



Særtræk fra

# Danskernes Friluftsliv 2017

Jagt

**mb**



**Friluftsrådet**

## Indholdsfortegnelse

1. Tid i naturen	2
2. Tidspunkt for friluftaktivitet	7
3. Årsag til at begynde	9
4. Intensitet af friluftaktivitet	10
5. Friluftaktiviteter og sæson	12
6. Motivation for aktivitet	13
7. Brug af naturen	14
8. Helbred og humør	15
9. Baggrundsvariable	18
10. Friluftsliv på arbejdet	21
11. Kryds med køn	22
12. Kryds med alderskategori	23
13. Kryds med uddannelse	24

## 1. Tid i naturen

**Tabel 1:** Typisk tid i naturen (antal)

	1-3 gange om måneden	1-3 gange om ugen	Dagligt eller næsten dagligt	Flere gange hver dag	Sjældnere end 1 gang månedligt	I alt
Vinterhalvåret (23. september - 20. marts)	8	35	35	17	2	98
Sommerhalvåret (21. marts - 22. september)	5	22	30	37	3	98

**Tabel 2:** Typisk tid i naturen (procent)

	1-3 gange om måneden	1-3 gange om ugen	Dagligt eller næsten dagligt	Flere gange hver dag	Sjældnere end 1 gang månedligt	I alt
Vinterhalvåret (23. september - 20. marts)	8.6	35.5	35.8	17.6	2.5	100.0
Sommerhalvåret (21. marts - 22. september)	5.5	22.9	30.5	37.8	3.4	100.0

**Tablet 3:** Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskivtivetet: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. (antal)

	1-3 gange om måneden	1-3 gange om ugen	Dagligt eller næsten dagligt	Flere gange hver dag	Næsten aldrig eller aldrig	Sjældnere end 1 gang månedligt	Ved ikke	I alt
Luftede hund	10	12	12	24	35	4	2	98
Gik en tur	24	31	24	12	2	5	0	98
Oplevede naturen/stedet	18	34	22	7	6	8	2	98
Cyklede en tur (ikke mountainbike)	21	18	9	1	34	15	1	98
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	6	16	2	1	62	9	3	98
Fotograferede	17	6	5	3	48	16	3	98
Så på dyr eller fugle	19	30	25	9	9	5	0	98
Samlede bær, svampe, blomster og lign.	21	11	3	3	37	22	1	98
Studerede naturen/stedet	25	14	20	7	15	15	2	98
Sad stille og spiste (ude)	29	22	4	6	19	16	1	98
Legede	16	6	5	1	45	24	1	98
Var ude at bade/tog solbad	30	15	9	1	26	16	1	98
Var ude at fiske	17	4	2	1	41	31	3	98
Spillede golf	0	3	1	1	82	8	3	98
Cyklede på mountainbike	8	10	2	0	65	10	4	98
Sejlede (motorbåd)	6	8	0	1	65	14	4	98
Var ude at geocache	5	2	0	2	79	5	6	98
Roede (kajak/havkajak/kano/robbåd)	4	2	1	0	79	9	4	98
Var på jagt	0	78	16	4	0	0	0	98
Sejlede (sejlbåd)	7	2	1	0	76	8	4	98
Var ude at ride	0	6	3	0	85	1	4	98
Overnattede i naturen	9	1	1	1	64	19	3	98
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	5	1	0	1	88	0	3	98
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	0	6	2	1	85	1	3	98

**Table 4:** Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluft aktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. (procent)

