

Bilaga: Skåne län

TNS Sifo-undersökning: Hälsovinster vid resande

Hälsovinster vid resande är en rikstäckande undersökning som TNS Sifo gjort på uppdrag av Apollo under augusti månad 2013. Undersökningen baseras på 2100 webbintervjuer jämnt fördelade över Sveriges 21 län. De som besvarade frågorna är 25 år eller äldre och har rest utomlands någon gång de senaste tre åren. TNS Sifo använder sig av en webbpanel bestående av drygt 100 000 personer.

Resenärstyper i Skåne

1. Upplevelseresenären	33%
2. Solstolslaparen	16%
3. Flanören	16%
4. Badaren	15%
5. Semestersportaren	9%

Resenärstyper i Sverige

1. Upplevelseresenären	33%
2. Solstolslaparen	23%
3. Flanören	20%
4. Badaren	13%
5. Semestersportaren	4%

De viktigaste anledningarna till att vi reser utomlands

Skåne

1. Umgås mer med partnern, barnen, familjen, kompisar	70%
2. Få sol, värme och bad	64%
3. Vara helt ledig- från jobb och hushållssysslor	63%
4. Varva ner, stressa mindre	62%
5. Vila upp mig	51%
6. Må bättre psykiskt	50%
7. Komma bort från hemmet	32%
8. Må bättre fysiskt- förbättra hälsan	32%
9. Få utrymme att göra saker som jag tycker om/ är viktiga	30%
10. För att relationen ska må bra (kärleksrelation)	29%

Sverige

1. Umgås mer med partnern, barnen, familjen, kompisar	66%
2. Vara helt ledig- från jobb och hushållssysslor	63%
3. Få sol, värme och bad	63%
4. Varva ner, stressa mindre	61%
5. Vila upp mig	55%
6. Må bättre psykiskt	54%
7. Komma bort från hemmet	35%
8. Få utrymme att göra saker jag tycker om/ är viktiga	33%
9. Må bättre fysiskt- förbättra hälsan	32%
10. För att relationen ska må bra (kärleksrelation)	31%

Så påverkas vi under och efter en resa med sol och bad

Skåne

1. Blir gladare	65%
2. Blir piggare	55%
3. Blir mindre stressad/lugnare	43%
4. Blir snällare mot mig själv	28%
5. Är trevligare mot min omgivning	24%
6. Blir effektivare på jobbet	23%
7. Blir friskare	19%
8. Får lägre blodtryck	6%

Sverige

1. Blir gladare	67%
2. Bli piggare	55%
3. Blir mindre stressad/ lugnare	51%
4. Blir snällare mot mig själv	35%
5. Är trevligare mot min omgivning	32%
6. Blir friskare	29%
7. Blir effektivare på jobbet	29%
8. Får lägre blodtryck	10%

Brukar du "koppla bort" på utlandsresan?

(Innebär att man stänger av digitala verktyg och uppkoppling som t.ex. e-mail, mobiltelefon, TV, sociala medier under semestern.)

Skåne

Ja	32%
Delvis	50%
Nej	15%
Tveksam, vet ej	3%

Sverige

Ja	34%
Delvis	54%
Nej	11%
Tveksam, vet ej	1%

Hur brukar du "koppla bort" på utlandsresan?

Skåne

1. Tittar inte på jobbmailen	78%
2. Tittar inte på TV	56%
3. Använder inte sociala medier	55%
4. Surfar inte på internet	48%
5. Tittar inte på privat e-mail	40%
6. Stänger av mobiltelefonen	19%

Sverige

1. Tittar inte på jobbmailen	81%
2. Tittar inte på TV	59%
3. Använder inte sociala medier	57%
4. Surfar inte på internet	54%
5. Tittar inte på privat e-mail	46%
6. Stänger av mobiltelefonen	28%

Topplistan i bilagan baseras på de respondenter som har svarat 6 eller 7 på en sjugradig skala bland olika svarsalternativ, där 7 är mest positivt. Listorna för Sverige visar riksnittet av samma fråga för att ge en relation till det länsspecifika resultatet.

Om du är intresserad av att få den fullständiga rapporten vänligen kontakta:

Kajsa Moström, informationschef på Apollo

Kajsa.mostrom@apollo.se, 08-673 86 03.