



Særtræk fra

Danskernes Friluftsliv 2017

Se på dyr eller fugle



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	30
13. Kryds med uddannelse	31

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)	287	576	863	428	12	58	4	2228
Sommerhalvåret (21. marts - 22. september)	39	346	912	915	5	8	3	2228

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)	12.9	25.9	38.7	19.2	0.5	2.6	0.2	100.0
Sommerhalvåret (21. marts - 22. september)	1.8	15.5	40.9	41.1	0.2	0.4	0.1	100.0

Tablet 3: Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskivtivet: 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	94	90	199	445	1259	110	30	2228
Gik en tur	196	613	933	422	29	28	6	2228
Oplevede naturen/stedet	365	675	760	271	73	63	22	2228
Cyklede en tur (ikke mountainbike)	402	541	370	82	591	227	15	2228
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	144	224	54	8	1578	196	25	2228
Fotograferede	607	377	133	39	666	393	14	2228
Så på dyr eller fugle	0	1032	898	298	0	0	0	2228
Samlede bær, svampe, blomster og lign.	561	270	95	18	745	524	15	2228
Studerede naturen/stedet	500	576	453	140	300	205	54	2228
Sad stille og spiste (ude)	667	583	316	82	239	325	16	2228
Legede	396	228	113	33	1015	359	85	2228
Var ude at bade/tog solbad	542	529	270	45	482	343	17	2228
Var ude at fiske	137	53	11	6	1705	301	15	2228
Spillede golf	29	69	10	2	2048	44	25	2228
Cyklede på mountainbike	81	104	52	9	1886	78	19	2228
Sejlede (motorbåd)	88	39	8	2	1920	147	25	2228
Var ude at geocache	45	17	9	1	1887	81	189	2228
Roede (kajak/havkajak/kano/robåd)	60	58	4	1	1935	144	25	2228
Var på jagt	73	51	13	2	2013	56	19	2228
Sejlede (sejlbåd)	62	40	11	3	1920	172	21	2228
Var ude at ride	22	33	19	13	2056	57	28	2228
Overnattede i naturen	137	26	9	9	1740	283	24	2228
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	9	8	5	1	2171	8	26	2228
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	5	13	9	2	2158	10	30	2228

Table 4: Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluft aktiviteter: 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	4.2	4.0	8.9	20.0	56.5	4.9	1.4	100.0
Gik en tur	8.8	27.5	41.9	18.9	1.3	1.3	0.3	100.0
Oplevede naturen/stedet	16.4	30.3	34.1	12.1	3.3	2.8	1.0	100.0
Cyklede en tur (ikke mountainbike)	18.0	24.3	16.6	3.7	26.5	10.2	0.7	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	6.5	10.0	2.4	0.4	70.8	8.8	1.1	100.0
Fotograferede	27.2	16.9	6.0	1.7	29.9	17.6	0.6	100.0
Så på dyr eller fugle	0.0	46.3	40.3	13.4	0.0	0.0	0.0	100.0
Samlede bær, svampe, blomster og lign.	25.2	12.1	4.3	0.8	33.4	23.5	0.7	100.0
Studerede naturen/stedet	22.4	25.9	20.3	6.3	13.4	9.2	2.4	100.0
Sad stille og spiste (ude)	29.9	26.2	14.2	3.7	10.7	14.6	0.7	100.0
Legede	17.8	10.2	5.1	1.5	45.5	16.1	3.8	100.0
Var ude at bade/tog solbad	24.3	23.7	12.1	2.0	21.6	15.4	0.8	100.0
Var ude at fiske	6.1	2.4	0.5	0.2	76.5	13.5	0.7	100.0
Spillede golf	1.3	3.1	0.5	0.1	91.9	2.0	1.1	100.0
Cyklede på mountainbike	3.6	4.6	2.3	0.4	84.7	3.5	0.8	100.0
Sejlede (motorbåd)	3.9	1.8	0.3	0.1	86.2	6.6	1.1	100.0
Var ude at geocache	2.0	0.7	0.4	0.0	84.7	3.6	8.5	100.0
Roede (kajak/havkajak/kano/robbåd)	2.7	2.6	0.2	0.1	86.8	6.5	1.1	100.0
Var på jagt	3.3	2.3	0.6	0.1	90.3	2.5	0.9	100.0
Sejlede (sejlbåd)	2.8	1.8	0.5	0.1	86.2	7.7	0.9	100.0
Var ude at ride	1.0	1.5	0.8	0.6	92.3	2.5	1.2	100.0
Overnattede i naturen	6.1	1.2	0.4	0.4	78.1	12.7	1.1	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	0.4	0.3	0.2	0.0	97.4	0.4	1.2	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	0.2	0.6	0.4	0.1	96.9	0.4	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	98	260	117	220	20	13	728
Gik en tur	84	331	114	1353	20	39	1940
Oplevede natu- ren/stedet	41	180	61	1362	17	29	1690
Cyklede en tur	31	131	57	733	10	20	981
Løb en tur (herun- der orienterings- løb)	48	102	39	65	15	14	283
Fotograferede	52	214	84	138	19	32	540
Så på dyr eller fug- le	107	318	124	1474	28	178	2228
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	18	66	16	246	13	14	372
Studerede natu- ren/stedet	38	171	45	840	9	53	1155
Sad stille og spise (ude)	20	156	26	716	9	33	960
Legede	37	25	18	253	1	27	361
Var ude at ba- de/tage solbad	12	67	12	695	7	28	820
Var ude at fiske	4	10	6	39	2	5	68
Spillede golf	20	32	17	2	7	1	79
Cyklede på moun- tainbike	29	48	33	22	15	13	159
Sejlede (motor- båd)	5	12	5	15	3	5	45
Var ude at geoca- chede	1	0	8	4	10	5	28
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	18	16	10	9	7	3	64
Gik på jagt	3	27	4	19	4	6	63
Sejlede (sejlbåd)	3	21	5	17	2	4	52
Var ude at ride	3	10	4	33	5	9	64
Overnattede i na- turen	3	7	3	16	4	12	43
Flyvning (faldskærm, hangglider, parag- lider)	0	1	1	0	2	9	13
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	4	1	1	0	5	12	23