	1-3 gange om måneden	1-3 gange om ugen	Dagligt eller næsten dagligt	Flere gange hver dag	Næsten aldrig eller aldrig	Sjældnere end 1 gang månedligt	Ved ikke	I alt
Luftede hund	9.8	12.5	11.9	24.1	36.1	3.8	1.7	100.0
Gik en tur	25.0	31.8	24.5	12.4	1.7	4.7	0.0	100.0
Oplevede naturen/stedet	18.5	35.0	22.7	7.5	6.4	8.4	1.5	100.0
Cyklede en tur (ikke mountainbike)	21.1	18.2	8.8	1.0	35.2	15.0	0.6	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	5.8	16.3	2.0	1.0	63.0	9.1	2.7	100.0
Fotograferede	17.8	5.7	5.3	3.0	48.9	16.6	2.7	100.0
Så på dyr eller fugle	19.4	30.2	26.0	9.7	9.2	5.5	0.0	100.0
Samlede bær, svampe, blomster og lign.	21.9	11.2	2.9	3.0	38.2	22.2	0.6	100.0
Studerede naturen/stedet	25.4	14.0	20.6	7.3	15.1	15.7	1.9	100.0
Sad stille og spiste (ude)	29.6	22.4	4.5	6.2	19.9	16.7	0.6	100.0
Legede	16.0	6.5	4.7	1.4	46.2	24.4	0.8	100.0
Var ude at bade/tog solbad	30.9	14.8	9.5	1.4	26.3	16.4	0.6	100.0
Var ude at fiske	17.2	4.5	1.7	1.0	41.5	31.4	2.7	100.0
Spillede golf	0.0	2.9	1.1	1.0	83.8	8.5	2.7	100.0
Cyklede på mountainbike	8.1	10.4	1.7	0.0	66.1	9.9	3.7	100.0
Sejlede (motorbåd)	6.0	8.5	0.0	1.0	66.3	14.4	3.7	100.0
Var ude at geocache	4.7	2.0	0.0	1.7	80.5	4.6	6.5	100.0
Roede (kajak/havkajak/kano/roerbåd)	3.7	1.7	1.0	0.0	80.6	9.2	3.7	100.0
Var på jagt	0.0	79.8	16.2	4.0	0.0	0.0	0.0	100.0
Sejlede (sejlbåd)	6.8	2.3	1.0	0.0	77.5	8.6	3.7	100.0
Var ude at ride	0.0	5.7	3.0	0.0	86.6	1.0	3.7	100.0
Overnattede i naturen	9.3	1.0	1.0	1.0	65.2	19.8	2.7	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	5.4	1.0	0.0	1.0	89.9	0.0	2.7	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	0.0	5.7	2.0	1.0	86.5	1.5	3.3	100.0

**Table 5:** Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i (antal)

	1-5 år	11 år eller mere	6-10 år	Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	Ved ikke	Under 1 år	I alt
Luftede hund	8	13	7	15	3	0	47
Gik en tur	3	13	8	35	4	2	66
Oplevede naturen/stedet	1	11	3	41	2	3	62
Cyklede en tur	1	6	2	16	0	1	26
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	1	3	6	5	0	3	18
Fotograferede	0	5	5	1	0	0	12
Så på dyr eller fugle	4	9	7	41	2	1	63
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	0	4	0	9	1	3	17
Studerede naturen/stedet	1	8	6	23	1	1	40
Sad stille og spise (ude)	1	5	4	19	1	1	31
Legede	1	1	1	7	2	0	11
Var ude at bade/tage solbad	0	2	0	19	3	1	24
Var ude at fiske	0	1	3	3	0	0	7
Spillede golf	0	0	2	1	0	1	4
Cyklede på mountainbike	3	2	2	1	1	2	11
Sejlede (motorbåd)	2	2	1	2	0	1	7
Var ude at geocachede	2	0	1	0	0	1	4
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	1	1	0	1	0	0	3
Gik på jagt	6	39	6	30	10	7	98
Sejlede (sejlbåd)	0	1	0	0	0	1	2
Var ude at ride	0	1	1	4	0	3	8
Overnattede i naturen	0	1	0	0	1	0	2
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	0	1	0	0	0	1	2
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	0	1	1	0	3	3	7

