

# Sund i Naturen

Møde i følgegruppen 3. oktober 2018



[#sundinaturen](https://www.instagram.com/sundinaturen)



# Projektets mål

10 kommuner har ved udgangen af 2019 har afprøvede og evaluerede friluftsløbsforløb forankret i deres folkesundhedsindsats.

Det gør vi ved at:

1. Udvikle, afprøve og evaluere metoder til **at integrere friluftsliv i kommunernes forebyggelses- og rehabiliteringsforløb**
2. **Udvikle og afprøve modeller for brobygning** mellem kommune, lokale patient- og friluftsforeninger til fastholdelse i sundhedsfremmende friluft aktiviteterne
3. **Skabe opmærksomhed** om projektets metoder og resultater både national og lokal politisk og i befolkningen generelt

Udvalgte målgrupper

Børn med særlige behov



Voksne med kroniske sygdomme

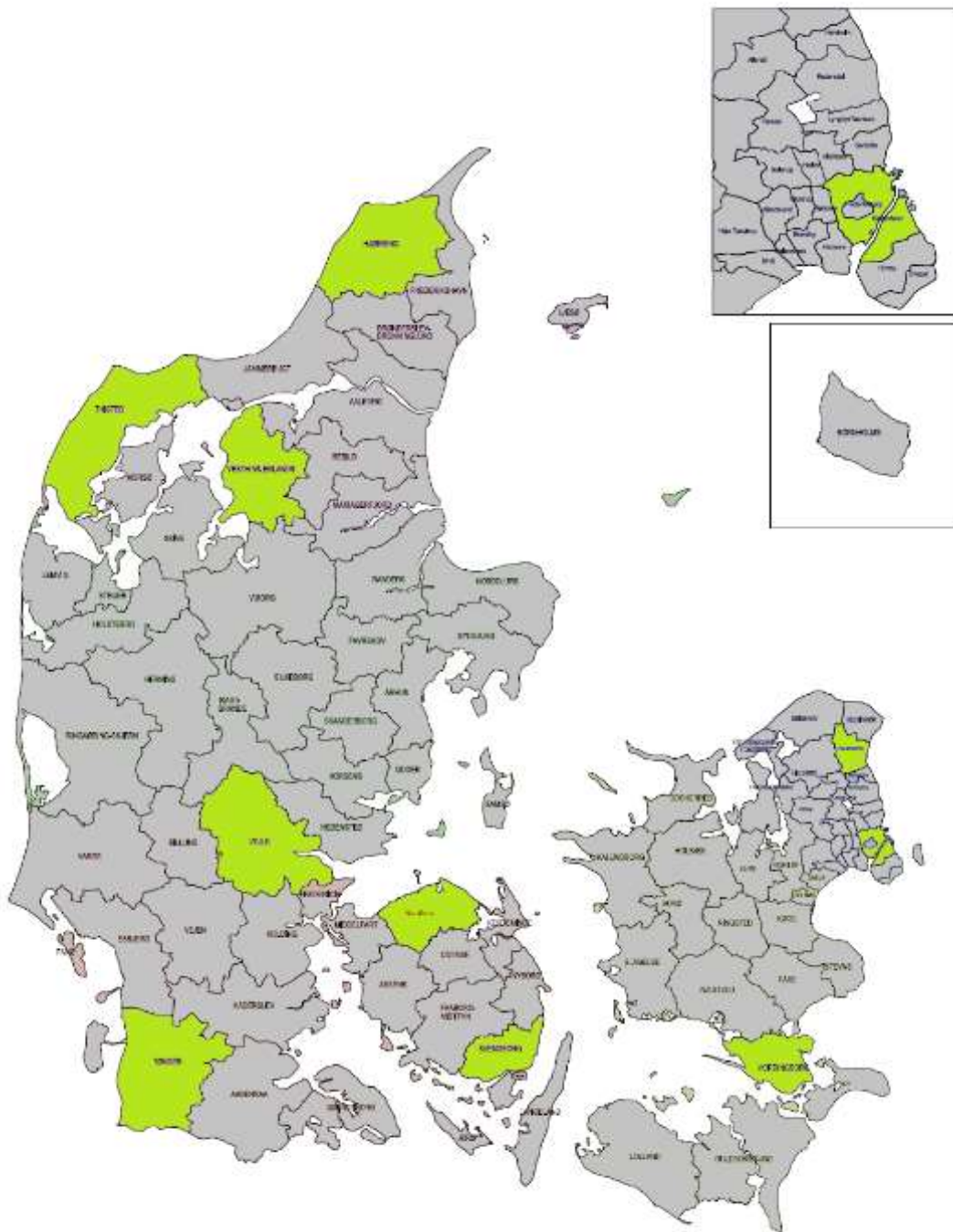


Personer med stress, angst og depression



Ældre der er ensomme





## 10 fokuskommuner

Fredensborg

