



Mer friluftsliv  
– fakta om friluftslivets  
positiva effekter



Svenskt Friluftsliv



## Mer friluftsliv – bättre folkhälsa

Friluftslivet är ett fantastiskt redskap för att förbättra folkhälsan, få kunskap om naturen, öka välfärden och stärka demokratin. Det kommer du att få veta när du läser den här broschyren som handlar om just de fakta som visar på friluftslivets betydelse.

Här kan du hitta fakta om varför motion är så viktigt för hälsan, varför barn som är ute mycket i naturen är friskare än andra barn och vad svenska folket tycker om friluftsliv och hälsa. Du hittar också de ekonomiska beräkningarna, vad det kostar samhället med inaktivitet, hur mycket friluftslivet omsätter och på vilket sätt friluftslivet stärker demokratin.

Olika forskare tacklar fältet på olika sätt utifrån både mer ”belysande” och ”bevisande” ansatser och varje forskare måste förstås svara för sina egna resultat. Men sammantaget kan vi konstatera att även om friluftsliv är ett relativt nytt forskningsfält i Sverige är det ingen tvekan om forskarnas växande intresse.

Inom friluftslivorganisationerna jobbar vi aktivt för att få svenska folket att öka sitt friluftsliv, men vi skulle kunna göra så mycket mer och det behövs göras mycket mer.

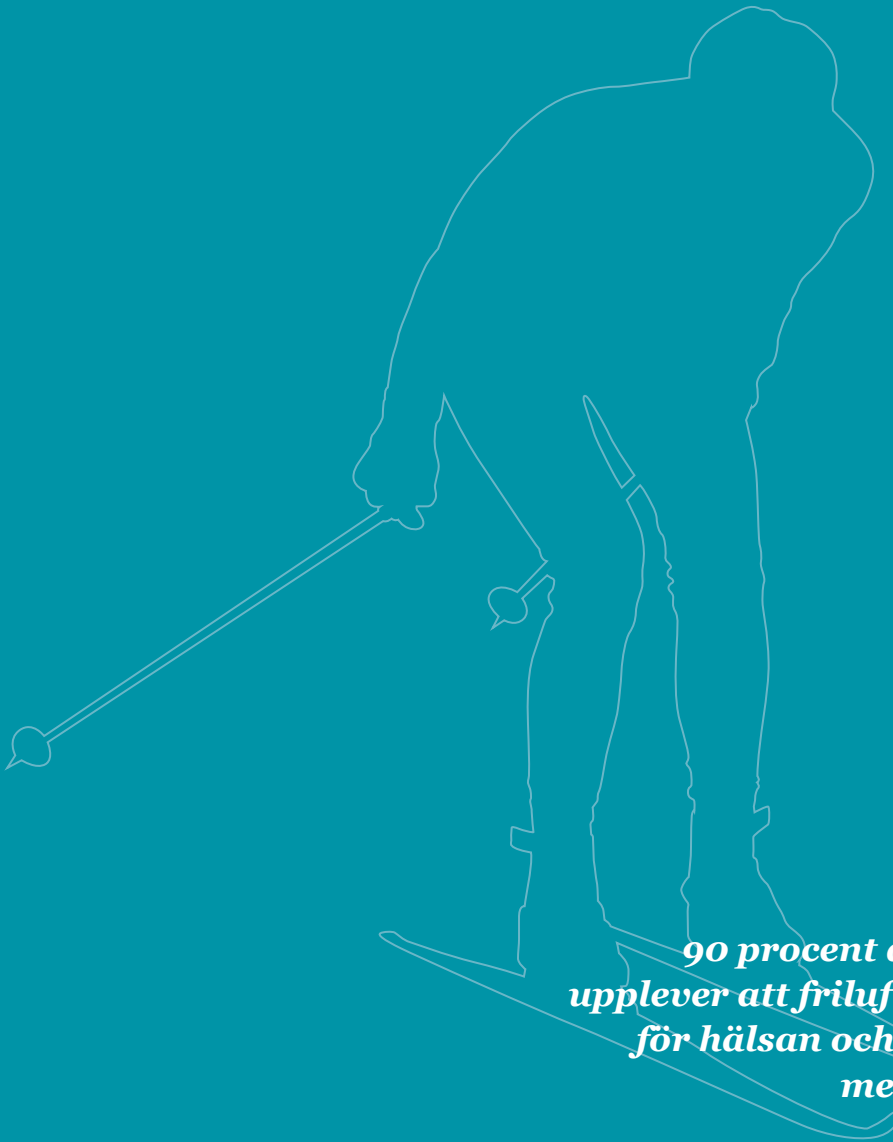
Vi är en av Sveriges största folkrörelser med nära två miljoner medlemmar, 100 000-tals ideella ledare och 10 000 ideella styrelser. Det är en härlig kraft! Ge oss möjlighet till mer friluftsliv genom att öka anslaget till friluftslivet, ge Svenskt Friluftsliv i uppdrag att fördela friluftslivets egna medel och effektivisera samhällets organisation av friluftslivet.

