

## Naturfriske fællesskaber

### Vision, mål, baggrund og metode

Friluftsrådet og Sund By Netværket går nu sammen om den tværkommunale indsats Naturfriske Fællesskaber, som vil kapacitetsopbygge ti kommuner, organisationer og lokale foreninger til sammen at få flere danskere ud i det fri og ind i meningsgivende fællesskaber til gavn for folkesundheden. Tidligere har vi som to store paraplyorganisationer lagt byggesten til en folkesundhedsindsats med natur og friluftsliv som omdrejningspunkt med projekterne Sund i Naturen og Naturens Rige.

### Baggrund

Hver femte dansker over 18 år har en af de hyppigste kroniske sygdomme (bl.a. hjerte - karsygdomme, kræft, diabetes), og tallet er stigende. Samtidig er mental mistrivsel som stress, angst og depression blevet folkesygdomme, der præger alle befolkningsgrupper, ligesom ensomhed er en voksende udfordring blandt især ældre, men også blandt unge mennesker.

Evalueringerne af Sund By Netværkets projekter **Naturens Rige** og Friluftsrådets projekt **Sund i Naturen** fortæller tydeligt, at natur og friluftaktiviteter kan noget helt særligt i forhold til kommunernes arbejde med sundhedsfremme og forebyggelse og kan derfor bidrage til en del af løsningen på sundhedsudfordringerne.

### Evalueringerne viste at:

- friluftsliv og naturen som arena er særligt velegnet som
  - o en ramme for fællesskabelse og samarbejde på tværs, og på nye måder
  - o en ramme for meningsfulde fællesskaber
  - o en helhedsorienteret sundhedsfremmeindsats, rettet mod trivsel, både kropsligt, mentalt og socialt
- friluftsliv har værdi for borgerne – og for aktørernes samarbejdsrelationer
- kommunale ressourcer oplevede, at deltagelse i projektet bl.a. gav et fokuseret fagligt netværk for udvikling og udveksling af good practice-viden og erfaringer på tværs

### Projektets vision

Vi vil i projektforsøget Naturfriske Fællesskaber bygge videre på ovenstående, så sundhedsfremmende friluftsfællesskaber kan komme endnu flere til gode og som:

- øger deltagernes sundhed og trivsel
- lykkes med at motivere målgruppen til deltagelse og ikke mindst fastholdelse
- bidrager til øget lokal kapacitetsopbygning og forankring af sundhedsfremmende indsatser via natur og friluftsliv

### Projektets tre mål og aktiviteter:

1. **Lokale fællesskabte naturfriske sundhedsfremmende indsatser i mindst 10 kommuner** - skabt i fællesskab på tværs af fagligheder, kommunale forvaltninger, lokale foreninger og ildsjæle. Aktiviteterne udvikles gennem lokale aktionslæringsforløb med aktiv samskabelse mellem aktørerne i hele processen fra idégenerering til planlægning og afvikling af aktiviteterne. Formålet med forløbene er både at gøre en konkret forskel for de berørte borgere og bidrage til den lokale kapacitetsopbygning

## 2. Naturfrisk Lab

Der etableres en national videns- og samarbejdsplatform på tværs af bl.a. kommuner, civilsamfund og vidensinstitutioner for at styrke udviklingskapaciteten på området. Netværket vil fungere som laboratorium for idéer og udvikling af konkrete nye samarbejder og initiativer og vil bidrage med yderligere viden om, hvordan natur, friluftsliv og fællesskaber kan styrkes gennem samarbejde mellem kommunale myndigheder og lokale civilsamlingsaktører

## 3. Kommunikation og formidling af viden

En væsentlig del af projektet er kommunikation og formidling af den viden, der skabes bl.a. via den forskningsbaserede evaluering

### Projektets tre målgrupper

**Lokalbefolkningen** i de ti kommuner er målgruppe for de naturfriske fællesskabte indsatser og alle aktiviteter målrettes lokalt mod de målgrupper, hvor behovet er størst. Det vil ofte være målgrupper, der ikke nødvendigvis tænker naturen og aktiviteter ind i deres hverdag, og som derfor har brug for at blive taget i hånden, fx fysisk inaktive, overvægtige, socialt udsatte, borgere med få eller mangelfulde sociale relationer eller borgere med specifikke sundhedsmæssige udfordringer.

### Kommunale fagpersoner, frivillige aktører i lokale foreninger, lokale ildsjæle m.v.

I hver kommune sammensættes en aktionslæringsgruppe bestående af kommunale fagpersoner på tværs af forvaltninger, frivillige aktører i lokale foreninger, lokale ildsjæle m.v., som involveres aktivt i projektet. I alt deltager 6-10 personer pr. kommune og 60-100 personer på tværs af kommunerne.

### Politikere, beslutningstagere, civilsamlingsorganisationer, fagprofessionelle og vidensinstitutioner

Lokale politikere og beslutningstagere er en væsentlig målgruppe i projektet, fordi de er nøglen til den endelige forankring af de initiativer, som bliver skabt i de lokale naturfriske indsatser. Relevante civilsamlingsorganisationer er natur- og friluftslivsorganisationer, bl.a. flere af Friluftsrådets medlemmer, samt patientforeninger.

### Metode

Metodisk tager vi afsæt i aktionslæringen og WHO's bearbejdning af verdensmålene ud fra et folkesundhedsperspektiv til de 6 P'er: People, Participation, Places, Prosperity, Peace, Planet. Der vil veksles mellem afprøvning af nye handlinger og refleksion, og aktiv deltagelse af projektdeltagere er en central del af udviklingsprocessen. Metoden bidrager med konkrete løsninger på praktiske udfordringer i hverdagen. Og implementeringen af disse løsninger er samtidig en integreret del af udviklingsforløbet.

### Forankring og udbredelse

Projektets forankring er fra start tænkt ind i selve projektets design. Med aktionslæring og fællesskabelse som metode er målet at sikre relevante og levedygtige output i form af lokale indsatser, som målgrupperne er motiverede til at deltage i og har lyst til at fortsætte i.

Projektet implementeres i ti kommuner og vil med udgangen af projektperioden konkret involvere minimum 60 personer, halvdelen kommunale og halvdelen frivillige fra foreninger eller andre netværk (deltagerne i de ti lokale aktionslæringsgrupper). Grupperne bliver klædt på til at arbejde med natur og friluftsoplevelser som en del af sundhedsindsatsen i et samarbejde på tværs.

Naturfrisk Lab og projektets generelle kommunikation og formidling af viden understøtter, at de opnåede erfaringer forankres bredere hos de deltagende aktører og udbredes til andre aktører inden for projektets målgrupper. Projektet kan inspirere til nye samarbejder og idéer, som kan udvikle sig både under og efter projektets afslutning. Således vil erfaringer og viden brede sig som ringe i vandet og spire i flere danske kommuner – til gavn for alle landets borgere.

Projektets mål og aktiviteter evalueres – med særligt fokus på samskabelse og samarbejdet mellem kommuner og civilsamlingsorganisationer.



Sund By Netværket – en del af noget større.

Det nationale WHO Healthy Cities Network arbejder for at skabe rammer for et godt liv i bæredygtige byer – Vi bidrager til Agenda 2030.