

Friluftsliv og rekreativ infrastruktur – de gode argumenter og overvejelser

Spor 3: Hvad får vi egentlig ud af friluftsliv?

Anton Stahl Olafsson, Frank Søndergaard
Jensen og Søren Præstholm,
Forskningsgruppen: Natur, parker og friluftsliv

KØBENHAVNS UNIVERSITET



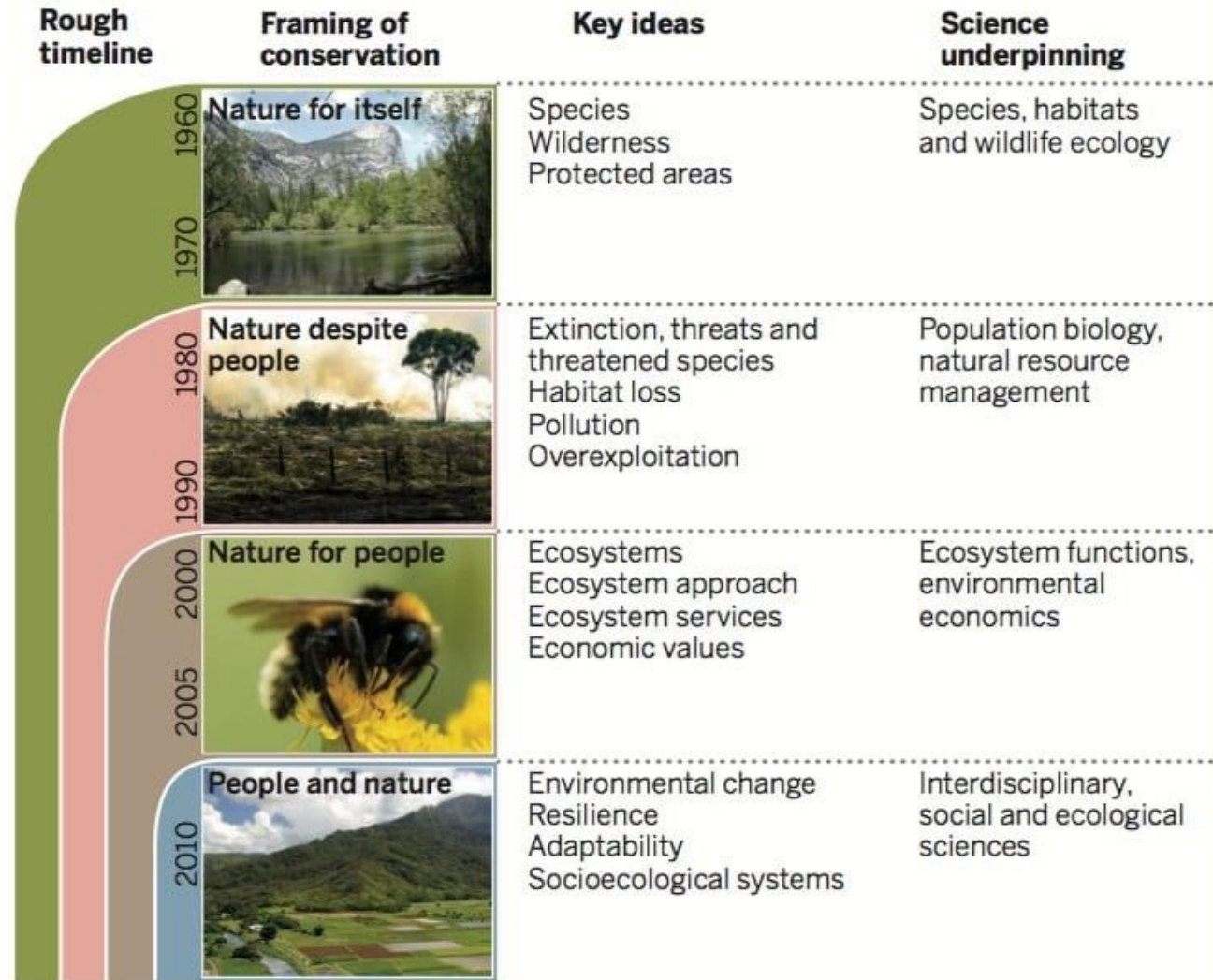
Indhold

1. De store dagsordner
 - Verdensmål
 - Naturbesvarelse og naturværdier
 - Samfundsøkonomiske opgørelser
 - Lykke
2. Årsager til danskernes naturbesøg:
 - Motion, fred og ro, naturoplevelser
3. Hvor vigtige er faciliteter så?
 - Mere rekreativ infrastruktur, flere besøg?
 - Purist skala
 - Samarbejder og barrierer
4. Afrunding

Friluftsliv – de gode argumenter



Friluftsliv: Naturbevarelse og naturværdier



Friluftslivets nationaløkonomiske fodaftryk

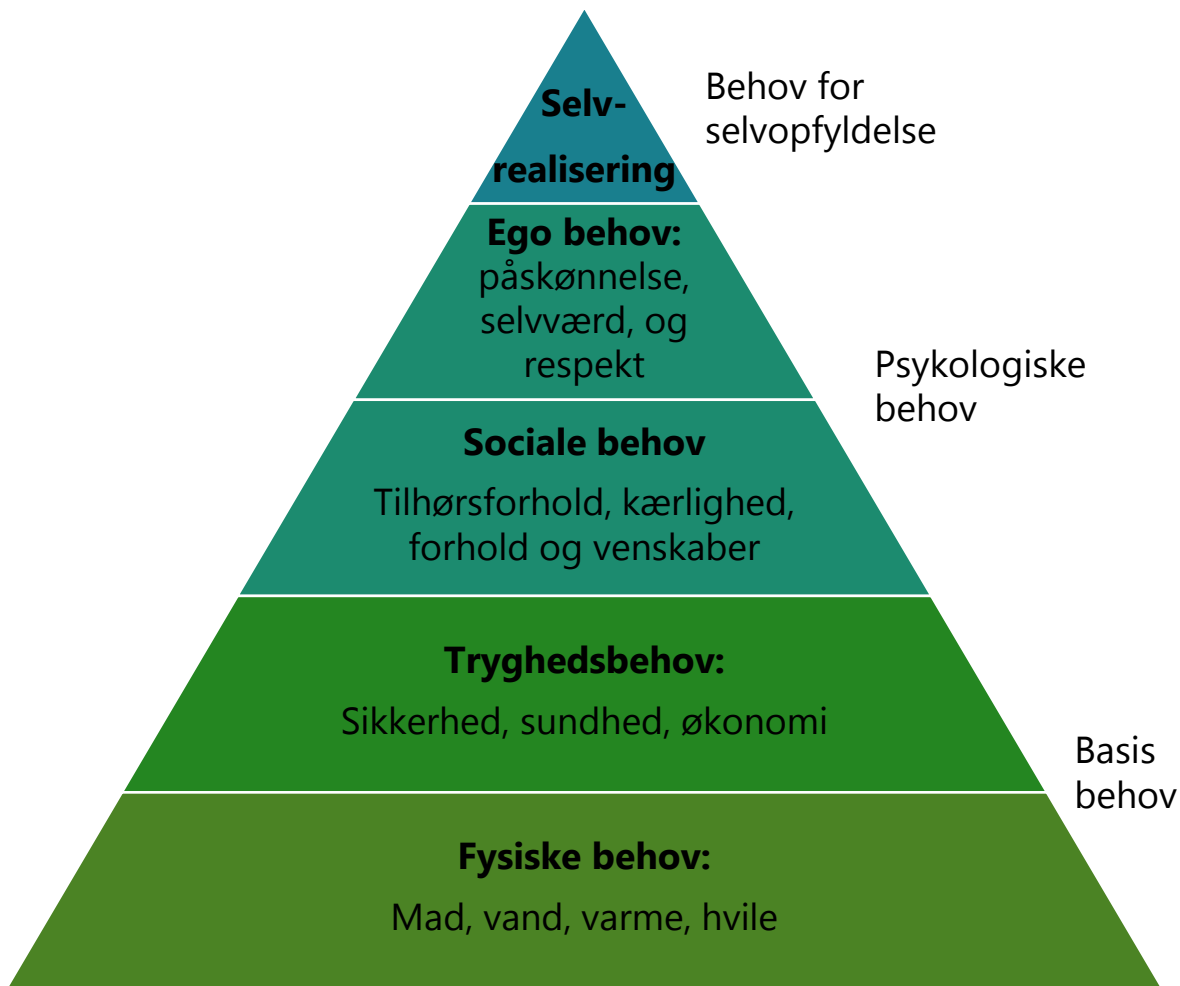
Jacobsen et al (2014):

- Gns. forbrug pr. husstand: 11.157 kr.
 - Friluftslivets BNP-bidrag: 18,2 milliarder kr. (ca. 1%)
 - Beskæftigelse svarende til ca. 28.000 fuldtidsjob
- + Dele af/overlap med *kyst og naturturisme* (67,5 mia kr og 64.000 årsværk, tal fra 2019)

