar varje dag eller nästan varje dag (sju procent) är lägre än andelen som promenerar dagligen. Knappt en av tre svarande cyklar åtminstone en gång i veckan. Det här är helt i linje med resultatet från de föregående två utredningarna.

Vidare ägnar sig många åt *styrketräning* – 30 procent av de svarande styrketränar åtminstone flera gånger i veckan och nästan hälften styrketränar någon gång i månaden. Det här är en tydlig ökning jämfört med undersökningen från 2021, då endast 15 procent styrketränade flera gånger i veckan och 30 procent styrketränade åtminstone någon gång i månaden. Styrketräning var visserligen en av de motionsformer där pandemin bedömdes ha en negativ påverkan, men styrketräning har även blivit vanligare om man jämför med undersökningen från 2014.

Figur 1. De vanligaste idrotts- och motionsaktiviteterna (andel svarande i procent)



Källa: ÅSUB

Figur 2. Mindre vanliga idrotts- och motionsaktiviteter (andel svarande i procent)


Källa: ÅSUB

Simning, vattengymnastik och jogga eller springa är också vanliga aktiviteter som nästan en av fem svarande utövar minst en gång i veckan och en majoritet av de svarande har utövat de aktiviteterna åtminstone någon gång under de senaste tolv månaderna. I senaste utredningen konstaterades att pandemin haft en negativ påverkan på simning och vi kan nu konstatera att det är tillbaka på samma nivå som innan pandemin. Resultatet för att jogga eller springa följer i stort samma mönster som i båda de senaste undersökningarna.

Idrotts- och motionsformer som är populära att utöva någon gång i året, men inte särskilt ofta, är *segla, ro, vindsurfa eller paddla, spela discgolf, bowla eller spela boule, annan gruppträning, yoga* och att *åka längdskidor eller utförsåkning*. Omkring 25 till 30 procent av de svarande har ägnat sig åt dessa aktiviteter åtminstone någon gång under året. När det gäller säsongsidrott, såsom segling och skidåkning, ombads de svarande att utgå från senaste säsongen i sina svar (i stället för under de senaste tolv månaderna). Yoga är ny som motionsform i årets utredning. Nästan en tiondel har utövat yoga minst en gång i veckan. Seglat, rott, vindsurfat eller paddlat, discgolf, och bowling/boule har alla tre ökat något jämfört med föregående undersökningar, där andelen som utfört aktiviteterna har ökat med omkring fem procentenheter, medan resultatet för gruppträning och skidåkning följer samma mönster som tidigare år.

Omkring tio till tjugoprocent av de svarande har ägnat sig åt boll- och racketsporter som *tennis, fotboll* och *padel*. Padel har ökat något i popularitet – 15 procent av svarande har spelat padel åtminstone någon gång per år i den här undersökningen, jämfört med fem procent 2021 då aktiviteten infördes. I övrigt är resultatet för dessa motionsformer jämförbart med föregående undersökning.

Hundsport inkluderades som ny motionsform i årets utredning. Både *hundsport* och *ridning eller hästsport* är ungefär lika vanliga. Knappt tio procent av svarande har ägnat sig åt dessa motionsformer åtminstone någon gång under de senaste tolv månaderna. Det är snarlikt resultatet från tidigare utredningar.

Liksom tidigare hör *skateboard/kickbike, kampsport* och *ishockey* till de idrotts- och motionsformer som minst andel av de svarande hade utövat, vilket ligger i linje med tidigare års undersökningar.

Vissa skillnader förekommer i kvinnors och mäns utövande av idrotts- och motionsaktiviteter. Det är vanligare att kvinnor utövar yoga, gruppträning, gymnastik och ridning, medan män i större utsträckning utövar skytte, innebandy, motorsport, fotboll och ishockey. Ungefär lika stor andel kvinnor och män har ägnat sig åt styrketräning, men en något högre andel kvinnor styrketränar en gång i veckan eller oftare (41 procent), jämfört med männen (33 procent).

Även vissa åldersskillnader blir tydliga. Det är vanligare att yngre utövar yoga, motorsport, spelar discgolf, tennis, fotboll eller annan bollsport, springer/joggar, åker längdskidor/utförsåkning, simmar och seglar, ror, vindsurfar eller paddlar. Därefter avtar utövandet med åldern. Andelen som styrketränat är som högst bland 25 till 44-åringar (77 procent), något lägre bland 16 till 24-åringar (70 procent) och avtar därefter med åldern (57 procent av 45 till 64-åringar; 33 procent av de som är 65 år eller äldre).

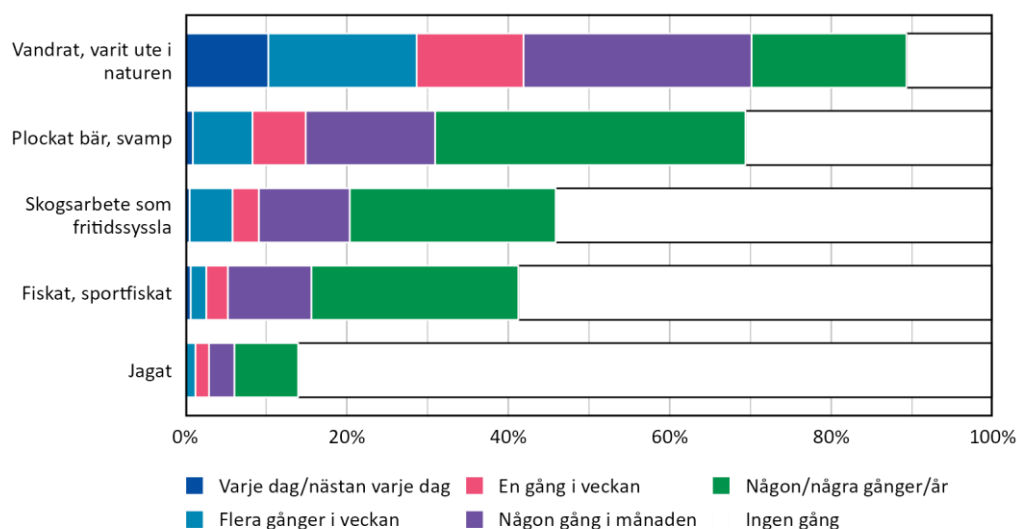
När det kommer till regionala skillnader kan vi konstatera att det är vanligare att cykla bland de som är bosatta i skärgården, jämfört med boende på landsbygden och i Mariehamn. Andelen som har spelat fotboll eller åkt längdskidor/utförsåkning är högre bland de bosatta i Mariehamn eller i skärgården, jämfört med de bosatta på landsbygden.

3.2 Friluftaktiviteter

Personer bosatta på Åland verkar ha ett aktivt friluftsliv. Den här kategorin innehåller aktiviteter som framför allt tenderar att utövas lite mer sporadiskt, någon gång i månaden eller någon gång per år (Figur 3).

Vandrat eller att ha varit ute i naturen är den vanligaste förekommande aktiviteten. Omkring en tiondel svarade att de vandrar eller är ute i naturen varje dag eller nästan varje dag och mer än 40 procent svarade att de gör det minst en gång i veckan eller oftare. Det här är en ökning från tidigare år. Ökningen beror troligtvis på att frågan kategoriserats om till att även inkludera "varit ute i naturen". Därför bör man vara försiktig med att jämföra över tid.

Figur 3. Friluftaktiviteter (andel svarande i procent)



Källa: ÅSUB

Vi ser också att omkring 15–30 procent av de svarande ägnar sig åt *fiske och bär- eller svampplockning* samt *skogsarbete som fritidssyssla* åtminstone någon gång i månaden. Resultaten ligger i linje med tidigare års undersökningar.

Vissa könsskillnader framkommer, där kvinnor i större utsträckning ägnat sig åt att plocka bär eller svamp, medan män i större utsträckning ägnat sig åt att jaga, fiska och skogsarbeta. Ungefär lika stor andel kvinnor och män har vandrat eller varit ute i naturen, men kvinnor tenderar att göra det oftare, 49 procent av kvinnorna har vandrat eller varit ute i naturen åtminstone en gång i veckan eller oftare, medan motsvarande andel av männen är 34 procent.

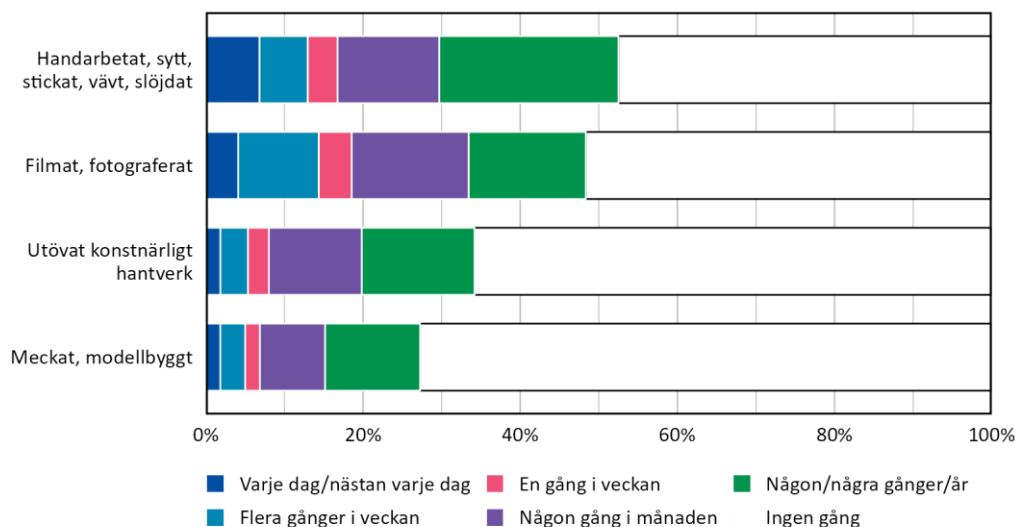
Friluftaktiviteter tenderar att vara vanligare bland de som är 25 år eller äldre. Till exempel är det ingen 16 till 24 åring som vandrat eller varit ute i naturen varje dag eller nästan varje dag, medan motsvarande andel är sex procent av 25 till 44 åringarna, tolv procent av 45 till 64 åringar och 18 procent av de som är 65 eller äldre. Samma mönster framkommer för bär- och svampplockning.

Vidare kan vi konstatera att jaga, fiska och skogsarbete är vanligast bland personer bosatta i skärgården och lägst bland de bosatta i Mariehamn.

3.3 Hantverk, konst och teknik

En relativt stor andel ägnar sig regelbundet åt att utöva konstnärligt hantverk, konst och teknik (*Figur 4*). De vanligaste aktiviteterna i den här kategorin är *handarbetat, sytt, stickat, vävt eller slöjdat* samt *filmat eller fotograferat*. Omkring 17–18 procent av svarande utövar någon av dessa aktiviteter varje vecka och ungefär hälften av studiedeltagarna ägnar sig åt aktiviteterna åtminstone någon gång per år. Över lag följer resultatet samma mönster som tidigare år.

Figur 4. Hantverk, konst, teknik (andel svarande i procent)



Källa: ÅSUB

Kvinnor har i större utsträckning ägnat sig åt att handarbeta, sy, sticka, väva och slöjda, filma och utöva konstnärligt hantverk, medan män i högre utsträckning meckat och modellbyggt.

Yngsta åldersgruppen tenderar att vara aktiv när det kommer till att utöva olika former av hantverk, konst och teknik. Till skillnad från tidigare år ser vi inte att handarbeta, sy, sticka, väva och slöjda ökar med åldern. Omkring 55 procent har utövat den aktiviteten i alla åldersgrupper, förutom bland 45 till 64 åringar, där motsvarande andel är 50 procent. Det är dock värt att notera att sy inkluderades i den här kategorin till årets undersökning, vilket kan påverka jämförelsen med tidigare undersökningar.

Inga statistiskt signifikanta regionala skillnader förekommer i utövandet av hantverk, konst och teknik.

3.4 Musik, dans och teater

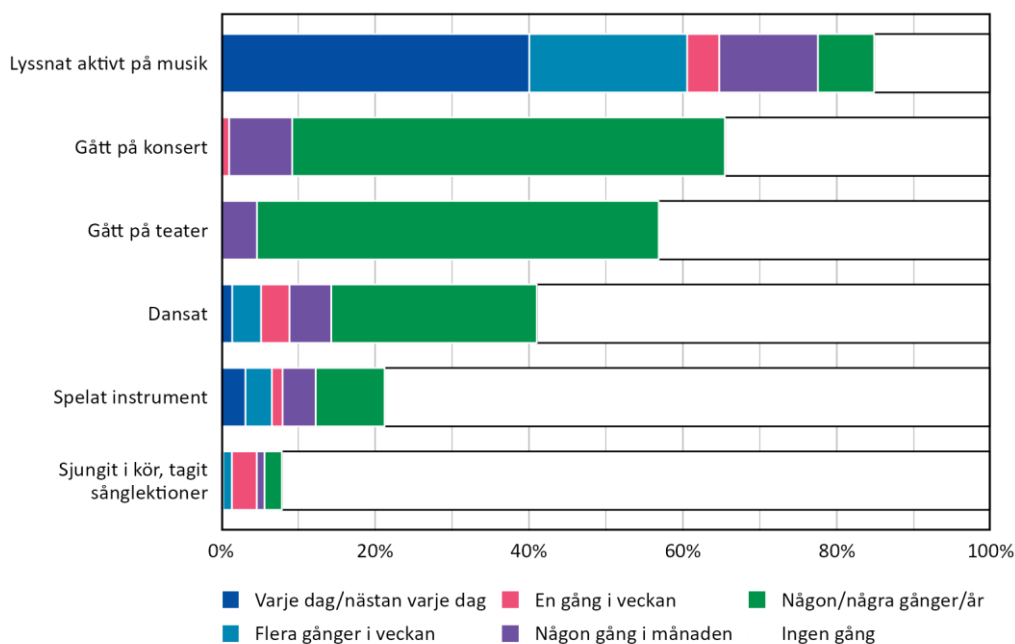
När det gäller kategorin musik, dans och teater är det betydligt vanligare att lyssna på musik eller se på teater än att själv spela instrument eller sjunga i kör, se *Figur 5*.

Det är vanligt att *lyssna aktivt på musik* – 40 procent av svarande lyssnar på musik i stort sett varje dag och en klar majoritet (65 procent) lyssnar aktivt på musik varje vecka. Det är en liten ökning jämfört med föregående undersökning.

Vi ser en tydlig ökning när det gäller att *gå på teater* eller *gå på konsert* jämfört med undersökningen som utfördes under pandemin. Omkring 60 procent av svarande har gått på teater eller konsert åtminstone någon gång per år. I förra undersökningen från 2020 var motsvarande siffra endast omkring 30 procent och man konstaterade då att

dess kategorier halverats sedan 2013. Vi kan nu konstatera att mönstret ser ut att ha återgått till det normala innan pandemin.

Figur 5. Musik, dans och teater (andel svarande i procent)



Källa: ÅSUB

Att *dansa* har också ökat från tidigare undersökningar, men det beror troligtvis på att frågan omformulerats i enkäten till att vara mindre restriktiv (från "dansat som motions-/konstform" i tidigare utredningar, till nu "dansat").

Aktiviteterna *spela instrument* och *sjunga i kör eller ta sånglektioner* följer samma mönster som tidigare år.

Det är vanligare att kvinnor går på konsert, teater och dansar, medan det är vanligare bland män att spela instrument. Till skillnad från tidigare år ser vi inte någon signifikant skillnad mellan kvinnor och män när det gäller att lyssna på musik – omkring 60 procent av både kvinnor och män lyssnar aktivt på musik flera gånger i veckan.

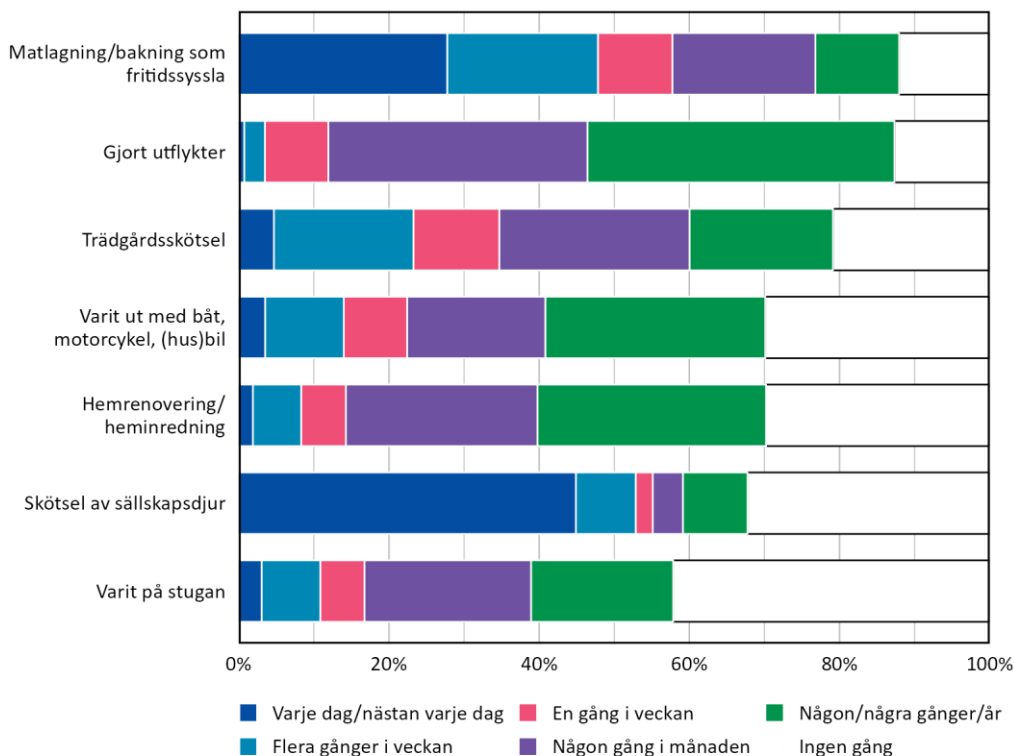
Liksom i tidigare års undersökningar är det betydligt vanligare att yngre lyssnar aktivt på musik. Till exempel lyssnar 73 procent av 16 till 24 åringarna på musik dagligen eller nästan varje dag, jämfört med 53 procent av 25 till 44 åringarna, 29 procent av 45 till 64 åringarna och 23 procent av de som är 65 år eller äldre. Det är även vanligare att yngre spelar instrument, vilket därefter avtar med åldern. Däremot ser vi det motsatta mönstret för att gå på teater, vilket är vanligast bland de som är 65 år eller äldre, då 70 procent gått på teater åtminstone någon gång under de senaste tolv månaderna, jämfört med 63 procent av 45 till 64 åringarna, 51 procent av 25 till 44 åringarna och 27 procent av de som är 16 till 24 år.

Även vissa regionala skillnader framkommer. Det är vanligare att lyssna på musik flera gånger i veckan eller dagligen bland de som är bosatta i Mariefhamn eller på landsbygden (drygt 60 procent) än bland de som är bosatta i skärgården (50 procent). Vidare ser vi att det är vanligare att dansa regelbundet, åtminstone någon gång i veckan, bland de bosatta i Mariefhamn eller på landsbygden, medan det är en högre andel som dansat åtminstone någon gång under de senaste tolv månaderna bland de bosatta i skärgården.

3.5 Hem- och familjeliv

Aktiviteter inom hem- och familjeliv visas i *Figur 6*. Liksom tidigare år är *skötsel av sällskapsdjur* vanligt förekommande och en stor andel av de som tar hand om sällskapsdjur gör det varje dag eller nästan varje dag. Även *matlagning eller bakning som fritidssyssla* är vanligt förekommande. Liksom för flera andra aktiviteter inom kategorin *hem- och familjeliv* är det förstås svårt att dra gränsen mellan när det räknas som hushållssyssla och när det räknas som fritidsintresse. Resultatet för skötsel av sällskapsdjur och för matlagning/bakning ligger i linje med tidigare år.