Tabel 6: Tid friluftsaiviteten 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	13.5	35.8	16.1	30.2	2.7	1.7	100.0
Gik en tur	4.3	17.1	5.9	69.7	1.0	2.0	100.0
Oplevede natu- ren/stedet	2.4	10.6	3.6	80.6	1.0	1.7	100.0
Cyklede en tur	3.1	13.3	5.8	74.7	1.1	2.0	100.0
Løb en tur (herun- der orienterings- løb)	17.1	36.2	13.7	22.9	5.3	4.9	100.0
Fotograferede	9.7	39.7	15.5	25.6	3.5	6.0	100.0
Så på dyr eller fug- le	4.8	14.3	5.6	66.2	1.3	8.0	100.0
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	4.8	17.7	4.4	65.9	3.4	3.8	100.0
Studerede natu- ren/stedet	3.3	14.8	3.9	72.7	0.8	4.6	100.0
Sad stille og spise (ude)	2.1	16.2	2.7	74.7	0.9	3.4	100.0
Legede	10.1	7.0	4.9	70.2	0.3	7.5	100.0
Var ude at ba- de/tage solbad	1.4	8.1	1.4	84.8	0.8	3.4	100.0
Var ude at fiske	6.6	14.3	9.6	58.0	3.6	7.9	100.0
Spillede golf	25.6	40.1	21.5	2.5	8.6	1.7	100.0
Cyklede på moun- tainbike	18.2	29.9	20.5	13.7	9.5	8.2	100.0
Sejlede (motor- båd)	11.8	25.9	11.8	34.2	5.6	10.7	100.0
Var ude at geoca- chede	2.5	0.9	28.3	13.8	35.0	19.5	100.0
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	27.8	25.6	16.1	14.4	11.6	4.5	100.0
Gik på jagt	5.3	42.6	6.2	29.4	6.8	9.7	100.0
Sejlede (sejlbåd)	5.0	40.7	9.2	33.5	3.6	8.1	100.0
Var ude at ride	5.0	15.6	6.1	52.0	7.1	14.2	100.0
Overnattede i na- turen	6.2	16.9	5.8	36.0	8.1	27.0	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, parag- lider)	0.0	11.0	7.5	0.0	12.8	68.7	100.0
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	15.6	4.7	4.3	0.0	22.4	53.0	100.0

2. Tidspunkt for frilftsaktivitet

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

	I hverdagene	I weekenden	I ferier	Ved ikke	I alt
Luftede hund	691	609	547	17	728
Gik en tur	1694	1565	1308	44	1940
Oplevede natu- ren/stedet	1327	1433	1231	38	1690
Cyklede en tur	868	733	572	19	981
Løb en tur	244	210	162	12	283
Fotograferede	378	411	401	34	540
Så på dyr eller fug- le	1685	1677	1374	155	2228
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	265	288	243	19	372
Studerede natu- ren/stedet	919	940	820	46	1155
Sad stille og spi- ste (ude)	701	827	699	35	960
Legede	249	262	205	35	361
Var ude at ba- de/tog solbad	555	676	646	28	820
Var ude at fiske	44	55	39	5	68
Spillede golf	69	51	37	1	79
Cyklede på moun- tainbike	106	109	75	13	159
Sejlede (motor- båd)	24	33	30	5	45
Var ude at geoca- che	11	15	8	4	28
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	43	49	33	6	64
Gik på jagt	40	51	25	6	63
Sejlede (sejlbåd)	34	39	33	5	52
Var ude at ride	50	44	35	9	64
Overnattede i na- turen	9	23	24	15	43
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	3	3	2	9	13
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	2	5	5	12	23

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

	I hverdagene	I weekenden	I ferier	Ved ikke
Luffede hund	94.9	83.7	75.2	2.3
Gik en tur	87.3	80.6	67.4	2.3
Oplevede natu- ren/stedet	78.5	84.8	72.9	2.2
Cyklkede en tur	88.5	74.7	58.3	1.9
Løb en tur	86.2	74.1	57.2	4.1
Fotograferede	70.0	76.0	74.3	6.4
Så på dyr eller fug- le	75.6	75.3	61.7	6.9
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	71.1	77.3	65.2	5.1
Studerede natu- ren/stedet	79.5	81.4	71.0	4.0
Sad stille og spi- ste (ude)	73.1	86.2	72.9	3.7
Legede	69.0	72.5	56.7	9.6
Var ude at ba- de/tog solbad	67.7	82.4	78.8	3.4
Var ude at fiske	65.1	82.2	58.4	7.9
Spillede golf	87.3	64.4	47.0	1.8
Cyklkede på moun- tainbike	66.5	68.7	47.2	8.3
Sejlede (motor- båd)	53.9	73.7	67.3	10.7
Var ude at geoca- che	40.3	54.8	30.8	15.9
Roede (kajak, hav- kajak, kano, ro- båd)	67.3	77.0	51.1	9.8
Gik på jagt	63.2	80.2	39.7	9.7
Sejlede (sejlbåd)	65.2	74.6	64.0	8.7
Var ude at ride	77.8	67.8	54.9	14.6
Overnattede i na- turen	21.8	53.7	55.3	35.4
Flyvning (faldskærm, hanglider, parag- lider)	23.8	26.0	18.5	68.7
Surfing, herunder windsurfing og ki- tesurfing	8.8	22.1	22.1	53.0

3. Årsag til at begynde

Table 9: Da du startede med at dyrke friluftaktiviteten (se på dyr eller fugle), hvad fik dig så i gang med det?

