



Særtræk fra

Danskernes Friluftsliv 2017

Geocaching



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	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	I alt
Vinterhalvåret (23. september - 20. marts)	16	22	14	10	1	7	70
Sommerhalvåret (21. marts - 22. september)	1	27	18	24	0	0	70

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	I alt
Vinterhalvåret (23. september - 20. marts)	23.4	31.1	20.2	13.6	1.4	10.3	100.0
Sommerhalvåret (21. marts - 22. september)	1.4	38.7	26.1	33.8	0.0	0.0	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	2	2	8	11	43	3	1	70
Gik en tur	6	29	22	9	4	0	0	70
Oplevede naturen/stedet	19	19	11	7	6	7	0	70
Cyklede en tur (ikke mountainbike)	11	16	8	2	24	9	0	70
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	14	8	1	1	37	8	1	70
Fotograferede	15	11	6	1	22	14	1	70
Så på dyr eller fugle	17	20	3	5	15	11	0	70
Samlede bær, svampe, blomster og lign.	12	9	8	1	30	9	1	70
Studerede naturen/stedet	23	19	7	3	13	5	0	70
Sad stille og spiste (ude)	25	25	6	3	4	7	0	70
Legede	17	9	4	1	28	10	1	70
Var ude at bade/tog solbad	23	20	4	1	10	10	1	70
Var ude at fiske	6	6	2	0	48	6	1	70
Spillede golf	0	3	1	0	60	5	1	70
Cyklede på mountainbike	2	9	3	0	50	4	1	70
Sejlede (motorbåd)	5	3	3	1	54	4	1	70
Var ude at geocache	0	33	27	9	0	0	1	70
Roede (kajak/havkajak/kano/robbåd)	2	1	1	3	55	7	1	70
Var på jagt	2	4	0	0	61	2	1	70
Sejlede (sejlbåd)	5	1	4	0	53	6	1	70
Var ude at ride	3	4	1	0	61	0	1	70
Overnattede i naturen	5	0	1	3	44	16	1	70
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	3	1	0	0	61	4	1	70
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	3	3	0	1	61	2	1	70

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 måned	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	2.7	2.2	11.6	16.4	61.1	4.7	1.4	100.0
Gik en tur	8.5	41.4	31.9	13.1	5.2	0.0	0.0	100.0
Oplevede natu- ren/stedet	27.8	27.9	15.7	9.9	9.2	9.5	0.0	100.0
Cyklede en tur (ik- ke mountainbike)	16.0	22.6	11.5	3.3	34.3	12.2	0.0	100.0
Løb en tur (herun- der orienterings- løb)	20.3	11.6	1.4	1.1	52.9	11.2	1.4	100.0
Fotograferede	21.5	15.1	8.8	1.1	31.5	20.6	1.4	100.0
Så på dyr eller fug- le	24.1	28.3	4.1	7.1	21.1	15.3	0.0	100.0
Samlede bær, svampe, blomster og lign.	17.4	12.3	10.9	1.1	43.6	13.3	1.4	100.0
Studerede natu- ren/stedet	33.3	26.8	9.6	4.8	17.9	7.6	0.0	100.0
Sad stille og spi- ste (ude)	35.9	35.6	8.9	4.3	5.3	10.1	0.0	100.0
Legede	24.3	13.3	5.5	1.1	40.0	14.4	1.4	100.0
Var ude at ba- de/tog solbad	33.3	29.2	6.3	1.7	14.5	13.6	1.4	100.0
Var ude at fiske	8.9	9.0	2.5	0.0	68.8	9.3	1.4	100.0
Spillede golf	0.0	4.3	1.4	0.2	85.5	7.2	1.4	100.0
Cyklede på moun- tainbike	3.3	13.1	4.2	0.0	72.2	5.7	1.4	100.0
Sejlede (motor- båd)	6.7	3.8	4.3	1.4	76.8	5.6	1.4	100.0
Var ude at geoca- che	0.0	47.2	38.2	13.2	0.0	0.0	1.4	100.0
Roede (ka- jak/havkajak/kano/robåd)	2.5	1.8	1.4	4.3	78.4	10.2	1.4	100.0
Var på jagt	2.7	5.2	0.0	0.0	87.8	2.9	1.4	100.0
Sejlede (sejlbåd)	6.9	1.8	6.2	0.0	75.7	8.0	1.4	100.0
Var ude at ride	4.3	5.1	1.4	0.0	87.8	0.0	1.4	100.0
Overnattede i na- turen	6.5	0.4	1.4	4.3	63.5	22.6	1.4	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, parag- lider)	3.8	1.4	0.0	0.0	88.0	5.4	1.4	100.0
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	4.3	3.7	0.0	1.1	87.1	2.4	1.4	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	6	3	7	5	0	0	21
Gik en tur	8	6	3	38	2	2	59
Oplevede naturen/stedet	4	1	5	23	1	3	36
Cyklede en tur	1	6	0	19	0	1	26
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	3	1	3	2	0	2	10
Fotograferede	0	6	4	3	3	0	16
Så på dyr eller fugle	1	3	0	17	5	2	28
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	4	1	0	9	3	0	16
Studerede naturen/stedet	1	3	6	12	5	3	29
Sad stille og spise (ude)	1	1	6	18	3	5	34
Legede	0	2	4	7	0	0	14
Var ude at bade/tage solbad	0	6	2	17	1	0	26
Var ude at fiske	0	3	3	0	2	0	8
Spillede golf	0	0	2	0	1	0	3
Cyklede på mountainbike	3	5	0	1	3	0	11
Sejlede (motorbåd)	2	0	3	1	1	0	7
Var ude at geocachede	12	3	17	5	24	10	70
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	0	1	0	1	3	0	5
Gik på jagt	0	1	2	0	1	0	4
Sejlede (sejlbåd)	0	4	0	0	1	1	6
Var ude at ride	0	1	0	0	0	3	5
Overnattede i naturen	3	0	0	0	0	1	4
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	0	0	0	0	1	0	1
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	0	1	1	0	1	1	3

