

Friluftsliv i Norge

Status og historisk utvikling

TALL

SOM FORTELLER

RAPPORTER / REPORTS

2023/31

Håvard Bergesen Dalen og Madeleine Schlyter Oppøyen

I serien Rapporter publiseres analyser og kommenterte statistiske resultater fra ulike undersøkelser. Undersøkelser inkluderer både utvalgsundersøkelser, tellinger og registerbaserte undersøkelser.

© Statistisk sentralbyrå

Publisert: 29. september 2023

ISBN 978-82-587-1805-2 (elektronisk)

ISSN 1892-7513 (elektronisk)

Standardtegn i tabeller	Symbol
Ikke mulig å oppgi tall Tall finnes ikke på dette tidspunktet fordi kategorien ikke var i bruk da tallene ble samlet inn.	.
Tallgrunnlag mangler Tall er ikke kommet inn i våre databaser eller er for usikre til å publiseres.	..
Vises ikke av konfidensialitetshensyn Tall publiseres ikke for å unngå å identifisere personer eller virksomheter.	:
Desimaltegn	,

Forord

Denne rapporten presenterer statistikk og analyse av befolkningens deltakelse i friluftsliv. I rapporten belyses særlig friluftslivsdeltakelse i et likehetsperspektiv. Det presenteres også tall for andre former for fysisk aktivitet.

Hovedformålet med denne rapporten er å gi et overblikk over langtidstrender i nordmenns friluftslivsvaner. I tillegg skal den gi et detaljert øyeblikksbilde av hvordan situasjonen er i dag. Rapporten ser også bredt på befolkningens fysiske aktivitetsvaner, ved å også se på fysisk aktivitet, mosjonering og trening. På denne måten blir friluftslivslivet kontekstualisert som en av flere kilder til naturopplevelser, rekreasjon og fysisk aktivitet i folks liv. Rapporten er i hovedsak deskriptiv, med tall brutt ned etter ulike bakgrunnskjenetegn. Dette inkluderer kjønn, alder, utdanning, landbakgrunn, funksjonsnedsettelse/helse, bostedsstrøk, sentralitet, fylke og husholdningens inntekt.

Statistisk sentralbyrå (SSB) har gjennomført en rekke undersøkelser om befolkningens deltakelse i friluftsliv, fysisk aktivitet, trening og mosjon i ulike aldersgrupper. I 1970 og 1974 ble det gjennomført egne landsomfattende undersøkelser om friluftsliv i den voksne befolkningen i alderen 16-74 år. Den årlige Levekårsundersøkelsen har inkludert spørsmål om friluftsliv, fysisk aktivitet, trening og mosjon i 1980, 1983, 1987, 1991, 1995, 1997, 2001, 2004, 2007, 2011, 2014, 2017, 2020 og 2021. I Levekårsundersøkelsene var utvalget personer i alderen 16-79 år i perioden 1980-2007, og 16 år og eldre fra og med 2011. Undersøkelser med et utvalg barn i alderen 6-15 år ble gjennomført i 1983, 1997, 2001, 2007, 2013

Det første kapittelet gir en introduksjon til rapportens tema. I kapittel 2 beskrives datagrunnlaget, samt at det gjøres rede for standardiseringer, vektprosedyrer, og noen refleksjoner om ulike forbehold og begrensninger i datagrunnlaget. I kapittel 3 presenteres langtidstrender i befolkningens friluftslivsvaner. Kapittel 4 er viet en situasjonsbeskrivelse av dagens forskjeller i friluftslivsdeltakelse for ulike grupper i befolkningen, og mellom fylker. I kapittel 5 ses det nærmere på hvor ofte ulike grupper i befolkningen driver med ulike friluftslivsaktiviteter. I kapittel 6 studeres forholdet mellom friluftsliv og opplevd helse og livskvalitet, hvor det presenteres egne tall for kjønn, alder, utdanning, inntekt, landbakgrunn og funksjonsnedsettelse/helse. I det syvende kapittelet studeres folks friluftslivsvaner i lys av annen fysisk aktivitet og trening. Kapittelet har et særlig søkelys på graden av overlapp mellom friluftsliv og trening. I det åttende og siste kapittelet gis det en nærmere beskrivelse av inaktivitet i befolkningen. Det fokuseres spesielt på utviklingen de siste ti årene, kjennetegn ved de inaktive og hva som kan forklare inaktivitet.

Rapporten henvender seg til flere ulike type lesere. Den skal være relevant for samfunnsinstitusjoner som jobber med friluftsliv og for lag, foreninger og organisasjoner i frivillig sektor. Også de som har en mer teoretisk tilnærming til friluftslivsfeltet vil kunne dra nytte av nye og oppdaterte empiriske data om friluftslivets innhold, omfang og utbredelse i befolkningen.

Rapporten er utarbeidet av seksjon for inntekt- og levekårsstatistikk. Håvard Bergesen Dalen har ledet arbeidet.

Arbeidet er finansiert av Miljødirektoratet (Mdir).

Statistisk sentralbyrå, 22. september

Ann Kristin Brændvang

Sammendrag

Statistisk sentralbyrå har samlet inn informasjon om friluftsliv i befolkningen i fem tiår. Formålet med denne rapporten har vært ta å se på langtidstrener i friluftsliv, og hvordan disse trendene har utviklet seg i ulike befolkningsgrupper. I tillegg ser rapporten på forholdet mellom friluftsliv og livskvalitet og helse, samt hvordan befolkningens friluftslivsvaner henger sammen med utøvelse av andre former for fysisk aktivitet. Det er viktig å påpeke at trendene det vises til i rapporten gjelder for aktiviteter som er kartlagt av SSB, som ikke er en fullstendig dekning av alt friluftsliv; over tid kommer det nye aktiviteter til, mens andre kan forsvinne ut i periferien. Dermed sier trendene noe om de kartlagte aktivitetenes popularitet i befolkningen, og vi kan bruke disse trendene til å si noe mer generelt om ulike befolkningsgruppers forhold til friluftsliv.

Et generelt trekk er at andelen som har gjort ulike friluftslivsaktiviteter kartlagt av SSB har vært stabil eller lett synkende over tid. For eksempel hadde 73 prosent gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 månedene i 1974, mens andelen var 66 prosent i 2021. Et annet viktig funn er at frekvensen – altså hvor ofte aktiviteter utøves – går i motsatt retning og er stabil eller økende: På starten av 1970-tallet var én av ti personer i befolkningen aktiv minst én friluftslivsaktivitet minst 3 ganger i uken, mens på starten av 2020-tallet var andelen doblet seg, til to av ti personer. Samtidig viser tallene at andelen inaktive i friluftsliv har vært stabil til lett synkende.

Et annet hovedfunn i rapporten er de store variasjonene i befolkningen. Når vi grupperer befolkningen etter faktorer som alder, sosioøkonomisk status (utdanning og inntekt), landbakgrunn, og fysisk helse finner vi til dels store forskjeller. Yngre og personer med høyere utdanning og inntekt er for eksempel grupper som har særlig høy deltakelse, mens enslige forsørgere, og personer med lav utdanning og inntekt deltar i mindre grad. Dette viser at friluftslivsdeltakelse både er betinget av struktur og kultur: personer med høyere utdanning og inntekt har både mer tid, bedre økonomi og kanskje foreldre som også har drevet med friluftsliv. Dette kan gjøre inngangsbilletten og terskelen til å delta lavere. Disse trendene gjelder både for voksne og barn. Et annet trekk er at selv om yngre har særlig høy deltakelse, har eldre økt sin deltakelse betraktelig.

Friluftsliv er en viktig komponent i det statlige folkehelsearbeidet. Funnene i denne rapporten viser at det er positive sammenhenger mellom deltakelse i friluftsliv og opplevd helse og livskvalitet. Disse sammenhengene er tydelige for alle de ulike gruppene i befolkningen kartlagt i rapporten, men er særlig sterk for eldre, personer med lav inntekt og personer med funksjonsnedsettelse.

Hovedkonklusjonen i rapporten er at friluftsliv helt fra 1970-tallet frem til i dag har en solid befestet posisjon i Norge. Samtidig viser funnene at når man ser på befolkningens friluftslivsdeltakelse i lys av ulike bakgrunnskjennetegn og deres deltakelse i andre aktivitetsformer, blir bildet mer komplisert. Noen grupper er underrepresenterte, noen aktiviteter har falt i popularitet mens andre har økt sitt tilfang, og deltakelse i friluftsliv må ses i lys av deltakelse i andre fysiske aktivitetsformer (f.eks. trening).

Abstract

Statistics Norway has been collecting information on outdoor life in the population for five decades. The purpose of this report has been to look at long-term trends in outdoor life, and how these trends have developed in different population groups. In addition, the report looks at the relationship between outdoor life and quality of life and health, as well as how the population's outdoor life habits are linked to other forms of exercise and physical activity. It is important to point out that the findings in report are not generalizable to all outdoor activity, but is limited to the activities mapped by Statistics Norway, which are not a complete coverage of all outdoor activities; over time, new activities emerge, while others lose popularity and fade into the periphery. Thus, the purpose of this report is to examine and present results for the trends relating to the activities mapped by Statistics Norway, and these activities' popularity in different subgroups in the population.

A general finding in the report is that the proportion who have tried various outdoor activities mapped by Statistics Norway has been stable or slightly decreasing over time. For example, 73 percent had gone on longer hikes or skiing during the last 12 months in 1974, while 66 percent reported the same in 2021. Another important finding is that the frequency – i.e. how often activities are carried out – goes in the opposite direction and is stable or increasing: At the start of the 1970s, one in ten people in the population was active in at least one outdoor activity 3 times a week, while at the start of the 2020s the proportion had doubled, to two out of ten people. At the same time, the figures show that the proportion of people not participation in any outdoor activities has been stable to slightly in decline.

Another main finding in the report is the large variations in the population. When we group the population according to factors such as age, socio-economic status (education and income), country background and physical health, we sometimes find large differences. Younger people and people with higher education and income are, for example, groups with particularly high participation rates, while single parents and people with low education and income are less inclined to get involved in outdoor activities. This shows that participation in outdoor activities depends both on structures and culture: people with higher education and income have both more time, better finances and perhaps parents who have also been involved in outdoor activities. These factors can lower the threshold to participate. These trends apply to both adults and children. Another feature is that, although younger people have particularly high participation, older people have increased their participation considerably.

Outdoor recreation is an important component of the state's public health work. The findings in this report show that there are positive connections between participation in outdoor activities and perceived health and quality of life. These relationships are clear for all the different groups in the population mapped in the report, but are particularly strong for the elderly, people with low incomes and people with reduced functional abilities.

The main conclusion of the report is that outdoor activities from the 1970s until today have a solidly fortified position in Norway. At the same time, the findings show that when we look at the population's participation in outdoor life in the light of various characteristics of the people who responded and their participation in other forms of activity, the picture becomes more complicated. Some groups are underrepresented, some activities have fallen in popularity while others have increased their reach, and participation in outdoor life must be seen in the light of participation in other forms of physical activity.

Innhold

Forord	3
Sammendrag	4
Abstract	5
1. Innledning	8
1.1. Hvorfor en egen rapport?	8
2. Datagrunnlag	9
2.1. Datakilder	9
2.2. Datastandardisering	10
2.3. Vekting	11
2.4. Statistisk usikkerhet og feilmarginer ved utvalgsundersøkelser	12
2.5. Kjennetegn brukt i denne rapporten	14
2.6. Forbehold ved sammenlikninger av tall fra ulike årganger	17
3. Historiske trender i friluftsliv	18
3.1. Lange fotturer og skigåing	18
3.2. Kjerneaktiviteter i norsk friluftsliv	20
3.3. Langtidstrender i utøvelsesfrekvens	23
3.4. Utvikling i kjerneaktivitetene blant barn	26
4. Forskjeller i befolkningen	31
4.1. Kjønn	31
4.2. Alder	36
4.3. Sosioøkonomisk status: inntekt og utdanning	44
4.4. Landbakgrunn	49
4.5. Personer med funksjonsnedsettelse	53
4.6. Forskjeller mellom fylker	55
5. Utøvelsesfrekvens	67
5.1. Hvor ofte utøves ulike friluftslivsaktiviteter i dag?.....	67
5.2. Utøvelsesfrekvens for utvalgte grupper i befolkningen	69
5.3. Hvor ofte utøver barn friluftslivsaktiviteter?	73
6. Friluftsliv, livskvalitet og helse	77
6.1. Innledning	77
6.2. Friluftsliv, livskvalitet og opplevd helse for ulike grupper i befolkningen	81
7. Friluftsliv og andre former for fysisk aktivitet	94
7.1. Trening og mosjon	94
7.2. Friluftsliv, trening og mosjon	99
7.3. Lek og andre former for fysisk aktivitet blant barn	111
8. Inaktivitet	117
8.1. Innledning	117
8.2. Andel inaktive i friluftsliv har falt de siste 10 årene	117
8.3. ...mens andelen som ikke trener har holdt seg uendret	118
8.4. Prevalensen av inaktivitet i friluftsliv for ulike grupper i befolkningen	119
8.5. Kjennetegn ved personer som ikke trener	121
8.6. Hvilke kjennetegn er viktigst for å forstå inaktivitet i den voksne befolkningen?	123
8.7. Hvordan forstå barns aktivitetsmønstre?	127
Referanser	133
Vedlegg A: Historiske deltakelsestall i friluftsliv for ulike grupper i befolkningen	135
Vedlegg B: Historiske utøvelsestall i friluftsliv for ulike grupper i befolkningen	142

Vedlegg C: Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter sentralitet.....	148
Figurregister	149
Tabellregister	152

1. Innledning

Friluftsliv er en viktig del av vår nasjonale identitet og den norske kulturarven. Det er tverrpolitisk enighet om at friluftsliv er et sosialt gode som skal være tilgjengelig for hele befolkningen. Flere stortingsmeldinger er utarbeidet om friluftslivet i Norge, den siste fra 2016 (Meld. St. 18 (2015–2016)). Det legges vekt på at friluftsliv er en kilde til fysisk aktivitet, livskvalitet og naturopplevelser, og en målsetning i friluftslivspolitikken bør være at befolkningen driver jevnlig med friluftsliv. Det legges særlig vekt på at friluftsliv i nærmiljøet skal prioriteres.

Friluftsliv er lett tilgjengelig og kan utøves av alle. Allemannsretten sikrer oss rett til å bevege oss fritt i utmark og mye friluftsliv i utgangspunktet lite kostnadskreven: å oppholde seg og ta inn naturopplevelser koster i seg selv ikke penger. For det tredje har vi et rikt naturmangfold i Norge, som inkluderer alt fra mer eller mindre urørt natur til parker og grøntområder i byområder. Lett tilgang til friluftslivsområder både innenfor og utenfor byer og tettsteder er viktig for friluftslivsdeltakelsen.

Kanskje nettopp fordi friluftsliv blir ansett som en felles gode som ideelt sett skal være tilgjengelig for alle, forglemmes innimellom feltets kompleksitet, funksjoner og endringer over tid. Denne rapporten er skrevet for å sammenfatte og kommunisere disse aspektene ved friluftslivet i Norge på en lett forståelig måte. Rapporten henvender seg til flere ulike type lesere: den skal være relevant for samfunnsinstitusjoner som jobber med friluftsliv. Den skal også kunne benyttes av lag, foreninger og organisasjoner i frivillig sektor, som har praktisk og utøvende ansvar og som trenger informasjon som kan omsettes i praktisk handling. Dette gjelder enten man har ansvar for barn og unge, for å forvalte et naturlig ressursgrunnlag eller for å ta politiske avgjørelser som har med friluftsliv å gjøre. Også mange av dem som har en mer teoretisk tilnærming til friluftslivfeltet vil kunne dra nytte av nye og oppdaterte empiriske data om friluftslivets innhold, omfang og utbredelse i befolkningen.

COVID-19-pandemien har hatt betydning for folks helse. I pandemien har tilgang på naturen og grønne områder – enten det er hagen, parken, eller marka – blitt anerkjent som avgjørende for folks fysiske og mentale helse. Pandemien har imidlertid avdekket at det er ulikheter når det gjelder tilgang til grøntarealer, der noen grupper er mer berørt enn andre, for eksempel eldre mennesker og personer med lavere sosioøkonomisk status. I Norge bor vi også diversifisert, og både i urbane områder og mer ruralt. Dette fremmer spørsmålet om hvordan tilgangen og friluftslivsvanene er for ulike grupper i befolkningen.

I denne rapporten legger vi frem de viktigste trendene i befolkningens friluftslivsvaner de siste 50 årene. Vi tar sikte på en bred presentasjon av hovedresultatene. Formålet er å gi et overblikk over aktivitetstrender over tid (type, omfang), særlig i lys av sosial bakgrunn. Rapporten har et kritisk perspektiv, og fokuserer særlig på grupper i befolkningen som har lavere deltakelse i friluftsliv.

Rapporten tar for seg friluftsliv i et folkehelseperspektiv. Dette betyr at man er interessert å finne mer ut av betydningen av friluftsliv for fysisk aktivitet. En annen viktig kilde til fysisk aktivitet er trening, og særlig for barn, deltakelse i organisert idrett. Det gis derfor beskrivelser av befolkningens fysiske aktivitetsnivå og samlet deltakelse i friluftsliv, trening og organisert idrett.

1.1. Hvorfor en egen rapport?

Statistisk sentralbyrå (SSB) har siden 1970 gjennomført representative landsomfattende undersøkelser der befolkningens friluftslivsvaner har vært et tema. Sist gang SSB publiserte [en større sammenfatning om friluftsliv i befolkningen var i 2009](#), og det er nødvendig å innhente ny kunnskap om temaet. Det mangler en bred, oversiktlig og godt oppdatert beskrivelse av hvordan friluftslivet fortoner seg i dag, og hvilke endringer som har skjedd over tid.

2. Datagrunnlag

Denne rapporten er en sammenfatning av de viktigste resultatene fra fem tiår med intervjuundersøkelser om friluftsliv rettet mot befolkningen i Norge, og som er gjennomført av Statistisk sentralbyrå.

2.1. Datakilder

For tidsserier om friluftsliv i den voksne befolkningen (16 år og eldre) benytter rapporten data fra følgende intervjuundersøkelser:

- Ferie- og friluftslivsundersøkelsen 1970
- Ferie- og friluftslivsundersøkelsen 1974
- Levekårsundersøkelsen 1980
- Levekårsundersøkelsen 1983
- Levekårsundersøkelsen 1987
- Levekårsundersøkelsen 1991
- Levekårsundersøkelsen 1995
- Levekårsundersøkelsen 1997
- Levekårsundersøkelsen 2001
- Levekårsundersøkelsen 2004
- Levekårsundersøkelsen 2007
- Levekårsundersøkelsen 2011
- Levekårsundersøkelsen 2014
- Levekårsundersøkelsen 2017
- Levekårsundersøkelsen 2020
- Levekårsundersøkelsen 2021

Levekårsundersøkelsen 2021 blir benyttet for å gå mer i dybden på befolkningens friluftsvaner i moderne tid.

For tidsserier om friluftsliv blant barn og unge (6-15 år) benytter rapporten data fra følgende intervjuundersøkelser:

- Levekårsundersøkelsen blant yngre 1983
- Levekårsundersøkelsen 1997 – fritidsutvalget barn
- Levekårsundersøkelsen, barns fritidsbruk, 2004
- Levekårsundersøkelsen, barns fritidsbruk, 2007
- Levekårsundersøkelsen EU-SILC, 2013, barnemodul
- Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv (BUFF) 2020

Grunnet store forskjeller i utvalgsstørrelse i barneundersøkelsene vil vi hovedsakelig gå i dybden på barns friluftsvaner i moderne tid (2020).

Tabell 1.1. gir en oversikt over bruttoutvalg, nettoutvalg, svarprosent, datainnsamlingsmetode, alderssammensetning og vektemetodikk i de ulike datakildene.

Tabell 2.1 Nøkkeltall for datagrunnlaget i denne rapporten

	Bruttoutvalg	Nettoutvalg	Svarprosent	Type datainnsamling	Alder på utvalg	Vektede tall
Datagrunnlag om den voksne befolkningen						
Ferie- og friluftslivsundersøkelsen 1970	3 053	2 681	87,8	Personlig intervju	15-74 år ¹	Nei
Ferie- og friluftslivsundersøkelsen 1974	3 013	2 255	74,8	Personlig intervju	15-74 år ¹	Nei
Levekårsundersøkelsen 1980	5 080	3 885	76,5	Personlig intervju	16-79 år	Nei
Levekårsundersøkelsen 1983	5 023	3 729	78,2	Personlig intervju	16-79 år	Nei
Levekårsundersøkelsen 1987	5 102	3 931	77,0	Personlig intervju	16-79 år	Nei
Levekårsundersøkelsen 1991	5 015	3 755	74,9	Personlig intervju	16-79 år	Nei
Levekårsundersøkelsen 1995	4 935	3 720	75,3	Personlig intervju	16-79 år	Nei
Levekårsundersøkelsen 1997, fritidsutvalget voksne	2 416	1 725	71,4	Selvadministrert spørreskjema (postalt)	16-79 år	Nei
Levekårsundersøkelsen 2001	3 125	1 884	60,2	Selvadministrert spørreskjema (postalt)	16-79 år	Nei
Levekårsundersøkelsen 2004	3 326	2 615	78,6	Selvadministrert spørreskjema (postalt)	16-79 år	Nei
Levekårsundersøkelsen 2007	3 212	2 118	65,9	Selvadministrert spørreskjema (postalt)	16-79 år	Nei
Levekårsundersøkelsen 2011	9 203	4 864	52,9	Telefonintervju	16 år og eldre	Ja
Levekårsundersøkelsen 2014	13 502	7 373	54,6	Telefonintervju	16 år og eldre	Ja
Levekårsundersøkelsen 2017	11 519	6 179	53,6	Telefonintervju	16 år og eldre	Ja
Levekårsundersøkelsen 2020	11 751	6 031	51,3	Telefonintervju	16 år og eldre	Ja
Levekårsundersøkelsen 2021	11 542	6 031	52,3	Telefonintervju	16 år og eldre	Ja
Datagrunnlag om barn						
Levekårsundersøkelsen blant barn 1983	-	1 171	-	Personlig intervju	6-15 år ²	Nei
Levekårsundersøkelsen 1997, fritidsutvalget barn	482	286	59,3	Selvadministrert spørreskjema (postalt)	6-15 år	Nei
Levekårsundersøkelsen 2004, fritidsutvalget barn	1 000	637	63,7	Selvadministrert spørreskjema (postalt)	6-15 år	Nei
Levekårsundersøkelsen 2007, fritidsutvalget barn	2 000	1 067	51,9	Selvadministrert spørreskjema (postalt)	6-15 år	Nei
Levekårsundersøkelsen EU-SILC, 2013, barneutvalg	1 999	937	46,9	Telefonintervju	6-15 år	Ja
Levekårsundersøkelsen om barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv (BUFF), 2020	7 498	4 246	56,6	Webbasert selvadministrert intervju	6-15 år	Ja

¹ Respondenter yngre enn 16 år er utelatt fra analyser.

² Respondenter yngre enn 6 år er utelatt fra analyser.

2.2. Datastandardisering

Av tabell 2.1. kan vi lese at datagrunnlaget består av 16 årganger med data fra den voksne befolkningen (16 år og eldre) og seks årganger med data fra barnebefolkningen i alderen 6-15 år. Vi kan videre lese at utvalgsstørrelsen varierer til dels mye mellom undersøkelsene. Det største voksenutvalget består av over 7 000 respondenter (Levekårsundersøkelsen 2014), mens det minste består av bare 286 personer (Levekårsundersøkelsen 1997, fritidsutvalget barn). Svarprosenten varierer også en god del, med Ferie- og friluftslivsundersøkelsen 1970 som toppår (87,8 i svarprosent), som er nesten dobbelt så høyt som Levekårsundersøkelsen EU-SILC, 2013, barneutvalg (46,9 i svarprosent). Årganger med små utvalgsstørrelser legger noen begrensninger på analytiske muligheter. Man kan for eksempel ikke bryte ned tall på flere bakgrunnskjenne tegn samtidig, som f.eks. alder og kjønn. Det er benyttet en nedre grense på 100 personer før tall anses å være så usikre med tanke på validitet at de ikke publiseres.

Det er ulik alderssammensetning i de ulike årgangene. I ferie- og friluftslivsundersøkelsene fra 1970 og 1974 var det en øvre aldersgrense på 74 år. I undersøkelsene fra 1980-2007 var det en øvre

aldersgrense på 79 år. Etter 2007 er det ingen øvre aldersgrense i datagrunnlaget om den voksne befolkningen. For å kunne sammenlikne resultater fra ulike år er det i enkelte tabeller benyttet en øvre aldersgrense på 74 år. Dette gjør at man kan inkludere resultater fra 1970 og 1974 i sammenligningene uten at forskjellen i aldersavgrensning påvirker resultatene.

For innteksgrupperinger er husholdningenes inntektsnivå gruppert i kvartiler. Den laveste kvartilen inneholder mange studenter, som har lavt inntektsnivå. Dette er naturlig. For å få et bedre bilde av husholdninger med lav inntekt uten studenter er respondenter yngre enn 25 år utelatt fra innteksgrupperingene.

I tillegg til variasjoner i utvalgssammensetning har det fra undersøkelse til undersøkelse blitt gjort noen endringer i spørsmålene som kan påvirke sammenlignbarhet. Dette kan for eksempel være at spørsmål er utelatt eller føyd til, eller at spørsmålsstilling er blitt forandret for å bedre eller øke aktualiteten på spørreskjemaet. Det er også gjort justeringer i spørsmålsstilling når undersøkelsene har endret datainnsamlingsmetode fra papirskjema til intervju. I noen tilfeller har disse endringene ført til at spørsmål ikke lenger er sammenlignbare. Slike sammenligninger er derfor ikke utført i denne rapporten.

2.3. Vekting

Det gjøres også oppmerksom på at det ikke er benyttet frafallsvekt på data tidligere enn 2011. Det er flere grunner til dette. Det er jevnt over høyere svarprosent i perioden 1970-2007 enn etter 2011. I tillegg er tilgjengelige vekter fra perioden før 2011 brutto- mot nettoutvalg, og er således ikke populasjonsrepresentative. Det er dessuten benyttet ulike bakgrunnskjenntegn i vektingen for disse årene, som ikke er sammenliknbare. Vektene fra 2011-2021 er identiske, hvor nettoutvalget vektet i forhold til populasjonen. I sum er det dermed heftet noe mer usikkerhet til resultatene i periodene før 2011. Følgende kjennetegn inngår i beregningen av vektene for målingene i 2011-2021:

1. Kjønn
 - a. Mann
 - b. Kvinne
2. Høyeste fullførte utdanningsnivå¹
 - a. Ungdomsskole eller kortere (NUS-kode 0-2)
 - b. Videregående (NUS-kode 3 og 4)
 - c. Høyere utdanning, lav og påbygning til videregående (NUS-kode 5 og 6)
 - d. Høyere utdanning, høy (NUS-kode 7 og 8)
 - e. Uoppgitt (NUS-kode 9)
3. Personinntekt
 - a. 1-10 desil
 - b. Studenter (inkl. alle under 20 år)
4. Aldersgruppe
 - a. 16-19 år
 - b. 20-24 år
 - c. 25-44 år
 - d. 45-66 år
 - e. 67-79 år
 - f. 80 år og eldre

¹ Vekting av utdanning følger standard for utdanningsgruppering. For beskrivelse av norsk standard for utdanningsgruppering, se <https://www.ssb.no/klass/klassifikasjoner/36/>

5. Familiestørrelse
 - a. Énpersonfamilier
 - b. Andre familier
6. Innvandringsbakgrunn
 - a. Den øvrige befolkningen
 - b. Innvandrere fra EU/EØS etc.
 - c. Innvandrere fra Afrika, Asia etc.
7. Fylke
 - a. Fylkene
8. Kryssledd
 - a. Kjønn*aldersgruppe (12 grupper)
 - b. Inntekt*familiestørrelse (22 grupper)

Vektene er beregnet mot befolkningen 16 år og over som er bosatt i privathusholdninger 1. januar i undersøkelsesåret. I noen tilfeller er det data vektet på husholdningsnivå. Treksannsynligheten for en husholdning er proporsjonal med antall voksne i husholdningen, så husholdninger med mange voksne er vektet ned. Husholdningsvekten er derfor satt lik $\text{persvekt} \cdot (1/\text{antall voksne})$.

Følgende kjennemerker inngår i beregningen av vektene i barnedataene (i årgangene 2013 og 2020²):

1. Kjønn
 - a. Gutt
 - b. Jente
2. Aldersgruppe
 - a. 6-10 år
 - b. 11-15 år
3. Foreldres høyeste fullførte utdanningsnivå³
 - a. Ungdomsskole eller kortere (NUS-kode 0-2 og missing)
 - b. Videregående og påbygning til videregående skole (NUS-kode 3, 4, og 5)
 - c. Høyere utdanning, lav og høy (NUS-kode 6, 7 og 8)
4. Foreldres inntekt⁴
 - a. Laveste inntektsnivå
 - b. 2. inntektsnivå
 - c. Høyeste inntektsnivå
5. Familiestørrelse
 - a. 1-3 personer og missing
 - b. 4 personer
 - c. 5 eller flere personer
6. Bosted
 - a. Personen bor ikke i Oslo
 - b. Personen bor i Oslo

2.4. Statistisk usikkerhet og feilmarginer ved utvalgsundersøkelser

Gjennom utvalgsundersøkelser kan vi anslå forekomsten av ulike fenomener i en stor gruppe (populasjonen) ved å måle forekomsten fra et utvalg som er trukket fra populasjonen. Det gir store

² For mer om metodologiske fremgangsmåter for barnedataene, se <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/idrett-og-friluftsliv/artikler/fysisk-aktivitet-og-friluftsliv-blant-barn-og-unge-2020>

³ Vekting av utdanning er basert på mors og fars høyeste utdanning, og følger standard for utdanningsgruppering. I vektingen er utdanningsgruppene i NUS slått sammen til tre grupper, basert på utdanningsnivå. For beskrivelse av norsk standard for utdanningsgruppering, se <https://www.ssb.no/klass/klassifikasjoner/36/>

⁴ Foreldres inntekt er basert på summen av mors og fars samlede inntekt. Grensene mellom gruppene er satt slik at de tre gruppene blir like store i populasjonen.

besparelser sammenlignet med om vi skulle gjennomført målingen i hele populasjonen, men det følger samtidig en viss usikkerhet i anslagene. Svarer utvalget det vi kunne forvente hvis vi hadde spurt alle i populasjonen? Denne usikkerheten kan vi beregne når vi kjenner sannsynligheten for at hver enkelt enhet i populasjonen skal bli trukket til utvalget.

Metoden som brukes til å beregne et anslag (estimatet), kalles en estimator. Det er to aspekter ved en estimator som er viktige. For det første bør estimatoren gi omtrent korrekt verdi ved gjentatte forsøk. Det vil si at den «treffer målet» i den forstand at ved gjentatt trekking av utvalg, vil gjennomsnittsverdien av estimatene være sentret rundt den sanne populasjonsverdien; estimatoren er forventningsrett. I tillegg trenger vi et mål på hvor stor variasjon rundt populasjonsverdien estimatene har ved gjentatt trekking av utvalg. Det er denne variasjonen som er den statistiske usikkerheten til estimatet, og det vanlige målet er standardfeilen, SE (fra det engelske begrepet "standard error"), til estimatet. SE er definert som det estimerte standardavviket til estimatoren. SE forteller dermed hvor mye et anslag i gjennomsnitt vil avvike fra den sanne verdien.

Som en illustrasjon: La oss si vi ønsker å estimere prosentandelen kvinner, P_0 , i en befolkning (populasjon) med størrelse N . Anta utvalget av størrelse n er trukket tilfeldig, det vil si at alle enheter har samme sannsynlighet n/N for å bli med i utvalget. La P være prosentandelen kvinner i utvalget. Da er P en forventningsrett estimator for P_0 og standardfeilen er gitt ved:

$$SE(P) = \sqrt{\frac{P(100 - P)}{n} \cdot \left(1 - \frac{n}{N}\right)}$$

Estimeringsfeilen vi begår er forskjellen mellom P og P_0 . Denne er selvfølgelig ukjent, men vi kan gi et anslag, feilmarginen, på hvor stor den med en gitt sannsynlighet kan være. Feilmarginen er definert som $2 \cdot SE$. Intervallet

$$(P - 2 \cdot SE, P + 2 \cdot SE)$$

er et 95 prosent konfidensintervall. Det betyr at sannsynligheten for at intervallet dekker den sanne verdien P_0 er 0.95 (95 prosent). Eller sagt på en annen måte, ved gjentatte utvalg så vil 95 prosent av intervallene dekke den sanne verdien P_0 . Vi sier da at det er 95 prosent *sikkerhet* for at det *beregnete* intervallet dekker den sanne verdien P_0 . Vi sier da at det er 95 prosent sikkerhet for at det beregnede intervallet dekker den sanne verdien.

Begrepsdefinisjoner og formler for estimering av prosenttall i en populasjon kan oppsummeres med:

N : antall enheter i populasjonen.

n : antall enheter i utvalget, trukket enkelt tilfeldig

P_0 : prosentandel i populasjonen med kjennetegn a x antall enheter i utvalget med kjennetegn a

P : prosentandel i utvalget med kjennetegn a , $P = 100 \cdot (x/n)$

$100 - P$: prosentandel i utvalget som ikke har kjennetegn a

Utvalgsvarians $\text{Var}(P)$: $(P_0(100 - P_0))/n \cdot (1 - n/N)$

95 prosent konfidensintervall for P_0 : $P \pm 2 \cdot SE$

$$\text{Standardfeil: SE} = \sqrt{\frac{P(100-P)}{n} \cdot \left(1 - \frac{n}{N}\right)}$$

Feilmargin: 2 · SE

I de fleste utvalgsundersøkelsene i SSB utgjør utvalget en mindre deler av målpopulasjonen. Undersøkelsene tar sikte på å dekke store populasjoner, som for eksempel den norske befolkningen i sin helhet, alle arbeidstagere, innvandrerbefolkningen etc.. Utvalgene som skal dekke disse populasjonene er små i forhold til populasjonsstørrelsene. Det betyr at utvalgsandelen n/N er neglisjerbar i formelen for SE, og vi kan benytte formelen

$$\text{SE} = \sqrt{\frac{P(100-P)}{n}}$$

Vi legger merke til at konfidensintervallets størrelse er avhengig av størrelsen på utvalget, men ikke av populasjonen. Standardfeilen blir mindre jo flere som er med i utvalget, og sammenhengen mellom størrelsen på standardfeilen og n er ikke lineær. For å få standardfeilen halvert, med samme verdi av P , så må utvalgsstørrelsen firedobles. Vi ser at standardfeilen er størst når utvalgsresultatet er 50 prosent, og avtar symmetrisk etter hvert som prosentandelen nærmer seg 0 og 100. I stedet for å foreta beregninger for hvert enkelt resultat, kan tabell 2.1 benyttes. Den viser standardfeil for observerte prosentandeler etter utvalgets størrelse, trukket enkelt tilfeldig.

Tabell 2.1. Forventet standardfeil for observerte prosentandeler ved ulike utvalgsstørrelser

n: \ P:	95	90	85	80	75	70	65	60	50
5									
25	4,4	6,0	7,1	8,0	8,7	9,2	9,5	9,8	10,0
50	3,1	4,2	5,0	5,7	6,1	6,5	6,7	6,9	7,1
100	2,2	3,0	3,6	4,0	4,3	4,6	4,8	4,9	5,0
200	1,5	2,1	2,5	2,8	3,1	3,2	3,4	3,5	3,5
300	1,3	1,7	2,1	2,3	2,5	2,6	2,8	2,8	2,9
500	1,0	1,3	1,6	1,8	1,9	2,0	2,1	2,2	2,2
1 000	0,7	0,9	1,1	1,3	1,4	1,4	1,5	1,5	1,6
1 200	0,6	0,9	1,0	1,2	1,3	1,3	1,4	1,4	1,4
1 500	0,6	0,8	0,9	1,0	1,1	1,2	1,2	1,3	1,3
2 000	0,5	0,7	0,8	0,9	1,0	1,0	1,1	1,0	1,0
2 500	0,4	0,6	0,7	0,8	0,9	1,0	1,0	1,0	1,0
3 000	0,4	0,5	0,7	0,7	0,8	0,8	0,9	0,9	0,9

Et utvalgsresultat på 40 prosent fra enkelt tilfeldig utvalg med 1200 enheter har en standardfeil på 1,4 prosentpoeng. Det vil si at feilmarginen er 2,8 prosentpoeng og 95 prosent konfidensintervall er (37,2 - 42,8) prosent. Vi kan da anslå med 95 prosent sikkerhet at andelen i populasjonen ligger mellom 37,2 og 42,8 prosent.

2.5. Kjennetegn brukt i denne rapporten

Det er ofte interessant å bryte ned hvordan friluftslivsaktivitet fortøner seg for spesifikke grupper i befolkningen. I denne rapporten er følgende kjennetegn benyttet:

Utdanning

Utdanningsnivå er hentes fra register og er beregnet på grunnlag om utdanningsaktiviteter og personers utdanningsbakgrunn. Grupperingen bygger på norsk standard for utdanningsgruppering (NUS). Koden inneholder både de norske utdanningskodene og tilsvarende koder fra den internasjonale utdanningsstandarden ISCED⁵.

Utdanning er de fleste tabeller i rapporten inndelt som:

- Grunnskole eller kortere
- Videregående skole
- Høyere utdanning – kort
- Høyere utdanning – lang

Norsk standard for utdanningsgruppering er ikke tilgjengelig på alle eldre filer. I disse filene brukes følgende gruppering, som er basert på svar på spørsmål om utdanning i undersøkelsen:

- Grunnskole eller kortere
- Videregående skole
- Høyere utdanning

I tabeller som inkluderer både nye og eldre data justeres NUS-koden til å tilsvare spørsmål om utdanning slik det forekommer i de eldre undersøkelsene. Det betyr i praksis at de to høyere utdanningskategoriene slås sammen.

For data om barn brukes data om den forelderen med høyest utdanning.

Inntekt

Informasjon om husholdningers inntekt blir hentet fra Statistisk sentralbyrås inntektsregister. Opplysninger om inntekt per 31.12. i inntektsåret er innhentet fra flere kilder: Selvangivelsen, ligningsregisteret, lønns- og trekkoppgaverregisteret, NAV, arbeids- og inkluderingsdepartementet, Lånekassen og Husbanken. For de fleste undersøkelsene brukes inntektsdata fra året før undersøkelsen gjennomføres.

Det brukes et samlet mål på husholdningers inntekt etter skatt. På grunn av begrensninger i datamaterialet er ikke husholdningsinntekten justert etter husholdningsstørrelse.

Landbakgrunn

For det voksne utvalget presenteres tall for innvandrere (gruppert etter en todeling av fødeland) og den øvrige befolkningen, basert på opplysninger om innvandringskategori og fødeland fra befolkningsregisteret. Innvandrere er personer som er født i utlandet av to utenlandsfødte foreldre og som på et tidspunkt har innvandret til Norge. Landbakgrunn er eget, eventuelt mors, eventuelt fars utenlandske fødeland, og ens innvandringskategori. For norskfødte er dette foreldrenes eventuelle utenlandske fødeland. Når begge foreldrene er født i utlandet, er de i de aller fleste tilfellene født i samme land. I tilfelle der foreldrene har ulikt fødeland, er det mors fødeland som blir valgt. Variabelen kodes slik at den viser innvandringskategori og landbakgrunn aggregert til grupperingen av land vist under.

- EU/EØS etc. (Innvandrere født i EU/EØS, USA, Canada, Australia og New Zealand)

⁵ For mer om norsk standard for utdanningsgruppering, se <https://www.ssb.no/utdanning/norsk-standard-for-utdanningsgruppering>

- Asia, Afrika etc. (Innvandrere født i Asia, Afrika, Latin-Amerika, Oseania unntatt Australia og New Zealand og Europa utenom EU/EØS)
- Resten av befolkningen

I barneutvalget har vi ikke informasjon om landbakgrunn. For å fange opp innvandringsdimensjonen benyttes innvandringskategori med tredelingen: innvandrer, norskfødt med innvandrerforeldre og resten av befolkningen. Innvandrere er personer som er født i utlandet av to utenlandsfødte foreldre og som på et tidspunkt har innvandret til Norge. Norskfødte med innvandrerforeldre er personer som er født i Norge av utenlandsfødte foreldre, og som har fire utenlandsfødte besteforeldre

Bostedsstrøk

Bostedsstrøk er en indeks sammensatt av to variabler, tettstedsstørrelse⁶ og koding om personen er bosatt i tettsted eller ikke i tettsted⁷.

Fordelingen etter bostedsstrøk følger [standard for bostedsstrøk](#)⁸

- Spredtbygd, under 200 innbyggere
- Tettbygd, opp til 20 000 innbyggere
- Tettsteder med 20 000-99 999 innbyggere
- Tettsteder med 100 000 innbyggere eller flere

Sentralitet

Sentralitet er en indeks med verdi for hver enkelt kommune, som måler nærhet til arbeidsplasser og servicefunksjoner. Sentraliteten ligger mellom 0 og 1000. Sentralitetsfordelingen følger [standard for sentralitet](#), som kategoriserer alle kommuner fra 1 (mest sentrale) til 6 (minst sentrale).

- 1 = Mest sentrale kommuner (indeks 925-1000)
- 2 = Nest mest sentrale kommuner (indeks 870-924)
- 3 = Over middels sentrale kommuner (indeks 775-869)
- 4 = Middels sentrale kommuner (indeks 670-774)
- 5 = Nest minst sentrale kommuner (indeks 565-669)
- 6 = Minst sentrale kommuner (indeks 0-564)

Eksempler på kommuner som inngår i hver kategori:

1. Oslo og omliggende kommuner, som Nordre Follo og Bærum
2. Drammen, Tønsberg, Bergen og Trondheim
3. Indre Østfold, Ålesund, Porsgrunn, Tromsø, Kristiansand
4. Hvaler, Stord, Molde, Levanger, Harstad
5. Hemsedal, Rauma, Os, Oppdal og Vadsø
6. Aure, Nesna, Nore og Uvdal, Høyanger, Berlevåg

En fullstendig liste over hvilke kommuner som tilhører hvilken sentralitetskategori finnes i følgende publikasjon: <https://www.ssb.no/befolkning/folketall/artikler/sentralitetsindeksen>

Personer med funksjonsnedsettelse

Personer med funksjonsnedsettelse er her personer som oppgir at de:

⁶ For kodeliste, se <https://www.ssb.no/a/metadata/codelist/datadok/1078075/no>

⁷ For kodeliste, se <https://www.ssb.no/a/metadata/codelist/datadok/1517386/no>

⁸ For kodeliste, se <https://www.ssb.no/a/metadata/conceptvariable/vardok/140/nb>

- Har langvarige sykdommer eller helseproblemer, og/eller
- Har funksjonsnedsettelse eller plager som følger av skade, og
- Dette skaper noen eller store begrensninger i å utføre vanlige hverdagsaktiviteter, og
- Begrensningene har vart i seks måneder eller mer.

Det er ikke stilt spørsmål om funksjonsnedsettelse i SSBs undersøkelser om friluftsliv, idrett og fysisk aktivitet blant barn.

Bakgrunnsvariabler i tidsserier

Det er brukt noen ulike bakgrunnsvariabler for ulike årganger av data. Det skyldes at enkelte bakgrunnsvariabler ikke har vært tilgjengelig. For eksempel har registerdata om landbakgrunn og innvandringsstatus tilgjengelig fra og med 2011 og inntekt fra og med 2001). Grunnet endringer i fylkessammensetning presenteres tall på fylkesnivå bare for 2021.

For øvrige detaljer henvises det til dokumentasjonsnotater for datakilden som inngår i rapporten.

2.6. Forbehold ved sammenlikninger av tall fra ulike årganger

Som vist i dette kapittelet må man ta flere forbehold når man sammenlikner tall fra ulike årganger. Det er ulike utvalgsstørrelser mellom de ulike årgangene, tall er kun vektet fra og med 2011, og noen av spørsmålene som brukes for å definere grupper og måle ulike indikatorer for friluftsliv, fysisk aktivitet og trening og mosjon, kan variere noe mellom de ulike årgangene. I tilfeller hvor variasjon i datagrunnlaget er blitt ansett som for usikkert til å tillate sammenlikner mellom ulike år er resultater (for hele årganger, for grupper og/eller for spesifikke indikatorer) blitt utelatt fra å bli presentert i denne rapporten. Allikevel oppfordres det til at man kritisk vurderer datagrunnlaget ved sammenlikninger av resultater fra ulike årganger.

3. Historiske trender i friluftsliv

Hovedpunktene i dette kapitlet kan oppsummeres ved:

- Friluftslivet står sterkt i Norge: 98 prosent av befolkningen har drevet med en eller annen friluftslivsaktivitet i løpet av de siste 12 månedene.
- For noen av de mest populære aktivitetene, ski og fotturer, skjedde det en moderat fall i deltakelsestallene på midten av 1990-tallet før deltakelsestallene deretter stabiliserte på et nytt og noe lavere nivå. Dette kan henge sammen med både innsamlingsmetode, klima og – mer generelt – endringer i folks aktivitetspreferanser.
- Når vi ser på utøvelsesfrekvens, altså hvor ofte aktiviteter utøves, har det imidlertid vært en økning de siste tiårene for mange aktiviteter. Særlig gjelder dette fotturer.
- Barn er mer aktive i friluftsliv enn voksne. Når det gjelder kjerneaktiviteter har det vært en markant økning i andelen barn som går *lange* fotturer eller skiturer de siste 20 årene.

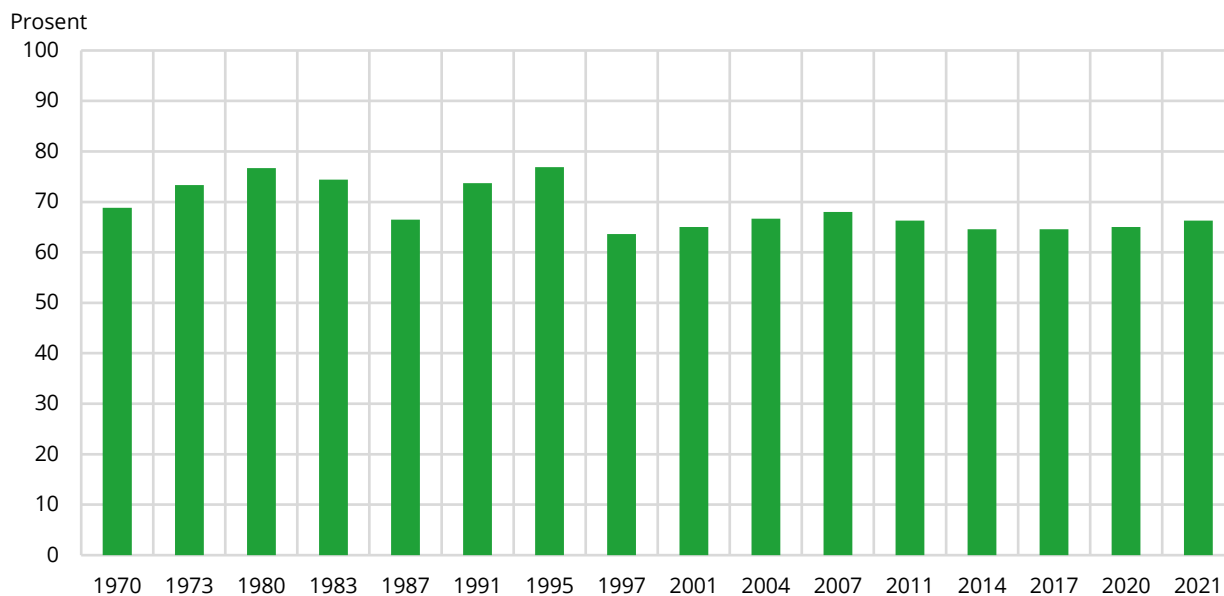
Innledning

Friluftsliv er en viktig del av vår nasjonale identitet og den norske kulturarven. Hvilke aktiviteter som inngår i friluftslivsbegrepet, er i stadig endring. Fra og med 90-tallet har friluftslivet, parallelt med samfunnet for øvrig, fått økende preg av individualisering og spesialisering. På 1970-tallet så bildet annerledes ut, og var i større grad dominert av noen få kjerneaktiviteter.

3.1. Lange fotturer og skigåing

I dag har vi et større mangfold av aktiviteter og en mer spesialisert og differensiert friluftslivskultur enn tidligere. Likevel har noen kjerneaktiviteter beholdt sin posisjon som viktige kilder til friluftsliv i Norge. Dette inkluderer ski og fotturer som er tradisjonsrike aktiviteter i norsk friluftslivssammenheng. Fotturer er viktig fordi det krever lite utstyr, kan bedrives nærmest overalt, og gir fysisk aktivitet og bedre form. I tillegg er fotturer i utgangspunktet skånsomt for naturen. En annen tradisjonsrik aktivitet er skigåing. Historisk ble ski brukt for å komme seg lett frem i skog og mark. Siden midten av 1800-tallet, da det for alvor ble utviklet en nasjonal identitet, har ski vært en populær fritidsaktivitet.

På grunn av fotturenens og skigåingens kulturelle posisjon og rolle som kjerneaktiviteter i norsk friluftsliv er dette to eneste friluftslivsaktivitetene som SSB har kartlagt tilbake helt til 1970. Dette gir oss mulighet til å studere hvordan oppslutningen rundt disse aktivitetene har vært det siste halve århundret. I mange av undersøkelsene er kartleggingen av fotturer og ski gjort med hjelp av ett spørsmål. Derfor fremstilles resultatene i dette kapitlet med én samleindikator som er felles for alle årganger hvor det foreligger tilgjengelig data: Andelen som har gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 månedene. Figur 3.1 viser den historiske utviklingen i andelen som har gått lengre fot- eller skiturer.

Figur 3.1 Andel av befolkningen 16-74 år som har gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 måneder

Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen 1970 og 1973 og Levekårsundersøkelsen EU-SILC 1980-2021. Statistisk sentralbyrå.

I størstedelen av perioden 1970-1995 gikk om lag 70-75 prosent av befolkningen på lengre fotturer eller ski. Fra og med 1997 ser vi at aktivitetstallene faller noe, etterfulgt av en utflating i årene etter. I perioden 1997-2021 er andelen som har gått lengre fotturer eller ski ligget stabilt mellom 64-68 prosent.

Det er viktig å ta høyde for innsamlingsmetode når vi sammenlikner resultater over tid. I perioden 1970-1995 ble dataene samlet inn ved personlig intervju, i perioden 1997-2007 ved hjelp av selvadministrert spørreskjema, og fra 2011 til 2021 ved telefonintervju. Spørsmål som gjelder friluftsliv og fysisk aktivitet mer generelt er kjent for å være påvirket av sosial ønskelighetsbias ('social-desirability bias'), som er en systematisk feilkilde hvor respondenter tilpasser sine svar etter det man oppfatter som de sosialt ønskelige svarene, i stedet for å gi svar som reflekterer sin egentlige adferd (Ringdal, 2013). Forskning indikerer at sosial ønskelighetsbias er en større utfordring ved personlig intervju og telefonintervju enn ved besvarelse av et selvadministrert spørreskjema (Kreuter, Presser & Tourangeau, 2008). Tallene fra 1970-tallet til midten av 1990-tallet samt perioden 2011-2021 kan derfor være preget av at det er oppgitt noe høyere aktivitet enn hva som faktisk er gjennomført, mens dataene som ble samlet inn med postalt skjema fra 1997-2007 muligens gir en bedre representasjon av faktisk aktivitet.

Tabell 3.1 Andel av befolkningen 16-74 år som har gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 måneder, prosent

	Lengre fotturer eller ski	Antall svar
1970	69,5	2 614
1974	73,3	2 255
1980	76,7	3 720
1983	74,4	3 759
1987	66,5	3 731
1991	73,7	3 473
1995	76,9	3 393
1997	63,6	1 660
2001	65,0	1 825
2004	66,7	2 523
2007	68,0	1 970
2011	66,3	4 487
2014	64,6	6 834
2017	64,6	5 686
2020	65,0	5 491
2021	66,3	5 473

Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Det er også verdt å merke seg at antall svar varierer mye fra år til år: det minste utvalget er på 1 660 respondenter (i 1997) til en topp på 6 834 respondenter (i 2014) (Tabell 3.1). Dette henger naturligvis sammen med størrelsen på utvalgene, som varierer tilsvarende (se Tabell 2.1). En annen viktig faktor er som kan ha betydning for de rapporterte tallene er svarprosenten, som også varierer og jevnt over har vært synkende.

3.2. Kjerneaktiviteter i norsk friluftsliv

I tillegg til lengre fotturer og skiturer er det en rekke aktiviteter som har beholdt sin posisjon som viktige kilder til friluftsliv over tid. SSB har kartlagt flere kjerneaktiviteter på samme måte i 1970 og mellom 1997 og 2021. Dette inkluderer spørsmål om:

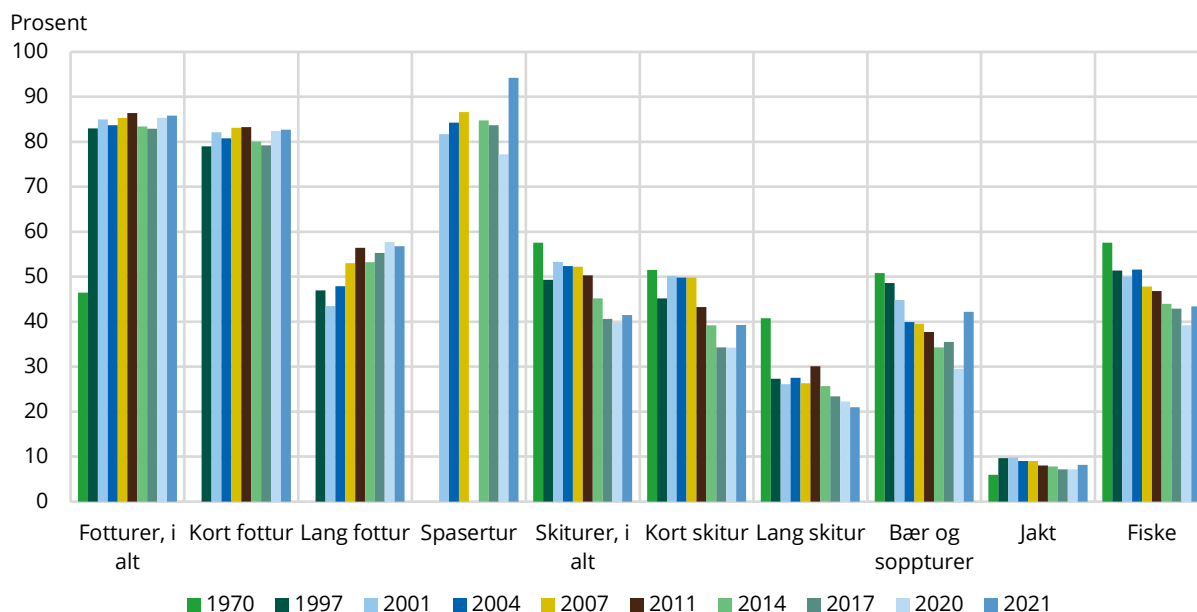
- Fottur
- Skitur
- Bær- og sopptur
- Jakt
- Fiske
- Båttur
- Alpint
- Bading

Dette gjør at man kan sammenlikne trender for disse kjerneaktivitetene over tid. Historisk sett har andelen som driver med minst en av disse aktivitetene i løpet av de siste 12 månedene ligget stabilt på mellom 88 prosent (1970) til et toppnivå på 96 prosent (1997 og 2001), og var i 2021 på 94 prosent. Det er allikevel stor variasjon i deltakelse når vi ser på aktivitetene isolert.

Mange går fotturer og spaserturer i nærheten av hjemmet

Siden 2004 har SSB kartlagt om folk går spaserturer i nærheten av hjemmet – kanskje den enkleste og mest kortreiste formen for friluftsliv for veldig mange. I 2004 gjorde 84 prosent dette, og økte til 94 prosent i 2021. Det gjør dette til den aller vanligste friluftslivsaktiviteten i 2021 av alle aktivitetene som dekkes i SSBs Levekårsundersøkelse.

Figur 3.2 Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter siste 12 måneder, 1970-2021, personer i alderen 16-74 år



Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen 1970 og Levekårsundersøkelsen EU-SILC 1997-2021. Statistisk sentralbyrå.

I tillegg til kortere spaserturer, er det mange som går på kortere og lengre fotturer i naturen. I perioden 1997 til 2021 gikk over 80 prosent av befolkningen på fottur. I 1997 gikk 79 prosent på kort fottur og 47 prosent på lang fottur. I 2021 er det omtrent like mange som går på kortere turer, men det har vært en økning i de som går lengre turer, til 57 prosent. Den samme utviklingen finner vi blant barn (se kapittel 3.4).

Tabell 3.2 Andel av befolkningen som driver ulike friluftslivsaktiviteter, personer 16-74 år, prosent

	1970	1997	2001	2004	2007	2011	2014	2017	2020	2021
Fottur	45,9	83,0	85,0	83,8	84,1	86,4	83,4	82,9	85,2	85,6
Skitur	57,6	49,3	53,4	52,5	52,1	50,3	45,3	40,6	39,7	41,5
Bær- og sopptur	50,6	48,6	45,0	39,9	39,0	37,7	34,4	35,5	29,5	42,1
Jakt	5,9	9,7	9,8	9,1	8,9	8,0	7,8	7,2	7,3	8,1
Fiske	56,9	51,4	50,0	51,7	47,1	46,8	44,0	42,9	39,2	43,3
Motor og seilbåt	35,0	43,7	38,4	46,9	42,3	45,2	43,4	42,0	44,7	39,7
Kano/Kajakk/padling	28,9	21,0	15,4	20,1	20,1	25,5	24,4	24,6	24,1	25,5
Alpint	3,4	16,5	22,1	24,2	22,0	25,5	23,8	22,1	21,4	20,4
Bading	55,2	72,0	73,1	78,4	70,6	73,0	72,0	68,5	73,6	65,5

Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen 1970 og Levekårsundersøkelsen EU-SILC 1997-2021. Statistisk sentralbyrå.

Færre går på ski

Det er mange som går på ski, men dette er en aktivitet i tilbakegang (Figur 3.2). I 1970 gikk totalt 58 prosent av befolkningen på ski, hvorav 52 prosent gikk korte skiturer og 41 prosent lange skiturer. På 2000-tallet var andelen som har gått på ski størst i 2001 (53 prosent). I 2021 oppga 42 prosent å ha gått på ski de siste 12 månedene.

Fallet er størst for andelen som går lengre skiturer, fra 41 prosent i 1970 til 21 prosent i 2021, en nedgang på 20 prosentpoeng. Det kan være flere årsaker til dette fallet. Den første er innsamlingsmetodologi: spørsmålene er ikke stilt helt likt hver årgang, det er ulik størrelse på utvalgene, og data er kun vektet fra og med 2011. En annen faktor er klima. Skigåing er en sesongaktivitet, og vær og klima spiller inn, hvor milde og snøfattige vintre gir mindre aktivitet. Mer generelt kan nedgangen også være en refleksjon av aktivitetspreferanser i befolkningen, hvor skigåing må vike plass for andre og kanskje nye aktiviteter. Det kan også være at flere opplever barrierer for å gå på ski, for eksempel knyttet til utgifter til utstyr. Nedgangen de siste årene i voksenbefolkningen vi ser her må

også ses i sammenheng med at færre barn og unge går på ski. Tall fra [Norges idrettsforbund viser at Norges Skiforbund](#) viser et fall i medlemskap på 31 prosent i perioden 2015-2021. Frafall av barn fra den organiserte idretten kan ha en «smitteeffekt», hvor de voksne kan ende opp med å gå mindre på ski som et resultat av mindre interesse blant barna i husholdningen. Denne situasjonen kan ha blitt forverret av koronapandemien, som medførte store restriksjoner på mulighetene til å legge til rette for organisert skiaktivitet.

Økning for bær- og soppsanking og fiske i koronaperioden

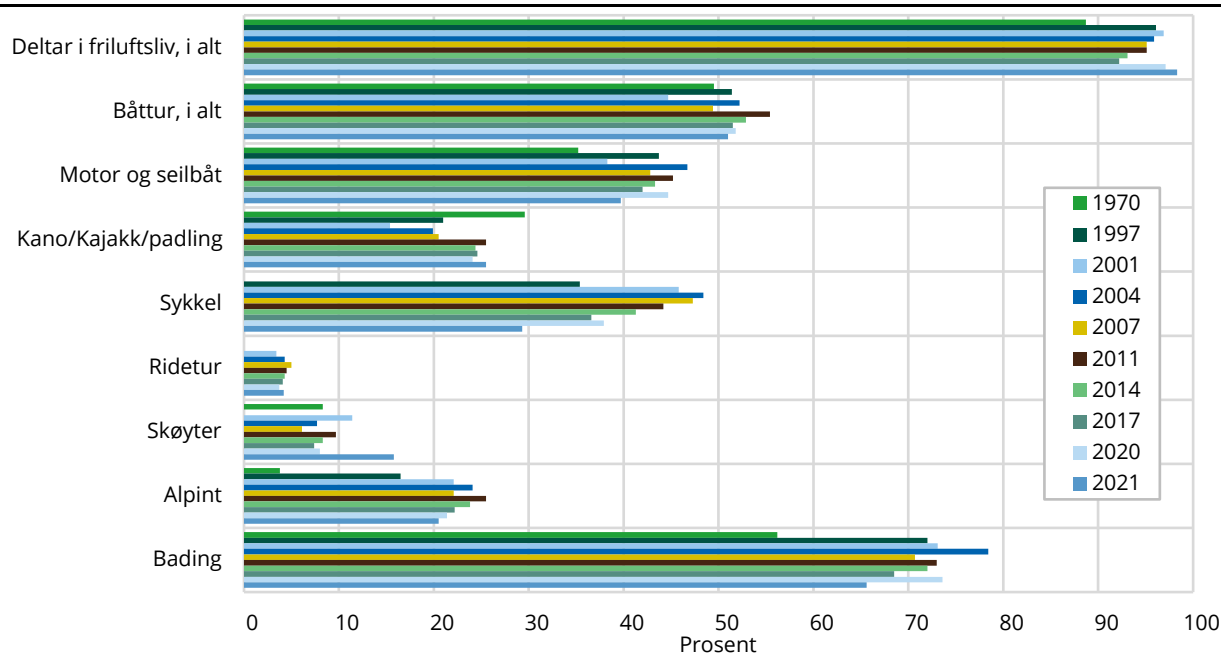
Bær- og soppsanking er en tradisjonsrik friluftslivsaktivitet. Særlig bærplukking har sitt historiske opphav i 'matauk', altså et behov eller ønske om å skaffe mat. Bær har heller ikke bare blitt plukket til eget bruk, det har også vært en eksportartikkel. I moderne tider er bærplukking mer for rekreasjonsaktivitet å regne, og allemannsretten i Norge sikrer alle rett til å ferdes i utmark og å plukke bær. Figur 3.2 viser at i 1970 gikk over halvparten av befolkningen (51 prosent) på bær- eller sopptur. Andelen bær- og soppsankere var nesten like høy drøye 25 år senere i 1997 (49 prosent). Etter dette har interessen bær- og soppsanking falt jevnt og trutt, og i 2020 hadde 30 prosent sanket bær eller sopp. I 2021 snudde derimot denne negative trenden: hele 42 prosent oppga at de hadde vært på bær eller sopptur i løpet av de siste 12 månedene. Dette er den høyest registrerte andelen siden 1997. En årsak kan være koronapandemien, som la strenge restriksjoner på sosialisering utenfor hjemmet, både i jobb- og fritidssammenheng. Bær- og soppsanking var fortsatt noe man kunne drive med, og det er nærliggende å anta at mange ønsket å tilbringe tid ute på denne måten i en hverdag hvor svært mange andre utetiltbud var sterkt innskrenket.

Fisking har hatt en liknende, om enn noe mer moderat trend. I 1970 fisket 58 prosent av befolkningen. Andelen har deretter gått tilbake, og var i 2020 på 39 prosent. Dette ble etterfulgt av en økning i 2021, til 43 prosent. En annen tradisjonell aktivitet, jakt, har hatt mer stabil oppslutning på mellom 6-10 prosent de siste 50 årene. Dette kan tyde på at dette er en aktivitet som har en sterk og vedvarende appell til enkelte grupper i befolkningen.

Stabil oppslutning rundt andre aktiviteter

For de fleste øvrige aktiviteter som SSB har kartlagt har aktivitetsnivåene holdt seg relativt stabile. Både i 1970 og 2021 har om lag halvparten av befolkningen vært på båttur, og oppslutningen har vært relativt stabil i årene imellom. For de fleste er turer i motorbåt eller seilbåt det mest vanlige, men om lag 25 prosent av befolkningen har også prøvd kano, kajakk eller padling.

Sykling har hatt en kurvelineær tendens: 35 prosent drev med dette i 1970, før andelen nådde toppen i 2004 med 48 prosent, for deretter å falle tilbake til 29 prosent i 2021. Den samme tendensen finner vi for sykling og bading. Ridning har hatt stabil oppslutning på 4-5 prosent siden 2004, mens skøyter i 2021 var mer populært enn noen tidligere år: i 2021 hadde 16 prosent av befolkningen gått på skøyter. I målinger fra øvrige år har oppslutningen ligget vært mellom 6-11 prosent.

Figur 3.3 Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter siste 12 måneder, 1970-2021, personer i alderen 16-74 år

Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen 1970 og Levekårsundersøkelsen EU-SILC 1997-2021. Statistisk sentralbyrå.

Se vedlegg A for historiske tall for andelen som har drevet med ulike friluftslivsaktiviteter fordelt etter kjønn, alder, utdanning, inntekt, landbakgrunn, nedsatt funksjonsevne og bostedsstrøk.

De aller fleste gjør noe

Oppslutningen rundt ulike friluftslivsaktiviteter varierer, og synkende deltakelse i noen aktiviteter kan være svært uheldig. At vi observerer et fall i andelen som bader, kan for eksempel ha konsekvenser for svømmekyndigheten i befolkningen. Når vi summerer deltakelsen i alle kartlagte aktiviteter ser vi at de aller fleste finner noe de selv synes er givende, for de aller fleste – hele 98 prosent – prøvde minst én friluftslivsaktivitet i 2021.

3.3. Langtidstrender i utøvelsesfrekvens

Et hovedtrekk i dataene er at de fleste nordmenn i dag driver med en eller annen form for friluftsliv. For å nyansere dette bildet er det relevant å også se på utøvelsesfrekvensen, altså hvor mange ganger ulike friluftslivsaktiviteter blir utøvd. Tabell 3.3 viser hvor mange ganger ulike friluftslivsaktiviteter i gjennomsnitt har blitt utført i løpet av de siste 12 måneder for perioden 1997-2020⁹.

⁹ Denne tidsserien løper fra 1997 til 2020. I 2021 gikk man over til å måle utøvelsesfrekvens på en ny måte, derfor er ikke tall fra 2021 inkludert i denne tidsserien. For mer om endringer i Levekårsundersøkelsen fra og med 2021, se <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/levekars/artikler/endringer-i-sporreskjema-til-levekarsundersokelsen-eu-silc-2021#:~:text=Endringene%20i%20sp%C3%B8rreskjema%20fra%202021,ulike%20roterende%20temaene%20blitt%20endret.>

Tabell 3.3 Gjennomsnittlig antall ganger drevet med ulike friluftslivsutøvelse siste 12 måneder, personer 16 år og eldre, 1997-2020

	1997	2001	2004	2007	2011	2014	2017	2020	Diff. 1997- 2020	Diff. 2011- 2020
Fotturer, i alt	38	43	49	51	70	65	63	81	43	11
Fottur i fjellet, i alt	11	13	13	13	18	18	19	23	12	5
Kort fottur på fjellet	9	11	10	11	15	16	17	20	11	5
Lang fottur på fjellet	6	7	7	6	9	8	9	10	4	1
Fottur i skog og mark, i alt	35	39	45	46	60	55	52	67	32	7
Kort fottur i skog og mark	32	37	42	43	52	48	46	58	26	6
Lang fottur i skog og mark	11	10	12	9	18	15	15	18	7	0
Skitur, i alt	13	13	14	13	18	17	15	16	3	-2
Skitur i fjellet, i alt	8	9	10	9	9	9	9	10	2	1
Kort skitur på fjellet	7	7	7	7	7	8	7	7	0	0
Lang skitur på fjellet	5	5	6	5	6	6	6	6	1	0
Skitur i skog og mark, i alt	10	10	11	10	14	13	11	12	2	-2
Kort skitur i skog og mark	9	9	10	9	11	10	9	9	0	-2
Lang skitur i skog og mark	5	5	6	5	8	7	7	7	2	-1
Bær og sopptur, i alt	5	6	6	5	6	6	6	7	2	1
Bærtur	4	5	4	4	5	5	4	5	1	0
Sopptur	3	5	5	4	5	5	5	6	3	1
Jakt	12	16	11	12	13	14	12	14	2	1
Fiske, i alt	13	15	13	14	17	17	17	13	0	-4
Fisket i ferskvann	8	9	7	8	9	9	9	9	1	0
Fiske i saltvann	11	11	10	9	12	12	12	12	1	0
Fiske laks, sjøørret, sjørøye	,	12	10	9	10	10	10	,	.	.
Båttur, i alt	13	14	14	12	14	14	14	15	2	1
Kano/Kajakk/robåt	8	7	7	6	7	7	7	8	0	1
Motor/seilbåt	11	14	13	11	13	13	13	14	3	1
Sykkel i naturomgivelser	,	27	25	24	33	31	32	23	.	-10
Terrengsykling	,	14	14	10	14	13	15	,	.	.
Ridetur	,	28	30	20	33	24	29	28	.	-5
Skøyter	,	5	5	3	4	4	3	4	.	0
Alpint/snowboard etc.	,	10	10	8	8	7	8	7	.	-1
Alpint/snowboard etc. i løssnø	.	9	6	6	5	6
Bading	19	14	16	12	16	16	15	17	-2	1
Friluftsliv, i alt	72	87	94	85	112	101	94	107	35	-5
Kort spasertur i nærheten av hjemmet	.	.	61	59	.	97	115	81	.	.
Antall svar	1 725	1 884	2 615	2 118	4 864	7 373	6 179	6 031		

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

De mest populære aktivitetene i 2020 var fotturer i skog og mark eller på fjellet, og spaserturer i nærheten av hjemmet. Vi ser at dette også er aktivitetene som i gjennomsnitt utøves oftest, i snitt 81 ganger i løpet av de siste 12 månedene. Skigåing er også en utbredt aktivitet, og i snitt går nordmenn på 16 skiturer i året, hvor de fleste turene er korte skiturer i skog og mark. De som jakter gjør dette i snitt 14 ganger; dette er i hovedsak en konsentrert aktivitet som typisk foregår en uke av gangen, for eksempel som høstjakt. Ridning er en relativt smal aktivitet, som 7 prosent prøvde i 2020. Vi ser at blant disse er aktiviteten relativt høy, med et gjennomsnitt 28 rideturer i løpet av de siste 12 månedene. Variabelen «Friluftsliv, i alt» viser snittet når deltakelse i alle aktiviteter summeres sammen. Merk at «Korte spaserturer i nærheten av hjemmet» ikke er inkludert i dette målet siden denne aktiviteten ikke er kartlagt alle årganger. Etter at korte spaserturer i nærheten av hjemmet er utelatt ser vi at totalt sett prøvde den gjennomsnittlige nordmann 107 friluftslivsaktiviteter i 2020, med andre ord omtrent én aktivitet hver tredje dag. Sammenlikner vi resultatene fra 2020 med resultatene fra 1997, ser vi at det gjennomsnittlige antallet ganger aktivitetene utøves har økt i perioden på drøye 20 år. I snitt utøvde man aktiviteter 35 flere ganger i 2020 enn i 1997. Den positive utviklingen skyldes i all hovedsak den markante økningen i antall fotturer.

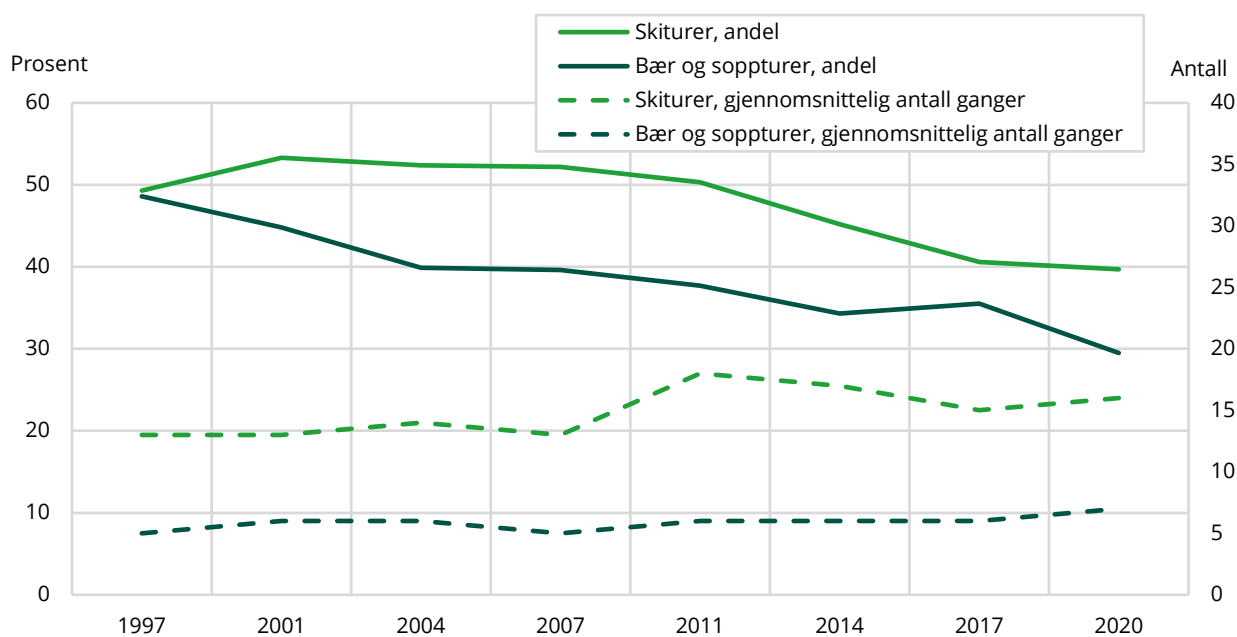
Det har vært en langt flatere utvikling i perioden fra 2011 til 2020. Av forskjeller kan man merke seg at det i gjennomsnitt går flere fotturer i 2020 enn i 2011 (11), mens det har vært en moderat nedgang i antallet sykkelturner (-10), rideturner (-5) fisketurner (-4) mellom 2011 og 2020.