Vi kan då genomföra friluftslivlyftet som innebär mer friluftsliv och bättre folkhälsa.

Trevlig läsning.



Gunnar Zettersten  
*Ordförande Svenskt Friluftsliv*



**90 procent av svenskarna  
upplever att friluftsliv är viktigt  
för hälsan och gör vardagen  
mer meningsfull.**

# Mer friluftsliv *förbättrar folkhälsan*

## **30 MINUTER OM DAGEN RÄCKER**

Sambandet är starkt mellan låg fysisk aktivitet/fysisk kondition och högre dödlighetstal. Ett försök att sammanfatta hittillsvarande forskning visar att stillasittande individer löper nästan dubbelt så hög risk att dö av hjärt-kärlsjukdom som sina fysiskt mer aktiva jämnåriga.

Risken för tjocktarmscancer är också fördubblad hos stillasittande personer, jämfört med hos aktiva individer. Sockersjuka (åldersdiabetes) är vanligare hos inaktiva män och kvinnor än hos dem som regelbundet motionerar. Det räcker med att promenera 30 minuter om dagen för att uppnå normalkondition.

*Källa: SBU-rapport nr 132/97 "Längre liv och bättre hälsa – en rapport om prevention"*

## **MOTION I SKOGEN GER TURBOEFFEKT**

Är effekten av motion lika stor om den utövas i en fönsterlös källare som i skogen? Muskelanspänningen är kanske densamma men när det gäller stressreduktion och buffring för kommande stress och olika hälsoeffekter så vinner skogen. Efter bara 4-5 minuter i naturen går puls och blodtryck ner och mängden stresshormoner i blodet minskar. Natur i kombination med fysisk aktivitet har en turboeffekt som dessutom är mer långvarig.

*Källa: Norling Ingemar & Larsson Eva-Lena 2004 "Ett gott och friskare liv som äldre – för en aktiv livsstil i natur och trädgård"*

## **BLODTRYCKET SJUNKER I NATUREN**

Den stressåterhämtning vi upplever i naturen beror på två faktorer som förstärker varandra. Det är dels den psykologiska distansen till krav och rutiner i vardagslivet och dels att naturen fångar vårt intresse. På så sätt försvinner tankar på krav och annat som ligger till grund för stress. Studier visar att blodtrycket ökar vid vistelse i urban miljö och sjunker för promenerande i naturmiljö.

*Källa: Hartig Terry 2003 "I naturen sjunker blodtrycket" Skog & Forskning 2003 nr 2*

## **NATUREN GER STIMULANS ÅT HJÄRNAN**

Det är nödvändigt att vara utomhus för att hjärnan ska kunna stimuleras av den ström av ljud, ljus, former och färger, som naturen bjuder på. Vi behöver stimuli för vår hörsel, vår syn och vår hud. Den finns ute i form av fåglars sång och vindens sus, solreflexer och skugga, fukt och färgupplevelser bland blommor och insekter. Våra hjärncellers tillväxt är beroende av den särskilda stimuli som naturen ger.

*Källa: Ingvar David 1996 "Utan lek inget liv"*

## **MINDRE STRESS AV MER NATUR**

Ju närmare ett grönområde man bor, desto oftare besöker man det. De som besöker ett grönområde ofta känner sig också mindre stressade. Ett sådant samband gäller oavsett kön, ålder och social och ekonomisk position i samhället.

*Källa: Grahn Patrik & Stigsdotter Ulrika 2003 "Landscape planning and stress"*

### **SVENSKAR ANSER ATT FRILUFTSLIV ÄR VIKTIGT FÖR HÄLSAN**

90 procent av svenskarna upplever att friluftsliv är viktigt för hälsan och gör vardagen mer meningsfull visar den mest omfattande studien om friluftsliv som genomförts i Sverige. De viktigaste motiven för att ägna sig åt aktiviteter i naturen på vardagar är fysisk aktivitet, medan avkoppling och social samvaro har störst betydelse på helger och längre ledigheter.