Hjørring

København

Nordfyn

Svendborg

Thisted

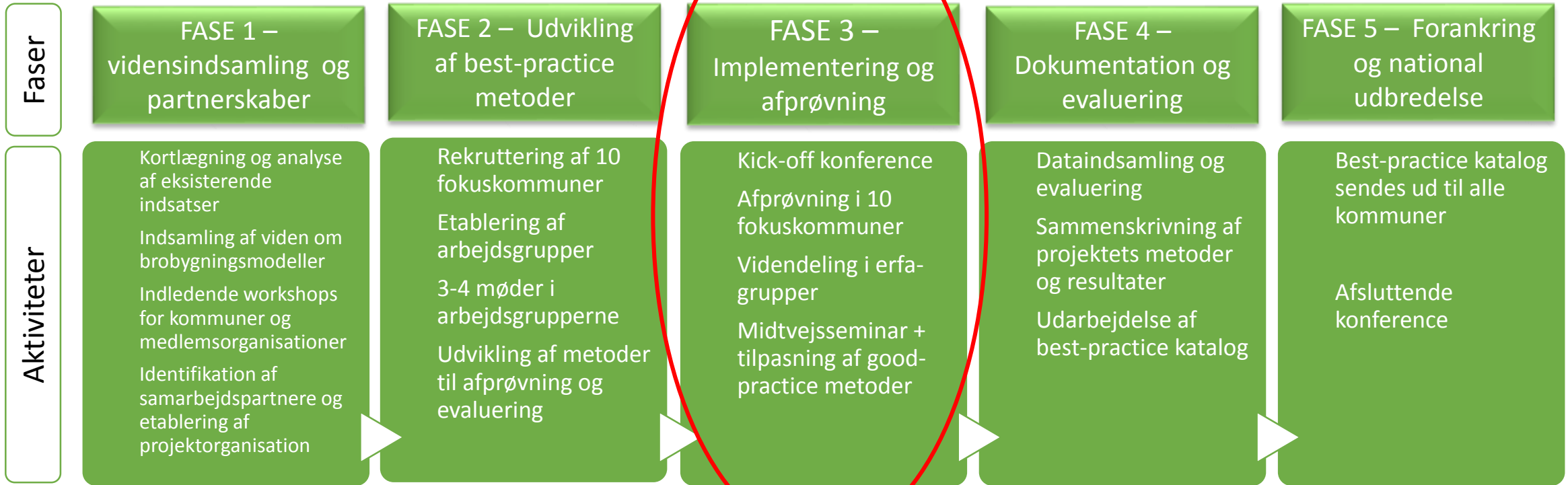
Tønder

Vejle

Vesthimmerland

Vordingborg

# Tidsplan fra 2017-2020



Løbende events - Artikler i nationale og lokale medier - Måltrettet story-telling

	Målgruppe/indsatsområde				
Kommune	Børn med særlige behov	Kronikere	Stress, angst og depression	Ældre ensomme	Antal indsatser/projekter
Fredensborg	x	x	x		3
Hjørring					
København		x (2)	x		3
Nordfyn	x	x	x	x	4
Svendborg		x	x		1
Thisted	x	x	x (2)		4
Tønder	X (2)	x	x	x	4
Vejle		x	x		
Vesthimmerland	x	x		x	3
Vordingborg					
					<b>25</b>

”Jeg synes, det lød spændende at være ude i naturen i min rehabilitering. Det giver en ro herude. Man er ret alene med at være ’en kræftpatient’. Jeg vil gerne være et rigtigt menneske igen. Det synes jeg, at det her forløb med til.”

Patient på Sund i Naturen kræftforløb i Københavns Kommune.





