



Særtræk fra

Danskernes Friluftsliv 2017

Fotografering

mb



Friluftsliv
Rådet

Danskernes friluftsliv, 2017 - Friluftsrådet

Tabelrapport



Moos-Bjerre ApS - Vartov, Farvergade 27A, 1463 København K

Tlf. 26 24 68 06 - www.moos-bjerre.dk

Indholdsfortegnelse

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

1. Tid i naturen

Tabel 1: Typisk tid i naturen (antal)

	1-3 gange om måneden	1-3 gange om ugen	Dagligt eller næsten dagligt	Flere gange hver dag	Næsten aldrig eller aldrig	Sjældnere end 1 gang månedligt	Ved ikke	I alt
Vinterhalvåret (23. september - 20. marts)	168	275	288	177	8	59	5	982
Sommerhalvåret (21. marts - 22. september)	33	187	360	389	1	9	3	982

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)	17.2	28.0	29.3	18.1	0.8	6.0	0.5	100.0
Sommerhalvåret (21. marts - 22. september)	3.3	19.1	36.7	39.6	0.1	0.9	0.3	100.0

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

	1-3 gange om måneden	1-3 gange om ugen	Dagligt eller næsten dagligt	Flere gange hver dag	Næsten aldrig eller aldrig	Sjældnere end 1 gang månedligt	Ved ikke	I alt
Luftede hund	46	35	88	165	582	52	14	982
Gik en tur	101	301	362	191	10	10	7	982
Oplevede naturen/stedet	183	306	268	127	32	52	12	982
Cyklede en tur (ikke mountainbike)	186	229	156	54	247	103	5	982
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	90	138	36	3	580	130	5	982
Fotograferede	0	715	217	49	1	0	0	982
Så på dyr eller fugle	190	213	226	108	138	99	7	982
Samlede bær, svampe, blomster og lign.	256	118	46	15	345	194	7	982
Studerede naturen/stedet	203	231	157	68	183	115	25	982
Sad stille og spiste (ude)	282	291	154	55	75	123	3	982
Legede	169	151	70	24	385	144	38	982
Var ude at bade/tog solbad	248	269	123	26	186	119	10	982
Var ude at fiske	56	18	10	1	783	107	7	982
Spillede golf	5	20	2	0	906	40	9	982
Cyklede på mountainbike	41	47	29	3	811	46	4	982
Sejlede (motorbåd)	44	19	8	1	821	79	9	982
Var ude at geocache	23	6	7	4	837	25	79	982
Roede (kajak/havkajak/kano/robbåd)	43	20	1	9	813	89	6	982
Var på jagt	7	6	3	3	935	17	11	982
Sejlede (sejlbåd)	36	21	6	7	811	93	8	982
Var ude at ride	12	10	9	7	885	44	15	982
Overnattede i naturen	65	20	9	6	720	158	4	982
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	1	1	3	0	950	19	7	982
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	14	4	4	1	938	11	9	982

