

6 december – Stora scen/digitalt program

10.15-10.30 Inledning med konferensens arrangörer och medskapare.

- Annika Ismarker, projektledare Friluftslivets år och Susanne Maarup, ordförande Svenskt Friluftsliv
- Marita Ljung, landshövding, Länsstyrelsen Jämtland
- Can Savran, kommunalråd och Peter Jansson, ordförande kommunfullmäktige, Åre kommun
- Patrik Jemteborn, konferencier

10.30-11.10 Luften är fri/Friluftslivets år – en sammanfattning

Friluftslivets år 2021 är Sveriges hittills största satsning på friluftsliv. Vi sammanfattar friluftslivets år – vad har gjorts av vem, vilka effekter har kampanjen haft och vad gick inte som vi hade tänkt. Vi tittar också närmare på en av de större satsningarna under året – Landshövdingestafetten.

Medverkande: Annika Ismarker, Ylva Berner, Sanna Ameln och Johan Faskunger, Svenskt Friluftsliv – Friluftslivets år.

11.10-12.00 Panelsamtal: Hur har olika friluftsanslag jobbat med Luften är fri

- Sportfiskarna, Christoffer Brugge
- Scouterna, Agnes von Essen & Tove Rehnman
- Varbergs kommun, Sebastian Larsson
- PINK, Friluftsförbundet Tyresö, Anna Ahlström
- Hej Främling! Östersund, Annika Christensson

12.00-13.00 Lunch

13.00-13.45 Samtal om strandskyddet

Medverkande: Maria Gardfjell, Miljöpartiet. Ann Britt Åsebol, Moderaterna.
Moderator: Cecilia Magnusson.

13.50-14.35 Föreläsning 1 – parallella spår: Må bra i och genom naturen

Inblick i några projekt som fått medel under Friluftslivets år på temat Må bra.

Det är "Häng med oss ut" som gör att jag orkar leva ett tag till – friluftsliv för bättre psykisk hälsa

Friluftsliv har en viktig roll i det hälsoförebyggande arbetet! Friluftsförbundet har tillsammans med flera skånska kommuner drivit friluftslivprojektet Häng med oss ut! Vi kommer få höra om projektet, resultat och vunna erfarenheter för hur man genom friluftsliv och naturkontakt kan främja hälsa och välbefinnande hos de som behöver det allra mest.

Medverkande: Therese Rosenqvist och Kamilla Pålsson, Friluftsförbundet Region syd & Sjöbo kommun.

Lära genom att göra i naturen på 4H-gården!

4H-gårdar är en unik plats, ofta i stadsmiljö, där barn och unga lär sig om föreningsdemokrati, samspel djur/natur enligt 4H:s motto "Lära genom att göra". På 4H är alla är välkomna så som de är. Föreläsningen fokuserar på det upplevelsebaserade lärande där vi reflekterar, bearbetar och testar nya färdigheter. Välkomna till en inspirerande stund med 4H!

Medverkande: Bodil Åström, Riksförbundet Sveriges 4 H.

Ain't no mountain too high!

Rädda Barnen har under 2021 bedrivit projektet Ain't no mountain too high med stöd från Friluftslivets år. Projektet har syftat till att underlätta friluftsliv för barn och familjer i utsatta områden i Örnsköldsvik och Östersund, i första hand nyanlända och asylsökande. En viktig pusselbit har varit barn- och ungdomars deltagande i planeringen av aktiviteter. Kom och lyssna på oss så får du veta mer om allt vi gjort!

Medverkande: Marie Forsberg och Maria Klavevik, Rädda Barnen.

Vardagsnära natur och folkhälsa

Metodstöd för vardagsnära natur. Det finns ett stort kommunalt behov av metodstöd för att bevara och utveckla vardags- och bostadsnära natur för ökad naturkontakt, friluftsliv och folkhälsa. Myndigheterna presenterar ett kommande metodstöd för kommuner och tipsar om ett kommande webinarium på temat. Medverkande myndigheter är Naturvårdsverket, Länsstyrelsen, Skogsstyrelsen och Folkhälsomyndigheten.

14.40-15.25 Föreläsning 7 – parallella spår: Inkluderande friluftsliv

Utmaningen att skapa mer inkluderande friluftsmiljöer för alla!

Användande av natur och friluftsliv sker idag inte på lika villkor. Det finns en begränsad kunskap om hur besöksmål i naturen kan bli mer inkluderande. I den här föreläsningen presenteras resultat från forskningsprojektet "Tillgängliga och inkluderande naturmiljöer", som drivs av forskare vid Mittuniversitetet och Östersunds kommun. Projektet syftar till att identifiera inom vilka områden som naturturismföretagen, liksom de offentliga organisationer som arbetar för att utveckla friluftsliv, kan öka tillgängligheten för alla.

Medverkande: Kristin Godtman Kling, Mittuniversitetet

Luften är Fri – Fri Luft, Fritt Liv!

