



Særtræk fra

# Danskernes Friluftsliv 2017

Friluft tabelrapport



Friluftsrådet

## Indholdsfortegnelse

1. Tid i naturen	2
2. Tidspunkt for friluftaktivitet	7
3. Årsag til at begynde	9
4. Intensitet af friluftaktivitet	21
5. Friluftaktiviteter og sæson	23
6. Motivation for aktivitet	24
7. Brug af naturen	25
8. Helbred og humør	26
9. Baggrundsvariable	29
10. Friluftsliv på arbejdet	32
11. Kryds med køn	33
12. Kryds med alderskategori	56
13. Kryds med uddannelse	68

## 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	Næsten aldrig eller aldrig	Sjældnere end 1 gang månedligt	Ved ikke	I alt
Vinterhalvåret (23. september - 20. marts)	2415	2672	2075	882	298	1031	37	9411
Sommerhalvåret (21. marts - 22. september)	1036	2738	3218	2083	78	223	35	9411

**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	Næsten aldrig eller aldrig	Sjældnere end 1 gang månedligt	Ved ikke	I alt
Vinterhalvåret (23. september - 20. marts)	25.7	28.4	22.1	9.4	3.2	11.0	0.4	100.0
Sommerhalvåret (21. marts - 22. september)	11.0	29.1	34.2	22.1	0.8	2.4	0.4	100.0

**Tablet 3:** Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsaaktiviteter: 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	484	473	741	993	6073	557	89	9411
Gik en tur	2234	2953	2425	808	315	641	35	9411
Oplevede naturen/stedet	2872	2044	1351	361	1134	1541	107	9411
Cyklede en tur (ikke mountainbike)	2131	1916	1164	256	2607	1286	50	9411
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	1021	1382	182	10	5751	1002	61	9411
Fotograferede	1784	752	231	54	4582	1935	74	9411
Så på dyr eller fugle	1834	1077	942	310	3267	1889	91	9411
Samlede bær, svampe, blomster og lign.	1445	441	124	29	5058	2259	55	9411
Studerede naturen/stedet	1966	1019	603	172	3664	1838	149	9411
Sad stille og spiste (ude)	3008	1832	695	144	1424	2257	53	9411
Legede	1683	837	262	56	4659	1722	190	9411
Var ude at bade/tog solbad	2796	1753	533	78	2177	2005	68	9411
Var ude at fiske	423	134	19	10	7736	1036	53	9411
Spillede golf	161	259	30	6	8586	307	63	9411
Cyklede på mountainbike	427	379	106	12	7950	475	63	9411
Sejlede (motorbåd)	284	118	20	8	8250	653	77	9411
Var ude at geocache	133	36	31	9	8427	339	436	9411
Roede (kajak/havkajak/kano/robbåd)	242	121	7	11	8193	765	72	9411
Var på jagt	170	86	19	4	8879	187	65	9411
Sejlede (sejlbåd)	245	111	26	11	8186	768	65	9411
Var ude at ride	89	93	53	16	8868	216	76	9411
Overnattede i naturen	437	66	20	12	7493	1313	70	9411
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	18	14	6	1	9222	76	75	9411
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	51	33	16	2	9129	112	69	9411

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

	1-3 gan- ge om måneden	1-3 gan- ge om ugen	Dagligt eller næsten dagligt	Flere gange hver dag	Næsten aldrig eller aldrig	Sjældnere end 1 gang må- nedligt	Ved ikke	I alt
Luftede hund	5.1	5.0	7.9	10.5	64.5	5.9	0.9	100.0
Gik en tur	23.7	31.4	25.8	8.6	3.4	6.8	0.4	100.0
Oplevede natu- ren/stedet	30.5	21.7	14.4	3.8	12.1	16.4	1.1	100.0
Cyklede en tur (ik- ke mountainbike)	22.6	20.4	12.4	2.7	27.7	13.7	0.5	100.0
Løb en tur (herun- der orienterings- løb)	10.9	14.7	1.9	0.1	61.1	10.7	0.7	100.0
Fotograferede	19.0	8.0	2.5	0.6	48.7	20.6	0.8	100.0
Så på dyr eller fug- le	19.5	11.4	10.0	3.3	34.7	20.1	1.0	100.0
Samlede bær, svampe, blomster og lign.	15.4	4.7	1.3	0.3	53.7	24.0	0.6	100.0
Studerede natu- ren/stedet	20.9	10.8	6.4	1.8	38.9	19.5	1.6	100.0
Sad stille og spi- ste (ude)	32.0	19.5	7.4	1.5	15.1	24.0	0.6	100.0
Legede	17.9	8.9	2.8	0.6	49.5	18.3	2.0	100.0
Var ude at ba- de/tog solbad	29.7	18.6	5.7	0.8	23.1	21.3	0.7	100.0
Var ude at fiske	4.5	1.4	0.2	0.1	82.2	11.0	0.6	100.0
Spillede golf	1.7	2.8	0.3	0.1	91.2	3.3	0.7	100.0
Cyklede på moun- tainbike	4.5	4.0	1.1	0.1	84.5	5.0	0.7	100.0
Sejlede (motor- båd)	3.0	1.3	0.2	0.1	87.7	6.9	0.8	100.0
Var ude at geoca- che	1.4	0.4	0.3	0.1	89.5	3.6	4.6	100.0
Roede (ka- jak/havkajak/kano/robåd)	2.6	1.3	0.1	0.1	87.1	8.1	0.8	100.0
Var på jagt	1.8	0.9	0.2	0.0	94.4	2.0	0.7	100.0
Sejlede (sejlbåd)	2.6	1.2	0.3	0.1	87.0	8.2	0.7	100.0
Var ude at ride	0.9	1.0	0.6	0.2	94.2	2.3	0.8	100.0
Overnattede i na- turen	4.6	0.7	0.2	0.1	79.6	14.0	0.7	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, parag- lider)	0.2	0.1	0.1	0.0	98.0	0.8	0.8	100.0
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	0.5	0.3	0.2	0.0	97.0	1.2	0.7	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	Under 1 år	Ved ikke	I alt
Luftede hund	452	661	454	455	92	23	2137
Gik en tur	484	975	446	3845	79	157	5987
Oplevede naturen/stedet	163	410	179	2667	40	146	3605
Cyklede en tur	262	403	252	2192	48	57	3213
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	384	459	315	261	65	33	1517
Fotograferede	173	308	172	209	48	71	982
Så på dyr eller fugle	107	318	124	1474	28	178	2228
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	42	89	29	344	24	24	552
Studerede naturen/stedet	77	229	80	1169	27	118	1699
Sad stille og spise (ude)	87	365	75	1876	31	104	2538
Legede	181	64	98	647	19	68	1078
Var ude at bade/tage solbad	71	242	74	1753	18	82	2240
Var ude at fiske	22	19	9	89	5	7	151
Spillede golf	65	123	62	9	20	1	280
Cyklede på mountainbike	166	96	93	37	44	37	473
Sejlede (motorbåd)	31	30	23	30	5	15	134
Var ude at geocachede	12	3	17	5	24	10	70
Roede (kajak, havkajak, kano, ro-båd)	37	30	22	11	25	9	135
Gik på jagt	6	39	6	30	7	10	98
Sejlede (sejlbåd)	18	49	20	39	5	5	137
Var ude at ride	8	32	11	75	5	18	149
Overnattede i naturen	13	15	7	33	5	20	92
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	0	3	1	0	2	12	18
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	12	2	3	2	7	17	42

**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	Under 1 år	Ved ikke	I alt
Luftede hund	21.1	30.9	21.3	21.3	4.3	1.1	100.0
Gik en tur	8.1	16.3	7.4	64.2	1.3	2.6	100.0
Oplevede naturen/stedet	4.5	11.4	5.0	74.0	1.1	4.1	100.0
Cyklede en tur	8.2	12.5	7.9	68.2	1.5	1.8	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	25.3	30.3	20.7	17.2	4.3	2.1	100.0
Fotograferede	17.6	31.4	17.6	21.3	4.9	7.2	100.0
Så på dyr eller fugle	4.8	14.3	5.6	66.2	1.3	8.0	100.0
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	7.6	16.1	5.3	62.3	4.3	4.4	100.0
Studerede naturen/stedet	4.5	13.5	4.7	68.8	1.6	6.9	100.0
Sad stille og spise (ude)	3.4	14.4	2.9	73.9	1.2	4.1	100.0
Legede	16.8	5.9	9.1	60.0	1.8	6.3	100.0
Var ude at bade/tage solbad	3.2	10.8	3.3	78.3	0.8	3.7	100.0
Var ude at fiske	14.5	12.7	5.7	59.2	3.2	4.7	100.0
Spillede golf	23.2	43.9	22.1	3.2	7.1	0.5	100.0
Cyklede på mountainbike	35.1	20.4	19.7	7.8	9.2	7.8	100.0
Sejlede (motorbåd)	23.4	22.3	17.1	22.4	3.8	11.0	100.0
Var ude at geocachede	16.6	4.0	24.1	7.2	34.2	14.0	100.0
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	27.4	22.3	16.5	8.0	18.9	7.0	100.0
Gik på jagt	6.6	39.7	6.1	30.4	7.3	10.0	100.0
Sejlede (sejlbåd)	12.8	36.0	14.9	28.8	3.9	3.6	100.0
Var ude at ride	5.3	21.5	7.6	50.2	3.6	11.8	100.0
Overnattede i naturen	13.8	16.0	8.1	35.9	4.9	21.3	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	0.0	15.4	5.6	0.0	13.5	65.5	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	27.7	4.2	7.1	5.1	15.4	40.6	100.0

## 2. Tidspunkt for friluftaktivitet

**Tablet 7:** Hvornår dyrker du primært friluftaktiviteten? (antal)

	I hverdagene	I weekenden	I ferier	Ved ikke	I alt
Luftede hund	1953	1769	1468	42	2137
Gik en tur	4745	4834	3808	149	5987
Oplevede natu- ren/stedet	2363	2976	2484	124	3605
Cyklede en tur	2748	2259	1620	65	3213
Løb en tur	1331	1166	738	41	1517
Fotograferede	606	713	703	70	982
Så på dyr eller fug- le	1685	1677	1374	155	2228
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	360	418	350	28	552
Studerede natu- ren/stedet	1223	1342	1152	94	1699
Sad stille og spi- ste (ude)	1689	2181	1795	95	2538
Legede	641	844	660	80	1078
Var ude at ba- de/tog solbad	1230	1769	1744	81	2240
Var ude at fiske	88	123	82	8	151
Spillede golf	239	191	127	5	280
Cyklede på moun- tainbike	310	339	204	40	473
Sejlede (motor- båd)	69	99	72	13	134
Var ude at geoca- che	29	39	29	10	70
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	88	91	61	13	135
Gik på jagt	60	73	31	12	98
Sejlede (sejlbåd)	92	105	94	5	137
Var ude at ride	120	110	93	18	149
Overnattede i na- turen	18	49	49	23	92
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	4	5	4	11	18
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	9	20	16	17	42



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

	I hverdagene	I weekenden	I ferier	Ved ikke
Luffede hund	91.4	82.8	68.7	2.0
Gik en tur	79.3	80.7	63.6	2.5
Oplevede natu- ren/stedet	65.5	82.5	68.9	3.4
Cykledede en tur	85.5	70.3	50.4	2.0
Løb en tur	87.7	76.9	48.6	2.7
Fotograferede	61.7	72.6	71.6	7.1
Så på dyr eller fug- le	75.6	75.3	61.7	6.9
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	65.3	75.6	63.4	5.0
Studerede natu- ren/stedet	72.0	79.0	67.8	5.6
Sad stille og spi- ste (ude)	66.5	85.9	70.7	3.7
Legede	59.5	78.3	61.2	7.4
Var ude at ba- de/tog solbad	54.9	79.0	77.9	3.6
Var ude at fiske	58.1	81.3	54.0	5.3
Spillede golf	85.4	68.2	45.3	1.7
Cykledede på moun- tainbike	65.5	71.7	43.2	8.4
Sejlede (motor- båd)	51.9	73.7	53.6	9.5
Var ude at geoca- che	41.8	55.4	41.3	14.1
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	65.2	67.5	45.4	9.7
Gik på jagt	61.7	75.0	31.9	12.2
Sejlede (sejlbåd)	67.6	76.8	68.7	3.8
Var ude at ride	80.1	74.0	62.5	12.0
Overnattede i na- turen	19.4	53.6	53.2	25.2
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	21.3	26.6	23.2	63.7
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	22.2	46.7	37.9	40.6

### 3. Årsag til at begynde

**Tabel 9:** Da du startede med at dyrke friluftssaktiviteten (lufte hund), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	69	3.2
Familietradition	503	23.5
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	13	0.6
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	907	42.4
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	53	2.5
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	4	0.2
Jeg har udelukkende været friluftssaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	3	0.1
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	26	1.2
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	21	1.0
Jeg blev aktiv gennem en friluftssforening	37	1.7
Jeg blev aktiv gennem anden forening	33	1.5
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	1075	50.3
Ingen af de ovennævnte	106	4.9
Andet	211	9.9
Ved ikke	52	2.5
I alt	2137	

**Tabel 10:** Da du startede med at dyrke friluftssaktiviteten (gå en tur), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	493	8.2
Familietradition	2186	36.5
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	90	1.5
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	3632	60.7
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	379	6.3
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	118	2.0
Jeg har udelukkende været friluftssaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	44	0.7
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	204	3.4
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	199	3.3
Jeg blev aktiv gennem en friluftssforening	342	5.7
Jeg blev aktiv gennem anden forening	100	1.7
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	482	8.1
Ingen af de ovennævnte	325	5.4
Andet	568	9.5
Ved ikke	281	4.7
I alt	5987	

**Tabel 11:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (opleve natur/steder), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	339	9.4
Familietradition	1534	42.6
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	105	2.9
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	2317	64.3
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	89	2.5
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	152	4.2
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	35	1.0
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	147	4.1
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	148	4.1
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	300	8.3
Jeg blev aktiv gennem anden forening	99	2.8
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	178	4.9
Ingen af de ovennævnte	126	3.5
Andet	268	7.4
Ved ikke	170	4.7
I alt	3605	

**Tabel 12:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (cykle en tur), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	273	8.5
Familietradition	1042	32.4
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	53	1.6
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	1782	55.5
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	149	4.6
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	115	3.6
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	80	2.5
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	259	8.0
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	110	3.4
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	75	2.3
Jeg blev aktiv gennem anden forening	36	1.1
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	36	1.1
Ingen af de ovennævnte	272	8.5
Andet	436	13.6
Ved ikke	114	3.5
I alt	3213	