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

	1-3 gange om måneden	1-3 gange om ugen	Dagligt eller næsten dagligt	Flere gange hver dag	Næsten aldrig eller aldrig	Sjældnere end 1 gang månedligt	Ved ikke	I alt
Luftede hund	4.7	3.5	9.0	16.8	59.2	5.3	1.4	100.0
Gik en tur	10.3	30.7	36.9	19.4	1.0	1.0	0.7	100.0
Oplevede naturen/stedet	18.7	31.2	27.3	13.0	3.3	5.3	1.2	100.0
Cyklede en tur (ikke mountainbike)	19.0	23.3	15.9	5.5	25.2	10.5	0.5	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	9.2	14.1	3.7	0.3	59.1	13.2	0.5	100.0
Fotograferede	0.0	72.8	22.1	5.0	0.1	0.0	0.0	100.0
Så på dyr eller fugle	19.4	21.7	23.0	11.0	14.0	10.1	0.7	100.0
Samlede bær, svampe, blomster og lign.	26.1	12.0	4.7	1.5	35.2	19.8	0.7	100.0
Studerede naturen/stedet	20.7	23.5	16.0	6.9	18.6	11.7	2.6	100.0
Sad stille og spiste (ude)	28.8	29.6	15.6	5.6	7.6	12.5	0.3	100.0
Legede	17.3	15.4	7.1	2.4	39.2	14.7	3.9	100.0
Var ude at bade/tog solbad	25.3	27.4	12.5	2.6	19.0	12.1	1.0	100.0
Var ude at fiske	5.7	1.8	1.1	0.1	79.7	10.9	0.7	100.0
Spillede golf	0.5	2.1	0.2	0.0	92.3	4.0	0.9	100.0
Cyklede på mountainbike	4.2	4.8	3.0	0.3	82.6	4.7	0.4	100.0
Sejlede (motorbåd)	4.5	2.0	0.8	0.1	83.6	8.0	1.0	100.0
Var ude at geocache	2.3	0.6	0.7	0.4	85.3	2.6	8.1	100.0
Roede (kajak/havkajak/kano/robbåd)	4.4	2.1	0.1	1.0	82.8	9.0	0.6	100.0
Var på jagt	0.7	0.6	0.3	0.3	95.3	1.7	1.1	100.0
Sejlede (sejlbåd)	3.7	2.1	0.6	0.7	82.6	9.5	0.8	100.0
Var ude at ride	1.2	1.0	0.9	0.7	90.1	4.5	1.6	100.0
Overnattede i naturen	6.7	2.0	0.9	0.6	73.3	16.1	0.4	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	0.1	0.1	0.3	0.0	96.8	1.9	0.7	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	1.4	0.4	0.4	0.2	95.5	1.1	1.0	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	37	83	64	87	9	2	282
Gik en tur	41	122	69	583	6	19	839
Oplevede natu- ren/stedet	31	72	40	534	8	7	692
Cyklede en tur	19	40	29	337	3	6	434
Løb en tur (herun- der orienterings- løb)	51	49	35	32	3	5	175
Fotograferede	173	308	172	209	48	71	982
Så på dyr eller fug- le	21	77	36	358	12	36	540
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	12	33	11	101	9	8	173
Studerede natu- ren/stedet	21	58	24	317	1	23	443
Sad stille og spise (ude)	15	71	15	366	1	20	488
Legede	25	14	16	162	2	18	237
Var ude at ba- de/tage solbad	23	38	8	320	1	11	402
Var ude at fiske	8	1	0	19	0	0	28
Spillede golf	4	8	3	1	4	1	20
Cyklede på moun- tainbike	10	23	15	13	4	8	74
Sejlede (motor- båd)	2	6	11	3	2	0	24
Var ude at geoca- chede	3	0	4	1	5	3	16
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	7	7	3	1	9	5	31
Gik på jagt	0	4	0	1	3	3	12
Sejlede (sejlbåd)	2	14	5	10	0	1	31
Var ude at ride	1	2	1	14	0	7	25
Overnattede i na- turen	8	8	1	11	1	4	33
Flyvning (faldskærm, hangglider, parag- lider)	0	1	0	0	0	3	4
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	3	0	0	0	0	6	9