**Tabel 6:** Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i (procent)

	1-5 år	11 år eller mere	6-10 år	Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	Ved ikke	Under 1 år	I alt
Luftede hund	17.4	28.8	14.6	32.5	6.8	0.0	100.0
Gik en tur	4.9	20.1	11.5	53.5	6.3	3.7	100.0
Oplevede naturen/stedet	1.1	17.4	5.5	67.1	3.5	5.3	100.0
Cyklede en tur	2.7	23.9	7.1	61.6	0.0	4.8	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	7.8	14.2	35.5	26.6	1.4	14.4	100.0
Fotograferede	0.0	46.1	43.1	8.7	2.2	0.0	100.0
Så på dyr eller fugle	5.7	14.7	10.7	63.9	3.4	1.6	100.0
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	0.0	25.4	0.0	53.1	4.4	17.1	100.0
Studerede naturen/stedet	1.8	20.2	15.2	58.7	2.4	1.8	100.0
Sad stille og spise (ude)	3.2	17.2	11.3	62.0	4.0	2.2	100.0
Legede	7.9	6.3	8.9	60.1	16.8	0.0	100.0
Var ude at bade/tage solbad	0.0	7.0	0.0	79.0	11.0	2.9	100.0
Var ude at fiske	3.6	17.8	37.8	40.8	0.0	0.0	100.0
Spillede golf	0.0	8.6	40.8	25.8	6.6	18.1	100.0
Cyklede på mountainbike	27.0	14.4	18.1	9.5	9.3	21.8	100.0
Sejlede (motorbåd)	22.7	26.8	9.6	27.7	3.5	9.6	100.0
Var ude at geocachede	46.0	0.0	27.6	0.0	0.0	26.4	100.0
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	26.4	26.4	0.0	37.6	9.7	0.0	100.0
Gik på jagt	6.6	39.7	6.1	30.4	10.0	7.3	100.0
Sejlede (sejlbåd)	0.0	58.1	11.2	0.0	0.0	30.6	100.0
Var ude at ride	0.0	15.7	8.9	41.9	3.0	30.5	100.0
Overnattede i naturen	0.0	35.8	0.0	0.0	64.2	0.0	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	0.0	51.1	0.0	0.0	13.1	35.8	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	0.0	9.4	13.4	0.0	42.6	34.6	100.0

## 2. Tidspunkt for frilftsaktivitet

**Table 7:** Hvornår dyrker du primært frilftsaktiviteten? (antal)

	I hverdagene	I weekenden	I ferier	Ved ikke	I alt
Luftede hund	40	35	26	1	47
Gik en tur	45	51	37	4	66
Oplevede natu- ren/stedet	48	50	37	2	62
Cyklede en tur	19	21	13	1	26
Løb en tur	14	11	15	0	18
Fotograferede	9	10	11		12
Så på dyr eller fug- le	53	50	36	0	63
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	10	11	10	1	17
Studerede natu- ren/stedet	33	36	27	1	40
Sad stille og spi- ste (ude)	25	22	17	1	31
Legede	7	7	8	2	11
Var ude at ba- de/tog solbad	10	18	17	3	24
Var ude at fiske	5	6	3		7
Spillede golf	3	0	1	0	4
Cyklede på moun- tainbike	5	7	0	1	11
Sejlede (motor- båd)	3	6	4	0	7
Var ude at geoca- che	2	2			4
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)		2	1	0	3
Gik på jagt	60	73	31	12	98
Sejlede (sejlbåd)	0	2			2
Var ude at ride	6	4	3	0	8
Overnattede i na- turen		1		1	2
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	1	1		0	2
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	1	1	3	3	7



**Table 8:** Hvornår dyrker du primært friluftaktiviteten? (procent)

	I hverdagene	I weekenden	I ferier	Ved ikke
Luffede hund	86.3	74.2	55.7	1.5
Gik en tur	67.9	76.8	55.5	6.3
Oplevede natu- ren/stedet	77.6	81.3	60.4	3.5
Cyklede en tur	73.8	79.6	49.5	3.8
Løb en tur	77.1	58.9	81.7	1.4
Fotograferede	79.1	86.5	94.5	
Så på dyr eller fug- le	84.2	79.6	56.2	0.6
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	61.7	64.0	58.6	6.8
Studerede natu- ren/stedet	82.9	90.5	68.7	3.2
Sad stille og spi- ste (ude)	80.2	71.4	55.1	4.0
Legede	65.4	63.1	68.6	16.8
Var ude at ba- de/tog solbad	42.4	75.1	70.5	11.0
Var ude at fiske	72.2	90.8	48.9	
Spillede golf	67.5	2.0	27.8	6.6
Cyklede på moun- tainbike	41.9	63.8	3.0	9.3
Sejlede (motor- båd)	40.9	82.8	50.1	3.5
Var ude at geoca- che	53.1	46.9		
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)		64.0	52.8	9.7
Gik på jagt	61.7	75.0	31.9	12.2
Sejlede (sejlbåd)	11.2	88.8		
Var ude at ride	65.6	45.8	38.0	3.0
Overnattede i na- turen		35.8		64.2
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	35.8	51.1		13.1
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	9.4	13.4	34.6	42.6

