



Friluftsrådet



# Inspiration til friluftsplanelægning

- 62 idéer fra Danmarks Friluftskommune



“Friluftsrådet arbejder for at fremme friluftslivet i de enkelte kommuner. Målet for arbejdet er gode fysiske rammer, en righoldig natur og et bredt udbud af tilbud om et aktivt friluftsliv.”

# Inspiration til friluftsplanelægning

– 62 idéer fra Danmarks Friluftskommune



**Forfattere:**

Kristel Helena Jelstrup Hansen  
Susanne Kløve Lassen

**Design og grafisk produktion:**

Kristel Helena Jelstrup Hansen  
Nils Angus

Udgivet af Friluftsrådet, 2012  
Ny udvidet udgave, 2013

Friluftsrådet  
Scandiagade 13  
2450 København SV  
Tlf. 33 79 00 79  
[www.friluftsradet.dk](http://www.friluftsradet.dk)



# Indhold

## Indledning

Danmarks Friluftskommune	Side 6
Friluftsliv – vejen til sundhed og velvære	Side 6
Udbud og efterspørgsel	Side 6
Samarbejdet mellem kommunerne og frivillige	Side 6
Sådan bruges kataloget	Side 6

## Byens friluftsliv

Bynære skove	Side 9
Hundeparker	Side 10
Græsning	Side 11
Udendørs klasseværelser	Side 12
Digital legeplads	Side 13
Aktivitetssø	Side 14
Idrætsrambla	Side 15
Mobil skøjtebane	Side 16
Arrangementer i det fri	Side 17
Orienteringsløb	Side 18
SundhedsRuten	Side 19
ForskerRuten	Side 20

## Formidling af friluftsliv og naturoplevelser

Multimedieorienteringsløb	Side 23
GPS-skattejagt	Side 24
Geocaching-projektgruppe	Side 25
GPS-rollespil	Side 26
Elektronisk naturforvaltning	Side 27
Internetportal	Side 28
Mobil naturskole	Side 29
Saltvandstrailer	Side 30
Oplevelsesture for de små	Side 31
Formidling af vandhuller	Side 32
Sommerskole for børn	Side 33
Sommerprogram for alle	Side 34
Sjov i efterårsferien	Side 35
Temacykelture	Side 36
Køkkenhaver	Side 38
Borgernes egne naturoplevelser	Side 39
Klik foråret ind	Side 40
Filmklip som naturformidling	Side 41
Kajakguide	Side 42
Formidling via lokalavisen	Side 44

## Adgang til natur og landskaber

Riderute	Side 47
Mountainbikerute	Side 48
Fra nedlagt jernbane til natursti	Side 49
Sikring af gode adgangsforhold	Side 50
Sikring af gode adgang til private skove	Side 51
Fra råstofgrav folke og tumlepark	Side 52
Fra råstofgrav til Fritidspark	Side 53
Fra råstofgrav til rekreativt natur- og fritidsområde	Side 54
Tilgængelighed for handicappede	Side 55
Havnebad	Side 56
Sundhedsspor	Side 57
Hjertestesti	Side 58
Kløverst	Side 59
Lokale ildsjæle	Side 60

## Friluftsliv i blå områder

Adgang til hav og sø	Side 63
Cykeløer	Side 64
Den maritime kulturarv	Side 65
Formidlende aktiviteter	Side 66
Fælles idrætshus for søsport	Side 67
Havneudvikling	Side 68
Konkurrencer	Side 69
Målrettet naturvejledning ved hav og sø	Side 70
Råstofgrave	Side 71
Skabelse af et kunstigt rev	Side 72

## Tak til ...

Tak til ...	Side 73
Danmarks Friluftskommune 2013	Side 73

## Bilag

Vil du vide mere?	Side 74
Fotoliste	Side 77
Brugergrupper	Side 79







# Indledning

Inspiration til friluftslivplanlægning  
– 46 idéer fra Danmarks Friluftskommune

## Danmarks Friluftskommune

Danmarks Friluftskommune er en årlig pris, som uddeles til en kommune, der gør en særlig indsats for at fremme friluftslivet. Hvert år sætter prisen fokus på et nyt tema inden for friluftslivets verden. I 2011 var temaet "Adgang til natur og landskaber", i 2010 var temaet "Formidling af friluftsliv og naturoplevelser", og i 2009 var temaet "Byens friluftsliv".

Dette katalog videregiver et udpluk af de kreative, innovative og inspirerende idéer og forslag, der er modtaget i konkurrencen.

## Friluftsliv – vejen til sundhed og velvære

Friluftsliv giver livskvalitet og er en afgørende faktor for borgernes sundhed i form af psykisk og fysisk velvære. Friluftsliv er med til at forebygge en lang række livsstilsrelaterede sygdomme som stress, depression, overvægt, flere hjerte-kar-sygdomme, type 2-diabetes samt adskillige kræftformer.

Undersøgelser foretaget i Sverige viser, at fysisk inaktivitet årligt koster regeringen cirka 6 milliarder svenske kroner.

Trods de mange fordele, der følger med regelmæssig motion, er det kun godt 40 procent af befolkningen i alderen 18-64 år, der regelmæssigt dyrker motion. Med en stigning på blot 10 procent vil den svenske regering spare 1,7 milliarder kroner<sup>1</sup>.

Den danske stat vil kunne spare milliarder på sundhedsbudgetterne, hvis blot friluftslivet prioriteres højere. Friluftsliv har en positiv indvirkning på borgernes sundhed og dermed kommunernes økonomi, når sundhedsrelaterede udgifter reduceres. Friluftsliv og adgang til natur er således en vigtig del af den forebyggende sundhedsindsats. Men gode friluftsmuligheder kræver planlægning, faciliteter, formidling og plads til alle. Fæles for dem alle er, at de forudsætter kommunal politisk prioritering.

## Udbud og efterspørgsel

Boligområder med let tilgængelighed til grønne og varierede områder samt fokus på trivsel, velvære og sundhed er attraktive og eftertragtede. Det er derfor ofte afgørende parametre for mange tilflyttere. Der er dermed god grund til at sætte friluftsliv på dagordenen i kommunerne.

Hvis friluftsliv integreres i de relevante kommunale forvaltningsområder, kan der opnås en lang række synergi-effekter – heriblandt sundere borgere, større naturforståelse, bedre natur og en attraktiv kommune.

Det er afgørende, at kommunerne indtænker friluftslivet i alle forvaltninger og inddrager friluftslivet i planlægningen for byen og det åbne land!

## Samarbejdet mellem kommunerne og frivillige

En kommune, hvor friluftslivet er i højsæde, kræver ikke blot en stærk kommunal sektor, men også en stærk og engageret frivillig sektor. Gennem frivilligt arbejde skabes der stærke fællesskaber på tværs af generationer og social baggrund. I kommunerne bør der således være fokus på at understøtte borgernes frivillige engagement og lyst til at gøre en forskel som aktive medborgere. Forudsætningen for en god forvaltning er en god dialog og inddragelse af borgerne. Det er vigtigt, at alle interesser er repræsenteret, så det bliver en reel dialog, der samtidig kan modvirke konflikter. Alle kan bidrage til planlægning af projekter, faciliteter og formidlingstiltag.

## Sådan bruges kataloget

Idékataloget henvender sig til kommunale planlæggere, forvaltere og beslutningstagere, der arbejder med natur, friluftsliv og naturforståelse, men kan også bruges af alle de natur- og friluftorganisationer, der ønsker at deltage aktivt.

For at gøre kataloget læservenligt og overskueligt er det inddelt i 4 kapitler med temaerne "Byens friluftsliv" (2009), "Formidling af friluftsliv og naturoplevelser" (2010), "Adgang til natur og landskaber" (2011) og "Friluftsliv i blå områder" (2012).

Under hvert tema introduceres forskellige idéer og forslag. For yderligere information om projekterne fremgår kontaktoplysninger til kommunerne på side 74-75 i kataloget.

I kataloget under kommunernes projekter forekommer der input (tip eller obs.) fra Friluftsrådet. Kataloget er primært beregnet som et opslagskatalog med faciliteter, aktiviteter og formidlingstiltag, der skal inspirere og motivere. Derfor er der også under hvert projekt samt på en samlet oversigt til sidst i kataloget (side 79) sat prikker i forskellige farver, hvis formål er at pointere, hvilken målgruppe projektet henvender sig til. Det drejer sig om følgende målgrupper:

- Børn
- Unge
- Børnefamilier
- Ældre
- Institutioner: børnehave-6. klasse
- Institutioner: 6. klasse
- Handicappede
- Alle

1. Svenskt Friluftsliv (2007). Brist på motion koster samhället 6 miljarder om året.



# Byens friluftsliv

Friluftsliv kan finde sted overalt – ikke mindst i og omkring byerne.

Flere lever i dag et mere aktivt udendørsliv end tidligere, og det er derfor vigtigt at understøtte borgernes mulighed for friluftsliv i og omkring byerne.

Grønne områder i og omkring byerne fungerer som afstressende oaser for byens borgere, og de medfører livskvalitet, motion og sundhed.

Der er i dag plads til at integrere flere grønne og varierede områder i og omkring byerne til friluftsliv – grønne områder, der ligger tæt ved boligerne, samt stier, der binder områderne sammen, så man let og oplevelsesrigt kan komme fra ét grønt område til et andet.

Det er sund fornuft at samtænke flere hensyn, når der planlægges og prioriteres for de grønne områder for på den måde at give borgerne mange oplevelsesmuligheder.

## Faciliteter i byer og bynære områder

Forudsætningen for et aktivt friluftsliv er gode bynære områder, hvor byens friluftsliv understøttes gennem vedligeholdelse og etablering af faciliteter som for eksempel borde, bænke, legepladser, friluftsscener, grillpladser, havnebade, sansehaver, shelters, træningsfaciliteter, grejbanker, beachvolleybaner, skilte, løbestier og klatrevægge.

## Aktiviteter og arrangementer i byer og bynære områder

Aktiviteter og arrangementer er også med til at understøtte byens friluftsliv. Det kan blandt andet være i form af naturvejledning, afholdelse af friluftskoncerter, motionsløb og aktivitetsdage.

Grønne områder i og omkring byerne er en livsnerve for mennesker, natur og miljø.

Hvis der i kommunen gøres en bevidst indsats, opnås der flere og varierede friluftsoplevelser.

Byernes friluftsliv opleves ofte i parker, på torve, legepladser, tomme parkeringspladser, på veje og stier, på og i havnen, ved vandløb og søer med mere.

Synes andre lokaliteter i kommunen at være oplagte til brug af friluftsliv, er det bare med at komme i gang – det er kun fantasien, der sætter grænser.

Der introduceres på de følgende sider til en bred vifte af aktiviteter, faciliteter, formidlingstiltag og naturindhold hos 8 kommuner, der er etableret eller blot planlagt med henblik på at fremme friluftslivet i og omkring byen.



# Bynære skove

Næstved Kommune •

Der er mange fordele ved at plante mere bynær skov. Bynære skovområder er med til at sikre en mere attraktiv kommune for både tilflyttere og virksomheder.

Skove har en stor betydning for friluftslivet og har dermed indflydelse på folks sundhed. 90 % af Danmarks befolkning færdes i skoven mindst én gang hvert år, og der er en overvældende opbakning blandt lokalbefolkningen til at plante mere skov – ikke mindst i nærheden af byerne.

Samtidig er de danske skove med til at sikre opretholdelse af den biologiske mangfoldighed, idet skovene er kerneområder for halvdelen af Danmarks plante- og dyrearter.

## Obs.

Undersøgelser har vist, at skov er det fritidstilbud, der benyttes af flest danskere, ligesom grønne områder påvirker sundheden i positiv retning. Hertil kommer, at skov udmærker sig ved at kunne tjene en lang række formål, blandt andet:

- Rekreation
- Naturbevarelse
- Miljøbeskyttelse
- Træproduktion.

I Næstved Kommune har man etableret 3 nye bynære skove på i alt 214 hektar ved henholdsvis Even, Vridsløse og Rønnebæk. De nye skov- og naturområder laves på kommunal jord, der overdrages til staten. Staten anlægger de nye skov- og naturområder og står for skovenes drift og vedligeholdelse.

For hver skov er der nedsat et skovbrugerråd, hvor man har inddraget henholdsvis lokale interessenter og interesseorganisationer. Undervejs i processen har kommunen oplevet et meget engageret og positivt samarbejde med borgerne om de nye skovområder.

I skovene etableres der vandre- og ridestier, der kobles sammen med det allerede eksisterende net af stier i og omkring Næstved, samt faciliteter som for eksempel bålhytte, naturlegeplads og motionsbane.

## Baggrund for etablering af skovene

Målet med etablering af skovene er blandt andet at forbedre mulighederne for at dyrke forskellige former for friluftsliv og samtidig skabe forbindelse mellem de eksisterende skov- og naturområder. Statsskove adskiller sig ofte fra private skove ved at være åbne for alle på alle tider af døgnet og alle tider af året. Der er altså større muligheder for at bruge offentlige skove, end der er for at bruge de private skove i kommunen.

Statsskove	Private skove
Statsskove er åbne hele døgnet hver dag året rundt	Private skove er lukkede mellem solnedgang og solopgang
I statsskove må du færdes overalt til fods og til hest	I private skove skal du holde dig til stier og veje
I statsskove må du plukke blomster, bygge huler, klatre i træer og grave huller – nogle steder må du også overnatte i telte	I private skove må du ikke plukke blomster, bygge huler, klatre i træer, grave huller eller overnatte i telte, medmindre der er givet særlig tilladelse



# Hundeparker

Ballerup Kommune



Naturstyrelsen oplever et stigende problem med løse hunde i naturen. Hunde stresser og skræmmer dyrene og medfører i værste fald bideskader eller dødelig udgang. Derfor har Miljøministeriet i 2011 strammet reglerne. Har man løs hund uden for hundeparkerne, koster det en politianmeldelse.

I Danmark findes der mere end 150 hundeparker, hvor hunden ikke skal føres i snor.

Ønsker man at benytte en af de mange hundeparker, skal det ske under forudsætning af, at ejeren har kontrol over hunden og er i stand til at kalde den til sig.

I Ballerup Kommune har man etableret flere hundeparker, hvor hunde må luftes uden snor. Parkerne er lokaliseret i henholdsvis Harrestrup, Lundegården og Målvov Naturpark. Arealerne er markeret med store pæle.

## Baggrund for etablering af hundeparker

Formålet med hundeparkerne er, at hundeejere, der ønsker at lade deres dyr gå uden snor, kan gøre det uden at være i konflikt med loven eller i konflikt med det øvrige publikum.

Ved placering af en hundepark bør der generelt tages højde for, at de laves i områder, hvor det har færrest mulige konsekvenser for såvel vilde dyr som planter.

Samtidig er det vigtigt, at hundeparkerne ligger bynært, så de kan benyttes til de daglige ture.

Afgrænsede områder i for eksempel skoven (hundeskov) er blandt andet velegnede til længere ture.

## Obs.

Typiske regler for færdsel med hund i hundeparker ifølge hundeloven:

- Ifølge hundeloven er det altid hundeejerens ansvar at have fuld kontrol over hunden, både inden for og uden for heget i en hundepark.
- Hunden skal altid være under ledsagelse ved besøg i hundeparken.
- Det er ikke tilladt at medbringe bidske hunde af nogen racer, heller ikke selvom disse hunde bærer mundkurv eller føres i snor.
- Det er ikke tilladt at medbringe ulovlige hunderacer eller deres krydsninger, heller ikke selvom disse bærer mundkurv og føres i snor.

## Tip

Der er vigtigt at informere om hundeparkerne, og hvor de ligger, da brugen af parkerne i højere grad vil forhindre problemer med løse hunde.

Lav for eksempel en QR-kode/app, der kan lokalisere den nærmeste hundepark i kommunen.





# Græsning

Randers Kommune

I Randers Kommune har man udført græsning med får og kvæg flere steder, blandt andet på Storkeengen midt i Randers by og på Assentoft Bakker.

Indhegningen ved Storkeengen er meget tæt på stien, og dyrene følges med stor interesse af forbipasserende, der gør holdt i kortere eller længere tid.

Ved Assentoft Bakker har man monteret mange både låger og led for at sikre adgang for byens borgere og besøgende.

## Baggrund for projektet

Formålene med græsningsordningen er mange. Ordningen er med til at styrke kommunens formidling af områderne, give borgere mulighed for at se og lære mere om dyrene samt opnå en mosaikagtig struktur i landskabet, hvor der er stor variation i flora og fauna.

Når man vælger at lade dyr græsse frem for slåning hvert 4. år, skyldes det, at når græsningsdyr går på arealerne, spiser de græs og unge træer. Dyrene fjerner altså det tykke lag af dødt græs, som ellers opstår, når græs bare får lov at stå. Græsset og træerne skygger, hvilket forhindrer jorden i at blive varm til gavn for urter og insekter. Sammenlignet med en slåning foregår afgræsningen i et roligt tempo, hvor smådyr som firben, krybdyr, biller og sommerfuglelarver kan nå at kravle længere ned i vegetationen. Det giver flere planter deres optimale livsbetingelser, og græsningen skaber en større biologisk mangfoldighed, end en slåning ville kunne.

Skiltestandere på arealerne formidler viden om dyrene og naturplejen til borgerne.

## Obs.

Grundlæggende er køer og får ret forskellige i græsningsmetoden og i fødevalget, hvilket hænger sammen med deres fysiologiske opbygning.

– I køers græsningsområder opstår der med tiden en blanding af høje og lave områder. En mosaik, som mange dyr, både insekter, padder og krybdyr, er glade for, da der er højt græs at gemme sig i og lavt græs, hvor de kan sole sig. Samtidig giver variationen også mulighed for, at mange urter kan finde deres niche.

– Når får græsser, resulterer det i en mere ensartet lav vegetationshøjde, som tiltrækker en anden fauna end køers græsning. Denne græsning er særlig god for jordboende dyr og insekter. Samtidig er får effektive til at bekæmpe bjørneklo.





# Udendørs klasseværelser

Odense Kommune



I Odense by har man etableret 5 udendørs klasseværelser rundtomkring i byen.

Klasseværelserne er tilegnet skoler, institutioner og børnefamilier. De 5 værelser er blandt andet tiltænkt som udflugtsmål i forbindelse med undervisning i fagene idræt, musik og natur/teknik.

Målet med klasseværelserne er at skabe leg og læring på en aktiv rekreativ måde, samtidig med at naturforståelsen øges.

## Tip

Ved udendørs klasseværelse når man eleverne på en ny og interaktiv måde. Det er en oplagt mulighed for at fortælle børn om klima samt god og næringsrig kost. Samtidig introducerer man børnene til en sundere livsstil gennem en anderledes og mere praktisk "hands-on" undervisning, der kan knytte sig til stort set alle fag i skolen.

## De 5 klasseværelser består af:

- Form og idræt
- Jordrummet
- Musikrummet
- Blomsterrummet
- Vand- og fiskerummet.

## Form og idræt

Kan bruges til undervisningen i blandt andet tegnelære, geometri og idræt. Rummet giver børnene mulighed for en kropslig oplevelse af naturens grundlæggende former – alle i store dimensioner. Børnene kan både klatre, balancere på installationerne, tegne og beregne dem.

## Jordrummet

Her sættes jordklodens proportioner og bestanddele i perspektiv. Der vil her være mulighed for at opleve forskellige elementer på tæt hold, men også i en større sammenhæng.

## Musikrummet

Er et udendørs rum for lyd og musik, hvor oplevelser er skabt i samklang med naturens egne fortællinger og børnenes leg. Børnene har mulighed for at skabe forskellige lyde, rytmer og samspil ved hjælp af de mange aktivitetsbaser. Musikrummet består af dansegulv, syngende sten, træinstrumenter, slagtøjskølle, lydmur og cykeltromler omringet af en træbeplantning.

## Blomsterrummet

Ligger i Den Kulturbotaniske Have ved Odense Å. Der er mulighed for at opleve danske kulturplanter samt et stykke enestående natur langs ådalen. Infokiltene indeholder beskrivelser af beplantningen. Blandt rummets faciliteter er et lysthus, shelters, borde og bænke samt bålplads.

## Vand- og fiskerummet

Har til formål at fremme børns forståelse for vand som ressource. Området er et gammelt varieret herregårdslandskab med alléer, en vandmølle, skove, marker, vandløb og vandhuller. Der er udstyr og grej til rådighed for kommunens skoler og institutioner.

