



## **Forord**

Denne masteroppgaven skriver jeg som mitt avsluttende arbeid i folkehelsevitenskap på Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU). Som sykepleier har jeg erfaring med behandling av sykdom. I løpet av min tid på NMBU har jeg derfor omstilt fokuset, fra å tenke behandlende til forebyggende. Det har vært to inspirerende og lærerike år. Mitt avsluttende skrivearbeid handler om friluftsliv og helseeffekten av å være ute i naturen. Når jeg nå leverer masteroppgaven min, ser jeg frem til en sommer som skal nytes ute i naturen så mye som mulig.

Det er flere som må takkes etter denne skriveprosessen som nå går mot slutten. Takk til min hovedveileder Geir Aamodt for gode tilbakemeldinger på oppgaven og støtte underveis i prosessen. Tusen takk Tina, for all den tiden du har oppmuntret meg, lyttet, diskutert og viktigst av alt vært en god venn, uten deg ville dette ha vært en svært ensom prosess. Takk til min forståelsesfulle samboer Sebastian og vår engelske bulldog Marve.

Oslo, 13. mai 2015

Silje Klausen

## **Sammendrag**

**Bakgrunn:** Det norske samfunnet blir mer og mer urbanisert, og innaktiviteten har økt hos mange nordmenn. Forskning og teorier har vist at bruk av naturen kan være helseinnbringende. Å få folk ut i friluftsliv er et billig og effektiv folkehelseiltak. Målet med denne studien var å se på sammenhengen mellom friluftslivsaktiviteter i barndommen og i hvor stor grad man fortsatte med det i voksen alder. Dersom det er en sammenheng mellom aktivitetsnivå i friluftsliv i barndommen og i voksenlivet, vil det være innbringende for den enkeltes helse å ha gode vaner fra ung alder av. En teori bygger på at dersom man som barn ikke får skapt seg en tilknytning eller et bånd til naturen, vil det være mindre sannsynlig å oppsøke aktiviteter i naturen som voksen. Dette henger sammen med holdninger til naturen, motivasjon og mestring (self-efficacy) som dannes i barndommen og påvirker atferd i voksen alder.

**Metode:** Dataen i denne studien er samlet inn av Ipsos MMI på oppdrag fra FRIFO. Dataene i denne studien er samlet inn via en web-undersøkelse og er en tverrsnittsundersøkelse. Deltakerne som har respondert på undersøkelsen har svart på spørsmål om to ulike perioder fra livet sitt, fortid (barndom) og nåtid (voksen). Spørreskjemaet inkluderte spørsmål om demografi og geografi. I tillegg ble det stilt spørsmål om motivasjoner og holdninger om friluftsliv, og barrierer for å delta i friluftaktiviteter. Totalt ble 3870 personer invitert til å delta i undersøkelsen, hvorav 2168 valgte å delta. Dette utgjør en svarprosent på 56.

**Resultater:** Studien har vist at det er signifikant flere som driver med friluftsliv i voksen alder dersom de har gjort det i barndommen. De som har positive holdninger til naturen har større sjans for å være aktive. Sviktende helse ser ut til å være en årsak hos de som slutter med friluftsliv i voksen alder. Lav utdanning er typisk for de som er inaktive. De som skårer høyt på sosial påvirkning har større odds for å komme i gruppen som er aktive, mens det motsatte er tilfeller for de inaktive.

**Konklusjon:** Å være aktiv i barndommen har påvirkning på deltakelse i friluftsliv som voksen. Det kan se ut som barndommen påvirker mer i tekniske aktiviteter enn i mer enkle aktiviteter. Det kan tyde på at holdninger til naturen knyttes i barndommen. Sosial påvirkning og sosioøkonomisk status har påvirkning på friluftslivsattferd.

## **Abstract**

**Background:** The Norwegian society is becoming more and more urbanized, and inactivity has increased for many Norwegians. Research and theories have shown that the use of nature can be good for Norwegians health. Getting people out in the outdoors is a cheap and effective public health measure. The aim with this study was to look at the relationship between outdoor activities in childhood and to what extent the people would continued to do this in later life. If there is a correlation between the level of activity in the outdoors in childhood and adulthood, it would be lucrative for the individual's health to have good habits from an early age. One theory assumes that if you as a child do not create an association or a tie to nature, you will be less likeley to seek out activities in nature as an adult. This is related to attitudes towards nature, motivation and coping (self- efficacy) formed in childhood and that will effect behavior in adulthood.

**Method:** The data in this study are collected by Ipsos MMI, commissioned by FRIFO. The data in this study are collected by a web survey and is a cross- sectional study. Participants who have responded to the survey have answered questions about two different periodes of their life, the past (childhood) and the present (adulthood). The questionnaire included questions about demographics and geography. In addition, questions were raised about the motivations and attitudes towards outdoor activities, and barriers to participate in outdoor activities. A total of 3870 people were invited to participate in the survey, in wich 2168 chose to participate. This represent a response rate of 56%.

**Results:** The study showed that there are a significant amount of people that do outdoor activities as an adult if they have done so in their childhood. Those who have positive attitudes towards nature are more likely to be active. Failing health seems to be a cause of them ending their outdoors activities as an adult. Low education is typical for those who are inactive. Those who score high on social impact have greater odds of becoming a part of the group that is active, while the opposite is the case for those who are inactive.

**Conclusion:** Being active in childhood have an impact on participation in outdoor recreation as an adult. It may look like childhood affects more technical activities than in more basic activities. It may indicate that the view we have on nature is linked with our childhood. Social influence and socioeconomic status has an impact on outdoor behavior.

## Innholdsfortegnelse

1.0 Innledning.....	6
1.1 Målet med studien.....	7
2.0 Teori.....	8
2.1 Fra barn til voksen.....	8
2.2 Teorier om helse og natur.....	9
2.2.1 Biofilihypotesen.....	9
2.2.2 Attention restoration theory.....	10
2.2.3 Stress reduction theory.....	10
2.3 Teorier om atferd.....	12
2.3.1 Theory of planned behavior.....	12
2.3.2 Motivasjon.....	13
2.3.3 Mestringsforventning (self-efficacy).....	14
2.4 Sosial ulikhet i helse.....	16
3.0 Metode.....	18
3.1 Design.....	18
3.2 Datainnsamling og utvalg.....	18
3.3 Måleinstrument og variabler.....	18
3.3.1 Utvikling fra barn til voksen.....	18
3.3.2 Konfunderende variable.....	19
3.4 Inndeling av fire grupper.....	20
3.5 Statistiske analyser.....	21
3.5.1 Krysstabeller og McNemars`test.....	21
3.5.1 Logistisk regresjon.....	22
3.6 Etikk.....	22

4.0 Resultater.....	23
4.1 Presentasjon av utvalget.....	23
4.2 Utvikling av friluftaktiviteter fra barn til voksen.....	24
4.3 Kjennetegn ved de fire ulike gruppene.....	27
4.3.1 Holdninger og motivasjon for friluftsliv.....	27
4.3.2 Barrierer og friluftsliv.....	28
4.3.3 Sosioøkonomisk status og friluftsliv.....	28
4.3.4 Sosial påvirkning og friluftsliv.....	29
5.0 Diskusjon: utvikling fra barn til voksen.....	31
5.1 Tilknytning til naturen i barndommen.....	31
5.2 Barrierer for å være aktiv i friluftsliv.....	32
5.3 Type aktivitet.....	32
5.4 Sosioøkonomisk status og friluftsliv.....	33
5.5 Sosial støtte og friluftsliv.....	34
5.6 Styrker og svakheter.....	35
5.6.1 Svakheter.....	35
5.6.2 Styrker.....	35
6.0 Konklusjon.....	36
Litteraturliste.....	37

Vedlegg 1: Tabell 8-31

Vedlegg 2: Tabell 32-55

Vedlegg 3 Spørreskjema

## 1.0 Innledning

Friluftsliv er mangfoldig hvor en finner et stort spekter av ulike aktiviteter. Eksempler på dette er skiturer, tur i skog og mark, fjellturer, padling, jakt, fiske og orientering. Naturen gir rom for alle. I friluftsloven (§ 2) står det «i utkant kan enhver ferdes til fots hele året, når det skjer hensynsfullt og med tilbøyelig varsomhet». I stortingsmelding 39 (2000-2001) defineres friluftsliv som “opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse”. Naturopplevelsen er derfor et viktig aspekt ved friluftsliv. Opplevelsen innebærer nærhet til elementer som blomster, trær, vann og lyder (Ibid).

Helse og natur blir gjerne sett i sammenheng. I en norsk studie som er gjort av Fugelli & Ingstad (2001) blir helse sett på som energi, funksjon, trivsel, mestring og natur. En rekke studier viser at opphold i naturen assosieres med god helse. Naturen kan gi bedre selvfølelse og psykisk velvære, og redusere angst, depresjon og selvmordstanker (Barton et al. 2009; Barton & Pretty 2010; Ewert et. al. 2014; Hartig et al. 2003; Hartig & Marcus 2006; Pretty 2010; Thompson et al. 2011). Naturen innebærer en rekke faktorer som kan være helsefremmende. Eksempler på dette er sollys, mindre støypåvirkning, fysisk aktivitet og naturopplevelser for å nevne noen (Bischoff et al. 2007).

På tross av de mange kjente helsegevinstene av å ferdes i friluft, har folkehelsearbeidet fortsatt et større fokus på behandling enn på forebygging (Bischoff et al. 2007). Å få folk ut i friluftsliv er et effektivt og billig forebyggende tiltak mot livsstilssykdommer, som bør få mye større betydning enn det det har i dag (St. Meld 39). Forskere hevder at den største utfordringen innen naturforvaltning er rekruttering av unge inn i friluftslivet og at dette kan få konsekvenser for folkehelsen (Flamsæter et al. 2011). Det må legges større vekt på de faktorene som fremmer helse og faktorer som bidrar til at enkeltmenneskene kan mestre livene sine. Med folkehelsearbeidet snakker vi om innsatsen som samfunnet gjør for å fremme befolkningens trivsel, samt forebygge psykisk og fysisk sykdom, skade eller lidelse både direkte og indirekte (Meld. St. 26 (2012)). Regjeringen har fremmet et ønske om at friluftsliv skal ha en større rolle i folkehelsearbeidet. Blant annet er friluftsliv et eget tema i den nasjonale handlingsplanen for folkehelsearbeid. «Helse i alt vi gjør» er ett av prinsippene i folkehelsearbeidet. Politikk som påvirker friluftslivet er helt avhengig av tiltak på tvers av

sektorer. For å nevne noen vil samferdsel, helsemyndighet, landbruk og utdanning være sentrale sektorer som må bidra til å sikre at befolkningen får mulighet til å drive med friluftsliv og fysisk aktivitet (Bischoff et al. 2007; St. Meld 39).

Majoriteten i Norge bor i tettbebyggede strøk og storbyer som kjennetegnes av «unaturlige» miljøer bestående av bebyggelse, trafikk, støy og forurensning. Friluftsliv blir en motvekt til dette. Det er en arena for mental restaurering for å bygge opp ny energi og nytt mentalt overskudd (St. meld 39; Kaplan 1995; Kuo 2001).

Flere teorier tar for seg kognitive prosesser i møte med naturen (Kaplan et al. 1998; Ulrich et al. 1991). Andre teorier tar for seg hvordan hjernen husker erfaringer og hvordan dette preger atferd senere i livet (Bandura 1997). Ulike studier viser sammenhengen mellom barndomsaktivitet og aktivitetsnivå i voksenlivet, og at opphold i natur som barn gjør at man er mer i naturen som voksen (Asah et al. 2012; Huotari et al. 2011; Huotari et al. 2010; Telama 2009; Thompson et al. 2008; Wang et al. 2013). Forskere legger vekt på at dersom man mister det grunnlaget opphold i natur gir i barndommen kan dette påvirkes senere i livet. Flere studier har sett på sammenhengen mellom troen på seg selv, holdninger og tilhørighet til naturen som mulig forklaring for hvorfor man oppsøker naturen som voksen dersom man var eksponert for det som barn (Asah et al. 2012; Thompson et al. 2008). Slik som Thompson (et al. 2008) påpeker, er det viktig å kartlegge disse sammenhengene for at alle skal kunne nyttiggjøre seg av de positive helsegevinstene naturen kan gi.

Sosial påvirkning og relasjoner til andre påvirker bruk av natur og friluft (Flamsæter et al. 2011). Man vet også at utdanning (sosioøkonomisk status) påvirker helseatferd, også friluftslivsvaner (Vaage 2004). Sosial ulikhet i helse er en stor utfordring i folkehelsearbeidet.

## **1.1 Målet med studien**

Målet med denne studien er todelt. Det første er å undersøke sammenhengen mellom deltakelse i friluftsliv som barn (inntil 16 år) og deltakelse i friluftsliv i voksen alder. Den andre hensikten tar sikte på å kartlegge forskjeller hos individer som alltid har drevet med friluftsliv, de som har sluttet, startet med eller aldri drevet med aktiviteter i friluftsliv. Her vil jeg kartlegge forskjeller i holdninger, motivasjoner, oppgitte barrierer, sosioøkonomiske forskjeller og sosial påvirkning. Hensikten med studien er derfor å se på om psykologiske eller sosiale faktorer kan forklare forskjeller i friluftslivsvaner og endringer i friluftsvaner.



## 2.0 Teori

### 2.1 Fra barn til voksen

Kontinuitet hos individet som følger en gjennom livet handler om en sammenheng mellom fortid, nåtid og fremtid. På bakgrunn av tidligere erfaringer vil mentale konstruksjoner og mønstre være med å prege fremtidige valg av aktiviteter. Deltakelse i en spesiell type aktivitet vil sannsynliggjøre at vi fortsetter med denne vanen når vi blir eldre (Wang et. al. 2013). Fysiologisk er også utfoldelse i naturen som barn viktig. Barns kontakt med naturen er avgjørende for deres sosiale og kognitive utvikling, det gir plass til å leke, til å samhandle med hverandre, og til å forstå den ytre verden (Breivik 2013).

En studie som Huotari og medarbeidere gjennomførte over et 25 års tidsrom, undersøkte utviklingen av fysisk aktivitetsnivå fra ungdomslivet til voksenlivet. Studien viste en signifikant sammenheng mellom det å være fysisk aktiv i ungdommen og et høyere fysisk aktivitetsnivå i voksenlivet. De ungdommene som ble karakterisert som svært fysisk aktive hadde betydelig mindre risiko for å være inaktiv i voksen alder, sammenlignet med de ungdommene som ble karakterisert som inaktive i ungdommen. Hos menn så man en sammenheng mellom en høy fysisk form i ungdomsårene og en mindre risiko for å være inaktiv i voksen alder. Risikoen for inaktivitet i voksen alder var større for de som var inaktive i ungdommen, sammenlignet med de som hadde et meget høyt aktivitetsnivå (Huotari et al. 2011).

Studien til Thompson (et al. 2008) viste at det er en sammenheng mellom hvor mye man besøkte natur og grøntområdet i barndommen og en høyere odds for å besøke grønne områder som voksen. Barn som hyppig oppholdte seg i grøntområder i barndommen besøkte grøntområder oftere som voksne. Studien viste også en sammenheng mellom de som ikke besøkte grøntområder i barndommen i mindre grad besøkte grøntområder i voksen alder (Ibid.).

I Asah et. al (2012) sin studie fant forskerne at det er en direkte effekt av barndoms deltakelse og motivasjon for å være aktiv i naturen som voksne. Jo flere naturbaserte aktiviteter deltakerne deltok på i barndommen, jo mer ønsket de å delta som voksne. Jo mer deltakerne oppholdte seg i naturen i barndommen jo mer ressurser og strategier brukte de for å overvinne

hindringer som tidspress, kostnader etc. for å kunne delta i slike aktiviteter som voksne. Forfatterne forklarte sammenheng ved at man danner viktige holdninger og erfaringer i barndommen. Det kan også tenkes at barn som besøker grøntområder ofte forbinder naturområder med positive følelser. Derfor etableres vaner med utendørs aktiviteter allerede i barndommen (Thompson et al 2008; Asah 2012). De som oppsøker grønne områder har ofte ikke bare et fysisk forhold til naturen, men også et emosjonelt forhold som påvirker hvordan folk føler seg. De som oppholder seg mye i naturen har holdninger om naturen som at naturen har en eksistensiell, sjelelig eller meditativ effekt (Thompson et al. 2008).

## **2.2 Teorier om helse og natur**

Flere teorier bygger på at vi har en iboende tilhørighet til naturen. Teoriene bygger på en biofilhypotese som er utviklet av biolog og zoolog Wilson (Kellert & Wilson 1993). To miljøpsykologiske teorier bygger på denne hypotesen. En teori er utviklet av ekteparet Kaplan som heter «attention restoration theory». Teorien tar utgangspunkt i mentale prosessene som oppstår i møte med naturen (Kaplan & Kaplan 1989; Kaplan 1995). Den andre er Ulrich sin «stress recovery theory». Denne teorien tar utgangspunkt i de fysiologiske prosessene i kroppen som skjer når mennesket møter natur (Ulrich et al 1991).

### **2.2.1 Biofilhypotesen**

Edward O. Wilson er en amerikansk professor som har et annet perspektiv. Wilson mener at det ikke er sunt å leve et liv uten kontakt med dyr og planter. Han er av den oppfatningen at mennesker har en medfødt fascinasjon for andre livsformer. Dette kalte Wilson for «biofili», som betyr kjærlighet (philia) til liv (bios). I størsteparten av menneskets historie har vi levd som jegere og samlere ute på afrikanske savanner. Enkelte har spekulert i at dette har satt spor i de menneskelige genmaterialet slik at respons på naturomgivelser er en nedarvet egenskap fra våre forfædre. Naturen har vært arena for tilgang til mat og til beskyttelse. Biofilhypotesen tar utgangspunkt i at vi er medfødt til å føle tilknytning til naturen og levende vesener (Kellert & Wilson 1993).

### **2.2.2 Attention restoration theory**

Kaplan sin teori tar for seg de kognitive prosessene som skjer i møte med naturlige omgivelser, og mekanismer for hvordan hjernen bearbeider og luker ut unødvendig informasjon fra omverden (Kaplan et al. 1998).