**Tabel 13:** Da du startede med at dyrke friluftssaktiviteten (løbe en tur), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	379	25.0
Familietradition	182	12.0
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	96	6.3
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	704	46.4
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	90	6.0
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	107	7.1
Jeg har udelukkende været friluftssaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	12	0.8
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	81	5.3
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	250	16.5
Jeg blev aktiv gennem en friluftssforening	29	1.9
Jeg blev aktiv gennem anden forening	41	2.7
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	12	0.8
Ingen af de ovennævnte	157	10.4
Andet	245	16.2
Ved ikke	50	3.3
I alt	1517	

**Tabel 14:** Da du startede med at dyrke friluftssaktiviteten (fotografere), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	92	9.4
Familietradition	241	24.5
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	60	6.1
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	456	46.5
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	4	0.4
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	50	5.1
Jeg har udelukkende været friluftssaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	2	0.2
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	54	5.5
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	12	1.2
Jeg blev aktiv gennem en friluftssforening	47	4.8
Jeg blev aktiv gennem anden forening	13	1.3
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	19	1.9
Ingen af de ovennævnte	115	11.7
Andet	163	16.6
Ved ikke	84	8.6
I alt	982	

**Table 15:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (se på dyr eller fugle), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	176	7.9
Familietradition	818	36.7
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	58	2.6
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	1349	60.6
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	26	1.2
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	76	3.4
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	17	0.8
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	83	3.7
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	34	1.5
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	184	8.2
Jeg blev aktiv gennem anden forening	46	2.1
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	108	4.8
Ingen af de ovennævnte	105	4.7
Andet	166	7.4
Ved ikke	140	6.3
I alt	2228	

**Table 16:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (samle bær, svampe, blomster og lign.), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	68	12.4
Familietradition	286	51.8
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	17	3.0
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	321	58.1
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	8	1.4
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	14	2.5
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	5	0.9
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	20	3.6
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	10	1.7
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	35	6.3
Jeg blev aktiv gennem anden forening	6	1.1
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	13	2.3
Ingen af de ovennævnte	17	3.1
Andet	49	8.8
Ved ikke	29	5.2
I alt	552	

**Tablet 17:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (studere natur/steder), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	148	8.7
Familietradition	650	38.2
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	54	3.2
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	1119	65.8
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	32	1.9
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	66	3.9
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	10	0.6
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	99	5.8
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	43	2.5
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	158	9.3
Jeg blev aktiv gennem anden forening	50	2.9
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	66	3.9
Ingen af de ovennævnte	69	4.1
Andet	120	7.0
Ved ikke	86	5.0
I alt	1699	

**Tablet 18:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (sidde og spise ude), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	171	6.7
Familietradition	1443	56.9
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	25	1.0
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	1407	55.4
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	17	0.7
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	46	1.8
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	18	0.7
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	74	2.9
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	39	1.5
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	107	4.2
Jeg blev aktiv gennem anden forening	31	1.2
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	29	1.1
Ingen af de ovennævnte	90	3.6
Andet	215	8.5
Ved ikke	131	5.1
I alt	2538	

**Tabel 19:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (lege), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	72	6.6
Familietradition	420	39.0
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	20	1.9
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	436	40.5
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	13	1.2
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	69	6.4
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	24	2.2
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	79	7.3
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	56	5.2
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	57	5.3
Jeg blev aktiv gennem anden forening	26	2.4
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	48	4.4
Ingen af de ovennævnte	87	8.1
Andet	204	19.0
Ved ikke	81	7.5
I alt	1078	

**Tabel 20:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (bade/solbade), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	186	8.3
Familietradition	885	39.5
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	40	1.8
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	1294	57.8
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	35	1.5
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	64	2.9
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	24	1.1
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	32	1.4
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	61	2.7
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	57	2.5
Jeg blev aktiv gennem anden forening	16	0.7
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	27	1.2
Ingen af de ovennævnte	165	7.4
Andet	204	9.1
Ved ikke	170	7.6
I alt	2240	

**Tabel 21:** Da du startede med at dyrke friluftssaktiviteten (fiske), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	32	21.1
Familietradition	73	48.2
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	5	3.4
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	67	44.3
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	2	1.3
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	6	4.3
Jeg har udelukkende været friluftssaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	4	2.9
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	4	2.3
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	2	1.5
Jeg blev aktiv gennem en friluftssforening	7	4.8
Jeg blev aktiv gennem anden forening	3	1.8
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	1	0.5
Ingen af de ovennævnte	13	8.9
Andet	20	13.3
Ved ikke	7	4.7
I alt	151	

**Tabel 22:** Da du startede med at dyrke friluftssaktiviteten (spille golf), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	195	69.9
Familietradition	29	10.5
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	28	10.0
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	123	44.0
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	6	2.2
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	2	0.7
Jeg har udelukkende været friluftssaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	1	0.4
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	9	3.2
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	13	4.6
Jeg blev aktiv gennem en friluftssforening	1	0.3
Jeg blev aktiv gennem anden forening	5	1.7
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	0	0.1
Ingen af de ovennævnte	7	2.5
Andet	17	6.0
Ved ikke	3	0.9
I alt	280	



**Tablet 23:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (cykle på mountainbike), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	196	41.3
Familietradition	33	7.0
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	36	7.5
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	240	50.7
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	24	5.1
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	9	1.9
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	3	0.7
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	24	5.1
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	28	6.0
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	5	1.2
Jeg blev aktiv gennem anden forening	14	2.9
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	5	1.0
Ingen af de ovennævnte	23	4.8
Andet	32	6.7
Ved ikke	28	5.9
I alt	473	

**Tablet 24:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (sejle (motorbåd)), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	22	16.3
Familietradition	47	35.3
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	4	3.1
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	54	40.1
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	4	3.0
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	1	0.7
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	0	0.2
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	8	6.1
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	3	2.3
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	2	1.5
Jeg blev aktiv gennem anden forening	2	1.6
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	0	0.0
Ingen af de ovennævnte	14	10.4
Andet	19	14.4
Ved ikke	9	6.4
I alt	134	

**Tablet 25:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (geocache), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	25	36.1
Familietradition	3	4.2
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	17	24.3
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	13	19.0
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	2	2.7
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	1	1.4
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	0	0.0
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	0	0.4
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	1	1.4
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	1	1.9
Jeg blev aktiv gennem anden forening	1	1.0
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	0	0.0
Ingen af de ovennævnte	1	0.9
Andet	6	7.9
Ved ikke	13	18.1
I alt	70	

**Tablet 26:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (ro (kajak/havkajak/kano/robåd)), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	64	47.7
Familietradition	9	7.0
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	19	14.1
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	66	49.0
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	1	1.1
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	11	8.2
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	2	1.8
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	5	3.4
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	15	10.8
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	9	6.4
Jeg blev aktiv gennem anden forening	13	9.3
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	0	0.0
Ingen af de ovennævnte	2	1.1
Andet	14	10.2
Ved ikke	9	6.5
I alt	135	

**Tablet 27:** 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	

**Tablet 28:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (sejle (sejlbåd)), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	44	32.4
Familietradition	49	36.1
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	5	3.5
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	55	39.9
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	2	1.2
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	1	0.5
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	0	0.0
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	3	2.1
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	9	6.5
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	10	7.3
Jeg blev aktiv gennem anden forening	12	8.9
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	1	0.5
Ingen af de ovennævnte	12	8.7
Andet	21	15.0
Ved ikke	5	3.3
I alt	137	

**Tabel 29:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (ride), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	33	22.1
Familietradition	52	34.6
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	6	3.9
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	67	45.1
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	10	6.8
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	10	6.7
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	0	0.0
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	2	1.4
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	11	7.1
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	1	0.9
Jeg blev aktiv gennem anden forening	12	7.7
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	26	17.3
Ingen af de ovennævnte	8	5.2
Andet	23	15.5
Ved ikke	8	5.5
I alt	149	

**Tabel 30:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (overnatte i naturen), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	20	22.3
Familietradition	27	29.3
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	8	8.4
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	47	51.0
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	0	0.0
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	4	4.8
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	3	3.6
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	4	4.1
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	4	4.1
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	17	18.3
Jeg blev aktiv gennem anden forening	6	6.6
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	1	0.7
Ingen af de ovennævnte	7	8.1
Andet	7	7.1
Ved ikke	13	13.6
I alt	92	

**Tablet 31:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (flyve (faldskærm, hangglider, paraglider)), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	3	15.3
Familietradition	1	3.6
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	0	0.0
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	3	17.4
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	1	5.6
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	1	5.6
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	0	1.4
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	0	0.0
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	0	0.0
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	0	0.0
Jeg blev aktiv gennem anden forening	0	2.6
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	0	0.0
Ingen af de ovennævnte	1	4.0
Andet	1	3.6
Ved ikke	10	58.3
I alt	18	

**Tablet 32:** Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (surfe (windsurfing/kitesurfing)), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	9	20.9
Familietradition	4	9.1
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	10	23.6
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	14	32.2
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	1	1.5
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	3	6.5
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	0	0.6
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	0	0.0
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	0	0.0
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	0	0.0
Jeg blev aktiv gennem anden forening	0	0.0
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	0	0.0
Ingen af de ovennævnte	2	3.7
Andet	5	12.7
Ved ikke	13	30.1
I alt	42	

## 4. Intensitet af friluftaktivitet

**Tabel 33:** 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	22	367	1760	1	2151
Gik en tur	78	1376	4620	4	6077
Oplevede naturen/stedet	44	565	3255	3	3869
Cyklede en tur	189	2076	1227	2	3493
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	734	805	135	1	1674
Fotograferede	5	49	1383	0	1437
Så på dyr eller fugle	11	169	2384	6	2570
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	10	40	969	3	1023
Studerede naturen/stedet	13	224	1871	0	2109
Sad stille og spise (ude)	15	90	2979	5	3090
Legede	42	678	704	2	1425
Var ude at bade/tage solbad	26	186	2467	4	2683
Var ude at fiske	3	18	313	0	334
Spillede golf	2	59	285	0	345
Cyklede på mountainbike	140	346	103	5	595
Sejlede (motorbåd)	6	8	234	1	248
Var ude at geocachede	8	23	153	0	184
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	15	100	179	2	297
Gik på jagt	4	35	122	4	165
Sejlede (sejlbåd)	4	24	231	0	259
Var ude at ride	16	83	129	3	231
Overnattede i naturen	4	17	310	0	331
Flyvning (faldskærm, hanglider, paraglider)	3	4	53	1	60
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	6	24	59	6	96

**Table 34:** 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	1.0	17.1	81.8	0.1	100.0
Gik en tur	1.3	22.6	76.0	0.1	100.0
Oplevede naturen/stedet	1.1	14.6	84.1	0.1	100.0
Cyklede en tur	5.4	59.4	35.1	0.0	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	43.8	48.1	8.0	0.1	100.0
Fotograferede	0.4	3.4	96.2	0.0	100.0
Så på dyr eller fugle	0.4	6.6	92.8	0.2	100.0
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	1.0	3.9	94.8	0.3	100.0
Studerede naturen/stedet	0.6	10.6	88.7	0.0	100.0
Sad stille og spise (ude)	0.5	2.9	96.4	0.1	100.0
Legede	2.9	47.6	49.4	0.1	100.0
Var ude at bade/tage solbad	1.0	6.9	91.9	0.2	100.0
Var ude at fiske	0.9	5.4	93.8	0.0	100.0
Spillede golf	0.5	17.0	82.6	0.0	100.0
Cyklede på mountainbike	23.5	58.2	17.4	0.9	100.0
Sejlede (motorbåd)	2.2	3.1	94.1	0.5	100.0
Var ude at geocachede	4.2	12.3	83.5	0.0	100.0
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	5.2	33.8	60.3	0.7	100.0
Gik på jagt	2.4	21.0	73.9	2.7	100.0
Sejlede (sejlbåd)	1.5	9.3	89.2	0.0	100.0
Var ude at ride	7.0	35.9	55.8	1.3	100.0
Overnattede i naturen	1.3	5.0	93.6	0.1	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	4.9	6.2	87.9	1.0	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	6.7	24.8	62.3	6.3	100.0

## 5. Friluftaktiviteter og sæson

**Tabel 35:** Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret...

	Antal	Procent
Ligeså friluftaktiv	1674	18.8
Mere friluftaktiv	181	2.0
Mindre friluftaktiv	6887	77.4
Ved ikke	157	1.8
I alt	8899	100.0

**Tabel 36:** Sammenlignet med sommerhalvåret, udfører du så i vinterhalvåret...

	Antal	Procent
Samme friluftaktiviteter	4546	48.3
Andre friluftaktiviteter	1747	18.6
Andre aktiviteter, der erstatter friluftaktiviteter såsom indendørs sport, gymnastik, fitness, mv.	2912	30.9
Ved ikke	1224	13.0

**Tabel 37:** Hvilke andre friluftaktiviteter dyrker du i vinterhalvåret, som du ikke dyrker i sommerhalvåret?

	Antal	Procent
Samler bær, svampe m.v.	222	2.4
Står på ski og skøjter i Danmark	342	3.6
Vinterbader	124	1.3
Andre friluftaktiviteter	1209	12.8

**Tabel 38:** Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret...

	Antal	Procent
Ligeså fysisk aktiv	3156	35.6
Mere fysisk aktiv	387	4.4
Mindre fysisk aktiv	5085	57.4
Ved ikke	226	2.6
I alt	8853	100.0



## 6. Motivation for aktivitet

**Table 39:** Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet: (antal)

	Hverken eller	Meget vigtigt	Mindre vigtigt	Slet vigtigt	ikke	Ved ikke	Vigtigt	I alt
Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe)	1220	2344	686	553		195	3776	8774
Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne)	1006	2759	466	205		148	4188	8772
Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne)	1229	2456	591	213		141	4140	8770
Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater)	1552	2110	933	406		117	3654	8771

**Table 40:** Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet: (procent)

	Hverken eller	Meget vigtigt	Mindre vigtigt	Slet vigtigt	ikke	Ved ikke	Vigtigt	I alt
Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe)	13.9	26.7	7.8	6.3		2.2	43.0	100.0
Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne)	11.5	31.4	5.3	2.3		1.7	47.7	100.0
Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne)	14.0	28.0	6.7	2.4		1.6	47.2	100.0
Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater)	17.7	24.1	10.6	4.6		1.3	41.7	100.0

## 7. Brug af naturen

**Tabel 41:** Når jeg benytter naturen, så gør jeg det...

	Antal	Procent
Alene og uden forening/klub	5991	63.7
Sammen med andre, som jeg selv laver aftaler med (uden forening/klub)	6410	68.1
Alene, med forening/klub	326	3.5
Sammen med andre i forening/klub	1249	13.3
Ved ikke	254	2.7

