

Från storstadspuls till småstadsliv – ”townsizing” växer som restrend

Allt fler resenärer söker sig bortom de stora och välbesökta huvudstäderna till mindre platser med lugnare tempo och lokal karaktär. Trenden kallas ”townsizing” och sätter fokus på kvaliteter som många svenska städer redan erbjuder. Från historiska universitetsstäder med ett rikt konst- och kulturliv till pittoreska kuststäder med natur och rekreation runt hörnet erbjuder Sveriges mindre städer ett alternativ till den klassiska storstadssemestern.



Foto: Tina Axelsson/imagebank.sweden.se ([Download](#))

Begreppet ”townsizing”, en kombination av *town* och *downsizing*, beskriver en växande trend där resenärer väljer mindre städer som erbjuder ett lugnare tempo, lokal kultur och närhet till vardagslivet på platsen. Trenden, som nyligen uppmärksammades av tyska [Condé Nast Traveller](#), speglar en bredare rörelse där man rör sig bort från välbesökta turistmål till platser som är enklare att upptäcka och känns mer genuint lokala. Och Sverige har gott om städer som passar in i den växande trenden. Kompakta stadskärnor, goda tågförbindelser och närheten till naturen gör det enkelt att kombinera stadsliv med de lokala upplevelser som allt fler resenärer efterfrågar.

Därför passar Sverige perfekt in i trenden

Att välja en mindre stad betyder inte att det finns mindre att uppleva. Under en och samma resa kan besökare upptäcka allt från en fästning från 1200-talet och vikingahistoria till samtida konst, kallbad och jakten på stadens bästa kanelbulle. Och eftersom naturen sällan är långt borta är det enkelt att kombinera stadslivet med upplevelser utanför centrum – vid kusten, en sjö, på en vandringsled eller ute på landsbygden.

Fem svenska städer som gjorda för ”townsizing”



Foto: Per Pixel Petersson/imagebank.sweden.se ([Download](#))

1. Lund – för både hjärta och hjärna

Lund är en av Sveriges äldsta städer, men tack vare det välkända universitetet och omkring 50 000 studenter präglas staden

av en ung och levande atmosfär. Stadslivet kretsar kring den medeltida domkyrkan och kaféerna kring Lundagård. Här tas både livskvalitet och kvaliteten på kanelbullarna på stort allvar, inte minst hos lokala favoriter som *Broder Jakobs* och *Mannz Bageri*.



Foto: Per Pixel Petersson/imagebank.sweden.se ([Download](#))

2. Varberg – kallbadens hemstad

I Varberg kan en cityweekend börja med ett dopp i Kattegatt. Stadens ikoniska kallbadhus har stått på träpålar i havet i över hundra år och erbjuder den klassiska kombinationen av bastu och kallbad, en självklar del av livet i Varberg. På land väntar en fästning med anor från 1200-talet och en levande surfkultur.



Foto: Emmie Bolmstedt/imagebank.sweden.se ([Download](#))

3. Linköping – där historien fortfarande lever

Gamla Linköping är mer än ett traditionellt friluftsmuseum. De bevarade trähusen, butikerna och hantverksbodarna bildar en av Sveriges största sammanhängande historiska trähusmiljöer. I närheten kan besökare se båtar slussas genom Bergs slussar längs Göta kanal eller övernatta bland kullerstensgatorna på *Hilma Winblads B&B*.



Foto: Emmie Bolmstedt/imagebank.sweden.se ([Download](#))

4. Uppsala – från vikingakungar till botaniska trädgårdar

Strax norr om Stockholm kombinerar Uppsala livet i en universitetsstad med århundraden av svensk historia. Kungshögarna i Gamla Uppsala är en av Skandiniaviens viktigaste platser från vikingatiden, medan Carl von Linnés tidigare hem och trädgårdar erbjuder en lugn kontrast till domkyrkan och det livliga studentlivet.



Foto: Tina Stafrén/imagebank.sweden.se ([Download](#))

5. Umeå – kultur på nordliga breddgrader

Cirka 40 mil söder om polcirkeln ligger Umeå, en stad med ett kulturliv som är betydligt större än stadens storlek antyder. Som tidigare europeisk kulturhuvudstad är Umeå bland annat hem för Bildmuseet, en av Sveriges ledande institutioner för samtidskonst, vackert beläget vid Umeälven. Här blir det tydligt att konst i världsklass och ett ambitiöst kreativt kulturliv inte kräver en storstad.

Pressbilder: [Visit Sweden Image Bank](#).

För att läsa mer om townsizing:

Airbnb Newsroom, August 18, 2026 *Fall Beats Summer as the Top Season for Weekend Trips*

<https://news.airbnb.com/fall-beats-summer-as-the-top-season-for-weekend-trips/>

Nyheter24, August 21, 2026 *Här vill utländska turister semestra i Sverige – orterna ökar*

<https://nyheter24.se/nyheter/inrikes/1506592-har-vill-utlandska-turister-semestra-i-sverige-orterna-okar>

Kontakt Visit Sweden, Ebba Ekelund, PR Norden och Nederländerna, ebba.ekelund@visitsweden.com

Kort om Visit Sweden: Visit Sweden har ett statligt uppdrag att marknadsföra Sverige som resmål och skapa förutsättningar för en växande och konkurrenskraftig turismnäring. Visit Sweden arbetar nära med svenska turism- och besöksnäringen för att effektivt nå de mest eftertraktade målgrupperna för långsiktigt hållbar turism. Visit Sweden är baserat i Stockholm med lokal representation i en handfull länder. Visit Sweden har närmare 50 anställda.

<https://press.visitsweden.com/press-releases?item=123420>