

Sund i Naturen

Rammen om NaturTalent projektet

25. juni 2018

Konsulent og projektleder,

Christina Bjørk Petersen,

E-mail: cbp@friluftsradet.dk

Tel: 24644229



Friluftsliv er godt for krop og sjæl fordi...

- Vi gør noget, vi er derude og vi er sammen

Fysisk

Mentalt

Socialt

Giver mulighed for fysisk aktivitet

Giver velvære, ro, nærvær og selvtillid

Giver fællesskab og sammenhørighed,

Oplevelser

Er meningsfyldt og motiverende – og appellerer bredt.

UNDERSØGELSE AF DANSKERNES FRILUFTSLIV

Fakta om danskernes friluftsliv og sundhed

75 % oplever, at friluftslivet øger deres livskvalitet

80 % oplever at friluftaktiviteter forbedrer deres fysiske form og helbred

84 % oplever at friluftaktiviteter øger deres psykiske velvære og humør

Kilde: Danskernes Friluftsliv, 2017, www.friluftsradet.dk/fakta

Projekt Sund i Naturen

Udvalgte indsatsområder og mål

At **udvikle, afprøve, evaluere og udbrede** metoder til hvordan kommunerne kan integrere friluftsliv i deres arbejde med forebyggelse, sundhedsfremme og rehabilitering

Et **styrket samarbejde mellem kommunen og lokale friluftslivs- og patientforeninger** i arbejdet med at motivere og fastholde børn og voksne med sundhedsmæssige udfordringer.

Børn med særlige behov



Voksne med kroniske sygdomme



Personer med stress, angst og depression



Ældre der er ensomme





Baggrund – kort fortalt

De aktuelle folkesundhedsudfordringer

- Mental sundhed:
 - Op mod en halv million mennesker er berørt af psykiske sygdomme.
 - Ca. 15 pct. af alle børn har været i behandling for en psykisk lidelse, inden de fylder 18 år.
 - 20 pct. af de 11-15-årige har tre eller flere tegn på dårlig mental sundhed i deres dagligdag.
- Overvægt: Stigende forekomst i DK. Overvægt har negative konsekvenser for bl.a. selvværd og øger risikoen for en række livsstilssygdomme
- Social ulighed: Stigende social ulighed

Kommunen som arena:

- At skabe sammenhæng og bygger bro i kommunen og fx med en målrettet indsats for børn og unge med særlige behov
- På tværs af sektorområder og civilsamfunds aktører er det vigtigt, at indsatsen hænger sammen og har et fælles mål - herunder fx hvordan børn, familie og netværk inddrages i en helhedsorienteret indsats.



10 fokuskommuner

Fredensborg

Hjørring

København

Nordfyn

Svendborg

Thisted

Tønder

Vejle

Vesthimmerland

Vordingborg

Projektramme

- Projektet er 3-årige og løber fra primo 2017 til primo 2020
- Udvalgte nøgleinteressenter og samarbejdspartnere vil blive tilknyttet projektet.
- Projektet er en del af en flerstrengt indsats – herunder et strategisk partnerskab med DGI og Danmarks Idrætsforbund, Bevæg Dig for Livet-Bevæg Dig i Naturen visionen