

Sveriges konsumtionsbaserade utsläpp i siffror

Förstå hushållens påverkan på klimatet med hjälp av Konsumtionskompassen

SEI brief
May 2026

Katarina Axelsson
Peter Robert Walke
Ansel Cheng Wei-Yu
Derik Broekhoff
Mia Shu
Karin André

Fyra viktiga insikter om de svenska hushållens klimatavtryck

- **Utsläppen påverkades av pandemin och varierade därefter.** Under perioden 2019 till 2023 noterades först en minskning av de svenska hushållens konsumtionsbaserade utsläpp kopplat till covid-19-pandemin, ökade därefter fram till 2022 och minskade något under 2023, men utvecklingen över tid är fortsatt osäker.
- **Skillnader mellan kommungrupper.** De totala utsläppen per person är ungefär lika stora mellan Sveriges olika kommungrupper. Konsumtionens sammansättning varierar dock. I de största städerna står flygresor och konsumtion av varor och tjänster för en större andel, medan utsläppen i mindre städer och på landsbygden i högre grad kopplas till bilresor. Det visar hur olika livsstilar kan ge upphov till liknande totala utsläpp, fast av olika slag.
- **Variation inom kommunerna.** Även om utsläppen per kommun varierar måttligt finns stora skillnader mellan hushåll på lokal nivå och på stadsdelsnivå (eller så kallad DeSO-nivå). Inkomster spelar en viktig roll men faktorer som geografi, transportmöjligheter och boendeform är också viktiga påverkansfaktorer för konsumtionens klimatavtryck.
- **Lokala data är viktigt för effektiv styrning.** Resultaten från Konsumtionskompassen 2.0 visar att kommuner inte bör ses som homogena enheter. För att klimatarbetet ska bli träffsäkert är lokala, segmenterade data som stödjer riktade insatser viktiga för en mer precis målstyrning.

Underlag för effektiva och målgruppsinriktade åtgärder

Konsumtionskompassen är ett datadrivet digitalt verktyg som erbjuder kommuner och beslutsfattare en ny ingång för att bättre förstå hur hushållens konsumtionsmönster driver på utsläppen av växthusgaser, både lokalt och globalt. Genom att tillhandahålla detaljerad information om vilka konsumtionsvanor som bidrar till störst klimatpåverkan lokalt, ökar vår förståelse för hur beslutsfattare kan rikta insatserna dit där de gör störst skillnad och hur effektiva, målgruppspecifika, åtgärder kan utformas.

Verktygets beräkningar visar att klimatutsläppen är kopplade till flera faktorer, som till exempel inkomst, geografi och boendesituation. Detta understryker vikten av att inkludera sociala aspekter i klimatarbetet för att undvika att nya klyftor skapas, eller att befintliga orättvisor fördjupas i samhället.

Kommuner utgör verktygets främsta målgrupp och kan bland annat använda verktyget för att:

- Belysa skillnader och likheter mellan olika geografiska områden i kommunen, till exempel mellan städer och landsbygd, och mellan områden med olika sociodemografiska kännetecken.
- Identifiera konsumtionsområden med höga utsläpp (hotspots) och utforma målgruppspecifika kampanjer som möter invånarna i dialog och främjar social och miljömässig hållbarhet.
- Ge underlag för strategiska åtgärder för att minska hushållens klimatavtryck, anpassade till lokala förutsättningar.
- Utvärdera trender i hushållens konsumtionsmönster över tid.
- Skapa förståelse för vilka delar av hushållens konsumtion som bidrar mest till utsläppen, samt vad som är mer klimatsmarta alternativ, och använda denna insikt som underlag för diskussioner om det hållbara samhället.

Genom att skapa ett gediget underlag för riktade insatser mot särskilt utsatta grupper och områden bidrar verktyget till ett rättvist och inkluderande klimatarbete. Samtidigt stärker det förutsättningarna för en öppen dialog med invånarna, vilket möjliggör en mer träffsäker och effektiv klimatpolitik på lokal nivå, något som är en förutsättning för en hållbar och rättvis klimatomställning.