*”Jeg kan godt lide at bevæge mig ude i naturen. Det er mere motiverende end at være på et gulv. Man har mere lyst til det ude i det fri. Hvad kunne man ikke lave? Man kan lave alt!”*

Deltager på Hjerte-diabeteshold i Vesthimmerlands Kommune



*”At være i naturen flytter fokus fra træningsdelen til oplevelsesdelen, og deraf bliver det også nemmere at lokke dem med til nogle ting, hvor man nogle gange tænker: ”Det havde vi aldrig fået dem til”.*

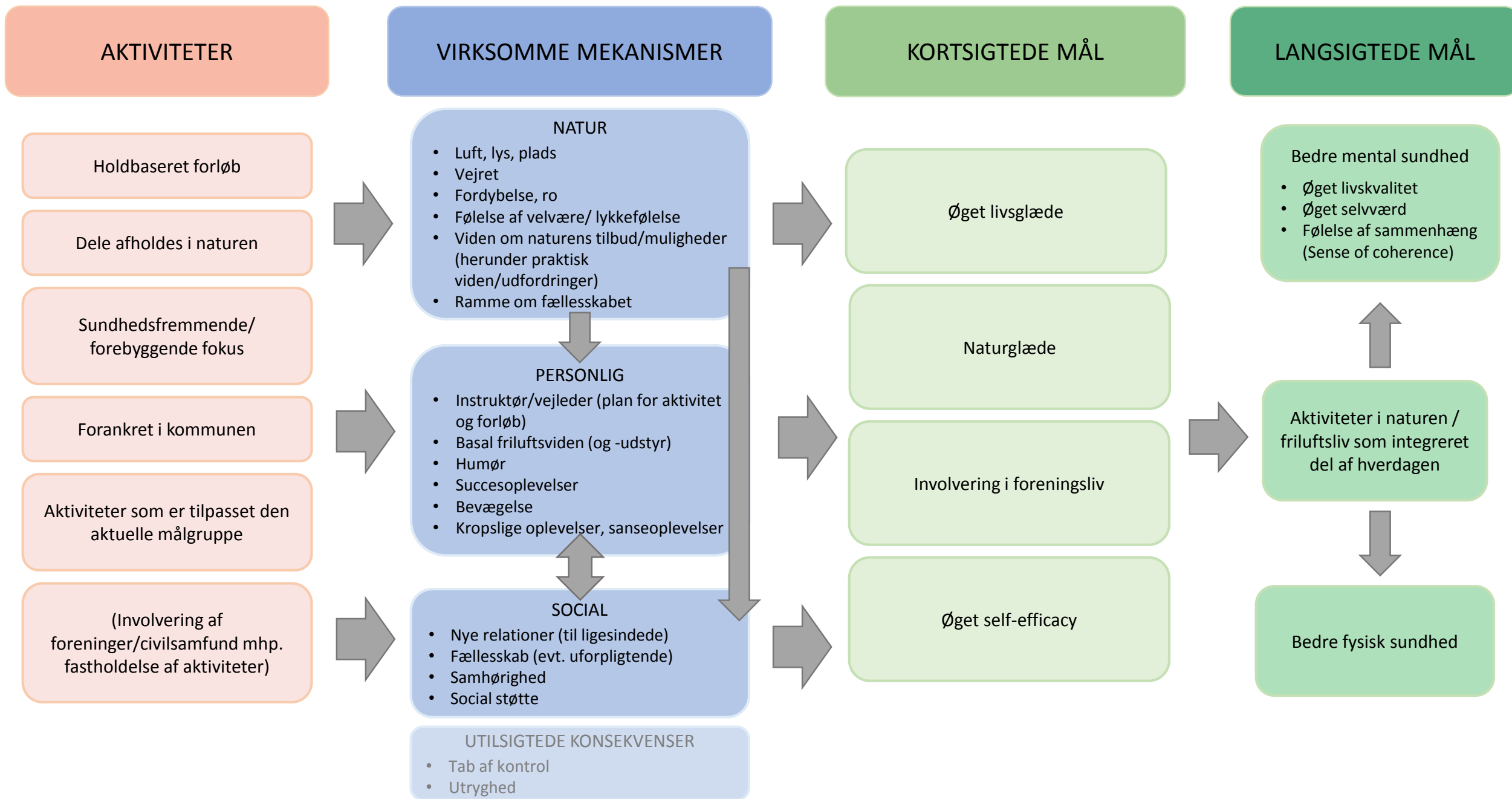
Fra en kommunal naturvejleder i Sund i Naturen