Teorien til Kaplan tar utgangspunkt i at vi har to typer oppmerksomhet. En rettet oppmerksomhet (direct attention) og en spontan oppmerksomhet (involuntar attention). I dagens samfunn hvor vi eksponeres for mange inntrykk, som støy, brukes mye av den rettede oppmerksomheten. I en slik prosess sorteres inntrykk fra omverden. Denne delen av oppmerksomheten blir etter hvert utslitt og har en begrenset kapasitet. Kaplans argument er at den rettede oppmerksomheten blir «oppbrukt» og dette fører til mental trøtthet (Ibid).

Motsetningen til den rettede oppmerksomheten er den spontane oppmerksomheten. Den krever ikke mental energi, men oppmerksomhet som samler energi og mentalt overskudd. Den spontane oppmerksomheten er i bruk når man eksponeres for naturlige miljøer med sanseintrykk fra fuglesang, bekken som renner og synet av kongler og trær. Dersom man oppholder seg i miljøer hvor det er denne oppmerksomheten som er sentral, kan man gjenvinne nytt mentalt overskudd. Den spontane oppmerksomheten krever ikke den samme mentale anstrengelsen (Kaplan & Kaplan 1989; Kaplan 1995).

Forskerparet har identifisert fire aspekter som kjennetegner et miljø som kan redusere mental tretthet og gjenoppbygge mental kapasitet. Og at naturmiljøer har alle disse aspektene ved seg. Disse fire kjennetegnene er «being away», «fascination», «compatibility» og «extent». «Being away» innebærer å være i et miljø hvor man får følelsen av å være borte fra de situasjonene og miljøene som man vanligvis ferdes i. «Fascination» handler om at naturen har en rekke fascinerende stimuli og opplevelser som for eksempel dyrelyder, blader, trær og steiner i alle fasonger osv. «Compatibility» innebærer en tilhørighetsopplevelse. Og til sist «extent» en følelse av å være del av noe større (Kaplan & Kaplan 1989).

### **2.2.3 Stress reduction theory**

Roger Ulrich sin teori tar utgangspunkt i at mennesker har en nedarvet egenskap til å oppfatte en situasjon om enten trygg eller farlig. Mennesker har gjennom millioner av år levd på de afrikanske savannene. I løpet av relativt kort tid har mennesket endret livsform til mer siviliserte former. Ulrich hevder derfor at vår kropp og vårt sinn ikke har endret seg i takt med

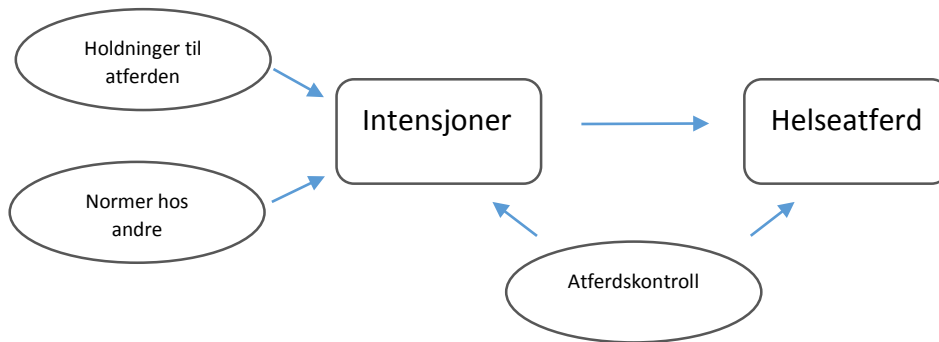
vår mer moderne måte å leve på. Teorien hevder at naturen har en gjenoppbyggende effekt ved å virke stressreducerende (Kellert & Wilson 1993; Ulrich et al. 1991). Ulrichs og andres forskning tyder på at ikke nødvendigvis opphold i naturen, men også det å se på bilder, film eller ha utsyn til naturområder virker stressreducerende (Ibid; Laumann et. al 2003).

Stressresponsen er en mekanisme som hjelper oss i truende situasjoner, og hjelper oss med å kunne flykte eller krige når farer truer. Dette kalles for en «fight-or-flight»-reaksjon. Dette er gunstig når man står ovenfor en reell fare. Våre forfedre levde et liv fylt med konfrontasjoner og stressfremkallende situasjoner. Stressresponsen ble derfor aktivert ved reelle farer. I dag vil stressresponsen aktiveres av mer diffuse årsaker, og ofte være aktivert over lengre tid. I vår tid kan kroppen reagere med samme fysiologiske respons (høyt blodtrykk, utskillelse av adrenalin etc.) på situasjoner som ikke er reelt farlige. Som for eksempel støy, arbeidspress, bekymring, store folkemengder osv. Vi blir mer oppmerksomme, får økt blodgjennomstrømning til muskler og en rekke hormoner skilles ut. Disse reaksjonene er alarmreaksjoner, og er ikke farlig i seg selv, men de er helseskadelig dersom responsen vedvarer over tid (Ursin & Eriksen 2004).

For forfedrene våre var det viktig man hentet seg inn igjen og raskt kunne redusere de kroppslige reaksjonene etter stressfylte situasjoner. Teorien til Ulrich hevder at naturen vekker en rekke positive følelser. Fordi det inneholder en rekke elementer som representerer trygghet og beskyttelse, slik som mat og drikke, trær og busker. Når omgivelsene fremmer positive følelser vil kroppslige responser endres, og redusere vedvarende stressresponser. Naturen er derfor en faktor som gjenoppbygger kroppens psykologiske og fysiologiske prosesser. Et resultat av at kroppen restitueres er da en positiv emosjonell tilstand eller reduisering av de aktiverte responsene på stress, som for eksempel hormonutskillelse. Ulrichs teorien viser at når man har naturomgivelser rundt seg skapes disse positive fysiologiske prosessene som en motvekt til stressreaksjoner (Ulrich et al. 1991).

## 2.3 Teorier om atferd

### 2.3.1 Theory of planned behavior



Figur 1. Teori om planlagt atferd. Figuren viser hvordan intensjon knyttes sammen med egne holdninger, andres normer, atferdskontroll og helseatferd.

Mark Fishben og Icek Ajzen utarbeidet på 80- tallet en teori som på norsk kalles «teori om planlagt atferd» som er vist i figur 1 over. Teorien handler om at intensjonen vi har for å utføre en spesiell handling er med på å predikere om vi faktisk handler eller ikke. Intensjonen er knyttet opp til de tre faktorene «holdninger», «subjektive normer» og «opplevd atferdskontroll» (Ajzen 1991). Forskning støtter teorien (Godin & Kok 1996).

Holdninger betyr enten en negativ eller en positiv tanke eller evaluering om noe spesifikt, og hvilken forventning man har til handlingen. En forventning om friluftsliv kan være at man forventer å oppleve ro og stillhet eller man forventer å oppleve psykisk velvære ved opphold i naturen. Kjernen ligger i at det er en direkte sammenheng mellom de kognitive prosessene og hva som er faktisk handling. Holdningen man har til en bestemt atferd påvirker hvordan man tilnærmer seg atferden og dermed hvordan man faktisk handler. Jo mer positiv holdningen til en framtidig handling er jo mer øker sannsynligheten for å faktisk gjennomføre handlingen. Teorien til Fishben og Ajzen legger vekt på forskjellen mellom generelle holdninger som «det er sunt å være i naturen» og mer spesifikke holdninger knyttet til for eksempel «jeg får mer overskudd når jeg oppholder meg i naturen». Det er mer spesifikt når det er rettet mot seg selv enn en generell holdning om at en atferd er sunn. «Subjektive normer» innebærer hva man selv tror at viktige mennesker rundt seg mener om en atferd. Slike mennesker er gjerne

rollemodeller, venner eller legen. Hvis man tror vennegjengen mener at det å seile eller det å gå fjellturer er forbundet med noe positivt, for eksempel status, er sannsynligheten for å lære seg å seile eller gå fjellturer større enn om man ikke hadde denne oppfatningen. «Persipert atferdskontroll» handler om troen på om man klarer å gjennomføre handlingen og om man tror man har de ressursene, egenskapene og mulighetene som skal til for å gjennomføre handlingen. De tre nevnte komponentene påvirker i hvor stor grad en persons intensjon om å utføre en handling er. Og intensjonen kan forutsi sannsynligheten for atferd (Ajzen 2005; Ajzen 1991).

### 2.3.2 Motivasjon

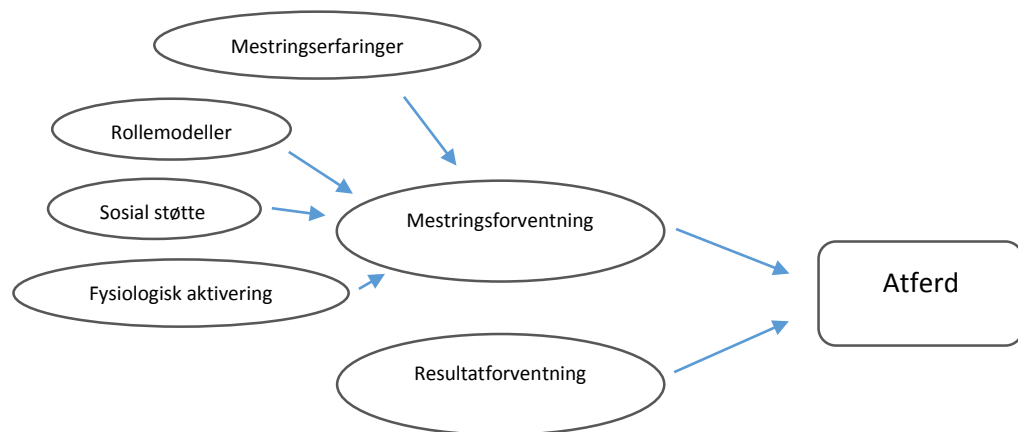
Motivasjon defineres som en drivkraft for å gjøre noe. Denne drivkraften vokser frem innvendig. Motivasjon betyr å ha mål med handlingen man gjør og en drivkraft for atferd. Det handler om valg man gjør, innsatsen og utholdenheten man har i forhold til en aktivitet. Motivasjon blir betegnet som «[...] en situasjonsbestemt tilstand som påvirkes av verdier, erfaringer, selvvurdering og forventninger» (Skaalvik & Skaalvik 2005).

Ordet motivere kommer fra det latinske ordet *movere*, som betyr «bevege» (Svartdal 2011). Begrepet er også definert som «*To be motivated means to be moved to do something*». Motivasjon henger sammen med i hvilken grad et individ ønsker å bruke krefter og innsats på en aktivitet. Det handler om hvorfor man gjør som man gjør. Det som er felles for motivasjonspyskologien er at den ønsker å forklare hva som beveger til handling. Er man motivert så legger man inn en større innsats og får en belønning igjen for det. Belønning kan være læring, mestringsopplevelse osv (Deci & Ryan 2000).

Motivasjon kan være indre eller ytre styrt. Dersom det er faktorer i omgivelsene som driver mennesket til en handling, er det en ytre styring. Er det faktorer som kommer innenfra er det en indre styrt motivasjon. Man har da et engasjement for aktiviteten i seg selv, og har ikke behov for ytre belønning. Om man ønsker mer muskler og strammere kropp vil det være en ytre motivasjon for å være aktiv. En indre motivasjon for å være aktiv kan være at det gir en opplevelse av psykisk velvære. Som dette eksempelet illustrerer er det ikke selve handlingen som skiller mellom indre og ytre motivasjon. Men det er årsaken til at man er aktiv. Motivasjon henger derfor sammen med forventninger. De forventningene som personen har

til en gitt handling påvirker motivasjonen. Dersom man har høy forventning om mestring og forventning om å få en belønning når man utfører handlingen, vil motivasjonen øke (Ibid.).

### 2.3.3 Mestringsforventning (self-efficacy)



Figur 2. Mestringsforventning er et resultat av faktorer som mestringserfaringer, rollemodeller, sosial støtte og fysiologisk aktivering. Mestringsforventning er noe som påvirker atferd.

Albert Bandura utviklet en sosial læringsteori, som tar for seg det kontinuerlige samspillet mellom kognitive prosesser, og atferd. Valgene vi gjør er knyttet til en rekke kognitive vurderinger. «Self-efficacy», eller mestringsforventning, blir trukket frem som det viktigste begrepene i sosial kognitiv teori. Self-efficacy kan endres gjennom livet, det er en kontinuerlig læringsprosess, der læring er avhengig av å tenke og vurdere. Når vi vurderer vår egen kapasitet, vurderer vi også hva vi forventer skal skje i en situasjon og hvilke begrensninger og muligheter vi har (Bandura 1997).

Motivasjon og mestringsforventning henger sammen, slik at forventninger man har påvirker grad av motivasjon. Fordi mestringsforventning har betydning for hvordan man tenker og føler om en atferd. Det som sterkest predikerer mestringsforventningen er tidligere erfaringer, altså måter vi lærer på gjennom erfaring. Derfor vil erfaringer påvirke hvordan vi oppfatter en atferd og hvordan vi handler senere i livet. Dersom man lykkes i en oppgave flere ganger vil

man øke sin mestringsforventning. Den vurderingen vi gjør i forhold til en atferd er derfor direkte knyttet til hva vi har opplevd tidligere i livet. Mestringsforventning er troen på å kunne utføre en handling. Teorien hevder at konsekvensene av tidligere erfaringer påvirker de atferds valgene man tar senere i livet. Forventning om å mestre er ifølge Bandura påvirket av ulike faktorer, slik som tidligere erfaringer, påvirkning fra rollemodeller, sosial støtte og fysiologiske prosesser. Bandura hevder at tidligere erfaringer er den viktigste (ibid).

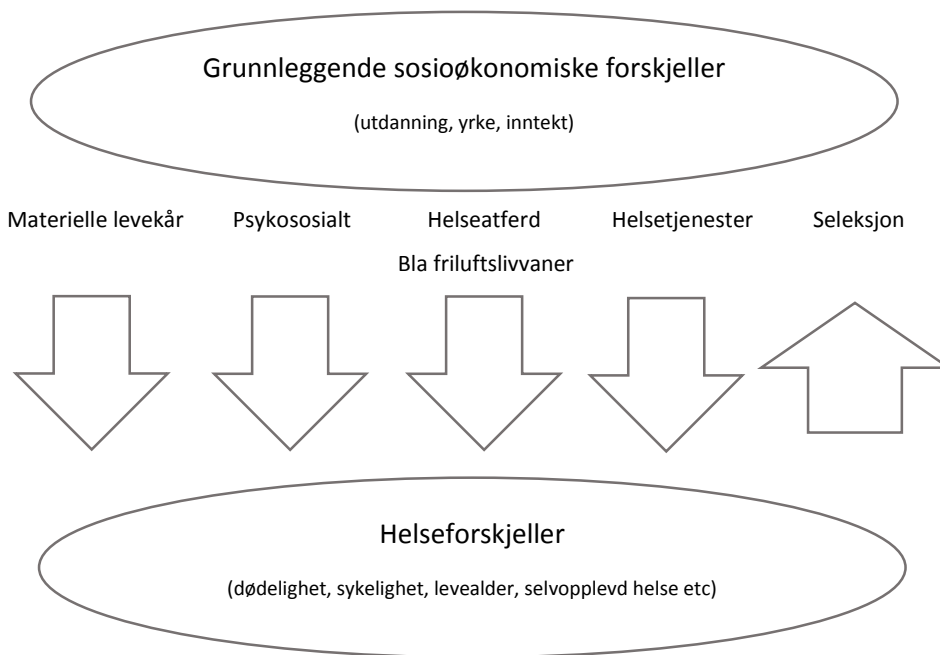
Teorien om self-efficacy tar for seg sosial påvirkning. Både i form av at støtte og oppmuntring virker positivt inn på atferdsendring. Men også de man sammenligner seg med, observerer man fra og tar lærdom av (Bandura 1997). Går vi til min problemstilling er støtte av familie og venner assosiert med positiv bruk av skog og grønne områder (Thompson et al. 2008).

Mestringsforventning blir definert av Bandura som «...a persons beliefs in one`s capabilities to organize and execute the courses of action required to produce given attainments». Hvis man har en positiv mestringsforventning vil man forsøke å endre atferd. Teorien skiller mellom forventning om å mestre og forventning om resultatet. Man må i tillegg to på at atferden har et positivt utfall. Bandura kalte dette for resultatforventning. Det kan være forventninger om et positivt resultat eller et negativt resultat. Bandura mente at mestringsforventningen er viktigere enn resultatforventning når det kommer til endring av atferd. Selv om man tror at det å gå fjellturer eller være på sjøen bidrar til velvære og mentalt overskudd (positiv resultatforventning), er det ikke sikkert at man gjør det hvis man ikke tror man mestrer å gjennomføre det (mestringsforventning). Både atferd, tankesett og motivasjon påvirkes av mestringsforventning. Man unngår situasjonen, eller gir lettere opp dersom man ikke tror man mestrer den. Mens man er mer utholdende i situasjonen dersom man har høy mestringsforventning (Bandura 1986).

Det er vesentlig forskjell på de faktiske ferdighetene og evnene man har og mestringsforventning. Mestringsforventning innebærer en holdning og ikke en evne. Mestringsforventning påvirker innsatsen man legger inn for å lære seg noe, hvor utholdende man er til en atferd, hvordan man takler et nederlag og det tankemønsteret man benytter seg av i møte med en atferd. Man kan ha høy mestringsforventning på ett område og lavt på et annet. Sannsynligheten for å lykkes med et mål vil være større hvis man har sterk mestringsforventning enn svak mestringsforventning. Man opplever en trygghet og mulighet til å håndtere hindringer og utfordringer man måtte møte på veien (Bandura 1986; Bandura 1997).



## 2.4 Sosial ulikhet i helse



Figur 3. Sosial ulikhet i helse er sammensatt av mange faktorer

En av de største folkehelseutfordringene vi står ovenfor i dag er de sosiale ulikhetene i helse (Næss et al. 2007). Ulikhetene innebærer at helsetilstanden følger hvilken sosioøkonomisk gruppe man tilhører. Disse gruppene deles inn i utdanning, yrke eller husstandsinnkomst. Helse kan måles i for eksempel sykkelighet og dødelighet (Huisman et al. 2005). Helseforskjellene omtales gjerne som en gradientutfordring, som betyr at jo høyere utdanning man har jo bedre er helsa (Næss et al. 2007).