Når er negativ utvikling et problem?

For å virkelig få grep om den overordnede historiske utviklingen i friluftslivet i Norge må vi se på forholdet mellom andelene som har prøvd ulike friluftslivsaktiviteter og gjennomsnittelig antall ganger aktivitetene utøves i perioden 1997-2020 (Tabell 3.3). Da ender vi opp med et relativt sammensatt bilde.

Vi starter med utgangspunkt to aktiviteter, ski- og bær- og soppturer. Disse aktivitetene har hatt en nedgang i utbredelse, altså hvor stor del av befolkningen som har prøvd aktivitetene, i perioden 1997 til 2020. Samtidig viser Figur 3.4 at de som faktisk har drevet med disse aktivitetene har gjort det stort sett like ofte eller oftere i 2020 enn i 1997. Det er flere måter å kommentere dette funnet på. For det første viser det at selv om en aktivitet faller i utbredelse, er det ikke ensbetydende med at den forsvinner helt: ofte vil det være en viss andel i befolkningen som fortsetter å drive med aktiviteten, til tross for at aktiviteten generelt har et negativt deltakelsesmønster. Samtidig kan slike utviklinger være tegn på en tendens hvor det blir mer systematiske forskjeller i aktivitetsdeltakelse i friluftsliv mer generelt i befolkningen

Figur 3.4 Skitur og bær- og sopptur, etter andel og gjennomsnittlig antall ganger, 1997-2020, personer 16 år og eldre, prosent og antall



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

For å undersøke dette løfter vi blikket fra enkeltaktiviteter til overordnede aktivitetsnivået, og vi får da bekreftet at befolkningen har blitt polarisert i sitt aktivitetsnivå. I Tabell 3.4 presenteres friluftslivshyppigheten for ulike aktiviteter¹⁰ slått sammen, slik at vi får et mål på samlet aktivitetsfrekvens per innbygger.

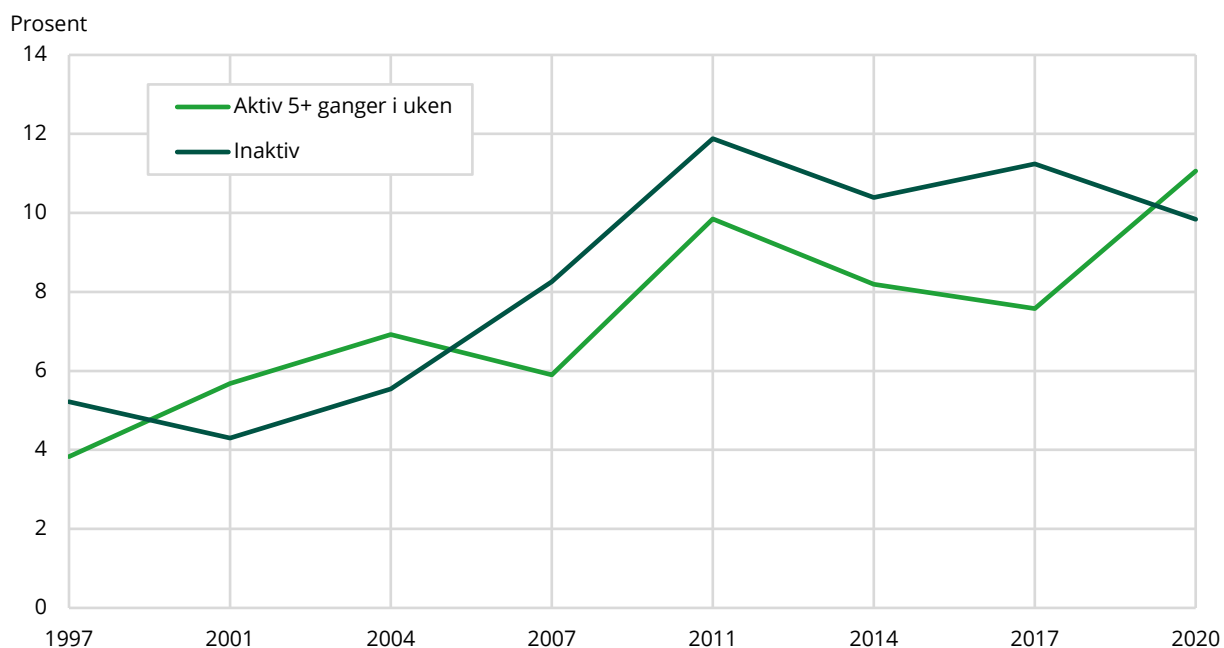
¹⁰ Dette målet på total aktivitetsfrekvens består av samlet antall ganger respondentene har gjort følgende aktiviteter: Gått lang og kort fottur i skog, mark og fjell, Gått lang og kort skitur i skog, mark og fjell, plukket bær, plukket sopp, vært på jakt, fisket i ferskvann, fisket i saltvann, vært på tur i kano/kajakk/robåt, vært på tur med seilbåt/motorbåt, syklet, ridetur og skøyter. Disse aktivitetene er valgt ut som mål på samlet aktivitetsfrekvens fordi dette er aktiviteter som er spurt om i alle årgangene fra 1997 til 2020 og dermed gir den mest presise og sammenliknbare fremstillingen av samlet aktivitet over tid.

Tabell 3.4. Friluftslivsfrekvens, 1997-2020, personer 16 år og eldre, prosent

	1997	2001	2004	2007	2011	2014	2017	2020
5+ ganger i uken	3,8	5,7	6,9	5,9	9,9	8,2	7,6	11,1
Minst 4 ganger i uken	2,7	3,0	3,2	3,0	4,0	3,9	3,7	3,8
Minst 3 ganger i uken	4,1	4,3	5,8	5,2	7,3	7,2	6,1	7,3
Minst 2 ganger i uken	10,3	10,6	11,9	11,3	12,0	12,9	11,7	12,4
Minst 1 gang i uken	24,0	26,6	24,3	23,7	23,6	22,1	21,9	21,3
1-3 ganger i måneden	38,4	35,4	32,5	31,6	23,1	26,3	27,0	24,7
Sjeldnere enn 1 gang i måneden	11,5	10,2	9,8	11,1	8,3	9,0	10,8	9,8
Aldri	5,2	4,3	5,5	8,3	11,9	10,4	11,2	9,8
Antall svar	1 725	1 884	2 615	2 118	4 864	7 373	6 179	6 031

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Det er særlig ytterpunktene vi er interesserte i, altså de som er høyaktive og de som er inaktive i befolkningen. Vi ser at disse gruppene har utviklet seg i samme retning over tid. Andelen som driver med en eller annen form for friluftsliv minst 5 ganger i uken har økt jevnt, fra 4 prosent i 1997 til 11 prosent i 2020. Samtidig har andelen som aldri driver med friluftsliv gått fra 5 prosent i 1997 til 10 prosent i 2020. Andelen øvrige aktive som har et aktivitetsnivå et sted mellom disse ytterpunktene har som konsekvens blitt mindre, fra 91 prosent i 1997 til 79 prosent i 2020. Som illustrert i Figur 3.5 er altså gruppene som aldri eller veldig ofte driver med friluftsliv blitt større.

Figur 3.5 Andel høyaktive og inaktive, 1997-2020, personer 16 år og eldre, prosent

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Se vedlegg B for historiske tall om total aktivitetsfrekvens fordelt etter kjønn, alder, utdanning, inntekt, landbakgrunn, funksjonsnedsettelse og bostedsstrøk.

3.4. Utvikling i kjerneaktivitetene blant barn

I likhet med de voksne har friluftslivaktivitetene ski og fotturer beholdt viktige posisjon hos barn over tid. I alle de kartlagte årene har barn i større grad enn de voksne drevet med disse aktivitetene. Det kan være fordi barn ofte får tilbud om disse aktivitetene i forbindelse med skolen, som øker det overordnede aktivitetsnivået. Tabell 3.5. viser andelen barn i alderen 6-15 år som har gått på en lang fottur eller skitur de siste 12 månedene. Andelen har variert fra et bunnivå på 72 prosent i 2007, og et toppnivå på 92 prosent i 2013, og lå på 81 prosent i 2020.

Tabell 3.5 Andel barn i alderen 6-15 år som har gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 måneder, 1983-2020. Prosent

	Lengre fotturer eller ski	Antall svar
1983	85,4	1 171
1997	87,1	286
2004	87,8	637
2007	71,5	1 067
2013	92,2	937
2020	81,0	4 246

Kilde: Levekårsundersøkelsen blant barn, Levekårsundersøkelsen fritidsutvalget, Levekårsundersøkelsen EU-SILC, Levekårsundersøkelsen om barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv. Statistisk sentralbyrå.

Flere barn går på lange ski- og fotturer enn tidligere

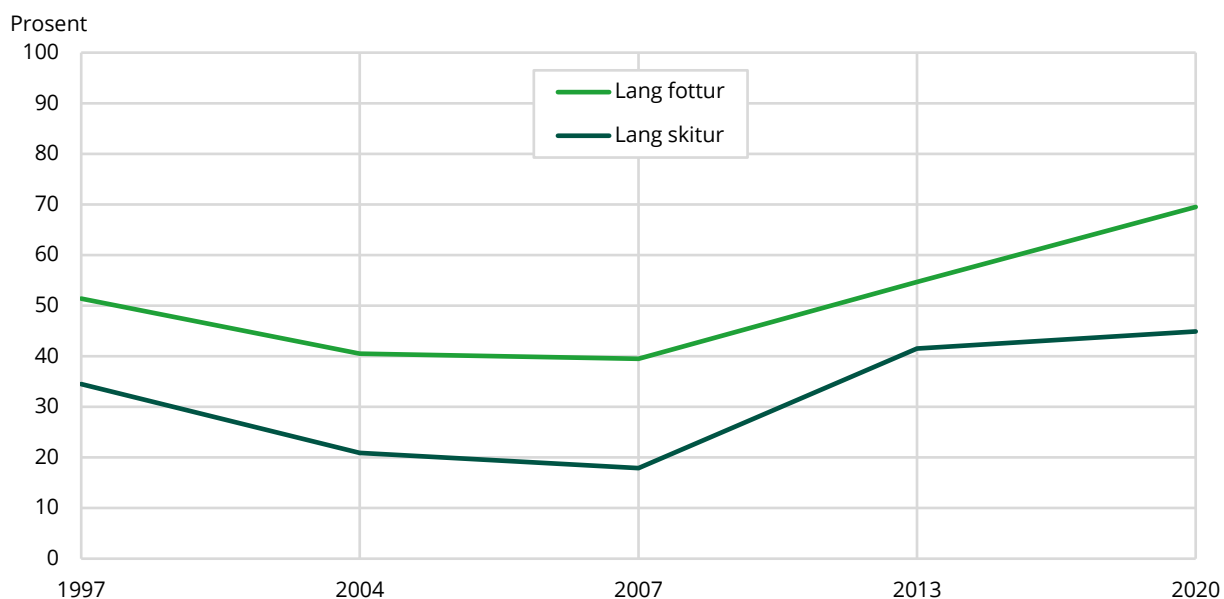
Det har vært en markant økning i andelen barn som går *lange* fotturer eller skiturer de siste 20 årene. Fotturer har vært en av de mest populære frilftsaktivitetene blant barn siden 1997. I 1997 var dette noe 94 prosent av barn hadde gjort i løpet av de siste 12 månedene. Andelen har variert lite etter dette, og i 2020 lå den på 93 prosent. Når vi sammenligner med den voksne befolkningen ser vi den samme utviklingen, men den voksne befolkningen ligger noe lavere, på 86 prosent i 2021. Imidlertid ser vi noen endringer over tid når det gjelder lengden på turene.

Korte fotturer er kanskje den enkleste og mest kortreiste formen for friluftsliv for veldig mange. Både i 1997 og 2020 hadde 92 prosent av barn gått en kort fottur de siste 12 månedene, altså en tur i naturen som varer mindre enn 3 timer. Det gjør dette til den aller vanligste frilftsaktiviteten blant barn i 2020 av alle aktivitetene som dekkes i undersøkelsen. Andelen barn som har gått *lange* fotturer er betydelig lavere enn korte turer, men vi har sett en økning de siste 20 årene. I 1997 hadde 51 prosent av barn gått på en fottur som varte mer enn 3 timer, mot 70 prosent i 2020 (se figur 3.6). Det var en nedgang i 2004 (41 prosent) og 2007 (40 prosent), og deretter en gradvis økning frem til 2020.¹¹

En høy andel barn går på ski, og vi ser i likhet med fotturer at det særlig har vært en økning i andelen barn som går *lange* skiturer de siste 20 årene. I 1997 gikk 81 prosent av barn på ski, hvorav 78 prosent hadde gått korte skiturer og 35 prosent hadde gått lange skiturer. I 2020 gikk 59 prosent av barn på ski, hvorav 57 prosent var kortere skiturer og 46 prosent var lengre skiturer. Lange skiturer følger samme trend som lange fotturer, med en nedgang i 2004-2007, og deretter en liten økning frem til 2020. Trenden er motsatt fra den voksne befolkningen, der andelen som går lange skiturer har gått ned.

¹¹ Se datagrunnlag i kapittel 2 om utvalgsstørrelse.

Figur 3.6 Andel barn i alderen 6-15 år som gått lang fottur eller lang skitur i løpet av de siste 12 måneder, 1997-2020. Prosent

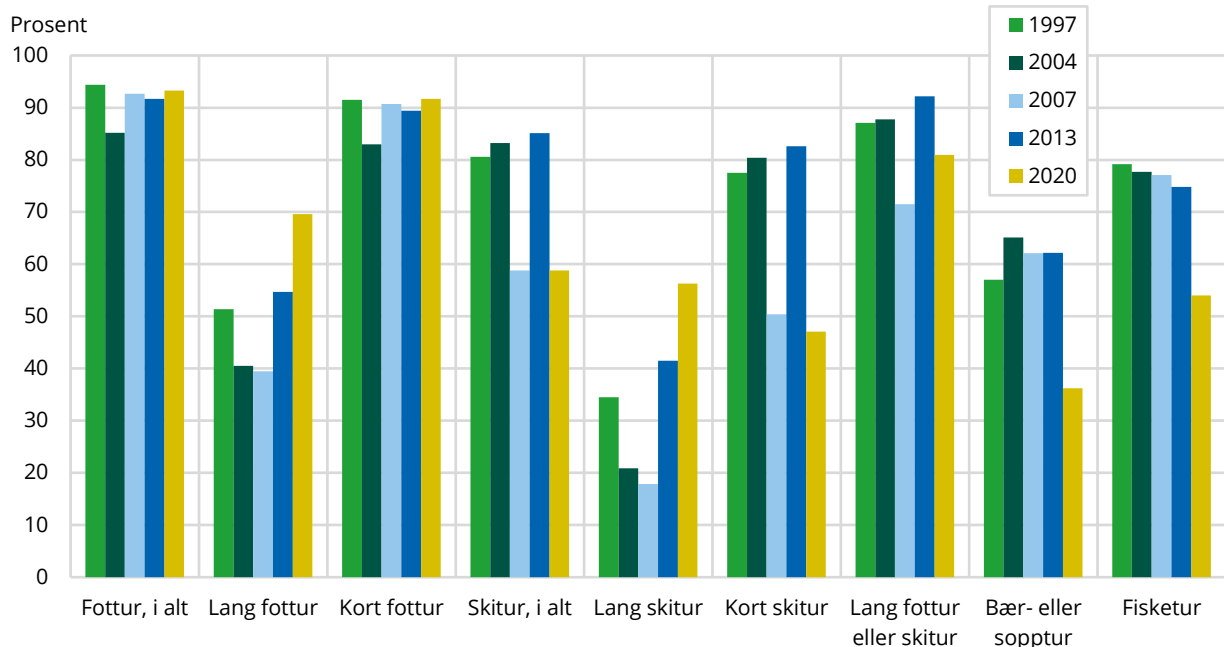


Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Bær- og soppstaking og fiske

Bær- og soppstaking er en tradisjonsrik friluftslivsaktivitet. I 1997 gikk over halvparten av barn (57 prosent) på bær- eller sopptur. Andelen bær- og soppstakere lå på over 60 prosent i perioden 2004-2013, før den falt ned til 36 prosent i 2020, som er omtrent på nivå med voksenbefolkningen i samme periode (30 prosent).

Figur 3.7 Andel barn i alderen 6-15 år som har drevet med friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 måneder, 1997-2020



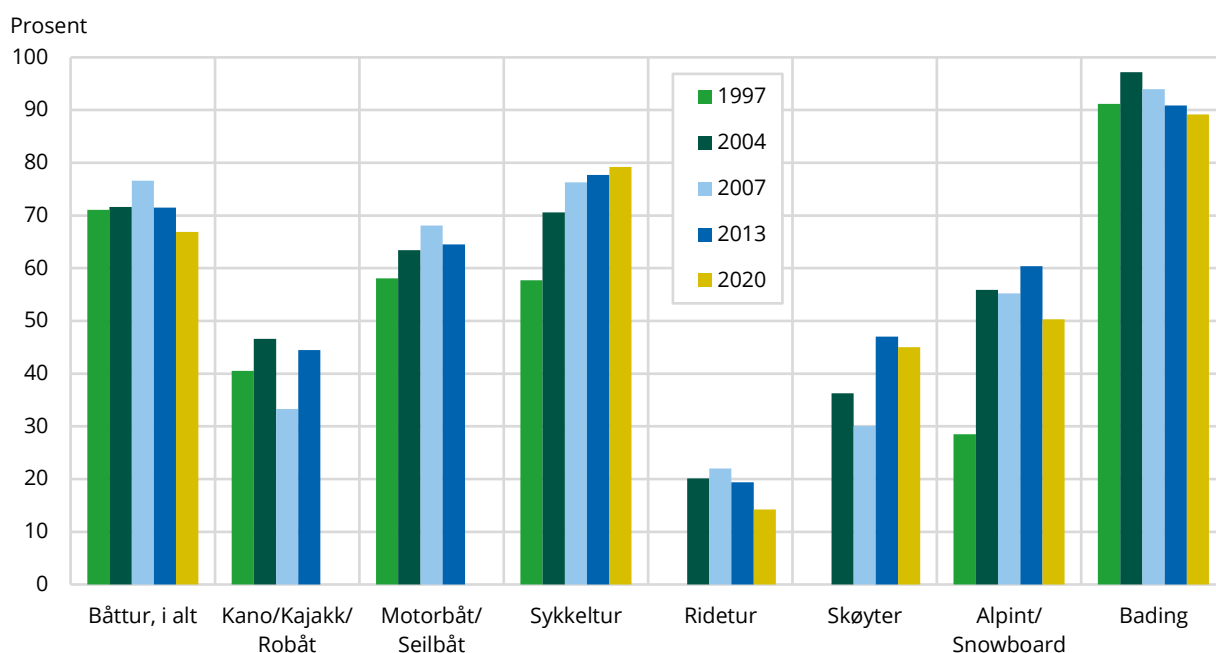
Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Fisking er også populær friluftaktivitet blant barn. I 1997 hadde 79 prosent av barn vært på fisketur i løpet av de siste 12 månedene. Denne andelen har holdt seg stabil over tid, frem til 2020 da den sankt til 54 prosent. I likhet med bær- og soppstaking kan en årsak til dette være koronapandemien.

Stabil oppslutning rundt båtturer og bading

Rundt 70 prosent av barn har vært på båttur i hele perioden 1997-2020. Over tid har det vært mest vanlig for barn å dra på båttur i kano, kajakk eller robåt (65 prosent i 2013), enn i motorbåt og seilbåt (45 prosent i 2013). Vi ser også at en større andel barn enn voksne har vært på tur i kano, kajakk eller robåt. De siste 20 årene har konsekvent 90 prosent eller mer badet de siste 12 månedene. Bading hadde et toppnivå i 2004, hvor 97 prosent av barn hadde badet de siste 12 månedene, men har siden sunket og var i 2020 marginalt lavere enn i 1997.

Figur 3.8 Andel barn i alderen 6-15 år som har drevet med friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 måneder, 1997-2020



Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Andre aktiviteter

Over tid har det vært en økning i andel barn som drar på sykkeltur i naturomgivelser. I 1997 oppga 58 prosent av barn dette, mot 79 prosent i 2020. Vi finner også en økning i den voksne befolkningen. Det har også vært en økning i andelen som står på skøyter i både den voksne befolkningen og blant barn. I 2004 oppga 36 prosent av barn at de hadde stått på skøyter de siste 12 månedene. I 2020 hadde denne andelen økt til 45 prosent. Vi finner også at færre barn rir på tur med hest enn før, en engang fra 20 prosent i 2004 til 14 prosent i 2020. Alpint og snowboard hadde et bunnivå i 1997 hvor kun 29 prosent av barn hadde stått alpint eller på snowboard, til over halvparten (50-60 prosent) i perioden 2004-2020. Denne trenden med økt deltakelse i alpint og snowboard likner den vi ser i den voksne befolkningen (se figur 3.3), men økningen i deltakelse er enda sterkere blant barn. Dette er ikke så overraskende siden særlig snowboard historisk sett ofte beskrives som en livsstilsaktivitet av og for unge mennesker, med mange kulturelle paralleller til skateboardmiljøet, og hvor rekrutteringen for alvor skjøt fart i Norge på slutten av 1990-tallet og begynnelsen av 2000-tallet (Sisjord, 2005; Thorpe, 2011). Samtidig kan vi ikke se bort fra at de lave tallene i 1997 også henger sammen med utvalgsgørrelsen, som i 1997 var mye mindre enn de øvrige årgangene hvor barns friluftslivsdeltakelse er kartlagt (se Tabell 2.1).

Tabell 3.6. Andel barn i alderen 6-15 år som har drevet med friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 måneder

	1983	1997	2004	2007	2013	2020
Fottur, i alt	..	94,4	85,2	92,7	91,7	93,3
Lang fottur	..	51,4	40,5	39,5	54,7	69,6
Kort fottur	..	91,5	83,0	90,7	89,4	91,7
Skitur, i alt	..	80,6	83,2	58,8	85,1	58,8
Lang skitur	..	34,5	20,9	17,9	41,5	56,3
Kort skitur	..	77,5	80,4	50,4	82,6	47,1
Lang fottur eller skitur	85,4	87,1	87,8	71,51	92,21	81,0
Bær- eller sopptur	..	57,0	65,1	62,1	62,2	36,2
Fisketur	..	79,2	77,7	77,1	74,8	54,0
Båttur, i alt	..	71,1	71,6	76,6	71,5	66,9
Kano/Kajakk/Robåt	..	40,5	46,6	33,3	44,5	..
Motorbåt/Seilbåt	..	58,1	63,4	68,1	64,5	..
Sykkeltur	..	57,7	70,6	76,3	77,7	79,2
Ridetur	20,1	22	19,4	14,2
Skøyter	36,3	30,1	47	45,0
Alpint/Snowboard	..	28,5	55,9	55,2	60,4	50,3
Bading	..	91,2	97,2	94	90,9	89,2
Deltatt i friluftsliv, i alt	..	99,3	99,8	99,1	99,5	99,2
Antall svar	1 171	286	637	1 067	937	4 246

Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

4. Forskjeller i befolkningen

Hovedpunktene i dette kapitlet kan oppsummeres ved:

- Det er til dels store forskjeller i deltakelse i friluftsliv mellom ulike grupper i befolkningen.
- Yngre og personer med høyere sosioøkonomisk status (inntekt og utdanning) er blant gruppene i befolkningen med høyest deltakelse.
- Yngre barn har høyere deltakelse i friluftsliv enn eldre barn.
- Motsatt ser vi at andelen som har prøvd friluftsliv er mindre blant eldre og personer med lav utdanning og inntekt. Andre grupper med lav deltakelse er innvandrere fra Afrika, Asia etc. og personer med funksjonsnedsettelse.
- Selv om det totale aktivitetsnivået er ganske likt mellom fylker er det forskjeller i hvilke aktiviteter folk driver med i ulike fylker. Disse forskjellene handler i stor grad om muligheten for å tilrettelegge og gjennomføre ulike aktiviteter i fylker med ulik topografi.

Innledning

Ser vi på hele befolkningen driver 98 prosent av de voksne (2021) og 99 prosent av barn (2020) med en eller annen form for friluftsliv. Det er imidlertid store forskjeller blant ulike grupper i befolkningen. Dette kapitlet ser nærmere på forskjeller mellom personer med ulik alder, kjønn, utdanning, inntekt, innvandringsstatus, inntekt, sentralitet, fylke og funksjonsnedsettelse.

4.1. Kjønn

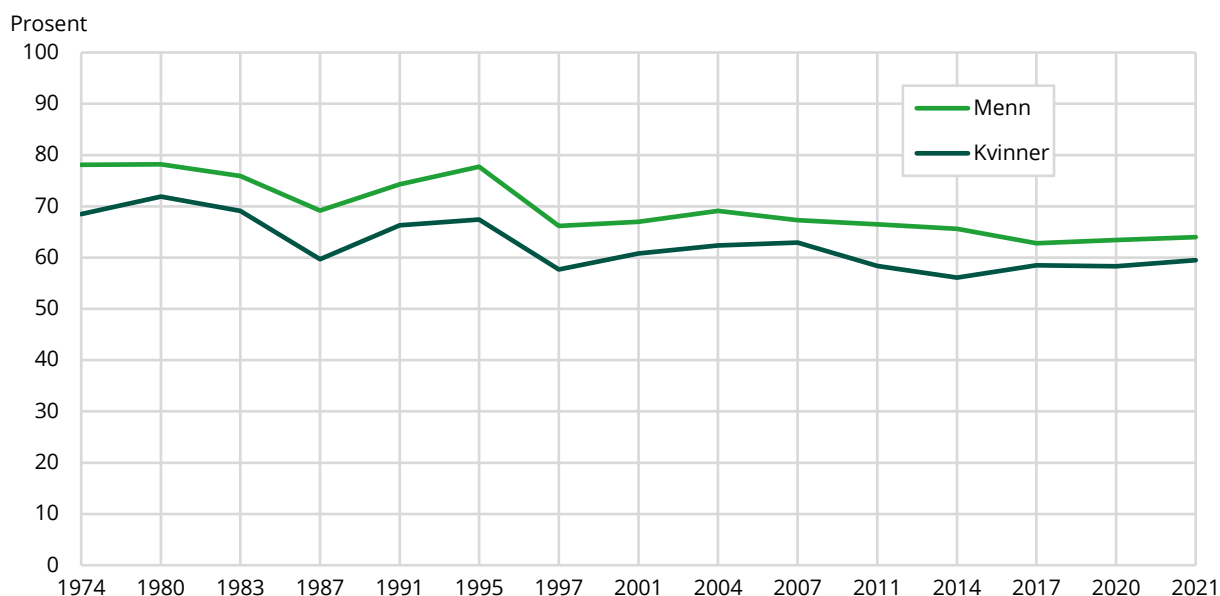
En del aktiviteter har endret seg og er i dag i mindre kjønnsbetinget enn tidligere i den forstand at det er stor overrepresentasjon av enten kvinner og menn. Hovedsakelig skyldes dette at kvinner har økt sin deltakelse relativt sett sammenliknet med menn.

Mer lik deltakelse mellom menn og kvinner i de mest populære aktivitetene

For to av de mest populære aktivitetene, lange fotturer og ski, har det i perioden 1974-1997 vært omtrent 10 prosentpoengs forskjell i deltakelse mellom menn og kvinner. I 1974 gikk 78 prosent av alle menn på lange fotturer eller ski, mot 69 prosent blant kvinner. I 1997 var forskjellen den samme, men det totale aktivitetsnivået hadde falt både blant menn og kvinner. På dette tidspunktet gikk 66 prosent av menn og 58 prosent av kvinner på lang fottur eller ski. Etter dette stabiliserte det totale aktivitetsnivået seg, med en liten nedgang blant menn og en svak oppgang blant kvinner. I 2021 gikk 64 prosent av menn på lang fottur eller ski, og 60 prosent av kvinner (Figur 4.1).

Resultatene indikerer at kvinner og menn er mer likestilte når det gjelder deltakelse i disse tradisjonelle friluftslivsaktivitetene. Videre kan det virke som det samlede fallet i deltakelsen fra 1970, etterfulgt av en utflating fra midten av 1990-tallet, ikke er kjønnsbetinget.

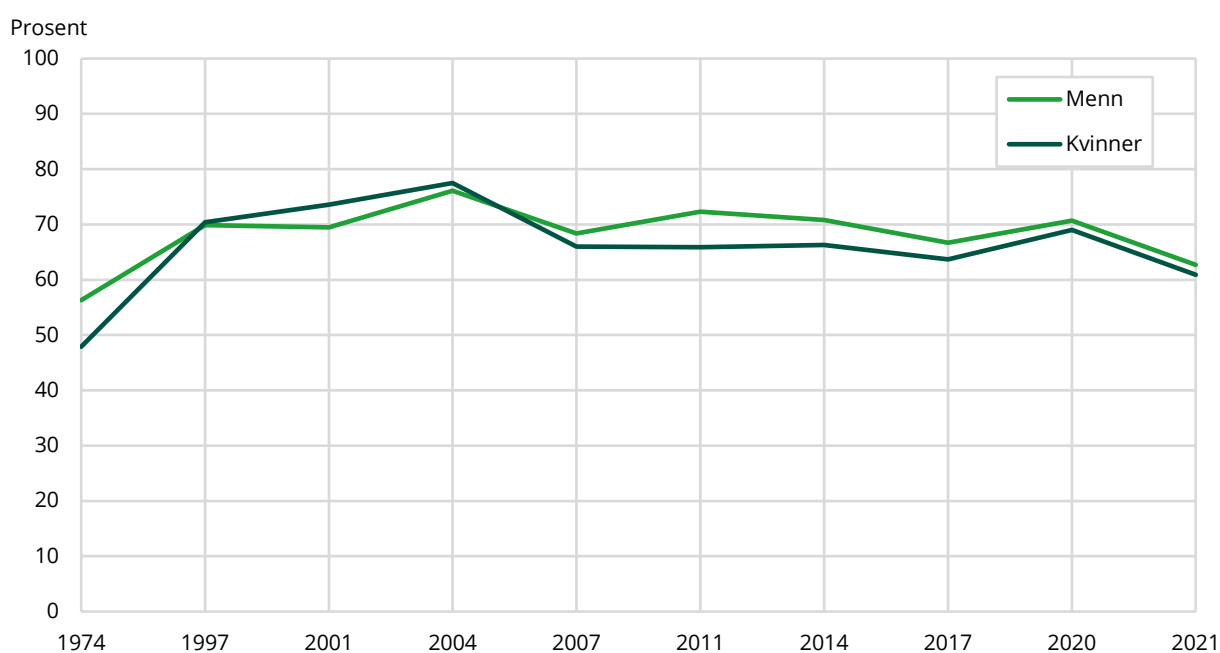
Figur 4.1 Andel som har gått lang fottur eller skitur de siste 12 månedene, etter kjønn, personer 16-74 år, 1974-2021



Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Vi ser en liknende tendens for bading (Figur 4.2). I 1974 badet 56 prosent av menn og 48 prosent av kvinner. Her tok kvinnene raskere igjen mennene, og i 1997 var andelen som badet 70 prosent for både menn og kvinner. I toppåret 2004 oppga 76 prosent av menn og 78 prosent av kvinner at de hadde badet i løpet av de siste 12 månedene. Etter dette har andelen gradvis falt noe tilbake, og i 2021 hadde 63 prosent av menn og 61 prosent av kvinner badet utendørs, den laveste andelen siden SSB begynte å måle denne aktiviteten i 1974. En del av nedgangen kan skyldes koronapandemien. For mange er utendørs bading en sosial aktivitet, hvor man samles på strender eller andre tilrettelagte badeplasser. På dager med godt vær eller det ofte mange andre personer på disse stedene. Med tidvis strenge restriksjoner og regler om sosial distansering var det antakeligvis mange bevisst unngikk å oppsøke slike badesteder i denne perioden.

Figur 4.2 Andel som har badet de siste 12 månedene, etter kjønn, personer 16-74 år, 1974-2021



Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

... samtidig er andre aktiviteter fortsatt kjønnsdelt

Selv om kvinner har økt sin deltakelse i mange friluftaktiviteter, er det fortsatt store forskjeller i deltakelse mellom menn og kvinner i en rekke aktiviteter.

Tabell 4.1 Andel som har drevet med jakt, fiske, og bær- og sopptur, etter kjønn, personer 16-74 år, 1974-2021

	Jakt		Fiske		Bær- og sopptur	
	Menn	Kvinner	Menn	Kvinner	Menn	Kvinner
1974	15,9	0,8	73,4	36,9	49,5	57,8
1997	16,2	2,9	63,0	38,1	44,1	52,2
2001	17,3	2,0	61,7	36,6	40,3	48,4
2004	15,4	2,3	61,2	40,3	35,4	44,1
2007	14,8	2,7	57,8	34,4	35,0	43,1
2011	12,4	2,6	53,8	34,9	33,0	40,2
2014	12,5	2,2	52,4	31,0	29,5	37,8
2017	10,6	2,8	50,2	30,9	29,6	40,3
2020	10,8	2,7	45,5	27,9	25,5	32,9
2021	12,0	3,1	51,3	30,3	35,1	48,7

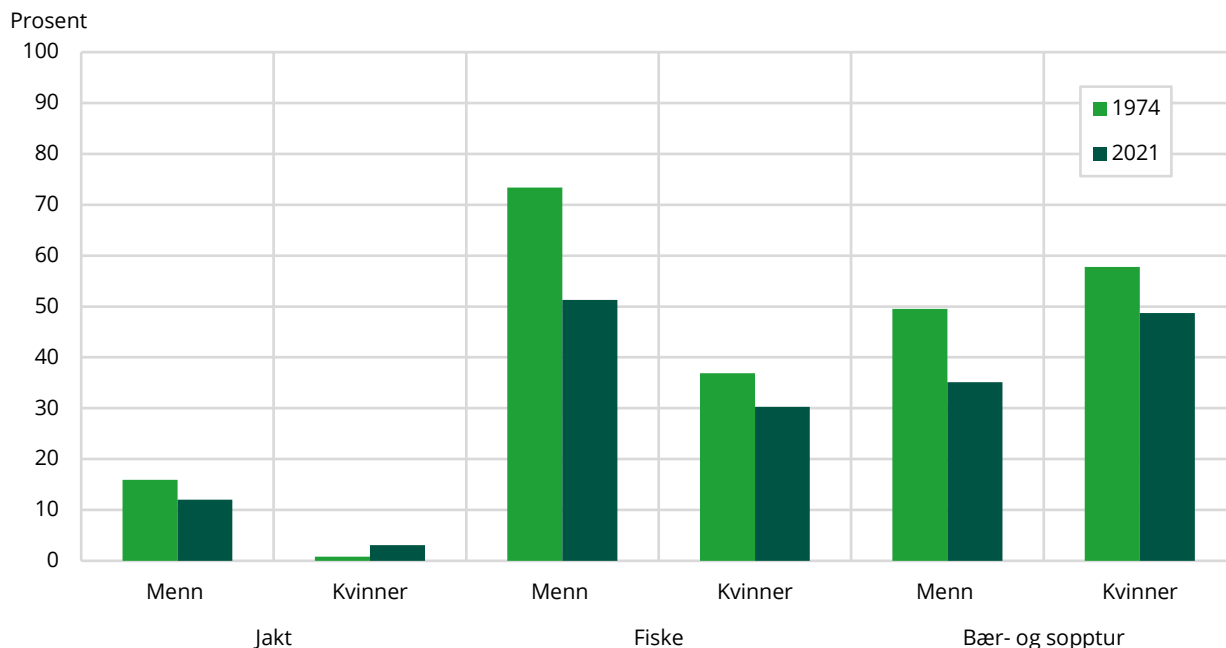
Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Tabell 4.1 viser at 16 prosent av alle menn jaktet i 1974, og at andelen var falt til 12 prosent i 2021. Svært få kvinner jaktet i 1974 (1 prosent). Andelen har økt noe frem til 2021, til 3 prosent, men fortsatt er det langt flere menn som jakter. Det er altså store kjønnsforskjeller i andelen som jakter, men det er den moderat økende kvinneandelen som er årsaken til at den totale andelen som jakter har holdt seg uforandret de siste 50 årene.

For 50 år siden var fiske en svært mannsdominert aktivitet, med dobbelt så høy deltakelse blant menn enn kvinner. I 1974 fisket 73 prosent av menn, mot bare 37 prosent blant kvinner. Gradvis har oppslutningen om fiske falt, og særlig for menn. Dette har ført til at forskjellene blitt noe mindre, men stadig er det slik at i 2021 oppga 46 prosent av menn at de hadde fisket de siste 12 månedene, mot 28 av kvinnene. En av grunnene til at flere menn enn kvinner fisker kan være at hobbyfiske i friluftslivøyemed, følger trender i arbeidslivet. Fiske som yrkesform har vært og fortsetter å være et svært mannsdominert yrke. Langt flere menn enn kvinner har fiske som hovednæring, og de tjener også mye mer på fisket sitt ([Steinset, 2019](#)). Denne mannsdominansen på yrkesnivå kan ha en «smitteeffekt» på interesse (og kunnskap) om fiske i fritiden.

På andre siden har vi bær- og soppplukking, historisk sett har vært mer populært blant kvinner enn menn. I 1974 plukket 58 prosent av kvinner bær og/eller sopp, mot 50 prosent av menn. I 2021 var kvinneandelen falt noe, til 49 prosent, mens andelen var 35 prosent blant menn, en forskjell på hele 14 prosentpoeng. Dette er et resultat av kvinners deltakelse har falt moderat (ned 9 prosentpoeng) sammenliknet med den observert for menn (ned 15 prosentpoeng).

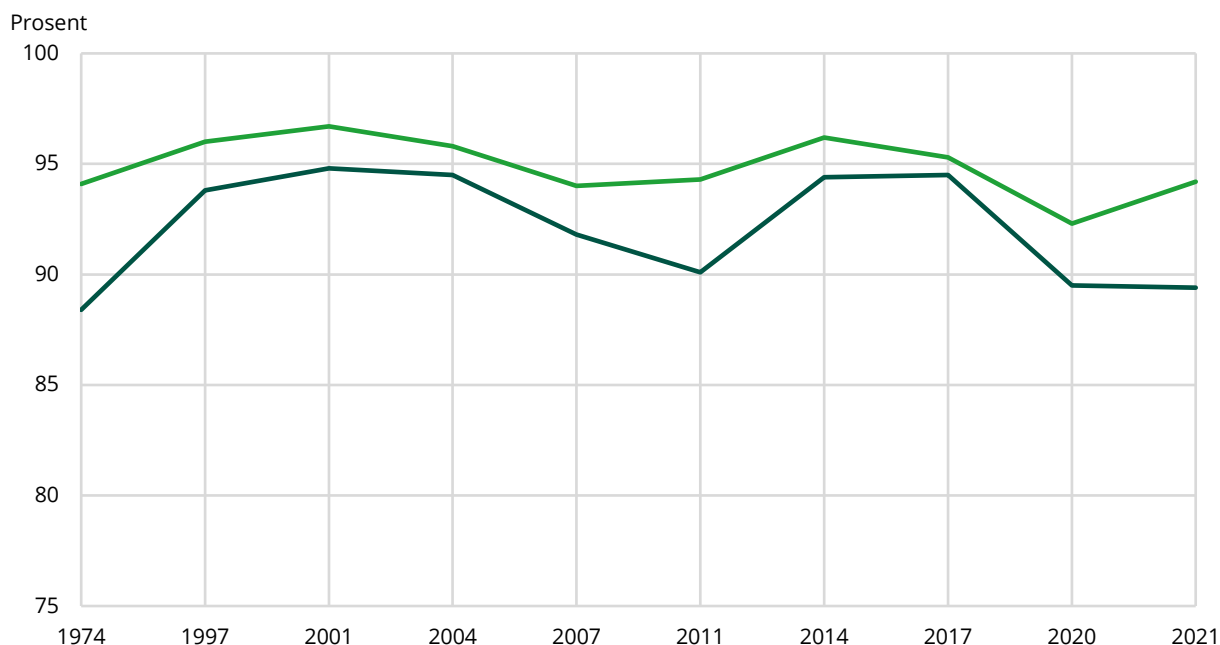
Figur 4.3 Andel som har drevet med jakt, fiske, og bær- og sopptur, etter kjønn, personer 16-74 år, 1974 og 2021



Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Når vi ser på summen av alle friluftslivsaktiviteter, har menn de siste årene vært noe mer aktive enn kvinner (Figur 4.4). Fra 1997 til 2017 var forskjellen i andelen mellom kjønnene som har drevet med minst én friluftslivsaktivitet jevnt over liten, før den i 2020 og 2021 har økt noe igjen.

Figur 4.4 Andel som har drevet med minst én friluftslivsaktivitet siste 12 mnd., etter kjønn, personer 16-74 år 1974-2021



Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Se vedleggstabell A1.1 for utvikling i deltakelse i flere aktiviteter etter kjønn for perioden 1974-2021.

Mindre kjønnsforskjeller blant barn enn voksne

I motsetning til de voksne er barn omtrent like aktive i friluftsliv uavhengig av kjønn, særlig i hovedaktiviteten lang fottur eller skitur (Tabell 4.2).

Tabell 4.2 Andel som har gått lang fottur eller skitur de siste 12 månedene, etter kjønn. 6-15 år, 1983-2020

	1983	1997	2004	2007	2013	2020
Lang fot- eller skitur						
Gutter	85,4	86,5	87,4	71,2	92	80,7
Jenter	85,4	88,1	88,1	71,8	92,4	81,4

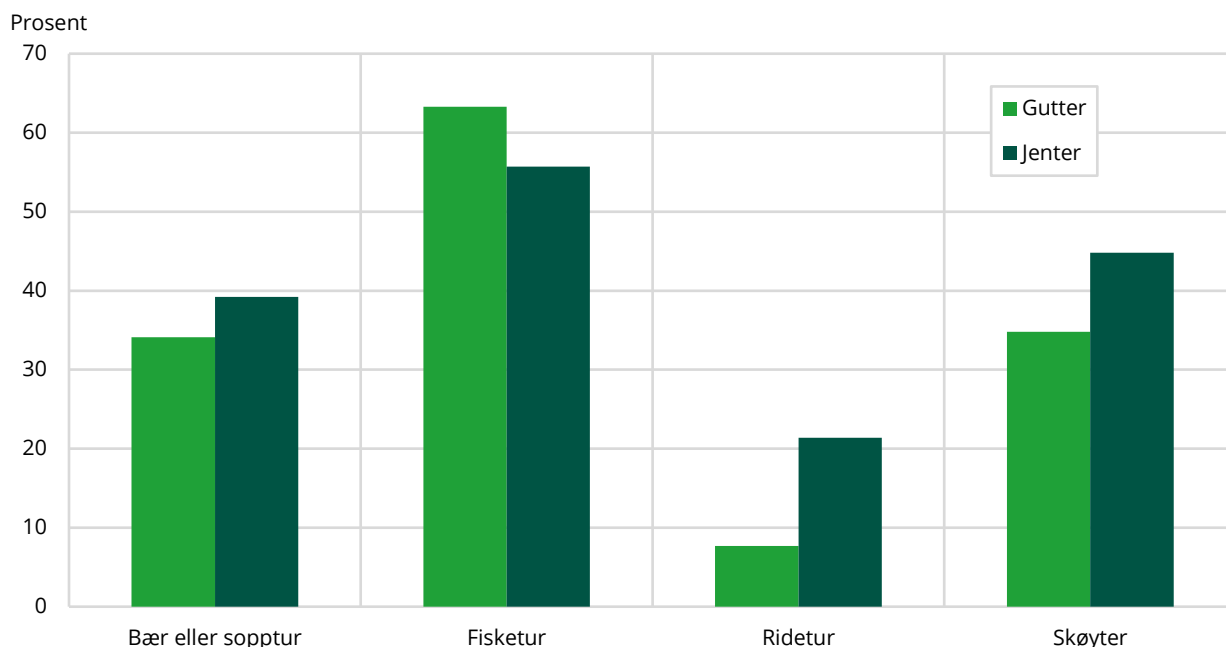
Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Historisk sett har en større andel jenter vært på bær- eller sopptur, og en større andel gutter har vært på fisketur. I Figur 4.5 presenteres friluftaktivitetene med størst kjønnsforskjell i 2020. 63 prosent av gutter hadde vært på fisketur, mot 56 prosent av jenter. I 2013 var forskjellen større, med henholdsvis 80 prosent av gutter mot 70 prosent av jenter. Motsatt ser vi for bær- og sopptur, som 39 prosent av jenter har gjort, mot 34 prosent av guttene.

Jenter driver i større grad med skøyter og ridning. 45 prosent av jenter har de siste 12 månedene stått på skøyter, 10 prosentpoeng høyere enn gutter. Og det er nesten 3 ganger så mange jenter (22 prosent) som har vært på ridetur sammenlignet med gutter. Ridning har over tid vært en mye mer populær aktivitet blant jenter enn gutter. I 2004 var det mer enn tre ganger så mange jenter som hadde ridd enn gutter, 30 prosent av jentene mot 9 prosent av guttene.

Det største forskjellen mellom kjønnene var andelen som gikk på lange skiturer i 1997, noe 41 prosent av guttene gjorde, mot 28 prosent av jenter¹² (Tabell 4.3). Etter 1997 har de ligget jevnt med rundt 2 prosentpoengs forskjell. I 2020 hadde 45 prosent av gutter og 47 prosent av jenter gått på lang skitur de siste 12 månedene.

Figur 4.5 Andel barn i alderen 6-15 år som har vært på fisketur, stått på skøyter, vært på bær- eller sopptur, eller ridetur siste 12 måneder, etter kjønn, 2020



Kilde: Levekårsundersøkelsen blant barn 2020. Statistisk sentralbyrå.

¹² I 1997 var utvalgsstørrelsen på kun 286 respondenter, som kan påvirke resultatene.

Tabell 4.3 Andel¹ barn i alderen 6-15 år som deltar i friluftaktiviteter, etter kjønn, 1997-2020

	1997	2004	2007	2013	2020
Fottur					
Gutter	95,5	85,8	92,7	91,7	92,2
Jenter	93,7	84,8	92,7	91,7	94,3
Lang fottur					
Gutter	53,2	42,1	39,6	54,4	69,4
Jenter	49,7	39,1	39,3	55,1	68,7
Kort fottur					
Gutter	92,9	83,4	91,4	89	90,4
Jenter	90,2	82,7	90	89,9	93
Skitur					
Gutter	80,1	82,5	60,9	83,8	56,3
Jenter	81,1	83,9	56,5	86,5	58,9
Kort skitur					
Gutter	77,3	78,8	52,8	80,9	54,4
Jenter	77,6	81,8	47,9	84,3	56,5
Lang skitur					
Gutter	41,1	21,9	17,1	42,5	45,2
Jenter	28	20,2	18,8	40,5	47,3
Bær- og sopptur					
Gutter	53,9	60,3	58,5	57,7	34,1
Jenter	60,1	69,6	65,9	66,9	39,3
Fisketur					
Gutter	85,8	84,1	84,2	79,8	63,3
Jenter	72,7	71,9	69,7	69,5	55,6
Båttur					
Gutter	76,6	71,2	78,9	72,4	67,9
Jenter	65,7	71,9	74,1	70,5	67,3
Sykkeltur					
Gutter	65,2	73,2	78,3	78,5	81,6
Jenter	50,3	68,4	74,1	76,8	77,4
Ridetur					
Gutter	..	8,6	10,1	11,6	7,7
Jenter	..	30,4	34,5	27,6	21,5
Alpint					
Gutter	32,6	58,6	58,9	62,8	48,1
Jenter	24,5	53,4	51,3	57,8	48
Bading					
Gutter	88,7	96,4	93	91,4	89,7
Jenter	93,7	97,9	95	90,4	90,8
Skøyter					
Gutter	..	30,5	28,4	43,9	34,8
Jenter	..	41,5	31,8	50,3	44,8
Antall svar	286	637	1 067	937	4 246

¹Tall fra 2013 og 2020 er vektet, mens tall fra 1997, 2004 og 2007 er uvektet.

Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

4.2. Alder

Friluftsliv er en viktig kilde til naturopplevelser og fysisk aktivitet for alle, men kanskje særlig i visse aldersgrupper. For unge kan friluftsliv være viktig fordi det gir naturkontakt, men er også en kilde til fysisk aktivitet, velvære og fine opplevelser (Wold, Skår & Øian, 2020). Også for eldre personer kan friluftsliv gi fine opplevelser, mens den fysiske aktiviteten som følger har vist seg å ha positive effekter på en rekke helseparametre som er særlig relevant for Eldres helse, som demens og hukommelse (Potter, Ellard, Rees & Thorogood, 2011), beinskjørhet (McMillan, Zengin, Ebeling, & Scott, 2017), muskulatur og immunforsvar (Andersen, Corazon & Stigsdotter, 2021), for å nevne noen. Det er dermed interessant å se hvordan forholdet til friluftsliv arter seg for ulike aldersgrupper i befolkningen.

Eldre er blitt mer aktive

Eldres friluftslivsdeltakelse har økt betraktelig de siste årene. Tabell 4.4 gir en oversikt over utviklingen fra 1970-2021.¹³ Den mest populære aktiviteten blant eldre i 1970 var bær og soppturer (42 prosent), etterfulgt av fiske (36 prosent) og fotturer (32 prosent). De skilte seg fra yngre aldersgrupper, som foretrakk bading, skiturer og fiske.

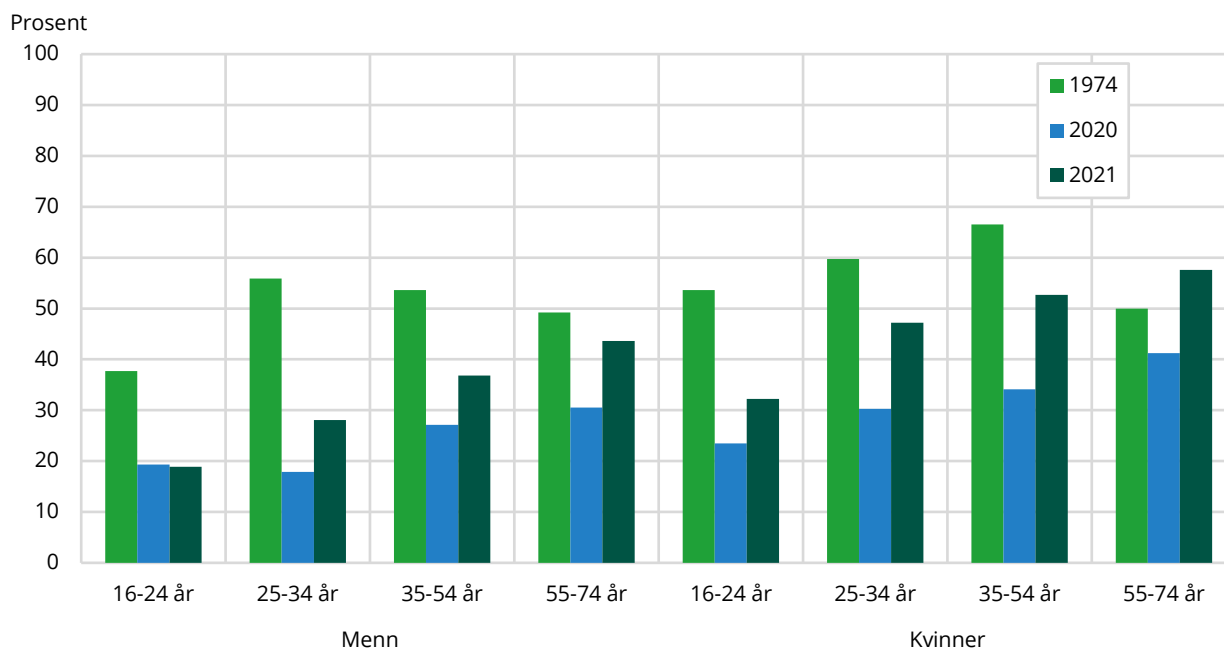
Tabell 4.4 Deltakelse i ulike aktiviteter, etter alder, personer 55-74 år, 1974-2021

	1970	1997	2001	2004	2007	2011	2014	2017	2020	2021
Fotturer, i alt	31,7	75,7	82,1	78,6	81,1	82,2	78,5	78,0	80,6	81,1
Lang fottur	..	38,4	41,7	40,2	48,0	47,9	43,3	46,1	48,9	50,9
Kort fottur	..	72,6	78,9	75,8	79,1	80,0	76,1	75,4	78,5	79,4
Skiturer, i alt	25,6	35,8	49,3	42,8	43,2	40,3	35,2	32,1	32,6	34,4
Kort skitur	13,6	33,7	45,6	39,4	41,4	35,2	31,5	27,3	29,3	32,8
Lang skitur	23,1	19,3	24,3	21,7	20,2	24,7	18,9	17,8	17,5	16,9
Bær og sopptur	42,4	55,4	57,6	50,0	48,1	46,8	42,5	44,9	35,8	50,6
Jakt	4,4	7,6	8,9	8,7	6,0	6,4	6,1	5,8	6,8	8,2
Fiske	35,7	43,3	43,6	42,7	42,6	37,9	37,6	39,5	35,6	41,5
Båttur, i alt	27,5	36,8	32,8	38,1	38,3	42,3	44,3	45,6	45,8	43,9
Motor og seilbåt	19,3	12,8	8,3	10,1	12,1	18,5	18,0	19,6	17,9	20,2
Kano/Kajakk/padling	13,2	30,8	28,0	33,3	32,1	33,7	34,7	36,8	38,7	34,6
Sykkel	..	24,0	34,6	35,8	36,4	35,9	34,1	32,1	35,3	26,5
Ridetur	1,8	0,8	1,3	1,2	1,5	1,2	1,1	1,7
Skøyter	0,5	..	2,5	1,8	2,6	2,7	2,1	1,8	2,0	5,3
Alpint	0,1	1,8	5,3	4,4	5,4	4,1	4,4	5,5	7,4	6,1
Bading	24,9	50,7	54,8	61,6	55,6	61,1	62,3	59,1	65,3	54,3
Kort spasertur i nærheten av hjemmet	76,3	79,6	..	87,3	85,5	75,1	92,7
Deltar i friluftsliv, i alt	71,7	91,1	92,4	92,7	91,0	91,2	90,1	88,8	90,4	92,0
Antall svar	774	383	436	654	613	1 339	2 276	1 925	1 807	1 790

Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Siden den gang har aktivitetsmønstrene blitt mer like mellom ulike aldersgrupper. Andelen eldre som går fotturer har for eksempel steget til 8 av 10 personer, og over halvparten av alle eldre oppga i 2021 å ha badet i løpet av de siste 12 månedene. Dette er mer enn en dobling siden 1970, og har ligget på samme nivå de siste 20 årene. I 2020 var mange eldre mindre aktive som følge av koronapandemien, men vi ser at dette snudde i 2021, hvor eldre økte sin deltakelse på aktiviteter som tidligere har hatt høy deltakelse blant eldre personer. Dette inkluderer blant annet bær- og soppturer, som historisk sett har vært en veldig populær friluftslivsaktivitet blant eldre personer (Figur 4.6).

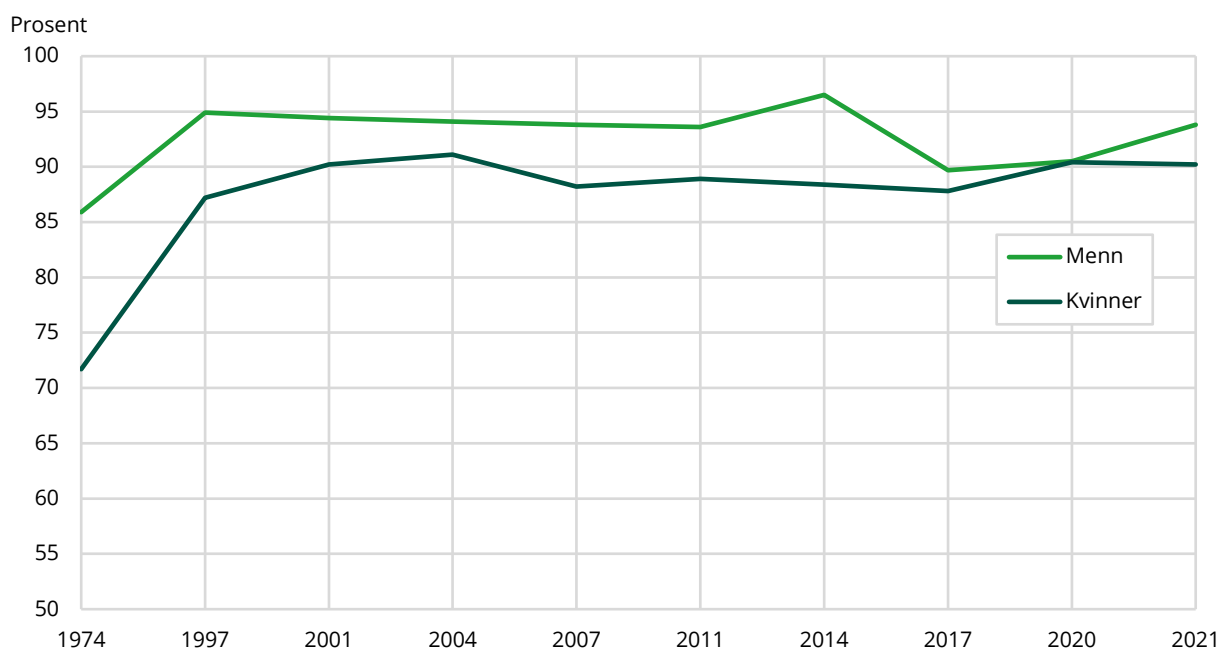
¹³ Resultatene i tabellen er begrenset til personer i alderen 55-74 år. Dette er gjort for å kunne sammenlikne alle årganger, siden 74 år var øvre aldersgrense i 1970. Årgangene fra 1997-2007 har øvre aldersgrense på 79 år, mens årgangen fra og med 2011 har ingen øvre aldersgrense.

Figur 4.6 Bær- og sopptur siste 12 månedene, etter alder og kjønn, personer 16-74 år, 1974 og 2021

Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Denne markante økningen blant eldre skyldes sannsynligvis flere forhold. Eldregenerasjonen har endret seg i takt med større samfunnsendringer. Andelen eldre som røyker har falt drastisk i denne perioden ([Jensen, 2018](#)), og personer i det øvre alderssjiktet før pensjonsalder jobber kortere arbeidsdager, flere har mindre fysisk krevende yrker, og flere har mer fritid enn før ([Egge-Hoveid, 2012](#)). At de har økt sin deltakelse henger nok også sammen med at de oppgir at de har bedre helse ([Otnes, 2017](#)). Samlet sett er det både den sosiale og helsemessige profilen til personer i alderen 55-74 år endret seg drastisk fra 1970-tallet og frem til i dag. De er mer aktive, både sosialt og fysisk, og har bedre helse.

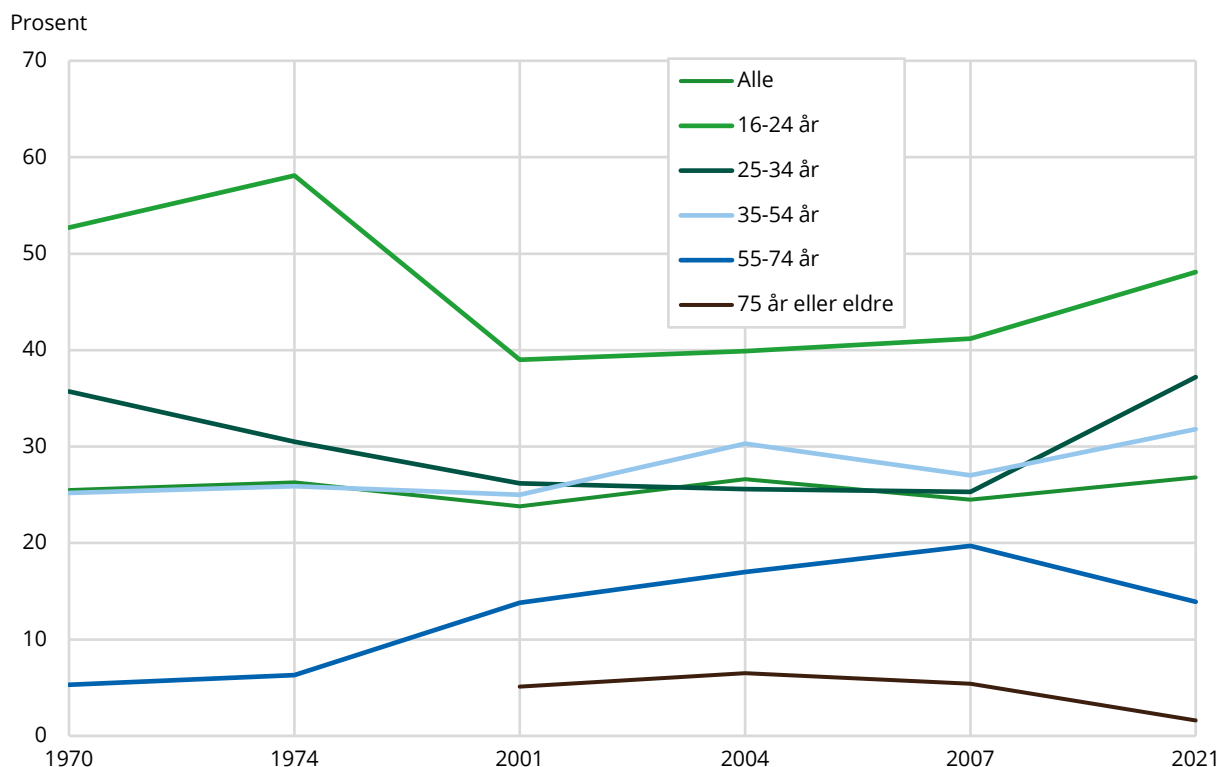
I sum driver over 9 av 10 eldre i dag en form for friluftsliv (Figur 4.7). Dette er markant opp fra 1970, hvor dette gjaldt 7 av 10, og denne økningen fant sted rundt millenniumskiftet. Siden den gang har den høye deltakelsesandelen av eldre som gjør en eller annen form for friluftsliv vært stabil.

Figur 4.7 Andel personer i alderen 55-74 år som har drevet med friluftsliv i løpet av de siste 12 månedene, etter kjønn, 1974-2021

Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

De yngre overnatter mer i naturen

Å overnatte ute i naturen kan by på minnerike naturopplevelser. Allemannsretten sier at alle kan telte og overnatte i utmark så lenge det er minimum 150 meter fra nærmeste hus eller hytte. Man skal heller ikke forstyrre andre. Hvis man telter kan det stå på samme sted i 2 døgn. Etter det, må teltet flyttes. På høyfjellet, hvor man er langt fra bebyggelse, kan man overnatte lenger. I senere tid er det blitt stadig mer vanlig å overnatte i hengekøye. Hengekøye er ikke eksplisitt nevnt i friluftsloven, men det er vanlig å innrette seg etter de samme reglene som for overnatting i telt. Andelen som har overnattet ute har ligget stabilt på 24-28 prosent siden 1970 (Figur 4.8).

Figur 4.8 Andel som har overnattet ute i løpet av de siste 12 mnd., personer 16-74 år, 1970-2021, etter alder

Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Det er verdt å merke seg at i undersøkelsene fra 1970 og 1974 var det kun inkludert respondenter opp til 74 år. I 2001, 2004, og 2007 var øvre aldersgrense 79 år, mens i 2021 var det ingen øvre aldersgrense. Som det kommer frem i figur 4.8 er det langt færre i aller eldste respondentene som har overnattet ute. Dette påvirker den totale andelen, og når vi utelukker personer over 74 år, er andelen som har overnattet ute 30 prosent i 2021. Dette illustreres også ved at vi ser at det er en økning fra 2007 til 2021 i de fleste andre aldersgruppene.

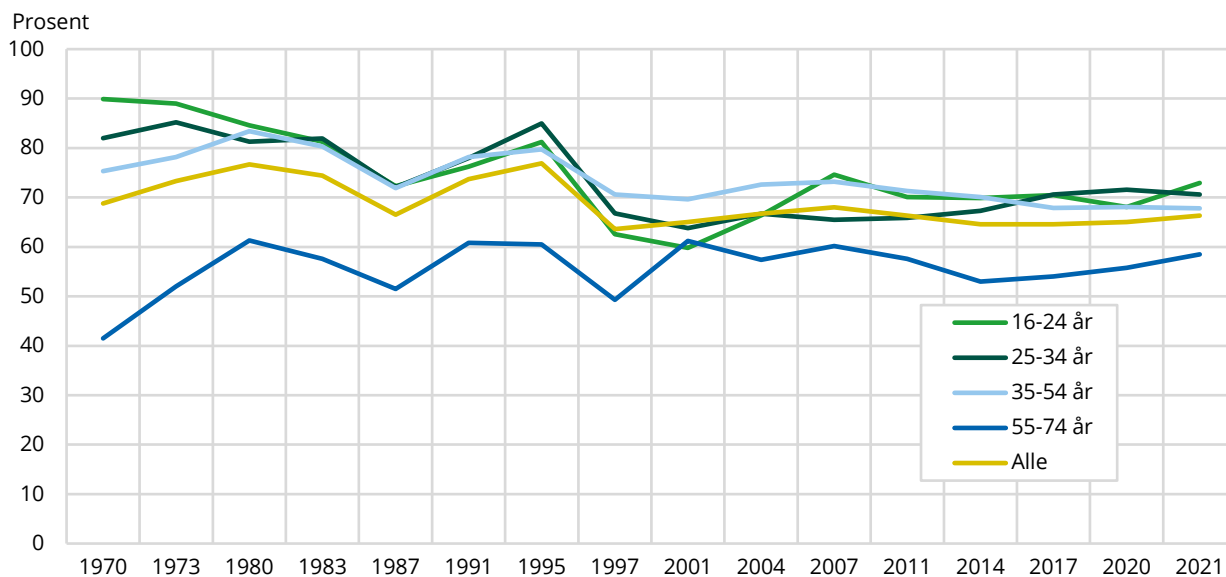
Yngre personer overnatter oftest ute i naturen: 48 prosent gjorde dette i 2021. Tallet har falt noe siden 1970-tallet, hvor andelen var på sitt høyeste for denne gruppen i 1974 (58 prosent). I 2021 var personer i alderen 25-34 de nest mest aktive til å overnatte ute. 37 prosent i denne gruppen overnattet ute i løpet av de siste 12 månedene. Det er på samme nivå som i 1970, og høyere enn tidligere målinger på 2000-tallet. Også personer i alderen 34-54 har hatt en jevn oppgang gjennom hele perioden. Eldre personer i alderen 55-74 år har også hatt en jevn oppgang fra 1970-2007, for deretter å gå litt tilbake i 2021. Oppgangen er uansett markant: I 1970 hadde 5 prosent av personer i alderen 55-74 år overnattet ute, mens andelen var 14 prosent i 2021. For de aller eldste som er over 75 år er overnatting ute langt mindre vanlig, og det har det vært en moderat nedgang for denne gruppen siden 2007. Til tross for et lite fall i andelen som overnatter ute i de eldre aldersgruppene viser resultatene at overnatting ute, for befolkningen som helhet, er mer populært enn noensinne. Det er allikevel verdt å merke seg at det totalt sett var relativt store forskjeller mellom alderskohortene i 1970, og at disse forskjellene minsket på 2000-tallet, for deretter å øke igjen fra 2007 til 2021.

Hva med ski- og fotturer?

Selv om den overordnede trenden er at ski- og fotturaktiviteten har gått noe tilbake det siste halve århundret, gjelder ikke det for alle grupper, og bildet blir mer nyansert når vi bryter ned aktiviteten etter alder (Figur 4.9). Den første gruppen som skiller seg ut, er de unge (16-24 år). Den grønne linjen viser deres aktivitetsmønster over tid. Vi ser at i 1970 hadde hele 9 av 10 unge gått på ski eller

lengre fotturer i skog, mark eller på fjellet. I 2021 var tallet falt til 7 av 10 blant unge. De svarte, lyseblå og gule linjene viser at aktiviteten har falt noe mer moderat for personer i alderen 25-54 år. Der hvor unge skilte seg negativt ut er trenden motsatt for eldre personer. I 1970 var det 4 av 10 personer i alderen 55-74 år som hadde gått på lengre fotturer eller ski. Ti år senere, i 1980, var tallet steget til 61 prosent. Nøyaktig samme andel finner vi 1991 og 2001, mens andelen i 2021 var 58 prosent.

Figur 4.9 Andel som har gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 mnd. 1974-2021, personer 16-74 år, etter alder



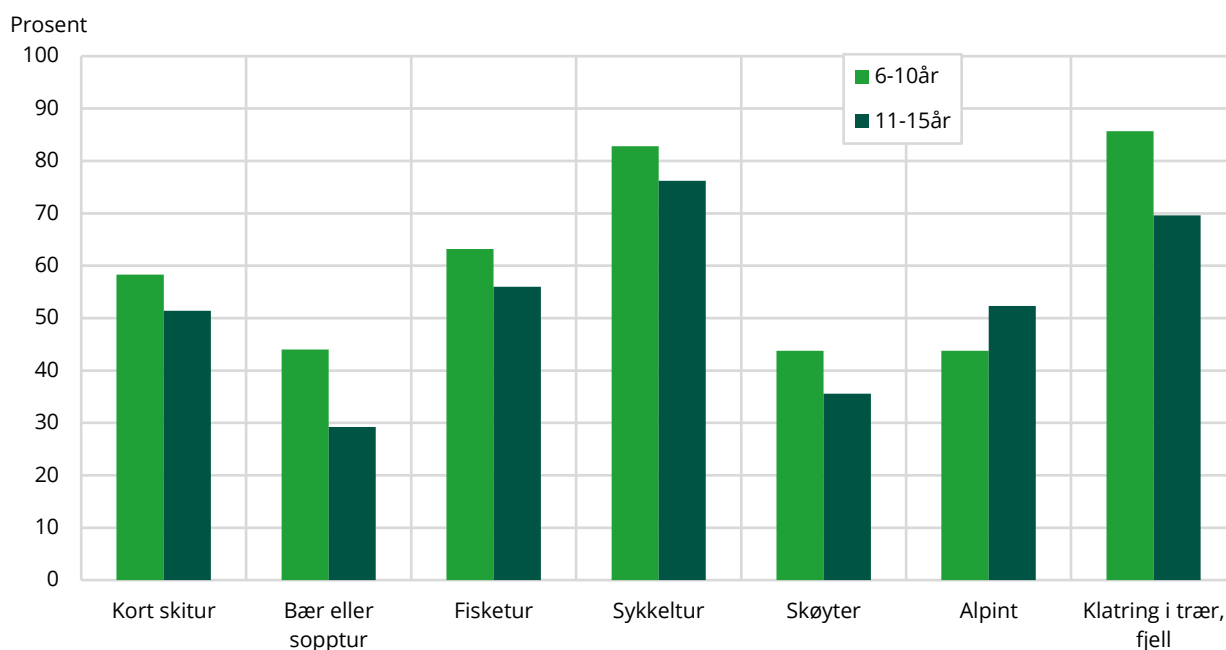
Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Se vedleggstabell A1.2 for utvikling i deltakelse i flere aktiviteter etter alder for perioden 1970-2021.

Aldersforskjeller blant barn

I 1983 var andelen som hadde gått lang fottur eller gått på ski 85 prosent blant de eldste barna og 92 prosent blant de yngste. Den høyeste målingen for begge aldersgrupper var i 2013, da 91 prosent av de yngste, og 93 prosent av de eldste hadde gått på ski- eller fottur. I 2020 hadde andelen falt noe til henholdsvis 83 prosent og 78 prosent.

Figur 4.10 viser aktivitetsdeltakelse for yngre og eldre barn der forskjellen er størst mellom aldersgruppene i 2020. Generelt ser vi at barn i alderen 6-10 år er noe mer aktive enn de eldste. Aktiviteten med størst forskjell basert på barnas alder er klatring i trær og fjell, noe 86 prosent av de yngste barna hadde gjort, mot 70 prosent av de eldste. Deretter kommer bær- og soppturer, noe 44 prosent av de yngste barna hadde gjort, mot 29 prosent av de eldste. Det generelle aktivitetsnivået gikk som nevnt trolig noe ned grunnet koronapandemien, men vi finner samme tendens i 2013, der andelen var henholdsvis 70 prosent av barn i alderen 6-10 år mot 55 prosent av barn i alderen 11-15 år.

Figur 4.10 Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter aldersgruppe, 2020

Kilde: Levekårsundersøkelsen blant barn 2020. Statistisk sentralbyrå.

Eldre barn står i større grad på alpint eller snowboard enn yngre barn. I 2020 hadde 54 prosent av de eldste barna stått på alpint eller snowboard de siste 12 månedene, mot 47 prosent av de yngste barna. I 2013 gjaldt det henholdsvis 66 prosent av de eldste mot 54 prosent av de yngste.