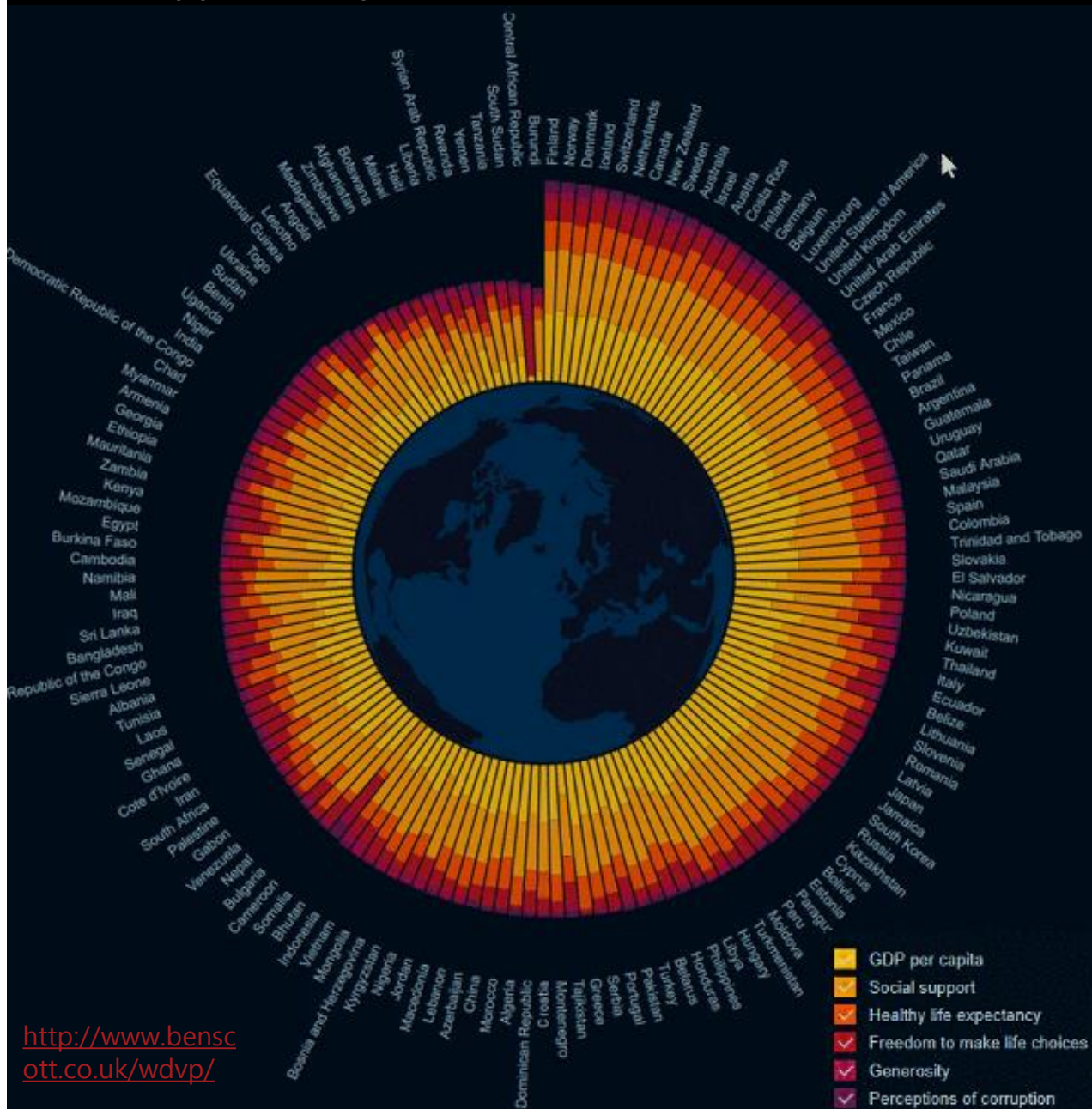


Lykke: Hvilken rolle spiller friluftsliv?

Maslow's behovspyramide:

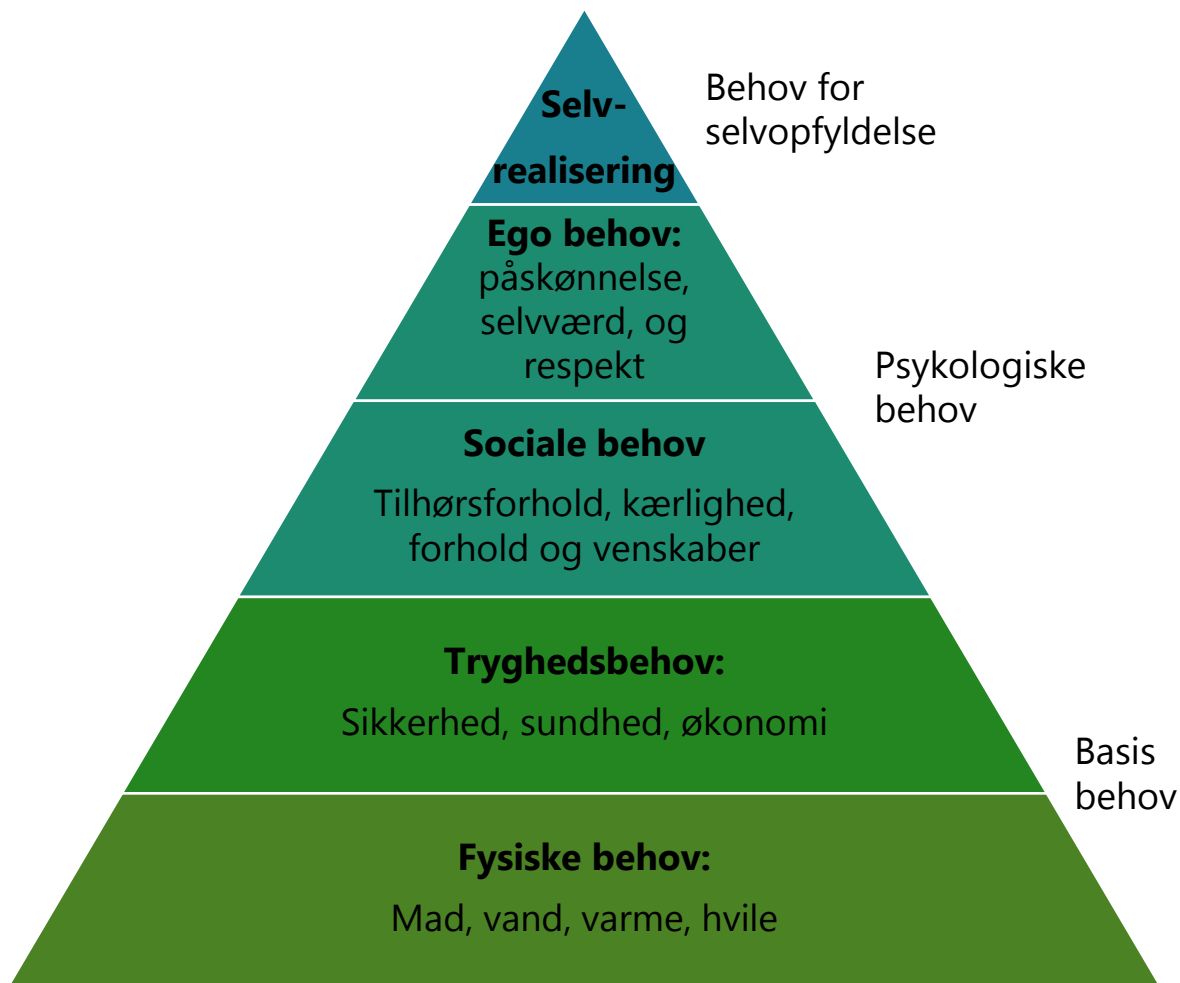


World happiness report:



Motiver for friluftsliv (den gode tur)

Maslow's behovspyramide:



Årsager til at tage ud i naturen.

For at:

udvikle færdigheder; opleve noget spændende; være i nær kontakt med naturen; føle mig uafhængig; reflektere over sit liv

vise over for mig selv og andre at jeg kunne klare det

familien kunne gøre noget sammen; kunne være sammen med andre, der glæder sig over det samme

få fred og ro; motionere; holde mig sund; være nær andre som kan hjælpe mig hvis behovet opstår

fiske; samle; lave bål; overnatte i naturen; spise udendørs

(Dansk oversættelse af REP Scales, Manfredino & Driver 1996)

Vigtigheden af motiver for naturbesøg undersøgt i nationale 10 års intervaller siden 1990erne

Metode

- (1976-1977), 1993-1994, 2007-2008 og **2023-2024**
- Dataindsamling hver måned over et helt år
- Fokus på 'det seneste naturbesøg'

De oprindelige undersøgelser

- Udsendt via brev med 3 påmindelser
- Repræsentative stikprøver fra CPR (15-78 år)
- $n =$ (3071), 2895 og 1919
- Svarprocent: (91.4), 83.7 og 65.6%

Nyeste **2023-2024** undersøgelse

- Stor stikprøve udsendt via eboks (forventet lavere svarprocent)

Projekt Vildt & Landskab

Skov & Landskab

Københavns Universitet

Rolighedsvej 23

1958 Frederiksberg C

Løbenummer:

A

Spørgeskema

Først vil vi bede Dem om at svare på en række spørgsmål der handler om **sidste gang** De var på en tur i skoven. – Og bemærk, når "dyr" nævnes i spørgsmålene, menes der fritlevende dyr, der lever vildt i den danske natur – altså ikke kæledyr, hobbydyr, landbrugets husdyr eller lignende.