Det er særlig fem mekanismer som trekkes frem som årsaksforklaringer på de sosiale helseforskjellene (se figur 3). Disse er materielle levekår, psykososialt miljø, helseatferd, helsetjenestens rolle og helserelatert seleksjon. Materielle levekår innebærer at man har mer ressurser og penger, som igjen kan bidra til sunnere forbruk, sunnere aktiviteter og sunnere boligstandard. Psykososialt miljø kan innebære mer stress og dårligere søvn. De med lavere sosioøkonomisk status har også vist seg å ha dårligere helseatferd. Helseatferd betyr atferd og levevaner med særlig helsemessige følger. Som for eksempel røyking, fysisk aktivitet og kosthold (Ibid.).

Det er sosiale forskjeller også i atferden friluftslivsvaner. Det å gå turer i skogen, fisketurer og skiturer er mer typisk for personer med høy sosioøkonomisk status enn de med lav sosioøkonomisk status (Vaage 2004). Dette påvirker igjen den sosiale skjevfordelingen i helse, da friluftsliv har en positiv påvirkning på helsa. En av årsakene til at det er ulikheter i friluftslivsvaner er at det koster penger, og det er også snakk om tilgjengelighet.

## **3.0 Metode**

### **3.1 Design**

Denne studien benytter datamateriale som er samlet inn av Ipsos markeds- og media institutt (MMI) på oppdrag for Friluftslivets fellesorganisasjon (FRIFO). Dataene er samlet inn på ett bestemt tidspunkt, og er derfor en tverrsnittsundersøkelse (Johannesen et. al 2011). Studien er kvantitativ, ikke-eksperimentell og har derfor et observasjonelt design. Dataene er samlet inn gjennom en webundersøkelse. Deltakerne har krysset av på spørsmålene i spørreskjemaet over internett og per e-post.

### **3.2 Datainnsamling og utvalg**

Dataene er samlet inn i perioden mellom 4. Oktober til 22. Oktober 2012. E-basen til Ipsos MMI består av litt over 50.000 personer og disse er blitt brukt som en base i webundersøkelsen. Fra dette utvalget er det sendt ut spørreskjema til 3870 respondenter. Utvalget i studien er representativ for hele landet, og deltakerne er 18 år eller eldre. Svarprosenten er 56 (n=2168). Alle som ikke svarte på undersøkelsen fikk en purring innen en fastsatt purringsfrist.

## **3.3 Variabler og måleinstrument**

### **3.3.1 Utvikling fra barn til voksen**

Respondentene har svart på hvorvidt de drev med ulike aktivitetsvaner i barndommen (retrospektivt) og hvorvidt de driver med de samme aktivitetsvanene i dag. Barndommen er definert som tiden før fylte 16 år. Respondentene svart på hvorvidt det passer eller ikke passer at man driver med de ulike friluftslivsaktiviteter «tur i skog og mark», «orientering», «skiturer», «fjellturer», «på/ved sjøen» og «fisketurer». Og om man drev med tilsvarende aktiviteter i barndommen (<16 år). Det er gjort analyser for hver enkelt aktivitet. De avhengige variablene representerer spørsmålene fra nå-tid (voksen), og de uavhengige variablene representerer spørsmålene som er stilt fra barndommen.

### *Avhengige variabler for barndoms deltakelse i friluftsliv*

De avhengige variablene er hvorvidt man er eller ikke er aktiv i dag (voksen alder) for 6 ulike friluftslivsaktiviteter. Spørsmålene som ble stilt var «Jeg er ofte [...]» på tur i skog og mark, på skiturer eller i skianlegg, på fjelltur, på eller ved sjøen, på fisketur og «jeg går ofte orientering». Svaralternativene var «passer meget godt», «passer ganske godt», «passer litt», «passer ikke i det hele tatt» og «kan ikke svare». Variablene er videre delt inn i to kategorier (dikotomisert) til kategoriene *passer godt* (inkluderer «passer meget godt» og «passer ganske godt») og *passer ikke* (inkluderer «passer litt», «passer ikke i det hele tatt» og «kan ikke svare») for bruk i analysene.

### *Uavhengige variabler for barndoms deltakelse i friluftsliv*

De uavhengige variablene er hvorvidt man var eller ikke var aktiv i barndommen for 6 ulike friluftslivsaktiviteter. Spørsmålene som ble stilt var «Jeg var ofte [...]» på tur i skog og mark, på skiturer eller i skianlegg, på fjelltur, på eller ved sjøen og «jeg gikk ofte orientering». Svaralternativene var tilsvarende for de uavhengige variablene som for de avhengige. Variablene er også her, tilsvarende de avhengige variablene, dikotomisert til *passer godt* og *passer ikke*.

### **3.3.2 Konfunderende variabler**

Det er kontrollert for mulige konfunderende faktorer i de analysene for sammenhengen mellom barndom og voksen. Variablene er kjønn, utdanning, alder, landsdel, sentralitet og bo status. For å måle kjønn skulle man krysse av for mann eller kvinne. Utdanningsvariabelen er inndelt i ulike nivåer av lengde på skolegang. Alder er samlet inn ved at de har skrevet hvor mange år de er. Denne variabelen er blitt omkodet til ordinal variabel i kategoriene «18-25 år», «26-45 år», «46-65 år» og «66-85». Landsdeler er blitt målt ved at deltakerne har krysset av for fylke. Og deretter omgjort til landsdelene «Østlandet uten Oslo», «Oslo», «Sørlandet», «Vestlandet», «Midt-Norge» og «Nord-Norge». «Østlandet uten Oslo» er fylkene Akershus, Buskerud, Hedmark, Oppland, Telemark, Vestfold og Østfold. «Sørlandet» er Aust-Agder og Vest-Agder. «Vestlandet» er Hordaland, Møre og Romsdal, Rogaland og Sogn og Fjordane. «Midt-Norge» er Nord-Trøndelag og Sør-Trøndelag. «Nord-Norge» er Nordland, Troms og Finnmark. Sentralitet er mål ved at det er krysset av for alternativene «stor by», «mindre by»,

«tettsted» og «på landet». Bostatus er målt ved at deltakerne har blitt spurt «hvordan bor du?» og videre krysset av for enten «sammen med ektefelle/samboer», «bor alene», «bor i kollektiv eller bofellesskap», «bor hos foreldre» eller «annet».

### 3.4 Inndeling av fire ulike grupper

Det er delt inn i fire grupper. For alle de fire gruppene (figur 4) er det gjort en rekke logistiske regresjoner. Oversikt over logistiske regresjoner som er gjort for de fire ulike gruppene følger som tabeller i vedlegg 1 og vedlegg 2.

De «aktive» representerer de respondentene som oppgir at det passer godt eller meget bra at de var aktive som barn og er aktive i dag. De «fracfalne» representerer de respondentene som oppgir at de var aktive som barn, men at det ikke passer godt eller meget bra at de er aktive i dag. De «nyfrelste» representerer de respondentene som oppgir at de ikke var aktive i barndommen, men de er aktive som voksne. De «inaktive» representerer de respondentene som oppgir at det ikke passer eller passer lite at de var aktive som barn og som voksne.

Figur 4. Oversikt over de fire gruppene

		Voksen	
		Aktiv	Ikke aktiv
Barn	Aktiv	<b>Aktive</b>	<b>Frafalne</b>
	Ikke aktiv	<b>Nyfrelste</b>	<b>Inaktive</b>

#### *Sosioøkonomisk status*

For å se på om det er forskjeller i sosioøkonomisk status for de fire ulike gruppene er variabelen utdanning brukt som mål. Utdanningsvariabelen er samlet inn ved at respondentene har krysset av for om de har gått folkeskolenivå, ungdomsskole, videregående, universitetsnivå eller under utdanning.

#### *Sosial påvirkning*

For å se på om sosiale forhold er ulikt i de fire ulike gruppene er det brukt et spørsmål fra spørreskjemaet hvor respondentene har svart på «jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter». Svaralternativene var «passer meget godt», «passer ganske godt», «passer litt»,

«passer ikke» eller «ikke aktuelt». Verdiene er dikotomisert til *ja* (inkluderer «passer meget godt» og «passer ganske godt») *nei* (inkluderer «passer litt», «passer ikke i det hele tatt» og «kan ikke svare»).

### *Motivasjon, holdninger og barrierer*

For å måle motivasjon og holdninger for å være fysisk aktiv er det stilt spørsmål om «hvor viktig er følgende grunn for at du driver med fysiske aktiviteter?» Hvor det er tatt med fem grunner i analysene. Grunnene «forebygge helseplager», «holde meg slank», «oppleve naturen», «gir avstressing/avkopling» og «gir spenning/utfordring». Svaralternativene for samtlige av grunnene var «meget viktig», «ganske viktig», «lite viktig», «ikke viktig» eller «ikke aktuelt». Verdiene er dikotomisert til *ja* (inkluderer «meget viktig» og «ganske viktig»), og *nei* (inkluderer «lite viktig», «ikke viktig» og «ikke aktuelt»).

Barrierer er målt ved spørsmålet «hva var det som gjorde at du ble mindre fysisk aktiv?». Og respondentene har svart på de fem ulike grunnene «sviktende helse», «mer krevende på jobb/skole», «mer krevende hjemme», «dårligere tilgang til aktivitetsområder» og «mangler noen å være sammen med». Respondentene har krysset av på de faktorene som stemmer.

## **3.5 Statistiske analyser**

Dataene er analysert i statistikkprogrammet SPSS 22.0 (Statistical Package for the Social Sciences). Signifikansnivået er satt til  $p < 0,05$ .

### **3.5.1 Krysstabeller og McNemar`s test**

Når de samme respondentene har svart på spørsmål fra to ulike perioder av livet må det tas hensyn til i analysene. Dette er fordi dataene er parede. Da benyttes en variant av kji kvadrat-testen som heter McNemar`s test. Dataene er samlet inn på samme tidspunkt, men respondentene svarer på spørsmål gjeldende barndommen og gjeldende nå-tid (Bjørndal & Hofoss 2012; Pallant 2013). I de enkle bivarierte krysstabellanalysene sammenlignes andelen av de som driver med friluftsliv ofte og de som oppgir at de sjeldent driver med friluftsliv. Ved bruk av McNemar`s test er det oppgitt p-verdier for om det er statistisk signifikante forskjeller mellom disse gruppene.

### **3.5.2 Logistisk regresjon**

Det er utført logistiske regresjonsanalyser. I modellen beregner vi odds for et utfall (respondentene svarer «passer godt» for barndomsspørsmålet) som en funksjon av de uavhengige variablene som her er nå-tid (respondentene svarer «passer godt» på barndomsspørsmålet og «passer godt» i nå-tid).

I de logistiske regresjonsanalysene kontrollere jeg for kjønn, alder, bo status, utdanning, landsdel og sentralitet. Både de ujusterte og de justerte oddsverdiene oppgis.

Jeg har tilpasset logistiske regresjonsanalyser for de fire gruppene (figur 4) for å se hva som kjennetegner hver og en av disse gruppene. De fire gruppene som avhengige variabler og variablene kjønn, alder, utdanning, bostatus, landsdel og sentralitet som uavhengige variabler. Disse analysene følger som tabeller i vedleggene (vedlegg 1). For å begrense omfanget i oppgaven vil det være utdanningsvariabelen som blir trukket frem i resultat og diskusjonsdelen.

Det er også gjort flere logistiske regresjonsanalyser for de fire gruppene for å se forskjeller i holdninger og motivasjon for å være aktiv, barrierer for å være aktiv og sosial påvirkning. Disse tabellene følger som vedlegg 2.

### **3.6 Etikk**

Enkelt personer i studien kan ikke identifiseres. Og det er ikke mulig for forfatteren bak denne studien å spore opp respondenter i utvalget. Prinsipper som følger etiske retningslinjer som informasjon til deltakere, anonymitet og samtykke ivaretas ved denne studien.

Regional og etisk komite (REK) trekker frem at det skal søkes om godkjenning for sitt prosjekt, etter helseforskningsloven, hvis det er snakk om å fremskaffe ny kunnskap om helse og sykdom (helseforskningsloven § 4a). Det er vurdert det slik at denne masteroppgaven ikke innehar disse kriteriene for å søke om videre godkjenning.

## 4.0 Resultater

### 4.1 Presentasjon av utvalget

I tabell 1 viser jeg egenskaper til utvalget. Det er omtrent like mange menn som kvinner i utvalget. Om lag halvparten av deltakerne er i alderskategorien «46-65 år», mens bare om lag 6% er i den yngste alderskategorien «18-25 år». Nær 70% av utvalget er samboere eller gift og 26,1 % er enslig. Det er relativt få som bor med venner eller bor hos foreldre (1,5 % og 3,0 %). Nesten halvparten av deltakerne har en universitetsutdannelse eller tilsvarende, mens 7,1 % svarer at de har gått skole tilsvarende realskolenivå (ungdomsskole). De fleste bor på Østlandet. Ca halvparten oppgir at de bor i en mindre by eller et tettsted, 36,0 % i storbyen, og 15,7 % på landet.

Tabell 1. Demografiske og geografiske variabler for respondentene i utvalget

Variabler	N=2168	Variabler	N =2168
Kjønn n (%)		Sentralitet n (%)	
Menn	1105 (51)	Storby	781 (36,0)
Kvinner	1063 (49)	Mindre by	522 (24,1)
Alderskategorier n (%)		Tettsted	525 (24,2)
18-25 år	128 (5,9)	På landet	340 (15,7)
26-45 år	575 (26,5)		
46-65 år	1075 (49,6)	Landsdel n (%)	
66-85 år	383 (17,7)	Østlandet u Oslo	809 (37,3)
Utdanning n (%)		Oslo	329 (15,2)
Barneskole (inntil 8 år)	28 (1,3)	Sørlandet	115 (5,3)
Ungdomsskole	155 (7,1)	Vestlandet	523 (24,1)
Videregående (gymnas)	609 (28,1)	Midt-Norge	182 (8,4)
Universitet/Høyskole	999 (46,1)	Nord-Norge	210 (9,7)
Under studiet	377 (17,4)		
Bo status n (%)			
Ektefelle/samboer	1503 (69,3)		
Bor med venner	33 (2,4)		
Enslig	566 (25)		
Bor hos for forelde	66 (1,8)		



## 4.2 Utvikling av friluftaktiviteter fra barn til voksen

Jeg har analysert sammenhengen mellom å være aktiv i barndommen og i voksenlivet for aktivitetene: turer i skogen, orientering, skiturer, fjellturer, på/ved sjøen og fisketurer. For alle de seks friluftslivsaktivitetene er det signifikante sammenhenger mellom å være aktiv i barndommen og å være aktiv i voksenlivet (tabellene 2 og 3). P-verdien er  $<0,005$  for samtlige av aktivitetene (tabell 2).

De sterkeste sammenhengene sees ved orientering og fisketurer, hvor de justerte oddsforholdet er henholdsvis 11,6 (95% KI: 6,5-20,4) og 10,0 (95% KI: 7,2-14,0). Skiturer, på/ved sjøen og fjellturer har oddsforholdene 5,3, 4,8 og 3,8. Det er aktiviteten «gå tur i skog og mark» som har det laveste oddsforholdet på 1,4 (tabell 3).

Med unntak av fisketurer er det ingen av aktivitetene som endrer oddsverdi betydelig ved justering for kjønn, alder, landsdel, sentralitet og bostatus. For aktiviteten fisketurer endrer oddsverdien seg fra 11,3 til 10,1.

Tabell 2. Krysstabell. Sammenligning av gruppene som oppgir at det passer godt og gruppene som oppgir at det ikke passer godt for de ulike friluftslivsaktivitetene «turer i skogen», «orientering», «skiturer», «fjellturer», «sjøen» og «fisketurer».

	Voksen	Barndom		p-verdi
		Passer ikke	Passer godt	
Turer i skogen	Passer ikke	631 (87,3)	1189 (83,0)	<0,005
	Passer godt	92 (12,7)	244 (17,0)	
Orientering	Passer ikke	1968 (98,4)	139 (83,7)	<0,005
	Passer godt	33 (1,6)	27 (16,3)	
Skiturer	Passer ikke	935 (91,1)	748 (65,5)	<0,005
	Passer godt	91 (8,9)	394 (34,5)	
Fjellturer	Passer ikke	1203 (83,5)	412 (56,6)	<0,005
	Passer godt	237 (16,5)	316 (43,4)	
Sjøen	Passer ikke	967 (82,9)	501 (50,0)	<0,005
	Passer godt	200 (17,1)	500 (50,0)	
Fisketurer	Passer ikke	1369 (96,6)	538 (71,6)	<0,005
	Passer godt	48 (3,4)	213 (28,4)	

Tabell 3. Logistisk regresjonsanalyse for de ulike friluftslivsaktivitetene. Sammenligning av de som oppgir at det passer godt å være ofte aktiv i dag. Oppgir graden av påvirkning barndommen har på voksenlivets friluftslivsvaner.