Tabell 4.5. Andel barn som deltar i friluftaktiviteter, etter aldersgruppe, 1997-2020

	1997	2004	2007	2013	2020
Fottur					
6-10 år	96,6	85,1	94,5	92,7	94,6
11-15 år	92,1	85,4	91,1	90,7	91,9
Lang fottur					
6-10 år	46,9	29,5	31,5	48,8	70,7
11-15 år	56,1	50,8	46,3	60,5	67,4
Kort fottur					
6-10 år	95,9	83,4	93,9	91,6	93,3
11-15 år	87,1	82,7	88	87,3	90,1
Skitur					
6-10 år	79,3	85,7	59,6	87,4	60,5
11-15 år	82	80,9	58,1	82,9	54,6
Kort skitur					
6-10 år	77,9	82,1	51,4	86,3	58,8
11-15 år	77	78,7	49,6	79	52,1
Lang skitur					
6-10 år	28,3	19,8	15,7	36,5	46,7
11-15 år	41	21,9	19,8	46,3	45,7
Bær- og sopptur					
6-10 år	62,1	68,5	72,4	69,5	44
11-15 år	51,8	62	53,4	55,1	29,3
Fisketur					
6-10 år	83,4	81,2	83,1	73,7	63,2
11-15 år	74,8	74,5	72	75,8	56
Båttur					
6-10 år	67,6	66,9	76,6	68,2	65,3
11-15 år	74,8	76	76,5	74,8	69,9
Kano					
6-10 år	36,6	39,9	28,5	39,6	..
11-15 år	44,6	52,9	37,4	49,2	..
Motorbåt					
6-10 år	51,7	59,1	69,7	62,3	..
11-15 år	64,7	67,5	66,8	66,7	..
Sykkeltur					
6-10 år	58,6	69,5	74	77,9	82,8
11-15 år	56,8	71,7	78,3	77,5	76,3
Ridetur					
6-10 år	..	23,1	23,2	20,7	15,5
11-15 år	..	17,3	21	18,2	13,3
Alpint					
6-10 år	17,9	39,3	43,5	54,4	43,7
11-15 år	39,6	71,4	65,2	66,2	52,4
Bading					
6-10 år	92,4	97,4	93,9	89,2	89,9
11-15 år	89,9	97	94,1	92,6	90,5
Skøyter					
6-10 år	..	33,1	30,5	50	43,8
11-15 år	..	39,2	29,7	44,1	35,6
Klatring					
6-10 år	85,7
11-15 år	69,6
Antall svar	286	637	1 067	937	4 246

Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

4.3. Sosioøkonomisk status: inntekt og utdanning

Vi vet fra tidligere undersøkelser at det er mønstre av sosiale forskjeller i befolkningens utøvelse av friluftsliv ([Bergesen Dalen, 2021](#); [Vaage, 2009](#)). Dette kommer for det første av at friluftsliv kan utøves på mange måter: det kan være identitetsfremmende for spesifikke sosioøkonomiske grupper. I tillegg har enkelte former for friluftsliv har blitt spesialisert og utstyrskrevenne i takt med generell velstandsutvikling og individualisering, som impliserer at deltakelse eller ikke kan være betinget inntektsnivå. Det handler også om alvorliggjøring og anerkjennelse av friluftslivets rolle i folkehelsesammenheng, som har ført til at formell fagkunnskap har blitt viktigere og at kravene om kvalifiserte frivillige (og ansatte) i frivillige organisasjoner som tilrettelegger for friluftsliv har økt.

Det er klare statistiske sammenhenger mellom deltakelse i friluftslivet og husholdningsinntekt (Tabell 4.6).

Tabell 4.6 Andel som har drevet med ulike friluftslivsaktiviteter i løpet av de siste 12 månedene, etter husholdningsinntekt (kvartiler), personer 25 år og over, 2021

	Laveste inntektskvartil	2. inntektskvartil	3. inntektskvartil	Høyeste inntektskvartil	Hele befolkningen
Fotturer, i alt	68,5	80,3	89,4	92,8	81,2
Lang fottur	37,8	48,4	57,0	68,1	51,2
Kort fottur	65,5	78,1	87,1	90,6	78,8
Skiturer, i alt	21,6	31,6	45,4	59,1	37,4
Kort skitur	20,0	30,0	43,9	57,0	35,7
Lang skitur	10,1	14,7	20,4	31,5	18,1
Bær- eller sopptur	36,8	47,1	50,2	46,3	44,4
Jakt	3,9	6,7	10,5	10,5	7,4
Fiske	29,8	38,6	47,2	49,7	40,1
Båttur, i alt	31,3	44,9	53,5	62,8	46,4
Kano/Kajak/padling	15,3	21,3	27,2	30,3	22,7
Motor og seilbåt	23,4	34,4	40,8	53,0	36,4
Sykkel	19,5	25,9	31,1	35,5	27,1
Ridetur	2,7	2,5	3,8	3,7	3,1
Skøyter	6,4	9,8	15,7	18,3	11,8
Alpint	7,0	10,2	18,6	29,9	15,2
Bading	44,7	56,6	67,9	74,3	59,1
Kort spasertur i nærheten av hjemmet	88,1	92,4	95,8	96,9	92,8
Deltar i friluftsliv, i alt	82,8	90,9	97,0	97,0	90,9
Antall svar	1 357	1 312	1 243	1 378	5 290

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

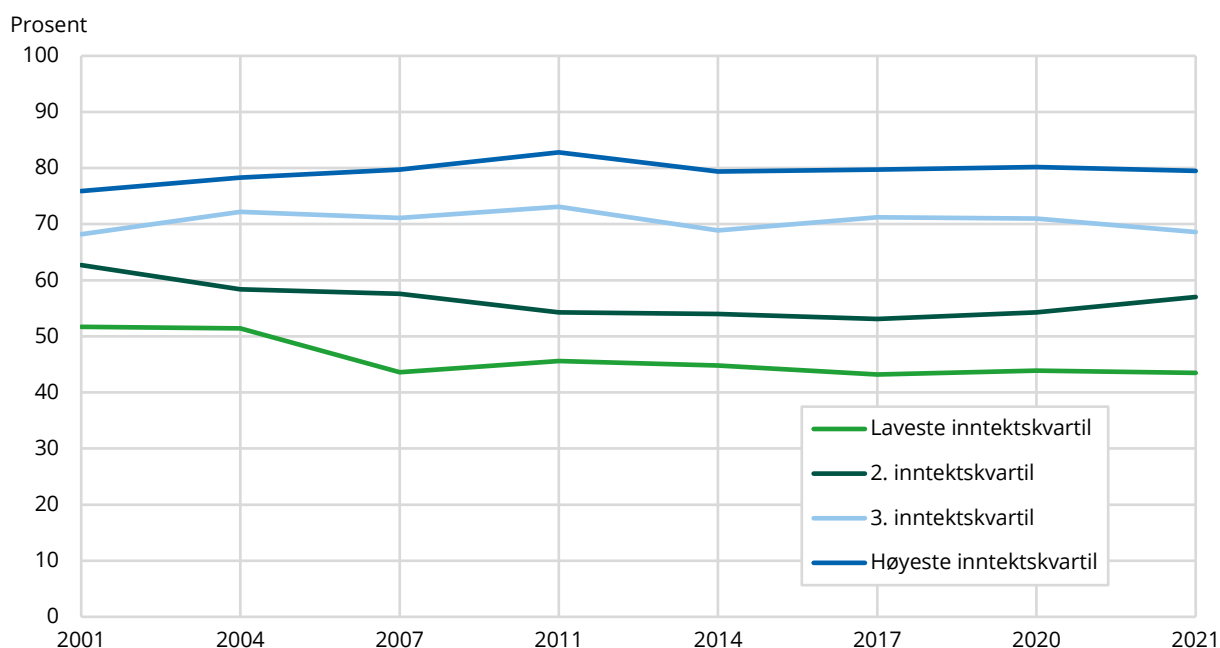
Note: Personer under 25 år er utelatt fra inntektsgrupperingen på grunn av den store andelen studenter i dette aldersspennet. Denne gruppen har andre forutsetninger for sitt inntektsgrunnlag enn andre personer i denne alderskohorten.

Alt i alt viser resultatene at for de fleste aktivitetene øker deltakelse i stor grad øker i takt med økende inntekt. Samtidig er det noen få aktiviteter hvor denne lineære tendensen er mindre tydelig, for eksempel bær- og soppturer, som er mest utbredt i 3. inntektskvartil, og hvor det er mindre forskjeller mellom laveste og høyeste inntektskvartil (Tabell 4.6).

Når det gjelder de mest populære friluftslivsaktivitetene, som fotturer og ski, er derimot tydelige variasjoner etter husholdningers inntektsnivå. Dette er ikke et nytt fenomen, men forskjellene har økt de siste tiårene (Figur 4.11). I 2001 var det 76 prosent fra den høyeste inntektskvartilen som gikk på lange fotturer eller ski, mens det gjaldt 52 prosent fra personer som befant seg i den laveste inntektskvartilen. Selv om dette er den minste registrerte forskjellen mellom laveste og høyeste inntektskvartil, er det uansett en forskjell på hele 24 prosentpoeng. Disse forskjellene i deltakelse fortsatte å øke frem til 2011, til 83 prosent blant høyeste inntektskvartil mot 46 prosent i laveste inntektskvartil. Dette gir en forskjell på hele 37 prosentpoeng. Siden den gang har denne forskjellen mellom høyeste og laveste inntektskvartil i andelen som har gått på lange fotturer eller ski ligget på

mellom 34-36 prosentpoeng. Det har altså vært og fortsetter å være en sterk sammenheng mellom økonomisk status og deltakelse i disse tradisjonelle friluftslivsaktivitetene.

Figur 4.11 Andel som har gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 mnd. blant personer i alderen 16-74 år, 1974-2021, etter inntekt



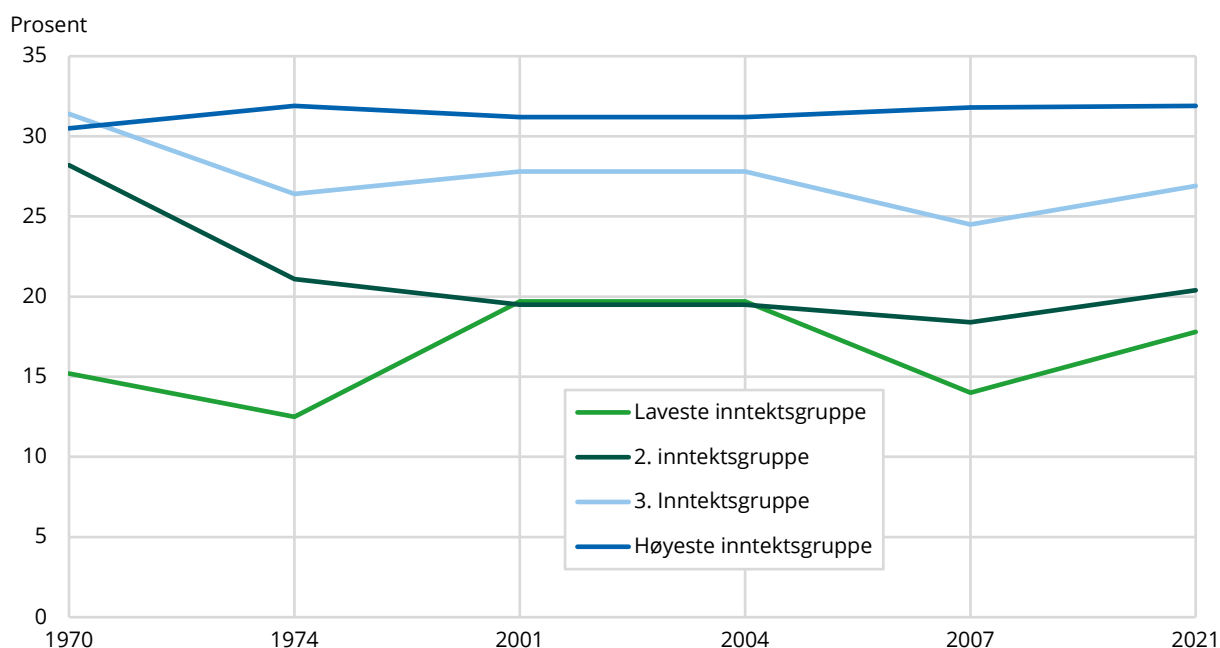
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Overnatting ute: minimalistisk luksus?

I 2021 ble spørsmål om overnatting ute inkludert SSBs levekårsundersøkelse, etter å ha være utelatt fra undersøkelsen siden 2007. Å overnatte ute, som fritidsaktivitet, er et interessant fenomen. Det krever både utstyr og kunnskap. Og uansett hvor mye man forbereder seg er uteovernatting en nedgradering av ens hverdagslige fasiliteter. Noen sentrale spørsmål melder seg: Hvem appellerer dette til? Hvor mange gjør det? Har alle råd? Det er interessant å se overnatningsmønstre i lys av inntekt.

Fra Figur 4.12 ser vi at i den høyeste inntektsgruppen har andelen ligget stabilt på rundt 30 prosent i hele perioden 1970-2021. 2. og 3. inntektsgruppe lå i 1970 på samme nivå, etter det falt deltakelsen til rundt 20 prosent for 2. inntektsgruppe i 1974, og har ligget på dette nivået siden. Noe overraskende har 3. inntektsgruppe ligget noe høyere enn 2. inntektsgruppe hele den samme perioden, og i 2021 det er kun små forskjeller mellom den laveste inntektsgruppen og den nest høyeste inntektsgruppen: 18 mot 20 prosent. Forskjellene mellom disse to inntektsgruppene var langt større i 1970: 15 mot 31 prosent. Andelen som overnatter ute er altså klart størst blant de med høyest inntekt, men bak denne gruppen er bildet mer sammensatt. Dette indikerer at overnatting ute i naturen ikke bare handler om økonomi; det handler også om smak og interesser. Det kan også være et resultat av at befolkningen – uavhengig av inntekt – har fått bedre råd, og at det i dag finnes friluftslivsutstyr til overnatting ute i flere prisklasser.

Figur 4.12 Andel som har overnattet ute i naturen i løpet av de siste 12 månedene, etter inntekt¹ personer i alderen 16-74 år, 1970-2021



¹ For 1970 og 1974 er det brukt selvrapportert husholdningsinntekt, hvor respondentene plasserte seg selv i én av fire inntektsgrupper. For 2001, 2004, 2007 og 2021 er det benyttet inntektskvartiler.

Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Som med inntekt øker deltakelsen i takt med høyere utdanningsnivå (Tabell 4.7). Sammenliknet med inntekt er derimot andelen som har drevet med friluftsliv noe høyere blant personer i laveste utdanningsnivå («Grunnskole eller kortere») enn personer i laveste inntektsgruppe, og noe lavere i høyeste utdanningsnivå («Høyere utdanning – lang») sammenliknet med høyeste inntektskvartil.

Noen aktiviteter skiller seg ut. Bær- og soppsampling er noe mer populært blant personer i 3. inntektsklasse (50 prosent) og 2. inntektsklasse (47 prosent) enn i øverste inntektsklasse (46 prosent). Når det gjelder jakt er denne aktiviteten mest utbredt blant personer med videregående skole som høyest fullførte utdanning (10 prosent), mot 6-7 prosent blant personer i de andre utdanningsgruppene. Andelen som rir er på samme nivå på tvers av innteks- og utdanningsnivå, men dette er en relativt smal aktivitet med liten oppslutning.

Tabell 4.7 Andel som har drevet med ulike friluftslivsaktiviteter i løpet av de siste 12 månedene, etter utdanningsnivå, personer 16 år og over, 2021

	Grunnskole eller kortere	Videregående	Høyere utdanning - kort	Høyere utdanning - lang	Hele befolkningen
Fotturer, i alt	74,0	81,1	88,1	91,0	82,2
Lang fottur	43,6	49,7	61,5	65,3	52,9
Kort fottur	70,5	78,7	85,9	86,8	79,4
Skiturer, i alt	25,4	34,3	50,6	55,9	38,5
Kort skitur	24,0	32,6	47,6	53,1	36,5
Lang skitur	11,8	16,1	26,1	31,3	19,2
Bær- eller sopptur	33,1	41,7	47,6	48,4	41,8
Jakt	6,1	9,7	6,0	6,8	7,6
Fiske	39,1	42,1	41,7	38,2	40,9
Båttur, i alt	40,9	47,9	53,6	53,9	48,3
Kano/Kajakk/padling	17,9	23,0	27,9	30,4	23,8
Motor og seilbåt	31,9	37,3	42,2	41,6	37,7
Sykkel	22,6	25,5	29,9	36,5	27,1
Ridetur	4,3	3,3	3,6	5,1	3,8
Skøyter	14,8	11,1	17,2	18,4	14,3
Alpint	16,6	15,4	21,3	26,9	18,4
Bading	51,9	59,8	70,0	72,3	61,8
Kort spasertur i nærheten av hjemmet	88,0	91,2	97,0	98,1	92,6
Deltar i friluftsliv, i alt	86,6	91,6	95,0	96,3	91,8
Antall svar	1 039	2 338	1 803	828	6 008

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC.

Se vedleggstabell A1.3 for utvikling i deltakelse i disse aktivitetene blant personer med ulik inntekt for perioden 2001-2021 og vedleggstabell A1.4 for utvikling i deltakelse i disse aktivitetene for personer med ulikt utdanningsnivå for perioden 1974-2021.

Sosioøkonomiske forskjeller blant barn

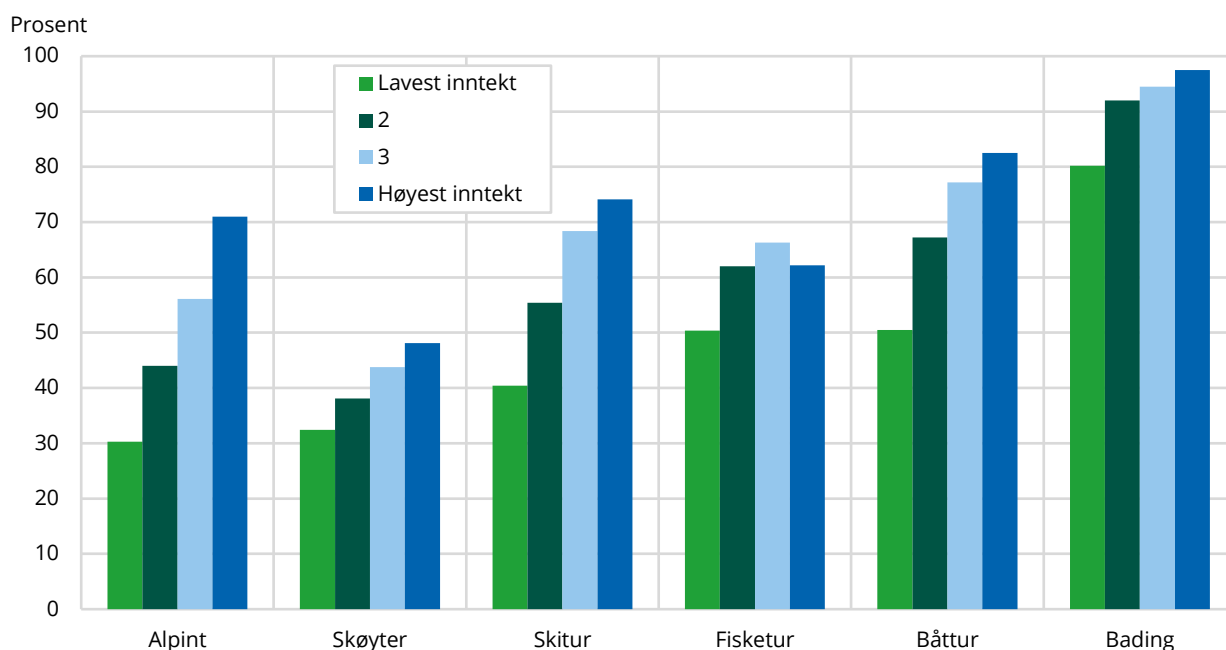
Generelt finner vi at nesten alle barn er aktive i en eller annen form for friluftslivsaktivitet, uavhengig av inntektsnivå. Likevel finner vi en tydelig forskjell i aktiviteter som gjerne krever mer utstyr. Figur 4.13 viser friluftslivsaktivitetene med størst forskjell i aktivitetsnivå etter inntektskvartilet til barnas familie.

Det er størst forskjell i andelen barn som har stått alpint eller på snowboard. Det gjelder 30 prosent av barn i det laveste inntektskvartilet, og hele 71 prosent av barn i det høyeste inntektskvartilet. Vi finner også en stor forskjell i skigåing, der 40 prosent av barn med lavest inntekt har gått på ski de siste 12 månedene, mot 74 prosent av barn i det høyeste inntektskvartilet. Vi finner samme utvikling for korte og lange turer. Dette er aktiviteter som krever utstyr for å drive med og får derfor utslag på deltakelse jo lavere inntekt en har.

Båtturer er også en aktivitet som er avhengig av tilgjengelige ressurser – båt. Her finner vi at 50 prosent av barn med lavest inntekt har vært på båttur, mot 83 prosent av barn med høyest inntekt.

Andel barn som har badet holder seg over 90 prosent i de tre øverste inntektskvartilene, men i det laveste inntektskvartilet er det kun 80 prosent av barn som har badet de siste 12 månedene.

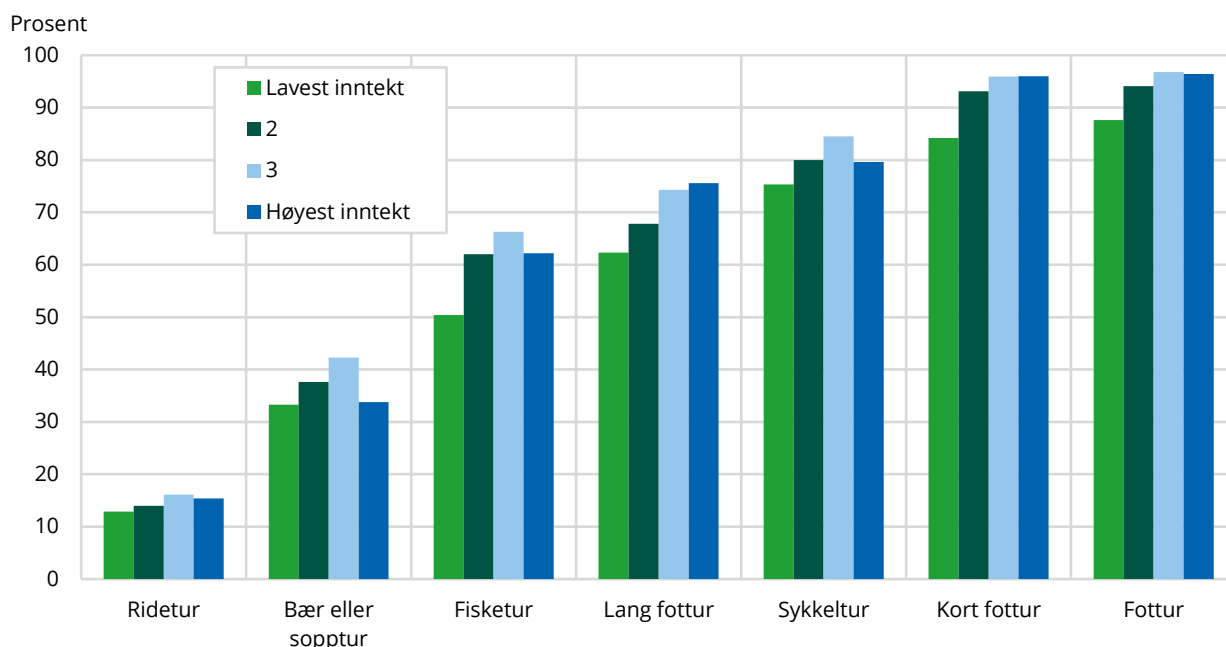
Figur 4.13 Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter inntektskvartil, 2020



Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Figur 4.14 viser aktivitetene med minst forskjell mellom barn i ulike inntektskvartiler. Ser vi kun på forskjellen mellom laveste og høyeste inntektskvartil er har følgende aktiviteter minst forskjeller: bær- eller sopptur, ridetur, sykkelstur og fotturer generelt. Dette er i motsetning aktiviteter som i mindre grad krever utstyr for å delta.

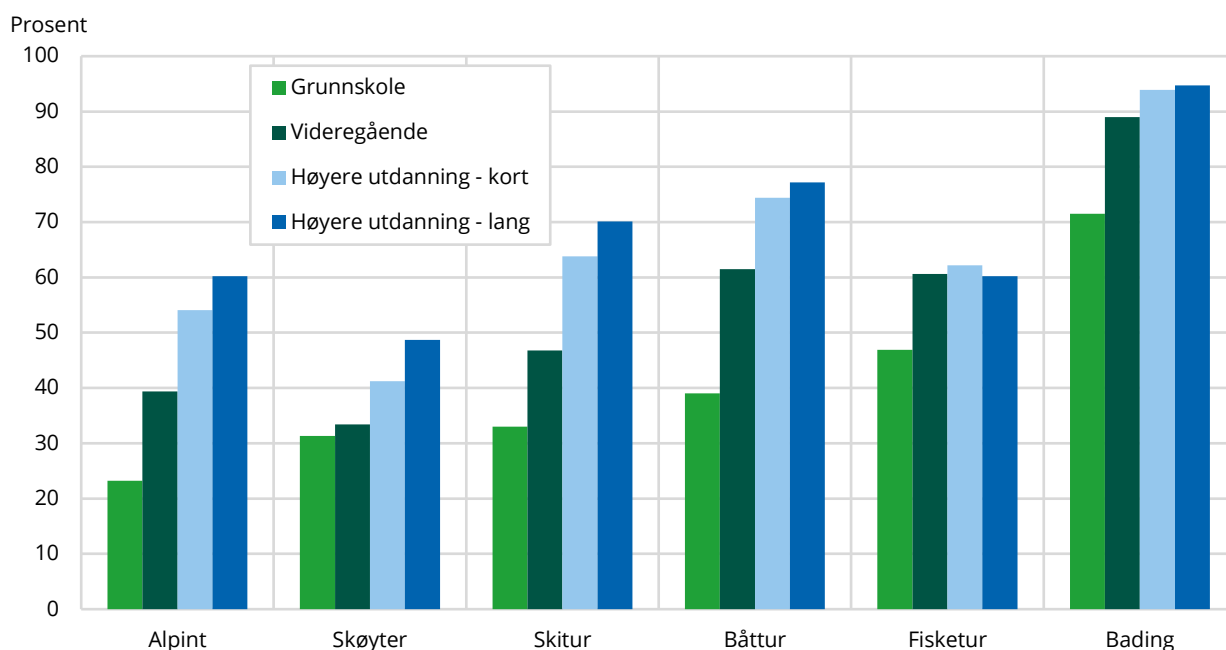
Figur 4.14 Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter inntektskvartil, 2020



Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Når vi studerer barns friluftslivdeltakelse i lys av foreldres utdanning finner vi den samme trenden som når vi ser på foreldres inntekt: høyere utdanning blant foreldre er forbundet med større deltakelse blant barn (Figur 4.15).

Figur 4.15 Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter foreldrenes utdanningsnivå, 2020



Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

4.4. Landbakgrunn

I 2023 var ca. 16 prosent eller nesten 900 000 personer av landets befolkning innvandrere, og 3,9 prosent norskfødte med innvandrerforeldre. 57 prosent har bakgrunn fra land i Asia, Afrika, Latin-Amerika, Oseania unntatt (Australia og New Zealand), polare områder og europeiske land utenom EU/EØS og Storbritannia, mens de resterende 43 prosentene er personer med landbakgrunn fra Norden, EU/EØS, Storbritannia, USA, Canada, Australia og New Zealand. I SSBs befolkningsframskrivninger antas andelen innvandrere i befolkningen å øke i fremtiden ([Tømmerås & Thomas, 2022](#)).

I dag blir friluftsliv løftet frem som en viktig arena for integrering av innvandrere, og det er en uttalt politisk målsetning å øke deltakelsen i friluftsliv blant innvandrere: «Friluftsliv(...)kan være en inngang til mer fysisk aktivitet for denne gruppen og til økt integrering» ([Klima- og Miljødepartementet, 2016, s. 19](#)).

Statlige organisasjoner og frivillige organisasjoner tilbyr i dag et stort mangfold av tiltak og aktiviteter som et ledd i arbeidet med å gjøre friluftslivet til en sentral premissleverandør av integreringsarbeid. I 2016 øremerket UDI 53,1 millioner kroner i tiltak som hadde mål om å øke innvandreres deltakelse i friluftaktiviteter. Friluftsliv inngår i det kommunale integreringsarbeidet av blant annet folkehelsearbeidere og i norskopplæringen, og fylkeslagene for Forum for friluftsliv har som målsetning å få innvandrere til å ta i bruk naturen. Frivillige organisasjoner, som Den Norske Turistforening, Røde Kors, Speiderne og Norges Jeger- og Fiskerforbund tilbyr alle både lavterskel- og mer krevende aktiviteter som er innrettet mot å få flere innvandrere involvert i friluftslivet.

Tidligere målinger har viser at innvandrere deltar i mindre grad i friluftsliv enn den øvrige befolkningen (Vaage, 2015). I lys av gjeldende diskurser om friluftsliv faktisk er inkluderende (Se for eksempel [Bjerkli et. al., 2017](#)) og friluftslivets historiske rolle i utviklingen av en «norsk» identitet, er det interessant å se nærmere på friluftsliv i lys av innvandringsstatus og landbakgrunn.

I SSBs Levekårsundersøkelse har man pålitelige registerdata om intervjuobjektene innvandringsstatus tilbake til 2011. Dermed kan vi presentere tall i tidsserier som spenner seg over fem målinger (2011, 2014, 2017, 2020, 2021) og 10 år. Innvandrere utgjør en såpass stor gruppe i Levekårsundersøkelsen at det er meningsfullt å skille dem ut som egen gruppe. Man må uansett være oppmerksom på de som deltar i slike undersøkelser mest sannsynlig er innvandrere som har bodd i Norge noen år, blant annet fordi det er vanskelig å delta hvis man har språklige utfordringer. Dermed kan man anta at det er en overrepresentasjon av innvandrere med lengre botid og sannsynligvis også høyere sosioøkonomisk status enn innvandrerpopulasjonen de er trukket fra. Dette i tur til at deltakertallene blant utvalget som har svart kan være høyere enn dersom man hadde kunnet intervjuet alle innvandrere i befolkningen.

Gjennomgående minst friluftslivsaktivitet for innvandrere fra Afrika, Asia, etc.

Tabell 4.8 viser i all tydelighet at det er forskjeller i hvor aktive innvandrere er i friluftslivet. Innvandrere fra Afrika, Asia etc. skårer i hele perioden mellom 2011-2021 lavest på alle aktiviteter, og forskjellene fra andre innvandrere og øvrig befolkning er til dels svært store. Ta for eksempel Lage skiturer: i 2021 hadde 6 prosent av innvandrere fra Afrika, Asia etc. gjort dette, mot 21 prosent i øvrig befolkning og 18 prosent av innvandrere fra EU/EØS etc. Innvandrere fra EU/EØS etc. er generelt mer lik den øvrige befolkningen og i 2021 har denne innvandrerguppen høyere deltakelsesrater enn innvandrere fra Afrika, Asia etc. og den øvrige befolkningen i hele seks av 18 aktiviteter (kortere spaserturer i nærheten av hjemmet, alpint, skøyter, ridning, sykling, bær- og soppstaking). Dette er aktiviteter med ulike kjennetegn. Kortere spaserturer i nærheten av hjemmet – såkalt nærfriluftsliv – er helårsaktivitet som krever lite forberedelser eller ressurser. Sykling er en utbredt 3-sesongersaktivitet. Alpint, på den andre siden, utøves i vinterhalvåret og er dyrere, med til dels høye kostnader til utstyr og heiskort for aktivitet som foregår i preparerte bakker. Skøyter foregår også på vinteren, men ridning, på samme måte som alpint, kan være kostnadskrevende. Bær- og soppstaking er en mer tradisjonell aktivitet.

Tabell 4.8 Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter siste 12 mnd., etter landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021.

	EU, EØS etc.	Afrika, Asia etc.	Øvrig befolkning
Fotturer, i alt	81,5	68,0	83,8
Lang fottur	52,8	34,7	54,8
Kort fottur	76,7	62,1	81,5
Skiturer, i alt	34,0	16,0	41,4
Kort skitur	30,3	15,4	39,4
Lang skitur	18,1	6,4	20,7
Bær og sopptur	48,6	30,5	42,4
Jakt	5,0	1,1	8,5
Fiske	37,5	26,6	42,7
Båttur, i alt	41,0	18,9	52,1
Kano/Kajakk/padling	19,5	8,8	25,8
Motor og seilbåt	28,8	13,9	41,1
Sykkel	31,3	22,1	27,3
Ridetur	6,3	1,2	3,9
Skøyter	15,7	8,1	14,8
Alpint	20,4	7,1	19,5
Bading	56,8	37,7	64,9
Kort spasertur i nærheten av hjemmet	94,1	91,7	92,6
Deltar i friluftsliv, i alt	94,0	83,2	92,5
Antall svar	317	391	5 300

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Bær- og soppstaking er en interessant aktivitet, fordi den belyser hvor store forskjeller det også er innad i innvandrerguppene: selv om innvandrere fra EU/EØS har høyest oppslutning om denne aktiviteten, er det innvandrere med bakgrunn fra spesifikke land som trekker opp tallene for denne gruppen som helhet. Totalt er det innvandrere fra 31 land i denne gruppen, men personer fra Sverige, Danmark, Polen, Litauen og Tyskland utgjør 57 prosent av det totale antallet personer i

innvandrerguppen som har svart på undersøkelsen. 57 prosent av innvandrerne med bakgrunn fra disse landene oppga i 2021 at de hadde plukket bær eller sopp i løpet av de siste 12 månedene, mens andelen blant de øvrige innvandrere tilhørende samme landbakgrunnsgruppering var 36 prosent, altså en forskjell på 21 prosentpoeng. Dette illustrerer at det er store forskjeller både mellom og innad i innvandringsgrupperingene.

Mannlige innvandrere driver mest med friluftsliv

Ser vi på forskjellen mellom menn og kvinner, finner vi to hovedtendenser (Tabell 4.9). Den første er at det for en del aktiviteter er det nokså stor likhet mellom menn og kvinner i innvandrerguppen fra EU/EØS etc. med øvrig befolkning. Den andre er at det er en klart lavere andel blant kvinnene enn blant mennene i innvandrerguppen fra Afrika, Asia etc. som driver med friluftsliv. Dette gjelder (korte) fotturer, fiske, sykling, bading, og totalt sett er andelen kvinner som har drevet med en eller annen form for friluftsliv 11 prosentpoeng lavere blant kvinner fra Afrika, Asia etc. sammenliknet med menn med samme landbakgrunn (henholdsvis 89 og 78 prosent). Derimot har de en høyere andel enn menn i egen gruppe når det gjelder skiturer, bær- og soppturer, skøyter, og korte spaserturer i nærheten av hjemmet.

Tabell 4.9 Andel som har deltatt i ulike friluftslivsaktiviteter siste 12 måneder, etter landbakgrunn og kjønn, personer 16 år og over, 2021

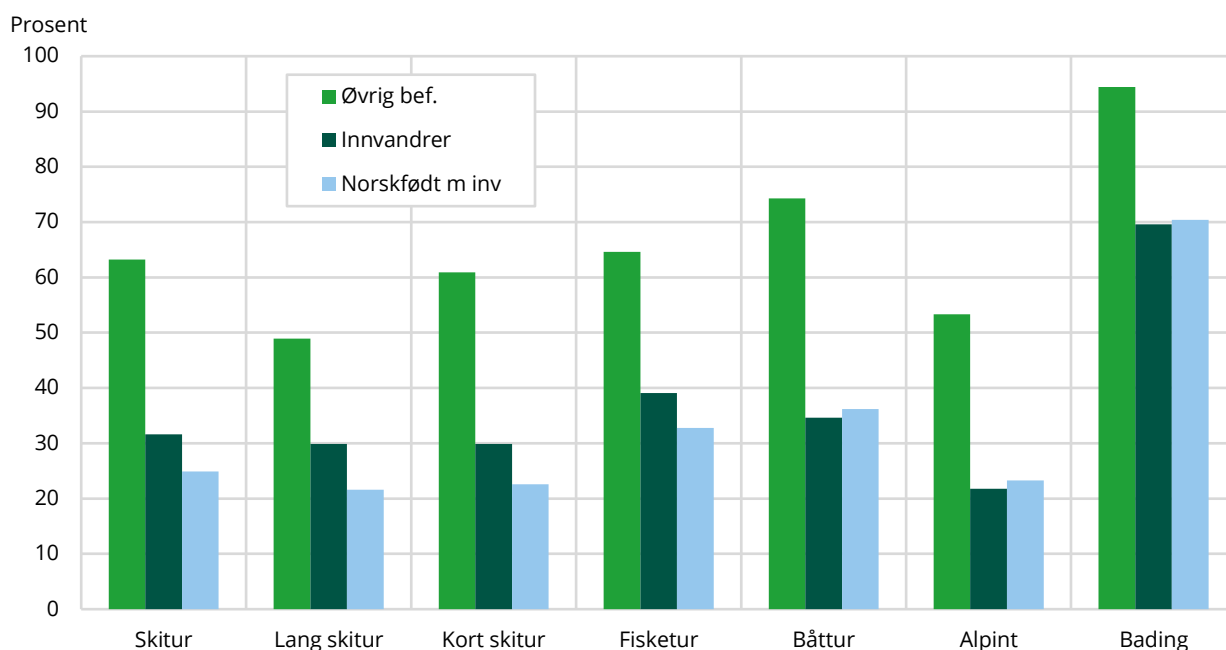
	Menn			Kvinner		
	EU, EØS etc.	Afrika, Asia etc.	Øvrig befolkning	EU, EØS etc.	Afrika, Asia etc.	Øvrig befolkning
Fotturer, i alt	84,2	71,3	85,7	78,5	65,4	81,9
Lang fottur	55,9	33,6	57,2	49,4	35,5	52,4
Kort fottur	79,7	65,8	82,4	73,4	59,0	80,6
Skiturer, i alt	34,9	14,2	42,3	33,0	17,4	40,5
Kort skitur	31,1	13,3	40,4	29,4	17,1	38,3
Lang skitur	19,7	4,8	22,2	16,4	7,8	19,1
Bær og sopptur	39,4	20,1	36,1	58,8	38,9	49,0
Jakt	7,0	1,9	13,4	2,8	0,4	3,5
Fiske	46,1	36,6	53,2	28,1	18,5	31,9
Båttur, i alt	43,4	19,0	56,4	38,3	18,8	47,6
Motor og seilbåt	20,4	9,2	27,8	18,4	8,5	23,7
Kano/Kajakk/padling	28,8	14,7	44,9	28,9	13,3	37,1
Sykkel	28,5	31,2	29,7	34,3	14,8	24,8
Ridetur	2,6	1,7	2,4	10,4	0,9	5,4
Skøyter	12,8	4,5	14,4	19,0	11,0	15,3
Alpint	24,0	8,1	22,3	16,4	6,4	16,6
Bading	54,7	42,6	65,4	59,1	33,7	64,3
Kort spasertur i nærheten av hjemmet	92,6	90,3	91,5	95,9	92,8	93,7
Deltar i friluftsliv, i alt	95,8	88,8	94,6	92,2	78,7	90,3
Antall svar	162	174	2 781	155	217	2 519

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Se vedleggstabell A1.5 for utvikling i deltakelse i disse aktivitetene blant personer med ulik landbakgrunn for perioden 2011-2021.

Friluftsliv blant barn av innvandrere

Til nå har vi sett på deltakelse i friluftsliv etter landbakgrunn i den voksne befolkningen. Et viktig spørsmål er hvordan dette fortøner seg for barn. Som i den voksne befolkningen er det store variasjoner i friluftslivdeltakelse etter landbakgrunn. For barn har vi ikke detaljerte data om landbakgrunn, men skiller mellom innvandrere, norskfødte med innvandrerforeldre og øvrig befolkning. Figur 4.16 viser friluftslivsaktivitetene hvor forskjellene er størst mellom de tre grupperingene.

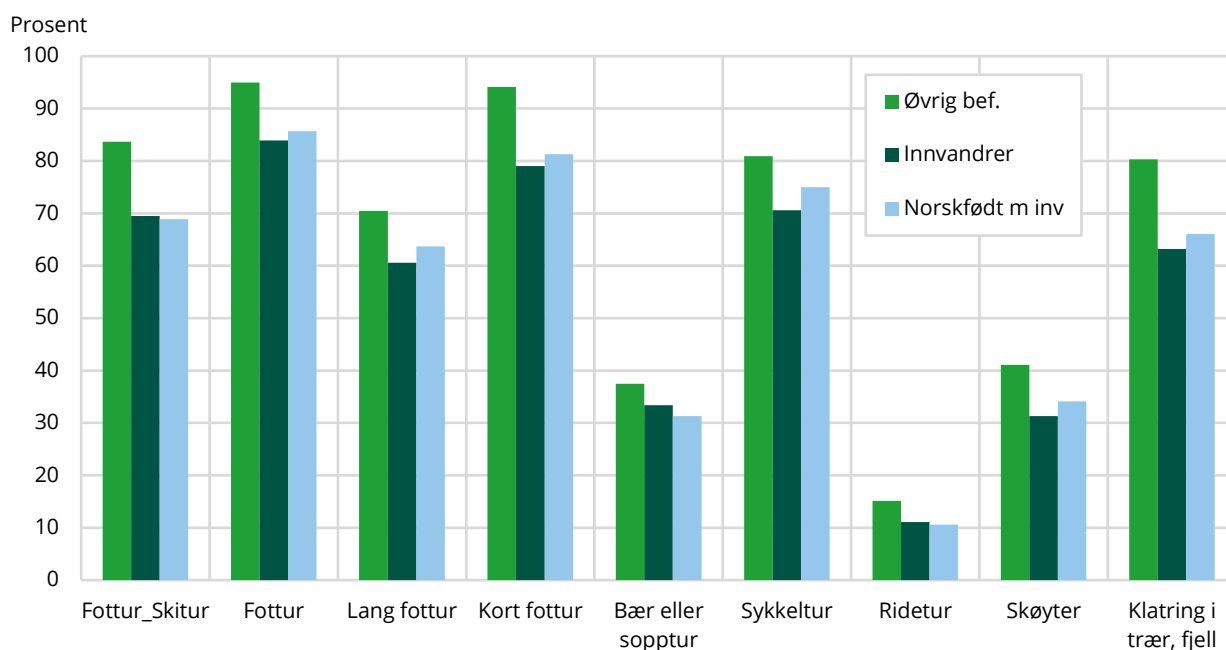
Figur 4.16 Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter landbakgrunn, 2020

Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Her er det (minst) to ting å legge merke til. Det første er at innvandrerbarn og norskfødte med innvandrerforeldre har svært likt deltakelsesmønster, hvor den største forskjellen er at innvandrerbarn driver noe mer med ski og fiske. Det andre vi legger merke til at både innvandrerbarn og norskfødte med innvandrerforeldre i langt mindre grad enn øvrig befolkning driver med disse aktivitetene. For eksempel hadde 25-30 prosent av innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldre vært på skitur siste 12 mnd. i 2020, mens andelen var 63 prosent i øvrig befolkning.

Slike store forskjeller finner vi ikke for alle aktiviteter; i andre aktivitet er deltakelsesmønstrene mer lik (Figur 4.17). Allikevel, også for aktivitetene hvor forskjellene er mindre ser vi at øvrig befolkning deltar i størst grad.

Figur 4.17 Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter landbakgrunn, 2020



Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Vi minner om at 29 prosent av barna som deltok i SSBs barneundersøkelse fra 2020 hadde innvandringsbakgrunn. Dette kommer i stor grad av at det ble oversamlet barn fra Oslo (Bergesen Dalen & Lundgaard, 2021). Det ble korrigert for denne skjevheten i sampelet ved å vekte respondentene etter bosted, men resultatene er ikke vektet etter innvandringsstatus. Dette utfordrer representativiteten for resultatene for barn med innvandrerbakgrunn.

4.5. Personer med funksjonsnedsettelse

Interesseorganisasjoner som DNT arbeider aktivt for å gjøre friluftslivet tilgjengelig for personer med funksjonsnedsettelse, blant annet med å arrangere turløp for personer med funksjonsnedsettelse og ved å tilby hytter som er universelt utformet og lett tilgjengelig med bil og tog. I hvilken grad lykkes man? Hvordan ser friluftslivsdeltakelsen ut blant personer med funksjonsnedsettelse?

Tabell 4.10 Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter i løpet av de siste 12 månedene, personer med funksjonsnedsettelse og øvrig befolkning, personer 16 år og over, 2021

	Personer med funksjonsnedsettelse	Øvrig befolkning
Fotturer, i alt	69,7	85,2
Lang fottur	36,8	56,8
Kort fottur	68,5	81,9
Skiturer, i alt	24,3	42,1
Kort skitur	23,2	39,9
Lang skitur	9,8	21,6
Bær og sopptur	39,8	42,2
Jakt	5,5	8,1
Fiske	33,6	42,7
Båttur, i alt	40,0	50,3
Motor og seilbåt	30,7	39,4
Kano/Kajakk/padling	18,9	25,0
Sykkel	20,4	28,8
Ridetur	2,8	4,0
Skøyter	8,3	15,8
Alpint	9,4	20,7
Bading	50,2	64,6
Kort spasertur i nærheten av hjemmet	86,8	94,3
Deltar i friluftsliv, i alt	82,6	93,6
Antall svar	1 158	4 850

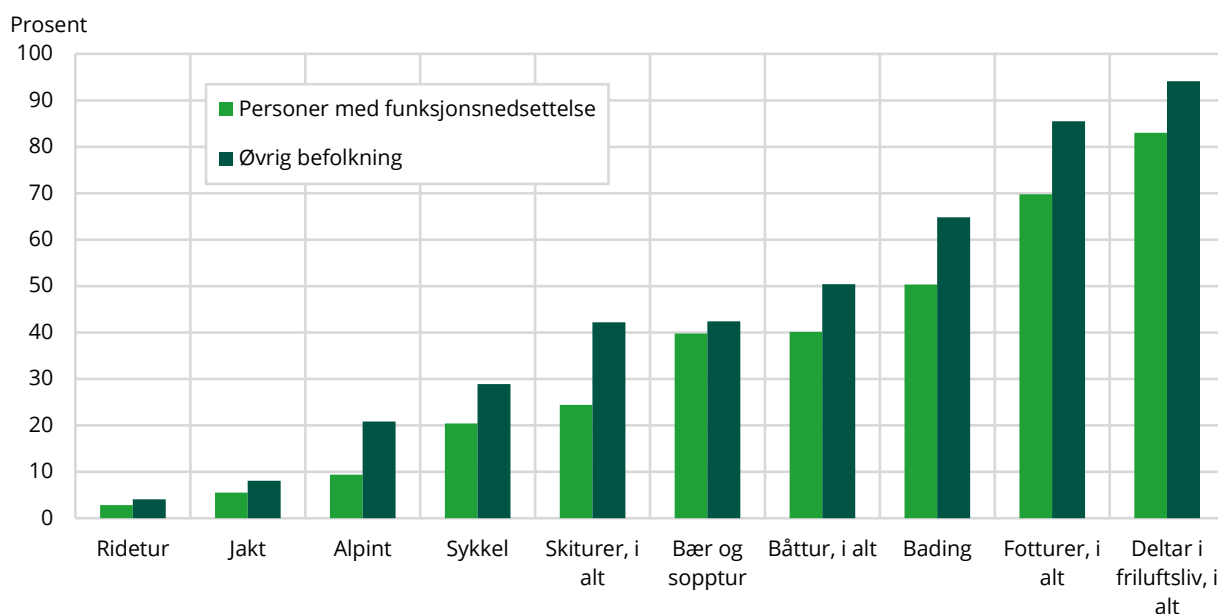
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

8 av 10 personer med funksjonsnedsettelse driver med friluftsliv

Tabell 4.10 viser at totalt 8 av 10 personer med funksjonsnedsettelse driver med en eller annen form for friluftsliv. Hvis vi også inkluderer kortere spaserturer i nærheten av hjemmet er andelen nærmere 9 av 10 personer. Andre populære aktiviteter inkluderer fotturer (70 prosent), bading (50 prosent) og bær- og soppturer (40 prosent).

..Samtidig er deltakelsen lavere enn i øvrig befolkning

Til tross for en relativt høy deltakelse ser vi samtidig at personer med funksjonsnedsettelse har en gjennomgående lavere deltakelse enn øvrig befolkning. Dette gjelder alle aktiviteter og deltakelse totalt sett.

Figur 4.18 Forskjeller i deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, personer med funksjonsnedsettelse og øvrig befolkning, personer 16 år og over, 2021

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Forskjellen i oppslutning er størst for de mest populære aktivitetene, som skiturer, fotturer, bading og alpint. Et unntak er bær- og soppturer, hvor deltakelsen er noenlunde lik. Størrelsen på forskjellene peker i retning av at vi her står ovenfor et sosialt ulikhetsproblem. Det er nærliggende å tenke at noen sentrale årsaker er at ikke alle personer med funksjonsnedsettelse har tilgang på tilstrekkelig med nødvendige hjelpemidler og/eller at aktivitetene ikke er godt nok fysisk tilrettelagt slik at de kan delta slik de ønsker.

Forskjellen i oppslutning er minst for aktiviteter med noe mindre oppslutning, som jakt og ridning. Med andre ord: de fleste som er interessert i å drive med disse aktivitetene ser ut til å finne måter å realisere dette på, uavhengig om man har funksjonsnedsettelse.

Se vedleggstabell A1.6 for utvikling i deltakelse i disse aktivitetene for personer med funksjonsnedsettelse for perioden 2011-2021.

4.6. Forskjeller mellom fylker

Friluftsliv utøves ute og henger sammen med hvor vi bor. Historisk har naturen vært både næringskilde – fra skogsdrift til fiske – og kilde til identitet og tilhørighet. Og den har blitt tatt i bruk i fullt omfang. Friluftslivsaktiviteter reflekterer disse forholdene: de er lokal kulturutøvelse i praksis. Norge er et langt land med mye variert natur. Vi har mye skog, vi har mange og høye fjell, og vi har en lang kystlinje. Derfor er det variasjoner i friluftslivsaktiviteters utbredelse rundt om i landet.

Ulike fylker, ulike aktiviteter

Bær- og sopp-sanking er langt mer utbredt jo lengre nord vi kommer (Tabell 4.11). I Troms og Finnmark og Nordland har omtrent 60 prosent sankaet sopp og bær, mens i denne aktiviteten er minst utbredt i Rogaland (26 prosent) etterfulgt av Oslo og Møre og Romsdal (begge 36 prosent). Jakt er også mer utbredt jo lengre nord man kommer. I Trøndelag er andelen 11 prosent, i Nordland 12 prosent og 17 prosent i Troms og Finnmark.

Fiske- og båtliv er ikke overraskende mest utbredt i fylkene med kystlinje og lav grad av sentralisering. 25 prosent av personer fra Oslo fisker, mens andelen er 55 prosent i Nordland og 57

prosent i Troms og Finnmark. Dette viser hvordan hva som er de mest populære friluftslivsaktivitetene henger sammen med topografi, siden dette er områder med lange kystlinjer. Topografien er viktig for hvordan friluftslivsaktivitetens kulturelle eksistensgrunnlag. I kystfylkene bor folk tett på havet, som har preget både hverdag og historie. Fisket har i lange tider vært næringsgrunnlag, som i tur kan være med på å skape grunnlag for fiske som rekreasjonsaktivitet.

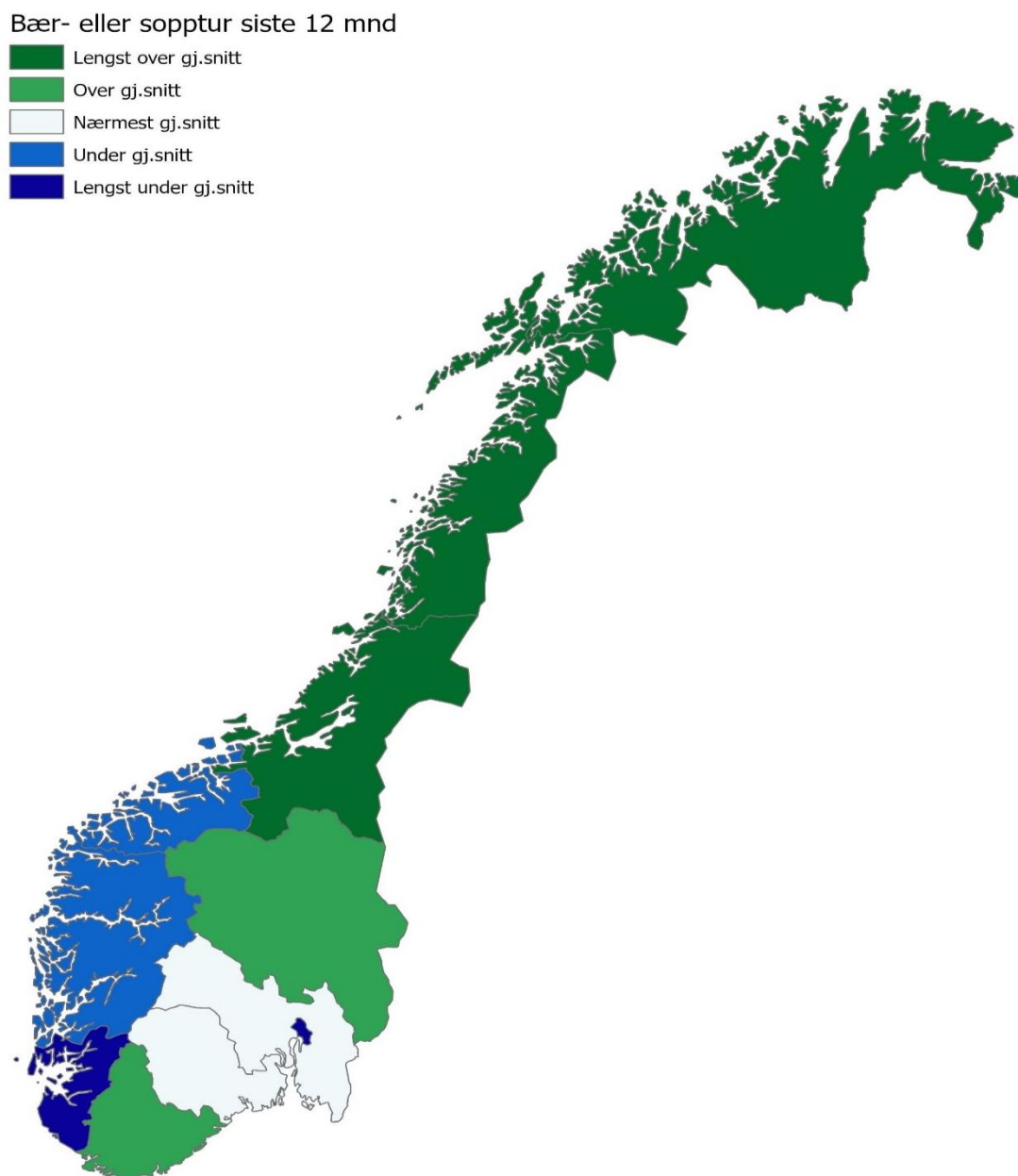
Mens tradisjonelle aktiviteter som jakt, fiske og båtliv er mest utbredt i Nord-Norge, er en mer moderne aktivitet som alpint er mer utbredt i fylker med god anleggsdekning og med landskap med høye fjell. I Oslo og Viken, og Møre og Romsdal og Vestland står mellom 20-25 prosent på alpint, mens andelen er 12 prosent i Troms og Finnmark, hvor det er færre anlegg. Oslo og Finnmark er også svært ulike når vi ser på bading: i Oslo oppgir 7 av 10 at de har badet i løpet av de siste 12 månedene, mens andelen er bare 4 av 10 i Finnmark. Dette har nok med klima og topografi å gjøre. I Troms og Finnmark bor riktignok mange langs kysten, men mange bor også lengre inn i landet. Sammenliknet med Oslo har Troms og Finnmark også kaldere somre med lavere vanntemperaturer, både i sjøen og i ferskvann. I Oslo har man varmere klima, og lett tilgang både på sjø i Oslofjorden og små og store vann i Nordmarka, som er godt merket og tilrettelagt bading. Øyene i Oslofjorden er også populære utfartssteder om sommeren, med enkel tilgang med hyppige båtavganger fra Oslo sentrum.

Tabell 4.11 Andel som har drevet med ulike friluftslivsaktiviteter, etter fylke, personer 16 år og over, 2021

	Bær og sopptur	Jakt	Fiske	Alpint	Bading	Antall svar
Troms og Finnmark	59,9	16,9	55,0	11,9	38,2	268
Agder	43,7	11,5	41,4	14,1	65,1	322
Innlandet	47,0	10,1	39,7	14,2	56,2	405
Rogaland	26,0	4,7	44,0	14,6	61,9	515
Trøndelag	51,2	11,2	49,9	16,8	60,9	550
Vestfold og Telemark	41,7	7,7	33,5	17,3	65,3	445
Nordland	57,7	12,0	56,5	17,9	54,6	236
Viken	42,6	4,9	34,7	19,1	64,9	1 372
Vestland	36,6	7,4	49,6	20,1	60,1	745
Møre og Romsdal	36,4	8,0	48,6	20,6	60,3	280
Oslo	36,3	3,9	27,5	25,6	69,3	870

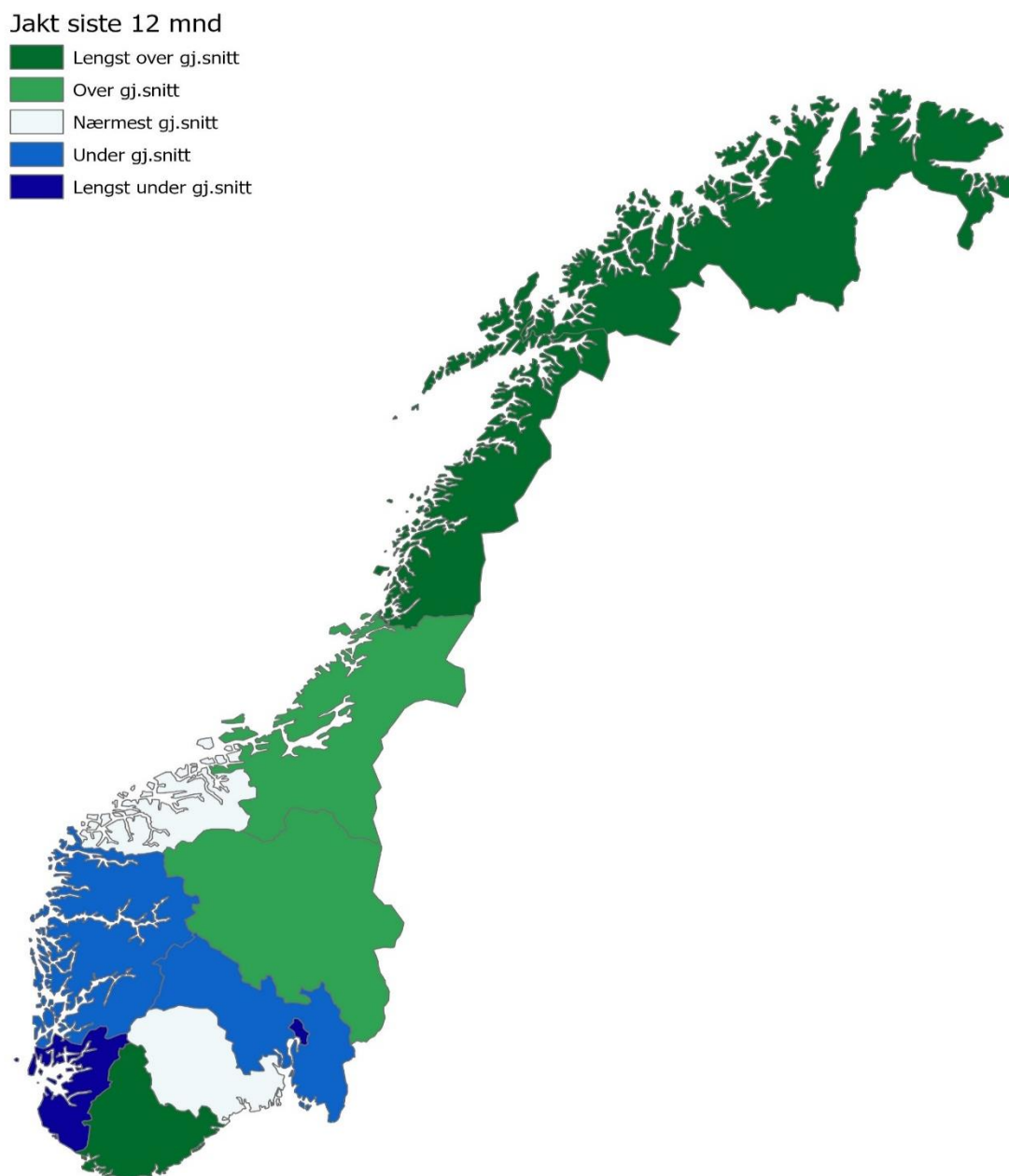
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

For å få en visuell presentasjon av utbredelsen av aktivitetene i hvert enkelt fylke har vi sammenliknet andelen som driver med aktivitetene i 4.11 med landsgjennomsnittet i Figur 4.19- Figur 4.23. Fargene på kartet markerer hvor langt unna fylkene er landsgjennomsnittet i prosent for hver enkelt aktivitet. Fargene går fra mørkegrønn farge (størst positiv prosentpoengs forskjell fra landsgjennomsnittet) til blå farge (størst negativ prosentpoengs forskjell fra landsgjennomsnittet). Fylkene markert i hvitt ligger nærmest landssnittet.

Figur 4.19 Bær og sopptur siste 12 mnd., etter fylke, personer 16 år og over, 2021

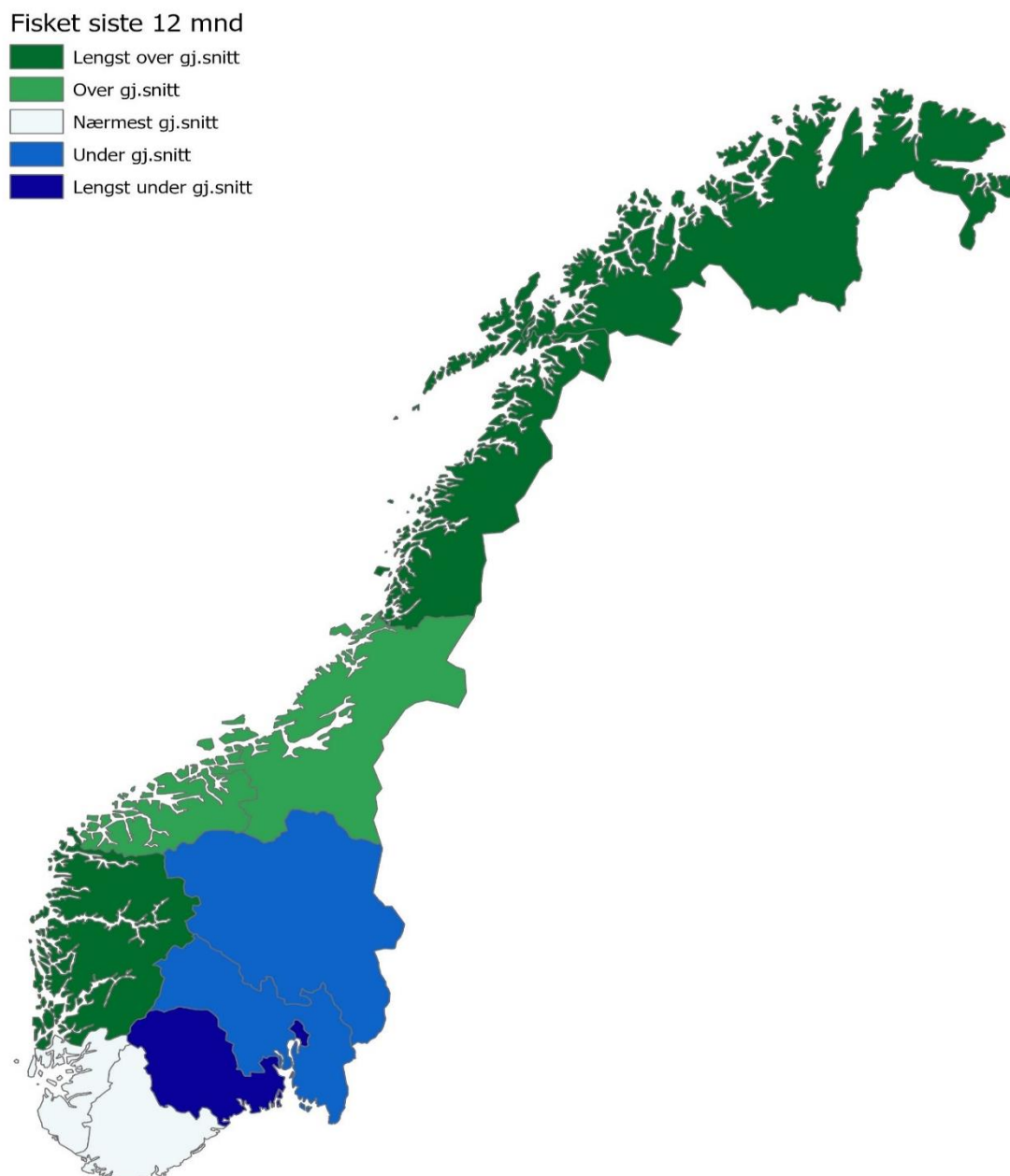
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

4 av 10 nordmenn var på bær- eller sopptur i 2021, men det er fylkesvisvise forskjeller. Fylkene lengst unna dette snittet skårer 9 prosentpoeng under dette snittet, mens fylkene med de mest aktive fylkene skårer 16 prosentpoeng høyere. Den fylkesvise grafiske fremstillingen viser at de tre nordligste fylkene skiller seg ut med størst andel bær- og sopplukkere. På sørkysten av Norge i Agder er det også mange som plukker bær og sopp. Det samme ser vi er tilfellet for Innlandet. På motsatt side av skalaen finner vi Rogaland og Oslo, som har de laveste andelene som har plukket bær og sopp, sammenliknet med landsgjennomsnittet.

Figur 4.20 Jakt siste 12 mnd., etter fylke, personer 16 år og over, 2021

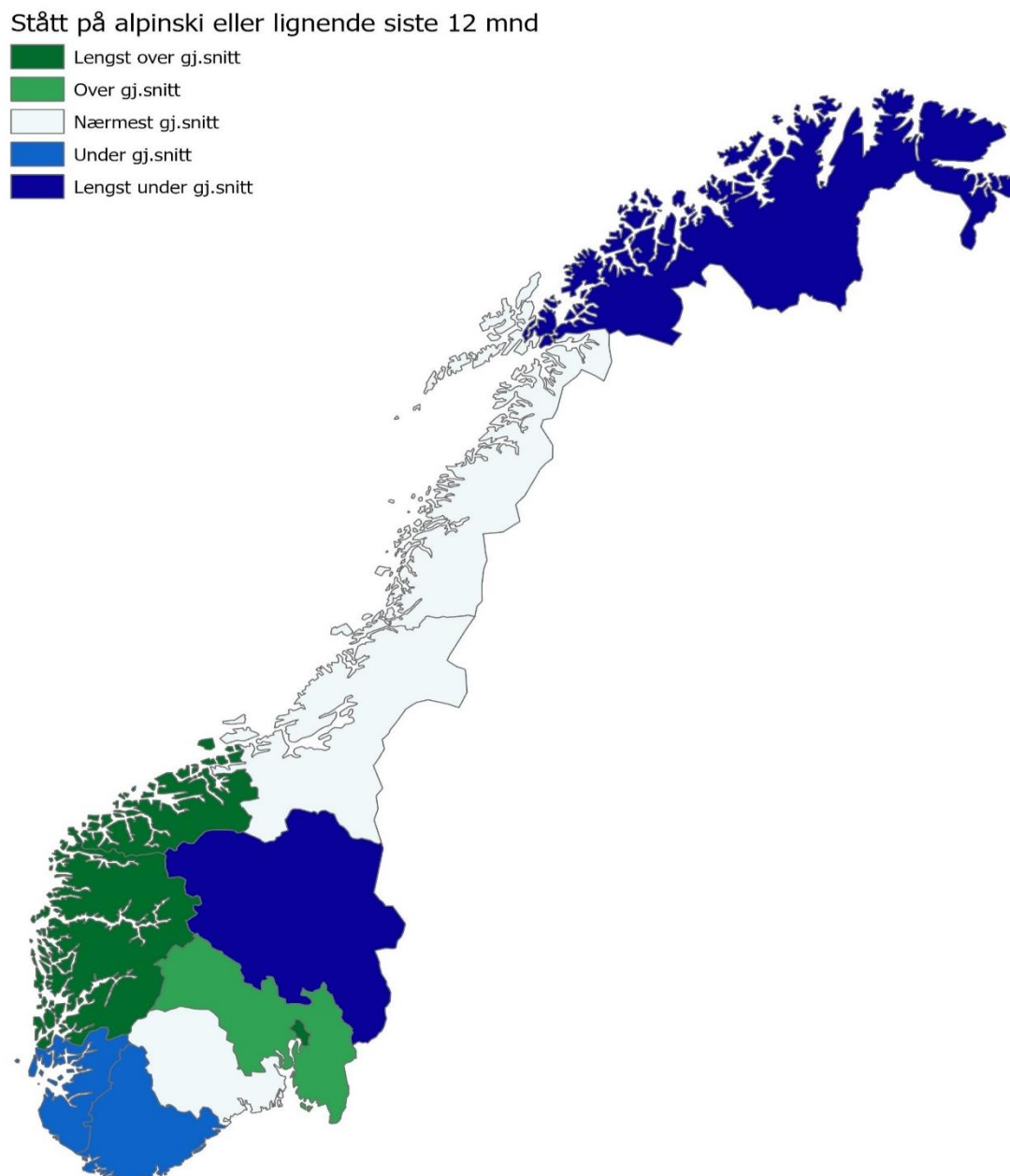
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Den geografiske utbredelsen av jakt følger i stor grad samme mønster som bær- opp soppstaking. Utbredelsen er størst i de nordligste fylkene og sør i Agder. Jakt er også populært i Trøndelag og Innlandet, mens det er mindre utbredt i Viken, Vestland, og Rogaland (Figur 4.20). Det er verdt å merke seg at forskjellene er alt i alt er moderate: fylkene hvor det jaktes minst ligger 4 prosentpoeng under landsgjennomsnittet, mens fylkene hvor jakt er mest populært ligger 4 prosentpoeng over landsgjennomsnittet.

Figur 4.21 Fiske siste 12 mnd., etter fylke, personer 16 år og over, 2021

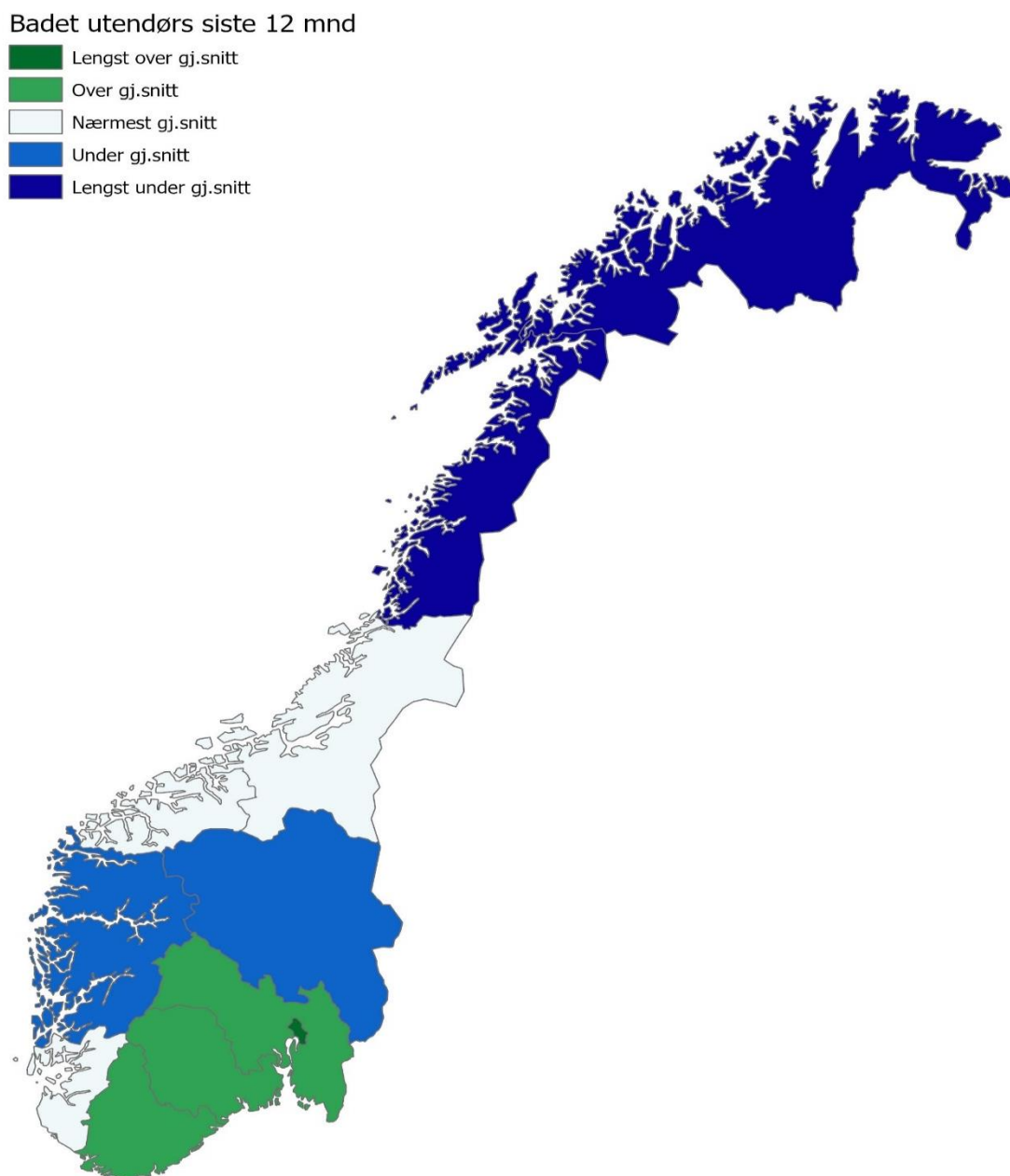
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Utbredelsen av fising må ses i sammenheng med den norske kystlinjen: Fising er mest bredt i Nord-Norge og Vestland, men også i Trøndelag, Møre og Romsdal, Rogaland og Agder er fising relativt utbredt (Figur 4.21). Andelen som fisker er lavere i Innlandet, Vestfold og Telemark, og Oslo. Forskjellene er store. Nord-Norge ligger 13 prosentpoeng over landsgjennomsnittet, mens Oslo ligger 9 prosentpoeng under landsgjennomsnittet.