**Tabel 42:** Jeg gør yderligere brug af naturen...

	Antal	Procent
Som led i min uddannelse-/skolegang eller andet lærings- eller udviklingsforløb	415	4.4
Som led i et behandlingsforløb eller anbefaling fra læge, fysioterapeut eller andet sundhedspersonale eller behandler	846	9.0
Som led i mit arbejde indenfor social-, sundheds-, daginstitutions- eller uddannelses-/skoleområdet	670	7.1
Andet	1623	17.2
Ingen af ovenstående passer på min situation	5684	60.4

**Tabel 43:** Har du lyst til at være mere friluftaktiv, end du er for tiden?

	Antal	Procent
Ja	4795	55.0
Nej	2919	33.5
Ved ikke	1006	11.5
I alt	8720	100.0

**Tabel 44:** Hvad afholder dig fra at være mere friluftaktiv, end du er for tiden?

	Antal	Procent
Manglende tid pga. arbejde	2975	31.6
Vejret	1673	17.8
Fritiden bruges på computer, elektroniske spil eller tv	739	7.9
Manglende tid pga. sport/andre hobbyer	643	6.8
Der er ingen at følges med	467	5.0
Der er for langt til naturen	404	4.3
Manglende lyst	394	4.2
Det er for besværligt	257	2.7
Jeg mangler gode ideer til sjove og spændende oplevelser i naturen	621	6.6
Der er for få aktiviteter i naturen	144	1.5
Der er for mange love og regler, der skal overholdes i naturen	115	1.2
Andet	956	10.2

## 8. Helbred og humør

**Tabel 45:** 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)

	0	1	10	2	3	4	5	6	7	8	9	Ved ikke	I alt
...din helbredstilstand?	87	93	959	223	324	300	706	663	1395	2352	1541	4	8646
...dit psykiske velvære/humør?	47	68	1421	152	281	304	596	603	1150	2146	1872	7	8646
...dit sociale liv?	43	68	1442	158	232	297	620	698	1232	2113	1734	9	8646
...dit liv generelt?	20	58	1545	89	133	182	477	473	1118	2274	2267	8	8644

**Tabel 46:** 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)

	0	1	10	2	3	4	5	6	7	8	9	Ved ikke	I alt
...din helbredstilstand?	1.0	1.1	11.1	2.6	3.7	3.5	8.2	7.7	16.1	27.2	17.8	0.0	100.0
...dit psykiske velvære/humør?	0.5	0.8	16.4	1.8	3.2	3.5	6.9	7.0	13.3	24.8	21.6	0.1	100.0
...dit sociale liv?	0.5	0.8	16.7	1.8	2.7	3.4	7.2	8.1	14.2	24.4	20.1	0.1	100.0
...dit liv generelt?	0.2	0.7	17.9	1.0	1.5	2.1	5.5	5.5	12.9	26.3	26.2	0.1	100.0

**Tabel 47:** I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter forbedrer... (antal)

	Hverken/eller	I høj grad	I lav grad	I meget høj grad	I meget lav grad	Ved ikke	I alt
...din fysiske form og helbredstilstand?	1252	4324	231	2541	105	178	8631
...dit psykiske velvære og humør?	1045	4407	138	2822	64	155	8632
...dit sociale liv?	4037	2571	565	856	356	248	8632
...dit liv generelt?	1683	4606	225	1840	78	201	8632

**Tabel 48:** I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter forbedrer... (procent)

	Hverken/eller	I høj grad	I lav grad	I meget høj grad	I meget lav grad	Ved ikke	I alt
...din fysiske form og helbredstilstand?	14.5	50.1	2.7	29.4	1.2	2.1	100.0
...dit psykiske velvære og humør?	12.1	51.1	1.6	32.7	0.7	1.8	100.0
...dit sociale liv?	46.8	29.8	6.5	9.9	4.1	2.9	100.0
...dit liv generelt?	19.5	53.4	2.6	21.3	0.9	2.3	100.0

**Tabel 49:** 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	1326	336	6950	8612
At gå flere etager op ad trapper	1579	467	6566	8612

**Table 50:** 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	15.4	3.9	80.7	100.0
At gå flere etager op ad trapper	18.3	5.4	76.2	100.0

**Table 51:** 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	654	297	1549	1199	4853	8551
Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre	502	293	1493	1010	5252	8549

**Table 52:** 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	7.6	3.5	18.1	14.0	56.7	100.0
Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre	5.9	3.4	17.5	11.8	61.4	100.0

**Table 53:** 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?	5271	608	389	1621	583	42	8515
...følt dig rolig og afslappet?	4343	546	546	2024	987	69	8515
...følt dig aktiv og energisk?	3210	383	811	2560	1380	172	8515
...vågnet frisk og udhvilet?	3018	456	1052	2149	1455	385	8515
...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?	4072	876	630	1846	988	104	8515

**Tabel 54:** 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?	61.9	7.1	4.6	19.0	6.8	0.5	100.0
...følt dig rolig og afslappet?	51.0	6.4	6.4	23.8	11.6	0.8	100.0
...følt dig aktiv og energisk?	37.7	4.5	9.5	30.1	16.2	2.0	100.0
...vågnet frisk og udhvilet?	35.4	5.4	12.4	25.2	17.1	4.5	100.0
...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?	47.8	10.3	7.4	21.7	11.6	1.2	100.0

**Tabel 55:** Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler... (antal)

	Aldrig	Altid	Sjældent	Sommetider	Ved ikke	I alt
...at du er på 'bølgelængde' med dem du er sammen med?	53	4438	244	3721	0	8457
...dig som en del af en vennegruppe?	225	4293	740	3194	1	8452
...dig isoleret fra andre?	2439	265	3456	2293	0	8453
...at du savner nogen at være sammen med?	2469	362	3106	2516	0	8452
...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?	135	3585	578	4154	0	8452
...dig udenfor?	3327	187	3328	1608	0	8450

**Tabel 56:** Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler... (procent)

	Aldrig	Altid	Sjældent	Sommetider	Ved ikke	I alt
...at du er på 'bølgelængde' med dem du er sammen med?	0.6	52.5	2.9	44.0	0.0	100.0
...dig som en del af en vennegruppe?	2.7	50.8	8.8	37.8	0.0	100.0
...dig isoleret fra andre?	28.9	3.1	40.9	27.1	0.0	100.0
...at du savner nogen at være sammen med?	29.2	4.3	36.7	29.8	0.0	100.0
...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?	1.6	42.4	6.8	49.1	0.0	100.0
...dig udenfor?	39.4	2.2	39.4	19.0	0.0	100.0

## 9. BaggrundsvARIABLE

**Tabel 57:** Region

	Antal	Procent
Region Hovedstaden	2799	33.4
Region Midtjylland	2018	24.1
Region Nordjylland	779	9.3
Region Sjælland	1063	12.7
Region Syddanmark	1710	20.4
I alt	8369	100.0

**Tabel 58:** Hvad er din højest gennemførte uddannelse?

	Antal	Procent
Erhvervsuddannelse	1782	21.1
Folkeskole/grundskole (inkl. mellemskole og realeksamen)	1221	14.5
Kort videregående uddannelse (under 3 år)	1141	13.5
Lang videregående uddannelse (over 4 år)	1154	13.7
Mellemlang videregående uddannelse (op til 4 år)	1999	23.7
Studentereksamen, HF, HH, HTX el. lign.	1074	12.7
Ved ikke	65	0.8
I alt	8436	100.0

**Tabel 59:** Hvad er din beskæftigelsessituation?

	Antal	Procent
Andet	318	3.8
Efterløbner/pensionist	2224	26.4
Faglært arbejde (fx håndværker)	700	8.3
Funktionæransat eller lignende (læge, bankansat, kontor, lærer, sygeplejerske m.v.)	2565	30.4
Ledig	239	2.8
Medarbejdende ægtefælle	36	0.4
Midlertidigt udenfor arbejdsstyrke (orlov, dagpenge i sygdoms-/barselsperiode, revalidering, introduktionsuddannelse, aktivering m.m.)	228	2.7
Selvstændig	403	4.8
Studerende/uddannelsessøgende/går i skole	1038	12.3
Ufaglært arbejde	670	8.0
Ved ikke	6	0.1
I alt	8427	100.0

**Tabel 60:** Benytter du friluftaktiviteter og naturoplevelser i din jobudførelse? Fx i undervisning, læring, pasning, behandling eller lignende?

	Antal	Procent
Ja	980	18.1
Nej	4295	79.4
Ved ikke/vil ikke oplyse	132	2.4
I alt	5407	100.0

**Tabel 61:** Inden for hvilket område arbejder du?

	Antal	Procent
Andet	350	35.7
Beskæftigelse og aktivering	27	2.7
Coaching	11	1.2
Daginstitution/børnepasning (fx vuggestue, børnehave og dagpleje)	158	16.1
Fritidstilbud (sfo, fritidsklub, ungdomsklub mm.)	44	4.5
Kommunale sundhedstilbud	23	2.3
Naturvejleder	5	0.6
Psykologi og terapi	15	1.5
Sundhedsvæsen (hospital, sundhedscenter, lægeklinik, fysioterapi, kiropraktik eller lignende)	83	8.5
Undervisning (skole, ungdomsuddannelse, efterskole, højskole mm.)	244	24.9
Ungevejledning	10	1.1
Ved ikke	10	1.0
I alt	980	100.0

**Tabel 62:** Er du født i Danmark?

	Antal	Procent
Ja	7865	93.5
Nej	546	6.5
Ved ikke	3	0.0
I alt	8414	100.0

**Tabel 63:** Har du hjemmeboende børn under 15 år?

	Antal	Procent
Ja	1857	22.1
Nej	6555	77.9
Ved ikke	2	0.0
I alt	8414	100.0

**Tabel 64:** Hvad er din årlige personlige indkomst (uden pension og før skat)?

	Antal	Procent
100.000-199.999	1312	15.6
200.000-299.999	1237	14.7
300.000-399.999	1625	19.3
400.000-499.999	993	11.8
500.000-599.999	416	4.9
600.000-699.999	219	2.6
700.000 eller derover	378	4.5
Under 100.000	1106	13.1
Ved ikke	388	4.6
Vil ikke oplyse	740	8.8
I alt	8414	100.0

**Tabel 65: Køn**

	Antal	Procent
Kvinder	4677	51.5
Mænd	4407	48.5
I alt	9084	100.0

**Tabel 66: Alderskategori**

	Antal	Procent
18-29 år	1785	19.6
30-39 år	1260	13.9
40-49 år	1647	18.1
50-59 år	1444	15.9
60-69 år	1759	19.4
70+ år	1188	13.1
I alt	9083	100.0



## 10. Friluftsliv på arbejdet

**Tabel 67:** Hvor hyppigt er du friluftaktiv i dit professionelle arbejdsliv?

	Antal	Procent
1-3 gange om måneden	217	22.1
1-3 gange om ugen	233	23.8
Dagligt eller næsten dagligt	228	23.3
Flere gange hver dag	135	13.8
Næsten aldrig eller aldrig	34	3.5
Sjældnere end 1 gang månedligt	105	10.7
Ved ikke	27	2.7
I alt	978	100.0

**Tabel 68:** Hvorfor bruger du friluftaktiviteter i dit arbejde?

	Antal	Procent
Det er en del af jobbeskrivelsen	445	4.7
Det øger min arbejdsglæde	450	4.8
Det gavner den fysiske helbredstilstand hos dem, jeg arbejder med	407	4.3
Det gavner det psykiske velvære hos dem, jeg arbejder med	421	4.5
Det gavner det sociale liv hos dem, jeg arbejder med	391	4.2
Det skaber god gruppedynamik hos dem, jeg arbejder med	337	3.6
Andet	137	1.5

**Tabel 69:** I hvor høj grad oplever du... (antal)

	Hverken eller	Høj grad	Mindre grad	Nogen grad	Slet ikke	Ved ikke	I alt
...at friluftaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med?	14	385	5	169	3	25	601
...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere friluftaktiviteter	130	125	18	246	20	62	601

**Tabel 70:** I hvor høj grad oplever du... (procent)

	Hverken eller	Høj grad	Mindre grad	Nogen grad	Slet ikke	Ved ikke	I alt
...at friluftaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med?	2.3	64.1	0.9	28.2	0.5	4.1	100.0
...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere friluftaktiviteter	21.7	20.7	3.1	41.0	3.3	10.3	100.0

## 11. Kryds med køn

**Tabel 71:** "Vinterhalvåret (23. september - 20. marts):Typisk tid i naturen" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	1134	1204	2338
1-3 gange om ugen	1344	1238	2582
Dagligt eller næsten dagligt	1116	874	1990
Flere gange hver dag	466	378	843
Næsten aldrig eller aldrig	129	162	291
Sjældnere end 1 gang månedligt	463	542	1005
Ved ikke	25	9	34
I alt	4677	4407	9084

**Tabel 72:** "Vinterhalvåret (23. september - 20. marts):Typisk tid i naturen" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	24.3	27.3	25.7
1-3 gange om ugen	28.7	28.1	28.4
Dagligt eller næsten dagligt	23.9	19.8	21.9
Flere gange hver dag	10.0	8.6	9.3
Næsten aldrig eller aldrig	2.8	3.7	3.2
Sjældnere end 1 gang månedligt	9.9	12.3	11.1
Ved ikke	0.5	0.2	0.4
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 73:** "Sommerhalvåret (21. marts - 22. september):Typisk tid i naturen" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	433	570	1002
1-3 gange om ugen	1285	1367	2652
Dagligt eller næsten dagligt	1673	1428	3101
Flere gange hver dag	1162	841	2003
Næsten aldrig eller aldrig	19	55	74
Sjældnere end 1 gang månedligt	88	131	219
Ved ikke	18	15	33
I alt	4677	4407	9084

**Tabel 74:** "Sommerhalvåret (21. marts - 22. september):Typisk tid i naturen" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	9.3	12.9	11.0
1-3 gange om ugen	27.5	31.0	29.2
Dagligt eller næsten dagligt	35.8	32.4	34.1
Flere gange hver dag	24.8	19.1	22.1
Næsten aldrig eller aldrig	0.4	1.2	0.8
Sjældnere end 1 gang månedligt	1.9	3.0	2.4
Ved ikke	0.4	0.3	0.4
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 75:** "Luftede hund:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	271	203	473
1-3 gange om ugen	236	224	460
Dagligt eller næsten dagligt	360	343	703
Flere gange hver dag	563	396	959
Næsten aldrig eller aldrig	2915	2945	5860
Sjældnere end 1 gang månedligt	298	249	547
Ved ikke	33	48	81
I alt	4677	4407	9084