	Ujustert OR (95 % KI)		Justert OR* (95 % KI)	
På tur i skog og mark barn				
Passer ikke	1	(ref.)	1	(ref.)
Passer godt	1,408	(1,087-1,823)	1,401	(1,080-1,817)
Orientering som barn				
Passer ikke	1	(ref.)	1	(ref.)
Passer godt	11,590	(6,775-19,827)	11,652	(6,543-20,440)
Skiturer i barndommen				
Passer ikke	1	(ref.)	1	(ref.)
Passer godt	5,412	(4,226-6,931)	5,345	(4,167-6,856)
Fjellturer i barndom				
Passer ikke	1	(ref.)	1	(ref.)
Passer godt	3,893	(3,181-4,766)	3,821	(3,115-4,687)
På eller ved sjøen barn				
Passer ikke	1	(ref.)	1	(ref.)
Passer godt	4,825	(3,965-5,872)	4,807	(3,942-5,863)
Fisketur som barn				
Passer ikke	1	(ref.)	1	(ref.)
Passer godt	11,292	(8,129-15,685)	10,093	(7,230-14,089)

\*Justert for: Kjønn, utdanning, alder, landsdel, sentralitet og bo status

### 4.3 Kjennetegn ved de fire ulike gruppene

For å undersøke egenskaper ved personene i de fire gruppene har jeg oppsummert disse for ulike grupper av spørsmål i spørreskjema 1) spørsmål knyttet til holdninger og motivasjon for friluftsliv; 2) spørsmål knyttet til barrierer til friluftsliv; 3) spørsmål om sosioøkonomiske faktorer og 4) andre sosiale faktorer. Det er ulike mengde spørsmål knyttet til hver av disse gruppene; henholdsvis 5, 5, 1 og 1 spørsmål. For å undersøke om de ulike spørsmålene øker eller reduserer sjansen for å komme i gruppen «aktive», «fracfallen», «nyfrelst» og «inaktiv» så har jeg tilpasset en logistisk regresjonsmodell, en modell for hver av aktivitetene (tur i skogen, orientering, skiturer, fjellturer, turer på sjøen eller fisketurer). Hvis et spørsmål øker sjansen (odds) for å havne i en gruppe angis dette med et pluss-tegn (+), men hvis spørsmålet reduserer sjansen for å komme i en gruppe så angis dette ved et minus-tegn (-).

Grunnlaget for tabellene (resultater fra regresjonsanalysene) er gjengitt i vedlegg 1 og 2.

#### 4.3.1 Holdninger og motivasjon for friluftsliv

De fem grunnene til å være aktiv er forebygge helseplager, holde meg slank, øke fysisk styrke, fordi det er morsomt og samvær med venner, totalt har vi da (6\*5) 30 kombinasjoner for aktivitet og grunner til å være aktiv som i det følgende vil bli kalt aktivitetsgrunner. Spørsmålene som er stilt er «hvor viktig er følgende grunn for at du driver med fysisk aktivitet?». Og svart på om det passer eller ikke passer for grunnene «forebygge helseplager», «holde meg slank», «oppleve naturen», «gir avstressing/avkopling», «gir spenning/utfordring».

Resultatene er vist i tabell 4. Vi ser for eksempel at for turer i skoen så øker oddsen for å være i aktiv-gruppen for å svare høyt på alle spørsmål knyttet til holdning og motivasjon. De som skårer lavt på holdning og motivasjonsspørsmål har større sjanse for å være i inaktiv-gruppen.

Tabell 4. Et plusstegn (+) betyr at det passer. Et minustegn (-) betyr at det ikke passer. Jo fler +/- jo fler har vi svart ja eller nei

	Aktive	Frafalne	Nyfrelste	Inaktive
Tur i skogen	+++++	-----	+++	-----
Orientering	++	+	+	--
Skiturer	+++++		+++	-----
Fjellturer	+++++	+	++++	-----
På/ved sjøen	+++		++	-----
Fisketurer	+++			---

### 4.3.2 Barrierer og friluftsliv

Spørsmålet for denne delgruppen er «Hva var det som gjorde at du ble mindre fysisk aktiv?».

Svarmulighetene var: «sviktende helse», «krevende jobb/skole», «krevende hjemme», «dårligere tilgang til aktivitetsområder», «mangler noen å være aktiv sammen med».

Oppsummeringen er gitt i tabell 5.

Her ser vi at frafall-gruppen er spesielt karakterisert ved at respondentene svarer relativt høyt på barriere-spørsmålene. Det er spesielt aktivitetene fjellturer, skiturer, på/ved sjøen og skogsturer som kommer fram her. Sviktende helse oppgis ved samtlige av aktivitetene i gruppen de «fracfalne» (vedlegg 2: tabellene 38-43).

Tabell 5. Et plusstegn (+) betyr at man oftere sier ja (mer barrierer), og et minustegn (-) betyr at man oftere sier nei (færre barrierer).

	Aktive	Frafalne	Nyfrelste	Inaktive
Tur i skogen	- - -	+++	--	-
Orientering		+	+	
Skiturer	- -	+++	-	-
Fjellturer	- -	++++	- - -	
På/ved sjøen		+++		
Fisketurer	- -	+		-

### 4.3.3 Sosioøkonomisk status og friluftsliv

Det er bare et spørsmål knyttet til sosioøkonomisk status: utdanning. Tabell 6 viser en enkel oversikt over signifikansnivå for utdanning og de ulike gruppene etter hver av de seks friluftslivsaktivitetene. Vi ser at høy utdanning øker sjansen for å komme i de tre første gruppene, men for ulike aktiviteter. Lav utdanning er typisk for de som er inaktive.

Tabell 6. Skjematisk fremstilling av signifikante forskjeller i utdanning for de ulike gruppene etter friluftslivsaktiviteter. Et plusstegn (+) betyr at det er flere respondenter med høyere utdanning i gruppen. Et minustegn (-) viser at det er flere med lavere utdanning i gruppen.

	Aktive	Frafalne	Nyfrelste	Inaktive
Tur i skogen	+			
Orientering		+		-
Skiturer	+		+	-
Fjellturer	+	+	+	-
På/ved sjøen				
Fisketurer		-		+

#### 4.3.4 Sosiale faktorer

Det er bare ett av spørsmålene fra spørreskjemaet som representerer sosial påvirkning.

Spørsmålet som er stilt er «jeg kjenner mange som benytter seg av naturen til aktiviteter»..

Tabeller over analysene følger som vedlegg. Tabell 7 gir en enkel oversikt over signifikansnivå.

De som skårer høyt på dette spørsmålet har større odds for å komme i aktiv-gruppen, mens det motsatte er tilfeller for inaktiv-gruppen.

Tabell 7. Skjematisk fremstilling av signifikante forskjeller i sosial påvirkning. Spørsmålet som er stilt er «jeg kjenner mange som benytter seg av naturen til aktiviteter». Et plusstegn (+) betyr at signifikant flere sier at det passer bra. Og et minustegn (-) betyr at signifikant flere svarer passer dårlig.

	Aktive	Frafalne	Nyfrelste	Inaktive
Tur i skogen	+	-		-
Orientering				
Skiturer	+	+		-
Fjellturer	+	+	+	-
På/ved sjøen	+		+	-
Fisketurer	+			-

## **5.0 Diskusjon: Utvikling fra barn til voksen**

I dette kapittelet vil jeg diskutere resultatene opp mot tidligere studier og ulike teorier som er beskrevet tidligere i oppgaven. De ulike temaene: tilknytning til natur, barrierer for å være aktiv, typer aktiviteter, sosioøkonomisk status og sosial påvirkning vil bli diskutert hver for seg. Deretter vil det følge et avsnitt med styrker og svakheter omkring studiens metode.

### **5.1 Tilknytning til naturen i barndommen**

I denne studien fant jeg at for alle friluftslivsaktiviteter var det sterke sammenhenger mellom barndomsvaner og opprettholdelsen av vanene i voksenlivet. For flere av aktivitetene er det signifikant flere i aldersgruppen 45-66 som er i gruppen som både var aktive som barn og aktive som voksne (se vedlegg: tabellene 8, 10, 12 og 13). En rekke studier viser tilsvarende funn (Asah et al. 2012; Huotari et al. 2011; Huotari et al. 2010; Telama 2009; Thompson et al. 2008; Wang et al. 2013).

Mine funn kan også forklares i lys av den teorien jeg har presentert tidligere. Thompson et al. (2008) og Asah et al. (2012) foreslår en hypotese om at dersom man knyttes til naturen som barn, vil man ha et større ønske om å oppsøke naturen i voksen alder. Teoriene til Kaplan og Ulrich hevder at vi har en iboende tilknytning til naturen. Og derfor er det en rekke positive kroppslige reaksjoner som oppstår i møte med naturen (Kaplan & Kaplan 1989; Ulrich et al. 1991). Teorien om planlagt atferd sier at vi ønsker å opprettholde en atferd når man har positive holdninger til den gitte atferden (Ajzen 2005). Det kan tenkes at jo mer man oppholder seg i naturen og opplever positive fysiske og psykiske opplevelser vil man ha et ønske om å gjøre det igjen. Det er derfor enklere å gjenopprette aktiviteten i voksen alder dersom man drev med friluftsliv i barndommen.

Denne studien viser at de som er i gruppen hvor de var aktive både som barn og som voksne er klart mer opptatt av ro og stillhet, psykisk velvære og opplevelsen av å være i naturen. Slik som det kommer frem i motivasjonsteorien, er det årsakene til at man ønsker å utføre en handling (intensjonen) som er med på å styre faktiske handlinger (Deci & Ryan 2000). Det er mye som tyder på at de som er aktive i naturen er mer motiverte for å drive med friluftsliv. Funnene i denne studien viser også at det er gjennomgående flere statistisk signifikante sammenhenger mellom indre motivasjoner for å være aktiv (oppleve naturen, gir avstressing og spenning) hos de som var aktive som barn og voksne enn de som har startet å være aktive som voksne. Dette underbygger hypotesen om at man har sterkere positive holdninger ovenfor

naturen dersom man får en tilknytning til naturen som barn. Og kan underbygges med studier som finner at det oppgis mer meditative holdninger ovenfor naturen dersom man er i naturomgivelser som barn (Thompson et al. 2008).

## **5.2 Barriere for å være aktive i friluftsliv**

Denne studien viser at de som drev med friluftaktiviteter som barn, men som har sluttet med friluftslivsaktiviteter signifikant oftere enn andre sier at de har sviktende helse. Det er relativt få andre kjennetegn ved de som faller i denne gruppen (frafalne).

Vi observerer også at de «inaktive» i svært liten grad oppgir at de har flere barrierer (sviktende helse, krevende jobb/hjemme, mangler noen å være aktiv sammen med, dårligere tilgang til aktivitetsområder) for å være aktive enn de som er i gruppen «aktive» og «nyfrelste». Teorier om mestring kan være med å forklare hvorfor denne gruppen ikke er aktive tross at de ikke oppgir flere barrierer for å være aktiv. Dersom man ikke har noen erfaringer fra friluftsliv har man heller ikke utviklet troen på at «dette kan skal klare, for dette har jeg jo klart før». Og legger tilsvarende ikke inn noen innsats for å starte med en friluftslivsaktivitet. Lav mestringsforventning betyr at man tviler på egne evner (Bandura 1977). Det kan tenkes at den gruppen som hverken var aktive som barn eller aktive som voksne har lav to på å gjennomføre friluftslivsaktiviteter. Studier viser at dersom man var aktiv når man var barn så tar man i bruk mer ressurser for å bli aktiv igjen som voksen (Thompson et al. 2008; Asah et al. 2012). Når de som ikke er aktive i dag oppgir at de heller ikke har noen barrierer, så er det tegn på at de ikke tar i bruk samme ressurser som de som var vant med friluft som barn.

## **5.3 Type aktivitet**

Jeg har observert at aktiviteten *orientering* er den aktiviteten som sterkest predikerer voksen deltakelse dersom man var aktiv som barn. Oddsene for å drive med orientering som voksen er 11 ganger større dersom man drev med denne aktiviteten som barn enn om man ikke drev med orientering som barn. For skogsturer er tilsvarende verdi 1,5 ganger. For begge aktivitetene er det signifikante sammenhenger mellom barndom og voksen. Det kan tyde på at for tekniske aktiviteter er man mer avhengig av å danne et grunnlag i barndommen. Denne forskjellen kan forklares med teorier om mestring, motivasjon og sosioøkonomisk status.



Mestringsforventning handler om å ha tro på egne evner til å gjennomføre en aktivitet. Det er naturlig at man har større tro på at man kan gå turer i skogen enn å starte med orientering, dersom man ikke har drevet med noe av det tidligere (Bandura 1997). Dette kan være med å forklare de store variasjonene i oddsforholdene for de ulike aktivitetene.

Noen aktiviteter er mer avhengig av å skaffe inngående kunnskap og utstyr. Dersom man har høyere utdanning, korrelerer det med mer kunnskap og mer økonomiske ressurser. De økonomiske hindringene vil derfor være mindre for de med høyere utdanning. Og derfor vil opprettholdelse, gjenoppsettelse eller å starte med en friluftaktivitet vil kunne være større hos de med høyere utdanning (Huisman et al. 2005; Næss et al. 2007).

#### **5.4 Sosioøkonomisk status og friluftsliv**

Det er flere med høy utdanning i gruppen som alltid har drevet med friluftsliv. Og blant de som aldri har drevet med friluftsliv er det flere som har lavere utdanning.

Det er oftere høyere utdannede i gruppen som var aktiv i orientering og fjellturer som barn, men ikke i dag. En forklaring på dette kan være at vi vet at det er sterkere sammenheng mellom å være aktiv i naturen i barndommen og voksenlivet hvis man ser bort fra en spesifikk aktivitet. Det kan tenkes at respondenter i denne gruppen er aktive i friluftsliv på andre måter.

Når det gjelder å bli aktiv i voksenlivet (nyfrelste) er det for to av aktivitetene mer vanlig å være høyere utdannet: fjellturer og turen på og ved sjøen. Lav utdanning er knyttet til sjansen for å være inaktiv (inaktive) samt for å ikke lenger være aktiv med fisketurer (fracfalne).

Sosiale helseforskjeller er en kompleks samfunnsflope. For å løse denne floken er man helt avhengig av å iverksette tiltak på flere ulike arenaer. Å påvirke at alle barn er mer aktive i friluftsliv, ved hjelp av skolesektoren, barnehage og foreldre gir det barna er viktig grunnlag for livet. Og kan være med å utjevne sosiale helseforskjeller.

Det er sammenhenger mellom utdanning og aktiviteter. Vi ser at det er flere aktiviteter hvor høyere utdannet øker sjansen for at man var aktiv som barn og aktiv som voksen. Tilsvarende er det flere aktiviteter der lav utdanning øker sjansen (oddsen) for å komme i gruppen hvor man aldri har vært særlig aktiv. Men det er også en rekke aktiviteter hvor det ikke er noen statistisk signifikans; bare tre av seks aktiviteter har utdanning betydning (for begge gruppene 1 og 4). Tidligere forskning har vist at det er sterkere sammenheng mellom aktivitetsnivå når man skiller mellom de ulike aktivitetene (Kjønniksen et al. 2008). Her har man da sett på den

samlede aktivitetssiden brukt ute i natur og friluftsliv. Det kan derfor tenkes at også jeg hadde sett sterke sammenhenger for alle aktivitetene samlet i denne studien mellom barndom og voksenlivet.

Wang et al (2013) mener at sosioøkonomisk status bør få oppmerksomhet for å kunne være med å forklare forskjeller i friluftslivsaktiviteter. I min studie er det variabelen utdanning som har blitt brukt som nivå av sosioøkonomisk status. Resultatene fra min studie underbygger Wangs resultater. Forklaringen kan trolig være både tilgjengelighet og økonomiske ressurser. Flere av aktivitetene koster mye og personer med mye økonomiske ressurser har råd til å bo mer attraktivt, både ved sjøen eller ved marka-grensa. Teori som tar for seg sosioøkonomiske forskjeller trekker også frem at utdanningsnivå påvirker både kunnskapsgrunnlag og evnen til å ta bedre valg som er gunstig for helsa (Næss et al. 2007).

## **5.5 Sosial påvirkning og friluftsliv**

For gruppene «aktive» og «inaktive» så vi relativt klare sammenhenger mellom sosial påvirkning og det å tilhøre en av disse gruppene, men med motsatt fortegn. De som aldri har vært aktive i friluftsliv sier oftere at de ikke kjenner noen som bruker naturen til aktiviteter. Deltakere som faller i den aktive gruppen var kjennetegnet ved at de kjenner personer som bruker naturen.

Dette kan teorien om mestringsforventning underbygge ved at rollemodeller og vennekrets påvirker oss enten negativt eller positivt til aktivitet. Dersom man tror at andre (subjektive normer) mener at atferden er positiv eller viktig så styrker det mestringsforventningen – altså troen på at man klarer å gjøre det (Bandura 1997).

Funnene i denne studien indikerer at sosiale påvirkningsfaktorer spiller en rolle for friluftslivsvaner. Atferd handler om både forventninger om et resultat. Dette handler om kunnskap om helsefremmende atferd. Men man må også tro at man klarer å lykkes med å endre og opprettholde en sunn atferd som er positiv for helsa. Sosial støtte er en faktor som påvirker denne troen.

Sosial støtte er påvirkningsfaktor for atferd. Her er både form av oppmuntring, men også hva man oppfatter som den sosiale normen i omgangskretsen viktig (Ibid.). Teorier og litteratur om sosial støtte kan være med på å forklare hvorfor de som er mer aktive har flere bekjente som driver med friluftsliv og at de som aldri har vært aktive oppgir det motsatte. Det kan også

tyde på at sosial påvirkning kan ha noe å si for at man starter med aktiviteter i voksen alder, dersom man ikke har dette grunnlaget fra barndommen. Denne studien viser at dette er tilfelle for å gå fjellturer og å være på eller ved sjøen.

## **5.6 Styrker og svakheter**

### **5.6.1 Svakheter**

#### *Selvrapporterte data*

Som i en rekke andre studier er det en svakhet at svarene om aktivitetsvaner er selvrapporterte. Det er individuelle oppfatninger av hva som er høyt eller lavt aktivitetsnivå. Selvrapporterte data er mindre valide enn objektive, fysiske målinger (Laake et al. 2007). Det vil kunne gi informasjonsskjevheter og resultatene blir ikke presise.

#### *Hukommelsesskjevhet (Recall bias)*

En viktig form for informasjonsskjevhet i denne studien er hukommelsesskjevhet (recall bias), da det stiller krav til respondentenes hukommelse for å huske tilbake til barndommen. Det man mener man husker fra barndommen trenger ikke nødvendigvis å samsvare med hvordan det egentlig var. Om respondentene er mye aktive eller lite aktive i friluftslivet i dag kan ha innvirkning på svarene deres angående barndomsaktivitet. For eksempel en person som er aktiv turgårer i dag kan automatisk tenke at han eller hun var det også i barndommen. Dette er det som kalles en differensiell informasjonsskjevhet. En differensiell målefeil betyr at målefeilen er påvirket av den avhengige variabelen (aktivitet i voksen alder), slik som i eksempelet som nettopp ble illustrert (Ibid.).