Figur 6. Hem- och familjeliv (andel svarande i procent)



Källa: ÅSUB

Det är även relativt vanligt att *tillbringa tid på stugan* och *göra utflykter* samt att *vara ute med båt, motorcykel eller (hus)bil* – omkring 40–50 procent av de svarande gör det åtminstone någon gång i månaden. För aktiviteten att *vara ute med båt, motorcykel och (hus)bil* kan vi se en liten minskning från senaste utredningen under pandemin. Då var det hela 60 procent som hade varit ute med båt, motorcykel och (hus)bil åtminstone någon gång i månaden. Även jämfört med utredningen från 2014 är det här en minskning då motsvarande siffra 2014 var 50 procent. Däremot är det lika vanligt nu som i tidigare undersökningar att *vara på stugan* eller *göra utflykter*.

Liksom tidigare år är det vanligare bland kvinnor än bland män att ta hand om sällskapsdjur, trädgården och laga mat eller baka. Det är också en större andel kvinnor än män som utför de här aktiviteterna varje dag eller nästan varje dag.

Utövningen av hem- och familjeaktiviteter skiljer sig också mellan åldersgrupperna. Trädgårdsskötsel är betydligt vanligare bland de som är 25 år eller äldre, jämfört med de som är 16 till 24 år. Husrenovering och heminredning är vanligast bland de som är mellan 25 och 64 år gamla. En högre andel av de som är 16 till 24 år har varit på stugan någon gång under de senaste tolv månaderna, jämfört med övriga åldersgrupper. Detta skiljer sig från föregående undersökning då mönstret var tvärtom. 25 till 44 åringarna

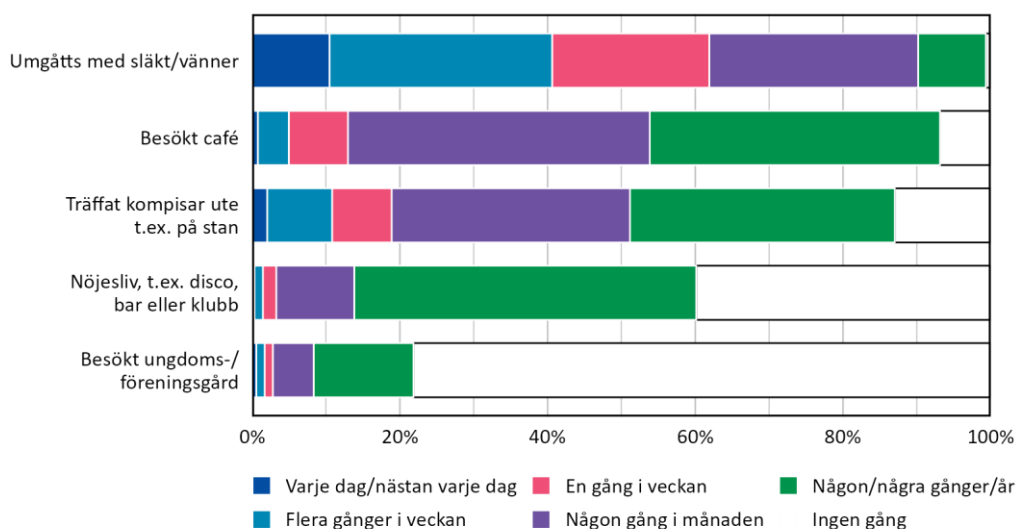
är den åldersgrupp där störst andel ägnat sig åt matlagning eller bakning. De som är 65 år eller äldre tar i lägre utsträckning hand om sällskapsdjur, jämfört med övriga åldersgrupper.

Även här förekommer vissa regionala skillnader. Liksom i föregående undersökning är det vanligare att ta hand om sällskapsdjur och att ägna sig åt trädgårdsskötsel bland de bosatta på landsbygden eller i skärgården. Dessutom är det betydligt vanligare att vara ut med båt, motorcykel eller (hus)bil bland de bosatta i skärgården.

3.6 Sociala aktiviteter

Sociala aktiviteter som att *umgås med släkt eller vänner* är mycket vanligt (Figur 7). En majoritet (drygt 60 procent) har *umgåtts med släkt eller vänner* en gång i veckan eller ännu oftare. Vi ser även att det är vanligt att *besöka café och träffa kompisar till exempel ute på stan*. Vidare ser vi att nästan hälften av de svarande spenderar tid på *nöjesliv såsom disco, bar eller klubb* åtminstone någon gång det senaste året, medan det är mer ovanligt att *besöka ungdoms- eller föreningsgård*.

Figur 7. Sociala aktiviteter (andel svarande i procent)



Källa: ÅSUB

Under pandemin tenderade man att umgås mer sällan med släkt och vänner. Resultatet i den här undersökningen är återigen snarlikt vanorna från innan pandemin. Även resultatet för att *besöka café* ligger i linje med tidigare undersökningar, medan det har blivit något vanligare att *träffa kompisar ute*, både jämfört med 2020 och 2013.

Aktiviteten *nöjesliv, till exempel disco, bar eller klubb* är omformulerad från tidigare undersökningar (tidigare: *sällskapsliv/dans på disco/krok/lokal*). Aktiviteten påverkades av pandemins restriktioner men även här ser vi en återgång till samma nivå som innan pandemin.

Det är vanligare att kvinnor ägnar sig åt sociala aktiviteter som att umgås med släkt och vänner, besöka café och även att träffa kompisar ute, exempelvis på stan, jämfört med män.

I stor utsträckning är den yngsta åldersgruppen den som besöker ungdomsgård eller föreningsgård, där en av fem 16 till 24 åringar besöker ungdomsgård åtminstone en gång i månaden. Det är också vanligare att 16 till 24 åringar umgås med släkt och

vänner eller träffar kompisar nästintill dagligen, medan det sker mer sporadiskt för äldre åldersgrupper.

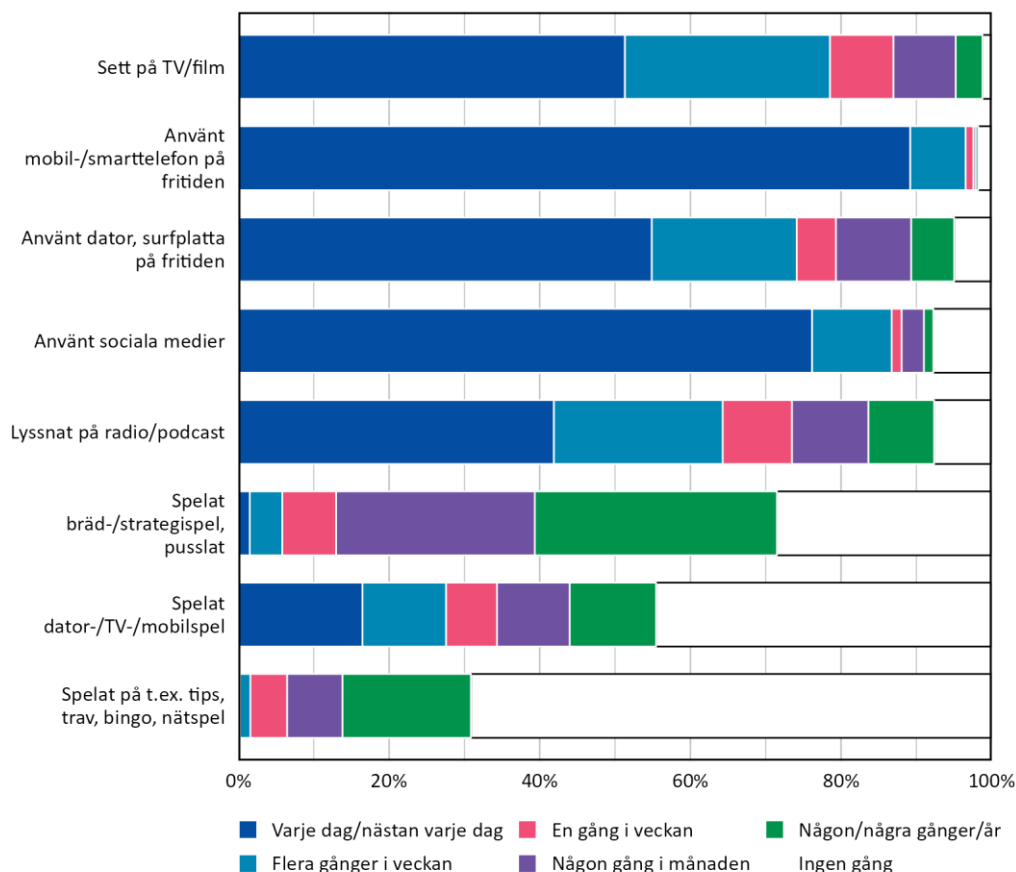
Vissa regionala skillnader framkommer också. De som bor i skärgården eller på landsbygden besöker disco, bar, klubb mer sällan än de som bor i Mariehamn. Däremot ser vi att det är högre andel som besöker ungdomsgård eller föreningsgård bland de bosatta i skärgården.

3.7 Användning av medier, spel

Medieanvändning är vanligt förekommande, se *Figur 8*. I stort sett samtliga svarande (98 procent) har *använt mobiltelefon eller smarttelefon på fritiden* minst en gång i veckan, de allra flesta använder sig av mobil- eller smarttelefon i stort sett varje dag (knappt 90 procent). Vidare använder nästan 80 procent sig av en *dator eller surfplatta på fritiden* minst en gång i veckan.

Även sociala medier är vanligt förekommande – knappt 90 procent *använder sociala medier* flera gånger i veckan. Andelen som använder sociala medier nästan dagligen (76 procent) är högre än både andelen som *ser på tv eller film* nästan dagligen (51 procent) och andelen som *lyssnar på radio eller podcast* nästan dagligen (42 procent).

Figur 8. Användning av medier och spel (andel svarande i procent)



Källa: ÅSUB

Vidare ser vi att *dator-, tv-, och mobilspele* är den vanligaste spelformen att spela ofta – en tredjedel av svarande uppger att de *spelar dator-, tv-, eller mobilspele* minst en gång i veckan. *Brädspel, strategispel och pussel* spelas av fler personer, men något mer sällan. 40 procent av studiedeltagarna spelar dessa spel eller pusslar minst en gång i

månaden. *Spel på tips, trav, bingo eller nätspel* är ovanligare, totalt spelar ungefär en tredjedel på tips, trav, bingo eller nätspel åtminstone någon gång per år.

Användningen av *mobil- eller smarttelefon på fritiden* ligger på ungefär samma nivå som i undersökningen från 2021, men har ökat jämfört med undersökningen från 2014 då drygt 70 procent använde mobiltelefon dagligen. Även *användningen av sociala medier* har ökat under det senaste decenniet. Nio av tio svarande har använt sociala medier åtminstone en gång i veckan i den här undersökningen, jämfört med omkring hälften av studiedeltagarna i undersökningen från 2014. Vidare ser vi att andelen som *lyssnar på radio eller podcast* varje dag eller nästan varje dag har minskat sedan 2014. Generellt kan konstateras att coronapandemin ledde till ökad konsumtion av nyheter och information på Åland (ÅSUB, 2020). Eventuellt kan medievanorna ha förändrats, i den här undersökningen ser vi endast mängden tid som använts.

Dator-, tv-, eller mobilspel ligger på ungefär samma nivå som under pandemin men har ökat något jämfört med 2013 (55 procent 2024, jämfört med 40 procent 2013). Även brädspel, strategispel och pussel har ökat något, från drygt 60 procent 2013 och 2020, till drygt 70 procent i årets resultat. Däremot verkar spel på exempelvis tips, trav, bingo och andra nätspel ha minskat något sedan 2013, då det låg på 40 procent, till omkring 30 procent både 2020 och 2024. Detta kan hänga ihop med att Veikkaus slutade sin verksamhet på Åland 2018 vilket minskade spelandet (till exempel lotto).

Som redan nämnts tidigare använder män i högre utsträckning dator eller surfplatta, medan kvinnor använder sociala medier i högre utsträckning. Utöver de ålderskillnader som nämnes tidigare, där unga i större utsträckning använder dator och sociala medier i betydligt större utsträckning än äldre ser vi också att datorspel och tv-spel är vanligast bland den yngsta åldersgruppen och avtar därefter med åldern. Däremot lyssnar de yngre svarande på radio eller podcast i lägre utsträckning än övriga åldersgrupper. Högre andel av de som är 65 år eller äldre ser på tv flera gånger i veckan eller varje dag jämfört med yngre åldersgrupper.

Brädspel, strategispel och pussel är vanligast bland 16 till 24 åringar – 25 procent i den åldersgruppen spelar bräd-, strategispel eller pusslar åtminstone en gång i veckan. Därefter avtar det något med åldern, motsvarande andel är 18 procent av 25 till 44 åringar, nio procent av 45 till 64 åringar och sju procent av de som är 65 år eller äldre.

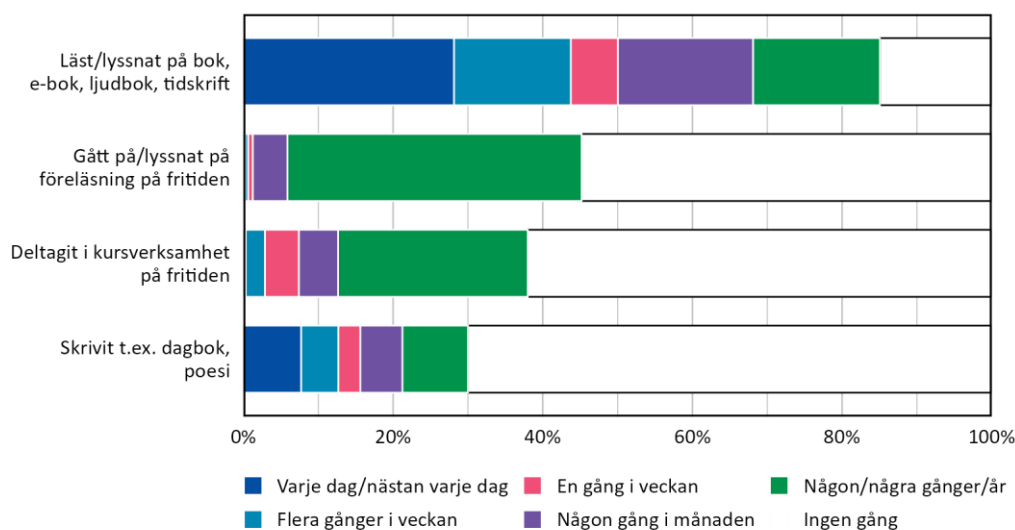
Inga regionala skillnader förekommer när det gäller medieanvändning eller spel.

3.8 Studier och liknande aktiviteter

Det är vanligt att *läsa böcker, e-böcker, lyssna på ljudböcker eller läsa tidskrifter* (Figur 9). Hälften av de svarande läser minst en gång i veckan eller oftare och 85 procent har ägnat sig åt det minst en gång under de senaste tolv månaderna.

Vidare har omkring 30 procent ägnat sig åt att *skriva till exempel dagbok eller poesi*, varav ungefär hälften av dessa har gjort det minst en gång i veckan. Att *gå eller lyssna på föreläsning på fritiden* är en aktivitet som förekommer mer sporadiskt. Totalt har 45 procent lyssnat på föreläsning minst en gång under de föregående 12 månaderna, varav de allra flesta gjort det någon eller några gånger per år. Slutligen har knappt 40 procent *deltagit i någon kursverksamhet på fritiden*.

Jämfört med föregående undersökning noterar vi att mönstret ser på det stora hela liknande ut när det gäller att läsa böcker, även om det är värt att notera att läsa e-böcker, lyssna på ljudböcker och läsa böcker slogs ihop i årets undersökning.

Figur 9. Läst, studerat och liknande aktiviteter (andel svarande i procent)

Källa: ÅSUB

Andelen som skrivit är något högre i den här undersökningen jämfört med tidigare år, vilket troligen beror på att aktiviteten ändrats från "*skrivit, diktat*" till "*skrivit, till exempel dagbok eller poesi*". Det har blivit något vanligare att *lyssna på föreläsning*. I samband med pandemin var det endast knappt 30 procent som gjort det, nu har det ökat till 45 procent, vilket är en liten ökning även jämfört med 2014 då mindre än 40 procent hade lyssnat på någon föreläsning. Även deltagandet i kursverksamhet har ökat efter pandemin då endast en dryg fjärdedel deltagit i kursverksamhet. Resultatet från årets undersökning är i linje med det från 2014. Just deltagande i kursverksamhet och att gå på föreläsning framkom att hade minskat under pandemin, så även här verkar fritidsvanorna ha återhämtat sig.

Liksom i föregående undersökning är det vanligare att kvinnor läser, skriver och deltar i kursverksamhet, jämfört med män.

Att läsa är mindre vanligt i de yngre åldersgrupperna, men blir vanligare med åldern. Den yngsta gruppen är också den som skriver dagbok eller poesi i lägst utsträckning, medan den äldsta gruppen är den där störst andel skriver varje dag eller nästan varje dag.

Deltagande i kursverksamhet är vanligare bland svarande bosatta i Mariehamn och på landsbygden, jämfört med de som bor i skärgården.

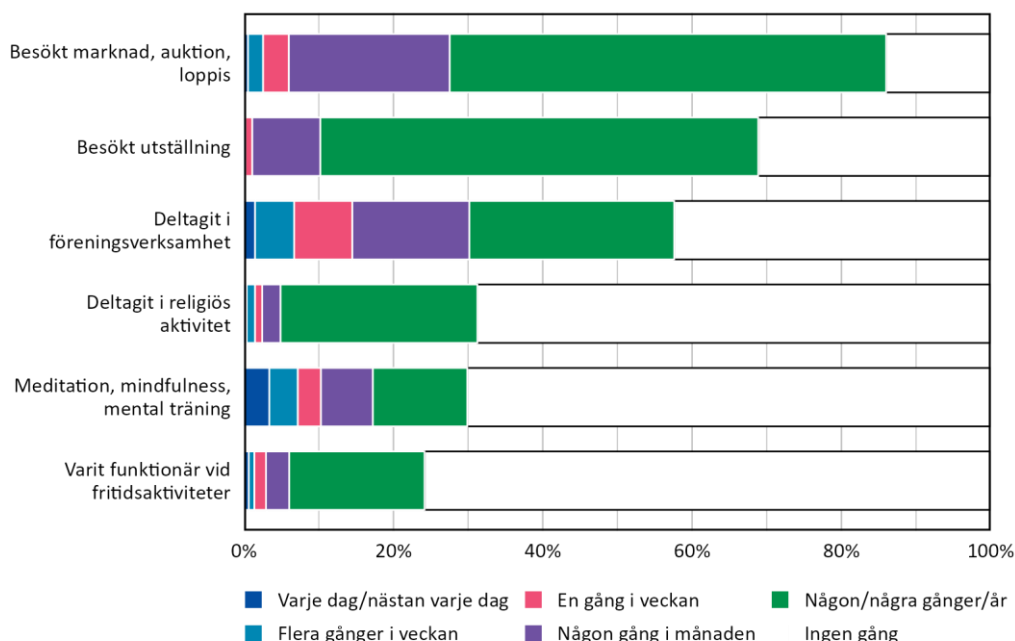
3.9 Övriga aktiviteter

Den sista kategorin innehåller aktiviteter som att besöka olika marknader, eller utställningar, föreningsverksamhet, religiös aktivitet, och meditation, mindfulness och mental träning (se Figur 10). Resultatet visar att det är vanligt att *besöka marknader, auktioner eller loppmarknader* – 85 procent av de svarande hade gjort det någon gång under de senaste tolv månaderna. Det verkar dock vara en aktivitet som för de flesta sker någon gång i månaden eller ännu mer sällan. Även att *besöka utställningar* är en mer sporadisk men vanligt förekommande aktivitet som nästan 70 procent ägnat sig åt någon gång.