*Källa: "Vara i naturen – varför eller varför inte?" Rapport 2, 2008, Friluftsliv i förändring, [www.friluftsforskning.se](http://www.friluftsforskning.se)*

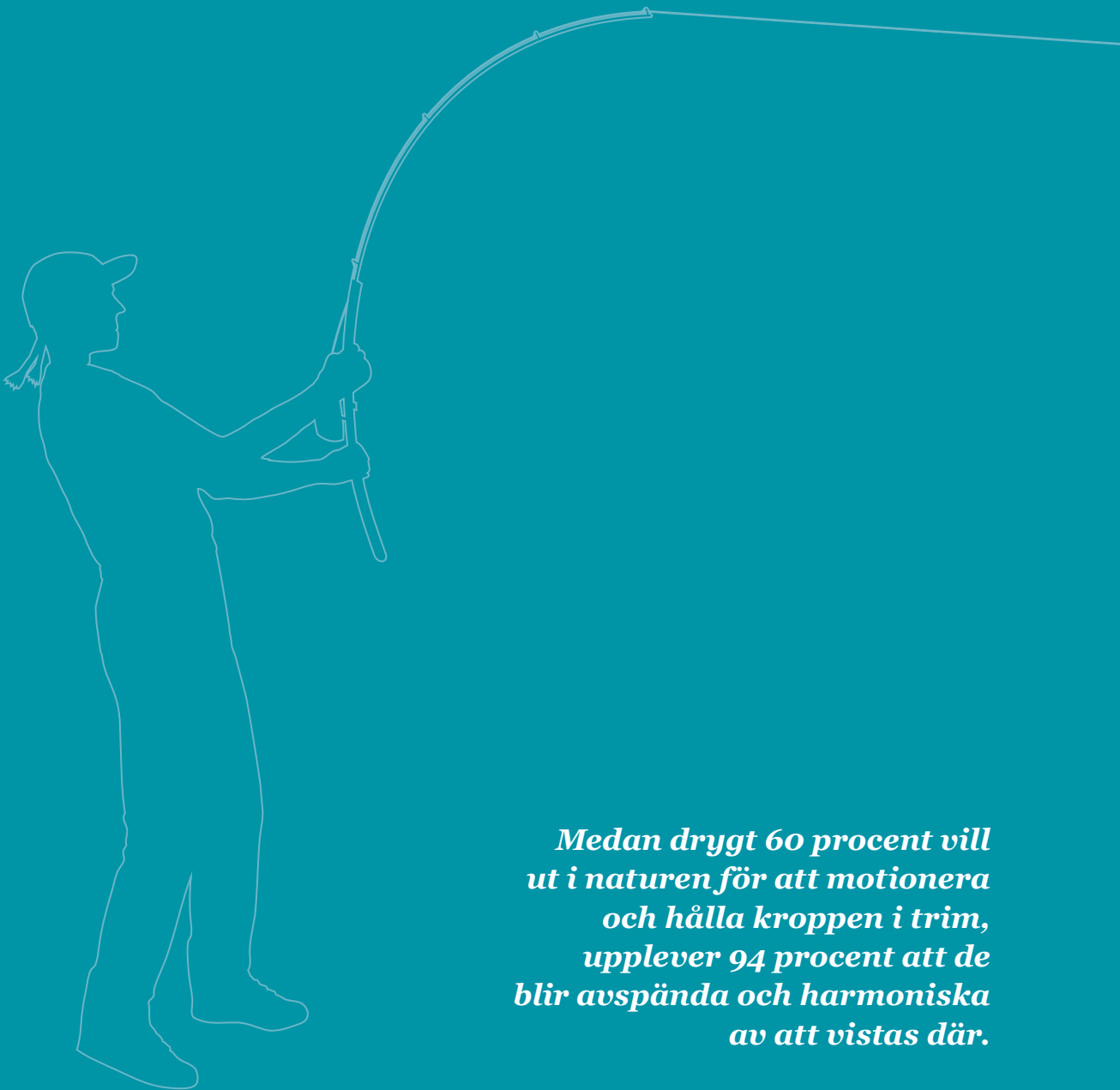
### **SVENSKARNA LEVER FÄRRE FRISKA ÅR**

Svenskarnas förväntade livslängd ökar visserligen, men samtidigt lever vi i genomsnitt allt färre år som friska. De sjukdomar som ökar är dels de stressrelaterade (depressioner, trötthet, panik och värk) som står för en mycket stor del av dagens långtidssjukskrivningar, dels de som beror på stillasittande (värk, hjärt-kärlsjukdomar, fetma och diabetes).