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	29.4	14.7	31.0	24.9	0.0	0.0	100.0
Gik en tur	13.9	10.9	4.3	63.6	4.1	3.2	100.0
Oplevede naturen/stedet	10.6	3.1	12.4	64.4	1.9	7.6	100.0
Cyklede en tur	2.5	22.3	1.0	71.7	0.0	2.4	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	27.0	13.8	25.5	18.0	0.0	15.7	100.0
Fotograferede	0.0	37.0	26.3	19.8	15.3	1.6	100.0
Så på dyr eller fugle	2.5	11.5	0.0	61.7	17.4	6.8	100.0
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	22.6	5.1	1.6	53.6	17.0	0.0	100.0
Studerede naturen/stedet	2.4	11.0	19.1	41.1	17.5	8.9	100.0
Sad stille og spise (ude)	4.0	2.9	17.0	53.3	9.3	13.4	100.0
Legede	1.8	14.1	31.3	52.7	0.0	0.0	100.0
Var ude at bade/tage solbad	0.0	22.8	8.5	65.1	2.7	1.0	100.0
Var ude at fiske	0.0	36.3	33.1	0.0	30.6	0.0	100.0
Spillede golf	0.0	0.0	65.5	0.0	22.6	12.0	100.0
Cyklede på mountainbike	23.3	43.4	0.0	7.0	24.0	2.3	100.0
Sejlede (motorbåd)	25.2	0.0	45.1	15.1	10.6	3.9	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)	0.0	13.4	5.6	19.1	57.0	4.9	100.0
Gik på jagt	0.0	34.7	46.0	0.0	19.4	0.0	100.0
Sejlede (sejlbåd)	0.0	71.5	4.6	0.0	12.6	11.2	100.0
Var ude at ride	0.0	22.0	0.0	6.5	0.0	71.4	100.0
Overnattede i naturen	70.4	0.0	0.0	0.0	0.0	29.6	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	0.0	0.0	0.0	0.0	73.2	26.8	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	0.0	20.9	29.8	0.0	18.7	30.7	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	17	16	10		21
Gik en tur	43	38	26	4	59
Oplevede natu- ren/stedet	25	25	24	1	36
Cyklede en tur	21	18	11	1	26
Løb en tur	7	4	5	0	10
Fotograferede	11	10	13		16
Så på dyr eller fug- le	24	16	12	2	28
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	8	7	9		16
Studerede natu- ren/stedet	15	18	14	4	29
Sad stille og spi- ste (ude)	19	24	15	4	34
Legede	9	6	4	1	14
Var ude at ba- de/tog solbad	14	16	12	0	26
Var ude at fiske	6	6	2		8
Spillede golf	3	2	1	0	3
Cyklede på moun- tainbike	8	8	5	0	11
Sejlede (motor- båd)		2	4	0	7
Var ude at geoca- che	29	39	29	10	70
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	0	1	4	0	5
Gik på jagt	2	2	0		4
Sejlede (sejlbåd)	0	2	3	1	6
Var ude at ride	0	1	0	3	5
Overnattede i na- turen			3	1	4
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	1			0	1
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	1	1		2	3