### 3. Årsag til at begynde

**Tablet 9:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (gå på jagt), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	20	20.2
Familietradition	36	36.7
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	6	6.3
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	41	42.3
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	1	1.0
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	4	4.0
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	0	0.3
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	3	2.7
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	0	0.0
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	4	3.8
Jeg blev aktiv gennem anden forening	2	2.4
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	1	1.3
Ingen af de ovennævnte	1	1.4
Andet	4	3.6
Ved ikke	13	13.5
I alt	98	

## 4. Intensitet af friluftaktivitet

**Tablet 10:** Når du dyrker følgende friluftaktiviteter, bliver du da forpustet? (antal)

	Ja, jeg føler mig forpustet og har svært ved at føre en samtale	Ja, jeg føler mig lettere forpustet, men kan tale med andre imens	Nej, jeg bliver ikke forpustet og kan samtale ubesværet med andre imens	Ved ikke	I alt
Luftede hund	1	10	33	0	45
Gik en tur	3	11	50	0	65
Oplevede natu- ren/stedet	1	15	43	0	59
Cyklede en tur	1	23	5	0	29
Løb en tur (herun- der orienterings- løb)	7	9	4	0	19
Fotograferede	0	0	12	0	12
Så på dyr eller fug- le	0	4	54	2	60
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	3	0	16	0	18
Studerede natu- ren/stedet	0	7	38	0	45
Sad stille og spise (ude)	0	0	34	0	34
Legede	0	5	7	1	13
Var ude at ba- de/tage solbad	1	0	24	0	25
Var ude at fiske	0	0	8	0	8
Spillede golf	1	1	2	0	3
Cyklede på moun- tainbike	6	5	2	0	12
Sejlede (motor- båd)	1	1	7	0	8
Var ude at geoca- chede	1	0	2	0	3
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	0	1	2	0	3
Gik på jagt	4	19	64	4	92
Sejlede (sejlbåd)	0	1	1	0	2
Var ude at ride	0	3	4	0	7
Overnattede i na- turen	0	0	2	0	2
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	0	1	0	0	1
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	1	5	1	0	6

**Table 11:** Når du dyrker følgende friluft aktiviteter, bliver du da forpustet? (procent)

	Ja, jeg føler mig forpustet og har svært ved at føre en samtale	Ja, jeg føler mig lettere forpustet, men kan tale med andre imens	Nej, jeg bliver ikke forpustet og kan samtale ubesværet med andre imens	Ved ikke	I alt
Luftede hund	2.8	22.4	74.7	0.0	100.0
Gik en tur	5.1	17.7	77.3	0.0	100.0
Oplevede naturen/stedet	1.2	25.9	72.9	0.0	100.0
Cyklede en tur	2.4	79.5	18.0	0.0	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	35.2	46.1	18.7	0.0	100.0
Fotograferede	0.0	0.0	100.0	0.0	100.0
Så på dyr eller fugle	0.0	7.4	89.4	3.2	100.0
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	14.1	0.0	85.9	0.0	100.0
Studerede naturen/stedet	0.0	15.0	85.0	0.0	100.0
Sad stille og spise (ude)	0.0	0.0	100.0	0.0	100.0
Legede	0.0	38.1	52.1	9.8	100.0
Var ude at bade/tage solbad	2.8	0.0	97.2	0.0	100.0
Var ude at fiske	0.0	0.0	100.0	0.0	100.0
Spillede golf	24.4	21.9	53.7	0.0	100.0
Cyklede på mountainbike	46.4	39.6	14.0	0.0	100.0
Sejlede (motorbåd)	8.8	8.8	82.4	0.0	100.0
Var ude at geocachede	26.7	0.0	73.3	0.0	100.0
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	0.0	26.4	73.6	0.0	100.0
Gik på jagt	4.3	21.1	69.7	4.9	100.0
Sejlede (sejlbåd)	0.0	36.6	63.4	0.0	100.0
Var ude at ride	0.0	44.6	55.4	0.0	100.0
Overnattede i naturen	0.0	0.0	100.0	0.0	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	0.0	73.2	26.8	0.0	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	10.8	69.8	19.4	0.0	100.0