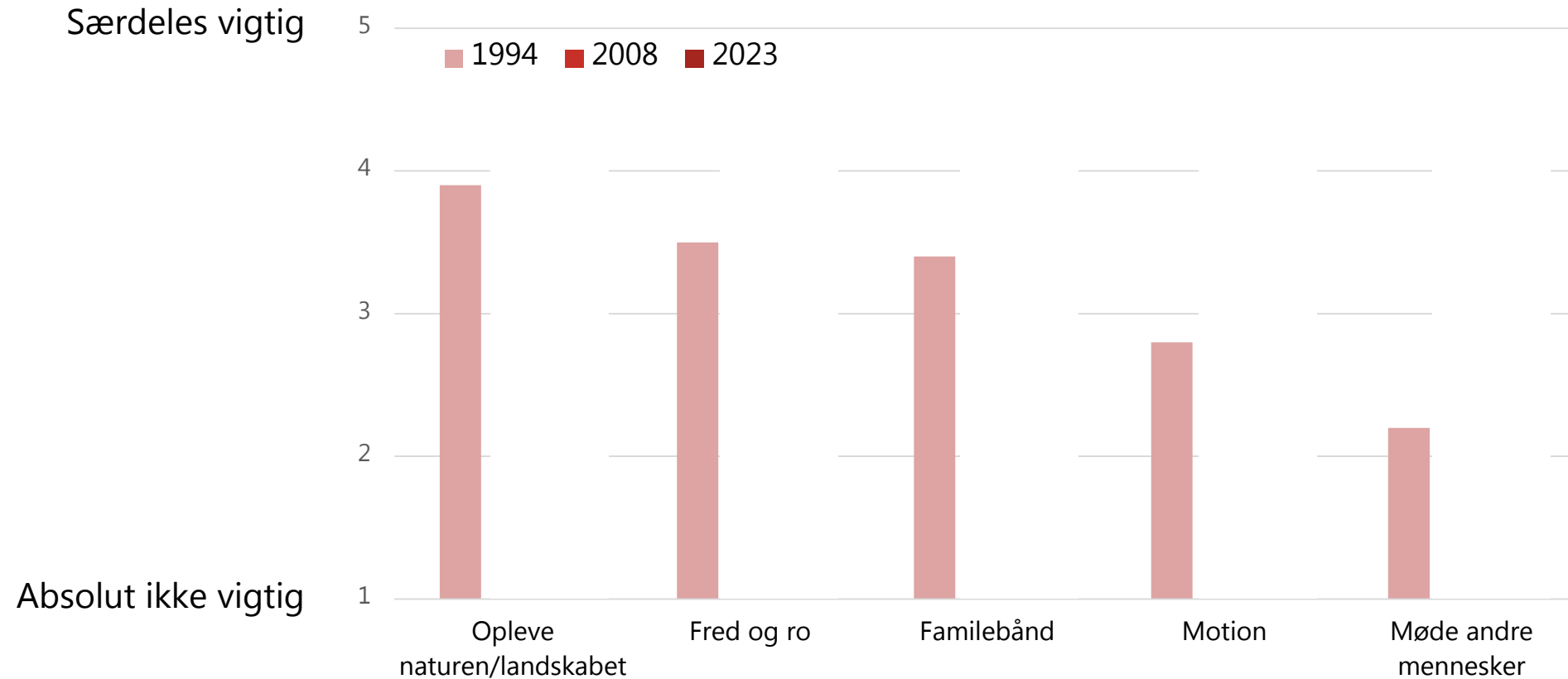
1. Hvornår var De sidst en tur i skoven?

(også mindre køreture eller f.eks. ganske korte gåture regnes for en "tur i skoven", hvis de er foregået helt eller delvist med det formål at komme i skoven – sæt ét kryds)

- I dag
- For mindre end 1 uge siden
- For 1 til 2 uger siden
- For 2 til 4 uger siden
- For 1 til 2 måneder siden
- For 2 til 4 måneder siden
- For 4 til 12 måneder siden
- For mere end 1 år siden

Årsager til at tage ud i naturen

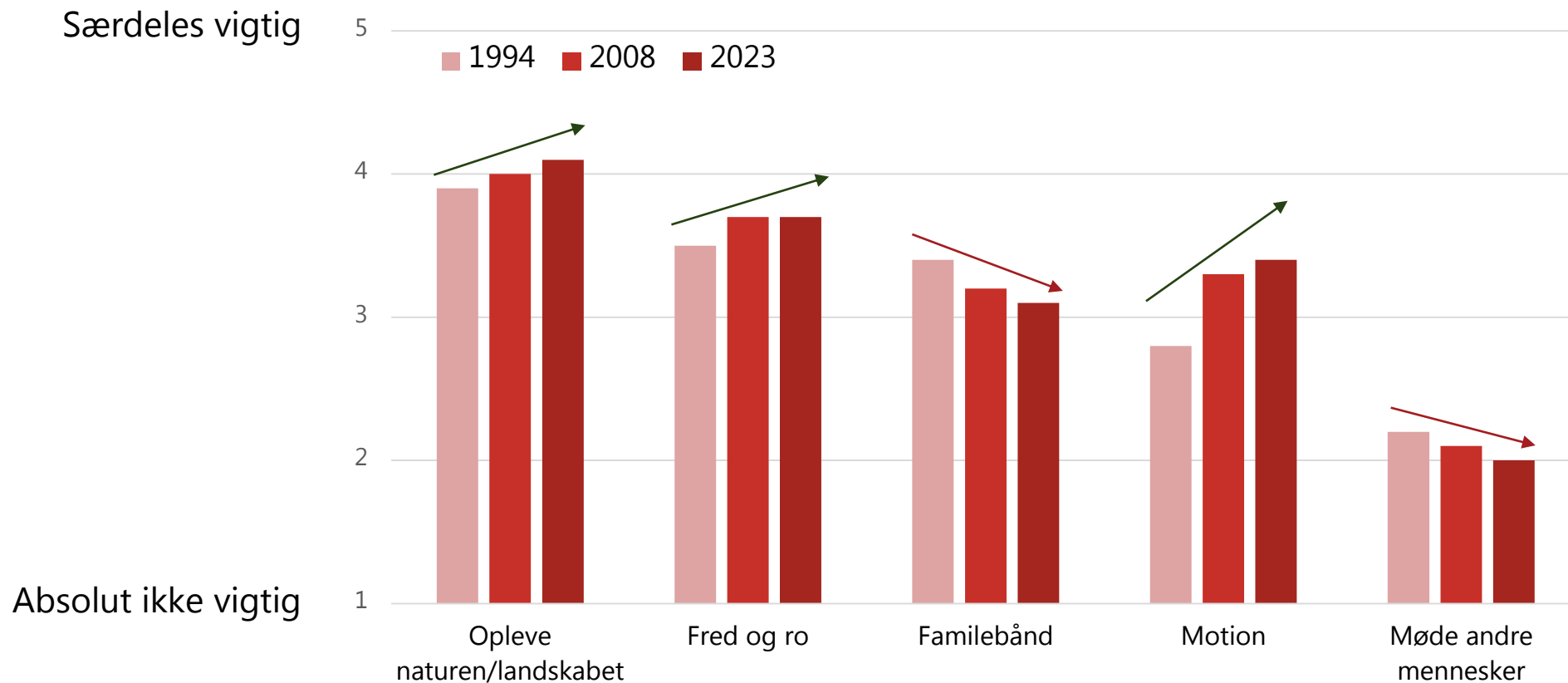
Udvikling/ændringer fra 1994, 2008 til 2023?



Årsager til at tage ud i naturen

FORBEHOLD! Rådata fra 2023/2024 – afvent afrapportering ultimo 2024

Udvikling/ændringer fra 1994, 2008 til 2023?



- Trends de sidste 30 år:
- Sundhed mere og mere vigtig (motion og fred/ro)
 - Naturoplevelser mere og mere vigtige
 - Sociale årsager mindre vigtige

Friluftsliv: Øget fokus på sundhed, trivsel og velvære

- Samfundsmæssigt fokus på livsstilssygdomme og stress
- Strategisk smart alliance (for den grønne sektor)
- Øget forskning og øget evidens!
- Eksempel på 20 sundheds- og velværefordele ved naturkontakt:

Frumkin, H., Bratman, G. N., Breslow, S. J., Cochran, B., Kahn Jr, P. H., Lawler, J. J., ... & Wood, S. A. (2017). Nature contact and human health: A research agenda. *Environmental health perspectives*, 125(7), 075001.

Table 1. Summary of evidence-based health benefits of nature contact.