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

	I hverdagene	I weekenden	I ferier	Ved ikke
Luffede hund	79.3	75.0	47.8	
Gik en tur	71.9	64.7	43.4	7.5
Oplevede natu- ren/stedet	67.9	68.6	65.8	2.4
Cyklede en tur	78.7	70.2	43.4	2.4
Løb en tur	66.3	41.6	46.8	2.6
Fotograferede	69.1	62.5	77.0	
Så på dyr eller fug- le	85.2	57.8	43.8	8.5
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	51.0	41.6	53.6	
Studerede natu- ren/stedet	53.4	63.9	47.7	15.4
Sad stille og spi- ste (ude)	56.7	69.8	45.3	10.6
Legede	66.6	41.1	29.3	6.6
Var ude at ba- de/tog solbad	54.4	59.8	47.6	1.0
Var ude at fiske	74.8	69.4	20.7	
Spillede golf	88.0	65.5	33.3	12.0
Cyklede på moun- tainbike	74.3	73.7	41.4	2.3
Sejlede (motor- båd)		35.8	60.3	3.9
Var ude at geoca- che	41.8	55.4	41.3	14.1
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	5.6	24.7	70.4	4.9
Gik på jagt	46.0	46.9	7.1	
Sejlede (sejlbåd)	4.6	30.6	53.6	11.2
Var ude at ride	6.5	28.6	6.5	71.4
Overnattede i na- turen			70.4	29.6
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	73.2			26.8
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	20.9	29.8		49.4

3. Årsag til at begynde

Tablet 9: 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	

4. Intensitet af friluftaktivitet

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

	Ja, jeg føler mig lettere forpustet, men kan tale med andre imens	Nej, jeg bliver ikke forpustet og kan samtale ubesværet med andre imens	Ja, jeg føler mig forpustet og har svært ved at føre en samtale	Ved ikke	I alt
Luftede hund	5	15	0	0	20
Gik en tur	19	37	2	0	58
Oplevede naturen/stedet	7	27	1	1	35
Cyklede en tur	15	8	3	0	26
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	2	2	5	0	9
Fotograferede	3	13	0	0	16
Så på dyr eller fugle	4	22	0	0	26
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	3	10	3	0	16
Studerede naturen/stedet	8	19	3	0	30
Sad stille og spise (ude)	6	28	0	0	35
Legede	9	2	3	0	14
Var ude at bade/tage solbad	3	22	1	0	26
Var ude at fiske	3	5	0	0	8
Spillede golf	0	1	1	0	2
Cyklede på mountainbike	5	2	4	0	10
Sejlede (motorbåd)	0	4	4	0	8
Var ude at geocachede	13	46	7	0	66
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	1	1	3	0	5
Gik på jagt	0	2	1	0	3
Sejlede (sejlbåd)	1	3	3	0	7
Var ude at ride	3	1	0	0	4
Overnattede i naturen	3	1	0	0	4
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	1	0	0	0	1
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	1	1	1	0	3