Vidare visar resultatet att en majoritet (62 procent) av studiedeltagarna har *deltagit i föreningsverksamhet*. Totalt hade 30 procent deltagit i föreningsverksamhet någon gång i månaden eller oftare. Knappt en tredjedel har ägnat sig åt *meditation*,

mindfulness eller annan mental träning och lika stor andel har *deltagit i religiös aktivitet*, medan en fjärdedel har varit funktionär vid fritidsaktiviteter.

Figur 10. Övriga aktiviteter (andel svarande i procent)



Källa: ÅSUB

I föregående utredning konstaterades att begränsningarna i samband med covid påverkade i vilken utsträckning man kunnat besöka marknader, auktioner, loppmarknader samt utställningar. Nu har andelen som utövat dessa aktiviteter återgått till samma nivåer som i undersökningen innan pandemin. Dessutom är andelen som *deltagit i föreningsverksamhet* och i *religiös verksamhet* högre än i de senaste två utredningarna.

Även andelen som utövat *meditation, mindfulness eller annan mental träning* har ökat jämfört med både 2020 och 2013. Här är det dock viktigt att beakta att aktiviteten ändrats i årets utredning, från att tidigare innehålla yoga (*mental träning/yoga*) till *meditation, mindfulness eller annan mental träning*. Yoga finns i stället med som en egen motionsaktivitet. Trots detta har andelen som utövat *meditation, mindfulness eller annan mental träning* ökat från omkring 20 procent i de två föregående undersökningarna till 30 procent i år. Att delta som *funktionär vid fritidsaktiviteter* har ökat något sedan 2020 och är snarlik resultatet från 2013.

Kvinnor besöker marknader, auktioner och loppisar i större utsträckning än män, och gör det även oftare medan det sker mer sporadiskt för män. Kvinnor besöker också utställningar och utövar meditation, mindfulness och annan mental träning mer frekvent än män. Män är å andra sidan funktionärer vid fritidsaktiviteter i något högre utsträckning än kvinnor.

Meditation, mindfulness och annan mental träning är vanligast förekommande i åldersgruppen 25 till 44 år. Föreningsverksamhet är vanligast i den äldsta åldersgruppen och avtar därefter för att vara som lägst i den yngsta åldersgruppen.

Inga regionala skillnader förekommer i utövandet av dessa aktiviteter.

Bland de personer som uppgav att de utövar andra fritidsaktiviteter än de listade i frågeformuläret var det mest frekventa svaret andra sociala aktiviteter än vad som

uppgavs i enkäten. Knappt tio personer uppgav aktiviteter som barnpassning, lek med barn eller barnbarn, deltagande i bokklubb eller olika kaffe-grupper. Utöver det nämndes andra idrotts- och motionsformer (exempelvis vattenpolo, curling) samt olika former av underhållsarbeten hemma på gården, som båda uppgavs av omkring en handfull personer vardera. Andra aktiviteter som nämndes är frivilligt arbete, programmering, korsord, resa.

4. Föreningsverksamhet

För att mäta föreningsaktivitet bland personer på Åland tillfrågades studiedeltagarna (1) om de är medlemmar i någon förening, och i så fall i hur många föreningar, (2) om de deltagit i någon föreningsverksamhet under de senaste tolv månaderna och slutligen (3) om de spenderat tid på föreningsarbete eller frivilligarbete.

Som visas i *Tabell 2* var 63 procent av svarande medlem i minst en förening. I genomsnitt var studiedeltagarna medlem i tre föreningar. Andelen som var medlem i någon förening ökade markant med ålder, där de som var 65 år eller äldre också var medlem i signifikant fler föreningar än yngre. Dessutom var det betydligt vanligare att vara medlem i en förening bland personer bosatta i skärgården.

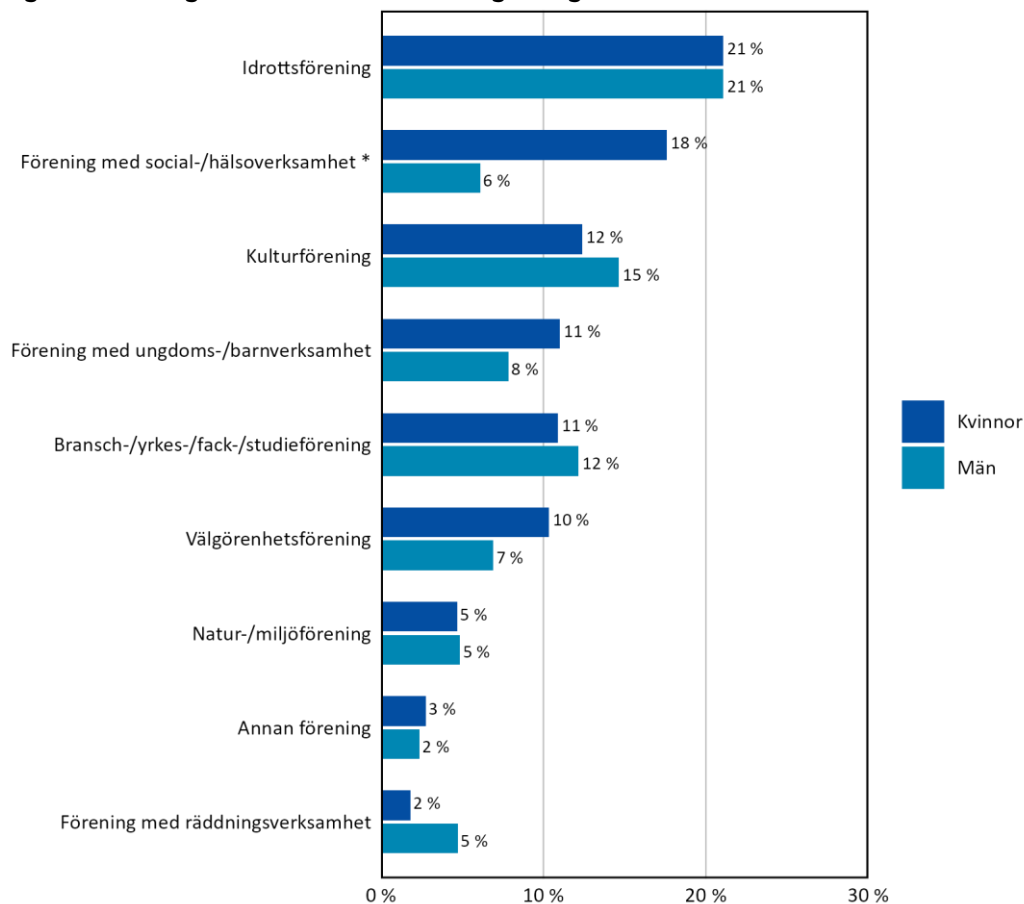
Tabell 2. Andel svarande som är medlemmar i en förening efter kön, åldersgrupp och boenderegion.

	2024	2020
Totalt	63 %	57 %
Kvinnor	61 %	61 %
Män	65 %	53 %
16–24 år	48 %	38 %
25–44 år	55 %	54 %
45–64 år	64 %	57 %
65+ år	79 %	67 %
Mariehamn	60 %	57 %
Fasta Ålands landsbygd	63 %	56 %
Skärgården	82 %	61 %

Källa: ÅSUB

I stort följer detta samma mönster som i tidigare undersökningar. Andelen svarande som är medlem i minst en förening är något högre jämfört med undersökningen från 2020, då 57 procent var föreningsaktiva, men i linje med resultatet från 2013 då 61 procent var aktiva. Framför allt kan vi se att andelen män som är medlem i någon förening har ökat, från 53 procent år 2020 till 65 procent i årets undersökning. Vidare kan vi se att andelen föreningsaktiva bland personer bosatta i skärgården har ökat betydligt – från 61 procent 2020 till 82 procent 2025.

Då vi ser närmare på vilken typ av föreningsverksamhet som de svarande ägnat sig åt under de senaste tolv månaderna ser vi att idrottsförening är den vanligaste föreningsformen som en av fem svarande är aktiva inom (se *Figur 11*). Andra vanliga typer är kulturförening, förening med social- eller hälsoverksamhet samt förening med ungdoms- eller barnverksamhet.

Figur 11. Föreningsverksamhet efter föreningskategori och kön

* anger statistiskt signifikanta skillnader mellan män och kvinnor.

Källa: ÅSUB

De svarande gavs även möjlighet att nämna andra föreningar som de är aktiva i. Mest återkommande var olika bil- och motorfordonsföreningar, samt jakt- och viltvårdsföreningar, men även ordnar, pensionärsföreningar, politiska och religiösa föreningar, samt föreningar kopplade till sjöfart nämndes.

Liksom tidigare år är det vanligare att kvinnor är aktiva inom föreningar med social- eller hälsoverksamhet, jämfört med män.

Vissa mönster går att urskilja när vi undersöker resultatet utifrån ålder. Deltagande i föreningsverksamhet inom kultur, social- eller hälsoverksamhet, välgörenhet och natur och miljö ökar med åldern och är som högst bland de som är 65 år eller äldre. Barn- och ungdomsföreningar är i stället vanligast bland de som är 25 till 44 år gamla, medan förening med räddningsverksamhet är vanligast bland personer i åldersgruppen 16 till 24 år.

Vidare kan vi se att det är betydligt vanligare att vara med i föreningar med barn- och ungdomsverksamhet och räddningsverksamhet bland bosatta i skärgården, jämfört med personer bosatta i Mariehamn och på landsbygden.

Omkring 38 procent av de svarande utför någon form av föreningsarbete eller ideellt arbete, där obetalt föreningsarbete eller annat volontärarbete (34 procent) är vanligare än betalt föreningsarbete (8 procent).

De som utför obetalt föreningsarbete/annat volontärarbete lägger i genomsnitt 10 timmar i månaden på detta, inklusive restid (Tabell 3). Män lägger i genomsnitt ner

signifikant mer tid än kvinnor på det här slaget av obetalt arbete, drygt 12 timmar i månaden, jämfört med knappt 8 timmar i månaden bland kvinnor. Inga signifikanta skillnader förekommer utifrån ålder, däremot ser vi att personer som är bosatta i Mariehamn lägger mer tid på obetalt arbete (drygt 13 timmar, jämfört med omkring åtta timmar bland personer bosatta på fasta Ålands landsbygd och i skärgården).

Tabell 3. Genomsnittlig tid på betalt och obetalt föreningsarbete, bland de som utfört något föreningsarbete

	Obetalt arbete (187 personer)	Betalt arbete (43 personer)
Totalt	10,0 h	8,6 h
Kvinnor	7,7 h	7,6 h
Män	12,2 h	9,4 h
16–24 år	13,7 h	9,0 h
25–44 år	11,7 h	11,4 h
45–64 år	8,2 h	6,2 h
65+ år	9,6 h	7,4 h
Mariehamn	13,2 h	8,2 h
Fasta Ålands landsbygd	8,0 h	10,6 h
Skärgården	8,2 h	6,0 h

Not: statistiskt signifikanta skillnader är i fetstil.

Källa: ÅSUB

Mindre tid spenderas på betalt föreningsarbete där genomsnittet bland de som utfört betalt föreningsarbete är omkring åtta och en halv timme i månaden, inklusive restid. Det finns inga statistiskt signifikanta skillnader i tiden för betalt föreningsarbete utifrån kön, ålder eller bostadsort, men det bör dock noteras att endast 43 personer utförde något betalt föreningsarbete vilket gör det svårt att upptäcka signifikanta skillnader i undergrupper.

Resultatet är inte jämförbart med tidigare utredningar då vi i årets utredning frågade skilt om betalt och obetalt föreningsarbete eller annat volontärarbete.

5. Deltagande i evenemang på Åland

Liksom tidigare år fick studiedeltagarna besvara vilka evenemang på Åland de deltagit i under föregående tolv månaderna. Se *Tabell 4* för de tio evenemang som störst andel svarande besökt under 2024, 2020 samt 2013. Aktiviteterna varierar dock från år till år, så det är endast riktgivande vilka aktiviteter som är de mest populära.

Tabell 4. De tio populäraste evenemangen 2024, 2020 och 2013

2024		2020		2013	
Besökt museum	71 %	Skördefesten på Åland	53 %	Skördefesten på Åland	63 %
Skördefesten på Åland, Åland grönskar	68 %	Open by night	15 %	Ålands Sjödagar	49 %
Tall Ships Races	65 %	Andra marknader	14 %	Rock Off Festival	39 %
Marknader	48 %	IFK Mariehamn fotbollsmatcher	13 %	Åländsk teateruppsättning	32 %
Rockoff	38 %	Åländsk teateruppsättning	13 %	Open by Night	29 %
Lokala musikkonserter	34 %	Digitala musikkonserter	13 %	Vikingamarknaden	29 %
Åländsk teateruppsättning	31 %	Lokala musikkonserter	9 %	Ålandsmässan/ Godbymässan	27 %
Fotbollsmatcher	23 %	Åland United fotbollsmatcher	7 %	Kulturnatten	27 %
Kulturnatten	22 %	Motorsports-evenemang	8 %	IFK Mariehamn fotbollsmatcher	25 %
Motorsports-evenemang	19 %	Vera filmfestival	6 %	Röda Kors-Marknad	15 %

Källa: ÅSUB

Museibesök, Skördefesten på Åland, Åland grönskar, Tall Ships Races och marknader hör till de populäraste evenemangen under 2024. Flera av dessa var även med bland de mest besökta i tidigare utredningar.

Jämförbarheten mellan åren försvåras av att många evenemang ställdes in under pandemin. Till årets undersökning slogs dessutom flera kategorier ihop till mer övergripande kategorier, till exempel fotbollsmatcher, marknader och museum, i stället för att ange specifika fotbollsmatcher, marknader och museum. I *Tabell 5* listas de evenemang som funnits med även i de två tidigare undersökningarna.

Tabell 5. Evenemang som funnits med i undersökningen från 2020 och 2013

	2024	2020	2013
Skördefesten på Åland, Åland grönskar	68 %	53 %	63 %
RockOff	38 %		39 %
Kulturnatten	22 %		27 %
Motorsportevenemang	19 %	8 %	8 %
Ishockeyevenemang	11 %	4 %	9 %
Öppna ateljéer/Konstrundan	10 %	5 %	7 %
Utomåländskt teatergästspel	9 %	5 %	8 %
Vera filmfestival	3 %	6 %	6 %
Orgelfestivalen	1 %		4 %

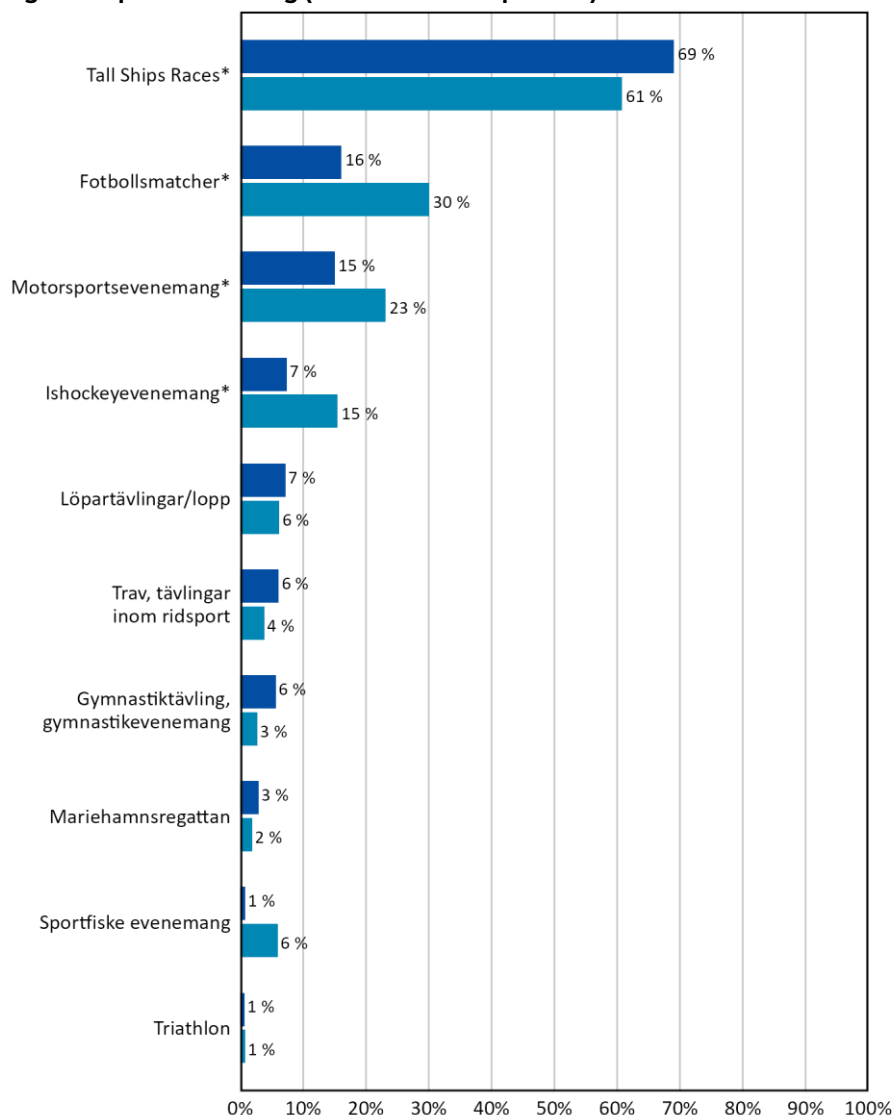
Källa: ÅSUB

Generellt kan vi se en återgång efter pandemin även när det gäller evenemangsbesök. De som minskade till följd av pandemin är nu på samma nivå som 2013.

Resultatet kommer nu att presenteras skilt för de olika evenemangstyperna. Till skillnad från tidigare år frågade vi inte om besök på specifika museum i den här utredningen, utan endast om de svarande varit på något museum på Åland. Totalt hade 71 procent av de svarande varit på något museum (73 procent av kvinnorna och 68 procent av männen, skillnaden är dock inte statistiskt signifikant).

Bland sportevenemang står Tall Ships Races ut som det mest besökta evenemanget, som nästan två tredjedelar av svarande deltagit i (*Figur 12*). Även fotbollsmatcher och motorsportevenemang är relativt populära och har besökts av en av fem svarande. De minst besökta sportevenemangen är triathlon, Mariehamnsregattan och sportfiskeevenemang.