Vi vill att alla ska känna sig välkommen ut i det fria. Blommorna längs med stigen visar stolt upp sina färger, precis som du. Naturen ser dig och accepterar dig för den du är. Du är alltid välkommen, fjällen står kvar och träden välkomnar dig hem. Vi har mycket natur och frihet att njuta av här i Sverige. Det är viktigt att vi tar till oss av den, värnar och vårdar den, och respekterar det liv som den ger. Lika stolta som Armstrong och Aldrin var när de satte flaggan på månen för 52 år sedan, kan vi höja prideflaggan i

den fria vinden ute i skogen och uppe på fjälltoppen. Hur inkluderande är besöksnäringen och destinationsbolagen? Vem vill man nå och varför? Vad krävs för att nå fler?

Medverkande: Preethi Huczkowski, RFSL Jämtland Härjedalen.

15.25-15.50 Paus, mingel och fika

15.50-16.35 Workshop 9 – parallella spår: Hur kan organisationer inom friluftslivet och näringslivet samverka för att främja friluftsliv?

Hur kan organisationer och näringslivet samverka för att få fler personer aktiva i friluftslivet? Näringslivet, föreningen, föreningens medlemmar och de som ännu inte är medlemmar har alla olika behov som behöver tas hänsyn till för att skapa lyckade samarbeten. Vi gör en behovsanalys för de olika intressenterna och diskuterar vad det skapar för möjligheter till samarbeten som gynnar alla parter.

Medverkande: Tomas Falk, Innocode & Annika Ismarker, Friluftslivets år.

16.40-16.55 Attraktiva mötesplatser för friluftsliv skapar mening för unga

Kultur- och Fritidsförvaltningen på Varbergs Kommun har under Friluftslivets år genomfört ett stort antal aktiviteter för att ta ut ungdomar och personer med utländsk bakgrund i friluftslivet. Ungdomsgården i Bua planerade och genomförde projektet "Blue Bua", ett projekt med havet som främsta rekvisita som gav ungdomarna tillgång en välbehövd och stressfri tillflyktsort alldeles vid stranden under hela sommaren.

Medverkande: Eva-Lena Henningsson och Rafael Zurbano, Varbergs kommun.

16.55-17.10 Prisutdelning och presentation av Årets naturvägledning 2021

CNV delar för andra gången ut pris till aktörer som tagit fram särskilt inspirerande naturvägledning. Per Sonnvik och Eva Sandberg från SLU Centrum för naturvägledning samt Susanne Maarup, ordförande från Svenskt Friluftsliv presenterar vinnarna som får utmärkelsen.

17.15-17.45 Sammanfattning av dagen

7 december – Stora scen/digitalt program

8.30-9.00 Framtidens friluftsliv, inledning

- Patrik Jemteborn, konferencier
- Anna Emmelin, Naturvårdsverket, ansvarig för Tankesmedjan
- Cecilia Magnusson, ordförande fördelningskommittén, Svenskt Friluftsliv

9.00-9.40 Friluftsliv och hållbar utveckling genom samverkan

Peter ger en överblick över de främsta hållbarhetsutmaningarna för det framtida friluftslivet samt redogör för arbetet som påbörjats inom forskningsprogrammet Mistra Sport and Outdoors. Christina presenterar därefter förslag för hur vissa av friluftslivets utmaningar kan lösas genom samverkan.

Medverkande: Peter Fredman och Christina Frimodig, Mistra Sport & Outdoors, Mittuniversitetet.

9.45-10.30 Workshop 11 – parallella spår: Framtidens friluftsliv i politiken.

Ingen kan sticka under stol med att politik och policyer är viktiga aspekter som påverkar förutsättningarna till friluftsliv. Cecilia leder en workshop med inbjudna beslutsfattare och politiker och diskuterar hur arbetet med friluftsliv kan stärkas rent politiskt och resursmässigt. Workshopen tar även upp relevanta friluftsfrågor som rör strandskyddsfrågan och allemansrätten.

Medverkande: En panel med politiker. Moderator: Cecilia Magnusson

10.30-10.55 Paus, mingel och kaffe

10.55-11.40 Workshop 16 – parallella spår: Hur kan friluftsliv bli en del av det förebyggande hälsoarbetet

Inledning med Matti Lejon, Sätt Östergötland i Rörelse, Region Östergötland. Styrelseledamot YFA – yrkesföreningar för fysisk aktivitet.

Hur tar vi hjälp av all forskning och erfarenhet om friluftslivets positiva effekter på psykisk hälsa för att ta nästa steg?

I dagsläget vet vi mycket om de positiva effekterna kring friluftsliv och psykisk hälsa. Nu har vi chansen att ta nästa steg och se hur vi skapar ett nationellt system som hjälper personer med behov att hitta sitt intresse i naturen. Ola gör en kort sammanfattning om vad forskningen visar och lyfter tankar på hur vi kan komma vidare från vad till hur. Ola Bergqvist arbetade mellan 2001-2009 med uppstarten av återhämtning- och rekreationsenheten på Östersunds sjukhus psykiatriavdelning. Efter detta har han arbetat med friluftsliv och besöksnäringen kopplat till friluftslivet i Årefjällen. Nu medverkar han i SKR:s kraftsamling för psykisk hälsa i delarenan Miljö och fysisk aktivitet.

