

Kompass inför valet 2026

Svenskt Friluftsliv visar vägen för en politik som främjar folkhälsan, stärker beredskapen och skapar en långsiktig omsorg om vår gemensamma natur.



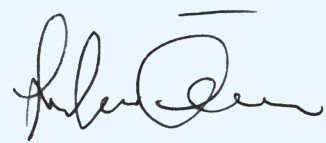
**Svenskt
Friluftsliv**

Sverige är ett friluftslands. Våra skogar, fjäll, sjöar och kuster är inte bara vackra landskap – de är en del av vår identitet och vårt kulturarv.

Friluftslivet och friluftsrörelsen stärker vår fysiska och psykiska hälsa, bidrar till trygghet och beredskap, samt utvecklar egenskaper som tålamod, ansvar och respekt.

Det betyder att Sverige har allt att vinna på att arbeta målmedvetet med att stärka friluftslivets och friluftsrörelsens förutsättningar.

Svenskt Friluftsliv har därför tagit fram en kompass med våra viktigaste frågor inför valet 2026. Vi hoppas att dessa ska inspirera till klok politik där insatser och beslut främjar folkhälsa, stärker beredskapen och skapar en långsiktig omsorg om vår gemensamma natur.



Josefine Åhrman
Generalsekreterare
Svenskt Friluftsliv



Innehåll_

VÅRA FRÅGOR

4. **Friluftsrörelsen**
Grundläggande förutsättningar
5. **Friluftsliv i skolan**
En investering för framtiden
6. **Höjd beredskap**
Vägen till ett mer robust samhälle
Tillgång till natur och friluftsmiljöer
Grunden för friluftslivet
7. **Stärkt folkhälsa**
Med naturen som resurs
Allemansrätten
En unik frihet att värna

FRILUFTSPOLITIK

8. **Därför ska Sverige satsa på det organiserade friluftslivet**
11. **Vision för friluftspolitiken**

OM OSS

12. **Vi är Svenskt Friluftsliv**
Kontakta oss så berättar vi mer
14. **Medlemsorganisationer**
16. **Checklista – vi vill**

Foto: ©Sara Winsnes, Johan Alp/Johnér Bildbyrå



Vi vill att anslaget för skötsel av värdefull natur återställs till minst tidigare nivå.



Vi vill att friluftsdagar återinförs som en obligatorisk del av undervisningen i grundskolan.

Våra frågor

För att fler ska kunna ta del av det organiserade friluftslivets värden krävs tydliga politiska beslut, ökade resurser och långsiktiga satsningar. Här är våra sex viktigaste områden under valåret 2026.

1. Grundläggande förutsättningar

Ett ökat statligt anslag skulle göra det möjligt för friluftsförbund och organisationer att utöka sin verksamhet och nå fler – samtidigt som det stärker förutsättningarna för våra övriga frågor, från mer friluftsliv i skolan och stärkt folkhälsa till ökad civil beredskap och tillgängligare natur.

Vi vill:

- Att det generella statsanslaget till friluftslivets organisationer ökas från dagens 97,8 miljoner till 200 miljoner årligen och att stödet indexregleras.
- Att undantaget i socialavgiftslagen om ersättning upp till ett halvt prisbasbelopp per år för ledare utökas och omfattar alla medlemsorganisationer i Svenskt Friluftsliv, på samma sätt som för föreningar ansluta till Riksidrottsförbundet (RF).



Varje krona som satsas på fysisk aktivitet ger i snitt nästan fyra kronor tillbaka i minskade hälso- och sjukvårdskostnader, lägre sjukfrånvaro och ökad produktivitet.

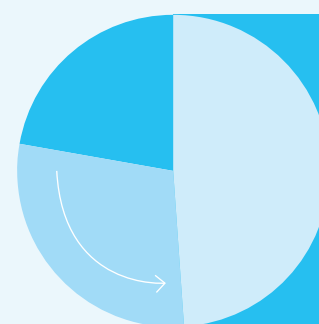
x 4 kr



46 %

Översökningsgraden för det statliga anslaget vi fördelar är 46 procent. Med ett ökat anslag skulle friluftsförbund och organisationerna snabbt kunna skala upp sin verksamhet och nå ännu fler.

Foto: © Johnér Produktion



Andelen barn som vistas i naturen varje dag minskade från 78 procent 2003 till 49 procent 2019.

50 %

Enligt Skolinspektionen får hälften av landets elever inte den friluftslivsundervisning de har rätt till.

2. Friluftsliv i skolan

Barn och unga är vår framtid, genom ökad kunskap, regelbunden naturkontakt och utövande av friluftsliv i skolan skapar vi både stärkt folkhälsa och ett långsiktigt hållbart nyttjande av våra naturresurser.