*”Naturen betyder frisk luft, fugle og en oplevelse af at det giver noget mere at være i naturen”*

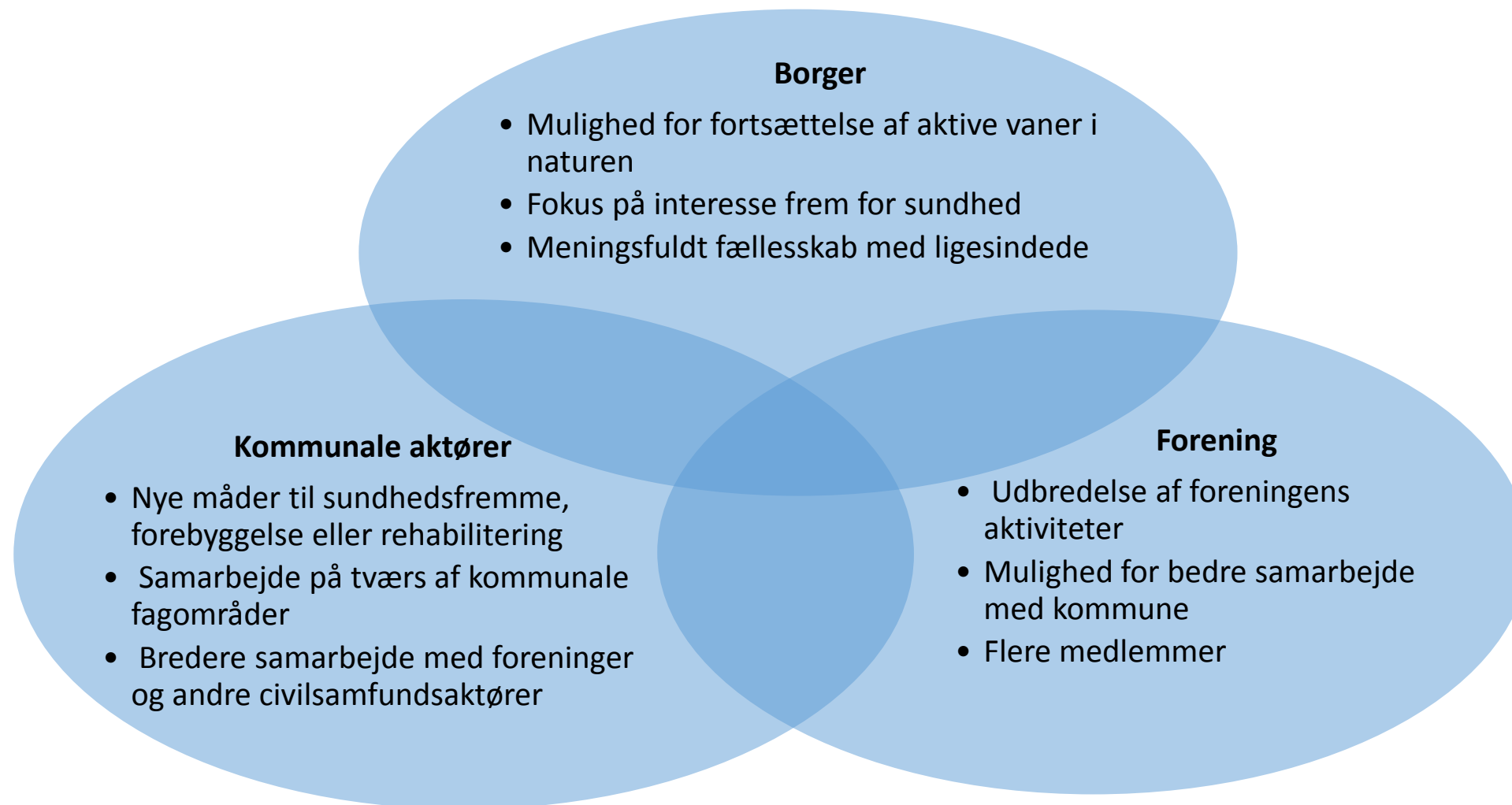
Borger i Fredensborg Kommune, deltager på patientforløbshold med udetræning