Der er udgivet foldere med henblik på at fortælle skolerne og borgere om de 5 grønne rum.



# Digital legeplads

Vejle Kommune



I Vejle Kommune har man etableret en digital legeplads på Volmers Plads.

## Baggrund for den digitale legeplads

Målet med pladsen har været at skabe et byrum, hvor folk har lyst til at færdes. Tidligere fungerede området som parkeringsplads. I dag har kommunen efter en større omlægning skabt en opholds-, lege- og aktivitetsplads på 2.300 kvadratmeter.

Undervejs i processen har der været afholdt workshops, hvor unge som gamle har haft mulighed for at deltage og dele deres idéer og input.

På legepladsen har man etableret et grønt areal med græs og træer, interaktive legeredskaber med indbygget computerspil, to dekorative plexiglasbobler samt et grusbeltet areal, hvor der er en stor gyngesamt plads til at spille petanque. Boblerne er til at sidde under i regnvej og benyttes af både børnehaver, som besøger legepladsen om dagen, og unge, som hænger ud på pladsen i de sene eftermiddagstimer. Man overvejer hos kommunen desuden at etablere internetforbindelse i boblerne, så man kan koble sig på nettet, mens man opholder sig på pladsen.

Legepladsen skal få børn til at være aktive i længere tid ad gangen – også børn, der ellers er for "gamle" til at lege, eller børn, der normalt ikke er fysisk aktive.

På den digitale legeplads er der etableret to nye interaktive legeredskaber, legeunderlaget "Footloose" og et nydesignet klatrestativ, som blandt andet består af et klatrerør, begge udviklet af firmaet PlayAlive.

Her aktiverer børnene de forskellige spil på en kontrol-enhed eller leger efter deres egne regler.

## Obs.

Børn kan gennem leg og bevægelse udvikle sociale og motoriske kompetencer. Aktive børn er bedre til at indgå i sociale sammenhænge med andre børn. De er gladere for deres skole, har færre sygedage og har mere gåpå-mod end inaktive børn.

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at børn og unge er fysisk aktive mindst 1 time om dagen.

## Tip

Ved etablering af en legeplads bør der være fokus på:

- at legepladsen bidrager til at styrke børns motorik, sundhed og bevægelse
- at legepladsen virker stimulerende på børns udfoldelse og fantasi
- at legepladsen understøtter, at børn i forskellige aldre har forskellige legemønstre
- at legepladsen indbyder til familieophold.



# Aktivitetsø

Odense Kommune



Stige Ø, en tidligere losseplads, der blev lukket år tilbage, er i dag blevet omdannet til et rekreativt naturområde.

## Baggrund for øen

Formålet med det bynære landskab er at sikre nye udflugtsmål med mulighed for indpasning af fritidsaktiviteter med hensyntagen til nationale og internationale beskyttelsesinteresser samt kulturhistoriske værdier. Der kan i dag opleves et rigt både plante- og dyreliv. Øen tilbyder et bredt udvalg af friluftaktiviteter. Senest har man etableret en naturlegeplads samt en anløbsbro til kanoer og kajaker.

Odense Kommune har udarbejdet en folder om Stige Ø, som beskriver øens mange aktivitetsmuligheder og indeholder kort over placeringen af en mountainbikebane, en dirtjumpbane, en legebase, flere bålpladser og shelters samt en grillhytte. Derudover informerer folderen om øens fortid som losseplads og dens forvandling til et attraktivt rekreativt område oven på skrald og skrammel.

Kommunen har desuden løbende afholdt legedage på øen, hvor børn blandt andet får mulighed for at rutsje på slæder ned ad helårskælkebakkerne ved legebasen.

Stige Ø er åben for alle, både naturelskere, motionister, foreninger, institutioner og andre, der vil opleve et særpræget landskab tæt ved Odense by. Derudover er der mulighed for som privatperson at søge tilladelse til afholdelse af omfattende arrangementer med mange deltagere på øen.

## Aktivitetsmuligheder

Øen tilbyder mange naturoplevelser og aktivitetsprægede baser:

### Shelter

Her er der mulighed for at komme i ly for regnen eller overnatte. Der er plads til 4 personer.

### Dirtjumpbane

En 130 meter lang bane med høje jordvolde undervejs. På cykel er der mulighed for at hoppe fra vold til vold og lave trick med cyklen.

### Legebasen

En stor bakke, der danner ramme om mange små bakker. Et indbydende legelandskab, hvor både børn og voksne kan boltre sig. Området omfatter også kælkebakker, der kan anvendes hele året.

### Bålplads

Bålpladsen er indrettet med brænde, der kan anvendes til optænding hele året.

### Gruppe af shelters

Her er mulighed for at sove i det fri under halvtag. Der er plads til 18-20 mennesker, men overnatning skal bookes på forhånd.

### Grillhytte

På øen er der en stor hytte med grill i midten. Der er plads til 30-40 mennesker.

### Asfaltsti

Aktiviteter såsom rulleski, rulleskøjter, skaterboard med videre er oplagte på den 3 meter brede og 1,3 kilometer lange asfaltsti etableret på øen.

### Fiskeplads

Her kan børn og voksne fange aftensmaden.

### Mountainbikebane

Rute på 3,5 kilometer med varierende sværhedsgrad.

### Anløbsbro

Herfra kan man tage turbåden Svanen eller på egen hånd sejle i kano eller kajak.

### Biotopbånd

Her opleves et økosystem kun påvirket af de ydre vilkår. Her kan man via infoskilte lære om øens fugle, planter og dyr.





# Idrætsrambla

Sønderborg Kommune ●●●●●●

En rambla indbefatter en vigtig vej eller et strøg, der går gennem et område.

I Sønderborg Kommune har man planlagt en sådan rambla, som i fremtiden vil fremstå som en levende og mangfoldig aktivitetspromenade langs byens havn og strand.

En række faciliteter på strækningen skal indbyde til fysisk aktivitet, rekreation samt natur- og kulturoplevelser, samtidig med at ramblaen vil tilgodese bevægelsesmæssige og læringsmæssige behov. Ramblaen er for alle.

## Planlagte aktivitetstilbud

- Tennis
- Badeanstalt
- Sejlklub
- Lystbådehavn
- Streetfodbold
- Beachvolley
- Basket.

Ved planlægning af ramblaen har man samarbejdet på tværs af forvaltningerne. Samarbejdet har været meget varierende gennem perioden afhængigt af opgavens karakter og tilgængelige ressourcer. I dag er Fritid, Plan, Veje og Trafik, Kommunikation, Sundhedsfremme og Forebyggelse med flere involveret i arbejdet.

## Baggrund for ramblaen

Ramblaen har til formål at kæde eksisterende og nye aktivitetstilbud sammen samt gøre tilbud og attraktioner synlige og lettilgængelige i bybilledet.

Ramblaen skal tiltrække, udfordre og på alle måder tilgodese kommunens borgere og turister og deres behov for oplevelser og et aktivt friluftsliv. Ramblaen skal skabe en interaktion med borgerne, så de bliver aktiveret og udfordret.

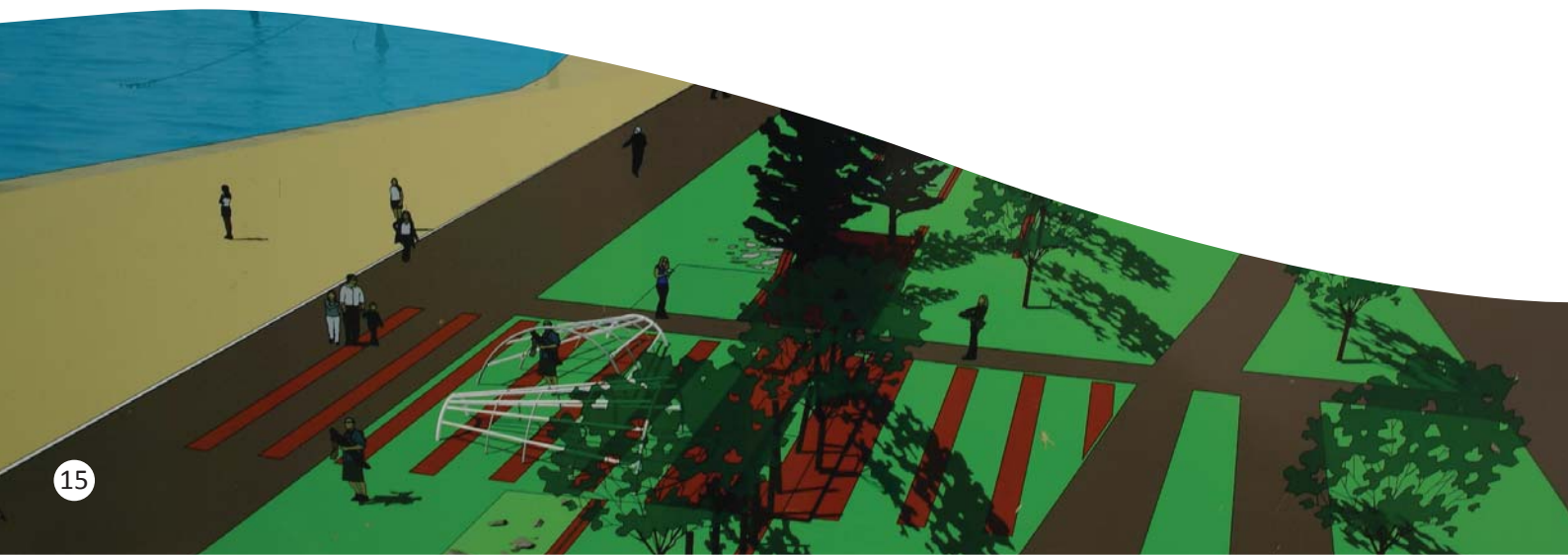
Foreninger og borgere er undervejs blevet inddraget i planlægningsprocessen af ramblaen og har taget del i beslutningen omkring aktiviteter og attraktioner.

Som en del af ramblaen planlægges der at etablere Grønne Pletter, som er et nyt parkanlæg. Her er der blandt andet indarbejdet to aktivitetspladser, som er blevet udviklet med henblik på at gøre området mere attraktivt for skolerne i byen. Kommunen har ligeså planlagt Secret Place II – en vandskulptur til børn og voksne. Skulpturen er udformet, så man kan sidde på den, men der er også plads til legende klatring for børn og barnlige sjæle.

Kommunen vil fremadrettet etablere en hjemmeside, der beskriver tilbud og aktiviteter. Det skal her være muligt at søge for eksempel en træningspartner eller booke en tid til blandt andet kajakinstruktion.

Over sommeren har kommunen planlagt forskellige temaarrangementer langs ramblaen, i form af friluftsliv, leg, ballet, træskulpturer, teaterfestival, etniske minoriteter og idræt. Aftenerne arrangeres i samarbejde med kommunens foreninger og andre interesserede.

Det ventes, at erfaringer fra projektet i Sønderborg skal spredes ud til andre bysamfund i kommunen, så hver by med tiden kan få sin egen rambla.



# Mobil skøjtebane

Bornholms Regionskommune ●●●●●

Skøjtebaner trækker i både børn og voksne, når vinteren er over os.

## Baggrund for skøjtebanen

Målet med at etablere en mobil skøjtebane er at understøtte børn og unges udendørs aktiviteter i vintermånederne.

Mobile skøjtebaner kan placeres på alle plane områder, der ikke benyttes i vinterhalvåret, for eksempel på boldbaner, tennisbaner, parkeringsarealer, åbne pladser eller parker.

Mobile kunstfrosne skøjtebaner dukker efterhånden op i flere byer. Bornholm har på Rønnes hovedtorv etableret en skøjtebane i samarbejde med en lokal fond. Den centrale placering i bymiljøet har haft afgørende betydning for brugen af banen og har samtidig skabt mere liv i byens rum. Skøjtebanen er yderst velbesøgt i stort set alle døgnets timer af både børn, unge og voksne.

Banen bliver benyttet af skoler og institutioner til blandt andet idrætsundervisning. Om eftermiddagen benyttes banen af mange børn, som besøger den efter skoletid, og om aftenen fungerer banen som et samlingssted for byens unge.

## Mobile skøjtebaner

Der er markant forskel på henholdsvis de miljømæssige og økonomiske omkostninger, når man anlægger en skøjtebane, afhængigt af typen.

## Kunstfrosne skøjtebane

Ved etablering af kunstfrosne skøjtebaner er de miljømæssige og økonomiske omkostninger store. De udendørs kunstfrosne baner er i de milde vintre en belastning for miljøet og dyre i drift på grund af et stort energiforbrug til nedkølingen. Det koster i omegnen af to millioner kroner at etablere plus driften, da det er dyrt at holde fryseelementerne kørende.

Ønsker man at etablere en kunstfrosne skøjtebane, bør der tages stilling til, om banen skal etableres i milde vintre, hvor der kræves ekstra meget energi til foretagendet.

## Plastskøjtebane

Denne skøjtebane består af et plastunderlag; der er altså ikke tale om rigtig is. En plastbane er ikke beregnet for ishockeyspillere, skøjteprinsesser eller andre med talenter i skøjteriet. En plastbane er velegnet til byens børnefamilier, unge med flere, som vil have en fornemmelse af, hvad det vil sige at stå på skøjter og få lidt sjov ud af det.

En plastbane kræver helt skarpe skøjter. Her kan man eventuelt tilbyde gratis slibning af skøjterne for derved at opnå en god oplevelse for de besøgende.

## Voksskøjtebane

Voksskøjtebanen er et biologisk nedbrydeligt voksprodukt med bedre glideevne end en plastbane. Voksskøjtebanen er ikke lige så god at skøjte på som kunstfrosne skøjtebaner, da de ikke lever op til de kvaliteter, som almindelig is er i besiddelse af. Det skyldes, at glideevnen er dårligere. Når voksisen ligesom rigtig is bliver ridset af skøjteklingerne, kan det øverste lag voks dog skrubes af, varmes op og genbruges ved at blive smeltet tilbage på banen.

Der kræves mindre vedligeholdelse, og materialet er ifølge producenterne fri for giftstoffer.



# Arrangementer i det fri

Sønderborg Kommune •

Sønderborg Kommune danner hvert år ramme for mange små og store begivenheder i byens rum. At skabe offentlige sociale arrangementer, der afvikles i det fri, bidrager til et mangfoldigt byliv.

Sønderborg Kommune har i 2008 afholdt 35 koncerter og events på byens pladser, i parker eller i bygningsværker til kulturelle arrangementer. Herudover har kommunen afholdt events på vandet.

At møde musikken uden for de vante rammer kan få én til at stoppe op og spidse ører og kan berige på en ellers almindelig dag.

## Teatercirkus på sejlskib

På et sejlskib i havnen i Gråsten blev der i 2008 afholdt et gratis teatercirkus med artist-teatergruppen Aquanaut, bestående af unge artister og musikere fra hele Europa. Det tomastede sejlskib Lovis omdannes til en fantastisk cirkuskulisse, når gruppen slår sig løs på dækket med deres medrivende forestilling "Pirate Queens".

Agterdæk, master, luger, dæk, net og ræling fungerer som scene, og der er gys og luftakrobatik i trapez, reb og stof i 9 meters højde.

Akrobater, musikere og dansere spiller på dækket, mens publikum følger med fra land. En friluftsoplevelse for hele familien.

## Tip

Når koncerter og events afvikles i byens rum, kan der opstå en vis slitage, ligesom der genereres en vis mængde affald. Derfor bør det stilles som en betingelse for arrangementstilladelsen, at arrangøren rydder op og reetablerer efter sig. Samtidig bør der tages stilling til, hvorvidt det skal være gratis for arrangører at låne kommunens pladser og parker til koncerter, events og lignende, eller om der skal opkræves afgifter.





# Orienteringsløb

Vejle Kommune



En simpel skattejagt kan tage form, ved at man opsætter faste orienteringsposter i naturen.

I Vejle Kommune har man i 4 bynære skove opsat faste orienteringsposter.

Posterne bringer brugeren rundt til interessante lokaliteter i skoven ved hjælp af et kort, der viser, hvor posterne er. Posterne er afmærket med let genkendelige pæle, og hver post har et kontrolnummer og en kode på 3 bogstaver.

## Baggrund for o-løbs-posterne

Målet er at skabe sjove oplevelser for alle, der har lyst til at tage på en skattejagt, hvor man skal bruge både hoved og ben.

Turen kan planlægges hjemmefra eller formes undervejs. En folder til de 4 skove kan downloades på kommunens hjemmeside, men kan også findes i skoven i folderkasser. I folderne er der et oversigtskort med tilhørende vejledning om, hvordan man læser kortet, samt en tabel med skovens poster.

Ønsker man at planlægge en skattejagt til for eksempel en børnefødselsdag eller en forening, kan koden ved posterne bruges som en kontrol.

Konkurrencen kan gå ud på at finde et vist antal poster hurtigst eller at finde flest poster på for eksempel 30 minutter.

## Find vej

Når man skal rundt mellem posterne, kan man benytte stierne eller blot den korteste rute mellem 2 poster.

Der er placeret poster i følgende 4 skove i Vejle Kommune: Nørreskoven, Sønderskoven, Jelling Skov og Give Museumsskov.

Der er ruteforslag i forskellige længder og sværhedsgrader, så alle kan deltage.

## Obs.

Orienteringsposter er et sundt og gratis tilbud til en anderledes tur i skoven, det åbne land, parken eller byen.

## Tip

Orienteringsløb kan anvendes i skolernes undervisning. Orienteringsposterne sikrer fysisk aktivitet, samtidig med at børnene lærer at læse et kort.

Skoler, der skaber et aktivt miljø med masser af leg og bevægelse, medvirker til et bedre socialt fællesskab i skolen.

De fleste poster kan bruges i historieundervisningen. Her placeres poster ved historiske elementer med formidling i form af for eksempel tekst, QR-koder eller audioguides.

Fotoorienteringsløb anvendes primært i byen. Her er formålet at finde posterne og de matchende fotos, der er knyttet til posterne, ved hjælp af koordinaterne.



# SundhedsRuten

Rudersdal Kommune ●●●●

I takt med at en del livsstilssygdomme udbreder sig, herunder fedme og diabetes, er fokus på befolkningens sundhed steget.

Disse sygdomme medfører forringet livskvalitet og har samtidig store samfundsmæssige konsekvenser. Der er derfor al mulig grund til at øge befolkningens generelle sundhedstilstand, blandt andet ved at stille optimale rammer til rådighed.

## Baggrund for etablering af SundhedsRuten

Sundhedsruten er en af 7 temaruter, der er at finde på RudersdalRuten. På ruten er der plads til både gang, stavgang, løb og cykling.

Ruten har fokus på genoptræning og forebyggende træning i hverdagen og består foruden ruten af en sundhedsplads med nye udendørs motionsredsskaber.

Målet med ruten er at skabe bedre rammer for såvel styrkende som forebyggende udendørs aktiviteter for kommunens borgere. Ruten skal fungere sundhedsfremmende ved at skabe en kobling mellem natur og motion.

## Sundhedsplads

Den tilknyttede sundhedsplads ligger centralt, hvorfor den er lettilgængelig for alle. På sundhedspladsen vil der være mulighed for at træne kondition, styrke og bevægelighed og balance på nye udendørs motionsredskaber, balancebom og træningstrin samt nyde naturen og udsigten.

Sundhedspladsen er tilgængelig for alle 24 timer i døgnet, og der er mulighed for at træne på forskellige niveauer. Så der er noget for alle – ung som gammel.

Der bliver årligt afholdt fælles arrangementer, hvor blandt andet en fysioterapeut fortæller om, hvordan man kommer godt og sikkert i gang med at dyrke motion, samt inspiration til træningen på Sundhedspladsen. Borgere i alderen 60 plus har mulighed for at tilmelde sig et ugentligt forløb med udendørs træning på Sundhedspladsen, hvor der er instruktør på.

Idéen med at etablere en sundhedsplads har blandt andet taget udgangspunkt i kinesiske folkesundhedsparker, hvor man mødes for at dyrke udendørs motion i grupper i byrummet og naturen. Den nye sundhedsplads skal bidrage til at skabe en ny udekultur med fokus på temaerne motion, trivsel, livskvalitet og natur.

## Samarbejde

Idéen til den nye aktivitetsplads og motionsruterne er udviklet i et samarbejde et genoptræningscenter, Ældrerådet og Lions Club.