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	13.2	29.4	22.6	30.9	3.2	0.7	100.0
Gik en tur	4.9	14.5	8.2	69.4	0.7	2.3	100.0
Oplevede naturen/stedet	4.5	10.4	5.7	77.2	1.2	1.0	100.0
Cyklede en tur	4.3	9.2	6.6	77.6	0.8	1.5	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	29.1	27.7	20.2	18.1	1.9	3.0	100.0
Fotograferede	17.6	31.4	17.6	21.3	4.9	7.2	100.0
Så på dyr eller fugle	3.9	14.2	6.7	66.3	2.1	6.7	100.0
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	7.0	18.9	6.1	58.3	5.3	4.4	100.0
Studerede naturen/stedet	4.7	13.1	5.4	71.4	0.2	5.2	100.0
Sad stille og spise (ude)	3.1	14.5	3.1	75.0	0.2	4.1	100.0
Legede	10.7	6.0	6.7	68.2	0.8	7.5	100.0
Var ude at bade/tage solbad	5.7	9.5	2.1	79.6	0.3	2.8	100.0
Var ude at fiske	28.2	3.6	0.0	68.2	0.0	0.0	100.0
Spillede golf	17.7	37.4	14.0	4.1	21.1	5.7	100.0
Cyklede på mountainbike	13.8	30.3	20.7	18.0	5.7	11.4	100.0
Sejlede (motorbåd)	6.6	26.2	44.7	14.3	7.0	1.1	100.0
Var ude at geocachede	15.3	0.0	24.4	7.3	33.2	19.8	100.0
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	21.2	21.8	10.9	3.5	27.6	14.9	100.0
Gik på jagt	0.0	38.0	0.0	8.7	26.7	26.7	100.0
Sejlede (sejlbåd)	5.7	44.6	16.7	30.5	0.0	2.5	100.0
Var ude at ride	2.6	9.0	2.9	54.1	1.9	29.5	100.0
Overnattede i naturen	25.4	23.0	2.0	32.8	3.1	13.8	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	0.0	25.3	0.0	0.0	0.0	74.7	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	28.5	4.1	0.0	0.0	1.3	66.1	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	269	242	213	1	282
Gik en tur	715	706	609	20	839
Oplevede natu- ren/stedet	467	594	537	17	692
Cyklede en tur	374	342	269	3	434
Løb en tur	147	138	81	5	175
Fotograferede	606	713	703	70	982
Så på dyr eller fug- le	429	424	378	27	540
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	113	122	122	15	173
Studerede natu- ren/stedet	332	374	325	14	443
Sad stille og spi- ste (ude)	321	428	374	18	488
Legede	142	179	144	22	237
Var ude at ba- de/tog solbad	245	329	329	12	402
Var ude at fiske	13	24	21	1	28
Spillede golf	15	12	9	2	20
Cyklede på moun- tainbike	46	58	44	10	74
Sejlede (motor- båd)	13	16	19	0	24
Var ude at geoca- che	5	7	7	3	16
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	13	14	15	5	31
Gik på jagt	5	6	3	5	12
Sejlede (sejlbåd)	21	19	23	1	31
Var ude at ride	18	14	12	7	25
Overnattede i na- turen	5	25	27	4	33
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	1	1	0	3	4
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	2	3	1	6	9

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

	I hverdagene	I weekenden	I ferier	Ved ikke
Luffede hund	95.6	86.0	75.5	0.5
Gik en tur	85.2	84.1	72.5	2.4
Oplevede natu- ren/stedet	67.4	85.9	77.6	2.5
Cykledede en tur	86.0	78.7	61.9	0.8
Løb en tur	83.7	78.8	45.9	2.6
Fotograferede	61.7	72.6	71.6	7.1
Så på dyr eller fug- le	79.5	78.6	70.0	5.0
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	65.5	70.4	70.6	8.5
Studerede natu- ren/stedet	74.8	84.4	73.2	3.1
Sad stille og spi- ste (ude)	65.9	87.8	76.7	3.6
Legede	59.8	75.6	60.7	9.3
Var ude at ba- de/tog solbad	61.0	81.8	81.7	3.1
Var ude at fiske	44.6	85.9	74.0	3.5
Spillede golf	73.8	58.8	43.1	9.3
Cykledede på moun- tainbike	62.2	77.4	59.0	14.0
Sejlede (motor- båd)	54.1	65.1	77.6	1.1
Var ude at geoca- che	29.8	40.1	43.0	19.8
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	43.6	45.5	49.9	14.9
Gik på jagt	41.5	53.0	28.5	44.8
Sejlede (sejlbåd)	67.3	61.3	73.1	4.6
Var ude at ride	70.5	56.3	48.8	29.5
Overnattede i na- turen	14.7	75.1	83.8	11.8
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	25.3	25.3	10.8	74.7
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	17.4	33.9	16.5	66.1