Figur 4.22 Alpint siste 12 mnd., etter fylke, personer 16 år og over, 2021

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Utbredelsen av alpine aktiviteter har et mindre tydelig geografisk mønster enn de foregående aktivitetene (Figur 4.22). Mest populært ser vi at disse aktivitetene er i Møre og Romsdal, Vestland og Oslo. Dette er naturlig: de to første fylkene har mange høye fjell som egner seg til denne typen aktivitet, mens innbyggere i Oslo har god tilgang på alpinbakker. Det samme gjelder personer bosatt i Viken, som vi ser også står mye på alpint, snowboard og liknende skiaktivitet. Minst er utbredelsen i Finnmark, Innlandet, Ager og Rogaland. Dette henger sannsynligvis sammen med topografi (Troms og Finnmark har for eksempel mange lave områder uten større fjell), anleggsdekning, klima og tilgang på snøsikre områder.

Figur 4.23 Bading siste 12 mnd., etter fylke, personer 16 år og over, 2021

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Den fylkesvise fordelingen av andeler som bader følger et relativt klart nord-sør skille, med lavest aktivitet i de nordligste fylkene og mest i de sørlige fylkene. Både områder som skårer lavest og høyest har altså tilgang på kystlinje, så disse forskjellene henger sannsynligvis sammen med at de i sør er varmere vær og badetemperaturer. Dette gir et godt utgangspunkt for fremveksten av badekultur.

Dårligere tilgang på nærturterreng og rekreasjonsareal i Oslo

I forgående delkapittel så vi at det er visse fylkesvise forskjeller i hvilke aktiviteter som det drives mest med (Tabell 4.11 og Figur 4.19-Figur 4.23). Et relatert aspekt er om det er fylkesvise forskjeller i folks tilgang til trygge nærturterreng og rekreasjonsareal i nærheten av der de bor. Å ha trygg tilgang

til friarealer er av stor betydning for friluftsliv. Særlig økt sentralisering og byvekst antas å kunne medføre nedbygging av grønne områder og svekke tilgangen til nærturterreng. Tilgangen til friarealer er målt ved å hente ut trygg tilgang til relevante arealklasser fra Matrikkelen og arealressurskart. Disse arealklassene inkluderer skog, åpen fastmark, våtmark, bart fjell, grus- og blokkmark og park- og idrettsområder (jf. SSB standard for klassifisering av arealer til statistikkformål).¹⁴

Tilgangsberegningene gjøres ved å beregne avstand langs veger, gang- og sykkelveger og stier i tettbygde strøk. For å sette en grense for hva som er «lang avstand» til skole, sosiale møteplasser og lignende i lokalsamfunnet har vi satt søkelys på fremkommelighet for hele husholdningen, derfor er grensene basert på barn og unge. Barn og unge benytter i større grad nærmiljøet de vokser opp i, det ikke like lett for dem å komme seg til andre tettsteder og byer med på egenhånd. Dette er grunnen til at for eksempel målene for nærturterreng og leke- og rekreasjonsareal er basert på at det skal være trygt fremkommelig for små barn.

Definisjonen for «trygg tilgang» er hentet fra Miljødirektoratets indikatorer for Norges miljøstatus:

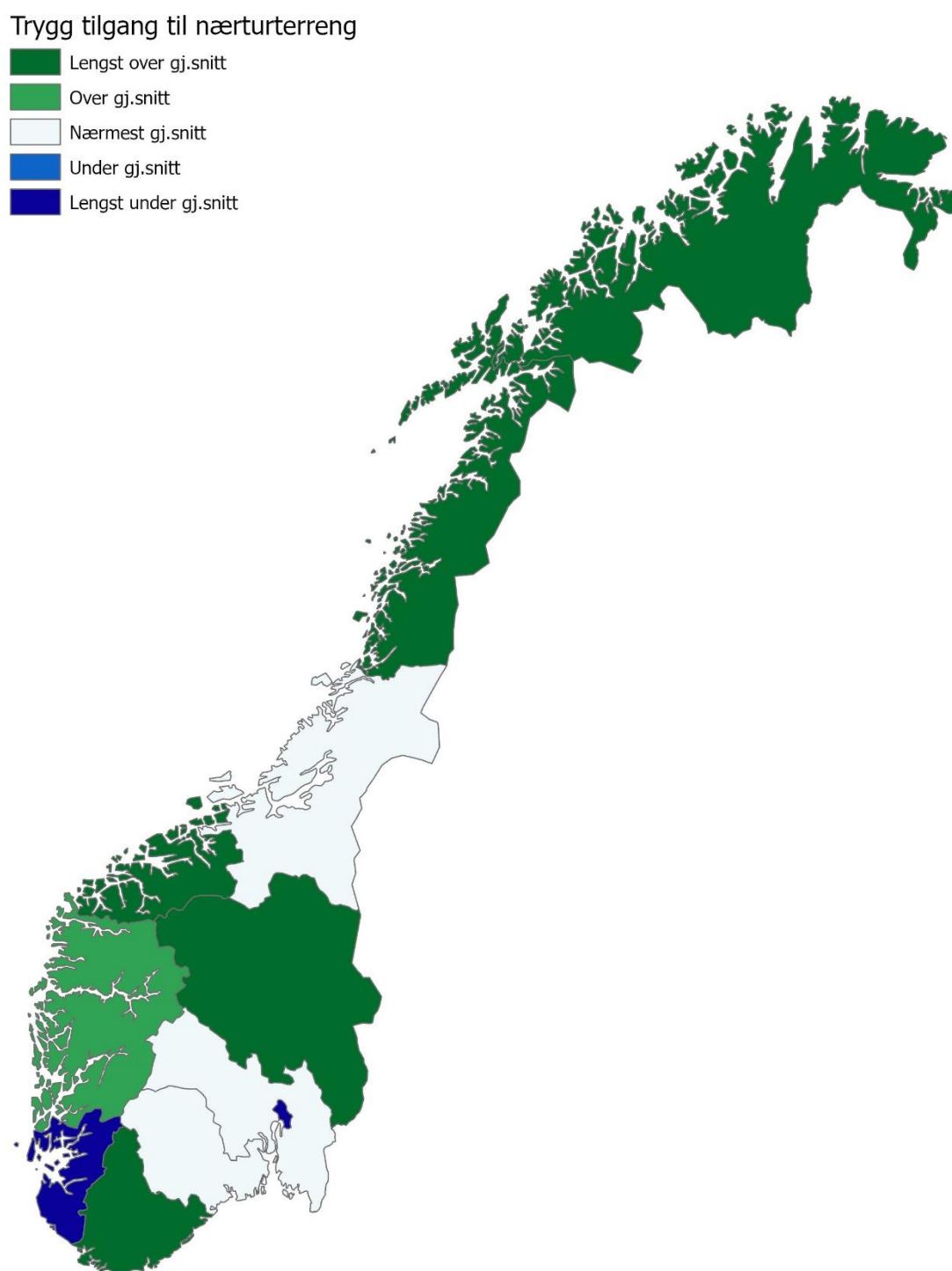
[Miljøindikator 3.1.3](#). Andel av befolkningen som har trygg tilgang på leke- og rekreasjonsarealer innen en avstand på 200 meter (Miljøstatus, 2022).

[Miljøindikator 3.2.2](#). Andel skoler og barnehager som har trygg tilgang til nærturterreng innen en avstand på 500 meter (Miljøstatus, 2022).

Et tettbygd strøk er definert en hussamling der det bor minst 500 personer og avstanden mellom husene ikke oversikter 50 meter.¹⁵ Vi antar at de som ikke bor i tettsted eller by har tilgang på slike områder i umiddelbar nærhet, og disse havner automatisk i kategorien «har trygg tilgang». I beregningen av trygg tilgang på nærturterreng er det satt krav om at en ikke skal måtte krysse eller bevege seg langs veger med relativt mye trafikk og høy fartsgrense for trygg tilgang.

¹⁴ For fullstendig beskrivelse av standard for delområde- og grunnkretsinnndeling, se: <https://www.ssb.no/klasse/klasseklassifikasjoner/1>

¹⁵ For noen arealkrevende bygningstyper som boligblokker, industribygg, kontor/forretningsbygg, skoler sykehus etc. kan avstanden være økt til 200 meter. For mer om hvordan tettsteder er definert, se: <https://www.ssb.no/natur-og-miljo/areal/artikler/tettbygde-omrader-for-2021-kartlagt>

Figur 4.24 Trygg tilgang på nærturterreng, personer 16 år og over, 2021

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

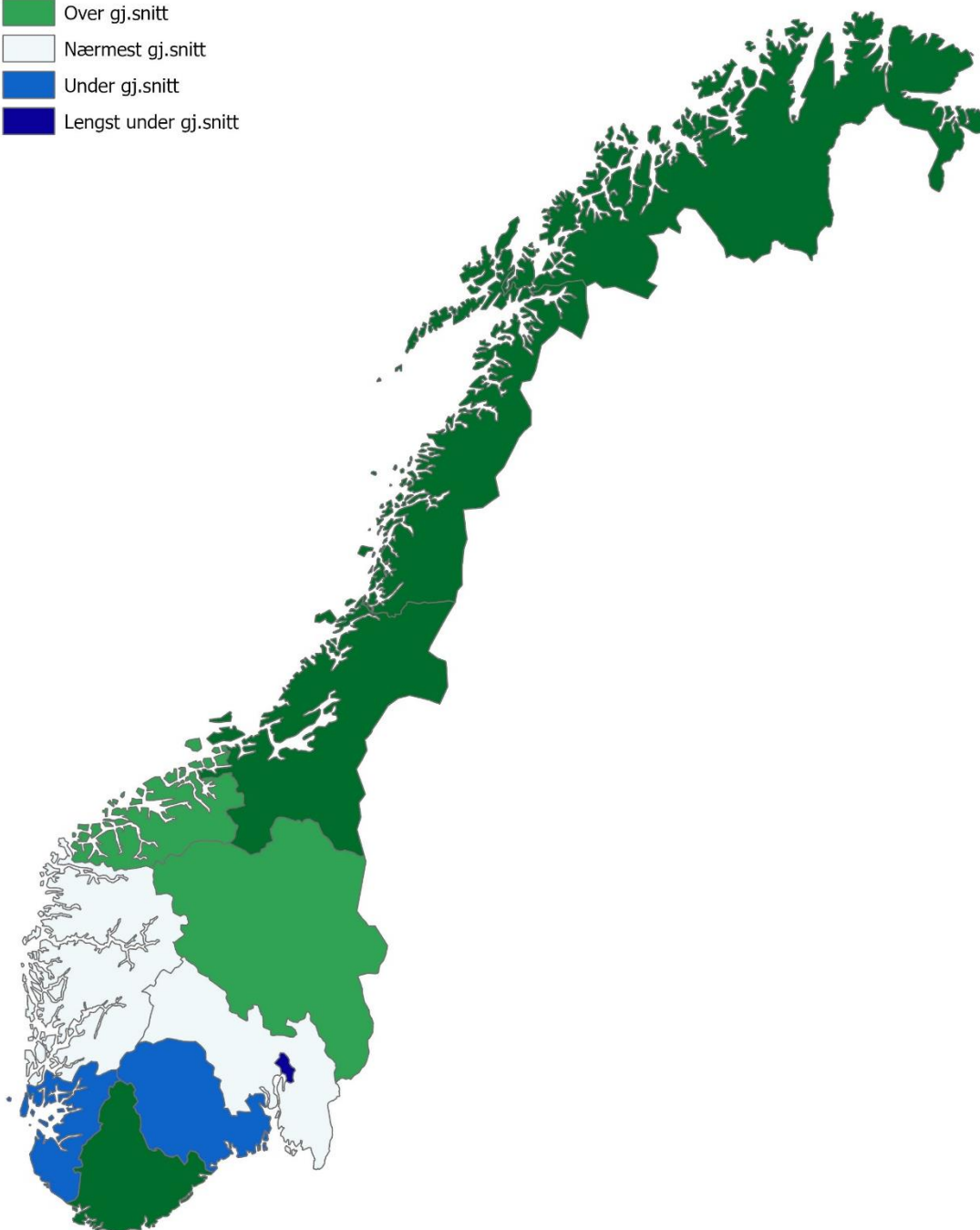
I gjennomsnitt for landet som helhet har 57 prosent trygg tilgang til nærturterreng. Når vi differensierer mellom fylker finner vi til dels store forskjeller. Troms og Finnmark er helt på topp; her har 8 av 10 personer tilgang på nærturterreng. Deretter følger Nordland, Innlandet, Møre og Romsdal og Agder. I disse fylkene har 7 av 10 personer trygg tilgang på nærturterreng. Vestland ligger også i øvre sjikt med 65 prosent av fylkets befolkning med trygg tilgang. Vestfold og Telemark

(58 prosent), Trøndelag (56 prosent), og Viken (55 prosent) ligger omtrent på landsgjennomsnittet. I nedre sjikt finner vi Rogaland og Oslo. I Rogaland har 37 prosent med trygg tilgang til nærturterreng, mens andelen er 29 prosent i Oslo, som er hele 54 prosentpoeng lavere enn i Troms og Finnmark. Personer i Troms og Finnmark har altså enklest tilgang til nærturterreng. Dette er et gode i seg selv, og legger også føringer for muligheter til å drive med friluftsliv: det er nærliggende å anta at personer som har trygg tilgang på nærturterreng driver med friluftsliv på egne premisser når det gjelder type og omfang. Alt i alt tyder resultatene på at trygg tilgang til naturterreng henger sammen med grad av sentralisering; vi ser at fylker med store til mellomstore byer, som Trøndelag (Trondheim), Viken (Bærum, Asker, Lillestrøm, Drammen, Fredrikstad, Sarpsborg), (Vestfold og Telemark (Porsgrunn/Skien, Tønsberg), Oslo, Rogaland (Stavanger/Sandnes, Haugesund) skårer i midtre til lavere sjikt.

Liten tilgang på nærturterreng kan ha særlig negative konsekvenser for blant annet barn og gamle mennesker, som oppholder mye ute i nærmiljøet. Eldre mennesker, for eksempel, går mye tur i nærheten av der de bor (93 % av personer 67 år og eldre gjorde dette i 2021), og gjør færre aktiviteter som krever reisevirksomhet enn yngre personer (se vedleggstabell A1.2 for full oversikt over deltakelse i friluftslivsaktiviteter siste 12 mnd., fordelt etter alder).

Figur 4.25 Trygg tilgang på rekreasjonsareal, personer 16 år og over, 2021

Trygg tilgang til rekreasjonsareal



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Trygg tilgang til rekreasjonsarealer ligner mønsteret vi så for trygg tilgang til nærturterreng. I snitt og landet under ett har 68 prosent trygg tilgang til rekreasjonsarealer. Best ut kommer Troms og Finnmark (81 prosent) etterfulgt av Agder (80 prosent), Nordland (78 prosent) og Trøndelag (76 prosent). Innlandet (73 prosent) og Møre og Romsdal (70 prosent) ligger også over snittet, som er 68 prosent. I midtre sjikt finner vi Vestland (69 prosent) Viken (66 prosent), mens Rogaland (63 prosent), Vestfold og Telemark (64 prosent) og Oslo (53 prosent) skårer under gjennomsnittet.

Vi ser at de fylkesvise forskjellene i trygg tilgang til rekreasjonsarealer er mindre enn for trygg tilgang til nærturterreng. Det er allikevel et markant hopp fra andelen med trygg tilgang i Oslo (som skårer lavest) til Troms og Finnmark (som skårer høyest). Tilgangen til leke- og rekreasjonsareal kan man gjøre noe med, og henger blant annet sammen med forhold som arealplanlegging og prioritering av grøntområder. Tilgangen påvirkes også av utvikling av gang- og sykkelveinett, og av fartsgrensen på veier mellom bebyggelsen og grøntområdene.

5. Utøvelsesfrekvens

Hovedpunktene i dette kapitlet kan oppsummeres ved:

- Det er kun små kjønnsforskjeller i hyppigheten i menn og kvinners friluftslivsdeltakelse.
- Yngre i alderen 16-24 år utøver friluftsliv noe sjeldnere enn øvrig befolkning, men dette er også alderskohorten med færrest inaktive.
- Omtrent 1 av 10 eldre personer (67 år og eldre) er inaktiv, mens 60 prosent av personer i denne alderen er aktiv i friluftsliv flere ganger i uken.
- Utøvelsesfrekvens henger sammen med utdannelses- og inntektsnivå, og da særlig inaktivitet.
- Det er også mer inaktivitet blant personer med funksjonsnedsettelse og innvandrere fra Asia, Afrika etc.
- 7 av 10 barn driver med friluftsliv ukentlig eller flere ganger i uken.

Innledning

Som vist tidligere i denne rapporten driver de fleste nordmenn i dag med en eller annen form for friluftsliv. I dette kapitlet skal vi se nærmere på intensiteten i aktivitetsomfanget blant de som er aktive i friluftsliv.

5.1. Hvor ofte utøves ulike friluftslivsaktiviteter i dag?

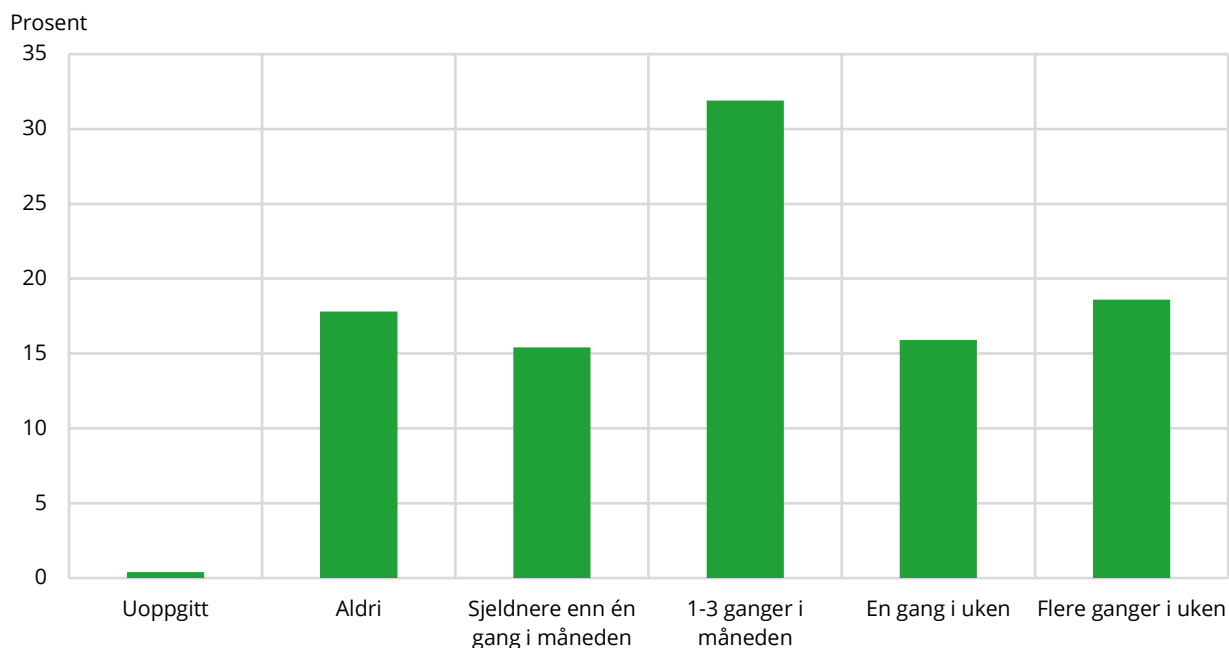
For de fleste aktivitetene svarer halvparten eller flere av de spurte at de ikke har drevet med aktiviteten de siste 12 månedene (Tabell 5.1).

Tabell 5.1 Utøvelsesfrekvens i ulike friluftslivsaktiviteter, personer 16 år og over, 2021

	Aldri	Sjeldnere enn én gang i måneden	1-3 ganger i måneden	En gang i uken	Flere ganger i uken	Uoppgitt
Fotturer, i alt	17,8	15,4	31,9	15,9	18,6	0,4
Lang fottur	47,2	21,5	22,0	6,1	3,0	0,3
Kort fottur	20,7	14,6	31,2	15,2	17,8	0,5
Skiturer, i alt	61,4	12,8	15,4	6,0	4,2	0,2
Kort skitur	80,7	8,1	8,1	2,1	0,8	0,2
Lang skitur	63,5	12,0	14,8	5,7	3,9	0,2
Fisker	59,0	19,4	12,8	4,9	3,6	0,3
Båttur, i alt	51,7	21,1	14,6	6,3	6,0	0,3
Motor og seilbåt	76,1	13,4	6,7	2,1	1,4	0,2
Kano/Kajakk/padling	62,2	16,0	11,4	5,1	5,0	0,3
Sykkel	72,8	7,4	8,7	5,0	5,9	0,2
Alpint	81,5	8,6	7,0	1,5	1,2	0,2
Kort spasertur i nærheten av hjemmet	7,4	5,6	19,4	21,0	46,5	0,2

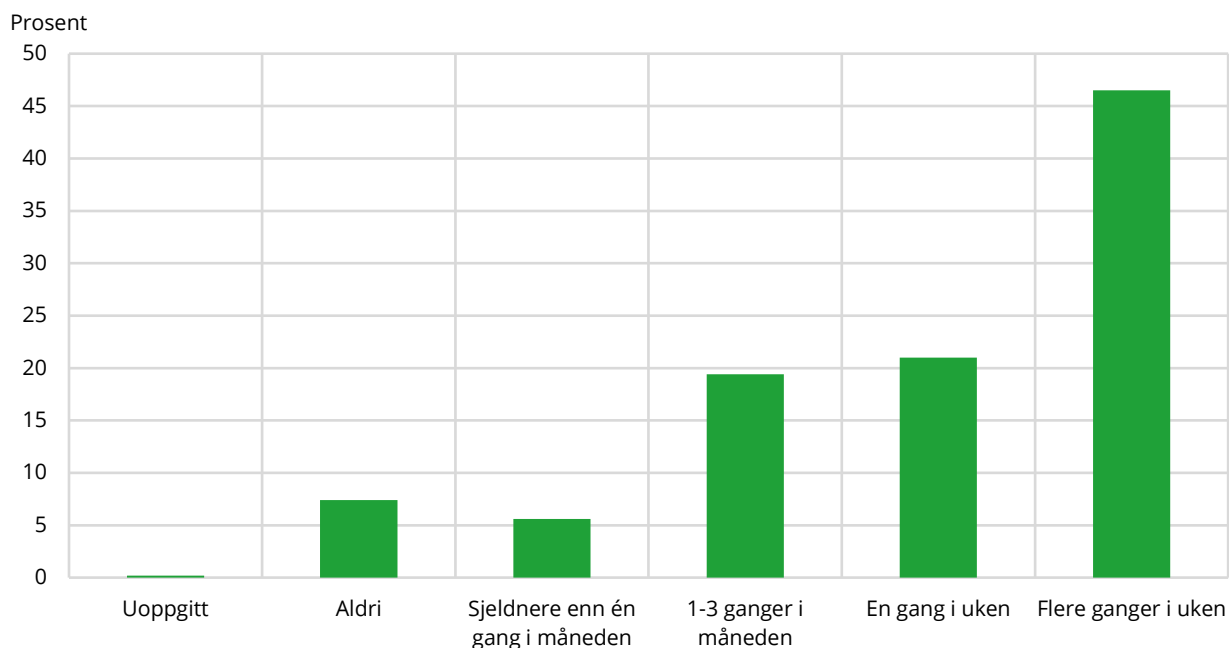
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Unntakene er fotturer (kort, lang) og korte spaserturer i nærheten av hjemmet. Totalt sett er andelen som har gått korte eller lange fotturer relativt normalfordelt, med flest som har svart at de har gjort denne aktiviteten 1-3 ganger i måneden (32 prosent) (Figur 5.1).

Figur 5.1 Utøvelsesfrekvens for korte og lange fotturer, personer 16 år og over, 2021

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Som vist i Tabell 5.1 er det særlig populariteten til korte fotturer som trekker opp utøvelsesfrekvensandelene for fotturer totalt: mens 33 prosent går korte fotturer en eller flere ganger i uken, gjelder dette bare 9 prosent for lange fotturer. Andelen med høy utøvelsesfrekvens er derimot aller størst for korte spaserter i nærheten av hjemmet. 25 prosent driver med denne aktiviteten 1-3 ganger i måneden eller sjeldnere, mens 67 prosent gjør dette en eller flere ganger i uken. Nesten halvparten går korte spaserter (46 prosent) flere ganger i uken (Figur 5.2).

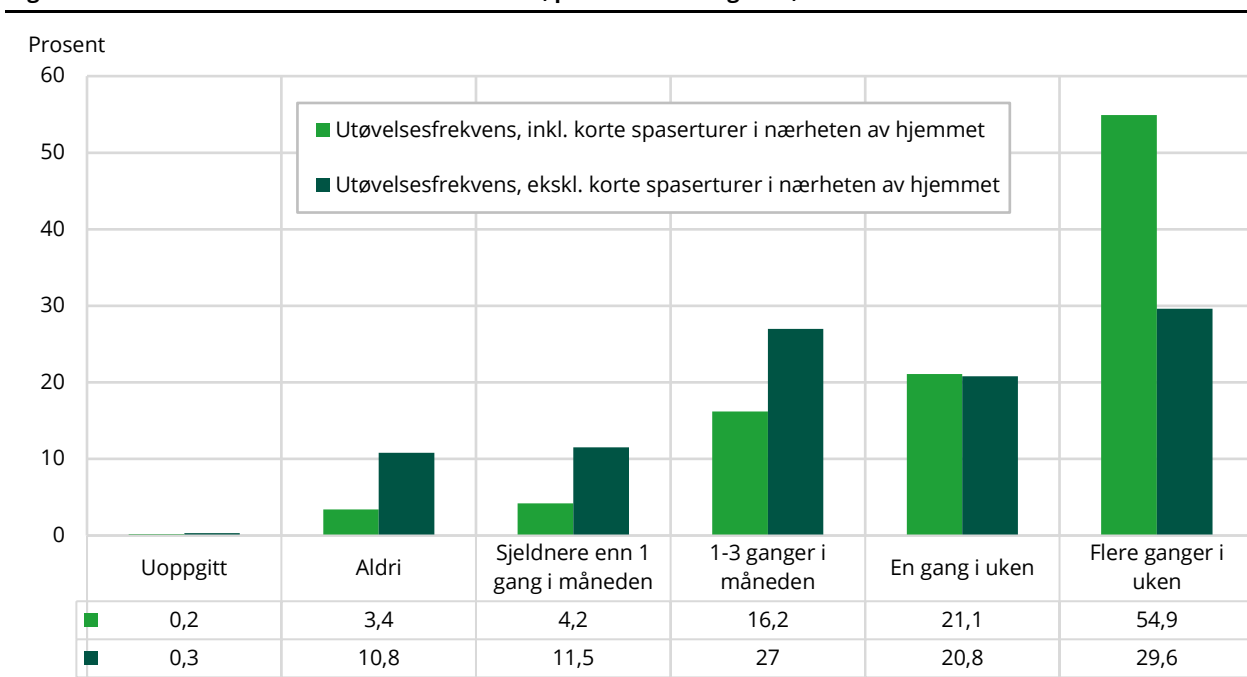
Figur 5.2 Utøvelsesfrekvens for korte spaserter i nærheten av hjemmet, personer 16 år og over, 2021

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Når vi summerer alle aktivitetene finner vi at hele 76 prosent er aktive minst en gang i uken, og av disse er 55 prosent aktive flere ganger i uken (Figur 5.3). At så mange oppgir at de ofte er aktive er i hovedsak et resultat av at mange ofte går korte spaserter i nærheten av hjemmet. Hvis vi utelater

denne aktiviteten fra regnestykket faller andelen som er aktive flere ganger i uken fra 55 prosent til 30 prosent. Korte spaserturer er altså både den mest populære aktiviteten, både med tanke på utbredelse (Se Figur 3.2) og hvor ofte den utøves.

Figur 5.3 Utøvelsesfrekvens av friluftsliv totalt, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

5.2. Utøvelsesfrekvens for utvalgte grupper i befolkningen

Utøvelsesfrekvensen varierer mellom ulike grupper i befolkningen, og i de neste avsnittene skal vi se nærmere på sammenhengen mellom utøvelsesfrekvens og kjønn, alder, utdanning, inntekt, landbakgrunn og fylke.

Kjønn

Tabell 5.2 viser utøvelsesfrekvens i friluftsliv etter kjønn.

Tabell 5.2 Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter kjønn, personer 16 år og over, 2021

	Menn	Kvinner
Inaktiv	2,7	4,2
Sjeldnere enn 1 gang i måneden	4,9	3,5
1-3 ganger i måneden	19,4	13,0
En gang i uken	22,2	20,0
Flere ganger i uken	50,5	59,3
Uoppgitt	0,3	0,2
Antall svar	3 129	2 902

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Det er relativt små kjønnsforskjeller i hyppigheten i menn og kvinners friluftslivsdeltakelse. Totalt sett er det litt færre menn som er inaktive, men den største forskjellen er at det er flere kvinner (59 prosent) enn menn (51 prosent) som driver med friluftsliv flere ganger i uken. Kjønnsforskjellene er størst for andelen som flere ganger i uken går korte turer i nærheten av hjemmet, med 53 prosent blant kvinner og 40 prosent blant menn. Flere kvinner (20 prosent) enn menn (15 prosent) går også oftere korte fotturer i skog og mark. Det er en større andel menn som ofte fisker, er båtturn og sykler ukentlig, og selv om disse forskjellene er noe mindre enn for aktivitetene hvor de høyaktive utgjør

flest kvinner, er de like fullt statistisk signifikante. For full oversikt over utøvelsesfrekvens etter alder for perioden 1974-2021, se vedlegg B.

Alder

Tabell 5.3 viser utøvelsesfrekvens i friluftsliv etter alder.

Tabell 5.3 Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter alder, personer 16 år og over, 2021

	16-24 år	25-44 år	45-66 år	67 år eller eldre
Inaktiv	1,7	1,7	2,6	9,3
Sjeldnere enn 1 gang i måneden	6,6	3,9	3,8	3,7
1-3 ganger i måneden	27,6	18,8	12,5	10,3
En gang i uken	24,3	24,4	19,0	16,9
Flere ganger i uken	39,6	51,1	61,9	59,5
Uoppgitt	0,3	0,2	0,2	0,2
Antall svar	724	1 855	2 298	1 154

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Hyppigheten for friluftslivsutøvelse varierer mellom personer av ulik alder (Tabell 5.3). Det er langt flere inaktive eldre (9 prosent) enn i de øvrige aldersgruppene (2-3 prosent). Av de som driver med friluftsliv skiller yngre personer seg ved at de har lavere utøvelsesfrekvens enn de øvrige aldersgruppene. 59 prosent av personer i alderen 16-24 år driver med friluftsliv en gang i uken eller sjeldnere, mens dette gjelder 47 prosent av personer i alderen 25-44, 35 prosent av personer i alderen 45-66 år og 31 prosent av personer som er 67 år og eldre. Resultatene i Tabell 5.3 viser altså at eldre er en tosidig gruppe: på den ene siden er det flest inaktive blant eldre, på den andre siden er aktive eldre de blant de som driver mest med friluftsliv av alle aldersgrupper. 60 prosent av de eldste personene driver med friluftsliv flere ganger i uken. Til sammenlikning er andelen blant de yngste personene i utvalget 40 prosent.

Det er særlig mange høyaktive eldre som går turer i parker eller naturomgivelser i nærheten av hjemmet (54 prosent) og korte fotturer i skog og mark (18 prosent). Til sammenlikning er andelen høyaktive personer i den yngste aldersgruppen henholdsvis 29 og 9 prosent for disse aktivitetene (se vedlegg B).

Utdanning

Tabell 5.4 viser utøvelsesfrekvens av friluftsliv i lys av personers utdanningsnivå. Det første man legger merke til er at det er flere inaktive blant personer med grunnskole eller kortere utdanning: 6 prosent. For personer med høyere utdanningsnivå er andelen inaktive mellom 1-3 prosent. Det er også en noe større andel som er aktive maksimalt 3 ganger i måneden eller sjeldnere i gruppen med grunnskole som høyest fullførte utdanning: 24 prosent, mot 21 prosent i gruppen med videregående utdanning, 17 prosent blant personer med kortere høyere utdanning, og 15 prosent blant personer med lengre høyere utdanning.

Videre ser vi at andelen som er aktive i friluftsliv flere ganger i uken øker progressivt med utdanningsnivå: fra 51 prosent blant personer med grunnskole til 60 prosent blant personer med lengre høyere utdanning.

Tabell 5.4 Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter utdanning, personer 16 år og over, 2021

	Grunnskole eller kortere	Videregående	Høyere utdanning- kort	Høyere utdanning- lang
Inaktiv	5,6	3,2	1,3	0,7
Sjeldnere enn 1 gang i måneden	6,0	4,1	3,0	2,3
1-3 ganger i måneden	18,0	17,0	13,7	12,5
En gang i uken	18,8	22,2	20,3	24,2
Flere ganger i uken	51,1	53,4	61,6	60,1
Uoppgitt	0,5	0,1	0,1	0,1
Antall svar	1 049	2 342	1 810	830

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Inntekt

Tabell 5.5 Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter inntekt, personer 16 år og over, 2021

	Laveste inntektskvartil			Høyeste inntektskvartil
	1.inntektskvartil	2.inntektskvartil	3.inntektskvartil	4.inntektskvartil
Inaktiv	7,3	3,0	1,7	1,2
Sjeldnere enn 1 gang i måneden	5,4	3,5	3,5	2,1
1-3 ganger i måneden	13,5	13,2	17,1	14,6
En gang i uken	18,8	21,7	21,2	21,3
Flere ganger i uken	54,4	58,6	56,3	60,7
Uoppgitt	0,5	0	0,2	0
Antall svar	1 367	1 315	1 246	1 379

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk Sentralbyrå.

Når vi ser friluftslivsaktivitet i lys av inntekt ser at særlig personer i den laveste inntektskvartilen skiller seg ut: I denne inntektsgruppen er det langt flere inaktive (7 prosent) enn i de øvrige inntektsgruppene (1-3 prosent), og andelen som er aktive i friluftsliv flere ganger i uken er noen mindre (54 prosent) enn i de øvrige inntektsgruppene (56-61 prosent) (Tabell 5.5). Det er ellers relativt små forskjeller i utøvelsesfrekvens av friluftsliv mellom de andre inntektsgruppene. Som vist tidligere i denne rapporten (Tabell 4.6) er det stor variasjon i deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter mellom ulike inntektsgrupper med størst deltakelse blant de med best råd, men som vi har vist her er det mindre forskjeller i den totale *mengden aktivitet* mellom personer med ulikt inntektsnivå. Dette kan både handle om klassebetinget *smak og preferanser* (Bourdieu, 2013), men også at særlig personer med lavere inntekt ikke har råd til å drive med de aktivitetene man ønsker. Videre er en del av personene i laveste inntektskvartil uføre, og med det kan det følge fysiske og/eller psykiske begrensninger som vanskeliggjør utøvelse av friluftsliv. At 7 prosent av personene i den laveste inntektskvartilen er inaktive understreker at inntekt har betydning for friluftslivdeltakelse. For øvrige personer, både i denne inntektsgruppen og de øvrige inntektsgruppene, er aktivitetsnivået gjennomgående høyt og på samme nivå på tvers av inntektsnivå.

Når vi ser inntekt og utdanning under ett ser vi at resultatene likner hverandre. Personer med lav utdanning og lav inntekt skårer dårligere enn de øvrige gruppene. Det overlapp mellom lavinntektsgruppen og gruppen med lav utdanning, som i sum indikerer at personer med lavere sosioøkonomisk status utøver friluftsliv i mindre grad enn andre (det er flere inaktive i disse gruppene) og at de som utøver friluftsliv gjør det i noe mindre omfang enn personer med høyere sosioøkonomisk status.

Landbakgrunn

Tabell 5.6 Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021

	Øvrig befolkning	EU, EØS, etc.	Asia, Afrika, etc.
Inaktiv	2,6	1,9	5,1
Sjeldnere enn 1 gang i måneden	3,7	4,4	5,8
1-3 ganger i måneden	15,2	17,0	18,9
En gang i uken	21,0	23,9	23,2
Flere ganger i uken	57,3	52,5	46,5
Uoppgitt	0,1	0,3	0,5
Antall svar	5 317	318	396

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Utøvelsesfrekvensen varierer etter landbakgrunn. Vi ser at innvandrere fra EU, EØS etc. har omtrent det samme aktivitetsmønsteret som øvrig befolkning: en liten andel inaktive (2-3 prosent), en relativt stor andel som er aktive sjeldnere enn 1 gang i måneden til 1 gang i uken (40-45 prosent), mens over halvparten i begge gruppene er aktive flere ganger i uken, henholdsvis 53 prosent blant innvandrere fra EU, EØS etc. og 57 prosent i øvrig befolkning. Innvandrere fra Asia, Afrika etc. har en noe mer moderat utøvelsesfrekvens. 5 prosent er inaktive, 48 prosent er aktive sjeldnere enn 1 gang i måneden til 1 gang i uken, mens 47 prosent er aktiv ukentlig.

Funksjonsnedsettelse

Personer med funksjonsnedsettelse skiller seg fra øvrig befolkning først og fremst i andelen inaktive i friluftsliv: 8 prosent, mot 2 prosent i øvrig befolkning. Det er også litt flere blant personer som er aktiv i friluftsliv sjeldnere enn 1 gang i måneden (6 prosent mot 3 prosent), mens litt flere i øvrig befolkning er aktiv en gang i uken eller oftere (Tabell 5.7).

Tabell 5.7 Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter funksjonsnedsettelse, personer 16 år og over, 2021

	Øvrig befolkning	Funksjonsnedsettelse
Inaktiv	1,6	7,5
Sjeldnere enn 1 gang i måneden	3,4	5,8
1-3 ganger i måneden	16,1	13,5
En gang i uken	22,1	17,9
Flere ganger i uken	56,6	55,4
Uoppgitt	0,2	.
Antall svar	4 868	1 163

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Fylke

Tabell 5.8 Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter fylke, personer 16 år og over, 2021

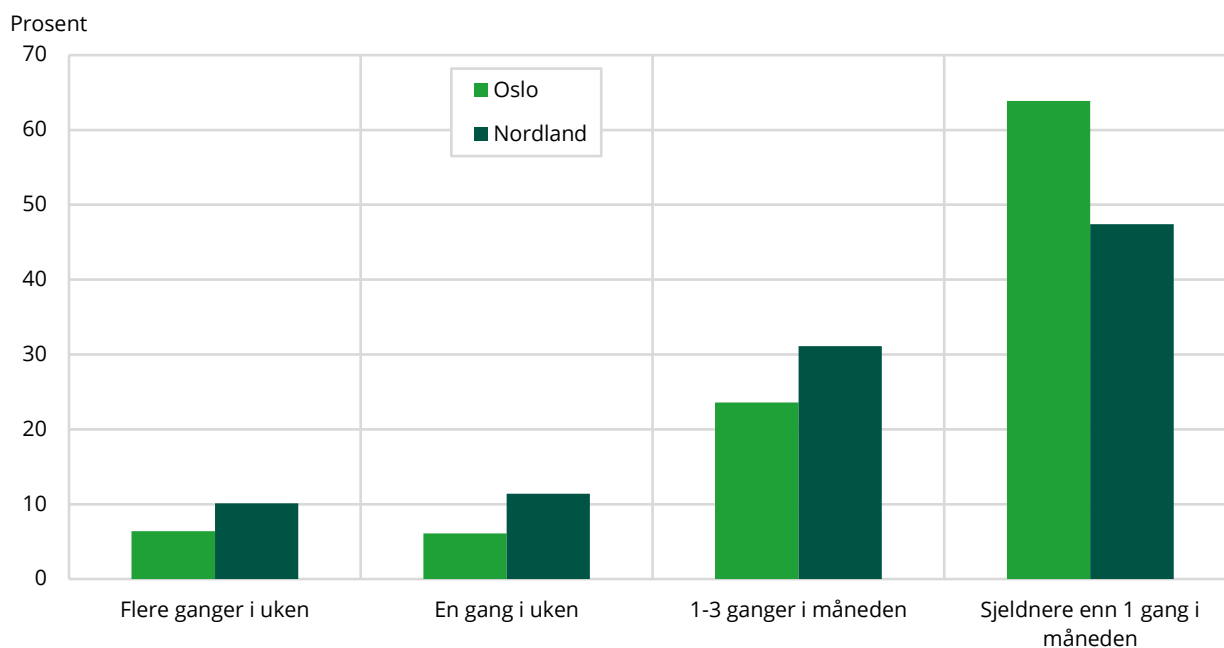
	Oslo	Roga-land	Møre og Romsdal	Nord-land	Viken	Innlandet	Vestfold og Telemark	Agder	Vest-land	Trøndelag	Troms og Finnmark
Inaktiv	3,1	3,9	1,9	5,0	4,3	3,2	4,1	2,9	1,8	3,1	4,3
Sjeldnere enn 1 gang i måneden	3,4	2,8	5,3	2,7	4,9	4,2	3	2,7	3,5	6,6	6
1-3 ganger i måneden	15,0	17,3	13,5	18,9	15,9	17,4	14,2	17,4	16	17,6	17,1
En gang i uken	20,5	23,9	17,8	23,6	18,9	22,5	21,4	22,2	23,2	22,2	18,2
Flere ganger i uken	58,1	52,1	61,4	49,1	55,7	52,6	56,7	54,4	55,5	50,6	53,4
Uoppgitt	0,0	0,0	0,0	0,6	0,3	0	0,5	0,4	0,1	0	1
Antall svar	870	517	281	238	1376	407	448	325	747	552	270

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Utøvelsesfrekvens er relativt lik på tvers av fylker. Nordland skiller seg noe ut, med flest inaktive (5 prosent) og den minste andelen som driver med friluftsliv flere ganger i uken (49 prosent). Dette er altså det overordnede aktivitetsnivået for hvert fylke. Når vi grupperer befolkningen etter

utøvelsesfrekvens og fylke er derimot også interessant å se nærmere på spesifikke aktiviteter. For eksempel, selv om Nordland kommer noe lavere ut totalt sett når det gjelder overordnet er Nordland var det fylket hvor en størst andel hadde prøvd å fiske de siste 12 månedene, mens den minste andelen var i Oslo (Tabell 4.11). Det er interessant å se nærmere på utøvelsesfrekvensen fra alle som prøvde å fiske i Nordland og Oslo. Fiskes det like mye, eller er omfanget større i Nordland hvor fiske er utprøvd av en større andel av fylkets befolkning enn hva tilfellet er i Oslo?

Figur 5.4 Utøvelsesfrekvens av fiske, etter fylke, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Figur 5.4 viser aktivitetsomfanget for de som oppgir at de har fisket de siste 12 månedene i Nordland og Oslo. Vi ser at en større andel fra Nordland fisker 1-3 ganger i måneden eller oftere sammenliknet med personer som fisker og som er bosatt i Oslo. Tilsvarende har en større andel fra Oslo fisket sjeldnere enn 1 gang i måneden. Man kunne sett for seg at en gitt aktivitet som har ulik utbredelse i ulike fylker ville ha samme utøvelsesfrekvens blant de som drev med aktiviteten i de ulike fylkene fordi disse personene – uavhengig av fylkestilhørighet – har den samme interessen for aktiviteten. I stedet ser vi at aktivitetsfrekvensen er større i fylket hvor aktiviteten er mest populær i utbredelse (i dette tilfellet fiske i Nordland). At personer fra Nordland har en noe lavere deltakelse på andre aktiviteter totalt sett illustrerer en mer overordnet tendens hvor friluftsliv innenfor avgrensede områder kan være konsentrert rundt kulturelt sterkt befestede aktiviteter, som utøves i stor skala.

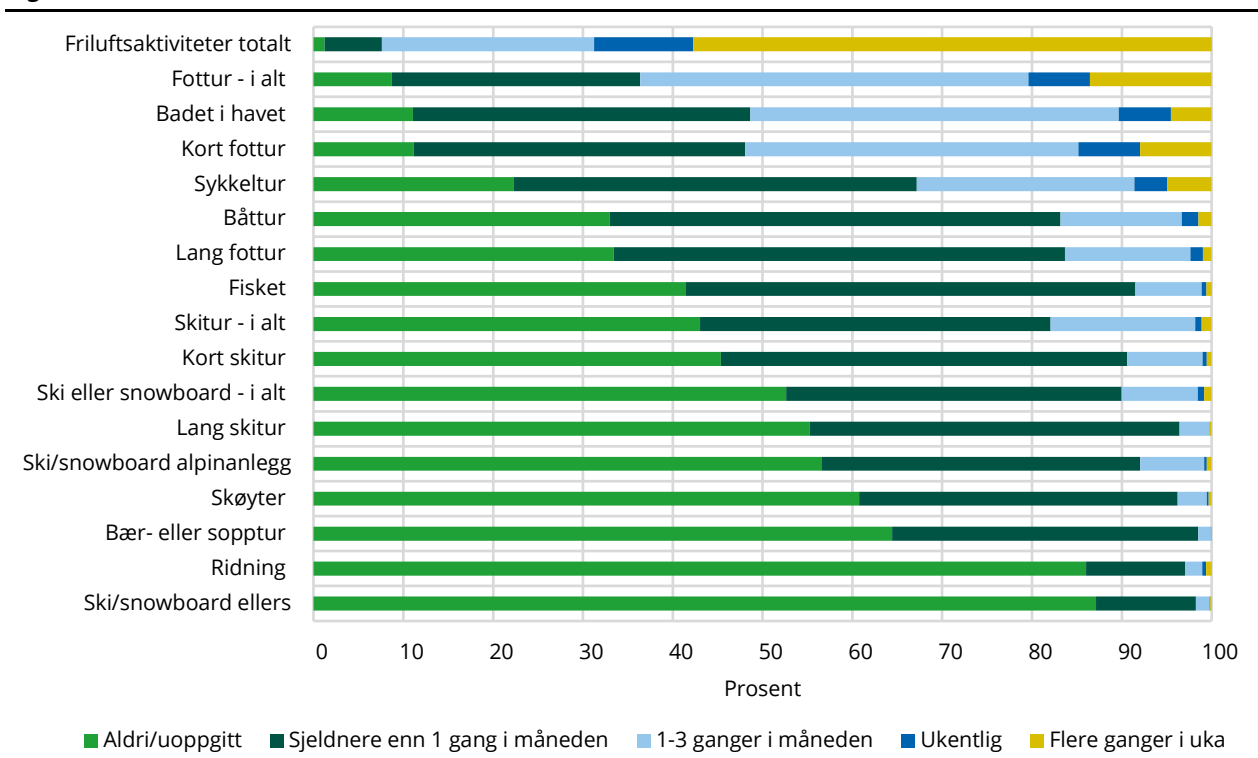
5.3. Hvor ofte utøver barn friluftaktiviteter?

Som vi har sett tidligere er det en veldig liten andel barn som ikke gjør noen form for friluftaktivitet, det gjelder 1 prosent av barn. Når vi ser på utøvelsesfrekvens, er tallene for inaktivitet i dette kapittelet noe høyere. Det skyldes at de ikke har oppgitt hvor ofte de gjør aktivitetene.

Figur 5.5 viser utøvelsesfrekvensen for ulike aktiviteter, inkludert de som ikke er aktive. Når vi ser på friluftaktiviteter som helhet, driver 68,8 prosent av barn med dette ukentlig eller flere ganger i uken. Denne høye andelen tyder på at mange barn driver med flere aktiviteter og er jevnt over aktive selv om de ikke gjør hver enkelt aktivitet ukentlig. 23,6 prosent av barn driver med friluftsliv noen ganger i måneden, og 7,6 prosent gjør det sjeldnere enn en gang i måneden eller aldri.

De fleste barn har drevet med flere friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 månedene. I ytterpunktene ser vi at 8 prosent av barn har drevet med 1-3 aktiviteter, og 24 prosent av barn har drevet med 10-12 aktiviteter. Dette medfører at det generelle aktivitetsnivået er høyt. I snitt gjorde barn en form for friluftaktivitet 93 ganger i løpet av de siste 12 månedene. Barn gikk i snitt 33 fotturer i samme periode.

Figur 5.5 Utøvelsesfrekvens i ulike friluftslivsaktiviteter blant barn i alderen 6-15 år, 2020



Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Her er det store forskjeller mellom de ulike aktivitetene. Fottur er friluftaktiviteten med høyest utøvelsesfrekvens blant barn, noe 63,6 prosent gjør månedlig, og 20 prosent minst en gang i uken. Og kun 8,7 prosent er inaktive. Det er særlig korte fotturer (mindre enn 3 timers tur) som trekker opp aktivitetsnivået. Bading er også en aktivitet barn driver mye med, i likhet med korte fotturer bader litt over halvparten av barn i snitt 1-3 ganger i måneden eller mer. Sykkelturer er også en aktivitet med mange barn driver med, noe 1 av 3 barn gjør månedlig.

Tabell 5.9 Utøvelsesfrekvens i ulike friluftslivsaktiviteter blant barn i alderen 6-15 år, 2020

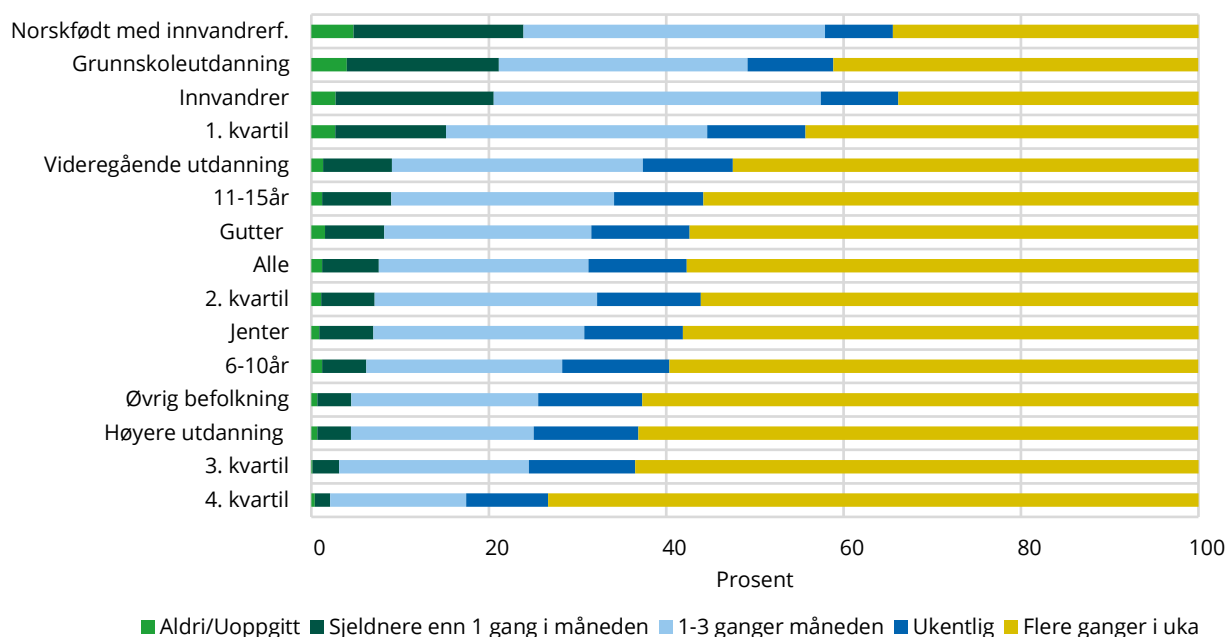
	Aldri/uoppgitt	Sjeldnere enn 1 gang i måneden	1-3 ganger i måneden	Ukentlig	Flere ganger i uka
Fottur - i alt	8,7	27,7	43,2	6,9	13,5
Lang fottur	33,4	50,2	14,0	1,4	1,0
Kort fottur	11,2	36,9	37,1	6,9	8,0
Bær- eller sopptur	64,4	34,1	1,4	0,0	0,0
Fisket	41,5	50,0	7,4	0,5	0,6
Båttur	33,0	50,2	13,5	1,9	1,5
Ridning	86,0	11,0	1,9	0,4	0,6
Skitur - i alt	43,0	39,0	16,1	0,7	1,1
Lang skitur	55,2	41,2	3,3	0,0	0,3
Kort skitur	45,4	45,2	8,4	0,5	0,5
Sykkeltur	22,3	44,9	24,2	3,7	4,9
Skøyter	60,8	35,4	3,3	0,2	0,3
Ski eller snowboard - i alt	52,6	37,4	8,5	0,7	0,8
Ski/snowboard alpinanlegg	56,6	35,5	7,1	0,3	0,6
Ski/snowboard ellers	87,1	11,1	1,5	0,1	0,1
Badet i havet	11,1	37,6	41,0	5,8	4,5
Friluftaktiviteter totalt	1,2	6,4	23,6	11,1	57,7

Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Figur 5.6 viser friluftaktivitet i alt etter ulike bakgrunnskjennetegn. Blant de minst aktive er det særlig økonomi, utdanning og innvandringsbakgrunn som skiller seg ut.

Blant barn med foreldre i høyeste inntektskvartil er det kun 1,8 som aldri driver med friluftsliv eller gjør det sjeldnere enn en gang i måneden. Til sammenligning gjelder dette 15,2 prosent av de i laveste inntektskvartil. Videre finner vi at andelen som kun driver med friluftsliv en gang eller sjeldnere i måneden er 5 ganger så stor blant barn der foreldre har grunnskoleutdanning (21,2 prosent) sammenlignet med foreldre med høyere utdanning (4,6 prosent). Videre ser vi at det er en større andel lavaktive blant barn med innvandrer bakgrunn, henholdsvis 24 prosent av norskfødte med innvandrerforeldre og 20,5 prosent av innvandrerbarn, mot 4,5 prosent av de øvrige barna.

Figur 5.6 Friluft i alt, etter bakgrunnskjennetegn blant barn i alderen 6-15 år, 2020



Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Tabell 5.10 Friluft i alt, etter bakgrunnskjennetegn blant barn i alderen 6-15 år, 2020

	Aldri/Uoppgitt	Sjeldnere enn 1 gang i måneden	1-3 ganger måneden	Ukentlig	Flere ganger i uka
Alle	1,2	6,4	23,6	11,1	57,7
6-10år	1,2	5,0	22,1	12,1	59,6
11-15år	1,2	7,8	25,1	10,1	55,8
Gutter	1,5	6,7	23,3	11,1	57,4
Jenter	0,9	6,1	23,8	11,1	58,1
Grunnskoleutdanning	4,0	17,1	28,0	9,7	41,1
Videregående utdanning	1,3	7,8	28,3	10,2	52,5
Høyere utdanning	0,7	3,8	20,6	11,8	63,1
Innvandrere	2,7	17,8	36,9	8,7	33,8
Norskfødt med innvandrerf.	4,8	19,2	34,0	7,7	34,4
Øvrig befolkning	0,7	3,8	21,1	11,7	62,7
1. kvartil	2,7	12,5	29,4	11,1	44,3
2. kvartil	1,1	6,0	25,1	11,7	56,1
3. kvartil	0,1	3,0	21,4	12,0	63,5
4. kvartil	0,4	1,7	15,4	9,2	73,3

Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

6. Friluftsliv, livskvalitet og helse

Hovedpunktene i dette kapitlet kan oppsummeres ved:

- Det er en positiv sammenheng mellom friluftsliv og helse.
- I alle undersøkte grupper i befolkningen skårer personer som ikke driver med friluftsliv lavest på livskvalitet og opplevd helse.
- Særlig inaktive med lav inntekt og inaktive med funksjonsnedsettelse skårer lavt på livskvalitet.
- Forskjellen i helse og livskvalitet mellom inaktive og personer som driver med friluftsliv er størst blant eldre, personer med lav inntekt og personer med funksjonsnedsettelse.
- Det er viktig å huske på at vi i disse analysene ikke kan identifisere årsaksforhold: altså om deltakelse i friluftsliv har en effekt på livskvalitet og helse, eller om det er personer med bedre livskvalitet og helse som driver mer med friluftsliv.

6.1. Innledning

Det er en generell enighet om at natur og friluftsliv er viktig for folks tilhørighet, både lokalt og til storsamfunnet, som kilde til å lære seg selv og omgivelsene å kjenne, og som identitetsbyggende faktor. Selv om friluftsliv kan ta ulike former, har de fleste friluftslivsaktiviteter noen felles kjennetegn: De utøves i naturen, innebærer fysisk aktivitet, og gir sanseopplevelser. Friluftsliv kan være beroligende, det kan føre til kunnskapservvervelse og mestring, det kan være en kilde til nye eller pleie av eksisterende sosiale relasjoner, og friluftsliv har også direkte biologiske effekter.

Disse kjennetegnene ved friluftsliv peker i retning av at friluftsliv kan være gunstig både for psykisk og fysisk helse. Forskning understøtter også denne forestillingen: tilgang til grøntarealer og muligheter til å drive med friluftsliv er assosiert med mer fysisk aktivitet og bedre selvverurdert helse (Pietilä et. al., 2015).

Det er flere måter å måle psykisk og fysisk helse. I Helsedirektoratets rapport Livskvalitet – Anbefalinger for et bedre målesystem (Nes et al., 2018) trekkes det frem at kognitiv livskvalitet – subjektive oppfatninger om hvordan man har det – har vært et underprioritert fokusområde, både politisk og vitenskapelig. Spørsmål om kognitiv livskvalitet har derfor fått liten plass i befolkningsundersøkelser. Dette til tross for at kognitiv livskvalitet er en viktig bestanddel av den subjektive livskvaliteten, og handler om hvordan personer vurderer tilfredsheten med livet sitt generelt og med viktige livsområder. Kunnskapen vi har om befolkningens subjektive opplevelser står derfor i sterk kontrast til kunnskapen vi har om befolkningens levekår og annen informasjon i nasjonale registre.

For å bidra til å fylle dette kunnskapshullet ble det i 2021 inkludert spørsmål om livskvalitet i form av et spørsmål om *tilfredshet med livet* i levekårsundersøkelsen EU-SILC. For å fange opp respondentenes vurdering av hvordan det går i livet generelt ble det i undersøkelsen stilt et overordnet spørsmål om subjektiv livskvalitet: 'Alt i alt, hvor fornøyd er du med livet ditt for tiden?' Svaret blir oppgitt på en skala fra 0-10, hvor 0 er 'ikke fornøyd i det hele tatt' og 10 er 'svært fornøyd'. På denne måten kan man studere hvordan livskvaliteten fortøner seg for personer som driver (eller ikke driver) med friluftsliv. Svarene har blitt gruppert slik at svar mellom 0 og 5 angir en lav skåre (lav tilfredshet), og svar mellom 9 og 10 angir en høy skåre (høy tilfredshet). En meningsfull gruppering av lave og høye skårer er avhengig av at man ser på fordelingen i befolkningen. Siden skårene på dette spørsmålet er skjevfordelt, med en overvekt av skårer på den øvre delen av skalaen, medfører dette at også grupperingen av høye/lave skårer må tilpasses for å meningsfullt kunne skille ut de personene som skårer relativt lavt og relativt høyt i forhold til fordelingen i alt. Dette er årsaken til at 'lav tilfredshet' rommer flere skårer enn 'høy tilfredshet'.

I tillegg til spørsmål om subjektiv livskvalitet spørres det også i levekårsundersøkelsen om hvordan respondentene alt i alt opplever sin helse. Svaralternativene løper fra 1: Svært dårlig til 5: Svært god. Helsen vår påvirkes av vanene våre – hva vi gjør, og hva vi ikke gjør. For mange er friluftslivsaktiviteter en viktig del av hverdagen: den daglige gåturen, skiturene i helgene, fisketurene i skogen eller på havet, og kveldsbadet på sommerstid. Andre nedprioriterer disse aktivitetene. Årsakene kan være mange. Noen har rett og slett ikke interesse, og prioriterer å bruke fritiden sin på andre ting. Andre har lyst, men kan oppleve at det er barrierer som står i veien, som skader, kostnader, mangel på tid, eller helseutfordringer. Andre igjen kan være motivert til å ta opp friluftsliv, men mangler kunnskap eller et sosialt nettverk. Disse forholdene kan være med å skape sosial ulikhet i hvem som drar nytte av å kunne drive med friluftsliv

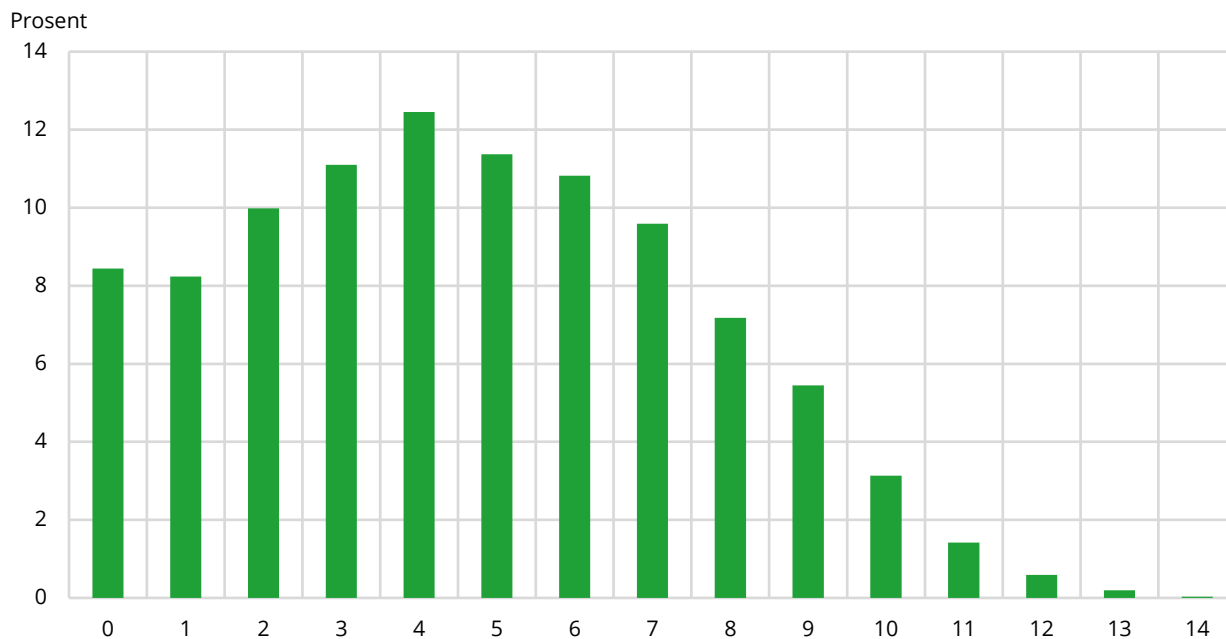
I dette kapitlet skal vi se nærmere på disse to målene – subjektiv livskvalitet og opplevelse av helse – i lys av friluftslivsdeltakelse for befolkningen som helhet og for utvalgte grupper. For å måle friluftslivsdeltakelse har vi tatt for oss deltakelse i en rekke aktiviteter. Først ser vi på betydningen av mengde aktiviteter: om livskvalitet og helse henger sammen med hvor mange friluftslivsaktiviteter man driver med. Deretter plukker vi ut noen utvalgte aktiviteter og ser på aktivitetshyppighet for å se om livskvalitet og helse er knyttet til hvor ofte man gjør aktivitetene vi studerer. Vi presenterer først resultater for hele befolkningen, deretter etter sosial bakgrunn (kjønn, alder, utdanning, inntekt og landbakgrunn.)

For å se på forholdet mellom friluftsliv, livskvalitet og helse er det hensiktsmessig å gruppere befolkningen etter mengde akkumulert aktivitet. I resultatene i dette kapitlet er befolkningen inndelt etter hvor mange friluftslivsaktiviteter de har drevet med de siste 12 månedene. Skalaen løper fra «Inaktiv» (ikke drevet med noen aktiviteter siste 12 mnd.) til «høyaktiv» (drevet med 8 eller flere aktiviteter i løpet av de siste 12 mnd.)

Friluftslivsdeltakelse

I en analyse av hvordan friluftsliv henger sammen med helse og livskvalitet må man først se nærmere variasjonen av friluftslivsdeltakelsen i befolkningen. Som vist i Figur 6.1 er det en overvekt som skårer i lavere enden av skalaen. En betydelig andel, 8 prosent, har ikke drevet med noen friluftslivsaktiviteter det siste året. 8-12 prosent har gjort 1-4 aktiviteter. Deretter faller andelen jevnt. 5 prosent har drevet med 10 eller flere aktiviteter. I tabell 6.1 er befolkningen gruppert etter hvor mange aktiviteter de driver med. Som allerede nevnt er 8 prosent inaktive, 29 prosent har drevet med 1-3 aktiviteter, mens nesten halvparten – 44 prosent – har prøvd mellom 4 og 7 aktiviteter. En betydelig andel, 18 prosent, har drevet med 8 eller flere aktiviteter. I gjennomsnitt har personer drevet med 5 friluftslivsaktiviteter de siste 12 månedene.

Figur 6.1 Antall friluftslivsaktiviteter siste 12 mnd., befolkningen i alt, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Tabell 6.1 Antall friluftslivsaktiviteter siste 12 mnd., befolkningen i alt, 2021, personer 16 år og over, prosent og gjennomsnitt

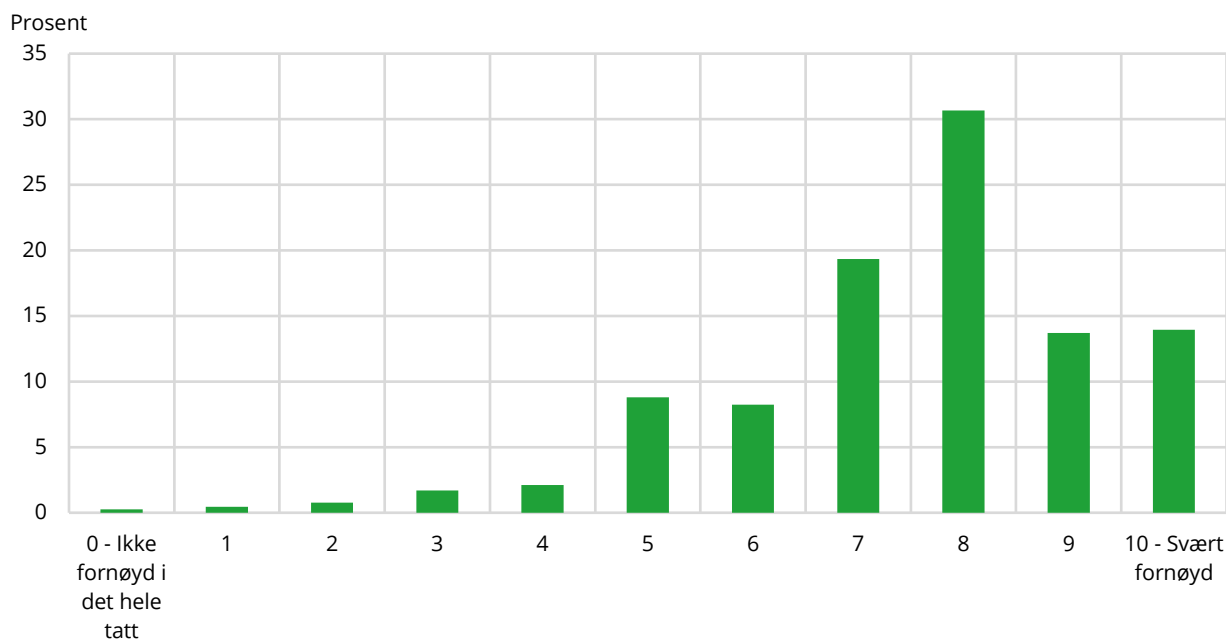
Inaktiv	1-3 aktiviteter	4-7 aktiviteter	8+ aktiviteter	Gjennomsnittlig antall aktiviteter	Antall svar
8,4	29,3	44,2	18,0	4,6	6 031

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Livskvalitet

Figur 6.2 viser fordelingen av svarene på hele skalaen til spørsmålet om livskvalitet, målt som tilfredshet med livet. Vi kan se at det er en overvekt av skårer i den øvre enden av skalaen, men at det er en betydelig andel som likevel svarer med skårer i første halvdel av skalaen. I Tabell 6.2 er skårene gruppert inn i «lav», «middels» og «høy» tilfredshet som beskrevet over. Vi ser at 28 prosent av befolkningen i alt oppgir at de har høy livskvalitet, 58 prosent har middels livskvalitet og 14 prosent har lav livskvalitet. Videre kan vi lese at den gjennomsnittlige livskvaliteten er på 7,5.

Figur 6.2 Tilfredshet med livet, befolkningen i alt, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Tabell 6.2 Tilfredshet med livet, 2021, personer 16 år og over, prosent og gjennomsnitt

Lav (0-5) tilfredshet med livet	Middels (6-8) tilfredshet med livet	Høy (9-10) tilfredshet med livet	Gjennomsnitt	Antall svar
14,1	58,3	27,7	7,5	6 018

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Tabell 6.3 Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse siste 12 mnd., personer 16 år og over, 2021, prosent

	Inaktiv	1-3 aktiviteter	4-7 aktiviteter	8+ aktiviteter	Alle
Lav livskvalitet (0-5)	29,0	18,2	10,9	8,2	14,1
Middels livskvalitet (6-8)	49,1	55,3	60,3	62,4	58,3
Høy livskvalitet (9-10)	21,9	26,5	28,8	29,4	27,7
Antall svar	406	1 606	2 771	1 235	6 018

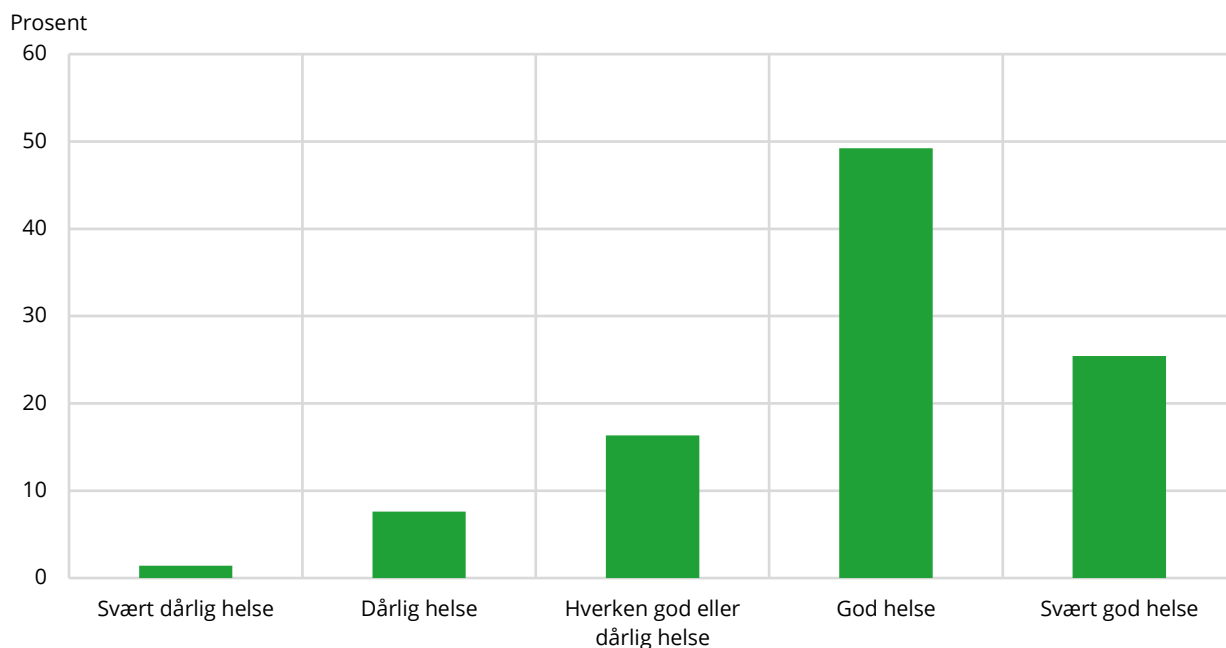
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Som Tabell 6.3 viser er det flest med lav livskvalitet blant inaktive: 29 prosent, mot 18 prosent blant personer som har prøvd 1-3 aktiviteter i løpet av de siste 12 månedene, 11 prosent blant personer som har prøvd 4-7 aktiviteter, og 8 prosent blant de høyaktive som har prøvd 8 eller flere aktiviteter. Forskjellen mellom gruppene er mindre når vi ser på andelen med middels til høy livskvalitet. 22 prosent av inaktive har høy livskvalitet, mot 29 prosent blant høyaktive i friluftsliv.

Opplevd helse

Figur 6.3 viser fordelingen av svarene på hele skalaen til spørsmålet om opplevd helse. Det er en overvekt av personer, 3 av 4, som oppgir at de har god eller svært god helse. 16 prosent har hverken god eller dårlig helse, mens 9 prosent har dårlig eller svært dårlig helse.