*Källa: Prop. 2002/03:35 "Mål för folkhälsan"*

*www.merfriluftsliv.nu*

***www.merfriluftsliv.nu***



*Medan drygt 60 procent vill  
ut i naturen för att motionera  
och hålla kroppen i trim,  
upplever 94 procent att de  
blir avspända och harmoniska  
av att vistas där.*



# Mer friluftsliv *förbättrar livskvalitén*

## DET LIVSNÖDVÄNDIGA UTELIVET

I en enkätstudie från 2005 om svenskarnas syn på skogen och naturen svarade 80 procent att det är nödvändigt för livskvaliteten att komma ut i skog och mark. 42 procent svarade att det är absolut nödvändigt. Bara fyra procent svarade att naturen saknar betydelse för deras livskvalitet.

*Källa: Kairos Future AB, på uppdrag av Skogsstyrelsen, 2005 "Allmänhetens syn på och relation till skogen"*

## NATUREN GER SJÄLSLIG STYRKA

Vad människor får ut av sin vistelse i naturen varierar från individ till individ. För många har dock naturupplevelsen en dimension som är svår att benämna med något annat ord än religiös.

I naturen finns någonting som är större än individen, som griper tag i oss och som får oss att känna oss små inför någonting, men som samtidigt ger möjlighet att hämta själslig styrka.

*Källa: Uddenberg Nils 2005 KSLA "Friluftsliv - Framtid - Folkhälsa"*

## FRILUFTSLIV FÖR SJÄLEN

Vid en studie av friluftsengagerade personer visade det sig att fritidens naturkontakt är grundläggande för en människas identitet och livskvalitet. Personerna motiveras i stor utsträckning av frihet och djupgående livskvalitetsvärden förutom det man vanligtvis tänker sig som kondition, billigt fritidsalternativ, bärskörd och att rasta hunden. Friluftsliv sågs som ett viktigt sätt att få perspektiv på sig själv och på livet som personerna absolut inte vill mista.

*Källa: Sandell Klas 1996 Nordisk Samhällsgeografisk Tidskrift, No. 22*

## HARMONI OCH KÄNSLA AV SAMMANHANG

Svenskarnas motiv för att besöka naturen har studerats av Nils Uddenberg. Resultaten visar att en majoritet känner en personlig längtan efter naturupplevelser. Medan drygt 60 procent vill ut i naturen för att motionera och hålla kroppen i trim, upplever 94 procent att de blir avspända och harmoniska av att vistas där. Ett besök i naturen upplevs alltså som givande för själen, något som drygt 70 procent uttrycker som att de under vistelsen känner kontakt med tillvarons sammanhang.

*Källa: Uddenberg Nils 1995 "Den stora utmaningen"*

# Mer friluftsliv *förbättrar folkhälsan för nysvenskar*

## NYSVENSKARS HÄLSA SÄMRE ÄN SVENSKARS

Socialstyrelsen visar i en rapport att svenskar i allmänhet har bättre hälsa än invandrare. Eftersom det är ved-erlagt att naturen ger positiva effekter på hälsan är det av stor vikt att arbeta med nysvenskar och naturvistelse.

Yusra Moshtat skriver i sin rapport att invandrarers erfarenheter av naturen och friluftslivet ofta är av ett helt annat slag än svenskarnas; i ursprungsländerna finns ofta vilda djur, minor som dödar oskyldiga barn och kan riskera att bli överfallna.

*Källa: Socialstyrelsen 2000 "Olika hälsa en studie bland invandrare" SoS rapport 2000:3*

*Källa: Naturvårdsverket, Moshtat Yusra, 2008 "Med andra ögon"*

## Mer friluftsliv **förbättrar folkhälsan för äldre**

### **NATUREN FRÄMSTA SKÅLET ATT GÅ UT**

Studier av äldre visar att de främsta skälen till att gå ut är att man vill få frisk luft. Andra nästan lika viktiga motiv är att få röra på sig och få motion samt en önskan att få se natur och grönska. Att gå ut för att träffa människor bedömdes som viktigt av var tredje person.

