

FAKTA

om friluftslivet
i Danmark



Friluftsrådet



FORORD

Friluftsliv er vigtigt for danskerne. Det er sundhedsfremmende, både mentalt og fysisk. Det fremmer sociale relationer, fremmer indlæring hos skoleelever og er i det hele taget et centralt element i vores nationale identitet.

Friluftsrådet ser et behov for at dokumentere, hvor vigtigt friluftslivet er og hvor stor en del af den danske befolkning der værdsætter naturoplevelser. Vi vil vise omfanget og variationen i danskernes naturoplevelser, og give læseren små indsigtsfulde overraskelser over friluftslivets betydning.

Publikationen er delt i tre: Først en præsentation af rammerne for at dyrke friluftsliv i Danmark. Dernæst en oversigt over omfanget af friluftslivet i Danmark – hvem der dyrker friluftsliv, hvor de gør det etc. Og til sidst en sammenstilling af, hvilken betydning friluftslivet har for vores samfund.

Desuden er publikationen forsynet med en oversigt over det, vi ikke ved – de hvide felter på landkortet, som nødvendigvis må dukke op, når der laves en oversigt som denne. Med Friluftsrådets anbefaling af, at disse emner for forskning og dokumentation bliver genstand for en målrettet indsats fra forskere og organisationer, er det håbet, at vi fremover vil kunne dokumentere endnu flere af friluftslivets mange facetter – til gavn og glæde for den danske befolkning.

Publikationen er Friluftsrådets faktuelle indspil til arbejdet med at fremme mulighederne for friluftslivet lokalt og nationalt, og det er håbet, at den vil bringe ny viden og nye perspektiver i debatten om rekreative muligheder ved at dokumentere værdien af friluftsliv for den enkelte og for samfundet som helhed.



INDHOLD

1.	Friluftslivets muligheder og begrænsninger	9
	1.1 Muligheder for friluftsliv	10
	1.2 Lovgivningsmæssige rammer for friluftsliv	11
	1.3 Fysiske barrierer for friluftslivet	14
2.	Friluftslivets omfang	17
	2.1 Hvor mange dyrker friluftsliv?	18
	91 % af danskerne kommer ud i naturen hvert år	18
	En fjerdedel af befolkningen er regelmæssigt på vandretur i naturen	18
	Mere end 1 million danskere er i naturen med en forening	20
	Friluftslivet uden om foreningerne er omfangsrigt, men stort set uafdækket	22
	Temadage bringer tusindvis ud i naturen	24
	Kampagner og undervisningsinitiativer får børn ud i naturen	25
	1 million får naturoplevelser med naturvejledere	25
	2.2 Hvordan adskiller friluftsudøverne sig fra hinanden?	25
	Hyppigheden af naturbesøg stiger med alderen	25
	De, der har langt til naturen, bruger den sjældnere	26
	Hundeejere er oftere i skoven	26



2.3 Hvor hyppigt dyrker danskerne friluftsliv?	26
Mange cykler og går i naturen hver uge	26
Danskerne er i skoven 10 gange om året	26
Børn kommer mindre og mindre ud i naturen	27
2.4 Hvilke udviklingstendenser ses i friluftslivet?	28
Friluftslivet foregår mere og mere i hverdagene	28
Skovturen varer kortere tid end tidligere	28
Transporttid til naturen bliver kortere	28
Flere går eller cykler ud i naturen frem for at tage bilen	29
Flere og flere motionerer i skoven	29
2.5 Hvor finder friluftslivet sted?	29
Friluftslivet er henvist til en lille del af landets samlede areal	29
Byens friluftsmuligheder er ukendte	31
Skov og strand foretrækkes til friluftsliv	31
En tredjedel af organisationerne dyrker friluftsliv i byen	32
Afstanden til nærmeste grønne område har betydning for anvendelsen	32
2.6 Hvilke friluftsfaciliteter findes og anvendes?	33
Antallet af friluftsfaciliteter, og i hvilket omfang de anvendes, kendes ikke	33
64 % af danskerne bruger afmærkede stier og ruter	35
Kommunerne sætter fokus på friluftsliv og stier i kommuneplanerne	35
Behov for viden om faciliteter til friluftsliv	35
Generel tilfredshed med antallet af faciliteter	36
Høj tilfredshed med naturbesøg	36



2.7 Hvilke barrierer og forbedringsønsker er der for friluftslivet? 37

Sport og elektroniske medier holder børnene væk fra naturen	37
Arbejde og dårligt vejr er barrierer for de voksnes friluftsliv	38
Befolkningen har ringe kendskab til reglerne for færdsel	39
Markveje i det åbne land nedlægges	40
Løse hunde skaber utryghed	40
De færreste oplever jagt som en forhindring for færdsel	40
Mere natur og vildt kan lokke danskerne oftere i naturen	40

3. Friluftslivets betydning 43

3.1 Hvorfor dyrker danskerne friluftsliv? 44

Fire ud af fem danskere mener, at naturoplevelser er vigtige for livskvaliteten	44
---	----

3.2 Påvirker friluftsliv sundheden? 44

Naturen er en vigtig motivationsfaktor for at dyrke motion	45
Sociale forskelle i afstand til grønne områder	46
Afstanden til grønne områder hænger sammen med sundhedstilstanden	47
Grønne områder kan gøre arbejdsdagen sundere	49
Bynatur og grønne områder kan have positiv social betydning	50



3.3 Hvilke pædagogiske effekter har friluftsliv?	51
Udeskole kan styrke trivsel og læringsmiljø	51
Udeskole kan styrke børns læring og hukommelse	51
Udeskole fremmer fysisk aktivitet	52
Udeskole påvirker drenges mentale sundhed positivt	52
Udeliv og naturleg kan fremme motorisk udvikling	52
3.4 Hvilke effekter har friluftslivet for særlige grupper?	53
Friluftsliv og etnicitet – særlige indsatser kan åbne op for nye brugere	53
Ældre og friluftsliv	55
Friluftsliv har effekt i behandlingen af spiseforstyrrede	57
Friluftsliv kan være med til at behandle stress	57
3.5 Hvad er friluftslivets økonomiske effekt?	59
Svenskerne anvender knap 100 milliarder kroner på friluftsliv	59
Lystfiskeri i Danmark udgør et forbrug på 2,9 milliarder kroner	61
Friluftsliv og oplevelsesøkonomi kan hjælpe lokalsamfund	62
Betalingsvillighed som mål for friluftslivets værdi	63
Betydning af grønne områder og natur afspejler sig i huspriserne	64
Friluftslivet kan reducere sundhedsudgifterne	65
4. Fremtidig dokumentation af friluftslivet	67
Stort behov for yderligere viden	68

Referenceliste	70
-----------------------	-----------



1. FRILUFTSLIVETS MULIGHEDER OG BEGRÆNSNINGER

Hvert år er rigtig mange danskere i skoven, på stranden eller ude i det åbne land for at udøve forskellige former for friluft aktiviteter. Interessen for friluftsliv er stor, og mulighederne mange. Friluftslivet i Danmark består af utallige aktiviteter i det fri, og der opstår hele tiden nye former for friluft aktiviteter, som henvender sig til nye målgrupper.

Rammerne for friluftslivet sættes af naturen omkring os, bestemmelser i lovgivningen samt en række fysiske forhold som eksempelvis tilgængeligheden af arealer, hvor friluftslivet kan udfolde sig.

1.1 Muligheder for friluftsliv

Naturen er en grundlæggende forudsætning for friluftsliv. Uden natur intet friluftsliv. Derfor er mulighederne for friluftsliv i høj grad afhængige af den natur, vi har. Friluftslivet kan foregå både på landjorden, på vandet og i luften. Til lands danner især skoven, stranden og byens grønne områder ramme for talrige friluftsaftiviteter. Danmarks lange kystlinje rummer mange muligheder for friluftsliv på, i og under vandoverfladen, og her findes aktiviteter lige fra undervandsjagt til picnic på flydende platforme. På samme måde har søer og vandløb store friluftsmuligheder som for eksempel sejlads og lystfiskeri, ligesom der i luften er muligheder for friluftsliv, eksempelvis i form af svæveflyvning og paragliding.

Mulighederne for at dyrke friluftsliv er således mange, og de formidles ad mange forskellige kanaler. Det foreningsbaserede friluftsliv giver muligheder for en lang række friluftsaftiviteter under organiserede forhold, lige fra spejderliv og svampesamling til kajakundervisning og luftballonflyvning. Desuden er skoler og institutioner ramme om mange friluftsaftiviteter for børn og unge. Og i erhvervsmæssig sammenhæng er der muligheder for at dyrke friluftsaftiviteter mod betaling, eksempelvis på særlige baner og anlæg. En stor del af friluftslivet finder sted uden om foreninger, institutioner og erhverv. Her foregår friluftsaftiviteterne ofte på eget initiativ, som for eksempel familieskovturen, gå- eller cykelture eller overnatning i shelter. Ud over dette formidles friluftslivet gennem natur- og friluftsv ejledere, på naturcentre og gennem informationsskilte i naturen, og der ses en stigende anvendelse af sociale medier, applikationer og scanningskoder, som gør det muligt at planlægge, udføre og udvikle friluftslivet samt formidle naturen på nye måder.

Mulighederne for at dyrke friluftsliv afhænger af vores omgivelser og tilgængelighed og afstand til naturarealer. Specielt markveje, skovveje og stier skaber muligheder for friluftsliv. Derudover er der landet over etableret en lang række af faciliteter, som forbedrer mulighederne for friluftsliv. Ruteforløb, bålpladser, bænke, bådebroer, overnatningspladser, fugletårne og standere med information om naturen er alle eksempler på faciliteter, der gør det let at komme tæt på naturen, og som giver mulighed for friluftsoplevelser.

Danmarks natur og klima er med til at sætte rammerne for friluftslivet. Naturen i Danmark er i høj grad tryk at færdes i, da her hverken lever farlige rovdyr eller giftige krybdyr eller findes meget store naturarealer at fare vild i. Det giver gode muligheder for et trygt friluftsliv. De skiftende årstider gør desuden, at friluftaktiviteterne kan varieres, så det eksempelvis er muligt at fiske i søen om sommeren, mens der om vinteren kan være mulighed for at løbe på skøjter.

De mange muligheder for friluftsliv begrænses dog af en række regler og fysiske forhold, som beskrives i det følgende.

1.2 Lovgivningsmæssige rammer for friluftsliv

I Danmark er lovgrundlaget for friluftsliv spredt ud på flere lovrammer og derfor vanskeligt at give et entydigt overblik over.

Reglerne for at dyrke friluftsliv afhænger af, om et areal er privatejet eller offentligt ejet. At der dyrkes friluftsliv på privatejede arealer, krænker ikke den private ejendomsret i grundloven, og private lodsejere må derfor i vid udstrækning acceptere, at der dyrkes friluftaktiviteter på deres ejendom. Der må dyrkes friluftsliv på både privatejede og offentligt ejede arealer, men som hovedregel er reglerne strammere på de privatejede arealer. Ud over den nationale lovgivning kan friluftaktiviteter lokalt blive yderligere reguleret, gennem blandt andet *Bekendtgørelse om politiets sikring af den offentlige orden*, i de lokale politivedtægter, i fredningskendelser og i vildtreservatbekendtgørelser.

Friluftslivet til lands

- Når friluftsliv dyrkes i det åbne land er hovedreglen beskrevet i *Mark- og vejfredsloven*. De fleste regler findes imidlertid i *Lov om naturbeskyttelse og Bekendtgørelse om offentlighedens ret til at færdes og opholde sig i naturen*. De stille og mest almindelige former for friluftsliv, som eksempelvis turen til stranden, skovturen med familien og en cykeltur på markvejen, må dyrkes på både offentlige og private arealer. Også friluftsliv i byen er omfattet af *Mark- og vejfredsloven*, men her er det alene op til ejeren, om færdsel og ophold er tilladt eller ej.



- I skove og på udyrkede arealer har det betydning, om aktiviteten betegnes som organiseret, uorganiseret eller i erhvervsmæssigt regi¹. En række aktiviteter kan dyrkes uorganiseret uden at spørge ejeren om lov. Selvom aktiviteterne dyrkes uorganiseret, er der imidlertid en del aktiviteter, der kræver ejerens tilladelse. Ejeren kan gøre tilladelsen betinget af betaling. Når friluftsaaktiviteter udøves i organiseret regi, skal ejeren som udgangspunkt give tilladelse og kan gøre tilladelsen betinget af betaling. Miljøministeriet, som er den største offentlige ejer, har formuleret regler for deres arealer, og de betyder, at mange organiserede aktiviteter kan dyrkes, uden at der skal søges tilladelse. Når friluftsaaktiviteter dyrkes i erhvervsmæssigt regi, skal arrangøren altid søge tilladelse hos ejeren, uanset om denne er privat eller offentlig. Ejeren kan opkræve betaling som betingelse for tilladelsen.

Friluftslivet til vands

- Når friluftsliv dyrkes til vands, skelnes der mellem aktiviteter på havet og søer og vandløb. På havet er der som udgangspunkt fri færdsel. Her er ingen love, der hverken forbyder eller tillader at bade i eller sejle på havet. Færdslen skal dog overholde både nationale og internationale sejladsforskrifter, herunder *Sølovens bestemmelser*. Dertil kommer en række andre regelsæt, der regulerer friluftslivets

¹⁾ I *Lov om naturbeskyttelse* betegnes en aktivitet som organiseret, hvis der er mere end 30 deltagere (for nogle aktiviteter 50 deltagere), eller hvis aktiviteten annonceres offentligt. Alle andre aktiviteter opfattes som uorganiserede, medmindre naturligvis de sker i erhvervsmæssigt regi.



Foto: Casper Lindemann

muligheder på havet. På vandløb og søer er det *Lov om vandløb*, der regulerer mulighederne for at dyrke friluftaktiviteter. Begrænsninger i færdselsretten og eventuelle tilladelser til sejlads på vandløb og søer med motoriserede fartøjer reguleres i vandløbsregulativer eller sejladsbekendtgørelser.

1

FRILUFTSLIVETS MULIGHEDER OG BEGRÆNSNINGER

Friluftslivet i luften

- Det friluftsliv, der dyrkes i luften, reguleres i *Lov om luftfart*. Derudover er hver enkelt friluftaktivitet detailreguleret i bekendtgørelser, der kaldes *Bestemmelser om luftfart*.

En række andre friluftaktiviteter er også reguleret i særlovgivning. Det gælder eksempelvis jagt, fiskeri og sejlads.

Sikkerhed er et vigtigt aspekt ved de fleste friluftaktiviteter. Derfor stiller lovgivningen i en lang række tilfælde sikkerhedsmæssige krav. Det kan være krav om brug af certificerede instruktører, om brug af redningsveste, om kørselsbestemmelser, om børneattester og om sikkerhedsafstande.

1.3 Fysiske barrierer for friluftslivet

Ud over de begrænsninger i adgangen til friluftsarealer, der er bestemt af lovgivningen, er der også fysiske begrænsninger, som ikke er lovmæssigt bestemt, men som alligevel er reelle hindringer for at komme ud i naturen og dyrke friluftsliv. Det at kunne dyrke friluftsliv er afhængigt af, at der er tilgængelige arealer, eksempelvis skove, kyster eller andre naturområder. De fysiske rammer er knyttet til den fysiske planlægning og derfor afhængige af politiske prioriteringer og planmæssig forvaltning af landskabet og naturen.

Friluftslivet knytter sig i høj grad til forskellige naturtyper afhængigt af den enkelte aktivitet. Hertil kommer de friluftsaktiviteter, der knytter sig til byen. Det er klart, at ikke alle har de samme naturtyper inden for rækkevidde, og at nogle dermed er mere eller mindre begrænset i at dyrke særlige friluftsaktiviteter eller friluftsliv i særlige naturtyper. De naturarealer, der især tiltrækker sig friluftsbrugernes interesse, er kyst og skov. Kysten er et naturgivent forhold, der i høj grad beriger Danmark, mens skov er anlagt og prioriteret gennem forvaltning. Dertil kommer en lang række naturarealer som moser, enge, heder og overdrev. Her er befolkningens adgang ofte begrænset af landbrugsproduktion.