Figur 6.3 Opplevd helse, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Tabell 6.4 Opplevd helse, personer 16 år og over, 2021, prosent og gjennomsnitt

1 - Svært dårlig helse	2 - Dårlig helse	3 - Hverken god eller dårlig helse	4 - God helse	5 - Svært god helse	Gjennomsnitt	Antall svar
1,4	7,6	16,3	49,2	25,4	3,9	6 026

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Vi ser fra Tabell 6.4 at på en skala fra 1-5, hvor 1 representerer svært dårlig helse og 5 representerer svært god helse, oppgir befolkningen i alt en skåre på 3,9. I tabell 6.5 ser vi den oppgitte helsestatusen til personer som i ulik grad driver med friluftsliv.

Tabell 6.5 Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse siste 12 mnd., personer 16 år og over, 2021, prosent

	Inaktiv	1-3 aktiviteter	4-7 aktiviteter	8+ aktiviteter	Alle
Svært dårlig helse	4,4	2,2	0,9	0,2	1,4
Dårlig helse	22,6	9,9	5,4	2,4	7,6
Hverken god eller dårlig helse	24,7	21,2	14,7	8,5	16,3
God helse	40,4	47,7	52,0	48,9	49,2
Svært god helse	7,9	19,1	27,0	40,0	25,4
Antall svar	409	1 610	2 772	1 235	6 026

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

27 prosent av inaktive som ikke driver med noen former for friluftsliv har dårlig eller svært dårlig helse. Til sammenlikning er andelen som har svært dårlig eller dårlig opplevd helse 12 prosent blant personer som driver med 1-3 aktiviteter 6 prosent blant personer som driver med 4-7 aktiviteter og bare 3 prosent blant personer som driver med 8 eller flere aktiviteter. Tilsvarende ser vi at andelen med god helse stiger i takt med økende friluftslivsdeltakelse. 48 prosent av inaktive har god/svært god helse, mot 67 prosent blant personer som driver med 1-3 friluftslivsaktiviteter, 77 prosent blant personer som driver med 4-7 aktiviteter og 89 prosent blant de mest aktive som driver med 8 eller flere aktiviteter.

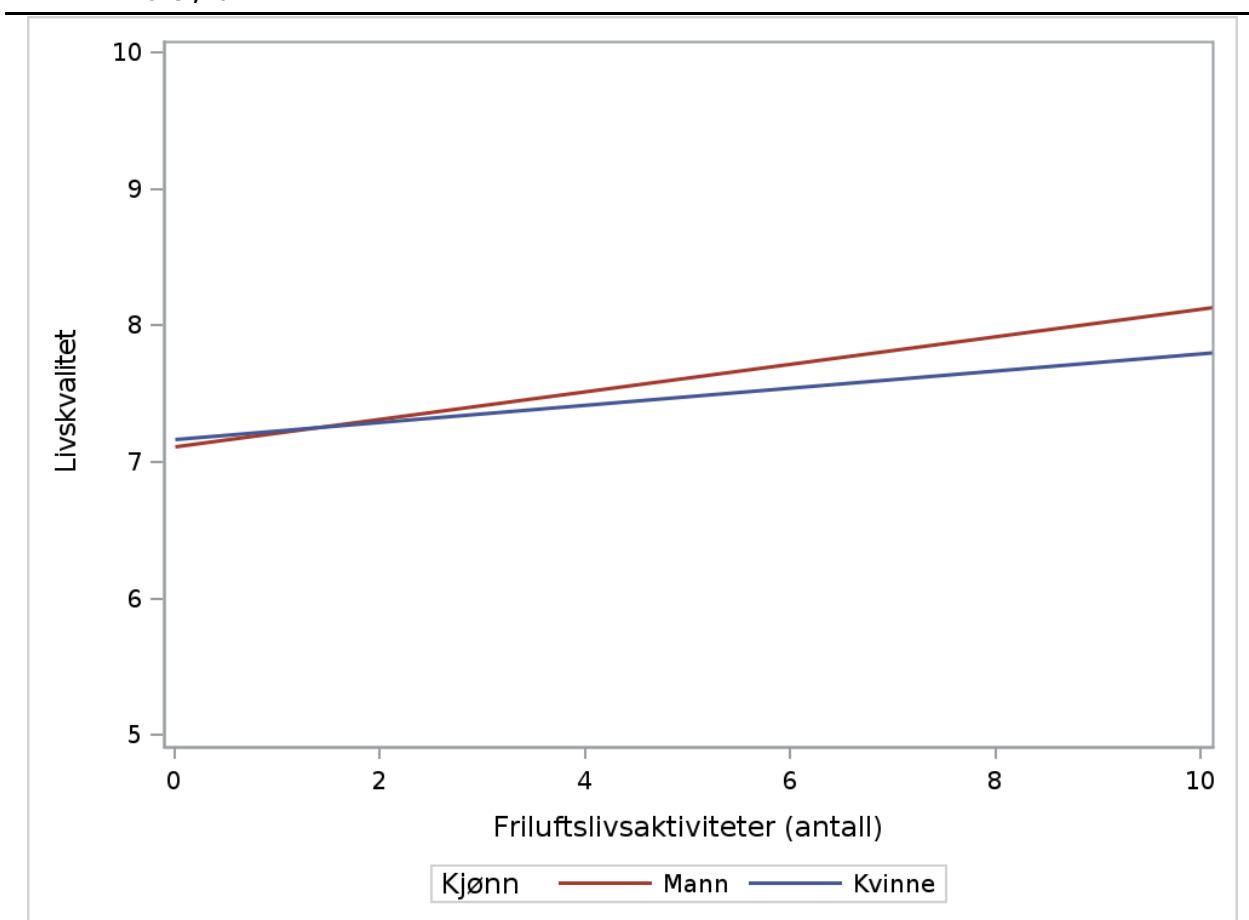
6.2. Friluftsliv, livskvalitet og opplevd helse for ulike grupper i befolkningen

- Resultatene vi har sett på så langt indikerer at friluftsliv og god helse henger sammen, men at det også er mange personer som har god helse og høy livskvalitet, også uten å drive med

friluftsliv. Dette fremmer spørsmålet: hvordan er forholdet mellom friluftsliv og livskvalitet og opplevd helse for ulike personer? For å svare på dette har vi sett på hvordan forholdet mellom livskvalitet og helse på den ene siden og friluftslivsdeltakelse på den andre siden, for ulike grupper i befolkningen. Figur 6.4–Figur 6.15 viser livskvalitet og opplevd helse i lys av hvor mange friluftslivsaktiviteter man driver med, fordelt etter henholdsvis kjønn, alder, utdanning, inntekt og landbakgrunn. Det er viktig å huske på at vi i disse analysene i ikke kan identifisere årsaksforhold: altså om deltakelse i friluftsliv har en effekt på livskvalitet og helse, eller om det er personer med bedre livskvalitet og helse som driver mer med friluftsliv.

Kjønn

Figur 6.4 Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og kjønn, personer 16 år og over, 2021

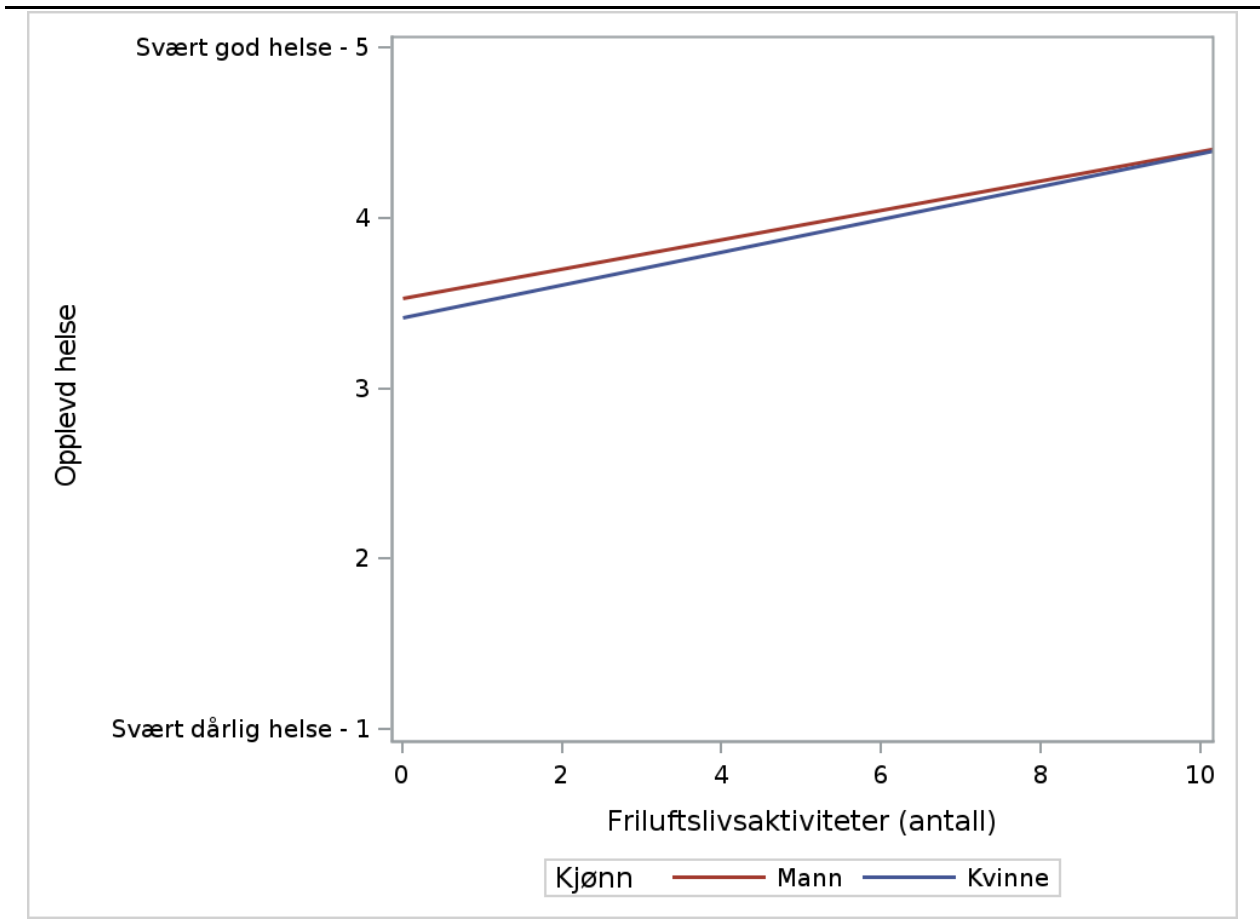


Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Som vi ser av Figur 6.4 stiger livskvaliteten jo flere friluftslivsaktiviteter man driver med. Inaktive kvinner og inaktive menn har en livskvalitet på omtrent 7. Blant både kvinner og menn stiger livskvaliteten deretter progressivt i takt med økende friluftslivsdeltakelse, men mer for menn enn for kvinner. Blant høyaktive menn som driver med 10 eller flere friluftslivsaktiviteter er livskvaliteten 7,9 mens den er 7,5 blant kvinner. Det er dermed en positiv sammenheng mellom friluftsliv og livskvalitet både blant menn og kvinner, samtidig som det er verdt å merke seg at med økt deltakelse følger det en økning i forskjeller i livskvalitet mellom kjønnene.

For opplevd helse viser resultatene en positiv sammenheng med friluftslivsdeltakelse, med kun små kjønnsforskjeller (Figur 6.5). Inaktive har dårligst opplevd helse, og folks oppfatning av egen helse bedres med økt friluftslivsdeltakelse. Det er personene som driver med flest friluftslivsaktiviteter som oppgir best helse. Det er ingen kjønnsforskjeller blant disse personene.

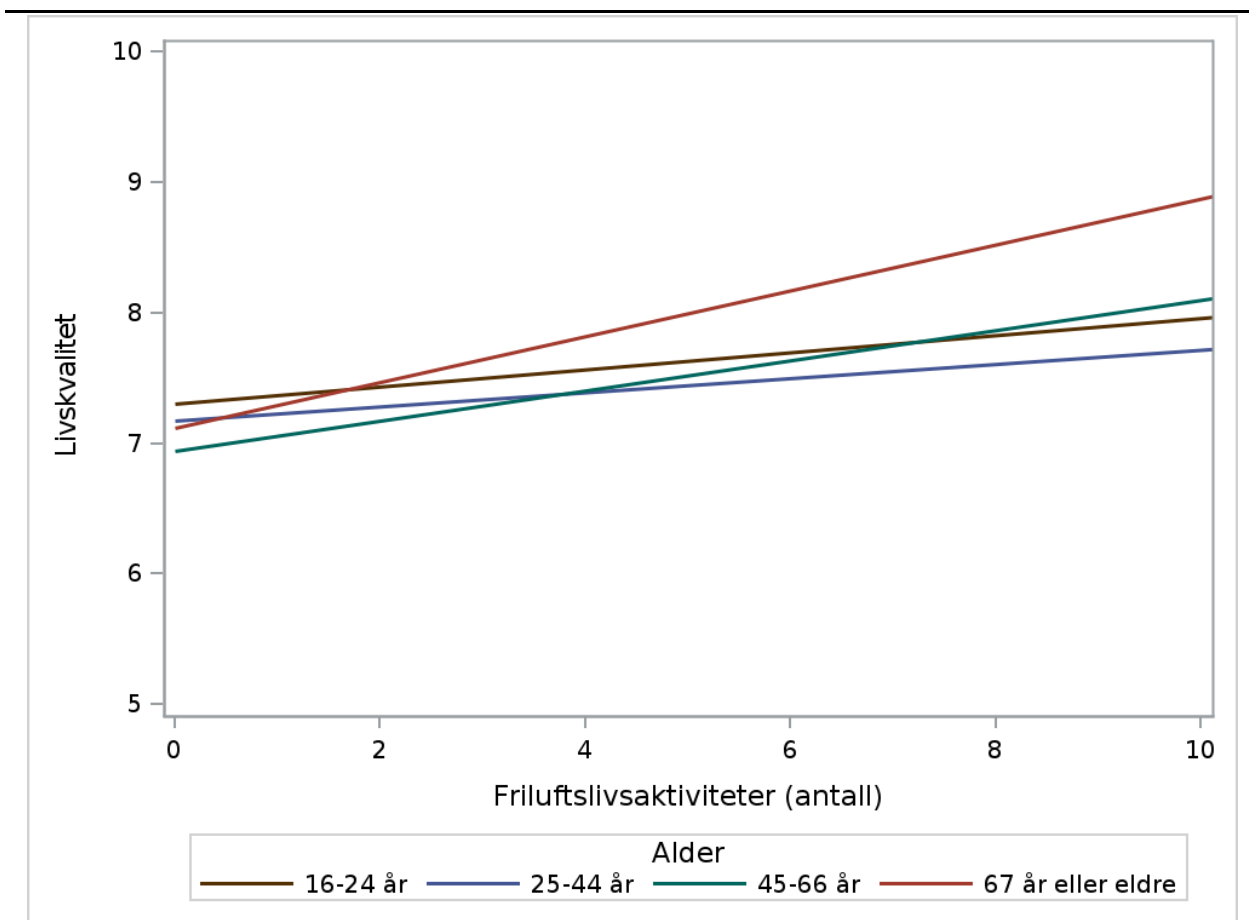
Figur 6.5 Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og kjønn, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Alder

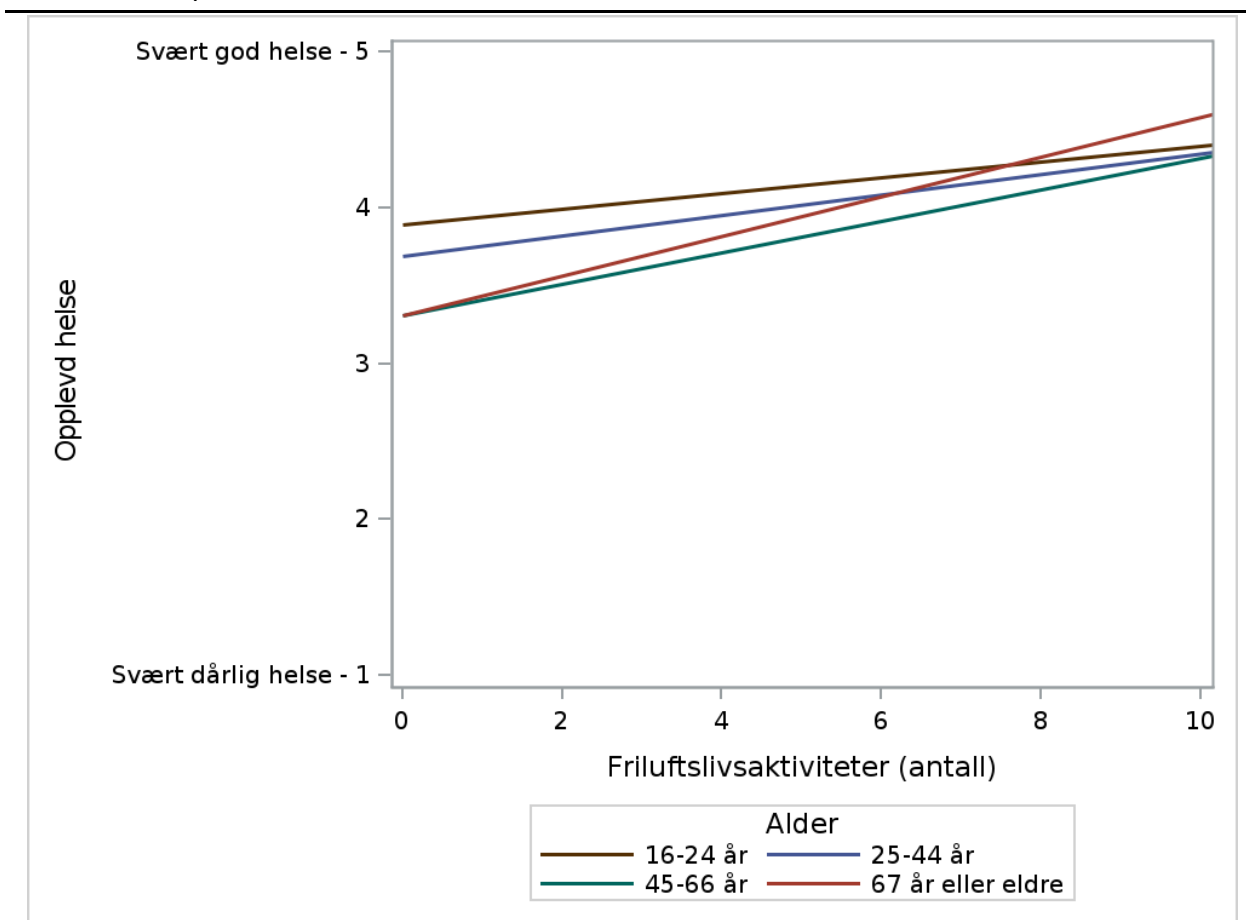
Figur 6.6 Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og alder, personer 16 år og over, 2021.



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Det første å legge merke til i Figur 6.6 er at alle linjer i grafen stiger i når vi legger til friluftslivsaktiviteter. Livskvaliteten er lavest blant inaktive, før den deretter øker med friluftslivsdeltakelse for alle aldersgrupper. I takt med økende friluftslivsdeltakelse har de fleste aldersgrupper øker livskvaliteten i omtrent samme takt. To grupper skiller seg ut. Den første er personer i 25-44 år, hvor livskvaliteten øker noe mindre med friluftslivsdeltakelse sammenliknet med de andre aldersgruppene. Eldre skiller seg ut i motsatt retning. Blant personer som er 67 år og eldre stiger livskvaliteten markant med økende friluftslivsdeltakelse. Personer i alle aldre som driver med friluftsliv har altså bedre livskvalitet, hvor det er en særlig sterk sammenheng for eldre personer.

Figur 6.7 Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og alder, personer 16 år og over, 2021

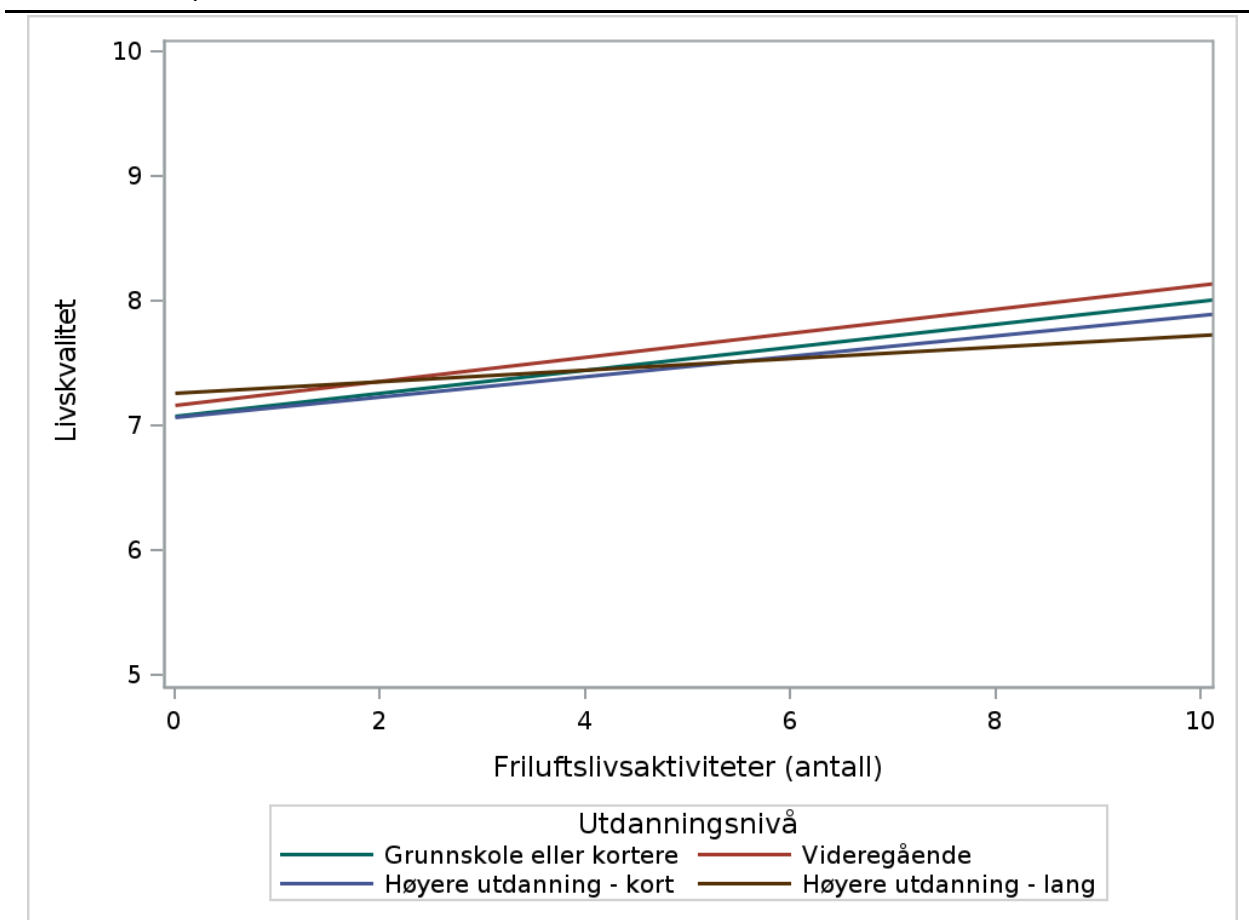


Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Personer med ulik alder har – naturlig nok – nokså ulik oppfatning av egen helse (Figur 6.7). Blant inaktive skiller de yngste seg ut med bedre helse enn de øvrige aldersgruppene. Det er ikke særlig stor forskjell i opplevd helse mellom unge inaktive personer og unge personer som driver med (mye) friluftsliv. Det er en tydeligere positiv sammenheng mellom friluftsliv og opplevd helse blant eldre. Inaktive eldre skårer mye lavere enn inaktive unge, men eldre oppgir bedre helse jo flere friluftslivsaktiviteter de driver med. Personene med aller best opplevd helse er faktisk høyaktive eldre: den røde linjen legger seg øverst til høyre i Figur 6.7. Det betyr at høyaktive eldre skårer høyest på opplevd helse av alle aldersgrupper. Vi ser ellers at linjene, som representerer ulike aldersgrupper, ligger svært nærme hverandre blant høyaktive som driver med 10 eller flere friluftslivsaktiviteter, mens de ligger lengre fra hverandre blant de inaktive, som ligger helt til vestre i Figur 6.7. Dette betyr at på tvers av alder er høyaktive mer samstemte om at de har god helse, mens det er større forskjeller i opplevd helse blant inaktive.

Utdanning

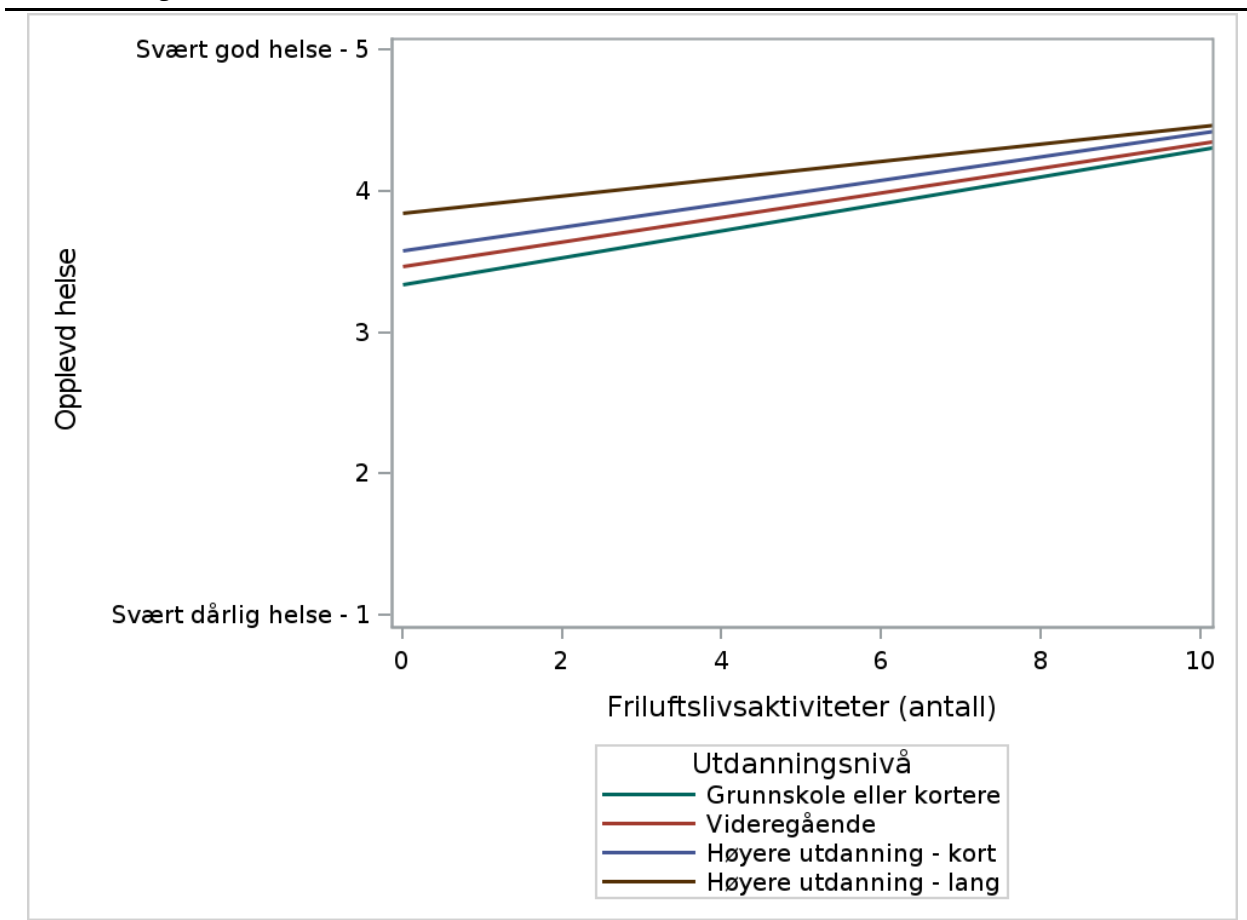
Figur 6.8 Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og utdanning, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Figur 6.8 viser forholdet mellom livskvalitet og friluftslivsdeltakelse etter utdanning. Vi ser at i alle utdanningsgrupper er det en positiv sammenheng mellom friluftslivsdeltakelse og livskvalitet, og desto flere friluftslivsaktiviteter man prøver, desto høyere er personers livskvalitet. Det er noen mindre forskjeller å legge merke til. Sammenliknet med inaktive – som på en skala fra 0-10 oppgir en livskvalitet på rett i overkant av 7 – er livskvaliteten mellom 7.5-7.8 for de som driver med 5 aktiviteter for alle utdanningsnivåer, og mellom 7.6-7.9.

Figur 6.9 Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og utdanning, personer 16 år og over, 2021

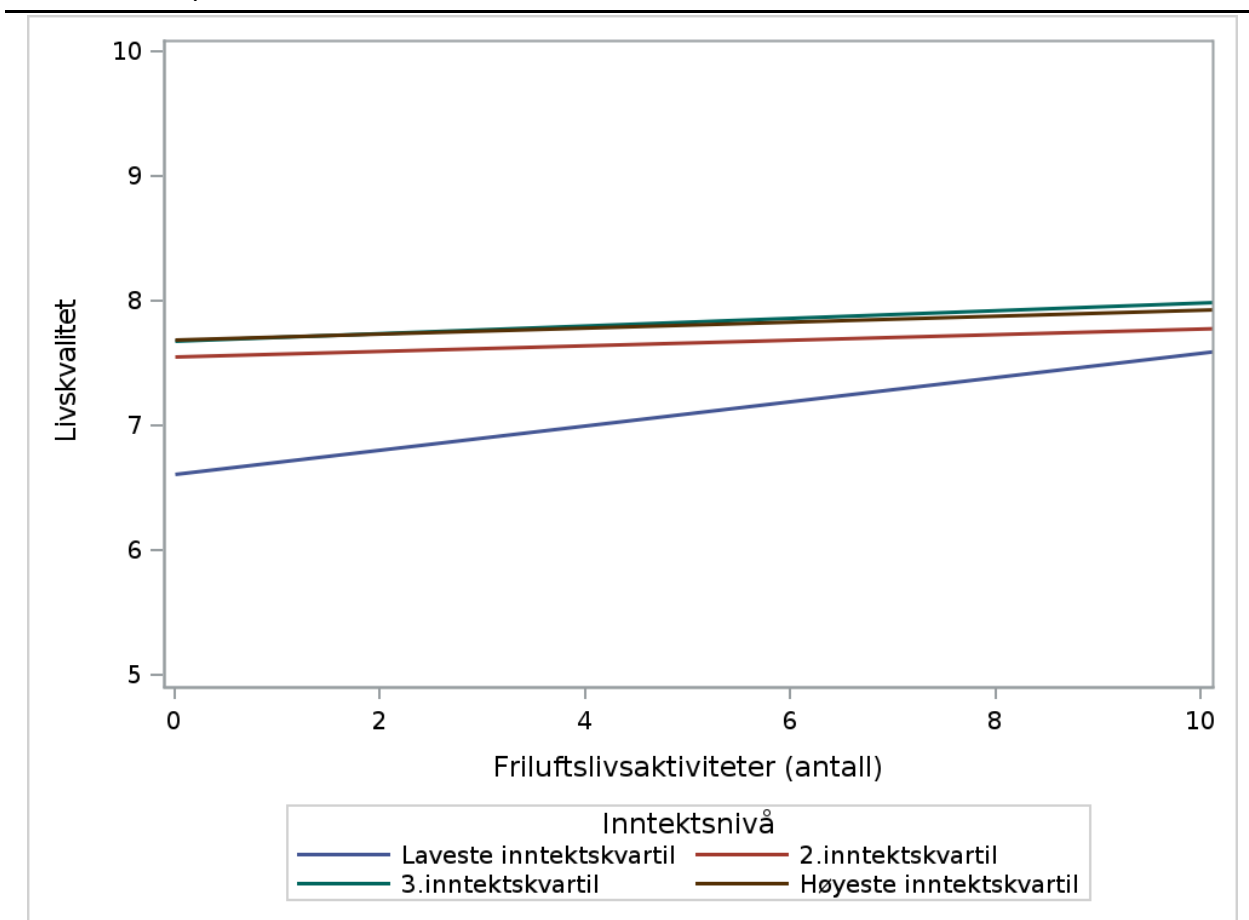


Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Figur 6.9 viser forholdet mellom opplevd helse, utdanning og friluftslivsdeltakelse. Linjene viser til utdanningsgruppene. Vi ser at alle linjene peker oppover fra høyre mot venstre. Det betyr at i alle utdanningsgrupper har personer som driver med friluftsliv progressivt bedre opplevd helse, jo flere friluftslivsaktiviteter de har drevet i løpet av de siste 12 månedene. Forskjellen i opplevd helse mellom personer med ulikt utdanningsnivå er størst blant inaktive, hvor personer med lengre utdanning skiller seg ut med best helse. Ikke overraskende har personer med grunnskole eller kortere dårligst opplevd helse. Når vi beveger oss mot høyre i grafen kommer linjene nærmere hverandre. Det betyr at forskjeller i helse blant personer med ulikt utdanningsnivå minsker når vi tar høyde for at de driver med friluftsliv, og blant høyaktive er den tilnærmet ingen forskjell i opplevd helse blant personer med ulikt utdanningsnivå.

Inntekt

Figur 6.10 Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og inntekt, personer 16 år og over, 2021

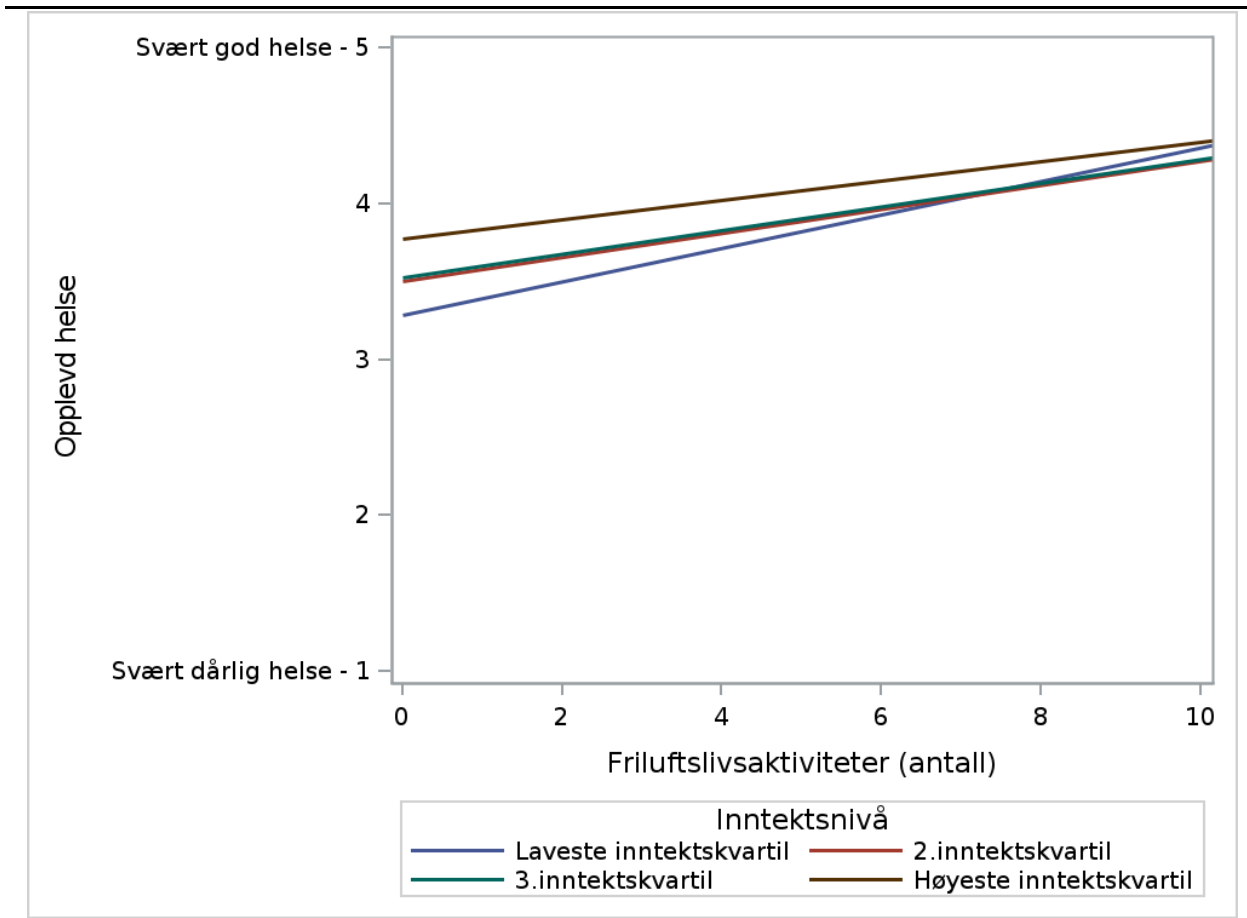


Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Figur 6.10 viser forholdet mellom friluftslivsdeltakelse og livskvalitet for ulike inntektsgrupper. Vi ser at den laveste inntektsgruppen, representert med den blå linjen i grafen, skiller seg ut: Den blå linjen ligger under de andre linjene i hele grafen. Dette betyr at blant personer i den laveste inntektskvartilen er livskvaliteten, uavhengig av friluftslivsdeltakelse, lavere enn i de andre inntektsgruppene. Dette bekreftes av den gjennomsnittlige livskvaliteten, som er 6,9 blant personer i den laveste inntektskvartilen, mot 7,7 i 2. inntektskvartil og 7,8 for 3. inntektskvartil og høyeste inntektskvartil. Det er to interessante momenter å ta med seg fra Figur 6.10. Hvis vi starter helt til venstre i grafen ser vi for det første at inaktive med lavinntekt har lav livskvalitet sammenliknet med andre inaktive. For det andre kan vi se at livskvaliteten blant personer i laveste inntektskvartil stiger markant i takt med økende friluftslivsdeltakelse, og høyaktive personer (som driver med 10 eller flere friluftslivsaktiviteter) med lavinntekt har omtrent samme (høye) livskvalitet som høyaktive personer som tilhører husholdninger med høyere inntekt. For det tredje ser vi at livskvaliteten er relativt høy og endrer seg lite med økt friluftslivsdeltakelse for de øvrige inntektsgruppene.

Når vi ser på opplevd helse, er trenden den samme: Inaktive fra laveste inntektskvartil har dårligst helse, og helsen er bedre for alle inntektsgrupper blant personer som driver med friluftsliv (Figur 6.11). Jo flere friluftslivsaktiviteter man har prøvd de siste 12 månedene, jo bedre helse har man. Dette gjelder for alle inntektsgrupper.

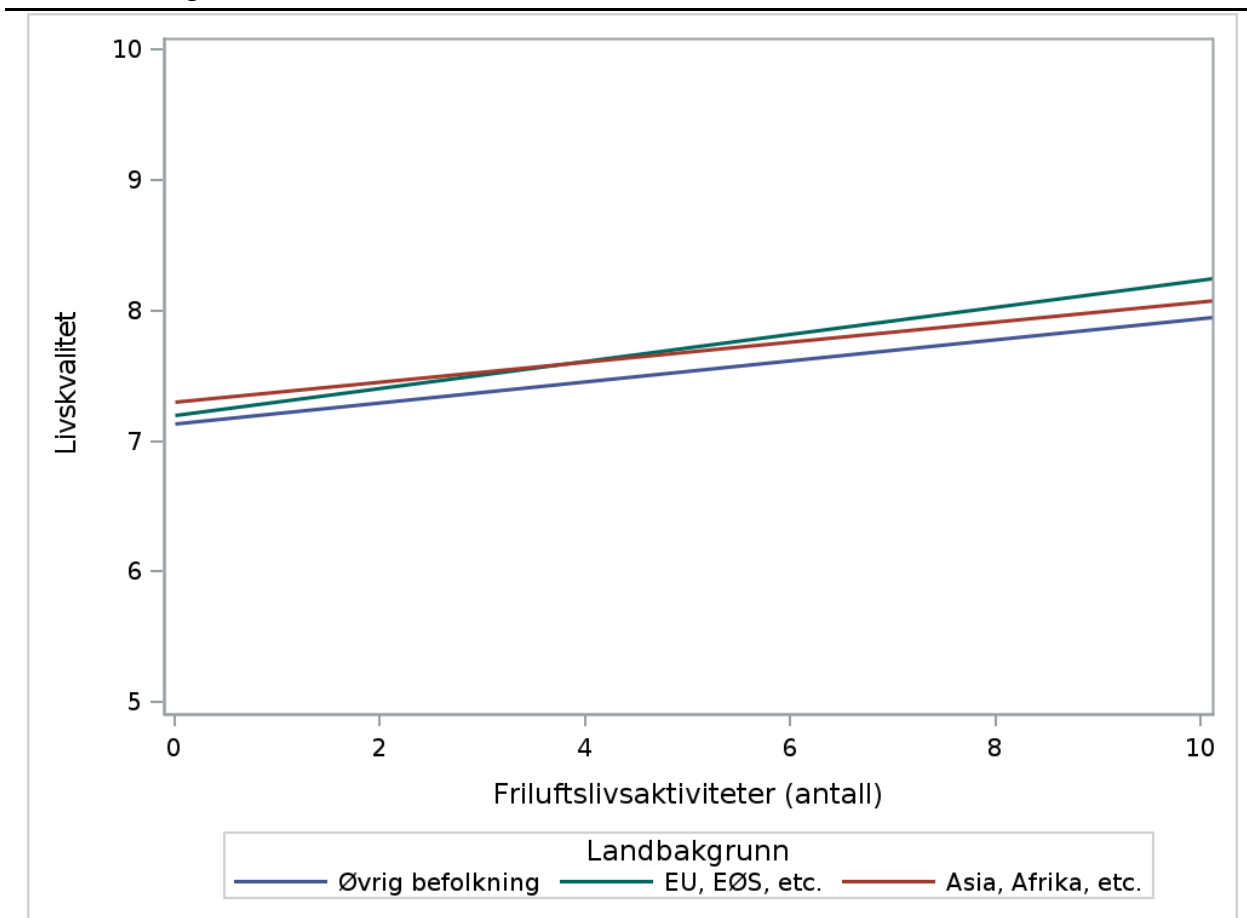
Figur 6.11 Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og inntektsnivå, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Landbakgrunn

Figur 6.12 Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021

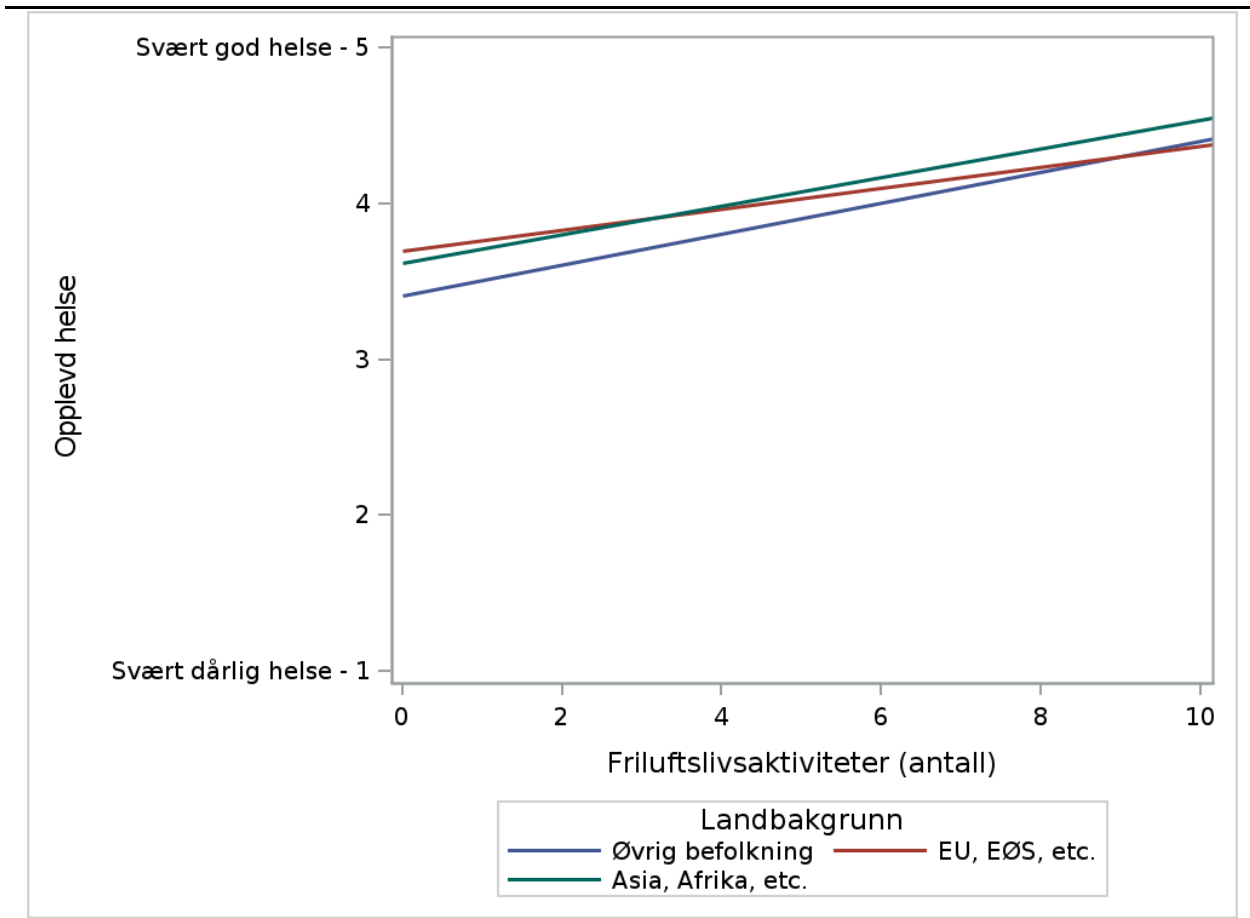


Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

I Figur 6.12 ser vi at linjene i grafen, som representerer grupper med ulik landbakgrunn i befolkningen, starter omtrent på samme sted og ender omtrent på samme sted. Dette forteller oss at forholdet mellom livskvalitet og friluftslivsdeltakelse fortøner seg på samme måte for personer med ulik landbakgrunn: Økt deltakelse i friluftsliv er forbundet med bedre livskvalitet, og livskvaliteten stiger jevnt jo flere aktiviteter man har drevet med de siste 12 månedene. I motsetning til når forholdet mellom livskvalitet og friluftsliv ble gruppert etter alder, kjønn, utdanning og inntekt (Figur 6.3-6.6) hvor det var til dels store forskjeller, ser vi altså at forholdet mellom friluftsliv og livskvalitet følger samme trend når befolkningen inndeles etter landbakgrunn.

Når det gjelder opplevd helse skårer inaktive lavere enn personer som driver med friluftsliv. Inaktive innvandrere noe høyere enn øvrig befolkning, men fortsatt lavere enn personer som driver med friluftsliv. Jo flere friluftslivsaktiviteter personer driver med, jo mindre blir forskjellen i opplevd helse mellom innvandrere og øvrig befolkning (Figur 6.13).

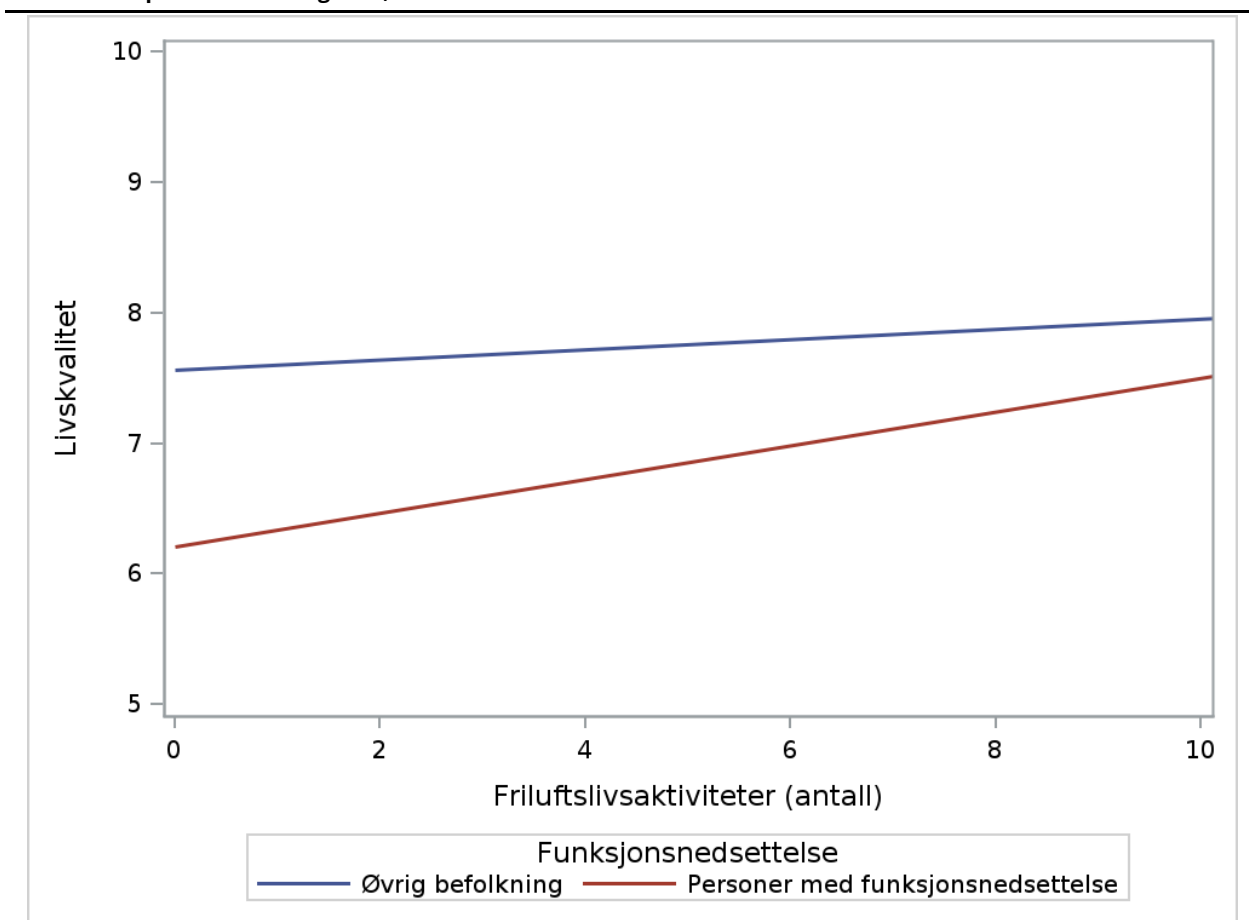
Figur 6.13 Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Funksjonsnedsettelse

Figur 6.14 Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og funksjonsnedsettelse, personer 16 år og over, 2021

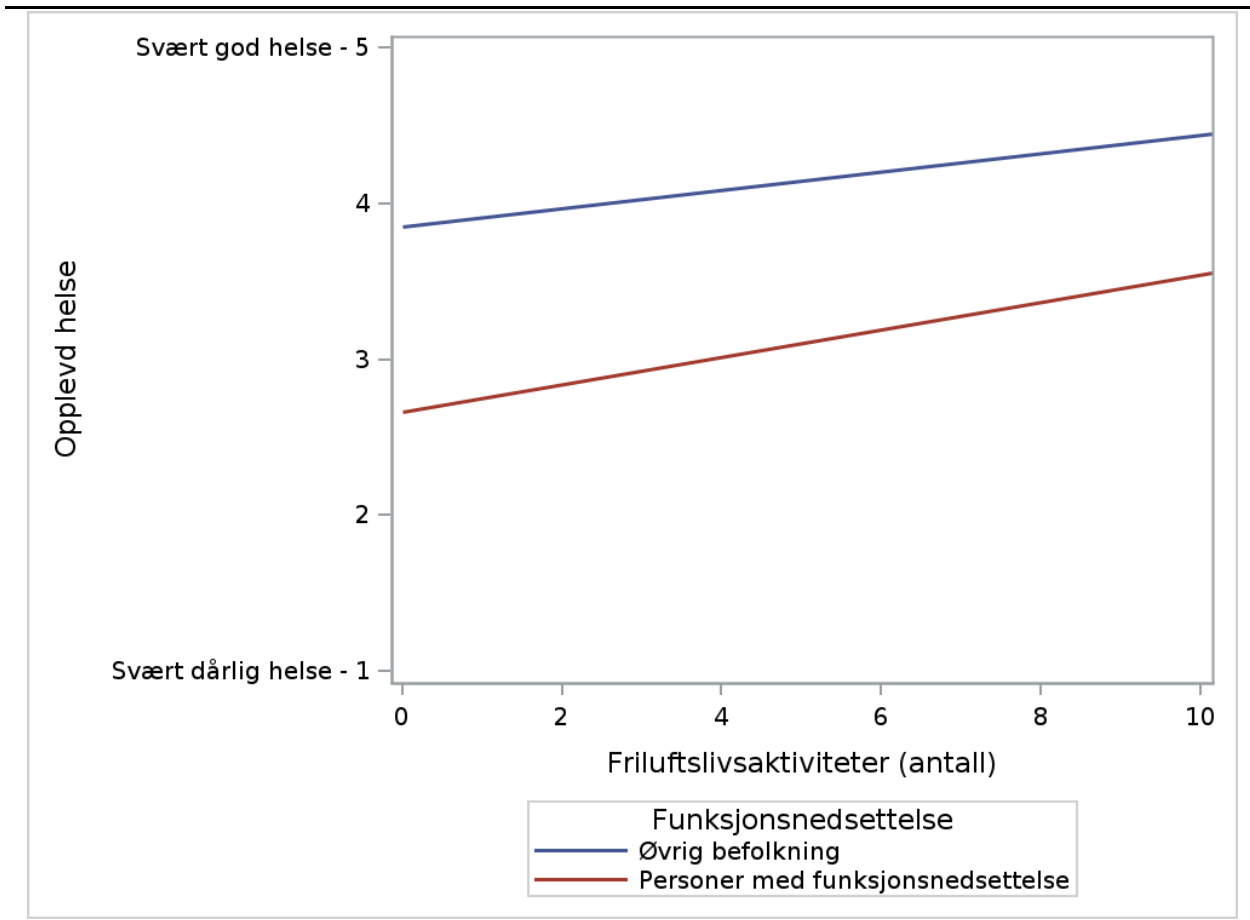


Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Figur 6.14 viser at personer med funksjonsnedsettelse, uavhengig av friluftslivsdeltakelse, har lavere livskvalitet enn øvrig befolkning. Forskjellen er størst blant inaktive: inaktive med funksjonsnedsettelse har en livskvalitet på 6, mens den for inaktive i øvrig befolkning er 7.5. På andre siden av skalaen finner vi de høyaktive som har drevet med 10 eller flere friluftslivsaktiviteter de siste 12 månedene, og her er livskvalitet høyere både for personer med funksjonsnedsettelse (7.1) og øvrig befolkning (7.8), og forskjellen i livskvalitet mellom personer med funksjonsnedsettelse og øvrig befolkning er dermed mindre blant personer som er høyaktive i friluftsliv.

For opplevd helse er mønsteret mye av det samme (Figur 6.15). Den opplevde helsen er dårligere blant personer med funksjonsnedsettelse enn i øvrig befolkning, uansett friluftslivsaktivitetsnivå. Samtidig ser vi at det er store variasjoner innad i gruppen som har funksjonsnedsettelse, etter deres friluftslivsaktivitetsnivå. De som har best opplevd helse er de som er mest aktiv. På en skala fra 1 (Svært dårlig helse) til 5 (Svært god helse) skårer denne gruppen i gjennomsnitt 3,4, mens i bunn finner vi personer med funksjonsnedsettelse som er inaktive i friluftsliv, med en gjennomsnittlig skåre på 2,6. De gjennomsnittlige verdiene for tilsvarende grupper i øvrig befolkningen er 4,4 (høyaktive i friluftsliv) og 3,7 (inaktive i friluftsliv).

Figur 6.15 Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og funksjonsnedsettelse, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

7. Friluftsliv og andre former for fysisk aktivitet

Hovedpunktene i dette kapitlet kan oppsummeres ved:

- Friluftsliv er særlig viktig for grupper som er inaktive på andre områder.
- På denne måten og bidrar til å redusere sosiale forskjeller i aktivitetsnivå.
- Barn har et høyt fysisk aktivitetsnivå, både i form av friluftsliv og idrett, men ikke minst uorganisert lek.

Innledning

Ved siden av at friluftslivsopplevelser er viktige i seg selv er utøvelsen av friluftsliv også en viktig kilde til fysisk aktivitet. Hovedmålet i den nasjonale friluftslivspolitikken er [friluftsliv for alle og at en stor del av befolkningen driver med friluftsliv](#). I dette kapitlet ser vi nærmere på sammenhengen mellom friluftsliv og andre typer aktivitet.

Friluftsliv er naturligvis ikke den eneste kilden til fysisk aktivitet. For eksempel er det mange som driver med egenorganisert fysisk aktivitet og/eller deltar i idrett. Stortingsmeldinger om friluftsliv (Klima- og miljødepartementet, 2016) idrett (Kultur- og likestillingsdepartementet, 2012) gir gode beskrivelser av retningslinjer og målsetninger om den statlige idrettspolitikken, finansiering og rollen til organisasjonene som jobber på feltene, samt vurderinger av individuelle og samfunns-messige verdien av aktivitetene det legges til rette for. Omfanget og den individuelle og samfunns-messige betydningen av friluftsliv og andre former for fysisk aktivitet beskrevet i rapportene viser også at aktivitetsdeltakelsen i friluftsliv og andre fysisk aktivitetsarenaer med fordel bør ses *i lys av hverandre*.

I 2021 ble det stilt spørsmål om både friluftsliv og idrett i samme årgang av Levekårsundersøkelsen. Dette tillater at man kan studere befolkningens aktivitetsvaner med en bredere lupe. Mot denne bakgrunnen presenteres i dette kapitlet først utbredelsen av andre former for fysisk aktivitet enn friluftsliv i befolkningen. Deretter studeres forholdet mellom friluftsliv og andre fysiske aktivitets-former. Detaljerte tall om deltakelsesmønstre er viktig, både for organisasjoner som legger til rette for ulike former for fysisk aktivitet, for myndigheter og andre politiske organisasjoner som er opptatt av folkehelse, og for forskere som ønsker å forstå fysiske aktivitetskulturer i en norsk kontekst bedre. Ved å kartlegge og studere hvordan folk deltar i idrett i lys av hvordan de bedriver fysisk aktivitet andre steder får vi et mer helhetlig bilde av friluftslivets posisjon og interaksjon med andre fysiske og sosiale aktivitetsarenaer. Forhåpentligvis kan dette bidra til å løfte vår kunnskap om idrettens posisjon og rolle i norsk samfunnsliv og hvordan friluftsliv inngår i et større bilde som kilde til fysisk aktivitet mer generelt for det brede lag av befolkningen.

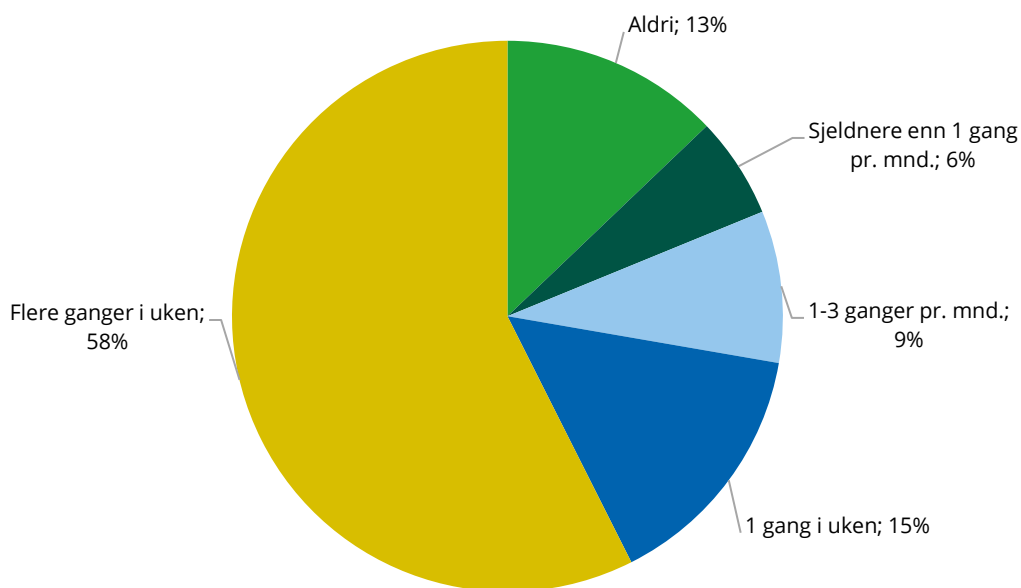
7.1. Trening og mosjon

For å finne ut befolkningens treningsvaner er det stilt spørsmålet «Hvor ofte trener eller mosjonerer du?», med svaralternativene «Aldri», «Sjeldnere enn én gang i måneden», «1-3 ganger i måneden», «En gang i uken» og «Flere ganger i uken». Hvordan befolkningen svarte på dette spørsmålet presenteres i de neste avsnittene.

Over halvparten av befolkningen trener ukentlig

Figur 7.1 viser det trenings- og mosjonsvanene i befolkningen 16 år og eldre i 2021. Over halvparten (57 prosent) oppgir at de trener eller mosjonerer flere ganger i uken. 15 prosent trener eller mosjonerer én gang i uken, mens 15 prosent sier de gjør dette 1-3 ganger i måneden eller sjeldnere. Nesten like mange (13 prosent) oppgir at de aldri trener eller mosjonerer.

Figur 7.1 Andel som trener og mosjonerer, personer 16 år og over, 2021, Prosent

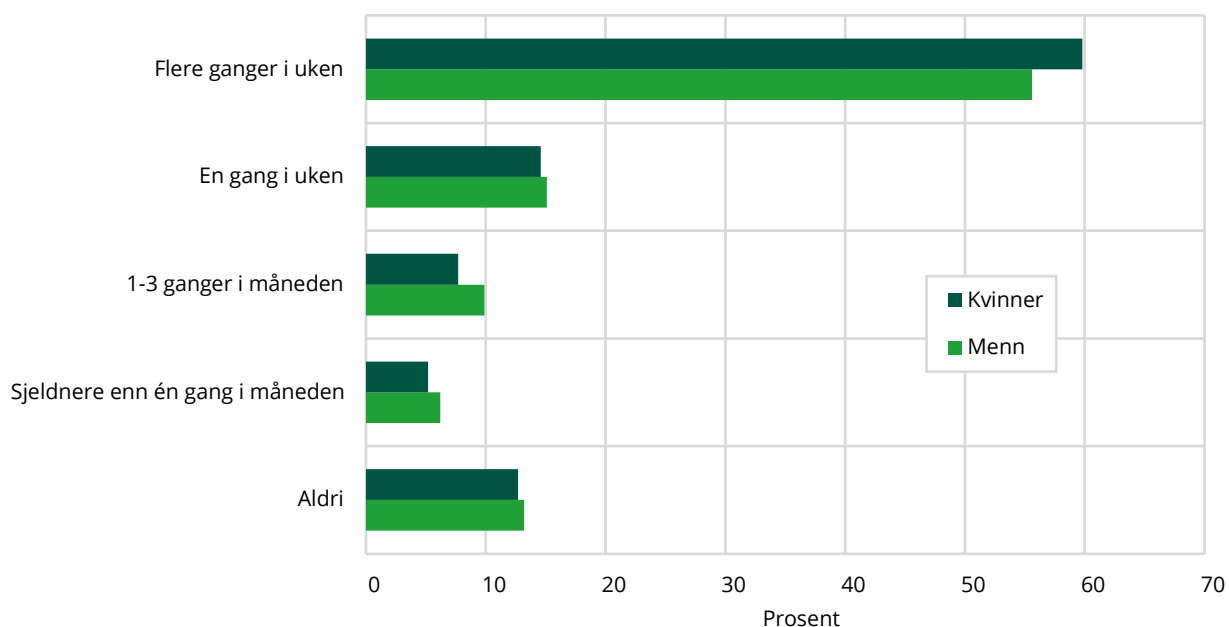


Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Menn trener oftere enn kvinner

Det er relativt små kjønnsforskjeller i befolkningens treningsmønstre. Det er litt flere menn (60 prosent) enn kvinner (56 prosent) som trener ukentlig, men det er like mange inaktive blant menn som blant kvinner: 13 prosent.

Figur 7.2 Trening og mosjon, etter kjønn, personer 16 år og over, 2021



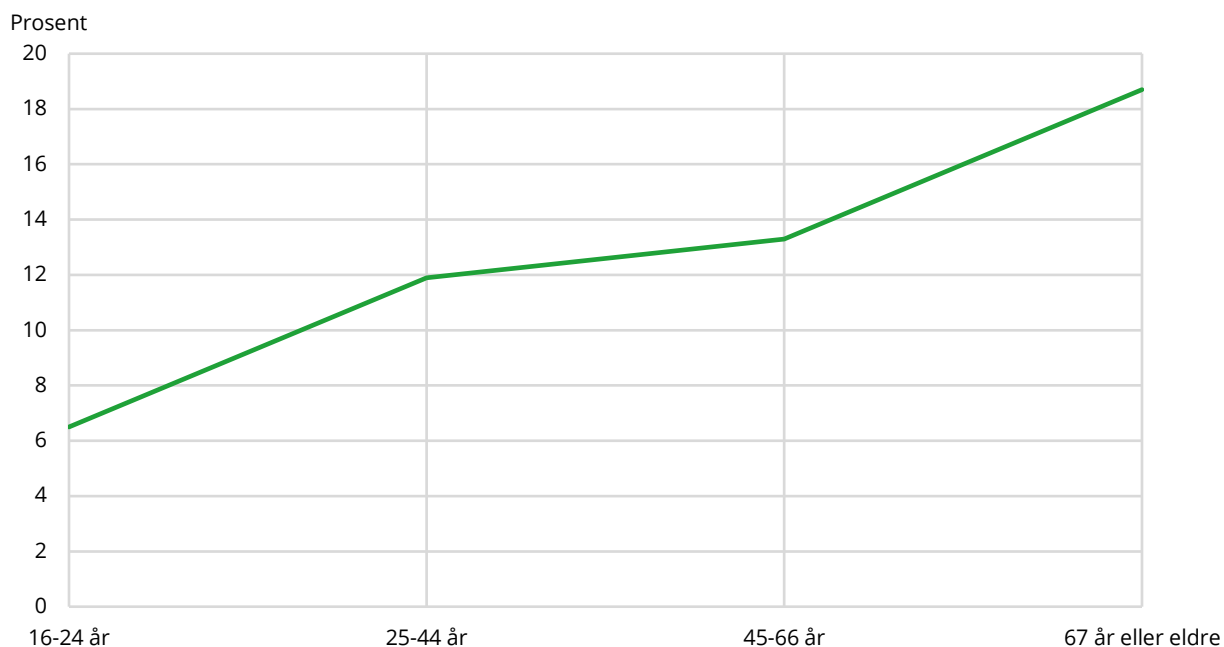
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Yngre trener oftest

Treningsmønstrene i befolkningen endrer seg med alderen.

Den største forskjellen i treningsmønstre mellom personer med ulik alder gjelder andelen inaktive, som øker med alderen: fra 7 prosent blant personer i alderen 16-24 år til 19 prosent blant personer 67 år og eldre (Figur 7.3).

Figur 7.3 Andel som aldri trener eller mosjonerer, etter alder, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Blant unge er det 63 prosent som trener ukentlig, Denne andelen faller til 54 prosent for personer i alderen 24-44 år. Deretter øker andelen høyaktive som trener ukentlig til 59 prosent blant personer som er 45 år og eldre. Dette henger sannsynligvis sammen med livsfase. Mange i alderen 25-44 år stifter familie og får barn og andre forpliktelser, som kan være tidkrevende.

Når vi grupperer befolkningen etter familiefase forsterkes dette inntrykket (Tabell 7.1). 12 prosent av par med små barn trener aldri, som er omtrent som landsgjennomsnittet, men litt færre i denne gruppen trener flere ganger i uken (52 prosent) sammenliknet med befolkningen totalt (57 prosent).

Tabell 7.1 Andel som trener eller mosjonerer, personer 16 år og over, etter familiefase, 2021, prosent

	Sjeldnere enn				Antall svar	
	Aldri	én gang i måneden	1-3 ganger i måneden	En gang i uken / Flere ganger i uken		
Enslige 16-24 år som bor hos foreldre	6,8	3,4	8,8	17,0	63,9	381
Enslige 16-24 år ellers	5,7	6,8	9,6	14,8	63,1	263
Enslige 25-44 år	14,2	7,1	9,9	15,1	53,7	532
Par 16-44 år u/ barn	6,2	6,7	11,2	17,4	58,5	403
Enslige forsørgere	16,6	8,6	7,8	12,4	54,6	203
Par m/barn 0-6 år, yngste barn	12,3	7,6	12,9	15,7	51,6	684
Par m/barn 7-19 år, yngste barn	11,6	4,1	9,8	17,1	57,3	816
Par u/barn, 45-66 år	10,3	4,9	7,8	12,4	64,6	1 017
Par u/barn, 67 år eller eldre	14,3	3,6	5,1	13,0	63,9	720
Enslige 45-66 år	19,0	5,8	7,9	17,4	49,8	549
Enslige 67 år eller eldre	24,8	6,8	5,7	11,4	51,3	426

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

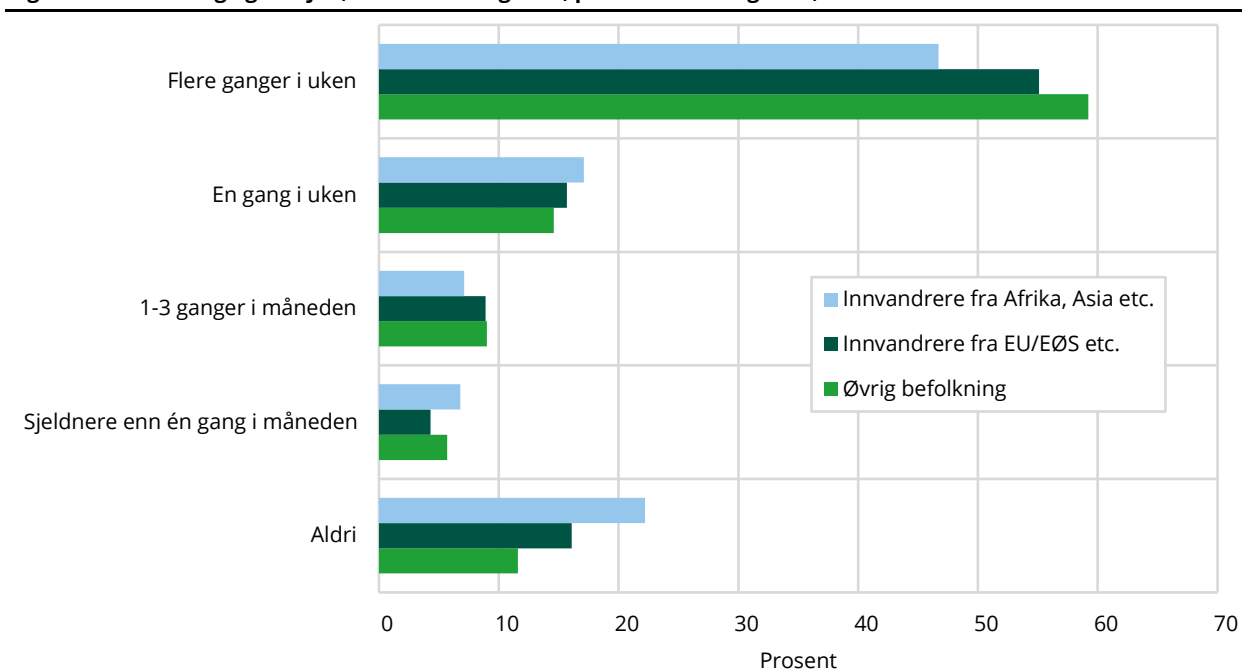
Videre kan vi se at treningsvanene til enslige personer kan deles inn i to undergrupper. På den ene siden har vi unge enslige, som er svært aktive både i omfang og hyppighet. Det er bare 6-7 prosent inaktive blant enslige i alderen 16-24 år, og 63-64 prosent trener flere ganger i uken. På motsatt side av skalaen finner vi eldre enslige og enslige forsørgere. Blant enslige i alderen 25-44 år er andelen inaktive doblet seg, til 14 prosent. Deretter stiger andelen som aldri trener til 19 prosent blant enslige i alderen 45-66 år, og opp til 25 prosent blant enslige som er 67 år og eldre, som er seks prosentpoeng mer enn gjennomsnittet for personer i denne alderen. Andelen som trener ukentlig er også lavere for enslige sammenliknet med personer i samme alder i øvrig befolkning.

Flere som ikke trener blant personer med bakgrunn fra Afrika, Asia etc.

Når vi grupperer befolkningen etter landbakgrunn, ser vi at særlig innvandrere fra Afrika, Asia etc. skiller seg ut med flere som aldri trener: 22 prosent, mot som er prosentpoeng høyere enn blant innvandrere fra EU/EØS etc., og 10 prosentpoeng høyere enn i øvrig befolkning (Figur 7.4).

Andelen som trener flere ganger i uken er også lavere blant innvandrere fra Afrika, Asia etc. (47 prosent) enn innvandrere fra EU/EØS (55 prosent) og øvrig befolkning (59 prosent).

