



”Så kan kommunen stärka
folkhälsan genom
friluftsliv
och på köpet vinna
utmärkelsen Sveriges
friluftskommun”

Pontus Björkman, sakkunnig friluftspolitiska frågor
pontus.bjorkman@friluftsframjandet.se





Friluftsförbundet – en pig 133-åring

- 1892
- Syfte: Genom friluftsliv verka för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen.
- 110 000 medlemmar i 300 lokalavdelningar
- Friluftsakademin – 1500 nya utbildade ledare varje år
- 300 förskolor/skolor – I Ur och Skur, Skogsmulle i förskolan och Skogshjältarna
- 8 miljoner aktivitetstimmar



- 2 miljoner barn sedan starten
- Rörelseglädje och kunskap om naturen
- Skapar livslång relation till naturen under devisen "inte störa och inte förstöra".
- 11 Skogsmullestigar i Skånes naturreservat – om allemansrätten och naturen



Friluftsliv Framjandet och Skogsmulle har länge arbetat för att barn ska få vara ute i naturen.

FOTO: DANIEL OHLSSON

Värdet av att lära sig lukta på mossan

DEBATT

Finns det något bättre än att hoppa i vattenpölar, lukta på mossan, klättra i träd? Springa fort genom skogen, stanna upp och bara njuta?

Det tycker inte Skogsmulle som i år fyller 65 och firar det genom att förbättra väcka barns rörelseglädje och nyfikenhet på naturen. Skogsmulles lockrop "Hej kollikok", som hörts i så många skogsläntor med förväntansfulla barn har aldrig varit viktigare än i dag.

Unga i Sverige tillbringar 70 procent av sin vakna tid stillavittande. Andelen

ren är. I Västerbotten finns 39 utbildade ledare som bidrar med kunskap och är nyfikna på vad barn tänker, gör och kan i naturen.

Forskningen blir allt samstämmigare. Att söra sig i naturen bidrar till fysisk och psykisk hälsa. Det kan minska negativa känslor och stress, och stärka självkänslan. Bara att leva i närheten till natur kan kopplas samman med förbättrad

vision i friluftsliv som de har rätt till. I en enkät som Friluftsliv Framjandet låtit göra svarar sex av tio kommunpolitiker att det är oeröande att skolans elever förutsättningar att ge barn erfarenhet av friluftsliv.

Det finns mycket som kommuner kan göra för att stimulera barns och vuxnas rörelse i naturen.

Ge goda förutsättningar för det lokala friluftslivets utveckling. Skogsmulle och annan friluftsvetenskap.

Uppmuntra kommunens förskolor och skolor att arvröda naturen som klassrum genom att förbilda personal och förse dem med material om stomhus-



Skogsmulle lär barnen hur de ska ta hand om djur och natur.

FOTO: ILLUSTRATION AV LARS BJÖLLSTEN

joner barn fått höra Skogsmulles lockrop. Friluftsliv Framjandets engagerade

sinnen uppleva den natur som vi delar med så många andra arter.

Att bli "krisvis"



Beredskapsdagen

Ett nytt lärmateriel för en friluftsdag för skolelever på tema beredskap.



DAGENS NYHETER.

Nyheter Sverige Världen Ekonomi Kultur Sport Klimatet Ledare DN Debatt

DN DEBATT

DN Debatt. "Flertalet svenskar har inte övat inför krissituationer"



UPPDATERAD 2022-12-15 PUBLICERAD 2022-12-15



Kunskapen om krisberedskap är lägre hos unga, och kvinnor har i lägre utsträckning än män övat sina färdigheter, skriver Friluftsförbundet. Foto: Jonas Lindkvist



Så kan kommunen stärka folkhälsan genom friluftsliv

1. Forskningen och siffrorna bakom friluftslivets samhällsbidrag
2. Jämförelse mellan enkätsvar från drygt 4700 kommunpolitiker och 219 kommuner om centrala friluftslivsfrågor
3. Rekommendationer: Så kan kommunen och dess politiker skapa ett friluftslif