3. Årsag til at begynde

Tabel 9: Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (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 friluftaktiv 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 friluftforening	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	

4. Intensitet af friluftaktivitet

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

	Ja, jeg føler mig forpustet og har svært ved at føre en samtale	Ja, jeg føler mig lettere forpustet, men kan tale med andre imens	Nej, jeg bliver ikke forpustet og kan samtale ubesværet med andre imens	Ved ikke	I alt
Luftede hund	5	56	217	0	279
Gik en tur	10	226	591	0	827
Oplevede natu- ren/stedet	9	110	563	0	682
Cyklede en tur	22	270	166	0	458
Løb en tur (herun- der orienterings- løb)	88	87	25	0	201
Fotograferede	4	42	892	0	938
Så på dyr eller fug- le	2	28	523	0	553
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	4	17	216	3	240
Studerede natu- ren/stedet	4	38	426	0	468
Sad stille og spise (ude)	3	12	545	2	562
Legede	10	158	117	0	286
Var ude at ba- de/tage solbad	1	42	400	0	442
Var ude at fiske	0	4	61	0	66
Spillede golf	1	5	21	0	27
Cyklede på moun- tainbike	11	57	15	0	83
Sejlede (motor- båd)	3	3	37	0	42
Var ude at geoca- chede	3	9	19	0	31
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	3	21	36	0	61
Gik på jagt	0	1	18	1	20
Sejlede (sejlbåd)	3	6	39	0	48
Var ude at ride	2	15	25	0	42
Overnattede i na- turen	3	6	61	0	70
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	0	0	11	0	11
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	2	4	7	3	16

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

	Ja, jeg føler mig forpustet og har svært ved at føre en samtale	Ja, jeg føler mig lettere forpustet, men kan tale med andre imens	Nej, jeg bliver ikke forpustet og kan samtale ubesværet med andre imens	Ved ikke	I alt
Luftede hund	1.9	20.1	78.0	0.0	100.0
Gik en tur	1.3	27.3	71.5	0.0	100.0
Oplevede naturen/stedet	1.3	16.1	82.6	0.0	100.0
Cyklede en tur	4.8	59.0	36.2	0.0	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	44.0	43.3	12.7	0.0	100.0
Fotograferede	0.4	4.5	95.1	0.0	100.0
Så på dyr eller fugle	0.4	5.0	94.6	0.0	100.0
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	1.8	7.1	89.8	1.3	100.0
Studerede naturen/stedet	0.9	8.2	91.0	0.0	100.0
Sad stille og spise (ude)	0.5	2.2	97.0	0.3	100.0
Legede	3.6	55.4	41.0	0.0	100.0
Var ude at bade/tage solbad	0.1	9.5	90.4	0.0	100.0
Var ude at fiske	0.0	6.8	93.2	0.0	100.0
Spillede golf	3.3	19.1	77.6	0.0	100.0
Cyklede på mountainbike	13.1	69.0	17.9	0.0	100.0
Sejlede (motorbåd)	7.0	6.7	86.3	0.0	100.0
Var ude at geocachede	9.6	29.1	61.3	0.0	100.0
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	5.3	34.9	59.8	0.0	100.0
Gik på jagt	0.0	4.5	89.5	6.1	100.0
Sejlede (sejlbåd)	6.2	12.8	81.0	0.0	100.0
Var ude at ride	4.7	35.2	60.1	0.0	100.0
Overnattede i naturen	3.7	9.1	87.2	0.0	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	0.0	0.0	100.0	0.0	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	11.7	23.2	43.5	21.6	100.0

5. Friluftaktiviteter og sæson

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

	Antal	Procent
Ligeså friluftaktiv	204	21.8
Mere friluftaktiv	18	1.9
Mindre friluftaktiv	701	75.1
Ved ikke	11	1.2
I alt	934	100.0

