

HUFVUDSTADEN

Bästa cityläget

**Så gynnar ett centralt kontorsläge
både arbetsliv och privatliv**

En rapport om betydelsen av ett centralt kontorsläge
– med fokus på centrala citylägen bland yrkesverk-
samma i Stockholm och Göteborg.



80%

tycker att det är mycket eller ganska viktigt att ha restauranger, caféer, butiker, gym etc. nära kontoret.

1 000 personer har bekräftat det vi alltid vetat:

”Centralt kontorsläge ger nöjdare medarbetare”

Över 100 år har Hufvudstaden erbjudit attraktiva kontorslägen mitt i stadens puls och byggt långsiktiga relationer med våra kunder. Vi vet att ett centralt cityläge inte bara underlättar arbetslivet, utan även privatlivet. Smidigare pendling, närhet till butiker, lunchrestauranger och AW-ställen ger helt enkelt ökad livskvalitet.

För att undersöka hur yrkesverksamma ser på betydelsen av kontorets läge har vi frågat över 1000 personer i Stockholm och Göteborg vad ett centralt kontorsläge betyder för dem. I den här rapporten har vi sammanställt resultatet, som bekräftar det vi alltid har vetat: Att välja rätt kontor handlar mer om människor än kvadratmeter, för kontorets läge

påverkar inte bara arbetslivet, utan hela livet.

Rätt kontorsadress underlättar vardagen, stärker varumärket och förbättrar affärsförutsättningarna. Nio av tio upplever att ett centralt läge ökar både trivseln och kontorsnärvaron, något våra långa kundrelationer redan bekräftar. Över 80 procent i åldern 25–44 år tycker att ett citykontor gör livet enklare att få ihop. Hela 3 av 4 anser dessutom att rätt kontorsadress bygger stolthet och lockar talanger.

Vi hoppas inspirera och guida er som funderar på att uppgradera kontoret – oavsett om ni söker fler eller färre kvadrat. Vårt råd är att välja en adress som gör vardagen smidigare, men också mer hållbar



och värdeskapande, för både företag och medarbetare.

Hos oss på Hufvudstaden får ni inte bara bästa cityläge utan också en trygg långsiktig partner som vet att personlig kundservice bygger starka kundrelationer.

Låt oss guida er till ert drömkontor!

Rätt kontorsläge ger en smidigare vardag	4
Citykontoret underlättar livet	6
Stoltare medarbetare – starkare varumärke	8
Läget lockar talanger	9
Nöjdast kontorskunder åtta år i rad	10
Bättre service – tryggare affär	11
Dags för ett bättre kontorsläge?	13

Om rapporten
Den här rapporten undersöker betydelsen av kontorsläget för yrkesverksamma i åldern 25–65 år i Stockholm och Göteborg. Undersökningen genomfördes av OTW på uppdrag av Hufvudstaden september 2025 via en webbenkät med 23 frågor. Totalt svarade 1053 personer, lika många män som kvinnor, och respondenterna rekryterades via Cint.

Rätt kontorsläge ger en smidigare vardag

Kontoret är tillbaka som självklar arbetsplats. De flesta är på plats flera dagar i veckan, och då blir adressen en avgörande del av arbetsdagen. Sju av tio vill korta restiden – trots att majoriteten pendlar bara 15–30 minuter. Det säger något viktigt: tiden värderas högt och upplevd tid väger tungt.

Med 65 procent av respondenterna i citykontor och många på plats upp till fem dagar i veckan blir läget en tydlig skillnad mellan en dag som flyter och en som skaver. Hälften av de tillfrågade uppger att adressen bidrar starkt till trivseln, och hela 76 procent menar att ett centralt kontor gör att man får mer ut av sin dag.

Tillgänglighet är hygienfaktor: närhet till kollektivtrafik rankas som mycket viktigt, liksom snabb access till restauranger, caféer, butiker

och gym. Det centrala läget handlar alltså inte bara om minuter, det handlar om hela arbetsvardagen.