No.	Health/well-being benefits	References
1	Reduced stress	Berto 2014; Fan et al. 2011; Nielsen and Hansen 2007; Stigsdotter et al. 2011; Berg and Custers 2011; van den Berg et al. 2010; Ward Thompson et al. 2011; Astell-Burt et al. 2013; Grigsby-Toussaint et al. 2015; Morita et al. 2015
2	Better sleep	
3	Improved mental health: Reduced depression	Astell-Burt et al. 2014c; Beyer et al. 2014; Cohen-Cline et al. 2015; Cohen et al. 2013; Kim et al. 2009; Maas et al. 2009b; McEachan et al. 2016; Nutsford et al. 2014; and Cohen 2014; Taylor et al. 2015; White et al. 2013
	Reduced anxiety	Beyer et al. 2014; Bratman et al. 2015a; Maas et al. 2009b; Nutsford et al. 2013; Song et al. 2015
4	Greater happiness, well-being, life satisfaction	Ambrey 2016; Fleming et al. 2016; Larson et al. 2016; MacKerron et al. 2012; Van Herzele and de Vries 2012; White et al. 2013
5	Reduced aggression	Bogar and Beyer 2016; Branas et al. 2011; Kuo and Sullivan 2001a, b; Younan et al. 2016
6	Reduced ADHD symptoms	Amoly et al. 2014; Faber Taylor et al. 2001; Faber Taylor and Kuo 2003; and Kuo 2011; Kuo and Faber Taylor 2004; Markevych et al. 2014b; van den Berg 2011
7	Increased prosocial behavior and social connectedness	Broyles et al. 2011; Dadvand et al. 2016; de Vries et al. 2013; Fan et al. 2015; et al. 2015; Home et al. 2012; Piff et al. 2015; Sullivan et al. 2004
8	Lower blood pressure	Duncan et al. 2014; Markevych et al. 2014a; Shanahan et al. 2016
9	Improved postoperative recovery	Park and Mattson 2008; Park and Mattson 2009; Ulrich 1984
10	Improved birth outcomes	Reviewed by Dzhambov et al. 2014
11	Improved congestive heart failure	Mao et al. 2017
12	Improved child development (cognitive and motor)	Fjørtoft 2001; Kellert 2005
13	Improved pain control	Acutely (Diette et al. 2003; Lechtzin et al. 2010) and chronically (Harmon et al. 2010; Bell et al. 2008; Cleland et al. 2008; P. Dadvand et al. 2014a; Lachowicz et al. 2011; Sanders et al. 2015; Stark et al. 2014
14	Reduced obesity	Astell-Burt et al. 2014a; Bodicoat et al. 2014; Brown et al. 2016; Thigpen et al. 2013; French et al. 2013; Guggenheim et al. 2012; He et al. 2015
15	Reduced diabetes	Li et al. 2006; Li et al. 2008a; Li et al. 2008b; Li et al. 2010; Li and Kuo 2011; Brown et al. 2016; de Vries et al. 2003; Kardan et al. 2015; Maas et al. 2009b; Stigsdotter et al. 2010; Wheeler et al. 2015
16	Better eyesight	Ray and Jakubec 2014
17	Improved immune function	Kim et al. 2016
18	Improved general health: Adults	Coutts et al. 2010; Gascon et al. 2016b; Hu et al. 2008; James et al. 2002; Villeneuve et al. 2012
	Cancer survivors	Andrusaityte et al. 2016; Dadvand et al. 2014a; Fuertes et al. 2014; Fuertes et al. 2015; Lovasi et al. 2013; Lovasi et al. 2008; Ruokolainen et al. 2015
	Children	
19	Reduced mortality	
20	Asthma and/or allergies (studies show both improvements and exacerbations)	



Friluftsliv: Øget fokus på sundhed, trivsel og velvære

- Samfundsmæssigt fokus på livsstilssygdomme og stress
- Strategisk smart alliance (for den grønne sektor)
- Øget forskning og øget evidens!



På Københavns Universitet har vi indsamlet data om danskernes friluftsliv gennem fem årtier, og vi kan se, at 'fred og ro' i stigende grad vægtes som motiv for at tage ud i naturen. At opleve naturen/landskabet med det formål at opnå fred og ro, hænger sammen med udøvelsen af oplevelsesorienterede aktiviteter i naturen, fx gåture, ophold i naturen og direkte kontakt med naturen. Det kalder vi med et nyt begreb for *stille friluftsliv*. Selvom vi ikke i detaljer ved, hvem der udøver stille friluftsliv, ved vi dog at oplevelsen af fred og ro er en vigtig motivation for 76 % af danskernes naturbesøg.

Vi ved, at ophold i naturen har en sundhedsfremmende virkning – og noget tyder på, at danskerne på trods af urbaniseringen, og mindre hyppig kontakt med naturen stadig oplever, at naturen kan tilbyde et særligt rum til ro og styrkelse af den mentale sundhed.

Men det er i en dansk kontekst ikke tidligere undersøgt, hvilke naturtyper der bedst understøtter det stille friluftsliv. Det vil, set i lyset af biodiversitetskrisen, være særligt relevant at undersøge, hvordan det stille friluftsliv harmonerer med hensynet til biodiversitet. En yderligere dimension er, at mennesker, som opnår en relation til naturen, ser ud til at ændre deres mindset og adfærd i forhold til bæredygtighed og naturbeskyttelse.

Projektet: I et forprojekt støttet af 15. juni fonden, vil vi i 2024 analysere eksisterende data med henblik på at besvare nogle af ovennævnte spørgsmål. Det gøres hovedsageligt kvantitativt, hvor vi dykker ned i helt nye nationale data om danskernes naturbesøg. Vi har adgang til et omfangsrigt datasæt der giver mulighed for indledende visualiseringer og geospatiale analyser af, hvor og hvornår det stille friluftsliv dyrkes, herunder vigtigheden af forskellige naturtyper og beskyttelsesudpegninger.

Der er dog behov for at supplere ovenstående indledende analyser med mere dybdenående analyser og kvalitative data for at få indblik i, hvordan det stille

○ Vi ved, at fred og ro er en væsentlig årsag til at søge ud i naturen; det, vi kalder det stille friluftsliv.

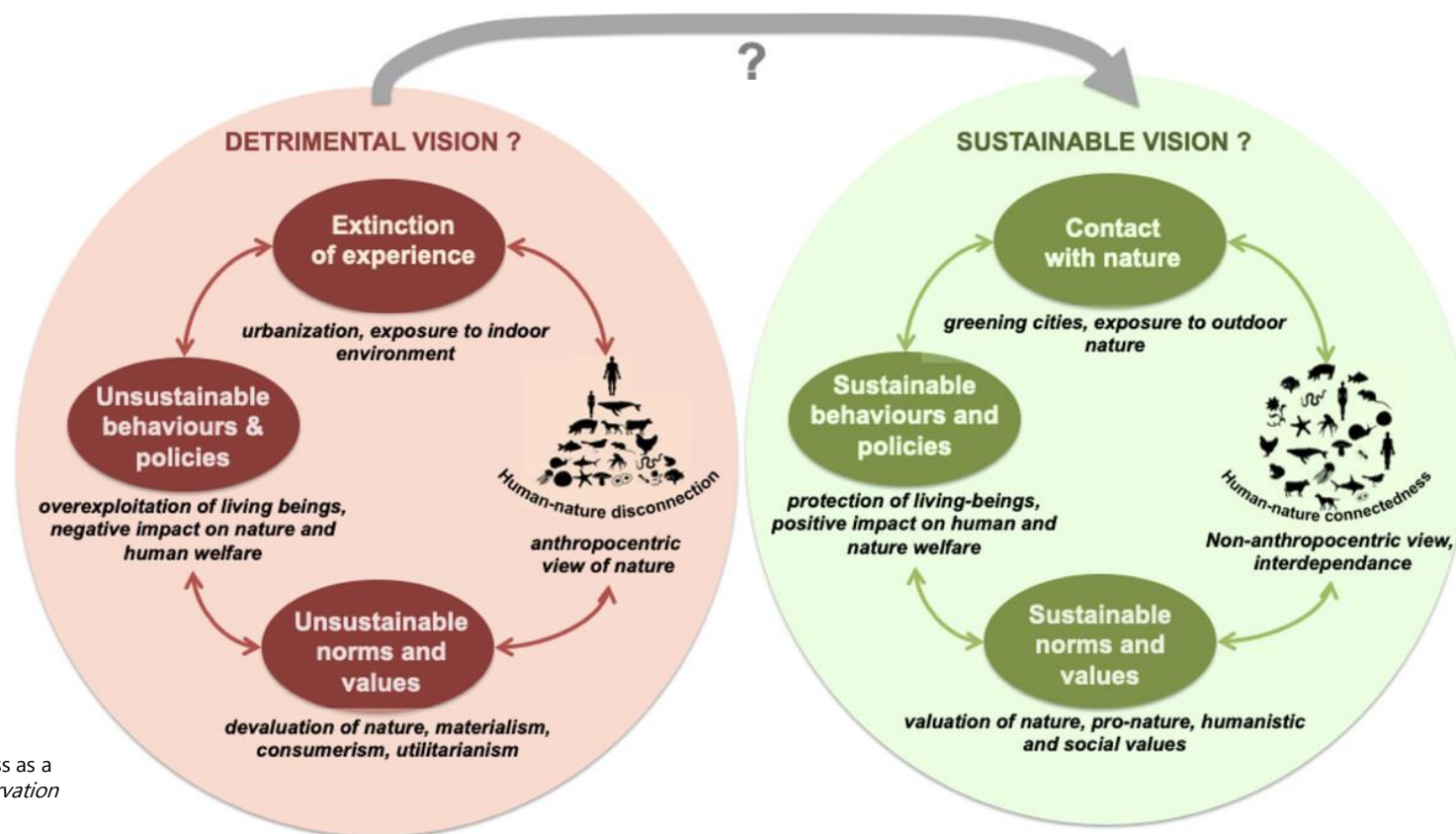
○ Vi ved, at ophold og aktiviteter i naturen har en positiv påvirkning af den mentale sundhed

○ Vi ved kun meget lidt om, hvilke naturmiljøer i Danmark, som kan understøtte det stille friluftsliv. Denne viden er nødvendig for at kunne udnytte det særlige potentiale naturen er – også i forhold til vores sundhed – så balancen mellem naturbenyttelse og -beskyttelse kan opretholdes.



