



Skid- och snowboardåkning är en självklar aktivitet  
i Sverige med över 2 miljoner utövare varje år



**SVENSKA  
SKIDFÖRBUNDET**<sup>®</sup>  
SWEDISH SKI ASSOCIATION



SVENSKA  
SKIDANLÄGGNINGARS  
ORGANISATION

FRILUFTS  
FRÄMJANDET



## Mer än en skidbacke – ett nav för aktivitet på orten

En hemmabacke med kringliggande anläggningar ger möjlighet till fler aktiviteter, vinter som sommar. Närheten till anläggningar i naturmiljö har visat sig ha en mycket positiv påverkan på aktivitetsnivå och välmående. En stadsnära anläggning med bra kollektiva förbindelser och parkeringsplatser ger alltså en mycket bra utdelning i form av högre fysisk aktivitet för invånarna.

Steget från prova-på till aktiv träning är kortare när flera delar arena. Låt hemmabacken bli en plats att träffas på. Skapa natursköna miljöer, avkoppling och rekreation! Året runt.



”Vår skidbacke är  
ortens **största**  
**fritidsgård**”

## Vi behöver extra pepp på vintern

Vi är i Sverige bara ute och aktiva hälften så mycket på vintern som under sommarhalvåret. Det är bevisat bortom alla tvivel att regelbunden fysisk aktivitet leder till förbättrad hälsa och välbefinnande, och ett längre och friskare liv.

Kostnaden för stillasittande livsstilar i Sverige har nyligen beräknats till 90 miljarder kr per år.<sup>1</sup> Ett par timmar i skidbacken varje vecka är ett välkommet avbrott från stillasittande och väl så viktigt för att bryta inaktivitet. Det kan locka barn och ungdomar in i föreningar med mer träning regelbundet.



# 50%

Vi är bara hälften så aktiva under vintern<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Mervärde och samhällsnytta med alpin skidåkning och betydelsen av hemmabackar, 2023, Faskunger, ProActivity.

## Bli en attraktiv bostadsort

En meningsfull fritid anges av 52 procent<sup>2</sup> som viktig faktor för val av bostadsort. Att ha tillgång till exempelvis en aktiv skidanläggning innebär alltså en tydligt större attraktivitet för inflyttning till kommunen. Skolor, fritidsgårdar och föreningar som kan nyttja fritidsanläggningar bidrar också till bättre boendemiljö för familjer. Här kan kommuner tillsammans med föreningar bygga vidare på många av de hållbarhetsmål som definieras i Agenda 2030.

Funktionell skidåkning ger mervärde till jämlik tillgänglig fritidsaktivitet för alla. Fysiska aktiviteter som skidåkning i föreningar kan också hjälpa till att hålla ungdomar borta från destruktiva aktiviteter, skadegörelse och brott.



<sup>2</sup> Friluftsliv 2018, 2018, Mittuniversitetet/Etour på uppdrag av Naturvårdsverket.

## Bygg vidare på det som finns

Satsa på befintliga anläggningar, renovera, förnya och byt ut till effektivare och modernare snökanoner, belysning och värmesystem. **En modern snöanläggning minskar behovet av energi med 30-80 procent i jämförelse med en äldre\***. En miljö- och energianpassning av verksamheten är nödvändig på många platser i landet. Vi anser att det bör vara lika självklart att producera snö som det är att värma vatten till ett badhus eller frysa vatten till en ishall.

Ofta är det mer ekonomiskt att se över det befintliga, än att börja från början. Dessutom, mycket känsla och tradition lever på platsen, ta vara på den.

\* Varierar beroende på jämförelser och analyser.



# Investeringar ger tillbaka

En välutnyttjad backe är inte en belastning. En ny rapport<sup>3</sup> från företaget Ecoloop visar att en skidanläggning med många besökare och många aktivitetstimmar ger en låg klimat- och kostnadsbelastning per person. **Och satsningar på fysisk aktivitet är samhällsekonomiskt lönsamma: Varje satsad krona ger tillbaka värden motsvarande nästan fyra kronor i form av mindre kostnader för sjukvård, psykisk ohälsa med mera<sup>1</sup>.**

Kort sagt: det ger tillbaka i form av fysisk och psykisk hälsa till invånare i närområdet. Jämfört med exempelvis simhallar och ishallar, som vi idag ser som naturliga satsningar på idrott, kräver snöläggning och drift av skidanläggningar inte mer resurser, sett till de aktivitetstimmar de ger.

<sup>3</sup> Hållbara skidanläggningar, kostnader och klimatpåverkan i ett livscykelperspektiv, Regnell och Virgin, Ecoloop, 2023.

<sup>1</sup> Mervärde och samhällsnytta med alpin skidåkning och betydelsen av hemmabackar, 2023, Faskunger, ProActivity.

**Om ni behöver prioritera, satsa på snösystemen i första hand.** Tillverkad snö är en förutsättning för en fortsatt verksamhet. Dagens system är energieffektiva och det går snabbare att göra mycket snö på kort tid när temperaturförhållandena väl är som bäst.

Utväxling per satsad krona.<sup>1</sup>



# Så tar du fem viktiga steg mot en bättre backe



**Besök din lokala hemmabacke.** I din profession såväl som privatperson. Prata både med de som driftar och de som är där för rekreation.



**Lyssna på idéer och förslag.** Vad tycker de som upplever och driver verksamheten varje vecka? Låt åsikterna flöda fritt, kanske har ni någon egen idé som ni vill ventilera och få inspel på.



**Prioritera backen i kommunens budget.** Ofta finns det synergier och möjligheter över enhets- och budgetgränser. Se helheten.



**Visa skidanläggningen i era kanaler.** Både befintlig verksamhet och pågående utveckling. En välanvänd hemmabacke är bäst både för fysiskt välmående, miljö och ekonomi i kommunen.



**Ta kontakt!** Svenska Skidförbundet, Friluftsförbundet och SLAO, vi finns till för att hjälpa hemmabackarna och det betyder att vi gärna hjälper även er.



BACKA  
HEMMA  
BACKEN!



[www.skidor.com](http://www.skidor.com)



**SVENSKA  
SKIDFÖRBUNDET**  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

[www.slao.se](http://www.slao.se)



**SVENSKA  
SKIDANLÄGGNINGARS  
ORGANISATION**

[www.friluftsframjandet.se](http://www.friluftsframjandet.se)

**FRILUFTS  
FRÄMJANDET**

