



Særtræk fra

Danskernes Friluftsliv 2017

Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)



Friluftsliv
Rådet

Indholdsfortegnelse

| | |
|-----------------------------------|----|
| 1. Tid i naturen | 2 |
| 2. Tidspunkt for friluftaktivitet | 7 |
| 3. Årsag til at begynde | 9 |
| 4. Intensitet af friluftaktivitet | 10 |
| 5. Friluftaktiviteter og sæson | 12 |
| 6. Motivation for aktivitet | 13 |
| 7. Brug af naturen | 14 |
| 8. Helbred og humør | 15 |
| 9. Baggrundsvariable | 18 |
| 10. Friluftsliv på arbejdet | 20 |
| 11. Kryds med køn | 21 |
| 12. Kryds med alderskategori | 22 |
| 13. Kryds med uddannelse | 23 |

1. Tid i naturen

Tabel 1: Typisk tid i naturen (antal)

| | 1-3 gange om måneden | 1-3 gange om ugen | Dagligt eller næsten dagligt | Flere gange hver dag | Sjældnere end 1 gang månedligt | I alt |
|--|----------------------|-------------------|------------------------------|----------------------|--------------------------------|-------|
| Vinterhalvåret (23. september - 20. marts) | 2 | 4 | 8 | 3 | 1 | 18 |
| Sommerhalvåret (21. marts - 22. september) | 1 | 1 | 5 | 11 | 0 | 18 |

Tabel 2: Typisk tid i naturen (procent)

| | 1-3 gange om måneden | 1-3 gange om ugen | Dagligt eller næsten dagligt | Flere gange hver dag | Sjældnere end 1 gang månedligt | I alt |
|--|----------------------|-------------------|------------------------------|----------------------|--------------------------------|-------|
| Vinterhalvåret (23. september - 20. marts) | 11.2 | 25.0 | 43.5 | 14.6 | 5.6 | 100.0 |
| Sommerhalvåret (21. marts - 22. september) | 7.3 | 7.5 | 25.7 | 59.5 | 0.0 | 100.0 |

Tablet 3: Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskivitiveter: 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 | Ved ikke | Sjældnere end 1 gang månedligt | I alt |
|--|----------------------|-------------------|------------------------------|----------------------|----------------------------|----------|--------------------------------|-------|
| Luftede hund | 2 | 1 | 1 | 3 | 10 | 2 | 0 | 18 |
| Gik en tur | 3 | 7 | 5 | 2 | 0 | 0 | 0 | 18 |
| Oplevede naturen/stedet | 5 | 6 | 3 | 1 | 2 | 0 | 1 | 18 |
| Cyklede en tur (ikke mountainbike) | 4 | 3 | 5 | 1 | 2 | 0 | 3 | 18 |
| Løb en tur (herunder orienteringsløb) | 0 | 2 | 0 | 1 | 11 | 1 | 3 | 18 |
| Fotograferede | 7 | 4 | 0 | 1 | 3 | 1 | 2 | 18 |
| Så på dyr eller fugle | 1 | 12 | 0 | 1 | 3 | 0 | 1 | 18 |
| Samlede bær, svampe, blomster og lign. | 5 | 4 | 0 | 1 | 6 | 1 | 1 | 18 |
| Studerede naturen/stedet | 5 | 3 | 0 | 0 | 5 | 4 | 1 | 18 |
| Sad stille og spiste (ude) | 2 | 7 | 1 | 2 | 3 | 0 | 3 | 18 |
| Legede | 6 | 0 | 0 | 1 | 4 | 4 | 3 | 18 |
| Var ude at bade/tog solbad | 5 | 5 | 1 | 1 | 3 | 0 | 2 | 18 |
| Var ude at fiske | 2 | 2 | 0 | 1 | 8 | 0 | 5 | 18 |
| Spillede golf | 0 | 1 | 0 | 1 | 15 | 1 | 1 | 18 |
| Cyklede på mountainbike | 1 | 4 | 0 | 0 | 12 | 2 | 0 | 18 |
| Sejlede (motorbåd) | 3 | 1 | 0 | 0 | 11 | 2 | 1 | 18 |
| Var ude at geocache | 1 | 1 | 0 | 0 | 14 | 2 | 0 | 18 |
| Roede (kajak/havkajak/kano/robbåd) | 5 | 1 | 0 | 0 | 9 | 2 | 2 | 18 |
| Var på jagt | 1 | 2 | 0 | 1 | 13 | 1 | 0 | 18 |
| Sejlede (sejlbåd) | 1 | 1 | 0 | 0 | 13 | 2 | 1 | 18 |
| Var ude at ride | 2 | 2 | 0 | 0 | 13 | 1 | 0 | 18 |
| Overnattede i naturen | 3 | 0 | 0 | 1 | 11 | 1 | 2 | 18 |
| Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider) | 0 | 12 | 5 | 1 | 0 | 0 | 0 | 18 |
| Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing | 0 | 1 | 0 | 1 | 15 | 1 | 0 | 18 |