*Källa: Küller Rikard 2005 "Forskning om åldrande och boende i svensk miljöpsykologi"*

### **NATURBASERAD LIVSSTIL GER BÄTTRE HÄLSA**

De naturbaserade aktiviteterna har en stark roll inom egenvården som ju omfattar över 90 procent av de äldre. Utövarna betalar i huvudsak själva för trädgård, fritidshus, båt, fiskeutrustning med mera. I en folkhälsoundersökningen i Västsverige visade det sig att äldre med bättre hälsa och lägre vårdkonsumtion ofta hade en naturbaserad livsstil med stora inslag av friluftsliv och trädgård. Vid en undersökning där en grupp personer över 75 år aktiverades fysiskt minskade vårdkostnaderna med en tredjedel.

*Källa: Norling Ingemar & Larsson Eva – Lena 2004 "Ett gott och friskare liv som äldre"*

### **ÄLDRES HÄLSA BÄTTRE AV FRILUFTSLIV**

- Skelettet stärks och benskörhet motverkas
- Muskulatur och rörlighet bibehålls
- Övervikt motverkas
- Sömnkvaliteten förbättras
- Depression och ångest motverkas
- Motståndskraften mot infektioner ökar
- Stresstoleransen höjs
- Akut hjärtåkomma motverkas (dock ej vid stark kyla)
- Socialt liv främjas och ensamhet motverkas

*Källa: Küller Rickard & Küller Marianne 1994 "Stadens grönska, äldres utevistelse och hälsa"*

*Byggnadsforskningsrådet R24*



*Vid en undersökning  
där en grupp personer över  
75 år aktiverades fysiskt  
minskade vårdkostnaderna  
med en tredjedel.*



***Låg fysisk aktivitet i unga år kan resultera i en ökad risk för välfärdssjukdomar som fetma, hjärt- och kärlsjukdomar och typ-2-diabetes senare i livet.***

# Mer friluftsliv **förbättrar folkhälsan för barn och unga**

## **FRISKARE BARN PÅ NATURNÄRA DAGIS**

Barn som går på ett dagis i en naturlig miljö har bättre koncentrationsförmåga och motorik än de barn som går på dagis i en mindre naturlig omgivning. Barn i naturlika miljöer behöver vara hemma mer sällan på grund av sjukdom.

*Källa: Grahn Patrik et al 1997 "Ute på dagis. Hur använder barn daghemsgården?" Alnarp: Stad & Land nr 145*

## **FLER BESÖK AV FÖRSKOLOR NÄRA NATUROMRÅDEN**

De förskolor som är placerade i närheten av naturområden besöker naturen betydligt oftare än förskolor som har en längre sträcka dit. Vid frågan om önskvärd drömmiljö för förskoleverksamheten visade det sig ofta att avståndet, dvs närheten till naturen är viktigare än hur naturmiljön är utformad: "Det spelar inte så stor roll hur naturen ser ut, det är närheten till den som är det viktigaste."

*Källa: Beck-Friis Maria 2003 "Förskolors inställning till och användning av stadens natur" SLU Examensarbeten Nr 13 2003*

## **UNGDOMAR PRIORITERAR FRISK NATUR**

Idag lever minst 80 procent av barnen i Sverige i urban miljö. I en undersökning bland 900 18-åringar prioriterades "att ha en frisk natur" högst bland alternativ som social säkerhet, levande landsbygd, lag och ordning, pulserande stadsliv etc.

*Källa: Persson T. 1989 "70-talisternas värderingar", delredovisning No. 1. Institutet för framtidsstudier, Stockholm.2*

## **FART PÅ FRITIDEN MED FRILUFTSLIV**

Barn i Sverige rör sig cirka 20 procent mindre på sin fritid än under skoltid. Låg fysisk aktivitet i unga år kan resultera i en ökad risk för välfärdssjukdomar som fetma, hjärt- och kärlsjukdomar och typ-2-diabetes senare i livet.