# ForskerRuten

Rudersdal Kommune •

ForskerRuten er en bynær motionsrute på 3 distancer, der kombinerer fysisk aktivitet, natur og oplevelse med teknologi og forskning (ruten findes i forskerparken Scion DTU). Det er et innovativt projekt, hvor første fase har været at åbne en markeret motionsrute med mulighed for tidtagning og registrering på nettet. Med tidsanlægget kan man måle sin tid ved hjælp af en chip på de 3 distancer. Et permanent chip aflæsningssystem registrerer, hvornår man begynder, og hvornår man slutter. Efter turen kan man på et display se, hvordan turen er gået. Resultatet bliver automatisk lagt ud på internettet, så man selv og andre kan følge udviklingen. Som bruger skal man investere i en elektronisk chip til 220 kroner, som kan sidde i snørebåndene på sko.

## De 3 distancer:

2,5 kilometer

7,5 kilometer

13 kilometer

Til ForskerRuten er der tilknyttet virtuelle base camps, som er afgrænsede udvalgte områder med forskellige aktiviteter, udfordringer og historier, som giver brugeren mulighed for at udforske et specifikt område, samtidig med at man bevæger sig og får viden om den aktuelle natur. Formidlingen sker via mobiltelefon.

Målet med ruten er at integrere moderne teknologi med naturen og de muligheder, det rummer for oplevelser og fysisk udfoldelse. Idéen er, at der også er noget for de borgere, som ikke har løbeskoene på, men som skal tilbydes et friluftsliv med nye oplevelser. ForskerRuten og de virtuelle base camps åbner op for muligheden for, at for eksempel børnefamilier, spejdere, skoleinstitutter med flere kan producere indhold, som alle kan samles om. Man kan selv lave en base camp i Google Maps med billeder eller forslag til aktiviteter. For eksempel kan man markere sine ynglingspunkter på ruten eller lave en base camp med idéer til lege.

Et kort kan gemmes og gøres offentligt for alle eller være til privat brug.

## Obs.

Google Maps er en kortservice, som giver kortudsnit og satellitbilleder over et område.

Med Google Maps er det muligt at lægge egne ruter ind og dele dem med andre. Det er denne funktion, man hos Rudersdal Kommune bruger til at lave base camps i forbindelse med ForskerRuten, og som man kan bruge til at lave sin egen base camp.

## Eksempel på virtuelle base camps

Her kan man blandt andet fiske, lave bål og overnatte. Systemet opdateres løbende med høj frekvens, så der året rundt er nye informationer at hente.







# Formidling af friluftsliv og naturoplevelser

Mange borgere kan selv, men endnu flere har brug for vejledning og inspiration for at få gang i friluftslivet. Derfor skal tilbud om friluftsliv i byen være mere synlige for at sikre borgernes kendskab til friluftsfaciliteterne i lokalområdet og inspirere borgerne til at benytte dem.

## Redskaber til formidling

Formidling af friluftsliv og naturoplevelser er ofte et omdrejningspunkt hos kommunerne.

Tilbud om friluftsliv og naturoplevelser formidles mundtligt, skriftligt eller i form af en grafisk levering. Der er variation i både indsatserne og bredden af formidlings-tiltagene, men fælles for metoderne er, at de søger at opmuntre til friluftsliv og naturforståelse.

## Planlægning af kommunikation

Ved formidling af eksempelvis faciliteter, aktiviteter eller naturområder er der en række punkter, der bør tages stilling til undervejs i processen, herunder: Hvem er målgruppen, hvad er budskabet, og hvilken effekt ønskes opnået hos målgruppen? Denne proces skal sikre, at man når ud til den ønskede målgruppe.

For uddybende beskrivelse af punkterne se bogen "Friluftsliv – Inspiration til politik, plan og praksis", 2007 på Friluftsrådets hjemmeside.

## Formidlingstiltag

Valget af metode til formidling af friluftsliv og naturoplevelser kan variere afhængigt af modtageren. Tiltagene kan spænde fra foldere og pjecer om friluftstilbud eller naturoplevelser til ansættelse af friluftvejledere eller naturvejledere og etablering af naturskoler eller naturcentre, oprettelse af internetportaler om friluftsliv i kommunen, artikler og indlæg, udarbejdelse af digitale friluftskort, iværksættelse af elektronisk formidling i naturen samt afmærkning og skiltning i naturen og byens grønne og blå områder.

Det er vigtigt at søge at nå alle brugergrupper i samfundet i forbindelse med friluftsliv og naturoplevelser. I det følgende introduceres der til, hvordan 13 kommuner rundt i landet har søgt at fremme og styrke friluftslivet ved hjælp af forskellige formidlingstiltag.



# Multimedie-orienteringsløb

Ringkøbing-Skjern Kommune



Undersøgelser foretaget af Sundhedsstyrelsen viser, at 45 % af alle 11-15-årige er fysisk inaktive. Det er derfor vigtigt at motivere eleverne til fysisk aktivitet, samtidig med at de lærer noget i processen.

DJEEO er en kombination af højteknologisk it-teknologi og udendørsaktiviteter samlet i et multimedie-orienteringsløb.

DJEEO er beregnet til undervisning i folkeskolen, på ungdomsuddannelser og på videregående uddannelser. Spillet kombinerer GPS- og it-teknologi med udendørs aktivitet.

## Baggrund for DJEEO

Formålet med DJEEO er at skabe læring gennem leg og bevægelse samt at styrke sammenholdet mellem deltagerne.

Man skal ikke alene være kvik i hovedet – man skal også være hurtig på fødderne.

Eleverne i 8. klasse på Ringkøbing Skole har dystet i DJEEO mod 10 andre skoler i Danmark. Klasserne spiller mod hinanden på samme tid i samme spil, men lokalt på hver deres skole.

Her gælder det om at være hurtig til at navigere via mobiltelefoner, GPS-live tracking og Google Maps. Når spillet går i gang, er klassen opdelt i 2 grupper, og eleverne er forvandlet til henholdsvis agenter og kontrolrumsspillere i et univers, der både er virtuelt og virkeligt. Sammen har holdet 2 hovedopgaver. Agenternes primære opgaver er at finde frem til posterne med vejledning fra spillerne i kontrolcenteret. Holdet kommunikerer sammen via mobiltelefoner. Agenterne er udstyret med en GPS-sender, der fortæller agenternes præcise geografiske position til kontrolcenteret.

Undervejs fra post til post skal holdet løse opgaver i fællesskab. Her kræves et tæt samarbejde og god kommunikation mellem agenterne og spillerne, som hver især ligger inde med forskellige informationer, som er nødvendige at bruge for at løse opgaverne.

Opgaverne kan have fagligt indhold fra alle fag, for eksempel matematik, fysik, geografi og idræt.

I 2. halvleg bytter deltagerne plads, så spillerne i kontrolcenteret løber udenfor, og agenterne fra første halvleg nu sidder i kontrolcenteret. Det hold, som løser flest opgaver korrekt, scorer flest point og vinder spillet. Efter spillets afslutning kan der laves en evaluering, hvis det indgår i et undervisnings- eller udviklingsforløb. Der kan kigges nærmere på opgaverne, der er løst, eller adfærden og samarbejdet, som er udvist under spillet.

## Udbytte

- Skaber læring gennem bevægelse og leg
- Styrker sammenhold og kommunikation
- Skaber intensitet og aktivitet hos alle.

## Obs.

Spillet sikrer, at alle elever i undervisningsforløbet løber eller går 3-5 kilometer.

## Tip

Spillet er velegnet til at bruge ved opstart af nye klasser, for eksempel i forbindelse med introture, da spillet bidrager til at bryde isen og skabe en positiv oplevelse.

For mere information se: [www.djeeo.dk](http://www.djeeo.dk).



# GPS-skattejagt

Aarhus Kommune



GPS-skattejagt, også kaldet geocaching, er et højteknologisk skattejagtspil, der spilles i hele verden. Spillet foregår online via internettet og i virkeligheden med en GPS i hånden.

Geocaching er for alle aktive mennesker, der elsker eventyr og anderledes oplevelser. Der findes sammenlagt cirka 1.200 skatte i Danmark.

I skovene syd for Aarhus er der rig mulighed for at finde kulturminder, der vidner om landets historie.

Naturcenter Ørnereden og Moesgård Museum har etableret en skattejagt, hvis mål er at finde de skjulte fortidsminder. Ved hjælp af en håndholdt GPS-modtager eller en mobiltelefon, der har integreret GPS-modtager, kan man gå på jagt efter 12 forskellige kulturminder via deres specifikke koordinater.

Man kan på nettet udskrive en samlet liste over alle koordinaterne. Dette suppleres med en traditionel temarute og en rutefolder.

Brugeren orienteres om, via skiltning og på nettet, at kulturminderne ligger inde i terrænet – væk fra stierne. Man bør derfor altid medbringe koordinaterne på sin udgangsposition, så man kan finde tilbage.

Man kan vælge at finde et eller flere kulturminder. Ønsker man at finde alle 12 kulturminder, vil skattejagten tage op til flere timer. Der er ikke placeret nogen fysisk genstand på stedet. Kulturmindet er selve målet.

Der findes flere forskellige typer caches, for eksempel:

- Den traditionelle
- Multi-cache
- Mystery cache
- Virtuel cache.

## Tip

Også andre lokaliteter, elementer, genstande med flere kan benyttes til GPS-skattejagt.

Her er skatten typisk en 0,5-2-liters-boks. I cachen findes ofte en logbog, som cacheren skriver i, samt en lille genstand, der har en værdi af 5-10 kroner. Efterfølgende kan cacheren notere fundet på koordinatsiden ([www.geocaching.com](http://www.geocaching.com)) ved hjemkomst.

## Obs.

Placér aldrig en skat, hvor der ikke er offentlig adgang.

## Tip

Det er vigtigt at gøre brugerne opmærksom på regler og god adfærd. For eksempel:

- Gå aldrig ind på private arealer uden tilladelse.
- Grav ikke i/ved fortidsminder.



# Geocaching-projektgruppe

Rudersdal Kommune ●●●●●

I Rudersdal Kommune har man nedsat en geocaching-projektgruppe, hvis formål er at arrangere aktiviteter i naturen langs RudersdalRuten for både borgere og skoler. Gruppen er sammensat af DDS-spejdere, FDF'ere, Naturskolen, Skolefritidsklubben, en repræsentant fra RudersdalRuten samt en fra Kulturområdet.

2 gange om året arrangerer projektgruppen arrangementer – med nye temaer og skatte hver gang – hvor borgere som nye eller erfarne geocachere kan komme ud på RudersdalRuten og finde skatte forskellige steder.

## Eksempler på arrangementer

- Historisk skattejagt med GPS
- Naturhistorisk geocaching på cykler
- Historisk skattejagt med naturpleje.

Der er tale om en anderledes skovtur for hele familien med mulighed for at finde nye naturhistoriske skatte langs RudersdalRuten.

## Lån af GPS

Det er altid muligt at låne GPS'er til geocaching-events. Der vil være kyndig introduktion samt en øvecach, som man kan prøve.

## Naturpleje

Geocaching-projektgruppen har en særlig interesse for at passe på de omgivelser, som man benytter, når man er ude og geocache. Derfor handler arrangementerne også om at yde et bidrag til, at naturen bevares.

Det betyder, at alle deltagere får en pose med på turen, så man på sin tur kan indsamle eventuelt skrald.





# GPS-rollespil

Fredensborg Kommune ●●●●●●

Etablering af multifunktionelle pæle i Dageløkke Skov har åbnet op for nye muligheder for leg, spil og motion i Fredensborg Kommune. Til pælene er der knyttet en række forskellige spil og aktiviteter, herunder orienteringsløb, GPS-matematik, geocaching og eventyrspil. Med de multifunktionelle pæle kombineres naturens flotte fysiske rammer med et virtuelt lag.

## Baggrund for etablering af de multifunktionelle pæle

Målet med de multifunktionelle pæle er at skabe spændende rammer for fysisk aktivitet og naturoplevelser. Aktiviteterne henvender sig til skoleklasser, institutioner og familier med store børn og unge.

De multifunktionelle pæle og deres anvendelsesmuligheder formidles via en folderkasse i Dageløkke Skov, der informerer om installationen. Samtidig sendes der materiale direkte til skolerne, fritids- og ungdomsinstitutioner samt den brede offentlighed. Ligeledes vil materialet være at finde på biblioteker, turistinformationer, Naturstyrelsen med flere.

## Skattejagt

GPS-matematik er et spil, hvor deltagerne skal løse en række matematikopgaver for til sidst at finde en skat, der er gemt et sted i skoven. Der er mulighed for at følge både en kort og en lang rute.

Deltagerne skal undervejs i spillet regne sig frem til koordinater for at finde de næste poster – alt sammen ved hjælp af håndholdt GPS. Ved den sidste post gemmer der sig en skat i en cache. Man kan tage en ting fra skatten – dog skal man lægge noget i bytte til de næste skattejægere. Der ligger samtidig en logbog, hvori man kan skrive en hilsen.

## Spændende lokaliteter (natur- og kulturformidling)

En række interessante lokaliteter med en spændende historie gemmer sig i Dageløkke Skov. Ved hjælp af pælene, der er placeret i nærheden af lokaliteterne, kan man via et kort eller GPS-koordinater finde frem til lokaliteterne.

## Mordet i Dageløkke Skov

Spillet er bygget op omkring et fiktivt mordmysterium. Målet er, at spillerne skal fungere som detektiver og igennem spillet indsamle beviser, så de afslutningsvis kan opklare sagen, finde morderen og motivet for mordet. Til spillet anvendes enten en håndholdt GPS eller en mobiltelefon.

## Mordet i Dageløkke Skov

Tirsdag i sidste uge løb Gunnar Gunnarson en tur i Dageløkke Skov om aftenen. Da han efter et par timer endnu ikke var kommet tilbage, begyndte hans kone, Anna, at blive nervøs. Han plejede aldrig at løbe i så lang tid. Hun prøvede derfor først at ringe til hans mobil, men da han ikke tog den, besluttede hun sig for at køre ud og lede efter ham. Da hun ikke vidste, hvilken vej han var løbet, lykkedes det ikke at finde ham. I stedet kontaktede hun politiet og meldte ham savnet. 2 dage senere fandt en stavgænger liget af Gunnar i skoven ved Dageløkke og tilkaldte straks politiet. Politiet har efterforsket sagen, men har endnu ikke fundet morderen. Der er nu 6 mistænkte. Det er afgørende, at sagen bliver opklaret, mens sporene stadig er friske. Politiet har derfor besluttet at indkalde landets førende eksperter i mordgåder. Det er nu jeres opgave at hjælpe politiet med at opklare sagen hurtigst muligt, inden morderen når at slette alle spor.



# Elektronisk naturforvaltning

Aalborg Kommune



“Spor med ord” er et elektronisk naturformidlingstilbud til naturoplevelser på egen hånd. Tilbuddet henvender sig til skoleklasser, turister og andre, der har lyst til at udforske naturen ved hjælp af podcasts, som kan downloades på kommunens hjemmeside og medbringes på turen.

Borgere inviteres på lærerige og inspirerende ture i kommunens natur, hvor der opleves dyre- og planteliv, kulturhistorie og meget mere fra udvalgte områder. Turene er ofte relateret til en bestemt årstid i form af for eksempel en fiske-, svampe-, fugle- eller botaniktur, som er aktuel netop nu.

Naturvejledere har indtalt spændende lydfiler med masser af informationer om ruternes seværdigheder samt om natur- og kulturforhold og med inspiration til aktiviteter undervejs.

Borgere kan guides rundt i området på 2 måder, enten ved hjælp af kort, eller man kan blive guidet via egen iPod, GPS eller anden medieafspiller til at downloade waypoints.

## Eksempel på “Spor med ord”-tur til Lundby Bakker

Ved Lundby Bakker er der 15 forskellige waypoints, hvor en naturvejleder har indtalt individuelle lydfiler med særligt fokus på områdets interessante kulturhistorie, med festplads, mindsten, sjove personer og interessante bygninger.

- |                         |                                     |
|-------------------------|-------------------------------------|
| 1 – Start/intro         | 9 – Inskription på sten             |
| 2 – Lundby Hedehus      | 10 – Krathuset                      |
| 3 – Lundbystenen        | 11 – Lundbyskatten                  |
| 4 – Risbjerg            | 12 – Den gamle eg                   |
| 5 – Hellekiste          | 13 – Stavnsbåndsstenen              |
| 6 – Den gamle motorbane | 14 – Alsbjerghuset                  |
| 7 – Flyverstenen        | 15 – Slut/p-plads ved Gistruphallen |
| 8 – Primitiv lejrplads  |                                     |

Ofte, når der skal formidles noget i naturen, er skiltning en foretrukken kommunikationsform. Men det kan have en meget direkte påvirkning på naturen. Med elektronisk naturformidling kan skiltning i højere grad undgås, og samtidig gøres naturen mere interessant for unge og børnefamilier. Her formidles blandt andet de mange spændende naturtyper, hvordan de er opstået, hvilke dyr og planter der er tilpasset de forskellige naturtyper, og hvordan man skal behandle naturtyperne, hvis de skal bevares for kommende generationer.

## Tip

Lav quizspørgsmål. Svarene på spørgsmålene findes i den natur, brugeren befinder sig i.





# Internetportal

Lejre Kommune



For at sikre et øget fokus på natur og friluftsliv i kommunens skoler har Lejre Kommune oprettet en internetportal for kommunens folkeskoler.

## Baggrund for internetportalen

Formålet med internetportalen er at åbne underviserens øjne for interessante lokaliteter og aktiviteter, der kan benyttes til udeundervisning i deres nærområde.

På portalen er der idéer til undervisningsforløb og links til relevante sider med undervisningsgrundlag. Ved at klikke sig ind på en skole kan man på et kort vælge egnede ekskursionssteder. Her vil man blandt andet få listet, hvor langt væk lokaliteten ligger, aktivitetsmuligheder, historien bag landskabet samt undervisningstilbud. Herfra kan man klikke sig videre til en udførlig beskrivelse af undervisningsforslag ved for eksempel et vandløb. Her står et foreslået feltarbejde beskrevet, og der er link til, hvor der kan bestilles udstyr til undervisningen i en grejbank. Her kan man for eksempel bestille færdigpakket udstyr, hvor udflugtsmålet er vandløb, til 24 børn og 2 lærere. Udstyret er pakket i elevrygsække, så der er en rygsæk med alt nødvendigt til én gruppe (4-6 personer).

## Eksempel på færdigpakket udstyr til ferskvandstur:

- 2 bakker
- 2 lupper på glas
- 1 bestemmelsesdug
- 1 bog om søer og åer
- Honningglas med låg
- 4 skeer
- 2 blyanter
- 2 skemaer
- 2 skriveunderlag.

## Eksempel på foreslåede lokaliteter til Allerslev Skole:

The screenshot shows a webpage for 'Allerslev skole' with the following content:

- UD I LEJRE KOMMUNE**
- ÅRET RUNDT**
- VED FJORD OG STRAND**
- ET VANDLØB**
- GREJBANK**
- Allerslev skole**
- Begebåken Skov**
  - Ejer: Ledreborg Gods Ledreborg Allé 2 4320 Lejre Tlf 46 48 00 38
  - Ålstand fra skolen: 200 meter
  - Transporttid: 5 min til fods
- Aktiviteter/emner**
  - Planter, fuglestemmer, insekter, træer og buske, frø og frugter, dyrespor, fuglekasser, hver for sig og i deres sammenhæng.
  - Altet: Flagermus
- Søg på [www.skoven-i-skolen.dk](http://www.skoven-i-skolen.dk)
- Lavringe Å**
  - Ved Allerslev langs Skjoldungesten. Egnede steder omkring Tøkkerup Ås udløb i Lavringe Å syd for Lejre Rådhus, hvor bredderne er lave.
  - Ålstand fra skolen: ca. 1 km
  - Transporttid: 15 min. til fods
  - Via på kort
- Aktiviteter/emner**
  - lv i et vandløb
  - fuglestemmer, i stille områder ad Skjoldungesten syd for rådhuset og træbevokset område øst for Allerslev by
  - fuglekasser op: (Københavns energi og Lejre Kommune)
  - insekter i høj vegetation med sommerfuglenet: sydpå ad stien efter Allerslev Rådhus. Find aktiviteterne på: [www.skoven-i-skolen.dk](http://www.skoven-i-skolen.dk)
- Historien i landskabet**
- Eksempler**
  - Gl. Lejre: Kongehallen og Skibssætningen ved Lejre Museum
  - Øm læstetue
  - Ledreborg skovs historie, alker, vandmøller, karpedamme mv.
  - Allerslev bys historie med Felix, Klostret, statorby

On the right side of the screenshot, there are three images: a map, a landscape view of a field, and a photo of two children looking at a jar of insects.