Ett citykontor flätar ihop arbete och liv. Här hinner man uträtta ärenden, träna på lunchen eller träffa vänner på vägen hem. Nästan tre av fyra säger att cityläget både underlättar pendlingen till och från jobbet och vardagen i stort. Med andra ord: rätt läge minskar friktion, frigör tid och höjer kvaliteten på både arbetsdag och vardag.

Citykontor underlättar livspusslet

Över 81 procent av de tillfrågade i åldern 25–44 år anser att ett citykontor bidrar till en enklare vardag. Majoriteten av alla tillfrågade – närmare 85 procent i det yngre åldersspannet – tycker även att ett citykontor gör att man får mer ut av sin dag.

Topplista: Därför vill vi jobba i city

1 Uträtta ärenden

2 Träffa vänner

3 Gå på After Work

4 Träna på lunchen

5 Ta del av kultur/föreställningar

Frisvar från undersökningen:

”Nära till allt viktigt”

”Smidigare att ta sig till jobbet”

”Nära till lunchställen”

”Pulsen”

”Härlig miljö med stort utbud”

”Stort utbud av caféer”

”Lätt att äta ute”

”Nära kollektivtrafik”



Hufvudstaden spanar: 4 kontorstrender 2026

Katarina Cygnaeus, uthyrare på Hufvudstaden Stockholm, har koll på kommande trender i kontorsvärlden. Här är hennes spaningar inför 2026.

- 1 Flexibla kontorslösningar med olika lounges och skrivbordsmiljöer är fortsatt efterfrågat.
- 2 En tydlig trend är önskan om fler ljudisolerade teams- och telefonrum.
- 3 Medarbetare vill ha ett ombonat kontor med ”hemma-hos-känsla”.
- 4 Kontorsinredningen är en del av varumärket – styla med detaljomsorg!

76%

anser att kontor i ett centralt läge innebär att man får mer ut av sin dag.

Anki Håkansson, förvaltningschef
på Hufvudstaden i Göteborg:

”Citykontoret underlättar livet”

Om man som arbetsgivare vill
rekrytera och behålla talanger är
ett attraktivt citykontor en avgö-
rande faktor.

– Ett centralt kontorsläge att-
raherar de bästa medarbetarna,
säger Anki Håkansson, förvalt-
ningschef på Hufvudstaden i
Göteborg.

Ett attraktivt kontor handlar idag om
mycket mer än en bra adress. Enligt
Anki Håkansson, förvaltningschef
på Hufvudstaden i Göteborg, är
läget fortfarande avgörande – men
på ett nytt sätt.

– Förut handlade rätt läge om
besökaren. Idag tänker man mer
på medarbetarna. Att ha en arbets-
plats som är enkel att nå gör det
lättare att rekrytera och behålla rätt
kompetens.

Omständliga resor med flera by-
ten upplevs stressande trots relativt
kort restid. För många företag är
närheten till Centralstationen eller
närmsta transportmedel avgörande.

– Man tål en längre resa om man
sedan har ”kavajavstånd” till konto-
ret och kan gå utan att ens behöva
jacka, säger Anki.

Att kontoret ligger centralt gör
också att livspusslet går ihop. Anki
berättar om en kund som spontant
utbrast: ”Det är helt fantastiskt att

sitta i Nordstan! Jag har hunnit äta
lunch, köpa nya skor till barnen och
fixa en present till ett kalas – allt på
lunchen.”

– Det sätter fingret på hur viktigt
det är att ha all service inom räck-
håll, menar Anki.

Stolthet, trivsel och kultur

Sedan pandemin har förväntning-
arna – och kraven – på våra kontor
förändrats. Vita väggar och gråa
golv är inte längre acceptabelt.



”

Vi tror verkligen
på närområdet, därför
har vi alla fastigheter
samlade centralt.



7 av 10

medarbetare känner
ökad stolthet för
företaget när kontoret
ligger mitt i city.

– Nu vill man ha ett kontor där
man vill vara, där man får något
man inte får hemma. Medarbetare
förväntar sig mysiga, ombonade
miljöer som signalerar att arbetsgi-
varen satsar på dem. Det handlar
om kultur, trivsel och att känna sig
viktig, säger Anki.

Ett centralt läge skapar dessutom
stolthet. Sju av tio medarbetare kän-
ner ökad stolthet för företaget när
kontoret ligger mitt i city, något som
också stärker företagets varumärke.