Figur 7.4 Trening og mosjon, etter landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021

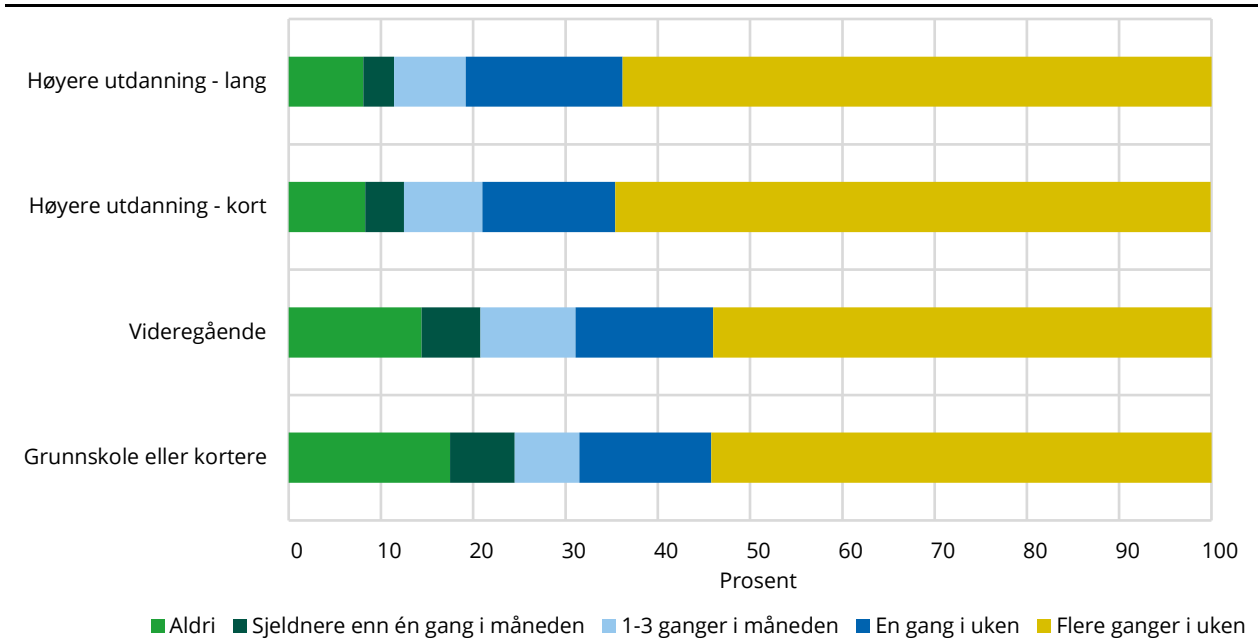


Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Personer med høy sosioøkonomisk status trener mer

Det er færre inaktive blant personer i høyere sosiale og økonomisk sjikt, og de som er aktive trener mer (Figur 7.5). Det er særlig ytterpunktene i treningsvanene som skiller seg ut: Mens det er omtrent like mange i alle utdanningsgrupper som trener 1-3 ganger i måneden eller sjeldnere, er det blant personer med grunnskole eller videregående skole som trener flere ganger i uken (54 prosent) sammenliknet med personer med høyere utdanning (64 prosent). Det er også flere som aldri trener (14-18 prosent) enn blant personer med høy utdanning (8 prosent).

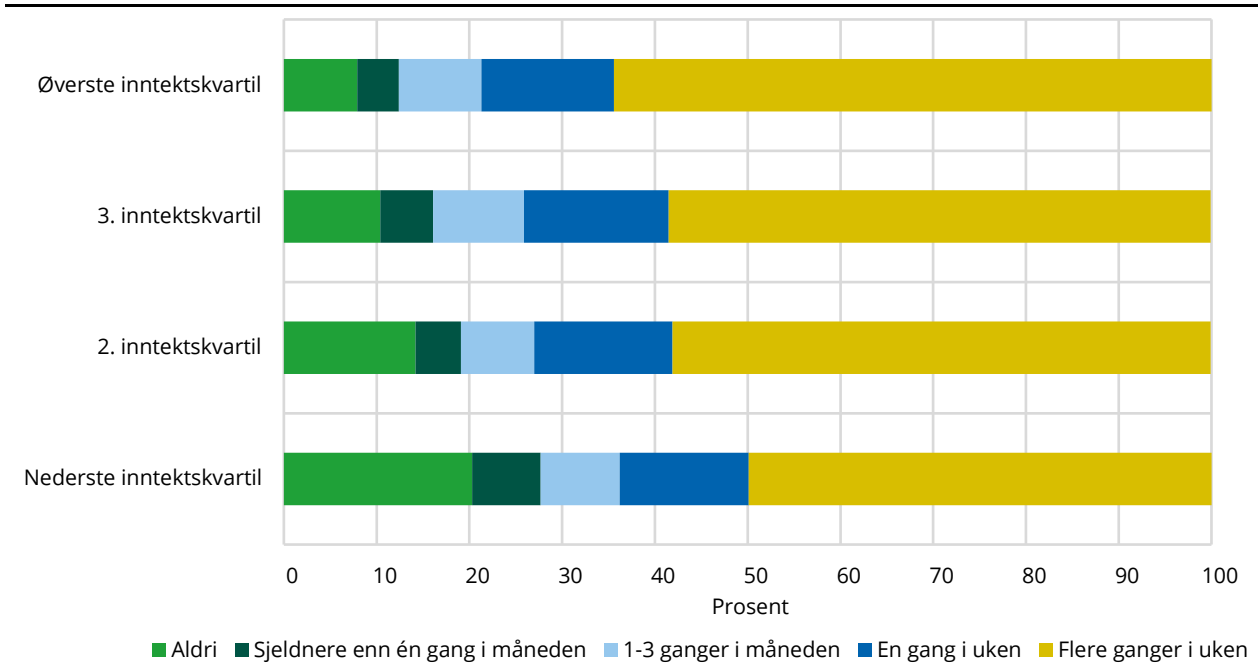
Figur 7.5 Trening og mosjon, etter utdanning, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Disse klasseforskjellene i treningsvaner er enda tydeligere når vi ser på inntektsnivå (Figur 7.6).

Figur 7.6 Trening og mosjon, etter inntektsnivå, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Andelen som aldri trener øker jo lavere inntekt man har. Mens det er 8 prosent som aldri trener i husholder i øverste inntektskvartil, er andelen hele 20 prosent i nederste inntektskvartil. Tilsvarende er det 64 prosent i øverste inntektskvartil som trener ukentlig, mot 50 prosent i nederste inntektskvartil.

Små regionale forskjeller i treningsmønstre

Det er kun mindre geografiske forskjeller i treningsmønstre. Vi ser av tabell 7.2 at det er litt færre som trener flere ganger i uken i spredtbygde strøk (52 prosent) enn i mer tettbygde strøk (58-61 prosent). Andelen inaktive er omtrent den samme.

Når det gjelder sentralitet ser vi andelen inaktive er lavest i de mest sentrale kommunene (12 prosent) og noe høyere i de minst sentrale kommunene (16 prosent).

På fylkesnivå er det også kun små forskjeller i treningsmønstre. Troms og Finnmark har flest inaktive og færrest som er aktive flere ganger i uken, men alt i alt er det kun små forskjeller i treningsvaner på fylkesnivå.

Tabell 7.2. Trening og mosjon, etter bostedsstrøk, sentralitet og fylke, personer 16 år og over, 2021, prosent

	Sjeldnere enn					Antall svar
	Aldri	én gang i måneden	1-3 ganger i måneden	En gang i uken	Flere ganger i uken	
Bostedsstrøk						
Spredtbygd, under 200 innbyggere	13,6	6,9	10,6	16,8	52,1	1 071
Tettbygd, opp til 20 000 innbyggere	13,6	5,7	8,0	14,7	58,1	1 755
Tettsteder med 20 000-99 999 innbyggere	12,7	4,4	8,5	13,7	60,7	895
Tettsteder med 100 000 eller flere innbyggere	12,2	5,6	8,6	14,5	59,0	2 273
Sentralitet						
Mest sentrale kommuner	12,1	5,4	8,3	14,4	59,9	1 244
Nest mest sentrale kommuner	12,2	5,0	9,1	14,5	59,2	1 592
Over middels sentrale kommuner	13,0	6,1	8,9	14,8	57,3	1 449
Middels sentrale kommuner	13,9	5,5	8,7	16,1	55,9	918
Nest minst sentrale kommuner	13,9	7,2	8,8	13,8	56,4	534
Minst sentrale kommuner	15,9	6,2	8,8	17,5	51,6	257
Fylke						
Oslo	11,3	6,7	8,0	13,6	60,4	863
Rogaland	14,6	3,2	9,3	15,9	57,0	511
Møre og Romsdal	11,0	5,8	7,1	13,6	62,5	281
Nordland	12,3	6,6	8,8	14,8	57,5	236
Viken	14,5	5,6	8,4	15,1	56,5	1 369
Innlandet	14,3	5,1	11,9	12,8	55,9	406
Vestfold og Telemark	12,3	4,3	7,6	15,2	60,7	445
Agder	14,0	6,6	8,6	14,7	56,1	323
Vestland	12,8	5,5	8,9	14,8	58,1	745
Trøndelag	9,4	7,3	8,9	18,0	56,4	546
Troms og Finnmark	14,8	6,2	10,7	14,3	54,0	269

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

7.2. Friluftsliv, trening og mosjon

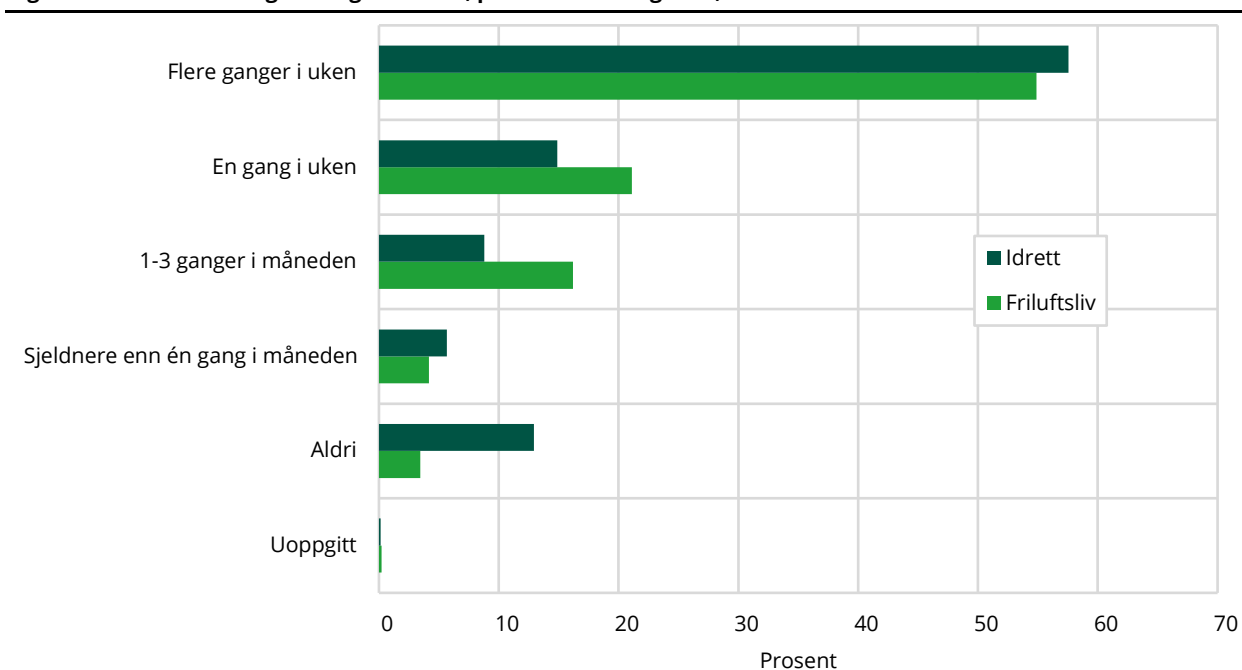
Friluftsliv er mer utbredt enn trening i befolkningen

Når vi sammenlikner befolkningens friluftslivs- og treningsvaner blir det klart at det er flere som driver med friluftsliv enn som trener i befolkningen: 13 prosent driver aldri med trening eller mosjon, mens dette bare gjelder 3 prosent av befolkningen for friluftsliv¹⁶ (Figur 7.7). Når det gjelder de aktive, ser vi at de fordeler seg i noenlunde samme mønster for trening og friluftsliv. Både for

¹⁶ Friluftslivsfrekvens er i denne og de øvrige tabellene i dette kapittelet målt ved å summere hvor ofte man har drevet med aktivitetene: lang fottur i fjell, skog og mark; kort fottur i fjell, skog og mark; syklet på turvei, stier eller i terrenget; lang skitur i fjell, skog og mark; kort skitur i fjell, skog og mark; stått på alpinski, snowboard, randonee, eller liknende; fisket; vært på tur med kano, kajakk eller robåt; vært på tur med annen type fritidsbåt (liten robåt, vannscooter eller liknende); gått på tur i parker eller naturomgivelser i nærheten av hjemmet. Hver respondent plasseres i sin høyeste oppnådde aktivitetsfrekvens. Hvis respondenten for eksempel har svarer at hen aldri har fisket men ukentlig vært på tur med kano, kajakk eller robåt, er respondenten registrert som totalt sett å ha drevet med friluftsliv ukentlig.

trening og friluftsliv plasserer over halvparten seg i gruppen som er aktiv flere ganger i uken. Det er litt flere som er aktive i friluftsliv 1-3 ganger i måneden til en gang i uken sammenliknet med treningsfrekvens.

Figur 7.7 Friluftsliv og treningsfrekvens, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Overlapp mellom friluftsliv og trening

Både friluftsliv og trening er samlebegreper for fysiske aktivitetskulturer. Utover dette er det mange forskjeller mellom aktivitetene begrepene rommer. Friluftsliv defineres gjerne som "...opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden, med sikte på miljøforandring og naturopplevelse» (Klima- og miljødepartementet, 2016). Det handler altså om å være i fysisk aktivitet ute i naturen. Trening, på den annen side, defineres gjerne som «fysisk aktivitet som er planlagt, strukturert og gjentas, og som har som mål å bedre eller vedlikeholde fysisk form» (Sosial- og Helsedirektoratet, 2000). Trening har altså et mer instrumentelt preg og er mer innrettet mot biologi og fysiologiske parametere. Premissene for den fysiske aktiviteten man utøver når man driver med friluftsliv er dermed annerledes enn den for trening. Dette fremmer det helt grunnleggende spørsmålet om det er det vanlig å drive både med friluftsliv eller idrett? Og hvor mange er helt inaktive?

Tabell 7.3 Overlapp mellom friluftsliv og trening, personer 16 år og over, 2021, prosent

	Friluftsliv				Totalt
	Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	
Trening					
Aldri	2,0	3,8	7,1	0,1	12,9
Månedlig	0,4	6,0	8,0	0,0	14,5
Ukentlig	1,0	10,5	60,9	0,1	72,5
Uoppgitt	0,0	0,0	0,1	0,0	0,1
Totalt	3,4	20,4	76,0	0,2	100,0
Antall svar	165	1 171	4 686	9	6 031

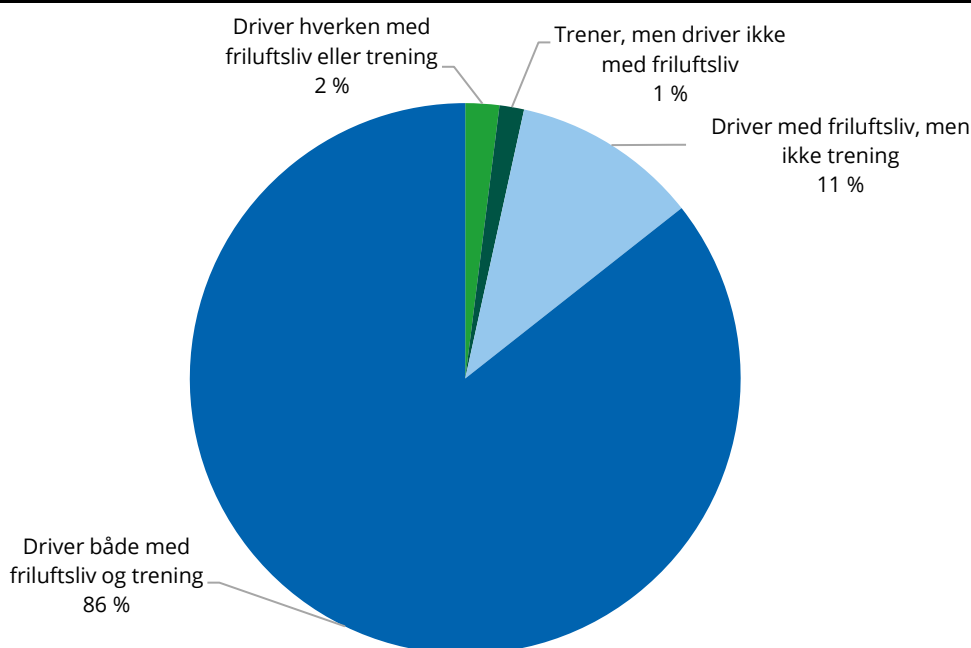
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

I Tabell 7.3 viser at det er overlapp mellom friluftsliv og idrett, målt som hvor ofte man gjør de ulike aktivitetene. Det mest slående er andelen som *både* driver med friluftsliv og ukentlig: 61 prosent. 8 prosent driver også med friluftsliv og idrett trener månedlig.

Videre kan vi lese at 2 prosent er helt inaktive og driver hverken med friluftsliv eller trening. Vi ser også at bare 1,4 prosent av de som aldri driver med friluftsliv, trener. Fokuserer vi derimot på gruppen som aldri trener, ser vi at ganske mange, 11 prosent, driver med friluftsliv. 7 prosent av de som aldri trener driver faktisk med friluftsliv på ukentlig basis.

Når vi grupperer disse svarene etter om man har drevet med friluftsliv og trening eller ikke og uavhengig av utøvelsesfrekvens, er det 86 prosent som både har drevet med friluftsliv og trent, 11 prosent har drevet med friluftsliv men ikke trent, 1 prosent har trent men ikke drevet med friluftsliv, og 2 prosent er helt inaktiv (Figur 7.8). Dette indikerer at friluftsliv har et noe bredere nedslagsfelt enn trening.

Figur 7.8 Forholdet mellom friluftsliv og trening, personer 16 år og over, 2021, prosent



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

I de neste avsnittene ser vi på hvordan forholdet mellom friluftsliv og trening ser ut for ulike grupper i befolkningen¹⁷.

Kjønn

Tabell 7.4 Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter kjønn, personer 16 år og over, 2021, prosent

	Friluftsliv									
	Menn					Kvinner				
	Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt	Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening										
Aldri	1,8	4,3	7,1	0,2	13,3	2,2	3,3	7,1	0,0	12,6
Månedlig	0,2	7,1	8,7	0,0	16,0	0,7	4,9	7,2	0,1	12,9
Ukentlig	0,8	12,8	57,0	0,0	70,6	1,2	8,2	64,9	0,1	74,3
Uoppgitt	0,0	0,1	0,0	0,1	0,2	0,1	0,0	0,1	0,0	0,1
Totalt	2,7	24,2	72,8	0,3	100,0	4,2	16,4	79,2	0,2	100,0
Antall svar	71	723	2 330	5	3 129	94	448	2 356	2	2 902

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

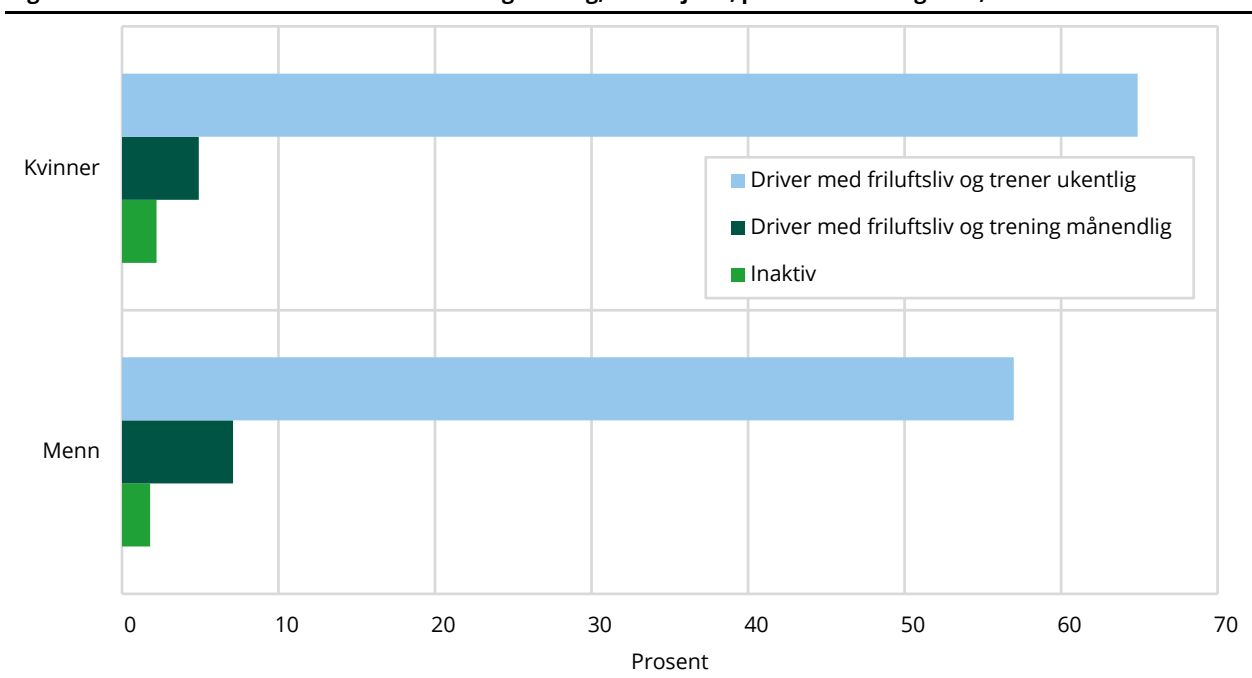
¹⁷ Resultatene viser at det ikke er signifikante forskjeller etter geografisk tilholdssted, som her er som sentralitet. Følgelig presenteres ikke resultatene for sentralitet i dette kapittelet, men er inkludert som vedlegg til rapporten (Se vedleggstabell C1.1).

Blant menn ser vi at 73 prosent driver med friluftsliv på ukentlig basis. 57 prosent driver med friluftsliv og trener ukentlig, og 9 prosent av de som driver med friluftsliv ukentlig trener månedlig, mens 7 prosent trener aldri. 13 prosent driver med friluftsliv månedlig trener ukentlig. 2 prosent av alle menn driver hverken med friluftsliv eller trener.

Blant kvinner ser forholdet mellom friluftsliv og trening noe annerledes ut. 65 prosent driver både med friluftsliv og trener ukentlig, mens 14 prosent av kvinner som driver med friluftsliv ukentlig trener månedlig eller sjeldnere. 9 prosent av kvinner som driver med friluftsliv månedlig eller sjeldnere trener ukentlig, mens 11 prosent trener også månedlig eller sjeldnere.

Figur 7.9 viser ytterpunktene, det vil si andelen som driver med friluftsliv og trener ukentlig, månedlig og aldri. En større andel kvinner enn menn driver både med friluftsliv og trening ukentlig. Det er ingen markante kjønnsforskjeller i andelen som er aldri eller sjeldent driver med friluftsliv og trening.

Figur 7.9 Andel som driver med friluftsliv og trening, etter kjønn, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Alder

Tabell 7.5 Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter alder, personer 16 år og over, 2021, prosent

16-24 år		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	0,4	3,0	2,9	0,2	6,4
	Månedlig	0,2	7,1	7,1	0,0	14,3
	Ukentlig	1,0	24,1	54,0	0,0	79,1
	Uoppgitt	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1
	Totalt	1,7	34,2	63,9	0,3	100,0
	Antall svar	10	245	467	2	724
25-44 år		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	1,1	4,2	6,5	0,2	12,0
	Månedlig	0,2	7,0	11,0	0,0	18,2
	Ukentlig	0,4	11,4	58,0	0,0	69,8
	Uoppgitt
	Totalt	1,7	22,6	75,5	0,2	100,0
	Antall svar	24	414	1 415	2	1 855
45-66 år		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	1,7	3,6	8,0	0,0	13,3
	Månedlig	0,3	5,9	7,1	0,0	13,3
	Ukentlig	0,6	6,8	65,7	0,1	73,2
	Uoppgitt	0,0	0,1	0,1	0,1	0,3
	Totalt	2,6	16,3	80,9	0,2	100,0
	Antall svar	45	354	1 896	3	2 298
67 år og eldre		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	5,3	4,0	9,4	0,0	18,6
	Månedlig	1,4	3,9	4,8	0,1	10,3
	Ukentlig	2,5	6,1	62,2	0,1	70,9
	Uoppgitt	0,1	0,0	0,1	0,0	0,2
	Totalt	9,3	14,1	76,4	0,2	100,0
	Antall svar	86	158	908	2	1 154

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

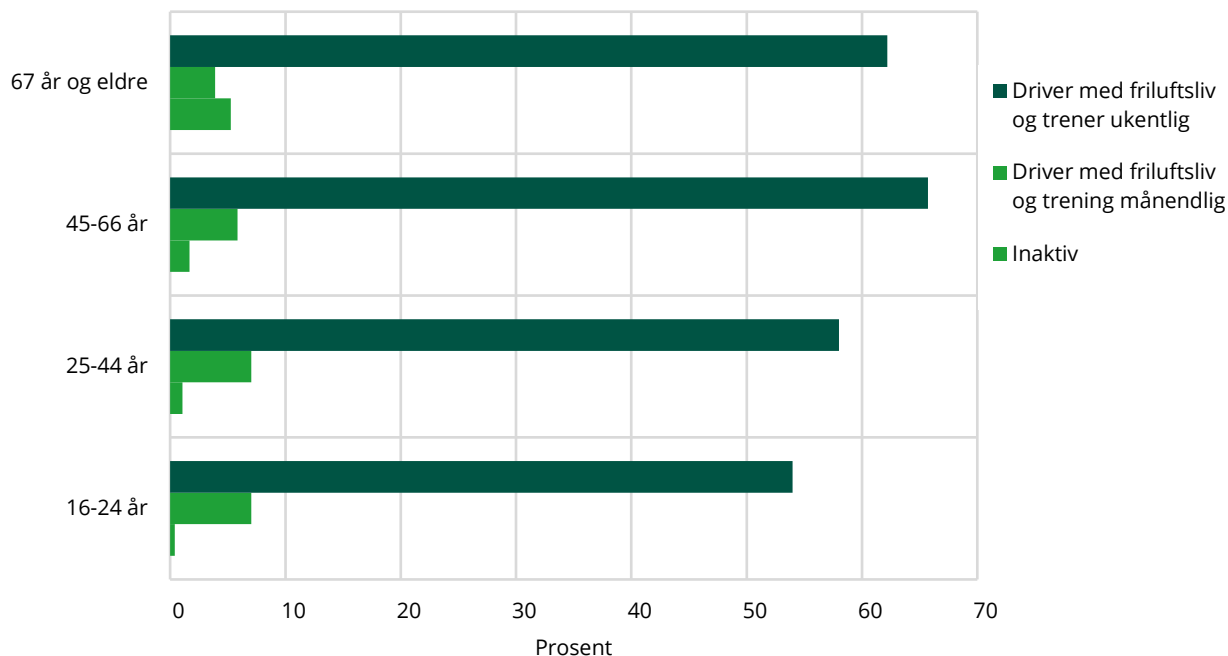
Blant de yngste i befolkningen driver 64 prosent ukentlig med friluftsliv, mens 54 prosent driver med både friluftsliv og trening ukentlig. 7 prosent driver med friluftsliv månedlig og trener månedlig. 24 prosent driver med friluftsliv månedlig og trener ukentlig. Nesten ingen, 0,4 prosent av alle unge i alderen 16-24 år, driver hverken med friluftsliv eller idrett (Tabell 7.5).

For personer i alderen 25-44 år er bildet mye av det samme som for de yngste. 58 prosent driver med friluftsliv ukentlig, mens 11 prosent driver med friluftsliv ukentlig og trener månedlig. 11 prosent trener ukentlig driver med friluftsliv på månedlig basis, mens bare 1 prosent er helt inaktiv.

Blant personer i alderen 45-66 er det flere enn i de yngre aldersgruppene som både driver med friluftsliv og trener ukentlig: 66 prosent. 7 prosent driver med friluftsliv ukentlig og begrenser seg til å trene månedlig. 8 prosent driver med friluftsliv ukentlig, men trener aldri. 2 prosent er inaktiv på begge arenaer.

Blant de eldste 66 år og eldre er aktivitetsmønstret mye av det samme: 62 prosent driver både med friluftsliv og trener ukentlig. 5 prosent er aktiv ukentlig i friluftsliv og trener månedlig eller sjeldnere. 6 prosent trener ukentlig og er aktiv i friluftsliv månedlig, mens 5 prosent har lav deltakelse både når det gjelder friluftsliv og trening.

Figur 7.10 Andel som både driver med friluftsliv og trening, etter alder, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

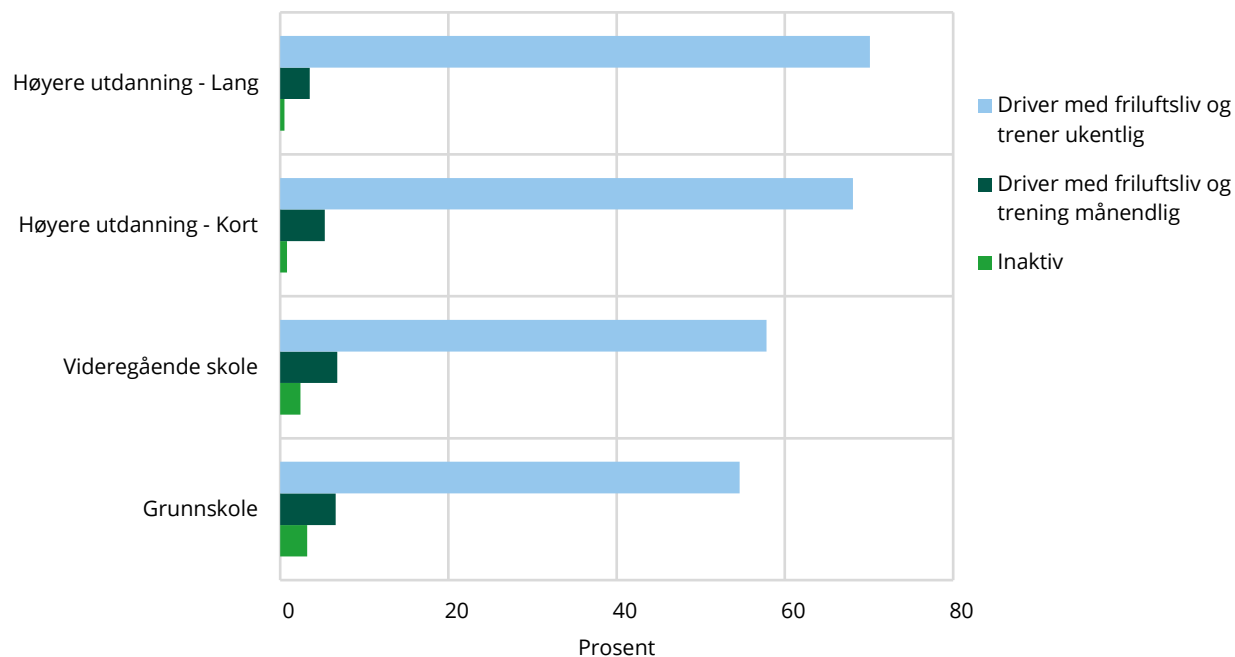
Utdanning

Vi har tidligere sett at friluftslivsdeltakelse øker i takt med høyere utdanningsnivå (Tabell 4.7). Spørsmålet vi stiller her er om er forskjellene mellom utdanningsgrupper blir mindre når man ser friluftsliv og trening under ett? Fra tabell 7.6 og figur 7.11 kan vi se at flere med høy utdanning andelen både driver med friluftsliv og trener: Andelen er 55 prosent blant personer med grunnskole, 58 prosent blant personer med videregående skole, 68 prosent blant personer med kortere høyere utdanning og 70 prosent blant personer med lengre høyere utdanning. Videre viser tabell 7.6 at blant personer med grunnskole er det 9 prosent som aldri trener, men som ukentlig driver med friluftsliv. Andelen med tilsvarende forhold mellom friluftslivs- og idrettsdeltakelse er lavere i de øvrige utdanningsgruppene: 7 prosent blant personer med videregående skole, og 5-6 prosent blant personer med høyere utdanning. Dette indikerer at friluftsliv er en viktigere kilde til fysisk aktivitet for flere personer med grunnskole som høyest fullførte utdanning, sammenliknet med de øvrige utdanningsgruppene.

Tabell 7.6 Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter utdanning, personer 16 år og over, 2021, prosent

		Friluftsliv				Totalt
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	
Grunnskole						
Trening	Aldri	3,2	4,7	9,3	0,3	17,5
	Månedlig	0,8	6,6	6,5	0,1	14,0
	Ukentlig	2,3	11,3	54,6	0,1	68,3
	Uoppgitt	0,0	0,1	0,0	0,1	0,2
	Totalt	6,3	22,7	70,4	0,6	100,0
	Antall svar	59	252	733	5	1 049
Videregående skole						
		Friluftsliv				Totalt
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	
Trening	Aldri	2,4	4,6	7,3	0,1	14,3
	Månedlig	0,5	6,8	9,4	0,0	16,7
	Ukentlig	0,8	10,2	57,8	0,0	68,8
	Uoppgitt	0,1	0,0	0,1	0,0	0,2
	Totalt	3,7	21,6	74,6	0,1	100,0
	Antall svar	76	493	1 771	2	2 342
Høyere utdanning - Kort						
		Friluftsliv				Totalt
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	
Trening	Aldri	0,8	2,3	5,2	0,0	8,3
	Månedlig	0,2	5,3	7,3	0,0	12,9
	Ukentlig	0,3	10,4	68,1	0,1	78,8
	Uoppgitt
	Totalt	1,4	17,9	80,6	0,1	100,0
	Antall svar	24	303	1 482	1	1 810
Høyere utdanning - Lang						
		Friluftsliv				Totalt
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	
Trening	Aldri	0,5	2,2	5,5	0,0	8,2
	Månedlig	0,2	3,5	7,3	0,0	11,0
	Ukentlig	0,1	10,4	70,1	0,1	80,8
	Uoppgitt
	Totalt	0,8	16,1	83,0	0,1	100,0
	Antall svar	6	123	700	1	830

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Figur 7.11 Andel som både driver med friluftsliv og trening, etter utdanning, personer 16 år og over, 2021

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå

Inntekt

På lik linje med utdanning vet vi at friluftslivdeltakelse henger sammen med inntekt, hvor deltakelsen øker i takt med høyere inntekt (Tabell 4.6). Det er stor grad av overlapp mellom utdanning og inntekt som først og fremst kommer av at høyere utdanning ofte gir høyere inntektsnivå. Dette reflekteres også i resultatene når vi studerer forholdet mellom friluftsliv og trening i lys av inntekt, som likner de vi så når tallene ble brutt ned etter utdanning.

Tabell 7.7 Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter inntekt, personer 16 år og over, 2021, prosent

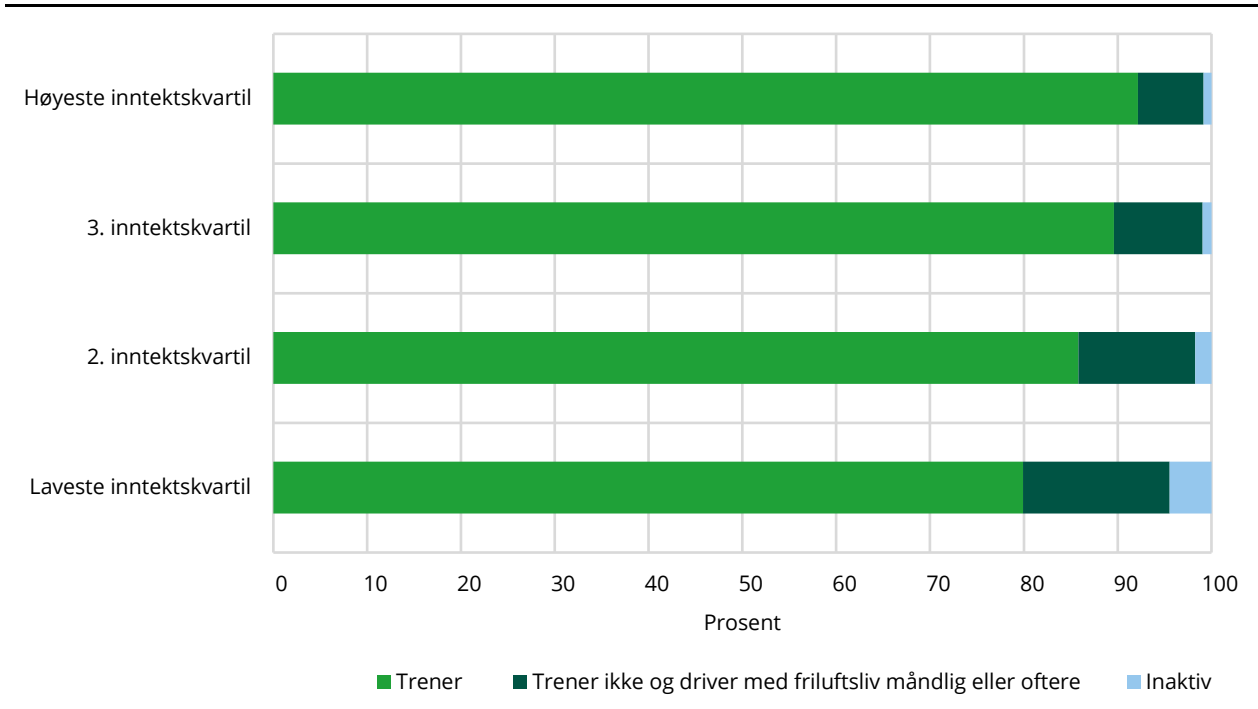
Laveste inntektskvartil						
		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	4,5	4,4	11,2	0,3	20,3
	Månedlig	1,0	6,6	8,0	0,1	15,8
	Ukentlig	1,8	7,8	54,0	0,1	63,6
	Uoppgitt	0,1	0,1	0,0	0,1	0,3
	Totalt	7,3	18,9	73,3	0,5	100,0
Antall svar		92	250	1 020	5	1 367
2. inntektskvartil						
		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	1,7	4,2	8,3	.	14,2
	Månedlig	0,5	4,6	7,7	.	12,8
	Ukentlig	0,8	7,8	64,3	.	72,8
	Uoppgitt	0,0	0,0	0,2	.	0,2
	Totalt	3,0	16,7	80,3	0,0	100,0
Antall svar		33	218	1 064	0	1 315
3. inntektskvartil						
		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	1,0	4,0	5,4	0,0	10,4
	Månedlig	0,0	6,9	8,7	0,0	15,6
	Ukentlig	0,7	9,7	63,3	0,2	74,0
	Uoppgitt	0,0	0,0	0,1	0,0	0,1
	Totalt	1,7	20,6	77,5	0,2	100,0
Antall svar		17	244	983	2	1 246
Høyeste inntektskvartil						
		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	0,9	2,8	4,2	.	7,9
	Månedlig	0,1	5,2	8,1	.	13,4
	Ukentlig	0,3	8,7	69,7	.	78,7
	Uoppgitt
	Totalt	1,2	16,7	82,1	0,0	100,0
Antall svar		13	214	1 152	0	1 379

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Tabell 7.7 viser at andelen inaktive gjennomgående er lav, men noe høyere i laveste inntektskvartil (5 prosent) enn i de øvrige inntektskvartilene (1-2 prosent). På motsatt side finner vi de høyaktive som både trener og driver med friluftsliv ukentlig. Dette gjelder 5 av 10 i laveste inntektskvartil, 6 av 10 i 2. og 3. inntektskvartil, og 7 av 10 i den høyeste inntektskvartilen.

Vi ser også at friluftsliv er den viktigste kilden for fysisk aktivitet for alle inntektskvartiler, men særlig for den laveste inntektskvartilen. 16 prosent i denne inntektsgruppen trener aldri, men driver med friluftsliv månedlig eller oftere. I 2 inntektskvartil er tilsvarende andel 13 prosent, i 3. inntektskvartil 9 prosent, og 7 prosent i høyeste inntektskvartil (Figur 7.12).

Figur 7.12 Friluftsliv og trening, etter inntektsnivå, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Landbakgrunn

Tabell 7.8 Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021, prosent

Asia, Afrika etc.

		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	2,7	5,8	13,2	0,5	22,1
	Månedlig	0,2	6,5	7,2	0,0	13,9
	Ukentlig	2,7	11,9	49,0	0,2	63,8
	Uoppgitt	0,0	0,0	0,2	0,0	0,2
	Totalt	5,6	24,2	69,6	0,7	100,0
Antall svar		20	98	276	2	396

EU/EØS etc.

		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	2,0	3,1	10,9	0,3	16,4
	Månedlig	0,0	6,8	6,2	0,0	12,9
	Ukentlig	0,3	11,3	59,1	0,0	70,7
	Uoppgitt
	Totalt	2,3	21,2	76,2	0,3	100,0
Antall svar		6	68	243	1	318

Øvrig befolkning

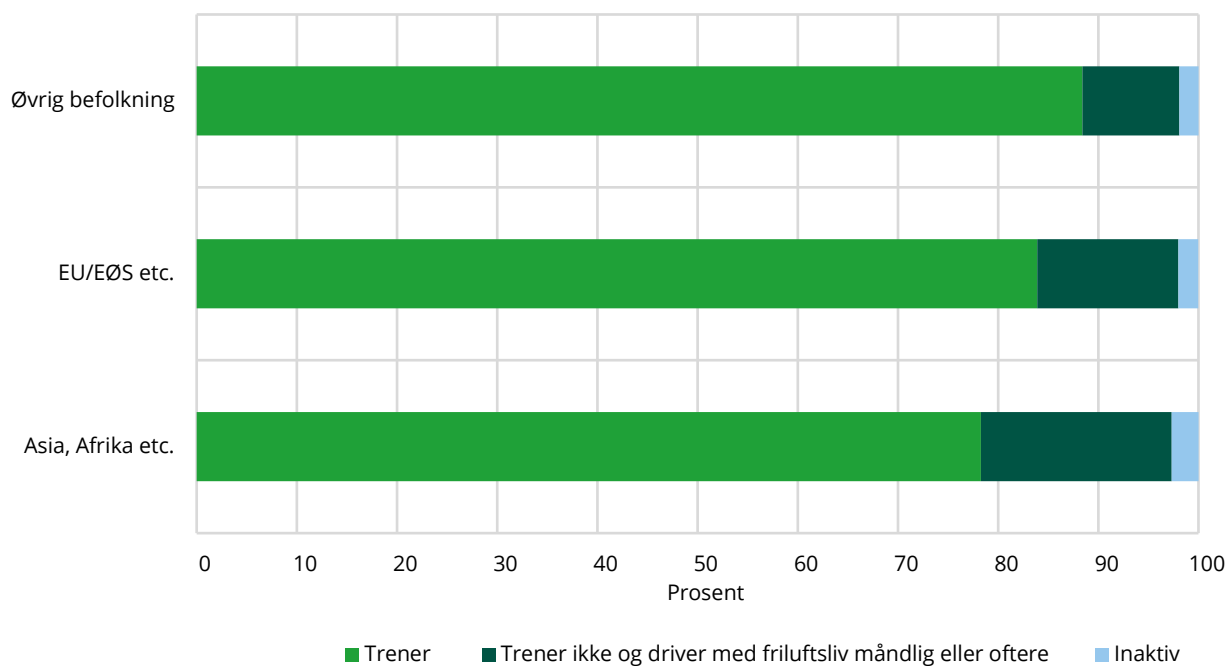
		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	1,9	3,6	6,0	0,0	11,6
	Månedlig	0,5	5,9	8,2	0,0	14,7
	Ukentlig	0,8	10,3	62,4	0,1	73,6
	Uoppgitt	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1
	Totalt	3,3	19,9	76,7	0,2	100,0
Antall svar		139	1 005	4 167	6	5 317

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Blant innvandrere fra Asia, Afrika 70 prosent som driver med friluftsliv ukentlig, og etc. 50 prosent som driver både med friluftsliv og idrett/trening ukentlig (Tabell7.8). Dette er færre enn blant innvandrere fra EU/EØS etc. I denne gruppen driver 76 prosent med friluftsliv ukentlig og 59 prosent med friluftsliv og idrett/trening ukentlig. I øvrig befolkning er det 77 prosent som driver ukentlig med friluftsliv og 62 prosent som driver med friluftsliv ukentlig og samtidig trener eller driver med idrett i samme omfang.

Figur 7.13 viser andelen som aldri driver med hverken friluftsliv eller trening; andelen som ikke trener men driver med friluftsliv månedlig eller oftere, og andelen som trener månedlig eller oftere. Det første vi legger merke til er at andelene som hverken driver med friluftsliv eller trener er liten i alle gruppene (2-3 prosent). Dernest ser vi at om lag 20 prosent av innvandrere fra Asia, Afrika etc. trener ikke, men driver med friluftsliv månedlig eller oftere. Tilsvarende er det 14 prosent av innvandrere fra EU/EØS som aldri trener men driver med friluftsliv, og 10 prosent i øvrig befolkning. Summert er det totale omfanget av friluftsliv er noe større blant innvandrere fra EU/EØS og øvrig befolkning enn innvandrere fra Asia, Afrika etc., men friluftsliv utgjør en større del av den totale fysiske aktiviteten blant innvandrere fra Asia, Afrika etc. når vi også inkluderer omfanget av idrett/trening.

Figur 7.13 Friluftsliv og trening, etter landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Funksjonsnedsettelse

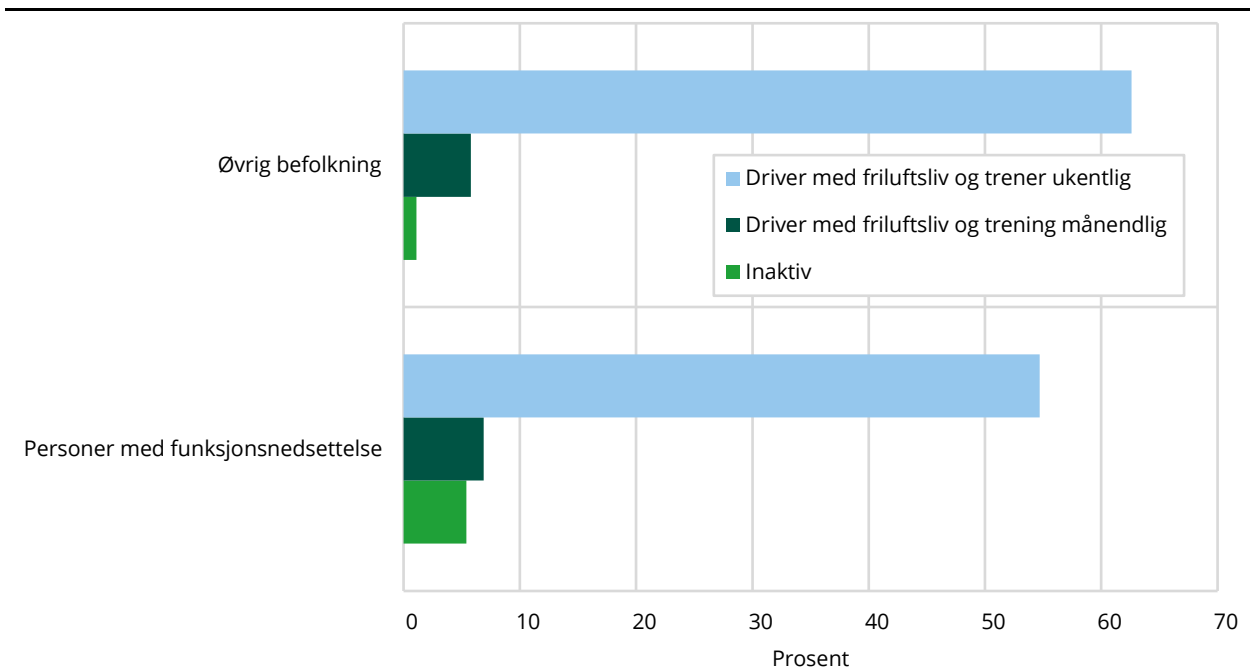
Tabell 7.9. Overlapp mellom friluftsliv og trening for personer med funksjonsnedsettelse, personer 16 år og over 2021, prosent

		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Personer med funksjonsnedsettelse						
Trening	Aldri	5,4	6,1	8,7	0,0	20,2
	Månedlig	1,0	6,9	7,7	0,0	15,6
	Ukentlig	1,9	7,5	54,7	0,0	64,1
	Uoppgitt	0,1	0,0	0,1	0,0	0,2
	Totalt	8,4	20,5	71,1	0,0	100,0
Antall svar		87	224	852	0	1 163
Øvrig befolkning						
		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	1,1	3,2	6,6	0,1	11,0
	Månedlig	0,3	5,8	8,0	0,0	14,1
	Ukentlig	0,7	11,3	62,6	0,1	74,7
	Uoppgitt	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1
	Totalt	2,1	20,3	77,2	0,3	100,0
Antall svar		78	947	3 834	9	4 868

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Andelen som er inaktiv i både friluftsliv og idrett er høyere blant personer med funksjonsnedsettelse (5,4 prosent) enn i øvrig befolkning (1,1 prosent) (Tabell 7.9). På den andre siden av skalaen er det 55 prosent av personer med funksjonsnedsettelse som ukentlig driver med både friluftsliv og trening. Også denne andelen er lavere enn tilsvarende gruppe i øvrig befolkning (63 prosent). Blant personer som aldri trener er det 15 prosent som driver med friluftsliv månedlig eller oftere. Dette er en større andel enn i øvrig befolkning (10 prosent).

Figur 7.14 Friluftsliv og trening, for personer med funksjonsnedsettelse og øvrig befolkning, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

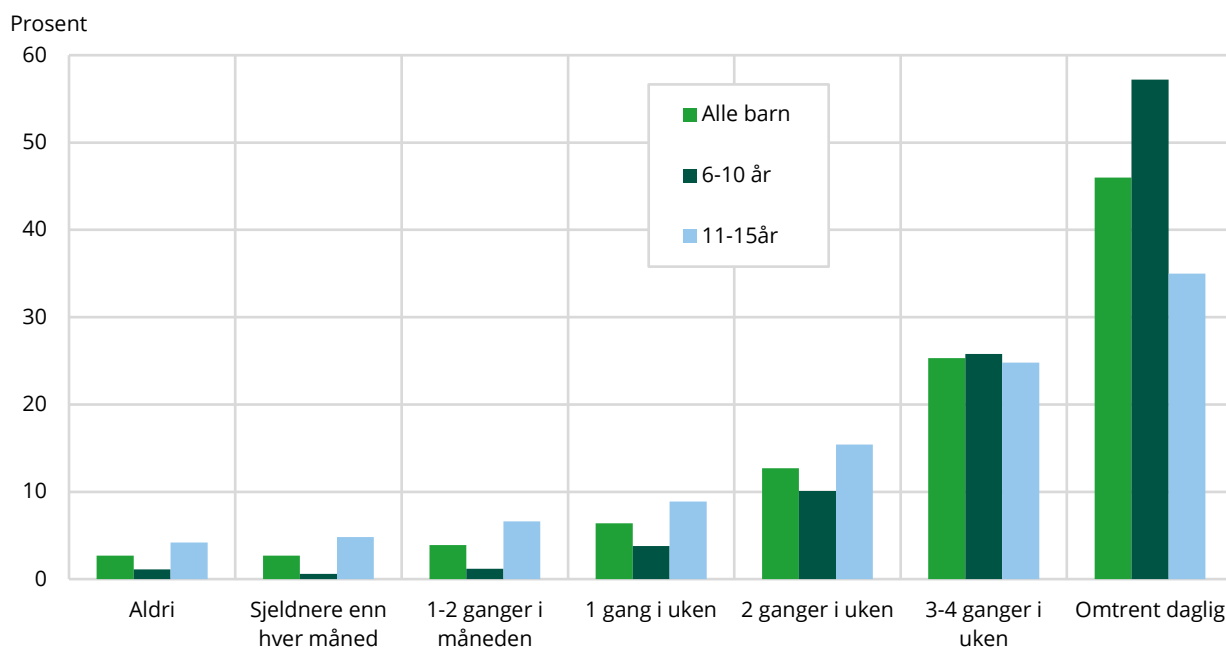
7.3. Lek og andre former for fysisk aktivitet blant barn

I undersøkelsen Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv (BUFF, 2020) kartla SSB også barns lek. Det ble spurt om hvor ofte barn leker i nærområdet, hva slags områder de pleier å være i og om de får lov til å leke uten voksne til stede.

Det overordnede bildet viser at de fleste barn leker eller er ute i nærheten av der de bor. I 2020 oppga 84 prosent av barna i alderen 6-15 år at de gjorde dette flere ganger i uka (Figur 7.14). Det er også tydelig at de yngste barna leker mer enn de eldre. Blant 6-10-åringer oppgir 93 prosent at de leker i nærområdet flere ganger i uka, mot 75 prosent av 11-15-åringer. I den eldre aldersgruppen er det også fire ganger så mange som aldri leker ute (4 prosent) som i den yngste gruppen (1 prosent). Totalt sett er det 3 prosent av barn som oppgir at de aldri leker i nærområdet. Det er kun små forskjeller mellom jenter og gutter i hvor ofte de leker, og foreldrenes inntektsnivå ser heller ikke ut til å ha en stor betydning.

Vi finner også forskjeller i andel barn som leker i nærmiljøet flere ganger i uka blant barn av innvandrere (75 prosent), norskfødte med innvandrerforeldre (77 prosent) og øvrige barn (86 prosent).

Figur 7.14 Hyppighet av lek, etter aldersgruppe, barn 6-15 år, 2020

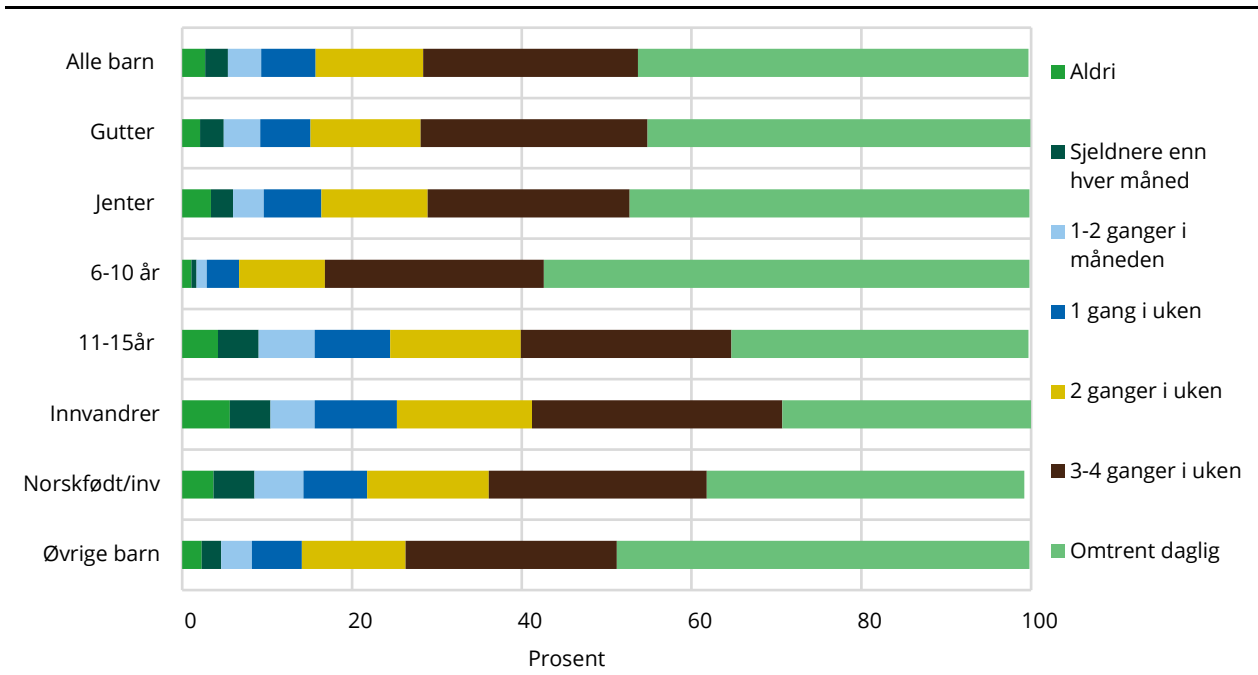


Kilde: Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv 2020. Statistisk sentralbyrå.

95 prosent av barn sier de får lov til å leke ute uten voksne til stede. Vi finner en liten forskjell mellom de yngste (91 prosent) og eldste barna (99 prosent). Dette er naturlig ettersom de blir mer selvstendige med alderen. Vi finner også en tilsvarende forskjell mellom de med familieinntekt i laveste inntektskvartil (89 prosent) mot de i høyeste inntektskvartil (98 prosent), og mellom de som bor mest sentralt (91 prosent) og de som bor minst sentralt (98 prosent).

Det er en større forskjell når vi ser på innvandringsbakgrunn, der 86 prosent av innvandrere og 77 prosent av norskfødte med innvandrerforeldre får lov til å leke uten voksne til stede, mot 98 prosent av øvrige barn.

Figur 7.15 Lekehypighet etter ulike bakgrunnskjennetegn, barn 6-15 år

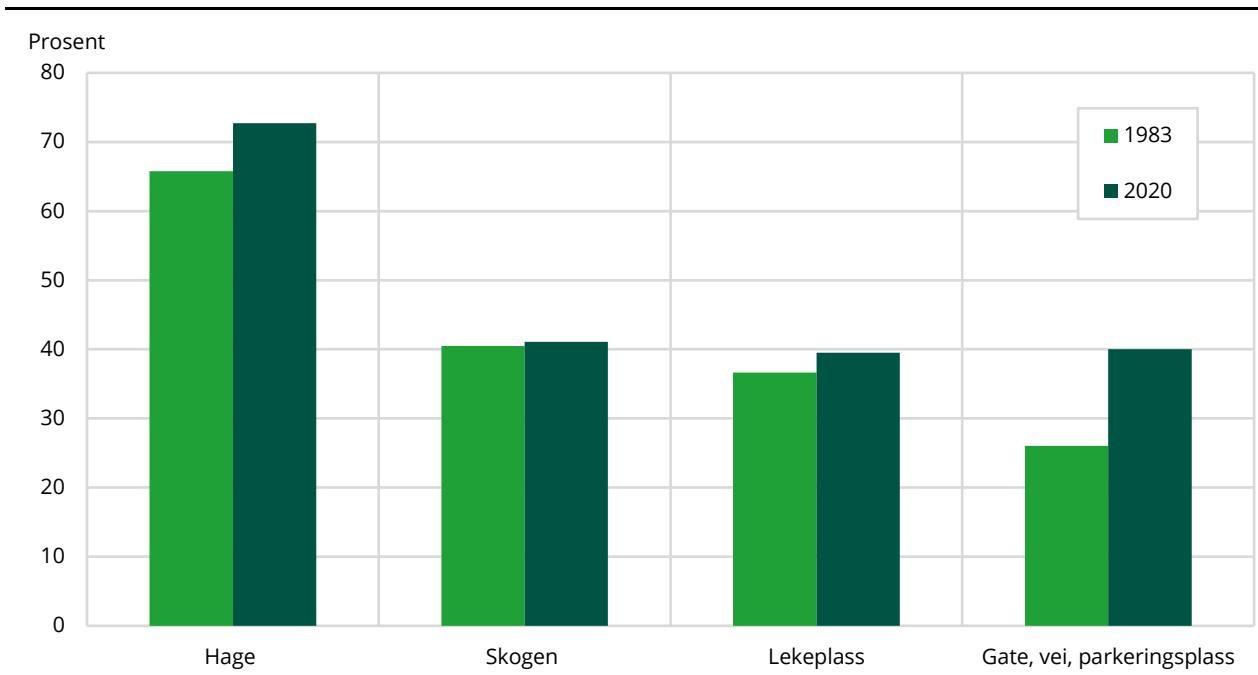


Kilde: Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv 2020. Statistisk sentralbyrå.

De fleste barn leker i hagen og uteområder tilknyttet boligen

Stedet de aller fleste barn leker når de er ute er i hagen, på gårdstun eller andre områder tilknyttet boligen. I 1983 lekte 66 prosent av barn på egen eiendom, noe som hadde økt til 73 prosent i 2020. Andre populære lekeområder er i skogen, på lekeplasser og på gater eller veier (Figur 7.16). Fra 1983 til i dag er det også en større andel barn som oppgir at de leker langs gate og veier enn tidligere. Dette kan komme som et resultat av økt sentralisering de siste 40 årene, som gjør dette til et mer naturlig valg for flere barn i dag enn det var i 1983.

Figur 7.16 Andel barn som leker i ulike områder, 1983 og 2020



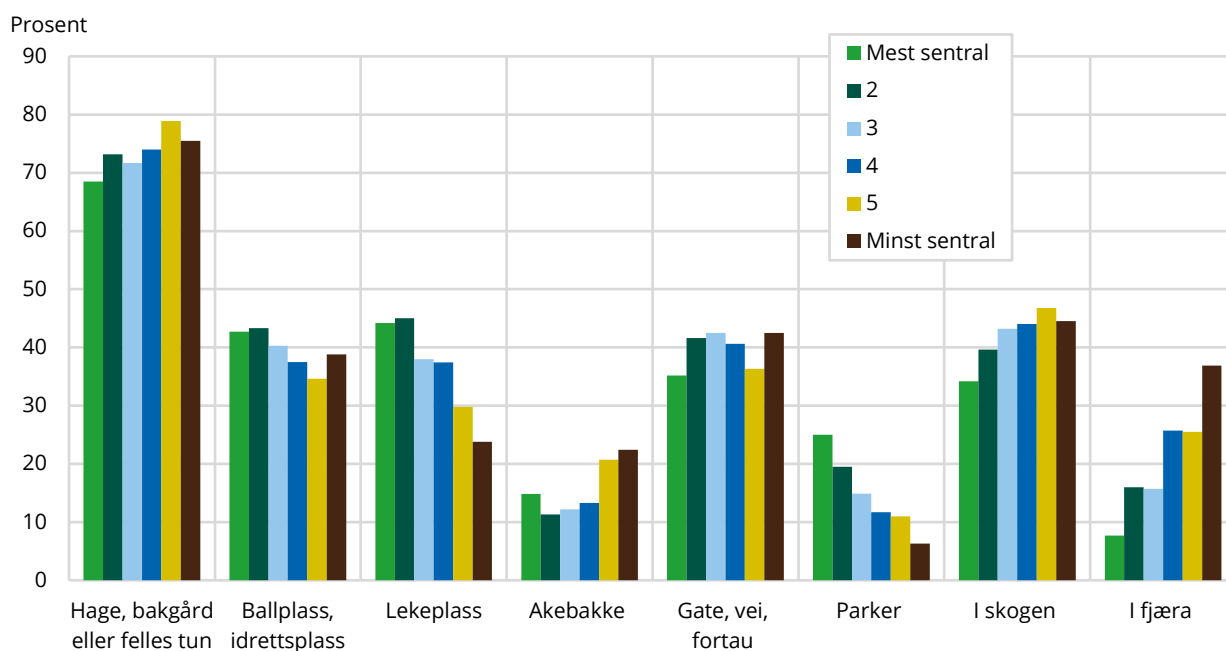
Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

Tabell 7.10 Andel barn (6-15 år) som pleier å leke ulike steder. 1983 og 2020.

	1983	2020
Hage	65,8	72,7
Skogen	40,5	41,1
Lekeplass	36,6	39,5
Gate, vei, parkeringsplass	26,1	40
Ballplass, idrettsplass	:	40,4
Akebakke	:	13,8
Parker	:	16,7
I fjæra	:	17,8
Andre steder	:	21
Antall svar	1171	4 240

Kilde: Levekårsundersøkelsene blant barn. Statistisk sentralbyrå.

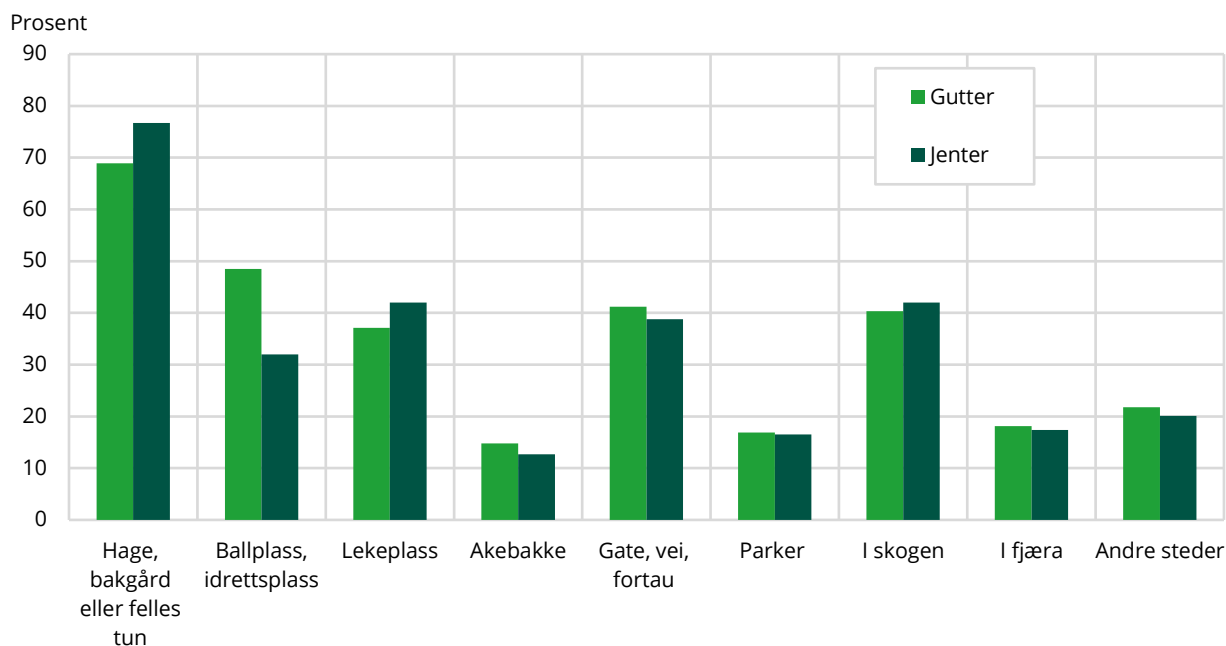
Vi finner noen forskjeller i barns lekeområder basert på bakgrunns kjennetegn som sentralitet, alder, kjønn og innvandring. Det er ulik tilgang på lekeområder etter hvor i landet man bor, og dette får utslag på bruken av områder som for eksempel skog, lekeplasser, fjæra osv. I Figur 7.17 ser vi andelen barn som benytter ulike lekeområder etter hvor sentralt de bor. Det er for eksempel 5 ganger så mange barn i de minst sentrale kommunene som pleier å leke i fjæra (37 prosent mot 8 prosent). Motsatt ser vi at barn som bor mer sentralt i større grad leker i parker og på lekeplasser. Vi finner minst geografiske forskjeller i lek i hage eller bakgård, ball- og idrettsplasser, langs gater og i skogen.

Figur 7.17 Andel barn i alderen 6-15 år som pleier å leke ulike steder, etter sentralitet, 2020

Kilde: Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv 2020. Statistisk sentralbyrå.

Jenter og gutter benytter ulike lekeområder i nesten like stor grad. Vi finner den største forskjellen der gutter i større grad bruker ball- og idrettsplasser til å leke (49 prosent) enn jenter (32 prosent). Og jenter leker i noe større grad i hagen eller i nærheten av hjemmet enn gutter, henholdsvis 77 prosent mot 69 prosent.

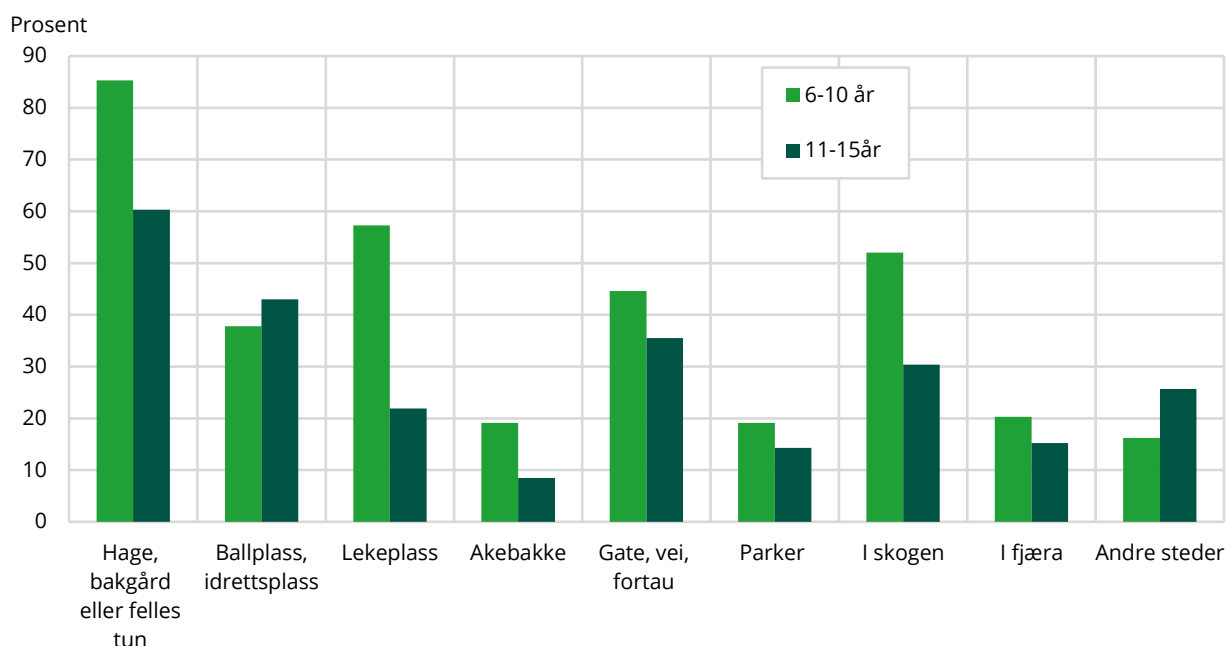
Figur 7.18 Andel barn som leker ulike plasser, etter kjønn, 2020



Kilde: Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv 2020. Statistisk sentralbyrå.

Alder har større betydning for hvor barn leker, se figur 7.19. De yngste barna leker i større grad i nærheten av boligen, på lekeplass og i skogen enn eldre barn.

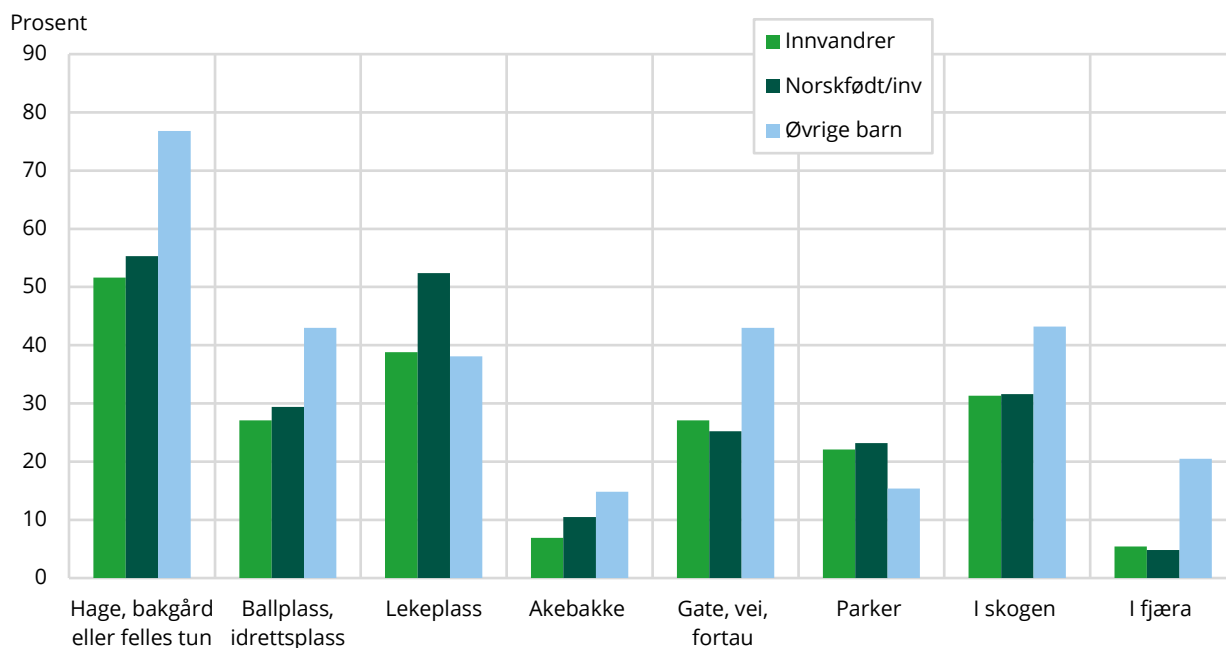
Figur 7.19 Andel barn som leker ulike plasser, etter aldersgruppe, 2020



Kilde: Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv 2020. Statistisk sentralbyrå.

Vi finner også forskjeller i lekeområder basert på innvandringsbakgrunn (Figur 7.20). Dette kan i stor grad henge sammen med sentralitet. Innvandrere og særlig norskfødte med innvandrerforeldre bor mer sentralt enn resten av befolkningen (Gulbrandsen, Kulasingam, Sørlien Molstad & Steinkeller, 2021), så forskjeller i lekeområder mellom disse gruppene henger tett sammen med bosettingsmønster. Det er størst forskjell i andelen som leker i hage, bakgård eller felles tun – noe 52 prosent av innvandrere, 55 prosent av norskfødte med innvandrerforeldre og hele 77 prosent av øvrige barn gjør.