Det åbne land og byerne gennemskæres af et netværk af veje og jernbaner, som, afhængigt af type og hastighed, kan udgøre en større eller mindre barriere for friluftslivet. Motorveje, ringveje og jernbaner kan afskære adgangen til natur- og friluftsområder. Nogle steder etableres der passager af både rekreative og sikkerhedsmæssige hensyn, men lige så ofte fjernes sådanne muligheder for at passere over veje eller jernbaner af sikkerhedshensyn, uden at de erstattes af tunneller eller broer. Modsat de større veje, der kan være en barriere for friluftslivet, er mindre markveje og stier med til at øge tilgængeligheden og mulighederne for friluftsoplevelser. Desværre nedlægges og afspærres mange markveje og stier i det åbne land. En nedlagt markvej eller sti i det åbne land kan resultere i, at adgangen til et naturområde forlænges med flere kilometer eller må ske langs trafikerede landeveje.

Også andre former for fysiske barrierer, for eksempel skilte med misvisende budskaber eller låger og kæder, der afspærrer veje og stier, kan virke afskrækkende og dermed begrænse friluftsmulighederne. Her er formålet ofte direkte at forhindre adgangen. I andre tilfælde kan fysiske anlæg, der tjener et helt reelt formål, være en barriere for friluftslivet. Det kan være kystsikringselementer og badebroer langs kysten, mens et andet eksempel er dæmninger og vandmøller ved vandløb, der forhindrer et sammenhængende sejladsløb.

En række friluft aktiviteter knytter sig til forskellige faciliteter, eksempelvis stier, muligheden for overnatning i det fri og bade- eller bådebroer. Derfor kan manglen på faciliteter også udgøre en begrænsning for udfoldelse af friluftslivet. Ikke alle brugergrupper har brug for de samme faciliteter. Afhængigt af brugernes mobilitet kan parkeringspladser og hvilesteder som bænke være afgørende for, hvor meget eksempelvis ældre eller gangbesværede bruger naturen. Såfremt faciliteter ikke vedligeholdes, kan det også være en begrænsende faktor for friluftslivet.

Danmarks naturgeografiske og klimatiske forhold giver i sig selv en begrænsning for en række friluft aktiviteter, for eksempel højalpine oplevelser eller de aktiviteter, der kræver særlige snemæssige forhold. Enkelte friluft aktiviteter kan lade sig gøre på helt specifikke lokaliteter, som eksempelvis klatring i klipperne på Bornholm.

En række fysiske barrierer begrænser således bevægeligheden i naturen og landskabet og kan være reelle forhindringer for at komme ud i naturen.



2. FRILUFTSLIVETS OMFANG

Friluftslivet i Danmark spænder bredt. Der findes et væld af forskellige aktiviteter i naturen lige fra det organiserede spejderliv til geocacheren, der tager på skattejagt i naturen på egen hånd. Det findes blandt ældre på cykeltur i det åbne land og blandt børn, der leger i skoven. Det finder sted på hverdage og i ferier – på stranden, i byens grønne områder eller på en af landets mere end 1000 primitive overnatningspladser.

Friluftslivets omfang kan illustreres ved antallet af friluftsudøvere, spændvidden af friluftskategorier og ikke mindst forskelligheden blandt friluftsdøverne. Men uanset hvordan det opgøres, har friluftslivet et omfang, der ikke kan ignoreres i de politiske beslutningsprocesser.

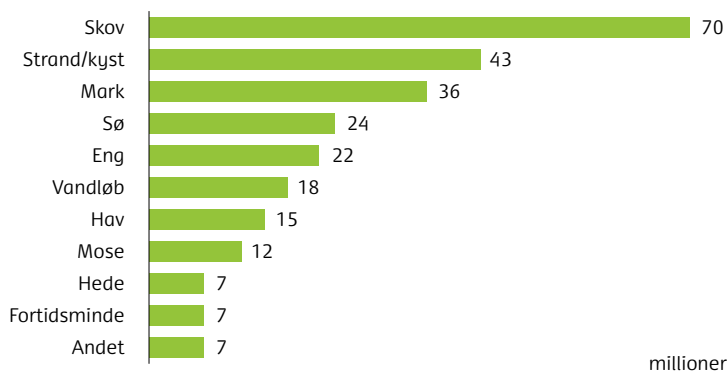
2.1 Hvor mange dyrker friluftsliv?

91 % af danskerne kommer ud i naturen hvert år

Rigtig mange danskere nyder naturen og landskabet, og 91 % af befolkningen er ude i naturen mindst en gang om året. De mest populære naturtyper er skov, strand eller kyst, mark, sø og eng. Det antages, at de danske skove årligt får omkring 70 millioner besøg af voksne danskere, mens strande og kyster modtager omkring 43 millioner årlige besøg.

Referencer: Jensen, 2013.

Årligt antal besøg



Figur 1. Det årlige antal af besøgende i millioner for forskellige arealtyper (Jensen, 2013).

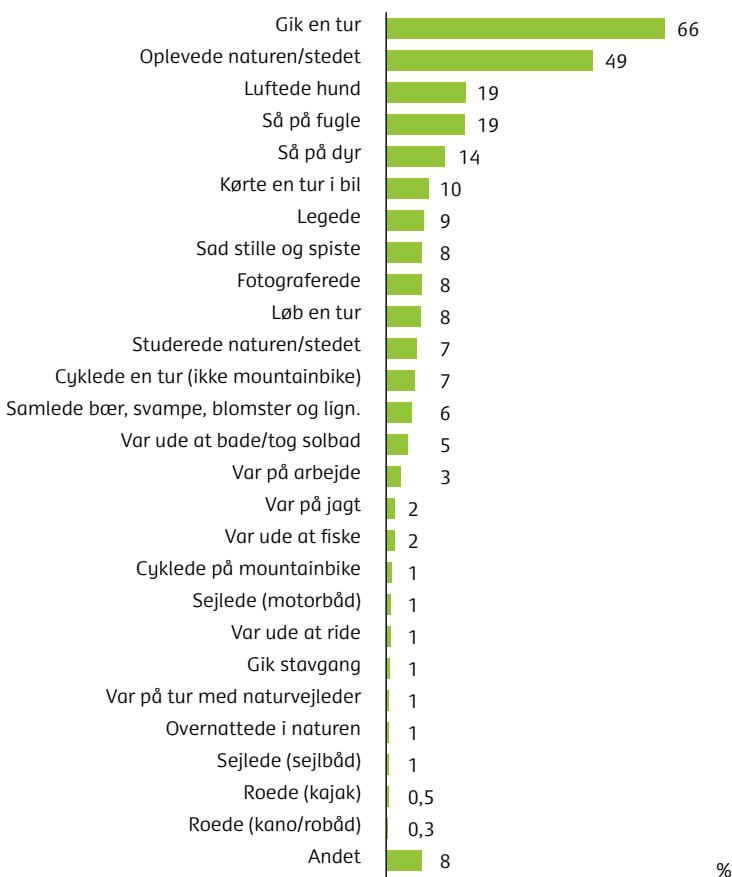
En fjerdedel af befolkningen er regelmæssigt på vandretur i naturen

Idrættens Analyseinstitut har opgjort, hvor mange børn og voksne der dyrker en række idrætsaktiviteter, hvoraf flere aktiviteter er friluftsliv. Denne opgørelse viser, at knap en fjerdedel af den voksne befolkning regelmæssigt tager på vandreture i naturen, og mellem 1 % og 4 % kører mountainbike, fisker, går på jagt, ror kano/kajak og løber orienteringsløb. Hvert tiende barn i alderen 7-15 år er regelmæssigt på vandreture, og mellem 1 % og 5 % fisker, kører mountainbike og ror kano/kajak. Undersøgelser fra Skov & Landskab på Københavns Universitet understøtter, at gåture er danskernes foretrukne aktivitet i naturen. To tredjedele af personerne i undersøgelsen svarer, at de gik en tur, den

seneste gang de var ude i naturen. Blandt børn er andre aktiviteter de mest populære. At lege er således den hyppigste aktivitet i naturen sammen med det at bade, gå eller cykle en tur. Figuren nedenfor giver et overblik over de aktiviteter, danskerne laver i naturen.

Referencer: Jensen, 2013; Kaae & Madsen, 2003; Laub, 2013; TNS Gallup, 2009.

Aktiviteter ved seneste besøg i naturen



Figur 2. Variationen af danskernes aktiviteter ved seneste besøg i naturen (Jensen, 2013).

Mere end 1 million danskere er i naturen med en forening

En stor del af danskernes friluftsliv er organiseret i foreninger med aktiviteter, der spænder vidt fra jagt til surfing og paragliding. En oversigt over medlemstallene i en lang række landsdækkende organisationer med aktiviteter i naturen viser, at det organiserede friluftsliv samler mere end 1 million danskere². Dog er der ikke taget forbehold for personernes medlemskab af flere foreninger.

Op til 1.000 medlemmer

- Dansk Hanggliding og Paragliding Union
- Dansk Ballonunion
- Træsksb S sammenslutningen
- Dansk Bjerg- og Klatreklub
- De Gule Spejdere i Danmark
- Dansk Entomologisk Forening
- Adventistspejderne
- De Studerendes Vandrekulub
- Dansk Adventure Race Union
- Naturfotografer i Danmark
- Friluftsforeningen.dk
- Dansk Disc Golf Union
- Dansk Falkejagt Klub

1.000 til 5.000 medlemmer

- Modelflyvning Danmark
- Dansk Faldskærms Union
- Dansk Svæveflyver Union
- Ferskvandsfiskeriforeningen for Danmark
- Danmarks Fritidssejler Union
- Dansk Amatørfiskerforening
- Dansk Fritidsfiskerforbund
- Havkajakroerne
- Dansk Vandski & Wakeboard Forbund
- Sct. Georgs Gilderne i Danmark
- 4H
- De grønne pigespejdere
- DUI-LEG og VIRKE
- Bifrost – Landsforeningen for kreativ udvikling af børn og unge
- Dansk Bueskytteforbund
- Foreningen til Svampekundskabens Fremme
- Landsforeningen Natur & Ungdom
- Dansk Land-Rover Klub
- Danske Naturister
- Foreningen af Danske Buejægere
- Dansk Land- og Strandjagt
- Danske Baptisters Spejderkorps

²⁾ Antallet af medlemmer i de enkelte organisationer kan ses på www.friluftsraadet.dk/fakta

5.000 til 10.000 medlemmer

- Danske Tursejlere
- Dansk Sportsdykker Forbund
- Dansk Islandshesteforening
- Dansk Automobil Sports Union
- Dansk Vandrelaug
- Dansk Orienterings-Forbund
- Dansk Klatreforbund

10.000 til 50.000 medlemmer

- Vinterbadere i Danmark
- Danmarks Sportsfiskerforbund
- Dansk Kano og Kajak Forbund
- Dansk Forening for Rosport
- Dansk Kennel Klub
- Det Danske Spejderkorps
- KFUM-Spejderne i Danmark
- Danmarks Cykle Union
- FDF
- Cyklistforbundet
- Dansk Ornitologisk Forening
- Danmarks civile Hundeførerforening
- Danmarks Skiforbund

50.000 til 100.000 medlemmer

- Danmarks Jægerforbund
- Dansk Ride Forbund
- De Danske Skytteforeninger
- Dansk Skytte Union

Flere end 100.000 medlemmer

- Dansk Golf Union
- Danmarks Naturfredningsforening

Vidste du, at mere end 250.000 danskere er på vandet i lystbåd hvert år?

Danboat har i samarbejde med Dansk Sejlunion og Foreningen af Lystbådehavne i Danmark registreret mere end 57.000 lystbåde i danske havne, hvoraf 57 % var sejlbåde og 43 % motorbåde. Antallet af lystbåde er steget med cirka 20.000 siden 1986. Danboat og Dansk Sejlunion estimerer på baggrund af undersøgelsen, at langt over 250.000 danskere årligt er på vandet i en lystbåd, men et mere præcist tal på omfanget kendes ikke.

Reference: Danboat, 2010.



Endvidere står organisationerne DGI, Dansk Firmaidrætsforbund og Dansk Handicap Idræts-Forbund bag en bred vifte af aktiviteter i naturen. Dansk Firmaidrætsforbund har cirka 28.000 medlemmer, der dyrker friluftsskaktiviteter, og knap 30.000 af DGI's medlemmer er aktive friluftsskudøvere. Dansk Handicap Idræts-Forbund har ikke opgjørt, hvor mange medlemmer der dyrker friluftsskaktiviteter.

Medlemstallet har overordnet været i vækst de seneste fem år for halvdelen af organisationerne. Godt en fjerdedel har oplevet, at medlemstallet har været uændret gennem de seneste år, mens knap en fjerdedel har set en nedgang i antallet af medlemmer.

Friluftslivet uden om foreningerne er omfangsrigt, men stort set uafdækket

Størstedelen af friluftslivet foregår på egen hånd og på eget initiativ, og disse aktiviteter er således ikke omfattet af foreninger og erhvervsliv. Det præcise omfang af friluftslivet uden om foreningerne kendes ikke, men på baggrund af mere generelle friluftsstudier og punktstudier af enkelte aktiviteter tegner der sig alligevel et billede af udbredelsen.

Kun hver tiende vandrør og motionsløber er medlem af en forening

I den brede danske befolkning er nogle af de mest udbredte aktiviteter i naturen vandre- og løbeture. 23 % af den voksne befolkning er regelmæssigt på vandreture, men langt størstedelen (88 %) foregår uden om foreningerne. Samme billede ses blandt motionsløbere, hvor kun hver tiende af de 31 % danskere, der løber regelmæssigt, er medlem af en forening.

Reference: Laub, 2013.



Mange lystfiskere og jægere er ikke medlem af en forening

Inden for de mere specifikke aktivitetstyper kendes omfanget af udøvere uden om foreningerne kun sporadisk, men for nogle aktiviteter kan omfanget estimeres. Det gælder blandt andet for de friluftaktiviteter, der kræver et certifikat, såsom fiske- og jagttegn. Årligt indløser omkring 150.000 personer statens lystfiskertegn, og 33.000 indløser fritidsfiske-tegn. Begge tal ligger langt over antallet af medlemmer i foreningerne for lystfiskeri og fritidsfiskeri, og det må antages, at rigtig mange er ude at fiske en eller flere gange om året uden at være medlem af en forening. Cirka 173.000 personer i Danmark har et gyldigt jagttegn. Det vil sige, at op mod 80.000 personer med jagttegn ikke er medlem af Danmarks Jægerforbund. Det vides ikke, hvor mange af jagttegnsholderne der reelt udøver jagt i naturen, men det formodes at være en del.

Referencer: NaturErhvervstyrelsen, 2013; Danmarks Jægerforbund, 2013.

Vidste du, at friluftsliv i haven er en af de mest udbredte friluftaktiviteter?

En stor del af danskernes kontakt med naturen foregår i de private haver. Det vides ikke, hvor mange der reelt laver friluftslignende aktiviteter i de private haver, men interessen for havelivet er stor, og det må antages, at langt de fleste boligejere, der har en have, tilbringer tid med havearbejde og andre udendørs aktiviteter. Have-selskabet, der er en interesseorganisation for haveejere, har 36.000 medlemmer. Kolonihaveforbundet er en sammenslutning af havefolk organiseret i kolonihaveforeninger med 40.000 medlemmer. Landsforeningen Praktisk Økologi er en interesseorganisation for økologisk dyrkning og levevis, hovedsageligt i haver. Foreningen har 3.300 medlemmer. Tilsammen har foreningerne for de særlig entusiastiske haveejere altså knap 80.000 medlemmer.