Rapport, november 2025

Västra Götaland: Så tycker kommunpolitikerna i tolv friluftspolitiska frågor

Frågor	Så svarade kommunpolitikerna i länet					
1. Anser du, som förtroendevald, att det är viktigt att kommunen skapar goda förutsättningar för ett aktivt friluftsliv?	Ja, i mycket hög grad 71,1 % (555 svarande)	Ja, i ganska hög grad 26,2 % (205 svarande)	Nej, i liten grad 2 % (16 svarande)	Nej, inte alls 0,1 % (1 svarande)	Tveksam, vet ej 0,5 % (4 svarande)	
2. En politiskt antagen friluftsstrategi skapar enligt Naturvårdsverket förutsättningar för förvaltningen att arbeta systematiskt med frågor som rör friluftslivet. Anser du att kommunpolitiken ska anta en friluftsstrategi eller stärka den som finns?	Ja, i mycket hög grad 37,4 % (291 svarande)	Ja, i ganska hög grad 42,4 % (330 svarande)	Nej, i liten grad 9,4 % (73 svarande)	Nej, inte alls 2,3 % (18 svarande)	Tveksam, vet ej 8,5 % (66 svarande)	
3. Vetenskapliga studier visar att personer som har nära till grönområden går ut oftare, är mindre stressade, håller sig friskare och lever längre statistiskt sett än de som bor längre ifrån. Anser du att kommunen ska ta större hänsyn till den tätortsnära naturen och friluftsliv i samband med den fysiska planeringen?	Ja, i mycket hög grad 49 % (381 svarande)	Ja, i ganska hög grad 42,5 % (331 svarande)	Nej, i liten grad 6,3 % (49 svarande)	Nej, inte alls 0,6 % (5 svarande)	Tveksam, vet ej 1,5 % (12 svarande)	
4. Friluftslivet berör områden som samhällsplanering, fritidsfrågor, naturvård, skolan, vården med mera. Anser du att din kommun bör stärka samordningen mellan förvaltningarna i friluftslivsfrågor?	Ja, i mycket hög grad 39,3 % (305 svarande)	Ja, i ganska hög grad 41,8 % (325 svarande)	Nej, i liten grad 10,4 % (81 svarande)	Nej, inte alls 2,2 % (17 svarande)	Tveksam, vet ej 6,3 % (49 svarande)	

Västra Götaland: Så svarade kommunerna på 14 frågor i Sveriges friluftskommun 2025

Kommunerna	1. Har kommunen en tjänsteperson (eller flera) med uttalat ansvar för frågor gällande kommunens verksamhet inom friluftsliv?	2. Har kommunens översiktsplan ett avsnitt om friluftsliv, där ambitionerna framgår tydligt och är beslutade eller aktualitetsprövade de senaste fyra åren?	3. Har kommunen en politiskt antagen friluftsplän, grönplan, friluftsstrategi eller friluftspolicy med exempelvis mål, riktlinjer och planering för friluftsliv?	4. Finns naturturism med som en strategisk fråga eller tydligt införlivat i ett eller flera styrdokument (t ex näringslivsplan)?	5. Har kommunen ett friluftsråd eller liknande (för dialog med friluftsförbund, markägare med fler) i kommunen)?	6. Har kommunen en samverkans- eller planeringsgrupp för friluftsliv där flera verksamhetsområden ingår (t ex planering, näringsliv, kultur, fritid, markförvaltning, naturvård, skola)?	7. I vilken utsträckning arbetar kommunen med att bevara, utveckla eller restaurera bostadsnära naturområden för friluftsliv i syfte att stimulera mer utevistelse?
Ale	Ja	Nej	Nej	Ja	Nej	Nej	I begränsad utsträckning
Alingsås	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej	Ja	I stor utsträckning
Bengtsfors	Ja	Nej	Nej	Vet ej	Nej	Nej	I begränsad utsträckning
Bollebygd	Ja	Ja	Nej	Vet ej	Nej	Nej	I begränsad utsträckning
Borås	Ja	Ja	Nej	Nej	Ja	Ja	I stor utsträckning
Gullspång	Nej	Vet ej	Nej	Nej	Nej	Nej	I begränsad utsträckning
Göteborg	Ja	Ja	Ja	Ja	Nej	Ja	I stor utsträckning



”Stödja människors möjligheter att vistas ute i naturen och utöva friluftsliv där allemansrätten är en grund. Alla människor ska ha möjlighet att få naturupplevelser, välbefinnande, social gemenskap och ökad kunskap om natur och miljö.”