Sådan kan alle skolerne klikke deres side frem med steder, forslag til undervisning og grejbank.

Efterfølgende kan man som underviser videregive idéer og fif på siden. Tanken er, at kommunernes skoler med tiden vil have et "opslagsværk" over ture og undervisningsforløb udenfor.

## Tip

Etablér en internetportal og eventuelt en applikation til smartphones til kommunens borgere og besøgende. Det er lettere at opdatere og vedligeholde information om byens grønne og blå naturoplevelser elektronisk.



# Mobil naturskole

Aarhus Kommune ●●●

I Aarhus Kommune har man planer om at etablere en mobil naturskole. Formålet med projektet er at skabe rammer for udeskoleaktiviteter i kommunens forskellige nærmiljøer samt sikre, at børnene får en større viden om og forståelse for naturen.

Den mobile naturskole vil reducere trykket fra daglige institutionsbesøg på kommunens naturcentre og samtidig være med til at understøtte friluftslivet og skolernes brug af naturen i lokalområdet.

Den mobile naturskole vil blandt andet have emnekasser med undervisningsudstyr og grej til udeskoleundervisning, 2 store telte, der skal fungere som klasserum, samt en trailer til transport af teltene.

Det mobile telt vil samtidig kunne danne ramme for særlige temadage og events hos kommunen, for eksempel Skovens Dag.

Med henblik på også at støtte friluftslivet langs Aarhus' kystlinje har man desuden indkøbt en Cargotrailer med grej og materiale til både snorkeldykning, kystgeografi og marinbiologiske undersøgelser med mere samt en trailer med havkajakker.

Obs.

“Udeskole” dækker over, at skoleundervisningen flyttes udendørs og suppleres med de ekstra muligheder, som skolers nærmiljø kan byde på i form af anderledes læringsrum og læringsstile. Fordelene er mange – flere undersøgelser viser, at natur- og udeundervisning kan styrke børns udvikling positivt i forhold til både læring, sundhed og trivsel.

## Forslag til en udeskoleaktivitet

Klimaudfordringer i form af vind og vejr og vedvarende energi er relevante emner i skoleundervisningen.

Her kan man undersøge, hvordan vejrphenomener knytter sig til begrebet meteorologi, og hvordan man kan udnytte energien fra solen og vinden. For eksempel kan man ved at bygge en vindmølle få musik i radioen.





# Saltvandstrailer

Aalborg Kommune ●●

Limfjorden har et spændende dyre- og planteliv. Derfor har Aalborg Kommune etableret en saltvandstrailer med dertil hørende formidlingsgrej til formidling af fjord og hav. Traileren indeholder blandt andet nok waders og redningsveste til en hel skoleklasse.

Målgruppen er skoler, børneinstitutioner med flere, som har mulighed for at rekvirere saltvandstraileren sammen med en naturvejleder.

## Baggrund for projektet

Naturvejledning giver børnene muligheder for at opnå erfaringer med og viden om naturgrundlaget. I fællesskab forsøger børnene at fange både reje, krabber og småfisk. Samtidig hjælper naturvejlederen med at lave vandundersøgelser og diverse eksperimenter. Børnene får ny viden om opskyl på stranden, vandplanter med mere.

## Formål med naturvejledning

- At styrke befolkningens forståelse for natur, herunder biologisk mangfoldighed, samt miljø og kulturmiljø
- At styrke befolkningens rekreative muligheder og friluftsmæssige aktiviteter
- At fremme befolkningens direkte inddragelse i og indflydelse på natur- og kulturmiljøforvaltning
- At inspirere til en sundere og mere bæredygtig livsstil.

## Forslag til andre udeskoleaktiviteter ved havet

- Undersøg saltindholdet i vandet via vandprøver.
- Mål vandets surhedsgrad (pH) og temperatur.
- Fang plankton med net, og undersøg prøverne i mikroskop.



# Oplevelsesture for de små

Esbjerg Kommune



“Dit Vadehav” er et projekt etableret i Esbjerg Kommune. Projektet er rettet mod udsatte børn i børnehavealderen, som til daglig ikke har de store muligheder for naturoplevelser.

Børn har stor gavn af at være ude i naturen. Naturen er et velegnet rum til både leg, læring, bevægelse, samvær, nysgerrighed og kreativitet. Flere undersøgelser viser, at børn, der er understimulerede eller traumatiserede, i yderste konsekvens stopper med at socialisere og lege.

Gennem aktiviteter i naturen lærer og husker børnene bedre og lærer at opbygge sociale relationer, at samarbejde og at stole på hinanden. Børn og pædagoger kører en gang om ugen i busser fra daginstitutionerne Mælkebøtten og Fuglereden ud mod Vadehavet.

På Vadehavscentret, som er en samarbejdspartner, introducerer en naturvejleder børnene til det rige og varierede dyre- og planteliv, der er i og ved Vadehavet. Med ny viden bliver børnene kørt ud til nye lokaliteter ved Vadehavet.

Fund af interessante dyr tages med tilbage til centeret, hvor de nærstuderes via stereolup, og nye erfaringer gøres med naturen.

Målet med projektet er at sikre, at børnene oplever naturen samt udvikler glæde, viden og ikke mindst respekt for natur og miljø.

## Resultat

- Naturen bruges som rum til leg og fysisk udfoldelse.
- Børnene tilegner sig viden og erfaring ved ophold i naturen.
- Undersøgelser viser, at ophold i naturen giver børn en bedre koncentrationsevne og bedre motorik.

## På turene til Vadehavet lærer børnene blandt andet at:

- indsamle og studere naturmateriale
- lave mad af naturens råvarer
- samarbejde.

## Andre sjove og lærerige aktiviteter/udflugter i naturen

- Gå i skoven.
- Plant jeres madpakke.
- Spis naturen.
- Besøg et landbrug.
- Byg en hule.
- Overnat i naturen.

## Tip

Skoleklassebørn vil som led i undervisningen få et bedre kendskab til naturen, brugen af den, samt hvordan vi kan beskytte den.





# Formidling af vandhuller

Middelfart Kommune ●●●●

I forbindelse med etablering af Hindsgavl Dyrehave har kommunen oprenset eksisterende vandhuller og samtidig etableret nye.

Formålet med projektet er formidling samt at øge biodiversiteten i området. Vandhuller er helt afgørende komponenter i landskabet til sikring og dannelse af yngle- og levesteder for en lang række dyre- og plantearter.

Vandhullerne fungerer perfekt som små undervisningsoaser i naturen. Etablering af nye vandhuller giver i de næste år kommunens borgere muligheden for at opleve, hvordan livet etableres i et vandhul. Man kan således kombinere en indsats for naturen med information om vigtigheden af, at vi skal bevare den lokale artsrigdom, som forsvinder, hvis vi ikke gør en indsats for at forhindre det.

For 150 år siden var mere end en fjerdedel af Danmarks areal dækket af våd- og engområder. I dag er tallet nærmere 4 %. Det betyder, at meget af det dyre- og planteliv er forsvundet, hvorfor det er særlig vigtigt, at der etableres nye vandhuller.

Man har hos kommunen udbudt et undervisningstilbud til alle kommunernes 8.-klasser, hvor eleverne får tilbudt 2 ture til vandhullerne sammen med en naturvejleder. Her får eleverne mulighed for at sammenligne livet i et nygravet vandhul med det, der er i et allerede veletableret vandhul.

## Lodsejere

Kommunen opfordrer også lodsejere til at bevare og etablere nye vandhuller. For at hjælpe på vej har man hos kommunen lavet en folder, der er sendt rundt til lodsejere. I folderen beskrives det blandt andet, hvilke områder der er omfattet af naturbeskyttelse, hvad der står i loven med mere.

## Adoptér et vandhul eller et stykke skov

Besøg det samme sted flere gange, og se, hvordan det forandrer sig. Følg årets gang i for eksempel skoven, eller følg udviklingen af et nygravet vandhul.

## Tip

For at forstå den verden, vi lever i, er det nødvendigt at undersøge den.

Når børn får tid til at udforske søer og vandhullers dyreliv, opnås en respekt for dyrene og deres levevis. De økologiske sammenhænge er lettere at forstå, når man med egne øjne kan se, hvor dyrene lever, hvordan de indgår i fødekæden, og hvor sårbare de er over for miljøforandringer.



# Sommerskole for børn

Middelfart Kommune •

Det kan for mange forældre være svært at tage fri fra arbejde i skolernes sommerferie i mere end et par uger. Derfor har man hos Middelfart Kommune etableret en sommerskole i de 2 første uger af skolernes sommerferie. Sommerskolen er udelukkende baseret på friluftsliv for børn i 0.-6. klasse. Under forløbet tilbydes mange forskellige fritids- og sportsaktiviteter samt formidling af sjove, lærerige oplevelser i det fri.

## Baggrund for etablering af sommerskolen

For år tilbage besluttede en kreds af forældre at indgå et samarbejde om etablering af forskellige aktiviteter. Målet med projektet har fra start været, at man ønsker at aktivere de børn, hvis forældre arbejder i de 2 første uger af ferien.

En henvendelse til kommunen resulterede i positiv respons/tilbage melding, og kommunen har lige siden været en stor del af projektet.

Kommunen står for det praktiske i form af udsendelse af programmer og ansættelse af instruktører til de forskellige værksteder.

Finansiering sker via tilskud fra kommunen, brugerbetaling, fonde samt sponsorering fra virksomheder og forretninger i kommunen.

Sommerskolen har en lang række fritids- og sportsaktiviteter rundt om i kommunen, herunder Robinson Crusoe, natursjov, ridning, sejlsport, oplevelsestur og lystfiskeri.

## Eksempel på aktiviteter

### Robinson Crusoe

Børnene finder i samarbejde med naturvejlederen et sted ved skov og vand, hvor der bygges huler, laves bålsted til madlavning, samles sten og fanges krabber ved vandkanten.

### Natursjov

Værkstedet er bygget op omkring de naturskønne omgivelser, og temaet er indianer. Der bygges derfor totempæle og indianerudstyr. Skoven udforskes, der spilles bold på græsarealerne, der samles sten og muslinger, bades og bygges sandslotte ved stranden, og der laves snobrød og spilles guitar ved bålet. Derudover vil der også være mulighed for at male, tegne, snitte og lave smykker.

### Ridning

Børnene prøver kræfter med ridning, og de lærer, hvordan man passer og plejer hestene. Rideudstyr ordnes, og der muges ud hos hestene.

Undervejs i ugeforløbet bliver der arrangeret forskellige aktiviteter med og uden hest.

### Lystfiskeri

I dette værksted er der både plads til nybegyndere og øvede. Børnene vil få mulighed for at fiske efter regnbueørreder, bækørreder, ål med mere i en put and take-sø samt fladfisk, havørreder og torsk ved Kongebrogården. Afsluttende sejler man med båden Aventura ud på vandet, hvor der fiskes efter torsk og fladfisk.

### Sejlsport

Med Føns Søsportsklub har børnene mulighed for at lære at sejle kajak og optimistjolle og at surfe – alt sammen under trygge forhold.





# Sommerprogram for alle

Sønderborg Kommune •

Sønderborg Kommune har etableret sommerprogrammet Blå Flag Station.

Blå Flag Stationen er et mobilt udstillings- og aktivitetscenter placeret i lystbådehavnen.

## Baggrund for programmet

Et ønske om at give børn og unge viden om havets liv og økologi på en levende og anderledes måde har resulteret i, at der sommeren igennem tilbydes en lang række formidlingsarrangementer – for eksempel krabbefiskeri, tegnekonkurrencer, sejlads med undervandskameraer og simuleringer af iltsvind.

Stationen er bemandedet med en biolog og er udstyret med både net, krabbefangerudstyr, små fiskestænger, spande, waders, undervandskikkerter, snorkeludstyr, vådragter til børn, udstillingsakvarier, et føle- og rørebasin, stereolupper med mere, der alt sammen er gratis at benytte.

I stationens åbningstid kan byens borgere og besøgende komme forbi til en snak om biologi og havmiljø, se udstillingsakvarierne med dyr, fisk og planter, som findes i havet, klappe en krabbe i det udendørs føle- og rørebasin eller låne stationens udstyr, så man selv kan gå på opdagelse.

Hver sommer byder på nye aktiviteter og arrangementer.

## Eksempler på aktiviteter

### Fjordsafari

Med et gammelt sejskib går turen til Flensborg Fjord, hvor man kan opleve den lille tandhval marsvinet og masser af fugle og flot kystnatur. Der fiskes med minitrawl, og fangsten undersøges. Blå Flag-stationslederen vil fungere som guide og kan fortælle om dyrelivet på, i og omkring havet.

### Hvad gemmer der sig under havets overflade?

Der er mulighed for at komme ud og snorkle og opdage en helt anden verden under vandet. Der udleveres snorkel, svømmefødder og andet tilhørende udstyr på stationen.

### Strandtur

Langs stranden udforskes dyr, planter, sten og skaller, som tages med hjem til stationen. Her undersøges fundene nærmere, og der tages en snak om, hvordan dyr og planter har vænnet sig til at leve på stranden.

### Naturquiz

Kan fisk drukne? Hvad er plankton? Her får man svar på alle spørgsmål om stort og småt i en quiz om stranden, kysten og havet – og andre spændende ting fra naturens verden.



# Sjov i efterårsferien

Odense Kommune

Danskerne lever i dag et mere aktivt udendørsliv end tidligere. Grænserne mellem idræt, motion og friluftsliv er blevet mere flydende.

Byens grønne og blå områder skal i højere grad "invitere" byens borgere udenfor i den friske luft. De skal indbyde til leg, motion og friluftsliv og have et rigt og varieret indhold.

## "Vild med leg"

"Vild med leg" er et udendørs arrangement afholdt i efterårsferien, hvor der tilbydes en lang række af aktiviteter og leg i Kongens Have i Odense.

## Baggrund for arrangementet

Målet med arrangementet er at få børn og barnlige sjæle ud i den friske luft, og mulighederne er mange. Der er aktiviteter som robotdinosaurer, lege med marcipan og Lego, ringcykling, sæbekassebilløb og deltagelse i flamingokonkurrencen. De kreative kan besøge Violas skrotværksted eller dansegulvet, mens Centralbiblioteket inviterer til GPS-skattejagt. Skal pulsen helt i vejret, er der mulighed for at spille speedminton, megabordfodbold og pink stangtennis.

## "Leg på tværs af generationer"

Et udendørsarrangement, der henvender sig til både bedsteforældre, forældre og børn – alle store og små legebørn. Arrangementet afholdes i efterårsferien over hele Odense by.

## Baggrund for arrangementet

Målet med arrangementet er at gøre Odense mere nærværende for både de yngste og de ældste generationer, med masser af leg og bevægelse hele dagen.

Der er mulighed for at presse sin egen æblemost, at kælke i Eventyrhaven på helårs-kælkeunderlag, leg med bolde, faldskærm, forhindringsbane, racerløb, fangelege, petanque, dragebygning og meget mere.

## Tip

Gode friluftsmuligheder kan betyde et godt image og en stor tiltrækningskraft for en kommune.

Invitér eventuelt skoler og institutioner til at bakke op om og deltage i forberedelse og afholdelse af aktiviteterne.





# Temacykelture

Fredensborg Kommune ●●●●

Fordelene er mange, når man cykler en tur, særligt i grønne omgivelser.

Det giver motion, frisk luft og naturoplevelser, og cykler man flere sammen, opnår man også socialt samvær.

## Baggrund for arrangementet

“Op på cyklen – træng ud i naturen” er et tilbud til de borgere, der i højere grad vil gøre brug af cyklen.

Borgere i Fredensborg Kommune har i løbet af foråret og igen i efteråret haft mulighed for at møde op på cyklen og komme på temaudflugt med henholdsvis en naturvejleder og en motionsvejleder. Deltagerne tages med ud i de flotte naturområder og inspireres til nye turmuligheder.

Med en naturvejleder som guide er naturoplevelsen og kulturhistorien i centrum, og der gøres stop undervejs på turen, hvor deltagerne lærer om blandt andet flora og fauna. På turen laves der samtidig mad over bål.

Med motionsvejlederen er der fokus på træning, hvordan man kan komme i gang, hvordan træningen kan variere, og meget mere.

## Formidling af arrangementet

Man har hos kommunen udarbejdet en plakat og en folder i papirformat og digital udgave, der er sendt ud til biblioteker, træningscentre, apoteker, cykelhandlere og mange andre.

## Tip

Lignede temaudflugter kan arrangeres til fods. Udflugterne vil omfatte mere afgrænsede områder, men stadig være med til at sikre motion samt et bedre kendskab til byens natur og kultur.

Udflugterne kan variere mellem halv-, hel- og flerdags-ture.









# Køkkenhaver

Fredensborg Kommune ●●●●●●

## “Haver til maver”

Undersøgelser viser, at børn, der bor i byen, har begrænset viden om, hvor maden kommer fra.

“Haver til maver” er et projekt, der henvender sig til kommunens skolebørn fra 3. til 6. klasse. Hver skoleklasse får tildelt en køkkenhave på Krogerup Avlsgård i Humlebæk, hvor der er tilknyttet naturvejledere, kokke og landmænd.

Køkkenhaverne er med til at lære børnene, hvordan man får planter og grøntsager til at spire og gro, og giver samtidig børnene sunde madvaner og unikke oplevelser i det fri.

Målet er at udvikle skolebørns indsigt i natur, landbrug, bevægelse, madlavning, sunde madvaner og spiselige oplevelser.

Børnene lærer at dyrke en have med en gartner, går på opdagelse i naturen med en naturvejleder og lærer at lave sunde retter med gårdens kokke. Hver klasse får samtidig en “Haver til maver”-bog med opskrifter og naturopgaver tilpasset trinmålet for indskolingen.

Undervisningen integreres i den almindelige undervisning og er med til at sikre, at børnene tager alle sanser i brug. Således får de konkrete og personlige erfaringer i mødet med naturen. Projektet giver plads til faglige aktiviteter, spontan udfoldelse og leg, fantasi og socialt samvær.

## Tip

Omdan et udeareal på skolen til køkkenhave.

Køkkenhaven lærer børnene, hvordan man får planter og grøntsager til at spire og gro, samt hvornår det er tid til at høste.

Har man ikke plads til køkkenhaver eller bede, kan potter også bruges. Det kræver jævnlig vanding, men giver til gengæld mulighed for, at børnene kan få potterne med hjem.

Bogen kan foruden i skolen bruges i hjemmet, hvor børnene kan vise deres nye kundskaber frem.

## “Generationer på tværs af køkkenhaver”

At holde en køkkenhave er en god og social måde at være sammen med familien på under åben himmel.

I Fredensborg Kommune har man inviteret bedsteforældre, forældre og børn ud i økologiske køkkenhaver på Krogerup i Humlebæk. Her tildeles hver familie en lille køkkenhave, der sommeren igennem skal passes.

Haverne er frit tilgængelige, og derfor bestemmer man selv, hvornår de passes.

Som en del af konceptet har kommunen arrangeret temadage om henholdsvis bevægelse, friluftsliv, naturvejledning og sund kost.

For at formidle projektet til flest mulige har man udarbejdet en folder i papirformat, som er blevet sendt ud til træningscentre og biblioteker. Derudover er projektet offentliggjort på kommunens hjemmeside og i lokalpressen.

## Tip

– Giv børnene haveredskaber i børnestørrelse.

– Lad børnene arbejde selvstændigt med at vande planter, blomster og frø.

– Højbede er gode til børn.

– Gør det sjovt: Kig på insekter, det øvrige dyreliv og planter.



# Borgernes egne naturoplevelser

Frederikshavn Kommune •

Et naturfoto kan have mange nuancer, ikke mindst fordi folks definition af natur varierer.

Oftest kan et godt naturbillede betegnes som et billede, der på en kreativ måde fortæller en interessant historie om naturen.

Borgernes egne oplevelser i naturen er blevet sat i fokus i Frederikshavn Kommune gennem en fotokonkurrence, hvor borgerne har deltaget med mere end 600 naturbilleder.

## Baggrund for konkurrencen

Målet med konkurrencen er at få borgerne ud i naturen og til at bruge naturen og derved opleve naturens herligheder.

Fotokonkurrencen er i høj grad med til at åbne borgernes øjne for de naturherligheder, der er i kommunen. Alle kan deltage, unge såvel som gamle, og give deres bidrag.