Figur 12. Sportevenemang (andel svarande i procent)

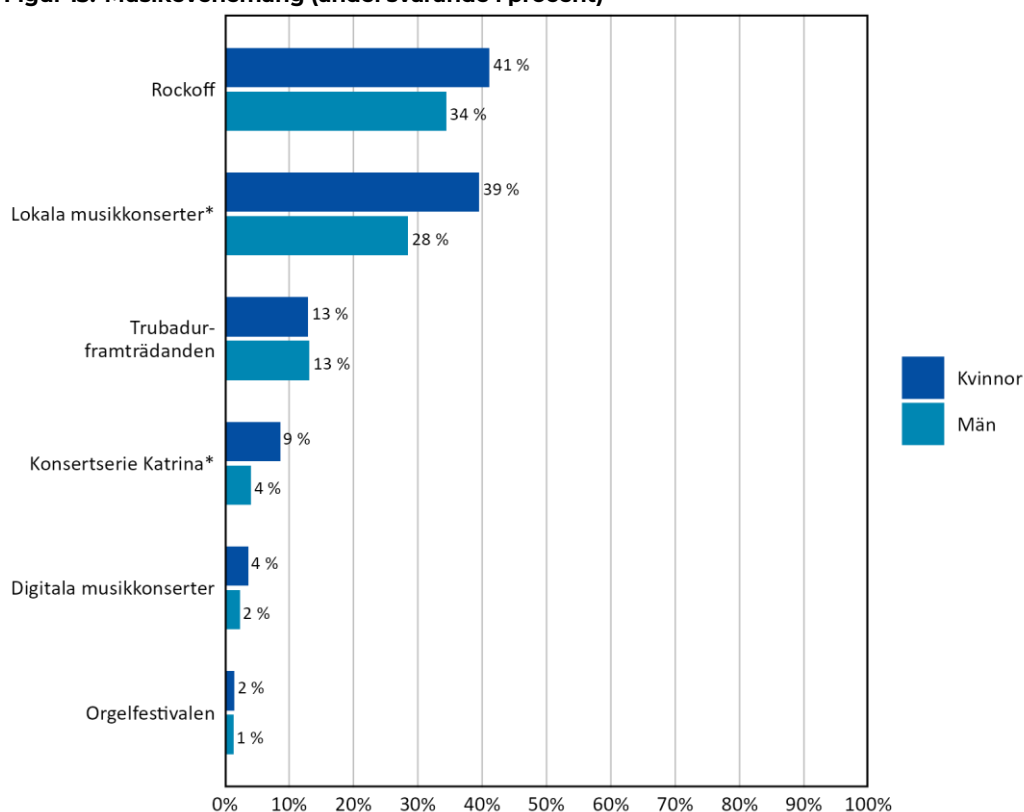


* anger statistiskt signifikanta skillnader mellan män och kvinnor.
Källa: ÅSUB

De svarande kunde även ange evenemang utanför de listade. Bland sportevenemang var volleybollmatcher det vanligaste svaret följt av innebandymatcher (båda nämndes av ungefär fem personer vardera). Andra sportevenemang som rapporterades av enstaka personer var olika djursportsevenemang, judotävling, sportskytte, simtävlingar och surfcamp i Degersand.

När det gäller musikevenemang är både Rockoff och lokala musikkonserter populära – mer än var tredje svarande har besökt sådana evenemang (se Figur 13). Pandemins påverkan på förra undersökningen är tydlig då digitala musikkonserter var det vanligaste musikevenemanget 2020. Digitala konserter har nu minskat ordentligt i popularitet.

Figur 13. Musikevenemang (andel svarande i procent)



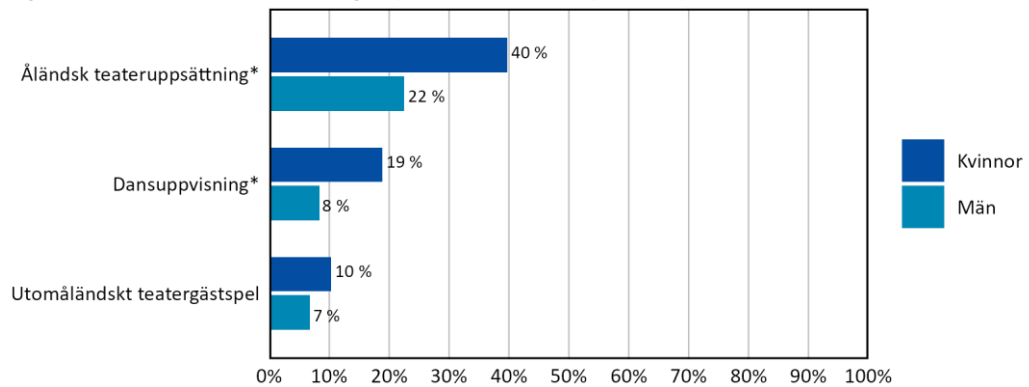
* anger statistiskt signifikanta skillnader mellan män och kvinnor.

Källa: ÅSUB

Bland de personer som deltagit eller besökt andra musikevenemang var musikalerna och Ålands dansbandsfestival de mest återkommande som nämndes av knappt tio personer vardera. Andra musikevenemang som också nämndes var evenemang på lokala nattklubbar och barer, andra musikfestivaler samt kyrkokonserter.

Relativt många svarande hade besökt någon åländsk teateruppsättning, 40 procent av kvinnorna och drygt 20 procent av männen (Figur 14). Generellt är det vanligare att kvinnor går på scenkonstföreställningar än män, liksom i tidigare undersökningar. Även här är resultatet snarlikt det från 2013, vilket innebär en återhämtning från det låga evenemangsbesökandet under pandemin.

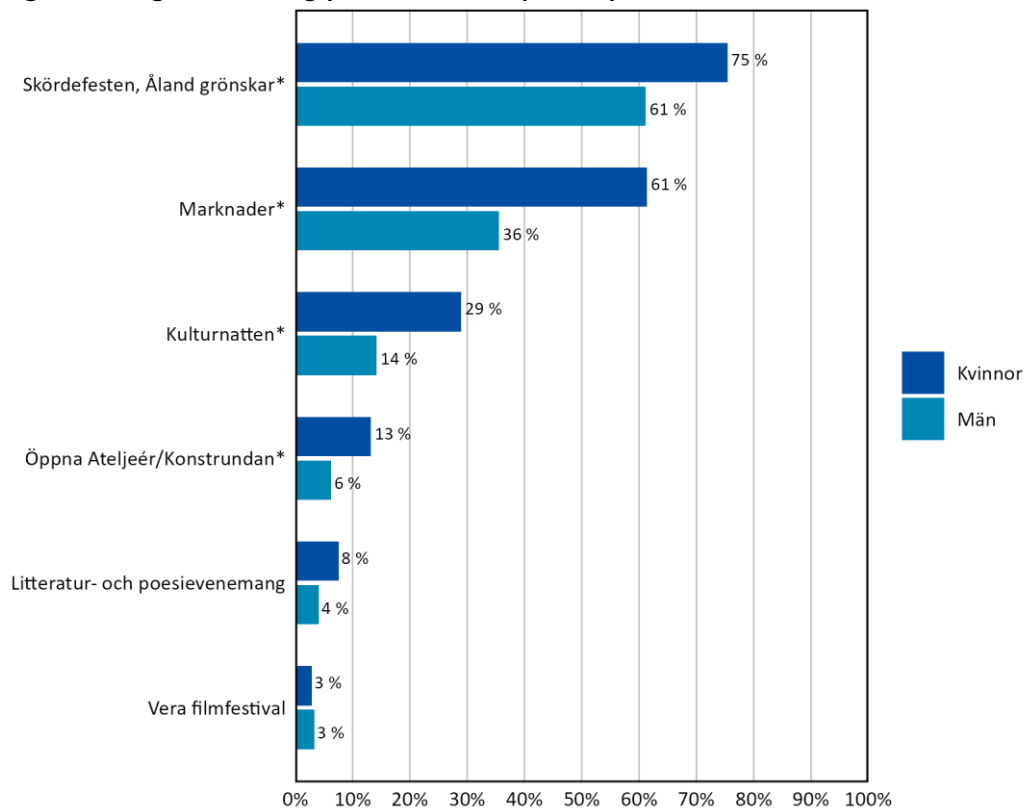
Bland de personer som uppgivit att de deltagit i eller besökt andra scenkonstföreställningar nämndes bland annat revyer och tvärkonstnärliga föreställningar.

Figur 14. Scenkonstföreläsningar (andel svarande i procent)

* anger statistiskt signifikanta skillnader mellan män och kvinnor.

Källa: ÅSUB

Bland de övriga evenemang som listades i frågeformuläret var *Skördefesten, Åland grönskar* det som flest svarande hade besökt (Figur 15). Skördefesten har varit populär även i tidigare kultur- och fritidsvaneundersökningar på Åland. Relativt många har även besökt marknader och kulturnatten.

Figur 15. Övriga evenemang (andel svarande i procent)

* anger statistiskt signifikanta skillnader mellan män och kvinnor.

Källa: ÅSUB

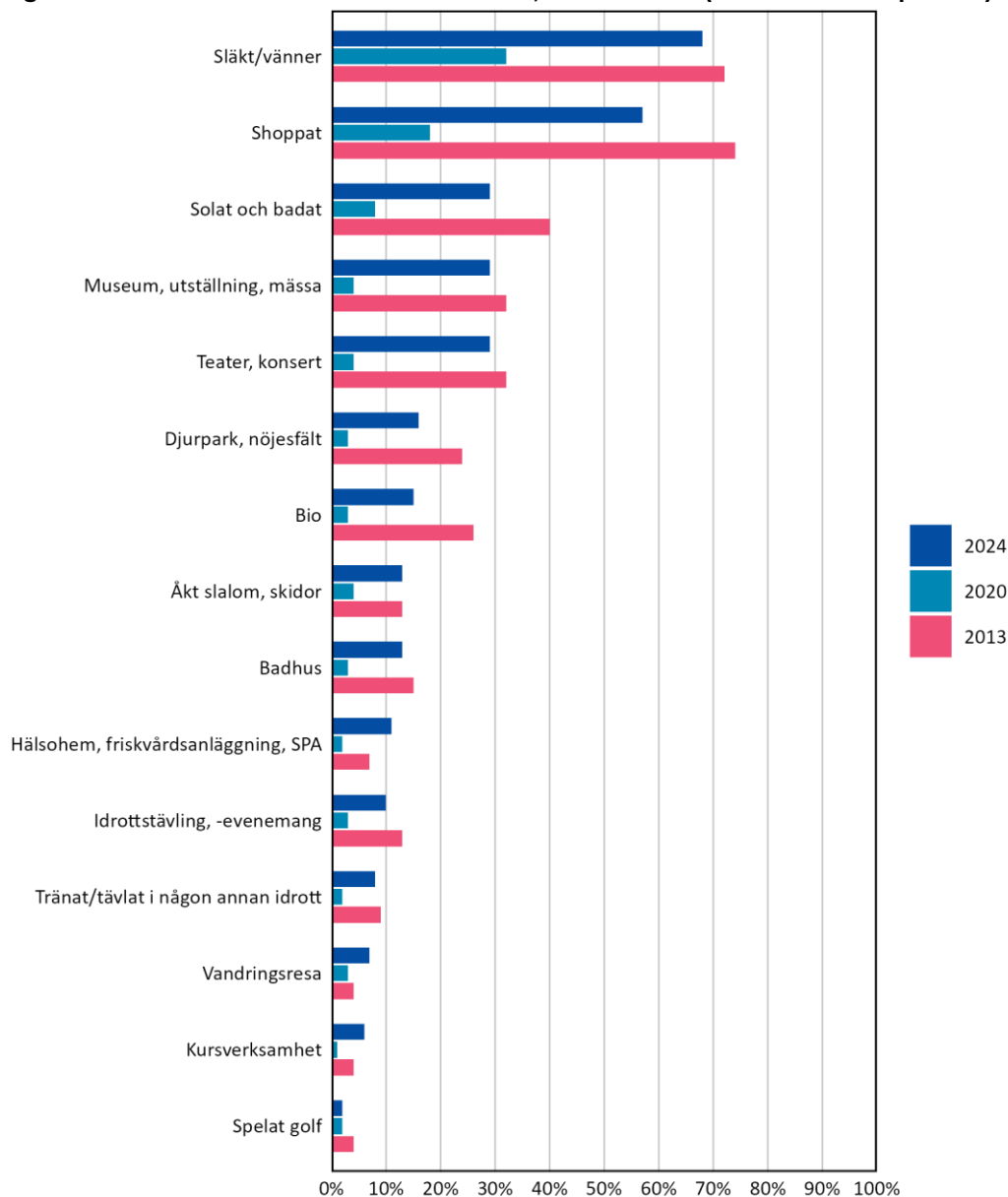
Bland de cirka 15 personer som uppgav att de deltagit i andra evenemang än vad som listats var det vanligaste svaret Standup, efterföljt av olika filmvisningar. Andra evenemang som nämndes var Pokerrun, Cruisingen, motorfordonsträffar, midsommarstångresning, kulturveckor och studieevenemang.

6. Fritidsaktiviteter utanför Åland

Förutom de fritidsaktiviteter som utövas på Åland frågades de svarande även om deras fritidsaktiviteter utanför Åland, för att ge en helhetsbild av hur personer bosatta på Åland tillbringar sin fritid. Totalt har 87 procent av de svarande varit utanför Åland på sin fritid. Det är vanligt att utöva fritidsaktiviteter utanför Åland i alla åldersgrupper, även om de som är 65 år eller äldre gör det i något mindre omfattning än övriga åldersgrupper (85 procent av 16–24 åringar har varit utanför Åland på fritiden, jämfört med 89 procent av 25–44 åringar, 92 procent av 45–64 åringar och 78 procent av de som är 65 år eller äldre).

Andelen som varit utanför Åland på fritiden är högre i årets undersökning än under pandemiåret som präglades av bland annat gränsrestriktioner. I undersökningen från 2021 hade 56 procent varit utanför Åland och det var tydligt att utrikesresor, framför allt till Sverige, påverkades märkbart av pandemins restriktioner.

Figur 16. Fritidsaktiviteter utanför Åland år 2024, 2020 och 2013 (andel svarande i procent).



Källa: ÅSUB

De flesta som har varit utanför Åland för att utöva fritidsaktiviteter har besökt släkt eller vänner. Många har även shoppat utanför Åland. Även i de båda tidigare undersökningarna var dessa de vanligaste fritidsaktiviteterna utanför Åland.

I *Figur 16* ovan syns tydligt hur pandemin påverkade fritidsutövningen utanför Åland under 2020. Nu ligger de flesta aktiviteterna på ungefär samma nivå som innan pandemin, även om något färre personer varit utanför Åland för att shoppa, sola och bada, eller gå på bio, jämfört med 2013.

Bland de personer som uppgav att de utfört andra fritidsaktiviteter utanför Åland var det vanligaste svaret olika semesterresor och husbils- och motorcykelsemestrar. Flera uppgav även att de befann sig på egna stugor, turistade i städer, deltog i kryssningar, deltog i studieevenemang, reste på grund av kultureller relaterade orsaker samt resor på grund av hälso- eller familjerelaterade orsaker. Andra fritidsaktiviteter som nämndes var volontärbete, religionsrelaterade aktiviteter, firande, camping, djuraktiviteter och segling.

Det är vanligare att kvinnor shoppar eller vandrar utanför Åland, medan män i större utsträckning uppgett att de ägnat sig åt att spela golf, eller besöka idrottstävling, eller idrottsevenemang.

Även vissa åldersskillnader framkommer. Det är vanligare att yngre studiedeltagare åker för att träna eller tävla i någon idrott, eller för att besöka en idrottstävling eller idrottsevenemang. Likaså är det vanligast att yngre besöker djurpark eller nöjesfält utanför Åland. Att gå på teater eller konsert, besöka hälsohem, friskvårdsanläggning eller SPA och att sola och bada är vanligast bland personer i åldersgrupperna 25 till 44 år samt 45 till 64 år. Den äldsta åldersgruppen svarande är de som i lägst utsträckning åker utanför Åland för att shoppa och för att besöka släkt och vänner.

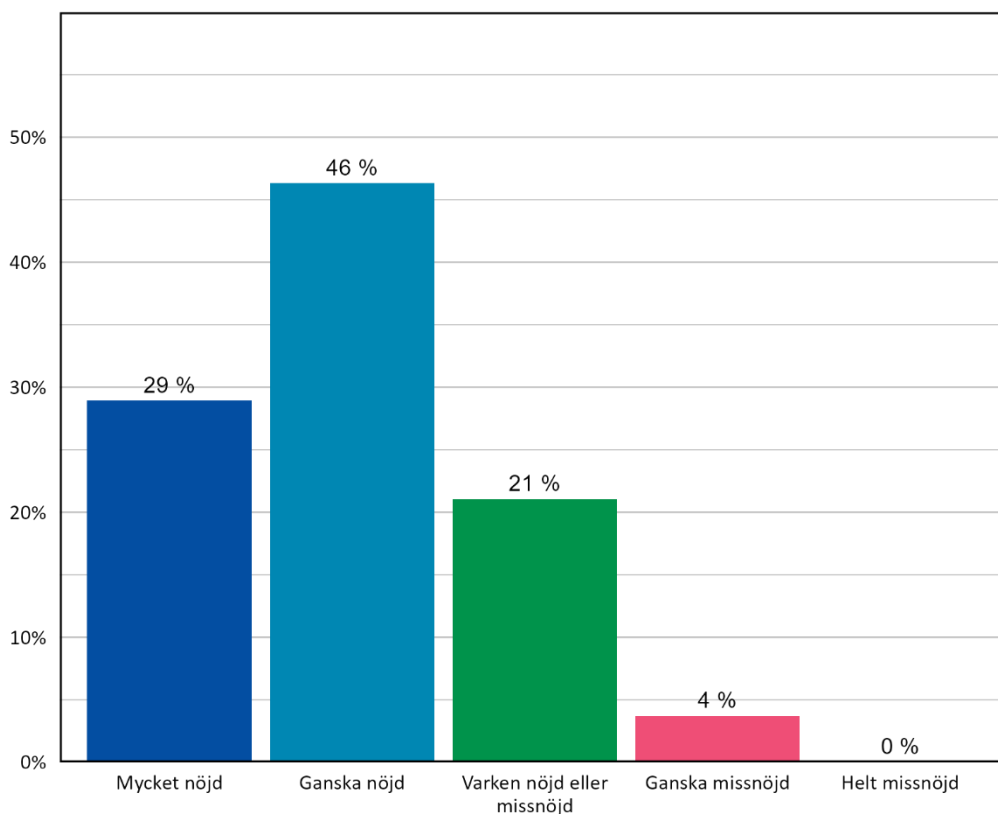
7. Utvärdering av sin fritid

Här diskuteras hur nöjd man är med sin fritid, vad som begränsar en i sitt utövande av fritidsaktiviteter, om det finns något man vill ägna sig åt men som inte erbjuds på Åland och hur nöjd man är med aktiviteterna inom sin kommun.

7.1 Nöjd med sin fritid

Generellt är personer bosatta på Åland nöjda med sin fritid – tre fjärdedelar är ganska eller mycket nöjda med sin fritid (*Figur 17*). Endast fyra procent svarade att de var ganska missnöjda och ingen svarade att de var helt missnöjd med sin fritid.