	Antal	Procent
Anbefaling fra venner eller bekendte	176	7.9
Familietradition	818	36.7
Jeg havde hørt om aktiviteten fra internettet, radio eller fjernsyn	58	2.6
Jeg har altid godt kunne lide at være udenfor	1349	60.6
Min læge eller andet sundhedspersonale anbefalede mig det	26	1.2
Jeg blev inspireret via min skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	76	3.4
Jeg har udelukkende været friluftaktiv i forbindelse med skole, sfo, fritidsklub eller daginstitution	17	0.8
Jeg blev aktiv som led i mit arbejde	83	3.7
Jeg blev aktiv gennem idrætsforening	34	1.5
Jeg blev aktiv gennem en friluftforening	184	8.2
Jeg blev aktiv gennem anden forening	46	2.1
Det er udelukkende pga. behov hos hund, hest eller lign.	108	4.8
Ingen af de ovennævnte	105	4.7
Andet	166	7.4
Ved ikke	140	6.3
I alt	2228	

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	12	155	565	1	733
Gik en tur	33	533	1357	1	1924
Oplevede naturen/stedet	17	263	1392	3	1675
Cyklede en tur	58	621	387	1	1066
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	108	183	41	0	332
Fotograferede	2	28	664	0	694
Så på dyr eller fugle	11	153	1980	6	2149
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	6	21	544	3	574
Studerede naturen/stedet	9	149	1080	0	1237
Sad stille og spise (ude)	6	37	1078	2	1124
Legede	18	252	212	0	482
Var ude at bade/tage solbad	12	75	850	1	939
Var ude at fiske	2	8	139	0	149
Spillede golf	2	21	82	0	104
Cyklede på mountainbike	41	108	49	0	199
Sejlede (motorbåd)	1	5	85	0	91
Var ude at geocachede	1	14	49	0	64
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	7	40	69	2	118
Gik på jagt	4	18	64	3	90
Sejlede (sejlbåd)	0	12	91	0	103
Var ude at ride	3	35	61	0	99
Overnattede i naturen	2	6	120	0	129
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	2	3	24	0	29
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	3	9	28	3	43

Table 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	1.7	21.2	77.0	0.1	100.0
Gik en tur	1.7	27.7	70.5	0.0	100.0
Oplevede naturen/stedet	1.0	15.7	83.1	0.2	100.0
Cyklede en tur	5.4	58.2	36.3	0.1	100.0
Løb en tur (herunder orienteringsløb)	32.5	55.2	12.3	0.0	100.0
Fotograferede	0.3	4.0	95.7	0.0	100.0
Så på dyr eller fugle	0.5	7.1	92.1	0.3	100.0
Samlede bær, svampe, blomster eller lign.	1.0	3.7	94.7	0.5	100.0
Studerede naturen/stedet	0.7	12.0	87.3	0.0	100.0
Sad stille og spise (ude)	0.5	3.3	96.0	0.2	100.0
Legede	3.7	52.3	44.0	0.0	100.0
Var ude at bade/tage solbad	1.3	8.0	90.5	0.1	100.0
Var ude at fiske	1.4	5.1	93.5	0.0	100.0
Spillede golf	1.5	20.1	78.3	0.0	100.0
Cyklede på mountainbike	20.6	54.5	24.7	0.1	100.0
Sejlede (motorbåd)	0.8	5.3	93.5	0.4	100.0
Var ude at geocachede	1.1	21.3	77.6	0.0	100.0
Roede (kajak, havkajak, kano, robåd)	5.9	34.2	58.2	1.7	100.0
Gik på jagt	4.4	20.5	71.5	3.6	100.0
Sejlede (sejlbåd)	0.0	11.5	88.5	0.0	100.0
Var ude at ride	3.3	35.6	61.1	0.0	100.0
Overnattede i naturen	1.4	5.1	93.3	0.3	100.0
Flyvning (faldskærm, hangglider, paraglider)	6.8	9.3	82.9	1.0	100.0
Surfing, herunder windsurfing og kitesurfing	7.6	21.5	64.4	6.5	100.0

5. Friluftaktiviteter og sæson

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

	Antal	Procent
Ligeså friluftaktiv	575	26.9
Mere friluftaktiv	36	1.7
Mindre friluftaktiv	1499	70.2
Ved ikke	25	1.2
I alt	2135	100.0

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

	Antal	Procent
Samme friluftaktiviteter	1256	56.4
Andre friluftaktiviteter	474	21.3
Andre aktiviteter, der erstatter friluftaktiviteter såsom indendørs sport, gymnastik, fitness, mv.	630	28.3
Ved ikke	223	10.0

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

	Antal	Procent
Samler bær, svampe m.v.	90	4.0
Står på ski og skøjter i Danmark	81	3.6
Vinterbader	36	1.6
Andre friluftaktiviteter	333	15.0

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

	Antal	Procent
Ligeså fysisk aktiv	776	36.6
Mere fysisk aktiv	95	4.5
Mindre fysisk aktiv	1197	56.4
Ved ikke	53	2.5
I alt	2121	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 vigtigt	ikke	Ved ikke	Vigtigt	I alt
Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe)	271	699	124	113		30	872	2110
Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne)	187	849	74	30		14	954	2109
Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne)	124	1039	22	13		13	899	2109
Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater)	386	532	289	120		19	764	2109

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

	Hverken eller	Meget vigtigt	Mindre vigtigt	Slet vigtigt	ikke	Ved ikke	Vigtigt	I alt
Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe)	12.8	33.1	5.9	5.4		1.4	41.3	100.0
Afslapning (fx være i fred og ro, stress af, komme til hægterne)	8.9	40.2	3.5	1.4		0.7	45.2	100.0
Opleve naturen/landskabet (fx dyrene, vejret, årstiderne)	5.9	49.3	1.1	0.6		0.6	42.6	100.0
Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater)	18.3	25.2	13.7	5.7		0.9	36.2	100.0