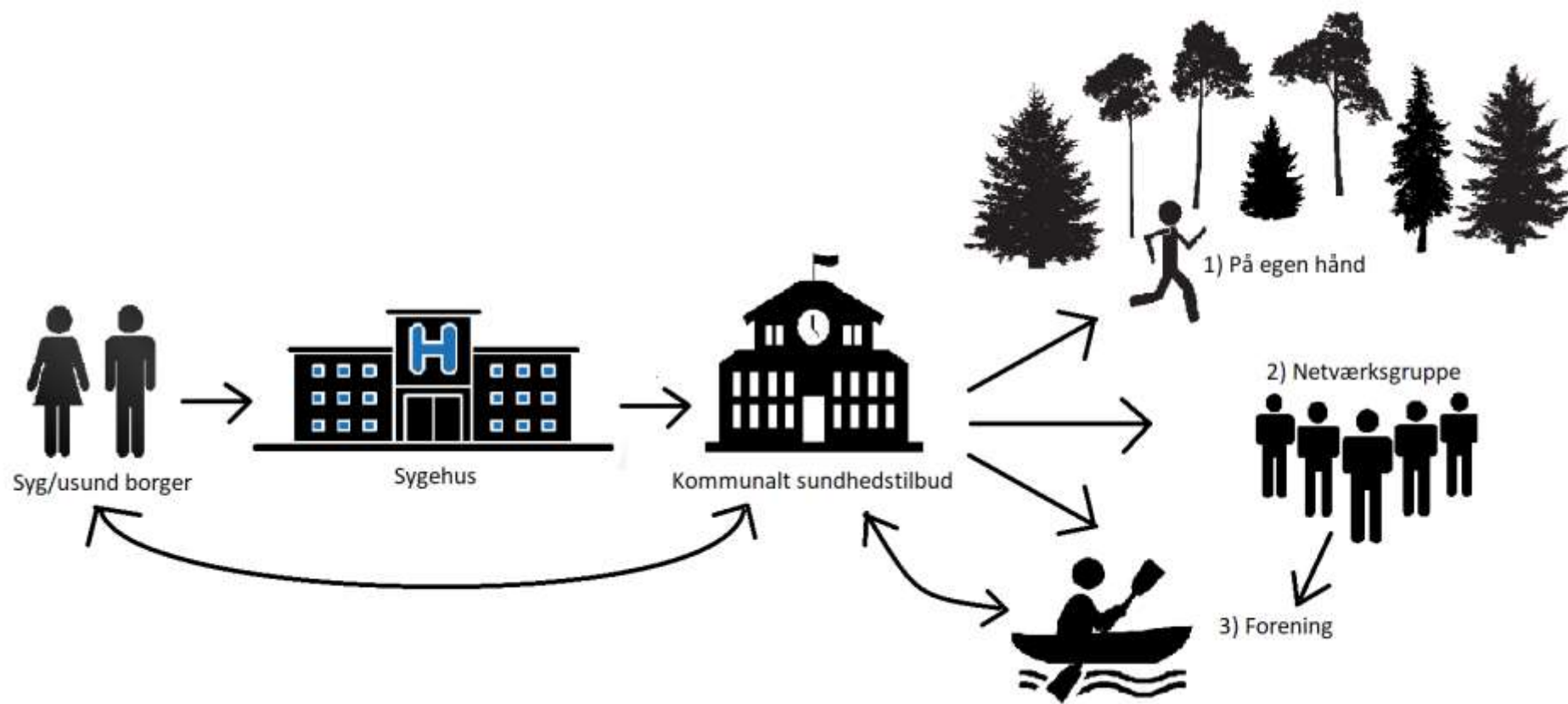
# Generisk programteori for Sund i Naturen