**Tablet 76:** "Luftede hund:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	5.8	4.6	5.2
1-3 gange om ugen	5.1	5.1	5.1
Dagligt eller næsten dagligt	7.7	7.8	7.7
Flere gange hver dag	12.0	9.0	10.6
Næsten aldrig eller aldrig	62.3	66.8	64.5
Sjældnere end 1 gang månedligt	6.4	5.7	6.0
Ved ikke	0.7	1.1	0.9
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 77:** "Gik en tur :Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	884	1286	2170
1-3 gange om ugen	1548	1297	2846
Dagligt eller næsten dagligt	1428	899	2327
Flere gange hver dag	480	295	775
Næsten aldrig eller aldrig	96	214	310
Sjældnere end 1 gang månedligt	218	404	623
Ved ikke	22	11	33
I alt	4677	4407	9084

**Tablet 78:** "Gik en tur :Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	18.9	29.2	23.9
1-3 gange om ugen	33.1	29.4	31.3
Dagligt eller næsten dagligt	30.5	20.4	25.6
Flere gange hver dag	10.3	6.7	8.5
Næsten aldrig eller aldrig	2.1	4.9	3.4
Sjældnere end 1 gang månedligt	4.7	9.2	6.9
Ved ikke	0.5	0.2	0.4
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 79:** "Oplevede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	1406	1379	2785
1-3 gange om ugen	1122	833	1955
Dagligt eller næsten dagligt	738	535	1273
Flere gange hver dag	211	129	341
Næsten aldrig eller aldrig	498	621	1119
Sjældnere end 1 gang månedligt	651	860	1511
Ved ikke	50	49	99
I alt	4677	4407	9084

**Tablet 80:** "Oplevede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	30.1	31.3	30.7
1-3 gange om ugen	24.0	18.9	21.5
Dagligt eller næsten dagligt	15.8	12.1	14.0
Flere gange hver dag	4.5	2.9	3.8
Næsten aldrig eller aldrig	10.7	14.1	12.3
Sjældnere end 1 gang månedligt	13.9	19.5	16.6
Ved ikke	1.1	1.1	1.1
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 81:** "Cyklede en tur (ikke mountainbike):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. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	1056	991	2047
1-3 gange om ugen	990	860	1850
Dagligt eller næsten dagligt	642	466	1108
Flere gange hver dag	172	74	246
Næsten aldrig eller aldrig	1242	1309	2551
Sjældnere end 1 gang månedligt	558	678	1236
Ved ikke	17	29	45
I alt	4677	4407	9084

**Tabel 82:** "Cyklede en tur (ikke mountainbike):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. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	22.6	22.5	22.5
1-3 gange om ugen	21.2	19.5	20.4
Dagligt eller næsten dagligt	13.7	10.6	12.2
Flere gange hver dag	3.7	1.7	2.7
Næsten aldrig eller aldrig	26.6	29.7	28.1
Sjældnere end 1 gang månedligt	11.9	15.4	13.6
Ved ikke	0.4	0.6	0.5
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 83:** "Fotograferede: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. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	941	759	1700
1-3 gange om ugen	454	261	716
Dagligt eller næsten dagligt	125	87	211
Flere gange hver dag	39	15	54
Næsten aldrig eller aldrig	2068	2405	4472
Sjældnere end 1 gang månedligt	1010	852	1863
Ved ikke	41	28	69
I alt	4677	4407	9084

**Tabel 84:** "Fotograferede: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. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	20.1	17.2	18.7
1-3 gange om ugen	9.7	5.9	7.9
Dagligt eller næsten dagligt	2.7	2.0	2.3
Flere gange hver dag	0.8	0.3	0.6
Næsten aldrig eller aldrig	44.2	54.6	49.2
Sjældnere end 1 gang månedligt	21.6	19.3	20.5
Ved ikke	0.9	0.6	0.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 85:** "Så på dyr eller fugle: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. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	920	838	1758
1-3 gange om ugen	535	496	1031
Dagligt eller næsten dagligt	510	378	888
Flere gange hver dag	179	110	288
Næsten aldrig eller aldrig	1537	1670	3206
Sjældnere end 1 gang månedligt	945	880	1825
Ved ikke	52	35	87
I alt	4677	4407	9084

**Tabel 86:** "Så på dyr eller fugle: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. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	19.7	19.0	19.4
1-3 gange om ugen	11.4	11.3	11.3
Dagligt eller næsten dagligt	10.9	8.6	9.8
Flere gange hver dag	3.8	2.5	3.2
Næsten aldrig eller aldrig	32.9	37.9	35.3
Sjældnere end 1 gang månedligt	20.2	20.0	20.1
Ved ikke	1.1	0.8	1.0
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 87:** "Studerede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	1001	877	1878
1-3 gange om ugen	535	449	984
Dagligt eller næsten dagligt	313	250	564
Flere gange hver dag	97	72	169
Næsten aldrig eller aldrig	1743	1835	3578
Sjældnere end 1 gang månedligt	911	862	1772
Ved ikke	77	62	139
I alt	4677	4407	9084

**Tablet 88:** "Studerede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	21.4	19.9	20.7
1-3 gange om ugen	11.4	10.2	10.8
Dagligt eller næsten dagligt	6.7	5.7	6.2
Flere gange hver dag	2.1	1.6	1.9
Næsten aldrig eller aldrig	37.3	41.6	39.4
Sjældnere end 1 gang månedligt	19.5	19.6	19.5
Ved ikke	1.6	1.4	1.5
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 89:** "Sad stille og spiste (ude):Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	1525	1388	2913
1-3 gange om ugen	1034	735	1769
Dagligt eller næsten dagligt	457	214	671
Flere gange hver dag	107	32	139
Næsten aldrig eller aldrig	520	869	1390
Sjældnere end 1 gang månedligt	1013	1142	2156
Ved ikke	21	27	48
I alt	4677	4407	9084

**Table 90:** "Sad stille og spiste (ude): Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskildringer: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	32.6	31.5	32.1
1-3 gange om ugen	22.1	16.7	19.5
Dagligt eller næsten dagligt	9.8	4.9	7.4
Flere gange hver dag	2.3	0.7	1.5
Næsten aldrig eller aldrig	11.1	19.7	15.3
Sjældnere end 1 gang månedligt	21.7	25.9	23.7
Ved ikke	0.5	0.6	0.5
I alt	100.0	100.0	100.0

**Table 91:** "Legede: Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskildringer: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	841	783	1623
1-3 gange om ugen	455	339	793
Dagligt eller næsten dagligt	152	96	248
Flere gange hver dag	43	11	54
Næsten aldrig eller aldrig	2197	2333	4529
Sjældnere end 1 gang månedligt	898	766	1664
Ved ikke	92	80	171
I alt	4677	4407	9084

**Table 92:** "Legede: Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskildringer: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	18.0	17.8	17.9
1-3 gange om ugen	9.7	7.7	8.7
Dagligt eller næsten dagligt	3.3	2.2	2.7
Flere gange hver dag	0.9	0.3	0.6
Næsten aldrig eller aldrig	47.0	52.9	49.9
Sjældnere end 1 gang månedligt	19.2	17.4	18.3
Ved ikke	2.0	1.8	1.9
I alt	100.0	100.0	100.0



**Tabel 93:** "Var ude at bade/tog solbad:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskategorier: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	1440	1269	2709
1-3 gange om ugen	1049	637	1685
Dagligt eller næsten dagligt	331	184	514
Flere gange hver dag	57	15	71
Næsten aldrig eller aldrig	877	1232	2109
Sjældnere end 1 gang månedligt	892	1039	1932
Ved ikke	32	31	63
I alt	4677	4407	9084

**Tabel 94:** "Var ude at bade/tog solbad:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskategorier: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	30.8	28.8	29.8
1-3 gange om ugen	22.4	14.4	18.6
Dagligt eller næsten dagligt	7.1	4.2	5.7
Flere gange hver dag	1.2	0.3	0.8
Næsten aldrig eller aldrig	18.8	27.9	23.2
Sjældnere end 1 gang månedligt	19.1	23.6	21.3
Ved ikke	0.7	0.7	0.7
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 95:** "Luftede hund:Tid friluftsskategorien er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	236	195	431
11 år eller mere	312	323	635
6-10 år	241	194	435
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	263	181	444
Under 1 år	53	37	90
Ved ikke	12	10	22
I alt	1117	940	2057

**Tabel 96:** "Luftede hund:Tid friluftsskategorien er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	21.1	20.7	20.9
11 år eller mere	27.9	34.4	30.9
6-10 år	21.6	20.6	21.2
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	23.6	19.3	21.6
Under 1 år	4.7	4.0	4.4
Ved ikke	1.0	1.1	1.1
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 97:** "Gik en tur:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	262	208	470
11 år eller mere	503	442	945
6-10 år	245	183	428
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	2217	1497	3714
Under 1 år	40	34	74
Ved ikke	87	65	151
I alt	3354	2429	5783

**Tabel 98:** "Gik en tur:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	7.8	8.6	8.1
11 år eller mere	15.0	18.2	16.3
6-10 år	7.3	7.5	7.4
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	66.1	61.6	64.2
Under 1 år	1.2	1.4	1.3
Ved ikke	2.6	2.7	2.6
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 99:** "Oplevede naturen/stedet:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	77	81	158
11 år eller mere	214	175	389
6-10 år	94	77	171
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	1494	1071	2565
Under 1 år	26	12	38
Ved ikke	98	43	141
I alt	2003	1459	3462

**Tabel 100:** "Oplevede naturen/stedet:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	3.9	5.5	4.6
11 år eller mere	10.7	12.0	11.2
6-10 år	4.7	5.3	4.9
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	74.6	73.4	74.1
Under 1 år	1.3	0.9	1.1
Ved ikke	4.9	2.9	4.1
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 101:** "Cyklede en tur:Tid frilftsaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	106	148	255
11 år eller mere	167	224	391
6-10 år	118	130	247
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	1307	816	2123
Under 1 år	24	23	47
Ved ikke	35	19	54
I alt	1757	1359	3116

**Tabel 102:** "Cyklede en tur:Tid frilftsaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	6.1	10.9	8.2
11 år eller mere	9.5	16.5	12.5
6-10 år	6.7	9.5	7.9
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	74.4	60.0	68.1
Under 1 år	1.4	1.7	1.5
Ved ikke	2.0	1.4	1.7
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 103:** "Løb en tur (herunder orienteringsløb):Tid frilftsaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	239	137	376
11 år eller mere	208	239	447
6-10 år	166	139	305
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	114	143	257
Under 1 år	34	30	64
Ved ikke	13	13	27
I alt	774	702	1476

**Tabel 104:** "Løb en tur (herunder orienteringsløb):Tid frilftsaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	30.9	19.5	25.5
11 år eller mere	26.9	34.1	30.3
6-10 år	21.4	19.8	20.6
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	14.7	20.4	17.4
Under 1 år	4.4	4.3	4.4
Ved ikke	1.7	1.9	1.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 105:** "Fotograferede:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	115	54	169
11 år eller mere	180	116	296
6-10 år	96	71	167
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	114	88	202
Under 1 år	30	16	46
Ved ikke	58	6	64
I alt	595	350	945

**Tabel 106:** "Fotograferede:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	19.3	15.4	17.9
11 år eller mere	30.3	33.2	31.4
6-10 år	16.2	20.3	17.7
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	19.2	25.1	21.4
Under 1 år	5.1	4.5	4.9
Ved ikke	9.8	1.6	6.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 107:** "Sad stille og spise (ude):Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	45	40	85
11 år eller mere	181	174	355
6-10 år	39	36	75
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	1201	635	1836
Under 1 år	14	17	30
Ved ikke	57	45	102
I alt	1537	947	2483

**Tabel 108:** "Sad stille og spise (ude):Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	3.0	4.2	3.4
11 år eller mere	11.8	18.4	14.3
6-10 år	2.5	3.8	3.0
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	78.2	67.1	73.9
Under 1 år	0.9	1.8	1.2
Ved ikke	3.7	4.8	4.1
I alt	100.0	100.0	100.0

## Warning in chisq.test(table): Chi-squared approximation may be incorrect

**Tablet 109:** "Cyklede på mountainbike:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	41	125	166
11 år eller mere	10	85	95
6-10 år	16	77	93
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	6	32	37
Under 1 år	9	34	43
Ved ikke	21	15	36
I alt	103	367	470

**Tablet 110:** "Cyklede på mountainbike:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-5 år	39.5	34.2	35.3
11 år eller mere	10.2	23.1	20.3
6-10 år	15.7	21.0	19.8
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	5.4	8.6	7.9
Under 1 år	8.8	9.1	9.1
Ved ikke	20.4	4.0	7.6
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 111:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ligeså friluftaktiv	740	901	1640
Mere friluftaktiv	63	114	177
Mindre friluftaktiv	3599	3155	6755
Ved ikke	67	89	156
I alt	4469	4259	8728

**Tablet 112:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ligeså friluftaktiv	16.6	21.1	18.8
Mere friluftaktiv	1.4	2.7	2.0
Mindre friluftaktiv	80.5	74.1	77.4
Ved ikke	1.5	2.1	1.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 113:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ligeså fysisk aktiv	1495	1612	3107
Mere fysisk aktiv	182	200	382
Mindre fysisk aktiv	2690	2321	5011
Ved ikke	102	122	224
I alt	4468	4255	8723

**Tablet 114:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ligeså fysisk aktiv	33.5	37.9	35.6
Mere fysisk aktiv	4.1	4.7	4.4
Mindre fysisk aktiv	60.2	54.5	57.4
Ved ikke	2.3	2.9	2.6
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 115:** "Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	587	611	1198
Meget vigtigt	1227	1077	2305
Mindre vigtigt	308	370	678
Slet ikke vigtigt	206	341	547
Ved ikke	112	79	191
Vigtigt	1989	1738	3726
I alt	4429	4216	8645

**Tablet 116:** "Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	13.2	14.5	13.9
Meget vigtigt	27.7	25.6	26.7
Mindre vigtigt	7.0	8.8	7.8
Slet ikke vigtigt	4.7	8.1	6.3
Ved ikke	2.5	1.9	2.2
Vigtigt	44.9	41.2	43.1
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 117:** "Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	430	561	991
Meget vigtigt	1581	1138	2719
Mindre vigtigt	164	300	464
Slet ikke vigtigt	79	126	205
Ved ikke	83	60	143
Vigtigt	2091	2031	4121
I alt	4428	4215	8643

**Table 118:** "Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	9.7	13.3	11.5
Meget vigtigt	35.7	27.0	31.5
Mindre vigtigt	3.7	7.1	5.4
Slet ikke vigtigt	1.8	3.0	2.4
Ved ikke	1.9	1.4	1.7
Vigtigt	47.2	48.2	47.7
I alt	100.0	100.0	100.0

**Table 119:** "Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	543	672	1214
Meget vigtigt	1357	1053	2410
Mindre vigtigt	252	334	586
Slet ikke vigtigt	75	139	213
Ved ikke	71	67	138
Vigtigt	2131	1950	4081
I alt	4427	4215	8642