– Man ska vara stolt över sin
arbetsplats och sammanhang. Det
påverkar hur medarbetarna pratar
om sitt jobb – och i förlängningen
rekryteringen, säger Anki.

– Vi tror verkligen på närområdet,

därför har vi alla fastigheter samla-
de centralt. En kund, som tidigare
drev verksamhet utanför Göteborg,
berättade att han blev helt över-
raskad av hur många kvalificerade
ansökningar de fick när de flyttade
in till oss – det hade han aldrig varit
med om tidigare.”

Personlig service som gör skillnad

Läget är viktigt – men också servi-
cenivån avgör hur man trivs. Huf-
vudstaden har stort fokus på att ha
en nära relation till sina hyresgäster.

– Vi har en personlig relation till
alla våra hyresgäster och tror starkt
på personlig service. Vår kundser-
vice är inte bara en kontaktpunkt

för den dagliga driften – den är en
engagerad partner som lär känna
våra hyresgäster och finns med
dem från inflytt och framåt.

– Våra fastighetstekniker går
regelbundet runt och tittar till fast-
igheterna. För mig är engagemang
att inte bara hantera saker från
skrivbordet utan faktiskt gå och titta
på plats, om det är städad, om be-
lysningen fungerar. Dessutom finns
våra fastighetstekniker alltid på
gångavstånd och är där på ett par
minuter om det krisar, det innebär
en trygghet för våra kunder.

– Vi är synliga och nåbara. Det
är inte bara personlig kundservice,
utan vi har ett genuint intresse och
bryr oss om våra kunder. Vi träf-

far våra kunder regelbundet. Jag
brukar säga att när jag går runt
i Nordstan vid lunchtid så träffar
jag många av våra kunder vilket är
våldigt roligt – det är bästa kund-
vården, säger Anki glatt.

Även hållbarhet är en central fråga
– både miljömässigt och mänskligt.
Fastigheterna är certifierade och vi
erbjuder bland annat gröna hyresav-
tal och avancerad källsortering. Men
för Anki är det lika viktigt att tänka
på medarbetarnas hållbarhet:

– Det handlar om att få ihop livs-
pusslet, ha ett socialt sammanhang
och må bra på jobbet. Vi må inte
bra av att bara jobba hemifrån – att
vistas bland kollegor på kontoret
gör oss mer hållbara över tid.

”Därför valde vi Hufvudstaden”

Två kunder om varför de valt just Hufvudstadens kontorslokaler.



”

Centralt läge attraherar. Kunder tar sig gärna hit och anställda kan lätt gå över till dem. Det är lätt att mötas och vi är övertygade om att fysiska möten ökar både engagemang och kreativitet.

Christian Elinder
medgrundare, Elinder Sten
Stockholm



”

Vi vill sitta på en plats som våra medarbetare är stolta över och trivs på. Vi är mycket på kontoret och har dessutom ett flöde av kunder som kommer på besök. Därför är det viktigt med både ett bra läge och en plats där våra medarbetare får en riktigt bra arbetsmiljö som de är stolta över.

Jonas Brogårdh
medgrundare, Censor
Göteborg



Stoltare medarbetare – starkare varumärke

Ett snyggt kontor i bästa cityläge bygger stolthet hos medarbetarna, och imponerar på kunderna. Adressen bygger varumärke och gör det enklare att nätverka och bygga relationer. Över 75 procent upplever att kontorets adress bidrar starkt till företagets varumärke.

Centrala adresser är fortsatt en konkurrensfördel. Adressen är inte bara en strategisk markör för seriositet och legitimitet, utan underlättar för medarbetarna.

När service och kommunikationer finns runt hörnet blir livspusslet smidigare, och steget in till kontoret kortare.

– För många företag kan en något mindre yta i ett bättre läge vara ett sätt att öka närvaron, säger Anne-Li Åldstedt, uthyrningschef på Hufvudstaden i Stockholm.