## 5. Friluftaktiviteter og sæson

**Tabel 12:** Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret...

	Antal	Procent
Ligeså friluftaktiv	53	57.9
Mere friluftaktiv	7	8.1
Mindre friluftaktiv	30	32.5
Ved ikke	1	1.5
I alt	92	100.0

**Tabel 13:** Sammenlignet med sommerhalvåret, udfører du så i vinterhalvåret...

	Antal	Procent
Samme friluftaktiviteter	68	69.8
Andre friluftaktiviteter	24	24.9
Andre aktiviteter, der erstatter friluftaktiviteter såsom indendørs sport, gymnastik, fitness, mv.	12	12.1
Ved ikke	1	0.7

**Tabel 14:** Hvilke andre friluftaktiviteter dyrker du i vinterhalvåret, som du ikke dyrker i sommerhalvåret?

	Antal	Procent
Samler bær, svampe m.v.	4	4.3
Står på ski og skøjter i Danmark	6	6.5
Vinterbader	2	2.0
Andre friluftaktiviteter	15	15.7

**Tabel 15:** Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret...

	Antal	Procent
Ligeså fysisk aktiv	49	54.3
Mere fysisk aktiv	6	7.0
Mindre fysisk aktiv	32	35.2
Ved ikke	3	3.4
I alt	91	100.0

## 6. Motivation for aktivitet

**Table 16:** Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet: (antal)

	Hverken eller	Meget vigtigt	Mindre vigtigt	Slet ikke vigtigt	Ved ikke	Vigtigt	I alt
Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe)	21	25	10	6	1	28	91
Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne)	11	37	3	1	0	39	91
Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne)	10	49	0	0	0	31	91
Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater)	21	21	7	1	0	40	91

**Table 17:** Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet: (procent)

	Hverken eller	Meget vigtigt	Mindre vigtigt	Slet ikke vigtigt	Ved ikke	Vigtigt	I alt
Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe)	23.3	27.0	10.8	7.1	1.0	30.8	100.0
Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne)	12.4	41.0	3.4	0.8	0.0	42.4	100.0
Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne)	11.2	54.2	0.0	0.0	0.0	34.6	100.0
Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater)	23.5	22.8	7.9	1.4	0.0	44.3	100.0

## 7. Brug af naturen

**Tabel 18:** Når jeg benytter naturen, så gør jeg det...

	Antal	Procent
Alene og uden forening/klub	68	69.6
Sammen med andre, som jeg selv laver aftaler med (uden forening/klub)	62	63.3
Alene, med forening/klub	11	11.4
Sammen med andre i forening/klub	26	26.2
Ved ikke	2	2.0

**Tabel 19:** Jeg gør yderligere brug af naturen...

	Antal	Procent
Som led i min uddannelse-/skolegang eller andet lærings- eller udviklingsforløb	5	5.3
Som led i et behandlingsforløb eller anbefaling fra læge, fysioterapeut eller andet sundhedspersonale eller behandler	10	9.9
Som led i mit arbejde indenfor social-, sundheds-, daginstitutions- eller uddannelses-/skoleområdet	9	8.8
Andet	23	23.0
Ingen af ovenstående passer på min situation	50	50.8