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 | Ved ikke | Sjældnere end 1 gang må- nedligt | I alt |
|---|------------------------------|---------------------------|---------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------|----------|---|-------|
| Luftede hund | 11.3 | 3.1 | 5.6 | 15.6 | 55.2 | 9.1 | 0.0 | 100.0 |
| Gik en tur | 15.2 | 42.1 | 29.8 | 11.2 | 0.0 | 0.0 | 1.7 | 100.0 |
| Oplevede natu- ren/stedet | 29.6 | 34.2 | 15.7 | 5.6 | 9.2 | 0.0 | 5.6 | 100.0 |
| Cyklede en tur (ik- ke mountainbike) | 23.5 | 16.7 | 30.5 | 5.6 | 9.2 | 0.0 | 14.6 | 100.0 |
| Løb en tur (herun- der orienterings- løb) | 0.0 | 12.0 | 0.0 | 5.6 | 61.3 | 3.5 | 17.6 | 100.0 |
| Fotograferede | 37.6 | 24.2 | 0.0 | 5.6 | 19.4 | 3.5 | 9.7 | 100.0 |
| Så på dyr eller fug- le | 5.0 | 66.6 | 2.6 | 5.6 | 14.9 | 0.0 | 5.3 | 100.0 |
| Samlede bær, svampe, blomster og lign. | 27.3 | 22.1 | 0.0 | 5.6 | 35.7 | 3.5 | 5.8 | 100.0 |
| Studerede natu- ren/stedet | 27.5 | 19.0 | 0.0 | 0.0 | 25.8 | 23.7 | 4.0 | 100.0 |
| Sad stille og spi- ste (ude) | 9.3 | 42.1 | 5.8 | 11.2 | 16.9 | 0.0 | 14.6 | 100.0 |
| Legede | 31.7 | 1.4 | 0.0 | 5.6 | 21.8 | 20.7 | 18.7 | 100.0 |
| Var ude at ba- de/tog solbad | 30.4 | 28.1 | 4.2 | 5.6 | 18.1 | 0.0 | 13.6 | 100.0 |
| Var ude at fiske | 12.9 | 10.6 | 0.0 | 5.6 | 42.6 | 0.0 | 28.3 | 100.0 |
| Spillede golf | 0.0 | 5.4 | 0.0 | 5.6 | 81.8 | 3.5 | 3.6 | 100.0 |
| Cyklede på moun- tainbike | 5.6 | 20.0 | 0.0 | 0.0 | 65.3 | 9.1 | 0.0 | 100.0 |
| Sejlede (motor- båd) | 14.6 | 5.4 | 0.0 | 0.0 | 63.6 | 9.1 | 7.3 | 100.0 |
| Var ude at geoca- che | 6.7 | 5.4 | 0.0 | 0.0 | 76.2 | 9.1 | 2.6 | 100.0 |
| Roede (ka- jak/havkajak/kano/robåd) | 27.5 | 5.4 | 0.0 | 0.0 | 48.4 | 9.1 | 9.6 | 100.0 |
| Var på jagt | 5.6 | 11.0 | 0.0 | 5.6 | 74.2 | 3.5 | 0.0 | 100.0 |
| Sejlede (sejlbåd) | 5.6 | 7.5 | 0.0 | 0.0 | 72.1 | 9.1 | 5.6 | 100.0 |
| Var ude at ride | 12.9 | 10.7 | 0.0 | 0.0 | 70.8 | 5.6 | 0.0 | 100.0 |
| Overnattede i na- turen | 15.3 | 1.4 | 0.0 | 5.6 | 61.2 | 3.5 | 12.9 | 100.0 |
| Flyvning (faldskærm, hangglider, parag- lider) | 0.0 | 66.9 | 27.5 | 5.6 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing | 0.0 | 5.4 | 0.0 | 5.6 | 85.5 | 3.5 | 0.0 | 100.0 |