I det här faktabladet sammanfattar vi några av de viktigaste resultaten från den andra versionen av Konsumtionskompassen (2.0), lanserad i maj 2025, med data uppdaterade till version 2.1 (mars 2026). Verktöget finns tillgängligt online via [Konsumtionskompassen.se](https://konsumtionskompassen.se). På denna webbsida finns även mer information om vad konsumtionsbaserade utsläpp är och varför det är viktigt att inte bara fokusera på Sveriges territoriella utsläpp - utan också adressera de konsumtionsbaserade utsläpp som uppstår i andra länder till följd av svensk konsumtion.

För information om de metoder och data som använts för att utveckla verktyget hänvisar vi till vår methodsammanfattning: *Consumption Compass 2.0* (Axelsson m. fl., 2025). Se också gärna vår vetenskapliga artikel, "The carbon footprints of consumption of goods and services in Sweden at municipal and postcode level and policy interventions" (Dawkins m. fl., 2024).

FAKTARUTA

Konsumtionskompassen är ett datadrivet digitalt verktyg som uppskattar hushållens klimatavtryck på detaljerad geografisk nivå i Sverige och för närmare 110 olika konsumtionskategorier.

Konsumtionskompassens främsta målgrupp är Sveriges kommuner som har en nyckelroll i att underlätta för hushållen att leva mer hållbart. Verktöget ger en detaljerad bild av hushållens utsläpp från konsumtion, vilket gör det till ett värdefullt

underlag för att i grunden förstå vad som driver på utsläppen på global nivå och för att förstå hur konsumtionen förändras över tid. Verktuget uppskattar skillnader och likheter i hushållens konsumtionsmönster på lokal nivå och ger därigenom ett viktigt stöd till kommunernas strategiska arbete.

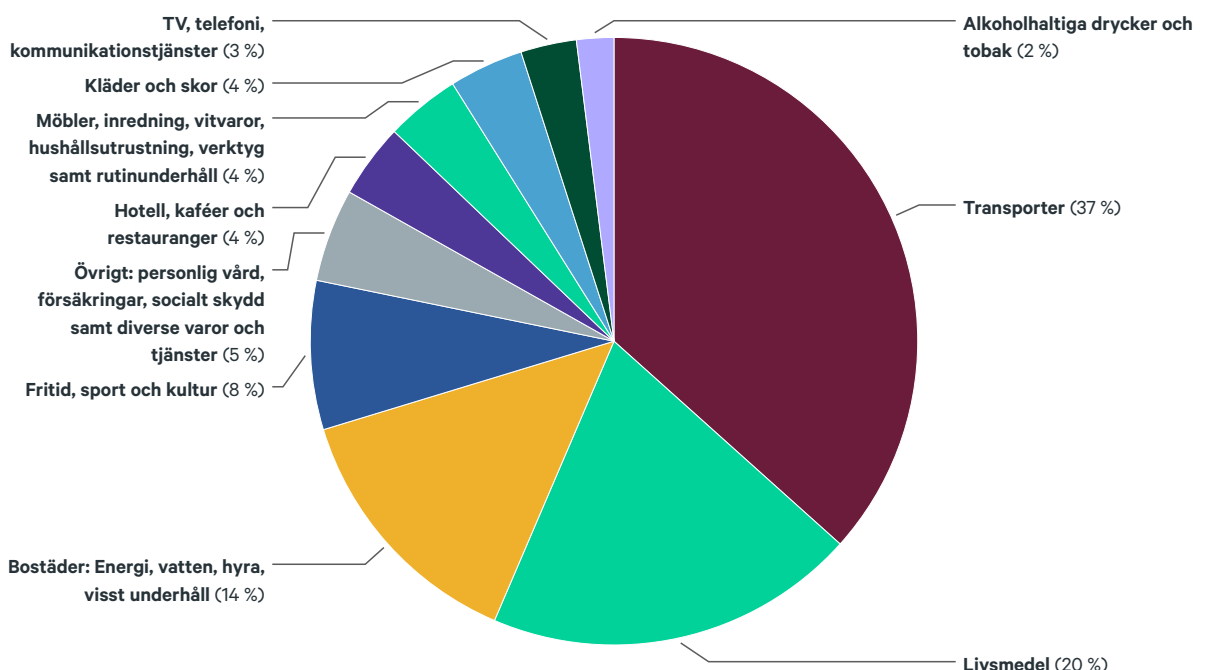
Verktuget har utvecklats under flera år. Den första versionen lanserades som ett Excelbaserat verktyg år 2022. I version 2.0, som lanserades 2025, har både beräkningsmodellen och användargränssnittet vidareutvecklats och verktuget finns nu tillgängligt på webben. Verktuget har därefter uppdaterats (version 2.1, mars 2026). För mer info, se [Konsumtionskompassen.se](https://www.konsumtionskompassen.se) och avsnittet [Vanliga frågor och svar](#).