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

	Antal	Procent
Samme friluftaktiviteter	487	49.6
Andre friluftaktiviteter	230	23.4
Andre aktiviteter, der erstatter friluftaktiviteter såsom indendørs sport, gymnastik, fitness, mv.	314	32.0
Ved ikke	112	11.4

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

	Antal	Procent
Samler bær, svampe m.v.	39	4.0
Står på ski og skøjter i Danmark	62	6.4
Vinterbader	18	1.8
Andre friluftaktiviteter	167	17.0

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

	Antal	Procent
Ligeså fysisk aktiv	337	36.2
Mere fysisk aktiv	48	5.2
Mindre fysisk aktiv	519	55.8
Ved ikke	27	2.9
I alt	931	100.0

6. Motivation for aktivitet

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

	Hverken eller	Meget vigtigt	Mindre vigtigt	Slet ikke vigtigt	Ved ikke	Vigtigt	I alt
Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe)	110	309	66	59	9	372	925
Afslapning (fx være i fred og ro, stresse af, komme til hægterne)	81	412	29	10	7	384	925
Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne)	77	426	28	7	6	379	924
Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater)	193	257	110	34	7	323	924

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

	Hverken eller	Meget vigtigt	Mindre vigtigt	Slet ikke vigtigt	Ved ikke	Vigtigt	I alt
Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe)	11.9	33.4	7.1	6.4	1.0	40.2	100.0
Afslapning (fx være i fred og ro, stresse af, komme til hægterne)	8.8	44.6	3.2	1.1	0.8	41.5	100.0
Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne)	8.4	46.1	3.1	0.8	0.6	41.0	100.0
Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater)	20.9	27.8	11.9	3.7	0.8	34.9	100.0

7. Brug af naturen

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

	Antal	Procent
Alene og uden forening/klub	687	70.0
Sammen med andre, som jeg selv laver aftaler med (uden forening/klub)	706	71.9
Alene, med forening/klub	44	4.5
Sammen med andre i forening/klub	145	14.7
Ved ikke	6	0.7

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

	Antal	Procent
Som led i min uddannelse-/skolegang eller andet lærings- eller udviklingsforløb	72	7.4
Som led i et behandlingsforløb eller anbefaling fra læge, fysioterapeut eller andet sundhedspersonale eller behandler	113	11.5
Som led i mit arbejde indenfor social-, sundheds-, daginstitutions- eller uddannelses-/skoleområdet	94	9.6
Andet	226	23.1
Ingen af ovenstående passer på min situation	524	53.4

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

	Antal	Procent
Ja	511	55.7
Nej	321	35.1
Ved ikke	85	9.2
I alt	917	100.0

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

	Antal	Procent
Manglende tid pga. arbejde	284	28.9
Vejret	213	21.7
Fritiden bruges på computer, elektroniske spil eller tv	79	8.0
Manglende tid pga. sport/andre hobbyer	84	8.5
Der er ingen at følges med	39	3.9
Der er for langt til naturen	32	3.3
Manglende lyst	41	4.2
Det er for besværligt	22	2.2
Jeg mangler gode ideer til sjove og spændende oplevelser i naturen	56	5.7
Der er for få aktiviteter i naturen	21	2.1
Der er for mange love og regler, der skal overholdes i naturen	16	1.6
Andet	127	12.9

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)

	0	1	10	2	3	4	5	6	7	8	9	I alt
...din helbredstilstand?	5	10	101	31	38	39	92	75	118	246	158	914
...dit psykiske velvære/humør?	6	11	160	23	40	41	49	65	92	224	203	914
...dit sociale liv?	10	9	166	18	31	38	82	75	110	206	168	914
...dit liv generelt?	7	0	192	18	27	19	44	57	113	213	222	914

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)