Der findes mere end 20.000 skatte i Danmark

De senere år er geocaching blevet meget udbredt, og antallet af udlagte skatte er nået op på mere end 20.000. Der er fundet og logget ikke mindre end 5.349.327 skatte i Danmark, siden geocaching startede i 2000.

Referencer: geocaching.dk; www.geo-map.dk; stats.geo-map.dk.

Samlet set er kendskabet til friluftslivet uden for foreningsregi mangelfuldt, og det overordnede omfang af friluftsudøvere er derfor vanskeligt at præcisere. Friluftsrådet vil derfor anbefale en fremtidig klarlægning af omfanget af det friluftsliv, der ikke er knyttet til foreninger og organisationer.

Temadage bringer tusindvis ud i naturen

Ud over friluftslivet i og uden for foreningerne findes der flere temadage, der hvert år bringer tusindvis af børn og voksne ud i naturen, for eksempel Naturens Dag, Skovens Dag eller Ørnens Dag. Nedenfor er en række temadage oplistet, med angivelse af antal deltagere i 2012.

Temadag	Antal deltagere i 2012
Naturens Dag	165.000
Økodag	142.000
Affaldsindsamlingsdagen	99.000
Fjordens Dag	50.000
Skovens Dag	20.000
Fiskens Dag	10.000
Golfens Dag	7.500
Lystfiskernes Dag	5.000
Ørnens Dag	4.800
Geologiens Dag	2.100
De Vilde Blomsters Dag	2.026
Svampenes Dag	1.000
Vandrernes Dag	850
Fuglenes Dag	500
Store Cykeldag	150 arrangerede cykelture

Kampagner og undervisningsinitiativer får børn ud i naturen

Der findes flere projekter og initiativer i institutioner og skoler, der bringer børn og unge i berøring med naturen. Det er eksempelvis Grønne Spirer, Grønt Flag Grøn Skole, Blå Flag, Danmarks Naturfredningsforenings skoletjeneste, Skoven i Skolen samt Naturstyrelsens og kommunernes naturcentre og -skoler. Årligt er disse kampagner og undervisningsinitiativer i berøring med hundredvis af børn, unge og voksne. Antal deltagere i disse kampagner og initiativer kendes ikke præcist.

1 million får naturoplevelser med naturvejledere

Der er omkring 350 uddannede naturvejledere i Danmark, og baseret på tidligere års opgørelse vurderes det, at der årligt gennemføres mere end 30.000 naturvejledningsarrangementer med i alt omkring 1 million deltagere. En undersøgelse foretaget af Megafon for Naturvejlederforeningen viser, at knap en tredjedel (29 %) af danskerne har været i naturen med en naturvejleder inden for de seneste fem år. Halvdelen heraf har været det inden for det seneste år. Det vil sige, at cirka 15 % af landets voksne befolkning, eller omkring 600.000 personer, var i naturen med en naturvejleder i 2012. Dertil kommer antallet af børn og unge, der er i naturen med en naturvejleder i forbindelse med naturcentre, naturskoler med videre.

Referencer: Naturstyrelsen, 2013b; Megafon, 2013.

2.2 Hvordan adskiller friluftsudøverne sig fra hinanden?

I de landsdækkende friluftundersøgelser ses der en række forskelle mellem friluftsudøverne, hvor enkelte befolkningsgrupper skiller sig ud. På baggrund af disse forskelle ses karakteristika for køn, alder, bopæl, aktivitetstype, social status samt ejerskab af hund eller ej. Alle disse faktorer spiller ind på friluftslivets udførelse.

Hyppigheden af naturbesøg stiger med alderen

Der er ikke forskel på, hvor ofte mænd og kvinder er i skoven eller i naturen generelt, men mænd er i gennemsnit 20 minutter længere i skoven end kvinder. Friluftsudøvere findes i alle aldersklasser, men hyppigheden af naturbesøg stiger med alderen og er størst blandt voksne over 60 år.

Referencer: Jensen, 2012; Jensen, 1998; TNS Gallup, 2012; Pilgaard, 2009.

De, der har langt til naturen, bruger den sjældnere

Personer, der har længere end 300 meter fra deres bopæl til nærmeste grønne område, kommer markant sjældnere i naturen, ligesom borgere bosat i hovedstadsområdet er i skoven markant færre gange end den øvrige befolkning.

Referencer: Stigsdotter et al., 2011; Jensen, 2012.

Hundeejere er oftere i skoven

Beboere i en husstand med hund er i gennemsnit 2,5 gange oftere i skoven end beboere i husstande uden hund, mens efterlønsmodtagere har næsten tre gange så mange skovbesøg som arbejdsløse. Endvidere kan det siges, at de, der karakteriserer sig selv som rytter, jæger, motionsløber, motionscyklist/mountainbiker eller ornitolog/botaniker, oftere er i skoven end den øvrige befolkning.

Referencer: Jensen, 2012.

2.3 Hvor hyppigt dyrker danskerne friluftsliv?

Mange cykler og går i naturen hver uge

Op mod 43 % af danskerne færdes dagligt i grønne områder. Blandt de mest populære aktiviteter i naturen fremgår det, at voksne jævnligt er på gåture i naturen, og mere end halvdelen af dem over 65 år går ture i naturen mindst en gang om ugen. Ligeledes er mange både børn og ældre på cykeltur i naturen hver uge. Mere end hvert fjerde barn i alderen 7-15 år cykler ugentligt i naturen, mens mere end hver tredje over 65 år cykler i naturen mindst en gang om ugen.

Referencer: Stigsdotter et al., 2011; Pilgaard, 2009.

Danskerne er i skoven 10 gange om året

Den 'almindelige' voksne dansker er på tur i skoven 10 gange om året, og cirka 88 % af den voksne danske befolkning er i skoven mindst en gang om året. Modsat vil det sige, at cirka 12 % af den voksne danske befolkning ikke har været i skoven inden for det sidste år. I forhold til tidligere undersøgelser er tendensen tydelig: I 1977 og 1994 kom 9 % aldrig i skoven, og i 2008 var dette tal steget til 12 %.

Referencer: Jensen, 2012.

Vidste du, at der er 11,4 millioner overnatninger om året på danske campingpladser?

Overnatning på campingpladser er en måde at komme tættere på naturen og dyrke friluftsliv på, og i 2010 var der ikke færre end 11,4 millioner overnatninger på de i alt 460 danske campingpladser.

Mange tusind danskere er medlem af en campingorganisation, blandt andet Dansk Camping Union med 63.000 medlemmer, Dansk Naturist Union med 700-800 medlemmer og fem naturistcampingpladser og Dansk Autocamper Forening med 2.548 medlemmer.

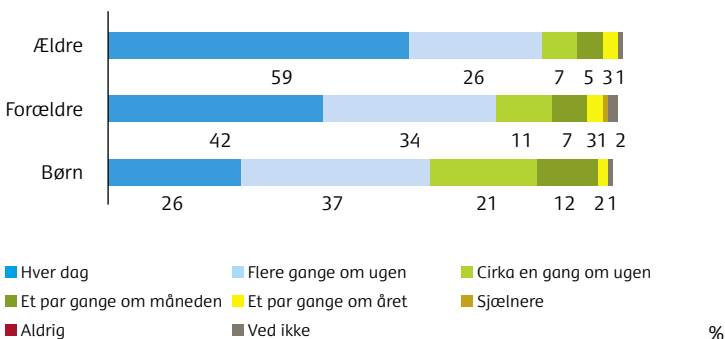
Reference: Campingrådet, 2010.

Børn kommer mindre og mindre ud i naturen

En Gallup-undersøgelse fra 2009 foretaget for Danmarks Naturfredningsforening viser, at hyppigheden af besøg i naturen gradvist er faldet gennem tre generationer. Blandt bedsteforældregenerationen var 59 % dagligt ude i naturen i sommerhalvåret, da de var børn, blandt forældrene var 42 % dagligt i naturen som børn, mens kun 26 % af børnene var dagligt ude i naturen i 2009. Da undersøgelsen blev gentaget i slutningen af 2012, var hyppigheden af børns naturbesøg faldet yderligere. I dag er færre end hvert fjerde barn (23 %) i alderen 5-12 år dagligt ude i naturen i sommerhalvåret.

Referencer: TNS Gallup, 2009; TNS Gallup, 2012.

Hyppigheden af børns besøg i naturen i sommerhalvåret



Figur 3. Børn i dag kommer langt sjældnere i naturen, end da deres forældre og bedsteforældre var børn (TNS Gallup, 2009).



2.4 Hvilke udviklingstendenser ses i friluftslivet?

Friluftslivet foregår mere og mere i hverdagene

53 % af naturbesøgene foregår i hverdagene, og 46 % weekenden. 17 % havde ferie, sidst de var i naturen. 83 % havde ikke ferie. Sammenlignet med en tidligere undersøgelse fra 1990'erne ses der en udvikling mod, at friluftslivet foregår mere og mere i hverdagene.

Referencer: Jensen, 2013; Jensen, 1998.

Skovturen varer kortere tid end tidligere

De fleste danskere (67 %) er afsted mellem 1 og 2 timer, når de tager ud i skoven og i naturen generelt. En sammenligning med tidligere undersøgelser viser en tydelig tendens til, at skovbesøgenes varighed bliver kortere.

Referencer: Jensen, 2012; Jensen, 2013.

Transporttid til naturen bliver kortere

Befolkningen bruger typisk 15-20 minutter på at komme ud i naturen eller skoven og transporterer sig almindeligvis 4-5 kilometer ud til den skov eller det naturområde, de ønsker at besøge. Tre fjerdedele (76 %) af befolkningens ture i skoven foregår i den skov, der ligger nærmest bopælen, hvilket typisk er inden for 3 kilometer. Gennem de seneste tre årtier – specielt fra 1970'erne til 1990'erne – er der sket en udvikling mod, at flere bruger kortere tid på at komme ud til skoven. Overordnet ses det, at jo længere tid det kræver at komme til skoven, og jo længere afstand der er til skoven, des færre gange er man i skoven årligt.

Referencer: Jensen, 2013; Jensen, 2012.



Flere går eller cykler ud i naturen frem for at tage bilen

Transporten ud i naturen foregår oftest i personbil eller til fods. Gennem de sidste tre årtier er danskernes ture i skoven undersøgt, og her ses der en ændring i, hvordan vi transporterer os til skoven. Der ses et skift mod, at flere går, løber eller cykler til skoven frem for at tage bilen.

Referencer: Jensen, 2013; Jensen, 2012.

Flere og flere motionerer i skoven

Befolkningens aktiviteter i skoven gennem de sidste tre årtier har ændret sig i retning af, at flere og flere bruger skoven til at motionere i. Desuden er motion blevet en hyppigere årsag til at tage i naturen.

Referencer: Jensen, 2013.

2.5 Hvor finder friluftslivet sted?

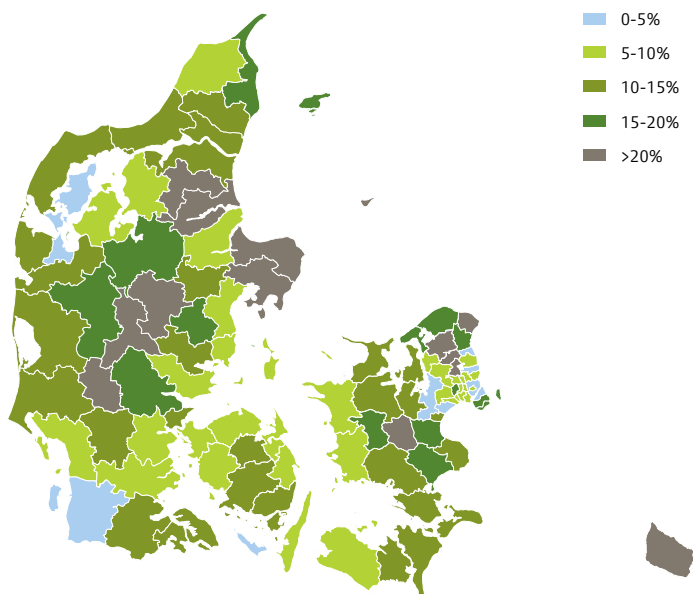
Friluftslivet er henvist til en lille del af landets samlede areal

Danmarks godt 43.000 kvadratkilometer rummer mange forskellige arealtyper, hvor friluftslivet kan udfolde sig. To tredjedele af landet anvendes til landbrug, og her er friluftsmulighederne oftest begrænset til markveje, stier og udyrkede arealer. Sammenlignet med andre lande i Europa udgør Danmark et lille, intensivt udnyttet landområde med et relativt lille naturareal.

En stor del af friluftslivet finder sted i skoven. Andelen af skov i Danmark er på 13,5 %, men sammenholdt med EU-landene som helhed, der har en skovandel på over 35 %, er Danmark fortsat skovfattigt. For hver indbygger i Danmark er der cirka 0,1 hektar skov, svarende til en

stor parcelhusgrund, men skovarealet varierer meget fra landsdel til landsdel. Ejerskabet af skov har endvidere en væsentlig betydning, når det kommer til mulighederne for at dyrke friluftsliv. I lovgivningen skelnes der mellem privatejede skove og statsejede skove, hvor der i de privatejede skove er færre muligheder for friluftslivets udfoldelse. Mere end to tredjedele af skovarealet i Danmark er privatejet skov.

Skovprocent



Figur 4. Arealet af skov i procent af kommunernes samlede areal (Nord-Larsen et al., 2010).

Den danske kystlinje måler 7.314 kilometer, hvilket svarer til knap halvanden meter kyst per indbygger. Kystlinjen giver store muligheder for udfoldelse af friluftsliv ikke kun inde på land, men også på og i vandet. Lovgivningen giver mulighed for færdsel på strandbredder og andre kyststrækninger. Derudover rummer Danmark cirka 120.000 søer og vandhuller og cirka 69.000 kilometer vandløb. Det vides ikke, hvor stor en del af vandløbene der er sejlbare for eksempelvis kanoer.

De 10 meter brede dyrkningsfrie randzoner langs danske vandløb, der blev indført i 2012, vil endvidere betyde nye muligheder for friluftsliv og naturoplevelser langs mange vandløb.

Referencer: Natur- og Landbrugskommissionen, 2012; Naturstyrelsen, 2013a; Nord-Larsen et al., 2010.

Byens friluftsmuligheder er ukendte

Cirka 85 % af landets befolkning bor i byerne. I byen dyrkes friluftsliv ofte i grønne områder og parker, men der findes ingen samlet opgørelse over arealet af parker og grønne områder i Danmarks byer. I Københavns Kommune udgør natur og grønne områder cirka 27 % af arealet, mens det i Frederiksberg Kommune er cirka 17 % af arealet. Den fortsat stigende tilflytning til byerne peger på et behov for at kortlægge mulighederne for friluftsliv i byen og indhente større viden om byens grønne arealer.

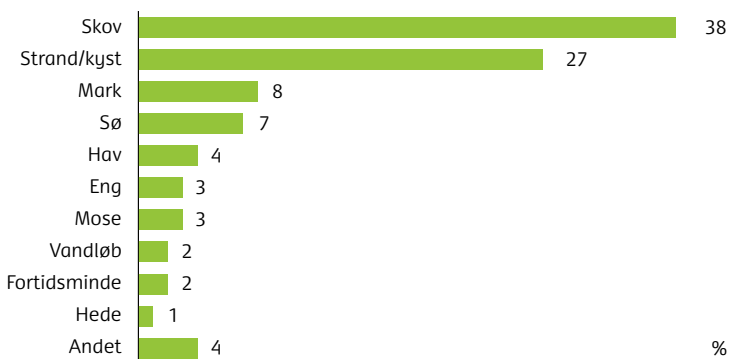
Referencer: Miljøministeriet, 2009.

Skov og strand foretrækkes til friluftsliv

Når danskerne tager i naturen, er det væsentligste mål skov, strand eller kyst.

Referencer: Jensen, 2013; Jensen, 2003; Jensen, 1998.