#### *Seleksjonsskjevhet*

Det er relativt mange av respondentene som ikke svarte på undersøkelsen (44%). Temaet for undersøkelsen er friluftsliv. Dersom det er flere som er interessert i temaet friluftsliv som deltar i undersøkelsen, gir det seleksjonsskjevhet.

### *Spørsmålsformuleringer*

Spørreskjemaet er ikke standardisert. Og derfor måler man ikke motivasjon, holdninger og barrierer etter standarder som er testet ut og validert på forhånd. Dette er en svakhet for tolkningen av resultatene. Spørsmålsformuleringene kan gjøre at man ikke ser på sammenhengen mellom det man ønsker å se på.

### **5.6.2 Styrker**

#### *Tidsdimensjonen*

Studien er gjort basert på en tverrsnittsundersøkelse. Dataene er samlet inn på et tidspunkt. Men det er en tidsdimensjon mellom de uavhengige og de avhengige variablene, da respondentene har svart på spørsmål fra to ulike perioder av livet. Tidsdimensjonen er nødvendig for å kunne se på årsakssammenhengen, som i dette tilfellet er barndoms påvirkning på friluftslivsatferd som voksen. Tidsdimensjonen er derfor en styrke for resultatene i studien (Rothman 2012).

#### *Stort utvalg fra hele landet*

Det er en styrke at datamaterialet representerer et relativt stort utvalg. Det gir estimater med presise og med relativt smale 95 %- intervaller. Utvalget er representert av deltakere fra hele landet. Dette er en styrke som gjør at funnene kan generaliseres til å gjelde hele den norske befolkningen.

#### *Stort spekter av spørsmål*

Spørsmålene i undersøkelsen dekker de temaene jeg ønsker å undersøke. Flere spørsmål er stilt om holdninger, motivasjoner, barrierer for å være aktiv og en rekke demografiske og geografiske variabler. Det er en styrke at jeg kan undersøke ulike kjennetegn ved gruppene «aktive», «frafalne», «nyfrelste» og «inaktive».

## 6.0 Konklusjon

Denne studien viser sterke sammenhenger mellom friluftslivsaktiviteter i barndommen og samme friluftslivsaktivitet som voksen. Jo mer teknisk aktiviteten ser ut til å være jo viktigere er grunnlaget som dannes i barndommen.

Studien viser trender som kan underbygge hypotesen om at tilhørighet til naturen i barneårene har påvirkning på holdninger ovenfor naturen som voksen alder. Og at dette kan være med på å forklare den sterke sammenhengen mellom barndomsaktiviteter og fortsettelse av disse i voksen alder. Dette bør imidlertid studeres nærmere, og særlig i longitudinelle studier for å unngå skjevheter. Studien underbygger også at det er sosioøkonomiske forskjeller i friluftslivet. Og at dette vil være med på å forsterke sosiale helseforskjeller, da forskning viser at eksponering for natur har positive helsegevinster. Tiltak mot dette er lavterskeltilbud. Og da kunne bygge opp positive mestringserfaringer.

Det ville vært interessant og forske mer på det samlede nivået av å være aktiv i naturen som barn med det samlede nivået av å være aktiv i naturen som voksen. Det bør studeres mer i den gruppen som ble aktive, for å få en bedre forståelse for hvorfor noen velger å starte med friluftsliv i voksen alder selv om de aldri har drevet med dette før. Det vil identifisere hvor man bør sette i verk tiltak i folkehelsearbeidet for å få flere ut i friluftslivet.

## Litteraturliste

Ajzen, I. (2005). *Attitudes, personality and behavior*. Berkshire: Open University Press

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational behavior and human decision processes*. 50 (2): 179-211

Asah, S. T., Bengston, D. N., Westphal, L. M. (2012). The influence of Childhood: Operational Pathways to Adulthood Participation in Nature-Based Activities. *Environment and behavior*, 44 (4): 545-569

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman & Company

Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. *Academy of Management*

Barton, J., Hine, R., & Pretty, J. (2009). The health benefits of walking in greenspaces of high natural and heritage value. *Journal of integrative environmental sciences*, 6(4): 261-278.

Barton, J. & Pretty, J. (2010). What is the best dose of nature and green exercise for improving mental health? A multi-study analysis. *Environmental science & technology*, 44(10): 3947-3955

Bischoff, A., Marcussen, J., Reiten, T. (2007) *Friluftsliv og helse: en kunnskapsoversikt*. BØ: Høyskolen i Telemark

Bjørndal, A., Hofoss, D. (2012) *Statistikk. For helse og sosialfagene*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.

Bodin, M., & Hartig, T. (2003) Does the outdoor environment matter for psychological restoration gained through running? *Psychology of Sport and Exercise*, 4: 141-153

Bubbard, J., & Mannell, R. C. (2001). Testing competing models of the leisure constraints negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences* 145-163

Burns, G. W. (1998) *Nature-guided therapy. Brief integrative strategies for health and wellbeing*. Philadelphia, PA: Brunner/Mazel 250 s.

Breivik, G. (2013) *Jakten på et bedre liv: Fysisk aktivitet i den norske befolkningen 1985-2011*. Universitetsforlaget: Oslo 279 s.

Bowler, D. E., Ali, L. M. B., Knight, T M., Pullin, A. S. (2010) A systematic review of evidence for the added benefits to health of exposure to natural environments. *BMC Public Health*, 10, 456

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25: 54-67

Eikemo, T. A. & Clausen, T. H. (2007) *Kvantitativ analyse med SPSS. En praktisk innføring i kvantitative analyseteknikker*. Trondheim: Tapir akademisk forlag. 333 s.

-Ekornrud, T. (2012) Fysisk aktivitet blant barn og unge. Er barn og unge blitt mindre fysisk aktive? *Samfunnspeilet/statistisk sentralbyrå*

Ewert, A., Mitten, D., Overhold, J. (2014). *Natural Environments and Human Health*. Boston: CABI Publishing, 176 s.

Flemsæter, F., Brown, K.M., Holm, F. E., Logstein, B. (2011) Folkehelse og friluftsliv – Offentlig forvaltnings rolle i rekruttering av unge friluftslivsutøvere i Midt-Norge. *Bygdeforskning*

Friluftsloven § 2 (1957). Miljøverndepartementet

Fugelli, P. & Ingstad, B (2001). Helse- slik folk ser det. *Tidsskrift for norsk legeforening*. 121: 3600-4

Godin, G., Kok, G. (1996). The theory of planned behavior: a review of its applications to health-related behaviour. *American journal of health promotion*, 11 (2): 87-98

Hansen, B. H., Kolle, E., Anderssen, S. A. (2014) Fysisk aktivitetsnivå blant voksne og eldre i Norge. Oppdaterte analyser basert på nye nasjonale anbefalinger i 2014. *Helsedirektoratet, rapport IS-2183*,

Hartig, T., Evans, G. W., Jamner, L. D., Davis, D. S., & Gärling, T. (2003). Tracking restoration in natural and urban field settings. *Journal of environmental psychology*, 23(2): 109-123.

Hartig, T. & Marcus, C (2006). Healing gardens – places for nature in health care. *The Lancet* 368: 36-37

Helseforsikringsloven § 4a (2008). *Lov om medisinsk og helsefaglig forskning*



Huisman, M., Bopp, M., Borgan, J. K., Borrell, C., Costa, G., Deboosere, P., Gadeyne, S., Glickman, M., Marinacci, C., Minder, C., Regidor, E., Valkonen, T., Mackenback, J. P. (2005). Educational inequalities in cause-specific mortality in middle-aged and older men and women in eight western European populations. *Lancet* 365 (9458): 493-500

Huotari, P., Nupponen, H., Mikkelsen, L., Laakso, L. & Kujala, U. (2011). Adolescent physical fitness and activity as predictors of adulthood activity. *Journal of Sports Sciences*, 29 (11): 1135-1141

Huotari, P., Nupponen, H., Laakso, L. & Kujala, U. (2010). Aerobic fitness-performance in 13- to 18-year-old adolescents from 1976 to 2001. *British Journal of Sports Medicine*, 44 (13): 968-972

Haahr, J., Andkjær, S. (2011). Muligheder og begrænsninger for friluftsliv. Odense: Syddansk Universitet.

International Obesity TaskForce (IOTF) and the European Association for the Study of Obesity (EASO) (2005). *Obesity in Europe*. London: IOTF & EASO

Kaplan, R. & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: a psychological perspective*. Cambridge: Cambridge University Press 340 s.

Kaplan, R., Kaplan, S., & Ryan, R. L. (1998) *With people in mind: Design and management of everyday nature*. Washington DC: Island Press

Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of Environmental Psychology, 15*: 169-182

Kellert, S. A., & Wilson, E. (1993) *The biophilia hypothesis*. Washington DC: Island Press

Kjønniksen, L., Torsheim, T., Wold, B (2008). Tracking leisure-time physical activity during adolescence and young adulthood: a 10-year longitudinal study, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity 5*: 69-80

Kuo, F. E. (2001) Coping with poverty: Impacts of Environment and Attention in the Inner city. *Environment and Behavior, 33* (1): 5-34

Laake, P., Hjartåker, A., Thelle, S. D., Veierød, B. M. (2007). *Epidemiologiske og kliniske forskningsmetoder*. Oslo: Gyldendal akademisk. 551 s.

Laumann, K., Gärling, T., & Stormark, K. M. (2003). Selective attention and heartrate responses to natural and urban environments. *Journal of environmental psychology, 23*(2): 125-134

Laumann, K. (2004). *Restorative and stress-reducing effects of natural environment: Experiential, behavioural and cardiovascular indices*. Universitetet i Bergen

Meld. St. 26 (2011- 2012). *Den norske idrettsmodellen*. Kulturdepartementet.

Nordling, Ingemar (2001). *Rekreation och psykisk hälsa. Dokumentation och analys av forskning om hur rekreationens inriktning och kvalitet kan förbättra psykisk hälsa och*

*behandlingen av psykisk ohälsa. Sektionen för vårdforskning, Göteborg: Sahlgrenska Universitetssykehus*

Næss, Ø., Rognerud, M., B. H. Strand. (2007). *Sosial ulikhet i helse. En faktarapport*. Nasjonalt folkehelseinstitutt, rapport 2007:1

Pallant, J. (2013). *SPSS survival Manual. A step by step guide to data analysis IBM SPSS*. Berkshire: Open University Press. 354 s.

Pretty, J., Angus, C., Bain, M., Barton, J., Gladwell, V., Hine, R., Pilgrim, S., Sandercock, Sellens, M. (2009). *Nature, Childhood, Health and Life Pathways*. Interdisciplinary Centre for Environment and Society Occasional Paper 2009-02. University of Essex: UK

Rothman, K. (2012). *Epidemiology. An introduction*. New York: Oxford University Press

Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2005). *Skolen som læringsarena. Selvoppfatning, motivasjon og læring*. Oslo: Universitetsforlaget

St.meld. nr 39 (2000-2001). *Friluftsliv – Ein veg til høgare livskvalitet*. Oslo: Klima- og miljødepartementet.

Svartdal, F. (2011): *Psykologi: En introduksjon*. Oslo: Gyldendal Forlag

Telama R. (2009) Tracking of Physical Activity from Childhood to Adulthood: A Review. *Obesity Facts*, 2 (3): 187-195

Thompson, C. W., Aspinall, P., Montarzino, A. (2008) The Childhood Factor. Adult Visits to Green Places and the Significance of Childhood Experience. *Environment and behavior*, 40 (1): 111-143

Thompson, J. C., Boddy, K., Stein, K., Whear, R., Barton J., Depledge, M. H. (2011). Does participating in physical activity in outdoor natural environments have a greater effect on physical and mental wellbeing than physical activity indoors? A systematic review. *Environmental Science & Technology*. 45: 1761–1772.

Ulrich, R. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Scienc.*(224), 420-421

Ulrich, R., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natral and urban environments. *Journal of environmental psychology*, 11 (3): 201-230

Ursin, H. & Eriksen, H. R. (2004). The cognitive activation theory of stress. *Psychoneuroendocrinology*, (29): 567-592

Vaage, O. F. (2004). *Mest mosjon og idrett blant de med høy inntekt og utdanning.*  
Samfunnsspeilet

Wang, C. W., Wu, C. C., Wu, C. Y. (2013) Early-Life Outdoor Experiences and involvement in Outdoor Recreational Activities in Adulthood: A Case Study of Visitors in Da-Keng, Taiwan. *Journal of Quality Assurance in Hospitality & Tourism* 14 (1): 66-80

## Vedlegg 1: Tabell 8-31

### Demografi og geografi

Tabell 8

Tur skog: Aktive	OR	95 % KI	OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	1,006	(0,847-1,195)	Bor med venner	0,531 (0,245-1,151)
<b>Alder</b>			Enslig	0,922 (0,757-1,124)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	0,708 (0,420-1,194)
18-25 år	0,554	(0,372-0,825)	<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	0,719	(0,583-0,886)	Storby	(ref.)
66-80 år	0,961	(0,759-1,217)	Tettsted	1,160 (0,924-1,456)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	1,163 (0,927-1,460)
Universitet	(ref.)		På landet	1,614 (1,247-2,088)
Barneskole	0,383	(0,154-0,953)	<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	0,882	(0,622-1,250)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)
Videregående	0,778	(0,632-0,958)	Oslo	0,801 (0,616-1,043)
Under studier	1,257	(0,990-1,595)	Sørlandet	1,204 (0,813-1,781)
			Vestlandet	0,789 (0,629-0,989)
			Midt-Norge	0,830 (0,597-1,155)
			Nord-Norge	1,155 (0,851-1,568)

Tabell 9

Orientering: Aktive	OR	95 % KI	OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	0,712	(0,329-1,541)	Bor med venner	2,317 (0,302-17,797)
<b>Alder</b>			Enslig	0,661 (0,247-1,769)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	1,141 (0,151-8,631)
18-25 år	2,843	(0,76-10,638)	<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	1,249	(0,442-3,527)	Storby	(ref.)
66-80 år	2,850	(1,123-7,234)	Tettsted	1,166 (0,431-3,150)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	0,825 (0,275-2,475)
Universitet	(ref.)		På landet	1,541 (0,544-4,364)
Barneskole*			<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	1,293	(0,281-5,957)	Østlandet u/ Oslo	
Videregående	0,654	(0,204-2,094)	Oslo	1,137 (0,429-3,018)
Under studier	2,972	(1,252-7,058)	Sørlandet	0,537 (0,070-4,145)
			Vestlandet	0,472 (0,153-1,455)
			Midt-Norge	0,680 (0,152-3,041)
			Nord-Norge	0,293 (0,038-2,252)

\*Ingen respondenter i denne gruppen

Tabell 10

Ski: Aktive	OR	95 % KI	OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	0,703	(0,564-0,876)	Bor med venner	1,356 (0,605-3,037)
<b>Alder</b>			Enslig	0,801 (0,618-1,038)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	0,669 (0,327-1,367)
18-25 år	0,681	(0,409-1,134)	<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	0,735	(0,562-0,961)	Storby	(ref.)
66-80 år	0,784	(0,577-1,066)	Tettsted	1,042 (0,779-1,392)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	1,172 (0,883-1,555)
Universitet	(ref.)		På landet	1,016 (0,727-1,420)
Barneskole*	0,328	(0,077-1,392)	<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	0,780	(0,491-1,239)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)
Videregående	0,653	(0,493-0,866)	Oslo	0,791 (0,571-1,095)
Under studier	1,475	(1,115-1,951)	Sørlandet	0,658 (0,387-1,117)
			Vestlandet	0,494 (0,363-0,674)
			Midt-Norge	0,645 (0,417-0,996)
			Nord-Norge	0,994 (0,689-1,435)

Tabell 11

Fjell: Aktive	OR	95 % KI	OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	1,078	(0,849-1,368)	Bor med venner	0,788 (0,274-2,262)
<b>Alder</b>			Enslig	0,899 (0,680-1,189)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	1,142 (0,589-2,216)
18-25 år	0,934	(0,559-1,563)	<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	0,743	(0,551-1,002)	Storby	(ref.)
66-80 år	0,937	(0,677-1,298)	Tettsted	0,981 (0,711-1,354)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	1,137 (0,832-1,553)
Universitet	(ref.)		På landet	1,229 (0,865-1,746)
Barneskole	0,205	(0,028-1,518)	<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	1,013	(0,634-1,618)	Østlandet u/ Oslo	
Videregående	0,649	(0,476-0,886)	Oslo	1,04 (0,702-1,542)
Under studier	1,350	(0,993-1,836)	Sørlandet	0,716 (0,362-1,417)
			Vestlandet	1,865 (1,378-2,526)
			Midt-Norge	0,876 (0,520-1,475)
			Nord-Norge	2,227 (1,513-3,278)

Tabell 12

Sjø: Aktive	OR	95 % KI	OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	0,863	(0,706-1,054)	Bor med venner	0,557 (0,213-1,452)
<b>Alder</b>			Enslig	0,795 (0,628-1,007)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	0,917 (0,510-1,650)
18-25 år	0,637	(0,398-1,021)	<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	0,767	(0,602-0,979)	Storby	(ref.)
66-80 år	0,768	(0,579-1,018)	Tettsted	1,011 (0,778-1,314)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	0,94 (0,721-1,225)
Universitet	(ref.)		På landet	1,037 (0,768-1,399)
Barneskole	0,573	(0,197-1,670)	<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	1,279	(0,871-1,877)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)
Videregående	0,998	(0,784-1,271)	Oslo	1,233 (0,900-1,688)
Under studier	1,110	(0,841-1,466)	Sørlandet	3,209 (2,131-4,833)
			Vestlandet	1,444 (1,108-1,883)
			Midt-Norge	1,103 (0,738-1,648)
			Nord-Norge	1,649 (1,162-2,341)