Konsumtionskompassen har utvecklats av Stockholm Environment Institute (SEI) i samarbete med Kalmar kommun och Umeå kommun. Arbetet har finansierats av Formas (dnr 2022-02014).

Sveriges konsumtionsbaserade utsläpp

År 2023 uppgick de svenska hushållens konsumtionsbaserade utsläpp till 5 392 kg CO₂e (koldioxidekvivalenter) per person enligt Konsumtionskompassen. Den siffran inkluderar dock inte utsläpp från offentlig sektors konsumtion (830 kg) samt investeringar (både privata och offentliga) (2 090 kg), totalt 2 920 kg CO₂e per person för år 2023 (Naturvårdsverket, 2025). Dessa utsläpp är kopplade till den välfärd och de offentliga tjänster som hushållen tar del av, såsom skolor, sjukvård, brandkår, polis och infrastruktur, men har på grund av begränsad tillgång till statistik inte varit möjliga att inkludera i Konsumtionskompassens detaljerade beräkningar. Detsamma gäller

Figur 1. Utsläpp från svenska hushållens konsumtion år 2023, som andel per person i genomsnitt och per konsumtionskategori (procent). [Konsumtionskompassen 2025](#).



privata och offentliga investeringar. När dessa siffror inkluderas på en aggregerad nivå uppgick de svenska hushållens totala konsumtionsbaserade utsläpp till cirka 8 300 kg CO₂e per person för år 2023 (motsvarande 8,3 ton).

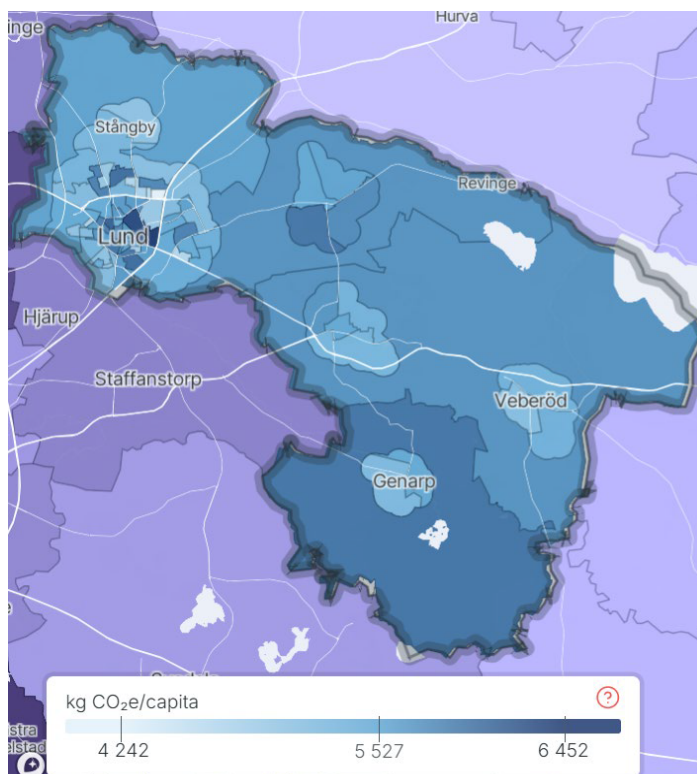
I Sverige är transporter den övergripande konsumtionskategori som genererar högst utsläpp (37 %), följt av livsmedel (21 %), energianvändning kopplat till våra bostäder (14 %) och därefter fritidsaktiviteter (8 %) (se figur 1). Ser vi till underkategorier av konsumtion är utsläpp kopplade till vår bilanvändning den konsumtionskategori som orsakar högst utsläpp, följt av flygresande, konsumtion av animaliska livsmedel som mjölkprodukter och kött och fjärrvärme.