Foretrukne naturtyper

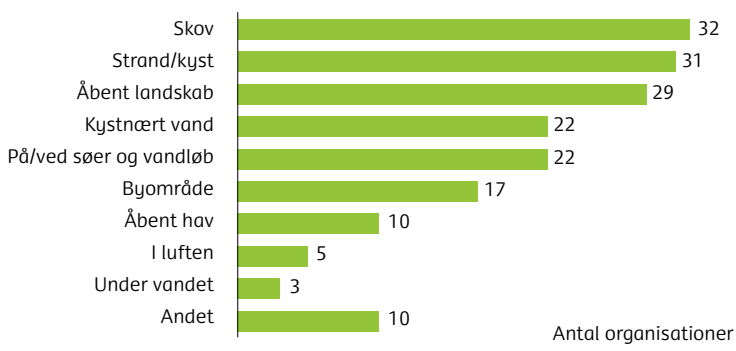


Figur 5. Befolkningen foretrækker at tage til skov og strand (Jensen, 2013).

En tredjedel af organisationerne dyrker friluftsliv i byen

Friluftsrådet har spurgt en række organisationer, hvis medlemmer laver aktiviteter i naturen, om, hvor aktiviteterne primært foregår. Resultaterne viser, at aktiviteterne primært foregår i skoven, ved strand og kyst samt i åbent landskab. Når aktiviteterne foregår til vands, er det primært på kystnært vand, søer og vandløb. Knap en tredjedel af de adspurgte organisationer har svaret, at aktiviteterne primært foregår i byområder.

Organisationernes primære anvendelse af arealtyper



Figur 6. Organisationernes primære anvendelse af arealtyper til aktiviteter i naturen. Organisationerne havde mulighed for at vælge flere arealtyper. Der er typisk valgt tre arealtyper per organisation.

Afstanden til nærmeste grønne område har betydning for anvendelsen

Jo nærmere folk bor på et grønt område, des hyppigere kommer de ud i naturen. To tredjedele af befolkningen (67 %) bor mindre end 300 meter fra det nærmeste grønne område, og kun 6 % bor mere end 1 kilometer fra et grønt område. Hyppigheden af besøg i det grønne område falder, i takt med at afstanden til området stiger. Op mod halvdelen af dem, der bor mindre end 300 meter fra en park, bruger den dagligt. Blandt dem, der bor mere end 1 kilometer fra en park, bruger færre end hver tiende den dagligt. Der ses det samme mønster for de andre typer af grønne områder i undersøgelsen. Se figur 12, side 46.

Referencer: Stigsdotter et al., 2011.

2.6 Hvilke friluftsfaciliteter findes og anvendes?

Antallet af friluftsfaciliteter, og i hvilket omfang de anvendes, kendes ikke

Der findes ikke en endelig opgørelse over antallet og placeringen af friluftsfaciliteter i Danmark, men på webportalen udinaturen.dk er der kortlagt en del friluftsfaciliteter landet over.

På portalen udinaturen.dk er der per februar 2013 kortlagt mere end 6.000 muligheder for friluftsliv såsom stier, overnatningspladser, bålpladser, kælkebakker og badesøer. Her kan der findes:

- 76 cykelruter
- 743 vandreruter
- 55 løberuter
- 97 ridestier
- 44 mountainbikeruter
- 41 kajakruter
- 136 aktivitetsbaner
- 38 naturcentre
- 91 naturlegepladser
- 55 madpakkehuse
- 75 bålhuse
- 391 bålpladser
- 204 hundeskove
- 125 fugletårne
- 39 naturfitness-områder
- 1.165 p-pladser
- 253 toiletter
- 144 lejrpladser
- 1.143 overnatningspladser
- 166 frie teltningsområder
- 36 kælkebakker
- 36 skiløjper
- 42 steder til isætning, overbæring eller landgang
- 47 snorkelsteder
- 101 badesøer
- 149 fiskesteder, hvoraf 114 er til fri fiskeri uden betaling

Reference: www.udinaturen.dk.

Et samlet netværk af stier i Danmark findes ikke, men en række af sti-koncepter har til formål at gøre det nemmere at færdes i naturen. Flere af dem er nævnt på næste side.

Spor i Landskabet: Der findes i dag cirka 150 spor med tilsammen 650 kilometer vandrestier.

Kløverstier: I januar 2013 var der etableret Kløverstier i 12 byer, og der er cirka 30 nye på vej.

Hjertestier: Der findes cirka 150 Hjertestier på mellem 2,5 og 7 kilometer. De fleste stier har en længde på 4-5 kilometer.

Sundhedsspor: Et Sundhedsspor er en afmærket rute på mellem 1 og 2,5 kilometer. Der findes cirka 75 Sundhedsspor i Danmark.

Findveji.dk: 'Find vej i Danmark' er en forenklet udgave af orienteringsløb, en slags skattejagt. 150 forskellige steder i landet er der oprettet Find vej i-ruter. Der er i alt godt 600 baner fordelt over hele landet.

Margueritruten: Margueritruten er en turistrute, der leder bilister og cyklister gennem noget af landets smukkeste natur. Den samlede rute er mere end 3.600 kilometer lang.

Desuden er der et antal vandreruter, cykelruter, rideruter og mountain-bikeruter.

- **Vandreruter**

VisitDenmark har oplyst afmærkede vandreruter i Danmark af mere end 10 kilometers længde. I alt vurderes det, at der findes 61 ruter med en samlet længde på 5.014 kilometer. To af de europæiske fjernvandreveje går gennem Danmark: E1 fra Nordkap i Norge til Sicilien i Italien og E6 fra Kilpisjärvi i Finland til Dardanellerne i Tyrkiet.

- **Cykelruter**

Danmark var et af de første lande i verden, der dannede et samlet net af cykelruter. I alt findes der omkring 11.000 kilometer skilte og kortlagte cykelruter i Danmark, når de nationale og regionale cykelruter lægges sammen.

- **Rideruter**

I en rapport fra Naturstyrelsen fra 2002 angives det, at der findes 553 kilometer længere rideruter i Danmark. Siden da er der kommet flere ruter til, blandt andet den 200 kilometer lange riderute fra Hjørring til Skagen og Riderute Sydlyn på 75 kilometer.

- **Mountainbikeruter**

På Naturstyrelsens arealer findes omkring 44 ruter med en længde på over 350 kilometer tilsammen. På singletrack.dk, der er et forum for mountainbikeinteresserede, er der registreret 113 spor landet over.

Referencer: Naturstyrelsen, 2013c; singletrack.dk; Friluftsrådet, 2013a.

Lejrpladser

En betydelig del af Danmarks primitive overnatningspladser er opgjort i publikationen Overnatning i det fri. Her kan alle overnatte på telt- eller naturlejrpladser for højst 25 kroner, hvis man kommer til pladserne på cykel, til fods, til hest eller sejlede. I januar 2013 indeholdt listen 1.002 primitive overnatningspladser fordelt over hele landet

Referencer: www.teltpladser.dk.

64 % af danskerne bruger afmærkede stier og ruter

64 % af den voksne danske befolkning anvender afmærkede motionsstier eller ruter, og 41 % gør det et par gange om måneden eller mere. 88 % af de voksne mener, at der er gode stier/grønne områder/offentligt tilgængelige aktivitetspladser i deres lokalområde.

Referencer: Laub & Pilgaard, 2012.

Kommunerne sætter fokus på friluftsliv og stier i kommuneplanerne

En rundspørge til samtlige kommuner i Danmark viser, at to tredjedele af de kommende kommuneplaner vil indeholde et afsnit om friluftsliv. 75 % af kommuneplanerne vil indeholde retningslinjer for stier og stiplanlægning i kommunen.

Referencer: Friluftsrådet, 2013b.



Behov for viden om faciliteter til friluftsliv

De mest anvendte faciliteter i naturen blandt den voksne befolkning er borde og bænke samt afmærkede ruter. Dertil kommer at 50 % af børnefamilierne bruger naturlegepladser og en tredjedel af børnefamilierne bruger bål- og grillpladser. Generelt er vidensgrundlaget om danskernes kendskab til og brug af faciliteter mangelfuldt. Friluftsrådet opfordrer til en grundig kortlægning af friluftsfaciliteterne i den danske natur, herunder en afdækning af friluftsfaciliteternes anvendelse, og hvorledes de bedst understøtter befolkningens friluftsliv.

Referencer: TNS Gallup, 2012; Jensen, 2003; Institut for Konjunktur-Analyse & Skov- og Naturstyrelsen, 2008.

Generel tilfredshed med antallet af faciliteter

Generelt er der tilfredshed med mængden af friluftsfaciliteter i skovene. Mellem 20 og 37 % af befolkningen mener dog, at der er for få af visse faciliteter: affaldsstativer (37 %), toiletter (31 %), borde og bænke (29 %), naturlegepladser (24 %) og fugle- eller udsigtstårne (20 %). Det vil sige, at en ikke uvæsentlig del af befolkningen har et ønske om flere af disse faciliteter i skoven. En ganske lille andel mener, der er for mange faciliteter i skoven, mens mange ikke har en holdning eller kendskab til faciliteterne.

Referencer: Jensen, 2013.

Høj tilfredshed med naturbesøg

De fleste er godt tilfredse med deres ture i naturen og landskabet. 90 % svarer, at de er tilfredse eller meget tilfredse med deres seneste tur i naturen/landskabet, mens kun 6 % angiver, at de er utilfredse eller meget utilfredse med sidste tur. I gennemsnit møder vi 25 andre gæster, når vi



færdes i naturen, men trængsel i skove og naturområder opleves ikke som et problem for befolkningen: Op mod 85 % svarer, at de absolut ikke oplever naturen som overfyldt. Mindre end 1 % synes, at området, de færdes i, er ekstremt overfyldt, og kun 2-3 % har følt sig generet af andre gæster i naturen.

Referencer: Jensen, 2013; Jensen, 2003.

2.7 Hvilke barrierer og forbedringsønsker er der for friluftslivet?

Sport og elektroniske medier holder børnene væk fra naturen

68 % af befolkningen mener, at børn i Danmark generelt ikke kommer nok ud i naturen. Børn i dag bruger mindre tid i naturen, end de tidligere generationer gjorde. Børns deltagelse i organiserede sportsaktiviteter er steget gradvist fra bedsteforældregenerationen til forældregenerationen og til børn i dag. I dag deltager 44 % af børnene i organiserede sportsaktiviteter flere gange om ugen. Da bedsteforældregenerationen var børn, deltog 22 % i organiserede sportsaktiviteter flere gange om ugen. Der er altså sket en fordobling i andelen af børn, der dyrker organiserede sportsaktiviteter flere gange om ugen, men det er sket på bekostning af tid til fri leg i naturen.

Forældre med børn i alderen 5-12 år ser manglende tid på grund af sport og hobbyer samt tidsforbrug på computer, elektroniske spil og TV som de største barrierer for, at deres børn ikke kommer mere ud i naturen.

Referencer: TNS Gallup, 2012; TNS Gallup, 2009.

Forældres vurdering af barrierer for, at deres børn kommer mere ud i naturen



Figur 7. Børns barrierer for at komme ud i naturen (TNS Gallup, 2012).

Arbejde og dårligt vejr er barrierer for de voksnes friluftsliv

Den voksne del af befolkningen vurderer, at de største barrierer for at komme ud i naturen er manglende tid på grund af arbejde samt vejret. Kun 2 % af den voksne befolkning mener, at der er for mange regler og love at overholde i naturen, og anser det som en barriere for at komme ud i naturen.

Referencer: TNS Gallup, 2012.

Barrierer for at komme ud i naturen



Figur 8. Barrierer for at komme ud i naturen (TNS Gallup, 2012).

Befolkningen har ringe kendskab til reglerne for færdsel

Befolkningen er usikker på reglerne for at færdes i naturen. For eksempel ved kun 39 % af befolkningen, at det er tilladt at gå på private markveje. Lige så mange (38 %) tror ikke, at det er tilladt (23 % svarer, at de ikke ved det). Kun 28 % af befolkningen ved, at det er tilladt at cykle på private markveje (43 % tror, det ikke er tilladt, og 28 % svarer 'ved ikke'). Der hersker også tvivl i befolkningen om, hvorvidt det er tilladt at cykle på skovvejene i private skove. Cykling på skovveje i private skove er tilladt, men over halvdelen af befolkningen (52 %) ved ikke eller mener ikke, at det er tilladt.

I statsskovene er det tilladt at færdes til fods uden for veje og stier. Det ved 57 % af befolkningen, men 29 % mener ikke, at det er tilladt, og 14 % svarer, at de ikke ved, hvad der er tilladt. Befolkningens kendskab til reglerne er undersøgt i 1994 og i 2008, og det kan konstateres, at kendskabet ikke er blevet bedre med tiden – snarere tværtimod.

Referencer: Jensen, 2013; Jensen, 1998.

Markveje i det åbne land nedlægges

Strukturudviklingen i det danske landbrug betyder, at der bliver færre gårde, og landbrugets maskiner og marker bliver større. Disse forandringer har konsekvenser for landskabet generelt, men betyder også, at adgangen til landskabet og naturen bliver vanskeligere, fordi adgangsvejene bliver færre. Der er sket et kontinuerligt fald i antallet af mark- og adgangsveje i perioden 1954-2010, og generelt set er 25-54 % af markvejene forsvundet. De forringede færdselsmuligheder i landskabet gør det dermed vanskeligere for befolkningen at udøve friluftsliv.

Referencer: Caspersen & Nyed, 2011.

Løse hunde skaber utryghed

Der er stor forskel på folks oplevelse af mødet med en hund i naturen, alt efter om hunden er i snor eller ej. 91 % af befolkningen er ikke bange for at møde en hund i snor, når de er ude i naturen. Er hunden derimod uden snor, angiver 23 %, at de er meget eller en del bange, og 41 % er lidt bange. Mødet med en hest i naturen gør 10 % meget eller en del bange, og 21 % lidt bange. Mødet med køer eller får i naturen skræmmer generelt ikke folk.

Referencer: Jensen, 2013.

De færreste oplever jagt som en forhindring for færdsel

For 91 % af befolkningen har jagt ikke været en forhindring for at færdes i naturen i løbet af det seneste år.

Referencer: Jensen, 2013.

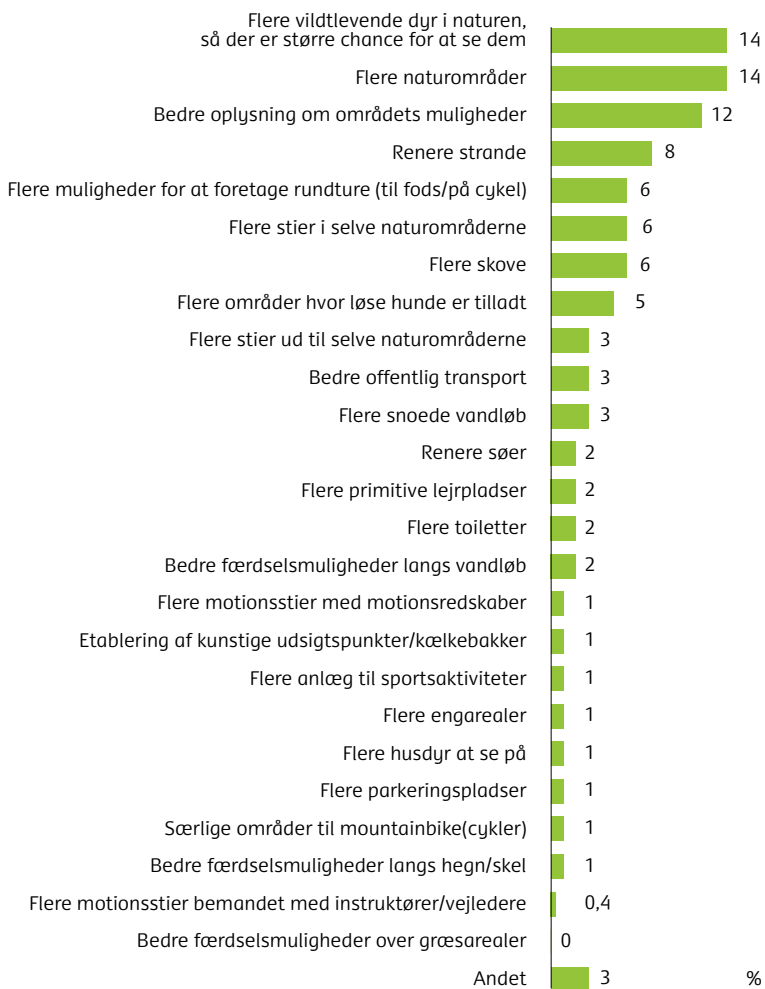
Mere natur og vildt kan lokke danskerne oftere i naturen

Det, der – efter eget udsagn – kan få befolkningen hyppigere ud i naturen omkring deres bopæl, er forandringer såsom flere vildtlevende dyr, så chancerne for at opleve dem bliver større, flere naturområder, bedre oplysning om nærområdets muligheder samt renere strande. Bedre

muligheder for rundture og flere stier står desuden højt på listen over ønskelige forandringer i naturen.