**Tabel 20:** Har du lyst til at være mere friluftaktiv, end du er for tiden?

	Antal	Procent
Ja	38	41.8
Nej	48	53.0
Ved ikke	5	5.2
I alt	90	100.0

**Tabel 21:** Hvad afholder dig fra at være mere friluftaktiv, end du er for tiden?

	Antal	Procent
Manglende tid pga. arbejde	27	27.3
Vejret	2	2.4
Fritiden bruges på computer, elektroniske spil eller tv	6	6.0
Manglende tid pga. sport/andre hobbyer	1	1.2
Der er ingen at følges med		
Der er for langt til naturen		
Manglende lyst		
Det er for besværligt	1	1.3
Jeg mangler gode ideer til sjove og spændende oplevelser i naturen	1	0.6
Der er for få aktiviteter i naturen	2	1.7
Der er for mange love og regler, der skal overholdes i naturen	1	0.9
Andet	5	5.3

## 8. Helbred og humør

**Tabel 22:** På en skala fra 0 til 10, hvor 0 er meget utilfreds, og 10 er meget tilfreds, hvor tilfreds er du så alt i alt med... (antal)

	1	10	2	3	4	5	6	7	8	9	I alt
...din helbredstilstand?	1	7	2	8	5	13	4	19	21	10	90
...dit psykiske velvære/humør?	0	19	1	1	7	10	4	11	22	15	90
...dit sociale liv?	0	14	0	1	5	10	3	15	21	21	90
...dit liv generelt?	0	16	0	0	3	10	2	4	33	23	90

**Tabel 23:** På en skala fra 0 til 10, hvor 0 er meget utilfreds, og 10 er meget tilfreds, hvor tilfreds er du så alt i alt med... (procent)

	1	10	2	3	4	5	6	7	8	9	I alt
...din helbredstilstand?	0.7	7.6	1.8	8.6	5.9	14.6	4.3	21.4	23.6	11.6	100.0
...dit psykiske velvære/humør?	0.0	21.3	1.1	1.2	7.3	11.1	4.0	12.7	24.4	16.8	100.0
...dit sociale liv?	0.4	15.4	0.0	1.2	5.7	10.8	3.4	16.3	23.5	23.3	100.0
...dit liv generelt?	0.0	17.7	0.0	0.0	3.0	10.6	2.7	4.5	36.3	25.2	100.0

**Tabel 24:** I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluft aktiviteter forbedrer... (antal)

	Hverken/eller	I høj grad	I lav grad	I meget høj grad	I meget lav grad	I alt
...din fysiske form og helbredstilstand?	13	48	1	27	1	90
...dit psykiske velvære og humør?	7	44	1	38	1	90
...dit sociale liv?	27	43	1	18	1	90
...dit liv generelt?	10	47	0	32	1	90

**Tabel 25:** I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluft aktiviteter forbedrer... (procent)

	Hverken/eller	I høj grad	I lav grad	I meget høj grad	I meget lav grad	I alt
...din fysiske form og helbredstilstand?	14.4	53.3	1.1	29.7	1.5	100.0
...dit psykiske velvære og humør?	7.4	48.5	0.8	42.6	0.7	100.0
...dit sociale liv?	30.2	48.1	0.8	19.6	1.2	100.0
...dit liv generelt?	11.2	52.0	0.0	35.3	1.5	100.0

**Tabel 26:** Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen? (antal)

	Ja, lidt begrænset	Ja, meget begrænset	Nej, slet ikke begrænset	I alt
Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle	19	2	69	90
At gå flere etager op ad trapper	25	1	64	90



**Tablet 27:** Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen? (procent)

	Ja, lidt begrænset	Ja, meget begrænset	Nej, slet ikke begrænset	I alt
Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle	21.5	1.8	76.7	100.0
At gå flere etager op ad trapper	27.6	1.0	71.5	100.0

**Tablet 28:** Hvor stor en del af tiden inden for de sidste 4 uger har du haft følgende problemer med dit arbejde eller andre daglige aktiviteter på grund af dit fysiske helbred? (antal)

	Det meste af tiden	Hele tiden	Lidt af tiden	Noget af tiden	På intet tidspunkt	I alt
Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville	9	3	14	16	49	90
Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre	9	3	11	15	53	90