*Källa: Stockholm Obesity Prevention Project 2005*



*De tre viktigaste motiven för att ägna sig åt aktiviteter i naturen är att utöva fysisk aktivitet, uppleva avkoppling samt att vara nära naturen.*

# Mer friluftsliv *ökar kunskapen om naturen och miljön*

## **FRILUFTSLIV GER INSIKTER OM NATUREN**

En stor del av den svenska befolkningen får ökade insikter om samspelet i naturen och en känsla av att själva vara en del av den när de vistas i naturen. De tre viktigaste motiven för att ägna sig åt aktiviteter i naturen är att utöva fysisk aktivitet, uppleva avkoppling samt att vara nära naturen. Det visar den hittills mest omfattande undersökningen av friluftslivet i Sverige som genomförts av forskningsprogrammet Friluftsliv i förändring 2008.

*Källa: "Vara i naturen – varför eller varför inte?" Rapport 2, 2008, Friluftsliv i förändring, [www.friluftforskning.se](http://www.friluftforskning.se)*

## **ÖKAD MILJÖMEDVETENHET FÖR BARN I NATUREN**

Internationella studier visar att lek och vistelse i naturen före elva års ålder ökar miljömedvetenheten.

*Källa: Children, Youth and Environment (Vol 16:1)*

## **ATT LÄRA IN UTE GER NATURFÖRSTÅELSE**

När skolan använder sig av friluftsliv för inläring (utomhuspedagogik) ger det både kultur- och naturförståelse.

*Källa: Dahlgren L O red 2007, Utomhuspedagogik som kunskapskälla*

## **FÖRSTÅELSE FÖR NATUREN GENOM UTEVISTELSE**

Vistelse i bostadsnära natur lägger grunden för att utveckla förståelse för naturen och dess resurser, så kallad ekologisk läskunnighet, menar Boverket. Har man ekologisk läskunnighet känner man sig också bättre förankrad i sin hembygd och närmiljö.

*Källa: Åkerlund Ulrika 2007, Boverket "Bostadsnära natur – inspiration och vägledning"*

## **UTOMHUSPEDAGOGIK STIMULERAR BÅDE KROPP OCH SJÄL**

Utomhuspedagogiken är ett viktigt komplement till lärandet som sker i klassrummet för att kunna tillgodose kroppens behov av rörelse och att kunna stimulera det intellektuella tänkandet. Med utomhuspedagogiken som redskap kan man därför levandegöra läroplanernas intentioner.

Genom att se uterummet och den övriga utemiljöns möjligheter som lärandemiljö kan man förutom kunskapsinhämtning även lägga grunden till ett friluftsliv för eleverna.

*Källa: Brügge Britta et al 1999 "Friluftslivets pedagogik"*



***För lite motion kostar  
samhället sex miljarder  
kronor om året.***



# Mer friluftsliv **förbättrar samhällsekonomin och ökar välfärden**

## **DET SVENSKA FRILUFTSLIVET OMSÄTTER MINST 35 MILJARDER KRONOR PER ÅR**

Friluftslivet i Sverige representerar stora ekonomiska värden och friluftslivets upplevda värden uppgår ofta till höga belopp jämfört med andra näringar. ETOUR och Umeå Universitet har gjort en översikt som omfattar upplevda värden, ekonomiska utgifter och ekonomisk omsättning. Den visar att friluftslivet omsätter minst 35 miljarder kronor per år.

*Källa: Svenskt Friluftsliv och ETOUR, Umeå Universitet, SLU, 2008 "Friluftslivets ekonomiska värden"*

## **INAKTIVITETEN KOSTAR SEX MILJARDER PER ÅR**

För lite motion kostar samhället sex miljarder kronor om året. De direkta kostnaderna för sjukvård på grund av fysisk inaktivitet uppgår till 750 miljoner kronor och kostnaden för produktionsbortfall uppgår till 5,3 miljarder kronor, tillsammans 6 miljarder kronor. Fysisk aktivitet minskar bland annat risken att drabbas av hjärt-kärlsjukdomar.

*Källa: Bolin Kristian & Lindgren Björn 2006 "Fysisk inaktivitet – produktionsbortfall och sjukvårdskostnader"*

## **GOD HÄLSA – STARK KOMMUNEKONOMI**

Hälsa är en bestämmande faktor för regional ekonomisk tillväxt. Det visar sig först genom ett starkt samband i regionala data mellan hälsoliv och ekonomisk tillväxt. Kommuner med frisk befolkning har generellt sett en starkare lokal ekonomi än de som karaktäriseras av en sjuk befolkning.