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

	Ja, jeg føler mig lettere forpustet, men kan tale med andre imens	Nej, jeg bliver ikke forpustet og kan samtale ubesværet med andre imens	Ja, jeg føler mig forpustet og har svært ved at føre en samtale	Ved ikke	I alt
Luftede hund	25.4	74.6	0.0	0.0	100.0
Gik en tur	33.2	63.5	3.3	0.0	100.0
Oplevede naturen/stedet	18.8	77.4	2.0	1.8	100.0
Cyklede en tur	60.3	29.7	10.0	0.0	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	27.5	18.3	54.2	0.0	100.0
Fotograferede	20.0	80.0	0.0	0.0	100.0
Så på dyr eller fugle	15.1	84.9	0.0	0.0	100.0
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	19.6	62.3	18.1	0.0	100.0
Studerede naturen/stedet	27.4	62.6	10.0	0.0	100.0
Sad stille og spise (ude)	18.0	82.0	0.0	0.0	100.0
Legede	61.8	17.9	20.3	0.0	100.0
Var ude at bade/tage solbad	12.6	84.8	2.7	0.0	100.0
Var ude at fiske	40.2	59.8	0.0	0.0	100.0
Spillede golf	0.0	66.7	33.3	0.0	100.0
Cyklede på mountainbike	45.2	16.1	38.8	0.0	100.0
Sejlede (motorbåd)	0.0	51.6	48.4	0.0	100.0
Var ude at geocachede	19.8	70.0	10.2	0.0	100.0
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	24.7	18.3	57.0	0.0	100.0
Gik på jagt	0.0	73.3	26.7	0.0	100.0
Sejlede (sejlbåd)	10.7	43.9	45.4	0.0	100.0
Var ude at ride	84.4	15.6	0.0	0.0	100.0
Overnattede i naturen	70.4	29.6	0.0	0.0	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	73.2	26.8	0.0	0.0	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	23.0	37.4	39.6	0.0	100.0

5. Friluftaktiviteter og sæson

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

	Antal	Procent
Ligeså friluftaktiv	14	22.1
Mere friluftaktiv	5	7.6
Mindre friluftaktiv	45	69.1
Ved ikke	1	1.1
I alt	65	100.0

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

	Antal	Procent
Samme friluftaktiviteter	31	44.2
Andre friluftaktiviteter	10	14.7
Andre aktiviteter, der erstatter friluftaktiviteter såsom indendørs sport, gymnastik, fitness, mv.	20	27.9
Ved ikke	9	12.5

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

	Antal	Procent
Samler bær, svampe m.v.	3	4.2
Står på ski og skøjter i Danmark	2	3.5
Vinterbader	1	1.4
Andre friluftaktiviteter	9	12.8

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

	Antal	Procent
Ligeså fysisk aktiv	25	39.2
Mere fysisk aktiv	9	14.4
Mindre fysisk aktiv	28	43.9
Ved ikke	2	2.4
I alt	65	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)	6	16	4	4	1	32	63
Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne)	7	23	2	0	2	29	63
Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne)	11	19	4	2	2	25	63
Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater)	7	18	8	5	1	25	63

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)	9.8	25.9	5.8	5.8	1.0	51.6	100.0
Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne)	11.9	36.0	2.9	0.0	2.8	46.4	100.0
Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne)	17.7	30.6	6.9	3.0	2.8	39.0	100.0
Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater)	10.6	29.3	12.1	7.3	1.0	39.7	100.0

7. Brug af naturen

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

	Antal	Procent
Alene og uden forening/klub	44	62.6
Sammen med andre, som jeg selv laver aftaler med (uden forening/klub)	41	58.0
Alene, med forening/klub	1	1.0
Sammen med andre i forening/klub	11	16.2
Ved ikke		

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

	Antal	Procent
Som led i min uddannelse-/skolegang eller andet lærings- eller udviklingsforløb	3	4.1
Som led i et behandlingsforløb eller anbefaling fra læge, fysioterapeut eller andet sundhedspersonale eller behandler	9	12.7
Som led i mit arbejde indenfor social-, sundheds-, daginstitutions- eller uddannelses-/skoleområdet	8	10.9
Andet	17	24.1
Ingen af ovenstående passer på min situation	31	43.9

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

	Antal	Procent
Ja	36	56.6
Nej	23	36.3
Ved ikke	4	7.0
I alt	63	100.0

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

	Antal	Procent
Manglende tid pga. arbejde	21	30.8
Vejret	12	17.8
Fritiden bruges på computer, elektroniske spil eller tv	5	7.2
Manglende tid pga. sport/andre hobbyer	2	2.9
Der er ingen at følges med	8	12.0
Der er for langt til naturen		
Manglende lyst	3	4.2
Det er for besværligt		
Jeg mangler gode ideer til sjove og spændende oplevelser i naturen	2	3.3
Der er for få aktiviteter i naturen		
Der er for mange love og regler, der skal overholdes i naturen	1	1.8
Andet	5	7.6