18 skäl för kommuner att satsa på friluftsliv

- 4 av 5 fem barn når inte rekommendationen om en timmes fysisk aktivitet per dag
- Andelen barn som vistas varje dag i naturen sjunkit från 78 procent 2003 till 49 procent 2019
- Hälften av de vuxna är överviktiga och har en hälsofarligt dålig kondition
- Psykiska ohälsan och upplevelsen av ensamhet har ökat kraftigt
- Den psykiska ohälsan kostar fem procent av BNP



”Skolbarn som är mer fysiskt aktiva rapporterar högre livstillfredsställelse och mindre besvär med nedstämdhet, irritation, nervositet och sömnproblem, jämfört med barn som är mindre fysiskt aktiva. Samma mönster går att se i internationell forskning.”

Barns och ungas rörelsevanor – mer rörelsefrämjande samhällen behövs



”Personer som har nära till grönområden går ut oftare, är mindre stressade, håller sig friskare och lever längre statistiskt sett än de som bor längre ifrån”

visar Naturvårdsverkets
kunskapssammanställning
[Naturen som kraftkälla](#)



”De positiva hälsoeffekterna av stadsgrönska är oftast mest påtagliga i socialt utsatta områden. Skillnader i fysisk aktivitet mellan olika befolkningsgrupper minskar när det finns goda möjligheter att röra sig utomhus.”

Världshälsoorganisationen (WHO)



”Hälsovinster för barn av att vistas i gröna miljöer är välbelagda inom en rad områden som påverkar deras fysiska och psykiska hälsa och utveckling.”

Ur kunskapssammanställningen ”Grönskans kvaliteter och barns hälsa” från Folkhälsomyndigheten.



Folkhälsomyndigheten om friluftsliv



”Vår sinnesstämning påverkas ofta positivt, motståndskraften ökar och risken för till exempel depression kan minska.”



”Vistelse i naturen kan förbättra vår kognitiva utveckling, öka koncentrationen, förmågan att hantera stress.”



” Det finns forskare som till och med menar att vi skulle bli lyckligare om vi fick en starkare koppling till naturen.”

Fyra av tio svenskar lider av psykisk ohälsa – Per är en av dem:

"Jag tackar skogen för att jag lever"

Den psykiska ohälsan ökar i Sverige. Fyra av tio uppger att de har problem med stress, nedstämdhet, ångest och sömnproblem.

Samtidigt som forskning visar att friluftsliv är ett vapen mot psykisk ohälsa ligger svensk vård långt efter på området. Varför är det så?

Magasin Friluftsliv har talat med en forskare, en politiker – och med Per Danstad, som tackar naturen för att han lever i dag.

Han har gjort sin resa, Per Danstad. Minst sagt. Han var nere på knä, "i stort sett uträknad", enligt honom själv, men kom upp på fötter igen på nio. På ett sätt bär han dessutom resan med sig, den kroniska depressionen och ångesten väger tungt i ryggsäcken.

Förutom när han är i naturen.

– Jag älskar skogen. En stubbe i en glänta med en kopp kaffe, att sitta där och lyssna på

slämt. För mig har skogen varit livsavgörande; det är tack vare den som jag lever. Och tack vare "Häng med oss ut", berättar Per Danstad.

Men vi backar lite, för det fanns ett tillfälle när Per kände att den enda lösningen var att ge sig själv slutet, men något djupt därinne gjorde att han ändå sökte hjälp på psykiakuten i Lund.

Under den månad han fick tillbringa på psykiatriavdelningen fick han frågan om han hade några



Betydelsen av friluftsliv runt knuten

- 9 av 10 svenskar: friluftsliv är bra för hälsan
- 7 av 10: upplever återhämtning i naturen
- 8 av 10: friluftsliv bidrar till en mer meningsfull vardag
- 4 av 10: tillgången till friluftsliv är viktig när man väljer bostadsort

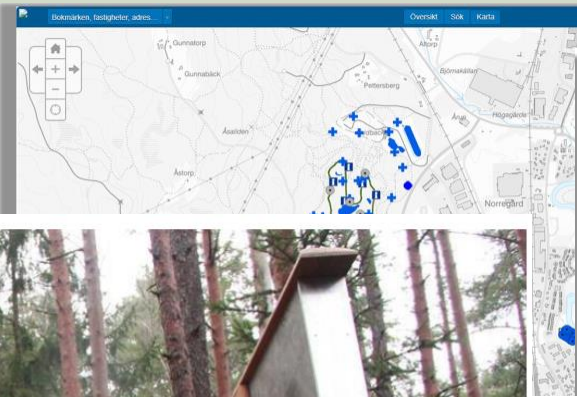


EU:s strategi för biologisk mångfald 2030

”Naturen är lika viktig för vårt mentala och fysiska välbefinnande som den är för vårt samhälles förmåga att hantera globala förändringar, hälsohot och katastrofer. Vi behöver naturen i våra liv.”