*Källa: Malmberg Bo & Eva Andersson 2006 "Health as a factor in regional economic development" Arbetsrapport/Institutet för Framtidsstudie*

## **NATUR OCH FRILUFTSLIV – MOTOR FÖR TILLVÄXT**

Naturkvaliteterna är en av många faktorer som förstärker möjligheterna till starkt näringsliv och en attraktiv kommun. Vid sidan av möjligheterna till sysselsättning och inkomst har tillgången till natur i allmänhet, och kanske skyddade områden i synnerhet, betydelse för kommunens attraktivitet för boende och företagsutveckling. Inflyttning, såväl rekrytering av nyckelpersoner som hemvändare, underlättas i många fall av de fördelar som en god tillgång på fin natur kan ge.

*Källa: Örnsköldsviks kommun 2007 "Örnsköldsviks kommunala naturvårdsprogram"*

## **LÖNSAM AFFÄR I STAD OCH PÅ LANDSBYGDEN**

Fritid, naturturism och friluftsliv är en stor, viktig och expansiv affärsbransch. En bransch viktig för storstädernas resebyråer och utrustningsbutiker, liksom glesbygdskommuners arbetsmarknad.

*Källa: Sandell Klas 1999 "Från naturliv till friluftsliv i Friluftslivets pedagogik"*

### **TURISMEN VIKTIG FÖR SYSSELSÄTTNINGEN**

Under 2005 ökade turistnäringen i Sverige sin totala omsättning med nära tio procent till nästan 191 miljarder kronor. Fritids- och affärsresenärernas konsumtion fördelar sig på många olika branscher. Mest pengar lade turisterna på varuhandel, drygt 75 miljarder kronor. Boende och restaurangbesök stod för drygt 61 miljarder kronor. Transporter omsatte drygt 44 miljarder kronor eller drygt 23 procent av den totala omsättningen under 2005. Antalet helårsverken inom turistnäringen var 138 166 under 2005.

*Källa: Nutek Pressmeddelande 060620*

## **Mer friluftsliv *stärker demokratin***

### **MÅNGA MÄNNISKOR I IDEELLA STYRELSE**

Den demokratiska fostran sker till stor del genom ideella föreningar och deras styrelser. Enligt Demokratiutredningen finns idag i Sverige ca 200 000 ideella föreningar och 52 procent av alla svenskar är engagerade i ideellt arbete. Friluftsföreningarna har nära två miljoner medlemskap och 10 000 ideella styrelser.

*Källa: SOU 1999:84*

### **FRIVILLIGORGANISATIONER SKAPAR DEMOKRATI**

Robert Putham har genomfört studier som visar att ju mer människor är organiserade i olika frivilliga nätverk och organisationer, desto bättre fungerar demokratin. Förklaringen bygger på att det är i dessa verksamheter som det sociala kapitalet i form av förtroende för andra människor skapas. Puthams studie visar också att regioner med ett starkt frivilligt organisationsliv skapar ekonomisk tillväxt.

*Källa: Putham Robert 1993 "Making democracy work"*

### **FOLKHÄLSA OCH NATIONELL IDENTITET – TEMAN I FRILUFTSLIVETS HISTORIA**

Friluftsliv har varit en mycket viktig del av svenskt folkliv och kultur under 1900-talet. Inte minst dess roll för folkhälsa, ungdomsfostran och nationell identitet är återkommande teman från friluftslivets upptäckt runt år 1900, via folkhemmets behov av naturnära fritid till dess roll som rekreation, näring och samhällsplaneringsområde 100 år senare.

*Källa: Sandell Klas & Sörlin Sverker (red.) 2008. "Friluftshistoria – från 'hårdande friluftsliv' till ekoturism och miljöpedagogik" Carlssons bokförlag, Stockholm*

### **FRILUFTSLIV OCH ALLEMANSRÄTT FÖR DEMOKRATI**

Våra vardagsvanor och konsumtionsmönster påverkar en hållbar utveckling. Vi är också alltmer inknutna i globala beroenden som motiverar livsstilsförändringar. Det finns all anledning att tro att egna naturupplevelser och känsla av tillhörighet, t ex genom allemansrätten, kan ha stor betydelse för demokratin och viljan att ställa upp för en mer hållbar utveckling.

*Källa: Sandell Klas 1999 "Vem tillhör landet? Om friluftsliv och folkstyrets jordbundenhet" Demokratiutredningen, Forskarvolym VIII, SOU 1999:84*

## LÄS MER

Brett om det svenska friluftslivets framväxt och nutida roll: Klas Sandell & Sverker Sörlin (red.) 2008 (2a reviderade uppl.). Friluftshistoria – från ”hårdande friluftsliv” till ekoturism och miljöpedagogik: Teman i det svenska friluftslivets historia, Carlssons bokförlag, Stockholm.