**Tablet 29:** Hvor stor en del af tiden inden for de sidste 4 uger har du haft følgende problemer med dit arbejde eller andre daglige aktiviteter på grund af dit fysiske helbred? (procent)

	Det meste af tiden	Hele tiden	Lidt af tiden	Noget af tiden	På intet tidspunkt	I alt
Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville	9.6	3.0	15.2	18.2	54.1	100.0
Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre	9.5	3.1	11.8	16.3	59.3	100.0

**Tablet 30:** Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du... (antal)

	Det meste af tiden	Hele tiden	Lidt af tiden	Lidt mere end halvdelen af tiden	Lidt mindre end halvdelen af tiden	På intet tidspunkt	I alt
...følt dig glad og i godt humør?	63	7	1	16	2	0	89
...følt dig rolig og afslappet?	46	8	1	26	7	1	89
...følt dig aktiv og energisk?	37	4	2	37	8	1	89
...vågnet frisk og udhvilet?	32	5	13	25	13	1	89
...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?	51	13	2	21	2	0	89

**Tabel 31:** Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du... (procent)

	Det meste af tiden	Hele tiden	Lidt af tiden	Lidt mere end halvdelen af tiden	Lidt mindre end halvdelen af tiden	På intet tidspunkt	I alt
...følt dig glad og i godt humør?	70.4	7.8	0.8	18.3	2.7	0.0	100.0
...følt dig rolig og afslappet?	52.3	9.0	0.8	29.5	7.5	1.0	100.0
...følt dig aktiv og energisk?	41.3	4.4	2.3	41.9	9.4	0.7	100.0
...vågnet frisk og udhvilet?	36.3	6.0	14.2	27.6	15.0	0.7	100.0
...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?	57.1	14.9	2.0	23.8	2.3	0.0	100.0

**Tabel 32:** Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler... (antal)

	Altid	Sjældent	Sommetider	Aldrig	I alt
...at du er på 'bølgelængde' med dem du er sammen med?	53	4	31	0	88
...dig som en del af en vennegruppe?	55	10	23	0	88
...dig isoleret fra andre?	3	35	18	32	88
...at du savner nogen at være sammen med?	3	27	23	34	88
...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?	42	5	38	2	88
...dig udenfor?	3	36	11	38	88

**Tabel 33:** Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler... (procent)

	Altid	Sjældent	Sommetider	Aldrig	I alt
...at du er på 'bølgelængde' med dem du er sammen med?	60.6	4.0	35.3	0.0	100.0
...dig som en del af en vennegruppe?	62.3	11.3	26.4	0.0	100.0
...dig isoleret fra andre?	3.3	40.3	20.4	36.0	100.0
...at du savner nogen at være sammen med?	3.6	31.1	26.7	38.6	100.0
...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?	47.9	5.8	43.8	2.5	100.0
...dig udenfor?	3.8	40.9	12.2	43.1	100.0

## 9. BaggrundsvARIABLE

**Tabel 34:** Region

	Antal	Procent
Region Hovedstaden	14	16.4
Region Midtjylland	27	31.8
Region Nordjylland	11	13.6
Region Sjælland	10	12.4
Region Syddanmark	22	25.9
I alt	84	100.0

**Tabel 35:** Hvad er din højest gennemførte uddannelse?

	Antal	Procent
Erhvervsuddannelse	23	26.6
Folkeskole/grundskole (inkl. mellemskole og realeksamen)	12	13.3
Kort videregående uddannelse (under 3 år)	10	11.4
Lang videregående uddannelse (over 4 år)	6	7.0
Mellemlang videregående uddannelse (op til 4 år)	27	31.2
Studentereksamen, HF, HH, HTX el. lign.	8	9.8
Ved ikke	1	0.8
I alt	87	100.0

**Tabel 36:** Hvad er din beskæftigelsessituation?

	Antal	Procent
Andet	1	1.6
Efterløbner/pensionist	20	22.9
Faglært arbejde (fx håndværker)	17	20.0
Funktionæransat eller lignende (læge, bankansat, kontor, lærer, sygeplejerske m.v.)	18	20.9
Ledig	2	2.2
Midlertidigt udenfor arbejdsstyrke (orlov, dagpenge i sygdoms-/barselsperiode, revalidering, introduktionsuddannelse, aktivering m.m.)	2	2.3
Selvstændig	13	15.2
Studerende/uddannelsessøgende/går i skole	1	1.5
Ufaglært arbejde	12	13.5
I alt	87	100.0

**Tabel 37:** Benytter du friluftaktiviteter og naturoplevelser i din jobudførelse? Fx i undervisning, læring, pasning, behandling eller lignende?