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

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

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

| | 1-5 år | 11 år eller mere | Siden jeg var barn/det har jeg altid gjort | Ved ikke | Under 1 år | 6-10 år | I alt |
|--|--------|------------------|--|----------|------------|---------|-------|
| Luftede hund | 5.9 | 23.1 | 71.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Gik en tur | 7.8 | 0.0 | 74.8 | 17.4 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Oplevede naturen/stedet | 0.0 | 0.0 | 89.2 | 2.9 | 7.9 | 0.0 | 100.0 |
| Cyklede en tur | 0.0 | 9.5 | 73.5 | 0.0 | 0.0 | 17.0 | 100.0 |
| Løb en tur (herunder orienteringsløb) | 0.0 | 33.0 | 55.0 | 12.1 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Fotograferede | 0.0 | 14.6 | 68.7 | 16.7 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Så på dyr eller fugle | 9.7 | 2.8 | 43.8 | 36.2 | 0.0 | 7.5 | 100.0 |
| Samlede bær, svampe, blomster eller lign. | 0.0 | 0.0 | 93.5 | 0.0 | 6.5 | 0.0 | 100.0 |
| Studerede naturen/stedet | 0.0 | 0.0 | 13.7 | 65.6 | 20.7 | 0.0 | 100.0 |
| Sad stille og spise (ude) | 11.1 | 0.0 | 56.4 | 21.9 | 7.8 | 2.9 | 100.0 |
| Legede | 100.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Var ude at bade/tage solbad | 0.0 | 36.2 | 47.1 | 4.5 | 12.2 | 0.0 | 100.0 |
| Var ude at fiske | 0.0 | 66.7 | 0.0 | 33.3 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Spillede golf | 0.0 | 0.0 | 51.1 | 13.1 | 35.8 | 0.0 | 100.0 |
| Cyklede på mountainbike | 19.8 | 73.0 | 0.0 | 7.2 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Sejlede (motorbåd) | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 26.8 | 73.2 | 0.0 | 100.0 |
| Var ude at geocachede | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 | 0.0 | 100.0 |
| Roede (kajak, havkajak, kano, robåd) | 0.0 | 73.2 | 0.0 | 26.8 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Gik på jagt | 0.0 | 13.1 | 0.0 | 0.0 | 35.8 | 51.1 | 100.0 |
| Sejlede (sejlbåd) | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 27.8 | 52.8 | 19.3 | 100.0 |
| Var ude at ride | 0.0 | 0.0 | 53.5 | 46.5 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Overnattede i naturen | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider) | 0.0 | 15.4 | 0.0 | 65.5 | 13.5 | 5.6 | 100.0 |
| Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing | 0.0 | 73.2 | 0.0 | 26.8 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |

2. Tidspunkt for friluftaktivitet

Table 7: Hvornår dyrker du primært friluftaktiviteten? (antal)

| | I hverdagene | I weekenden | I ferier | Ved ikke | I alt |
|--|--------------|-------------|----------|----------|-------|
| Luftede hund | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 |
| Gik en tur | 6 | 8 | 5 | 2 | 13 |
| Oplevede natu- ren/stedet | 8 | 8 | 4 | 0 | 9 |
| Cyklede en tur | 5 | 6 | 4 | 1 | 7 |
| Løb en tur | 1 | 1 | 1 | 0 | 2 |
| Fotograferede | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 |
| Så på dyr eller fug- le | 6 | 5 | 5 | 5 | 13 |
| Samlede bær, svampe, blomster eller lign. | 2 | 4 | 1 | | 4 |
| Studerede natu- ren/stedet | 0 | 1 | 0 | 2 | 3 |
| Sad stille og spi- ste (ude) | 3 | 5 | 2 | 2 | 9 |
| Legede | 0 | | | | 0 |
| Var ude at ba- de/tog solbad | 3 | 5 | 3 | 0 | 6 |
| Var ude at fiske | 1 | 1 | | 1 | 2 |
| Spillede golf | 1 | | 1 | 0 | 2 |
| Cyklede på moun- tainbike | | 1 | | 3 | 4 |
| Sejlede (motor- båd) | | 1 | | 0 | 1 |
| Var ude at geoca- che | 0 | 1 | | | 1 |
| Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd) | | | 1 | 0 | 1 |
| Gik på jagt | | 2 | 0 | | 2 |
| Sejlede (sejlbåd) | 0 | 1 | | 0 | 1 |
| Var ude at ride | | 1 | 1 | 1 | 2 |
| Overnattede i na- turen | | | | 0 | 0 |
| Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider) | 4 | 5 | 4 | 11 | 18 |
| Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing | 1 | | | 0 | 1 |