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)

	0	1	10	3	4	5	6	7	8	9	2	I alt
...din helbredstilstand?	3	1	4	2	3	9	7	9	17	6	0	63
...dit psykiske velvære/humør?	0	0	10	3	4	9	4	1	23	9	1	63
...dit sociale liv?	3	0	8	3	2	5	7	11	10	12	3	63
...dit liv generelt?	0	3	9	4	0	3	4	3	21	11	6	63

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	3	4	5	6	7	8	9	2	I alt
...din helbredstilstand?	4.7	2.1	6.9	3.9	4.9	14.8	11.7	14.7	27.2	9.1	0.0	100.0
...dit psykiske velvære/humør?	0.0	0.0	16.3	4.6	5.8	14.1	5.9	1.6	35.9	14.3	1.4	100.0
...dit sociale liv?	4.7	0.0	13.0	4.8	3.0	7.9	10.5	16.9	15.8	19.2	4.0	100.0
...dit liv generelt?	0.0	4.7	14.5	6.1	0.0	4.3	6.0	5.4	33.0	17.1	8.8	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	Ved ikke	I meget lav grad	I alt
...din fysiske form og helbredstilstand?	9	31	5	18	1	0	63
...dit psykiske velvære og humør?	7	30	3	19	1	3	63
...dit sociale liv?	25	17	7	8	1	5	63
...dit liv generelt?	10	27	6	16	1	3	63

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	Ved ikke	I meget lav grad	I alt
...din fysiske form og helbredstilstand?	14.2	49.0	8.0	27.8	1.0	0.0	100.0
...dit psykiske velvære og humør?	11.7	47.5	4.0	30.2	1.0	5.5	100.0
...dit sociale liv?	39.5	27.6	10.7	13.1	1.0	8.2	100.0
...dit liv generelt?	15.4	43.2	8.8	26.1	1.0	5.5	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	9	7	46	63
At gå flere etager op ad trapper	15	8	40	63

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	14.8	11.9	73.3	100.0
At gå flere etager op ad trapper	23.4	13.2	63.4	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	5	9	9	9	28	61
Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre	9	4	10	11	28	61

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	8.5	15.5	15.2	15.5	45.4	100.0
Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre	14.4	6.9	15.9	17.6	45.2	100.0

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

	Det meste af tiden	Hele tiden	Lidt 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?	31	8	4	13	2	3	61
...følt dig rolig og afslappet?	25	7	8	12	7	3	61
...følt dig aktiv og energisk?	18	7	5	15	10	6	61
...vågnet frisk og udhvilet?	18	7	9	9	9	9	61
...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?	20	8	7	18	4	4	61

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?	50.6	13.2	6.9	21.2	4.0	4.1	100.0
...følt dig rolig og afslappet?	40.6	11.6	12.6	19.8	11.2	4.1	100.0
...følt dig aktiv og energisk?	29.7	10.9	8.9	25.2	15.8	9.4	100.0
...vågnet frisk og udhvilet?	29.2	11.4	15.3	15.6	14.1	14.3	100.0
...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?	32.7	13.1	11.6	29.0	7.2	6.4	100.0

Tabel 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?	32	6	23	0	61
...dig som en del af en vennegruppe?	26	8	24	3	61
...dig isoleret fra andre?	6	25	11	19	61
...at du savner nogen at være sammen med?	3	23	17	19	61
...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?	26	3	28	3	61
...dig udenfor?	1	21	15	24	61

Tabel 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?	52.7	10.2	37.1	0.0	100.0
...dig som en del af en vennegruppe?	42.6	13.0	39.5	4.9	100.0
...dig isoleret fra andre?	9.1	40.9	18.1	31.9	100.0
...at du savner nogen at være sammen med?	4.9	37.0	27.3	30.8	100.0
...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?	43.4	5.3	46.4	4.9	100.0
...dig udenfor?	1.2	34.0	25.4	39.4	100.0

9. BaggrundsvARIABLE

Tabel 34: Region

	Antal	Procent
Region Hovedstaden	23	39.3
Region Midtjylland	16	27.6
Region Nordjylland	3	5.0
Region Sjælland	7	12.0
Region Syddanmark	9	16.1
I alt	58	100.0

Tabel 35: Hvad er din højest gennemførte uddannelse?