Konsumtionskompassen uppskattar utsläppen på detaljerad geografisk nivå – DeSO

Konsumtionskompassen visar på genomsnittliga utsläpp från hushållens konsumtion per så kallat demografiskt statistikområde (DeSO) (se figur 2). DeSO är en geografisk indelning som utvecklats och använts av SCB sedan 2018 (SCB 2025). Sverige är indelat i närmare 6 000 DeSO med mellan 700 och 2 700 invånare. DeSO är snarlika, men betydligt större än, typiska postnummerområden.

Genom att uppskatta utsläppen per DeSO kan kommunerna göra mer precisa analyser av klimatavtrycket på lokal nivå och få bättre underlag att för skräddarsy styrmedel och andra åtgärder för bästa effekt.

Figur 2. Klimatavtryck (kilogram koldioxidkvivalenter, kg CO₂e) per person från hushållens konsumtion per DeSO i Lund kommun år 2023. [Konsumtionskompassen 2025](#).



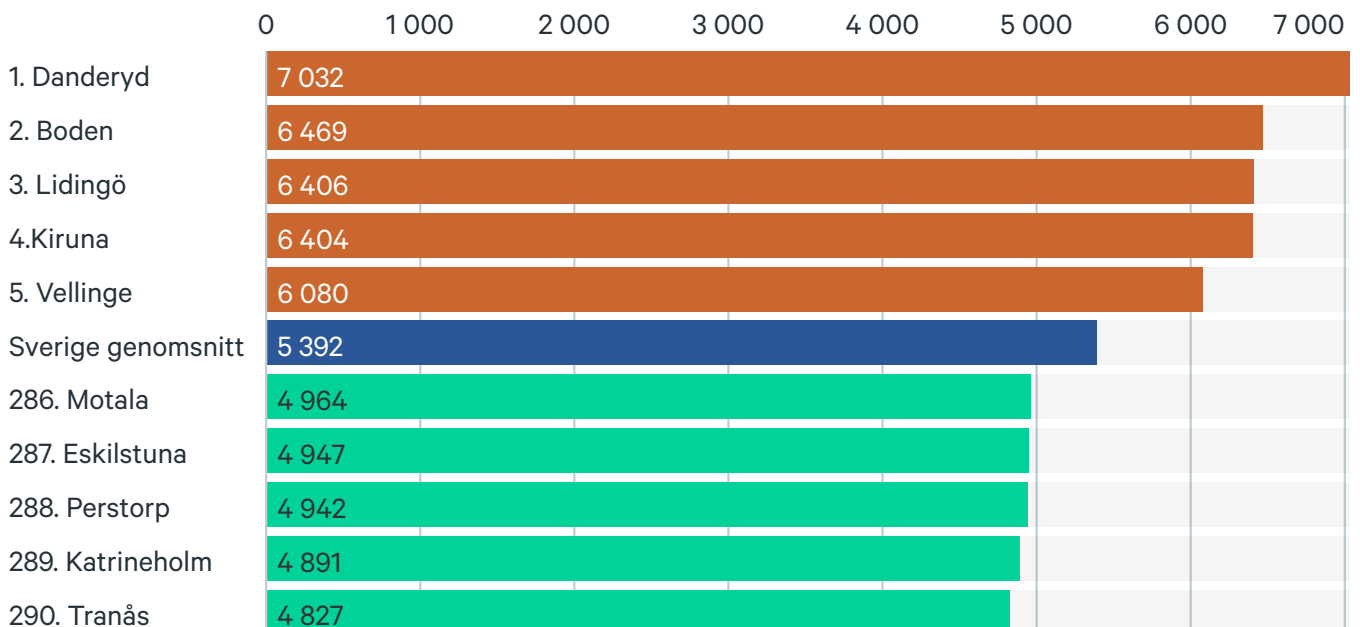
Vad visar resultaten?