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

| | I hverdagene | I weekenden | I ferier | Ved ikke |
|--|--------------|-------------|----------|----------|
| Luftede hund | 64.2 | 65.8 | 59.8 | 29.9 |
| Gik en tur | 43.4 | 64.8 | 41.2 | 17.4 |
| Oplevede natu- ren/stedet | 87.1 | 93.8 | 43.2 | 2.9 |
| Cyklede en tur | 73.5 | 78.0 | 60.0 | 13.5 |
| Løb en tur | 54.8 | 55.0 | 55.0 | 12.1 |
| Fotograferede | 60.1 | 74.7 | 68.7 | 25.3 |
| Så på dyr eller fug- le | 46.0 | 36.3 | 33.8 | 34.2 |
| Samlede bær, svampe, blomster eller lign. | 41.5 | 93.5 | 34.9 | |
| Studerede natu- ren/stedet | 13.7 | 34.4 | 13.7 | 65.6 |
| Sad stille og spi- ste (ude) | 36.8 | 52.0 | 21.5 | 21.9 |
| Legede | 100.0 | | | |
| Var ude at ba- de/tog solbad | 59.4 | 83.2 | 53.6 | 4.5 |
| Var ude at fiske | 53.1 | 66.7 | | 33.3 |
| Spillede golf | 35.8 | | 51.1 | 13.1 |
| Cyklede på moun- tainbike | | 19.8 | | 80.2 |
| Sejlede (motor- båd) | | 73.2 | | 26.8 |
| Var ude at geoca- che | 26.8 | 73.2 | | |
| Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd) | | | 73.2 | 26.8 |
| Gik på jagt | | 86.9 | 13.1 | |
| Sejlede (sejlbåd) | 19.3 | 52.8 | | 27.8 |
| Var ude at ride | | 53.5 | 53.5 | 46.5 |
| Overnattede i na- turen | | | | 100.0 |
| Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider) | 21.3 | 26.6 | 23.2 | 63.7 |
| Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing | 73.2 | | | 26.8 |

3. Årsag til at begynde

Tabel 9: Da du startede med at dyrke friluftssaktiviteten (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 friluftssaktiv 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 friluftssforening | 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 | |

4. Intensitet af frilftsaktivitet

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

| | Nej, jeg bliver ikke forpustet og kan samtale ubesværet med andre imens | Ved ikke | 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 | I alt |
|--|---|----------|---|---|-------|
| Luftede hund | 3 | 0 | 0 | 0 | 3 |
| Gik en tur | 9 | 0 | 1 | 2 | 12 |
| Oplevede naturen/stedet | 7 | 0 | 1 | 0 | 8 |
| Cyklede en tur | 5 | 0 | 1 | 1 | 6 |
| Løb en tur (herunder orienteringsløb) | 1 | 0 | 0 | 1 | 2 |
| Fotograferede | 4 | 0 | 0 | 0 | 4 |
| Så på dyr eller fugle | 10 | 0 | 0 | 0 | 10 |
| Samlede bær, svampe, blomster eller lign. | 3 | 0 | 0 | 0 | 3 |
| Studerede naturen/stedet | 1 | 0 | 0 | 2 | 3 |
| Sad stille og spise (ude) | 11 | 0 | 0 | 0 | 11 |
| Legede | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Var ude at bade/tage solbad | 5 | 0 | 1 | 0 | 5 |
| Var ude at fiske | 3 | 0 | 0 | 0 | 3 |
| Spillede golf | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 |
| Cyklede på mountainbike | 1 | 0 | 0 | 3 | 4 |
| Sejlede (motorbåd) | 3 | 0 | 1 | 0 | 4 |
| Var ude at geocachede | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 |
| Roede (kajak, havkajak, kano, robåd) | 4 | 0 | 0 | 0 | 4 |
| Gik på jagt | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 |
| Sejlede (sejlbåd) | 1 | 0 | 0 | 1 | 1 |
| Var ude at ride | 2 | 0 | 0 | 0 | 2 |
| Overnattede i naturen | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider) | 11 | 1 | 2 | 1 | 14 |
| Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 |