Tabell 13

Fisketur: Aktive	OR	95 % KI	OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	0,463	(0,343-0,626)	Bor med venner	1,118 (0,388-3,221)
<b>Alder</b>			Enslig	0,600 (0,417-0,863)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	0,665 (0,263-1,678)
18-25 år	0,502	(0,240-1,052)	<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	0,593	(0,412-0,855)	Storby	(ref.)
66-80 år	0,781	(0,529-1,154)	Tettsted	1,362 (0,927-2,000)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	1,242 (0,840-1,838)
Universitet	(ref.)		På landet	1,940 (1,298-2,900)
Barneskole	0,699	(0,164-2,991)	<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	0,694	(0,364-1,327)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)
Videregående	1,219	(0,883-1,682)	Oslo	0,766 (0,456-1,289)
Under studier	0,758	(0,492-1,167)	Sørlandet	1,641 (0,887-3,037)
			Vestlandet	1,651 (1,144-2,383)
			Midt-Norge	1,462 (0,860-2,486)
			Nord-Norge	2,129 (1,350-3,358)

Tabell 14

Tur skog:		OR		95 % KI	
Frafalne					
<b>Kjønn</b>				<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)			Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	0,938	(0,774-1,138)		Bor med venner	1,152 (0,531-2,502)
<b>Alder</b>				Enslig	1,275 (1,028-1,582)
46-65 år	(ref.)			Bor hos foreldre	0,827 (0,453-1,510)
18-25 år	1,216	(0,813-1,82)		<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	0,842	(0,663-1,068)		Storby	(ref.)
66-80 år	1,146	(0,883-1,487)		Tettsted	0,855 (0,664-1,102)
<b>Utdanning</b>				Mindre by	0,995 (0,777-1,275)
Universitet	(ref.)			På landet	0,695 (0,512-0,943)
Barneskole	1,382	(0,617-3,094)		<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	0,948	(0,640-1,403)		Østlandet u/ Oslo	(ref.)
Videregående	1,205	(0,962-1,509)		Oslo	1,323 (0,991-1,765)
Under studier	0,761	(0,571-1,014)		Sørlandet	1,000 (0,631-1,585)
				Vestlandet	1,274 (0,991-1,636)
				Midt-Norge	1,234 (0,858-1,776)
				Nord-Norge	0,992 (0,693-1,419)

Tabell 15

Orientering:		OR		95% KI	
Frafalne					
<b>Kjønn</b>				<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)			Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	0,492	(0,342-0,708)		Bor med venner*	
<b>Alder</b>				Enslig	1,247 (0,857-1,814)
46-65 år	(ref.)			Bor hos foreldre	0,722 (0,222-2,343)
18-25 år	0,550	(0,218-1,386)		<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	0,666	(0,424-1,048)		Storby	(ref.)
66-80 år	1,233	(0,801-1,9)		Tettsted	0,653 (0,406-1,052)
<b>Utdanning</b>				Mindre by	0,973 (0,636-1,488)
Universitet	(ref.)			På landet	0,656 (0,376-1,144)
Barneskole	1,124	(0,261-4,841)		<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	0,691	(0,311-1,537)		Østlandet u/ Oslo	(ref.)
Videregående	0,522	(0,315-0,863)		Oslo	0,844 (0,521-1,368)
Under studier	1,980	(1,326-2,958)		Sørlandet	1,609 (0,886-2,92)
				Vestlandet	0,360 (0,209-0,62)
				Midt-Norge	0,558 (0,273-1,139)
				Nord-Norge	0,262 (0,104-0,657)

\*Ingen respondenter i denne gruppen



Tabell 16

Ski: Frafalne	OR	95 % KI		OR	95 % KI
Kjønn			Bostatus		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	0,994	(0,833-1,186)	Bor med venner	1,304	(0,643-2,643)
Alder			Enslig	1,238	(1,013-1,513)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	0,811	(0,471-1,396)
18-25 år	0,672	(0,445-1,015)	Sentralitet		
26-45 år	0,807	(0,649-1,003)	Storby	(ref.)	
66-80 år	1,363	(1,074-1,73)	Tettsted	1,137	(0,899-1,437)
Utdanning			Mindre by	1,328	(1,054-1,674)
Universitet	(ref.)		På landet	1,071	(0,817-1,405)
Barneskole	0,613	(0,258-1,455)	Landsdel		
Ungdomsskole	0,928	(0,649-1,327)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)	
Videregående	1,010	(0,818-1,247)	Oslo	0,951	(0,728-1,243)
Under studier	0,869	(0,675-1,118)	Sørlandet	0,818	(0,539-1,24)
			Vestlandet	0,774	(0,612-0,978)
			Midt-Norge	0,848	(0,603-1,192)
			Nord-Norge	0,958	(0,6981,314)

Tabell 17

Fjellturer: Frafalne	OR	(95 % KI)		OR	(95% KI)
Kjønn			Bostatus		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	0,776	(0,626-0,964)	Bor med venner	1,617	(0,743-3,516)
Alder			Enslig	1,040	(0,814-1,329)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	0,770	(0,388-1,527)
18-25 år	1,022	(0,639-1,635)	Sentralitet		
26-45 år	0,978	(0,752-1,272)	Storby	(ref.)	
66-80 år	1,244	(0,934-1,658)	Tettsted	1,135	(0,856-1,507)
Utdanning			Mindre by	1,295	(0,983-1,708)
Universitet	(ref.)		På landet	0,891	(0,633-1,255)
Barneskole	0,489	(0,146-1,634)	Landsdel		
Ungdomsskole	0,603	(0,368-0,989)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)	
Videregående	0,907	(0,701-1,175)	Oslo	1,013	(0,727-1,412)
Under studier	1,114	(0,833-1,490)	Sørlandet	0,788	(0,457-1,359)
			Vestlandet	1,100	(0,831-1,457)
			Midt-Norge	1,081	(0,718-1,629)
			Nord-Norge	1,495	(1,042-2,144)

Tabell 18

Sjø: Frafalne	OR	95 % KI		OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	1,004	(0,822-1,226)	Bor med venner	0,950	(0,409-2,207)
<b>Alder</b>			Enslig	1,215	(0,970-1,521)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	1,224	(0,696-2,153)
18-25 år	1,166	(0,762-1,784)	<b>Sentralitet</b>		
26-45 år	1,136	(0,896-1,442)	Storby	(ref.)	
66-80 år	1,059	(0,802-1,397)	Tettsted	0,922	(0,710-1,197)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	0,965	(0,745-1,250)
Universitet	(ref.)		På landet	0,730	(0,532-1,001)
Barneskole	1,315	(0,572-3,025)	<b>Landsdel</b>		
Ungdomsskole	0,789	(0,516-1,206)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)	
Videregående	1,027	(0,810-1,302)	Oslo	1,020	(0,744-1,398)
Under studier	0,957	(0,721-1,269)	Sørlandet	0,448	(0,241-0,834)
			Vestlandet	1,503	(1,164-1,941)
			Midt-Norge	1,338	(0,922-1,944)
			Nord-Norge	1,502	(1,063-2,122)

Tabell 19

Fisketur: Frafalne	OR	95 % KI		OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	0,589	(0,483-0,719)	Bor med venner	0,833	(0,359-1,936)
<b>Alder</b>			Enslig	1,056	(0,845-1,320)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	1,346	(0,786-2,305)
18-25 år	1,011	(0,665-1,537)	<b>Sentralitet</b>		
26-45 år	0,80	(0,628-1,018)	Storby	(ref.)	
66-80 år	1,099	(0,845-1,429)	Tettsted	1,107	(0,855-1,435)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	1,250	(0,969-1,612)
Universitet	(ref.)		På landet	1,113	(0,827-1,497)
Barneskole	1,072	(0,450-2,552)	<b>Landsdel</b>		
Ungdomsskole	1,234	(0,844-1,806)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)	
Videregående	1,360	(1,084-1,706)	Oslo	0,670	(0,484-0,926)
Under studier	0,733	(0,544-0,987)	Sørlandet	1,182	(0,763-1,832)
			Vestlandet	1,198	(0,934-1,537)
			Midt-Norge	0,977	(0,672-1,422)
			Nord-Norge	1,142	(0,810-1,610)

Tabell 20

Tur skog:				
Nyfelste	OR	95 % KI		
			OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	1,324	(1,020-1,719)	Bor med venner	0,695 (0,210-2,300)
<b>Alder</b>			<b>Enslig</b>	
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	0,449 (0,161-1,247)
18-25 år	0,471	(0,225-0,986)	<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	1,067	(0,789-1,443)	Storby	(ref.)
66-80 år	0,840	(0,580-1,217)	Tettsted	0,924 (0,654-1,306)
<b>Utdanning</b>			<b>Mindre by</b>	
Universitet	(ref.)		På landet	1,045 (0,711-1,537)
Barneskole	0,563	(0,132-2,401)	<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	1,361	(0,846-2,190)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)
Videregående	0,859	(0,623-1,185)	Oslo	0,886 (0,593-1,322)
Under studier	1,093	(0,766-1,560)	Sørlandet	0,814 (0,432-1,534)
			Vestlandet	1,010 (0,724-1,407)
			Midt-Norge	1,113 (0,695-1,782)
			Nord-Norge	0,659 (0,389-1,115)

Tabell 21

Orientering:				
Nyfelste	OR	95 % KI		
			OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	0,763	(0,381-1,529)	Bor med venner*	
<b>Alder</b>			<b>Enslig</b>	
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre*	0,586 (0,241-1,426)
18-25 år	0,556	(0,073-4,248)	<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	1,124	(0,489-2,584)	Storby	(ref.)
66-80 år	1,508	(0,634-3,584)	Tettsted	0,919 (0,378-2,234)
<b>Utdanning</b>			<b>Mindre by</b>	
Universitet	(ref.)		På landet	0,798 (0,316-2,014)
Barneskole*			<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	0,858	(0,194-3,787)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)
Videregående	0,873	(0,368-2,072)	Oslo	0,699 (0,228-2,139)
Under studier	1,422	(0,598-3,382)	Sørlandet	0,498 (0,065-3,824)
			Vestlandet	0,548 (0,196-1,531)
			Midt-Norge	1,936 (0,734-5,108)
			Nord-Norge	0,823 (0,234-2,891)

\*Ingen respondenter i gruppene

Tabell 22

Ski: Nyfrelste	OR	95 % KI		OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	0,928	(0,610-1,413)	Bor med venner*		
<b>Alder</b>			Enslig	0,952	(0,585-1,549)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	1,451	(0,512-4,111)
18-25 år	0,492	(0,151-1,601)	<b>Sentralitet</b>		
26-45 år	1,128	(0,709-1,795)	Storby	(ref.)	
66-80 år	0,437	(0,205-0,931)	Tettsted	1,129	(0,677-1,883)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	0,693	(0,385-1,246)
Universitet	(ref.)		På landet	0,692	(0,348-1,376)
<b>Barneskole*</b>			<b>Landsdel</b>		
Ungdomsskole	0,844	(0,377-1,892)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)	
Videregående	0,451	(0,252-0,807)	Oslo	1,603	(0,844-3,043)
Under studier	0,791	(0,446-1,402)	Sørlandet	1,130	(0,386-3,308)
			Vestlandet	1,574	(0,894-2,772)
			Midt-Norge	2,412	(1,209-4,812)
			Nord-Norge	1,242	(0,552-2,795)

\*Ingen respondenter i gruppene

Tabell 23

Fjelltur: Nyfrelste	OR	95 % KI		OR	95 % KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	1,054	(0,805-1,381)	Bor med venner	0,764	(0,231-2,529)
<b>Alder</b>			Enslig	0,872	(0,637-1,194)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	0,239	(0,058-0,984)
18-25 år	0,476	(0,228-0,997)	<b>Sentralitet</b>		
26-45 år	0,879	(0,639-1,209)	Storby	(ref.)	
66-80 år	0,696	(0,468-1,035)	Tettsted	1,128	(0,794-1,603)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	0,858	(0,59-1,248)
Universitet	(ref.)		På landet	1,334	(0,907-1,962)
<b>Barneskole</b>			<b>Landsdel</b>		
Ungdomsskole	0,92	(0,536-1,577)	Østlandet u/ Oslo		
Videregående	0,639	(0,449-0,908)	Oslo	0,955	(0,621-1,469)
Under studier	1,221	(0,862-1,73)	Sørlandet	0,844	(0,425-1,679)
			Vestlandet	1,415	(1,01-1,984)
			Midt-Norge	1,347	(0,828-2,19)
			Nord-Norge	0,781	(0,452-1,348)

Tabell 24

Sjø: Nyfrelste	OR	95 % KI		OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	1,456	(1,085-1,953)	Bor med venner	1,292	(0,448-3,726)
<b>Alder</b>			Enslig	0,848	(0,601-1,197)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	0,604	(0,217-1,685)
18-25 år	0,976	(0,521-1,829)	<b>Sentralitet</b>		
26-45 år	0,763	(0,526-1,106)	Storby	(ref.)	
66-80 år	1,162	(0,795-1,699)	Tettsted	1,004	(0,691-1,459)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	0,870	(0,591-1,28)
Universitet	(ref.)		På landet	0,832	(0,529-1,31)
Barneskole*			<b>Landsdel</b>		
Ungdomsskole	0,799	(0,427-1,493)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)	
Videregående	0,983	(0,696-1,387)	Oslo	0,988	(0,646-1,513)
Under studier	1,005	(0,671-1,504)	Sørlandet	0,938	(0,484-1,818)
			Vestlandet	0,754	(0,509-1,116)
			Midt-Norge	0,913	(0,528-1,582)
			Nord-Norge	0,731	(0,418-1,278)

\*Ingen respondenter i denne gruppen

Tabell 25

Fisketur: Nyfrelste	OR	95 % KI		OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	0,617	(0,342-1,114)	Bor med venner*		
<b>Alder</b>			Enslig	0,831	(0,419-1,648)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	1,311	(0,308-5,57)
18-25 år	1,252	(0,431-3,637)	<b>Sentralitet</b>		
26-45 år	0,409	(0,168-0,997)	Storby	(ref.)	
66-80 år	1,148	(0,564-2,337)	Tettsted	0,972	(0,479-1,971)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	0,664	(0,3-1,469)
Universitet	(ref.)		På landet	0,684	(0,272-1,717)
Barneskole	1,443	(0,189-11,042)	<b>Landsdel</b>		
Ungdomsskole	1,299	(0,49-3,445)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)	
Videregående	0,85	(0,431-1,674)	Oslo	1,372	(0,456-4,124)
Under studier	0,418	(0,144-1,209)	Sørlandet	4,04	(1,33-12,275)
			Vestlandet	2,805	(1,23-6,396)
			Midt-Norge	3,556	(1,306-9,676)
			Nord-Norge	2,614	(0,92-7,429)

\*ingen respondenter i denne gruppen

Tabell 26

Tur skog:				
Inaktive	OR	95 % KI		
			OR 95% KI	
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	0,900	(0,733-1,105)	Bor med venner	2,134 (1,039-4,384)
<b>Alder</b>			Enslig	0,905 (0,710-1,153)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	2,427 (1,459-4,038)
18-25 år	2,241	(1,501-3,347)	<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	1,777	(1,398-2,258)	Storby	(ref.)
66-80 år	0,956	(0,703-1,301)	Tettsted	1,033 (0,794-1,344)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	0,855 (0,652-1,121)
Universitet	(ref.)		På landet	0,714 (0,515-0,991)
Barneskole	2,053	(0,902-4,672)	<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	0,977	(0,640-1,492)	Østlandet u/ Oslo	
Videregående	1,250	(0,983-1,591)	Oslo	1,076 (0,790-1,465)
Under studier	0,915	(0,679-1,235)	Sørlandet	0,873 (0,533-1,432)
			Vestlandet	1,048 (0,803-1,369)
			Midt-Norge	0,923 (0,617-1,380)
			Nord-Norge	1,013 (0,699-1,467)

Tabell 27

Orientering:				
Inaktive	OR	95 % KI		
			OR 95% KI	
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>	
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)
Kvinne	1,83	(1,352-2,479)	Bor med venner	3,287 (0,446-24,237)
<b>Alder</b>			Enslig	0,974 (0,7-1,355)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	1,592 (0,571-4,442)
18-25 år	1,326	(0,653-2,694)	<b>Sentralitet</b>	
26-45 år	1,273	(0,874-1,855)	Storby	(ref.)
66-80 år	0,684	(0,475-0,985)	Tettsted	1,339 (0,903-1,985)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	1,084 (0,747-1,573)
Universitet	(ref.)		På landet	1,272 (0,81-1,995)
Barneskole	1,271	(0,297-5,445)	<b>Landsdel</b>	
Ungdomsskole	1,28	(0,668-2,454)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)
Videregående	1,707	(1,13-2,58)	Oslo	1,168 (0,772-1,767)
Under studier	0,478	(0,338-0,676)	Sørlandet	0,776 (0,445-1,355)
			Vestlandet	2,574 (1,644-4,029)
			Midt-Norge	1,307 (0,759-2,249)
			Nord-Norge	3,007 (1,492-6,061)

Tabell 28

Ski: Inaktive	OR	95 % KI		OR	95 % KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	1,259	(1,062-1,492)	Bor med venner	0,746	(0,364-1,527)
<b>Alder</b>			Enslig	0,940	(0,773-1,143)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	1,387	(0,847-2,271)
18-25 år	1,929	(1,332-2,792)	<b>Sentralitet</b>		
26-45 år	1,424	(1,161-1,746)	Storby	(ref.)	
66-80 år	0,955	(0,752-1,213)	Tettsted	0,850	(0,679-1,063)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	0,735	(0,587-0,921)
Universitet	(ref.)		På landet	0,985	(0,763-1,272)
Barneskole	3,109	(1,393-6,941)	<b>Landsdel</b>		
Ungdomsskole	1,278	(0,909-1,795)	Østlandet u/ Oslo		
Videregående	1,402	(1,144-1,718)	Oslo	1,140	(0,878-1,481)
Under studier	0,900	(0,706-1,148)	Sørlandet	1,536	(1,038-2,273)
			Vestlandet	1,754	(1,404-2,191)
			Midt-Norge	1,298	(0,938-1,796)
			Nord-Norge	1,016	(0,744-1,388)