Vi vill:

- Att friluftsdagar återinförs som en obligatorisk del av undervisningen i grundskolan.
- Att Skolinspektionen ges i uppdrag att följa upp undervisningen i friluftsliv och allemansrätten, antalet friluftsdagar som genomförs, och de övergripande målsättningarna om utevistelse, rörelse och natur i läroplanerna.
- Att alla elevers tillgång till friluftslivsundervisning i skolan säkerställs för att stärka framtida generationers friluftskunskap och beredskap.
- Att en myndighet ges i uppdrag att kartlägga i vilken utsträckning lärare och fritidspersonal får kompetens inom utomhusundervisning och friluftsliv på landets lärarutbildningar.



Våra frågor

VI KAN BEREDSKAP. Friluftsliv rustar människor med fysisk förmåga och praktisk krisberedskap. Våra medlemsorganisationer lär ut hur man tar sig fram i otillgängliga områden och orienterar sig utan mobiltelefon, hur man klär sig rätt vid kyla, värme eller nederbörd och renar vatten på ett säkert sätt. De kan också utbilda hundratusentals svenskar i första hjälpen.

4. Tillgång till naturen

Med långsiktiga investeringar i naturen, friluftsinfrastruktur och hållbar förvaltning kan vi säkerställa att naturen även i framtiden är tillgänglig för alla, samt en källa till frihet, hälsa och livskvalitet för hela befolkningen.

Vi vill:

- Att anslaget för skötsel av värdefull natur återställs, minst till tidigare nivå. Så att natur- och upplevelsevärdena i naturreservat och nationalparker, samt att infrastrukturen för friluftsliv, kan bevaras och utvecklas.
- Att kommuners arbete med tätortsnära natur, friluftsliv och folkhälsa stimuleras genom att årligen anslå statliga medel till ordinarie LONA (lokala naturvårdssatsningen).
- Att Naturvårdsverket och Skogsstyrelsen ges i uppdrag att ta fram underlag och statistik över utvecklingen av naturens respektive skogens sociala värden.
- Att medel anslås till forskning om friluftsliv så att beslutsfattare får bättre underlag om dess förutsättningar och effekter.

3. Höjd beredskap

Civil beredskap handlar inte enbart om kris eller krig. Det handlar också om att säkra mat, vatten och el, samt att bygga ett samhälle där människor har förmåga att hantera naturkatastrofer, extremväder och andra oförutsedda händelser. Grundläggande kunskap om friluftsliv ger grundläggande kunskaper vid kris.

Vi vill:

- Att friluftsförbund och organisationer synliggörs och inkluderas i det civila beredskapsarbetet.
- Att en myndighet ges i uppdrag att skapa långsiktiga förutsättningar för det ledarledda friluftslivet att bidra till höjd civil beredskap.

För varje ytterligare 1 000 vuxna som friluftslivet kan nå kan vi förebygga tio dödsfall, 20 fall av typ-2 diabetes, 25 fall av hjärtinfarkt och 150 fall av högt blodtryck per år.

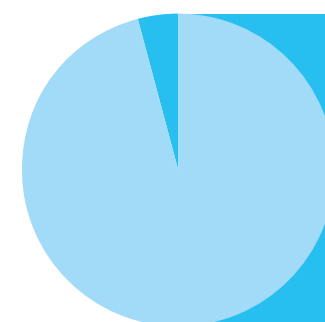


6. Allemansrätten

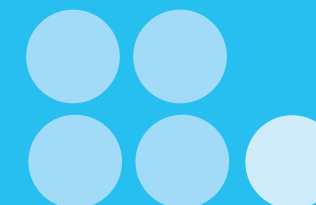
Allemansrätten möjliggör att alla, oavsett bakgrund, kan uppleva den frihet och livskvalitet som naturen erbjuder. Denna frihet ska inte tas för given. För att säkerställa att kommande generationer får samma möjligheter krävs att vi säkrar tillgängligheten till naturen genom att öka kunskapen om både rättigheter och skyldigheter. Här har skolan, civilsamhället och politiken en avgörande roll att spela.

Vi vill:

- Att den svenska strandskyddslagstiftningen säkerställer fri passage för friluftslivet och skydd av värdefull natur vid våra vatten.
- Att insatserna i skolan stärks för att öka kunskapen om allemansrätten.
- Att finansieringen för civilsamhällets informationsinsatser säkras i syfte att höja kunskapen om allemansrättens rättigheter och skyldigheter.



96 procent av Sveriges befolkning anser att allemansrätten är viktig.