Konkurrencen viser mange spændende nuancer af, hvad naturopfattelse er, og hvad borgerne synes er flot og spændende.

Efter udløbet af konkurrencen har der været et dommerpanel, der har udvalgt de bedste billeder.

Vinderen er blevet kåret, ved at borgerne efterfølgende har kunnet stemme på deres favoritbillede. De bedste billeder er blevet præmieret og udstillet på kommunens biblioteker som en rullende udstilling.





# Klik foråret ind

Kerteminde Kommune •

Kerteminde Kommune har afholdt fotokonkurrencen "Klik foråret ind".

Fotokonkurrencen er for alle, og de eneste krav er, at billedet er taget i Kerteminde Kommune og viser, hvordan foråret er på vej.

## Baggrund for konkurrencen

Målet med konkurrencen er at få flere mennesker ud i naturen. Samtidig har kommunen haft gavn af billederne, idet man har brugt flere af billederne i kommuneplanen til at gøre den visuelt mere indbydende.

En gang om måneden er de 2 bedste billeder i kategorierne børn og voksen blevet præmieret.

## Tip

En kommuneplan kan hurtigt fremstå meget teknisk, hvor teksten i mange tilfælde er i højsæde. Ved at gøre brug af billederne fra en fotokonkurrence gøres kommuneplanen mere spiselig, og i visse tilfælde er billederne med til at underbygge teksten.





# Filmklip som naturformidling

Odense Kommune •

Information om grønne oplevelser og aktiviteter formidles hos Odense Kommune på en ny og utraditionel måde. I samarbejde med Odense Filmværksted har Odense Kommune produceret 16 korte filmklip, hvis mål er at udbrede kendskabet til byens grønne og blå parker og naturområder tæt på centrum – en visuel guide til naturen og de gode naturoplevelser.

## Eksempler på filmklip fra grønne områder, parker, skove og naturområder:

- Velkommen i det grønne
- Munke Mose
- Kulturbotanisk Have
- Rørskoven ved Hindehøjen
- Fiskeri ved Odense Å
- Fuglekig ved Odense Fjord.

Filmklippene er at finde på kommunens hjemmeside samt YouTube.

Til hvert filmklip hører en kort introduktion, der for eksempel præsenterer historien bag.

## Eksempel på, hvad et klip kan indeholde

Få en introduktion til, hvad der findes i Munke Mose af tilbud om oplevelser, hvad enten du er barn, ung, voksen eller ældre. Her er en specialdesignet legeplads, flere smukke skulpturer, et populært trappeanlæg og meget mere.

Nyeste tiltag er en motionslegeplads med 12 udendørs fitnessredskaber, som anvendes flittigt af mange.



# Kajakguide

Faaborg-Midtfyn Kommune ●●●

Interessen for kajaksport er over den sidste årrække steget. Det skyldes til dels, at man på vandet og i båden har mulighed for at opleve naturen på tæt hold.

Faaborg-Midtfyn Kommune har i samarbejde med kommunerne Svendborg, Ærø og Langeland lavet en havkajakguide til Det Sydfynske Øhav.

## Baggrund for kajakguiden

Hensigten med bogen er at give inspiration og information om Det Sydfynske Øhav.

Der er i guiden fokus på at tilgodese Øhavets sårbare natur gennem en oplysende og inspirerende formidling. Formidlingen skal sikre forståelse og respekt for områdets dyre- og planteliv og motivere til hensynsfuld adfærd.

Havkajakguiden består af en guidebog og en kortbog.

## I guidebogen er følgende blandt andet beskrevet:

- En karakteristik af Det Sydfynske Øhavs landskab, natur og kultur
- En beskrivelse af den sårbare natur, og hvilke hensyn der bør tages
- Forslag til kortere og længere ture
- Seværdigheder undervejs
- En værktøjskasse til eksempelvis planlægning af ture
- Fakta.



## Tip

Man kan ligeledes lave en guide til for eksempel færdsel i nationalparker, naturparker eller blot særlig sårbare naturområder. Turene kan for eksempel foregå til hest eller via mountainbike.







# Formidling via lokalavisen

Rudersdal Kommune 

Mange kommuner har et varieret udbud og tilbud om friluftsliv og naturoplevelser. Formidles disse muligheder ikke til borgerne, kan det som kommune være svært at få indfriet de ventede mål, og tilbuddene forbliver i høj grad uudnyttede.

## Baggrund for formidlingen

Formidling er med til at gøre borgerne opmærksomme på kommunens tilbud. Det får flere mennesker ud at dyrke friluftsliv og skaber samtidig større naturforståelse. Formidling er et led i at give folk bedre og i højere grad indholdsrige oplevelser, end de ellers ville få. Ved at oplyse lokalbefolkningen om kommunens friluftsfaciliteter sikrer man en øget brug.

Formidlingen er med til at sikre ny inspiration til motion.

Rudersdal Kommune har løbende formidling om åbninger, aktiviteter og arrangementer i både lokalaviserne Rudersdal Avis, Det Grønne Område og Frederiksborg Amts Avis. Yderligere udsendes der jævnligt pressemeddelelser og fotos.

Borgere i Rudersdal Kommune har blandt andet modtaget en ugentlig formidling i lokalavisen omhandlende kommunens friluftsliv, diverse arrangementer og aktiviteter, der afvikles, samt nye ruter.

Samtidig har man lavet et indstik i form af en 4-siders inspirationsavis omhandlende "RudersdalRuten" med blandt andet et oversigtskort over alle temaruter.

## Eksempler på udgivne overskrifter hos Rudersdal Kommune:

- Ny inspiration til motion
- Skodsborg rundt med mobil
- På skattejagt med GPS
- Ny temarute ved Skodsborg.

## Tip

Videoklip, der fortæller om aktiviteter, lokaliteter med mere, kan med fordel formidles på blandt andet kommunens hjemmeside, biblioteker og udstillinger og er en anden måde at nå ud til borgerne på.







# Adgang til natur og landskaber

Adgangs-, færdsels- og opholdsmulighederne på strande, i skove, på uopdyrkede arealer samt stier og veje i det åbne land skal forbedres og styrkes.

En øget adgang er af vital betydning for friluftslivet, idet det binder landskaber, friluftsfaciliteter og kulturmiljøer sammen og øger muligheden for at bevæge sig rundt i landskabet.

Cirka 85 procent af den danske befolkning bor i dag i byerne, mens byerne kun dækker 5 procent af landets areal. Bybefolkningen har en stadig stigende interesse for det åbne land og brugen af dette og ønsker i højere grad at tage del i planlægningen for at sikre færdsel og friluftsliv.

Den samlede strækning af markveje er i dag i nogle områder halveret siden 1950'erne grundet strukturudviklingen i landbruget. Det viser en ny undersøgelse fra Det Biovidenskabelige Fakultet/LIFE på Københavns Universitet. Det gælder både antallet af markveje og antallet af kilometer markveje i landskabet (i undersøgelsens repræsentativt udvalgte landbrugsområder). Det skyldes, at der i dag er færre, men markant større bedrifter, marker og landbrugsmaskiner, og de markveje, der før adskilte markerne, er der i dag ikke længere behov for. De nye forhold forringer befolkningens adgang i det åbne land, fordi markvejene er erstattet af ikkepermanente kørespor, hvor man ikke må gå<sup>1</sup>.

## Eksempler på tiltag, der fremmer adgangsmulighederne

Adgang til det åbne land kan sikres på mange måder, blandt andet ved at etablere nye vandre-, cykel- og rideruter, opsætte stenter/kvægriste/låger for at give adgang til et indhegnet græsningsareal, indgå aftaler med lodsejere om offentlig adgang, gøre en aktiv indsats for at fjerne ulovlige "Adgang forbudt"-skilte og ulovlige stispærringer samt etablere handicapfaciliteter for at give handicappede muligheder for adgang og ophold.

Med en stadig stigende interesse fra borgerne for adgang til og ophold i det åbne land er det vigtigt, at kommunerne arbejder for at sikre og forbedre borgernes adgang til natur og landskaber.

I det følgende afsnit introduceres der til, hvordan 8 kommuner sikrer og forbedrer adgangsforholdene i det åbne land.

1. Ole Hjorth Caspersen, seniorforsker på centeret Skov & Landskab på KU/LIFE.



# Riderute

Faaborg-Midtfyn Kommune ●●●●

Der er en voksende interesse for at ride i det åbne land i Danmark.

For at hindre mulige konflikter de forskellige brugergrupper imellem kan man med fordel etablere separate ridestier. Ridestier skal an vise en god og sikker riderute og være med til at hindre eventuelle konflikter mellem ryttere og andre brugergrupper, der færdes i naturen.

Nye ridestier etableres i samarbejde med berørte lods ejere, men også ryttere og andre interessenter på lokalt, regionalt og nationalt plan bør inddrages for at sikre velfungerende sammenhængende stier.

I Faaborg-Midtfyn Kommune har et samarbejde skov ejere og kommune imellem medført etablering af en 75 kilometer lang sammenhængende og afmærket riderute. Strækningen løber gennem skøn natur, bugtende bakker med en udsigt over Det Sydfynske Øhav, gennem skove og dale, langs stendiger og levende hegn, mangfoldige herregårdslandskaber og hele vejen rundt om den store Brændegaard Sø.

## Baggrund for projektet

Målet med projektet har været at skabe større gennemslagskraft bag tilbuddet om naturoplevelser fra hesteryg.

Lokale rideklubber og foreninger har undervejs deltaget i en "kvalitetsgruppe", der har rådgivet projektet om rute forløb, afmærkning, faciliteter med videre.

Ved afslutningen af etableringen er driften af selve ride ruten og hjemmesiden overgået til de lokale lodsejere.

Ryttere kan finde formidling af natur- og kulturoplevelser på riderutens hjemmeside, [www.riderutesydfyn.dk](http://www.riderutesydfyn.dk). Her kan man sammensætte sin egen tur ud fra valg af rute, særlige interesser og så videre. Men man kan også vælge én af 6 strækninger, som er forslået på rutens hjemmeside.

På hjemmesiden kan man blandt andet finde en beskrivelse af flora og fauna og interessante lokaliteter langs ruten.

Langs ruten er der opsat markeringspæle og piktogrammer til at vise rytterne vej.

Indtægterne ved salg af ridekort bruges til vedligeholdelse af rideruten, opdatering af hjemmesiden og udvikling af nye tilbud til rideinteresserede.

Rollerne fordeles således, at det offentlige hjælper projektet i gang rent praktisk og økonomisk, mens private lodsejere lægger jord til, vedligeholder hjemmesiden og holder ruten ved lige.

Ridekort koster typisk 70 kroner for et dagskort til et begrænset område eller 120 kroner for hele ruten. Et årskort koster fra 450 til 1.400 kroner, alt efter hvor man vil ride.

## Tip

For information om etablering af ridestier, herunder hvad en god ridesti er, hvad det koster at etablere, og hvordan man kan kombinere en ridesti med andre brugere i naturen, se Naturstyrelsens manual "Etablering af ridestier i naturen – sådan!".



# Mountainbikerute

Silkeborg Kommune ●●●●●

Mountainbiking er en sport for dem, som er til fart over feltet, og som ønsker at få brændt noget krudt af i grønne omgivelser.

I 2010 har man i Silkeborg Kommune etableret en 23 kilometer lang afmærket mountainbikerute i den stats-ejede Silkeborg Nordskov.

Mountainbikeruten vurderes som værende en af landets mest udfordrende ruter, og besøgende har mulighed for at prøve dele eller hele ruten af. Der er udfordringer til alle.

## Baggrund for etablering af mountainbikeruten

Ruten byder på masser af motion, teknisk træning og udfordringer i grønne omgivelser. Samtidig mindsker ruten presset på andre stier og veje og minimerer dermed eventuelle konflikter.

Ruten er overvejende anlagt i skovbunden som et enkeltspor. Ruten er etableret med en forholdsvis let blå rute samt mere vanskelige røde og sorte partier, der er markeret med henholdsvis røde og sorte pile. Mountainbikeruten er ensrettet og har 2 officielle startsteder. Her er der etableret informationstavler og foldere, som blandt andet beskriver ruten og naturen i Nordskoven.

Projektet er støttet af Miljøministeriet gennem puljen "Bedre mulighed for friluftsliv". Fysisk er ruten bygget på frivillig arbejdskraft leveret af projektets samarbejdspartnere. Det videre ansvar og vedligeholdelse ligger hos disse foreninger i tæt samarbejde med Naturstyrelsen.

I forbindelse med projektet har Silkeborg Kommune udarbejdet nogle fælles retningslinjer for mountainbikekørsel, hvor der lægges vægt på naturen og på, at andre brugergrupper også skal have en god oplevelse i skoven.

## Fælles retningslinjer for mountainbikekørsel

- Kør kun på veje og eksisterende stier.
- Vis hensyn til andre skovgæster; passér langsomt, hold afstand, og giv lyd.
- Kør ikke på vandreruterne; de er forbeholdt de gående.
- Undgå de mest populære områder.
- Kør varieret. Brug ikke de samme stier og veje hver gang.
- Kør ikke på eller ved siden af trapper, hverken opad eller nedad.
- Kør med omtanke, pas på dig selv, og husk cykelhjelm.
- Er du i tvivl om, hvor du må færdes i skoven, så kontakt Naturstyrelsen.

Yderligere har kommunen anlagt et 10 hektar stort træningsområde, hvor mountainbikeryttere må cykle overalt og dermed får mulighed for at skabe egne ruter og udfordringer. Ligeledes har kommunen anlagt et begynderområde, hvor der ikke er krævende op- og nedkørsler. Derimod opleves en masse sving, snævre passager og skiftende underlag.





# Fra nedlagt jernbane til natursti

Faaborg-Midtfyn Kommune •

I Faaborg-Midtfyn Kommune har man planlagt at omdanne en nedlagt jernbanestrækning, Korinth-Ringe på cirka 16 kilometer, til en rekreativ natursti.

Banestrækningen bliver i dag brugt som sti af de lokale indbyggere, men ved etablering af en egentlig natursti vil den få stor betydning for områdets friluftsliv og befolkningens muligheder for motion og oplevelse af landskab og natur.

## Baggrund for projektet

Målet med stien er at sikre adgang året rundt. Stien vil ud over at være et aktiv for lokalbefolkningen og besøgende også være et aktiv for naturen. Naturstiprojektet giver mulighed for pleje af udvalgte sidearealer og forbedrer strækningen som spredningskorridor for dyr og planter.

Naturstien er velegnet til gåture, kortere og længere motionsløb, cykelture, rulleskøjtøløb, rideture og så videre. Den sammenhængende rute giver mulighed for naturoplevelser, friluftsliv, leg og bevægelse i et spændende, afvekslende landskab.

Stiens oprindelse som jernbane skaber nogle helt særlige forhold, som får stien til at adskille sig fra andre stier i landskabet. Nogle steder ligger stien hævet på dæmninger, og andre steder er den gravet gennem højdedrag, hvilket giver den et unikt forløb uden bratte sving eller kraftige stigninger og fald.

Jernbanens særlige kulturmiljø skabt igennem 100 års jernbanedrift formidles synligt. Overkørsler, kilometersten, skelpæle og ledhegn vil være at finde på strækningen.

Naturstien er etableret med en kombination af asfalt og grus, da det øger brugervenligheden.

Ved de nedlagte stationer er der etableret større friluftsfaciliteter såsom madpakkehuse, legepladser med videre. Enkle opholdsarealer og udsigtspunkter er også etableret langs strækningen.

Stien bliver et godt alternativ for pendlere, der ønsker at cykle ad strækninger uden forstyrrelser fra biltrafik. Stien er med til at skabe grøn infrastruktur, der forbinder natur- og kulturoplevelser i området, og bidrage til et sammenhængende rekreativt stinet på Fyn.

## Formidling af den rekreative natursti kan ske på flere niveauer:

- Information om stien formidles på nettet.
- Der udgives en folder med et kort over stien.
- På stationsarealerne opstilles der skiltstandere med information om stien og dens historie.

## Tip

En lang række friluftsliv-, motions- og naturaktiviteter kan bygges op omkring sådanne stier, for eksempel sundhedspladser, picnicområder og shelterpladser.



# Sikring af gode adgangsforhold

Faaborg-Midtfyn og Hillerød Kommune •

Formålet med rekreative stier er at give adgang til natur- og kulturoplevelser. Desværre er opsætning af ulovlige "Adgang forbudt"-skilte, fysiske spærringer og nedlæggelse af veje og stier et tilbagevendende problem. Der findes talrige eksempler på, at lodsejere uden at rådføre sig med myndighederne nedlægger veje og stier af væsentlig rekreativ interesse eller opsætter ulovlig skiltning med "Adgang forbudt".

## Hindringer kan være i form af:

- fysiske spærringer, herunder bomme, kæder, store sten, gravede grøfter/huller, pigtråd og hegn
- visuelle spærringer i form af skilte, både officielt udseende og håndskrevne papskilte.

Ifølge naturbeskyttelseslovens § 26 må veje og stier som udgangspunkt ikke nedlægges. Er der alligevel ønske herom, skal det meddeles til kommunen, som herefter vil tage stilling til, om nedlæggelsen kan tillades i henhold til naturbeskyttelseslovens bestemmelser.

Kommunalbestyrelsen kan træffe afgørelse om, at vejen eller stien ikke må nedlægges, såfremt vejen eller stien har væsentlig rekreativ betydning, og såfremt der ikke findes eller etableres tilfredsstillende alternative adgangsmuligheder, jf. naturbeskyttelsesloven § 26 a, stk. 3.

## Genåbning af stier og græsningsarealer

I Hillerød Kommune har man haft fokus på at forbedre adgangen mellem bysamfund, skov, søer og det åbne land for dermed at sikre borgerne adgang til og ophold i naturskønne områder. Derfor har man flere steder sikret pleje af værdifuld natur og markante fortidsminder.

Man har skabt offentlig adgang gennem etablering af stier, cykelstier, trampestier, stente og låger samt etablering af informationstavler.

Obs.

Friluftsrådet har lavet stibogen "Stier – inspiration til planlægning og forvaltning".

## Nedlæggelse af veje og stier, ulovlige "Adgang forbudt"-skilte samt fysiske spærringer

I Faaborg-Midtfyn Kommune har lovgrundlag og praksis i forbindelse med anmeldelse af nedlæggelse af stier og veje i det åbne land været et emne, der er behandlet i Det Grønne Råd. Her har man oprettet en ny procedure, hvor udvalgte interessenter, herunder Friluftsrådet, får mulighed for at udtale sig om en given sag, inden kommunen træffer afgørelse om en eventuel stinedlæggelse.

Der er en stadig stigende interesse for færdsel i det åbne land. Faaborg-Midtfyn Kommunes nye procedure er med til at sikre eksisterende veje og stier og dermed adgang i det åbne land.

Obs.

Naturstyrelsen har lavet en vejledning, hvor lodsejere kan se, hvilket skilt der lovligt kan sættes op ved deres vej. Skiltene kan ses på Naturstyrelsens hjemmeside: [www.naturstyrelsen.dk/Udgivelser/Aarstal/2004/skiltevejledning.htm](http://www.naturstyrelsen.dk/Udgivelser/Aarstal/2004/skiltevejledning.htm).

## Hvordan kommunen kan sikre borgerne adgang

**Fysisk:** stier, ledelinjer, broer, stenter, låger med videre

**Mental:** afmærkninger, formidling, kortmateriale

**Juridisk:** lovgivning, brugsaftale med lodsejere, køb og ekspropriation





# Adgang til private skove

Herning Kommune

Herning Kommune har sikret offentligheden adgang til Døvling Meldgaard Skov, der er privatejet, ved at indgå aftale med lodsejer og kunstner Søren Taaning.

Alle idéer, opfølgning og udvikling af projektet har været drøftet i en nedsat styregruppe, som ud over lokale borgerforeninger fra de 2 nærmeste landsbyer også har haft repræsentanter fra en lokal skole og fritidsklub, Naturstyrelsen, DOF og Herning Billedskole samt repræsentanter fra en lokal kulturgruppe.

I Døvling Meldgaard Skov skabes der oplevelser, bevægelse og fordybelse i naturen, og projektet er et af 4 pilotprojekter, der har givet inspiration til begrebet naturrum.

## Naturrum kendetegnes ved at:

- være lokale samlingspunkter for natur- og kulturværdier
- formidle lokal natur og lokal identitet
- give rum til fordybelse og refleksion
- inspirere til oplevelser og aktiviteter i naturen.