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

| | Nej, jeg bliver ikke forpustet og kan samtale ubesværet med andre imens | Ved ikke | 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 | I alt |
|--|---|----------|---|---|-------|
| Luftede hund | 91.1 | 8.9 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Gik en tur | 74.9 | 0.0 | 5.9 | 19.2 | 100.0 |
| Oplevede naturen/stedet | 87.3 | 0.0 | 12.7 | 0.0 | 100.0 |
| Cyklede en tur | 77.5 | 0.0 | 11.0 | 11.6 | 100.0 |
| Løb en tur (herunder orienteringsløb) | 45.0 | 0.0 | 0.0 | 55.0 | 100.0 |
| Fotograferede | 100.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Så på dyr eller fugle | 100.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Samlede bær, svampe, blomster eller lign. | 100.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Studerede naturen/stedet | 42.0 | 0.0 | 0.0 | 58.0 | 100.0 |
| Sad stille og spise (ude) | 100.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Legede | 100.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Var ude at bade/tage solbad | 86.5 | 0.0 | 13.5 | 0.0 | 100.0 |
| Var ude at fiske | 100.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Spillede golf | 26.8 | 0.0 | 73.2 | 0.0 | 100.0 |
| Cyklede på mountainbike | 27.0 | 0.0 | 0.0 | 73.0 | 100.0 |
| Sejlede (motorbåd) | 80.2 | 0.0 | 19.8 | 0.0 | 100.0 |
| Var ude at geocachede | 50.7 | 0.0 | 49.3 | 0.0 | 100.0 |
| Roede (kajak, havkajak, kano, robåd) | 100.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Gik på jagt | 26.8 | 0.0 | 73.2 | 0.0 | 100.0 |
| Sejlede (sejlbåd) | 47.2 | 0.0 | 0.0 | 52.8 | 100.0 |
| Var ude at ride | 100.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Overnattede i naturen | 100.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider) | 76.4 | 4.3 | 14.3 | 5.1 | 100.0 |
| Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing | 26.8 | 0.0 | 73.2 | 0.0 | 100.0 |

5. Friluftssaktiviteter og sæson

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

| | Antal | Procent |
|-----------------------|-------|---------|
| Ligeså friluftssaktiv | 3 | 23.3 |
| Mindre friluftssaktiv | 10 | 71.6 |
| Ved ikke | 1 | 5.1 |
| I alt | 14 | 100.0 |

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

| | Antal | Procent |
|--|-------|---------|
| Samme friluftssaktiviteter | 5 | 28.6 |
| Andre friluftssaktiviteter | 3 | 16.4 |
| Andre aktiviteter, der erstatter friluftssaktiviteter såsom indendørs sport, gymnastik, fitness, mv. | 4 | 21.1 |
| Ved ikke | 5 | 29.6 |

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

| | Antal | Procent |
|----------------------------------|-------|---------|
| Samler bær, svampe m.v. | | |
| Står på ski og skøjter i Danmark | | |
| Vinterbader | | |
| Andre friluftssaktiviteter | 3 | 16.4 |

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

| | Antal | Procent |
|---------------------|-------|---------|
| Ligeså fysisk aktiv | 6 | 45.1 |
| Mindre fysisk aktiv | 7 | 48.0 |
| Ved ikke | 1 | 6.9 |
| I alt | 14 | 100.0 |

6. Motivation for aktivitet

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

| | Hverken eller | Meget vigtigt | Mindre vigtigt | Vigtigt | Ved ikke | I alt |
|---|---------------|---------------|----------------|---------|----------|-------|
| Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe) | 4 | 7 | 0 | 3 | 0 | 14 |
| Afslapning (fx være i fred og ro, stresse af, komme til hægterne) | 1 | 4 | 0 | 9 | 0 | 14 |
| Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne) | 0 | 7 | 4 | 3 | 0 | 14 |
| Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater) | 1 | 3 | 0 | 7 | 3 | 14 |

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

| | Hverken eller | Meget vigtigt | Mindre vigtigt | Vigtigt | Ved ikke | I alt |
|---|---------------|---------------|----------------|---------|----------|-------|
| Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe) | 28.0 | 51.5 | 2.1 | 18.3 | 0.0 | 100.0 |
| Afslapning (fx være i fred og ro, stresse af, komme til hægterne) | 4.6 | 27.0 | 0.0 | 68.5 | 0.0 | 100.0 |
| Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne) | 0.0 | 50.5 | 26.2 | 23.3 | 0.0 | 100.0 |
| Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater) | 5.5 | 24.8 | 1.4 | 49.5 | 18.8 | 100.0 |

7. Brug af naturen

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

| | Antal | Procent |
|---|-------|---------|
| Alene og uden forening/klub | 10 | 53.8 |
| Sammen med andre, som jeg selv laver aftaler med (uden forening/klub) | 7 | 41.8 |
| Alene, med forening/klub | 0 | 2.6 |
| Sammen med andre i forening/klub | 1 | 3.6 |
| Ved ikke | | |