Klimatavtryck mellan och inom landets kommuner

Konsumtionskompassens data visar att det år 2023 skilde cirka 2 200 kg CO₂e per person i genomsnittligt klimatavtryck mellan den kommun som släpper ut minst respektive den som släpper ut mest (se figur 3). Ser vi till Sveriges nio olika kommungrupper (SKR 2023) är skillnaden mindre (cirka 335 kg) mellan de olika grupperna. Större städer och storstadsnära kommuner har i genomsnitt något högre klimatavtryck, vilket framför allt är kopplat till fjärrvärmeanvändning, flygresande, kläder, möbler och annat för hemmet samt restaurang och hotell (se figur 4). Mer landsbygdsdominerade kommuner har istället högre utsläpp från bilresande och elanvändning, men fortfarande något lägre totala utsläpp än större städer och storstadsnära kommuner.

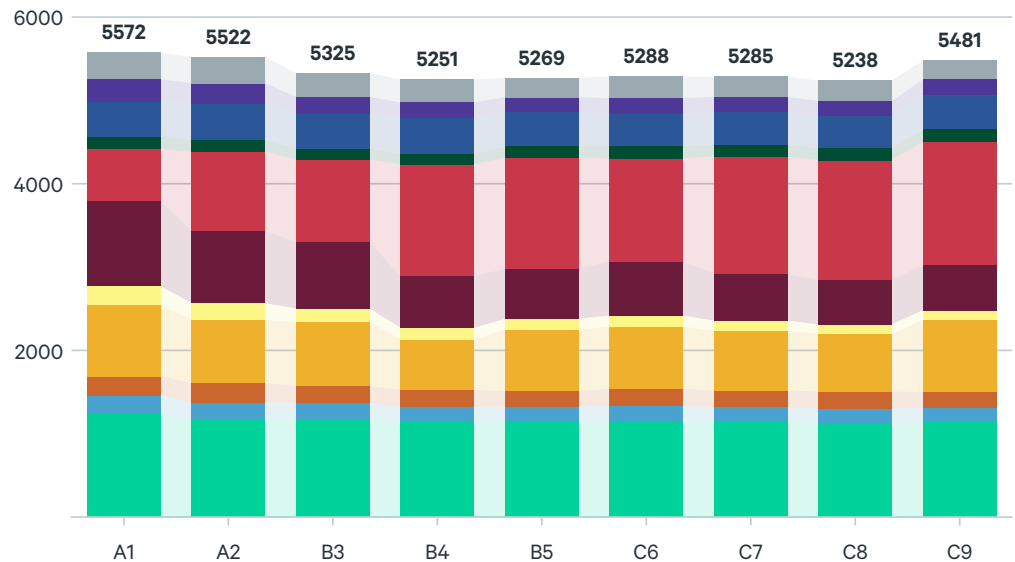
Om det mellan landets kommungrupper noteras mindre skillnader i genomsnittliga utsläpp, framträder desto större variationer inom Sveriges kommuner och mellan olika DeSO-områden. Konsumtionskompassen visar att det DeSO i Sverige som släpper ut mest genererar mer än dubbelt så höga utsläpp som det DeSO som släpper ut minst (en skillnad på 5 407 kg CO₂e). Här noteras stora skillnader i utsläpp från flera kategorier, framför allt kopplat till konsumtionen av möbler och annat relaterat till hemmet, övriga varor och tjänster, restaurang och hotell, fritidsaktiviteter, bilresande samt kategorin TV, telefoni och kommunikationstjänster. Figur 5 visar skillnader i utsläpp mellan olika DeSO i Stockholm som ett exempel.