**Table 120:** "Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	12.3	15.9	14.0
Meget vigtigt	30.6	25.0	27.9
Mindre vigtigt	5.7	7.9	6.8
Slet ikke vigtigt	1.7	3.3	2.5
Ved ikke	1.6	1.6	1.6
Vigtigt	48.1	46.3	47.2
I alt	100.0	100.0	100.0

**Table 121:** "Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	754	772	1527
Meget vigtigt	1196	893	2089
Mindre vigtigt	460	459	919
Slet ikke vigtigt	176	222	398
Ved ikke	59	56	115
Vigtigt	1783	1811	3594
I alt	4427	4214	8641

**Tabel 122:** "Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	17.0	18.3	17.7
Meget vigtigt	27.0	21.2	24.2
Mindre vigtigt	10.4	10.9	10.6
Slet ikke vigtigt	4.0	5.3	4.6
Ved ikke	1.3	1.3	1.3
Vigtigt	40.3	43.0	41.6
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 123:** "Har du lyst til at være mere friluftaktiv, end du er for tiden? " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ja	2477	2238	4715
Nej	1389	1493	2882
Ved ikke	529	464	993
I alt	4395	4195	8590

**Tabel 124:** "Har du lyst til at være mere friluftaktiv, end du er for tiden? " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ja	56.4	53.4	54.9
Nej	31.6	35.6	33.6
Ved ikke	12.0	11.1	11.6
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 125:** "...din fysiske form og helbredstilstand?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken/eller	588	647	1236
I høj grad	2190	2089	4279
I lav grad	108	121	229
I meget høj grad	1357	1153	2509
I meget lav grad	37	68	105
Ved ikke	85	92	177
I alt	4365	4170	8535



**Tabel 126:** "...din fysiske form og helbredstilstand?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluft aktiviteter forbedrer..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken/eller	13.5	15.5	14.5
I høj grad	50.2	50.1	50.1
I lav grad	2.5	2.9	2.7
I meget høj grad	31.1	27.6	29.4
I meget lav grad	0.9	1.6	1.2
Ved ikke	1.9	2.2	2.1
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 127:** "...dit psykiske velvære og humør?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluft aktiviteter forbedrer..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken/eller	437	600	1036
I høj grad	2170	2195	4365
I lav grad	57	80	137
I meget høj grad	1616	1166	2782
I meget lav grad	14	48	63
Ved ikke	71	81	152
I alt	4365	4171	8536

**Tabel 128:** "...dit psykiske velvære og humør?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluft aktiviteter forbedrer..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken/eller	10.0	14.4	12.1
I høj grad	49.7	52.6	51.1
I lav grad	1.3	1.9	1.6
I meget høj grad	37.0	28.0	32.6
I meget lav grad	0.3	1.2	0.7
Ved ikke	1.6	1.9	1.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 129:** "...dit sociale liv?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluft aktiviteter forbedrer..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken/eller	2122	1876	3998
I høj grad	1290	1249	2539
I lav grad	256	299	556
I meget høj grad	432	414	846
I meget lav grad	138	216	354
Ved ikke	128	116	244
I alt	4365	4171	8536

**Tablet 130:** "...dit sociale liv?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at frilftsaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken/eller	48.6	45.0	46.8
I høj grad	29.5	30.0	29.7
I lav grad	5.9	7.2	6.5
I meget høj grad	9.9	9.9	9.9
I meget lav grad	3.2	5.2	4.1
Ved ikke	2.9	2.8	2.9
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 131:** "...dit liv generelt?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at frilftsaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken/eller	800	870	1670
I høj grad	2319	2238	4556
I lav grad	91	132	223
I meget høj grad	1036	778	1814
I meget lav grad	24	52	76
Ved ikke	96	102	198
I alt	4365	4171	8536

**Tablet 132:** "...dit liv generelt?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at frilftsaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken/eller	18.3	20.9	19.6
I høj grad	53.1	53.7	53.4
I lav grad	2.1	3.2	2.6
I meget høj grad	23.7	18.7	21.3
I meget lav grad	0.5	1.2	0.9
Ved ikke	2.2	2.4	2.3
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 133:** "Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ja, lidt begrænset	802	511	1313
Ja, meget begrænset	215	117	332
Nej, slet ikke begrænset	3340	3531	6871
I alt	4357	4159	8516

**Tablet 134:** "Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ja, lidt begrænset	18.4	12.3	15.4
Ja, meget begrænset	4.9	2.8	3.9
Nej, slet ikke begrænset	76.7	84.9	80.7
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 135:** "At gå flere etager op ad trapper:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ja, lidt begrænset	938	623	1561
Ja, meget begrænset	269	194	463
Nej, slet ikke begrænset	3151	3342	6492
I alt	4357	4159	8516

**Tablet 136:** "At gå flere etager op ad trapper:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ja, lidt begrænset	21.5	15.0	18.3
Ja, meget begrænset	6.2	4.7	5.4
Nej, slet ikke begrænset	72.3	80.4	76.2
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 137:** "Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville: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?" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	372	280	652
Hele tiden	174	122	297
Lidt af tiden	816	711	1527
Noget af tiden	683	507	1191
På intet tidspunkt	2299	2523	4822
I alt	4344	4144	8488

**Tablet 138:** "Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville: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?" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	8.6	6.8	7.7
Hele tiden	4.0	3.0	3.5
Lidt af tiden	18.8	17.2	18.0
Noget af tiden	15.7	12.2	14.0
På intet tidspunkt	52.9	60.9	56.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 139:** "Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre: 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?" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	294	204	498
Hele tiden	154	138	293
Lidt af tiden	788	693	1481
Noget af tiden	577	425	1002
På intet tidspunkt	2530	2683	5213
I alt	4343	4143	8486

**Tablet 140:** "Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre: 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?" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	6.8	4.9	5.9
Hele tiden	3.6	3.3	3.4
Lidt af tiden	18.1	16.7	17.5
Noget af tiden	13.3	10.3	11.8
På intet tidspunkt	58.2	64.8	61.4
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 141:** "...følt dig glad og i godt humør?: Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	2680	2550	5230
Hele tiden	266	337	603
Lidt af tiden	196	190	386
Lidt mere end halvdelen af tiden	891	719	1610
Lidt mindre end halvdelen af tiden	284	296	580
På intet tidspunkt	15	27	42
I alt	4332	4120	8452

**Tablet 142:** "...følt dig glad og i godt humør?: Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	61.9	61.9	61.9
Hele tiden	6.1	8.2	7.1
Lidt af tiden	4.5	4.6	4.6
Lidt mere end halvdelen af tiden	20.6	17.5	19.1
Lidt mindre end halvdelen af tiden	6.6	7.2	6.9
På intet tidspunkt	0.3	0.7	0.5
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 143:** "...følt dig rolig og afslappet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	2140	2167	4307
Hele tiden	212	329	541
Lidt af tiden	298	247	545
Lidt mere end halvdelen af tiden	1101	904	2005
Lidt mindre end halvdelen af tiden	542	444	986
På intet tidspunkt	40	28	68
I alt	4332	4120	8452

**Tabel 144:** "...følt dig rolig og afslappet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	49.4	52.6	51.0
Hele tiden	4.9	8.0	6.4
Lidt af tiden	6.9	6.0	6.4
Lidt mere end halvdelen af tiden	25.4	21.9	23.7
Lidt mindre end halvdelen af tiden	12.5	10.8	11.7
På intet tidspunkt	0.9	0.7	0.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 145:** "...følt dig aktiv og energisk?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	1561	1622	3183
Hele tiden	161	217	379
Lidt af tiden	445	364	809
Lidt mere end halvdelen af tiden	1332	1206	2538
Lidt mindre end halvdelen af tiden	743	630	1374
På intet tidspunkt	90	80	170
I alt	4332	4120	8452

**Tabel 146:** "...følt dig aktiv og energisk?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	36.0	39.4	37.7
Hele tiden	3.7	5.3	4.5
Lidt af tiden	10.3	8.8	9.6
Lidt mere end halvdelen af tiden	30.8	29.3	30.0
Lidt mindre end halvdelen af tiden	17.2	15.3	16.3
På intet tidspunkt	2.1	1.9	2.0
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 147:** "...vågnet frisk og udhvilet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	1538	1454	2992
Hele tiden	186	264	450
Lidt af tiden	550	498	1048
Lidt mere end halvdelen af tiden	1084	1045	2129
Lidt mindre end halvdelen af tiden	753	696	1449
På intet tidspunkt	221	163	384
I alt	4332	4120	8452

**Tabel 148:** "...vågnet frisk og udhvilet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	35.5	35.3	35.4
Hele tiden	4.3	6.4	5.3
Lidt af tiden	12.7	12.1	12.4
Lidt mere end halvdelen af tiden	25.0	25.4	25.2
Lidt mindre end halvdelen af tiden	17.4	16.9	17.1
På intet tidspunkt	5.1	3.9	4.5
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 149:** "...dig isoleret fra andre?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Aldrig	1195	1227	2422
Altid	119	145	264
Sjældent	1786	1643	3429
Sommetider	1204	1071	2275
I alt	4304	4086	8390

**Tabel 150:** "...dig isoleret fra andre?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Aldrig	27.8	30.0	28.9
Altid	2.8	3.5	3.2
Sjældent	41.5	40.2	40.9
Sommetider	28.0	26.2	27.1
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 151:** "...at du savner nogen at være sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Aldrig	1198	1252	2450
Altid	161	198	359
Sjældent	1585	1497	3082
Sommetider	1359	1140	2499
I alt	4302	4087	8389

**Tablet 152:** "...at du savner nogen at være sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Aldrig	27.8	30.6	29.2
Altid	3.7	4.8	4.3
Sjældent	36.8	36.6	36.7
Sommetider	31.6	27.9	29.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 153:** "...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Aldrig	50	82	133
Altid	1984	1579	3563
Sjældent	274	303	577
Sommetider	1994	2122	4116
I alt	4302	4087	8389

**Tablet 154:** "...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Aldrig	1.2	2.0	1.6
Altid	46.1	38.6	42.5
Sjældent	6.4	7.4	6.9
Sommetider	46.4	51.9	49.1
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 155:** "...dig udenfor?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Aldrig	1537	1772	3309
Altid	105	81	186
Sjældent	1785	1511	3296
Sommetider	875	721	1597
I alt	4302	4086	8388

**Tablet 156:** "...dig udenfor?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Aldrig	35.7	43.4	39.5
Altid	2.4	2.0	2.2
Sjældent	41.5	37.0	39.3
Sommetider	20.3	17.7	19.0
I alt	100.0	100.0	100.0



## 12. Kryds med alderskategori

**Tablet 157:** "Oplevede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
1-3 gange om måneden	557	420	566	442	467	332	2784
1-3 gange om ugen	375	267	347	325	393	248	1954
Dagligt eller næsten dagligt	138	97	176	222	387	254	1274
Flere gange hver dag	28	18	47	67	124	57	341
Næsten aldrig eller aldrig	279	174	186	158	178	144	1119
Sjældnere end 1 gang månedligt	380	268	316	216	191	139	1511
Ved ikke	27	15	8	14	20	15	99
I alt	1785	1260	1647	1444	1759	1188	9083

**Tablet 158:** "Oplevede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
1-3 gange om måneden	31.2	33.3	34.4	30.6	26.5	27.9	30.7
1-3 gange om ugen	21.0	21.2	21.1	22.5	22.3	20.8	21.5
Dagligt eller næsten dagligt	7.7	7.7	10.7	15.4	22.0	21.4	14.0
Flere gange hver dag	1.6	1.4	2.9	4.7	7.0	4.8	3.8
Næsten aldrig eller aldrig	15.6	13.8	11.3	10.9	10.1	12.1	12.3
Sjældnere end 1 gang månedligt	21.3	21.3	19.2	15.0	10.8	11.7	16.6
Ved ikke	1.5	1.2	0.5	1.0	1.1	1.2	1.1
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tablet 159:** "Studerede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
1-3 gange om måneden	278	230	343	344	409	275	1878
1-3 gange om ugen	112	112	175	165	253	166	983
Dagligt eller næsten dagligt	28	34	73	102	200	128	565
Flere gange hver dag	13	10	18	39	43	46	169
Næsten aldrig eller aldrig	981	589	657	521	486	343	3578
Sjældnere end 1 gang månedligt	344	272	363	254	330	208	1771
Ved ikke	29	12	17	20	38	22	139
I alt	1785	1260	1647	1444	1759	1188	9083

**Tabel 160:** "Studerede naturen/stedet: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." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
1-3 gange om måneden	15.6	18.2	20.8	23.8	23.2	23.1	20.7
1-3 gange om ugen	6.3	8.9	10.6	11.4	14.4	14.0	10.8
Dagligt eller næsten dagligt	1.6	2.7	4.4	7.0	11.4	10.8	6.2
Flere gange hver dag	0.7	0.8	1.1	2.7	2.4	3.9	1.9
Næsten aldrig eller aldrig	55.0	46.8	39.9	36.1	27.6	28.9	39.4
Sjældnere end 1 gang månedligt	19.3	21.6	22.1	17.6	18.8	17.5	19.5
Ved ikke	1.6	1.0	1.1	1.4	2.2	1.8	1.5
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tabel 161:** "Gik en tur:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
1-5 år	146	86	98	63	57	19	469
11 år eller mere	67	51	153	187	266	222	945
6-10 år	94	70	69	68	78	48	428
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	720	461	604	602	801	528	3715
Under 1 år	14	10	23	5	9	12	74
Ved ikke	37	16	19	21	40	19	151
I alt	1078	694	967	945	1252	848	5783

**Tabel 162:** "Gik en tur:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
1-5 år	13.5	12.4	10.2	6.6	4.6	2.2	8.1
11 år eller mere	6.2	7.4	15.8	19.8	21.2	26.2	16.3
6-10 år	8.7	10.2	7.2	7.2	6.3	5.7	7.4
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	66.8	66.4	62.5	63.6	64.0	62.3	64.2
Under 1 år	1.3	1.4	2.4	0.5	0.8	1.5	1.3
Ved ikke	3.4	2.2	1.9	2.2	3.2	2.2	2.6
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tabel 163:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Ligeså friluftaktiv	209	161	287	306	414	266	1642
Mere friluftaktiv	28	31	48	19	29	21	177
Mindre friluftaktiv	1452	995	1241	1026	1216	823	6752
Ved ikke	29	16	15	33	30	34	156
I alt	1718	1203	1590	1383	1689	1144	8727