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

| | Antal | Procent |
|---|-------|---------|
| Som led i min uddannelse-/skolegang eller andet lærings- eller udviklingsforløb | 1 | 5.4 |
| Som led i et behandlingsforløb eller anbefaling fra læge, fysioterapeut eller andet sundhedspersonale eller behandler | 2 | 11.3 |
| Som led i mit arbejde indenfor social-, sundheds-, daginstitutions- eller uddannelses-/skoleområdet | | |
| Andet | 3 | 16.2 |
| Ingen af ovenstående passer på min situation | 8 | 44.6 |

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

| | Antal | Procent |
|----------|-------|---------|
| Ja | 6 | 42.7 |
| Nej | 5 | 34.2 |
| Ved ikke | 3 | 23.1 |
| I alt | 14 | 100.0 |

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

| | Antal | Procent |
|--|-------|---------|
| Manglende tid pga. arbejde | 3 | 14.3 |
| Vejret | 2 | 13.5 |
| Fritiden bruges på computer, elektroniske spil eller tv | | |
| Manglende tid pga. sport/andre hobbyer | | |
| Der er ingen at følges med | | |
| Der er for langt til naturen | | |
| Manglende lyst | | |
| Det er for besværligt | | |
| Jeg mangler gode ideer til sjove og spændende oplevelser i naturen | 2 | 11.0 |
| Der er for få aktiviteter i naturen | | |
| Der er for mange love og regler, der skal overholdes i naturen | | |
| Andet | 1 | 3.6 |

8. Helbred og humør

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

| | 10 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | I alt |
|--------------------------------|----|---|---|---|---|---|---|---|-------|
| ...din helbredstilstand? | 4 | 1 | 1 | 0 | 1 | 2 | 1 | 4 | 14 |
| ...dit psykiske velvære/humør? | 3 | 0 | 0 | 0 | 1 | 3 | 2 | 4 | 14 |
| ...dit sociale liv? | 3 | 0 | 0 | 2 | 1 | 1 | 6 | 1 | 14 |
| ...dit liv generelt? | 5 | 0 | 0 | 0 | 1 | 3 | 3 | 1 | 14 |

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

| | 10 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | I alt |
|--------------------------------|------|-----|-----|------|-----|------|------|------|-------|
| ...din helbredstilstand? | 26.2 | 4.8 | 4.7 | 1.9 | 5.1 | 16.4 | 8.7 | 32.2 | 100.0 |
| ...dit psykiske velvære/humør? | 23.5 | 0.0 | 0.0 | 1.9 | 5.1 | 24.2 | 16.1 | 29.3 | 100.0 |
| ...dit sociale liv? | 18.8 | 0.0 | 0.0 | 16.1 | 5.1 | 8.2 | 42.7 | 9.1 | 100.0 |
| ...dit liv generelt? | 35.5 | 0.0 | 0.0 | 1.9 | 5.1 | 22.4 | 24.7 | 10.5 | 100.0 |

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

| | Hverken/eller | I høj grad | I meget høj grad | I meget lav | Ved ikke | I alt |
|--|---------------|------------|------------------|-------------|----------|-------|
| ...din fysiske form og helbredstilstand? | 3 | 9 | 1 | 0 | 0 | 14 |
| ...dit psykiske velvære og humør? | 3 | 7 | 3 | 0 | 0 | 14 |
| ...dit sociale liv? | 5 | 5 | 1 | 3 | 0 | 14 |
| ...dit liv generelt? | 5 | 5 | 3 | 0 | 0 | 14 |

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

| | Hverken/eller | I høj grad | I meget høj grad | I meget lav | Ved ikke | I alt |
|--|---------------|------------|------------------|-------------|----------|-------|
| ...din fysiske form og helbredstilstand? | 23.3 | 65.9 | 10.7 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| ...dit psykiske velvære og humør? | 23.3 | 52.6 | 24.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |
| ...dit sociale liv? | 32.9 | 38.2 | 7.4 | 18.8 | 2.7 | 100.0 |
| ...dit liv generelt? | 37.6 | 38.4 | 24.0 | 0.0 | 0.0 | 100.0 |

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

| | Ja, lidt begrænset | Ja, meget begrænset | Nej, slet ikke begrænset | I alt |
|---|--------------------|---------------------|--------------------------|-------|
| Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle | 2 | 2 | 11 | 14 |
| At gå flere etager op ad trapper | 3 | 1 | 10 | 14 |