	Antal	Procent
Ja	16	25.2
Nej	43	69.3
Ved ikke/vil ikke oplyse	3	5.5
I alt	62	100.0

**Tabel 38:** Inden for hvilket område arbejder du?

	Antal	Procent
Andet	6	37.9
Fritidstilbud (sfo, fritidsklub, ungdomsklub mm.)	4	27.7
Psykologi og terapi	1	4.5
Sundhedsvæsen (hospital, sundhedscenter, lægeklinik, fysioterapi, kiropraktik eller lignende)	1	4.8
Undervisning (skole, ungdomsuddannelse, efterskole, højskole mm.)	0	1.7
Ungevejledning	4	23.5
I alt	16	100.0

**Tabel 39:** Er du født i Danmark?

	Antal	Procent
Ja	81	93.3
Nej	6	6.7
I alt	87	100.0

**Tabel 40:** Har du hjemmeboende børn under 15 år?

	Antal	Procent
Ja	26	29.8
Nej	61	70.2
I alt	87	100.0

**Tabel 41:** Hvad er din årlige personlige indkomst (uden pension og før skat)?

	Antal	Procent
100.000-199.999	9	10.4
200.000-299.999	11	12.3
300.000-399.999	24	27.6
400.000-499.999	14	15.6
500.000-599.999	5	6.1
600.000-699.999	1	1.1
700.000 eller derover	9	10.1
Under 100.000	7	8.5
Ved ikke	4	5.2
Vil ikke oplyse	3	3.1
I alt	87	100.0

**Tabel 42:** Køn

	Antal	Procent
Kvinder	15	15.4
Mænd	81	84.6
I alt	96	100.0

**Tabel 43:** Alderskategori

	Antal	Procent
18-29 år	8	8.0
30-39 år	14	15.1
40-49 år	16	16.4
50-59 år	23	23.7
60-69 år	23	24.1
70+ år	12	12.8
I alt	96	100.0

## 10. Friluftsliv på arbejdet

**Tabel 44:** Hvor hyppigt er du friluftaktiv i dit professionelle arbejdsliv?

	Antal	Procent
1-3 gange om måneden	4	28.0
1-3 gange om ugen	7	41.9
Dagligt eller næsten dagligt	1	5.7
Flere gange hver dag	4	24.4
I alt	16	100.0

**Tabel 45:** Hvorfor bruger du friluftaktiviteter i dit arbejde?

	Antal	Procent
Det er en del af jobbeskrivelsen	9	9.6
Det øger min arbejdsglæde	8	7.8
Det gavner den fysiske helbredstilstand hos dem, jeg arbejder med	7	6.8
Det gavner det psykiske velvære hos dem, jeg arbejder med	5	5.1
Det gavner det sociale liv hos dem, jeg arbejder med	4	4.3
Det skaber god gruppedynamik hos dem, jeg arbejder med	5	4.8
Andet	1	0.7

**Tabel 46:** I hvor høj grad oplever du... (antal)

	Høj grad	Mindre grad	Nogen grad	I alt
...at friluftaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med?	4	3	3	10
...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere friluftaktiviteter	2	1	7	10

**Tabel 47:** I hvor høj grad oplever du... (procent)

	Høj grad	Mindre grad	Nogen grad	I alt
...at friluftaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med?	40.5	26.8	32.7	100.0
...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere friluftaktiviteter	24.5	7.3	68.3	100.0

## 11. Kryds med køn

## 12. Kryds med alderskategori



## 13. Kryds med uddannelse