	0	1	10	2	3	4	5	6	7	8	9	I alt
...din helbredstilstand?	0.6	1.1	11.0	3.4	4.2	4.3	10.0	8.3	12.9	26.9	17.3	100.0
...dit psykiske velvære/humør?	0.6	1.2	17.5	2.5	4.4	4.5	5.4	7.1	10.1	24.5	22.2	100.0
...dit sociale liv?	1.1	1.0	18.2	2.0	3.4	4.1	9.0	8.2	12.0	22.6	18.4	100.0
...dit liv generelt?	0.8	0.0	21.0	2.0	3.0	2.1	4.8	6.3	12.4	23.3	24.3	100.0

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

	Hverken/eller	I høj grad	I lav grad	I meget høj grad	I meget lav grad	Ved ikke	I alt
...din fysiske form og helbredstilstand?	107	422	23	347	7	6	913
...dit psykiske velvære og humør?	83	422	12	390	3	2	913
...dit sociale liv?	405	272	58	126	39	13	913
...dit liv generelt?	124	471	19	284	8	7	913

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

	Hverken/eller	I høj grad	I lav grad	I meget høj grad	I meget lav grad	Ved ikke	I alt
...din fysiske form og helbredstilstand?	11.8	46.2	2.5	38.0	0.8	0.7	100.0
...dit psykiske velvære og humør?	9.1	46.3	1.3	42.7	0.3	0.3	100.0
...dit sociale liv?	44.4	29.8	6.3	13.8	4.3	1.5	100.0
...dit liv generelt?	13.6	51.6	2.1	31.1	0.9	0.8	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	205	43	662	910
At gå flere etager op ad trapper	205	69	636	910

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	22.5	4.8	72.7	100.0
At gå flere etager op ad trapper	22.5	7.6	69.9	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	91	41	193	143	435	902
Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre	67	41	183	130	480	901

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	10.1	4.5	21.4	15.8	48.3	100.0
Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre	7.4	4.6	20.3	14.4	53.3	100.0

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

	Det meste af tiden	Hele tiden	Lidt af tiden	Lidt mere end halvdelen af tiden	Lidt mindre end halvdelen af tiden	På intet tidspunkt	I alt
...følt dig glad og i godt humør?	544	84	44	160	60	3	896
...følt dig rolig og afslappet?	452	74	54	201	100	14	896
...følt dig aktiv og energisk?	347	58	66	251	154	19	896
...vågnet frisk og udhvilet?	310	82	112	212	139	42	896
...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?	406	127	65	170	108	19	896

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

	Det meste af tiden	Hele tiden	Lidt af tiden	Lidt end mere halv-af tiden	Lidt mindre end halvdelen af tiden	På intet tidspunkt	I alt
...følt dig glad og i godt humør?	60.8	9.4	5.0	17.9	6.7	0.3	100.0
...følt dig rolig og afslappet?	50.5	8.3	6.1	22.5	11.1	1.5	100.0
...følt dig aktiv og energisk?	38.7	6.5	7.4	28.0	17.2	2.2	100.0
...vågnet frisk og udhvilet?	34.6	9.1	12.5	23.7	15.5	4.7	100.0
...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?	45.4	14.2	7.3	19.0	12.0	2.2	100.0

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

	Aldrig	Altid	Sjældent	Sommetider	I alt
...at du er på 'bølgelængde' med dem du er sammen med?	6	471	38	374	889
...dig som en del af en vennegruppe?	23	441	91	334	889
...dig isoleret fra andre?	267	30	336	256	889
...at du savner nogen at være sammen med?	245	50	306	288	889
...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?	12	415	57	404	889
...dig udenfor?	337	34	321	196	889

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

	Aldrig	Altid	Sjældent	Sommetider	I alt
...at du er på 'bølgelængde' med dem du er sammen med?	0.6	53.0	4.2	42.1	100.0
...dig som en del af en vennegruppe?	2.6	49.6	10.2	37.6	100.0
...dig isoleret fra andre?	30.0	3.4	37.8	28.8	100.0
...at du savner nogen at være sammen med?	27.6	5.6	34.4	32.4	100.0
...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?	1.4	46.7	6.4	45.5	100.0
...dig udenfor?	38.0	3.8	36.1	22.1	100.0

9. BaggrundsvARIABLE

Tabel 34: Region

	Antal	Procent
Region Hovedstaden	312	35.3
Region Midtjylland	185	21.0
Region Nordjylland	67	7.6
Region Sjælland	112	12.7
Region Syddanmark	207	23.5
I alt	884	100.0

Tabel 35: Hvad er din højest gennemførte uddannelse?