Värnamos friluftslivsresa från plats 172 till 1 på sex år





Hur viktigt är det för dig att kunna utöva friluftssaktiviteter?

Namn	Antal	%
Mycket viktigt	380	76

X-rundor i Värnamo kommun

Mer information om x-rundorna hittar du på varnamo.se/halsorundor
Ladda ner appen i Appstore eller Google Play. Appen heter Xrundan

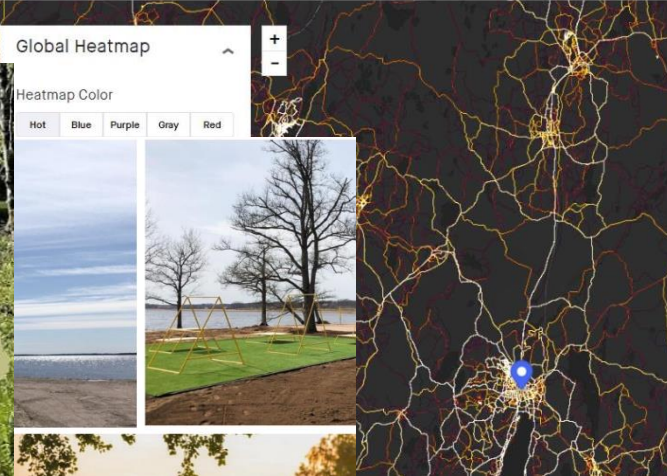




ing är prioriterat



**Lokala
Naturvårds
satsningen**



KONSEKVENSBESK
Antagen av Komm



- Antalet arbetstillfällen inom friluftsliv och naturturism ökat från 76 000 till 167 000 på femton år.
- Årliga utgifter för friluftsliv uppgår till 191 miljarder kronor.
- Sveriges natur rankas högst av anledningar att semestra i Sverige av danskar, fransmän, tyskar och amerikaner – och av svenskarna själva.
- Statens fastighetsverk: 87 procent av svenskarna tycker att det är viktigt eller mycket viktigt att bevara skyddsvärda skogar, marker och öar.



Starkt stöd för friluftsliv oavsett partifärg

- 71 procent av kommunpolitikerna i Västra Götaland anser att det i mycket hög grad är viktigt att kommunen skapar goda förutsättningar för ett aktivt friluftsliv.
- Tillkommer gör 26 procent som anser att det är viktigt i ganska hög grad.

”Många kommuner behöver en friluftsstrategi”

Viljan att få ut mer av friluftslivets samhällsnyttor är stark bland Sveriges kommunpolitiker, oavsett partifärg, skriver Kristina Ljungros, generalsekreterare för Friluftslivsfrämjandet.

Publicerad: 13 maj 2024, 05:30

Det här är opinionsmaterial

Åsikterna som uttrycks här står skribenten/skribenterna för.



Kristina Ljungros, generalsekreterare för Friluftslivsfrämjandet.

Ska kommunpolitiken anta en friluftsstrategi eller stärka den som redan finns?

Åtta av tio kommunpolitiker i Västra Götaland svarar Ja i mycket eller ganska hög grad

Hur stor andel av kommunerna har en politiskt antagen friluftsstrategi, enligt Sveriges Friluftskommun?

- Tre av tio kommuner har en politiskt antagen strategi

(Fyra av tio om man räknar med grönplan)

Ska kommunen stärka samordningen mellan förvaltningarna i friluftslivsfrågor?

- Åtta av tio av kommunpolitiker i Västra Götaland anser att kommunen *i mycket eller ganska hög grad* ska stärka samordningen

Vad gör kommunerna?

- Fyra av tio kommuner i Västra Götaland har en samverkansgrupp för friluftsliv där flera verksamhetsområden ingår så som planeringsfrågor, markförvaltning, fritid, naturvård, skola och näringsliv
- Fyra av tio kommuner i Västra Götaland har ett friluftsråd för dialog med friluftorganisationer, markägare med fler i kommunen

Ska kommunen satsa mer resurser på att väcka barns rörelseglädje i naturen?