Referencer: Jensen, 2013.

Forandringer, der vil betyde hyppigere naturbesøg



Figur 9. Befolkningens ønsker til forandringer efter størst betydning (Jensen, 2013).



3. FRILUFTSLIVETS BETYDNING

Friluftsliv gør godt både fysisk og mentalt. Det er enhver friluftsudøver ikke selv i tvivl om efter en vandretur i skoven eller en tur i kajak langs kysten. Men hvilke effekter er det reelt, friluftslivet har på vores fysiske velbefindende, stressniveau, børns motoriske udvikling eller på samfundets økonomi?

Emnet er langt fra fuldt belyst, men flere studier dokumenterer nogle af friluftslivets effekter for den enkelte og for samfundet. Og det ses tydeligt, at friluftsliv har enestående effekter.

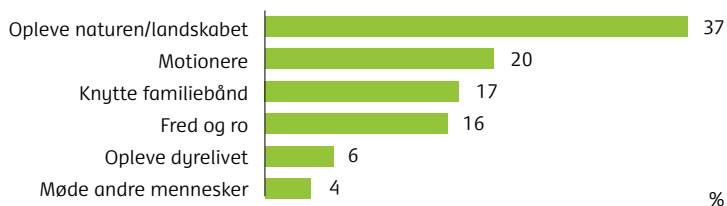
3.1 Hvorfor dyrker danskerne friluftsliv?

Fire ud af fem danskere mener, at naturoplevelser er vigtige for livskvaliteten

De fleste tager ud i naturen med det formål at opleve naturen, og mere end 80 % af befolkningen mener, at naturoplevelser er vigtige for livskvaliteten. Mere end hver anden tager i naturen for at reducere stress og slappe af. Besøg i naturen sker altså primært med henblik på naturoplevelser, motion og afstresning.

Referencer: Jensen, 2013; Kaae & Madsen, 2003; Stigsdotter et al., 2011.

Vigtigste årsager til at færdes i naturen



Figur 10. Figuren viser årsager til at færdes i naturen opstillet efter vigtighed (Jensen, 2013).

3.2 Påvirker friluftsliv sundheden?

De fleste forbinder sandsynligvis friluftsliv med noget, der er sundt for mennesket. Friluftsliv omfatter oftest en eller anden form for fysisk aktivitet, enten fordi udøveren skal bevæge sig ud til 'et sted', eller fordi den fysiske aktivitet er målet i sig selv, eksempelvis på vandreturen eller løbeturen. Fysisk aktivitet har mange vigtige og dokumenterede afledte effekter, og derfor er der gode indikationer på, at friluftsliv er sundt.

Sundhed skal forstås som både fysisk, mentalt og socialt velbefindende på linje med WHO's definition af sundhed.

Referencer: Pedersen & Andersen, 2011.

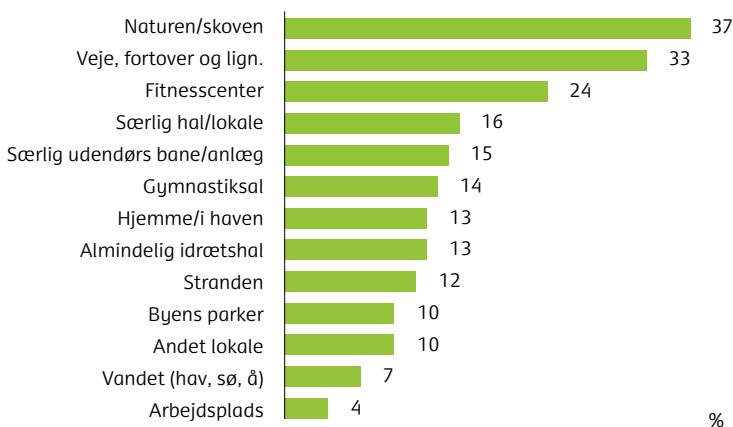
Naturen er en vigtig motivationsfaktor for at dyrke motion

En del friluftaktiviteter er fysisk udfordrende og foregår med høj puls. Derudover er motion i sig selv blevet et vigtigere motiv til besøget i naturen end tidligere: En femtedel angiver motion som vigtigste formål med seneste besøg i naturen. Naturen, grønne områder i byerne og afmærkede ruter er samtidig rammen om en stor del af den motion, danskerne dyrker.

Mens børn primært motionerer i idrætshaller og idrætsanlæg, så er naturen det sted, de fleste voksne danskere motionerer. På trods af de mange motionstilbud, der findes i fitnesscentre og idrætsanlæg, benytter to ud af tre voksne regelmæssigt naturen, stranden, parker og vandet, når de dyrker motion. I alt 31 % af alle danskere har det seneste år regelmæssigt dyrket motionsløb, og 81 % af de danske motionsløbere løber for at komme ud i naturen. Naturen og naturoplevelser er således afgørende elementer i forbindelse med motion blandt den voksne del af befolkningen.

Referencer: Laub, 2013; Laub & Pilgaard, 2012; Forsberg, 2012; Jensen, 2013; Christensen et al., 2009; Pilgaard, 2008.

De voksne søger ud i naturen



Figur 11. Den voksne befolknings anvendelse af arealer til idræt (Laub & Pilgaard, 2012).

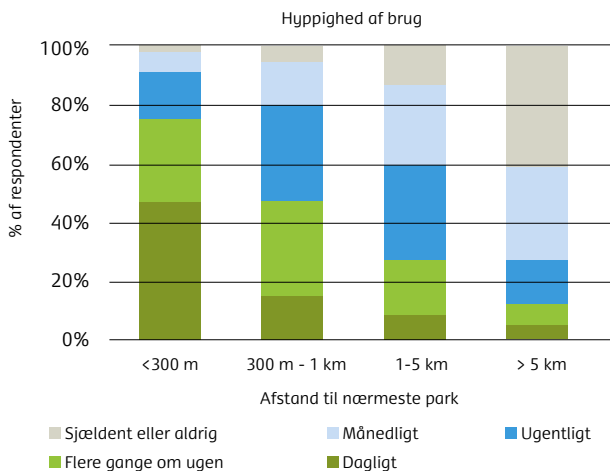
- De fleste voksne anvender naturen som ramme for regelmæssig motion.
- Naturen er en vigtig motivationsfaktor for fysisk aktivitet.

Sociale forskelle i afstand til grønne områder

En række danske undersøgelser peger på en sammenhæng mellem afstand fra bopæl til natur og grønne områder og besøgsfrekvensen (se afsnit 2.5). Særligt i kommuner med de største befolkningstal er der socioøkonomiske forskelle i afstanden fra bopæl til grønne områder. Disse forskelle viser sig ved, at personer med kort uddannelse eller med bopæl i lejlighed har lavere sandsynlighed for at bo inden for 300 meter fra et grønt område. Borgere med ikkevestlig baggrund, bosiddende i lejlighed, med korte uddannelser samt yngre mænd har ligeledes lavere sandsynlighed for at bruge natur og grønne områder, mens der ikke er tydelige forskelle mellem aldersklasserne for kvinderne.

Referencer: Hansen & Nielsen, 2005; Jensen & Skov-Petersen, 2002; Schipperijn et al., 2010.

Sammenhæng mellem afstand til nærmeste grønne område og hyppighed i besøg



Figur 12. Sammenhæng mellem afstand til grønne områder og hyppigheden af brug (Stigsdotter et al., 2011).

Også når befolkningen selv vurderer sit helbred, er konklusionen, at personer, der bor tæt på grønne områder, både kommer der oftere og oftere har fysisk aktivitet som primært formål med besøget end personer, der bor langt fra grønne områder (mere end 1 kilometer). Den førstnævnte gruppe er desuden generelt mere fysisk aktiv i fritiden. Dog kan en forklaring være, at mennesker, der i forvejen er fysisk aktive, lægger større vægt på at bo nær grønne områder og derfor vælger at bosætte sig der.

Nogle typer af naturområder ser ud til at inspirere mere til fysisk aktivitet end andre. Folk er hyppigere fysisk aktive i det nærmeste grønne område, når det er et større sammenhængende område (5-10 hektar). Andre karakteristika og faciliteter i grønne områder, der har positiv indflydelse på motivationen til fysisk aktivitet, er vandre- og/eller cykelruter, træbevoksede arealer, vandflade eller vandløb, ruter med belysning, fine udsigter og parkeringsfaciliteter for cykler og biler. Derimod synes særlige faciliteter som sportsbaner og træningspavilloner målrettet mod forskellige former for fysisk aktivitet ikke at være specielt vigtige for, om flere voksne anvender det nærmeste grønne område til fysisk aktivitet.

Referencer: Toftager et al., 2011; Schipperijn et al., under udgivelse.

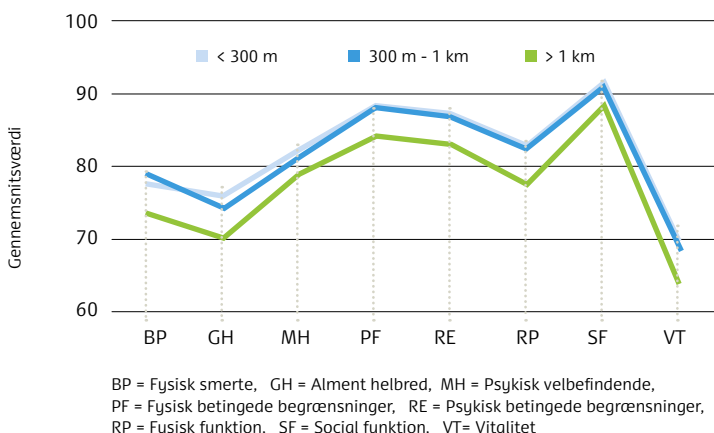
- Jo kortere afstand til grønne områder, jo oftere færdes man dér.
- Folk med lang afstand til grønne områder (> 1 kilometer) er generelt mindre fysisk aktive, og de anvender også sjældnere det grønne område til fysisk aktivitet end folk, der har kort afstand til grønne områder.
- Størrelse samt en række karakteristika ser ud til at gøre det grønne område mere attraktivt for fysisk aktivitet.

Afstanden til grønne områder hænger sammen med sundhedstilstanden

Når befolkningen selv vurderer sit helbred ud fra otte forskellige dimensioner, er der en sammenhæng mellem lang afstand til grønne områder og dårlig sundhedstilstand. Når afstanden således er over 1 kilometer, er der en signifikant lavere selv vurderet sundhedstilstand i alle dimensionerne, og der er endvidere en større andel af svært overvægtige (BMI > 30).

Referencer: Stigsdotter et al., 2010; Toftager et al., 2011.

Sammenhæng mellem sundhedstilstand og afstand til grønne områder



Figur 13. Sundhedstilstand i forhold til afstande til grønne områder (Stigsdotter et al., 2010).

Samme tendens ses i forhold til selv vurderet stress, hvor sammenhængen mellem stress og afstand til grønne områder er signifikant. Personer, der bor længere end 1 kilometer væk fra nærmeste grønne område, har næsten halvdan gang så stor sandsynlighed for at føle sig stressede. Desuden hænger stressniveauet sammen med antallet af besøg til grønne områder, således at stressniveauet er lavere, jo hyppigere personerne færdes i grønne områder.

Reference: Stigsdotter et al., 2010.



Foto: Casper Lindemann

- Danskere med mere end 1 kilometer fra bolig til grønt område har højere sandsynlighed for dårligere helbred, for at være svært overvægtig og føle sig stressede.

3

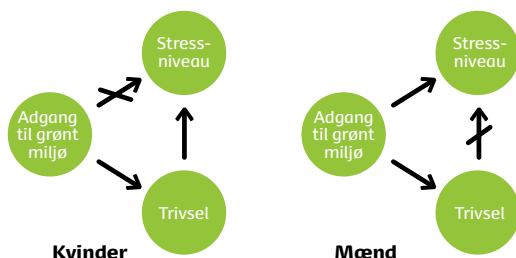
FRILUFTSLIVETS BETYDNING

Grønne områder kan gøre arbejdsdagen sundere

De fleste voksne danskere anvender en stor del af døgnet timer på arbejdspladsen, og også her har grønne områder betydning for medarbejderne. Omkring 40 % bruger udemiljøet i løbet af arbejdsdagen, men kønsfordelingen er skæv: Flere mænd end kvinder er ude i løbet af arbejdsdagen. Kvinderne føler langt oftere end mænd, at de har travlt til at gå udendørs i løbet af dagen. Svenske undersøgelser bekræfter dette billede og påpeger desuden en direkte sammenhæng mellem adgang til grønne udemiljøer og højere trivsel og lavere stress hos mænd, mens sammenhængen hos kvinder er mere indirekte. Adgangen eller udsigten til grønne udemiljøer kan påvirke deres trivsel, og høj trivsel ser ud til at mindske risikoen for stress.

Referencer: Lottrup, Grahn & Stigsdotter, 2013; Lottrup et al., 2012.

Påvirkning af grønne områder på arbejdspladsen



Figur 14. Adgangen til grønne udemiljøer på arbejdspladsen påvirker mænd og kvinder forskelligt (Lottrup, Grahn & Stigsdotter, 2013).

- Der er forskel på kvinders og mænds brug af udemiljøet i løbet af en arbejdsdag.
- Adgang til grønt udemiljø på arbejdspladsen ser ud til at hænge sammen med lavere stressniveau.

Bynatur og grønne områder kan have positiv social betydning

Foruden fysisk og mental sundhed er sociale relationer et vigtigt element i WHO's definition af sundhed. Eftersom mere end 1 million dyrker friluftsliv i foreninger, er der god grund til at antage, at den sociale dimension er en vigtig del af friluftslivet. Det sociale er dog ikke den vigtigste årsag til det gennemsnitlige naturbesøg, men omvendt forventer gæster i parker og grønne områder, at stedet kan være ramme om social aktivitet. Undersøgelser af grønne områders betydning for hverdagslivet understreger, at den sociale dimension er et vigtigt element ved besøg i grønne områder.

Referencer: Jensen, 1998, Jensen, 2013, Grahn & Stigsdotter, 2010.

- De grønne områder kan have stor betydning som rammen om sociale aktiviteter.
- Samvær med de nærmeste, uformelle netværk, mødet med dem, man ikke kender, og alenesteder/alenetider er vigtige elementer ved besøg i grønne områder.

3.3 Hvilke pædagogiske effekter har friluftsliv?

Både inden for pædagogers arbejde og inden for undervisning i folkeskolen er inddragelsen af det pædagogiske friluftsliv stigende. Der skønnes at være omkring 500 naturbørnehaver og 300 skoler, der praktiserer udeskole. Miljøskiftet fra klasseværelse, dagtilbuddets lokaler og den traditionelle legeplads ud i det grønne til skoven, parken, kysten, landskabet og naturen ser ud til at have en række positive effekter. Nogle af de positive effekter, der er dokumenteret, er bedre koncentrationsevne og motorisk udvikling samt færre sygedage blandt børn på institutioner, der aktivt benyttede naturen som led i dagligdagen.