Tabell 29

Fjell: Inaktive	OR	95 % KI		OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	1,103	(0,931-1,307)	Bor med venner	0,880	(0,441-1,755)
<b>Alder</b>			Enslig	1,085	(0,893-1,319)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	1,549	(0,924-2,596)
18-25 år	1,308	(0,9-1,9)	<b>Sentralitet</b>		
26-45 år	1,236	(1,007-1,516)	Storby	(ref.)	
66-80 år	1,03	(0,815-1,301)	Tettsted	0,889	(0,711-1,111)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	0,838	(0,671-1,047)
Universitet	(ref.)		På landet	0,848	(0,657-1,096)
Barneskole	4,054	(1,529-10,749)	<b>Landsdel</b>		
Ungdomsskole	1,358	(0,962-1,918)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)	
Videregående	1,526	(1,241-1,875)	Oslo	0,992	(0,764-1,288)
Under studier	0,716	(0,564-0,909)	Sørlandet	1,401	(0,924-2,123)
			Vestlandet	0,586	(0,469-0,731)
			Midt-Norge	0,886	(0,640-1,227)
			Nord-Norge	0,528	(0,389-0,718)

Tabell 30

Sjø: Inaktive	OR	95 % KI		OR	95 % KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	0,977	(0,825-1,157)	Bor med venner	1,353	(0,679-2,699)
<b>Alder</b>			Enslig	1,075	(0,885-1,305)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	1,062	(0,647-1,742)
18-25 år	1,227	(0,849-1,771)	<b>Sentralitet</b>		
26-45 år	1,201	(0,980-1,472)	Storby	(ref.)	
66-80 år	1,098	(0,868-1,389)	Tettsted	1,051	(0,841-1,315)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	1,124	(0,900-1,405)
Universitet	(ref.)		På landet	1,283	(0,994-1,657)
Barneskole	1,653	(0,774-3,531)	<b>Landsdel</b>		
Ungdomsskole	1,048	(0,746-1,472)	Østlandet u/ Oslo		
Videregående	0,988	(0,806-1,210)	Oslo	0,865	(0,669-1,118)
Under studier	0,955	(0,752-1,212)	Sørlandet	0,587	(0,393-0,878)
			Vestlandet	0,629	(0,503-0,786)
			Midt-Norge	0,788	(0,571-1,089)
			Nord-Norge	0,569	(0,416-0,778)

Tabell 31

Fisketur: Inaktive	OR	95 % KI		OR	95% KI
<b>Kjønn</b>			<b>Bostatus</b>		
Mann	(ref.)		Gift/samboer	(ref.)	
Kvinne	2,129	(1,781-2,546)	Bor med venner	1,212	(0,583-2,517)
<b>Alder</b>			Enslig	1,162	(0,949-1,422)
46-65 år	(ref.)		Bor hos foreldre	0,875	(0,530-1,445)
18-25 år	1,220	(0,832-1,789)	<b>Sentralitet</b>		
26-45 år	1,550	(1,248-1,924)	Storby	(ref.)	
66-80 år	1,005	(0,792-1,276)	Tettsted	0,828	(0,657-1,043)
<b>Utdanning</b>			Mindre by	0,803	(0,638-1,010)
Universitet	(ref.)		På landet	0,726	(0,558-0,944)
Barneskole	1,018	(0,465-2,230)	<b>Landsdel</b>		
Ungdomsskole	0,921	(0,649-1,305)	Østlandet u/ Oslo	(ref.)	
Videregående	0,730	(0,594-0,896)	Oslo	1,469	(1,102-1,959)
Under studier	1,505	(1,160-1,954)	Sørlandet	0,632	(0,426-0,939)
			Vestlandet	0,657	(0,524-0,824)
			Midt-Norge	0,788	(0,565-1,097)
			Nord-Norge	0,610	(0,448-0,83)



Vedlegg 2: Tabell 32-55

**Motivasjoner, barrierer og sosial påvirkning**

Tabell 32

Tur skog: Aktive	OR	95 % KI	OR	95 % KI
<b>Motivasjonsfaktorer</b>			<b>Ulike barrierer</b>	
<i>Hvor viktig er følgende grunn for at du driver med fysisk aktivitet</i>			<i>Hva var det som gjorde at du ble mindre fysisk aktiv</i>	
<b>Forebygge helseplager</b>			<b>Sviktende helse</b>	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,408	(0,304-0,548)*	Nei	1,581 (1,239-2,019)*
<b>Holde meg slank</b>			<b>Krevende jobb/skole</b>	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,662	(0,543-0,806)*	Nei	1,252 (0,991-1,582)
<b>Oppleve naturen</b>			<b>Krevende hjemme</b>	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,126	(0,092-0,171)*	Nei	1,192 (0,901-1,576)
<b>Gir avstressing/avkopling</b>			<b>Dårligere tilgang til aktivitetsområder</b>	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,236	(0,184-0,304)*	Nei	2,060 (1,002-4,235)*
<b>Gir spenning/utfordring</b>			<b>Mangler noen å være aktiv sammen med</b>	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,382	(0,320-0,455)*	Nei	1,667 (1,228-2,265)*
<b>Sosiale faktorer</b>				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,257	(0,200-0,329)*		

\*Signifikant på 0,05-nivå

Tabell 33

Orientering: Aktive			OR	95 % KI	OR			95 % KI
Motivasjonsfaktorer				Ulike barrierer				
Forebygge helseplager				Sviktende helse				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	0,264	(0,036-1,955)		Nei	0,842	(0,317-2,239)		
Holde meg slank				Krevende jobb/skole				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	1,104	(0,481-2,536)		Nei	0,886	(0,333-2,356)		
Oppleve naturen				Krevende hjemme				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	0,137	(0,019-1,013)		Nei	-**			
Gir avstressing/avkopling				Dårligere tilgang til aktivitetsområder				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	0,129	(0,017-0,952)*		Nei	0,482	(0,064-3,645)		
Gir spenning/utfordring				Mangler noen å være aktiv sammen med				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	0,265	(0,112-0,630)*		Nei	0,875	(0,261-2,929)		
Sosiale faktorer								
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>								
Ja	(ref.)							
Nei	0,275	(0,065-1,164)						

\*Signifikant på 0,05-nivå

\*\*Ikke nok respondenter i denne gruppen

Tabell 34

Ski: Aktive	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,417	(0,272-0,639)*	Nei	2,286 (1,576-3,317)*
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,616	(0,472-0,804)*	Nei	1,237 (0,911-1,681)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,250	(0,170-0,368)*	Nei	0,941 (0,667-1,329)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,290	(0,202-0,415)*	Nei	1,264 (0,527-3,031)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,297	(0,236-0,374)*	Nei	2,052 (1,302-3,236)*
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,369	(0,264-0,516)*		

\*Signifikant på 0,05-nivå

Tabell 35

Fjell: Aktive	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,610	(0,410-0,925)*	Nei	1,906 (1,291-2,814)*
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,697	(0,524-0,927)*	Nei	1,331 (0,944-1,876)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,109	(0,059-0,202)*	Nei	1,308 (0,865-1,979)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,290	(0,194-0,433)*	Nei	2,127 (0,652-6,940)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,289	(0,224-0,374)*	Nei	2,094 (1,257-3,488)*
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,369	(0,264-0,516)*		

\*Signifikant på 0,05-nivå

Tabell 36

Sjøl: Aktive	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,740	(0,536-1,021)	Nei	1,114 (0,844-1,470)
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,874	(0,697-1,098)	Nei	1,164 (0,884-1,533)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,516	(0,391-0,680)*	Nei	1,203 (0,862-1,680)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,736	(0,573-0,946)*	Nei	1,033 (0,489-2,185)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,667	(0,546-0,816)*	Nei	1,434 (0,995-2,068)
Sosial påvirkning				
<i>Kjenner jeg mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,552	(0,422-0,722)*		

\*Signifikant på 0,05-nivå

Tabell 37

Fisketur: Aktive	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,056	(0,695-1,607)	Nei	1,052 (0,712-1,554)
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,198	(0,881-1,628)	Nei	1,157 (0,780-1,716)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,347	(0,216-0,556)*	Nei	2,400 (1,288-4,473)*
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,667	(0,459-0,968)*	Nei	2,091 (0,501-8,730)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,653	(0,492-0,867)*	Nei	1,930 (1,059-3,518)*
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,496	(0,329-0,748)*		

\*Signifikant på 0,05-nivå

Tabell 38

Tur skog: Frafalne	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,814	(1,388-2,370)*	Nei	0,356 (0,281-0,452)*
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,466	(1,190-1,805)*	Nei	0,694 (0,543-0,887)*
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,602	(1,283-2,000)*	Nei	0,826 (0,613-1,113)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,682	(1,352-2,092)*	Nei	0,571 (0,299-1,091)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,756	(1,436-2,148)*	Nei	0,568 (0,422-0,764)*
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	1,294	(1,034-1,620)*		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 39

Orientering: Frafalne			OR	95 % KI	OR			95 % KI
Motivasjonsfaktorer				Ulike barrierer				
Forebygge helseplager				Sviktende helse				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	0,897	(0,524-1,535)		Nei	0,647	(0,427-0,982)*		
Holde meg slank				Krevende jobb/skole				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	0,839	(0,563-1,250)		Nei	0,826	(0,534-1,278)		
Opplive naturen				Krevende hjemme				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	0,664	(0,416-1,059)		Nei	0,630	(0,391-1,015)		
Gir avstressing/avkopling				Dårligere tilgang til aktivitetsområder				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	0,848	(0,553-1,301)		Nei	0,842	(0,256-2,766)		
Gir spenning/utfordring				Mangler noen å være aktiv sammen med				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	0,679	(0,481-0,958)*		Nei	1,623	(0,814-3,239)		
Sosial påvirkning								
<i>Jeg kjenner mange som benytter natur til aktiviteter</i>								
Ja	(ref.)							
Nei	0,827	(0,536-1,275)						

\*Signifikant på 0,005-nivå



Tabell 40

Ski: Frafalne	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,112	(0,854-1,448)	Nei	0,490 (0,389-0,618)*
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,168	(0,960-1,421)	Nei	0,849 (0,672-1,072)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,852	(0,685-1,059)	Nei	0,706 (0,536-0,929)*
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,953	(0,771-1,179)	Nei	1,397 (0,694-2,812)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,175	(0,982-1,406)	Nei	0,685 (0,514-0,912)*
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,764	(0,614-0,950)*		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 41

Fjell: Frafalne	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,145	(0,836-1,567)	Nei	0,506 (0,390-0,658)*
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,144	(0,904-1,449)	Nei	0,700 (0,535-0,916)*
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,666	(0,502-0,884)*	Nei	0,641 (0,469-0,877)*
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,955	(0,738-1,236)	Nei	0,805 (0,380-1,704)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,066	(0,858-1,324)	Nei	0,704 (0,504-0,981)*
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,648	(0,489-0,858)*		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 42

Sjøl: Frafalne	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			S/viktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,841	(0,615-1,149)	Nei	0,755 (0,582-0,979)*
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,895	(0,714-1,123)	Nei	0,694 (0,539-0,893)*
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,256	(0,993-1,588)	Nei	0,943 (0,687-1,294)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,888	(0,696-1,131)	Nei	0,493 (0,258-0,943)*
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,169	(0,947-1,420)	Nei	0,768 (0,559-1,055)
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,999	(0,786-1,269)		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 43

Fisketur: Frafalne	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,876	(0,648-1,184)	Nei	0,617 (0,481-0,790)*
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,944	(0,758-1,175)	Nei	0,938 (0,724-1,214)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,828	(0,649-1,056)	Nei	0,970 (0,711-1,324)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,837	(0,659-1,062)	Nei	1,567 (0,689-3,564)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,942	(0,774-1,146)	Nei	0,899 (0,653-1,239)
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,873	(0,688-1,108)		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 44

Tur skog: Nyfrelste	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,547	(0,340-0,879)*	Nei	3,003 (1,811-4,979)*
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,822	(0,608-1,110)	Nei	1,766 (1,172-2,659)*
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,648	(0,456-0,919)*	Nei	1,535 (0,952-2,475)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,624	(0,441-0,883)*	Nei	5,389 (0,737-39,395)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,819	(0,631-1,062)	Nei	1,641 (0,982-2,742)
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,834	(0,603-1,154)		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 45

Orientering:					
Nyfelste	OR	95 % KI	OR	95 % KI	
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer		
Forebygge helseplager			Sviktende helse		
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)	
Nei	0,957	(0,334-2,743)	Nei	6,232	(0,849-45,755)
Holde meg slank			Krevende jobb/skole		
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)	
Nei	0,578	(0,237-1,407)	Nei	1,470	(0,514-4,208)
Opplive naturen			Krevende hjemme		
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)	
Nei	0,494	(0,173-1,412)	Nei	0,375	(0,167-0,842)*
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder		
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)	
Nei	0,752	(0,309-1,832)	Nei	-**	()
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med		
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)	
Nei	0,434	(0,213-0,887)*	Nei	3,546	(0,482-26,083)
Sosial påvirkning					
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>					
Ja	(ref.)				
Nei	0,616	(0,236-1,603)			

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 46

Ski: Nyfrelste	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,754	(0,374-1,518)	Nei	3,414 (1,376-8,474)*
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,635	(0,376-1,073)	Nei	1,115 (0,624-1,993)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,485	(0,256-0,918)*	Nei	1,773 (0,766-4,103)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,504	(0,272-0,933)*	Nei	0,829 (0,197-3,492)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,648	(0,425-0,987)*	Nei	2,446 (0,889-6,733)
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,790	(0,462-1,351)		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 47

Fjell: Nyfrelste	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,540	(0,328-0,889)*	Nei	2,365 (1,458-3,836)*
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,791	(0,577-1,084)	Nei	1,505 (1,003-2,259)*
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,236	(0,140-0,395)*	Nei	2,080 (1,191-3,633)*
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,386	(0,254-0,588)*	Nei	1,524 (0,466-4,981)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,412	(0,312-0,545)*	Nei	1,578 (0,930-2,677)
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,342	(0,220-0,532)*		

\*Signifikant på 0,005-nivå



Tabell 48

Sjøl: Nyfrelste	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,579	(0,342-0,981)*	Nei	0,895 (0,609-1,314)
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,939	(0,676-1,305)	Nei	1,532 (0,984-2,383)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,692	(0,470-1,021)	Nei	1,051 (0,654-1,688)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,780	(0,540-1,128)	Nei	-** ()
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,686	(0,513-0,918)*	Nei	1,387 (0,804-2,396)
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,562	(0,374-0,845)*		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 49

Fisketur: Nyfrelste	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,804	(0,315-2,047)	Nei	0,828 (0,397-1,724)
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,318	(0,718-2,420)	Nei	2,250 (0,803-6,301)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,718	(0,334-1,544)	Nei	1,358 (0,484-3,814)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,574	(0,256-1,288)	Nei	-** ()
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	0,703	(0,396-1,246)	Nei	1,209 (0,430-3,399)
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	0,586	(0,261-1,316)		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 50

Tur skog: Inaktive	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,895	(1,434-2,505)*	Nei	0,802 (0,598-1,075)
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,258	(1,005-1,573)*	Nei	1,226 (0,940-1,597)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	5,195	(4,141-6,518)*	Nei	1,257 (0,918-1,722)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	3,320	(2,655-4,152)*	Nei	1,997 (1,034-3,856)*
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	2,458	(1,962-3,078)*	Nei	1,272 (0,917-1,765)
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	3,618	(2,892-4,526)*		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 51

Orientering: Inaktive			OR	95 % KI	OR			95 % KI
Motivasjonsfaktorer				Ulike barrierer				
Forebygge helseplager				Sviktende helse				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	1,244	(0,777-1,993)		Nei	1,213	(0,832-1,769)		
Holde meg slank				Krevende jobb/skole				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	1,222	(0,871-1,716)		Nei	1,105	(0,756-1,616)		
Opplive naturen				Krevende hjemme				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	1,849	(1,216-2,813)*		Nei	1,511	(0,999-2,286)		
Gir avstressing/avkopling				Dårligere tilgang til aktivitetsområder				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	1,420	(0,972-2,076)		Nei	1,101	(0,388-3,127)		
Gir spenning/utfordring				Mangler noen å være aktiv sammen med				
Ja	(ref.)			Ja	(ref.)			
Nei	1,844	(1,373-2,477)*		Nei	0,615	(0,344-1,099)		
Sosial påvirkning								
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>								
Ja	(ref.)							
Nei	1,442	(0,982-2,116)						

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 52

Ski: Inaktive	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,432	(1,111-1,847)*	Nei	1,159 (0,918-1,463)
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,213	(1,004-1,466)*	Nei	1,013 (0,807-1,272)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	2,347	(1,905-2,891)*	Nei	1,350 (1,021-1,784)*
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	2,025	(1,653-2,482)*	Nei	0,681 (0,364-1,274)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,932	(1,621-2,301)*	Nei	0,906 (0,682-1,203)
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	2,144	(1,746-2,632)*		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 53

Fjell: Inaktive	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,402	(1,080-1,821)*	Nei	0,942 (0,747-1,186)
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,191	(0,984-1,441)	Nei	0,960 (0,765-1,205)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	4,148	(3,248-5,296)*	Nei	0,953 (0,726-1,251)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	2,302	(1,854-2,857)*	Nei	0,744 (0,390-1,419)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	2,542	(2,135-3,028)*	Nei	0,804 (0,603-1,073)
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	3,026	(2,412-3,797)*		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 54

Sjøl: Inaktive	OR	95 % KI	OR	95 % KI
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer	
Forebygge helseplager			Sviktende helse	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,609	(1,247-2,007)*	Nei	1,193 (0,946-1,505)
Holde meg slank			Krevende jobb/skole	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,214	(1,005-1,466)*	Nei	1,046 (0,834-1,312)
Opplive naturen			Krevende hjemme	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,440	(1,173-1,768)*	Nei	0,904 (0,690-1,185)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,449	(1,185-1,773)*	Nei	1,212 (0,640-2,295)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med	
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)
Nei	1,374	(1,157-1,631)*	Nei	0,872 (0,657-1,157)
Sosial påvirkning				
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>				
Ja	(ref.)			
Nei	1,739	(1,418-2,131)*		