Figur 7.20 Andel barn som leker ulike plasser, etter innvandringskategori, 2020



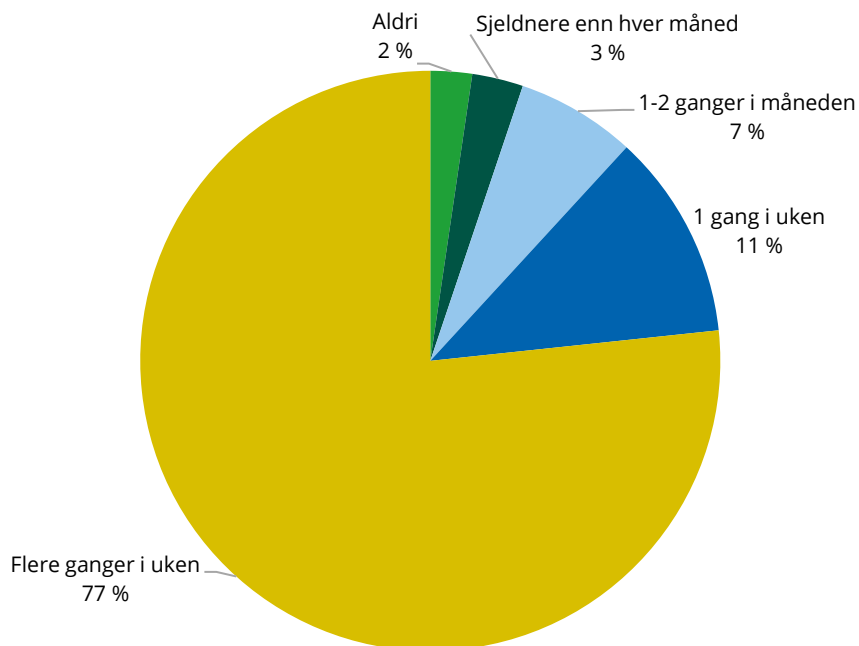
Kilde: Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv 2020. Statistisk sentralbyrå.

Andre former for fysisk aktivitet

Figur 7.21 viser hvor ofte barn er så fysisk aktive at de blir andpustne/svett. Sammenlignet med den voksne befolkningen er det en mye lavere andel som aldri er fysisk aktive, 2 mot 27 prosent inaktive.

Mye flere høyaktive barn enn voksne, 77 mot 57 prosent. Kun 2 prosent av barn oppgir aldri, mot 13 prosent av de voksne.

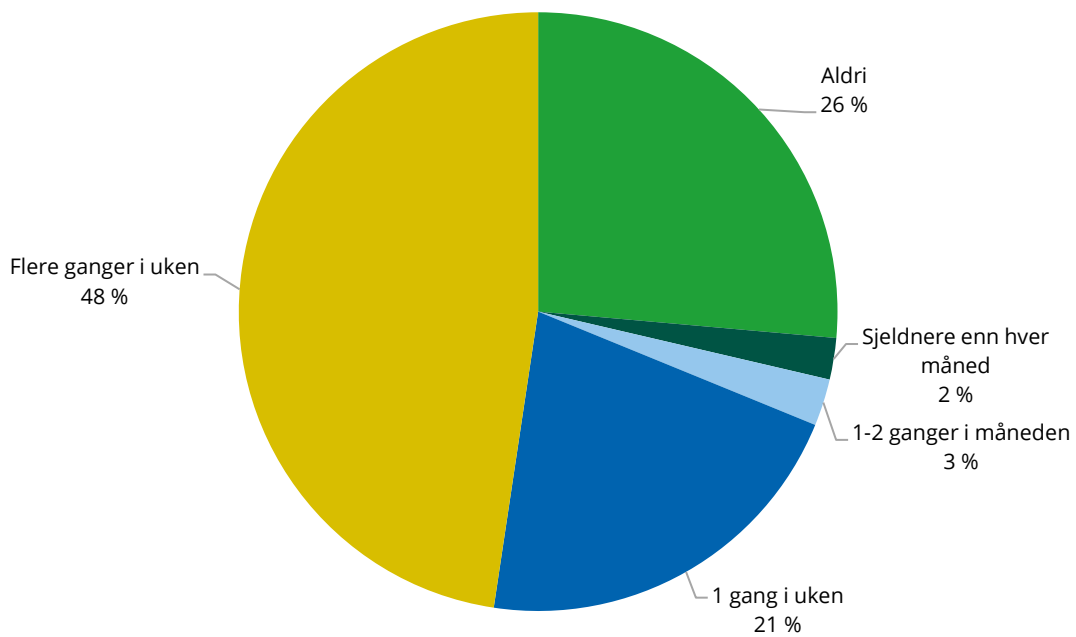
Figur 7.21 Fysisk aktivitet blant barn i alderen 6-15 år, 2020, prosent



Kilde: Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv 2020. Statistisk sentralbyrå.

Det er større forskjeller når vi ser på trening med idrettslag. Der er det 1 av 4 barn som aldri gjør dette. Halvparten trener flere ganger i uken med idrettslag eller klubb.

Figur 7.22 Trening og mosjon med idrettslag eller klubb blant barn i alderen 6-15 år, 2020, prosent



Kilde: Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv 2020. Statistisk sentralbyrå.

8. Inaktivitet

Hovedpunktene i dette kapitlet kan oppsummeres ved:

- Om lag 1 av 10 er inaktiv i friluftsliv. Dette har vært en svak til moderat nedgang i andelen inaktive de siste 10 årene.
- Tilsvarende har andelen som ikke trener vært holdt seg uendret i samme periode.
- Inaktivitet i friluftsliv er mest utbredt blant personer med lav utdanning og inntekt, innvandrere fra Asia, Afrika etc. , personer med funksjonsnedsettelse, samt blant eldre og særlig aleneboende eldre.
- Andelen inaktive i friluftsliv er mye mindre blant barn enn voksne, men mange barn opplever likevel barrierer mot å kunne drive med friluftsliv og annen fysisk aktivitet slik de ønsker.
- De mest utbredte barrierene er mangel på tid blant foreldre, samt ikke råd til å kjøpe og/er leie utstyr. En del oppgir også at de mangler personer i sitt sosiale nettverk som driver med friluftsliv som en barriere.

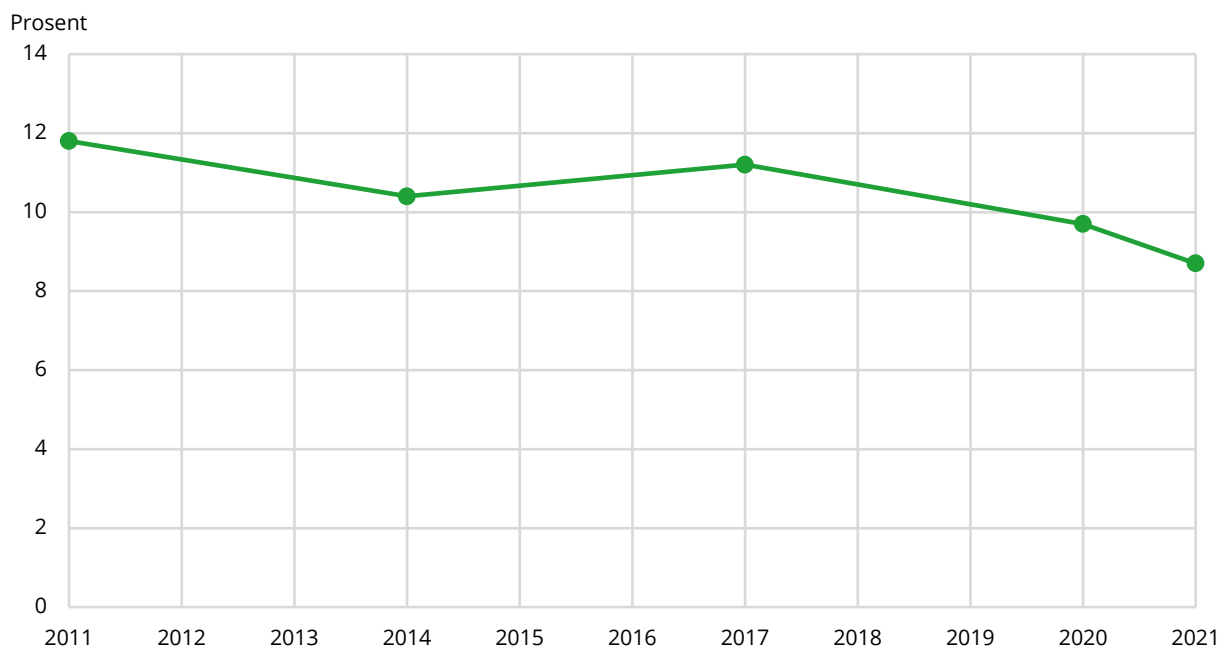
8.1. Innledning

Vi har i denne rapporten belyst befolkningens friluftslivs- og treningsvaner, og sett hvordan dette fortøner seg for ulike grupper i befolkningen. En gruppe som vi ikke har beskrevet i detalj er de inaktive, altså personer som ikke driver med noen form for friluftsliv eller annen form for fysisk aktivitet. I dette kapitlet beskriver vi denne gruppen nærmere. Først ser vi på hva som kjennetegner personer som ikke driver med friluftsliv og trening. Deretter tar vi utgangspunkt i disse kjennetegnene for å se hva som faktisk forklarer inaktiviteten. Handler inaktivitet først og fremst om biologi (alder, sykdom eller liknende)? Spiller bosted noen rolle? Eller kan inaktivitet først og fremst forklares som et sosialt ulikhetsfenomen betinget av klassetilhørighet? Eller handler det livsfase og familiekonstellasjon: om man har barn eller ikke? Og er det forskjeller i kjennetegnene på de som er inaktive i friluftsliv og de som ikke trener?

8.2. Andel inaktive i friluftsliv har falt de siste 10 årene

Når vi ser på deltakelse i friluftslivsaktiviteter under ett¹⁸ finner vi at andelen inaktive har vært nokså stabil, men med en fallende trend de siste 10 årene. I 2011 var det 11,8 prosent som ikke drev med friluftsliv. I 2020 var andelen falt til 9,7 prosent, før den falt ytterligere ned til 8,7 prosent i 2021, en reduksjon på 3,1 prosentpoeng de siste 10 årene (Figur 8.1). Dette kan høres ut som små tall, men hvis vi teller i antall personer var det i overkant av 378 000 personer i befolkningen som ikke drev med friluftsliv i 2021, mot 456 000 personer i 2011, altså en reduksjon på 78 000 personer.

¹⁸ En person klassifiseres som inaktiv i friluftsliv hvis vedkommende oppgir å ikke ha drevet med noen av følgende aktiviteter i løpet av de siste 12 månedene: Gått kort fottur i fjell, skog og mark; gått lang fottur i fjell, skog og mark; plukket bær eller sopp; vært på jakt; fisket; vært på tur med kano, kajakk eller robåt; vært på tur med seilbåt, liten motorbåt eller vannscooter; vært på sykkelstur på turvei, stier eller i terrenget; ridd på tur på hest; gått på lang skitur i fjell, skog og mark; gått på kort skitur i fjell, skog og mark; gått på skøyter utendørs; stått på alpinski, snowboard, randonee; badet utendørs. Kortere spaserturer i nærheten av hjemmet ble ikke spurt om i 2011, og er derfor utelatt fra analysen slik at andelen inaktive kan sammenliknes over flere år.

Figur 8.1 Andel inaktive i friluftsliv de siste 12 månedene, personer 16 år og over, 2011-2021

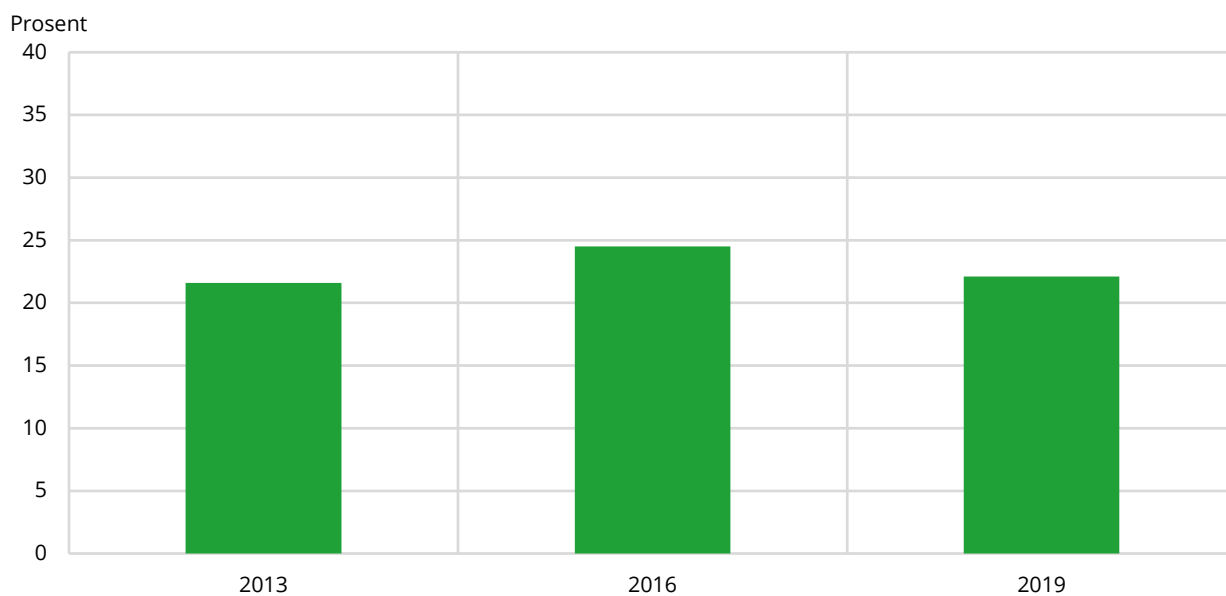
Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

8.3. ...mens andelen som ikke trener har holdt seg uendret

Når det gjelder trening ser bildet noe annerledes ut (Figur 8.2). Andelen som ikke har drevet med noen av treningsaktivitetene det er spurt om i Levekårsundersøkelsen¹⁹ er gjennomgående større. Videre ser vi at mens andelen som ikke har prøvd ulike friluftslivsaktiviteter har falt de siste årene, har utviklingen vært flat når det gjelder trening på mellom 22-24 prosent. I denne sammenlikningen må vi være observant på to forhold. Det første er at vi for trening har færre målinger å basere oss på. Det andre er at vi her har brukt en annen definisjon på inaktivitet i trening enn den brukt i kapittel 7.1. Definisjonen her teller inaktivitet i en rekke aktiviteter, i stedet for å bruke indikator som spør direkte om treningsfrekvens, som er den det vises til i kapittel 7.1 («Hvor ofte trener eller mosjonerer du?» med svaralternativer «Aldri», «Sjeldnere enn én gang i måneden», «1-3 ganger i måneden», «En gang i uken» og «Flere ganger i uken»). Dette er gjort fordi levekårsundersøkelsen ikke inneholder en tilsvarende indikator som spør direkte om total friluftslivfrekvens. Ved å bygge en lik variabel som den bygd for å måle inaktivitet i friluftsliv (se forrige side) kan man sammenlikne inaktivitet i trening og friluftsliv.

¹⁹ En person klassifiseres som inaktiv i treningssammenheng hvis vedkommende oppgir å ikke ha drevet med noen av følgende aktiviteter i løpet av de siste 12 månedene: vært på jogge- eller løpetur; gått langrenn for å trene eller mosjonere; spilt volleyball; syklet for å trene eller mosjonere; drevet med styrketrening; spilt håndball; drevet med svømming; spilt tennis, squash eller badminton; spilt ishockey, bandy eller innebandy; spilt fotball; spilt golf; drevet med gruppetrening.

Figur 8.2 Andel som ikke har trent eller mosjonert i ulike aktiviteter i løpet av de siste 12 månedene, personer 16 år og over, 2013, 2016 og 2019



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

8.4. Prevalensen av inaktivitet i friluftsliv for ulike grupper i befolkningen

En måte å bedre forstå inaktiv-gruppen er å se på hva som kjennetegner personene som gruppen består av. For å finne ut av dette har vi sett på inaktivitet blant ulike grupper i befolkningen.

Tabell 8.1 Inaktive i friluftsliv, etter kjønn, alder, utdanning, inntekt, landbakgrunn, funksjonsnedsettelse, familiefase og sentralitet, personer 16 år og over, 2021, prosent

	Prosent	Antall svar
Alle	8,7	6 031
Kjønn		
Mann	6,2	3 129
Kvinne	11,1	2 902
Alder		
16-24 år	3,9	724
25-44 år	5,1	1 855
45-66 år	6,2	2 298
67 år eller eldre	22,6	1 154
Utdanning		
Grunnskole eller kortere	14,5	1 049
Videregående	8,5	2 342
Høyere utdanning - kort	5,3	1 810
Høyere utdanning - lang	3,9	830
Inntekt		
Laveste inntektskvartil	18,0	1 367
2. inntektskvartil	9,3	1 315
3. inntektskvartil	3,3	1 246
Høyeste inntektskvartil	3,1	1 379
Landbakgrunn		
EU, EØS, etc.	6,5	318
Asia, Afrika, etc.	18,3	396
Øvrig befolkning	7,8	5 317
Funksjonsnedsettelse		
Personer med funksjonsnedsettelse	17,4	1 163
Familiefase		
Enslige 16-24 år som bor hos foreldre	2,6	383
Enslige 16-24 år ellers	4,9	263
Enslige 25-44 år	7,9	532
Par 16-44 år u/ barn	3,7	406
Enslige forsørgere	7,3	204
Par m/barn 0-6 år, yngste barn	4,2	707
Par m/barn 7-19 år, yngste barn	4,3	816
Par u/barn, 45-66 år	4,2	1 020
Par u/barn, 67 år eller eldre	13,5	721
Enslige 45-66 år	10,7	551
Enslige 67 år eller eldre	35,3	428
Sentralitet		
Mest sentrale kommuner	9,0	1 253
Nest-mest sentrale kommuner	8,8	1 602
Mellomsentrale kommuner 1	9,7	1 458
Mellomsentrale kommuner 2	7,8	923
Nest-minst sentrale kommuner	7,7	536
Minst sentrale kommuner	5,8	259

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Det er en tydelig kjønnsforskjell i inaktivitet: En av 10 kvinner er inaktive, mot 1 av 20 menn. Når vi ser på alder er det ikke overraskende personer over 67 år som skiller seg mest ut. I denne gruppen er 1 av 5 personer inaktiv i friluftsliv, mot en 1 av 20 i de øvrige aldersgruppene.

Friluftslivsdeltakelse henger også sammen med utdanning. Andelen inaktive er 15 prosent blant personer med grunnskole eller kortere som høyest fullførte utdanning. Den er også relativt høy blant personer med videregående skole (9 prosent). Blant personer med bachelorgrad fra universitet eller høyskole er andelen inaktive 5 prosent, mens blant personer med mastergrad eller lengre utdanning er den 4 prosent.

Inaktivitet i friluftsliv henger også sammen med inntekt – 18 prosent er inaktive i husholdninger i laveste inntektskvartil, mot 9 prosent i 2. inntektskvartil, og 3 prosent i 3. og høyeste inntektskvartil. Det er overlapp mellom utdanning og inntekt, så inaktiviteten i friluftsliv er klassebetinget og henger sammen med sosioøkonomisk status.

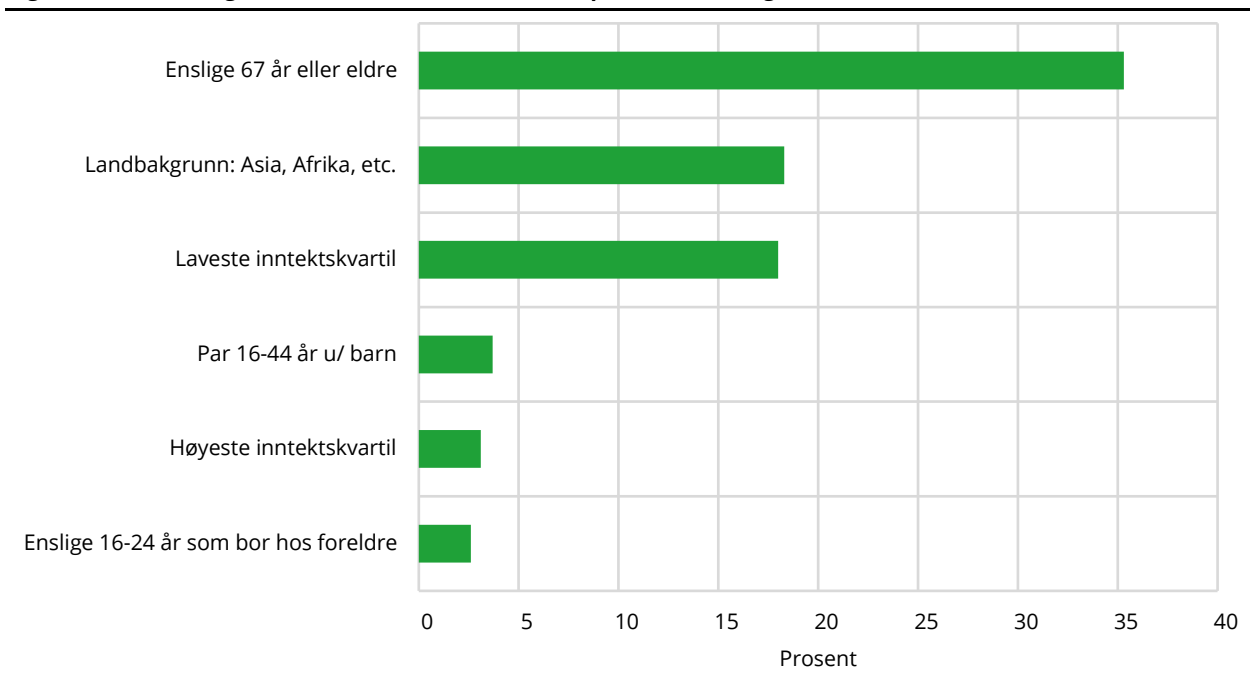
Når det gjelder landbakgrunn finner vi at innvandrere fra EU, EØS etc. ligger så vidt under landsgjennomsnittet når det gjelder inaktivitet i friluftsliv: 7 prosent mot 9 prosent. Dette står i sterk kontrast til innvandrere fra Asia, Afrika etc., hvor andelen inaktive i friluftsliv er 18 prosent.

Det er også mange inaktive blant personer med funksjonsnedsettelse: 17 prosent.

Det er relativt små forskjeller i inaktivitet mellom personer bosatt i kommuner med ulik grad av sentralitet, med 3 prosentpoengs forskjell mellom de mest sentrale kommunene (9 prosent inaktive) til de minst sentrale kommunene (6 prosent inaktive).

Familiefase har derimot stor betydning for friluftsliv. Ikke overraskende er det færrest inaktive blant unge personer som bor hjemme hos foreldre, yngre par (under 67 år) uten barn, og par med barn. Det er særlig enslige som er 67 år og eldre som trekker opp snittet: i denne gruppen er 35 prosent inaktive. Figur 8.3 viser de seks av gruppene med minst og størst andel inaktive.

Figur 8.3 Minst og størst andel inaktive i friluftsliv, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Som vist i tabell 8.1 er det til dels store forskjeller i inaktivitet mellom ulike grupper. Noen av gruppene det henvises til har flere egenskaper (f.eks. enslige 67 år og eldre). I tillegg er det som nevnt over overlapp mellom grupperinger, for eksempel utdanning og inntekt. Et nærliggende spørsmål er derfor: Hva er det egentlig som har betydning for inaktivitet? For å svare på dette har vi kjørt logistiske regresjonsanalyser, som lar oss kontrollere effekten av en gitt egenskap (f.eks. alder) mens det samtidig kontrolleres for de andre egenskapene ved personene som inngår i analysen (f.eks. inntekt). Som avhengig variabel brukes en samlev variabel som teller opp hvor mange friluftslivsaktiviteter man har drevet med (fra 0-16 aktiviteter).

8.5. Kjennetegn ved personer som ikke trener

Det er også variasjon i inaktivitet for trening mellom ulike personer i befolkningen (Tabell 8.2).

Tabell 8.2 Andel som ikke har trent de siste 12 månedene, etter kjønn, alder, utdanning, inntekt, landbakgrunn, funksjonsnedsettelse og familiefase, personer 16 år og over, 2021, prosent

	Prosent	Antall svar
Alle	26,9	6 031
Kjønn		
Mann	24,4	3 129
Kvinne	29,4	2 902
Alder		
16-24 år	9,2	724
25-44 år	20,2	1 855
45-66 år	29,2	2 298
67 år eller eldre	46,8	1 154
Utdanning		
Grunnskole eller kortere	36,2	1 049
Videregående	30,8	2 342
Høyere utdanning - kort	17,2	1 810
Høyere utdanning - lang	14,3	830
Inntekt		
Laveste inntektskvartil	40,6	1 367
2. inntektskvartil	32,3	1 315
3. inntektskvartil	23,8	1 246
Høyeste inntektskvartil	16,3	1 379
Landbakgrunn		
EU, EØS, etc.	27,7	318
Asia, Afrika, etc.	38,5	396
Øvrig befolkning	25,6	5 317
Funksjonsnedsettelse		
Personer med funksjonsnedsettelse	39,3	1 163
Familiefase		
Enslige 16-24 år som bor hos foreldre	8,4	383
Enslige 16-24 år ellers	8,8	263
Enslige 25-44 år	21,6	532
Par 16-44 år u/ barn	11,2	406
Enslige forsørgere	31,4	204
Par m/barn 0-6 år, yngste barn	21,2	707
Par m/barn 7-19 år, yngste barn	20,5	816
Par u/barn, 45-66 år	27,5	1 020
Par u/barn, 67 år eller eldre	40,6	721
Enslige 45-66 år	39,8	551
Enslige 67 år eller eldre	55,8	428
Sentralitet		
Mest sentrale kommuner	22,0	1 253
Nest-mest sentrale kommuner	26,5	1 602
Mellomsentrale kommuner 1	25,8	1 458
Mellomsentrale kommuner 2	30,9	923
Nest-minst sentrale kommuner	31,6	536
Minst sentrale kommuner	34,3	259

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Det er litt flere kvinner (29 prosent) enn menn (24 prosent) som ikke har drevet med de ulike treningsaktivitetene det er spurt om i Levekårsundersøkelsen. Når det gjelder alder er andelen inaktive klart lavest blant yngre: Blant personer i alderen 16-24 år er det 9 prosent som ikke har trent de siste 12 månedene, mens dette gjelder 47 prosent blant personer som er 67 år og eldre.

Trening henger sammen med sosioøkonomisk status. Blant personer med lavere sosioøkonomisk status (grunnskoleutdanning og personer i laveste inntektskvartil) er det omtrent 40 prosent som ikke trener. Motsatt er det bare 15 prosent blant personer med høyere utdannelse og personer i høyeste inntektskvartil.

Andelen som ikke trener er omtrent den samme for innvandrere fra EU/EØS etc. som i befolkningen, mens det er flere inaktive blant innvandrere fra Asia, Afrika etc.

4 av 10 med funksjonsnedsettelse har ikke trent i løpet av de siste 12 månedene.

Når det gjelder familiefase er trening mest utbredt blant unge enslige. I denne gruppen er under 10 prosent inaktive. Stør andel som ikke trener finner man blant enslige 67 år og eldre (56 prosent), par uten barn som er 67 år og eldre (41 prosent) og blant enslige 45-66 år (40 prosent). Det er også mange inaktive som ikke trener blant enslige forsørgere (31 prosent).

I treningsssammenheng er forholdet mellom sentralitet og inaktivitet motsatt av det vi så for friluftsliv i tabell 8.1: mens inaktivitet i friluftsliv var mest utbredt i mest i sentrale kommuner og minst utbredt i minst sentrale kommuner (9 prosent versus 6 prosent), er inaktivitet i trening mest utbredt i minst sentrale kommuner (34 prosent) og minst utbredt i mest sentrale kommuner (22 prosent) (Tabell 8.2). Mulige forklaringer på at trening er mer utbredt i mer sentrale kommuner kan være tilgang på treningsfasiliteter og at man i byene finner en yngre og mer urban befolkning, som vi har sett trener mer. At det er flere i mindre sentrale kommuner som ikke trener, men også færre inaktive i friluftsliv, indikerer at når det gjelder fysisk aktivitet ser det ut som folk anvender nærområdet der de bor: bor man landlig er man fysisk aktiv ute i naturen, mens dersom man bor mer urbant utgjør trening relativt sett en større del av den fysiske aktiviteten.

8.6. Hvilke kjennetegn er viktigst for å forstå inaktivitet i den voksne befolkningen?

Vi har til nå sett på inaktivitet i friluftsliv og for trening i et historisk perspektiv, og vi har sett på utbredelsen av inaktivitet for friluftsliv og trening blant ulike grupper i befolkningen. Et lite overraskende men like full viktig funn er at inaktivitet er mer vanlig blant enkelte grupper i befolkningen. For å finne ut om hva som virkelig har betydning for inaktivitet må sammenhengen mellom et kjennetegn blant personer og inaktivitet studeres etter at de er tatt hensyn til sammenhengen mellom alle de andre kjennetegnene. Dette er gjort ved å kjøre logistiske regresjonsanalyser (Figur 8.4-Figur 8.8). Analysene viser sannsynligheten for å være inaktiv i friluftsliv og trening for ulike grupper²⁰, etter at det er kontrollert for effekten av de øvrige kjennetegnene vi studerer. Vi gjør denne analysen først for den voksne befolkningen, deretter for barn.

Styrken på sammenhengene mellom forklaringsvariablene (kjønn, alder, utdanning, inntekt, landbakgrunn, familiefase, og sentralitet) og inaktivitet i friluftsliv og trening rapporteres som oddsratioer.

Odds er sannsynligheten for at en hendelse inntreffer i forhold til sannsynligheten for at den ikke inntreffer. Oddsrasen er forholdet mellom to odds.

Oddsrasen regnes ut ved at oddsen for at en hendelse inntreffer i en gruppe deles på oddsen for at det inntreffer i en annen gruppe. Oddsrasen er alltid positiv og verdien 1 betyr at oddsen for at hendelsen inntreffer er lik i begge gruppene. Jo sterkere sammenhengen mellom de to hendelsene er, desto større er forskjellene mellom de to oddsene, og desto høyere er odds ratio. For å kalkulere odds og oddsratio har vi alltid en referansegruppe for hver enkelt forklaringsvariabel. For eksempel er referansegruppen for alder respondenter i alderen 16-24 år.

²⁰ Gruppene er identisk med gruppene i tabell 8.1 og tabell 8.2. Unntaket er familiefase, som er omkodet til å skille mellom enslige, enslige forsørgere, par med barn, og par uten barn.

I figur 8.4-figur 8.7 er det en vertikal linje som markerer hvor oddsraten er 1. Når linjene (konfidensintervaller) som går ut fra prikken (oddsraten) krysser den vertikale linjen, er oddsraten ikke statistisk signifikant.

Vi ser av figur 8.4 at prikken (oddsraten) og de tilhørende linjene (konfidensintervallene) i øvrige aldergruppene befinner seg på høyre side av den vertikale linjen, Dette indikerer at oddsratene er over 1 og at sammenhengene er statistisk signifikante (på 95 prosents nivå). Dette betyr at personer som er 25 år og eldre har høyere sannsynlighet for å være inaktiv i friluftsliv som ikke skyldes tilfeldigheter, sammenliknet med de som er 16-24 år.

Friluftsliv

Resultatene fra regresjonsmodellen viser at menn befinner seg på venstre side av den vertikale linjen, og har små konfidensintervaller (Figur 8.4). Oddsraten er 0,6, med kvinner som referansegruppe. Det betyr at det er mer sannsynlig at kvinner er inaktiv i friluftsliv, sammenliknet med menn²¹.

Som nevnt over er respondenter i alderen 16-24 år referansegruppe for alder. Her ser vi at alle øvrige aldersgrupper befinner seg på høyre side av den vertikale linjen. Oddsraten er 1,9 for personer i alderen 25-44 år, 2,9 for personer i alderen 45-66 år og 12,5 for personer som er 67 år og eldre. Dette betyr at det er henholdsvis 1,9 ganger, 2,9 og 12,5 ganger mer sannsynlig at personer i disse aldersgruppene er inaktive i friluftsliv, sammenliknet med personer som er 16-24 år (referansegruppen).

Når det gjelder utdanning finner vi en oddsrate på henholdsvis 0,5, 0,3 og 0,3 for videregående utdanning, og høyere utdanning (kort og lang). Dette betyr at personer med grunnskole som høyest fullført utdanning (referansegruppe) har en signifikant større sannsynlighet for å være inaktiv sammenliknet med personer med høyere utdanning.

Videre ser vi at sammenhengen mellom inntektsnivå og inaktivitet i friluftsliv vedvarer etter at vi har kontrollert for de andre faktorene som er inkludert i regresjonsmodellen. Personer i 3. inntektskvartil og høyeste inntektskvartil har signifikant lavere sannsynlighet for å være inaktiv (med oddsrate på henholdsvis 0,4 og 0,5), sammenliknet med personer i laveste inntektskvartil (referansegruppe). Det er ikke signifikante forskjeller i sannsynligheten for å være inaktiv mellom personer i 1. og 2. inntektskvartil.

Videre viser resultatene at innvandrere fra Asia, Afrika etc. har en oddsrate på 3,4, som betyr at blant personer med denne landbakgrunnen er det 3,4 ganger mer sannsynlig at de er inaktive i friluftsliv sammenliknet med øvrig befolkning (referansegruppe).

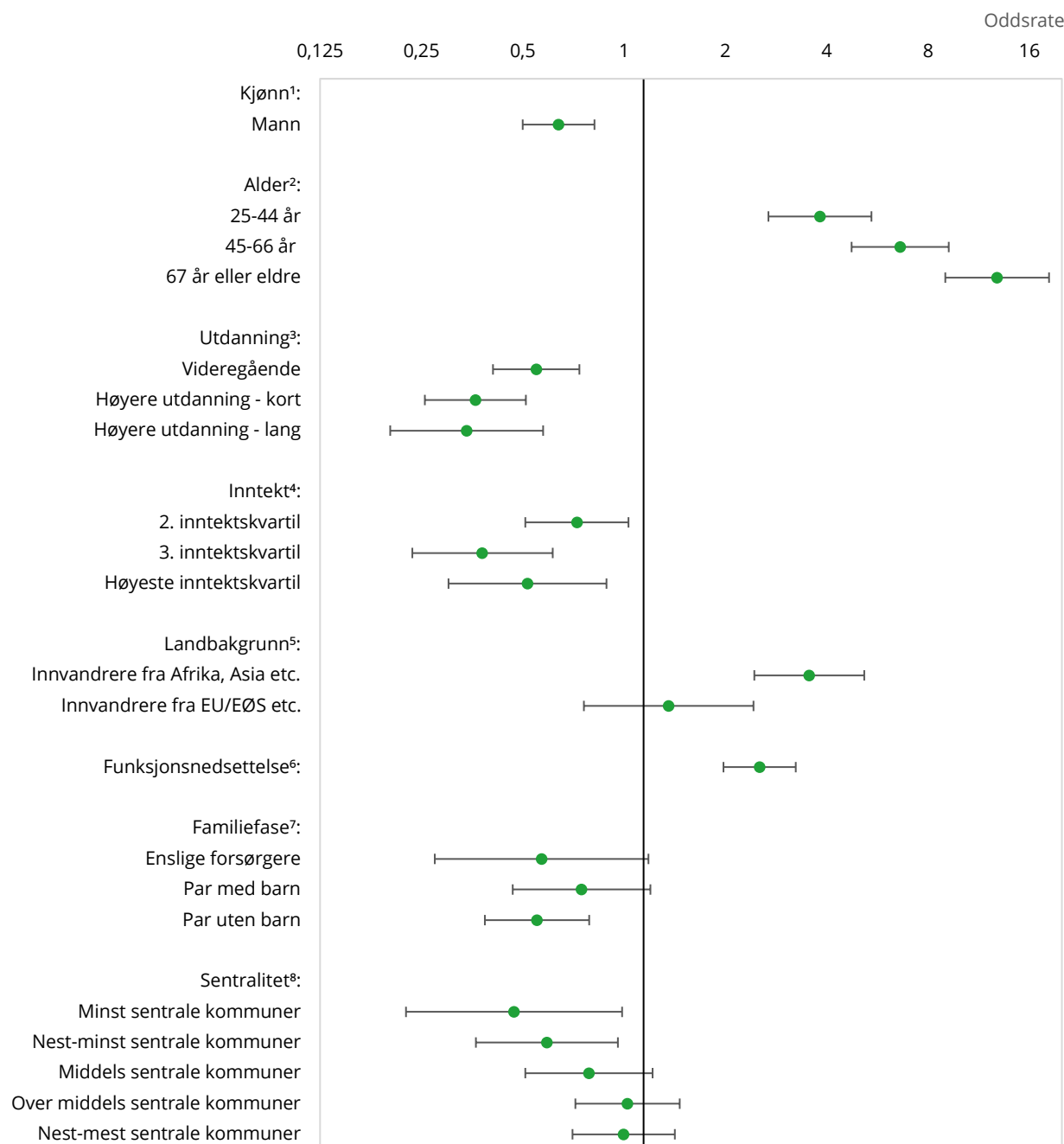
Personer med funksjonsnedsettelse har også en markant større sannsynlighet for å ikke drive med friluftsliv sammenliknet med øvrig befolkning.

Når det gjelder familiefase ser vi at par uten barn har signifikant lavere sannsynlighet for å være inaktiv i friluftsliv, sammenliknet med enslige som bor alene (referansegruppe). Det er kun mindre forskjeller i inaktivitet i friluftsliv mellom enslige og enslige forsørgere og par med barn. Det kan være flere årsaker til at par uten barn er mer aktive. De har mer tid, bedre råd, og sammenliknet med enslige kan en partners interesse for friluftsliv innvirke på den andre parten i forholdet.

²¹ En person klassifiseres som inaktiv i friluftsliv hvis vedkommende oppgir å ikke ha drevet med noen av følgende aktiviteter i løpet av de siste 12 månedene: Gått kort fottur i fjell, skog og mark; gått lang fottur i fjell, skog og mark; plukket bær eller sopp; vært på jakt; fisket; vært på tur med kano, kajakk eller robåt; vært på tur med seilbåt, liten motorbåt eller vannscooter; vært på sykkeltur på turvei, stier eller i terrenget; ridd på tur på hest; gått på lang skitur i fjell, skog og mark; gått på kort skitur i fjell, skog og mark; gått på skøyter utendørs; stått på alpinski, snowboard, randonee; badet utendørs.

For sentralitet ser vi at personer bosatt i de minst sentrale kommunene plasserer seg på venstre side av den vertikale linjen. Det betyr at sammenliknet med referansegruppen, som er personer bosatt i de mest sentrale kommunene, har personer som bor i de minst sentrale kommunene statistisk mindre sannsynlighet for å være inaktiv i friluftsliv.

Figur 8.4 Logistisk regresjonsanalyse som viser oddsratioen for å være inaktiv i friluftsliv, etter alder, kjønn, utdanning, inntekt, landbakgrunn, funksjonsnedsettelse, familiefase og sentralitet, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

¹ Referansegruppe er kvinner

² Referansegruppe er personer i alderen 16-24 år

³ Referansegruppe er personer med grunnskole som høyest fullførte utdanning

⁴ Referansegruppe er personer som tilhører husholdninger i 1. inntektskvartil

⁵ Referansegruppe er øvrig befolkning

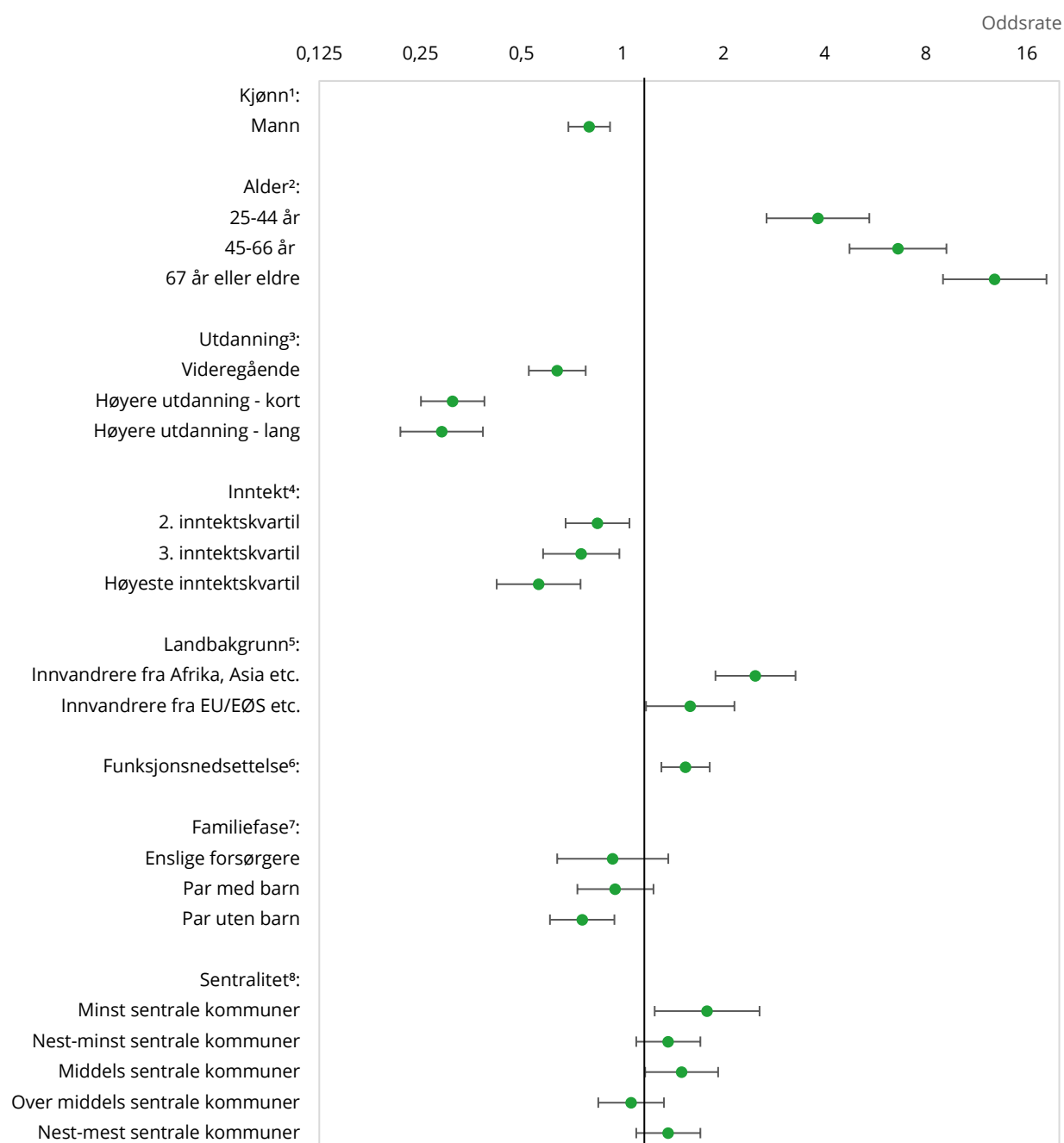
⁶ Referansegruppe er øvrig befolkning

⁷ Referansegruppe er enslige

⁸ Referansegruppe er personer bosatt i mest sentrale kommuner

Trening

Figur 8.5 Logistisk regresjonsanalyse som viser oddsratioen for å være inaktiv i trening, etter alder, kjønn, utdanning, inntekt, landbakgrunn, funksjonsnedsettelse, familiefase og sentralitet, personer 16 år og over, 2021



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

¹ Referansegruppe er kvinner

² Referansegruppe er personer i alderen 16-24 år

³ Referansegruppe er personer med grunnskole som høyest fullførte utdanning

⁴ Referansegruppe er personer som tilhører husholdninger i 1. inntektskvartil

⁵ Referansegruppe er øvrig befolkning

⁶ Referansegruppe er øvrig befolkning

⁷ Referansegruppe er enslige

⁸ Referansegruppe er personer bosatt i mest sentrale kommuner

Figur 8.5 viser at menn har noe lavere sannsynlighet for å være inaktiv når det gjelder trening²². Sammenhengen er statistisk signifikant, men av noe svakere styrke enn for friluftsliv.

Når det gjelder alder er mønsteret mye av det samme som for friluftsliv i figur 8.4: Sammenliknet med yngre personer i alderen 16-24 år har personer i alderen 25-44 år 3,8 ganger større sannsynlighet for inaktivitet, 6,6 ganger for personer i alderen 45-66 år, mens det er 12,8 ganger mer sannsynlig at personer som er 67 år eller eldre ikke trener.

Det er også en sammenheng mellom utdanning og trening. Personer med grunnskole som høyest fullførte utdanning har signifikant større sannsynlighet for ikke å trene sammenliknet med personer med høyere utdanning. Både personer med videregående skole og høyere utdanning (kort og lang) har statistisk større sannsynlighet for å drive med trening.

Vi husker fra figur 8.4 at inaktivitet i friluftsliv var mindre utbredt blant personer i 3. inntektskvartil og 4. inntektskvartil sammenliknet med personer i 1. inntektskvartil. For trening er forskjellene mellom personer med ulik inntekt mer eller mindre lik: Personer i 3. og 4. inntektskvartil har større sannsynlighet for å trene sammenliknet med personer i 1. inntektskvartil.

For landbakgrunn ser vi at sammenliknet med øvrig befolkning er det 2,4 større sannsynlighet for at innvandrere fra Asia, Afrika etc. ikke trener, og 1,5 ganger større for innvandrere fra EU/EØS etc.

Personer med funksjonsnedsettelse befinner seg på høyre side av den horisontale linjen. De har omtrent 1,5 ganger større sannsynlighet for å ikke trene, sammenliknet med øvrig befolkning.

For familiefase skiller par med barn seg ut med en lavere sannsynlighet for å være inaktiv i friluftsliv sammenliknet med enslige.

Personer som bor i de mindre sentrale kommuner har klart større sannsynlighet for å ikke trene: Sannsynligheten er 1,7 ganger større for personer bosatt i de minst sentrale kommunene, 1,3 ganger for de nest minst sentrale kommuner, 1,5 for middels sentrale kommuner og 1,3 ganger mer sannsynlig blant personer i de nest-mest sentrale kommunene. Dette er ikke overraskende. Den enkleste forklaringen er at personer i urbane miljøer foretrekker trening fremfor friluftsliv. En mer plausibel årsak handler om tilgang: i større byer er det mer tilrettelagt for trening (f.eks. trenings-sentre), mens mange friluftslivsaktiviteter krever reising for personer i større byer. For personer bosatt i mer landlige strøk er situasjonen for mange motsatt: man har friluftslivet «rett utenfor døra», mens mange har reisevei til treningscentre eller idrettsanlegg tilrettelagt for trening og konkurranse.

8.7. Hvordan forstå barns aktivitetsmønstre?

Vi har sett at barns aktivitetsmønstre skiller seg noe fra voksnes: Generelt er svært mange barn aktive og har høyere deltakelse enn voksne, både når det gjelder friluftsliv og andre fysiske aktivitetsformer. Allikevel er det ikke gitt at alle barn kan drive med aktivitetene de ønsker og i det omfanget de ønsker. Derfor identifiserer vi først i dette kapitlet de viktigste barrierene for å drive med friluftsliv og trening blant barn. Deretter, for å få et bedre grep om hva det er som forklarer barns aktivitetsnivåer presenterer vi to sett med regresjonsanalyser som viser hvilke kjennetegn som er viktigst for å forklare høyt aktivitetsnivå i friluftsliv og trening.

²² En person klassifiseres som inaktiv i treningssammenheng hvis vedkommende oppgir å ikke ha drevet med noen av følgende aktiviteter i løpet av de siste 12 månedene: vært på jogge- eller løpetur; gått langrenn for å trene eller mosjonere; spilt volleyball; syklet for å trene eller mosjonere; drevet med styrketrening; spilt håndball; drevet med svømming; spilt tennis, squash eller badminton; spilt ishockey, bandy eller innebandy; spilt fotball; spilt golf; drevet med gruppetrening.

Barrierer for barns friluftsliv og trening

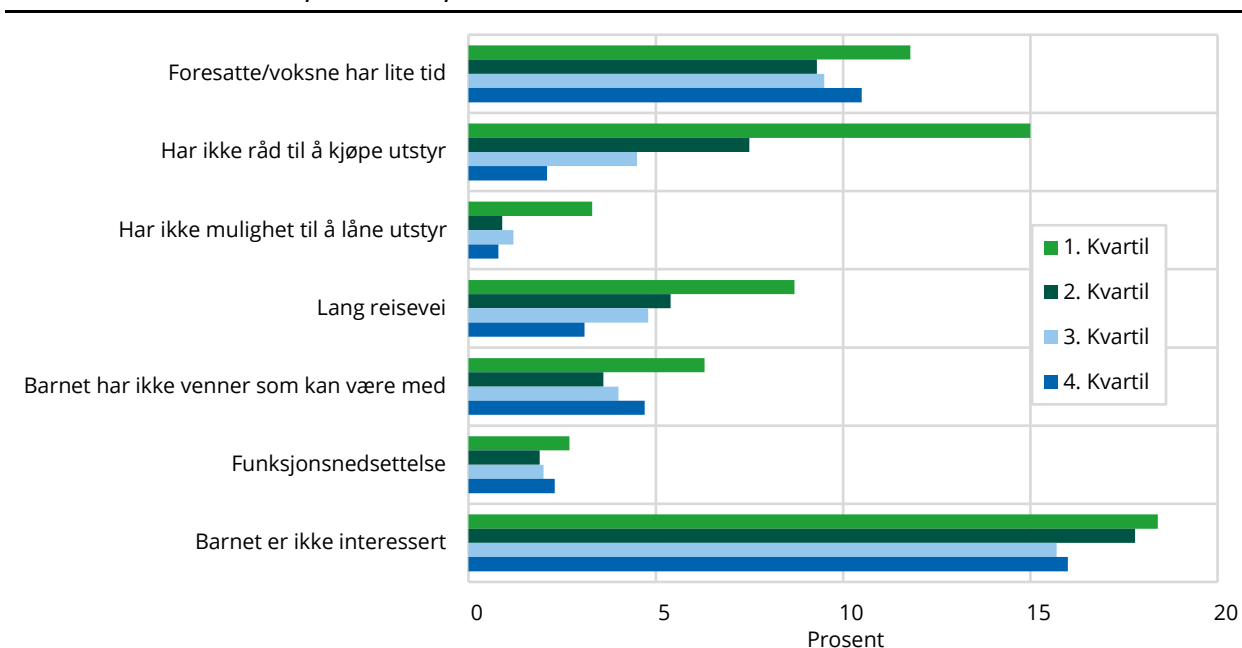
Tabell 8.3 Barrierer for at barnet deltar i idretts- eller friluftaktiviteter på fritiden (oppgitt av foresatt), etter bakgrunnskjennetegn, 2020, prosent

	Alle barn	Lav utdanning	Middels utdanning	Høy utdanning	1. Kvartil	2. Kvartil	3. Kvartil	4. Kvartil
Foresatte/voksne har lite tid	10,3	10,1	8,5	11,2	11,8	9,3	9,5	10,5
Har ikke råd til å kjøpe utstyr	7,9	14,6	11,1	5,2	15,0	7,5	4,5	2,1
Har ikke mulighet til å låne utstyr	1,6	3,0	2,8	0,9	3,3	0,9	1,2	0,8
Lang reisevei	5,8	7,4	5,4	5,7	8,7	5,4	4,8	3,1
Barnet har ikke venner som kan være med	4,7	6,1	3,4	5,0	6,3	3,6	4,0	4,7
Funksjonsnedsettelse	2,3	2,4	2,6	2,0	2,7	1,9	2,0	2,3
Barnet er ikke interessert	17,2	16,4	16,0	17,8	18,4	17,8	15,7	16,0
Foresatte/voksne er ikke interessert	1,2	0,7	0,8	1,5	1,1	1,4	1,1	1,3
Har ingen hindringer	63,3	48,5	63,0	66,2	51,2	63,8	71,1	71,8
Antall svar	4 246	403	939	2 904	1 116	1 104	915	1 111

Kilde: Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv 2020. Statistisk sentralbyrå.

Den minst kontroversielle barrieren er også den mest utbredte: mangel på interesse. Vi ser at interessen ikke er klassebetinget, siden det kun er små forskjeller i andelen som oppgir dette som barriere på tvers av ulike utdannings- og inntektsnivåer. Deretter følger mangel på tid for foreldredeltakelse. Også her er det små forskjeller etter foreldres sosioøkonomiske status. En mulig forklaring er allikevel at dette henger sammen med arbeidssituasjon, hvor foreldrene som jobber mye og/eller har ugunstige arbeidstider (for eksempel turnusarbeid) har mindre tid til å følge opp barnas fritid. Det kan også være at mange av disse barna har foreldre som er enslige forsørgere. Vi ser også nesten like mange barn ikke har mulighet til å kjøpe og/eller låne utstyr. Dette er i likhet med mangel på tid også knyttet til foreldrenes arbeidssituasjon, men mer knyttet direkte til lønnsnivå: denne barrieren er mye mer utbredt blant barn hvor foreldre har lavere utdanning og inntekt (Figur 8.6). Videre observerer vi at 6 prosent har lang reisevei, mens 5 prosent har ikke venner som kan være med. Vi ser også at 2 prosent oppgir at funksjonsnedsettelse er en barriere for en del barn.

Figur 8.6 Barrierer for at barnet deltar i idretts- eller friluftaktiviteter på fritiden (oppgitt av foresatt), etter inntektskvartil, barn 6-15 år, 2020



Kilde: Barn og unges fysiske aktivitet og friluftsliv 2020. Statistisk sentralbyrå.

Friluftsliv

Barn deltar generelt i flere aktiviteter og med høyere frekvens enn voksne. Derfor fokuserer vi i denne analysen på sannsynligheten for å være høyaktiv i friluftsliv. Høyaktiv defineres her som at man gjør en friluftslivsaktivitet²³ minst én gang i uken.

Figur 8.7 viser sannsynligheten for å være et høyaktivt barn i friluftsliv, etter utvalgte kjennetegn ved barna. For kjønn ser vi at den grønne prikken ligger svært nærme den vertikale streken. Denne betyr at det ikke er noen tydelige variasjoner mellom gutter og jenter i aktivitetsnivå i friluftsliv. I kapittel 4.1 så vi at det kun var små kjønnsforskjeller i hvilke aktiviteter gutter og jenter driver med. Her ser vi at det heller ikke er tydelige forskjeller i mengde aktivitet.

Når det gjelder alder ser vi at både prikken og konfidensintervallene ligger til vestre for den vertikale streken. Dette betyr at eldre barn i alderen 11-15 år er mindre sannsynlig for å være høyaktiv i friluftsliv sammenliknet med referansegruppen, som er barn i 6-10 år. Styrken på sammenhengen er statistisk signifikant, som betyr at sammenhengen ikke kan tilskrives tilfeldigheter.

For foreldres utdanning ser vi at det går et skille mellom barn med foreldre med grunnskole eller videregående skole som høyest fullførte utdanning: disse barna har noe lavere sannsynlighet for å være høyaktiv i friluftsliv enn barn med høyere utdanning. Forskjellene mellom de ulike utdanningsgruppene er derimot ikke store eller statistisk signifikante.

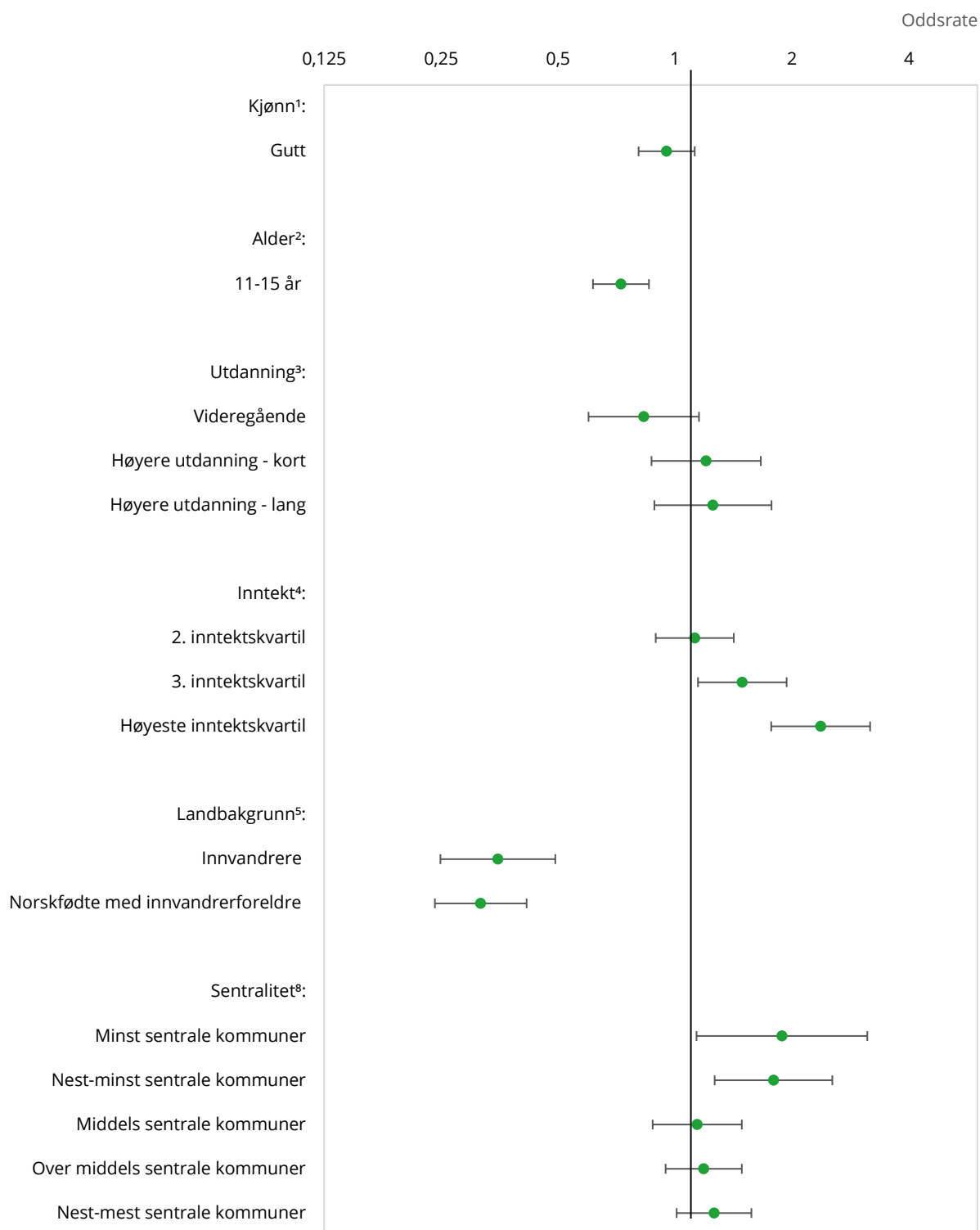
En viktigere forklaringsfaktor er inntekt: Sammenliknet med barn med foreldre som befinner seg i 1. (laveste) inntektskvartil har barn med foreldre i 3. og 4. (høyeste) inntektskvartil henholdsvis 1,5 og 2,3 ganger større sannsynlighet for å tilhøre høyaktiv-gruppen i friluftsliv. Når vi vurderer viktigheten av sosioøkonomisk status, som vanligvis målet som en kombinasjon av utdanning og inntekt, ser vi at det er inntektsfaktoren som er viktigst for å forklare friluftslivsdeltakelse.

Sannsynligheten for å være høyaktiv er lavere blant innvandrerbarn, sammenliknet med den øvrige befolkningen. Det samme gjelder norskfødte med innvandrerforeldre. Styrken på sammenhengene er av omtrent samme størrelse.

Til slutt har vi sett på bosted: om barn bor sentralt eller ikke. Her skiller de minst og nest minste kommunene seg ut. Barn bosatt i disse kommunene har nesten dobbelt så høy sannsynlighet for å være aktiv i friluftsliv én gang i uken, sammenliknet med barn som bor i de mest sentralt.

²³ De inkluderte aktivitetene i målet er: gått lang og/eller kort fottur i fjell, skog og mark; plukket bær eller sopp; fisket; vært på båttur; vært på sykkelturn; ridd på tur på hest; gått på lang skitur i fjell, skog og mark; gått på kort skitur i fjell, skog og mark; gått på skøyter utendørs; stått på alpinski og/eller snowboard; badet utendørs.

Figur 8.7 Logistisk regresjonsanalyse som viser oddsratioen for å være aktiv i friluftaktiviteter 1 eller flere ganger i uken blant barn i alderen 6-15 år, 2020



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC.

¹ Referansegruppe er kvinner

² Referansegruppe er personer i alderen 16-24 år

³ Referansegruppe er personer med grunnskole som høyest fullførte utdanning

⁴ Referansegruppe er personer som tilhører husholdninger i 1. inntektskvartil

⁵ Referansegruppe er øvrig befolkning

⁶ Referansegruppe er øvrig befolkning

⁷ Referansegruppe er enslige

⁸ Referansegruppe er personer bosatt i mest sentrale kommuner

Fysisk aktivitet

Figur 8.8 viser sannsynligheten for å tilhøre gruppen av barn som er aktive én eller flere ganger i uken i andre former for fysisk aktivitet²⁴.

Mens det ikke var noen kjønnsforskjeller i aktivitetsomfanget for friluftsliv (figur 8.6), ser vi her at gutter har 1,5 ganger større sannsynlighet for å være høyaktiv i de kartlagte fysiske aktivitetene, sammenliknet med jenter. Også når det gjelder alder finner vi et annet mønster: eldre barn har større sannsynlighet for å drive med fysiske aktiviteter, sammenliknet med de yngre barna i alderen 6-10 år. En nærliggende forklaring er at mange barn driver mye med egenorganisert aktivitet, gjerne sammen med familien, og gjerne i form av friluftsliv. Etter hvert som de blir eldre øker rekrutteringen inn i organiserte aktiviteter, og særlig idrett.

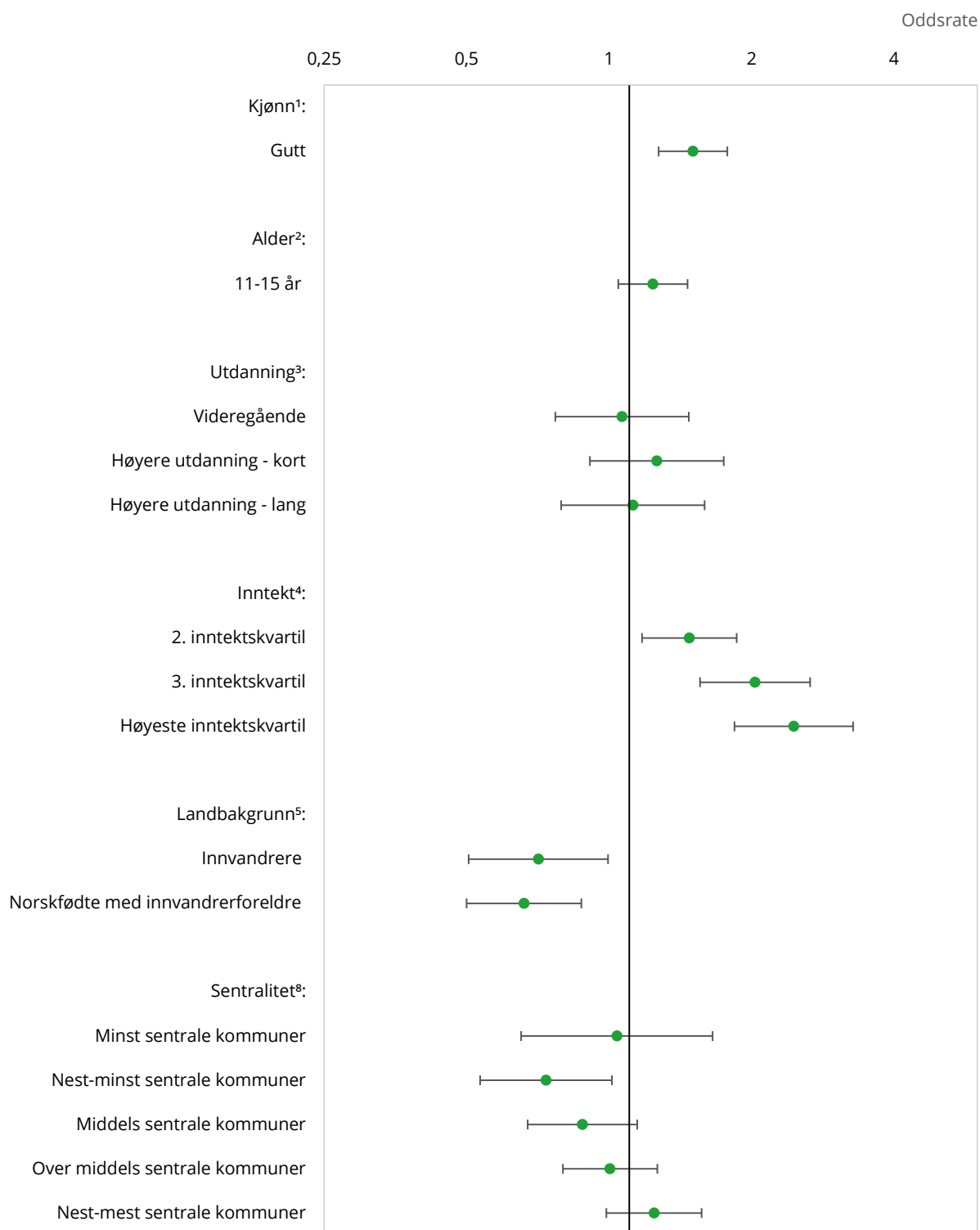
Betydningen av sosioøkonomisk status er todelt. Vi ser først at variasjon i fysisk aktivitetsnivå mellom barn ikke henger sammen med foreldres utdanningsnivå. Derimot ser vi at det store forskjeller etter foreldres inntektsnivå: Barn med foreldre i den høyeste inntektskvartilen har 2,5 ganger større sannsynlighet for å tilhøre høyaktiv-gruppen, sammenliknet med barn med foreldre i den laveste inntektskvartilen. Også barn i 2. og 3. inntektskvartil er mer fysisk aktiv enn barn i den laveste inntektskvartilen, men her er styrken på sammenhengen noe svakere.

Når det gjelder innvandring ser vi at det å være norskfødt med innvandrerforeldre korrelerer negativt med fysisk aktivitetsnivå. Denne gruppen har altså lavere sannsynlighet for å være fysisk aktiv én eller flere ganger i uken, sammenliknet med øvrig befolkning. Innvandrerbarn har en noe lavere sannsynlighet for å være høyaktiv sammenliknet med barn i den øvrige befolkningen, men sammenhengen er svak og ikke statistisk signifikant.

Når det gjelder sentralitet finner vi ingen statistisk signifikante forskjeller i barns fysiske aktivitetsnivå.

²⁴ Målet på fysisk aktivitet er satt sammen av deltakelseshyppighet i aktivitetene: Innendørs svømming i svømmebasseng; joggetur; stått på skateboard, sparkesykkel eller rulleskøyter; drevet med allidrett; drevet med organisert dans; drevet med styrketrening; spilt fotball; drevet med kampsport; spilt basketball; spilt volleyball; spilt ishockey/bandy eller innebandy; spilt tennis, squash eller badminton; drevet med friidrett; spilt håndball. Aktivitet i gymtimer på skolen er utelatt fra analysen.

Figur 8.8 Logistisk regresjonsanalyse som viser oddsratioen for å drive med annen fysisk aktivitet 1 eller flere ganger i uken blant barn i alderen 6-15 år, 2020



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

¹ Referansegruppe er jenter

² Referansegruppe er personer i alderen 16-24 år

³ Referansegruppe er personer med grunnskole som høyest fullførte utdanning

⁴ Referansegruppe er personer som tilhører husholdninger i 1. inntektskvartil

⁵ Referansegruppe er øvrig befolkning

⁶ Referansegruppe er øvrig befolkning

⁷ Referansegruppe er enslige

⁸ Referansegruppe er personer bosatt i mest sentrale kommuner

Referanser

- Andersen, L., Corazon, S. S. S. & Stigsdotter, U. K. K. (2021). Nature Exposure and Its Effects on Immune System Functioning: A systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 18 no. 4, pp. 1416
<https://doi.org/10.3390/ijerph18041416>
- Bergesen Dalen, H. (2021). *Barn fra vestkanten er mest aktive i Oslo*.
<https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/artikler-og-publikasjoner/barn-fra-vestkanten-mest-aktive-i-oslo>
- Bergesen Dalen, H & Lundgaard, L. B. (2021). Fysisk aktivitet og friluftsliv blant barn og unge 2020. 2021/30. Oslo/Kongsvinger: Statistisk sentralbyrå.
<https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/idrett-og-friluftsliv/artikler/fysisk-aktivitet-og-friluftsliv-blant-barn-og-unge-2020>
- Bourdieu, P. (2013). *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*. United Kingdom: Taylor & Francis.
- Bjerkli, C., Flemsæter, F., Lein, H., Nymoen Rørtveit, H., Setten, G., Aasetre, J. (2017). Integrering gjennom friluftsliv?. *Plan*, Vol. 49, no. 1, pp. 36-39
<https://doi.org/10.18261/ISSN1504-3045-2017-01-09>
- Egge-Hoveid, K. (2012). *Over 67 år - og fortsatt aktiv*.
<https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/artikler-og-publikasjoner/over-67-aar-og-fortsatt-aktiv>
- Gulbrandsen, F., Kulasingam, A.S., Molstad, C. S. & Steinkeller, A. (2021). Innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldres fordeling på kommunenivå. 2021/8. Oslo/Kongsvinger: Statistisk sentralbyrå.
<https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/innvandrere-og-norskfodte-med-innvandrerforeldres-fordeling-pa-kommuneniva>
- Jensen, A. (2018). *Røykepilene peker riktig vei*. Statistisk sentralbyrå.
<https://www.ssb.no/helse/artikler-og-publikasjoner/roykepilene-peker-riktig-vei>
- Klima- og Miljødepartementet (2016). *Friluftsliv: Naturen som kilde til helse og livskvalitet*. (Meld. St. 18 (2015-2016)). Hentet fra:
<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-18-20152016/id2479100/?ch=1>
- Kreuter, F., Presser, S., & Tourangeau, R. (2008). Social desirability bias in cati, ivr, and web surveys. The effects of mode and question sensitivity. *Public Opinion Quarterly*, 72(5), 847-865.
- Kultur- og likestillingsdepartementet. (2012). *Den norske idrettsmodellen*. Meld. St. 26 (2011-2012). Hentet fra:
<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld-st-26-20112012/id684356/?ch=1>
- McMillan, L.B., Zengin, A., Ebeling, P.R., Scott, D. (2017). Prescribing Physical Activity for the Prevention and Treatment of Osteoporosis in Older Adults. *Healthcare*, vol. 85, no. 5.
<https://doi.org/10.3390/healthcare5040085>
- Otnes, B. (2017). Livet etter 80 - Eldres helse og levevaner. *Tidsskrift for omsorgsforskning*, 3(3), 243-254.
<https://doi.org/10.18261/issn.2387-5984-2017-03-10>
- Ringdal, L. (2013). *Enhet og mangfold: samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode* (3. utg.). Oslo: Fagbokforlaget.
- Sisjord, M.A. (2005). Snowboard – en kjønnnet ungdomskultur. *Tidsskrift for Ungdomsforskning*, 5(2), 65-82.

- Steinset, T.A. (2019). *Primært menn i primærnæringane*.
<https://www.ssb.no/jord-skog-jakt-og-fiskeri/artikler-og-publikasjoner/primaert-menn-i-primarnaeringane>
- Pietilä, M., Neuvonen, M., Borodulin, K., Korpela, K., Sievänen, T & Tyrväinen, L. (2015). Relationships between exposure to urban green spaces, physical activity and self-rated health. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, vol. 10, pp. 44-54.
<https://doi.org/10.1016/j.jort.2015.06.006>
- Potter, R., Ellard, D., Rees, K. & Thorogood, M. (2011), A systematic review of the effects of physical activity on physical functioning, quality of life and depression in older people with dementia. *Int. J. Geriat. Psychiatry*, 26: 1000-1011. <https://doi.org/10.1002/gps.2641>
- Thorpe, H. (2011). *Snowboarding Bodies in Theory and Practice*. Houndmills: Palgrave Macmillian.
- Tømmerås, A.M., Thomas, M.J. (2022). Nasjonale befolkningsframskrivinger 2022. 2022/29. Oslo/Kongsvinger: Statistisk sentralbyrå.
<https://www.ssb.no/befolkning/befolkningsframskrivinger/artikler/nasjonale-befolkningsframskrivinger-2022>
- Vaage, O. F. (2009). Mosjon, friluftsliv og kulturaktiviteter. Resultater fra Levekårsundersøkelsene fra 1997 til 2007. 2009/15. Oslo/Kongsvinger: Statistisk sentralbyrå.
https://www.ssb.no/a/publikasjoner/pdf/rapp_200915/rapp_200915.pdf
- Vaage, O. F.. (2015). Fritidsaktiviteter 1997-2014. Barn og voksnes idrettsaktiviteter, friluftsliv og kulturaktiviteter. Resultater fra Levekårsundersøkelsene. 2015/25. Oslo/Kongsvinger: Statistisk sentralbyrå.
https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/artikler-og-publikasjoner/_attachment/229040
- Wold, L.C, Skår, M. & Øian, H. (2020). *Barn og unges friluftsliv. NINA Rapport 1801*. Norsk institutt for naturforskning.