Forskningen på feltet lider dog under, at der ofte er tale om casestudier med forholdsvis få deltagere, ligesom langtidseffekter af eksempelvis udeskole ikke er undersøgt tilstrækkeligt. Man ved for eksempel ikke med sikkerhed, om naturbørnehave også på lang sigt gør børnene mere miljøbevidste.

Referencer: Grahn et al., 1997; Mårtensson et al., 2011; Bentsen et al., 2010; Rickinson et al., 2004; Ejbye-Ernst, 2012.

Udeskole kan styrke trivsel og læringsmiljø

Undersøgelser gennem et treårigt forløb med udeskole på Rødkilde Skole i København viser, at børnene trives med en ugentlig skoledag i skoven. Skoven som ramme for undervisningen scorer samlet set bedre end klasseværelset. Endvidere ser udeskole ud til at skabe mere social dynamik og fremme nye sociale relationer: Når skoledagen foregår i skoven, leger eleverne oftere med nye klassekammerater i frikvarteret end dem, de normalt leger med i skolegården. Det er også læreres oplevelse, at udeskole skaber et godt læringsmiljø.

Referencer: Mygind, 2005; Mygind, 2009; Szczepanski, 2013.

Udeskole kan styrke børns læring og hukommelse

Det fremmer læring, når pædagogisk arbejde finder sted i skiftende miljøer. Elever i et udeskoleforløb husker det, de har lært, bedre end elever i et traditionelt undervisningsforløb. Udeundervisning styrker derudover elevernes egen motivation for læring, og der sker hurtigere fremgang i læringen end ved traditionel undervisning.

Referencer: Rickinson et al., 2004; Fägerstam & Blom, 2012; Fägerstam, 2012; Fägerstam & Samuelsson, 2012.

Udeskole fremmer fysisk aktivitet

Eleverne har gennemsnitligt et dobbelt så højt fysisk aktivitetsniveau i løbet af en skoledag i skoven som på en almindelig skoledag, og det gælder både i sommer- og i vinterhalvåret. Aktiviteten på udeskoledage svarer til niveauet på en skoledag med to idrætstimer. Målingerne af den fysiske aktivitet stemmer overens med elevernes egne vurderinger af niveauet af den fysiske aktivitet, og selv i pauserne synes aktivitetsniveauet at være højere end i frikvarterer på skolen.

Den højere fysiske aktivitet, der er forbundet med udeskolen, fremmer i sig selv sundheden. Men foruden den veldokumenterede sammenhæng mellem fysisk aktivitet og sundhed er der over de senere år også opstået konsensus om "en dokumenteret sammenhæng mellem fysisk aktivitet og læring uanset alder".

Referencer: Mygind, 2007 og 2009, studier på baggrund af et treårigt udeskoleforløb på Rødkilde Skole; Sundhedsstyrelsen, 2001; Bangsbo, 2011.

Udeskole påvirker drenges mentale sundhed positivt

Det ser ud til, at udeskole påvirker drenges generelle mentale velbefindende mere end pigers. Udeskole har således vist sig at have positiv effekt på drengenes 'følelsesmæssige symptomer', 'hyperaktivitet' og 'adfærdsproblemer', mens der ikke ses nogen signifikant påvirkning af pigerne.

Reference: Gustafsson et al., 2011, på baggrund af undersøgelse fra Linköping.

Udeliv og naturleg kan fremme motorisk udvikling

Børn, der færdes i naturen dagligt, udvikler bedre motoriske færdigheder end børn, der sjældnere er i naturen. Det at færdes i naturen – i det ujævne og sommetider uforudsigelige terræn – stimulerer børns motoriske udvikling mere, end når børnene færdes på almindelige konstruerede legepladser eller indendørs. Dertil kommer, at forskellige omgivelser appellerer til forskellige former for leg og fysisk aktivitet.

Referencer: Grahn, 2007; Vigsø & Nielsen, 2006; Fjørtoft & Sageie, 2000, på baggrund af sammenlignende undersøgelse af norske børnehavebørn.

3.4 Hvilke effekter har friluftslivet for særlige grupper?

Der er store indbyrdes forskelle på, hvordan naturen og grønne områder anvendes af danskerne. Eksempelvis spiller afstanden fra bopæl til grønne områder ind på hyppigheden af besøg. Men også socioøkonomiske faktorer kan se ud til at have betydning. Der er eksempelvis en højere andel, der færdes ofte i grønne områder, i gruppen af personer med længere uddannelser end i gruppen med kortere uddannelser. Og personer med en ikkevestlig etnisk baggrund er langt sjældnere at finde i gruppen, der hyppigt kommer i grønne områder. En undersøgelse af skovbesøg viser, at mens der som helhed er 12 %, der ikke besøger en skov inden for et år, så er samme tal for danskere med ikkevestlig baggrund 31 %.

I lyset af de positive effekter, som forbindes med friluftsliv, har der i forskellige sammenhænge været sat fokus på nogle af de grupper, der anvender naturen mindst. Et helt andet perspektiv er, at naturen på forskellig vis kan anvendes til behandling af særlige grupper. Nedenfor gives et par eksempler på, at natur og friluftsliv kan have betydning i forhold til stresslindring/behandling samt i forbindelse med behandlingsforløb for unge kvinder med spiseforstyrrelser.

Referencer: Schipperijn et al., 2010; Morris et al., 2011; Jensen, 2012.

Friluftsliv og etnicitet – særlige indsatser kan åbne op for nye brugere

Friluftsliv og brug af naturen er kulturelt bestemt, og der er forskel på, hvordan landskabet opleves og bruges af personer med ikkevestlig baggrund og etniske danskere.

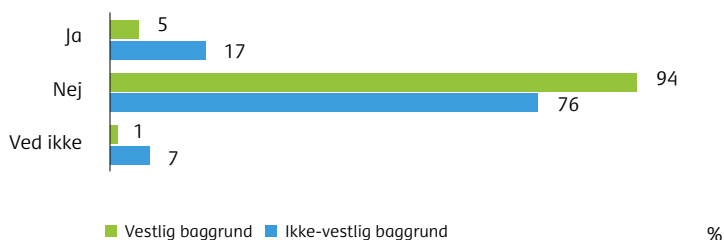
En hollandsk undersøgelse viser store forskelle på natursynet mellem indfødte hollændere og indbyggere med en baggrund fra lande med en islamisk kultur. Mens de indfødte hollændere foretrækker 'den vilde natur', så foretrækker indbyggerne med anden etnisk baggrund den funktionelle og mere velplejede natur. Lignende forskelle kan også findes i Danmark. Tal fra 2009 viser, at folk med ikkevestlig baggrund færdes sjældnere i skovene, men til gengæld kommer de oftere i større gruppe og er længere tid i naturen, når de først er derude. Mange kommer endvidere aldrig i skoven. Nogle af årsagerne til dette kan være



frygt eller usikkerhed, blandt andet i forhold til dyr, som det ses af nedenstående figur:

Referencer: Buijs, Elands & Langers, 2009; Jensen, 2013; Gentin, 2011.

Undlader du ture i naturen af frygt for at møde visse dyr?



Figur 15. Besvarelse på spørgsmålet: Får Deres eventuelle frygt for at møde visse dyr i den danske natur Dem til at lade være med at tage på tur i naturen? (Jensen, 2013).

For danskere med ikkevestlig baggrund fungerer de grønne områder i byerne ofte som en kulisser for socialt samvær, mens naturoplevelsen har så godt som ingen betydning. Det er vigtigt, at der er flere, der deler stedet, og at der er gode græsarealer og mulighed for at være uforstyrret. Friluftslivet er vejr- og årstidsafhængigt og finder kun sted, når det er varmt, og solen skinner om sommeren. Skovene bruges stort set ikke til friluftsliv.

Et større engelsk projekt med fokus på etniske minoriteter viser, at usikkerhed og manglende kulturel fortrolighed med det at færdes i naturen



Foto: Casper Lindemann

var en væsentlig barriere. Angst for at møde løse hunde var et andet problem. Guidede introduktionsforløb til skoven og aktiviteter i skoven var med til at skabe en fortrolighed og give lyst til at komme tilbage til skoven sammen med familie eller venner. Projektet bidrog til at gøre en række grupper mere fysisk aktive, men det var især de sociale sider ved initiativerne, der blev vurderet som meget positive af deltagerne.

Referencer: Gentin, 2006; Morris & O'Brien, 2011.

- Danskere med ikkevestlig baggrund besøger sjældnere naturen.
- En af grundene kan være manglende fortrolighed med naturen og angst for at møde dyr.
- Målrettet introduktion kan ændre adfærden og give etniske grupper mod på at anvende naturen mere.

Ældre og friluftsliv

Ældre mennesker lægger stor vægt på naturen i forbindelse med deres motion, og vandreturen er en udbredt aktivitet blandt ældre. Befolkningsfremskrivninger viser, at der bliver stadig flere ældre. En tur i skoven eller byens grønne områder fremstår således som en oplagt mulighed for ældre for at holde helbredet ved lige.

Danske ældre er hyppige gæster i naturen. Ældre i aldersgruppen 61-77 år kommer oftere i naturen end de øvrige voksne danskere, og hver tredje ældre kommer dagligt i naturen mod en fjerdedel blandt de

øvrige voksne. Selvom ældre gennemsnitligt er hyppige friluftsudøvere, så er der naturligvis spredning inden for gruppen, og blandt ældre er der særlige forhindringer, der på forskellig vis spiller ind. Disse ses i boksen herunder.

Referencer: Pedersen & Andersen, 2011; Pilgaard, 2008; Hansen-Møller, 2010a; Hansen-Møller, 2010b; Hansen-Møller, 2010c.

Frygt for egen sikkerhed: Frygt for at falde eller blive overfaldet.

Sociale hindringer: Kan både omfatte angst for, at særlige grupper skal forulempe dem, og at området virker helt mennesketomt.

Dårligt helbred: Helbredet nævnes ofte som en hindring for at komme ud i naturen. Det er en årsag, der nævnes hyppigere end i udenlandske undersøgelser.

Afstand: Afstand er en faktor for antallet af besøg uanset aldersgruppe. En undersøgelse fra Odense viser dog, at det nærmeste grønne område også hyppigst er det mest anvendte blandt de ældste.

Fysiske barrierer: Toiletforhold og manglende siddepladser fremhæves ofte som barriere blandt ældre.

- Ældre er generelt hyppige gæster i naturen.
- Frygt for egen sikkerhed, sociale hindringer, dårligt helbred, afstand og fysiske barrierer er forhindringer for nogle grupper af ældre.

Friluftsliv har effekt i behandlingen af spiseforstyrrede

Friluftsliv har indgået som led i behandling af unge med spiseforstyrrelser i et treårigt projekt i samarbejde mellem traditionelle behandlere og friluftsuuddannet personale. De spiseforstyrrede oplevede, at naturen gav dem overskud, ro, velvære med videre og satte positive tanker i gang og dermed lyst til livet og lyst til at arbejde for at komme ud af spiseforstyrrelsen.

Spiseforstyrrelser er et stigende problem i Danmark. Det skønnes, at over 40.000 blandt landets kvindelige befolkning lever med spiseforstyrrelser. Sygdommene ses også i stigende grad hos drenge og mænd. Langt de fleste udvikler spiseforstyrrelsen i ungdommen.

Referencer: Fisker, 2010.

- Naturen og friluft aktiviteter kan udgøre et vigtigt led i behandling af unge med spiseforstyrrelse.
- Friluft aktiviteter kan dog ikke stå alene. Fagligt personale og indhold er helt uundværligt.

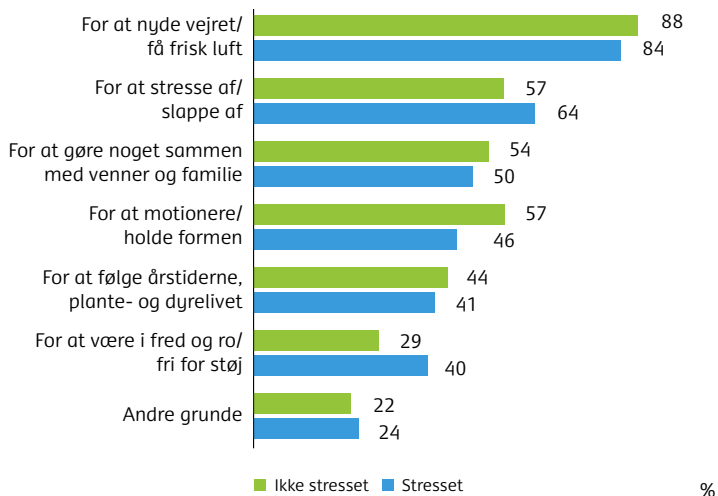
Friluftsliv kan være med til at behandle stress

Natur og grønne områder kan virke stressreducerende, og stressramte angiver oftere, at besøg til grønne områder har til formål at finde fred og ro samt stress af/slappe af, end ikke stressramte. Se figur 16.

Referencer: Hansen & Nielsen, 2005; Stigsdotter et al., 2010.

Viden om sammenhænge mellem omgivelser og stress bliver anvendt til behandling af stressramte. Det er sket over en længere årrække på Terapitrådgården (Terapihaven) ved Alnarp med gode resultater. I Danmark er en lignende behandling begyndt ved Nacadia i Københavns Universitets Arboret i Hørsholm. Her skal der gennemføres et eksperiment med to store grupper af stresspatienter, der behandles med henholdsvis normal behandling og behandling i terapihaven.

Formål med naturbesøg for stressramte og ikke-stressramte



Figur 16. Begrundelser for besøg i grønne områder i forhold til stress status (Stigsdotter et al., 2011).

- Stresspåvirkede gæster i naturen lægger vægt på netop at stresse af og nyde fred og ro i forbindelse med besøget.
- Den afstressende virkning anvendes i forbindelse med professionel behandling af stress.

3.5 Hvad er friluftslivets økonomiske effekt?

Friluftsliv udgør en vigtig værdi for danskerne. Det vidner udbredelsen af friluftslivet om med i størrelsesordenen 70 millioner årlige besøg alene i skovene. Værdien af dette friluftsliv er på forskellig måde forsøgt omsat til en økonomisk værdi, ikke mindst for at kunne vurdere, hvad samfundet får ud af de investeringer, der også er forbundet med danskernes friluftsliv. Eksempelvis når samfundet beslutter sig for at opretholde eller etablere friluftsfaciliteter, stier eller naturområder.