	Antal	Procent
Erhvervsuddannelse	164	18.5
Folkeskole/grundskole (inkl. mellemskole og realeksamen)	163	18.4
Kort videregående uddannelse (under 3 år)	126	14.2
Lang videregående uddannelse (over 4 år)	103	11.6
Mellemlang videregående uddannelse (op til 4 år)	208	23.5
Studentereksamen, HF, HH, HTX el. lign.	122	13.8
Ved ikke	1	0.1
I alt	888	100.0

Tabel 36: Hvad er din beskæftigelsessituation?

	Antal	Procent
Andet	39	4.4
Efterløbner/pensionist	278	31.4
Faglært arbejde (fx håndværker)	67	7.6
Funktionæransat eller lignende (læge, bankansat, kontor, lærer, sygeplejerske m.v.)	174	19.6
Ledig	39	4.3
Medarbejdende ægtefælle	11	1.3
Midlertidigt udenfor arbejdsstyrke (orlov, dagpenge i sygdoms-/barselsperiode, revalidering, introduktionsuddannelse, aktivering m.m.).	43	4.8
Selvstændig	45	5.1
Studerende/uddannelsessøgende/går i skole	114	12.9
Ufaglært arbejde	75	8.5
I alt	887	100.0

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

	Antal	Procent
Ja	156	32.0
Nej	317	64.9
Ved ikke/vil ikke oplyse	15	3.1
I alt	488	100.0

Tabel 38: Inden for hvilket område arbejder du?

	Antal	Procent
Andet	68	43.4
Beskæftigelse og aktivering	3	1.7
Coaching	2	1.5
Daginstitution/børnepasning (fx vuggestue, børnehave og dagpleje)	25	16.2
Fritidstilbud (sfo, fritidsklub, ungdomsklub mm.)	10	6.6
Kommunale sundhedstilbud	1	0.7
Naturvejleder	1	0.4
Psykologi og terapi	2	1.1
Sundhedsvæsen (hospital, sundhedscenter, lægeklinik, fysioterapi, kiropraktik eller lignende)	13	8.5
Undervisning (skole, ungdomsuddannelse, efterskole, højskole mm.)	29	18.3
Ungevejledning	1	0.6
Ved ikke	2	1.1
I alt	156	100.0

Tabel 39: Er du født i Danmark?

	Antal	Procent
Ja	789	89.0
Nej	98	11.0
I alt	887	100.0

Tabel 40: Har du hjemmeboende børn under 15 år?

	Antal	Procent
Ja	149	16.8
Nej	738	83.2
I alt	887	100.0

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

	Antal	Procent
100.000-199.999	176	19.8
200.000-299.999	138	15.6
300.000-399.999	152	17.1
400.000-499.999	80	9.0
500.000-599.999	18	2.0
600.000-699.999	15	1.7
700.000 eller derover	19	2.2
Under 100.000	126	14.2
Ved ikke	54	6.1
Vil ikke oplyse	109	12.3
I alt	887	100.0

Tabel 42: Køn

	Antal	Procent
Kvinder	595	63.0
Mænd	350	37.0
I alt	945	100.0

Tabel 43: Alderskategori

	Antal	Procent
18-29 år	188	19.8
30-39 år	117	12.4
40-49 år	146	15.4
50-59 år	154	16.3
60-69 år	217	22.9
70+ år	124	13.2
I alt	946	100.0

10. Friluftsliv på arbejdet

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

	Antal	Procent
1-3 gange om måneden	22	14.1
1-3 gange om ugen	37	23.8
Dagligt eller næsten dagligt	45	28.7
Flere gange hver dag	24	15.5
Næsten aldrig eller aldrig	4	2.6
Sjældnere end 1 gang månedligt	13	8.1
Ved ikke	11	7.2
I alt	156	100.0

Tabel 45: Hvorfor bruger du friluftaktiviteter i dit arbejde?

