

Paul Debois

Fra: Bjarne S Nielsen <nielsen.bjarne.s@gmail.com>
Sendt: 12. september 2017 19:59
Til: Paul Debois
Emne: VS: Ny pulje støtter bevægelse i naturen

Hej Poul
Som Aftalt
MVH
Bjarne

Fra: Friluftsrådet [mailto:tips@friluftsradet.dk]
Sendt: 8. september 2017 13:00
Til: nielsen.bjarne.s@gmail.com
Emne: Ny pulje støtter bevægelse i naturen



Pressemeddelelse
8. september 2017



Ny pulje støtter bevægelse i naturen

Friluftsrådet lancerer en ny pulje, hvor foreninger, organisationer, offentlige institutioner og andre kan søge om tilskud til projekter, der får mindre aktive til at bevæge sig i naturen. Der er frist 1. oktober.

Naturen rummer et kæmpe potentiale, når vi snakker livskvalitet og sundhed - både fysisk, mentalt og socialt. Derfor lancerer Friluftsrådet puljen "Bevæg dig i naturen", der giver tilskud til projekter og initiativer, der skaber aktivt friluftsliv for de danskere, der er mindst aktive.

I naturen møder vi dem, der træner hårdt mange timer om ugen, men vi møder også dem, der kobler af med en stille gåtur eller måske bare nyder naturens ro og fred på en bænk ved søbredden. Her er der højt til loftet og plads til alle, og i fremtiden skal endnu flere være aktive i naturen.

"Man behøver ikke at være vild med at få sved på panden og pulsen i vejret for at opleve den velvære, som aktiviteter i naturen giver os. Her kan alle være med på deres eget niveau - uanset om det drejer sig om at få pulsen op, skabe fællesskaber eller finde ro og fordybelse. Vi skal bare lokke folk med ud i naturen, så kommer de positive effekter langt hen ad vejen helt af sig selv. Jeg er sikker på, at friluftslivet kan være med til at flytte de grupper i befolkningen, der bevæger sig mindst, til et mere aktivt liv i det fri", siger direktør i Friluftsrådet

Jan Ejlsted.

Naturen som afsæt for et mere aktivt liv

Naturen er et godt sted at starte, når man ikke i forvejen er fysisk aktiv. Langt de fleste kan nikke genkendende til følelsen af velvære efter et par timer udendørs. Den selvoplevede positive effekt af at opholde sig i naturen gør, at barrieren for at komme ud og være aktiv bliver et skridt mindre.

Samtidig danner naturen en ramme, som er mere inkluderende og rolig end fx fitness centrets pulserende træningsmiljø. Naturen ligger lige uden for hoveddøren og er en gratis platform for en bred vifte af aktiviteter med helt forskellig intensitet. Her er der ikke nødvendigvis fokus på præstationer og resultater. Til gengæld tæller alle former for aktivitet med i regnskabet - også de stille aktiviteter, der ikke giver sved på panden og høj puls.

Bredden i friluftaktiviteter skaber rum for et aktivt liv for flere danskere. Også for dem der ikke i forvejen er aktive og ikke ser sig selv som en del af de traditionelle træningstilbud i fx fitnesscentre og idrætsklubber.

Hvilke projekter kan få tilskud?

Der kan søges tilskud til projekter, hvor de grupper i befolkningen, som er mindst aktive, får bedre muligheder for at være aktive i naturen.

Puljen støtter især projekter med målgrupperne:

- Borgere uden for arbejdsmarkedet
- Beboere i sociale boligområder
- Borgere med psykiske funktionsnedsættelser, f.eks. stress, angst eller depression.
- Småbørnsfamilier og -mødre

Der er ansøgningsfrist 1. oktober.

Bevæg dig for livet - i naturen

Friluftsrådet har lanceret puljen "Bevæg dig i naturen" i forbindelse med partnerskabet "Bevæg dig for livet - i naturen" mellem Friluftsrådet, DGI og DIF. Sammen skaber partnerne rammerne for et aktivt friluftsliv for de danskere, der er mindst aktive.

[Læs mere om puljen "Bevæg dig i naturen".](#)

[Læs mere om Friluftsrådets øvrige puljer, der støtter friluftsliv.](#)

[Læs mere om "Bevæg dig for livet".](#)

Kontaktinformation

Afdelingsleder Udlodningsmidler til friluftsliv, Jakob Simonsen, tlf. 30 22 16 64

Kommunikationskonsulent i Friluftsrådet, Nina Bonnén Mourier, tlf. 40 35 20 73

Friluftsrådet, sekretariatet - Scandiagade 13 - 2450 København SV



[Vis i browser](#)

[Afmeld udsendelser](#)