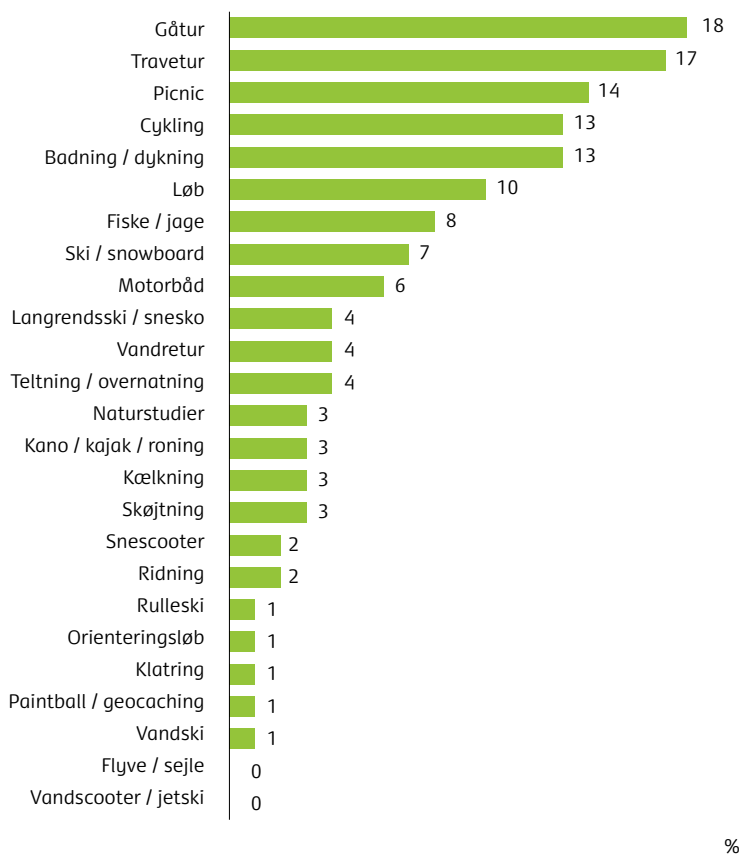
Svenskerne anvender knap 100 milliarder kroner på friluftsliv

Vi har i Danmark ikke præcis viden om friluftslivets betydning inden de forskellige økonomiske felter, men i Sverige er den økonomiske værdi af friluftslivet forsøgt beregnet. Resultatet viser at:

- Svenskerne anvendte i 2009 næsten 98,6 milliarder svenske kroner på friluftsliv. Heraf blev de 72,3 milliarder svenske kroner anvendt i Sverige, resten i forbindelse med friluftsliv i udlandet. Gennemsnittet per voksne svensker var 12.800 svenske kroner. Dette beløb inkluderer også udgifter, som den enkelte angav at dække for andres friluftsliv, eksempelvis børn.
- Mænd havde et signifikant højere forbrug end kvinder. Også andre karakteristika var forbundet med højt forbrug, herunder personer med lange uddannelser, højere løn og aldersgruppen 20-50 år.
- Effekten af friluftsforbruget på det svenske bruttonationalprodukt er i alt 34 milliarder svenske kroner, og jobeffekten estimeres til 75.600 jobs. Betalingsviljen ud over det faktiske forbrug opgøres til 33 milliarder svenske kroner. To tredjedele forventer i øvrigt, at deres forbrug til friluftsliv vokser fremover.

Referencer: Fredman et al., 2011, som et led i projektet 'Friluftsliv i forandring'.

Friluft aktiviteter med tilknyttet forbrug



Figur 17. Fordeling af udgifter efter aktivitet (Fredman et al., 2011).

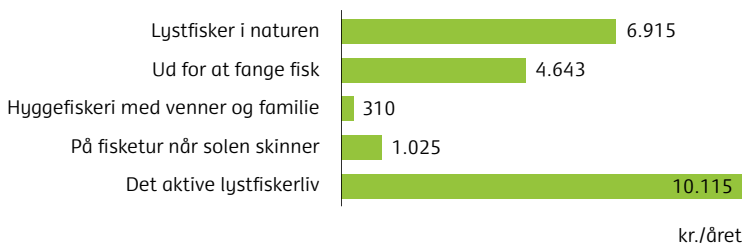
- Svenskernes forbrug til friluftsliv er på næsten 100 milliarder svenske kroner om året.
- Det udgør cirka 34 milliarder svenske kroner på bruttonationalproduktet og genererer 75.000 jobs.
- Svenskernes betalingsvilje er større end det nuværende forbrug.

Lystfiskeri i Danmark udgør et forbrug på 2,9 milliarder kroner

En af de friluftaktiviteter i Danmark der har opgjort den samfundsmæssige værdi er lystfiskeriet. Det samlede forbrug forbundet med lystfiskeri er cirka 2,9 milliarder kroner. Heraf er de 400 millioner kroner fra udenlandske fiskeres forbrug. Det gennemsnitlige forbrug for de danske lystfiskere er cirka 4.000 kroner om året. Der er dog meget store indbyrdes forskelle. Lystfiskerne er blevet kategoriseret i forhold til karakteren af deres fiskeri. Den mest aktive gruppe, karakteriseret ved 'det aktive lystfiskerliv', udgør cirka 9 % af fiskerne. De fisker i gennemsnit 18 dage årligt og har også det største gennemsnitlige forbrug på fiskeriet på godt 10.000 kroner. Den mindst aktive gruppe fisker et par dage om året og har næsten ikke noget forbrug knyttet til aktiviteten. Gruppen karakteriseres ved 'hyggefiskeri med venner og familie'.

Referencer: Jacobsen, 2010; Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri, 2010a.

Lystfiskertypernes forbrug



Figur 18. Lystfiskernes forbrug fordelt efter karakter af fiskeri (Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri, 2010b).

En betragtelig del af forbruget på de 2,9 milliarder kroner forsvinder ud af økonomien, som import, moms og afgifter, og især fordi køb af brugte både også trækkes ud af regnskabet³. Samlet set er det direkte aktivitetsskabende forbrug opgjort til 1,3 milliarder kroner. Da forbruget fordelt på forskellige typer kendes, kan man beregne den indirekte effekt som følge af underleverancer med videre. Den samlede effekt i den danske økonomi når derfor op på 2,1 milliard kroner, og det genererer en beskæftigelse på cirka 2.500 jobs.

Referencer: Jacobsen, 2010; Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri, 2010b.

- Lystfiskeriet genererer en omsætning på 2,9 milliarder kroner.
- Påvirkningen af den danske økonomi anslås til at være cirka 2,1 milliard og til at generere 2.500 jobs.

Friluftsliv og oplevelsesøkonomi kan hjælpe lokalsamfund

Befolkningens friluftsliv med mulighed for at opleve naturen og kulturhistorien er et af formålene i den danske Lov om nationalparker. Der findes ingen beregninger for danske nationalparkeres bidrag til økonomien, men i Finland viser beregninger, hvordan parkernes gæster bidrager til den lokale økonomi. Det ses, at nationalparkerne bidrager med 640 millioner kroner (85 millioner euro) og cirka 1.100 jobs. Den mest besøgte nationalpark havde godt 400.000 besøgende i 2009, og det bidrog med 133 millioner kroner og 234 jobs. Hovedparten af omsætningen i forbindelse med nationalparkbesøgene ligger uden for selve

³) Brugte både genererer ikke økonomisk omsætning.



nationalparken, fordi overnatnings-, spise- og indkøbsmuligheder typisk er lokaliseret omkring nationalparkerne, mens der er sparsomme muligheder inde i selve parkerne. I mange tilfælde er der derfor anvendt en bufferzone på 25 kilometer omkring parkerne.

Referencer: Huhtala, Kajala & Vatanen, 2010.

- Finske nationalparker bidrager med 640 millioner kroner til økonomien i lokalområderne omkring parkerne.
- Det genererer omkring 1.100 jobs.

Betalingsvillighed som mål for friluftslivets værdi

En stor del af det danske friluftsliv er gratis for brugeren. Befolkningens betalingsvilje kan imidlertid anvendes som et udtryk for den økonomiske værdi af friluftsliv. Undersøgelser i Mols Bjerge i 1990'erne viste, at den rekreative anvendelse dengang havde en værdi af cirka 3.000 kroner per hektar. Selv efter at driftsudgifterne var trukket fra, var værdien af den rekreative anvendelse større end dækningsbidraget for en mulig alternativ anvendelse til landbrug. Den rekreative værdi af Vestskoven i København er ligeledes vurderet på baggrund af befolkningens betalingsvilje til friluftsliv i skoven. Den rekreative værdi var her på 19.200 kroner per hektar.

Nytteværdien af rekreative områder kan også beregnes på baggrund af transportudgifter, som det er gjort med en række skovrejsningsprojekter. Her varierer værdien efter befolkningstæthed og mængden af eksisterende skov. Nytteværdien af ny skov spænder fra 4.200 til 17.500 kroner per hektar.

Referencer: Wilhjelmudvalget, 2001; Zandersen et al., 2007; Zandersen, Termansen & Jensen, 2007.

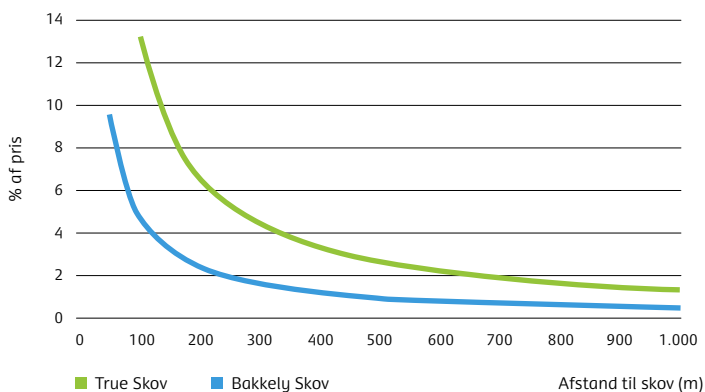
- Undersøgelser viser, at den hypotetiske betalingsvillighed for adgang til skove er ganske stor, op mod 20.000 kroner per hektar i bynære områder (2005-priser).
- Modelberegninger med udgangspunkt i transportudgifterne viser varieret nytteværdi af nye skovrejsninger afhængigt af blandt andet befolkningstæthed og eksisterende skovdække. Værdien spænder fra 4.200 til 17.500 kroner per hektar (2005-priser).

Betydning af grønne områder og natur afspejler sig i huspriserne

En lang række studier har dokumenteret, at nærhed til grønne områder afspejler sig i huspriserne. Parker og naturområder påvirker således husprisen helt ud til 1 kilometer derfra, mens strand/kyst har betydning inden for de første 500 meter. Bynær skovrejsning påvirker også prisdannelsen, som det ses i figuren. Her tages udgangspunkt i 100 hektar ny skov ved True (Aarhus) og 60 hektar ny skov ved Vemmelev (Slagelse) kaldet Bakkely Skov.

Referencer: Konijnendijk et al., 2013; Lundhede et al., 2013; Anthon & Thorsen, 2002; Anthon et al., 2005.

Nærhed til ny skov forøger huspriserne



Figur 19. Forøgelse af huspriser i forhold til afstand til skov (Anthon et al., 2005).

Begge projekter viser, at der er en sammenhæng mellem husets beliggenhed i forhold til grønne områder og prisen. Man skal naturligvis være forsigtig med at konkludere, at det alene er udtryk for værdisætning af friluftsmulighederne. Eksempelvis har udsigten sandsynligvis stor indflydelse.

Fire ud af fem danskere fremhæver eksempelvis også naturskønne områder som en væsentlig kvalitet ved landets yderområder. For 47 % af dem, der overvejer at flytte til et yderområde, er begrundelsen naturskøn kyst eller strand.

Referencer: Realdania, 2012.

- Tilstedeværelsen af parker og naturområder inden for 1 kilometer har betydning for husprisen.
- Nærhed til kysten påvirker husprisen, idet prisen øges, jo tættere man kommer på kysten.
- Nye skovrejsninger kan forøge prisen på eksisterende huse.

Friluftslivet kan reducere sundhedsudgifterne

Det koster årligt 3,5 milliarder kroner, at danskerne ikke er fysisk aktive nok. Hvis danskerne motionerede i henhold til de anbefalede retningslinjer, ville konsekvenserne blive:

- 2,6 millioner færre henvendelser til almen praksis
- Cirka 100.000 færre hospitalsindlæggelser
- 3,1 million færre fraværsdage fra arbejdet
- Cirka 1.266 færre tilfælde af førtidspension

Desværre findes der ikke beregninger på, hvor meget friluftslivet betyder i form af reducerede udgifter på det eksisterende sundhedsbudget.

I Sverige skønnes effekten af den svenske regerings 'Mål för friluftslivspolitik' at blive en besparelse på 1,7 milliarder svenske kroner på sundhedsbudgettet. Målet for besparelsen er, at befolkningen dyrker 20 % mere friluftsliv end i dag.

Referencer: Sundhedsstyrelsen, 2012; Sveriges regering, 2012; WSP Analys & Strategi, 2012.



4. FREMTIDIG DOKUMENTATION AF FRILUFTSLIVET

Vores viden om friluftslivets omfang og betydning er langt fra endelig, og gennemgangen af dokumentationen på området viser, at behovet for yderligere viden er stort. Ny viden skal dokumentere friluftslivets betydning i dag, men i høj grad også være med til at forbedre mulighederne og rammerne for friluftslivet i morgen. Derfor er det essentielt at skabe en solid dokumentation, så friluftslivet kan stå stærkere i den politiske prioritering til gavn for samfundet som helhed, men bestemt også til glæde for den enkelte friluftsudøver.



Stort behov for yderligere viden

Behovet for yderligere viden og dokumentation trænger sig på indenfor flere emner. Nogle af disse emner kræver dyberegående forskning, mens der for andre emner er tale om mere konkrete udredninger.

Friluftsrådet anbefaler at følgende udredninger udføres i nærmeste fremtid:

- **Kortlægning af landets friluftsfaciliteter.**
 - En udførlig registrering af antal og placering af friluftsfaciliteter i Danmark.
- **Kortlægning af grønne områder i byerne og kvaliteten heraf.**
 - En redegørelse af byernes friluftsmuligheder herunder omfanget og kvaliteten af grønne områder i forhold til friluftsliv.
- **Afklaring af det ikke-organiserede friluftsliv.**
 - Viden om omfanget og karakteren af friluft aktiviteter uden for foreninger.
- **Kortlægning af konflikter i forbindelse med friluftslivet.**
 - Et overblik over konflikter relateret til udøvelsen af friluftsliv.



- **Udredning af friluftslivets samfundsøkonomiske betydning.**
 - Viden om friluftslivets effekter på samfundsøkonomien.
- **Analyse af friluftslivets indflydelse på sundhedsøkonomien.**
 - En analyse, der med udgangspunkt i nuværende viden om friluftslivets sundhedseffekter redegør for, hvorledes sundhedsøkonomien påvirkes heraf.
- **Kortlægning af den frivillige indsats i forbindelse med friluftsliv.**
 - En kortlægning af omfanget af frivillighed i friluftslivet.

Forskningsemner, der fortjener uddybende undersøgelser

Friluftsrådet anbefaler, at også mere komplekse forskningsemner undersøges nærmere. Langsigtede effekter af naturoplevelser og friluftsliv er et af disse forskningsemner, som ikke er afdækket tilstrækkeligt. Også mere dybdegående analyser af friluftslivets sundhedsmæssige effekter og den heraf afledte sundheds- og samfundsøkonomiske betydning er nødvendige, ligesom undersøgelser af de sociale og pædagogiske effekter af friluftsliv i blandt andet undervisningssammenhæng. Endelig anbefaler Friluftsrådet et bedre vidensgrundlag om barrierer, der hindrer deltagelse i friluftaktiviteter, af udviklingstendenser i friluftslivet samt nye organiseringsformer og sociale mediers betydning for udfoldelsen af friluftsliv.



Referenceliste

Anthon, S. & B.J. Thorsen. 2002. Værdisætning af statslig skovrejsning. En husprisanalyse. Arbejdsrapport nr. 35. Skov & Landskab, Hørsholm.

Anthon, S., B.J. Thorsen & F. Helles. 2005. Urban-fringe afforestation projects and taxable hedonic values. *Urban Forestry & Urban Greening* 3(2):79-91.

Bangsbo, J. 2011. Fysisk aktivitet og læring – en konsensuskonference. Kulturministeriets udvalg for idrætsforskning, Kunststyrelsen, København.

Bentsen, P., F. Søndergaard Jensen, E. Mygind & T. Barfoed Randrup. 2010. The extent and dissemination of udeskole in Danish schools. *Urban Forestry & Urban Greening* 9(3):235-243.

Buijs, A.E., B.H.M. Elands & F. Langers. 2009. No wilderness for immigrants: Cultural differences in images of nature and landscape preferences. *Landscape and Urban Planning* 91(3):113-123.

Campingrådet. 2010. Campinganalysen 2010. Campingrådet.

Caspersen, O.H. & P.K. Nyed. 2011. Udviklingen af markveje og stier i det åbne land. Skov & Landskab, København Universitet.

Christensen, A.I., M. Severin, T. Holmberg, L. Eriksen, M. Toftager, A. Zachariassen, O. Ekholm, J.T. Tolstrup, M. Grønnebæk & T. Curtis. 2009. KRAM-undersøgelsen i tal og billeder. Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse og TrykFonden, København.