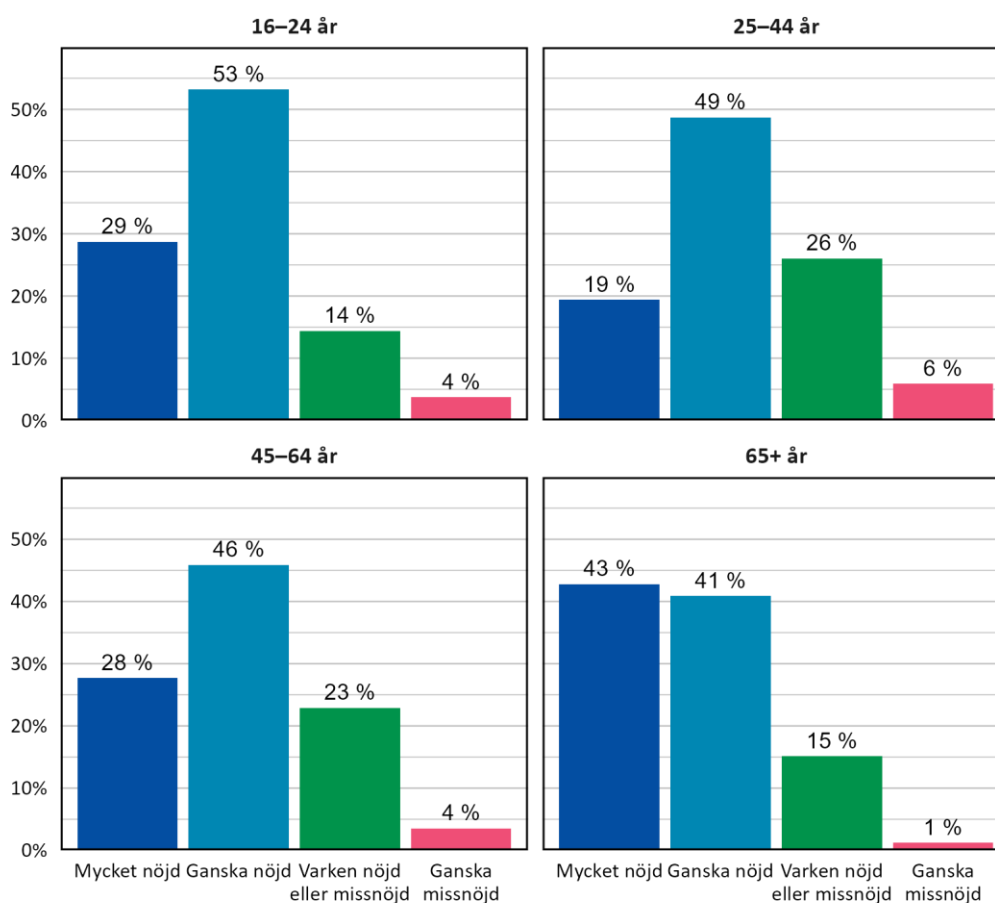
Figur 17. Hur nöjd är du med din fritid?



Källa: ÅSUB

I undersökningen från 2021 konstaterades att andelen som var nöjda med den egna fritiden (65 procent) låg på en betydligt lägre nivå än i tidigare undersökningar. I årets undersökning har andelen som är nöjd med fritiden återigen ökat och är jämförbar med resultatet i undersökningen innan pandemin (omkring 80 procent 2014).

Det förekommer inte några signifikanta skillnader i hur nöjd man är mellan kvinnor och män, eller mellan personer bosatta i olika regioner. Däremot kunde vi se att andelen som är mycket nöjd med sin fritid är högre bland de som är 65 år eller äldre, jämfört med övriga åldersgrupper (se *Figur 18*).

Figur 18. Hur nöjd är du med din fritid? Andel svarande efter ålder

Källa: ÅSUB

7.2 Kostnader för fritidsaktiviteter

De svarande ombads uppskatta hur mycket de spenderar på fritidsaktiviteter i genomsnitt under en månad. För att få en bättre helhetsbild frågade vi i årets undersökning även om de har fått och använt friskvårdsbidrag för motion, kultur eller massage under de senaste tolv månaderna. Kostnaden för fritidsaktiviteter redovisas skilt utifrån om man har använt friskvårdsbidrag och är därför inte jämförbara med tidigare år.

Omkring 40 procent av de svarande hade använt friskvårdsbidrag och ytterligare tio procent får friskvårdsbidrag från sin arbetsgivare men hade inte använt det. I genomsnitt lägger samtliga svarande ungefär lika mycket på sina fritidsaktiviteter, oavsett om de får, och använder, friskvårdsbidrag eller inte:

- Personer utan friskvårdsbidrag lägger i genomsnitt 106 euro per månad på fritidsaktiviteter.
- Svarande som får friskvårdsbidrag från sin arbetsgivare, men som inte använt det, lägger i genomsnitt 108 euro per månad.
- De som både fått och använt sitt friskvårdsbidrag lägger i genomsnitt 111 euro per månad.

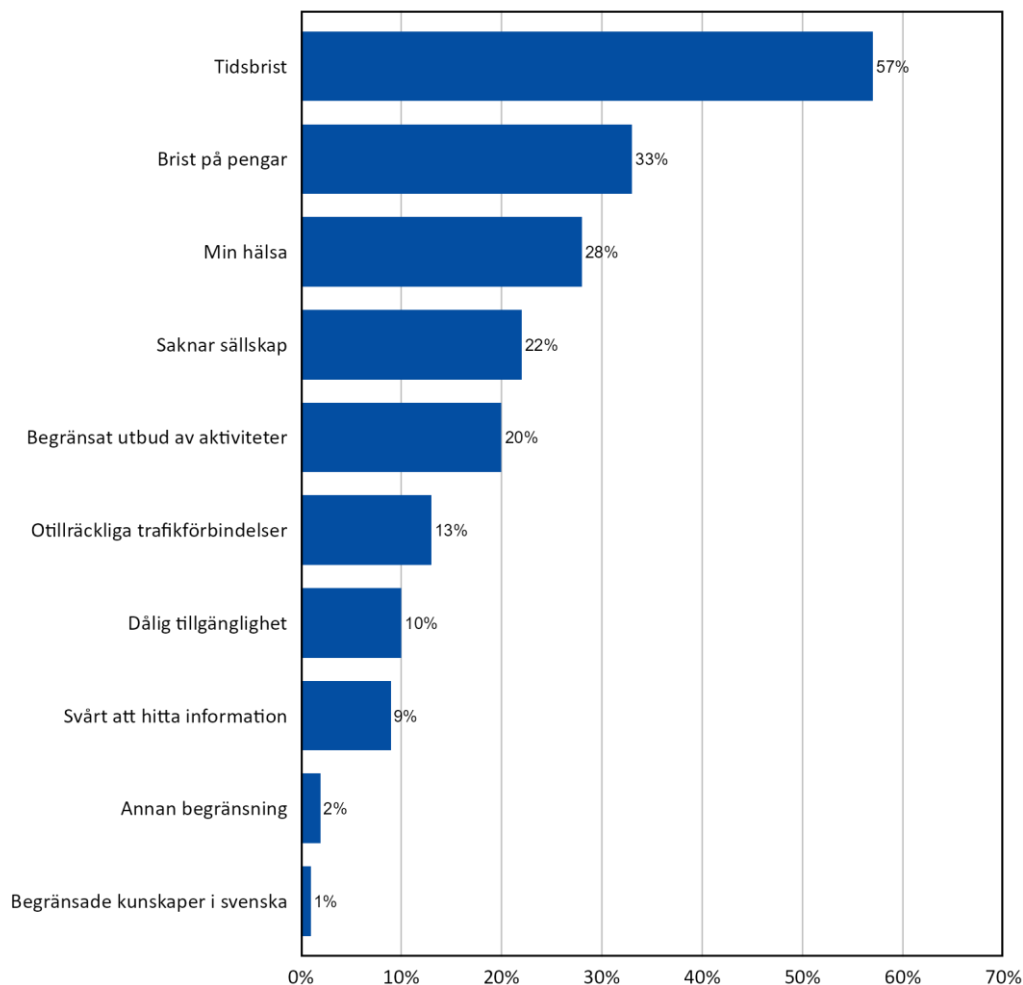
I de uppskattade kostnaderna ingår dock inte själva friskvårdsbidraget, vilket innebär att de faktiska kostnaderna om man räknar in friskvårdsbidraget är högre.

Även om jämförelser med tidigare undersökningar bör göras med stor försiktighet på grund av ändringarna i frågeformuläret, kan vi konstatera att kostnaden för fritidsaktiviteter ligger nära det som uppgetts i undersökningarna från 2021 och 2014.

7.3 Vad begränsar utövandet av fritidsaktiviteter?

I det här avsnittet analyserar vi vilka faktorer man upplever att begränsar utövandet av fritidsaktiviteter. Totalt uppgav nästan 60 procent av svarande att de upplevde att något begränsade dem i deras fritidsutövande. Det är vanligare att personer i åldersgruppen 25 till 44 år upplever att deras fritid begränsas, jämfört med personer i andra åldersgrupper.

Figur 19. Faktorer som begränsar fritidsutövandet (andel svarande av de som upplevt sig begränsade)



Not: Dålig tillgänglighet avser t.ex. fysisk miljö, otillräckligt anpassade aktiviteter eller liknande
Källa: ÅSUB

Bland de som upplevde att något begränsar deras fritidsutövande är *tidsbrist* den vanligaste begränsande faktorn, följt av *brist på pengar* och *den egna hälsan*.

En större andel män än kvinnor uppger *tidsbrist* som begränsande faktor, medan kvinnor i större utsträckning uppger *annan faktor*. Även vissa åldersmönster kan noteras när det gäller faktorer som begränsar utövningen av fritidsaktiviteter. Brist på pengar är den vanligaste begränsningen bland 16 till 24 åringar, medan tidsbrist är vanligast bland både bland 25 till 44 åringar och bland 45 till 64 åringar och den egna

hälsan var den vanligaste anledningen bland de som är 65 år och äldre. Vidare uppges dålig tillgänglighet och otillräckliga trafikförbindelser i betydligt högre utsträckning bland de som är bosatta i skärgården, jämfört med boende i Mariehamn och på landsbygden.

Bland de personer som uppgav andra orsaker som begränsar deras utövande av fritidsaktiviteter var familjesituationen den mest frekventa. Detta kan sättas i relation till att det var vanligare att kvinnor svarade "annan faktor" medan män uppgav tidsbrist i högre utsträckning. Det är möjligt att båda dessa faktorer handlar om en svårighet att få ihop vardagspusslet i familjen. Även dålig tillgång till tillhörande träningsutrustning, avstånd till aktiviteten och hur aktiviteten är uppbyggd nämndes av flera. Andra orsaker som rapporterades var brist på energi och ork, väder och miljöorsaker.

Flera förändringar i frågeformuläret inför den här undersökningen försvårar jämförbarheten över tid. Till exempel formulerades flera av de begränsande faktorerna om och en skild fråga om man upplevde att något begränsade en i sitt fritidsutövande tillkom i årets frågeformulär. Därför redovisades resultatet ovan som andel av de som uppgav att de var begränsade i sitt fritidsutövande. I *Tabell 6* nedan visas i stället begränsningarna beräknat som andel av samtliga svarande, i linje med tidigare undersökningar. Med tanke på dessa förändringar kan man förvänta sig en viss variation i svaren över tid och jämförelser bör ske med försiktighet.

Tabell 6. Begränsande faktorer år 2024, 2020 och 2013 (andel av samtliga svarande i procent)

	2024	2020	2013
Tidsbrist	32 %	28 %	47 %
Brist på pengar	18 %	13 %	24 %
Min hälsa*	15 %	10 %	13 %
Saknar sällskap*	13 %	10 %	10 %
Begränsat utbud av aktiviteter*	12 %	9 %	8 %
Otillräckliga trafikförbindelser*	7 %		
Dålig tillgänglighet i t.ex. fysisk miljö eller otillräckligt anpassade aktiviteter*	6 %	3 %	5 %
Svårt att hitta informationen*	6 %	4 %	3 %
Annan begränsning	1 %	3 %	6 %
Begränsande kunskaper i svenska*	0 %	1 %	1 %
Ingenting*	7 %	7 %	26 %

* Faktorn är ny eller har omformulerats i årets frågeformulär

Källa: ÅSUB

I förra undersökningen, som utfördes under pandemin, var just corona-situationen den enskilt viktigaste faktorn (nästan 80 procent upplevde sig begränsade till följd av den). Utöver pandemin var tidsbrist den vanligaste begränsningen. Resultatet från året undersökning ligger nära resultatet från 2013, även då var tidsbrist, pengabrist och hälsan de vanligaste begränsningarna.

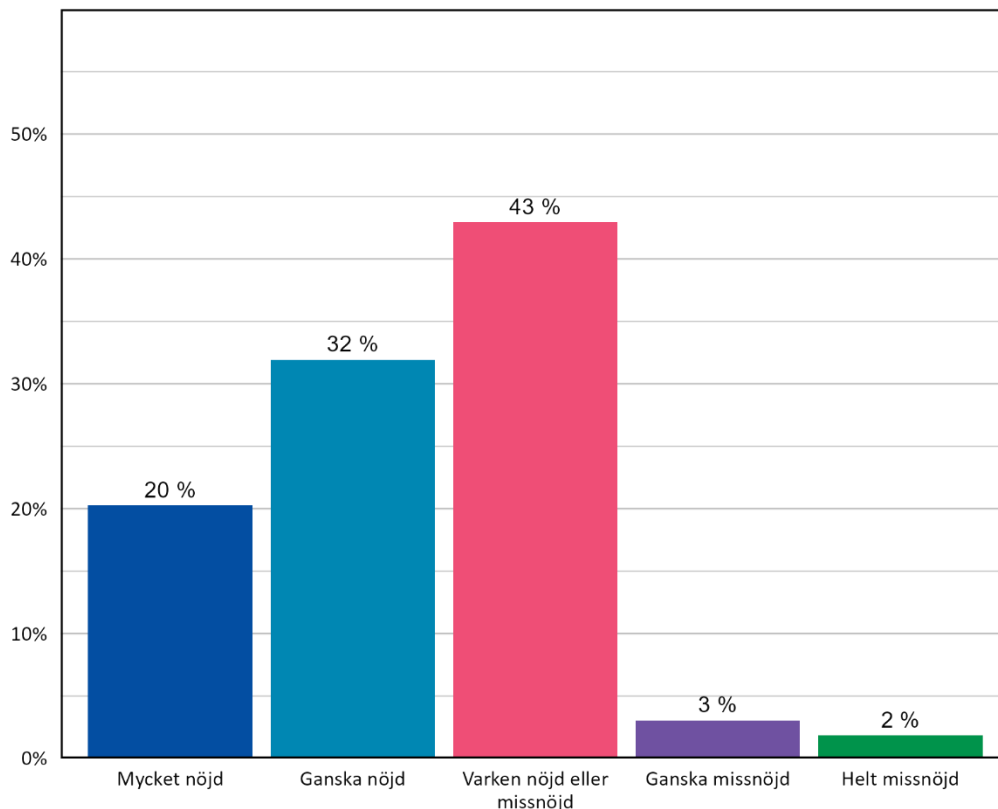
8. Inställning till utbudet av fritidsaktiviteter

Utöver att bedöma sin personliga fritid fick de svarande även komma med synpunkter på hur de upplevde utbudet av fritidsaktiviteter. Dels genom att ange hur nöjda de är med utbudet av fritidsaktiviteter i den egna kommunen, dels genom att ge förslag på vilka aktiviteter som de upplever att saknas i nuläget och dels genom att ge förslag på vad de anser att beslutsfattare borde satsa mer resurser på.

8.1 Fritidsutbudet i den egna kommunen

En majoritet av de svarande (53 procent) är nöjda eller mycket nöjda med utbudet av fritidsaktiviteter i den egna kommunen (se *Figur 20*). Drygt 40 procent är varken nöjda eller missnöjda, medan endast fem procent är ganska eller helt missnöjda med utbudet av fritidsaktiviteter i sin kommun. Resultatet ligger i linje med de två föregående undersökningarna.

Figur 20. Hur nöjd är du med utbudet av fritidsaktiviteter i din kommun?



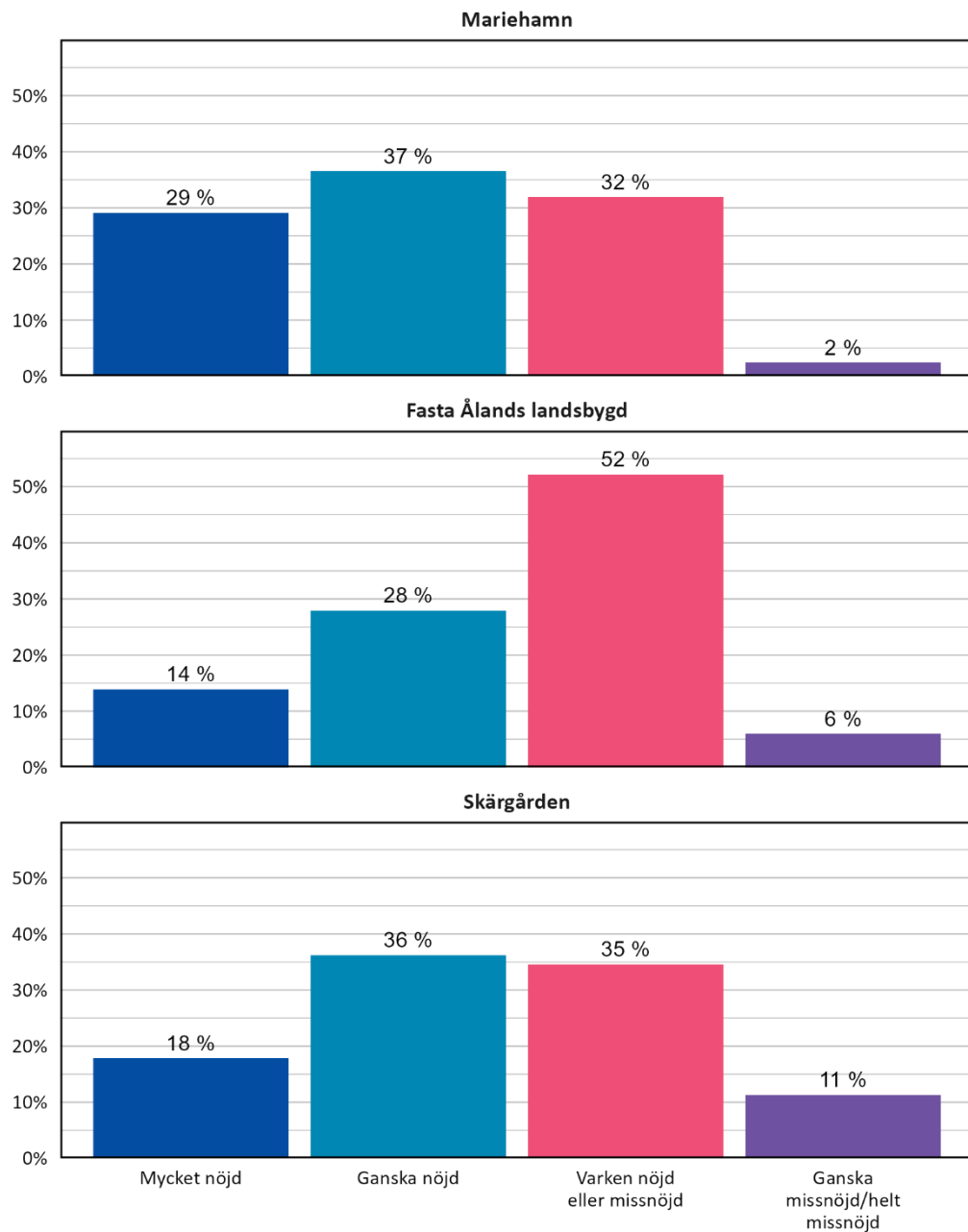
Källa: ÅSUB

Inga statistiskt signifikanta skillnader framkommer mellan kvinnor och män eller mellan olika åldersgrupper. Däremot kunde vi se vissa regionala skillnader (*Figur 21*). Notera att helt missnöjd och ganska missnöjd är hopslagna i *Figur 21* på grund av få personer i de grupperna.¹

¹ För mer om nöjdhet med kommunens mötesplatser och aktiviteter, se ÅSUB:s medborgarundersökningar från 2023

<https://www.asub.ax/sv/utredning/medborgarundersokning-2023>

Figur 21. Hur nöjd är du med utbudet av fritidsaktiviteter i din kommun? (Andel svarande efter region)



Källa: ÅSUB

Personer bosatta i Mariehamn tenderar att vara mer nöjda med utbudet av fritidsaktiviteter i kommunen och andelen som är missnöjd med utbudet är också som lägst här. Boende på landsbygden tenderar att vara mer neutrala – en majoritet av svarande på landsbygden är varken nöjd eller missnöjd med utbudet i kommunen. Andelen som är ganska eller helt missnöjd är högst i skärgården samtidigt som en majoritet är ganska eller mycket nöjd med utbudet. Det här mönstret är snarlikt det från 2020.