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

| | Ja, lidt begrænset | Ja, meget begrænset | Nej, slet ikke begrænset | I alt |
|---|--------------------|---------------------|--------------------------|-------|
| Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle | 12.1 | 11.6 | 76.3 | 100.0 |
| At gå flere etager op ad trapper | 20.9 | 8.7 | 70.4 | 100.0 |

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

| | Det meste af tiden | Hele tiden | Lidt af tiden | Noget af tiden | På intet tidspunkt | I alt |
|---|--------------------|------------|---------------|----------------|--------------------|-------|
| Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville | 1 | 1 | 6 | 2 | 5 | 14 |
| Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre | 1 | 1 | 3 | 0 | 8 | 14 |

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

| | Det meste af tiden | Hele tiden | Lidt af tiden | Noget af tiden | På intet tidspunkt | I alt |
|---|--------------------|------------|---------------|----------------|--------------------|-------|
| Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville | 7.2 | 6.9 | 40.3 | 12.2 | 33.3 | 100.0 |
| Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre | 9.2 | 6.9 | 23.9 | 2.7 | 57.2 | 100.0 |

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

| | Det meste af tiden | Hele tiden | Lidt mere end halvdelen af tiden | Lidt mindre end halvdelen af tiden | I alt |
|---|--------------------|------------|----------------------------------|------------------------------------|-------|
| ...følt dig glad og i godt humør? | 8 | 0 | 6 | 0 | 14 |
| ...følt dig rolig og afslappet? | 10 | 0 | 3 | 1 | 14 |
| ...følt dig aktiv og energisk? | 6 | 0 | 5 | 3 | 14 |
| ...vågnet frisk og udhvilet? | 5 | 4 | 4 | 2 | 14 |
| ...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig? | 7 | 0 | 6 | 0 | 14 |

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

| | Det meste af tiden | Hele tiden | Lidt mere end halvdelen af tiden | Lidt mindre end halvdelen af tiden | I alt |
|---|--------------------|------------|----------------------------------|------------------------------------|-------|
| ...følt dig glad og i godt humør? | 57.0 | 1.9 | 41.1 | 0.0 | 100.0 |
| ...følt dig rolig og afslappet? | 70.8 | 1.9 | 22.2 | 5.1 | 100.0 |
| ...følt dig aktiv og energisk? | 43.1 | 1.9 | 33.6 | 21.5 | 100.0 |
| ...vågnet frisk og udhvilet? | 32.7 | 27.3 | 27.7 | 12.4 | 100.0 |
| ...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig? | 50.5 | 3.2 | 46.2 | 0.0 | 100.0 |

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

| | Altid | Sjældent | Sommetider | Aldrig | I alt |
|---|-------|----------|------------|--------|-------|
| ...at du er på 'bølgelængde' med dem du er sammen med? | 6 | 0 | 8 | 0 | 14 |
| ...dig som en del af en vennegruppe? | 7 | 1 | 6 | 0 | 14 |
| ...dig isoleret fra andre? | 2 | 7 | 1 | 4 | 14 |
| ...at du savner nogen at være sammen med? | 1 | 8 | 5 | 0 | 14 |
| ...at du har meget til fælles med dem du er sammen med? | 5 | 1 | 8 | 0 | 14 |
| ...dig udenfor? | 1 | 5 | 0 | 7 | 14 |

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

| | Altid | Sjældent | Sommetider | Aldrig | I alt |
|---|-------|----------|------------|--------|-------|
| ...at du er på 'bølgelængde' med dem du er sammen med? | 40.5 | 1.9 | 57.7 | 0.0 | 100.0 |
| ...dig som en del af en vennegruppe? | 51.7 | 4.0 | 44.3 | 0.0 | 100.0 |
| ...dig isoleret fra andre? | 14.3 | 50.6 | 5.1 | 30.0 | 100.0 |
| ...at du savner nogen at være sammen med? | 9.2 | 56.5 | 34.2 | 0.0 | 100.0 |
| ...at du har meget til fælles med dem du er sammen med? | 33.1 | 9.2 | 57.7 | 0.0 | 100.0 |
| ...dig udenfor? | 8.5 | 37.3 | 2.1 | 52.1 | 100.0 |

9. BaggrundsvARIABLE

Tabel 34: Region

| | Antal | Procent |
|--------------------|-------|---------|
| Region Hovedstaden | 2 | 13.3 |
| Region Midtjylland | 4 | 26.7 |
| Region Nordjylland | 2 | 16.7 |
| Region Sjælland | 1 | 8.6 |
| Region Syddanmark | 5 | 34.8 |
| I alt | 14 | 100.0 |

Tabel 35: Hvad er din højest gennemførte uddannelse?