## Baggrund for aftalen

Der har været flere mål med at åbne skoven op for offentligheden. Der har generelt været et ønske om at sikre borgerne adgang til og ophold i skoven. Samtidig har lodsejeren en vision om at vise nye veje til oplevelser i en skov ved at give besøgende værktøjer til og indsigt i anderledes oplevelser.

Projektet udfolder sig som en række faciliteter, natur- og oplevelsesrum, der bindes sammen af et markeret stiforløb. Der er aktiviteter, der spænder fra fysisk udfoldelse til eftertanke og fordybelse. Døvling Meldgaard Skov giver med sit varierede natur- og landskabsforløb mange muligheder for naturoplevelser.

Skoven og dens aktiviteter appellerer til både børn og voksne på samme tid ved ikke at skelne mellem børne- og voksenaktiviteter, men tilbyde aktiviteter, der skaber dialog voksne og børn imellem.

I formidlingen af de enkelte faciliteter, natur- og oplevelsesrum skal der skabes plads for publikums egen fantasi samt skaber- og fortælleevne.

## Proces

Kommunen har lavet en deklaration om offentlig adgang samt en fordeling af driften i skoven.

Den lokale skole og borgerforeninger har bidraget med en del praktisk arbejde i procesperioden, og Herning Kommune passer stier, p-plads og skilte med mere, mens lodsejer vedligeholder projektelementerne.

## Tip

Den gode dialog med lodsejeren er vigtig for at opnå en positiv interesse fra lodsejerens side.

Deltagerlyst påvirkes ofte af en række overordnede faktorer, blandt andet økonomi samt sociale og lovmæssige aspekter.

## En undersøgelse viser, at typiske motiver for lodsejer til at indgå samarbejde er følgende:

- At øge værdien af lokalområdet
- At modvirke fordomme
- At øge interesse og forståelse
- At fremme dialog
- At hjælpe dem, der ikke har samme muligheder
- At forbedre tilgængeligheden
- At hjælpe andre.

Undersøgelsen er foretaget af Mette Bindsbøll Nørrøgaard, cand.scient. i landskabsforvaltning.

## Lodsejere kan blandt andet bidrage med:

Arbejdskraft, maskiner, værktøj, lokaler til planlægningsmøderne, gode råd samt en masse værdifuld viden om området.



# Fra råstofgrav til folke- og tumlepark

Faaborg-Midtfyn Kommune ●●●●●

Espe Folke- og Tumlepark er et reetableret grusgravs-areal på cirka 5 hektar.

Området fremstår i dag som et naturrekreativt område og er på lokalt initiativ blevet til et populært udflugtsmål for blandt andet byens skole og børnehave, der jævnligt kommer for at lede efter haletudser i vandhuller eller gå på opdagelse i det høje græs.

## Baggrund for tumleparken

Kommunen har i 2010 sikret offentligheden adgang til Espe ved at indgå en aftale med ejeren.

Formålet med parken er at skabe en fredelig plet, hvor både børn og voksne kan nyde naturen.

Kommunen har etableret stier fra byen til både gående, cyklende og ryttere.

Der er i parken opsat bord-bænke-sæt og etableret bålplads, shelter med videre, og der foretages jævnligt naturpleje.

Senest har en gruppe frivillige hjulpet med at etablere en bålhytte i parken, som skal være med til at skabe bedre rammer for de besøgende.

Fra området kan man vandre eller cykle videre til Espe Skov og Findinge Skov via eksisterende stisystemer.

Der afholdes flere arrangementer og aktiviteter i tumleparken, herunder sankthans, rollespil, de årlige påskelege for børn samt andre pladskrævende aktiviteter.

## Tip

Orientér lodsejere om deres mulighed for at få tilskud/støtte til et projekt, der for eksempel gavner natur og friluftsliv.

Lodsejer kan blandt andet søge om tilskud hos Grønne Partnerskaber i Miljøministeriet eller Tips- og Lottomidler hos Friluftsrådet.





# Fra råstofgrav til fritidspark

Rebild Kommune



Nysum Fritidspark er et reetableret grusgravsareal, der i dag er omdannet til et socialt samlingssted i form af en grøn og frodig oase. Fritidsparken dækker cirka 6 hektar af grusgravens samlede 20 hektar og er fremkommet i samarbejde med beboere fra Nysum.

## Baggrund for etablering af fritidsparken

Fritidsparken indbyder til en bred vifte af motionsaktiviteter, leg og socialt samvær for alle aldersgrupper og er med til at sikre sundhed og trivsel blandt områdets beboere og brugere – både fysisk og socialt.

Der er i fritidsparken bygget en række faciliteter og legeredskaber i form af bålplads, svævebane, rutsjerør, girafgyngende og almindelige gyngere i voksenstørrelser. Man har etableret nye friluftaktiviteter til projektet "Fart, fornyelse og fællesskab", som er med til at sikre unge udfordringer, frisk luft og nye venskaber.

Der afholdes løbende forskellige fælles arrangementer, hvor der for eksempel fanges ørreder i parkens sø, som efterfølgende tilberedes og bages over bål.

Til sankthans samles 30-50 borgere til madkurvs-fællesspisning i fritidsparken. Senere på aftenen kommer flere borgere til, bålet tændes, og Midsommervisen synges i fællesskab. Grundet bålhuset kan man være i fritidsparken i al slags vejr.

Rebild Kommune har etableret stier fra byen til parken for at sikre bedre adgangsforhold.

Fritidsparken henvender sig til en bred brugergruppe og besøges jævnligt af blandt andet børnehaver, fritidsordninger, idrætsforeninger og børnefamilier. Samtidig har en nærliggende rideklub fået tilladelse til at etablere bomme og indhegning, til når de slår lejr i området.

## Tip

En fritidspark kan fungere som et samlingspunkt og kontaktsted, der kan bidrage til integration på tværs af alder, etnicitet og sociale grupper samt skabe mulighed for meningsfulde aktiviteter for alle aldersgrupper på alle tidspunkter af døgnet.



# Fra råstofgrav til rekreativt natur- og fritidsområde

Høje-Taastrup Kommune ●●●●●

I Høje-Taastrup Kommune har man planlagt at omdanne en snart færdigudgravet grusgrav til rekreativt natur- og fritidsområde.

Området, der ligger i det åbne land, bærer i høj grad præg af 35 års udgravning og råstofindvinding. De efterladte landskabsformationer vil være med til at skabe spændende rammer for natur- og fritidsoplevelser, som appellerer til alle aldersgrupper og aktivitetsniveauer.

Obs.

Hvert år inddrages cirka 600 hektar nye graveområder i Danmark.

Under idéudviklingen har der været fokus på at sikre Kallerup-Vasby Fritidsområde natur- og kulturelle oplevelser, muligheder for motion og sundhed, læring, leg og fællesskab samt tilgængelighed for både organiserede og uorganiserede aktiviteter.

Tip

Terrænsænkningerne kan fungere som støjafskærmning for støjende aktiviteter som motocross, modelfly, modelbåde, gokart, terrænkørsel med bil, vandski, jetski og skydning.

Skråninger og volde kan anvendes aktivt i leg, mountainbiking, terrænridning, motorkørsel med mere.

**Baggrund for etablering af fritidsområdet**

Målet er at skabe et område med varierede, nye og anderledes aktiviteter, der normalt er spredt ud flere steder i kommunen.

I forbindelse med planlægningen har kommunen listet en række temaer, hvori der indgår inspiration til oplevelser og aktiviteter.

**Temaerne er:**

- Naturens egne rammer
- Læring og fællesskab
- Motion, sundhed og adventure
- Teknologi og bæredygtighed.

Etablering af Kallerup-Vasby Fritidsområde vil samtidig være med til at sikre beskyttelse af grundvandet og vilkårene for dyre- og plantelivet samt skabe forbindelse til og gøre opmærksom på det eksisterende rekreative naturområde Spangå.

Kallerup-Vasby Fritidsområde vil med sin placering i landskabet og nærhed til byen få betydning for byens borgere og tilflyttere.

Tip

Andre bynære arealer som for eksempel gamle lossepladser kan også omdannes til rekreative naturområder.





# Tilgængelighed for handicappede

Faaborg-Midtfyn, Lemvig og Silkeborg Kommune •

Et handicap udelukker ikke muligheden for færdsel i naturen. Naturen er en fantastisk ressource for personer med et handicap og deres ledsagere. Der findes rundtom i landet mere end 1.000 handicapfaciliteter, som er med til at sikre store naturoplevelser. De fleste henvender sig til kørestolsbrugere og gangbesværede.

Men der er fortsat behov for at etablere nye handicapfaciliteter for på den måde at sikre alle adgang og ophold flere steder i naturen.

## “Handicapvenlige broer til lystfiskeri”

Silkeborg er omgivet af vand på alle sider. På trods af de mange muligheder for ophold er der kun begrænset adgang for kørestolsbrugere og gangbesværede. Derfor har man i Silkeborg Kommune i samarbejde med Silkeborg Fiskeriforening, NST Søhøjlandet og den lokale afdeling af Friluftsrådet planlagt at etablere 5-8 broer, hvorfra kørestolsbrugere og gangbesværede kan komme tættere på vandet, nyde udsigten og fiske.

## “Handicapvenlig udsigtsmole”

I Lemvig Kommune er Naturrum Thyborøn snart en realitet. I den forbindelse ønsker man at sikre adgang for alle, ikke mindst kørestolsbrugere og gangbesværede. Man har derfor gjort det nemt at komme ind på den tilhørende rasteplads, sikret handicappoletter samt etableret en handicapvenlig udsigtsmole, så også kørestolsbrugere og gangbesværede får adgang til den yderste klit og udsigten over stranden og Vesterhavet.

## “Forbedrede adgangsforhold på Klinten Strand”

Faaborg-Midtfyn Kommune har gjort en aktiv indsats for at sikre, at Klinten Strand gøres tilgængelig for kørestolsbrugere og gangbesværede. Strandanlægget er renoveret, og faciliteterne for handicappede forbedret væsentligt.

Det betyder, at stranden blandt andet tilbyder handicap-parkering tæt ved stranden, handicappoilet samt adgang til strandområdet, vandkanten og udsigtspunktet.

Obs.

Blå Flag er en international miljømærkningsordning, der arbejder for at fremme tilgængeligheden til strande for kørestolsbrugere, gangbesværede og ældre. Målet er at skabe bedre forhold, så disse grupper også kan få nogle gode oplevelser på de danske badestrande.

Følgende krav skal som minimum opfyldes, før en kommune kan få tildelt Blå Flag:

- Handicappoilet (alle nybyggede handicappoletter skal opfylde dansk standard)
- Adgang til strandområdet.

Det anbefales, at der også etableres:

- adgang til udsigtspunkt
- adgang til vandkanten
- handicap-parkering.

Friluftsrådet er ansvarligt for Blå Flag-kampagnen i Danmark.



# Havnebad

Faaborg-Midtfyn Kommune •

I Faaborg-Midtfyn Kommune har man planlagt at etablere et havnebad og søsportscenter, som forventes at stå klar til brug i sommeren 2013.

Havnebadet skal understøtte og invitere til leg og bevægelse for både børn og voksne.

## Baggrund for havnebadet

Målet er, at havnebadet skal være med til at skabe aktivitet og livskvalitet for et bredt udsnit af borgerne såvel som for byens turister.

Samtidig skal anlægget sikre, at svagtseende, gangbesværede og kørestolsbrugere kan komme i vandet.

Havnebadet skal kunne bruges både sommer og vinter og tilbyde trygge bade faciliteter for de mindre børn, et bassin med udspring til større børn og voksne samt omklædnings- og saunafaciliteter. Der vil yderligere være mulighed for at dyrke forskellige former for vandsportsaktiviteter som for eksempel vandpolo og kajakpolo.

Havnebadet bliver udformet som en moderne fortolkning af den klassiske badebro og kommer til at ligge centralt i byen ved byens havnepark og tæt på lystbådehavnen. På den måde sikres optimale muligheder for at tiltrække besøgende fra byens opland og det øvrige Fyn.

Det nye havnebad åbner mulighed for sport, leg og uden-dørsaktiviteter og gør det lettere og mere attraktivt at få motion og styrke sin sundhed.





# Sundhedsspor

Lemvig Kommune



Et sundhedsspor er en rute på 1-2½ kilometer. Målet med ruten er at forbedre børn og voksnes generelle helbredstilstand gennem motion med fokus på kondital, altså en slags konditest.

Der er foretaget en vurdering af sværhedsgraden af sporene, eksempelvis i forbindelse med bakker, hvilket iberegnes i vurderingen af konditallet.

I Klosterheden i Lemvig Kommune har man etableret et sundhedsspor. Tilknyttet sundhedssporet er en kort beskrivelse af sporet, herunder sværhedsgraden samt særlige natur- og kulturoplevelser, man vil opleve undervejs:

## Klosterheden

Gå eller løb sundhedssporet på 10-15 minutter: Sundhedssporet er 1.350 meter langt og ganske jævnt. Du kan gå sundhedssporet på cirka 15 minutter eller løbe rundt på cirka 7-10 minutter afhængigt af din form.

## Hold øjne og ører åbne

Langs med sporet er der gode muligheder for at iagttage Klosterhedens dyreliv. I området er der mange rådyr og harer, ligesom der er gode muligheder for at studere skovens fugle. Hvis du er heldig, kan du høre ravnens karakteristiske kald eller se spætten på jagt efter føde.

## Konditallet

Man finder sit kondital ved at gå eller løbe en afmålt rute. Når man går ruten, skal man gå, så hurtigt man kan uden at løbe. Løber man ruten, så skal tempoet være sådan, at man trækker vejret 30-35 gange i minuttet. Når man kommer i mål, skal man kunne løbe mindst 1 kilometer mere med samme fart uden at blive træt. Det er vigtigt, at man ikke løber med fuld speed.

Når ruten er gennemført og tiden fundet, skal man på en tavle finde sit BMI (body mass index) ud fra sin højde, vægt og køn. Når BMI er fundet, ses på nabetavlen, hvor man under køn, gang/løb og den gennemførte tid kan se sit kondital. Jo højere konditallet er, des bedre. Tavlerne er markeret med farver, hvor grøn er bedst, og blå er tegn på, at man bør forbedre sin kondition for at øge sundheden.

## Obs.


- Sundhedssporet kan benyttes af voksne og børn ned til 10 år.
- På sundhedssporet kan man måle sit kondital. Det eneste, du skal bruge, er et ur.
- Man kan enten gå eller løbe på sundhedssporet.
- Konditallet findes på baggrund af køn, alder, BMI og den tid, man gennemfører sporet på.
- Du kan på Naturstyrelsens hjemmeside lægge dine data ind og derved følge din udvikling.
- Der findes allerede mere end 40 sundhedsspor rundt om i landet.
- På konditionstabellen ses det, at jo ældre man bliver, des mere acceptabelt er det, at ens kondital bliver mindre.

## Vejledning til brug af sundhedsspor

[www.youtube.com/watch?v=W0x7yHhzp8E](https://www.youtube.com/watch?v=W0x7yHhzp8E)



# Hjertesti

Silkeborg Kommune 

En halv times motion om dagen er, hvad Sundhedsstyrelsen minimum anbefaler for alle voksne. Samtidig er motion med til at øge livskvaliteten.

## Baggrund for etablering af en hjertesti

En hjertesti er en afmærket motionsrute, hvor der langs ruten er opsat skilte med Hjerteforeningens logo. Stien er oprettet i samarbejde med Hjerteforeningen og Hede-Danmark, og målet med stien er at give borgerne gode rammer for fysisk udfoldelse tæt på hjemmet. Man kan vælge at gå eller løbe alene eller sammen med andre. Stien kan anvendes hele døgnet og af alle.

Der er i dag anlagt hjertestier i hele landet. I Silkeborg Kommune har man i den kommunalt ejede Kærsgaard Plantage anlagt en 3,5 kilometer lang afmærket hjertesti. Stien løber igennem et naturskønt område, hvor der undervejs er opstillet kort og skiltning.

I tilknytning til hjertestierne har Hjerteforeningens lokalkomitéer arrangeret faste ugentlige begivenheder på hjertestierne, for eksempel i form af træningssamling. Der er også arrangeret enkeltstående events og årlige lokale begivenheder, for eksempel sundhedsdage med aktiviteter på stien.

## Fordelene i forbindelse med at gå en tur

- Gang er en sikker og effektiv form for motion.
- Risikoen for stress, angst og depression mindskes.
- Du styrker dit immunforsvar.
- Du forbedrer dit hjertes og dit kredsløbs funktion.
- Du forebygger forhøjet blodtryk.
- Du forebygger sukkersyge.
- Du forebygger knogleskørhed.

## Tip

På hjertestierne kan man arrangere forskellige aktiviteter, for eksempel:

Motionsbingo består af 12 laminerede plakater i A3-størrelse, som kan sættes op langs ruten. På plakaterne er der forskellige motiver. Deltagerne i motionsbingo kan få eller købe små spilleplader, hvor deltagerne skal afkrydse de motiver fra plakaterne, som de møder undervejs. De små spilleplader leveres i sæt med 35 nitteplader og 5 gevinstplader. På den måde kan man som arrangør selv beslutte, hvor mange vindere der skal være. Ved fuld plade uddeles der præmier.





# Kløversti

Brøndby Kommune



Kløverstierne er et nyt koncept for afmærkede, opmålte stier i byer og bynære områder. 4 stier med 4 faste længder – 2½, 5, 7½ og mindst 10 kilometer – udspringer fra et centralt sted i byen, slynger sig rundt og forbinder eksisterende naturområder, aktivitetsmuligheder og seværdigheder. Hver sti fortæller sin egen historie og vil passere forbi en række spændende interessepunkter som for eksempel byens udendørs kunst, historiske bygninger, parker, fitnessområder eller parkourudfordringer.

Kløverruterne afmærkes med en farvekode, henholdsvis grøn, blå, rød og sort.

Kløverstierne forener lokale borgere og besøgendes muligheder for at kombinere motion med kultur-, friluft- og naturoplevelser.



Kløverstiernes logo

I Brøndby har man etableret en Kløversti, og nummer 2 er på vej.

Stien starter ved Brøndbyøster Torv ved Kløverpælen på Stationsforpladsen.

## Den grønne Kløversti (2,1 kilometer)

Den grønne Kløversti er en enkel, men spændende sti, der fortæller sin egen historie om forstadskulturen i Brøndby. Langs ruten er der mulighed for at gå på opdagelse i Brøndbys forvandling fra landbrugsområde langt fra København til moderne forstad i tiden efter anden verdenskrig.

## Den blå Kløversti (5,5 kilometer)

Stien fører dig gennem den idylliske Brøndbyøster Landsby, Bakkeskoven, Brøndbyskoven og andre naturskønne områder.

## Den røde Kløversti (7,6 kilometer)

Den røde Kløversti tager dig på tur fra moderne forstad, gennem parcelhuskvarterer og langs Vestvolden, der blev bygget efter nederlaget i krigen mod Tyskland i 1864 som en del af Københavns Befæstning. Det tog 2.000 mand 4 år at bygge volden med spade og skovl, og det fantastiske stykke natur- og kulturhistorie kan opleves på den røde rute.

## Den sorte Kløversti (14,6 kilometer)

Den sorte Kløversti fører på en tidsrejse, hvor der er mulighed for at opleve, hvordan forstaden udviklede sig hurtigt og som et resultat af planlægning for at få plads til de mange mennesker, der flyttede til området i 1960'erne. Turen går også gennem Den Grønne Kile med middelalderlandsbyens værksteder.

## For etablering af Kløversti

- En Kløversti skal bestå af 4 ruter med hver sin farve.
- Alle 4 ruter skal udspringe samme sted fra en central plads eller et andet knudepunkt i byen.
- De 4 ruter skal have mindst mulige sammenfaldende forløb for at sikre spændende og alsidige valg for brugerne.
- Kløverstierne skal ske på baggrund af en borgerinddragende proces.
- Kløverstierne skal være af høj kvalitet og skal revideres og opdateres minimum én gang om året.
- Formidling af Kløverstierne og deres seværdigheder skal som minimum ske gennem Endomondos mobilapplikation og en trykt folder.
- Kløverstikonceptets skilteprogram og designmanual skal anvendes.
- Sponsorlogoer og reklameskilte må ikke anvendes i kløverstifolderne eller opsættes på Kløverstiernes faste installationer som pæle, informationskilte og formidlingstavler.
- Alle ruter skal inden endelig etablering godkendes af Friluftsrådet.

