

NORSK  
FRILUFTSLIV





# Hvordan gjøre naturen til en god inkluderingsarena?

Natursamling i Stavanger  
17.september 2016

# NORSK FRILUFTSLIV

---

- fellesorganisasjon for 16 norske frivillige friluftslivsorganisasjoner
  - 940 000 medlemskap og flere enn 5000 lag og foreninger.
- NORSK FRILUFTSLIV arbeider for:
  - et allsidig, enkelt og naturvennlig friluftsliv i tråd med norsk friluftslivstradisjon, som gjennom tradisjonelle og nye aktivitetsformer fremmer friluftsliv for alle.
  - å fremme saker av felles interesse for organisasjonene overfor myndighetene og andre aktuelle målgrupper.
  - helse, trivsel og økt forståelse for naturens egenverd gjennom naturopplevelser.
  - å fremme allemannsretten og allmennhetens tilgang til og bruk av naturen.
- Sekretariat for Friluftslivets år 2015
  - Minoritetssatsning

# Prosjekt flerkulturelt friluftsliv 2016-17

---

## Kulturelt mangfold og inkludering i friluftslivet

### Mål og målgrupper

«Øke andelen av personer med innvandrerbakgrunn i friluftslivet»

Målsettingen retter seg mot de de som legger til rette for aktivitet, formidler kunnskap eller på andre måter direkte eller indirekte påvirker de med innvandrerbakgrunn.

### Hvordan:

- Øke kunnskapen til medlemsorganisasjonene om hva som hemmer og fremmer inkludering i friluftsliv
- Bygge bedre kontaktnettverk i innvandremiljøene og -organisasjonene for å forstå hva som oppfattes som meningsfylt friluftsliv for denne gruppen
- Bistå med informasjonsmateriell som kan synliggjøre friluftslivet og aktivitetene/tilbudene der

# Arbeidet så langt

---

- Kartlegging, både blant egne og andre organisasjoner
- Nasjonal kompetanseenhet for migrasjons- og minoritetshelse (NAKMI)
- Filmer, artikler og ildsjeler (ambassadør, Abid Raja)
- Mobilisering og nettverksbygging
- Forum for inkludering
- Rådgivende gruppe
- Møteplass/Nettverkskonferanse
- Eget tema på nettside:  
<http://www.norskfriluftsliv.no/inkludering/>

# Tips til inkludering i friluftslivet

---

- Friluftsliv kan være en god inngang for personer med innvandrerbakgrunn til inkludering og forståelse av det norske samfunnet.
- Naturen kan være et unikt virkemiddel til å skape mer kulturelt mangfold i friluftslivet.
- Friluftsliv kan gi økt helse, mer fellesskap, bedre kulturinnsikt og nye relasjoner.

Samtidig er det viktig å huske på at ikke alle har samme forhold til natur og friluftsliv, derfor har vi i Norsk Friluftsliv i samarbeid med rådgivende gruppe laget denne listen med noen enkle tips og råd som kan være gode å ha med seg på veien.



Foto: Eivind Haugstad Kleiven/DNT Oslo og

## Tips til inkludering i friluftslivet #1

Brukermedvirkning, dialog og tilrettelegging er avgjørende for å skape meningsfulle aktiviteter og opplevelser i friluftslivet.



## Tips til inkludering i friluftslivet #2

Personlig invitasjon, tillit og trygghet er viktig. Ta opp telefonen og ring, ha god oppfølging. Ta gjerne også et personlig møte for å invitere. Det er lettere å bli med noen man er blitt kjent med, og det er lettere å sende barn på aktiviteter med noen man er trygge på.





## Tips til inkludering i friluftslivet #3

Det beste fra begge verdener! Det må være en gjensidighet i alt man gjør og møte hverandre med forståelse. Hvis alle er mer åpne kan vi lære veldig mye av hverandre. Inkludering betegner en prosess og et mål hvor deltakelse i fellesskapet er bygd over forskjellene.



## Tips til inkludering i friluftslivet #4

Den kulturelle bakgrunnen kan være annerledes og for eksempel synet på naturen kan innebære for noen at slik som skog og fjell kan oppfattes som noe farlig eller utrygt.



## Tips til inkludering i friluftslivet #5

Skap et høydepunkt. Det sosiale aspektet er viktig for mange, og møteplasser i attraktive grøntområder slik som parker er etterspurt. Derfor er ofte turer i nærområdene foretrukket av mange.



## Tips til inkludering i friluftslivet #6

Friluftsliv må læres. Senk terskelen, opplever man mestring vil og tørr man mer. Mange kan oppleve at de ikke klarer å delta på «vanlige» friluftslivsaktiviteter, og kan dermed føle seg fremmed og ikke inkludert.



## Tips til inkludering i friluftslivet #7

Kunnskap og gode erfaringer, det at alle får en god opplevelse, er viktig for å føle mestring. Mange kan ha mistet identiteten sin, og dermed selvtilliten.



## Tips til inkludering i friluftslivet #8

Viktig at ikke alle organiserte turer blir lagt til helgene, men at det er også muligheter i ukedagene.



## Tips til inkludering i friluftslivet #9

Legg til rette for aktiviteter der kostnader eller behov for transport ikke skaper unødige hindringer for deltakelse. Se på muligheten for å tilby gratis aktiviteter så langt det lar seg gjøre.

# Naturen som inkluderingsarena

---

- Større andel av befolkningen vill ha ikke-vestlig bakgrunn i fremtiden, i 2014 var dette om lag 15 % av landets befolkning, og denne kategorien har i dag en betydelig lavere deltakelse i friluftsliv enn andre (SSB 2014)
- Mange innvandrere med ikke-vestlig bakgrunn foretrekker å utøve friluftsliv i naturområder i nærmiljøet. Friluftsliv, spesielt lavterskelaktiviteter i nærmiljøet, kan være en inngang til mer fysisk aktivitet for denne gruppen og bidra til økt inkludering. (SSB 2014)
- Fysisk og psykisk helse
- Ut på tur, aldri sur! Friluftsliv = norsk kultur
- Bygge broer

6 av 10 vil ta flyktninger med på tur, hvis en organisasjon legger til rette for det.



# Videre arbeid

---

- Informasjonsmaterieell om friluftsliv, påkledning, årstider og allemannsretten – flere språk.
- Turmat fra hele verden
- Regional nettverkskonferanser
- Legge til rette for gode samarbeid og dele ut stimuleringsmidler til prosjekter som bidrar til å øke friluftsinteressen blant flerkulturelle.



# Takk for meg!

Ta gjerne kontakt:

Prosjektleder inkludering og mangfold / Tonje Refseth/  
[tonje@norskfriluftsliv.no](mailto:tonje@norskfriluftsliv.no) / mob: 464 84662