Drygt 50 personer beskrev i fritext varför de var missnöjda med den egna kommunens utbud av fritidsaktiviteter. Av dessa hänvisade lite mer än hälften till bristen på

aktiviteter i allmänhet eller bristen på en viss aktivitet av intresse i sin hemkommun. Mest efterfrågat är utrymmen för olika former av egen träning likt gym och motionsbanor. Flera personer saknade även flera organiserade aktiviteter så som gruppträningar, kulturverksamhet och sociala utrymmen. Knappt fem personer uppgav att de saknade aktiviteter som riktar sig åt specifikt vuxna och seniorer.

"Dålig tillgänglighet till gym i närområdet, hade varit trevligt med fler motionsspår ute i naturen."

"För mina barn som går i lågstadiet finns det aktiviteter för dem men för mig i vuxen ålder är det otroligt begränsat, så jag far till andra kommuner för att utöva mina fritidsaktiviteter"

Bland de resterande som svarade att de var missnöjda med utbudet, uppgav färre än fem personer att de ansåg att informationsspridningen var dålig och att de var osäkra på vad för aktiviteter som erbjuds inom kommungränsen.

"Vet inte ens vad min kommun erbjuder ganska svårt att hitta information"

Andra kommentarer som lyftes var dålig planering eller utrymmesbrist, vilket innefattar bland annat dåliga öppettider, brist på lokaler och att aktiviteterna sammanfaller med varandra. Några personer uppgav även att personliga orsaker gjorde att de inte deltog i de fritidsaktiviteter som erbjuds inom kommunen, vilket bland annat innefattar brist på intresse.

Slutligen lyftes det också fram att en person var nöjd med utbudet av fritidsaktiviteter och menade att utbudet på Åland är förhållandevis större än i Finland, samt att det erbjuds en hel del gratisaktiviteter.

8.2 Vilka fritidsaktiviteter saknas i det nuvarande utbudet?

Nästan en av fem svarande uppgav att det finns fritidsaktiviteter de skulle vilja ägna sig åt men som inte erbjuds på Åland. De fritidsaktiviteter som personerna skulle vilja ägna sig åt men som inte erbjuds kan delas in i de övergripande kategorierna *idrott*, *kultur* och *övriga aktiviteter*.

De allra flesta, mer än 50 personer, skulle ägna sig åt någon *idrottsform* om det erbjöds på Åland. Allra flest, omkring femton personer, skulle ägna sig åt motorsport, till exempel nämndes dragracing, motorbana, rally och speedway. Ytterligare drygt tio personer nämnde flera former av dans, såsom west coast swing, discodans, latin, modern/jazzdans, house och västafrikanskt. Omkring fem nämnde att de önskade bättre möjligheter till mountainbike-cykling. Andra idrottsformer som färre än fem personer lyfte var biljard, boule (inomhus vintertid), diskus, redskapsgymnastik, kampsport, konstakning, pilates, hot yoga, surfning och segelflygning.

"Områden för typiskt mountainbiking: xc, enduro och downhill."

"Mera motorsport."

"Dansstilar som inte erbjuds här: modern/nutida dans, house, västafrikanskt."

Även *kulturella aktiviteter* var önskvärda. Omkring femton personer uppgav att de gärna skulle ägna sig mer åt att gå på olika uppsättningar så som olika former av musikframträdanden, föreläsningar, professionell teater och professionell dans. Omkring fem personer nämnde olika former av hantverkskurser. Bland aktiviteter som

nämndes av enstaka personer finns till exempel bokklubb, öppna föreläsningar och vinkvällar med matlagningskurs.

"Ett kulturhus som t.ex. Kulturhuset i Stockholm."

"Mera öppna föreläsningar, food court utomhus/landsbygdsmarknader."

"Keramikkurs (blir alltid fullbokade direkt, dvs finns inte tillräckligt många platser), inredningskurs för egna hemmet, och "handyman kurs", enklare bygge för hemmet."

"Urban sketching, en rörelse där man träffas och skissar tillsammans i städer."

Bland *övriga aktiviteter*, som framför allt uppges av enstaka personer, nämns till exempel shopping, spa, modellbygge, personlig utveckling, agile island, mindfulness och friluftaktiviteter.

"Letterboxing som är en friluftaktivitet som kombinerar orientering, problemlösning och konstnärlig användning av stämplat. Varje gömd låda innehåller en loggbok, en stämpel som hör till lådan, och eventuellt en stämpeldyna."

8.3 Vad bör man satsa mer på?

I frågeformuläret fanns även möjligheten för de svarande att med fri formulering uppges vad de själva anser att beslutsfattarna borde satsa mer resurser på. Totalt kom det in mer än 130 förslag. Dessa kan i stor utsträckning delas in i kategorierna *motions- och idrottsverksamhet, natur och friluftsliv, barn- och ungdomsverksamhet, bättre och samlad information, utökad kollektivtrafik och förbättrad tillgänglighet, kulturaktiviteter, samt resursfördelning och övriga synpunkter*.

Motions- och idrottsverksamhet, natur och friluftsliv

Nästan 30 personer lyfte fram olika motions- och idrottsformer där man önskade att det skulle satsas mer resurser. Motorsport var den form som nämndes av flest personer, knappt tio svarande.

"Motorsporten på Åland har ett väldigt stort intresse men finns knappt alls några lokaler där man kan träffas och skruva som inte är privatägda."

Även många andra motionsformer nämndes, men av enstaka svarande. Bland annat nämndes önskemål om fler simbanor, friidrottsanläggning inomhus, dans, yoga, gym, sportfiske, veteranidrott och volleyboll.

Vidare menade omkring 20 personer att det finns ett behov av satsningar på natur och friluftsliv. Här nämndes till exempel att man önskade både en upprustning av existerande vandringsleder och fler vandringsleder, promenadstigar, spårade utomhusbanor, gästhamnar, skidspår, utomhusgym, möjligheter till mountainbike och bättre cykelbanor. Flera av dessa svarande betonade att de önskade tillgång till natur- och friluftaktiviteter som inte kostar att utöva.

"Mer båtplatser som inte är så dyra. Upplysta vandringsleder."

"Fler utegym som är gratis för medborgarna."

"En outdoor plattform med mer info och slingor för cykling, klättring, platser i naturen där man kan tälta."

"Sådant som inte kostar så mycket att utöva, så som klättervägg, cykelvägar i skog, mountainbike tracks, promenadstigar med träningsstationer"

"Enkla promenadstigar i skogen kring bostadsområden borde det satsas på, gärna så den som flanerar kan njuta av skogen och fin utsikt. Fråga kommuninnevånarna var och hur fritidsområden kan göras. Är säker på att kommunerna kan med små insatser få igång talkoarbeten runt bostadsområden. Det finns många hundar idag som ska rastas. Dessutom skulle vi slippa biltrafiken med vandringsstigar i närområdet. Visst finns det många vandringsleder men detta är för den dagliga promenaden då man inte vill använda bilen."

Dessutom lyftes ett behov av att öka belysningen på cykelbanorna, utöka antalet skilda gång- och cykelbanor (med tydlig markering), samt upplysa allmänheten om vilka trafikregler som gäller för just cyklister.

Kulturaktiviteter

Det framkom även önskemål om ett utökat utbud av kulturaktiviteter från knappt 20 personer. Av dessa uttryckte knappt fem personer ett behov av ett kulturhus/allaktivitetshus, till exempel:

"Ett allaktivitetshus med bio, biblis, verkstäder, scener, och liknande - för unga och gamla och alla"

Ytterligare omkring fem personer ville också att en större andel resurser ska gå åt Medborgarinstitutets verksamhet.

"Medis är fantastiskt och verkligen för alla, fortsatt med det!"

Omkring fem svarande önskade fler evenemang. Här nämns till exempel behovet av fler evenemang under vintern och ökad spridning av evenemangen under sommaren, fler konserter och musikunderhållning på äldreboenden och dagverksamhet.

Andra åsikter, som nämndes av färre än fem personer, gällde bland annat att se till att det finns replokaler, stötta musik för både unga och gamla, möjliggöra professionella teaterproduktioner genom smidigare tillgång till Alandica och fotografiutställningar.

"Att etablera en lokal konstskola/utbildning som inte bara inriktar sig på tekniska färdigheter och erbjuder en plattform för knoppande förmågor att beblanda sig med olika yrkesverksamma aktörer, men också hur man sköter och när sin grundeckonomi som kulturutövare för att stärka sina förutsättningar - både som enskild individ och som en väl infattad och medveten samhällsmedborgare."

Barn- och ungdomsverksamhet

Drygt 20 personer uttryckte att mer resurser borde läggas på aktiviteter för barn- och ungdomar, inom både idrotts- och kulturverksamhet, för att barn- och ungdomar ska må bra, ha ett aktivt fritidsliv och för att ge förutsättningar för deras framtida hälsa.

Här nämns till exempel att barn och unga bör få ökad tillgång till lekplatser, ungdomsgårdar och fritidsgårdar samt till motion och rörelse (inklusive hobbyporter utan prestationskrav), samt möjlighet till musikutövning både genom undervisning och genom tillgång till replokaler för unga band och musiker.

"Allt som ger barn och ungdomar en vettig fritidssysselsättning."

"Upprätthålla möjligheter för barn och ungdomar att röra på sig, oberoende vilken typ av rörelse man uppskattar."

"Någonstans för ungdomarna att köra högljudda motorfordon som mopeder, fyrhjulingar och snöskotrar, så vi som vill ha lugn och ro ska få lugn och ro."

"Demonstrera/prova på olika instrument i dagis och skolor, i synnerhet traditionella instrument, för att väcka intresse för dessa."

"Jag tycker att det är bra att det finns så många fritidsaktiviteter i kommunen, och jag uppskattar verkligen det jobb som görs. Men jag skulle gärna se att man satsade mer resurser på att utveckla utbudet för ungdomar. Det är viktigt att de har något att göra på fritiden, så att de inte hamnar i dåligt sällskap eller känner sig uttråkade. Det skulle också vara bra om man kunde göra det mer tillgängligt för alla, oavsett bakgrund eller ekonomisk situation."

Detta föreslås till exempel ske genom olika ekonomiska stöd till föreningar som driver ungdomsverksamhet, stöd för utbildning av ledare och volontärer och genom att sänka avgifterna för ungdomsverksamhet.

Bättre och samlad information, utökad kollektivtrafik och förbättrad tillgänglighet

Informationen om de aktiviteter som ordnas behöver bli bättre, menade mer än tio personer. Dessutom framkom att många önskade att information om aktuella händelser och aktiviteter skulle finnas samlad på ett ställe, där man enkelt kan gå in och se vad som är aktuellt. Flera lyfte även fram att det skulle underlätta för nyinflyttade att få information om, och ta del av, de aktiviteter som ordnas.

"Information om vad det finns för fritidsaktiviteter. Informationen från de flesta föreningar är hörsägen eller finns ibland i tidningarna, vilket allt färre läser. Landskapet eller kommunerna tillsammans kunde skapa en vettig portal där alla fritidsaktiviteter samt föreningar finns representerade och där utbudet synliggörs. Jag vet att inflyttade inte har lätt att hitta information, då man på Åland fortfarande jobbar efter mantrat att "alla bara ska veta"."

"De här promenadstråken längs västra hamnen och på badhusberget är så himla hemliga, någon infödd behöver visa var de finns för att man ska hitta dem."

"Jag deltar gärna i frivilligarbete, men då behöver det finnas information om när och var det behövs."

Ytterligare omkring tio personer menade att mer resurser borde läggas på kollektivtrafiken. Fler bussförbindelser över lag önskades, särskilt under kvällar och helger då man utövar fritidsaktiviteter och framför allt för att ungdomar ska kunna ta sig fram till sina aktiviteter. Dessutom framkom en önskan om att det kunde ordnas med kollektivtrafik till och från särskilda evenemang. Det lyftes även ett behov av att satsa på trafikförbindelserna till skärgården och mellan Mariehamn och Kapellskär. Ett par personer betonade att kollektivtrafiken bör ha förmånliga priser, bland annat med rabatterade priser för pensionärer.

"Se till att lokaltrafiken fungerar tillfredsställande för att ungdomarna ska kunna ta sig till träningen utan att föräldern behöver jobba 80%."

"Skärgårdstrafiken så ålänningar och turister kommer ut i vår fina skärgård, borde vara gratis som i Åbo och Stockholms skärgård. Kortrutt blir bättre och billigare i längden."

Omkring fem svarande lyfte behovet av att öka tillgängligheten, både gällande fysiska miljöer och i ökade anpassningar av aktiviteter för till exempel barn och vuxna med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

"Mera handikappanpassad miljö. Svårt att röra sig med rullstol och rollator med höga kantstenar och trappor."

"Många fritidsaktiviteter handlar om prestation. Barn med npf klarar ej av detta. Samma med vuxna."

Resursfördelning och övriga synpunkter

Nästan 15 personer anser att resurser i större utsträckning ska fungera som stöd för föreningar och privatpersoner. Flera av dem menar att resurserna borde användas som finansiellt stöd medan andra anser att resurserna ska bidra till mera förmånligare eller gratis aktiviteter. Grupper som särskilt lyftes fram var ungdomar, studerande och pensionärer, där olika former av reducerade eller subventionerade priser föreslogs för deras fritidsaktiviteter.

"Välmående och träningsmöjlighet för alla oavsett ekonomisk situation. Sänka kraven på prestation och göra det roligare. Stöda föreningar mera då de aktiva tyvärr är väldigt få."

"Det krävs mycket tid av de få som ideellt ställer upp för olika föreningar. Locka fler att ställa upp med olika förmåner."

Mellan fem och tio personer ville att en större del av resurser ska satsas på att ta fram ett bredare utbud av aktiviteter riktade mot pensionärer, och även vuxna i viss utsträckning. Bland förslagen finns till exempel gubbcafé, att pensionärer skulle få hjälpa till på skolor och daghem, och både idrotts- och föreningsverksamhet där man kan komma med som nybörjare trots att man är vuxen eller pensionär.

"Vad jag har fått intryck och sett av så finns det knappt någon föreningsverksamhet, eller meningsfull fritidssysselsättning för åldersspannet ca 20 år och uppåt mot pensionärsåldern att gå med i vad jag kommer på? Finns förstås sport och frivillig brandkår som många sysselsätter sig med, men har man inte varit med sen ung ålder så känns det svårt att komma med i gemenskapen i dessa."

Ytterligare ett par lyfte att de ville se skattesänkningar för pensionärer.

En handfull personer anser att beslutsfattare inte ska lägga skattemedel på, framförallt vuxnas, kultur- och fritidsverksamhet. I stället anser dessa personer att kultur- och fritidsaktiviteter ska tillhandahållas genom privata aktörer och föreningsverksamhet.

"Beslutsfattarna bör inte lägga sig i verksamheterna överhuvudtaget. Privat verksamhet i privat regi skall kunna bedrivas utan beslutsfattarnas medgivande så länge verksamheten är tillåten i lag."

"Fritid är inte det som kommunen ska syssla med, det borde ordnas av privata sektorn med eventuellt bidrag från kommunen antingen genom subventionerade aktiviteter eller att ungdomar/barn/pensionärer erbjuds servicesedlar."

Enstaka personer lyfte att de anser att Åland redan har ett brett utbud av aktiviteter inom kultur, idrott och föreningslivet. Vissa menade även att man själv i stor utsträckning har ett eget ansvar för att hitta ett lämpligt utbud av aktiviteter som passar en själv. En person kommenterar även att denne är självgående och mest har sådana hobbyer som utförs på egen hand.

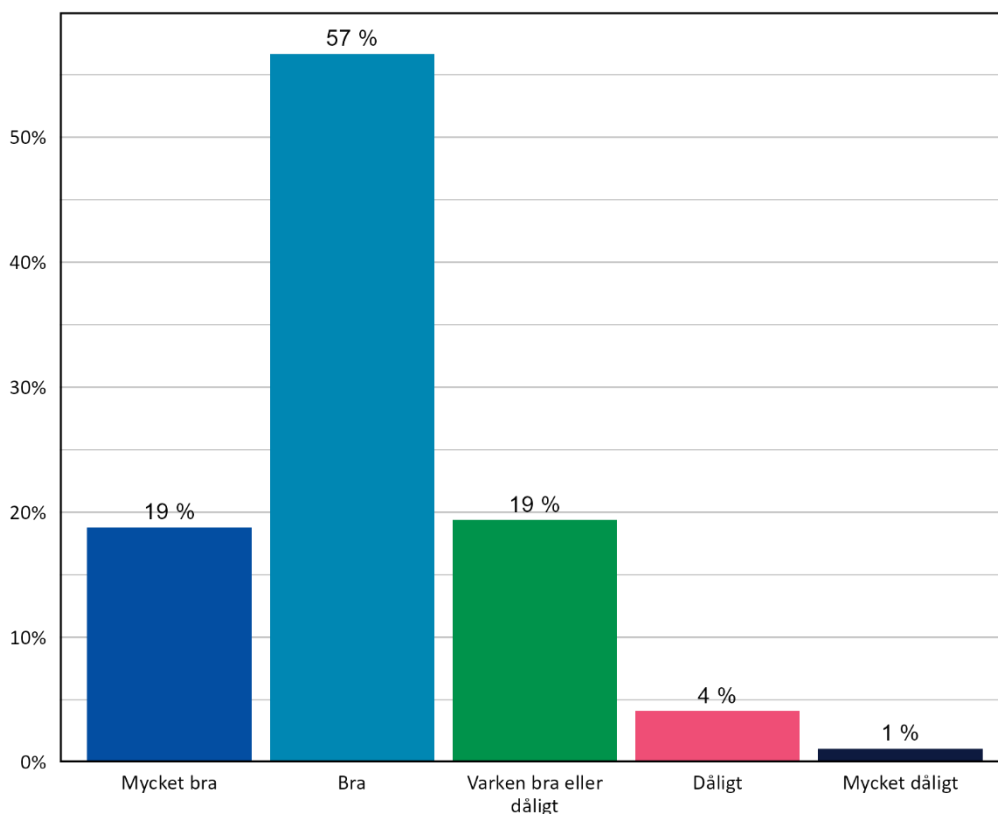
9. Ungdomars fritidsvanor, mående och skärmtid

Det här kapitlet baseras på Ungdomsundersökningen som ÅSUB utfört tillsammans med Folkhälsan på Åland (ÅSUB, 2025). Undersökningen omfattar elever i årskurs 7–9 i grundskolan samt årskurs I och II på gymnasienivå. Datainsamlingen genomfördes via en elektronisk enkät i början av läsåret 2025–2026. Totalt deltog 1 370 personer i årets undersökning (803 elever på högstadiet och 567 studerande på årskurs I och II på gymnasiet).

I ungdomsundersökningen ligger ett särskilt fokus på ANDTS-vanor (Alkohol, Narkotika, Dopning, Tobak, Spel och Digitala vanor) bland unga, men enkäten innehåller också frågor om exempelvis ungas mående, hur de spenderar en vanlig dag och fritidsaktiviteter. Dessa resultat presenteras nedan.

Generellt mår ungdomar bra – tre av fyra uppger att de rent allmänt mår bra eller mycket bra (Figur 22). Endast omkring fem procent mår dåligt eller mycket dåligt.