- Över 50 procent anser att ett bra kontorsläge höjer närvaron på kontoret
- Närmare 3 av 4 känner stolthet i hög eller mycket hög utsträckning när de tar emot kunder i ett centralt kontor. Det visar att läget inte bara är praktiskt – det formar stoltheten för arbetsplatsen.
- Nästan 8 av 10 menar att ett centralt kontor i hög, eller mycket hög, grad gör det lättare att nätverka och bygga relationer. Det visar att cityläget öppnar dörrar till nya affärsmöjligheter.

3 av 4

känner stolthet i hög eller mycket hög utsträckning när de tar emot kunder i ett centralt kontor.

Unga älskar citykontor – åldersgruppen ser centrala kontor som en förutsättning för trivsel och nätverkande

Ett centralt läge lockar unga talanger – något som syntes i TikTok-trenden ”Corporate core” efter pandemin, där kontorslivets sociala umgänge och stil glamoriserades. Yngre medarbetare bor och arbetar oftare i city, är mer på kontoret och värdesätter kort

pendlingstid, goda kommunikationer och närhet till service. Yngre medarbetare, Gen Z, kopplar helt enkelt ett centralt kontor till högre engagemang, större möjlighet att bygga relationer och bättre karriärmöjligheter.

För Gen Z bidrar ett cityläge till

Rapporten visar att ett centralt kontor är en avgörande konkurrensfördel vid rekrytering. En klar majoritet, ca 80 procent av de tillfrågade, ser ett kontor i stadens centrala delar som en tydlig fördel när de väljer arbetsgivare.

För många blir adressen ett konkret tecken på arbetsgivarens attraktivitet, något som väger tungt redan i rekryteringsbeslutet.

Undersökningen visar att kontorets läge också påverkar närvaron på arbetsplatsen. Drygt hälften av de tillfrågade säger att kontorets läge har stor betydelse för hur ofta de väljer att arbeta på plats, och ytterligare 35 procent menar att det har viss betydelse.

Det innebär att ett centralt läge inte bara lockar nya medarbetare, utan också driver högre närvaro på kontoret – en viktig faktor när allt fler stora företag väljer en ”Office First”-policy.

Kontoret, nyckeln till välmående och samarbete

Flera internationella studier visar att kontorsnärvaro 3–4 dagar i veckan stärker både välmående och samarbete. Forskning från INSEAD, ISS och ScienceDirect understryker att kontoret är en viktig mötesplats.

”

En kund som tidigare drev verksamhet utanför Göteborg berättade att han blev helt överraskad av hur många kvalificerade ansökningar de fick när de flyttade in till oss i city – det hade han aldrig varit med om tidigare.

Anki Håkansson
Förvaltningschef



stolthet över arbetsplatsen, högre trivsel och en smidigare vardag. De ser i större utsträckning än äldre att ett attraktivt kontor i city stärker engagemang, nätverkande och karriärmöjligheter – vilket hänger ihop med att de befinner sig i en etableringsfas i arbetslivet. Äldre medarbetare (över 45 år) bor i högre grad i kranskommuner, är något mer sällan på kontoret och ser läget som mindre avgörande för trivsel och arbetsvardag.

Anne-Li Äldstedt, uthyrningschef på Hufvudstaden, om vikten av centralt cityläge och personlig service:

”Vi har nöjdast kontors-kunder åtta år i rad”

Kundernas kontorsbehov fortsätter att förändras. Hufvudstadens uthyrning ser tydliga mönster: fler smårum för digitala möten, flexibla erbjudanden och centralt cityläge är det som efterfrågas.

– Gör en noggrann behovsanalys innan ni börjar leta nytt kontor, säger Anne-Li Äldstedt, uthyrningschef på Hufvudstaden i Stockholm.

Sedan pandemin har våra krav och förväntningar på kontoret förändrats. En som har koll på kontorstrenderna är Hufvudstadens uthyrningschef Anne-Li Äldstedt.



”

Vill man ha medarbetarna på kontoret ännu mer, är ett bra cityläge viktigt.

– Jag upplever att många företag idag är osäkra på hur stora lokaler som behövs då kontorsnärvaron skiftar. De flesta har kontoret som huvudarbetsplats, men har 1–2 dagars hemarbete i veckan, säger Anne-Li.

Allt fler större företag går mot ”Office first”-policy.