Nästan nio av tio kommunpolitiker i Västra Götaland är positiva till att satsa mer resurser

Vad gör kommunerna?

En tredjedel av kommunerna svarar att de gjort *omfattande aktiviteter* för att stimulera barn och ungdomar till friluftsliv på fritiden

(resten begränsade aktiviteter eller inga)

Ska kommunen ta större hänsyn till den tätortsnära naturen i samband med den fysiska planeringen?

- 92 procent av kommunpolitikerna i Västra Götaland svarar att kommunen Ja, i mycket hög grad eller Ja i ganska hög grad ska ta större hänsyn till den tätortsnära naturen i samband med den fysiska planeringen

Vad gör kommunerna?

Hälften av Västra Götalands kommuner arbetar i stor utsträckning med att bevara, utveckla eller restaurera bostadsnära naturområden för friluftsliv.

(resten i begränsad utsträckning eller inte alls)

Ska kommunen satsa på naturaktiviteter inom socialpsykiatri och primärvården?

Nästan åtta av tio kommunpolitiker i Västra Götaland är positiva



Friluftsrådet håller kursen "Häng med oss ut" för personal inom bland annat kommun i hur de kan arbeta mot psykisk ohälsa. För Jennie Fylking och Frida Öhman har naturträffarna hjälpt dem däre.

Frida: "Jag skulle säga att naturen har räddat mitt liv"

HÄLSA

Från isolering och meningslöshet till nyfikenhet och glädje. Genom regelbundna träffar i skog och natur upplever Frida Öhman och Jennie Fylking att livet har blivit bättre.

— Det är ingen raketforskning, de flesta vet att man mår bra av att vara ute i naturen, säger Mats Eklycke från Friluftsrådet.

Vattnet glittrar i höstsolen och bräsen sprider sig och letar sig in i kläderna.

Plötsligt hörs glada tjoanden från två kvinnor som sitter vid eldstaden. De har

lyckats göra upp en eld med hjälp av tändstål.

I Hallnors naturreservat utanför Uppsala samlas ett tjugotal personer under två dagar för att lära sig några grund-

läggande saker om friluftsliv. De som lär sig är en blandad skara med anställda från bland annat vårdcentraler, socialpsykiatri och rättspsykiatri runt om i landet. Syftet är att de i sin tur ska använda metoden som ett verktyg mot psykisk ohälsa.

Det lagas hamburgare över öppen eld, huggs ved och undervisas mellan trädstammarna. En av de ansvariga är Mats Eklycke, verksamhets- och utbildningsansvarig på Friluftsrådet, Region Mälardalen.

Hans knäförestärka byxor med många fickor antyder att det inte är första gången han är i naturen.

—Många är lite rädda för naturen, vi

”Första gången hade jag väldigt mycket ångest, men alla var så snälla och tillåtande. Man får komma precis som man är.”
Frida Öhman

försöker visa att det är ganska enkelt, säger han.

Metoden som lär ut heter "Häng med oss ut" och har utvecklats av Friluftsrådet efter idé av arbetsterapeuten Therese Rosenqvist. Den bygger på kamrattstöd, återhämtning, aktivitetens betydelse för hälsa och naturens positiva effekter. Friluftsrådet erbjuder kursen som en länk och utbildar de som i sin tur möter människor med psykisk ohälsa.

Jennie Fylking är en av dem som har fått hjälp genom metoden. Efter att under 13 år ha kämpats med depression var hon, som hon beskriver det, färdig i sitt eget hem. Hon ville men kunde inte

- Nästan två av tre kommunpolitiker i Västra Götaland anser att kommunen ska erbjuda skolorna en utomhuspedagog eller liknande med uppdrag att stödja lärare som vill genomföra friluftsdagar.
- Tre av fyra kommunpolitiker i är positiva till att kommunens skolor ska erbjuda elever i grundskolan utomhusundervisning.



Foto: Jonas Ekströmer/TT

▶ Friluftsförbundet vill återinför obligatoriska friluftsdagar: "En lösning på stillasittande"

6:34 min ➦ [Dela](#)

Publicerat fredag 22 november kl 07.00

Tre av fyra
kommunpolitiker i
Västra Götaland anser
att kommunen *i mycket
eller ganska hög grad*
ska satsa mer resurser
på det organiserade
friluftslivet och
friluftsinfrastrukturen.