7. Brug af naturen

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

	Antal	Procent
Alene og uden forening/klub	1602	71.9
Sammen med andre, som jeg selv laver aftaler med (uden forening/klub)	1490	66.9
Alene, med forening/klub	110	5.0
Sammen med andre i forening/klub	330	14.8
Ved ikke	43	1.9

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

	Antal	Procent
Som led i min uddannelse-/skolegang eller andet lærings- eller udviklingsforløb	83	3.7
Som led i et behandlingsforløb eller anbefaling fra læge, fysioterapeut eller andet sundhedspersonale eller behandler	285	12.8
Som led i mit arbejde indenfor social-, sundheds-, daginstitutions- eller uddannelses-/skoleområdet	167	7.5
Andet	485	21.8
Ingen af ovenstående passer på min situation	1245	55.9

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

	Antal	Procent
Ja	928	44.3
Nej	943	45.0
Ved ikke	226	10.8
I alt	2098	100.0

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

	Antal	Procent
Manglende tid pga. arbejde	484	21.7
Vejret	311	14.0
Fritiden bruges på computer, elektroniske spil eller tv	87	3.9
Manglende tid pga. sport/andre hobbyer	104	4.7
Der er ingen at følges med	64	2.9
Der er for langt til naturen	44	2.0
Manglende lyst	64	2.9
Det er for besværligt	40	1.8
Jeg mangler gode ideer til sjove og spændende oplevelser i naturen	67	3.0
Der er for få aktiviteter i naturen	22	1.0
Der er for mange love og regler, der skal overholdes i naturen	18	0.8
Andet	263	11.8

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	Ved ikke	I alt
...din helbredstilstand?	19	22	264	69	98	78	200	143	274	562	357	1	2087
...dit psykiske velvære/humør?	11	12	437	45	57	59	130	129	225	522	458	1	2087
...dit sociale liv?	5	9	430	44	67	63	142	131	259	512	423	1	2087
...dit liv generelt?	6	12	459	21	32	42	105	96	240	521	553	1	2087

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	Ved ikke	I alt
...din helbredstilstand?	0.9	1.0	12.6	3.3	4.7	3.7	9.6	6.9	13.1	26.9	17.1	0.0	100.0
...dit psykiske velvære/humør?	0.5	0.6	21.0	2.2	2.7	2.8	6.2	6.2	10.8	25.0	22.0	0.0	100.0
...dit sociale liv?	0.2	0.4	20.6	2.1	3.2	3.0	6.8	6.3	12.4	24.5	20.3	0.0	100.0
...dit liv generelt?	0.3	0.6	22.0	1.0	1.5	2.0	5.1	4.6	11.5	24.9	26.5	0.0	100.0

Tabel 24: I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter 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?	218	1064	46	726	13	18	2085
...dit psykiske velvære og humør?	164	1046	22	831	9	14	2085
...dit sociale liv?	878	733	106	260	65	43	2085
...dit liv generelt?	253	1130	35	630	11	26	2085

Tabel 25: I hvilken grad har du en oplevelse af, at friluftaktiviteter 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?	10.5	51.0	2.2	34.8	0.6	0.9	100.0
...dit psykiske velvære og humør?	7.8	50.1	1.1	39.8	0.4	0.7	100.0
...dit sociale liv?	42.1	35.2	5.1	12.5	3.1	2.1	100.0
...dit liv generelt?	12.1	54.2	1.7	30.2	0.5	1.3	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	454	110	1516	2079
At gå flere etager op ad trapper	508	154	1418	2079

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	21.8	5.3	72.9	100.0
At gå flere etager op ad trapper	24.4	7.4	68.2	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	177	102	473	361	947	2061
Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre	154	104	452	305	1046	2061

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	8.6	5.0	23.0	17.5	46.0	100.0
Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre	7.5	5.1	21.9	14.8	50.8	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?	1328	191	76	327	127	6	2055
...følt dig rolig og afslappet?	1166	191	88	408	186	17	2055
...følt dig aktiv og energisk?	901	126	149	573	267	39	2055
...vågnet frisk og udhvilet?	876	169	194	471	274	71	2055
...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?	1117	275	107	368	171	18	2055

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 mere end halvdelen af tiden	Lidt mindre end halvdelen af tiden	På intet tidspunkt	I alt
...følt dig glad og i godt humør?	64.6	9.3	3.7	15.9	6.2	0.3	100.0
...følt dig rolig og afslappet?	56.7	9.3	4.3	19.9	9.0	0.8	100.0
...følt dig aktiv og energisk?	43.9	6.1	7.2	27.9	13.0	1.9	100.0
...vågnet frisk og udhvilet?	42.6	8.2	9.4	22.9	13.3	3.4	100.0
...haft en dagligdag fyldt med ting der interesserer dig?	54.4	13.4	5.2	17.9	8.3	0.9	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?	11	1149	62	819	2041
...dig som en del af en vennegruppe?	50	1022	170	799	2041
...dig isoleret fra andre?	647	71	769	555	2041
...at du savner nogen at være sammen med?	638	74	753	575	2040
...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?	32	942	122	944	2040
...dig udenfor?	828	57	763	392	2040

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?	0.5	56.3	3.0	40.1	100.0
...dig som en del af en vennegruppe?	2.5	50.1	8.3	39.2	100.0
...dig isoleret fra andre?	31.7	3.5	37.7	27.2	100.0
...at du savner nogen at være sammen med?	31.3	3.6	36.9	28.2	100.0
...at du har meget til fælles med dem du er sammen med?	1.6	46.2	6.0	46.3	100.0
...dig udenfor?	40.6	2.8	37.4	19.2	100.0

9. BaggrundsvARIABLE

Tabel 34: Region

	Antal	Procent
Region Hovedstaden	511	25.3
Region Midtjylland	487	24.1
Region Nordjylland	193	9.6
Region Sjælland	313	15.5
Region Syddanmark	517	25.6
I alt	2021	100.0

Tabel 35: Hvad er din højest gennemførte uddannelse?