**Table 164:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Ligeså friluftaktiv	12.2	13.4	18.0	22.1	24.5	23.2	18.8
Mere friluftaktiv	1.6	2.6	3.0	1.4	1.7	1.9	2.0
Mindre friluftaktiv	84.5	82.7	78.0	74.1	72.0	71.9	77.4
Ved ikke	1.7	1.3	0.9	2.4	1.8	3.0	1.8
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Table 165:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Ligeså fysisk aktiv	635	374	552	506	626	413	3107
Mere fysisk aktiv	86	48	79	59	66	42	381
Mindre fysisk aktiv	949	759	921	781	951	650	5011
Ved ikke	48	21	37	37	43	38	224
I alt	1718	1202	1590	1383	1686	1143	8722

**Table 166:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Ligeså fysisk aktiv	37.0	31.1	34.7	36.6	37.1	36.2	35.6
Mere fysisk aktiv	5.0	4.0	5.0	4.3	3.9	3.7	4.4
Mindre fysisk aktiv	55.2	63.1	57.9	56.5	56.4	56.8	57.4
Ved ikke	2.8	1.8	2.3	2.7	2.5	3.3	2.6
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Table 167:** "Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken eller	288	161	191	200	227	131	1198
Meget vigtigt	420	307	470	375	439	296	2306
Mindre vigtigt	132	100	139	100	124	83	678
Slet ikke vigtigt	104	70	79	88	111	96	547
Ved ikke	35	21	11	25	45	54	191
Vigtigt	724	527	685	579	731	478	3724
I alt	1702	1186	1574	1367	1677	1138	8644

**Tablet 168:** "Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken eller	16.9	13.6	12.1	14.6	13.6	11.5	13.9
Meget vigtigt	24.7	25.9	29.9	27.4	26.2	26.0	26.7
Mindre vigtigt	7.7	8.4	8.8	7.3	7.4	7.3	7.8
Slet ikke vigtigt	6.1	5.9	5.0	6.4	6.6	8.4	6.3
Ved ikke	2.0	1.8	0.7	1.9	2.7	4.7	2.2
Vigtigt	42.5	44.5	43.5	42.4	43.6	42.0	43.1
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tablet 169:** "Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken eller	163	100	127	140	246	215	991
Meget vigtigt	599	446	585	445	422	222	2719
Mindre vigtigt	99	48	77	56	108	77	465
Slet ikke vigtigt	38	18	21	29	43	56	205
Ved ikke	35	10	6	20	36	36	143
Vigtigt	768	563	756	676	822	533	4119
I alt	1702	1185	1573	1367	1677	1138	8642

**Tablet 170:** "Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken eller	9.6	8.4	8.1	10.3	14.6	18.9	11.5
Meget vigtigt	35.2	37.6	37.2	32.5	25.1	19.5	31.5
Mindre vigtigt	5.8	4.1	4.9	4.1	6.4	6.7	5.4
Slet ikke vigtigt	2.2	1.5	1.4	2.1	2.6	4.9	2.4
Ved ikke	2.1	0.8	0.4	1.5	2.2	3.1	1.7
Vigtigt	45.1	47.5	48.1	49.5	49.0	46.9	47.7
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tablet 171:** "Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken eller	283	172	211	201	206	142	1214
Meget vigtigt	361	359	451	409	511	319	2410
Mindre vigtigt	194	95	95	62	84	56	586
Slet ikke vigtigt	83	24	31	20	23	33	213
Ved ikke	32	17	13	19	32	25	138
Vigtigt	748	518	772	657	821	563	4080
I alt	1702	1184	1573	1367	1677	1138	8641

**Tabel 172:** "Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken eller	16.6	14.5	13.4	14.7	12.3	12.5	14.1
Meget vigtigt	21.2	30.3	28.7	29.9	30.5	28.1	27.9
Mindre vigtigt	11.4	8.1	6.0	4.5	5.0	4.9	6.8
Slet ikke vigtigt	4.9	2.0	2.0	1.4	1.4	2.9	2.5
Ved ikke	1.9	1.4	0.8	1.4	1.9	2.2	1.6
Vigtigt	44.0	43.8	49.1	48.0	49.0	49.5	47.2
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tabel 173:** "Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken eller	253	184	270	302	338	179	1526
Meget vigtigt	532	357	374	256	333	236	2090
Mindre vigtigt	129	90	199	154	213	133	918
Slet ikke vigtigt	50	40	65	71	94	78	398
Ved ikke	20	14	13	20	29	20	115
Vigtigt	718	499	653	565	668	491	3594
I alt	1702	1184	1573	1367	1676	1138	8640

**Tabel 174:** "Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken eller	14.8	15.5	17.2	22.1	20.2	15.7	17.7
Meget vigtigt	31.3	30.2	23.8	18.7	19.9	20.8	24.2
Mindre vigtigt	7.6	7.6	12.6	11.2	12.7	11.7	10.6
Slet ikke vigtigt	3.0	3.4	4.1	5.2	5.6	6.9	4.6
Ved ikke	1.2	1.2	0.8	1.5	1.7	1.7	1.3
Vigtigt	42.2	42.1	41.5	41.3	39.8	43.2	41.6
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tabel 175:** "Har du lyst til at være mere friluftaktiv, end du er for tiden? " sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Ja	1115	835	964	748	650	403	4715
Nej	357	243	446	459	767	609	2881
Ved ikke	219	99	153	151	249	122	993
I alt	1691	1178	1563	1357	1666	1134	8589

**Tablet 176:** "Har du lyst til at være mere friluftaktiv, end du er for tiden? " sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Ja	66.0	70.9	61.7	55.1	39.0	35.6	54.9
Nej	21.1	20.7	28.5	33.8	46.0	53.7	33.5
Ved ikke	12.9	8.4	9.8	11.1	14.9	10.7	11.6
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tablet 177:** "...din fysiske form og helbredstilstand?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken/eller	306	157	206	179	227	160	1236
I høj grad	801	578	700	630	914	654	4277
I lav grad	49	18	50	25	47	40	230
I meget høj grad	466	390	550	459	415	229	2509
I meget lav grad	29	7	22	19	16	12	105
Ved ikke	35	17	22	32	37	33	177
I alt	1687	1168	1551	1344	1656	1128	8534

**Tablet 178:** "...din fysiske form og helbredstilstand?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken/eller	18.1	13.5	13.3	13.3	13.7	14.2	14.5
I høj grad	47.5	49.4	45.2	46.9	55.2	58.0	50.1
I lav grad	2.9	1.6	3.2	1.9	2.8	3.6	2.7
I meget høj grad	27.6	33.4	35.5	34.1	25.1	20.3	29.4
I meget lav grad	1.7	0.6	1.4	1.4	0.9	1.0	1.2
Ved ikke	2.1	1.5	1.4	2.4	2.3	2.9	2.1
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tablet 179:** "...dit psykiske velvære og humør?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken/eller	252	110	160	120	213	182	1036
I høj grad	783	561	734	668	955	663	4364
I lav grad	54	14	14	9	26	20	137
I meget høj grad	547	457	610	515	424	229	2782
I meget lav grad	12	9	14	12	10	5	63
Ved ikke	38	17	19	20	29	29	152
I alt	1687	1168	1551	1344	1657	1128	8535

**Tabel 180:** "...dit psykiske velvære og humør?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluft aktiviteter forbedrer..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken/eller	14.9	9.4	10.3	8.9	12.8	16.1	12.1
I høj grad	46.4	48.1	47.4	49.7	57.6	58.8	51.1
I lav grad	3.2	1.2	0.9	0.7	1.6	1.8	1.6
I meget høj grad	32.4	39.1	39.3	38.3	25.6	20.3	32.6
I meget lav grad	0.7	0.8	0.9	0.9	0.6	0.4	0.7
Ved ikke	2.3	1.5	1.2	1.5	1.8	2.6	1.8
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tabel 181:** "...dit sociale liv?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluft aktiviteter forbedrer..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken/eller	806	566	781	645	730	467	3996
I høj grad	402	302	386	405	600	445	2540
I lav grad	175	96	123	59	63	42	557
I meget høj grad	180	117	144	146	155	104	846
I meget lav grad	86	65	80	44	53	25	353
Ved ikke	37	23	37	44	56	46	244
I alt	1687	1168	1551	1344	1657	1128	8535

**Tabel 182:** "...dit sociale liv?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluft aktiviteter forbedrer..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken/eller	47.8	48.4	50.3	48.0	44.1	41.4	46.8
I høj grad	23.9	25.9	24.9	30.2	36.2	39.4	29.8
I lav grad	10.4	8.2	7.9	4.4	3.8	3.7	6.5
I meget høj grad	10.7	10.0	9.3	10.8	9.3	9.2	9.9
I meget lav grad	5.1	5.5	5.2	3.3	3.2	2.2	4.1
Ved ikke	2.2	2.0	2.4	3.3	3.4	4.1	2.9
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tabel 183:** "...dit liv generelt?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluft aktiviteter forbedrer..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken/eller	435	192	278	207	319	238	1669
I høj grad	772	646	827	736	925	648	4554
I lav grad	87	32	37	25	25	16	223
I meget høj grad	320	266	365	338	343	182	1815
I meget lav grad	25	7	15	12	11	7	77
Ved ikke	47	25	29	26	34	37	198
I alt	1687	1168	1551	1344	1657	1128	8535

**Tabel 184:** "...dit liv generelt?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluft aktiviteter forbedrer..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Hverken/eller	25.8	16.4	17.9	15.4	19.2	21.1	19.5
I høj grad	45.8	55.3	53.3	54.7	55.8	57.4	53.4
I lav grad	5.2	2.7	2.4	1.9	1.5	1.4	2.6
I meget høj grad	19.0	22.8	23.5	25.2	20.7	16.2	21.3
I meget lav grad	1.5	0.6	0.9	0.9	0.7	0.6	0.9
Ved ikke	2.8	2.1	1.9	1.9	2.0	3.3	2.3
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tabel 185:** "Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Ja, lidt begrænset	107	134	189	204	366	313	1313
Ja, meget begrænset	11	36	53	61	81	92	333
Nej, slet ikke begrænset	1565	997	1304	1076	1204	722	6869
I alt	1683	1167	1546	1340	1652	1127	8515

**Tabel 186:** "Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Ja, lidt begrænset	6.3	11.5	12.2	15.2	22.2	27.8	15.4
Ja, meget begrænset	0.6	3.0	3.4	4.6	4.9	8.2	3.9
Nej, slet ikke begrænset	93.0	85.4	84.4	80.3	72.9	64.1	80.7
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tabel 187:** "At gå flere etager op ad trapper:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Ja, lidt begrænset	140	159	197	231	455	377	1560
Ja, meget begrænset	21	36	59	80	123	145	464
Nej, slet ikke begrænset	1522	972	1290	1029	1073	604	6491
I alt	1683	1167	1546	1340	1652	1127	8515

**Tabel 188:** "At gå flere etager op ad trapper:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Ja, lidt begrænset	8.3	13.6	12.7	17.3	27.6	33.5	18.3
Ja, meget begrænset	1.2	3.0	3.8	6.0	7.5	12.9	5.4
Nej, slet ikke begrænset	90.5	83.3	83.4	76.8	65.0	53.6	76.2
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0



**Tablet 189:** "Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville: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?" sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Det meste af tiden	100	94	122	92	126	120	653
Hele tiden	35	41	68	55	42	57	297
Lidt af tiden	171	196	234	268	371	286	1526
Noget af tiden	159	134	163	190	311	234	1191
På intet tidspunkt	1213	697	955	728	798	430	4821
I alt	1677	1161	1542	1333	1648	1126	8487

**Tablet 190:** "Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville: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?" sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Det meste af tiden	5.9	8.1	7.9	6.9	7.6	10.6	7.7
Hele tiden	2.1	3.5	4.4	4.1	2.5	5.0	3.5
Lidt af tiden	10.2	16.8	15.2	20.1	22.5	25.4	18.0
Noget af tiden	9.5	11.5	10.5	14.3	18.9	20.8	14.0
På intet tidspunkt	72.3	60.0	62.0	54.6	48.4	38.2	56.8
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tablet 191:** "Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre: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?" sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Det meste af tiden	49	70	92	96	106	86	499
Hele tiden	25	32	66	54	53	62	293
Lidt af tiden	180	169	241	257	361	272	1481
Noget af tiden	121	117	133	152	265	214	1002
På intet tidspunkt	1299	773	1009	774	863	492	5211
I alt	1676	1161	1541	1333	1648	1126	8485

**Tablet 192:** "Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre: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?" sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Det meste af tiden	2.9	6.0	6.0	7.2	6.4	7.6	5.9
Hele tiden	1.5	2.8	4.3	4.1	3.2	5.5	3.4
Lidt af tiden	10.8	14.6	15.7	19.3	21.9	24.2	17.5
Noget af tiden	7.2	10.1	8.6	11.4	16.1	19.0	11.8
På intet tidspunkt	77.5	66.6	65.5	58.0	52.4	43.7	61.4
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Table 193:** "...følt dig aktiv og energisk?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Det meste af tiden	447	329	573	543	801	488	3181
Hele tiden	51	32	56	56	111	74	380
Lidt af tiden	226	144	147	115	95	82	809
Lidt mere end halvdelen af tiden	525	399	469	399	422	324	2538
Lidt mindre end halvdelen af tiden	388	217	257	180	191	140	1373
På intet tidspunkt	33	36	34	32	24	13	171
I alt	1669	1157	1536	1324	1644	1121	8451

**Table 194:** "...følt dig aktiv og energisk?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Det meste af tiden	26.8	28.5	37.3	41.0	48.7	43.6	37.6
Hele tiden	3.1	2.8	3.6	4.2	6.8	6.6	4.5
Lidt af tiden	13.5	12.5	9.6	8.7	5.8	7.3	9.6
Lidt mere end halvdelen af tiden	31.4	34.5	30.5	30.1	25.7	28.9	30.0
Lidt mindre end halvdelen af tiden	23.2	18.8	16.7	13.6	11.6	12.5	16.2
På intet tidspunkt	2.0	3.1	2.2	2.4	1.5	1.2	2.0
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Table 195:** "...vågnet frisk og udhvilet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Det meste af tiden	377	277	511	500	806	520	2991
Hele tiden	52	24	53	55	143	123	451
Lidt af tiden	328	201	176	144	127	72	1048
Lidt mere end halvdelen af tiden	434	320	412	358	353	251	2128
Lidt mindre end halvdelen af tiden	361	244	316	218	185	125	1448
På intet tidspunkt	116	90	69	49	31	31	385
I alt	1669	1157	1536	1324	1644	1121	8451