Friluftsliv: Øget fokus på naturoplevelser

- Økologisk naturkrise (forurening og biodiversitet)
- Friluftsliv: Genoprettelsen af forbindelsen mellem mennesker og natur
- Øget forskning og evidens



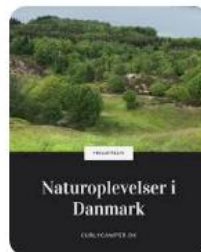
friluftsinstruktøerne.dk
Friluftsinstruktøerne.dk – Friluftsliv...



Friluftsrådet
Temadag: Friluftsliv, natur og trivsel ...



Bibliotek.dk
friluftsliv & natur af Stef...



CurlyCamper
Naturoplevelser i D...



Dit Søe
Skab bedre muligheder for friluftsliv i ...



DGI
Bliv DGI Friluftsinstruktør - 262 ...

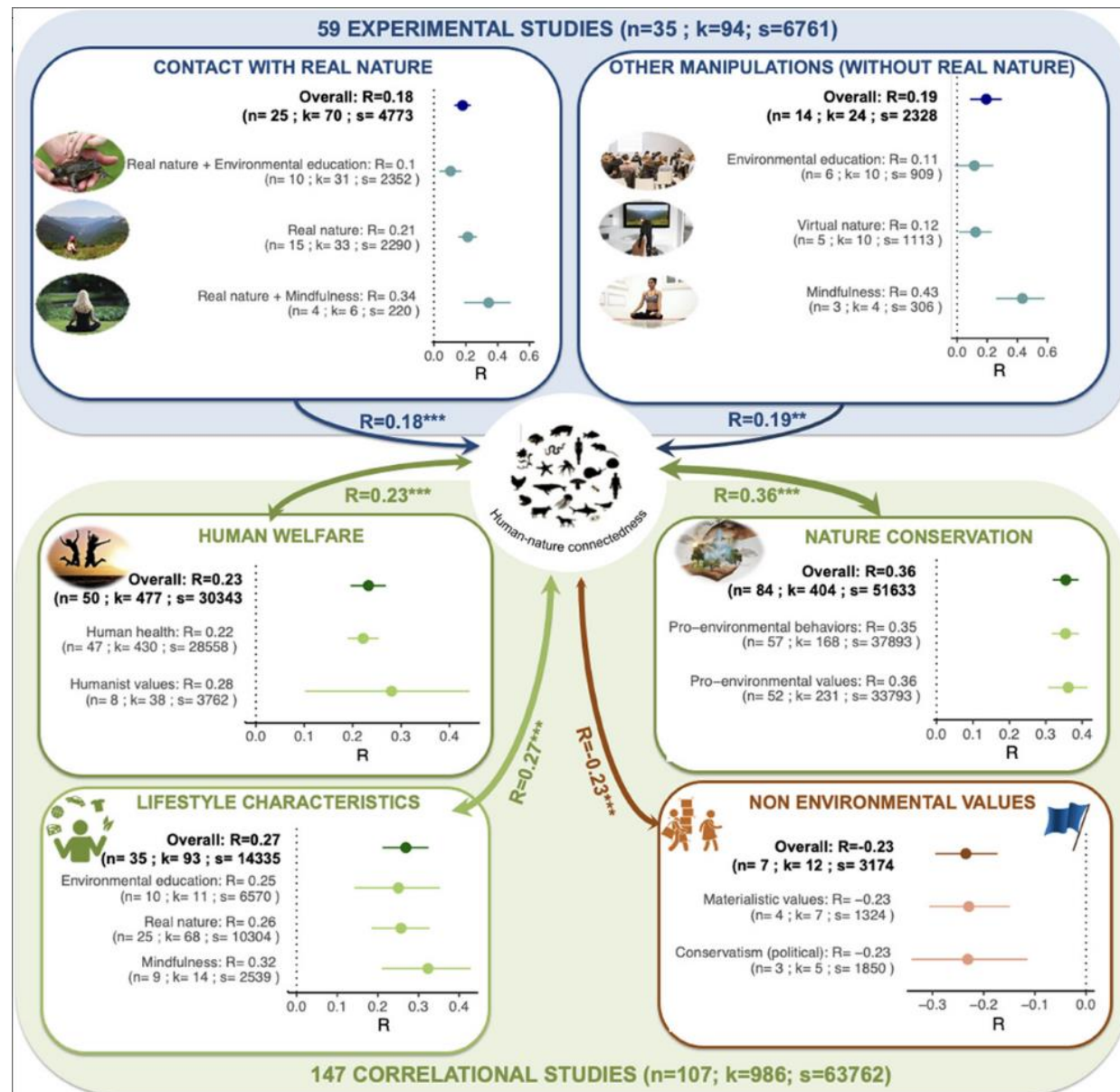


Outdoor-Camping
Mere vild natur og friluftsliv: Kæmpe ...

Friluftsliv: Øget fokus på naturoplevelser

- Økologisk naturkrise (forurening og biodiversitet)
- Friluftsliv: Genoprettelsen af forbindelsen mellem mennesker og natur
- Øget forskning og evidens

Barragan-Jason et al, 2021. Human-nature connectedness as a pathway to sustainability: A global meta-analysis. *Conservation Letters*, <https://doi.org/10.1111/conl.12852>



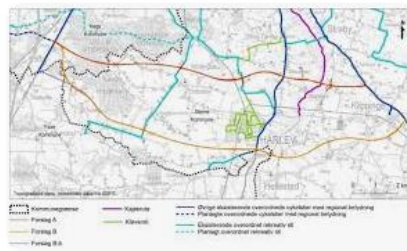
Hvor vigtig er rekreativ infrastruktur (stier mv) i alt det her?



Friluftsrådet
REKREATIVE STIE...



Friluftsrådet
Stier og ruter i naturen | Friluftsrådet



Vejdirektoratet
Rekreative interesser og friluftsliv ...



Friluftsrådet
REKREATIVE STIER OG RUTER



Friluftsrådet
Fremtidens stier og...



Skive Kommune
Etablering af rekreative stier



Friluftsrådet
REKREATIVE STIER OG RUT...



Dansk Kyst- og Naturturisme
gevinster ved at udbygge deres sti ...



Friluftsrådet
Stier og ruter i naturen | Friluftsrådet



Dansk Vandrelaug
Find stierne i Danmark - DVL



Friluftsrådet
FREMIDENS STIER ...



Issuu
Rekreative stier i Danmark 2013 bilag ...



Naturstyrelsen
Danmarks naturstier - en omvej værd ...



Holbæk Kommune
Rekreative stier



Friluftsrådet
stier og ruter ...



Dit Roskilde
nationalt netværk af stier og ruter ...



Ikast-BrandeNyt
Flere stier og ruter kan få os ud i ...



S Nordea-fonden
Nordea-fonden



Videntjenesten - Københavns Universitet
rekreative stier i Irland ...