\*Signifikant på 0,005-nivå

Tabell 55

Fisketur: Inaktive			OR 95 % KI			OR 95 % KI		
Motivasjonsfaktorer			Ulike barrierer					
Forebygge helseplager			Sviktende helse					
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)		Ja	(ref.)	
Nei	1,108	(0,849-1,445)	Nei	1,499	(1,189-1,890)*	Nei	1,499	(1,189-1,890)*
Holde meg slank			Krevende jobb/skole					
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)		Ja	(ref.)	
Nei	0,950	(0,782-1,153)	Nei	0,,943	(0,745-1,192)	Nei	0,,943	(0,745-1,192)
Opplive naturen			Krevende hjemme					
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)		Ja	(ref.)	
Nei	1,657	(1,325-2,071)*	Nei	0,772	(0,578-1,030)	Nei	0,772	(0,578-1,030)
Gir avstressing/avkopling			Dårligere tilgang til aktivitetsområder					
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)		Ja	(ref.)	
Nei	1,395	(1,126-1,729)*	Nei	0,492	(0,233-1,038)	Nei	0,492	(0,233-1,038)
Gir spenning/utfordring			Mangler noen å være aktiv sammen med					
Ja	(ref.)		Ja	(ref.)		Ja	(ref.)	
Nei	1,278	(1,072-1,523)*	Nei	0,876	(0,651-1,179)	Nei	0,876	(0,651-1,179)
Sosial påvirkning								
<i>Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter</i>								
Ja	(ref.)							
Nei	1,472	(1,184-1,829)*						

\*Signifikant på 0,005-nivå



Prosjekt	<b>107586</b>
Skjemanummer	

<b>WEBID</b>	AUTO UTFYLLING svar fra \@sms_webid c
Web id	<input style="width: 100px; height: 20px;" type="text"/>

<b>LISTE</b>	AUTO UTFYLLING svar fra \@sms_liste
<b>Listegrunnlag</b>	
Ordinært basetrekk (eBase) .....	<input type="checkbox"/> 1
Kundeliste .....	<input type="checkbox"/> 2
Vervet på CATI .....	<input type="checkbox"/> 3
Vervet fra eBase .....	<input type="checkbox"/> 4

<b>1</b>	<b>Project ID fra Marsc</b>
Project ID _____	

<b>2</b>	<b>Unique Reference (altid)</b>
Unique Reference (altid) .....	
<input style="width: 150px; height: 20px;" type="text"/>	

<b>KJONN</b>	AUTO UTFYLLING svar fra \@sms_kjonn
<b>Kjønn</b>	
Mann .....	<input type="checkbox"/> 1
Kvinne .....	<input type="checkbox"/> 2

<b>ALDER</b>	AUTO UTFYLLING svar fra \@sms_alder c
<b>Alder</b>	
<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	

**FYLKE**

AUTO UTFYLLING svar fra \@sms\_fylke

**Fylke**

- |                        |                          |    |
|------------------------|--------------------------|----|
| Østfold .....          | <input type="checkbox"/> | 01 |
| Akershus .....         | <input type="checkbox"/> | 02 |
| Oslo .....             | <input type="checkbox"/> | 03 |
| Hedmark .....          | <input type="checkbox"/> | 04 |
| Oppland .....          | <input type="checkbox"/> | 05 |
| Buskerud .....         | <input type="checkbox"/> | 06 |
| Vestfold .....         | <input type="checkbox"/> | 07 |
| Telemark .....         | <input type="checkbox"/> | 08 |
| Aust-Agder .....       | <input type="checkbox"/> | 09 |
| Vest-Agder .....       | <input type="checkbox"/> | 10 |
| Rogaland .....         | <input type="checkbox"/> | 11 |
| Hordaland .....        | <input type="checkbox"/> | 12 |
| Ubenyttet .....        | <input type="checkbox"/> | 13 |
| Sogn og Fjordane ..... | <input type="checkbox"/> | 14 |
| Møre og Romsdal .....  | <input type="checkbox"/> | 15 |
| Sør-Trøndelag .....    | <input type="checkbox"/> | 16 |
| Nord-Trøndelag .....   | <input type="checkbox"/> | 17 |
| Nordland .....         | <input type="checkbox"/> | 18 |
| Troms .....            | <input type="checkbox"/> | 19 |
| Finnmark .....         | <input type="checkbox"/> | 20 |

**UTD**

AUTO UTFYLLING svar fra \@sms\_utd

**Utdanning**

(INNTIL 8 ÅRS SKOLEGANG)

- |   |                          |   |
|---|--------------------------|---|
| <b>Folkeskolenivå</b> .....                 | <input type="checkbox"/> | 1 |
| (9-10 ÅRS SKOLEGANG)                        |                          |   |
| <b>Ungdomsskole/ Realskolenivå</b> .....    | <input type="checkbox"/> | 2 |
| (11-13 ÅRS SKOLEGANG)                       |                          |   |
| <b>Videregående skole/ Gymnasnivå</b> ..... | <input type="checkbox"/> | 3 |
| (MER ENN 12 ÅRS SKOLEGANG + STUDIER)        |                          |   |
| <b>Universitetsnivå</b> .....               | <input type="checkbox"/> | 4 |
| <b>Er under utdanning</b> .....             | <input type="checkbox"/> | 5 |

**INNT**

AUTO UTFYLLING svar fra \@sms\_innt

**Husstandsinntekt**

- |                         |                          |    |
|-------------------------|--------------------------|----|
| Inntil kr 100.000 ..... | <input type="checkbox"/> | 01 |
| Kr. 100.-199.000 .....  | <input type="checkbox"/> | 02 |
| Kr. 200.-299.000 .....  | <input type="checkbox"/> | 03 |
| Kr. 300.-399.000 .....  | <input type="checkbox"/> | 04 |
| Kr. 400.-499.000 .....  | <input type="checkbox"/> | 05 |
| Kr. 500.-599.000 .....  | <input type="checkbox"/> | 06 |
| Kr. 600.-799.000 .....  | <input type="checkbox"/> | 07 |
| Kr. 800.-999.000 .....  | <input type="checkbox"/> | 08 |
| Kr. 1 mill. + .....     | <input type="checkbox"/> | 09 |
| Vil ikke oppgi .....    | <input type="checkbox"/> | 10 |
| Vet ikke .....          | <input type="checkbox"/> | 11 |

POSTNR

AUTO UTFYLLING svar fra \@sms\_postnr c

Postnummer

Input field for post number

SENTRALITET

AUTO UTFYLLING svar fra \@sms\_sentralitet c

Sentralitet

- Stor by .....  1
- Mindre by .....  2
- Tettsted .....  3
- På landet .....  4

PERSONER

AUTO UTFYLLING svar fra \@sms\_personer

Personer i husstanden

- 1 person .....  1
- 2 personer .....  2
- 3 personer .....  3
- 4 personer .....  4
- 5 personer .....  5
- 6 personer .....  6
- 7 personer .....  7
- 8 personer .....  8
- 9 personer eller flere .....  9

SIVILSTAND

AUTO UTFYLLING svar fra \@sms\_sivilstand c

Sivilstand

- Gift/Samboende/par .....  1
- Samboende med venner .....  2
- Enslig .....  3
- Bor hos foreldre .....  4

BOLIGTYPE

AUTO UTFYLLING svar fra \@sms\_boligtype c

Boligtype

- Leilighet .....  1
- Hybel .....  2
- Enebolig .....  3
- Rekkehus .....  4
- Bofellesskap .....  5
- Annet/vet ikke .....  6

Small input field at the bottom of the form

**3** Først litt informasjon om deg selv og i hvilken grad du er fysisk aktiv.

**Er du...**

Mann .....  1  
Kvinne .....  2

**4** Hva er din alder?

Antall år: .....

**5** Hvordan bor du?

Sammen med ektefelle/ samboer .....  1  
Bor alene .....  2  
Bor i kollektiv eller bofellesskap .....  3  
Bor hos foreldre .....  4  
Annet .....  5

**6** Har du fast eller ofte omsorgsansvar for barn i huset der du bor?

Ja .....  1  
Nei .....  2

**7** Er barnet eller barna du har omsorgsansvar for i gjennomsnitt mer eller mindre fysisk aktive enn du var på samme alder?

Mer .....  1  
Omtrent det samme .....  2  
Mindre .....  3  
Vet ikke .....  4

**8** Har du fast eller ofte ansvar for hund eller annet husdyr som krever mosjon?

Ja .....  1  
Nei .....  2

**9** Hvor lang tid til sammen i løpet av en gjennomsnittsuke bruker du på aktiviteter som gjør deg andpusten eller svett?

Dette kan for eksempel være i forbindelse med trening, aktiviteter på jobb eller skole, turer i skog og mark, og når du går eller sykler til jobb eller skole.

Timer / minutter

Timer og minutter (timer foran skråstreken og minutter bak skråstreken) .....  /

**10** Hvor mye av denne tiden bruker du på følgende områder?

Skriv inn timer og minutter (timer foran skråstreken og minutter bak skråstreken) for hvert av områdene. Husk at summen ikke må overstige antall timer og minutter nevnt i forrige spørsmål, men kan naturligvis være lavere hvis noe av tiden går med til annen form for aktivitet enn nevnt her.

Timer / minutter

På organiserte idrettsaktiviteter .....	<input type="text"/>	/	<input type="text"/>	1
I treningsstudio .....	<input type="text"/>	/	<input type="text"/>	2
I arbeidstid eller skoletid .....	<input type="text"/>	/	<input type="text"/>	3
På vei til eller fra jobb eller skole .....	<input type="text"/>	/	<input type="text"/>	4
På tur eller trening med hund eller annet husdyr .....	<input type="text"/>	/	<input type="text"/>	5
På annen tur eller trening i park, grønt- eller naturområder .....	<input type="text"/>	/	<input type="text"/>	6

**11** Utregninger

Sum 6 aktiviteter .....

<input type="text"/>
----------------------

1

**12** Differanse

Differanse .....

<input type="text"/>
----------------------

1

Du anga at du har brukt tilsammen **sva** fra \script:echo1(\9) minutter.

Summen av alle dine delaktiviteter blir imidlertid **sva** fra 11.A.1 minutter

Vennligst gå tilbake for å rette opp slik at summene stemmer overens.

**13** Hvilken av følgende beskrivelser passer best på deg når det gjelder å være i fysisk aktivitet nå, mot tidligere i livet?

Ett svar

- Jeg har aldri vært fysisk aktiv i særlig grad .....  1
- Jeg er mer aktiv nå enn før .....  2
- Jeg er mindre aktiv nå enn før .....  3
- Jeg er like aktiv nå som før .....  4
- Vet ikke .....  5

**14** Hva var det som gjorde at du ble mindre fysisk aktiv?

Gjerne flere svar

- Sviktende helse .....  1,
- Mer krevende på jobb eller skole .....  2,
- Mer krevende hjemme (barn, familie) .....  3,
- Andre interesser tar mer tid .....  4,
- Dårligere tilgang til aktivitetsområder .....  5,
- Mangler noen å være aktiv sammen med .....  6,
- Annet .....  7,
- Vet ikke .....  8.

☆

**15** **Hvor langt er det ca. fra din bopel til nærmeste park, grønt- eller naturområde?**

Under 100 meter .....  1  
 100-299 meter .....  2  
 300-499 meter .....  3  
 500 meter til 1 kilometer .....  4  
 Over 1 kilometer .....  5  
 Vet ikke .....  6

**16** **Om oppvekst**

**Hvor godt passer de følgende beskrivelsene på hvordan barndommen (inntil 16 år) var for deg, slik du husker den?**

Ett svar pr linje

	Passer meget godt	Passer ganske godt	Passer litt	Passer ikke i det hele tatt	Kan ikke svare	
	1	2	3	4	5	
Jeg var ofte på tur i skog og mark .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
Jeg var ofte på fjellturer .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
Jeg var ofte på skiturer eller i skianlegg .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
Jeg var ofte ved eller på sjøen .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4
Jeg var ofte på fisketurer .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5
Jeg gikk ofte orientering .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6
Jeg var ofte på tur med hund eller annet husdyr .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7
Jeg opplevde ofte naturens ro og stillhet .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8
Jeg syklet ofte .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9
Jeg trivdes godt i gymtimene på skolen .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	10
Jeg lekte ofte ute i nærmiljøet .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	11

**17** **Aktiviteter idag**

**Hvor godt passer de samme beskrivelsene på deg nå?**

Ett svar pr linje

	Passer meget godt	Passer ganske godt	Passer litt	Passer ikke i det hele tatt	Kan ikke svare	
	1	2	3	4	5	
Jeg er ofte på tur i skog og mark .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
Jeg er ofte på fjellturer .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
Jeg er ofte på skiturer eller i skianlegg .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
Jeg er ofte ved eller på sjøen .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4
Jeg er ofte på fisketurer .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5
Jeg går ofte orientering .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6
Jeg er ofte på tur med hund eller annet husdyr .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7
Jeg opplever ofte naturens ro og stillhet .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8
Jeg sykler ofte .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9

**18 Hvor godt passer hver av følgende utsagn på deg i dag?**

Ett svar pr linje

	Passer meget godt	Passer ganske godt	Passer litt	Passer ikke	Ikke aktuelt	
	1	2	3	4	5	
Jeg kjenner mange som benytter naturen til aktiviteter .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
Jeg får ofte forespørsler om å bli med på aktiviteter i naturen .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
Jeg er ofte aktiv i naturen sammen med egne barn .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
Jeg er ofte aktiv i naturen sammen med venner .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4
Naturen er lett tilgjengelig for turer og aktiviteter på mitt hjemsted .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5
Det er godt tilrettelagt for at jeg kan sykle til og fra jobb eller skole .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6
Jeg har gode muligheter til å gå, jogge og mosjonere på trygge steder .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7
Jeg liker stillheten i naturen .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8
Jeg kommer i en god stemning når jeg oppholder meg i naturen .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9
Turer i naturen er best når jeg er sammen med andre .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	10
Aktiviteter i naturen gir meg en god følelse av mestring .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	11
Naturopplevelser betyr mye for meg .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	12

**19 Hvor viktige er hver av følgende grunner for deg til at du driver med fysiske aktiviteter?**

Ett svar pr linje

	Meget viktig	Gans- ke viktig	Lite viktig	Ikke viktig	Ikke aktuelt	
	1	2	3	4	5	
Forebygge helseplager .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
Holde meg slank/ holde vekten nede .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
For å få fysisk styrke .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
Fordi det er morsomt .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4
Samvær med venner .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5
Ønske om å ha et langt yrkesliv .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6
Ønske om mindre sykefravær fra skole/ jobb .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7
Ønske om som pensjonist å være selvhjulpen, leve et aktivt liv og ha god helse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8
Gir spenning / utfordringer .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9
Jeg føler fysisk velvære når jeg er i god fysisk form .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	10
Jeg føler psykisk velvære når jeg er i god fysisk form .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	11
Bygge opp etter sykdom/ skade/ barsel .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	12
Gir avstressing/ avkobling .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	13
Gir bedre selvtillit .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	14
Synes jeg bør .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	15
Få frisk luft .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	16
Opplive naturen .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	17

**20 Hvor viktige er hver av følgende faktorer for at du er fysisk aktiv?**

Ett svar pr linje

	Meget viktig	Gans- ke viktig	Lite viktig	Ikke viktig	Ikke aktuelt	
	1	2	3	4	5	
At jeg kan være i aktivitet til ulike tider - når det passer meg .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
At aktivitet er gratis eller svært rimelig .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
At jeg kan være aktiv i mitt eget tempo, uten press fra andre .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
At jeg kan være aktiv sammen med andre .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4
At det er kort vei fra der jeg bor eller fra der jeg er på dagtid til aktivitetstedet ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5

**21 Hvilke former for fysiske aktiviteter kunne du tenke deg å gjøre mer av i fremtiden?**

Ett svar, det som er mest aktuelt.

- Jeg ønsker IKKE å være mer aktiv .....  1  
 Trene i helsestudio .....  2  
 Drive innendørs idrett .....  3  
 Drive utendørs idrett .....  4  
 Drive fysisk aktivitet ute i naturen og nærmiljøet .....  5  
 Annet .....  6

**22 Hvor viktig er hver av følgende faktorer for at du skal bli mer fysisk aktiv i fremtiden?**

Ett svar pr linje

	Meget viktig	Ganske viktig	Lite viktig	Ikke viktig	Ikke aktuelt	
	1	2	3	4	5	
At jeg blir invitert av venner .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
At jeg blir invitert av lag eller forening .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
At jeg kan være sammen med andre .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
At jeg ikke trenger å være med hver gang, men kan være med når det passer for meg .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4
At myndighetene har informasjons- og holdningskampanjer .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5
Dersom legen mener jeg bør være mer fysisk aktiv .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6
At jeg får bedre tilgang til innendørs treningsarealer .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7
At jeg får bedre tilgang til stier og veier i marka eller i andre friområder .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8
At jeg får bedre tilgang til sykkelveier og sykkelstier .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9
At jeg får bedre tilgang til gangveier .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	10
At jeg får bedre tilgang til skiløyper om vinteren .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	11
At jeg får bedre tilgang til sjø og strandområder .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	12
At jeg får bedre tilgang til svømmehall .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	13
At parker, grønt- eller naturområder blir bedre tilrettelagt for funksjonshemmede .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	14
At det på mitt hjemsted blir bedre kollektivtransport til parker, grønt- eller naturområder .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	15
At det på mitt hjemsted blir bedre parkeringsmuligheter ved parker, grønt- eller naturområder .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	16
At det på mitt hjemsted blir bedre tilrettelagte parker, grønt- eller naturområder .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	17
At jeg får bedre informasjon om turmuligheter i mitt nærområde .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	18

**KOMPLETT**ok .....  1.**SCREENED**ok .....  1. ☆



**SMI**



Annet, notér

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



02

sva fra \script:marsbackfeed(\1, \marscnum.a.1, '1')

sva fra \script:marsbackfeed(\1, \marscnum.a.1, '4')



Norges miljø- og  
biovitenskapelige  
universitet

Postboks 5003  
NO-1432 Ås  
67 23 00 00  
[www.nmbu.no](http://www.nmbu.no)