	Antal	Procent
Erhvervsuddannelse	492	24.2
Folkeskole/grundskole (inkl. mellemskole og realeksamen)	358	17.6
Kort videregående uddannelse (under 3 år)	281	13.8
Lang videregående uddannelse (over 4 år)	213	10.4
Mellemlang videregående uddannelse (op til 4 år)	544	26.7
Studentereksamen, HF, HH, HTX el. lign.	132	6.5
Ved ikke	16	0.8
I alt	2036	100.0

Tabel 36: Hvad er din beskæftigelsessituation?

	Antal	Procent
Andet	96	4.7
Efterløbner/pensionist	876	43.1
Faglært arbejde (fx håndværker)	151	7.4
Funktionæransat eller lignende (læge, bankansat, kontor, lærer, sygeplejerske m.v.)	450	22.1
Ledig	40	2.0
Medarbejdende ægtefælle	19	0.9
Midlertidigt udenfor arbejdsstyrke (orlov, dagpenge i sygdoms-/barselsperiode, revalidering, introduktionsuddannelse, aktivering m.m.).	64	3.2
Selvstændig	118	5.8
Studerende/uddannelsessøgende/går i skole	90	4.4
Ufaglært arbejde	129	6.4
I alt	2033	100.0

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

	Antal	Procent
Ja	241	25.2
Nej	695	72.7
Ved ikke/vil ikke oplyse	21	2.2
I alt	957	100.0

Tabel 38: Inden for hvilket område arbejder du?

	Antal	Procent
Andet	91	37.9
Beskæftigelse og aktivering	5	1.9
Coaching	5	2.1
Daginstitution/børnepasning (fx vuggestue, børnehave og dagpleje)	41	17.2
Fritidstilbud (sfo, fritidsklub, ungdomsklub mm.)	14	5.7
Kommunale sundhedstilbud	4	1.8
Naturvejleder	1	0.5
Psykologi og terapi	7	2.9
Sundhedsvæsen (hospital, sundhedscenter, lægeklinik, fysioterapi, kiropraktik eller lignende)	20	8.3
Undervisning (skole, ungdomsuddannelse, efterskole, højskole mm.)	48	19.8
Ungevejledning	5	1.9
I alt	241	100.0

Tabel 39: Er du født i Danmark?

	Antal	Procent
Ja	1918	94.4
Nej	114	5.6
I alt	2032	100.0

Tabel 40: Har du hjemmeboende børn under 15 år?

	Antal	Procent
Ja	277	13.6
Nej	1755	86.4
I alt	2032	100.0

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

	Antal	Procent
100.000-199.999	382	18.8
200.000-299.999	335	16.5
300.000-399.999	366	18.0
400.000-499.999	221	10.9
500.000-599.999	63	3.1
600.000-699.999	37	1.8
700.000 eller derover	45	2.2
Under 100.000	228	11.2
Ved ikke	125	6.2
Vil ikke oplyse	231	11.4
I alt	2032	100.0

Tabel 42: Køn

	Antal	Procent
Kvinder	1191	55.5
Mænd	955	44.5
I alt	2146	100.0

Tabel 43: Alderskategori

	Antal	Procent
18-29 år	146	6.8
30-39 år	153	7.2
40-49 år	313	14.6
50-59 år	415	19.3
60-69 år	666	31.1
70+ år	452	21.1
I alt	2145	100.0

10. Friluftsliv på arbejdet

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

	Antal	Procent
1-3 gange om måneden	31	12.9
1-3 gange om ugen	60	25.0
Dagligt eller næsten dagligt	73	30.3
Flere gange hver dag	44	18.5
Næsten aldrig eller aldrig	7	2.9
Sjældnere end 1 gang månedligt	18	7.4
Ved ikke	7	3.0
I alt	241	100.0

Tabel 45: Hvorfor bruger du frilftsaktiviteter i dit arbejde?

	Antal	Procent
Det er en del af jobbeskrivelsen	108	4.8
Det øger min arbejdsglæde	137	6.2
Det gavner den fysiske helbredstilstand hos dem, jeg arbejder med	94	4.2
Det gavner det psykiske velvære hos dem, jeg arbejder med	103	4.6
Det gavner det sociale liv hos dem, jeg arbejder med	81	3.6
Det skaber god gruppedynamik hos dem, jeg arbejder med	77	3.5
Andet	30	1.4

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

	Hverken el- ler	Høj grad	Mindre grad	Nogen grad	Slet ikke	Ved ikke	I alt
...at frilftsaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med?	5	88	4	40	0	4	142
...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere frilftsaktiviteter	19	30	3	73	3	14	142

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

	Hverken el- ler	Høj grad	Mindre grad	Nogen grad	Slet ikke	Ved ikke	I alt
...at frilftsaktiviteter gavner den målgruppe, du arbejder med?	3.8	62.0	2.8	28.4	0.1	3.0	100.0
...at dit arbejde motiverer dem du arbejder med til at dyrke yderligere frilftsaktiviteter	13.5	21.1	2.0	51.4	1.8	10.1	100.0

11. Kryds med køn

Tablet 48: "Luftede hund:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	65	28	93
1-3 gange om ugen	47	41	88
Dagligt eller næsten dagligt	103	90	192
Flere gange hver dag	259	172	430
Næsten aldrig eller aldrig	646	563	1209
Sjældnere end 1 gang månedligt	63	44	107
Ved ikke	8	18	26
I alt	1191	955	2146

Tablet 49: "Luftede hund:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	5.5	2.9	4.3
1-3 gange om ugen	3.9	4.3	4.1
Dagligt eller næsten dagligt	8.6	9.4	9.0
Flere gange hver dag	21.7	18.0	20.1
Næsten aldrig eller aldrig	54.3	58.9	56.3
Sjældnere end 1 gang månedligt	5.3	4.6	5.0
Ved ikke	0.7	1.9	1.2
I alt	100.0	100.0	100.0