	Antal	Procent
Det er en del af jobbeskrivelsen	65	6.6
Det øger min arbejdsglæde	85	8.6
Det gavner den fysiske helbredstilstand hos dem, jeg arbejder med	59	6.0
Det gavner det psykiske velvære hos dem, jeg arbejder med	59	6.0
Det gavner det sociale liv hos dem, jeg arbejder med	54	5.5
Det skaber god gruppedynamik hos dem, jeg arbejder med	49	5.0
Andet	33	3.4

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

	Hverken eller	Høj grad	Mindre grad	Nogen grad	Ved ikke	I alt
...at friluftaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med?	1	49	0	26	7	84
...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere friluftaktiviteter	14	19	3	39	10	84

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

	Hverken eller	Høj grad	Mindre grad	Nogen grad	Ved ikke	I alt
...at friluftaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med?	1.2	58.7	0.4	31.5	8.1	100.0
...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere friluftaktiviteter	16.2	22.1	3.0	46.7	11.9	100.0

11. Kryds med køn

Tabel 48: "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 49: "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 50: "...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	162	81	243
Altid	32	18	50
Sjældent	173	129	302
Sommetider	188	95	284
I alt	555	324	879

Tabel 51: "...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	29.1	25.1	27.7
Altid	5.7	5.7	5.7
Sjældent	31.2	39.7	34.3
Sommetider	34.0	29.5	32.3
I alt	100.0	100.0	100.0

12. Kryds med alderskategori

Tabel 52: "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	130	87	86	79	71	47	499
Nej	35	14	41	54	112	63	319
Ved ikke	17	8	11	12	22	11	82
I alt	182	108	138	146	205	121	900

Tabel 53: "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	71.5	80.1	62.1	54.2	34.7	38.4	55.4
Nej	19.1	12.8	29.8	37.2	54.8	52.1	35.5
Ved ikke	9.5	7.2	8.1	8.6	10.5	9.5	9.1
I alt	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

13. Kryds med uddannelse

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

Tabel 54: "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	61	26	87
Hele tiden	20	20	41
Lidt af tiden	96	96	192
Noget af tiden	78	64	143
På intet tidspunkt	194	231	425
I alt	449	437	887

Tabel 55: "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	13.5	5.9	9.8
Hele tiden	4.5	4.7	4.6
Lidt af tiden	21.3	21.9	21.6
Noget af tiden	17.4	14.7	16.1
På intet tidspunkt	43.2	52.8	48.0
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 56: "...dig som en del af en vennegruppe?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Aldrig	14	9	23
Altid	196	245	441
Sjældent	60	31	91
Sommetider	179	153	332
I alt	449	437	887

Tabel 57: "...dig som en del af en vennegruppe?: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	3.1	2.0	2.6
Altid	43.6	56.0	49.7
Sjældent	13.4	7.0	10.3
Sommetider	39.9	34.9	37.4
I alt	100.0	100.0	100.0

Table 58: "...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	103	142	245
Altid	36	14	50
Sjældent	150	155	306
Sommetider	160	126	286
I alt	449	437	887

Table 59: "...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	22.9	32.5	27.6
Altid	7.9	3.3	5.6
Sjældent	33.5	35.5	34.5
Sommetider	35.6	28.7	32.2
I alt	100.0	100.0	100.0

Table 60: "...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	153	184	337
Altid	24	10	34
Sjældent	164	158	321
Sommetider	108	86	194
I alt	449	437	887

Table 61: "...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	34.1	42.1	38.0
Altid	5.4	2.2	3.8
Sjældent	36.4	36.1	36.2
Sommetider	24.1	19.6	21.9
I alt	100.0	100.0	100.0