Figur 3. De fem kommuner som år 2023 genererade mest växthusgaser (kg CO₂e) per person respektive minst, jämfört med genomsnittet för Sverige. [Konsumtionskompassen 2025](#)



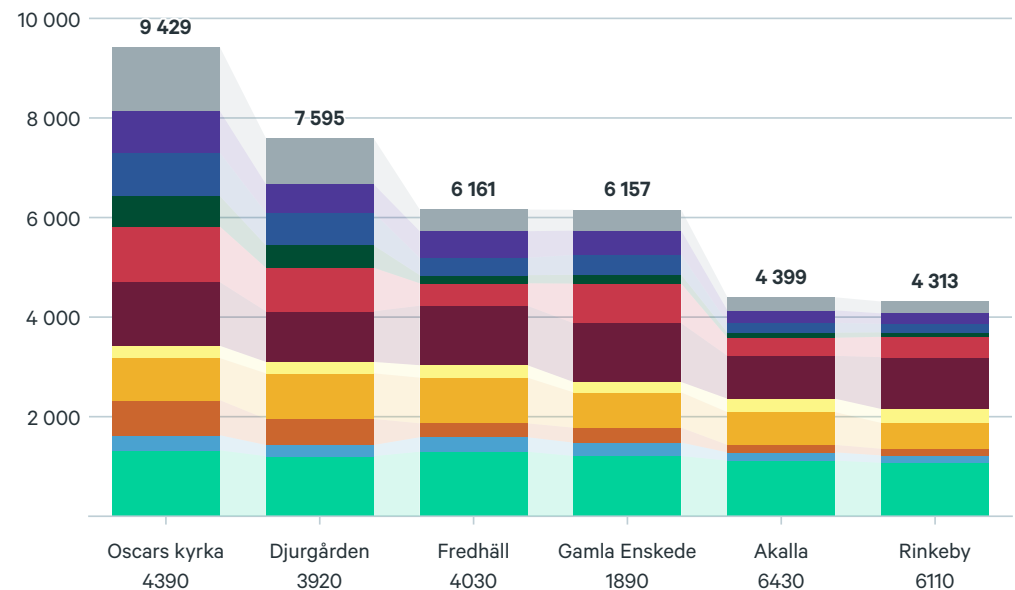
Figur 4. Utsläpp per person (kg CO₂e) i genomsnitt för Sveriges olika kommungrupper år 2023: A1-A2. Storstäder och storstadsnära kommuner, B3-B5. Större städer och kommuner nära större stad, C6-C9. Mindre städer/tätorter och landsbygdskommuner. *Konsumtionskompassen 2025* samt *Kommungruppsindelning, SKR (2023)*.

- Livsmedel, alkohol, tobak
- Kläder och skor
- Möbler, inredning, vitvaror, hushållsutrustning, verktyg samt rutinunderhåll
- Bostäder: Energi, vatten, hyra, visst underhåll
- Tåg, buss och båt samt övrigt
- Flyg
- Fordon (bil, MC m.m.)
- TV, telefoni, kommunikationstjänster
- Fritid, sport och kultur
- Hotell, kaféer och restauranger
- Övrigt: personlig vård, försäkringar, socialt skydd samt diverse varor och tjänster



Figur 5. Genomsnittliga klimatavtryck (kg CO₂e) per person för hushållen på olika DeSO i Stockholms stad år 2023 (urval). *Konsumtionskompassen 2025*

- Livsmedel
- Kläder och skor
- Möbler, inredning, vitvaror, hushållsutrustning, verktyg samt rutinunderhåll
- Bostäder: Energi, vatten, hyra, visst underhåll
- Tåg, buss och båt
- Flyg
- Fordon (bil, MC m.m.)
- TV, telefoni, kommunikationstjänster
- Fritid, sport och kultur
- Restaurang och hotell
- Övrigt: personlig vård, försäkringar, socialt skydd samt diverse varor och tjänster