Figur 22. Hur mår du rent allmänt? (Andel svarande i procent)

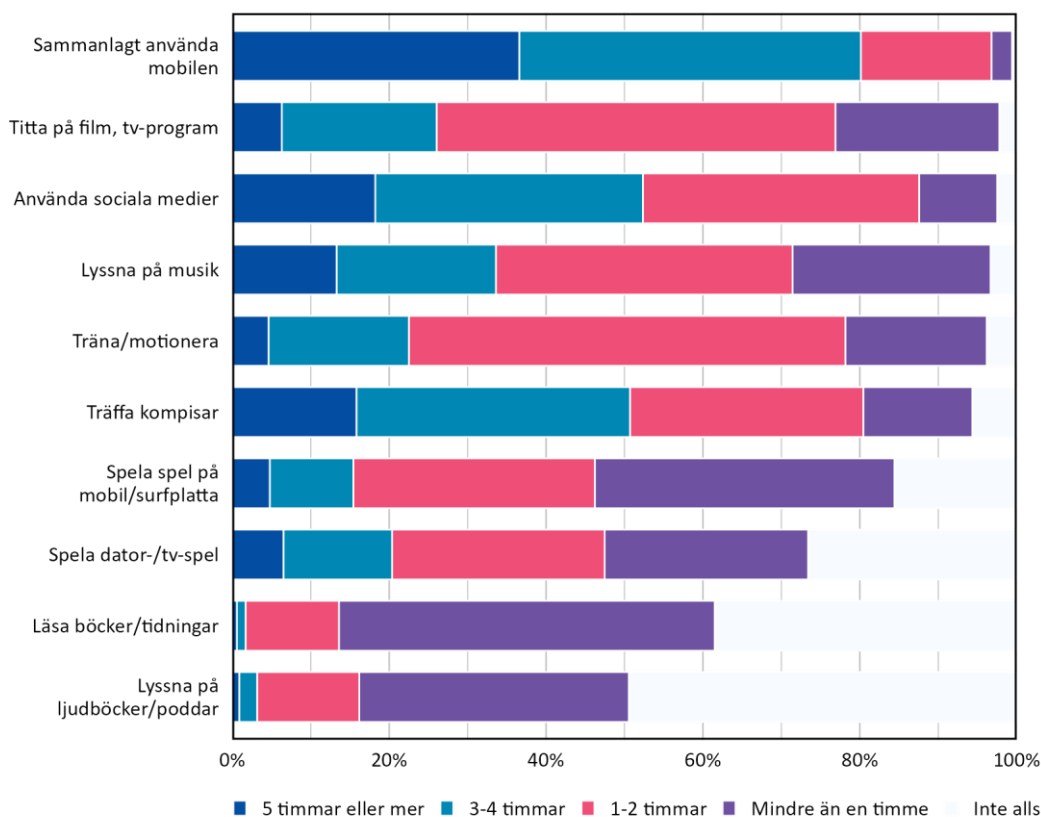


Källa: ÅSUB

En majoritet av ungdomarna (59 procent) deltar i någon organiserad fritidsaktivitet, till exempel musik, idrott, teater, brandkår eller liknande. På högstadienivå deltar två av tre elever i någon organiserad fritidsaktivitet, jämfört med knappt hälften av de studerande på årskurs I och II på gymnasiet.

I undersökningen fick ungdomarna bedöma hur mycket tid de tillbringar på olika aktiviteter på sin fritid under en vanlig dag (se Figur 23). Totalt svarade 80 procent av ungdomarna att de *sammanlagt använder sin mobil på fritiden* tre timmar eller mer under en vanlig dag. Endast omkring tre procent använder mobilen i mindre än en timme eller inte alls.

Figur 23. Om du tänker på en vanlig dag, ungefär hur länge brukar du på din fritid... (andel svarande i procent)



Källa: ÅSUB

Digitala vanor är över lag vanligt förekommande bland ungdomarna. Nästintill samtliga ungdomar *lyssnar på musik* och *tittar på film eller tv* under en vanlig dag. Nästan nio av tio ungdomar *använder sociala medier* och mer än hälften av ungdomarna svarade att de spenderar minst tre timmar på att använda sociala medier.

En tredjedel *lyssnar på musik* i tre timmar eller mer, medan en av fyra spenderar tre timmar eller mer på att *se på film, tv, Youtube eller liknande*. Vidare visar resultatet att det är vanligt att ungdomar på högstadiet och gymnasiet *tränar eller motionerar*, nästan 80 procent av ungdomarna svarade att de spenderar en timme eller mer på att träna eller motionera under en vanlig dag.

Det är också vanligt att ungdomar *träffar kompisar*, nästan samtliga (94 procent) svarade att de gör det i någon utsträckning under en vanlig dag och hälften av ungdomarna spenderar tre timmar eller mer på att träffa kompisar.

Vidare svarande nästan 85 procent, respektive 75 procent, av ungdomarna att de *spelar spel på mobilen eller surfplattan*, respektive på *dator eller tv-spel*, under en vanlig dag. En majoritet av ungdomarna lägger upp till två timmar på de aktiviteterna.

Ungdomar tenderar att lägga minst tid på att *läsa böcker och tidningar* och att *lyssna på ljudböcker och poddar*. Omkring 40 till 50 procent uppger att de inte alls läser böcker eller tidningar eller lyssnar på ljudböcker eller poddar under en vanlig dag. De som läser lägger generellt mindre än en timme på det per dag, endast 14 procent svarade att de läser i mer än en timme per dag. Samma mönster ses för att lyssna på ljudböcker.

10. Avslutande reflektioner

Pandemin medförde stora konsekvenser för utövandet av kultur- och fritidsaktiviteter, inte bara på Åland utan även i närliggande regioner. Många evenemang ställdes in och rekommendationer och restriktioner påverkade sociala och kulturella aktiviteter för många. Därför är det betryggande att se att utövandet av kultur- och fritidsvanor nu har återgått till samma nivåer som innan pandemin, på Åland liksom i angränsande regioner.

Om man bortser från tidsperioden som påverkades av pandemin har många kultur- och fritidsvanor varit relativt stabila över tid. Till exempel har aktiviteter som att umgås med släkt och vänner, använda mobiltelefon och att promenera varit bland de mest utövade under det senaste decenniet. Däremot blir digitala vanor allt vanligare, framför allt bland yngre även om det ökar även i äldre åldersgrupper. Det här är inte unikt för Åland, utan samma mönster syns även i våra närregioner (Myndigheten för kulturanalys, 2025A och Statistikcentralen, 2023). Samtidigt har styrketräning blivit vanligare, framför allt den regelbundna styrketräningen som sker varje vecka. Det är en positiv utveckling mot bakgrund av de allmänna rekommendationerna för hälsosamma vanor (se till exempel WHO, 2020 och Ålands landskapsregering, 2023).

Många av de svarande har engagerat sig i vad man saknar i det nuvarande fritidsutbudet på Åland och vad man vill att det satsas mer resurser på. Engagemanget talar för att många vill ha en aktiv fritid med ett brett utbud av både motions- och kulturaktiviteter. I debatten lyfts ofta evenemangens betydelse för besöksnäringen fram men den här undersökningen visar att evenemangen även är av stor betydelse för de som bor här och berikar kultur- och fritidslivet.

Resultatet från den här undersökningen betonar även vikten av att satsa på barn och ungas fritidsverksamhet. Det är viktigt att erbjuda olika aktiviteter på olika nivå, för att ungdomar ska må bra och få goda förutsättningar för ett hälsosamt liv i framtiden. Helt i linje med detta pågår just nu projektet *ÅL-IN Fritid* med syftet att ge fler barn och unga möjligheten till en meningsfull och hållbar fritid, bland annat genom att erbjuda gratis aktiviteter. Det är ett PAF-finansierat projekt som utförs under tre år på uppdrag av Ålands landskapsregering (Ålands landskapsregering, 2024).

Flera av de satsningar som efterfrågas är sådana som inte behöver vara särskilt kostsamma, men som kan hjälpa ett flertal. Det kan till exempel handla om att se till så att aktiviteter är både fysiskt tillgängliga och anpassade efter olika funktionsnedsättningar. Med enklare medel kan man se över bland annat ramper och utformning av promenadstigar, förbättra belysning och anpassa ljudnivån. Att underhålla det som redan finns, såsom vandringsleder, ger också mervärde för många för en mindre kostnad. Samtidigt lönar det sig att se över vilka informationskanaler som finns, för att se till att informationen om de aktiviteter som arrangeras blir mer lättillgänglig. Det kan även underlätta för nyinflyttade att ta del av de fritidsaktiviteter som erbjuds och komma in i det åländska samhället (ÅSUB, 2024).

Slutligen vill vi lyfta fram att en klar majoritet är mycket eller ganska nöjda både med sin egen fritid och med utbudet av aktiviteter på Åland. De aktiviteter som man utför utanför Åland är i stor utsträckning sådant som är svårt att kunna erbjuda på Åland (såsom att besöka släkt och vänner, besöka speciella museer eller nöjesparker).

Referenser

- Cansino, S., Torres-Trejo, F., Estrada-Manilla, C. & Ruiz-Velasco, S. (2024). Effects of Physical, Mental, Social, Cultural, and Passive Leisure Activities on Episodic Memory Across Adulthood. *Journal of Cognitive Enhancement*, 9(1):38-50.
<https://doi.org/10.1007/s41465-024-00312-2>
- Hansen, E., Sund, E., Knudtsen, M.S., Krokstad, S. & Holmen, T.L. (2015). Cultural activity participation and associations with self-perceived health, life-satisfaction and mental health: the Young HUNT Study, Norway. *BMC Public Health*, 15(1):544. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1873-4>
- Myndigheten för kulturanalys. (2025A). *Kulturvanor 2024*. (Faktablad 2025:3).
<https://kulturanalys.se/publikation/kulturvanor-2024/>
- Myndigheten för kulturanalys. (2025B). *Ungas kulturvanor*. (Kulturfakta 2025:1).
<https://kulturanalys.se/publikation/ungas-kulturvanor/>
- Riksidrottsförbundet. (2025). *LOK-stöd 2024*.
<https://www.rfsisu.se/download/18.37ed6bcb196b013eb93d52c0/1747311353838/LOK-st%C3%B6d%202024%20rapport.pdf>
- SOM-institutet. (2025). *Kulturvanor i Sverige 1987–2024*. (SOM-rapport nr 2025:17). Göteborgs universitet. <https://www.gu.se/som-institutet/resultat-och-publikationer/rapporter#arets-rapporter-2025>
- Statens idrottsråd (2025). *LIITU 2024: Barns och ungdomars fysiska aktivitetsvanor är oförändrade, men det förekommer utmaningar med ojämlikhet*.
<https://www.liikuntaneuvosto.fi/sv/liitu-2024/>
- Statistikcentralen (8 mars 2023). *Finländarna tillbringade mer tid vid bildskärmar år 2021 än någonsin tidigare*. <https://stat.fi/sv/publikation/cl8ipicxx123r0bw2oxe42g8i>
- Statistikcentralen (13 december 2022). *En svacka i kulturdeltagandet under pandemin 2020–2021*. <https://stat.fi/en/publication/cku2djfkg8hgc0b50rhiey50r>
- Statistikcentralen (8 juni 2022). *Deltagandet i frivilligarbete har minskat under de senaste 10 åren*. <https://stat.fi/sv/publikation/ckto91uso1j1f0b00cvkof626>
- Viola, E., Martorana, M., Ceriotti, D., De Vito, M., De Ambrosi, D. & Faggiano, F. (2024). The effects of cultural engagement on health and well-being: a systematic review. *Frontiers in Public Health*, 12:1369066. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1369066>
- Världshälsoorganisationen (WHO). (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>
- Ålands landskapsregering. (2024). *Projekt ÅL-IN Fritid*. (Dnr: ÅLR 2024/7159).
<https://www.kultur.ax/nyheter/al-fritid>
- Ålands landskapsregering. (2023). *Utvecklings- och hållbarhetsagendan för Åland. Visionen och de sju strategiska utvecklingsmålen*. Andra upplagan.
<https://www.regeringen.ax/aland-utvecklings-hallbarhetsagenda>
- Ålands statistik- och utredningsbyrå. (2 oktober 2025). *Ungdomsundersökning 2025 – ANDTS-vanorna bland unga på Åland*.

<https://www.asub.ax/sv/utredning/ungdomsundersokning-2025-andts-vanorna-bland-unga-pa-aland>

Ålands statistik- och utredningsbyrå. (2024). *Flyttorsaker 2024. En studie om varför man flyttar från Åland*. (Rapport 2024:7).

<https://www.asub.ax/sv/utredning/flyttorsaker-2024>

Ålands statistik- och utredningsbyrå. (2021). *Ålänningarnas kultur- och fritidsvanor 2020. Med coronaperspektiv*. (Rapport 2021:6).

<https://www.asub.ax/sv/utredning/alanningarnas-kultur-och-fritidsvanor-2020>

Ålands statistik- och utredningsbyrå. (2020). *Medievanor på Åland 2020*. (Rapport 2020:6). <https://www.asub.ax/sv/utredning/medievanor-pa-aland-2020>

Ålands statistik- och utredningsbyrå. (2014). *Ålänningars kultur- och fritidsvanor 2014*. (Rapport 2014:6). <https://www.asub.ax/sv/utredning/alanningars-kultur-och-fritidsvanor-2014>

Ålands statistik- och utredningsbyrå. (2009). *Ålänningars kultur- och fritidsvanor 2008*. (Rapport 2009:1). <https://www.asub.ax/sv/utredning/alanningars-kultur-och-fritidsvanor-2008>

Ålands statistik- och utredningsbyrå. (2001). *Ålänningars kultur- och fritidsvanor 2001*. (Rapport 2001:5). <https://www.asub.ax/sv/utredning/alanningarnas-kultur-och-fritidsvanor-2001>

Bilaga 1. Följebrev



Svarsnummer:

Sidnr

1 (2)

Datum

14.02.2025

Dnr

ÅSUB 2024/63

Berätta om dina kultur- och fritidsvanor!

Du är en av ca 1 200 personer som får möjlighet att delta i en undersökning om kultur- och fritidsvanor på Åland. Studien ger kunskap om hur man spenderar sin fritid, vilka aktiviteter man utför och vad man saknar i utbudet på Åland. Det är en återkommande undersökning som utförts sedan 2001. Senaste studien om kultur- och fritidsvanor på Åland utfördes under pandemin (2020). Resultaten visade ett minskat utövande av kultur- och fritidsaktiviteter och att särskilt personer som bor ensamma var mindre nöjda med sin fritid än tidigare. Den här gången vill vi se om fritidsvanorna har återgått till hur det såg ut innan pandemin.

Undersökningen ger ett underlag för beslut och satsningar inom kultur- och fritidssektorn och följer upp möjligheterna till meningsfull fritid på Åland. Ditt svar är mycket viktigt för undersökningen oberoende av hur du tillbringar din fritid! Uppdragsgivare för undersökningen är Ålands landskapsregering.

Vi lottar ut ett presentkort (150 €) bland de som svarar på enkäten!

Du hittar enkäten på <https://www.asub.ax/fritidsvanor2025> eller genom att skanna QR-koden till höger. Ange ditt personliga svarsnummer i första svarsrutan.



Skicka in ditt svar så fort som möjligt, gärna innan den 5 mars 2025.

Det tar cirka 10–20 minuter att svara på frågorna. Fyll gärna i enkäten digitalt genom att följa länken eller QR-koden i rutan ovan. Du kan också fylla i pappersformuläret som följer med det här brevet och skicka in med svarskuvertet.

Svaren samlas in och behandlas endast av ÅSUB. På följande sida finns kompletterande information som beskriver hur ÅSUB hanterar insamlade uppgifter för forsknings- och utredningsändamål. Resultatet redovisas på ÅSUB:s webbplats (www.asub.ax) under 2025. Du kan även följa ÅSUB på Facebook eller prenumerera på vårt nyhetsbrev för att få information om våra publiceringar.

Om du har frågor om undersökningen eller behöver hjälp med att fylla i enkäten, kontakta oss!

*In English: This is an invitation to participate in a study about your cultural and leisure activities. Participation is voluntary, but we hope you will reply as we would love to hear more about **your** experiences. For more information on how we process your personal data, please see <https://www.asub.ax/en/about-asub/processing-personal-data-short>. If you have any questions about the study or would like to respond to the questionnaire in English, do not hesitate to contact us!*

Stort tack för din hjälp!

Mina Rosenqvist
mina.rosenqvist@asub.ax
tel. +358 18 25 494

Sanna Roos
sanna.roos@asub.ax
tel. +358 18 25 489

Ålands statistik- och utredningsbyrå
PB 1187, AX-22111 Mariehamn
+358 18 25 490 | info@asub.ax | www.asub.ax

Information om ÅSUB och hur insamlade uppgifter hanteras

Ålands statistik- och utredningsbyrå, ÅSUB, är ett oberoende institut vars främsta uppgifter är att verka som Ålands officiella statistikmyndighet och bedriva forskning och utredningsverksamhet.

Uppgifter som begärs in behandlas endast av ÅSUB som följer statistiklagen för Åland (ÅFS 42/94), EU:s dataskyddsförordning (2016/679) samt landskapslagen (2019:9) om dataskydd inom landskaps- och kommunalförvaltningen.

Uppgifterna hanteras med sekretess. Resultaten publiceras så att enskilda svar inte kan identifieras.

Att delta i enkätundersökningar är frivilligt.

Lagstöd för databehandling

Behandlingen av personuppgifter har sin rättsliga grund i artikel 6.1.e i Europaparlamentets och rådets förordning 2016/679 (EU:s allmänna dataskyddsförordning), Statistiklag (1994:42) för landskapet Åland 14–15 §§ och Landskapslag (2019:9) om dataskydd inom landskaps- och kommunalförvaltningen.

Personuppgifter behandlas i enlighet med Statistiklag (1994:42) för landskapet Åland 3 § samt landskapslag (2019:9) om dataskydd inom landskaps- och kommunalförvaltningen 5 § och 31 §.

Hantering av uppgifter

Uppgifterna som lämnas in används för statistiska ändamål samt för forskning och lämnas inte ut till utomstående. Uppgifter som lämnas in behandlas med sekretess och hanteras enbart av de anställda som behöver uppgifterna i sitt statistik- och forsknings-/analysarbete.

Tillgången till uppgifter är begränsad med hjälp av behörighetsstyrning. ÅSUBs lokaler är skyddade mot obehörig närvaro.

Insamling av uppgifter sker i första hand via e-tjänstverktyg för säker uppgiftsinlämning och alla personuppgifter förstörs då studien färdigställts.

Lagar och förordningar som styr ÅSUBs verksamhet

[Europaparlamentets och rådets förordning 2016/679 \(EU:s allmänna dataskyddsförordning \(GDPR\)\)](#)
[Landskapslag \(193:116\) om Ålands statistik- och utredningsbyrå](#)
[Statistiklag \(1994:42\) för landskapet Åland](#)
[EU:s statistikförordning](#)
[FN:s grundläggande principer för statistik \(engelska\)](#)

Länkar till utförligare information på ÅSUBs webbplats

Dataskydd och behandling av personuppgifter:

<https://www.asub.ax/sv/om-asub/dataskydd-och-behandling-personuppgifter-personuppgiftspolicy>

Frågeformuläret är numrerat endast för att kunna dra en vinnare bland dem som svarat, och för att undvika onödiga påminnelser.

Bilaga 2. Frågeformulär



Ålands statistik- och
utredningsbyrå

Undersökning om kultur- och fritidsvanor på Åland

Svarsnummer

Den här studien görs för att ge kunskap om hur man spenderar sin fritid, vad man saknar i utbudet av kultur- och fritidsaktiviteter på Åland och om vad som begränsar en att delta i olika fritidsaktiviteter.

