

## ”FRILUFTSLIV OG PSYKISK HELSE” – PROSJEKT NFK 4102 – FAKTAARK

**Forankring:** Prosjektet har sin forankring i Nordisk Ministerråds ”Miljøhandlingsprogrammet 2005 – 2008” der ”Miljø og sundhed” er et gjennomgående tema. Ministerrådet fokuserte på fire hovedtemaer i denne perioden. Hovedtema 1, ”Miljø og sundhed” har i sitt underkap.1.3 ”Folkesundhed og naturopplevelse” bl.a. et mål om *å analysere sammenhengene mellom friluftsliv og folkesundhed*. Videre har hovedtema 3, ”Natur, kulturmiljø og friluftsliv” i sitt underkap. 3.3 mål om *å sikre det tradisjonelle nordiske friluftsliv*. Under sitt formannskap i 2006 lanserte Norge prosjektet ”Friluftsliv og psykisk helse”. Dette prosjektet skulle følge opp miljøhandlingsprogrammet på de to punktene. Formålet var å etablere en *plattform* for de nordiske lands arbeid med friluftsliv og psykisk helsevern gjennom bl.a. å samle inn nordiske erfaringer.

**Hensikt:** De siste års fokus på livsstilssykdommer og økende inaktivitet i den nordiske befolkningen har i stor grad vært rettet mot *de fysiske* konsekvenser dette har for folkehelsen (muskel- og skjelettplager, hjerte- og kar, diabetes 2, overvekt/fedme med mer). Hensikten med dette prosjektet har vært å se nærmere på de sammenhenger og utfordringer som knytter seg til menneskets aktivitet i og møte med natur og de *psykiske* virkningene av dette. Siktemålet har vært å få fram nordisk kunnskap om de *positive*, helsebringende sammenhengene - både på et allment forebyggende og på et terapeutisk plan. Prosjektet har ikke hatt hovedfokus på friluftslivets plass i psykiatrien.

**Mål:** Det vises til Norges program for formannskapet i Nordisk Ministerråd (NMR) ”Det nye Norden – fornyelse og samarbeid i Nord-Europa” – 2006 (kap. 4.7 s. 38). I miljøkapitlet er prosjektet presentert under ”Lokaldemokrati og medvirkning i miljø- og bærekraftsarbeidet” med følgende mål:

*Det skal etableres en plattform for de nordiske lands arbeid med friluftsliv og psykisk helsevern gjennom bl.a. å samle inn nordiske erfaringer.*

**Prosjektperiode:** Et politisk initiativ til prosjektet ble tatt av daværende miljøvernminister Knut Arild Hareide høsten 2005 under ”Friluftslivets år” i Norge. NFK bevilget økonomisk støtte til å utvide dette til et nordisk prosjekt i sine budsjetter for 2006 og 2007. Prosjektet ble avsluttet formelt 15. mai 2009.

**Prosjektledelse og sekretariat:** Seniorrådgiver Espen Koksvik i Miljøverndepartementet (N) har vært prosjektleder i hele perioden. Prosjektet hadde under sin intensivperiode (2006 og 2007) sekretariat på Natur-Kultur- og Helsesenteret (NaKuHel) i Asker, Norge. Av den grunn er NaKuHel oppført som forvaltningsorgan og ansvarsperson har vært daglige leder Kristin Bredal Berge. Regnskapet for støtten fra NFK er ført av NaKuHel og revidert av deres revisor. Videre har det vært en prosjektgruppe knyttet til sekretariatet foruten en nordisk styringsgruppe – som i praksis fungerte som en referansegruppe. (Se rapportens forord).

**Økonomisk støtte fra NFK (TEG):** Det er bevilget i alt DKK 370.000,- for perioden 2006-2007.

**Ekstern økonomisk støtte:** I tillegg er det bevilget NOK 1.025.415,- i perioden 2005-2009 fra Miljøverndepartementet (N) samt ulike offentlige og private ”sponsorer”.