Danboat. 2010. 57.000 lystbåde og 250.000 lystsejlere i Danmark. Pressemeddelelse. www.sailing-aarhus.dk/blog/2010/03/04/57-000-lystbade-og-250-000-lystsejlere-i-danmark/.

Danmarks Jægerforbund. 2013. Fakta om jagt. www.jaegerforbundet.dk/page870.aspx?q=jagttegn.

De Økonomiske Råd. 2011. Den rekreative værdi af skove og anden natur. Notat. De Økonomiske Råd, København.

Dubgaard, A., M.F. Kallesøe, M.L. Petersen & J. Ladenburg. 2002. Cost-benefit analyse af Skjern-Å-projektet. Samfundsvidenskabelige serie nr. 9/2002. Institut for Økonomi, Skov og Landskab, Den Kgl. Veterinær- og Landbohøjskole, København.

Ejbye-Ernst, N. 2012. Pædagogers formidling af naturen i naturbørnehaver. Ph.d.-afhandling. Danmarks Pædagogiske Universitetsskole, Emdrup.

Fägerstam, E. & J. Blom. 2012. Learning biology and mathematics outdoors: Effects and attitudes in a Swedish high school context. *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning*:1-20.



- Fägerstam, E. & J. Samuelsson. 2012.** Learning arithmetic outdoors in junior high school influence on performance and self-regulating skills. *Education* 3-13:1-13.
- Fägerstam, E. 2012.** Space and Place – Perspectives of outdoor teaching and learning. Linköping University, Linköping.
- Fisker, H.J. 2010.** Rehabiliterende friluftslivsprogram. Udvikling, afprøvning og evaluering af metode vedrørende fritidstilbud med udgangspunkt i friluftslivsaktiviteter i naturen til ugen med spiseforstyrrelser. Arbejdsrapport 114. Skov & Landskab, Københavns Universitet, Frederiksberg.
- Fjørtoft, I. & J. Sageie. 2000.** The natural environment as a playground for children: Landscape description and analyses of a natural playscape. *Landscape and Urban Planning* 48(1-2):83-97.
- Forsberg, P. 2012.** Motionsløbere i Danmark – Portræt af danske motionsløbere. Idrættens Analyseinstitut, København
- Fredman, P., B. Svensson, K. Lindberg & A. Holmstedt. 2011.** Ekonomiska värden i svenskt friluftsliv – en enkätundersökning. Friluftsliv i förändring, rapport nr. 14. Friluftsliv i förändring, Östersund.
- Friluftsrådet. 2013a.** Rekreative stier i Danmark 2013 – oversigt, eksempler og inspiration. Friluftsrådet, København.
- Friluftsrådet. 2013b.** Rundringning til samtlige danske kommuner foretaget i januar 2013 af Friluftsrådet.
- Gentin, S. 2006.** Fem muslimers friluftsliv og natursyn. En interviewundersøgelse. Speciale ved Den Kgl. Veterinær- og Landbohøjskole, Frederiksberg.
- Gentin, S. 2011.** Outdoor recreation and ethnicity in Europe – A review. *Urban Forestry & Urban Greening* 10(3):153-161.
- Grahn, P. 2007.** Barnet og naturen. in *Utomhuspedagogik som kunskapskälle*, Dahlgren, L.O., S. Sjölander, J.P. Strid & A. Szczepanski (red.), Studentelitteratur, Linköping.
- Grahn, P., F. Mårtensson, B. Lindblad, P. Nilsson & A. Ekman. 1997.** Ute på dagis: Hur använder barn daghemsgården? Utformningen av daghemsgården och dess betydelse för lek, motorik och koncentrationsförmåga. Sveriges Lantbruksuniversitet, MOVIMUM, Alnarp.
- Grahn, P. & U.K. Stigsdotter. 2010.** The relation between perceived sensory dimensions of urban green space and stress restoration. *Landscape and Urban Planning* 94(3-4):264-275.
- Gustafsson, P.E., A. Szczepanski, N. Nelson & P.A. Gustafsson. 2011.** Effects of an outdoor education intervention on the mental health of schoolchildren. *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning* 12(1):63-79.
- Hansen, K.B. & T.S. Nielsen. 2005.** Natur og grønne områder forebygger stress. Skov & Landskab, Frederiksberg.

- Hansen-Møller, J. 2010a.** Ældres friluftsliv og sundhed. Videnblad 6.3-1. Skov & Landskab, Frederiksberg.
- Hansen-Møller, J. 2010b.** Ældres friluftslivsaktiviteter på landet og i byen. Videnblad 6.3-2. Skov & Landskab, Frederiksberg.
- Hansen-Møller, J. 2010c.** Hindringer for friluftsliv blandt ældre. Videnblad 6.3-4. Skov & Landskab, Frederiksberg.
- Hasler, B., E.H. Erichsen, C.K. Damgaard, Kristoffersen H.E. & J.J. Jørgensen. 2003.** Rekreative værdier af skov, sø og naturgenopretning. AKF-rapport. AKF-forlaget, Copenhagen.
- Huhtala, M., L. Kajala & E. Vatanen. 2010.** Local economic impacts of national park visitors' spending in Finland: The development of an estimation method. Finnish Forest Research Institute, Vantaa.
- Institut for Konjunktur Analyse & Skov- og Naturstyrelsen. 2008.** Skov- & Naturstyrelsen. Kendskab og holdninger. December 2008.
- Jacobsen, L.-B. 2010.** Lystfiskernes bidrag til dansk økonomi. FOI Working Paper nr. 2/2010. Fødevarerøkonomisk Institut, Københavns Universitet, Frederiksberg.
- Jensen, F.S. 1998.** Friluftsliv i det åbne land 1994/95. Forskningscentret for Skov & Landskab, Hørsholm.
- Jensen, F.S. 2003.** Friluftsliv i 592 skove og andre naturområder. Skovbrugsserien nr. 32, Skov & Landskab.
- Jensen, F.S. 2012.** Friluftsliv i skovene 2008 (1-9). Videnblade Planlægning og Friluftsliv, videnblade nr. 6.1-64-69 og 6.1-71-73, Skov & Landskab, Københavns Universitet.
- Jensen, F.S. 2013.** Upublicerede data fra Projekt Friluftsliv 2009. Institut for Geovidenskab og Naturforvaltning, Københavns Universitet, København.
- Jensen, F.S. & H. Skov-Petersen. 2002.** Tilgængelighed til skov – hvad betyder det for publikums besøg? P. 175-181 in Skov & Landskabskonferencen 2002, Center for Skov, L.o.P. (red.), Center for Skov, Landskab og Planlægning, Hørsholm.
- Kaae, B.C. & L.M. Madsen. 2003.** Holdninger og ønsker til Danmarks natur. By- og Landsplanserien nr. 21, Skov & Landskab, Hørsholm, 2003, 128 s. ill.
- Kaczynski, A.T. & K.A. Henderson. 2007.** Environmental Correlates of Physical Activity: A Review of Evidence about Parks and Recreation. *Leisure Sciences* 29(4):315-354.
- Konijnendijk, C.C., M. Annerstedt, A.B. Nielsen & S. Maruthaveeran. 2013.** Benefits of Urban Parks – a systematic review. Ifpra – International Federation of Parks and Recreation Administration, Alnarp and Copenhagen.
- Laub, T.B. 2013.** Danskernes motions- og sportsvaner 2011. Idrættens Analyseinstitut, København.
- Laub, T.B. & M. Pilgaard. 2012.** Hvor dyrker danskerne idræt? Idrættens Analyseinstitut, København.
- Lottrup, L., P. Grahn & U.K. Stigsdotter. 2013.** Workplace greenery and perceived level of stress: Benefits of access to a green outdoor environment at the workplace. *Landscape and Urban Planning* 110(0):5-11.
- Lottrup, L., U.K. Stigsdotter, H. Meilby & S.S. Corazon. 2012.** Associations between use, activities and characteristics of the outdoor environment at workplaces. *Urban Forestry & Urban Greening* 11(2):159-168.
- Lundhede, T.H., T.E. Panduro, L. Kummel, A. Ståhle, A. Heyman & B.J. Thorsen. 2013.** Værdisætning af bykvaliteter - fra hovedstad til provins. IFRO Rapport 216 b. Institut for Fødevarer- og Ressourceøkonomi, Frederiksberg.
- Megafon. 2013.** Naturvejlederforeningen i Danmark. Undersøgelse vedr. opfattelsen af naturvejledere. Januar 2013.

- Miljøministeriet. 2009.** Analyse af hovedstadsområdets grønne rekreative områder / landskaber, deres støjpåvirkning og tilgængelighed. Udarbejdet af Skov & Landskab, Københavns Universitet.
- Ministeriet for Fødevarer Landbrug og Fiskeri. 2010a.** Analyse af adfærd, motiver og præferencer blandt danske lystfiskere. Fødevareministeriet, København.
- Ministeriet for Fødevarer Landbrug og Fiskeri. 2010b.** Lystfiskeri i Danmark – Hvem? Hvor meget? Hvordan? Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri, København.
- Morris, J. & E. O'Brien. 2011.** Encouraging healthy outdoor activity amongst under-represented groups: An evaluation of the Active England woodland projects. *Urban Forestry & Urban Greening* 10(4):323-333.
- Morris, J., E. O'Brien, B. Ambrose-Oji, A. Lawrence, C. Carter & A. Peace. 2011.** Access for all? Barriers to accessing woodlands and forests in Britain. *Local Environment* 16(4):375-396.
- Mygind, E. 2005.** Udeundervisning i folkeskolen. Et casestudie om en naturklasse på Rødkilde Skole og virkningerne af en ugentlig obligatorisk naturdag på yngsted klassetrin i perioden 2000-2003. Museum Tusulanums Forlag & Københavns Universitet, København.
- Mygind, E. 2007.** A comparison between children's physical activity levels at school and learning in an outdoor environment. *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning* 7(2):161-176.
- Mygind, E. 2009.** A comparison of children's statements about social relations and teaching in the classroom and in the outdoor environment. *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning* 9(2):151-169.
- Mårtensson, F., C. Boldemann, M. Söderström & J. Öhman. 2011.** Den nyttiga utevistelsen. Rapport 6407. Natur Vårds Verket, Stockholm.
- NaturErhvervstyrelsen. 2013.** Statistik om lyst- og fritidsfiskeri. <http://naturerhverv.fvm.dk/lyst-og-fritidsfiskeri.aspx?ID=16471>.
- Natur- og Landbrugskommissionen. 2012.** Natur- og Landbrugskommissionens statusrapport. September 2012.
- Naturstyrelsen. 2013a.** Søer og Vandløb. [www.naturstyrelsen.dk/Vandet/Soer og vandloeb/](http://www.naturstyrelsen.dk/Vandet/Soer_og_vandloeb/).
- Naturstyrelsen. 2013b.** Naturvejledning for skoler og institutioner. www.naturstyrelsen.dk/Naturoplevelser/Undervisning/Naturvejledning/.
- Naturstyrelsen. 2013c.** Mountainbike. www.naturstyrelsen.dk/Naturoplevelser/Aktiv/Mountainbike/.
- Nord-Larsen, T., A. Bastrup-Birk, I.M. Thomsen, B.B. Jørgensen & V.K. Johannsen. 2010.** Skove og plantager 2009, Skov & Landskab, Hørsholm, 35 s. ill.
- Pedersen, B.K. & L.B. Andersen. 2011.** Fysisk aktivitet – håndbog om forebyggelse og behandling. Sundhedsstyrelsen, København.
- Petersen, L.K. & S.S. Nielsen. 2011.** Bynaturen i hverdagslivet. Faglig rapport fra DMU nr. 814. Danmarks Miljøundersøgelser – Aarhus Universitet, Aarhus.
- Pilgaard, M. 2008.** Danskernes motions- og sportsvaner 2007. Idrættens Analyseinstitut, København.
- Pilgaard, M. 2009.** Spor og motion i danskernes hverdag. Idrættens Analyseinstitut, København.
- Realdania. 2012.** Agenda Y - Yderområdernes potentialer. www.stedet-taeller.dk.
- Rickinson, M., J. Dillon, K. Teamey, M. Morris, M.Y. Choi, D. Sanders & P. Benefield. 2004.** A Review of Research on Outdoor Learning. National Foundation for Educational Research and King's College London, London.

Schipperijn, J., P. Bentsen, J. Troelsen, M. Toftager & U.K. Stigsdotter. Associations between physical activity and characteristics of urban green space. *Urban Forestry & Urban Greening*(0).

Schipperijn, J., O. Ekholm, U.K. Stigsdotter, M. Toftager, P. Bentsen, F. Kamper-Jørgensen & T.B. Randrup. 2010. Factors influencing the use of green space: Results from a Danish national representative survey. *Landscape and Urban Planning* 95(3):130-137.

Skov-Petersen, H. & F.S. Jensen. 2008. Oplevelse af forstyrrelse (1) Videnblad nr. 5. Friluftsrådet, DMU og Skov & Landskab, København.

Stigsdotter, U., O. Ekholm, J. Schipperijn, M. Toftager, T.B. Randrup, P. Bentsen, M. Grønbaek & F. Kamper-Jørgensen. 2011. SUSY Grøn: Brug af grønne områder og folkesundhed i Danmark – Opsummering af et tværvideenskabeligt forskningsprojekt mellem Skov & Landskab og Statens Institut for Folkesundhed. Arbejdsrapport 134/2011. Skov & Landskab, Københavns Universitet, Frederiksberg.

Stigsdotter, U.K., O. Ekholm, J. Schipperijn, M. Toftager, F. Kamper-Jørgensen & T.B. Randrup. 2010. Health promoting outdoor environments – Associations between green space, and health, health-related quality of life and stress based on a Danish national representative survey. *Scandinavian Journal of Public Health* 38(4):411-417.

Sundhedsstyrelsen. 2001. Fysisk aktivitet og sundhed. Sundhedsstyrelsen, København.

Sundhedsstyrelsen. 2012. Forebyggelsespakke Fysisk Aktivitet. Sundhedsstyrelsen, København.

Sveriges Regering. 2012. Regeringens skrivelse 2012/13:51. Mål för friluftslivspolitiken. Sveriges regering, Stockholm.

Szczepanski, A. 2013. The Importance of Place for Learning and Teaching – an Outdoor Educational Perspective. *NorDiNa* forthcoming.

TNS Gallup. 2009. Natur i generationer, september 2009. Danmarks Naturfredningsforening.

TNS Gallup. 2012. Natur i generationer, december 2012. Danmarks Naturfredningsforening.

Toftager, M., O. Ekholm, J. Schipperijn, U. Stigsdotter, P. Bentsen, M. Grønbaek, T.B. Randrup & F. Kamper-Jørgensen. 2011. Distance to Green Space and Physical Activity: A Danish National Representative Survey. *Journal of Physical Activity & Health* 8(6):741-749.

Vigsø, B. & V. Nielsen. 2006. Børn & Udeliv. CVU Vest Press, Esbjerg.

Wilhelmudvalget. 2001. Natur, økonomi & velfærd. Rapport fra Wilhelmudvalgets arbejdsgruppe vedrørende økonomi & velfærd. Wilhelmudvalget, Miljøministeriet, København.

WSP Analys & Strategi. 2012. Samhällsekonomisk konsekvensanalys. Mål för friluftslivspolitiken. WSP Sverige AB, Stockholm.

Zandersen, M., M. Termansen & F.S. Jensen. 2007. Evaluating approaches to predict recreation values of new forest sites. *Journal of Forest Economics* 13:103-128.

FAKTA om friluftslivet i Danmark

Udgivet af: Friluftsrådet

Scandiagade 13, 2450 København SV

April 2013

Grafisk layout: Meyer & Bukdahl as

Oplag: 6000

Forsidefoto: Colourbox.com



STØTTET MED TIPS- OG LOTTOMIDLER TIL FRILUFTSLIVET



Scandiagade 13 · DK-2450 København SV
Tel +45 33 79 00 79 · fr@friluftsradet.dk
www.friluftsradet.dk