Fyll gärna i blanketten elektroniskt på <https://www.asub.ax/fritidsvanor2025>

Några frågor om dig

1. Ditt födelseår

2. Ditt juridiska kön ☐ Kvinna
☐ Man

3. Var bor du? ☐ I Mariehamn
☐ På landsbygden
☐ I skärgården

4. Vilket är ditt modersmål? ☐ Svenska
☐ Annat nordiskt språk
☐ Icke nordiskt språk

5. Var är du född? ☐ Åland
☐ Övriga Finland
☐ Sverige
☐ Övriga Norden
☐ Övriga Europa
☐ Övriga världen

6. Din huvudsakliga sysselsättning? ☐ Tjänsteman/arbetstagare
☐ Arbetsgivare/företagare/lantbrukare
☐ Studerande/elev
☐ Arbetslös/permitterad
☐ Pensionär
☐ Föräldraledig/vårdledig
☐ Annat

7. Din högsta avslutade utbildning? ☐ Grundskola/folkskola/mellanskola
☐ Yrkesskola/institut/gymnasium
☐ Universitet/högskola
☐ Ingen/annan

8. Antal personer i ditt hushåll (inklusive dig):

vuxna barn 0-18 år

9093183564

0054183562

Föreningsverksamhet och ideellt arbete

9. Är du medlem i någon/några föreningar? ☐ Nej ☐ Ja Om "Ja", i hur många föreningar?

10. Har du deltagit i föreningsverksamhet under de senaste 12 månaderna?

☐ Nej

☐ Ja, kryssa i vilken typ av förening. Du kan välja flera.

- | | |
|---|---|
| ☐ Kulturförening | ☐ Natur-/miljöförening |
| ☐ Idrottsförening | ☐ Förening med räddningsverksamhet |
| ☐ Förening med social-/hälsoverksamhet | ☐ Bransch-/yrkes/fack-/studieförening |
| ☐ Vägörehetsförening | ☐ Förening med ungdoms-/barnverksamhet |
| ☐ Annan förening, vilken? _____ | |

11. Ungefär hur mycket tid (inklusive restid) lägger du i genomsnitt på föreningsarbete eller ideellt arbete? Fyll i "0" om du inte utför något föreningsarbete eller frivilligarbete.

Betalt föreningsarbete: timmar/månad

Obetalt föreningsarbete och annat volontärarbete: timmar/månad

Utövande av fritidsaktiviteter

12. Hur ofta har du under de senaste 12 månaderna gjort följande?

Utgå från senaste säsongen för säsonsaktiviteter. Fyll i ett kryss per rad. Lämna inte tomt, tack!

	Varje dag/ nästan varje dag	Flera gångar i veckan	En gång i veckan	Någon gång i månaden	Någon/ några gångar/år	Ingen gång
Motionsidrott						
Promenerat/stavgått	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Joggat/sprungit	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Cyklat	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Simmat, vattengymnastiserat	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Boll- och racketsport						
Spelat fotboll	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Spelat innebandy	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Spelat ishockey	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Bowlat, boule	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Spelat golf	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Spelat tennis, bordtennis, badminton, annan racketsport	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Spelat discgolf	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Spelat padel	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Annan bollsport	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Forts. Hur ofta har du under de senaste 12 månaderna gjort följande?

Utgå från senaste säsongen för säsonsaktiviteter. Fyll i ett kryss per rad. Lämna inte tomt, tack!

	Varje dag/ nästan varje dag	Flera gångar i veckan	En gång i veckan	Någon gång i månaden	Någon/ några gångar/år	Ingen gång
Säsongsidrott Utgå från den senaste säsongen.						
Åkt längdskidor, utförsåkning	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Åkt skridskor, långfärdsskridskor	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Seglat, rott, vindsurfat, paddlat kajak/SUP-bräda	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Djursport (ej skötsel av djur)						
Ridit, utövat hästsport	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Hundsport (t.ex. agility)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Övriga sporter						
Styrketränat (t.ex. på gym)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Utövat gymnastik	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Utövat skytte	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Utövat kampsport	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Utövat motorsport	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Åkt skateboard, kickbike	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Friidrottat	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Yogat	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Annan gruppträning (t.ex. boxercise, spinning, pilates, zumba)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Friluftaktiviteter						
Jagat	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vandrat, varit ute i naturen	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Fiskat, sportfiskat	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Skogsarbete som fritidssyssla	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Plockat bär, svamp (utgå från senaste säsongen)	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Forts. Hur ofta har du under de senaste 12 månaderna gjort följande?

Utgå från senaste säsongen för säsongaktiviteter. Fyll i ett kryss per rad. Lämna inte tomt, tack!

	Varje dag/ nästan varje dag	Flera gånger i veckan	En gång i veckan	Någon gång i månaden	Någon/ några gånger/år	Ingen gång
Hantverk, konst, teknik						
Handarbetat, sytt, stickat, vävt, slöjdat	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Utövat konstnärligt hantverk (t.ex. målat, tecknat, skulpterat)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Meckat, modellbyggt	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Filmat, fotograferat	☐	☐	☐	☐	☐	☐

	Varje dag/ nästan varje dag	Flera gånger i veckan	En gång i veckan	Någon gång i månaden	Någon/ några gånger/år	Ingen gång
Musik, dans, teater						
Spelat instrument	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sjungit i kör, tagit sånglektioner	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lyssnat aktivt på musik	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gått på konsert	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Dansat	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gått på teater	☐	☐	☐	☐	☐	☐

	Varje dag/ nästan varje dag	Flera gånger i veckan	En gång i veckan	Någon gång i månaden	Någon/ några gånger/år	Ingen gång
Hem- och familjeliv						
Skötsel av sällskapsdjur	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Matlagning/bakning som fritidssyssla	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Hemrenovering/heminredning som fritidssyssla	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Trädgårdsskötsel	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Varit på stugan	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Varit ut med båt, motorcykel, (hus)bil	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gjort utflykter	☐	☐	☐	☐	☐	☐

	Varje dag/ nästan varje dag	Flera gånger i veckan	En gång i veckan	Någon gång i månaden	Någon/ några gånger/år	Ingen gång
Sociala aktiviteter						
Umgått med släkt/vänner	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Besökt ungdoms-/föreningsgård	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Besökt café	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Träffat kompisar ute t.ex. på stan	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Nöjesliv, t.ex. disco, bar eller klubb	☐	☐	☐	☐	☐	☐

0217183563

Forts. Hur ofta har du under de senaste 12 månaderna gjort följande?

Fyll i ett kryss per rad. Lämna inte tomt, tack!

Användning av medier, spel	Varje dag/ nästan varje dag	Flera gånger i veckan	En gång i veckan	Någon gång i månaden	Någon/ några gånger/år	Ingen gång
Använt dator, surfplatta på fritiden	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Använt mobil-/smarttelefon på fritiden	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Använt sociala medier t.ex. facebook, instagram, snapchat	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sett på TV/film	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lyssnat på radio/podcast	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Spelat dator-/TV-/mobilspe	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Spelat på t.ex. tips, trav, bingo, nätspe	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Spelat bräd-/strategispe, pusslat	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Läst, studier och liknande	Varje dag/ nästan varje dag	Flera gånger i veckan	En gång i veckan	Någon gång i månaden	Någon/ några gånger/år	Ingen gång
Läst någon bok, e-bok, tidskrift eller lyssnat på ljudbok	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Skrivit t.ex. dagbok, poesi	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Deltagit i kursverksamhet på fritiden	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gått på/lyssnat på föreläsning på fritiden	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Övriga aktiviteter	Varje dag/ nästan varje dag	Flera gånger i veckan	En gång i veckan	Någon gång i månaden	Någon/ några gånger/år	Ingen gång
Besökt marknad, auktion, loppis	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Besökt utställning	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Deltagit i religiös aktivitet	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Deltagit i föreningsverksamhet	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Varit funktionär vid fritidsaktiviteter (t.ex. för barn/unga)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Meditation, mindfulness eller annan mental träning	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Jag har utövat annan fritidsaktivitet. Vilken?

Hur ofta har du utövat den aktiviteten?

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Evenemang och aktivitetsutbud på Åland

13. Har du deltagit i eller besökt följande evenemang på Åland under de senaste 12 månaderna?

Flera kryss möjliga!

Sportevenemang

- ☐ Fotbollsmatcher
- ☐ Trav, tävlingar inom ridsport
- ☐ Mariehamnsregattan
- ☐ Tall Ships Races
- ☐ Sportfiske evenemang
- ☐ Löpartävlingar/lopp
- ☐ Gymnastiktävling, gymnastikevenemang
- ☐ Ishockeyevenemang
- ☐ Motorsportevenemang
- ☐ Triathlon
- ☐ Annat, vilket? _____

Musikevenemang

- ☐ Konsertserie Katrina
- ☐ Lokala musikkonserter
- ☐ Digitala musikkonserter
- ☐ Trubadurframträdanden
- ☐ Orgelfestivalen
- ☐ Rockoff
- ☐ Annat, vilket? _____

☐ Besökt museum på Åland

Scenkonstföreläsningar

- ☐ Åländsk teateruppsättning
- ☐ Utomåländskt teatergästspel
- ☐ Dansuppvisning
- ☐ Annan, vilken? _____

Övriga evenemang

- ☐ Vera filmfestival
- ☐ Litteratur- och poesievenemang
- ☐ Öppna Ateljeér/Konstrundan
- ☐ Skördefesten på Åland, Åland grönskar
- ☐ Marknader
- ☐ Kulturmatten
- ☐ Annat, vilket? _____

Utövande av fritidsaktiviteter utanför Åland

14. Har du varit utanför Åland på fritiden under de senaste 12 månaderna?

- ☐ Nej, jag har inte varit utanför Åland på fritiden de senaste 12 månaderna
- ☐ Ja, kryssa för alla fritidsaktiviteter som du gjort utanför Åland de senaste 12 månaderna:

- | | |
|--|---|
| ☐ Besökt släkt/vänner | ☐ Solat och badat |
| ☐ Gått på teater, konsert | ☐ Besökt badhus |
| ☐ Besökt museum, utställning, mäss | ☐ Besökt hälsohem, friskvårdsanläggning, SPA |
| ☐ Besökt bio | ☐ Åkt slalom, skidor |
| ☐ Besökt djurpark, nöjesfält | ☐ Spelat golf |
| ☐ Shoppat | ☐ Tränat/tävlats i någon annan idrott |
| ☐ Kursverksamhet (ej arbetsrelaterad) | ☐ Besökt idrottstävling, -evenemang |
| ☐ Vandringsresa | |
| ☐ Annan fritidsaktivitet, vilken? _____ | |

0251183569

Kostnader för fritidsaktiviteter

15. Har du använt friskvårdsbidrag för motion, kultur eller massage under de senaste 12 månaderna?

- ☐ Nej, jag får inte friskvårdsbidrag
- ☐ Nej. Jag får friskvårdsbidrag från min arbetsgivare men jag har inte använt det under de senaste 12 månaderna
- ☐ Ja, jag har använt friskvårdsbidrag under de senaste 12 månaderna

16. Hur mycket lägger du i genomsnitt på dina egna fritidsaktiviteter?

euro/månad Räkna inte med eventuellt friskvårdsbidrag eller kostnader för t.ex. båt, stuga.

Utvärdering

17. Hur nöjd är du med din fritid?

- ☐ Mycket nöjd
- ☐ Ganska nöjd
- ☐ Varken nöjd eller missnöjd
- ☐ Ganska missnöjd
- ☐ Helt missnöjd

18. Finns det något som begränsar ditt utövande av fritidsaktiviteter?

☐ Nej, ingenting begränsar mitt utövande av fritidsaktiviteter

☐ Ja, kryssa för allt som stämmer in:

- ☐ Tidsbrist
- ☐ Begränsat utbud av aktiviteter
- ☐ Brist på pengar
- ☐ Saknar sällskap
- ☐ Min hälsa
- ☐ Dålig tillgänglighet, t.ex. i fysisk miljö, otillräckligt anpassade aktiviteter eller liknande
- ☐ Svårt att hitta information om aktiviteter
- ☐ Begränsade kunskaper i svenska
- ☐ Otillräckliga trafikförbindelser
- ☐ Annan, vilken? _____

19. Finns det någon fritidsaktivitet du skulle vilja ägna dig åt men som inte erbjuds på Åland?

☐ Nej

☐ Ja, nämligen: _____

20. Hur nöjd är du med utbudet av fritidsaktiviteter i din kommun?

- ☐ Mycket nöjd
- ☐ Ganska nöjd
- ☐ Varken nöjd eller missnöjd
- ☐ Ganska missnöjd
- ☐ Helt missnöjd

3447183561

20b. Om du är missnöjd med utbudet av fritidsaktiviteter i din kommun, berätta gärna varför!

21. Finns det något du tycker beslutsfattarna borde satsa mer resurser på?
Ge gärna förslag inom vilka områden och på vilket sätt resurserna kunde användas!

Har du några övriga kommentarer eller synpunkter?

Stort tack för din medverkan!

Vill du få fler möjligheter att dela dina erfarenheter och synpunkter? Då är du välkommen att anmäla dig till ÅSUBs webbpanel genom att ange din e-postadress nedan (eller i formuläret på www.asub.ax/webbpanel).

Din e-postadress:

ÅSUBs webbpanel är ett register med personer som vill delta i undersökningar online och används framför allt när ÅSUB vill samla in information extra snabbt. Du kommer att bli inbjuden högst två-tre gånger/år.

Det är frivilligt att delta och du kan när som helst välja att gå ur panelen. Din e-postadress används endast i detta syfte

Bilaga 3. Kvalitetsbilaga

I den här bilagan diskuterar vi vissa metodologiska avväganden i undersökningen.

Frågeformulär och datainsamling

Till årets undersökning fokuserade vi på att göra frågeformuläret mer användarvänligt. Vi har genomgående formulerat om frågor för att de ska bli tydligare. Genom att dessutom minska ner antalet frågor och förbättra enkätens utseende visuellt ville vi göra det enklare för uppgiftslämnare att besvara enkäten. Detta medför dock att vissa jämförelser i resultatet över tid bör ske med försiktighet.

Urvalet till undersökningen bestod av 1225 slumpmässigt utvalda personer, 16 till 80 år gamla, bosatta på Åland. Efter att ha minskat urvalet med personer som inte kunde nås på grund av en ogiltig adress eller som var oförmögna att svara på enkäten (en övertäckning på 21 personer), bestod det slutliga urvalet av 1204 personer.

Datainsamlingen påbörjades 14 februari 2025. Första utskicket bestod av ett brev med inbjudan till att besvara frågeformuläret digitalt för personer i åldrarna 16 till 64 år. Personer som var 65 år eller äldre fick även frågeformuläret med inbjudan och kunde därmed välja om de ville fylla i enkäten digitalt eller på pappersformuläret. I samband med att den första påminnelse skickades ut bifogades frågeformuläret till samtliga, medan den andra och sista påminnelsen endast bestod av ett brev med en länk till den digitala enkäten.

Insamlingen av enkätsvar avslutades den 28 april 2025. Totalt besvarade 549 personer frågeformuläret, vilket motsvarar en svarsfrekvens på 45,6 procent. Två av tre svarande valde att besvara enkäten digitalt och en tredjedel genom att fylla i pappersformuläret.

Viktning

För att svarsmaterialet ska representera urvalet kan man använda sig av viktning. Det innebär att om en viss grupp är underrepresenterad bland de som besvarat enkäten, jämfört med rampopulationen, viktar man upp den gruppen så deras svar väger tyngre i resultaten. I den här undersökningen har vi använd kön, åldersgrupp och region för att vikta svaren. *Tabell 7* visar vikterna som användes i den här undersökningen, medan *Tabell 8* visar de svarandes fördelning efter kön, ålder och region, både före och efter viktning.

Tabell 7. Vikter

Ålder	Kön	Mariehamn	Landsbygd	Skärgård
16–24 år	Kvinna	1,09	1,13	2,92
	Man	1,11	1,71	2,92
25–44 år	Kvinna	1,11	1,07	1,26
	Man	1,26	1,65	1,18
45–64 år	Kvinna	0,83	0,90	0,59
	Man	0,98	1,07	1,35
65+ år	Kvinna	0,95	0,72	0,70
	Man	0,78	0,87	0,59

Källa: ÅSUB

Tabell 8. Antal och andel svarande före och efter viktning

	Antal svarande (oviktat)	Andel svarande (oviktat)	Antal svarande (viktat)	Andel svarande (viktat)
Totalt	549	100 %	549	100 %
Kvinnor	300	55 %	275	50 %
Män	249	45 %	274	50 %
16–24 år	46	8 %	59	11 %
25–44 år	136	25 %	169	31 %
45–64 år	200	36 %	186	34 %
65+ år	167	30 %	134	24 %
Mariehamn	224	41 %	219	40 %
Fasta Ålands landsbygd	284	52 %	294	54 %
Skärgården	41	7 %	36	7 %

Källa: ÅSUB

De svarandes fördelning (efter viktning) på vissa bakgrundsvariabler visas i *Tabell 9*.

Tabell 9. Svarandes fördelning på bakgrundsvariabler (viktat)

	Antal	Andel
Modersmål		
Svenska	509	93 %
Annat nordiskt språk	21	4 %
Icke nordiskt språk	18	3 %
Födelseort		
Åland	328	60 %
Övriga Finland	140	26 %
Sverige	56	10 %
Övriga världen	25	5 %
Sysselsättning		
Tjänsteman/arbetstagare	284	53 %
Arbetsgivare/företagare/lantbrukare	42	8 %
Studerande	52	10 %
Arbetslös/permitterad	7	1 %
Pensionär	136	25 %
Föräldraledig/vårdledig	14	3 %
Utbildning		
Grundskola	79	14
Gymnasium	258	47
Högskola	209	38
Boendesituation		
Ensamboende vuxen utan barn	112	21 %
Ensamboende vuxen med barn under 18 år	25	5 %
Sammanboende utan barn	236	43 %
Sammanboende med barn under 18 år	172	32 %

Källa: ÅSUB

Metod och analys

I den här undersökningen har vi framför allt använt oss av deskriptiva analyser av enkätsvaren. För att jämföra resultatet mellan olika grupper, så som efter kön, ålder och region, har vi använt signifikanstester, där p-värden $<0,05$ har använts för att notera statistiskt signifikanta skillnader. P-värdet är ett mått på hur stor sannolikhet det är att observationen är en slump.

P-värdet hänger dock ihop med urvalsstorleken, där antalet svarande medför konsekvenser för möjligheten att upptäcka statistiskt signifikanta skillnader. Ju större urvalsstorleken är, desto bättre *power* har man att upptäcka även små skillnader. Att till exempel en skillnad mellan män och kvinnor inte uppnår statistisk signifikans kan därmed bero på att det inte finns någon skillnad, eller på att vi inte har *power* nog att upptäcka en skillnad. Därför bör man vara försiktig i tolkningen, och kring vilka slutsatser man kan dra, framför allt då man jämför mindre grupper av svarande.

Samtliga öppna svar analyserades kvalitativt och kategoriserades in i olika teman.

För ytterligare upplysningar eller frågor, kontakta Mina Rosenqvist (förnamn.efternamn@asub.ax).

Ålands statistik- och utredningsbyrå, ÅSUB, är en oberoende institution vars främsta uppgifter är att verka som Ålands officiella statistikmyndighet och bedriva forskning och utredningsverksamhet. ÅSUB producerar aktuell statistik inom ett stort antal områden. Inom forskningen och utredningsverksamheten är det samhällsekonomiska området centralt men verksamheten omfattar även många andra relevanta samhällsfrågor.

All statistik, alla rapporter och annat kunskapsunderlag publiceras på ÅSUB:s webbplats www.asub.ax.



Tel. +358 18 25490
info@asub.ax | www.asub.ax
PB 1187 | AX-22 111 Mariehamn