



Naturen

EN UNIK ARENA FOR SUNDHEDSFREMME OG FOREBYGGELSE

Naturen på dagsordenen



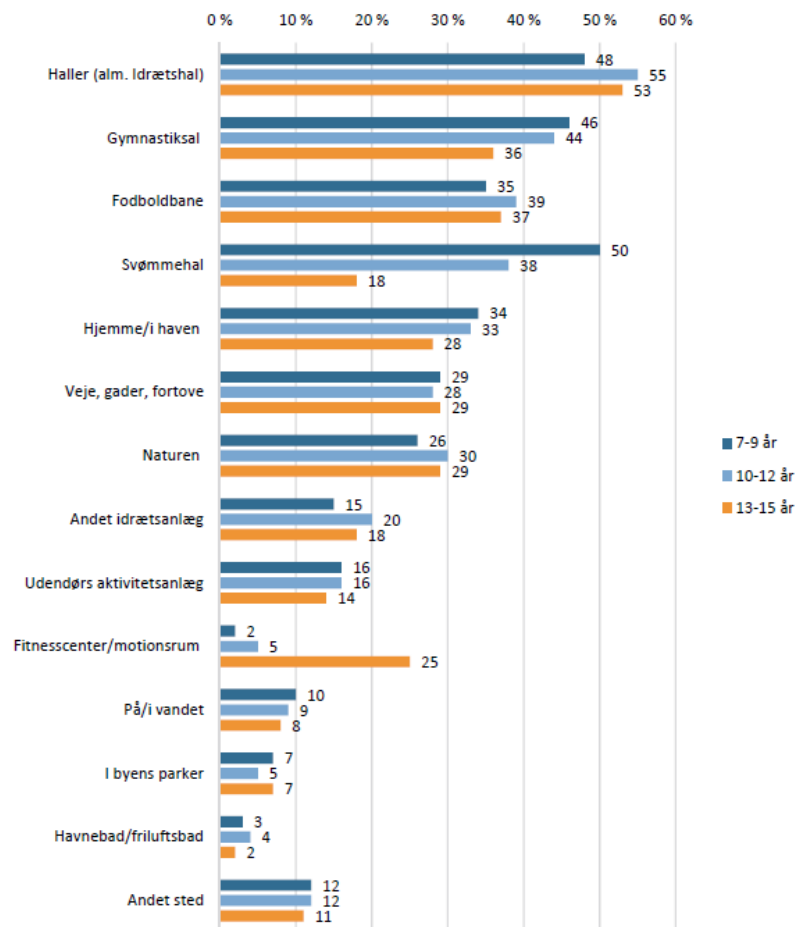
Sund By Netværket



- ▶ **Temagruppe: Natur, Udeliv og Sundhedsfremme**
- ▶ **Formål**
 - ▶ *Fremme folkesundheden ved at sætte fokus på og inspirere til, at natur og udeliv inddrages og anvendes strukturelt og rammesættende i det forebyggende og sundhedsfremmende arbejde på tværs af afdelinger, forvaltningsområder i kommunerne og eksterne aktører – herunder frivillige foreninger*
- ▶ **Naturen rummer et stort og ofte uudnyttet potentiale i sundhedsfremmende og forebyggende arbejde**
- ▶ **2018:**
 - ▶ Naturen som sundhedsfremmende arena – 28. februar 2018
 - ▶ Motorik fra vugge til grav – 4. juni 2018
 - ▶ Natur, fysisk aktivitet og dokumentation/evaluering – 18. september 2018
 - ▶ Årsmøde – 3. december - Jylland
 - ▶ Årsplan er at finde <http://sund-by-net.dk/>