– Men sätt er inte i större lokaler än ni behöver, skapa i stället flexibla kontorsytor, råder Anne-Li.

Aktivitetsbaserade kontor är fortfarande inne – men med tydligare fokus på smårum:

– Små Teams- och telefonrum är den tydliga trenden, säger Anne-Li.

Samtidigt efterfrågas miljöer som känns mindre formella. Större kök och loungeytor med vardagsrums-känsla kompletterar skrivborden.

– Man sitter inte bara vid skrivbord längre – soffor, köksbord och varierade zoner gör att kontoret stödjer olika arbetsuppgifter under dagen.

Något som aldrig förändras är dock att cityläget är efterfrågat. Centrala adresser fortsätter vara en avgörande konkurrensfaktor.

– Vill man ha medarbetarna på kontoret ännu mer, är ett bra cityläge viktigt. Då finns all service runt hörnet och för många minskar även pendlingstiden, säger Anne-Li.

Hufvudstaden NKI vinnare 8 år i rad!

För åttonde året i rad har Hufvudstaden tagit förstaplatsen bland storbolagen i Fastighetsbarometern för kontorsfastigheter. Årets resultat är det bästa någonsin: ett Nöjd Kund Index (NKI) på 89, vilket är en enhet högre än föregående år och klart över branschsnittet på 81. Dessutom uppgår hela 95 procent av Hufvudstadens kunder som svarat att de skulle rekommendera bolaget som hyresvärd – ett tydligt kvitto på det långsiktiga arbetet med service, kvalitet och nära kundrelationer.

Anne-Li råder de som är sugna på nya lokaler att ha bra framförhållning.

– 1,5 år är absolut inte orimligt – särskilt för större kunder. Att hitta rätt lokal, rita och anpassa tar ofta 4–6 månader. Men vi på Hufvudstaden håller kunden i handen genom hela affären tills de flyttar in. Vi har kapaciteten, kontakterna och vanan att driva processen och vi löser kontakt med arkitekt, hantverkare och inredare, säger Anne-Li.

Och varför ska man välja just Hufvudstaden?

– Vi har bästa läget och bästa servicen – och vi är nära kunderna på riktigt, säger Anne-Li.



95%

av de svarande i NKI-undersökningen skulle rekommendera Hufvudstaden som hyresvärd.

Bättre service – tryggare affär

Kundservice ligger oss varmt om hjärtat på Hufvudstaden. Våra kunder ska inte mötas av en opersonlig ”kundtjänst” utan vi lägger stor vikt vid personlig kontakt och omsorg om våra hyresgäster.

– Vi får ofta höra att kunder vill komma tillbaka till oss just för att de saknar vår personliga omtanke.

Vi håller kunden i handen från första kontakten och framåt, utan att släppa taget, intygar Anki Håkansson, förvaltningschef i Göteborg.

Ytterligare en trygghet för Hufvudstadens kunder är att våra egna kunniga fastighetstekniker alltid finns inom gångavstånd i city. Om ett problem skulle uppstå kan de snabbt vara på plats, en service få kan matcha.

Även Anne-Li Äldstedt, uthyr-

ningschef, delar samma uppfattning:

– Jag har ofta kunder som säger att de har hört så mycket bra om oss på Hufvudstaden. Många kunder som flyttat längtar tillbaka för att vi var så bra på service. Jag har haft flera kunder som sagt ”vi ska bara sitta hos er, så är det bara, så vi väntar tills ni har något ledigt”. Vi finns alltid tillgängliga för våra kunder och det är något som verkligen uppskattas!