Medverkande: Ola Bergqvist, Heltute AB

Häng med oss ut!

Föreläsningen presenterar erfarenheter från projekt Häng med oss ut som drivs i samverkan mellan socialpsykiatrisk verksamhet i Sjöbo kommun och Friluftsförbundet Region Syd. Föreläsningen tar upp den samverkan mellan psykiatrisk vård, omsorg, civilsamhället och föreningslivet som gjort projektet möjligt. Presentationen tar upp vad vi har att vinna och vilka svårigheter som finns med att använda natur och friluftsliv i det förebyggande arbetet.

Medverkande: Therese Rosenqvist, Friluftsförbundet & Sjöbo kommun.

Naturen – främjar mentalt mående och är en läkande kraft för ungdomar med psykisk ohälsa

Många idrotter och idrottare använder naturen som en självklar del i sin träning vilket i sig är stärkande mentalt. Både rörelse och naturkontakt främjar hälsa. Samtidigt ökar den psykiska ohälsan i samhället, inte minst hos ungdomar. Paula berättar om hur We & Sports arbetar främjande inom idrotten för att stärka den mentala hälsan bland ungdomar, tränare, ledare och föräldrar till idrottare. Vidare berättar Paula om hur We & Sports använder naturen som en daglig del i det behandlingsprogram de har för ungdomar med olika typer av ätstörningsproblematik.

Medverkande: Paula Lembke, We & Sports.

11.40-12.05 Perspektiv på främjande av friluftsliv

Matti Leijon, Folkhälsovetare vid Folkhälso- och statistikenheten, Region Östergötland. Sakkunnig inom fysisk aktivitet och ansvarig för satsningen Sätt Östergötland i rörelse nu! som startade 2017 och nyligen förlängdes fram till 2025. Satsningen tar utgångspunkt i såväl hållbarhet som i ett arenaperspektiv och en bred samhällsansats inom såväl samhällsplanering, skola och utbildning, föreningsliv, arbetsliv samt hälso- och sjukvård. Östergötlands 13 kommuner stöttas med kunskap och över 100 goda exempel har sedan starten presenterats på vår samlade webbsida, många av dessa inom temat friluftsliv. Synergierna är många när vi kombinerar hälsa, folkhälsa, främjandet av fysisk aktivitet och friluftsliv. Utmaningen ligger i att arbeta långsiktigt och att verkligen skapa förändring och utveckling som håller och är hållbar.

Medverkande: Matti Leijon, Sätt Östergötland i Rörelse, Region Östergötland. Styrelseledamot YFA – yrkesföreningar för fysisk aktivitet.

12.05-13.05 Lunch

13.05-13.30 Dubbelt så mycket friluftsliv” – flaskhalsar och trender för det svenska friluftslivets framtid

Erik Herngren, Kairos Future, presenterar slutsatserna från en ny rapport som belyser det svenska friluftslivet ur ett framtidsperspektiv. Vilka är möjligheterna och flaskhalsarna för att växla upp friluftslivet rejält framöver?

Medverkande: Erik Herngren, senior partner Kairos future AB.

13.30-14.50 Vad är nästa steg i friluftsarbetet?

Friluftslivets år i Norge

I Norge har friluftslivets år arrangerats vid två tillfällen. Vad kan vi lära oss av Norges kampanjer?

Medverkande: Siri Meland, Norskt Friluftsliv.

Främjafys: ett samhälle där alla vill och kan röra på sig året runt!

Främja Fys är ett pågående regeringsuppdrag för ökad fysisk aktivitet i samhället. Huvudsekreterare Kajsa Mickelsson presenterar kommitténs arbete och redogör för uppdragets vision om det framtida samhället med ökad fysisk aktivitet och friluftsliv i fokus! Föreläsningen ingår i konferensdelen vid namn "Nästa steg".

Medverkande: Kajsa Mickelsson, Kommittén för främjande av ökad fysisk aktivitet, Regeringskansliet.

Det kommande arbetet med att bevara och utveckla friluftslivet

Ingela Hiltula, avdelningschef på Naturvårdsverket, presenterar myndighetens kommande arbete med att bevara och utveckla friluftslivet på nationell nivå.

Framtidens arbete med att främja friluftsliv

Svenskt Friluftsliv är paraplyorganisation för 27 ideella friluftsförbund i Sverige med 1,6 miljoner medlemskap och är talesperson gentemot regering, riksdag och myndigheter i friluftsförfrågor. Generalsekreterare Ulf Silvander och ordförande Susanne Maarup presenterar organisationens vision och strategi för hur friluftslivet ska utvecklas i Sverige.

Medverkande: Ulf Silvander generalsekreterare & Susanne Maarup, ordförande Svenskt Friluftsliv.

14.55-15.30 Sammanfattning av dagen och konferensen