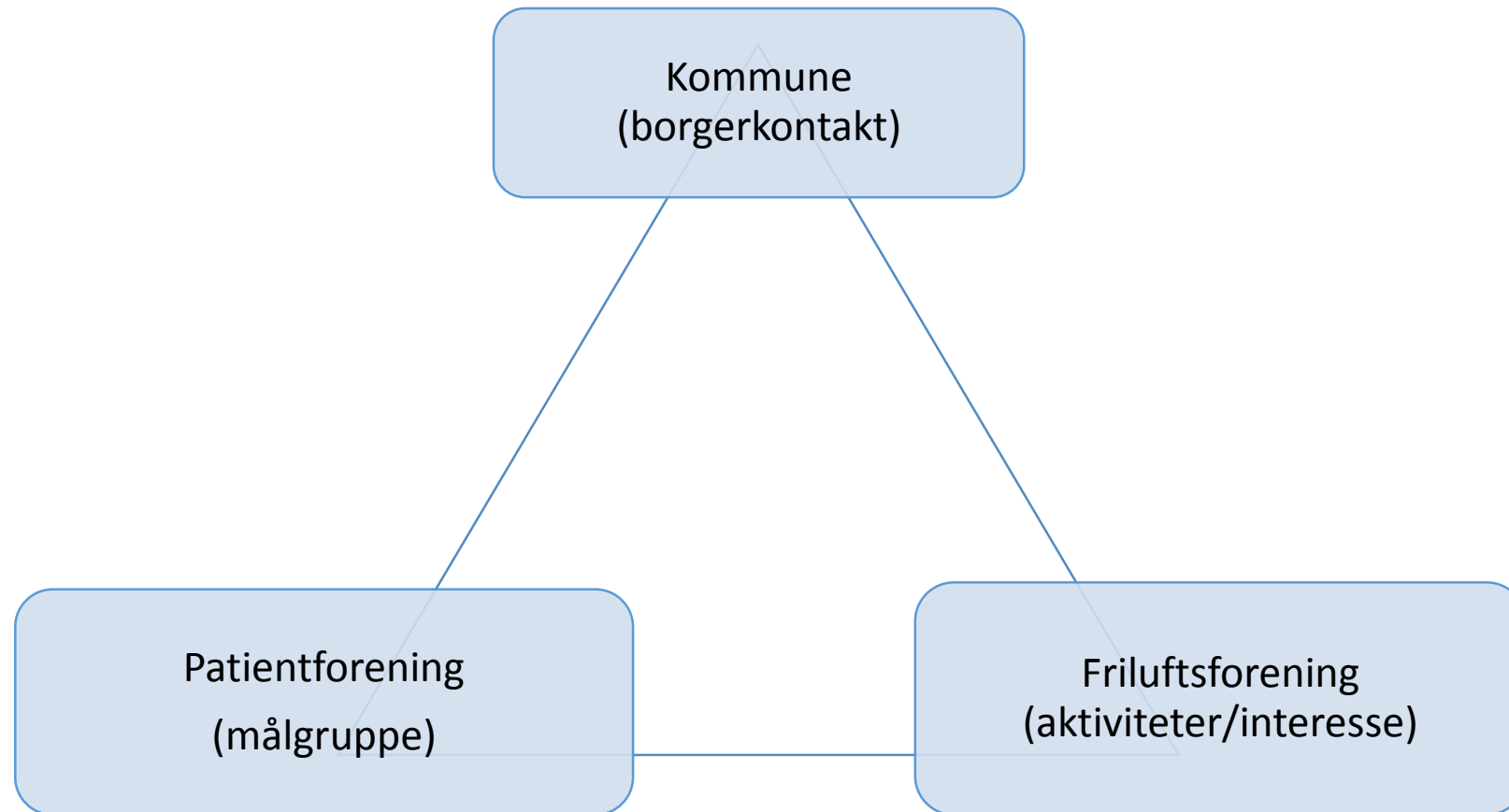
# Brobygning - Et samarbejde der skaber værdi for alle



# Eksempler på brobygningsmodeller



# Samspil mellem kommune, patientforening og friluftsförening





## Opskriften på det gode samarbejde mellem kommunen og lokale friluftsforeninger

- Hvor efterlader brobygningssnakken os?
- Der efterspørges "nye aktører" og der afprøves modeller for brobygning – Men hvad mener vi med brobygning?
- Hvornår er det en succes? Og hvordan skal vi lykkes? Hvad er der behov for at vi bliver klogere på?
- Hvad kan jeg byde ind med fra min stol/organisation?

Christina Bjørk Petersen,  
konsulent og projektleder,  
E-mail: [cbp@friluftsradet.dk](mailto:cbp@friluftsradet.dk)  
Tel: 24644229

# Spørgsmål?