70%

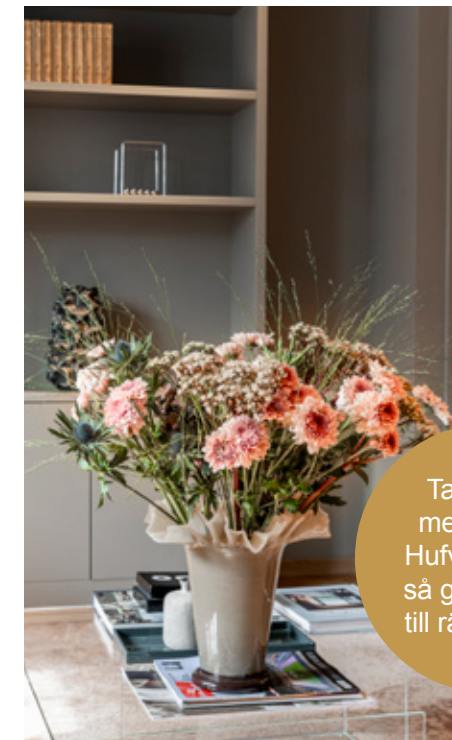
upplever att
pendlingen är för lång
trots att de har en
relativt kort restid.

Dags för ett bättre kontorsläge?

3 olika erbjudanden – samma personliga service

1 Traditionella kontor

Våra kontor finns i de mest attraktiva och livfulla citylägena – från Bibliotekstan i Stockholm, med sina eleganta sekelskiftesfastigheter och exklusiva shoppingkvarter, till Nordstan och Fredstan i Göteborg, där stadspuls möter modern företagsverksamhet. Vi erbjuder kontor i både anrika byggnader med historisk karaktär och i moderna fastigheter samt varsamt ombyggda kvarter, som Kvarteret Johanna i Göteborg där ny och gammal arkitektur möts på ett unikt sätt. Oavsett adress skräddarsys varje kontor efter kundens behov. Vi har även kontor i NK-husen i både Stockholm och Göteborg.



Ta kontakt
med oss på
Hufvudstaden
så guidar vi er
till rätt adress!

3 Cecil Coworking

Vår uppskattade coworking-lösning, som även öppnar i Göteborg under 2026. Här erbjuds flexibla rum och dedikerade skrivbordsplatser, med fullt mötes- och serviceutbud såväl som loungemedlemskap. Självklart ger vi rabatt för våra egna kontorshyresgäster på hyra av konferenslokaler.



2 REDO-kontor

Med andra ord kontor som är helt redo för inflytt! Fullt möblerade, inflyttningsklara kontor med lås, larm och all nödvändig teknik på plats. Vi erbjuder flexibla avtal där du i princip bara kan ta med din laptop och börja jobba.

5 smarta tips inför ett lokalbyte

Hufvudstadens uthyrningsexpert
Katarina Cygnaeus ger sina bästa tips till dig som funderar på att byta till nya mer attraktiva kontorslokaler.

1. Fundera kring era behov

Gör en ordentlig behovsanalys och fundera över varför ni flyttar och hur ni vill jobba framåt – det styr ytor och zoner. Vill ni bli fler? Behöver ni mindre men smartare lokaler? Räkna med 10–15 kvadrat per medarbetare.

2. Ha framförhållning

Räkna med cirka 18 månader från beslut till inflytt, inklusive uppsäg-

ning, val av lokal och lokalanpassning om du väljer ett traditionellt kontor. Väljer du Hufvudstadens REDO-koncept med inflyttningsbara kontor där allt ingår, eller vårt eget coworking-alternativ Cecil Coworking, går det snabbare.

3. Kontakta Hufvudstaden

Vi diskuterar tillsammans era behov framåt och vilken typ av lokal som skulle passa just er. Vi gör sedan ett urval bland vakanta lokaler baserat på era behov och bjuder in till visning. Tänk på att mycket går att justera – men inte läget!

4. Prioritera centralt kontorsläge

Vår undersökning visar att fördelarna med ett attraktivt cityläge väger tungt. Överväg därför mindre yta i ett mer centralt läge – det kan öka kontorsnärvaren och underlätta medarbetarnas vardag.

5. Skapa drömkontoret

Vi på Hufvudstaden erbjuder arkitektstöd för att visualisera hur lokalen kan bli och kan förmedla kontakt till kunniga inredare och stylister. Glöm inte att se över hållbara alternativ som återbrukad inredning.



HUFVUDSTADEN

Stockholm 08-762 90 00

Katarina Cygnaeus, Uthyrning
uthyrning@hufvudstaden.se

Göteborg 031-710 21 38

Anki Håkansson, Förvaltningschef
uthyrning.gbg@hufvudstaden.se

hufvudstaden.se