Tablet 50: "Oplevede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	172	184	357
1-3 gange om ugen	338	307	645
Dagligt eller næsten dagligt	427	303	730
Flere gange hver dag	166	92	259
Næsten aldrig eller aldrig	40	32	72
Sjældnere end 1 gang månedligt	37	26	63
Ved ikke	10	11	21
I alt	1191	955	2146

Table 51: "Oplevede naturen/stedet:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	14.5	19.3	16.6
1-3 gange om ugen	28.4	32.1	30.0
Dagligt eller næsten dagligt	35.9	31.7	34.0
Flere gange hver dag	14.0	9.7	12.1
Næsten aldrig eller aldrig	3.4	3.3	3.3
Sjældnere end 1 gang månedligt	3.1	2.7	3.0
Ved ikke	0.8	1.2	1.0
I alt	100.0	100.0	100.0

Table 52: "Fotograferede:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	328	255	583
1-3 gange om ugen	231	134	365
Dagligt eller næsten dagligt	79	46	125
Flere gange hver dag	30	9	39
Næsten aldrig eller aldrig	300	350	650
Sjældnere end 1 gang månedligt	215	157	372
Ved ikke	8	5	13
I alt	1191	955	2146

Table 53: "Fotograferede:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	27.6	26.7	27.2
1-3 gange om ugen	19.4	14.0	17.0
Dagligt eller næsten dagligt	6.6	4.8	5.8
Flere gange hver dag	2.5	0.9	1.8
Næsten aldrig eller aldrig	25.2	36.7	30.3
Sjældnere end 1 gang månedligt	18.1	16.4	17.3
Ved ikke	0.6	0.5	0.6
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 54: "Sad stille og spiste (ude):Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsaaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	336	310	646
1-3 gange om ugen	318	240	558
Dagligt eller næsten dagligt	206	100	305
Flere gange hver dag	59	19	78
Næsten aldrig eller aldrig	108	129	236
Sjældnere end 1 gang månedligt	161	148	310
Ved ikke	4	9	13
I alt	1191	955	2146

Tabel 55: "Sad stille og spiste (ude):Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsaaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
1-3 gange om måneden	28.2	32.5	30.1
1-3 gange om ugen	26.7	25.1	26.0
Dagligt eller næsten dagligt	17.3	10.4	14.2
Flere gange hver dag	4.9	2.0	3.6
Næsten aldrig eller aldrig	9.0	13.5	11.0
Sjældnere end 1 gang månedligt	13.6	15.5	14.4
Ved ikke	0.3	1.0	0.6
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 56: "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ligeså friluftsaaktiv	263	298	561
Mere friluftsaaktiv	10	25	35
Mindre friluftsaaktiv	872	588	1460
Ved ikke	12	13	25
I alt	1157	924	2081

Tabel 57: "Sammenlignet med sommerhalvåret, er du så i vinterhalvåret..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ligeså friluftsaaktiv	22.8	32.2	27.0
Mere friluftsaaktiv	0.9	2.7	1.7
Mindre friluftsaaktiv	75.4	63.7	70.2
Ved ikke	1.0	1.4	1.2
I alt	100.0	100.0	100.0

Table 58: "Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	139	128	267
Meget vigtigt	406	276	682
Mindre vigtigt	65	55	120
Slet ikke vigtigt	47	64	111
Ved ikke	24	7	30
Vigtigt	468	389	857
I alt	1150	918	2068

Table 59: "Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	12.1	13.9	12.9
Meget vigtigt	35.3	30.1	33.0
Mindre vigtigt	5.7	6.0	5.8
Slet ikke vigtigt	4.1	7.0	5.4
Ved ikke	2.1	0.7	1.5
Vigtigt	40.7	42.4	41.5
I alt	100.0	100.0	100.0

Table 60: "Afslapning (fx være i fred og ro, stresse af, komme til hægterne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	85	100	185
Meget vigtigt	500	330	831
Mindre vigtigt	35	38	73
Slet ikke vigtigt	13	18	30
Ved ikke	10	4	14
Vigtigt	505	428	933
I alt	1149	918	2067

Table 61: "Afslapning (fx være i fred og ro, stresse af, komme til hægterne):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	7.4	10.9	9.0
Meget vigtigt	43.6	36.0	40.2
Mindre vigtigt	3.1	4.1	3.5
Slet ikke vigtigt	1.1	1.9	1.5
Ved ikke	0.8	0.4	0.7
Vigtigt	44.0	46.6	45.1
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 62: "Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	209	171	380
Meget vigtigt	323	200	523
Mindre vigtigt	161	121	282
Slet ikke vigtigt	60	57	117
Ved ikke	12	7	19
Vigtigt	384	363	747
I alt	1149	918	2067

Tabel 63: "Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Hverken eller	18.2	18.6	18.4
Meget vigtigt	28.2	21.7	25.3
Mindre vigtigt	14.0	13.2	13.6
Slet ikke vigtigt	5.2	6.2	5.7
Ved ikke	1.0	0.7	0.9
Vigtigt	33.4	39.5	36.1
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 64: "Lettre aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ja, lidt begrænset	287	165	453
Ja, meget begrænset	66	43	109
Nej, slet ikke begrænset	781	701	1482
I alt	1134	909	2043

Tabel 65: "Lettre aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Ja, lidt begrænset	25.3	18.2	22.2
Ja, meget begrænset	5.8	4.7	5.3
Nej, slet ikke begrænset	68.9	77.1	72.5
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 66: "...følt dig aktiv og energisk?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	485	402	887
Hele tiden	54	72	125
Lidt af tiden	91	57	148
Lidt mere end halvdelen af tiden	320	245	565
Lidt mindre end halvdelen af tiden	155	112	267
På intet tidspunkt	24	14	38
I alt	1129	901	2030