Nästan sex av tio kommunpolitiker i Västra Götaland är positiva till att överväga ett mer naturnära skogsbruk på mark som ägs av kommunen.

Borgholms kommun vill genom 100 procent hyggesfria skogsbruksmetoder skapa ”fler ekosystemtjänster från skogen, så som vattenrening och flödesreglering, rekreation och friluftsliv och biologisk mångfald.”

Kommuner stoppar kalhyggen – sänker krav på avkastning

Publicerad: 4 september 2023, 12:53

★ För dig som är prenumerant



Målet är att det ska vara trevligt att vistas i skogen, förklarar Västerviks skogsförvaltare Jonas Bengtsson.

Foto: Fredrik Loberg

Kommuner på flera håll i landet har valt att helt sluta med kalhyggesavverkning. Några av de senaste exemplen är Borgholm, Trollhättan och Luleå – där man ser andra värden i sina skogar än virkesintäkter. ”Trivseln som levande skogsområden skapar är svårt att värdera i pengar”, säger Västerviks kommuns skogsförvaltare Jonas Bengtsson.

Ska allemansrätten bibehållas och nya inskränkningar undvikas?

- 69 procent av kommunpolitikerna i Västra Götaland svarar *Ja i mycket hög grad*
- 22 procent svarar *Ja, i ganska hög grad*



Kommer nedskärningarna av statliga anslaget för skötsel av värdefull natur påverka det lokala friluftslivet?

- Drygt 6 av 10 kommunpolitiker i Västra Götaland svarar ja i mycket eller ganska hög grad



Den tätortsnära naturen är vår största och billigaste arena för motion, rörelseglädje och välbefinnande.

Brittisk forskning visar att varje pund som det offentliga satsar :

- på fysisk aktivitet ger nästan fyra pund tillbaka.
- på den tätortsnära skogen ger 20 pund tillbaka i form av ekosystemtjänster så som rekreation, hälsa, välbefinnande, klimatanpassning och kolsänka

NYHETER

Skogsstöds områden



Nedskärningar i budgeten slår hårt mot naturen

Förledade arbetsställen, minskat underhåll på vandringsleder och långsiktiga hot mot den biologiska mångfalden. Landets samtliga länsstyrelser uppger för FN att regeringens kraftiga nedskärningar slår mot skogens och skogsstöds områden. Och effekterna kommer att bli allvariga, långtgående och även irreversibla, säger Jonas Ekstrand på Tyresta nationalpark.

Enligt en rapport från svenska naturvårdsmyndigheter, som publicerats i slutet av 2014, har de svenska länsstyrelserna beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

Enligt en rapport från svenska naturvårdsmyndigheter, som publicerats i slutet av 2014, har de svenska länsstyrelserna beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

Enligt en rapport från svenska naturvårdsmyndigheter, som publicerats i slutet av 2014, har de svenska länsstyrelserna beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

NYHETER

Skogsstöds områden



Stor påverkan över hela landet – några exempel.

1. **Nordstern** Lätt att förstås att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

2. **Västmanland** Västmanland har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

3. **Småland** Småland har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

4. **Östergötland** Östergötland har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

5. **Skåne** Skåne har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

6. **Östergötland** Östergötland har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

7. **Småland** Småland har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

8. **Östergötland** Östergötland har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

9. **Skåne** Skåne har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

10. **Östergötland** Östergötland har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

11. **Småland** Småland har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

12. **Östergötland** Östergötland har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

13. **Skåne** Skåne har beslutat om nedskärningar i skogsstöds områden. Detta innebär att skogen inte längre får underhållas och skogsstöds områden inte längre får skötas. Detta innebär att skogen inte längre får skötas och skogsstöds områden inte längre får skötas.

Opinionsundersökning 2024

”Vilka insatser tror du skulle få fler människor att röra på sig?”. Högst på listan hamnar:

- 1) satsningar på motionsspår, vandringsleder, friluftsområden och naturreservat (49 procent),
- 2) stöd till föreningar som har aktiviteter som är lätta att börja med för nybörjare (46 procent) och
- 3) ekonomiskt stöd till barnfamiljer (41 procent).