**Tablet 196:** "...vågnet frisk og udhvilet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Det meste af tiden	22.6	24.0	33.3	37.8	49.0	46.4	35.4
Hele tiden	3.1	2.1	3.4	4.2	8.7	11.0	5.3
Lidt af tiden	19.7	17.4	11.4	10.9	7.7	6.4	12.4
Lidt mere end halvdelen af tiden	26.0	27.7	26.8	27.0	21.5	22.4	25.2
Lidt mindre end halvdelen af tiden	21.7	21.1	20.5	16.4	11.2	11.1	17.1
På intet tidspunkt	6.9	7.8	4.5	3.7	1.9	2.7	4.6
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tablet 197:** "...dig isoleret fra andre?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Aldrig	329	254	449	404	586	401	2422
Altid	53	37	47	38	53	36	264
Sjældent	740	468	611	539	650	419	3427
Sommetider	540	383	418	335	345	254	2276
I alt	1663	1141	1526	1316	1633	1110	8389

**Tablet 198:** "...dig isoleret fra andre?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Aldrig	19.8	22.2	29.4	30.7	35.9	36.1	28.9
Altid	3.2	3.3	3.1	2.9	3.2	3.3	3.2
Sjældent	44.5	41.0	40.1	41.0	39.8	37.7	40.9
Sommetider	32.5	33.5	27.4	25.5	21.1	22.9	27.1
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Tablet 199:** "...at du savner nogen at være sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Aldrig	355	286	450	406	571	380	2448
Altid	86	52	77	48	44	52	359
Sjældent	586	438	569	512	584	394	3082
Sommetider	637	364	430	351	434	283	2500
I alt	1664	1140	1526	1316	1633	1109	8388

**Table 200:** "...at du savner nogen at være sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Aldrig	21.3	25.1	29.5	30.8	35.0	34.3	29.2
Altid	5.1	4.6	5.1	3.7	2.7	4.7	4.3
Sjældent	35.2	38.4	37.3	38.9	35.7	35.5	36.7
Sommetider	38.3	31.9	28.2	26.7	26.6	25.6	29.8
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Table 201:** "...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Aldrig	42	13	18	10	30	20	133
Altid	722	392	572	526	780	569	3561
Sjældent	125	120	115	84	69	65	577
Sommetider	774	616	821	696	754	456	4117
I alt	1664	1140	1526	1316	1633	1109	8388

**Table 202:** "...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Aldrig	2.6	1.1	1.2	0.8	1.8	1.8	1.6
Altid	43.4	34.4	37.5	39.9	47.8	51.3	42.5
Sjældent	7.5	10.5	7.5	6.4	4.2	5.8	6.9
Sommetider	46.5	54.0	53.8	52.9	46.2	41.1	49.1
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

**Table 203:** "...dig udenfor?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Aldrig	521	381	649	533	716	507	3307
Altid	46	26	32	23	40	20	186
Sjældent	739	474	545	517	629	393	3298
Sommetider	356	259	301	243	248	189	1596
I alt	1663	1140	1526	1316	1633	1109	8387

**Table 204:** "...dig udenfor?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med alderskategori (procent over kolonner)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
Aldrig	31.3	33.4	42.5	40.5	43.9	45.7	39.4
Altid	2.8	2.3	2.1	1.7	2.4	1.8	2.2
Sjældent	44.5	41.6	35.7	39.3	38.5	35.4	39.3
Sommetider	21.4	22.7	19.7	18.5	15.2	17.0	19.0
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

## 13. Kryds med uddannelse

**Tabel 205:** "Vinterhalvåret (23. september - 20. marts):Typisk tid i naturen" sammenholdt med uddannelses-type (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	1025	1134	2159
1-3 gange om ugen	1135	1268	2402
Dagligt eller næsten dagligt	915	908	1823
Flere gange hver dag	376	387	764
Næsten aldrig eller aldrig	145	122	268
Sjældnere end 1 gang månedligt	466	468	933
Ved ikke	15	7	22
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 206:** "Vinterhalvåret (23. september - 20. marts):Typisk tid i naturen" sammenholdt med uddannelses-type (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	25.1	26.4	25.8
1-3 gange om ugen	27.8	29.5	28.7
Dagligt eller næsten dagligt	22.4	21.1	21.8
Flere gange hver dag	9.2	9.0	9.1
Næsten aldrig eller aldrig	3.6	2.9	3.2
Sjældnere end 1 gang månedligt	11.4	10.9	11.2
Ved ikke	0.4	0.2	0.3
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 207:** "Sommerhalvåret (21. marts - 22. september):Typisk tid i naturen" sammenholdt med uddannelses-type (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	449	494	943
1-3 gange om ugen	1153	1316	2469
Dagligt eller næsten dagligt	1402	1458	2860
Flere gange hver dag	911	901	1812
Næsten aldrig eller aldrig	41	26	67
Sjældnere end 1 gang månedligt	102	95	197
Ved ikke	19	3	22
I alt	4077	4294	8371

**Table 208:** "Sommerhalvåret (21. marts - 22. september): Typisk tid i naturen" sammenholdt med uddannelsesstype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	11.0	11.5	11.3
1-3 gange om ugen	28.3	30.6	29.5
Dagligt eller næsten dagligt	34.4	34.0	34.2
Flere gange hver dag	22.3	21.0	21.6
Næsten aldrig eller aldrig	1.0	0.6	0.8
Sjældnere end 1 gang månedligt	2.5	2.2	2.4
Ved ikke	0.5	0.1	0.3
I alt	100.0	100.0	100.0

**Table 209:** "Luftede hund: 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." sammenholdt med uddannelsesstype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	225	217	441
1-3 gange om ugen	234	192	426
Dagligt eller næsten dagligt	337	289	627
Flere gange hver dag	421	446	867
Næsten aldrig eller aldrig	2563	2866	5429
Sjældnere end 1 gang månedligt	261	256	517
Ved ikke	35	29	64
I alt	4077	4294	8371

**Table 210:** "Luftede hund: 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." sammenholdt med uddannelsesstype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	5.5	5.0	5.3
1-3 gange om ugen	5.7	4.5	5.1
Dagligt eller næsten dagligt	8.3	6.7	7.5
Flere gange hver dag	10.3	10.4	10.4
Næsten aldrig eller aldrig	62.9	66.7	64.9
Sjældnere end 1 gang månedligt	6.4	6.0	6.2
Ved ikke	0.9	0.7	0.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 211:** "Gik en tur :Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	983	1037	2020
1-3 gange om ugen	1245	1377	2622
Dagligt eller næsten dagligt	1028	1101	2130
Flere gange hver dag	322	374	696
Næsten aldrig eller aldrig	180	112	292
Sjældnere end 1 gang månedligt	302	281	583
Ved ikke	17	11	28
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 212:** "Gik en tur :Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	24.1	24.2	24.1
1-3 gange om ugen	30.5	32.1	31.3
Dagligt eller næsten dagligt	25.2	25.7	25.4
Flere gange hver dag	7.9	8.7	8.3
Næsten aldrig eller aldrig	4.4	2.6	3.5
Sjældnere end 1 gang månedligt	7.4	6.5	7.0
Ved ikke	0.4	0.3	0.3
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 213:** "Oplevede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	1249	1355	2604
1-3 gange om ugen	847	939	1786
Dagligt eller næsten dagligt	514	641	1155
Flere gange hver dag	128	173	302
Næsten aldrig eller aldrig	584	439	1022
Sjældnere end 1 gang månedligt	715	709	1424
Ved ikke	40	37	77
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 214:** "Oplevede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	30.6	31.6	31.1
1-3 gange om ugen	20.8	21.9	21.3
Dagligt eller næsten dagligt	12.6	14.9	13.8
Flere gange hver dag	3.1	4.0	3.6
Næsten aldrig eller aldrig	14.3	10.2	12.2
Sjældnere end 1 gang månedligt	17.5	16.5	17.0
Ved ikke	1.0	0.9	0.9
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 215:** "Cyklede en tur (ikke mountainbike):Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	867	1026	1893
1-3 gange om ugen	846	891	1737
Dagligt eller næsten dagligt	507	517	1024
Flere gange hver dag	91	131	222
Næsten aldrig eller aldrig	1243	1094	2337
Sjældnere end 1 gang månedligt	504	623	1127
Ved ikke	19	11	31
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 216:** "Cyklede en tur (ikke mountainbike):Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	21.3	23.9	22.6
1-3 gange om ugen	20.7	20.8	20.7
Dagligt eller næsten dagligt	12.4	12.0	12.2
Flere gange hver dag	2.2	3.0	2.7
Næsten aldrig eller aldrig	30.5	25.5	27.9
Sjældnere end 1 gang månedligt	12.4	14.5	13.5
Ved ikke	0.5	0.3	0.4
I alt	100.0	100.0	100.0



**Tablet 217:** "Fotograferede:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	731	850	1582
1-3 gange om ugen	318	335	653
Dagligt eller næsten dagligt	109	77	186
Flere gange hver dag	23	25	48
Næsten aldrig eller aldrig	2058	2069	4127
Sjældnere end 1 gang månedligt	809	920	1729
Ved ikke	30	17	47
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 218:** "Fotograferede:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	17.9	19.8	18.9
1-3 gange om ugen	7.8	7.8	7.8
Dagligt eller næsten dagligt	2.7	1.8	2.2
Flere gange hver dag	0.6	0.6	0.6
Næsten aldrig eller aldrig	50.5	48.2	49.3
Sjældnere end 1 gang månedligt	19.8	21.4	20.7
Ved ikke	0.7	0.4	0.6
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 219:** "Så på dyr eller fugle:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	743	890	1632
1-3 gange om ugen	480	456	936
Dagligt eller næsten dagligt	383	432	815
Flere gange hver dag	119	150	268
Næsten aldrig eller aldrig	1515	1428	2943
Sjældnere end 1 gang månedligt	798	910	1709
Ved ikke	38	29	67
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 220:** "Så på dyr eller fugle:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	18.2	20.7	19.5
1-3 gange om ugen	11.8	10.6	11.2
Dagligt eller næsten dagligt	9.4	10.1	9.7
Flere gange hver dag	2.9	3.5	3.2
Næsten aldrig eller aldrig	37.2	33.3	35.2
Sjældnere end 1 gang månedligt	19.6	21.2	20.4
Ved ikke	0.9	0.7	0.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 221:** "Studerede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	851	906	1757
1-3 gange om ugen	418	474	892
Dagligt eller næsten dagligt	213	285	499
Flere gange hver dag	72	80	152
Næsten aldrig eller aldrig	1714	1572	3286
Sjældnere end 1 gang månedligt	755	908	1663
Ved ikke	54	69	123
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 222:** "Studerede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	20.9	21.1	21.0
1-3 gange om ugen	10.2	11.0	10.7
Dagligt eller næsten dagligt	5.2	6.6	6.0
Flere gange hver dag	1.8	1.9	1.8
Næsten aldrig eller aldrig	42.0	36.6	39.3
Sjældnere end 1 gang månedligt	18.5	21.1	19.9
Ved ikke	1.3	1.6	1.5
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 223:** "Sad stille og spiste (ude):Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskategorier: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	1278	1429	2707
1-3 gange om ugen	831	770	1601
Dagligt eller næsten dagligt	297	291	588
Flere gange hver dag	53	65	118
Næsten aldrig eller aldrig	631	658	1289
Sjældnere end 1 gang månedligt	965	1070	2035
Ved ikke	22	11	33
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 224:** "Sad stille og spiste (ude):Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskategorier: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	31.4	33.3	32.3
1-3 gange om ugen	20.4	17.9	19.1
Dagligt eller næsten dagligt	7.3	6.8	7.0
Flere gange hver dag	1.3	1.5	1.4
Næsten aldrig eller aldrig	15.5	15.3	15.4
Sjældnere end 1 gang månedligt	23.7	24.9	24.3
Ved ikke	0.5	0.3	0.4
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 225:** "Legede:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskategorier: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	684	824	1509
1-3 gange om ugen	308	387	695
Dagligt eller næsten dagligt	81	129	210
Flere gange hver dag	29	16	44
Næsten aldrig eller aldrig	2137	2072	4209
Sjældnere end 1 gang månedligt	760	793	1553
Ved ikke	78	72	151
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 226:** "Legede:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskategorier: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	16.8	19.2	18.0
1-3 gange om ugen	7.5	9.0	8.3
Dagligt eller næsten dagligt	2.0	3.0	2.5
Flere gange hver dag	0.7	0.4	0.5
Næsten aldrig eller aldrig	52.4	48.2	50.3
Sjældnere end 1 gang månedligt	18.6	18.5	18.5
Ved ikke	1.9	1.7	1.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 227:** "Var ude at bade/tog solbad:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskategorier: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	1135	1371	2506
1-3 gange om ugen	762	758	1520
Dagligt eller næsten dagligt	228	232	460
Flere gange hver dag	29	41	70
Næsten aldrig eller aldrig	1060	890	1950
Sjældnere end 1 gang månedligt	838	980	1819
Ved ikke	24	22	46
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 228:** "Var ude at bade/tog solbad:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskategorier: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	27.8	31.9	29.9
1-3 gange om ugen	18.7	17.7	18.2
Dagligt eller næsten dagligt	5.6	5.4	5.5
Flere gange hver dag	0.7	1.0	0.8
Næsten aldrig eller aldrig	26.0	20.7	23.3
Sjældnere end 1 gang månedligt	20.6	22.8	21.7
Ved ikke	0.6	0.5	0.6
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 229:** "Gik en tur:Tid friluftsskategorien er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	227	214	441
11 år eller mere	444	442	886
6-10 år	220	174	395
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	1597	1936	3534
Under 1 år	44	27	70
Ved ikke	64	60	124
I alt	2595	2853	5448

**Tablet 230:** "Gik en tur:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	8.7	7.5	8.1
11 år eller mere	17.1	15.5	16.3
6-10 år	8.5	6.1	7.2
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	61.6	67.9	64.9
Under 1 år	1.7	0.9	1.3
Ved ikke	2.5	2.1	2.3
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 231:** "Oplevede naturen/stedet:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	75	73	148
11 år eller mere	171	194	366
6-10 år	77	79	155
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	1082	1343	2424
Under 1 år	24	8	32
Ved ikke	59	58	117
I alt	1489	1754	3243

**Tablet 232:** "Oplevede naturen/stedet:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	5.1	4.2	4.6
11 år eller mere	11.5	11.1	11.3
6-10 år	5.2	4.5	4.8
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	72.6	76.6	74.7
Under 1 år	1.6	0.4	1.0
Ved ikke	4.0	3.3	3.6
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 233:** "Cyklede en tur:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	112	126	238
11 år eller mere	185	194	380
6-10 år	145	90	235
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	938	1097	2035
Under 1 år	33	11	44
Ved ikke	32	20	52
I alt	1444	1539	2984

**Tabel 234:** "Cyklede en tur:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	7.7	8.2	8.0
11 år eller mere	12.8	12.6	12.7
6-10 år	10.0	5.9	7.9
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	64.9	71.3	68.2
Under 1 år	2.3	0.7	1.5
Ved ikke	2.2	1.3	1.7
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 235:** "Løb en tur (herunder orienteringsløb):Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	195	166	361
11 år eller mere	124	301	426
6-10 år	116	167	284
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	82	164	246
Under 1 år	32	29	61
Ved ikke	14	12	26
I alt	564	839	1403