| | Antal | Procent |
|--|-------|---------|
| Erhvervsuddannelse | 6 | 41.9 |
| Folkeskole/grundskole (inkl. mellemskole og realeksamen) | 3 | 18.8 |
| Kort videregående uddannelse (under 3 år) | 1 | 5.4 |
| Lang videregående uddannelse (over 4 år) | 2 | 13.9 |
| Mellemlang videregående uddannelse (op til 4 år) | 3 | 20.1 |
| I alt | 14 | 100.0 |

Tabel 36: Hvad er din beskæftigelsessituation?

| | Antal | Procent |
|---|-------|---------|
| Andet | 3 | 21.8 |
| Efterløbner/pensionist | 2 | 12.7 |
| Funktionæransat eller lignende (læge, bankansat, kontor, lærer, sygeplejerske m.v.) | 2 | 15.8 |
| Ledig | 1 | 4.7 |
| Selvstændig | 5 | 37.6 |
| Studerende/uddannelsessøgende/går i skole | 1 | 7.4 |
| I alt | 14 | 100.0 |

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

| | Antal | Procent |
|--------------------------|-------|---------|
| Ja | 3 | 31.8 |
| Nej | 5 | 60.7 |
| Ved ikke/vil ikke oplyse | 1 | 7.5 |
| I alt | 8 | 100.0 |

Tabel 38: Inden for hvilket område arbejder du?

| | Antal | Procent |
|---------------------|-------|---------|
| Andet | 2 | 73.7 |
| Psykologi og terapi | 1 | 26.3 |
| I alt | 3 | 100.0 |

Tabel 39: Er du født i Danmark?

| | Antal | Procent |
|-------|-------|---------|
| Ja | 13 | 94.6 |
| Nej | 1 | 5.4 |
| I alt | 14 | 100.0 |

Tabel 40: Har du hjemmeboende børn under 15 år?

| | Antal | Procent |
|-------|-------|---------|
| Ja | 1 | 9.8 |
| Nej | 12 | 90.2 |
| I alt | 14 | 100.0 |

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

| | Antal | Procent |
|-----------------|-------|---------|
| 100.000-199.999 | 5 | 38.6 |
| 200.000-299.999 | 1 | 4.0 |
| 300.000-399.999 | 5 | 37.6 |
| 400.000-499.999 | 0 | 2.7 |
| 500.000-599.999 | 1 | 6.5 |
| 600.000-699.999 | 1 | 5.1 |
| Ved ikke | 0 | 3.4 |
| Vil ikke oplyse | 0 | 2.1 |
| I alt | 14 | 100.0 |

Tabel 42: Køn

| | Antal | Procent |
|---------|-------|---------|
| Kvinder | 5 | 29.6 |
| Mænd | 13 | 70.4 |
| I alt | 18 | 100.0 |

Tabel 43: Alderskategori

| | Antal | Procent |
|----------|-------|---------|
| 18-29 år | 3 | 17.0 |
| 30-39 år | 1 | 4.0 |
| 40-49 år | 3 | 18.2 |
| 50-59 år | 4 | 23.8 |
| 60-69 år | 6 | 33.6 |
| 70+ år | 1 | 3.5 |
| I alt | 18 | 100.0 |

10. Friluftsliv på arbejdet

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

| | Antal | Procent |
|------------------------------|-------|---------|
| Dagligt eller næsten dagligt | 2 | 73.7 |
| Flere gange hver dag | 1 | 26.3 |
| I alt | 3 | 100.0 |

Tabel 45: Hvorfor bruger du friluftaktiviteter i dit arbejde?

| | Antal | Procent |
|---|-------|---------|
| Det er en del af jobbeskrivelsen | 3 | 15.0 |
| Det øger min arbejdsglæde | | |
| Det gavner den fysiske helbredstilstand hos dem, jeg arbejder med | | |
| Det gavner det psykiske velvære hos dem, jeg arbejder med | | |
| Det gavner det sociale liv hos dem, jeg arbejder med | | |
| Det skaber god gruppedynamik hos dem, jeg arbejder med | | |
| Andet | | |

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

| | Høj grad | I alt |
|--|----------|-------|
| ...at friluftaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med? | 1 | 1 |
| ...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere friluftaktiviteter | 1 | 1 |

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

| | Høj grad | I alt |
|--|----------|-------|
| ...at friluftaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med? | 100.0 | 100.0 |
| ...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere friluftaktiviteter | 100.0 | 100.0 |

11. Kryds med køn

12. Kryds med alderskategori

13. Kryds med uddannelse