Fem rekommendations- områden

- Anta en strategi för friluftslivet som ger förvaltningarna ett mandat att arbeta systematiskt med att utveckla friluftslivets förutsättningar
- Stimulera barns och ungas naturvistelse genom utomhuspedagogik och friluftsliv
- Ge civilsamhället goda förutsättningar att skapa gemenskap och stärka folkhälsan
- Använd friluftsliv och naturens läkande kraft inom socialpsykiatri och omsorgen
- Använd de vägledningar och kunskapssammanställningar som finns



Jönköping – Sveriges Friluftskommun 2025

- En tredje friluftspan nu. Kopplad till friluftspolitiska målen. Ger riktning, mandat och legitimitet.
- Samarbetet med föreningsliv, besöksnäring och markägare.
- Friluftsförbundet Öxnegården avgörande för utmärkelsen i år.
- Interna friluftsråd, tjänstepersoner från samtliga kommunala förvaltningar
- Forum med politiker – "friluftspolitiska ambassadörer" – från fem nämnder
- Utvecklingsmedel som smörjmedel när budgetansvaret faller mellan stolarna



Vad kan man göra som tjänsteperson?



- Våga tro på det!
- Ni är experterna! Föreslå en förstudie.
- Utgå från kommunala styrdokument, lagar och nationella målen för friluftslivet.
- Samhällsnyttorna och det nya kunskapsläget. 18 skäl!
- Låg kostnad med stor utväxling!
- Arrangera möten och seminarier, gärna i naturen (så man passerar det som kan utvecklas). Goda exempel från andra kommuner!
- Förankra, kommunicera, skapa stolthet!
- Svara på enkäten till Sveriges friluftskommun.
- Tålamod! Plötsligt står fönstret på glänt.

Friluftskommunerna på 14 frågor i Sveriges friluftskommun 2025

2. Har kommunens översiktsplan ett avsnitt om friluftsliv, där ambitionerna framgår tydligt och är beslutade eller aktualitetsprövade de senaste fyra åren?	3. Har kommunen en politiskt antagen friluftslivsplan, grönplan, friluftsstrategi eller friluftspolicy med exempelvis mål, riktlinjer och planering för friluftsliv?	4. Finns naturturism med som en strategisk fråga eller tydligt införlivat i ett eller flera styrdokument (t ex näringslivsplan)?	5. Har kommunen ett friluftsråd eller liknande (för dialog med friliftsorganisationer, markägare med fler) i kommunen)?	6. Har kommunen samverkans- eller planeringsgrupp för friluftsliv där flera verksamhetsområden ingår (t ex planering för näringsliv, kultur, fritid, markförvaltning, naturvård, skola)?
Nej	Nej	Ja	Nej	Nej
Nej	Nej	Nej	Nej	Ja
Nej	Nej	Vet ej	Nej	Nej
Ja	Nej	Vet ej	Nej	Nej
Ja	Nej	Nej	Ja	Ja
Vet ej	Nej	Nej	Nej	Nej
Ja	Ja	Ja	Nej	Ja
Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
Nej	Nej	Nej	Ja	Nej
Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
Ja	Ja	Nej	Ja	Ja
Nej	Nej	Nej	Nej	Nej
Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
Ja	Nej	Nej	Nej	Nej

Några kalendertips

- 20/11: I Ur och Skur 40 år
- 14, 17, 25, 26 november: Info-möten om Häng med oss ut – friluftsliv för psykisk hälsa
- 1/12, 12/1, 16/2 : Info-möten om Skogsmulle i förskolan
- 27/1: Konferens: Grön rehabilitering



Naturen gör skillnad – nu tar vi nästa steg

En konferens om friluftsliv och folkhälsa

Spara datumet!

Tisdag 27 januari 2026
Kulturhuset, Stockholm

Friluftsförbundets kanaler för samhällsinriktad information:

- **Hemsida:** www.friluftsfremjandet.se/om-oss/
- **LinkedIn:** Friluftsförbundet
- **Nyhetsbrevet Friluftsförbundet Analys:**
www.friluftsfremjandet.se/om-oss/press-opinion/nyhetsbrevet-analys/
- **Pontus Björkman**
sakkunnig friluftspolitiska frågor
pontus.bjorkman@friluftsfremjandet.se
073-7711850



FRILUFTS
FRÄMJANDET