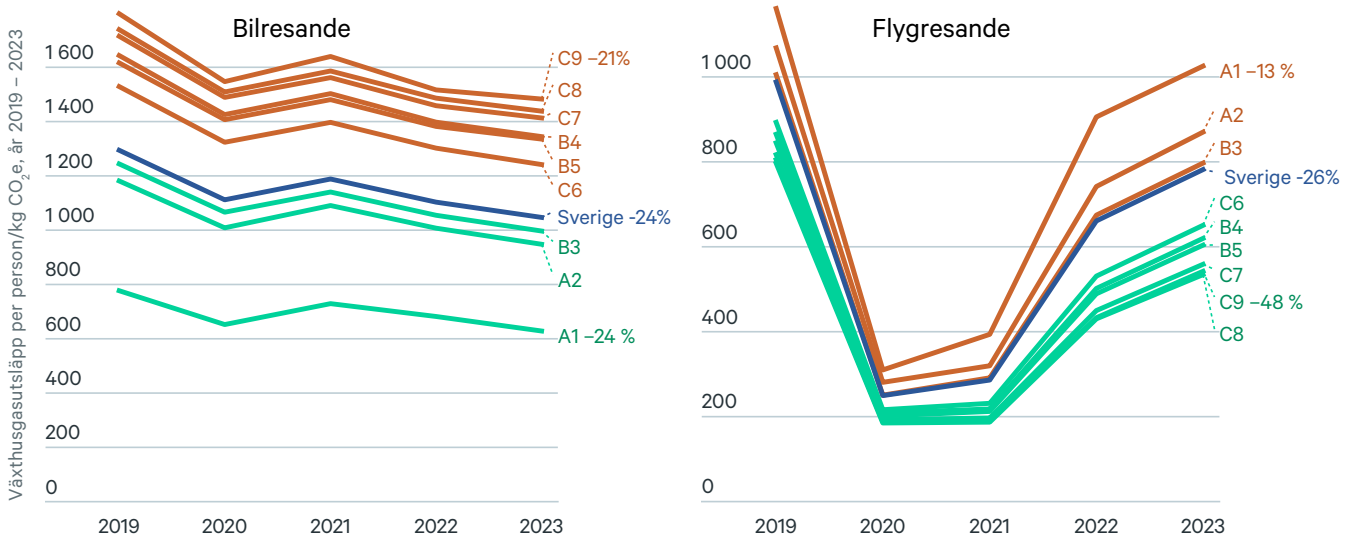
Korrelation mellan inkomster och konsumtionsnivåer

Konsumtionskompassens beräkningar visar en tydlig korrelation mellan hushållens inkomst och deras genomsnittliga klimatavtryck. Ju högre inkomster, desto större möjligheter att konsumera varor och tjänster, något som är särskilt tydligt kopplat till kategorier som flygresande, inredning, kläder och möbler. Andra faktorer påverkar emellertid också, såsom till exempel geografiskt läge, transportbehov och personliga intressen, vilket gör bilden mångfacetterad och visar att klimatarbetet måste ta hänsyn till flera komplexa faktorer.

Förstå de konsumtionsbaserade utsläpp över tid

Konsumtionskompassen 2.0 presenterar data över en tidsserie på fem år 2019 – 2023. Från denna tidsserie är det tydligt att konsumtionsmönstren påverkades av covid-19: flygresandet sjönk och de totala utsläppen minskade med närmare 20 %. Med hjälp av verktyget går det att analysera hur utvecklingen ser ut över tid för olika konsumtionskategorier och per DeSO, kommun, län eller kommungrupp. Se figur 6 med exempel för bilresande och flygresande för landets kommungrupper.

Figur 6. Klimatavtryck (kg CO₂e) per person kopplat till bilresande, samt flygresande under perioden 2019-2023, i genomsnitt för Sveriges olika kommungrupper: A1-A2. Storstäder och storstadsnära kommuner. B3-B5. Större städer och kommuner nära större stad. C6-C9. Mindre städer/tätorter och landsbygdskommuner. [Konsumtionskompassen 2025](#) samt [Kommungruppsindelning, SKR \(2023\)](#).



Exemplen i figur 6 visar att utsläppen från bilresande i landets kommungrupper uppvisat en nedåtgående trend över perioden för samtliga grupper, även om vi nu vet att utsläppen från bilresandet ökar igen från och med 2024 kopplat till bland annat sänkt reduktionsplikt ([Naturvårdsverket, 2025](#)). Vad gäller flygresandet noteras en kraftig ökning när covid-19-pandemin släppte sitt grepp om samhället, men där

Published by

Stockholm Environment Institute
Visiting address: Textilgatan 43
Post and deliveries: Virkesvägen 1A
120 30 Stockholm, Sweden
Tel: +46 8 30 80 44

Copyright © 2026 Stockholm
Environment Institute. This
work is licensed under Creative
Commons Attribution 4.0
International.