**Tabel 236:** "Løb en tur (herunder orienteringsløb):Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	34.6	19.8	25.7
11 år eller mere	22.0	35.9	30.3
6-10 år	20.6	19.9	20.2
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	14.5	19.5	17.5
Under 1 år	5.8	3.4	4.4
Ved ikke	2.5	1.4	1.8
I alt	100.0	100.0	100.0

## Warning in chisq.test(table): Chi-squared approximation may be incorrect

**Tabel 237:** "Studerede naturen/stedet:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	33	38	71
11 år eller mere	94	113	206
6-10 år	30	44	74
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	465	599	1064
Under 1 år	13	11	24
Ved ikke	69	35	104
I alt	703	839	1542

**Tablet 238:** "Studerede naturen/stedet:Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsstype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	4.7	4.5	4.6
11 år eller mere	13.3	13.4	13.4
6-10 år	4.3	5.2	4.8
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	66.2	71.3	69.0
Under 1 år	1.8	1.3	1.5
Ved ikke	9.8	4.2	6.7
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 239:** "Sad stille og spise (ude):Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsstype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	46	30	76
11 år eller mere	170	157	327
6-10 år	29	40	70
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	863	858	1721
Under 1 år	15	11	25
Ved ikke	58	31	89
I alt	1181	1126	2307

**Tablet 240:** "Sad stille og spise (ude):Tid friluftaktiviteten er blevet dyrket i" sammenholdt med uddannelsstype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-5 år	3.9	2.7	3.3
11 år eller mere	14.4	13.9	14.2
6-10 år	2.5	3.6	3.0
Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort	73.0	76.2	74.6
Under 1 år	1.2	1.0	1.1
Ved ikke	4.9	2.7	3.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 241:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med uddannelsstype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ligeså friluftaktiv	801	784	1585
Mere friluftaktiv	77	87	164
Mindre friluftaktiv	3113	3385	6497
Ved ikke	86	39	125
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 242:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med uddannelsstype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ligeså friluftaktiv	19.6	18.3	18.9
Mere friluftaktiv	1.9	2.0	2.0
Mindre friluftaktiv	76.3	78.8	77.6
Ved ikke	2.1	0.9	1.5
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 243:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med uddannelsstype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ligeså fysisk aktiv	1430	1579	3009
Mere fysisk aktiv	163	196	359
Mindre fysisk aktiv	2362	2446	4808
Ved ikke	122	73	195
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 244:** "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med uddannelsstype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ligeså fysisk aktiv	35.1	36.8	35.9
Mere fysisk aktiv	4.0	4.6	4.3
Mindre fysisk aktiv	57.9	57.0	57.4
Ved ikke	3.0	1.7	2.3
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 245:** "Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsstype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	641	512	1152
Meget vigtigt	987	1253	2240
Mindre vigtigt	352	300	652
Slet ikke vigtigt	295	230	525
Ved ikke	103	69	172
Vigtigt	1699	1931	3630
I alt	4077	4294	8371



**Tablet 246:** "Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	15.7	11.9	13.8
Meget vigtigt	24.2	29.2	26.8
Mindre vigtigt	8.6	7.0	7.8
Slet ikke vigtigt	7.2	5.4	6.3
Ved ikke	2.5	1.6	2.1
Vigtigt	41.7	45.0	43.4
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 247:** "Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	499	455	955
Meget vigtigt	1224	1410	2635
Mindre vigtigt	221	224	445
Slet ikke vigtigt	110	85	195
Ved ikke	84	44	128
Vigtigt	1938	2076	4014
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 248:** "Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	12.2	10.6	11.4
Meget vigtigt	30.0	32.8	31.5
Mindre vigtigt	5.4	5.2	5.3
Slet ikke vigtigt	2.7	2.0	2.3
Ved ikke	2.1	1.0	1.5
Vigtigt	47.5	48.3	48.0
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 249:** "Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	602	550	1152
Meget vigtigt	1052	1310	2362
Mindre vigtigt	329	236	565
Slet ikke vigtigt	129	70	199
Ved ikke	79	41	121
Vigtigt	1885	2087	3972
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 250:** "Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	14.8	12.8	13.8
Meget vigtigt	25.8	30.5	28.2
Mindre vigtigt	8.1	5.5	6.8
Slet ikke vigtigt	3.2	1.6	2.4
Ved ikke	1.9	1.0	1.4
Vigtigt	46.2	48.6	47.4
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 251:** "Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	710	771	1482
Meget vigtigt	1052	970	2022
Mindre vigtigt	385	514	899
Slet ikke vigtigt	163	220	383
Ved ikke	63	35	98
Vigtigt	1704	1784	3488
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 252:** "Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	17.4	18.0	17.7
Meget vigtigt	25.8	22.6	24.2
Mindre vigtigt	9.4	12.0	10.7
Slet ikke vigtigt	4.0	5.1	4.6
Ved ikke	1.5	0.8	1.2
Vigtigt	41.8	41.6	41.7
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 253:** "Har du lyst til at være mere friluftsliv, end du er for tiden? " sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja	2102	2511	4613
Nej	1450	1365	2815
Ved ikke	525	418	943
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 254:** "Har du lyst til at være mere friluftaktiv, end du er for tiden? " sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja	51.6	58.5	55.1
Nej	35.6	31.8	33.6
Ved ikke	12.9	9.7	11.3
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 255:** "...din helbredstilstand?: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..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
0	49	34	82
1	49	38	87
10	434	502	935
2	108	95	203
3	166	150	316
4	159	131	290
5	392	289	681
6	311	334	645
7	675	671	1346
8	1079	1213	2292
9	656	838	1494
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 256:** "...din helbredstilstand?: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..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
0	1.2	0.8	1.0
1	1.2	0.9	1.0
10	10.6	11.7	11.2
2	2.7	2.2	2.4
3	4.1	3.5	3.8
4	3.9	3.1	3.5
5	9.6	6.7	8.1
6	7.6	7.8	7.7
7	16.5	15.6	16.1
8	26.5	28.3	27.4
9	16.1	19.5	17.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 257:** "...din fysiske form og helbredstilstand?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken/eller	701	496	1198
I høj grad	2013	2193	4206
I lav grad	132	91	223
I meget høj grad	1057	1428	2484
I meget lav grad	72	31	103
Ved ikke	102	56	157
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 258:** "...din fysiske form og helbredstilstand?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken/eller	17.2	11.6	14.3
I høj grad	49.4	51.1	50.2
I lav grad	3.2	2.1	2.7
I meget høj grad	25.9	33.2	29.7
I meget lav grad	1.8	0.7	1.2
Ved ikke	2.5	1.3	1.9
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 259:** "...dit psykiske velvære og humør?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken/eller	598	404	1002
I høj grad	2121	2159	4279
I lav grad	88	48	136
I meget høj grad	1147	1612	2759
I meget lav grad	41	22	63
Ved ikke	83	49	132
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 260:** "...dit psykiske velvære og humør?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken/eller	14.7	9.4	12.0
I høj grad	52.0	50.3	51.1
I lav grad	2.2	1.1	1.6
I meget høj grad	28.1	37.5	33.0
I meget lav grad	1.0	0.5	0.8
Ved ikke	2.0	1.1	1.6
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 261:** "...dit sociale liv?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at frilftsaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken/eller	1867	2054	3920
I høj grad	1271	1234	2505
I lav grad	248	296	544
I meget høj grad	390	448	838
I meget lav grad	176	167	343
Ved ikke	126	94	220
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 262:** "...dit sociale liv?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at frilftsaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken/eller	45.8	47.8	46.8
I høj grad	31.2	28.7	29.9
I lav grad	6.1	6.9	6.5
I meget høj grad	9.6	10.4	10.0
I meget lav grad	4.3	3.9	4.1
Ved ikke	3.1	2.2	2.6
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 263:** "...dit liv generelt?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at frilftsaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken/eller	920	705	1626
I høj grad	2125	2357	4482
I lav grad	127	89	216
I meget høj grad	754	1047	1801
I meget lav grad	45	30	75
Ved ikke	105	66	171
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 264:** "...dit liv generelt?:I hvilken grad har du en oplevelse af, at frilftsaktiviteter forbedrer..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken/eller	22.6	16.4	19.4
I høj grad	52.1	54.9	53.5
I lav grad	3.1	2.1	2.6
I meget høj grad	18.5	24.4	21.5
I meget lav grad	1.1	0.7	0.9
Ved ikke	2.6	1.5	2.0
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 265:** "Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja, lidt begrænset	742	535	1277
Ja, meget begrænset	186	135	321
Nej, slet ikke begrænset	3149	3624	6773
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 266:** "Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja, lidt begrænset	18.2	12.5	15.3
Ja, meget begrænset	4.6	3.2	3.8
Nej, slet ikke begrænset	77.2	84.4	80.9
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 267:** "At gå flere etager op ad trapper:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja, lidt begrænset	869	670	1538
Ja, meget begrænset	259	184	442
Nej, slet ikke begrænset	2949	3441	6390
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 268:** "At gå flere etager op ad trapper:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja, lidt begrænset	21.3	15.6	18.4
Ja, meget begrænset	6.3	4.3	5.3
Nej, slet ikke begrænset	72.3	80.1	76.3
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 269:** "Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville: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?" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	341	291	632
Hele tiden	159	130	288
Lidt af tiden	752	763	1516
Noget af tiden	614	546	1160
På intet tidspunkt	2211	2564	4775
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 270:** "Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville: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?" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	8.4	6.8	7.6
Hele tiden	3.9	3.0	3.4
Lidt af tiden	18.5	17.8	18.1
Noget af tiden	15.1	12.7	13.9
På intet tidspunkt	54.2	59.7	57.0
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 271:** "Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre: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?" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	279	203	482
Hele tiden	161	123	284
Lidt af tiden	722	738	1460
Noget af tiden	525	454	979
På intet tidspunkt	2391	2775	5166
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 272:** "Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre: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?" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	6.8	4.7	5.8
Hele tiden	3.9	2.9	3.4
Lidt af tiden	17.7	17.2	17.4
Noget af tiden	12.9	10.6	11.7
På intet tidspunkt	58.7	64.6	61.7
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 273:** "...følt dig rolig og afslappet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	2051	2232	4283
Hele tiden	261	271	532
Lidt af tiden	292	240	532
Lidt mere end halvdelen af tiden	928	1066	1993
Lidt mindre end halvdelen af tiden	502	461	963
På intet tidspunkt	44	24	68
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 274:** "...følt dig rolig og afslappet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	50.3	52.0	51.2
Hele tiden	6.4	6.3	6.4
Lidt af tiden	7.2	5.6	6.4
Lidt mere end halvdelen af tiden	22.8	24.8	23.8
Lidt mindre end halvdelen af tiden	12.3	10.7	11.5
På intet tidspunkt	1.1	0.6	0.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 275:** "...følt dig aktiv og energisk?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	1484	1678	3162
Hele tiden	167	212	379
Lidt af tiden	445	346	791
Lidt mere end halvdelen af tiden	1196	1330	2527
Lidt mindre end halvdelen af tiden	687	660	1347
På intet tidspunkt	97	68	165
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 276:** "...følt dig aktiv og energisk?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	36.4	39.1	37.8
Hele tiden	4.1	4.9	4.5
Lidt af tiden	10.9	8.1	9.5
Lidt mere end halvdelen af tiden	29.3	31.0	30.2
Lidt mindre end halvdelen af tiden	16.9	15.4	16.1
På intet tidspunkt	2.4	1.6	2.0
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 277:** "...vågnet frisk og udhvilet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	1362	1614	2976
Hele tiden	202	244	446
Lidt af tiden	528	490	1018
Lidt mere end halvdelen af tiden	1036	1082	2118
Lidt mindre end halvdelen af tiden	718	718	1436
På intet tidspunkt	232	146	378
I alt	4077	4294	8371



**Tablet 278:** "...vågnet frisk og udhvilet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	33.4	37.6	35.6
Hele tiden	5.0	5.7	5.3
Lidt af tiden	12.9	11.4	12.2
Lidt mere end halvdelen af tiden	25.4	25.2	25.3
Lidt mindre end halvdelen af tiden	17.6	16.7	17.2
På intet tidspunkt	5.7	3.4	4.5
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 279:** "...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	1833	2173	4006
Hele tiden	368	495	863
Lidt af tiden	378	236	615
Lidt mere end halvdelen af tiden	901	917	1818
Lidt mindre end halvdelen af tiden	534	433	967
På intet tidspunkt	63	40	102
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 280:** "...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Det meste af tiden	45.0	50.6	47.9
Hele tiden	9.0	11.5	10.3
Lidt af tiden	9.3	5.5	7.3
Lidt mere end halvdelen af tiden	22.1	21.3	21.7
Lidt mindre end halvdelen af tiden	13.1	10.1	11.6
På intet tidspunkt	1.5	0.9	1.2
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 281:** "...dig isoleret fra andre?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Aldrig	1109	1308	2417
Altid	157	100	257
Sjældent	1626	1805	3431
Sommetider	1185	1081	2267
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 282:** "...dig isoleret fra andre?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Aldrig	27.2	30.5	28.9
Altid	3.9	2.3	3.1
Sjældent	39.9	42.0	41.0
Sommetider	29.1	25.2	27.1
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 283:** "...at du savner nogen at være sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Aldrig	1107	1333	2440
Altid	208	145	353
Sjældent	1420	1665	3084
Sommetider	1343	1151	2494
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 284:** "...at du savner nogen at være sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Aldrig	27.1	31.0	29.1
Altid	5.1	3.4	4.2
Sjældent	34.8	38.8	36.8
Sommetider	32.9	26.8	29.8
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tablet 285:** "...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Aldrig	73	51	124
Altid	1688	1880	3568
Sjældent	315	249	563
Sommetider	2002	2114	4116
I alt	4077	4294	8371

**Tablet 286:** "...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Aldrig	1.8	1.2	1.5
Altid	41.4	43.8	42.6
Sjældent	7.7	5.8	6.7
Sommetider	49.1	49.2	49.2
I alt	100.0	100.0	100.0

**Tabel 287:** "...dig udenfor?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Aldrig	1510	1790	3300
Altid	103	72	175
Sjældent	1627	1679	3306
Sommetider	837	752	1589
I alt	4077	4294	8371

**Tabel 288:** "...dig udenfor?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Aldrig	37.0	41.7	39.4
Altid	2.5	1.7	2.1
Sjældent	39.9	39.1	39.5
Sommetider	20.5	17.5	19.0
I alt	100.0	100.0	100.0