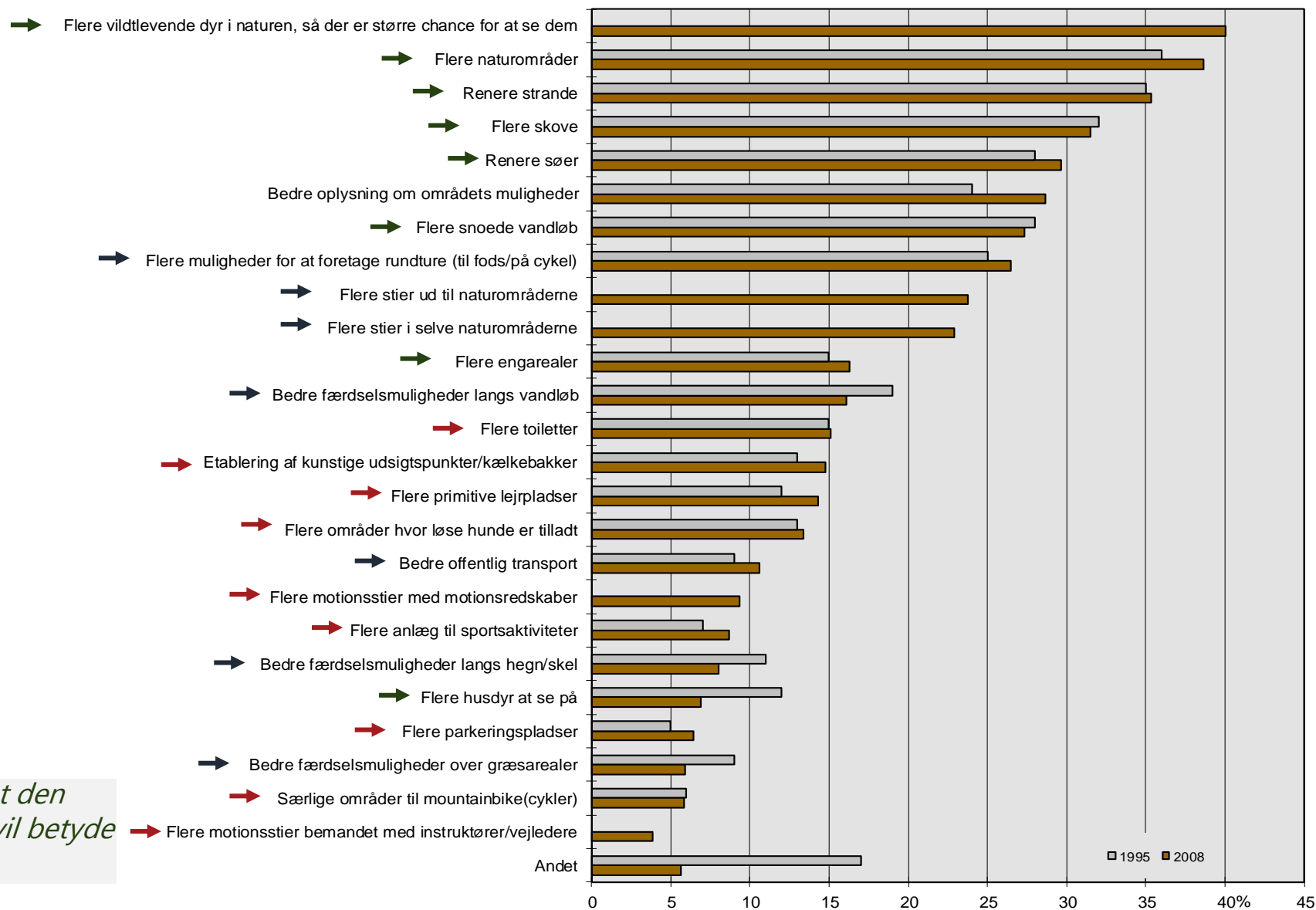
Ønsker til forandringer → hyppigere besøg

Bedre og mere natur

Bedre adgang og flere stier

Flere rekreative faciliteter og områder (støttepunkter)

Procentdel der angiver, at den pågældende forandring vil betyde hyppigere besøg



Forestil dig, at du skal på tur i naturen/landskabet i flere timer uden for byen, og forestil dig dit "BEDSTE OMRÅDE" for sådan et besøg. I hvilken grad vil det forringe eller forbedre din oplevelse, at:

Der er afmærkede stier og ruter i området

Stier og stikryds er godt markeret

Boardwalks (plankestier) er til rådighed i vådområder

Du kan komme af med skrald i skraldespande på turen

Du kan vandre i timevis uden at møde andre

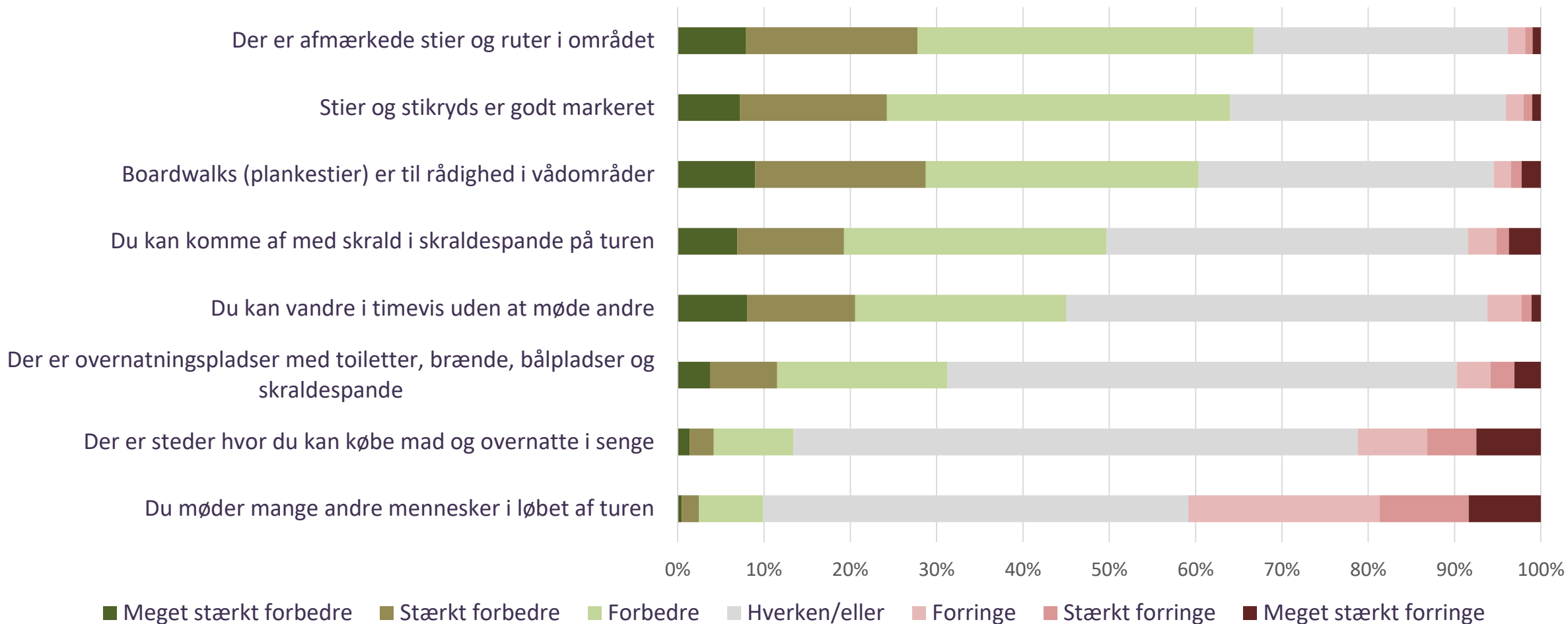
Der er overnatningspladser med toiletter, brænde, bålpladser og skraldespande

Der er steder hvor du kan købe mad og overnatte i senge

Du møder mange andre mennesker i løbet af turen

■ Meget stærkt forbedre ■ Stærkt forbedre ■ Forbedre ■ Hverken/eller ■ Forringe ■ Stærkt forringe ■ Meget stærkt forringe

Forestil dig, at du skal på tur i naturen/landskabet i flere timer uden for byen, og forestil dig dit "BEDSTE OMRÅDE" for sådan et besøg. I hvilken grad vil det forringe eller forbedre din oplevelse, at: **FORBEHOLD! Rådata fra 2023/2024 – afvent afrapportering ultimo 2024**



Purist segmenter i Danmark (n=5724)

- “Pure” (renhed) anvendt i USA i arbejdet med “perceived wilderness”, dvs. opfattelser af vildmark.
- Tilpasset norske forhold i en skala til måling af “Opfattet urørthed” – en stabil konstruktion som kan forklare flere forskellige holdnings- og adfærdsspørgsmål (Vistad & Vorkinn 2012).
- Undersøgelser i Norge viser at udenlandske turister møder norske nationalparker med markant forskellige fordelinger mellem purismegrupper.

FORBEHOLD! Rådata fra 2023/2024 – afvent afrapportering ultimo 2024

■ Lave purister (39 %) ■ Mellem purister (50 %) ■ Stærke purister (11 %)