	Antal	Procent
Erhvervsuddannelse	14	22.7
Folkeskole/grundskole (inkl. mellemskole og realeksamen)	11	17.9
Kort videregående uddannelse (under 3 år)	6	9.9
Lang videregående uddannelse (over 4 år)	9	14.4
Mellemlang videregående uddannelse (op til 4 år)	17	28.5
Studentereksamen, HF, HH, HTX el. lign.	4	6.6
I alt	61	100.0

Tabel 36: Hvad er din beskæftigelsessituation?

	Antal	Procent
Andet	3	5.3
Efterløbner/pensionist	17	28.0
Faglært arbejde (fx håndværker)	10	15.7
Funktionæransat eller lignende (læge, bankansat, kontor, lærer, sygeplejerske m.v.)	22	35.6
Midlertidigt udenfor arbejdsstyrke (orlov, dagpenge i sygdoms-/barselsperiode, revalidering, introduktionsuddannelse, aktivering m.m.)	3	4.5
Selvstændig	4	6.0
Ufaglært arbejde	3	4.9
I alt	61	100.0

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

	Antal	Procent
Ja	11	30.3
Nej	26	69.7
I alt	38	100.0

Tabel 38: Inden for hvilket område arbejder du?

	Antal	Procent
Daginstitution/børnepasning (fx vuggestue, børnehave og dagpleje)	1	7.2
Psykologi og terapi	1	6.1
Sundhedsvæsen (hospital, sundhedscenter, lægeklinik, fysioterapi, kiropraktik eller lignende)	3	24.0
Undervisning (skole, ungdomsuddannelse, efterskole, højskole mm.)	6	48.2
Ungevejledning	2	14.5
I alt	11	100.0

Tabel 39: Er du født i Danmark?

	Antal	Procent
Ja	53	87.8
Nej	7	12.2
I alt	61	100.0

Tabel 40: Har du hjemmeboende børn under 15 år?

	Antal	Procent
Ja	20	32.8
Nej	41	67.2
I alt	61	100.0

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

	Antal	Procent
100.000-199.999	8	13.3
200.000-299.999	12	19.2
300.000-399.999	15	25.2
400.000-499.999	7	12.1
500.000-599.999	0	0.4
600.000-699.999	4	7.2
700.000 eller derover	0	0.2
Under 100.000	7	12.0
Vil ikke oplyse	6	10.5
I alt	61	100.0

Tabel 42: Køn

	Antal	Procent
Kvinder	26	38.6
Mænd	42	61.4
I alt	68	100.0

Tabel 43: Alderskategori

	Antal	Procent
18-29 år	5	6.7
30-39 år	16	23.7
40-49 år	22	32.8
50-59 år	1	2.1
60-69 år	18	26.1
70+ år	6	8.6
I alt	68	100.0

10. Friluftsliv på arbejdet

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

	Antal	Procent
1-3 gange om måneden	5	44.2
1-3 gange om ugen	4	33.2
Dagligt eller næsten dagligt	1	6.7
Flere gange hver dag	2	15.9
I alt	11	100.0

Tabel 45: Hvorfor bruger du friluftaktiviteter i dit arbejde?

	Antal	Procent
Det er en del af jobbeskrivelsen	4	5.2
Det øger min arbejdsglæde	6	8.8
Det gavner den fysiske helbredstilstand hos dem, jeg arbejder med	5	6.8
Det gavner det psykiske velvære hos dem, jeg arbejder med	5	6.8
Det gavner det sociale liv hos dem, jeg arbejder med	4	5.6
Det skaber god gruppedynamik hos dem, jeg arbejder med	4	5.6
Andet	3	3.6

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

	Hverken eller	Høj grad	Ved ikke	Nogen grad	I alt
...at friluftaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med?	2	6	3	0	11
...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere friluftaktiviteter	0	4	4	4	11

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

	Hverken eller	Høj grad	Ved ikke	Nogen grad	I alt
...at friluftaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med?	21.4	54.0	24.5	0.0	100.0
...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere friluftaktiviteter	0.0	35.1	31.7	33.2	100.0

11. Kryds med køn

12. Kryds med alderskategori

13. Kryds med uddannelse