Tabel 67: "...følt dig aktiv og energisk?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	43.0	44.6	43.7
Hele tiden	4.7	8.0	6.2
Lidt af tiden	8.1	6.3	7.3
Lidt mere end halvdelen af tiden	28.4	27.2	27.8
Lidt mindre end halvdelen af tiden	13.7	12.4	13.1
På intet tidspunkt	2.1	1.5	1.9
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 68: "...vågnet frisk og udhvilet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	479	383	861
Hele tiden	72	95	167
Lidt af tiden	112	81	193
Lidt mere end halvdelen af tiden	257	210	467
Lidt mindre end halvdelen af tiden	170	102	272
På intet tidspunkt	39	31	70
I alt	1129	901	2030

Tabel 69: "...vågnet frisk og udhvilet?:Hvis du tænker på de sidste to uger: hvor ofte har du..." sammenholdt med køn (procent over kolonner)

	Kvinder	Mænd	I alt
Det meste af tiden	42.4	42.4	42.4
Hele tiden	6.4	10.6	8.2
Lidt af tiden	10.0	9.0	9.5
Lidt mere end halvdelen af tiden	22.8	23.3	23.0
Lidt mindre end halvdelen af tiden	15.1	11.3	13.4
På intet tidspunkt	3.4	3.4	3.4
I alt	100.0	100.0	100.0

Tablet 70: "...dig som en del af en vennegruppe?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Aldrig	23	27	50
Altid	578	436	1015
Sjældent	78	91	169
Sommetider	442	341	782
I alt	1122	894	2016

Tablet 71: "...dig som en del af en vennegruppe?: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	2.1	3.0	2.5
Altid	51.6	48.8	50.3
Sjældent	7.0	10.1	8.4
Sommetider	39.4	38.1	38.8
I alt	100.0	100.0	100.0

Tablet 72: "...dig isoleret fra andre?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Aldrig	331	308	638
Altid	31	40	71
Sjældent	449	309	758
Sommetider	312	238	550
I alt	1122	894	2016

Tablet 73: "...dig isoleret fra andre?: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	29.5	34.4	31.7
Altid	2.7	4.5	3.5
Sjældent	40.0	34.5	37.6
Sommetider	27.8	26.6	27.3
I alt	100.0	100.0	100.0

Tablet 74: "...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	333	296	628
Altid	29	45	74
Sjældent	421	321	742
Sommetider	338	233	571
I alt	1121	894	2015

Tabel 75: "...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	29.7	33.1	31.2
Altid	2.6	5.0	3.7
Sjældent	37.6	35.9	36.8
Sommetider	30.1	26.1	28.3
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 76: "...dig udenfor?:Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med køn (antal)

	Kvinder	Mænd	I alt
Aldrig	408	410	819
Altid	34	23	57
Sjældent	447	302	748
Sommetider	232	159	391
I alt	1121	894	2015

Tabel 77: "...dig udenfor?: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	36.4	45.9	40.6
Altid	3.0	2.6	2.8
Sjældent	39.8	33.7	37.1
Sommetider	20.7	17.8	19.4
I alt	100.0	100.0	100.0

12. Kryds med alderskategori

Tabel 78: "Så på dyr eller fugle:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskategorier: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " sammenholdt med alderskategori (antal)

	18-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år	I alt
1-3 gange om ugen	92	79	186	209	284	146	996
Dagligt eller næsten dagligt	39	66	94	160	281	226	865
Flere gange hver dag	15	9	33	46	101	81	284
I alt	146	153	313	415	666	452	2145

Tabel 79: "Så på dyr eller fugle:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftsskategorier: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund. " 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
1-3 gange om ugen	62.8	51.5	59.4	50.5	42.7	32.2	46.4
Dagligt eller næsten dagligt	26.8	42.8	30.0	38.5	42.2	49.9	40.3
Flere gange hver dag	10.4	5.7	10.5	11.0	15.2	17.8	13.3
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

Tablet 80: "Sad stille og spiste (ude):Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	299	304	603
1-3 gange om ugen	271	261	532
Dagligt eller næsten dagligt	127	158	284
Flere gange hver dag	29	40	69
Næsten aldrig eller aldrig	110	116	226
Sjældnere end 1 gang månedligt	137	157	294
Ved ikke	9	2	11
I alt	982	1037	2020

Tablet 81: "Sad stille og spiste (ude):Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	30.5	29.3	29.9
1-3 gange om ugen	27.6	25.2	26.3
Dagligt eller næsten dagligt	12.9	15.2	14.1
Flere gange hver dag	2.9	3.9	3.4
Næsten aldrig eller aldrig	11.2	11.2	11.2
Sjældnere end 1 gang månedligt	14.0	15.1	14.6
Ved ikke	0.9	0.2	0.5
I alt	100.0	100.0	100.0

Tablet 82: "Legede:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	153	209	362
1-3 gange om ugen	89	102	191
Dagligt eller næsten dagligt	54	48	101
Flere gange hver dag	20	9	29
Næsten aldrig eller aldrig	459	466	926
Sjældnere end 1 gang månedligt	158	177	335
Ved ikke	49	27	76
I alt	982	1037	2020

Tabel 83: "Legede:Hvis du kun tænker på sommerhalvåret 2016, hvor ofte udførte du så følgende typer af friluftaktiviteter: Husk at se bort fra natur i egen have, på din private eller arbejdspladsens grund." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
1-3 gange om måneden	15.6	20.1	17.9
1-3 gange om ugen	9.1	9.8	9.5
Dagligt eller næsten dagligt	5.5	4.6	5.0
Flere gange hver dag	2.0	0.8	1.4
Næsten aldrig eller aldrig	46.8	45.0	45.8
Sjældnere end 1 gang månedligt	16.1	17.0	16.6
Ved ikke	5.0	2.6	3.8
I alt	100.0	100.0	100.0