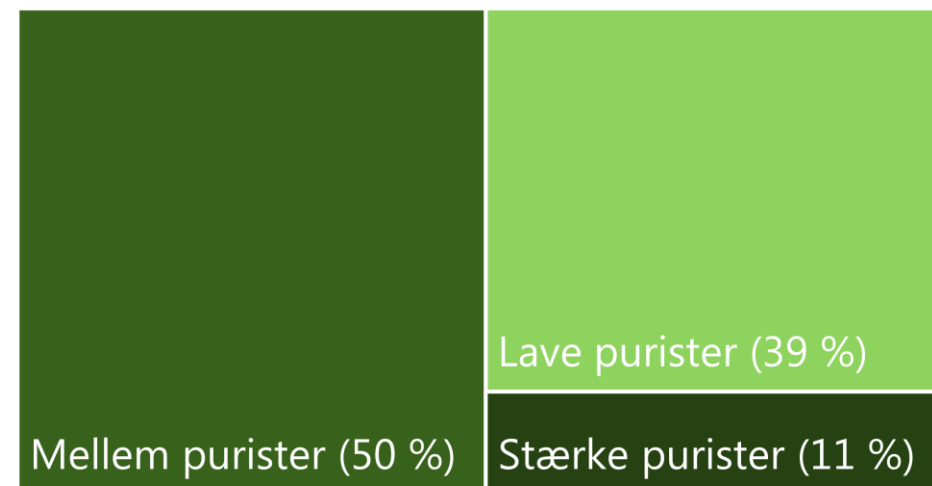
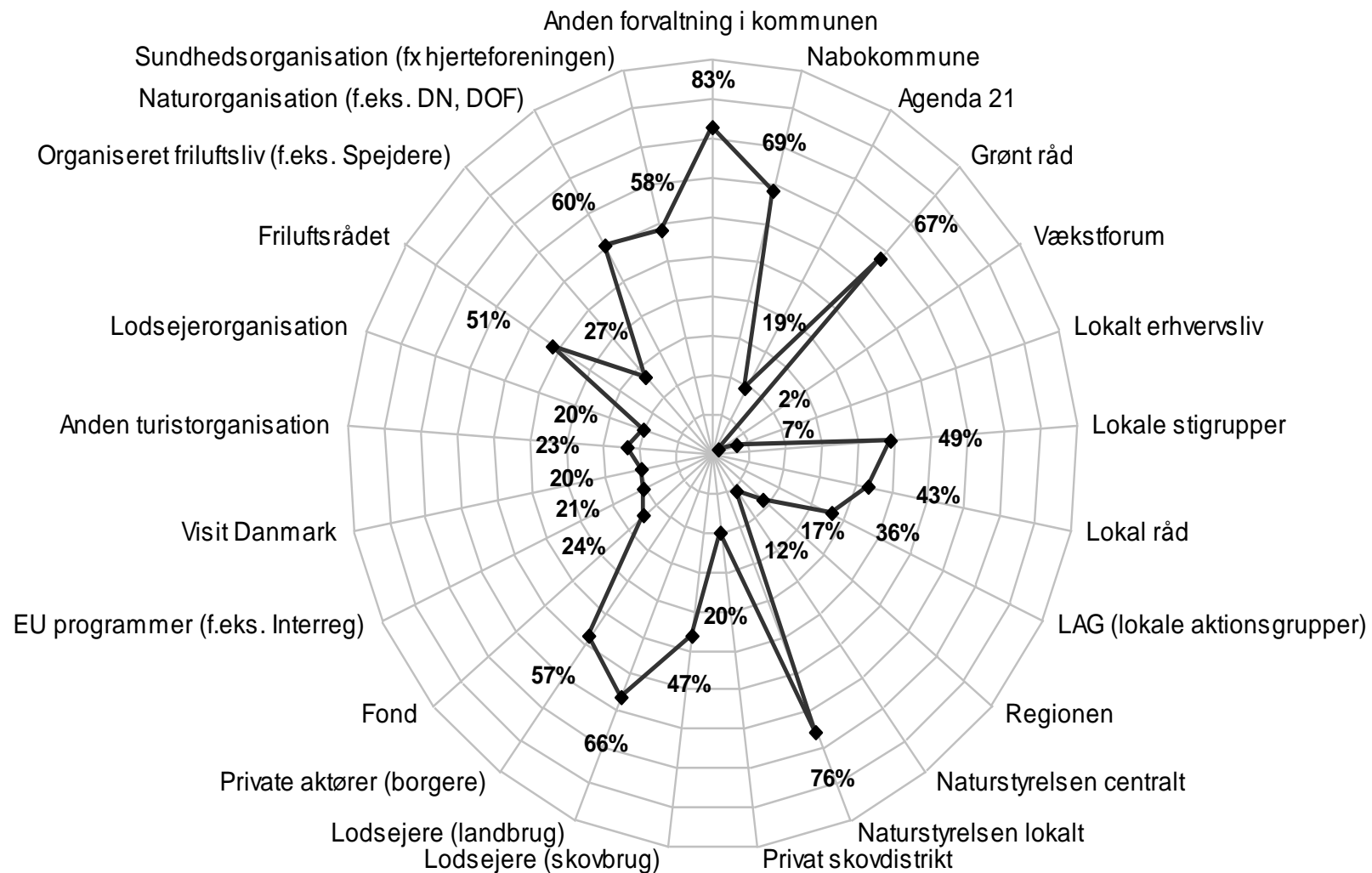


Fig. 1: U.S. Wilderness Purism Scale (adapted from Stankey 1973).

Rekreativ infrastruktur: realisering

Kommunal partnerskabsorienterede stiplanlægning

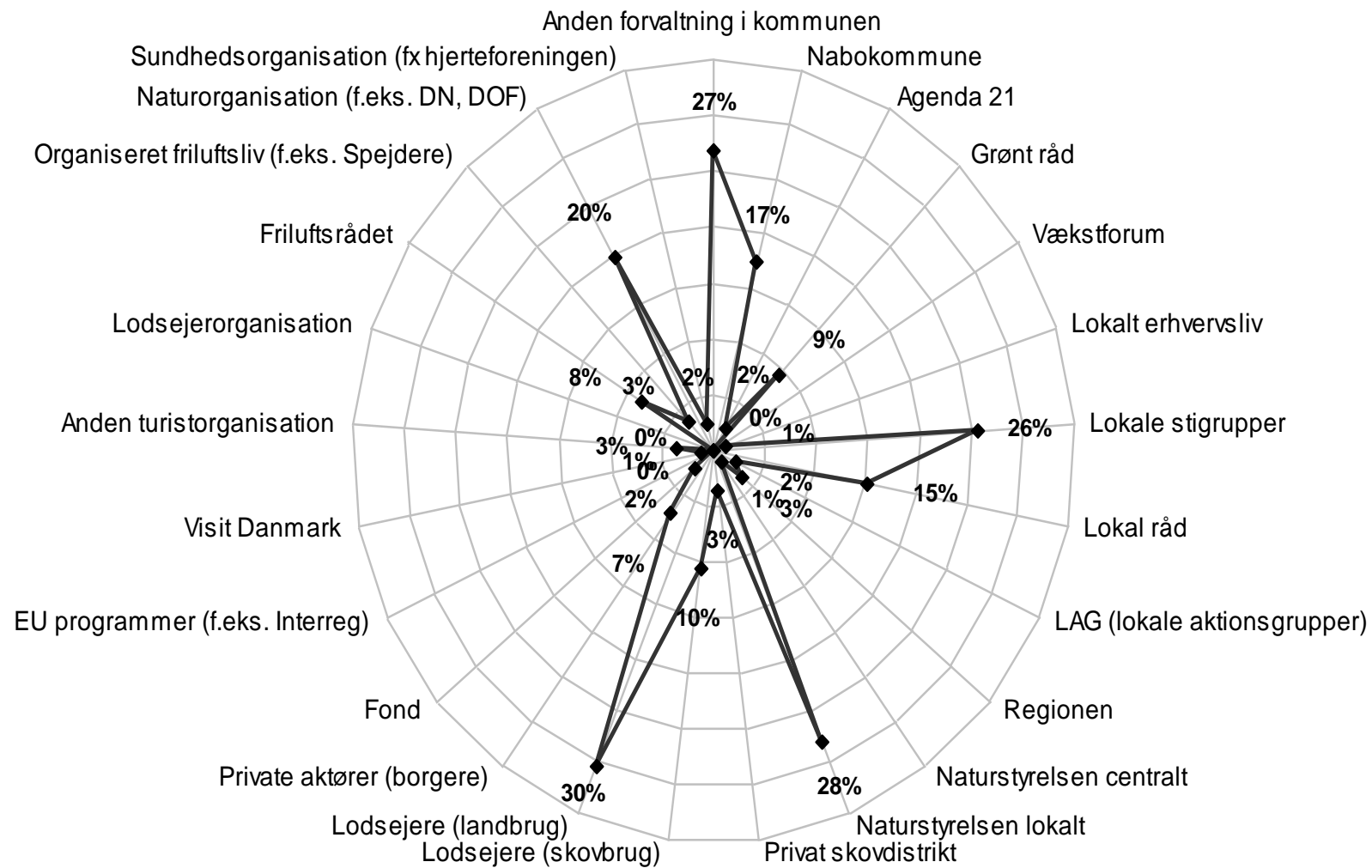
- Omfanget af samarbejde med 25 partnere i den kommunale stiplanlægning
- Resultater fra en undersøgelse med 89 kommuner i 2010 (Olafsson et al. 2012)



Rekreativ infrastruktur: realisering

De **vigtigste** partnere i den kommunale stiplanlægning, ifølge planlæggerne selv.

- *Er der noget som har ændret sig de sidste 15 år?*



Rekreativ infrastruktur: hindringer og barrierer

KØBENHAVNS UNIVERSITET
INSTITUT FOR GEOVIDENSKAB OG
NATURFORVALTING




Hindringer for befolkningens adgang til naturen
– Feltundersøgelse 2019

Frank Søndergaard Jensen, Anton Stahl Olafsson, Ole Hjorth Caspersen og Søren Præstholt

IGN Rapport
Marts 2020

KØBENHAVNS UNIVERSITET
INSTITUT FOR GEOVIDENSKAB OG
NATURFORVALTING




Hindringer for befolkningens adgang til kysten
– Feltundersøgelse 2019

Frank Søndergaard Jensen, Anton Stahl Olafsson, Ole Hjorth Caspersen og Søren Præstholt