To view a copy of the licence, visit
[creativecommons.org/licenses/
by/4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0)

DOI:

<https://doi.org/10.51414/sei2026.013>

Author contact

katarina.axelsson@sei.org

Editor

Naomi Lubick

Layout

Richard Clay

Media contact

ylva.rylander@sei.org

Visit us: sei.org

**Stockholm Environment
Institute is an international non-
profit research institute that
tackles climate, environment
and sustainable development
challenges.**

**We empower partners to meet
these challenges through cutting-
edge research, knowledge, tools
and capacity building. Through
SEI's HQ and seven centres around
the world, we engage with policy,
practice and development action
for a sustainable, prosperous
future for all.**



olika kommungrupper återtog flygresandet i olika hög grad. De största kommunerna är till exempel år 2023 tillbaka på nästan samma nivåer som före pandemin, medan flygresandet i landsbygdskommunerna fortfarande ligger långt under nivåerna före pandemin. Sett till genomsnittet för samtliga kommungrupper är dock hushållens flygresande år 2023 drygt 25 % lägre jämfört med perioden före pandemin.

Genom att synliggöra skillnader över tid, och mellan olika grupper av hushåll, fungerar verktyget som ett viktigt redskap för att förstå hur olika samhällsfenomen och politiska beslut (som till exempel pandemin och ändrad reduktionsplikt) påverkar klimatavtrycken, och hjälper även till att säkerställa en rättvis, effektiv och lokalt anpassad klimatomställning.

Användning på lokal nivå

Enkäter och dialoger med kommuner runt om i Sverige under perioden 2022 — 2025 visar att många kommuner ser Konsumtionskompassen som ett värdefullt strategiskt verktyg. Det används för att öka förståelsen för hushållens konsumtionsmönster, för att identifiera lokala utmaningar och möjligheter, och för att kunna skapa mer träffsäkra, engagerande och anpassade insatser för hållbar utveckling. Flera kommuner pekar också på att verktyget ger dem bättre möjligheter att förstå hur socioekonomiska faktorer påverkar hushållens konsumtionsmönster. Det finns också exempel på kommuner som använder verktyget som underlag för informationskampanjer och dialoger med invånarna i kommunen om vikten av att omställningen sker på ett socialt rättvist och inkluderande sätt. Verktyget har också använts för att integrera konsumtionsbaserade utsläpp i kommunala strategier och hållbarhetsinsatser.

Fortsatt arbete

I det fortsatta arbetet kommer SEI, i samverkan med kommunerna Kalmar, Malmö, Stockholm och Umeå att fördjupa kunskapen om hur hushållens klimatpåverkan hänger samman med olika sociodemografiska faktorer. Målsättningen är att ge kommunerna bättre förutsättningar att minska hushållens klimatavtryck, samtidigt som hänsyn tas till frågor om klimaträttvisa och invånarnas välmående.

Som en del av projektet inleds även en systematisk kartläggning av de styrmedel och åtgärder som kommuner redan använder eller planerar att använda för att minska hushållens konsumtionsbaserade utsläpp. Kartläggningen syftar till att ge en samlad bild av befintliga arbetssätt och att identifiera möjligheter, utmaningar och utvecklingsbehov i kommunernas arbete. Resultaten ska fungera som kunskapsunderlag för hur lokala styrmedel och insatser kan minska klimatpåverkan från konsumtion, samtidigt som de bidrar till ett mer hållbart och socialt rättvist samhälle. Lanseringen av Konsumtionskompassen 3.0 är planerad till 2027. Finansiering tillhandahålls av Formas (AC-2024/0018).

SEI ser fram emot en nära dialog med verktygets huvudsakliga målgrupp – Sveriges kommuner – i det fortsatta arbetet och välkomnar kommentarer och förslag på verktygets fortsatta utveckling. Kontakta oss gärna via: konsumtionskompassen@sei.org.