**Resultater:** Prosjektet har hatt flere faser og nådd ulike delmål underveis. *Plattformen* bestod ved prosjektets avslutning av følgende fem hovedelementer:

1. Nettverk (Etablert på nordisk plan og nasjonalt i Norge.)
2. Forskersamarbeid (Etablert nettverk og prosess i gang med sikte på felles nordisk forskningsprogram.)
3. Nordisk, tematisk hjemmeside ([www.friskinaturen.org](http://www.friskinaturen.org)). Dette domenenavnet er primo 2010 overført til det nye nordiske folkehelseprosjektet "Frisk i naturen".
4. a) Nordisk konferanse gjennomført sept.-07 i Asker, Norge. (125 deltakere fra fire nordiske land.)  
b) Rapport fra konferansen er publisert og sendt NFK-gruppen, samtlige deltakere og innledere (juni-08.)
5. Nordisk rapport om sammenhengen naturopplevelse, friluftsliv og psykisk helse. (Prosjektets sluttrapport publisert 1. juni 2009). \*

**Anbefalinger:** Målet har vært å etablere en plattform for de nordiske lands videre arbeid på dette feltet – både nasjonalt, i en nordisk kontekst, men også med tanke på mulig overføringsverdi til andre deler av Europa innen rammen av samarbeidet i EU eller WHO-Europa. Prosjektet har ikke hatt til hensikt å generere nye, vitenskapelige data, men å sette sammen tilgjengelig kunnskap til et slags nordisk "manifest" som basis for videre policy-utvikling på feltet. Hvordan dette kan omsettes i praksis, må diskuteres i andre, egnede fora - både offentlige og ideelle - med et tverrfaglig perspektiv og i dialog med aktuelle brukerinteresser.

**Oppfølging:** Rapportens sammenfatning kan danne basis for et slikt manifest, og hensikten har altså vært å berede grunnen for et bedre kunnskapsgrunnlag, en bred debatt, utvikling av anbefalinger og ny policy. Til slutt i rapportens sammenfatning pekes det på hva en bør bygge videre på med tanke på videre oppfølging.

- **Besluttet:** Oppfølging av plattformen bringes videre inn i det nordiske nettverket av friluftslivs-organisasjoner og deres satsing på friluftsliv og folkehelse i samarbeid med helsemyndighetene framover. NFK (nytt navn er TEG) har besluttet å støtte dette prosjektet økonomisk ut 2011. (se [www.friskinaturen.org](http://www.friskinaturen.org))

- **Forslag til diskusjon:**

- a) Finland inviteres til å supplere materialet fra prosjektet i form av et notat med oversikt over aktuelle prosjekter, forskning og erfaringer. Dette kan gjerne foreligge på engelsk. Materialet bør legges ut på websiden [www.friskinaturen.org](http://www.friskinaturen.org) for å komplettere det nordiske bildet. Det ville vært hensiktsmessig om det ble satt en frist for dette.
- b) Interesserte nordiske grupper under NMR på tema miljø, landbruk og ikke minst helse, inviteres til å drøfte mulig videre samarbeid om temaet hva gjelder anbefalinger til politisk nivå og samordnet, nordisk forskning.
- c) MD (N) har tatt ansvar for en engelsk oversettelse av kapitlet "Naturopplevelse og folkesunnhet – sammenfatning" ("Report extract in English: The Nature Experience and Mental Health"). Rapporten \* er (mai-2010) publisert som et kulørt særtrykk og vil bli lagt ut på hjemmesidene (se over.)
- d) MD (N) anmodes om å ta ansvar for å utarbeide en popularisert Power-point-presentasjon om prosjektet og dets hovedbudskap på ett nordisk språk.

01.05.2010

Espen Koksvik,  
Forhenværende prosjektleder

\* Begge publikasjonene kan bestilles på:  
[bestilling@klif.no](mailto:bestilling@klif.no)