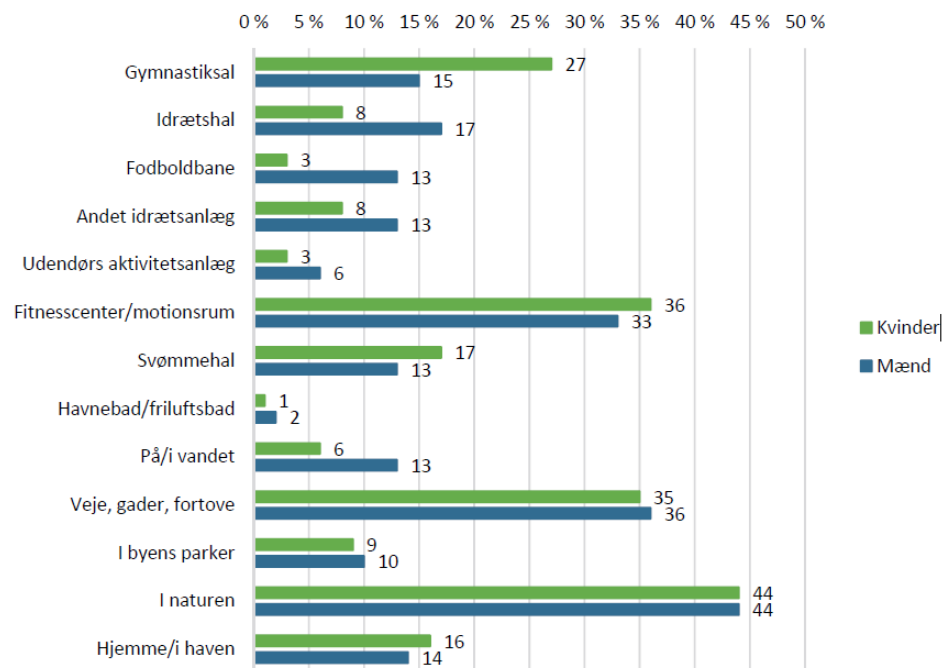
Naturen som arena

Figur 11: Mange børn færdes i traditionelle idrætsfaciliteter (pct.)



Figuren viser andelen af alle børn, der dyrker sport eller motion i forskellige faciliteter. Fordelt på alder (n=3.221).

Figur 32: Enkelte variationer imellem kønnenes brug af faciliteter



Figuren viser andelen af voksne, der dyrker deres aktiviteter i en række faciliteter fordelt på køn (n=3.914).

Børn i naturen

Børn i dag er halvt så meget i naturen som deres bedsteforældre

Paltved-Kaznelson, Celia, Sep. 2009, Natur i generationer, Gallup for Danmarks Naturfredningsforening

Naturen har mistet sin betydning som social arena i børns fritid

- Naturen og udendørs steder er tilsyneladende ikke længere en central social arena i børn og unges hverdagsliv

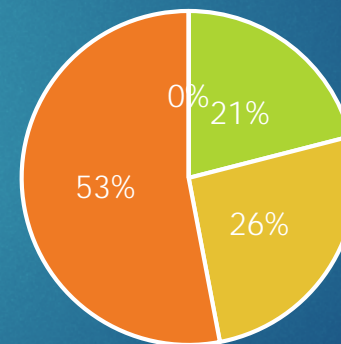
Paltved-Kaznelson 2009; Muñoz 2009, Louv 2008; Skår 2010; Sandberg 2012;

Hvor opholder børn sig i fritiden?

21 % Offentlige naturområder

26 % Private naturområder

53 % Offentlige kulturområder



Stor kønsforskel

Drengene bruger i langt højere grad end pigerne *sports- og idrætsanlæg* i fritiden (64% vs. 38%).

Pigerne derimod kommer oftere end drengene i *haver* (47% vs. 32%), i *parker og grønne områder i byen* (12%) og på *indkøbsgader og pladser i byen* (17%)

Andkjær, Arvidsen, Høyer-Kruse, 2016, NatureMoves, Active Living, Institut for sports and Biomechanics, SDU

Naturen og kapacitet

- ▶ Den er lige udenfor døren - tilgængelig
- ▶ Der er lokaler til os alle – kapacitet – ikke behov for "bookning"
- ▶ Den koster ingenting – ulighed i sundhed
- ▶ Den er rummelig - masser af plads til aktivitet og leg / ro og fordybelse

- ▶ Naturen appellerer til os på tværs af **generationer, organisationer, foreninger, afdelinger og forvaltninger**

Natur på tværs

- ▶ Naturen "griber ind" i mange afdelinger og forvaltninger (kerneopgaver)
 - ▶ Teknik og Miljø
 - ▶ Trafik og Veje
 - ▶ Natur og vand
 - ▶ Plan
 - ▶ Børn & Unge
 - ▶ Daginstitutioner, skoler, naturskoler
 - ▶ Kultur & Udvikling
 - ▶ Kultur og fritidsliv
 - ▶ Social, Sundhed og Omsorg
 - ▶ Ældre
 - ▶ Social, psykiatri og udsatte
 - ▶ Sundhed og forebyggelse
 - ▶ Beskæftigelse
 - ▶ Sygedagpenge, kontanthjælpsmodtagere

- ▶ **Natur/ ophold i naturen fremmer mange kommunale dagsordner**

- ▶ Sundhed, beskæftigelse, livsglæde, læring, motorik, leg, kultur, bosætning, turisme, erhvervsudvikling etc.

- ▶ **Naturen er et oplagt område at arbejde tværfagligt omkring**



Naturen på tværs

Viborg kommune som eksempel

- ▶ Natur og Parkpolitik - Grønne Sammenhænge
- ▶ Viborg kommune i Bevægelse – en politik for idræt og motion
- ▶ Børne- og ungdomspolitikken - Lys i øjnene
- ▶ Cykelpolitik 2011-2020
- ▶ Udviklingsplanen: Mere Leg i Viborg Kommune
- ▶ Den Tværgående Sundhedspolitik



Tværgående kommunale aktiviteter og projekter

- ▶ **Naturens Rige**
 - ▶ Generationsmøde i naturen
 - ▶ Aktionsforskningsprojekt
 - ▶ T&M og SS&O
 - ▶ Viborg Naturpark, Plan, Naturskolen, Frivillige, Kultur og Udvikling og SS&O
 - ▶ 10-12 frivillige foreninger
 - ▶ [Link](#) til film



Tværgående kommunale aktiviteter og projekter

► Børneskove i Viborg kommune

- Formålet er at gøre det til en selvfølgelighed at lege i naturen, at styrke børns kendskab til og oplevelser i natur samt inspirere forældre og bedsteforældre til at komme "derud".
- Kultur & Udvikling, Teknik og Miljø, Børn og Unge, Social, Sundhed og Omsorg
- Udvikle og etablere 1 fyrtårnsbørneskov og 5 satellit-børneskove
- Forankres lokalt gennem partnerskaber/samskabelse med lokale ildsjæle, foreninger, dagtilbud, skoler, virksomheder etc.