# Lokale ildsjæle

Rebild Kommune

I Rebild Kommune har man fokus på, at de lokale ildsjæles friluftsp projekter og nærdemokratiet støttes. Man har derfor ansat en udviklingskonsulent og afsætter årligt en projektpulje til landsbyer med opland.

## Lokale ildsjæle

Lokale ildsjæle fungerer ofte som ambassadører for udviklingen i landsbyer, byzoner og det åbne land. Det skyldes at der har vist sig et behov for udvikling af friluftslivet i nærområderne i form af fælles uderum, faciliteter, formidling og stiforløb. Man har derfor nedsat arbejdsgrupper bestående af lokale ildsjæle med ansvar for udvikling af "Stier og friluftsliv".

"Engagerede borgere og ildsjæle er et uvurderligt aktiv for en kommune i udvikling. De kommer med idéer og forslag, som kommunalpolitikere og kommunens embedsmænd ikke selv ville kunne finde på." Lars Løkke Rasmussen, daværende indenrigsminister.

## Temadag

I 2011 blev der afholdt en temadag for lokale ildsjæle og andre aktører, der bød på inspiration til etablering af stier, friluftaktiviteter og oplevelser samt formidling, idé- og erfaringsudveksling, samarbejde og netværksdannelse. Målet med dagen var ligeledes via erfaringsudveksling og networking at komme til at kende og bruge forskellighederne som styrke og få sat handling i gang.

## Eksempler på realiserede sti- og adgangsprojekter på initiativ fra projektgrupper, arbejdsgrupper og netværksgrupper:

- Borgergruppe i Hjedsbæk har etableret et stisystem blandt andet rundt om en centralt beliggende stor sø, bygget broer over bækken og etableret "cattle gate".
- Nysum Bylaug har etableret Nysum Fritidspark i en gammel grusgrav, med nybeplantning og friluftsfaciliteter.
- Rigestier er blevet etableret i samarbejde med lokale lodsejere.

Lokale kræfter og ildsjæle kan noget, det offentlige ikke kan, og det gælder ikke kun frivillig arbejdskraft inden for det sociale område, men i stadig højere grad også inden for natur- og friluftsforsvaltning.

## Eksempler på fordele ved udvikling af det lokale friluftsliv i tæt samspil mellem borgere og kommune:

- Man rammer plet i forhold til borgernes ønsker og behov.
- Man sikrer lokalt engagement, ejerskab og forankring til tiltagene.
- Sammenholdet i lokalområdet styrkes via friluftsf- og stiprojekter.
- Lokale kan være ansvarlige for fremtidig vedligeholdelse.









# Friluftsliv i blå områder

Mere end 70 procent af jordens overflade er dækket af vand. Danmark er omkranset af havvand langs vores mere end 7000 km kystline – intet sted er der mere end 50 km til vandet og vores kultur er tæt forbundet til vandet. Vi leger og bader i vandet, sejler, fisker og bygger vores drømmehus tæt ved vandet. Vi kan slet ikke undvære vand – 60 procent af vores krop består af vand. Hver dag bruger vi vand til at drikke, lave mad og vaske os. Derfor er også friluftslivet omkring vandet værdsat og eftertragtet af mange.

## Fokusområder i 2012

Dommerkomiteen har i 2012 fokuseret på initiativer, som fremmer borgernes mulighed for friluftsliv i tilknytning til sø, å og hav. Eksempler på initiativer inden for årets tema har f.eks. været etablering af stier langs vand, naturformidling på

og ved vandet, etablering af havnebade, nye kajakruter, genslyngning af åer, kystnære shelterpladser, kajakhoteller, grejbanker til vandaktiviteter, bedre havnefaciliteter, gydepladser og fisketrapper, kajakpolobaner, undervandsstier, Blå Flag stationer, mulighed for fiskeri, isætningssteder til kanoer og kajaker, sommerferieaktiviteter på stranden, skolearrangementer ved vandet, svømmeundervisning i havet, kommunalt samarbejde med vandsportsorganisationer og foreninger, tiltag for at sikre balance mellem vandaktiviteter og naturbeskyttelse, fugletårne ved kysten, handicapvenlig adgang til kysten, formidling af vandaktiviteter i kommunen osv..

Yderligere har havneudviklingsprojekter indgået i bedømmelsen, i det omfang projekterne udvikler havnene, så de ikke blot fungerer som en P-plads for både, men som et aktivitetssted for sejlere og kommunens borgere.



# Adgang til hav og sø

Gribskov Kommune



Tidligere tiders planlægning har ikke altid taget hensyn til offentlighedens adgang til naturområder. Der er en del steder i Danmark hvor man har store villaer tæt op ad kysten, strandområder og søbredder, og deraf følgende mangel på direkte adgang til disse områder. Det er ikke muligt at ændre tidligere tiders planlægning med et pennestrøg, men vi kan sørge for, at der er mulighed for adgang til stranden og kysten via offentlige strandtrapper, lovgivning og samarbejde med de nuværende lodsejere. Se kapitel 3 for mere inspiration for adgang til naturen.

Adgang til hav og sø er Alfa og Omega for sport og friluftsliv ved vandet. I Gribskov Kommune er adgang til strand særligt udfordret, og kommunen vil gerne gøre en ekstra indsats for at forbedre denne adgang. Derfor bruger man en del politisk arbejde og penge på at skaffe bedre adgang for offentligheden til kysten via offentlige strandtrapper og samarbejde med lodsejere. Man laver desuden en ekstraordinær indsats, for at Naturbeskyttelseslovens § 22 bliver overholdt.

## *Offentlighedens adgang til naturen*

### *Strande*

§ 22. Strandbredder og andre kyststrækninger er åbne for færdsel til fods, kortvarigt ophold og badning på arealer mellem daglig lavvandslinje og den sammenhængende landvegetation, der ikke er domineret af salttålede planter eller anden strandbredsvegetation. Adgang sker på eget ansvar. Det er tilladt kortvarigt at have en båd uden motor liggende på strandbredden. I perioden 1. april-30. september skal hunde føres i snor. Hunde skal altid føres i snor, hvor der er græssende husdyr. I perioden 1. september-31. maj er ridning tilladt på den ubevoksede strandbred og direkte ned dertil, hvis der er lovlig adgang til stranden.

<https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=127104#K3>



## Forbedring af infrastruktur og faciliteter for cyklister langs med kysten

Med støtte fra Transportministeriets cykelpulje gennemfører Svendborg Kommune i samarbejde med beboerne på Skarø og Drejø projektet Svendborg Cykeløer. Ved at renovere og udvikle stinettet, tilføje faciliteter for cyklister og informere om øernes potentiale i forhold til turisme og friluftsliv er dette med til at øge oplevelsesmulighederne på øen.

Der er to hovedårsager til, at man fra kommunens side vil udvikle cykelprojekter på småøerne.

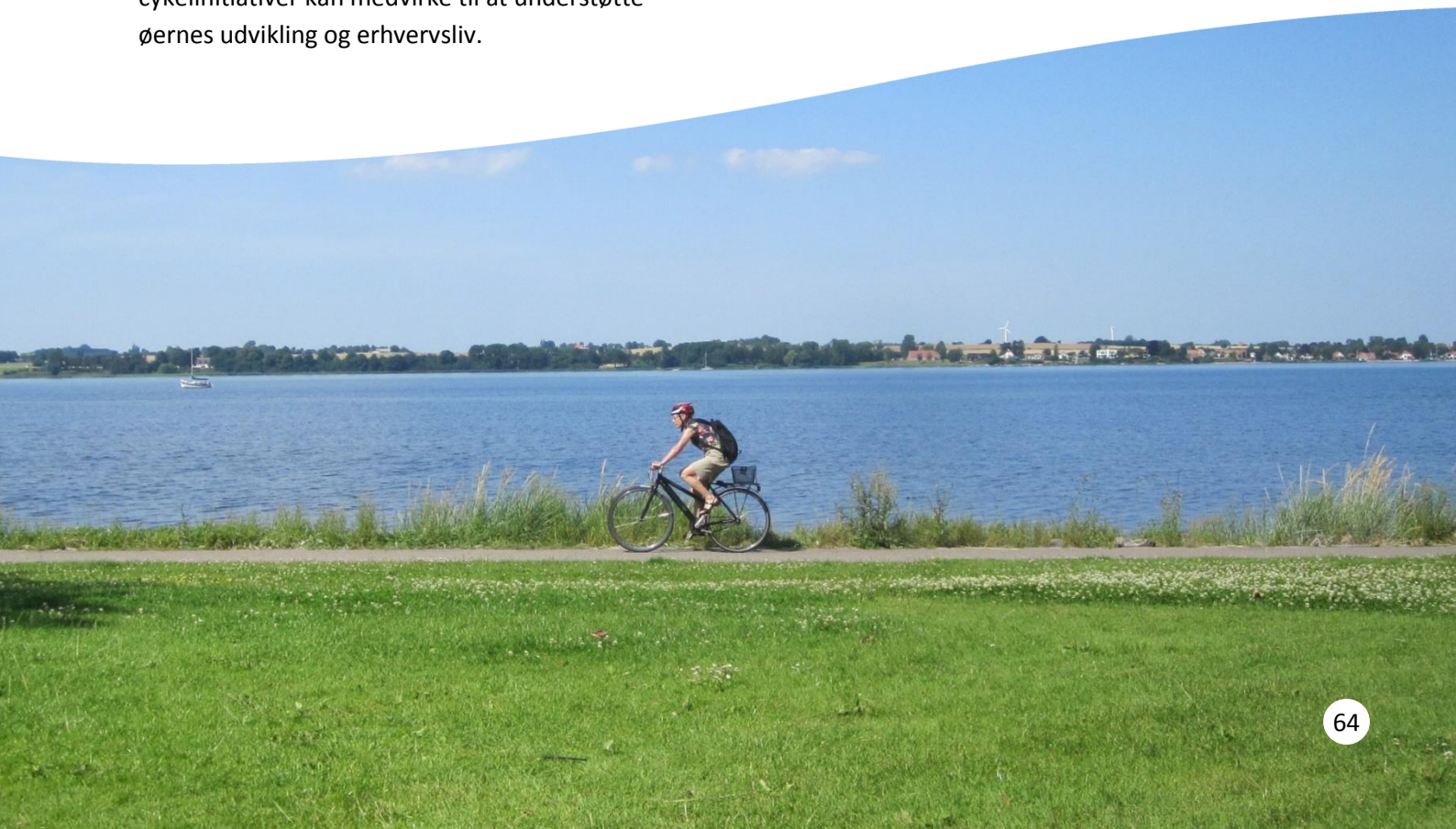
Dels er der på øerne fredelige og smukke kommuneveje, hvor der er optimale forhold til at træne de mindste i at cykle sikkert, inden de starter i skole. Dels håber man at, projektet kan danne grundlag for, at cykelturisme og cykelinitiativer kan medvirke til at understøtte øernes udvikling og erhvervsliv.

Eksempelvis stiller projektet ladcykler til rådighed for gæstesejlere i de tre havne på Drejø og Skarø, således at der er bedre muligheder for at købe stort ind hos den lokale købmand.

Der er lavet en følgegruppe der sikrer projektets videreudvikling.

Samtidig er der blevet arbejdet med en generel strategi for hele kommunen for at forbedre og sætte fokus på cyklisters vilkår.

Kommunen er ydermere en del af et endnu større projekt, Cykler Uden Grænser, som er et samarbejde med nordtyske Kommuner og syddanske Kommuner i EU regi.





# Den Maritime Kulturarv

Svendborg Kommune

## Kulturarvsformidling og friluftspjækt

”Den maritime kulturarv i Det Sydfynske Øhav”, er et kulturarvsformidlings - og friluftspjækt mellem de fire kommuner omkring Øhavet og området museer. Der er fokus på Øhavets fem største havne, herunder Svendborg Havn. Man har lavet en opgørelse af både kulturarven for det blå og dens bevaring og potentialer.

De fem Øhavskommuner har lavet en samlet Friluftspjækt For Det Sydfynske Øhav. Det er et meget stort pjækt med gode muligheder for at kunne føre til ændringer og til at give et øget fokus på ”Det blå friluftsliv”.

Hensigten med pjæktet er at forsøge at starte en udvikling, der kan sprede sig til de lokale ildsjæle, der kan samle op på ideerne både i offentligt og privat regi samt skabe nogle fælles mål for alle de involverede parter. For at pjæktet giver mening skal det videreføres og implementeres i den videre planlægning af friluftsliv, såvel for den turisme prægede del som for den lokalt forankrede del.

På hjemmesiden

<http://www.detsydfynskeohav.dk/249-information.html>

kan man finde informationer om pjæktet, og det materiale der er udarbejdet i forbindelse med pjæktet.

Find også Friluftspjækt For Det Sydfynske Øhav på

[www.naturisme.dk](http://www.naturisme.dk)



# Formidlende aktiviteter

Horsens, Thisted og Gribskov kommuner 

## Formidling af friluftsliv ved vandet for børn og unge

Der er mange måder at formidle friluftsliv ved sø og kyst for børn og unge. De har alle deres berettigelse, og kan alt efter målgruppen for de konkrete arrangementer nå flere eller færre personer. Se kap. 2 i kataloget der har emnet Formidling af friluftsliv og naturoplevelser.

En del kommuner integrerer friluftsliv i skoleundervisningen, daginstitutioner og fritidshjem. Men der bliver også afholdt både store og små events og arrangementer for familier, børn og unge. Det er vigtigt at få synliggjort de arrangementer der bliver holdt både i privat og offentlig regi.

Horsens Kommune har udgivet hæftet "Det' for børn", som har mange forskelligartede tilbud, hvoraf adskillige foregår ved vandet. Hæftet udkommer to gange om året, og er et samarbejde med de forskellige forvaltninger, foreninger, private, ungdomsskolen etc. og giver et overblik over de formidlingstilbud, der er i kommunen.

Thisted Kommune har en del formidling ved vandet, f.eks. Limfjordssafari og lystfiskeri for skolebørn, vandaktiviteter for udsatte børn ved

Grejbank Nordvest, offentlige ture om kyst og hav, sommerskoleaktiviteter, Blå Flag mv.

### Læs mere her

#### Det' for børn

<http://www.horsens.dk/KulturOgFritid/Kultur%20for%20boern%20og%20unge/Detforboern.aspx>

#### Den Grønne Tråd i Thisted

<http://green.thisted.dk/>

#### Ocean Rescue Camp

<http://www.børnibevægelse.dgi.dk/Ocean-Rescue-Camp>

Adskillige af ansøgningerne i forbindelse med Danmarks Friluftskommune har et stort udvalg af aktiviteter for børn, unge og børnefamilier samt en god synlighed af arrangementer. Der bliver brugt en del hjemmesider og mobilapps til at motivere børn og unge samt børnefamilier til at komme ud i det blå.

I Gribskov Kommune arbejder man for tryghed ved vand for børn; ved både at bruge havet, søer og vandløb i skoler og daginstitutioner, men også ved at lave svømmeundervisning og livredderkurset Ocean Rescue Camp for børn ved kyst og sø.



# Fælles idrætshus for søsport

Silkeborg Kommune ●●●

I Silkeborg har byens klubber med tilhørsforhold til sø og hav valgt at samle de forskellige idrætsforeninger i et Søsportens Hus. Man vil samle foreninger som kajakkklub, roklub, windsurferklub, optimistjolle mv. i et fælles hus. Huset tilbyder gode faciliteter for alle og adgang til Silkeborg Sø med et fælles broanlæg.

Der bliver herved mulighed for at etablere fællesskaber på tværs af de respektive foreninger, der har fungeret adskilt, og pt. er lukkede om sig selv.

Samtidig skal der være plads til idrætsforeninger, der har aktiviteter, der udelukkende foregår på land eller i nærheden af vand.

Herved gøres det nemmere at undersøge og få øje på nye måder at udfolde friluftslivet. Både unge og gamle får mulighed for nemmere at mødes på tværs af foreninger, og det gøres mere overskueligt med de tilbud, som byen har.

Selve huset og projektet er planlagt som et ikonisk byggeri samtidig med, at det underligger sig det omkringliggende byggeri. Man har arbejdet med, at det arkitektonisk skal virke åbent og inviterende for brugere såvel som for byens borgere.



# Havneudvikling

Randers Kommune



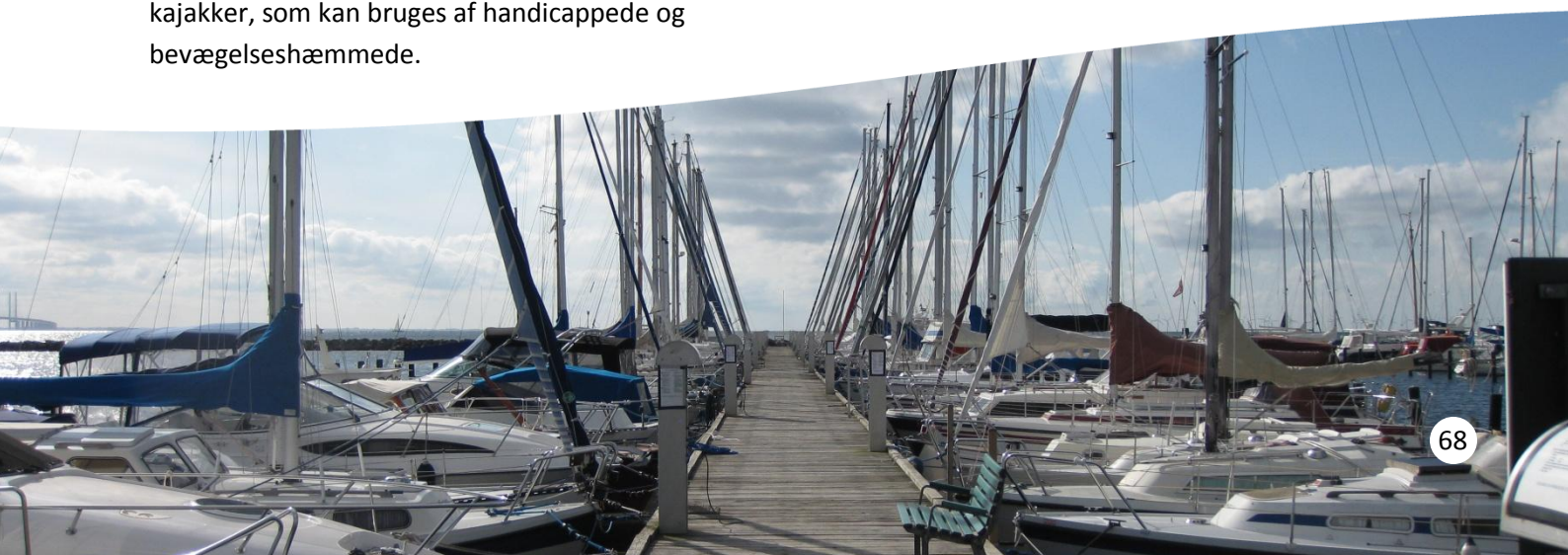
I dag sejles der ofte med så store skibe, at ældre havneafsnit i mindre industrihavne er blevet for små, og havnetrafikken samles i større enheder med adgang til dybere vand. Ligesom bygningen af nye broer har forbedret infrastrukturen markant og overflødiggjort de mindre havne. Store dele af kortdistancetrafikken er for længst flyttet fra skibe til lastbiler.

Havneomdannelser er ofte meget sammensatte og komplekse processer, der inddrager mange interesser og aktører.

Randers Kommune har renoveret og udbygget Udbyhøj Lystbådehavn og forbedret faciliteterne. Havnen er oprindeligt erhvervshavn fra gammel tid, men er nu hovedsageligt lystbådehavn. Der er blandt andet etableret nye bygninger til de traditionelle fiskere i området, ligesom der er skabt bedre adgang til vandet for lyst- og sportsfiskere samt havkajakker og småbåde i form af ophalersted og pontonbro. En nyanset havnefoged fungerer som formidler, der modtager skoleklasser mm. og fortæller om havnen og Fjorden. Randers Naturcenter bruger også havnen til aktiviteter. I tilknytning til Randers Naturcenter er der etableret en havn, som er specielt designet til handicapvenlige både. Via en rampe kan kørestolsbrugere rulle ombord i bådene og få en sejltur på Gudenåen. Desuden har naturcenteret også anskaffet otte sit-on-top kajakker, som kan bruges af handicappede og bevægelseshæmmede.