IGN Rapport
Marts 2020

KØBENHAVNS UNIVERSITET
INSTITUT FOR GEOVIDENSKAB OG
NATURFORVALTING

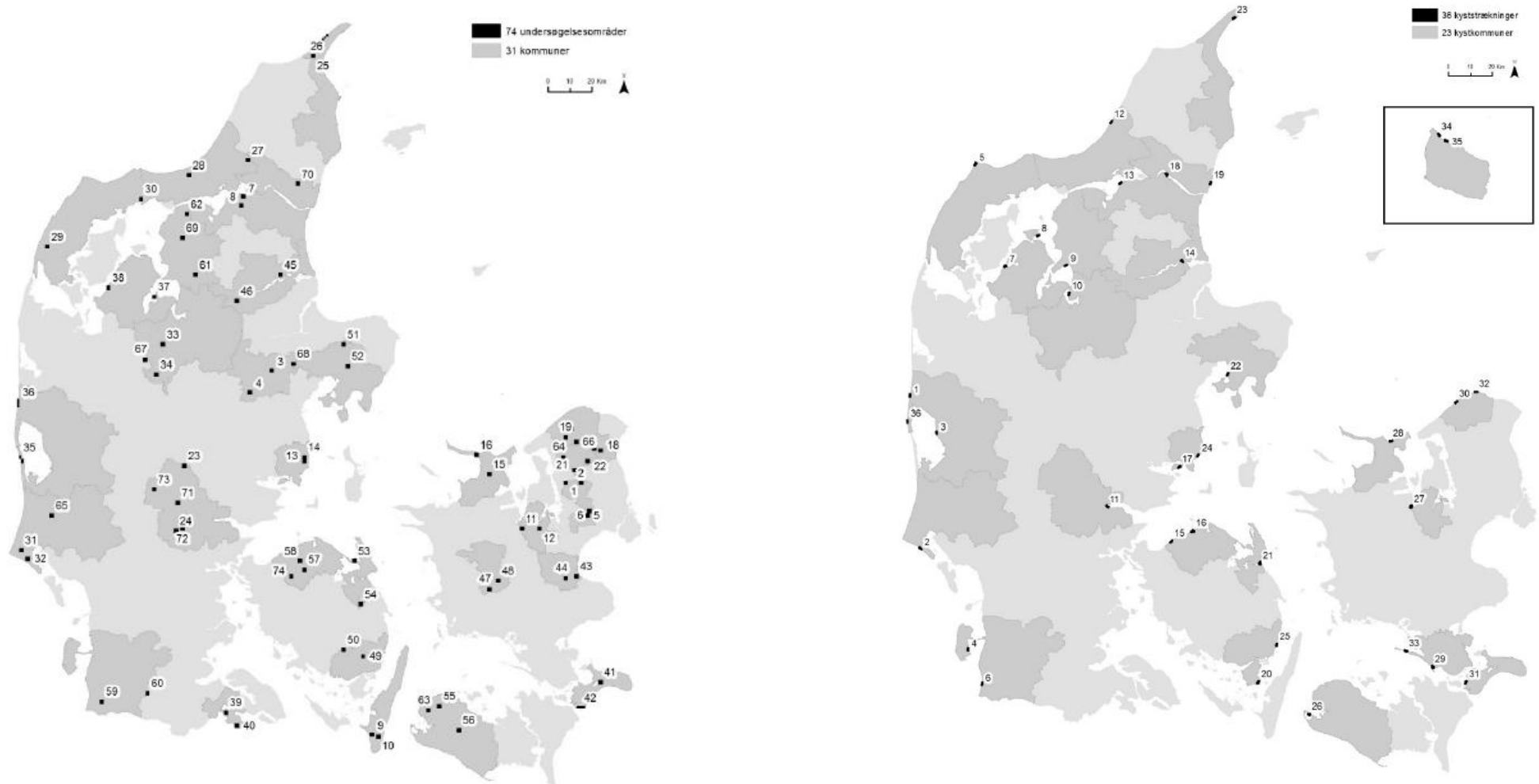



Barrierer for offentlighedens adgang til naturen
– regler, feltundersøgelser og afgørelser 2019

Frank Søndergaard Jensen, Lasse Baaner, Helle Tegner Anker, Anton Stahl Olafsson, Ole Hjorth Caspersen og Søren Præstholt

IGN Rapport
Marts 2020

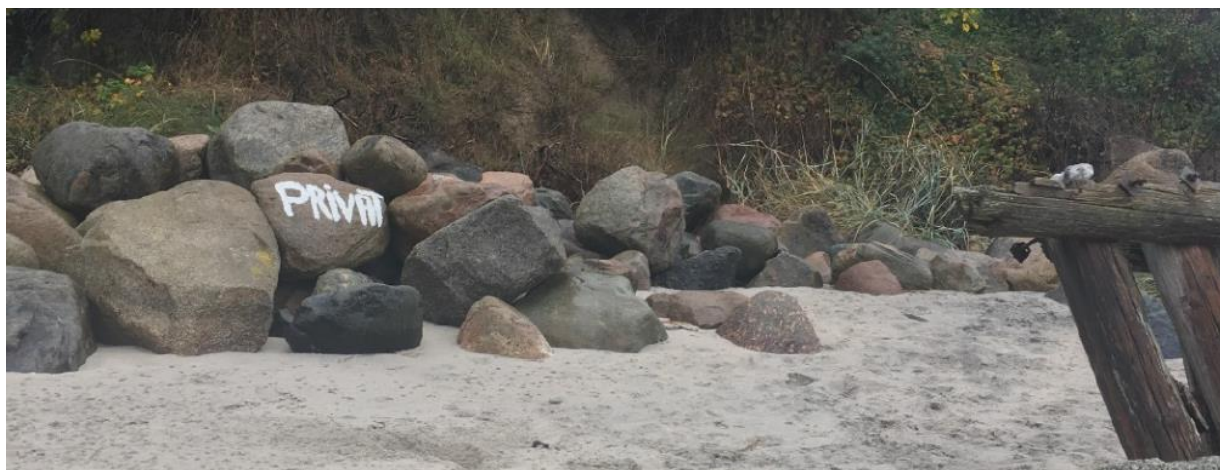
Kortlægning af barrierer i 74 feltområder (2x2 km) og 36 kyststrækninger (2x1 km)



Totalt i Danmark

Det danske kystlandskab

- 30.000 barrierer
- 10.000 ulovlige skræmmeskilte
- 3,5 barrierer / km kyst




Totalt: 70-80.000 barrierer i DK

- Ca 700-800 barrierer i enhver kommune, herunder ca 150 ulovlige skræmmeskilte
- 1,8 barrierer / km²

Afrunding - sammenfatning

- Friluftslivet i Danmark er mangfoldigt
 - Bunder i mange forskelligartede behov, årsager og præferencer
 - Friluftsliv kobles i øget grad til spørgsmål om fysisk aktivitet og mental sundhed
 - Men naturoplevelsen er stadigvæk central
 - Friluftsliv som bropille i arbejdet med at genforbinde mennesker og natur i en urban verden
- Rekreative infrastruktur
 - Når man spørger danskerne er mere og bedre natur mere vigtig
 - Men bedre og flere adgangsmuligheder og rekreativ infrastruktur påpeges også!
 - Danskernes ideal friluftsliv ("det bedste område") er i den grad servicerede med rekreativ infrastruktur for langt størstedelen
 - En god rekreativ infrastruktur kræver samarbejder og et opgør med skræmmeskilte





Nyt nordisk projekt:
Visitor monitoring and management in
protected and recreational areas: new
challenges, novel solutions for the
Anthropocene (VIMAS)

Tak for opmærksomheden
Anton Stahl Olafsson (asol@ign.ku.dk)

Lokaludvikling i landskabet



Stine Lea Jacobi
Programchef, Realdania

23. april 2024 "Ud på tur" konferencen



Tøndermarsk initiativet
Marskstien (A.P. Møller Fonden og Nordea Norden)

Realdania er...

Livskvalitet gennem
det byggede miljø



...en filantropisk forening med medlemsdemokrati

- 185.000 medlemmer
- Vi har siden år 2.000 støttet
 - knap 5.000 projekter
 - med 23,1 milliarder kroner



Jarmers Plads, København

Livskvalitet på landet

Livskvalitet gennem
det byggede miljø



- Landdistrikternes lykkeparadoks
- Fællesskab, rytmer, natur

”Det der med at føle sig lille og sårbar nogle gange, det er vidunderligt. At have en fornemmelse af, at ’okay, det er ikke mig helt alene’; der er faktisk kræfter i universet, i naturen og i biologien, som er stærke og store og... Vi kan forsøge på alle mulige måder at beskrive det og prøve det og vejlede hinanden i, hvad vi skal gøre, men i virkeligheden ved vi det aldrig rigtig, og vi er nødt til at være taknemmelige, når det går godt.”

Rikke, Nordvestjylland



Strategier til lokal livskvalitet

Livskvalitet gennem
det byggede miljø



- Adgang til varierede landskaber
- Nye forbindelser og mentale kort
- Nye mødesteder til nye fællesskaber



Adgang til varierede landskaber

Realdania



Stedet Tæller
Hammersholm, Bornholm

Nye (hverdags) forbindelser

Realdania



Ny Foreningsvej
Stedet Tæller, Klitmøller

Nye mødesteder til nye fællesskaber

Realdania



Tarup-Davinde
Mødested på Fyn

Partnerskaber for forandring



Tøndermarsk initiativet
Marskstien (A.P. Møller Fonden og Nordea Norden)

Noget af det der er svært

Livskvalitet gennem
det byggede miljø



Planlægge og samarbejde på tværs
af sektorer og forvaltninger

Balancere interesser og sikre bredt
ejerskab

... og hvad med vedligehold?



Tak for ordet!

Stine Lea Jacobi
Programchef, Realdania

Realdania

KU:BE, Frederiksberg