Tværgående kommunale aktiviteter og projekter

► Kultur og Sundhedsglæde i naturen

- Formålet er at udvikle og afprøve et koncept for oplevelsesture for hele familien med fokus på bevægelsesglæde og koblingen mellem kultur, natur og sundhed
- Viborg bibliotekerne, Naturskolen, Bjerringbro Idrætsforening og Sundhed
- Forankres lokalt via partnerskaber med folkebiblioteker, sundhedssatellitter, frivillige og frivillige aktører
- <https://www.viborgbib.dk/arrangementer/boern/naturskattejagter-i-bjerringbro>



Naturen som sundhedsfremmende arena



- ▶ De sundhedsudfordringer vi står overfor kalder på natur og udeliv:
 - ▶ At indsatser skal ramme bredere/ flere områder og indsatser skal rumme flere metoder
 - ▶ At vi arbejder sammen på tværs med interne og eksterne aktører – herunder frivillige, foreninger etc.
 - ▶ Samskabelse, fællesskabsledelse etc. skal foregå tæt på borgerne... vi kommer til borgerne i deres trygge lokalområde
 - ▶ At indsatserne rammer flere målgrupper, fokusere på det sunde fællesskab.... Samvær på tværs af generationer

Natur på forskellige niveauer



- ▶ Individ/gruppe
 - ▶ Rygestop i naturen
 - ▶ Sundhedskurser i naturen
- ▶ Strukturelt
 - ▶ Skabe liv i rammerne – Systematisk tilgang – Tænk "liv" i anlæg fra starten
 - ▶ Naturen i ældreplejen - Fokus på at naturen indtænkes i dagligdagen
 - ▶ Naturen i børnehøjde – Daginstitutioner, forældre, vaner fra barnsben, følger med ind i voksenlivet
 - ▶ Beskæftigelse – Afholde møder udenfor i andre rammer
- ▶ Rammesættende
 - ▶ Sund By Netværket – strategi
 - ▶ Sundhedsstyrelsen – forebyggelsespakkerne, håndbogen for bl.a. fysisk aktivitet
 - ▶ KL – forebyggelsesudspil
 - ▶ Friluftsrådet
 - ▶ Christiansborg og lokalt – det politiske niveau

Naturen – Kvalificering

- ▶ Der er et stort potentiale i at "kigge ud"!!!
 - ▶ I relation til både forebyggelse og behandling
- ▶ Behov for at forholde os kritisk til naturen og kvalificere den viden, vi har på området
 - ▶ Hvorfor er naturen god for os
 - ▶ Under hvilke omstændigheder
 - ▶ For hvem

Flere aktører på
"banen"

Værdifuld viden der vil
kvalificere arbejdet
omkring natur

Skabe grobund for en
kultur i kommunal
kontekst

Naturen indtænkes
strukturelt og
rammesættende

Naturen i fremtiden

Vi er gode ved naturen og passer bedre på den,
når vi kender til og er trygge ved den



Beskytter – Benytter



FNs verdensmål !!!

"Verdensmålene er en vision: Et løft fra verdens ledere til alle mennesker; en universel, integreret og transformativ vision for en bedre verden. Verdensmålene er et budskab om en vej til mere værdighed for alle mennesker på jorden. Verdensmålene er ikke kun FNs, men alle menneskers mål. Skal verdensmålene bliver til virkelighed, skal alle mennesker bidrage"

Steen Hildebrandt, Ph.D., professor og adjungeret professor

**Naturen kan være et helende rum,
som vi alle kan vende tilbage til hele livet!**

Naturen i kommunal kontekst

Al forandring starter med "B"

- Vi bliver bevidste om, hvordan vi arbejder med natur, udeliv og friluftsliv i vores dagligdag
- Vi får inspiration og viden til at udvide og opkvalificere det arbejde
- Vi italesætter det overfor vores kolleger, ledere, politikere
- Vi handler på det!



*" Vi ser alle for meget på naturen
og lever for lidt med den"*

Oscar Wilde



Tak for opmærksomheden

Merethe Jelsbak Raundahl

Formand: Natur, udeliv og sundhedsfremme

Sundheds- og forebyggelseskonsulent

Viborg Kommune

Telefon: 25 61 91 40

Mail: mjr@viborg.dk