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

Tabel 84: "Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	136	120	256
Meget vigtigt	301	364	666
Mindre vigtigt	52	65	117
Slet ikke vigtigt	61	47	108
Ved ikke	9	19	28
Vigtigt	423	422	845
I alt	982	1037	2020

Tabel 85: "Fysisk aktivitet (fx gå, løbe, ride, ro, klatre, sejle, cykle, surfe):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	13.9	11.5	12.7
Meget vigtigt	30.7	35.1	33.0
Mindre vigtigt	5.3	6.3	5.8
Slet ikke vigtigt	6.2	4.5	5.3
Ved ikke	0.9	1.9	1.4
Vigtigt	43.0	40.7	41.8
I alt	100.0	100.0	100.0

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

Tabel 86: "Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	160	205	365
Meget vigtigt	286	230	517
Mindre vigtigt	118	162	280
Slet ikke vigtigt	45	69	114
Ved ikke	12	4	17
Vigtigt	360	367	727
I alt	982	1037	2020

Tabel 87: "Socialt samvær (fx med partner, familie, venner, foreningskammerater):Hvor vigtigt er følgende som motivation for, at du søger ud i naturen/landskabet:" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Hverken eller	16.3	19.8	18.1
Meget vigtigt	29.1	22.2	25.6
Mindre vigtigt	12.0	15.6	13.8
Slet ikke vigtigt	4.6	6.7	5.7
Ved ikke	1.2	0.4	0.8
Vigtigt	36.7	35.4	36.0
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 88: "Har du lyst til at være mere friluftaktiv, end du er for tiden? " sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja	408	483	891
Nej	454	452	906
Ved ikke	120	103	223
I alt	982	1037	2020

Tabel 89: "Har du lyst til at være mere friluftaktiv, end du er for tiden? " sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja	41.6	46.5	44.1
Nej	46.3	43.5	44.9
Ved ikke	12.2	9.9	11.0
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 90: "...din helbredstilstand?: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..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
0	10	8	18
1	12	8	20
10	119	138	257
2	37	27	64
3	52	45	97
4	35	39	74
5	113	83	195
6	67	73	140
7	117	147	265
8	264	276	540
9	157	194	350
I alt	982	1037	2020

Tabel 91: "...din helbredstilstand?: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..." sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
0	1.0	0.8	0.9
1	1.2	0.8	1.0
10	12.2	13.3	12.7
2	3.8	2.6	3.2
3	5.3	4.4	4.8
4	3.5	3.8	3.7
5	11.5	8.0	9.7
6	6.8	7.0	6.9
7	11.9	14.2	13.1
8	26.9	26.6	26.7
9	16.0	18.7	17.3
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 92: "Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja, lidt begrænset	252	190	442
Ja, meget begrænset	59	48	107
Nej, slet ikke begrænset	672	799	1471
I alt	982	1037	2020

Tabel 93: "Lettere aktiviteter, så som at flytte borde, støvsuge eller cykle:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja, lidt begrænset	25.6	18.3	21.9
Ja, meget begrænset	6.0	4.6	5.3
Nej, slet ikke begrænset	68.4	77.1	72.8
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 94: "At gå flere etager op ad trapper:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja, lidt begrænset	278	222	500
Ja, meget begrænset	83	64	147
Nej, slet ikke begrænset	621	752	1373
I alt	982	1037	2020

Tabel 95: "At gå flere etager op ad trapper:Er du på grund af dit helbred begrænset i følgende aktiviteter i dagligdagen?" sammenholdt med uddannelsestype (procent over kolonner)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Ja, lidt begrænset	28.3	21.4	24.7
Ja, meget begrænset	8.5	6.1	7.3
Nej, slet ikke begrænset	63.2	72.5	68.0
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 96: "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	95	78	173
Hele tiden	52	48	100
Lidt af tiden	242	221	463
Noget af tiden	184	167	351
På intet tidspunkt	410	523	933
I alt	982	1037	2020

Tabel 97: "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	9.6	7.5	8.5
Hele tiden	5.3	4.7	5.0
Lidt af tiden	24.6	21.3	22.9
Noget af tiden	18.7	16.1	17.4
På intet tidspunkt	41.7	50.4	46.2
I alt	100.0	100.0	100.0

Table 98: "Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre: 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	84	66	149
Hele tiden	59	43	102
Lidt af tiden	221	223	444
Noget af tiden	158	138	297
På intet tidspunkt	461	566	1027
I alt	982	1037	2020

Table 99: "Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunne udføre: 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	8.5	6.4	7.4
Hele tiden	6.0	4.2	5.1
Lidt af tiden	22.5	21.5	22.0
Noget af tiden	16.1	13.3	14.7
På intet tidspunkt	46.9	54.6	50.8
I alt	100.0	100.0	100.0

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

Table 100: "...dig isoleret fra andre?: Følgende sætninger beskriver, hvordan man nogle gange har det. Angiv hvor ofte du føler..." sammenholdt med uddannelsestype (antal)

	Ikke videregående	Videregående	I alt
Aldrig	320	322	642
Altid	41	30	71
Sjældent	353	408	761
Sommetider	268	278	546
I alt	982	1037	2020

Table 101: "...dig isoleret fra andre?: 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	32.6	31.1	31.8
Altid	4.2	2.9	3.5
Sjældent	36.0	39.3	37.7
Sommetider	27.3	26.8	27.0
I alt	100.0	100.0	100.0

Tabel 102: "...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	303	329	632
Altid	46	27	73
Sjældent	333	411	745
Sommetider	301	270	571
I alt	982	1037	2020

Tabel 103: "...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	30.8	31.7	31.3
Altid	4.7	2.6	3.6
Sjældent	33.9	39.6	36.9
Sommetider	30.6	26.1	28.3
I alt	100.0	100.0	100.0