Af gode ideer relevante for friluftslivet kan nævnes:

- Havnefestivaler af kortere eller længere varighed der synliggør og indbyder til nye måder at bruge havnen på i fritiden, og som kan fortælle både om historien og havets betydning i dag.
- Forbedring af faciliteter på lystbådehavne for lystfiskere, handicappede og søsporten, samt nytænkning af havnens funktioner for friluftslivet generelt.
- Forbedring af infrastruktur til biltrafik og de gående. Både hvad angår adgang og mulighed for ophold samt sammenhængen til naturområder.
- Havnebade, både midlertidige og stationære.
- Havnepromenader
- Natur og kulturformidling
- Sammentænkning af de gamle havnearealer med den resterende by.
- Etablering af bynære rev
- Aktivitets Rambla





# Konkurrencer

Thisted Kommune

Der er gode muligheder for at profilere friluftsliv på og ved sø og hav gennem konkurrencer både lokalt, nationalt og internationalt. Konkurrencer kan være med til at skabe interesse for sportsgrene af forskellig slags, der underbygger friluftsliv for både unge og gamle.

Idræt og sport spiller en stadig større social og økonomisk rolle i samfundet. Fortidens olympiske ideal om at bruge idræt som et redskab til at skabe fred, forståelse og tolerance mellem nationer, kulturer og samfundsgrupper er stadig relevant i dagens Danmark. Idræt formidler fællesskab og tolerance.

Konkurrencer kan være med til at styrke Idrætsliv ved at skabe interesse og dermed skabe muligheder for, at faciliteterne kan blive væsentlig forbedret. Samtidig kan det styrke den enkelte kommunes image og være med til at styrke yderkantsområder og herved tiltrække tilflyttere. Det er en fordel at understøtte vandsporten bredt for ikke at favorisere en enkel sportsgren.

I Thisted Kommune har man valgt at støtte en række større events med tilknytning til sø og hav bl.a. World Cup i Surfing, Thy Race Event, VM i H-både, Udtagelsesstævne 2012, VM i 2013, Agger Atlon m.fl. På den måde støtter man både den internationale søsport og arbejder aktivt for den lokale breddeidræt med fokus på et mere aktivt friluftsliv ved og på vand.

I Middelfart Kommune har man valgt at lægge en stor del af ruten på Lillebælt Halvmaraton langs sø og hav.

I Sønderborg støtter kommunen Oxbridge on Allsund, der er en kapsejls for de studerende på videregående uddannelser.

Dansk Svømmeunion afholder svømmekonkurrencen Open Waters i flere kommuner for at sætte fokus på Open Water svømning.



# Målrettet naturvejledning ved hav og sø

Holstebro Kommune

Holstebro kommune er beriget med en stor variation af vandløb og søer med rig og alsidig flora og fauna. De to naturskoler i hhv. Thorsminde og Skovlund danner ramme om mange udflugter og undersøgelser af naturen.

Kommunens naturskoler giver øget mulighed for at efterleve intentionerne i folkeskolens fagmål for faget biologi. Fagmålene lægger op til op til, at undervisningen skal anvende varierede arbejdsformer og i vidt omfang bygge på elevernes iagttagelser og undersøgelser ved bl.a. laboratorie og feltarbejde. Dette er der rig mulighed for på naturskolerne.

Det er et mål, at alle skolens 5.klasser får et formidlingsforløb i Thorsminde, og at alle 3. klasser får et forløb i Skovlund.

I Thorsminde kommer alle skolens 5.klasser på besøg (med overnatning) for at høre om hav, fjord og fiskeri, og hvis vejret tillader det en sejltur med naturvejlederbåden Tjaldur.





# Råstofgrave

Bornholms Kommune

## Omdannelse af tidligere råstofgrav og en tidligere industrihavn

Et tidligere udskibningssted for granit på Bornholm i Vang, Vang Pier, er omdannet til et nyt friluftsområde. Der er blevet brudt granit i Vang Granitbrud i mere end 100 år. Vang Granitbrud har leveret sten til tyske floder, Storebæltsforbindelsen og den store udbygning af København i 1900. I 1996 stoppede Bornholms graniteventyr og afskibningspieren ved Vang Granitbrud mistede dermed sin oprindelige funktion.

Området danner i dag ramme om en lille sandstrand med udspringsmuligheder samt en trappe som er egnet for dykkere. Et nyt brofæste mellem pieren og land gør det nu muligt for kajaker og småbåde at passere pieren tæt ved land. På pieren er der anløbsmulighed for kajaker og mindre både og i særlige tilfælde større skonnerter og andre både, som ikke kan anløbe Vang Havn. Dækmolen er gjort tilgængelig for alle med promenadestrøg til spidsen. Herfra kan en af Bornholms flotteste klippekyster opleves fra havsiden. Lystfiskerne har samtidig fået let adgang til en populær fiskelokalitet.

Det bagvedliggende stenbrud er forberedt til aktivt friluftsliv for bl.a. klatring, vandring og cykling. Der er oprettet grejbank med bl.a. klatreudstyr, og et Naturrum er planlagt til udførelse.

Det hele forventes færdigt i løbet af 2013. Formidling af områdets industrihavne vil være tilgængelig som app, foruden på infotavler og hjemmesider, og lægger op til at kombinere læring med friluftsliv. Projektet "Nyt Liv i Vang Granitbrud" gennem Realdania og Mulighedernes Land har forvandlet Vang Granitbrud til et smukt natur- og oplevelsescentrum. Området er blevet mere tilgængeligt med nye stier, shelter- og rasteplasser samt klatrevæg og mountainbikeruter.

Området omkring Vang Granitbrud er et yndet sted for fugle, og planen er, at der med tiden kan opstå fuglefjeld på en række af klippesiderne. Den særlige natur og geologi i området vil blandt andet blive formidlet i et infohus placeret ved indgangen til Vang Granitbrud.



# Skabelse af et kunstigt rev

Svendborg Kommune

Erfaringer viser, at kunstige rev er attraktive tilholdssteder for fisk og planter. Et nyt rev kan også bidrage til en positiv udvikling for områdets turist- og oplevelseserhverv og for sportsfisker- og dykkerklubber.

Mange af de tidligere stenrev er ødelagt pga. en massiv udnyttelse i forbindelse med stenfiskeri til større byggeprojekter.

Anlæggelse af et nyt rev kan både bidrage til at fremme biodiversiteten og mindske iltvind, men også skabe erfaringsgrundlag for hvorledes man kan anlægge nye rev i fremtiden. Der er en del udenlandske erfaringer med anlæggelse af kunstige rev, men ingen kendte danske erfaringer på området. Desuden kan både lokale og turister følge et økosystems udvikling fra den spæde start til et mere modent økosystem med større mangfoldighed og artsrigdom. Det giver muligheder for at lave spændende og konkret naturformidling til havs.

I Svendborg Kommune har man grebet opgaven an på en ny og anderledes måde. Man planlægger at sænke den gamle Ærø Sund færge i Øhavet og dermed skabe et kunstigt rev, men også skabe en dykkerattraktion med en kulturhistorisk dimension - som et levende undervandsmuseum der fortæller lokalhistorien. Skibet bliver rensat for miljøskadelige elementer, og den nøjagtige lokalitet for nedsænkningen er planlagt og undersøgt grundigt. Den praktiske funktion ved anlæggelsen er ligeledes udtænkt nøje med henblik på sikkerhed og hensyn til dyrelivet. Den formidlingsmæssige del af anlæggelsen, historien, og dyrelivet er udtænkt både over og under vand. Som noget helt særligt laves der plancher under vand der formidler konceptet.

Obs.

Søndersborg Kommune har anlagt et stenrev ved Middelgrund, ved at genbruge sten der er gravet op i forbindelse med udgravninger fra en motorvej samt donationer fra lokale landmænd





# Tak til ...

Afslutningsvis skal der lyde en stor tak til de kommuner, der indgår i kataloget, og som undervejs i processen har været behjælpelige med grafisk materiale i form af fotos, tegninger og/eller uddybende forklaringer og erfaringer om projekterne.

## Følgende kommuner har bidraget til kataloget:

Ballerup	Randers
Bornholm	Rebild
Brøndby	Ringkøbing-Skjern
Esbjerg	Rudersdal
Fredensborg	Silkeborg
Frederikshavn	Svendborg
Faaborg-Midtfyn	Sønderborg
Gribskov	Thisted
Herning	Vejle
Hillerød	Aalborg
Holstebro	Aarhus
Horsens	
Høje-Taastrup	
Kerteminde	
Lejre	
Middelfart	
Næstved	
Odense	

## Danmarks Friluftskommune 2013

I 2013 skal Danmarks Friluftskommune kåres blandt de kommuner, der er bedst til at fremme natur- og miljøundervisning. Temaet betyder, at kommunerne bedømmes ud fra den indsats, de har gjort og vil gøre for at inddrage natur og miljøspørgsmål i undervisningen.

Konkurrencen sætter fokus på alle former for undervisning, faciliteter og andre tiltag, der forbedre befolkningens viden om og indsigt i natur- og miljøspørgsmål. Alle kommunernes gennemførte og planlagte tiltag inden for årets tema kan indgå i konkurrencen.

# Vil du vide mere?

## Ballerup

Forvaltning: Miljø og Teknik

Mail: [mtadm@balk.dk](mailto:mtadm@balk.dk)

Tlf.: 44 77 20 00

## Bornholm

Forvaltning: Fritid og Kultur

Mail: [fritidogkultur@brk.dk](mailto:fritidogkultur@brk.dk)

Tlf.: 56 92 00 00

## Brøndby

Forvaltning: Børne-, Kultur- og Idrætsforvaltningen

Mail: [born@brondby.dk](mailto:born@brondby.dk)

Tlf.: 43 28 28 28

## Esbjerg

Forvaltning: Børn & Kultur

Mail: [b-k@esbjergkommune.dk](mailto:b-k@esbjergkommune.dk)

Tlf.: 76 16 16 16

## Fredensborg

Forvaltning: Kultur og Sundhed og Idræt

Mail: [alhh@fredensborg.dk](mailto:alhh@fredensborg.dk)

Tlf.: 72 56 50 00

## Frederikshavn

Forvaltning: Park og Vej, Teknisk Forvaltning

Mail: [ts@frederikshavn.dk](mailto:ts@frederikshavn.dk)

Tlf.: 98 45 63 18

## Faaborg-Midtfyn

Forvaltning: Natur og Landskab

Mail: [plan-kultur@faaborgmidtfyn.dk](mailto:plan-kultur@faaborgmidtfyn.dk)

Tlf.: 72 53 20 35

## Herning

Forvaltning: Natur og Grønne Områder

Kommunens hovedmail: [kommunen@herning.dk](mailto:kommunen@herning.dk)

Tlf.: 96 28 28 28

## Hillerød

Forvaltning: By og Miljø

Mail: [byogmiljo@hillerod.dk](mailto:byogmiljo@hillerod.dk)

Tlf.: 72 32 00 00

## Høje-Taastrup

Forvaltning: Fritid og Kulturcenter

Mail: [fritidkultur@htk.dk](mailto:fritidkultur@htk.dk)

Tlf.: 43 59 10 00

## Kerteminde

Forvaltning: Miljø og Kulturforvaltningen

Mail: [miljo-og-kultur@kerteminde.dk](mailto:miljo-og-kultur@kerteminde.dk)

Tlf.: 65 15 15 15

## Lejre

Forvaltning: Natur og Miljø

Kommunens hovedmail: [post@lejre.dk](mailto:post@lejre.dk)

Tlf.: 46 46 46 46



#### Middelfart

Forvaltning: Teknik- og Miljøforvaltningen  
Mail: teknik@middelfart.dk  
Tlf.: 88 88 48 01

#### Næstved

Forvaltning: Teknik- og Miljøforvaltningen  
Kommunens hovedmail: borger@naestved.dk  
Tlf.: 55 88 55 88

#### Odense

Forvaltning: Park og Natur  
Mail: nmt.bkf@odense.dk  
Tlf.: 66 13 13 72

#### Randers

Forvaltning: Kultur- og Fritidsafdelingen  
Kommunens hovedmail: randers.kommune@randers.dk  
Tlf.: 89 15 15 15

#### Rebild

Forvaltning: Center Kultur og Fritid  
Mail: brbo@rebil.dk  
Tlf.: 99 88 77 70

#### Ringkøbing-Skjern

Forvaltning: Miljø og Natur, Naturgruppen  
Kommunens hovedmail: sikkerpost@rksk.dk  
Tlf.: 99 74 24 24

#### Rudersdal

Forvaltning: Park  
Kommunens hovedmail: tom@rudersdal.dk  
Tlf.: 46 11 00 00

#### Silkeborg

Forvaltning: Teknik og Miljø  
Mail: teknisk@silkeborg.dk  
Tlf.: 89 70 15 17

#### Sønderborg

Forvaltning: Natur og Miljø, Naturafdelingen  
Mail: natur@sonderborg.dk  
Tlf.: 88 72 40 84

#### Vejle

Forvaltning: Teknik og Miljø  
Mail: teknikogmiljo@vejle.dk  
Tlf.: 76 81 00 00

#### Aalborg

Forvaltning: Teknik og Miljøforvaltningen, Park & Natur  
Mail: teknik.miljoe@aalborg.dk  
Tlf.: 99 31 20 00

#### Aarhus

Forvaltning: Natur og Miljø, Grønne Områder  
Mail: naturogmiljo@aarhus.dk  
Tlf.: 89 40 20 00





# Fotoliste

## Foto

Forside: Casper Lindemann

Side 5: Jacob Funder

Side 7: Astrid Bjørg Mortensen

Side 9: Astrid Bjørg Mortensen

Side 10: Casper Lindemann

Side 11: Casper Lindemann

Side 12 tv.: Odense Kommune

Side 12 th.: Odense Kommune

Side 13: Vejle Kommune

Side 14 tv.: Odense Kommune

Side 14 th.: Odense Kommune

Side 16: Randers Kommune

Side 17: Sønderborg Kommune

Side 18 tv.: Anne Marie Kammies

Side 18 th.: Casper Lindemann

Side 19: Rudersdal Kommune

Side 20: Rudersdal Kommune

Side 21: Lasse Thomas Edlev

Side 23: Friluftsrådet

Side 24: Anne Marie Kammies

Side 25: Rudersdal Kommune

Side 26: Fredensborg Kommune

Side 27 tv.: Aalborg Kommune

Side 27 th.: Aalborg Kommune

Side 28: Lars Nygaard

Side 29 tv.: Aarhus Kommune

Side 29 th.: Aarhus Kommune

Side 30: Aalborg Kommune

Side 31 tv.: Esbjerg Kommune

side 31 th.: Esbjerg Kommune

Side 32 tv.: Lars Nygaard

Side 32 th.: Middelfart Kommune

Side 33 tv.: Middelfart Kommune

Side 33 th.: Middelfart Kommune

Side 34: Michael Hansen

Side 35: Casper Lindemann

Side 36 tv.: Jacob Funder

Side 36 th.: Friluftsrådet

Side 37: Fredensborg Kommune

Side 39: Jens Ole Sørensen

Side 40 tv.: Astrid Bjørg Mortensen

Side 40 th.: Danmarks Naturfredningsforening, Kerteminde

Side 41: Odense Kommune

Side 42: Jacob Funder

Side 43: Dreyer Foto ApS

Side 45: Casper Lindemann

Side 47: Eilert Henriksen

Side 48: Jacob Funder

Side 49: Faaborg-Midtfyn Kommune

Side 50: Casper Lindemann

Side 51: Søren Taaning

Side 52 tv.: Casper Lindemann

Side 52 th.: Faaborg-Midtfyn Kommune

Side 53 tv.: Rebild Kommune

Side 53 th.: Rebild Kommune

Side 54: Astrid Bjørg Mortensen

Side 55 tv.: Brian Samuelsson

Side 55 th.: Brian Samuelsson

Side 57: Lemvig Kommune

Side 58 tv.: Silkeborg Kommune

Side 58 tv.: Silkeborg Kommune

Side 59: Brøndby Kommune

Side 60 tv.: Rebild Kommune

Side 60 th.: Rebild Kommune

Side 61: Astrid Bjørg Mortensen

Side 63: Casper Lindemann

Side 64: Casper Lindemann

Side 65: Casper Lindemann

Side 66: Casper Lindemann

Side 67: Casper Lindemann

Side 68: Casper Lindemann

Side 69: Casper Lindemann

Side 70: Holstebro Kommune

Side 71: Casper Lindemann

Side 72: Svendborg Kommune

Side 76: Bente Lykkegaard

Side 78: Ditte Trinderup (Dots)

## Illustrationer

Side 15: Sønderborg Kommune

Side 56: Julien De Smedt Architects

Side 67: Silkeborg Kommune





# Brugergrupper

## Byens friluftsliv

Bynære skove ●	Side 9
Hundepark ● ● ● ● ●	Side 10
Græsning ●	Side 11
Udendørs klasseværelser ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 12
Digital legeplads ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 13
Aktivitetsø ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 14
Idrætsrambla ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 15
Mobil skøjtebane ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 16
Arrangementer i det fri ●	Side 17
Orienteringsløb ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 18
SundhedsRuten ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 19
ForskerRuten ●	Side 20

## Formidling af friluftsliv og naturoplevelser

Multimedie-orienteringsløb ● ● ● ● ●	Side 23
GPS-skattejagt ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 24
Geocaching-projektgruppe ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 25
GPS-rollespil ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 26
Elektronisk naturformidling ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 27
Internetportal ● ●	Side 28
Mobil naturskole ● ● ● ● ●	Side 29
Saltvandstrailer ● ● ●	Side 30
Oplevelsesture for de små ● ● ● ● ● ●	Side 31
Formidling af vandhuller ● ● ● ● ● ●	Side 32
Sommerskole for børn ●	Side 33
Sommerprogram for alle ●	Side 34
Sjov i efterårsferien ●	Side 35
Temacykelture ● ● ● ● ● ●	Side 36
Køkkenhaver ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 38
Borgernes egne naturoplevelser ●	Side 39
Klik foråret ind ●	Side 40
Filmklip som naturformidling ●	Side 41
Kajakguide ● ● ● ● ● ●	Side 42
Formidling via lokalavisen ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 44

## Adgang til natur og landskaber

Riderute ● ● ● ● ● ●	Side 47
Mountainbikerute ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 48
Fra nedlagt jernbane til natursti ●	Side 49
Adgang ●	Side 50
Adgang til private skove ●	Side 51
Fra råstofgrav til folke- og tumlepark ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 52
Fra råstofgrave til Fritidspark ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 53
Fra råstofgrav til rekreativt natur- og fritidsområde ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 54
Tilgængelighed for handicappede ●	Side 55
Havnebad ●	Side 56
Sundhedsspor ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 57
Hjertestesti ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 58
Kløversti ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 59
Lokale ildsjæle ●	Side 60

## Friluftsliv i blå områder

Adgang til hav og sø ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 63
Cykeløer ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 64
Den maritime kulturarv ●	Side 65
Formidlende aktiviteter ● ● ● ● ● ●	Side 66
Fælles idrætshus for søsport ● ● ● ● ● ●	Side 67
Havneudvikling ● ● ● ● ● ● ● ●	Side 68
Konkurrencer ●	Side 69
Målrettet naturvejledning ved hav og sø ●	Side 70
Råstofgrave ●	Side 71
Skabelse af et kunstigt rev ● ● ● ● ● ●	Side 72

● Børn  
● Unge

● Børnefamilier  
● Ældre

● Institutioner: børnehave-6. klasse  
● Institutioner: 6. klasse-

● Handicappede  
● Alle

Dette katalog, "Inspiration til friluftspanlægning", er udarbejdet på baggrund af Friluftsrådets årlige kommunekonkurrence, "Danmarks Friluftskommune".

Kataloget samler et udpluk af de mange inspirerende ansøgninger, som Friluftsrådet har modtaget i konkurrencen.

Formålet med kataloget er at give andre kommuner mulighed for at få et indblik i de gode idéer og forslag, som ansøgningerne rummer, samt mulighed for at finde inspiration til planlægning og forvaltning af friluftsliv i egen kommune.

**Friluftsrådet**

Scandiagade 13, DK-2450 København SV  
Tlf. +45 33 79 00 79 Fax +45 33 79 01 79  
[fr@friluftsradet.dk](mailto:fr@friluftsradet.dk) [www.friluftsradet.dk](http://www.friluftsradet.dk)



**Friluftsrådet**