Det svenska friluftslivet i siffror: Fyra rapporter av Peter Fredman m.fl. (red.) 2008 från en enkätundersökning av forskningsprogrammet ”Friluftsliv i förändring” som nås via [www.friluftsforskning.se](http://www.friluftsforskning.se); samt SCBs ULF undersökningar, t.ex. Fritid 1976-2002: Levnadsförhållanden, rapport nr. 103, utgivne 2004.

Forskningsöversikter: Gunnar Zettersten 2007 Argument för friluftsliv, Naturvårdsverket, Rapport No. 5697, Stockholm; Klas Sandell 2004 Friluftslivets värden: En internationell forskningsutblick, Arbetsrapport No. 2004:20 från forskargruppen Turism och Fritid, Karlstads universitet, Karlstad; samt Johan Öhman 2003 Miljöfostran i naturen. Östman, Leif (red.), Nationell och internationell miljödidaktisk forskning: En forskningsöversikt, Pedagogiska institutionen, Uppsala universitet, Uppsala, s. 65-89.

Internationell utblick: Robert E. Manning 1999 Studies in Outdoor Recreation: Search and Research for Satisfaction, Oregon State Univ. Press, Corvallis; William C. Gartner & David W. Lime (eds.), 2000 Trends in Outdoor Recreation, Leisure and Tourism. CABI Publishing, Wallingford and New York; Justin Dillon; Mark Rickinson; Kelly Teamey; Marian Morris; Choi Young Mee; Dawn Sanders & Pauline Benefield 2006 The Value of Outdoor Learning: Evidence from Research in the UK and Elsewhere -School Science Review, Vol. 87, No. 320, pp. 1-5; Søren Andkjær (red.) 2005 Friluftsliv under förändring: en antologi om framtidens friluftsliv, Bavenbanke, Slagelse, Danmark; samt Alf Odden 2008 Hva skjer med norsk friluftsliv? En Studie av utviklingstrekk i norsk friluftsliv 1970-2004, NTNU, Trondheim.



***”Ge oss möjlighet till mer friluftsliv genom att öka anslaget till friluftsliv, ge Svenskt Friluftsliv i uppdrag att fördela sina egna medel och förbättra organisationen av samhällets resurser.”***

GUNNAR ZETTERSTEN  
ORDFÖRANDE SVENSKT FRILUFTSLIV

### ***Fakta om Svenskt Friluftsliv, [www.svensktfriluftsliv.se](http://www.svensktfriluftsliv.se)***

**SVENSKT FRILUFTSLIV ÄR TALESMAN** för de ideella friluftorganisationerna i Sverige. Svenskt Friluftsliv arbetar för att bevara och utveckla förutsättningarna för ett aktivt friluftsliv och värna allemansrätten. Målet är att människor i Sverige ska ha möjlighet att utöva ett aktivt friluftsliv – idag och i framtiden.

**SVENSKT FRILUFTSLIV HAR 21 MEDLEMSORGANISATIONER:** Cykelfrämjandet, Friluftfrämjandet, Korpen, Riksförbundet Hälsöfrämjandet, Riksförbundet Sveriges 4H, Sportfiskarna, Svenska Brukshundklubben, Svenska Båtunionen, Svenska Cykelsällskapet, Svenska Folksportförbundet, Svenska Frisksportförbundet, Svenska Gång- och Vandrarförbundet, Svenska Jägareförbundet, Svenska Kanotförbundet, Svenska Kennelklubben, Svenska Klätterförbundet, Svenska Kryssarklubben, Svenska Livräddningssällskapet, Svenska Orienteringsförbundet, Svenska Scoutrådet och Svenska Turistföreningen.

**Läs mer på: [www.merfriluftsliv.nu](http://www.merfriluftsliv.nu)**

Svenskt Friluftsliv, Instrumentvägen 14, 126 53 Hägersten  
**TEL:** 08-549 041 21 **FAX:** 08-447 44 44  
**E-POST:** [info@svensktfriluftsliv.se](mailto:info@svensktfriluftsliv.se) **WEBB:** [www.svensktfriluftsliv.se](http://www.svensktfriluftsliv.se)



Svenskt Friluftsliv