Vedlegg A: Historiske deltakelsestall i friluftsliv for ulike grupper i befolkningen

Tabell A1.1 Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter kjønn, personer 16-74 år, 1974-2021, prosent

	1974		1997		2001		2004		2007		2011		2014		2017		2020		2021	
	Men n	Kvin- ner	Men n	Kvin- ner	Men n	Kvin- ner	Men n	Kvin- ner	Men n	Kvin- ner	Men n	Kvin- ner	Men n	Kvin- ner	Men n	Kvin- ner	Men n	Kvin- ner	Men n	Kvin- ner
Fotturer, i alt	68,4	60,2	82,2	81,1	85,4	82,5	82,0	83,3	82,0	83,5	84,9	81,4	81,6	78,2	81,0	77,9	82,0	81,2	84,5	80,0
Lang fottur	50,0	41,4	46,2	39,4	50,3	43,2	52,7	48,4	57,5	48,1	54,5	45,0	53,7	49,7	56,4	51,1	55,2	50,5
Kort fottur	77,9	77,6	82,0	80,3	78,1	81,5	79,7	81,5	80,9	79,5	77,7	75,8	76,9	75,1	78,3	79,4	80,8	77,9
Skiturer, i alt	58,1	43,8	52,6	43,2	55,3	49,1	54,0	48,7	52,4	47,3	50,3	43,7	46,0	39,1	39,4	36,7	38,4	35,3	39,4	37,7
Kort skitur	42,3	31,6	48,1	39,8	51,5	46,7	50,8	46,6	49,5	45,5	43,2	38,0	39,6	34,3	33,0	31,3	32,7	30,8	37,5	35,5
Lang skitur	44,3	32,1	31,5	21,4	29,3	21,9	29,6	23,8	28,0	22,1	31,4	24,4	27,5	20,4	23,7	19,6	22,3	18,6	20,6	17,8
Bær og sopptur	49,5	57,8	44,1	52,2	40,3	48,4	35,4	44,1	35,0	43,1	33,0	40,2	29,5	37,8	29,6	40,3	25,5	32,9	35,1	48,7
Jakt	15,9	0,8	16,2	2,9	17,3	2,0	15,4	2,3	14,8	2,7	12,4	2,6	12,5	2,2	10,6	2,8	10,8	2,7	12,0	3,1
Fiske	73,4	36,9	63,0	38,1	61,7	36,6	61,2	40,3	57,8	34,4	53,8	34,9	52,4	31,0	50,2	30,9	45,5	27,9	51,3	30,3
Båttur, i alt	66,8	45,8	55,0	45,7	48,2	39,3	54,4	48,0	52,6	41,8	58,0	46,9	56,0	44,4	53,9	44,0	52,6	45,5	52,4	44,0
Motor og seilbåt	44,5	33,4	23,1	17,9	17,5	12,5	22,0	16,7	20,9	17,6	28,0	19,7	26,6	19,4	25,1	21,0	24,4	20,2	25,7	21,8
Kano/Kajakk/ padling	45,3	24,6	46,3	39,3	40,7	34,3	48,6	43,1	45,8	36,3	46,5	39,2	45,7	36,2	44,2	35,6	45,6	39,0	41,2	34,1
Sykkel	16,7	17,9	32,8	35,8	46,2	43,7	48,4	46,3	46,3	44,1	43,7	39,1	41,0	36,3	36,7	31,7	36,4	34,1	29,7	24,5
Ridetur	2,0	2,7	2,0	4,6	2,2	6,1	1,7	7,4	3,0	5,3	2,6	5,5	1,8	5,8	1,8	5,0	2,3	5,3
Skøyter	8,5	3,9	10,7	11,3	7,6	7,4	5,3	6,0	8,9	9,0	7,8	7,4	6,6	7,1	7,2	7,3	13,5	15,2
Alpint	5,0	3,2	19,6	12,3	26,6	16,4	27,3	19,3	24,0	17,4	28,7	18,1	26,4	17,4	24,4	16,3	23,0	15,8	21,3	15,5
Bading	56,3	47,9	69,9	70,4	69,5	73,6	76,1	77,5	68,4	66,0	72,3	65,9	70,8	66,3	66,7	63,7	70,7	69,0	62,7	60,9
Kort spasertur i nærheten av hjemmet	80,2	86,5	81,4	87,3	81,5	86,3	81,7	85,1	73,4	80,1	91,5	93,8
Deltar i fri- luftsliv, i alt	94,1	88,4	96	93,8	96,7	94,8	95,8	94,5	94,0	91,8	94,3	90,1	96,2	94,4	95,3	94,5	92,3	89,5	94,2	89,4
Antall svar	135	1 120	854	871	931	929	1 295	1 282	999	1 055	2 496	2 184	3 801	3 516	3 141	2 989	3 128	2 864	3 117	2 891

Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Tabell A1.2 Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter alder, personer 16-74 år, 1974-2021, prosent

	Fot- turer, i alt	Kort fot- tur	Lang fot- tur	Ski- turer, i alt	Kort ski- tur	Lang ski- tur	Bær- og sopp- tur	Jakt	Fisket	Båt- tur, i alt	Kano/ Motor Kajakk/ pad- ling	og seil- båt	Syk- kel	Rid- etur	Skøy- ter	Alpint/ Snow- board	Bad- ing	Kort spaser- tur i nær- heten av hjem- met	Del- tar i fri- luftsliv, i alt	Antall svar
2021																				
16-24 år	88,0	63,2	82,8	45,7	41,7	26,3	25,0	8,6	45,6	60,3	30,9	46,2	27,3	8,3	30,2	38,8	78,9	91,3	96,1	724
25-34 år	89,1	60,4	85,1	42,8	40,6	21,3	37,3	8,3	40,8	51,4	27,6	39,5	28,1	5,4	17,6	22,6	70,7	95,7	95,8	977
35-54 år	86,3	56,8	83,4	45,0	43,1	22,0	44,4	7,8	45,2	52,9	26,6	41,4	33,2	3,8	17,9	23,9	66,5	95,5	94,0	1 975
55-74 år	81,0	50,8	79,3	34,3	32,7	16,9	50,6	8,2	41,5	43,8	20,2	34,6	26,4	1,7	5,4	6,1	54,2	92,7	91,7	1 797
2020																				
16-24 år	87,7	60,4	84,4	42,5	33,1	28,3	21,2	7,8	44,2	64,3	34,1	56,7	36,9	7,4	16,5	37,2	81,8	73,0	96,0	732
25-34 år	87,8	64,1	83,5	41,4	35,3	22,6	23,8	8,6	40,7	52,0	27,3	45,1	33,3	4,4	8,7	23,6	75,2	82,3	93,9	947
35-54 år	86,3	60,1	83,6	43,4	37,8	23,6	30,5	6,7	39,1	51,2	23,3	44,2	42,8	4,0	9,1	25,2	75,6	77,3	93,8	1 990
55-74 år	80,0	48,5	78,0	32,3	29,0	17,3	35,6	6,7	35,3	45,4	17,8	38,4	35,1	1,1	2,0	7,3	65,0	74,5	89,7	1 822
2017																				
16-24 år	84,7	61,9	78,5	40,9	31,6	26,3	22,9	8,6	44,6	58,4	30,0	48,4	31,7	8,2	14,9	36,3	75,5	75,4	93,2	784
25-34 år	84,7	60,0	81,0	43,7	36,6	25,1	28,5	6,8	41,6	51,4	24,7	42,5	37,5	5,9	6,6	27,4	69,5	84,9	92,6	908
35-54 år	84,4	57,2	80,8	45,5	39,7	25,7	36,4	7,8	45,3	52,9	26,2	42,8	42,0	3,8	9,4	27,1	72,2	84,2	92,9	2 049
55-74 år	77,7	46,1	74,9	32,1	27,3	17,7	44,8	5,8	39,3	45,4	19,4	36,8	32,1	1,1	1,8	5,5	58,7	85,0	88,0	1 945
2014																				
16-24 år	83,6	57,6	79,3	46,2	38,6	28,4	19,2	10,2	48,0	60,8	31,2	51,4	35,3	10,2	14,3	39,2	77,0	75,4	93,4	962
25-34 år	83,2	55,4	79,1	45,9	37,9	27,0	29,4	8,3	44,7	54,8	24,1	45,4	42,3	5,6	9,2	29,1	73,6	83,8	92,4	982
35-54 år	86,1	57,2	82,8	51,5	45,5	28,7	36,3	7,8	46,5	54,8	26,1	45,1	48,2	3,3	9,9	29,2	75,6	85,9	94,0	2 601
55-74 år	78,2	43,2	75,7	35,2	31,4	18,9	42,4	6,1	37,4	44,2	17,9	34,7	34,1	1,6	2,1	4,4	62,1	86,9	89,6	2 289
2011																				
16-24 år	80,7	59,1	75,5	47,3	39,2	30,2	22,0	9,0	48,3	60,4	30,4	49,2	41,4	10,0	15,1	43,4	76,4	,	90,4	604
25-34 år	82,4	52,7	79,6	47,1	41,2	25,9	26,8	7,6	43,7	54,7	24,7	45,4	43,3	5,4	9,2	28,2	73,3	,	90,1	702
35-54 år	85,6	57,8	82,8	55,3	47,8	33,1	39,1	8,1	49,5	57,8	26,4	47,4	47,5	3,8	11,8	29,6	73,3	,	92,8	1 814
55-74 år	80,5	46,9	78,4	39,4	34,4	24,2	45,8	6,3	37,1	41,5	18,1	33,0	35,2	1,1	2,6	4,0	59,9	,	89,3	1 368
2007																				
16-24 år	85,9	61,0	80,8	52,1	46,9	32,4	29,6	9,9	49,8	60,6	33,8	53,5	49,8	17,8	11,3	45,5	85,9	84,0	96,2	213
25-34 år	84,8	54,7	82,1	49,0	47,3	24,0	28,4	10,1	47,6	52,0	21,3	45,9	49,3	5,4	4,7	28,4	79,1	91,2	93,9	296
35-54 år	87,1	53,0	85,5	60,0	57,2	30,1	38,8	10,4	50,6	52,9	22,3	46,3	53,2	4,1	7,9	26,2	75,1	90,7	95,2	820
55-74 år	78,6	46,8	76,8	43,1	41,3	20,1	47,0	5,9	41,3	37,8	12,0	31,7	35,4	1,2	2,7	5,3	55,2	79,3	87,1	641
2004																				
16-24 år	80,8	51,1	74,3	45,5	42,4	30,2	24,0	8,2	52,3	62,4	31,4	55,6	48,0	11,0	13,8	49,4	90,1	80,2	97,7	354
25-34 år	83,4	47,4	81,0	50,3	47,7	25,5	29,8	10,3	54,4	55,9	21,3	51,0	49,0	7,2	7,4	32,0	85,7	90,2	96,2	447
35-54 år	88,2	52,0	86,2	61,7	59,7	31,1	43,4	9,3	56,2	56,3	22,0	50,5	56,0	3,1	9,5	24,6	81,8	88,3	95,2	1 058
55-74 år	78,6	40,2	75,8	43,1	39,6	22,0	49,8	8,6	43,2	38,1	10,2	33,4	35,7	0,9	2,0	4,4	61,7	76,5	91,3	664
2001																				
16-24 år	76,7	45,8	72,3	46,6	41,8	28,1	18,9	11,2	51,8	55,8	25,3	47,4	46,2	7,6	16,9	47,0	81,9	89,6	97,6	249
25-34 år	85,8	41,1	83,4	51,2	48,0	23,4	34,1	10,4	50,4	48,5	17,2	42,2	47,7	3,8	14,2	28,1	84,5	85,0	98,4	367
35-54 år	88,7	45,2	86,3	58,5	56,4	27,7	51,5	9,5	52,3	45,9	15,2	39,3	50,9	2,6	13,1	20,6	75,4	80,8	97,1	761
55-74 år	82,4	41,5	79,0	49,1	45,3	24,3	58,5	8,9	43,1	32,1	8,0	27,5	34,6	1,8	2,5	5,1	53,8	75,9	90,0	448
1997																				
16-24 år	83,7	46,7	77,4	49,4	43,2	30,7	31,9	7,8	56,0	62,3	31,9	53,7	35,8	,	,	40,5	84,8	74,7	98,1	249
25-34 år	83,6	44,5	80,4	52,0	47,2	26,8	40,8	9,4	52,0	56,8	21,2	51,2	42,1	,	,	21,4	81,2	84,7	98,1	367
35-54 år	86,7	53,6	82,5	55,6	51,8	31,1	55,6	11,9	53,9	52,6	21,3	43,1	38,0	,	,	12,8	74,2	84,7	97,2	761
55-74 år	75,7	38,4	72,6	35,8	33,7	19,3	55,4	7,6	43,3	36,8	12,8	30,8	24,0	,	,	1,8	50,7	70,8	91,1	448
1970																				
16-24 år	56,9	,	,	82,6	70,9	63,5	41,3	8,0	70,9	71,3	51,1	50,5	,	,	25,0	13,1	83,5	,	99,3	436
25-34 år	49,4	,	,	74,1	65,2	51,8	59,5	4,8	66,2	53,7	29,3	40,8	,	,	5,8	2,6	70,7	,	94,7	417
35-54 år	50,7	,	,	64,7	56,5	44,9	57,4	6,7	63,5	53,9	31,3	38,1	,	,	5,0	1,9	59,9	,	94,1	987
55-74 år	31,7	,	,	25,6	23,1	13,6	42,4	4,4	35,7	27,5	13,2	19,3	,	,	0,5	0,1	24,9	,	71,7	774

Kilde: Ferie- og friluftslivsundersøkelsen og Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Tabell A1.3 Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter inntekt, personer 25 år og eldre, 2001-2021, prosent

	Fot- turer, i alt	Kort tur- fot- tur	Lang tur- fot- tur	Ski- turer, i alt	Kort skitur	Lang skitur	Bær- og sopp- tur	Jakt	Fisket	Båt- tur, i alt	Kano/ Kajakk/ padling	Motor og seil- båt	Syk- kel	Ride- tur	Skøy- ter	Alpint/ Snow- board	Bad- ing	Kort spaser- tur i Del- nær- heten	Del- tar i fri- luftsliv, Antall i alt	sva- r
2021																				
Laveste inntektskvarartil	68,1	37,6	65,2	21,4	19,8	10,1	36,6	3,8	29,8	31,2	15,2	23,4	19,4	2,7	6,4	7,0	44,4	87,8	82,01	367
2. kvartil	80,3	48,4	78,0	31,7	30,1	14,7	47,2	6,6	38,6	44,8	21,3	34,4	25,9	2,5	9,8	10,2	56,5	92,4	90,71	315
3. kvartil	89,2	56,9	86,9	45,3	43,8	20,3	50,2	10,4	47,1	53,5	27,3	40,8	31,0	3,8	15,6	18,5	67,9	95,6	96,71	246
Høyeste inntektskvarartil	92,8	68,1	90,5	59,2	57,1	31,4	46,3	10,5	49,7	62,8	30,3	53,0	35,5	3,7	18,2	29,8	74,3	96,9	96,91	379
2020																				
Laveste inntektskvarartil	66,2	39,0	62,6	19,5	16,2	9,6	21,5	3,9	25,2	32,0	14,1	26,8	23,8	2,9	4,1	8,6	52,2	71,4	79,11	412
2. kvartil	81,0	48,0	78,3	29,4	25,4	14,5	33,3	5,4	37,3	43,5	17,7	37,2	30,9	2,3	4,7	12,0	65,2	78,3	90,71	366
3. kvartil	89,1	60,7	86,5	46,7	41,9	24,2	35,2	9,6	40,1	53,6	24,0	45,6	42,1	3,3	6,8	20,2	78,5	80,8	96,21	256
Høyeste inntektskvarartil	92,4	71,1	90,9	58,8	52,4	35,5	34,9	9,4	44,5	65,7	30,0	57,8	49,6	2,7	8,9	31,9	84,1	79,2	97,21	289
2017																				
Laveste inntektskvarartil	63,8	37,4	60,7	20,2	17,0	11,2	30,1	3,5	31,0	34,9	14,7	28,0	23,5	2,9	2,7	9,6	49,4	78,3	77,21	372
2. kvartil	77,0	43,9	73,8	31,2	27,5	15,6	38,2	7,1	38,4	42,8	20,4	33,3	30,1	2,8	3,8	11,8	58,7	84,3	88,01	479
3. kvartil	87,8	58,0	85,0	49,8	42,2	25,3	40,4	7,4	47,3	55,4	26,7	45,4	43,8	3,4	8,0	23,1	73,7	87,2	95,41	191
Høyeste inntektskvarartil	91,6	68,9	88,4	59,6	51,3	38,1	40,7	8,8	47,7	63,1	29,1	53,9	48,0	3,4	9,7	32,9	79,7	89,5	97,51	371
2014																				
Laveste inntektskvarartil	65,6	36,8	61,7	26,7	22,7	13,5	30,1	5,5	31,7	35,6	14,8	28,1	26,6	2,8	3,3	9,6	51,9	79,2	78,51	750
2. kvartil	76,4	42,6	73,8	35,7	30,1	18,4	36,0	6,6	39,5	41,9	17,4	33,8	34,1	2,8	4,2	12,9	63,5	82,1	89,61	513
3. kvartil	88,9	55,8	86,3	50,2	44,5	27,4	39,9	7,5	47,4	57,4	27,2	46,2	49,0	3,2	9,3	23,6	76,3	89,9	96,71	583
Høyeste inntektskvarartil	92,0	65,0	89,2	64,0	57,4	39,2	40,6	8,4	48,0	65,7	30,6	55,1	54,2	3,1	10,8	35,3	83,8	90,3	97,31	583
2011																				
Laveste inntektskvarartil	67,7	38,1	65,3	26,6	22,3	14,3	28,5	5,1	31,2	32,6	13,3	26,6	26,5	3,0	3,3	10,1	49,1	, 77,8	935	
2. kvartil	79,0	42,8	76,2	37,1	31,8	20,7	40,1	7,1	40,2	44,1	19,4	33,9	35,4	2,0	5,7	12,3	59,4	, 89,31	142	
3. kvartil	88,9	57,4	86,5	55,9	49,2	32,8	43,2	8,0	50,1	58,3	27,3	48,2	46,6	3,1	9,9	23,7	76,6	, 96,11	170	
Høyeste inntektskvarartil	92,3	68,3	90,0	70,7	62,3	44,9	41,5	8,0	50,2	69,4	30,9	58,9	57,6	4,6	13,1	36,2	84,3	, 97,3	959	
2007																				
Laveste inntektskvarartil	67,5	34,8	65,0	25,8	24,3	12,2	35,0	5,2	31,9	27,5	10,3	24,1	29,6	2,9	2,7	8,4	45,5	70,9	79,5	477
2. kvartil	74,7	42,6	72,4	42,9	40,8	18,4	41,0	6,9	39,6	38,7	15,2	32,5	39,2	2,5	3,7	9,2	55,1	80,0	86,6	434
3. kvartil	87,7	55,6	86,9	57,5	55,1	26,7	40,9	11,6	52,3	50,3	19,5	43,3	50,5	2,4	6,1	19,0	73,5	90,2	94,1	457
Høyeste inntektskvarartil	90,7	58,5	89,0	67,6	65,2	36,7	40,4	8,9	52,9	60,0	22,7	53,3	53,8	4,1	7,3	31,1	81,6	93,3	96,3	537
2004																				
Laveste inntektskvarartil	74,3	38,6	71,5	36,9	35,0	16,6	38,2	6,6	41,2	36,5	11,9	32,3	35,3	3,2	3,4	13,6	61,4	75,6	86,2	529
2. kvartil	79,9	39,1	76,9	43,5	40,7	19,8	42,5	8,3	50,1	44,0	15,5	38,6	42,1	2,7	5,2	11,9	70,5	82,3	93,4	637
3. kvartil	89,0	50,4	86,9	61,0	57,9	29,5	44,6	12,0	57,3	53,9	20,3	47,1	53,3	3,1	8,3	20,5	80,7	87,6	95,9	482
Høyeste inntektskvarartil	88,7	56,8	87,4	68,4	65,9	39,0	43,7	9,6	54,8	62,8	22,8	58,2	57,9	3,6	9,3	30,2	85,6	89,7	96,6	613

	Fot- turer, i alt	Kort fot- tur	Lang fot- tur	Ski- turer, i alt	Kort ski- tur	Lang ski- tur	Bær- og sopp- tur	Jakt	Fisket	Båt- tur, i alt	Kano/ Kajakk/ padling	Motor og seil- båt	Syk- kel	Ride- tur	Skøy- ter	Alpint/ Snow- board	Bad- ing	Kort spaser- tur i nær- heten av hjem- met	Del- tar i fri- luftsliv, Antall i alt	svar
2001																				
Laveste inntektskvartil	74,1	35,0	71,0	39,0	34,1	18,6	42,6	7,5	36,8	29,9	9,8	24,6	34,6	2,9	4,0	10,4	57,6	72,5	87,4	451
2. kvartil	83,4	41,6	81,0	46,4	45,2	19,3	50,3	8,7	53,0	36,4	11,1	32,2	41,6	2,7	7,2	12,3	63,0	80,1	94,9	332
3. kvartil	90,6	41,7	88,4	56,8	54,5	24,8	50,2	10,4	54,2	45,5	14,9	38,2	48,1	2,4	13,7	17,9	75,7	84,2	97,2	424
Høyeste inntektskvartil	92,3	51,6	89,7	68,5	65,9	36,9	52,8	10,7	50,7	53,7	17,1	47,7	53,7	2,6	14,7	28,0	81,3	81,5	97,4	428

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Tabell A1.4 Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter utdanning, personer 16-74 år, 1974-2021, prosent

	Fot- turer, i alt	Kort fot- tur	Lang fot- tur	Ski- turer, i alt	Kort ski- tur	Lang ski- tur	Bær- og sopp- tur	Jakt	Fisket	Båt- tur, i alt	Kano/ Kajakk/ padling	Motor og seil- båt	Syk- kel	Ride- tur	Skøy- ter	Alpint/ Snow- board	Bad- ing	Kort spaser- tur i nær- heten av hjem- met	Del- tar i fri- luftsliv, Antall i alt	svar
2021																				
Grunnskole	73,2	43,1	69,8	25,1	23,8	11,8	32,6	6,1	38,9	40,5	17,7	31,6	22,5	4,2	14,7	16,5	51,4	87,5	85,5	1 049
Videregående	81,0	49,7	78,6	34,2	32,6	16,1	41,7	9,7	42,1	47,9	23,0	37,3	25,5	3,3	11,1	15,4	59,8	91,1	91,5	2 342
Høyere utdanning	89,0	62,5	86,1	52,1	49,2	27,6	47,9	6,2	40,6	53,6	28,6	41,9	31,9	4,0	17,5	22,9	70,6	97,3	95,1	2 640
2020																				
Grunnskole	70,7	43,8	67,4	23,7	19,6	12,4	24,0	5,3	35,2	41,0	17,6	35,8	28,3	3,5	8,2	17,1	60,3	68,2	83,9	1 187
Videregående	81,1	49,4	78,2	32,7	28,2	16,7	27,7	8,2	37,3	47,5	20,5	40,4	33,1	2,8	5,8	16,6	67,2	76,3	90,5	2 292
Høyere utdanning	90,0	66,0	87,6	51,9	45,3	31,1	34,7	6,5	36,9	56,7	28,0	49,2	43,0	4,0	8,1	24,3	79,8	82,9	95,4	2 552
2017																				
Grunnskole	66,7	38,6	62,6	23,8	19,3	12,5	26,2	5,3	37,1	41,0	18,3	32,8	27,0	3,5	6,2	16,1	54,0	76,1	81,3	1 300
Videregående	79,5	49,8	76,4	34,5	28,9	19,0	36,3	8,3	42,2	47,2	21,8	38,8	33,0	3,4	6,1	18,5	64,4	84,1	89,5	2 456
Høyere utdanning	90,1	65,8	86,5	55,2	47,9	33,1	41,1	6,1	41,5	57,7	28,5	47,3	42,2	4,5	8,4	26,4	75,7	87,7	95,0	2 423
2014																				
Grunnskole	66,9	37,5	63,0	27,9	23,3	15,2	24,6	6,9	38,8	40,7	18,4	34,2	28,2	4,3	7,3	17,4	56,7	75,4	81,4	1 642
Videregående	81,7	48,3	78,9	39,8	34,8	20,7	34,3	8,7	43,4	50,4	22,6	40,0	38,0	3,7	6,1	18,6	68,6	85,2	91,6	3 046
Høyere utdanning	89,3	63,4	86,3	60,7	53,3	36,7	41,4	5,8	41,8	58,9	27,8	48,5	49,6	4,1	9,7	30,4	79,3	88,5	95,5	2 685
2011																				
Grunnskole	68,9	39,7	65,7	30,4	25,7	16,7	27,8	5,9	40,2	39,3	17,5	31,7	31,8	4,0	8,0	19,8	53,2	,	80,9	1 198
Videregående	81,9	50,3	79,4	44,6	38,4	25,3	35,2	8,5	44,1	51,8	23,5	42,2	38,9	4,4	7,2	18,8	68,6	,	90,2	1 999
Høyere utdanning	89,7	64,5	86,8	63,5	55,6	41,0	43,8	6,9	42,8	61,5	28,6	50,8	50,5	3,2	11,2	30,8	78,8	,	94,3	1 667
2007																				
Grunnskole	70,6	36,0	66,8	34,6	32,0	16,2	32,2	6,1	38,3	37,4	16,2	32,4	39,9	6,7	5,3	18,6	57,9	72,3	84,6	494

	Fot- turer, i alt	Kort fot- tur	Lang fot- tur	Ski- turer, i alt	Kort ski- tur	Lang ski- tur	Bær- og sopp- tur	Jakt	Fisket	Båt- tur, i alt	Kano/ Kajakk/ padling	Motor og seil- båt	Syk- kel	Ride- tur	Skøy- ter	Alpint/ Snow- board	Bad- ing	Kort spaser- tur i nær- heten av hjem- met	Del- tar i fri- lufts- liv, i alt	Antall svar
Videre- gående Høyere ut- danning	79,4	46,0	77,5	45,5	43,0	20,2	39,7	8,5	45,7	43,3	15,7	37,6	40,7	4,0	4,7	15,6	63,5	82,7	90,0	917
2004	90,5	63,5	89,1	64,8	62,7	36,9	40,9	9,8	48,8	56,3	24,6	49,4	51,9	3,7	7,2	27,7	77,1	93,6	93,9	707
Grunn- skole	68,4	36,1	64,7	35,8	33,3	18,7	37,3	6,7	47,8	36,6	15,9	32,8	36,1	2,5	5,0	15,2	61,4	69,9	86,1	402
Videre- gående Høyere ut- danning	82,0	42,3	78,5	46,1	43,2	21,9	36,3	9,0	51,3	50,0	16,5	44,6	44,8	4,2	6,5	22,0	76,9	83,9	94,8	1 439
2001	91,2	60,9	90,1	69,6	67,4	40,3	47,5	9,9	52,2	61,0	27,1	54,8	57,9	5,0	10,7	29,6	84,5	89,4	95,7	774
Grunn- skole	67,6	29,5	64,3	36,9	34,0	17,8	39,0	7,9	44,0	28,6	12,9	24,9	37,8	2,9	8,3	22,0	57,7	76,8	85,5	241
Videre- gående Høyere ut- danning	82,8	39,4	79,9	47,7	44,6	21,1	41,8	10,2	50,0	40,8	11,7	35,7	41,7	3,4	9,9	17,8	69,4	80,3	95,3	1 047
1974	92,4	54,4	89,9	65,8	62,4	36,4	52,5	9,2	48,3	54,0	21,1	45,0	52,9	3,2	13,6	27,2	79,9	83,2	96,8	596
Grunn- skole	56,9	,	,	40,5	29,9	27,5	51,5	6,5	51,0	49,1	30,0	33,0	15,9	1,8	5,1	2,2	41,4	,	87,9	1 284
Videre- gående Høyere ut- danning	71,0	,	,	61,2	46,4	44,9	53,6	10,8	60,0	65,0	42,2	44,5	18,9	3,3	6,3	6,1	64,1	,	94,9	668
	81,7	,	,	72,3	55,7	59,7	63,0	11,0	62,7	67,7	40,0	52,3	20,0	2,3	10,7	8,0	71,3	,	97,3	300

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Tabell A1.5 Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter landbakgrunn, personer 16 år og eldre, 2011-2021, prosent

	Fot- turer, i alt	Kort fot- tur	Lang fot- tur	Ski- turer, i alt	Kort ski- tur	Lang ski- tur	Bær- og sopp- tur	Jakt	Fisket	Båt- tur, i alt	Kano/ Kajakk/ padling	Motor og seil- båt	Syk- kell	Ride- tur	Skøy- ter	Alpint/ Snow- board	Bad- ing	Kort spaser- tur i Del- nær- heten av friluftsliv, i alt	Del- tar i friluftsliv, i alt	Antall svar
2021																				
EU, EØS, etc.	81,0	52,5	76,2	33,8	30,1	18,0	48,3	5,0	37,3	40,7	19,3	28,7	31,1	6,3	15,6	20,3	56,4	94,2	93,5	318
Asia, Afrika, etc.	66,8	34,0	60,9	15,7	15,1	6,3	30,0	1,0	26,4	18,5	8,7	13,7	22,2	1,2	8,0	7,0	37,0	90,7	81,7	396
Øvrig bef.	83,7	54,7	81,4	41,3	39,3	20,6	42,4	8,5	42,7	52,1	25,8	41,0	27,2	3,8	14,8	19,4	64,8	92,5	92,2	5 317
2020																				
EU, EØS, etc.	79,2	55,6	74,4	27,8	23,9	14,9	37,1	2,5	35,5	33,7	13,3	29,2	38,2	5,4	7,4	19,9	67,9	74,4	91,7	283
Asia, Afrika, etc.	67,4	35,5	60,9	16,0	12,2	8,4	19,7	1,2	21,6	21,4	7,4	17,9	25,7	0,6	5,3	5,3	49,7	73,7	81,8	417
Øvrig bef.	83,0	55,4	80,8	39,8	34,5	22,2	29,5	7,8	38,4	53,3	24,7	46,0	36,0	3,6	7,5	20,9	72,0	76,8	91,2	5 331
2017																				
EU, EØS, etc.	71,4	49,6	67,3	30,4	25,9	14,7	45,0	3,0	34,5	40,8	20,9	30,3	39,5	5,1	7,8	17,2	62,8	76,0	85,9	230
Asia, Afrika, etc.	57,1	30,1	49,8	13,0	9,5	6,4	18,5	1,4	21,9	19,5	7,2	15,7	27,8	0,6	5,9	4,8	40,9	68,8	72,0	282
Øvrig bef.	81,9	53,9	78,8	41,0	34,8	23,6	35,7	7,5	42,9	52,3	24,7	43,0	34,4	4,0	6,9	22,1	67,5	84,9	90,8	5 667
2014																				
EU, EØS, etc.	76,0	50,3	70,9	35,2	29,8	22,9	37,8	2,7	36,8	41,0	18,5	34,5	38,0	3,7	8,8	22,3	66,3	78,1	88,6	270
Asia, Afrika, etc.	53,6	27,4	49,6	19,1	14,7	10,5	20,1	0,3	19,1	22,3	6,4	19,2	29,0	1,3	6,9	10,6	42,8	67,2	70,0	257
Øvrig bef.	82,0	51,4	79,0	44,9	39,2	25,0	34,3	8,3	43,9	53,0	24,6	43,2	39,3	4,3	7,5	22,7	70,5	85,0	91,5	6 846
2011																				
EU, EØS, etc.	71,7	47,5	67,3	38,7	33,1	21,5	39,5	4,0	38,7	41,9	15,2	35,9	40,9	1,0	11,0	21,3	56,0	, 82,0	161	
Asia, Afrika, etc.	53,8	27,3	49,8	23,4	19,1	9,6	19,8	, 23,3	18,4	7,2	14,2	32,1	0,5	3,7	13,3	38,9	, 71,6	175		
Øvrig bef.	82,1	52,6	79,4	47,0	40,7	28,3	36,0	7,9	44,1	53,2	24,5	43,4	40,2	4,4	8,8	23,1	68,9	, 89,8	4 528	

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Tabell A1.6 Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter funksjonsevne, personer 16 år og eldre, 2011-2021, prosent

	Fot- turer, i alt	Kort fot- tur	Lang fot- tur	Ski- turer, i alt	Kort ski- tur	Lang sik- tur	Bær- og sopp- tur	Jakt	Fisket	Båt- tur, i alt	Kano/ Kajak- padling	Motor og seil- båt	Syk- kel	Ride- tur	Skøy- ter	Alpint/ Snow- board	Bad- ing	Kort spaser- tur i nær- heten av hjem- met	Del- tar i fri- luftsliv, i alt	Antall svar
2021																				
Øvrig bef.	85,2	56,8	81,9	42,1	39,9	21,6	42,2	8,1	42,7	50,3	25,0	39,4	28,8	4,0	15,8	20,7	64,6	93,9	93,6	4 868
Nedsatt funksjonsevne	69,7	36,8	68,5	24,3	23,2	9,8	39,8	5,5	33,6	40,0	18,9	30,7	20,4	2,8	8,3	9,4	50,2	86,8	82,6	1 163
2020																				
Øvrig bef.	85,3	58,2	82,3	41,0	35,3	23,4	30,0	7,4	38,6	51,7	24,2	44,6	37,9	3,4	7,7	22,3	73,6	77,0	93,4	4 943
Nedsatt funksjonsevne	65,2	34,8	63,0	19,7	17,2	8,6	25,3	4,5	28,7	37,4	14,3	32,2	24,1	3,3	5,5	7,6	53,7	73,6	78,3	1 088
2017																				
Øvrig bef.	81,4	54,8	77,7	41,2	34,7	23,9	35,5	7,0	42,0	51,0	24,0	42,0	35,8	3,9	7,3	22,4	67,4	82,8	90,6	5 242
Nedsatt funksjonsevne	67,0	34,7	64,2	20,7	18,5	9,5	31,3	5,2	32,6	37,0	17,6	28,2	25,5	3,4	4,3	9,3	52,1	83,0	79,8	937
2014																				
Øvrig bef.	83,0	53,5	79,5	46,2	40,0	26,8	34,2	7,9	43,3	53,1	24,4	43,4	40,8	4,1	8,3	24,7	71,2	83,9	92,1	6 227
Nedsatt funksjonsevne	62,3	30,0	60,2	23,7	20,8	9,2	29,9	4,4	32,7	34,8	15,3	27,9	27,0	3,4	3,9	7,4	52,8	79,7	77,8	1 146
2011																				
Øvrig bef.	82,6	54,0	79,5	49,4	43,0	29,9	35,7	7,7	43,7	52,6	23,9	43,3	42,0	4,1	9,6	25,2	69,3	,	89,7	3 991
Nedsatt funksjonsevne	67,9	36,7	65,8	26,9	22,0	13,8	32,5	5,2	37,3	40,8	18,7	32,0	30,1	3,3	4,1	10,7	53,7	,	82,3	873

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC. Statistisk sentralbyrå.

Vedlegg B: Historiske utøvelsestall i friluftsliv for ulike grupper i befolkningen

Tabell B1.1 Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter kjønn, 1997-2020, personer 16 år og eldre, prosent

	Inaktiv	Sjeldnere enn én gang i 1-3 ganger måneden i måneden		Minst en gang i uken	Minst 2 ganger i uken	Minst 3 ganger i uken	Minst 4 ganger i uken	Minst 5 ganger i uken	Antall svar	
2020										
Menn	11,0	3,4	7,3	12,7	22,2	24,7	10,3	8,4	3 150	
Kvinner	11,1	4,2	7,2	12,0	20,4	24,6	9,2	11,3	2 881	
2017										
Menn	8,3	4,1	6,0	12,0	22,7	26,4	10,8	9,6	3 165	
Kvinner	6,9	3,2	6,1	11,3	21,1	27,7	10,8	12,9	3 014	
2014										
Menn	9,0	4,3	7,4	14,1	23,1	25,8	8,5	7,9	3 826	
Kvinner	7,4	3,4	7,0	11,8	21,1	26,9	9,6	12,9	3 547	
2011										
Menn	10,5	4,3	7,3	12,9	24,2	23,9	7,1	9,9	2 589	
Kvinner	9,2	3,8	7,3	11,2	23,0	22,3	9,4	13,9	2 273	
2007										
Menn	6,4	3,3	5,1	11,5	25,5	30,5	10,8	6,9	1 018	
Kvinner	5,5	2,6	5,3	11,1	22,0	32,6	11,4	9,5	1 100	
2004										
Menn	7,0	2,9	5,2	12,9	25,3	32,1	9,7	5,0	1 312	
Kvinner	6,8	3,5	6,4	10,8	23,3	33,0	10,0	6,1	1 303	
2001										
Menn	6,0	3,3	5,1	12,2	26,4	33,9	9,6	3,5	939	
Kvinner	5,4	2,6	3,5	9,0	26,8	36,8	10,8	5,1	945	
1997										
Menn	4,0	3,0	5,3	12,4	25,2	37,1	9,0	4,0	854	
Kvinner	3,7	2,4	2,9	8,2	22,8	39,6	14,0	6,4	871	

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC.

Tabell B1.2 Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter alder, 1997-2020, personer 16 år og eldre, prosent

	Minst 5 ganger i uken	Minst 4 ganger i uken	Minst 3 ganger i uken	Minst 2 ganger i uken	Minst 1 gang i uken	1-4 ganger per mnd.	Sjeldnere enn 1 gang pr. mnd.	Inaktiv	Antall svar
2020									
16-24 år	7,3	2,7	5,3	12,4	24,2	32,4	11,5	4,1	708
25-44 år	9,3	3,6	7,6	13,1	24,5	27,0	9,0	5,9	1 835
45-66 år	15,0	5,0	8,1	14,3	21,2	21,5	7,2	7,7	2 282
67 år og eldre	9,4	2,7	6,4	7,6	13,8	21,0	14,5	24,6	1 206
2017									
16-24 år	5,9	2,0	4,3	10,2	20,8	36,8	12,9	7,1	766
25-44 år	6,9	3,4	6,1	11,3	25,0	29,8	9,8	7,7	1 858
45-66 år	9,7	5,4	7,5	14,4	23,0	23,4	8,2	8,4	2 337
67 år og eldre	6,1	2,3	4,5	8,4	14,9	21,4	16,0	26,4	1 218
2014									
16-24 år	6,5	2,8	6,0	12,4	22,3	34,4	9,1	6,5	944
25-44 år	7,7	3,5	7,3	12,8	25,3	27,9	9,2	6,3	2 204
45-66 år	10,1	4,9	8,8	15,9	22,8	23,5	6,8	7,2	2 882
67 år og eldre	6,5	3,3	4,6	7,4	14,1	22,0	13,3	28,8	1 343
2011									
16-24 år	9,0	2,3	5,9	12,4	25,2	29,6	8,5	7,1	575
25-44 år	9,7	3,9	7,1	14,1	26,4	24,4	7,9	6,4	1 595
45-66 år	12,4	5,2	9,5	12,4	25,2	21,7	6,8	6,8	1 830
67 år og eldre	6,6	3,8	4,9	7,8	15,4	20,3	13,0	28,2	779
2007									
16-24 år	7,5	3,8	3,8	10,3	23,9	37,6	11,3	1,9	213
25-44 år	3,3	2,2	5,0	13,9	24,6	36,8	11,5	2,6	720
45-66 år	7,6	3,7	6,0	11,3	27,6	27,3	9,1	7,4	855
67 år og eldre	6,1	2,1	4,5	6,1	11,5	27,6	15,2	27,0	330
2004									
16-24 år	7,9	2,6	3,5	10,0	22,3	39,6	11,4	2,6	341
25-44 år	5,5	3,2	6,4	12,9	26,9	33,2	8,7	3,1	996
45-66 år	8,5	3,6	6,3	12,9	24,8	29,9	8,9	5,1	990
67 år og eldre	4,7	1,8	4,7	7,3	15,6	30,9	14,9	20,0	275
2001									
16-24 år	7,7	2,0	2,0	8,9	22,3	38,9	15,4	2,8	247
25-44 år	4,1	3,2	5,2	9,7	27,4	40,4	8,9	1,0	784
45-66 år	5,9	3,1	4,3	13,0	29,4	31,4	8,7	4,3	647
67 år og eldre	8,8	2,5	3,4	8,8	19,6	24,5	13,7	18,6	204
1997									
16-24 år	1,6	1,6	2,7	8,2	27,2	45,5	11,3	1,9	257
25-44 år	3,1	2,9	3,6	10,9	26,7	40,1	10,6	2,1	718
45-66 år	5,9	3,1	5,2	12,1	22,1	36,0	10,3	5,4	556
67 år og eldre	3,6	2,6	4,1	5,7	14,9	29,4	19,1	20,6	194

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC.

Tabell B1.3 Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter inntekt, 2001-2020, personer 16 år og eldre, prosent

	Minst 5 ganger i uken	Minst 4 ganger i uken	Minst 3 ganger i uken	Minst 2 ganger i uken	Minst 1 gang i 1-4 uker	Sjeldnere 1-4 ganger per mnd.	Sjeldnere 1 gang pr. mnd.	Inaktiv	Antall	Svar
2020										
Laveste inntektskvartil	8,9	2,6	4,5	8,1	16,8	23,2	14,4	21,5	1 412	
2.inntektskvartil	11,0	3,6	7,3	13,1	19,6	26,1	9,7	9,5	1 366	
3.inntektskvartil	12,7	4,9	9,6	12,9	23,5	25,2	7,7	3,6	1 256	
Høyeste inntektskvartil	15,6	5,6	10,5	17,5	26,2	18,6	3,2	2,7	1 289	
2017										
Laveste inntektskvartil	6,9	2,5	4,1	8,0	15,8	25,1	14,9	22,7	1 372	
2.inntektskvartil	7,1	3,2	6,0	10,8	21,9	27,4	11,5	12,0	1 479	
3.inntektskvartil	8,7	5,3	7,7	13,8	26,1	25,6	8,2	4,7	1 191	
Høyeste inntektskvartil	9,5	5,8	8,9	17,5	27,9	23,3	4,4	2,5	1 371	
2014										
Laveste inntektskvartil	7,9	3,2	4,4	7,6	17,4	24,9	13,1	21,5	1 750	
2.inntektskvartil	8,0	2,5	6,0	13,9	21,4	27,0	10,4	10,7	1 513	
3.inntektskvartil	8,6	5,2	9,5	15,0	25,2	26,1	7,1	3,3	1 583	
Høyeste inntektskvartil	9,8	6,0	11,4	18,7	27,1	21,5	2,8	2,7	1 583	
2011										
Laveste inntektskvartil	8,7	2,6	5,0	9,4	18,1	22,1	11,7	22,4	933	
2.inntektskvartil	8,7	4,8	7,6	10,7	22,2	25,0	10,0	10,9	1 142	
3.inntektskvartil	11,4	4,8	7,9	13,4	27,5	24,6	6,5	3,9	1 170	
Høyeste inntektskvartil	13,0	5,8	11,4	17,0	29,6	16,5	4,0	2,6	959	
2007										
Laveste inntektskvartil	5,5	1,3	4,4	5,7	17,6	30,0	16,1	19,5	477	
2.inntektskvartil	4,6	2,8	3,5	11,3	22,4	28,6	15,2	11,8	434	
3.inntektskvartil	7,4	3,9	8,3	12,0	24,1	33,3	6,8	4,2	457	
Høyeste inntektskvartil	5,4	3,5	5,2	16,0	29,8	31,7	6,9	1,5	537	
2004										
Laveste inntektskvartil	6,0	3,8	5,5	9,1	18,7	29,9	14,0	13,0	529	
2.inntektskvartil	5,8	2,2	4,9	10,5	22,3	38,1	9,7	6,4	637	
3.inntektskvartil	7,7	3,5	6,6	14,7	26,8	29,9	7,7	3,1	482	
Høyeste inntektskvartil	7,5	3,6	7,7	14,7	30,5	27,2	7,0	1,8	613	
2001										
Laveste inntektskvartil	4,7	3,5	4,4	8,4	23,7	31,9	12,9	10,4	451	
2.inntektskvartil	6,0	2,1	4,5	9,9	24,1	36,4	12,7	4,2	332	
3.inntektskvartil	5,7	2,6	4,2	12,5	27,6	38,2	7,3	1,9	424	
Høyeste inntektskvartil	5,4	3,7	5,4	12,6	32,9	33,4	5,4	1,2	428	

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC.

Tabell B1.4 Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter utdanning, 2001-2020, personer 16 år og eldre, prosent

	Minst 5 ganger i uken	Minst 4 ganger i uken	Minst 3 ganger i uken	Minst 2 ganger i uken	Minst 1 gang i 1-4 uken	Sjeldnere per mnd. pr. mnd.	Inaktiv	Antall	svar
2020									
Grunnskole eller kortere	8,1	3,5	5,0	9,7	18,3	26,4	12,3	16,7	1 187
Videregående	12,3	3,6	7,1	11,4	20,6	24,6	10,8	9,7	2 292
Høyere utdanning - kort	12,3	3,9	9,2	16,2	23,7	23,1	6,5	5,0	1 728
Høyere utdanning - lang	11,6	4,9	9,5	14,1	26,8	23,7	6,5	3,0	824
2017									
Grunnskole eller kortere	5,4	2,9	4,3	8,6	16,6	28,3	15,3	18,6	1 300
Videregående	9,0	3,7	6,7	12,4	22,1	25,0	10,5	10,7	2 456
Høyere utdanning - kort	7,8	4,0	7,6	14,7	25,5	27,4	7,2	5,7	1 715
Høyere utdanning - lang	8,6	5,0	5,5	11,0	30,2	30,7	6,1	3,0	708
2014									
Grunnskole eller kortere	6,0	3,2	4,1	9,6	18,2	27,8	12,4	18,7	1 642
Videregående	9,4	4,0	8,1	13,5	21,1	26,3	9,1	8,5	3 046
Høyere utdanning - kort	9,2	4,5	8,8	15,9	26,8	24,9	5,1	4,8	1 952
Høyere utdanning - lang	7,4	3,8	9,7	14,8	29,6	24,9	6,6	3,1	733
2011									
Grunnskole eller kortere	8,1	2,1	6,0	8,9	20,1	23,6	11,7	19,4	1 197
Videregående	10,8	5,2	7,0	12,3	23,7	23,7	7,4	10,0	1 998
Høyere utdanning - kort	10,7	4,4	8,6	15,5	26,4	23,0	5,7	5,7	1 215
Høyere utdanning - lang	10,2	5,1	12,1	15,1	31,6	16,9	4,2	4,9	452
2007									
Grunnskole eller kortere	6,1	2,6	4,3	6,7	18,4	31,4	16,2	14,4	494
Videregående	5,7	3,1	5,0	9,8	23,6	32,9	11,0	8,9	917
Høyere utdanning - kort	6,7	3,3	6,0	15,5	27,1	29,9	8,1	3,5	521
Høyere utdanning - lang	4,3	2,7	6,5	18,8	29,0	30,1	6,5	2,2	186
2004									
Grunnskole eller kortere	6,0	3,5	4,2	8,2	19,9	29,1	14,4	14,7	402
Videregående	6,5	2,7	5,4	12,2	23,0	35,6	10,1	4,4	1 439
Høyere utdanning - kort	8,4	4,2	7,6	12,6	29,3	28,0	7,3	2,5	593
Høyere utdanning - lang	7,7	3,3	6,6	14,4	27,6	30,4	5,5	4,4	181
2001									
Grunnskole eller kortere	5,4	2,9	3,3	7,5	27,8	24,5	16,2	12,4	241
Videregående	6,2	2,3	4,6	10,1	24,0	37,7	11,1	4,0	1 047
Høyere utdanning - kort	4,5	3,8	4,0	13,0	30,4	36,3	6,8	1,3	471
Høyere utdanning - lang	6,4	5,6	4,8	12,0	32,0	32,8	4,0	2,4	125

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC.

Tabell B1.5 Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter landbakgrunn, 2011-2020, personer 16 år og eldre, prosent

	Minst 5 ganger i uken	Minst 4 ganger i uken	Minst 3 ganger i uken	Minst 2 ganger i uken	Minst 1 gang i 1-4 uken	Sjeldnere 1 gang per mnd.	Sjeldnere 1 gang pr. mnd.	Inaktiv	Antall svar
2020									
EU, EØS, etc.	10,1	2,3	7,9	9,9	27,0	23,0	10,8	9,0	283
Asia, Afrika, etc.	4,1	2,2	3,3	9,6	12,5	30,1	19,5	18,6	417
Øvrig befolkning	11,9	4,1	7,7	12,9	21,9	24,2	8,5	8,9	5 331
2017									
EU, EØS, etc.	7,4	2,6	6,8	12,1	20,6	30,0	6,3	14,2	230
Asia, Afrika, etc.	1,0	1,9	0,6	3,8	11,5	30,6	22,6	28,0	282
Øvrig befolkning	8,3	3,9	6,6	12,5	23,1	26,4	9,9	9,3	5 667
2014									
EU, EØS, etc.	8,2	3,3	4,8	9,3	27,3	25,9	10,5	10,7	270
Asia, Afrika, etc.	2,6	0,8	3,9	5,6	13,2	23,5	20,8	29,6	257
Øvrig befolkning	8,7	4,2	7,6	13,8	22,5	26,6	7,9	8,6	6 846
2011									
EU, EØS, etc.	6,6	3,5	7,5	9,6	28,2	19,1	7,5	18,0	161
Asia, Afrika, etc.	4,5	0,4	1,8	8,3	16,9	19,9	18,0	30,2	175
Øvrig befolkning	10,4	4,3	7,7	12,4	23,8	23,5	7,6	10,2	4 526

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC.

Tabell B1.6 Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter funksjonsevne, 2011-2020, personer 16 år og eldre, prosent

	Minst 5 ganger i uken	Minst 4 ganger i uken	Minst 3 ganger i uken	Minst 2 ganger i uken	Minst 1 gang i 1-4 uken	Sjeldnere 1 gang per mnd.	Sjeldnere 1 gang pr. mnd.	Inaktiv	Antall svar
2020									
Øvrig befolkning	11,5	3,9	7,5	13,2	22,8	25,6	8,7	6,8	4 943
Nedsatt funksjonsevne	9,3	3,5	6,1	8,9	15,5	20,8	13,9	22,0	1 088
2017									
Øvrig befolkning	7,5	3,9	6,1	12,4	23,4	27,3	9,8	9,4	5 242
Nedsatt funksjonsevne	7,9	2,4	5,8	7,9	14,4	25,6	15,6	20,5	937
2014									
Øvrig befolkning	8,6	4,1	7,4	13,7	23,0	27,2	8,2	7,9	6 227
Nedsatt funksjonsevne	6,3	2,7	6,0	9,3	17,9	22,5	13,0	22,5	1 146
2011									
Øvrig befolkning	10,2	4,2	7,5	12,8	24,7	23,0	7,4	10,3	3 991
Nedsatt funksjonsevne	8,5	3,5	6,6	8,7	19,1	23,4	12,0	18,3	871

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC.

Tabell B1.7 Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter bostedsstrøk, 2001-2020, personer 16 år og eldre, prosent

	Minst 5 ganger i uken	Minst 4 ganger i uken	Minst 3 ganger i uken	Minst 2 ganger i uken	Minst 1 gang i uken	1-4 ganger per mnd.	Sjeldnere enn 1 gang pr. mnd.	Inaktiv	Antall svar
2020									
Under 200 innbyggere	14,4	4,7	9,2	11,6	21,9	22,7	7,9	7,5	1 082
Opp til 20 000 innbyggere	11,0	3,8	7,8	12,5	20,1	24,1	10,3	10,3	1 802
20 000-99 999 innbyggere	12,7	4,8	5,7	12,2	19,1	25,8	8,3	11,5	919
100 000 eller flere innbyggere	8,7	2,8	6,5	12,7	23,0	25,6	10,9	9,9	2 228
2017									
Under 200 innbyggere	9,5	4,7	6,7	13,8	23,7	24,5	7,1	10,0	1 204
Opp til 20 000 innbyggere	8,1	3,1	5,8	11,9	20,4	27,3	11,7	11,7	1 900
20 000-99 999 innbyggere	8,1	4,2	7,2	12,6	24,7	23,5	8,9	10,8	815
100 000 eller flere innbyggere	6,0	3,2	5,5	10,1	21,3	29,8	12,7	11,4	2 250
2014									
Under 200 innbyggere	11,5	4,3	9,0	13,5	21,6	23,7	8,6	7,9	1 493
Opp til 20 000 innbyggere	8,1	4,1	7,3	13,2	21,9	27,2	8,0	10,2	2 293
20 000-99 999 innbyggere	7,7	3,9	7,6	12,4	22,0	25,8	10,1	10,5	978
100 000 eller flere innbyggere	6,7	3,5	5,9	12,7	22,7	27,3	9,6	11,6	2 588
2011									
Under 200 innbyggere	12,0	5,1	8,5	13,7	21,0	21,1	8,0	10,5	1 003
Opp til 20 000 innbyggere	9,3	4,4	6,2	12,6	23,8	23,3	7,7	12,5	1 560
20 000-99 999 innbyggere	8,9	4,9	8,6	12,3	22,1	23,7	7,5	12,0	612
100 000 eller flere innbyggere	9,4	2,7	7,0	10,3	25,5	23,8	9,2	12,1	1 683
2007									
Under 200 innbyggere	5,8	2,5	5,8	13,4	21,9	31,5	10,0	9,2	448
Opp til 20 000 innbyggere	6,8	2,8	5,7	9,3	24,9	29,1	11,7	9,6	738
20 000-99 999 innbyggere	4,9	3,4	4,3	11,6	23,0	34,2	12,5	6,0	465
100 000 eller flere innbyggere	5,6	3,0	4,7	12,1	24,1	33,2	9,9	7,3	464
2004									
Under 200 innbyggere	7,1	3,7	5,6	12,3	22,5	33,3	10,2	5,4	538
Opp til 20 000 innbyggere	6,9	3,6	6,1	11,5	23,9	32,6	9,0	6,3	911
20 000-99 999 innbyggere	6,7	2,7	5,9	11,9	26,7	31,5	10,5	4,1	555
100 000 eller flere innbyggere	7,1	2,6	5,4	12,0	24,2	32,7	10,2	5,8	608
2001									
Under 200 innbyggere	7,4	3,1	6,2	12,9	26,9	28,8	8,8	6,0	420
Opp til 20 000 innbyggere	6,0	3,1	3,1	9,6	26,3	38,3	9,6	4,0	669
20 000-99 999 innbyggere	5,1	2,4	5,1	9,7	27,0	35,8	11,6	3,2	371
100 000 eller flere innbyggere	4,0	3,1	3,6	10,9	26,5	36,7	11,1	4,0	422

Vedlegg C: Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter sentralitet

Tabell C1.1 Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter sentralitet, 2021, 16 år og eldre, prosent

		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Mest sentrale kommuner						
Trening	Aldri	1,7	2,8	7,6	0,0	12,1
	Månedlig	0,3	5,5	8,1	0,0	13,8
	Ukentlig	0,9	10,3	62,8	0,0	74,0
	Uoppgitt	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1
	Totalt	2,8	18,6	78,5	0,1	100,0
	Antall svar	27	212	1 013	1	1 253
Nest mest sentrale kommuner						
		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	2,0	3,7	6,5	0,1	12,3
	Månedlig	0,6	6,0	7,4	0,0	14,1
	Ukentlig	1,0	11,4	61,0	0,1	73,5
	Uoppgitt	0,1	0,0	0,1	0,0	0,1
	Totalt	3,8	21,1	75,0	0,2	100,0
	Antall svar	48	325	1 227	2	1 602
Over middels sentrale kommuner						
		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	2,7	3,7	6,3	0,3	12,9
	Månedlig	0,6	6,0	8,3	0,1	15,0
	Ukentlig	1,1	11,1	59,8	0,1	72,0
	Uoppgitt	0,0	0,0	0,1	0,0	0,1
	Totalt	4,3	20,8	74,5	0,5	100,0
	Antall svar	50	297	1 107	4	1 458
Middels sentrale kommuner						
		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	1,6	5,1	7,2	0,0	13,8
	Månedlig	0,2	7,0	6,9	0,0	14,0
	Ukentlig	0,6	9,3	61,9	0,2	72,0
	Uoppgitt	0,0	0,2	0,0	0,0	0,2
	Totalt	2,3	21,6	76,0	0,2	100,0
	Antall svar	18	187	717	1	923
Nest minst sentrale kommuner						
		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	1,5	4,4	8,0	0,0	13,8
	Månedlig	0,7	5,4	9,7	0,0	15,9
	Ukentlig	1,4	10,9	57,8	0,0	70,0
	Uoppgitt	0,0	0,0	0,0	0,3	0,3
	Totalt	3,6	20,7	75,4	0,3	100,0
	Antall svar	16	110	409	1	536
Minst sentrale kommuner						
		Friluftsliv				
		Aldri	Månedlig	Ukentlig	Uoppgitt	Totalt
Trening	Aldri	2,0	3,7	10,1	.	15,8
	Månedlig	0,0	6,6	8,8	.	15,4
	Ukentlig	1,0	6,5	61,5	.	68,9
	Uoppgitt
	Totalt	3,0	16,7	80,3	.	100,0
	Antall svar	6	40	213	.	259

Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC.

Figurregister

Figur 3.1	Andel av befolkningen 16-74 år som har gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 måneder	19
Figur 3.2	Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter siste 12 måneder, 1970-2021, personer i alderen 16-74 år	21
Figur 3.3	Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter siste 12 måneder, 1970-2021, personer i alderen 16-74 år	23
Figur 3.4	Skitur og bær- og sopptur, etter andel og gjennomsnittlig antall ganger, 1997-2020, personer 16 år og eldre, prosent og antall.....	25
Figur 3.5	Andel høyaktive og inaktive, 1997-2020, personer 16 år og eldre, prosent	26
Figur 3.6	Andel barn i alderen 6-15 år som gått lang fottur eller lang skitur i løpet av de siste 12 måneder, 1997-2020. Prosent.....	28
Figur 3.7	Andel barn i alderen 6-15 år som har drevet med friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 måneder, 1997-2020	28
Figur 3.8	Andel barn i alderen 6-15 år som har drevet med friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 måneder, 1997-2020	29
Figur 4.1	Andel som har gått lang fottur eller skitur de siste 12 månedene, etter kjønn, personer 16-74 år, 1974-2021	32
Figur 4.2	Andel som har badet de siste 12 månedene, etter kjønn, personer 16-74 år, 1974-2021	32
Figur 4.3	Andel som har drevet med jakt, fiske, og bær- og sopptur, etter kjønn, personer 16-74 år, 1974 og 2021	34
Figur 4.4	Andel som har drevet med minst én friluftslivsaktivitet siste 12 mnd., etter kjønn, personer 16-74 år 1974-2021	34
Figur 4.5	Andel barn i alderen 6-15 år som har vært på fisketur, stått på skøyter, vært på bær- eller sopptur, eller ridetur siste 12 måneder, etter kjønn, 2020	35
Figur 4.6	Bær- og sopptur siste 12 månedene, etter alder og kjønn, personer 16-74 år, 1974 og 2021	38
Figur 4.7	Andel personer i alderen 55-74 år som har drevet med friluftsliv i løpet av de siste 12 månedene, etter kjønn, 1974-2021	39
Figur 4.8	Andel som har overnattet ute i løpet av de siste 12 mnd., personer 16-74 år, 1970-2021, etter alder	40
Figur 4.9	Andel som har gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 mnd. 1974-2021, personer 16-74 år, etter alder	41
Figur 4.10	Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter aldersgruppe, 2020	42
Figur 4.11	Andel som har gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 mnd. blant personer i alderen 16-74 år, 1974-2021, etter inntekt.....	45
Figur 4.12	Andel som har overnattet ute i naturen i løpet av de siste 12 månedene, etter inntekt ¹ personer i alderen 16-74 år, 1970-2021.....	46
Figur 4.13	Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter inntektskvartil, 2020	48
Figur 4.14	Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter inntektskvartil, 2020	48
Figur 4.15	Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter foreldrenes utdanningsnivå, 2020	49
Figur 4.16	Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter landbakgrunn, 2020	52
Figur 4.17	Andel barn i alderen 6-15 år som gjort ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd., etter landbakgrunn, 2020	53

Figur 4.18	Forskjeller i deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, personer med funksjonsnedsettelse og øvrig befolkning, personer 16 år og over, 2021	55
Figur 4.19	Bær og sopptur siste 12 mnd., etter fylke, personer 16 år og over, 2021	57
Figur 4.20	Jakt siste 12 mnd., etter fylke, personer 16 år og over, 2021	58
Figur 4.21	Fiske siste 12 mnd., etter fylke, personer 16 år og over, 2021	59
Figur 4.22	Alpint siste 12 mnd., etter fylke, personer 16 år og over, 2021	60
Figur 4.23	Bading siste 12 mnd., etter fylke, personer 16 år og over, 2021	61
Figur 4.24	Trygg tilgang på nærturterreng, personer 16 år og over, 2021	63
Figur 4.25	Trygg tilgang på rekreasjonsareal, personer 16 år og over, 2021	65
Figur 5.1	Utøvelsesfrekvens for korte og lange fotturer, personer 16 år og over, 2021	68
Figur 5.2	Utøvelsesfrekvens for korte spaserturer i nærheten av hjemmet, personer 16 år og over, 2021	68
Figur 5.3	Utøvelsesfrekvens av friluftsliv totalt, personer 16 år og over, 2021	69
Figur 5.4	Utøvelsesfrekvens av fiske, etter fylke, personer 16 år og over, 2021	73
Figur 5.5	Utøvelsesfrekvens i ulike friluftslivsaktiviteter blant barn i alderen 6-15 år, 2020	74
Figur 5.6	Friluft i alt, etter bakgrunnskjennetegn blant barn i alderen 6-15 år, 2020	75
Figur 6.1	Antall friluftslivsaktiviteter siste 12 mnd., befolkningen i alt, personer 16 år og over, 2021	79
Figur 6.2	Tilfredshet med livet, befolkningen i alt, personer 16 år og over, 2021	80
Figur 6.3	Opplevd helse, personer 16 år og over, 2021	81
Figur 6.4	Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og kjønn, personer 16 år og over, 2021	82
Figur 6.5	Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og kjønn, personer 16 år og over, 2021	83
Figur 6.6	Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og alder, personer 16 år og over, 2021	84
Figur 6.7	Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og alder, personer 16 år og over, 2021	85
Figur 6.8	Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og utdanning, personer 16 år og over, 2021	86
Figur 6.9	Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og utdanning, personer 16 år og over, 2021	87
Figur 6.10	Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og inntekt, personer 16 år og over, 2021	88
Figur 6.11	Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og inntektsnivå, personer 16 år og over, 2021	89
Figur 6.12	Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021	90
Figur 6.13	Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021	91
Figur 6.14	Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og funksjonsnedsettelse, personer 16 år og over, 2021	92
Figur 6.15	Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse (antall aktiviteter siste 12 mnd.) og funksjonsnedsettelse, personer 16 år og over, 2021	93
Figur 7.1	Andel som trener og mosjonerer, personer 16 år og over, 2021, Prosent	95
Figur 7.2	Trening og mosjon, etter kjønn, personer 16 år og over, 2021	95
Figur 7.3	Andel som aldri trener eller mosjonerer, etter alder, personer 16 år og over, 2021	96
Figur 7.4	Trening og mosjon, etter landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021	97
Figur 7.5	Trening og mosjon, etter utdanning, personer 16 år og over, 2021	98
Figur 7.6	Trening og mosjon, etter inntektsnivå, personer 16 år og over, 2021	98
Figur 7.7	Friluftsliv og treningsfrekvens, personer 16 år og over, 2021	100
Figur 7.8	Forholdet mellom friluftsliv og trening, personer 16 år og over, 2021, prosent	101

Figur 7.9	Andel som driver med friluftsliv og trening, etter kjønn, personer 16 år og over, 2021	102
Figur 7.10	Andel som både driver med friluftsliv og trening, etter alder, personer 16 år og over, 2021	104
Figur 7.11	Andel som både driver med friluftsliv og trening, etter utdanning, personer 16 år og over, 2021	106
Figur 7.12	Friluftsliv og trening, etter inntektsnivå, personer 16 år og over, 2021	108
Figur 7.13	Friluftsliv og trening, etter landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021	109
Figur 7.14	Friluftsliv og trening, for personer med funksjonsnedsettelse og øvrig befolkning, personer 16 år og over, 2021	110
Figur 7.14	Hypppighet av lek, etter aldersgruppe, barn 6-15 år, 2020.....	111
Figur 7.15	Lekehypppighet etter ulike bakgrunnskjenntegn, barn 6-15 år	112
Figur 7.16	Andel barn som leker i ulike områder, 1983 og 2020.....	112
Figur 7.17	Andel barn i alderen 6-15 år som pleier å leke ulike steder, etter sentralitet, 2020	113
Figur 7.18	Andel barn som leker ulike plasser, etter kjønn, 2020	114
Figur 7.19	Andel barn som leker ulike plasser, etter aldersgruppe, 2020.....	114
Figur 7.20	Andel barn som leker ulike plasser, etter innvandringskategori, 2020.....	115
Figur 7.21	Fysisk aktivitet blant barn i alderen 6-15 år, 2020, prosent	115
Figur 7.22	Trening og mosjon med idrettslag eller klubb blant barn i alderen 6-15 år, 2020, prosent	116
Figur 8.1	Andel inaktive i friluftsliv de siste 12 månedene, personer 16 år og over, 2011-2021 ..	118
Figur 8.2	Andel som ikke har trent eller mosjonert i ulike aktiviteter i løpet av de siste 12 månedene, personer 16 år og over, 2013, 2016 og 2019.....	119
Figur 8.3	Minst og størst andel inaktive i friluftsliv, personer 16 år og over, 2021	121
Figur 8.5	Logistisk regresjonsanalyse som viser oddsratioen for å være inaktiv i trening, etter alder, kjønn, utdanning, inntekt, landbakgrunn, funksjonsnedsettelse, familiefase og sentralitet, personer 16 år og over, 2021	126
Figur 8.6	Barrierer for at barnet deltar i idretts- eller friluftaktiviteter på fritiden (oppgitt av foresatt), etter inntektskvartil, barn 6-15 år, 2020	128
Figur 8.7	Logistisk regresjonsanalyse som viser oddsratioen for å være aktiv i friluftaktiviteter 1 eller flere ganger i uken blant barn i alderen 6-15 år, 2020	130
Figur 8.8	Logistisk regresjonsanalyse som viser oddsratioen for å drive med annen fysisk aktivitet 1 eller flere ganger i uken blant barn i alderen 6-15 år, 2020	132

Tabellregister

Tabell 2.1	Nøkkeltall for datagrunnlaget i denne rapporten	10
Tabell 2.1.	Forventet standardfeil for observerte prosentandeler ved ulike utvalgsstørrelser	14
Tabell 3.1	Andel av befolkningen 16-74 år som har gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 måneder, prosent	20
Tabell 3.2	Andel av befolkningen som driver ulike friluftslivsaktiviteter, personer 16-74 år, prosent	21
Tabell 3.3	Gjennomsnittlig antall ganger drevet med ulike friluftslivsutøvelse siste 12 måneder, personer 16 år og eldre, 1997-2020	24
Tabell 3.4.	Friluftslivsfrekvens, 1997-2020, personer 16 år og eldre, prosent.....	26
Tabell 3.5	Andel barn i alderen 6-15 år som har gått på lengre fotturer eller på ski i løpet av de siste 12 måneder, 1983-2020. Prosent	27
Tabell 3.6.	Andel barn i alderen 6-15 år som har drevet med friluftslivsaktiviteter i løpet av de siste 12 måneder	30
Tabell 4.1	Andel som har drevet med jakt, fiske, og bær- og sopptur, etter kjønn, personer 16-74 år, 1974-2021	33
Tabell 4.2	Andel som har gått lang fottur eller skitur de siste 12 månedene, etter kjønn. 6-15 år, 1983-2020	35
Tabell 4.3	Andel ¹ barn i alderen 6-15 år som deltar i friluftslivsaktiviteter, etter kjønn, 1997-2020	36
Tabell 4.4	Deltakelse i ulike aktiviteter, etter alder, personer 55-74 år, 1974-2021	37
Tabell 4.5.	Andel barn som deltar i friluftslivsaktiviteter, etter aldersgruppe, 1997-2020.....	43
Tabell 4.6	Andel som har drevet med ulike friluftslivsaktiviteter i løpet av de siste 12 månedene, etter husholdningsinntekt (kvartiler), personer 25 år og over, 2021	44
Tabell 4.7	Andel som har drevet med ulike friluftslivsaktiviteter i løpet av de siste 12 månedene, etter utdanningsnivå, personer 16 år og over, 2021.....	47
Tabell 4.8	Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter siste 12 mnd., etter landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021.	50
Tabell 4.9	Andel som har deltatt i ulike friluftslivsaktiviteter siste 12 måneder, etter landbakgrunn og kjønn, personer 16 år og over, 2021	51
Tabell 4.10	Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter i løpet av de siste 12 månedene, personer med funksjonsnedsettelse og øvrig befolkning, personer 16 år og over, 2021	54
Tabell 4.11	Andel som har drevet med ulike friluftslivsaktiviteter, etter fylke, personer 16 år og over, 2021	56
Tabell 5.1	Utøvelsesfrekvens i ulike friluftslivsaktiviteter, personer 16 år og over, 2021	67
Tabell 5.2	Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter kjønn, personer 16 år og over, 2021	69
Tabell 5.3	Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter alder, personer 16 år og over, 2021	70
Tabell 5.4	Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter utdanning, personer 16 år og over, 2021.....	71
Tabell 5.5	Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter inntekt, personer 16 år og over, 2021	71
Tabell 5.6	Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021	72
Tabell 5.7	Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter funksjonsnedsettelse, personer 16 år og over, 2021	72
Tabell 5.8	Utøvelsesfrekvens av friluftsliv, etter fylke, personer 16 år og over, 2021	72
Tabell 5.9	Utøvelsesfrekvens i ulike friluftslivsaktiviteter blant barn i alderen 6-15 år, 2020.....	75
Tabell 5.10	Friluft i alt, etter bakgrunnskjennetegn blant barn i alderen 6-15 år, 2020.....	76
Tabell 6.1	Antall friluftslivsaktiviteter siste 12 mnd., befolkningen i alt, 2021, personer 16 år og over, prosent og gjennomsnitt.....	79
Tabell 6.2	Tilfredshet med livet, 2021, personer 16 år og over, prosent og gjennomsnitt.....	80
Tabell 6.3	Livskvalitet, etter friluftslivsdeltakelse siste 12 mnd., personer 16 år og over, 2021, prosent	80
Tabell 6.4	Opplevd helse, personer 16 år og over, 2021, prosent og gjennomsnitt.....	81

Tabell 6.5	Opplevd helse, etter friluftslivsdeltakelse siste 12 mnd., personer 16 år og over, 2021, prosent.....	81
Tabell 7.1	Andel som trener eller mosjonerer, personer 16 år og over, etter familiefase, 2021, prosent.....	96
Tabell 7.2.	Trening og mosjon, etter bostedsstrøk, sentralitet og fylke, personer 16 år og over, 2021, prosent.....	99
Tabell 7.3	Overlapp mellom friluftsliv og trening, personer 16 år og over, 2021, prosent.....	100
Tabell 7.4	Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter kjønn, personer 16 år og over, 2021, prosent.....	101
Tabell 7.5	Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter alder, personer 16 år og over, 2021, prosent.....	103
Tabell 7.6	Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter utdanning, personer 16 år og over, 2021, prosent.....	105
Tabell 7.7	Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter inntekt, personer 16 år og over, 2021, prosent.....	107
Tabell 7.8	Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter landbakgrunn, personer 16 år og over, 2021, prosent.....	108
Tabell 7.9.	Overlapp mellom friluftsliv og trening for personer med funksjonsnedsettelse, personer 16 år og over 2021, prosent.....	110
Tabell 7.10	Andel barn (6-15 år) som pleier å leke ulike steder. 1983 og 2020.	113
Tabell 8.1	Inaktive i friluftsliv, etter kjønn, alder, utdanning, inntekt, landbakgrunn, funksjonsnedsettelse, familiefase og sentralitet, personer 16 år og over, 2021, prosent.....	120
Tabell 8.2	Andel som ikke har trent de siste 12 månedene, etter kjønn, alder, utdanning, inntekt, landbakgrunn, funksjonsnedsettelse og familiefase, personer 16 år og over, 2021, prosent.....	122
Figur 8.4	Logistisk regresjonsanalyse som viser oddsratioen for å være inaktiv i friluftsliv, etter alder, kjønn, utdannelse, inntekt, landbakgrunn, funksjonsnedsettelse, familiefase og sentralitet, personer 16 år og over, 2021.....	125
Tabell 8.3	Barrierer for at barnet deltar i idretts- eller friluftslivsaktiviteter på fritiden (oppgitt av foresatt), etter bakgrunnskjennetegn, 2020, prosent.....	128
Tabell A1.1	Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter kjønn, personer 16-74 år, 1974-2021, prosent.....	135
Tabell A1.2	Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter alder, personer 16-74 år, 1974-2021, prosent.....	136
Tabell A1.3	Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter inntekt, personer 25 år og eldre, 2001-2021, prosent.....	137
Tabell A1.4	Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter utdanning, personer 16-74 år, 1974-2021, prosent.....	138
Tabell A1.5	Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter landbakgrunn, personer 16 år og eldre, 2011-2021, prosent.....	140
Tabell A1.6	Deltakelse i ulike friluftslivsaktiviteter, etter funksjonsevne, personer 16 år og eldre, 2011-2021, prosent.....	141
Tabell B1.1	Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter kjønn, 1997-2020, personer 16 år og eldre, prosent.....	142
Tabell B1.2	Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter alder, 1997-2020, personer 16 år og eldre, prosent.....	143
Tabell B1.3	Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter inntekt, 2001-2020, personer 16 år og eldre, prosent.....	144
Tabell B1.4	Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter utdanning, 2001-2020, personer 16 år og eldre, prosent.....	145

Tabell B1.5 Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter landbakgrunn, 2011-2020, personer 16 år og eldre, prosent.....	146
Tabell B1.6 Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter funksjonsevne, 2011-2020, personer 16 år og eldre, prosent.....	146
Tabell B1.7 Utøvelsesfrekvens i friluftslivsaktiviteter, etter bostedsstrøk, 2001-2020, personer 16 år og eldre, prosent.....	147
Tabell C1.1 Overlapp mellom friluftsliv og trening, etter sentralitet, 2021, 16 år og eldre, prosent	148