4 av 5 svenskar har bra kunskap om vad allemansrätten innebär. Bland ungdomar (15–24 år) är dock 31 procent osäkra kring innebörden.

5. Stärkt folkhälsa

Forskning visar att regelbundet friluftsliv och fysisk aktivitet förebygger ohälsa och sjukdom samtidigt som det främjar hälsa, välbefinnande och personlig utveckling.

Vi vill:

- Att Folkhälsomyndigheten ges i uppdrag att stärka den nationella kompetensen kring värdet av barn och ungas naturkontakt och rörelse i naturen som en del i att stärka folkhälsan.
- Att Socialstyrelsen ges i uppdrag att stärka kompetensen i, och främja, naturbaserade metoder inom vård och omsorg samt stärka samverkan med friluftsförbund och organisationer.



Foto: © Camilla Sjödin Lindqvist, Matilda Lindeblad/Johnér Bildbyrå

Därför ska Sverige satsa på friluftsliv

Friluftslivet är en av Sveriges största folkrörelser och skapar värden som sträcker sig långt bortom den direkta naturupplevelsen.

Sverige står inför stora samhällsutmaningar. Allt fler människor lever stillasittande liv, tiden som barn och unga tillbringar i naturen minskar, psykisk ohälsa och ensamhet ökar. Klimatförändringar och oro i omvärlden påverkar vårt sätt att leva.

Samtidigt täcker friluftslivets positiva effekter i stort sett alla områden i samhället där dessa utmaningar finns. Från folkhälsa, skola, naturvård och ekonomi till jämställdhet, integration, hållbarhet och beredskap¹. Det innebär att friluftsliv är en del av lösningen på flera av vår tids samhällsutmaningar.

För att det organiserade friluftslivet i ännu större utsträckning ska kunna bidra till att möta dessa utmaningar och stärka det ideella engagemang som bär upp oss krävs mer resurser. Med rätt politiska beslut och långsiktiga satsningar kan friluftsorganisationerna nå fler, utveckla sina verksamheter och därmed förstärka effekten av allt positivt som friluftslivet bidrar med.

Friluftsliv i skolan är en investering

Barn och ungas relation till naturen avgör hur väl vi lyckas bevara ett rikt friluftsliv och en levande natur i framtiden. Genom ökad kunskap, regelbunden naturkontakt och utövande av friluftsliv i skolan och i samarbete med friluftsorganisationerna bidrar vi till både stärkt folkhälsa och ett långsiktigt hållbart nyttjande av våra naturresurser.

Forskning visar att friluftsliv, uteundervisning och rörelse förbättrar kognitiv förmåga, inlärning, minne och koncentration och därigenom skapar positiva effekter på skolresultat och motivation till skolarbete¹. Trots detta får 50 procent av landets elever inte den friluftsundervisning de har rätt till.

Idag är det långt ifrån självklart att alla barn och unga får möjlighet att vistas i naturen. Ojämlika livsvillkor och ett alltmer stillasittande samhälle riskerar att skapa en generation som står längre ifrån naturen än tidigare. För att vända utvecklingen krävs att vi tillsammans – skola, civilsamhälle och beslutsfattare – skapar bättre förutsättningar för friluftsliv i vardagen.

Att ge barnen naturupplevelser genom skolan och föreningslivet handlar inte bara om lek och rörelse. Det handlar om att bygga kunskap, empati och ansvarstagande för miljön. Med rätt satsningar kan vi lägga grunden för både en friskare generation och ett samhälle som står starkare inför framtidens utmaningar.



Sju av tio idrottslärare uppger att det skulle vara lättare att nå läroplanens mål för friluftsliv om friluftsdagar var obligatoriska.

Höjd beredskap ger ett robust samhälle

Oroligheter i vår omvärld i kombination med ökade risker för naturkatastrofer innebär att krisberedskap idag är en central samhällsfråga.

Beredskap handlar inte enbart om att säkra mat, vatten och el. Det handlar också om att bygga ett robust samhälle där människor har förmåga att hantera naturkatastrofer, extrema väderhändelser och oförutsedda kriser.

Genom kunskap, gemenskap och vana att vistas i naturen bidrar friluftsorganisationerna till att stärka både individers och samhällets motståndskraft. Att kunna orientera sig, vistas ute under olika förhållanden och samarbeta i grupp skapar praktiska färdigheter som är direkt överförbara till krissituationer.

Friluftsrorelsen utgör en stark ideell kraft med geografisk spridning över hela landet. Det gör att vi når ut även i glesbygd och i områden där offentliga resurser kan vara begränsade. Våra organisationer kan därmed bli en viktig del av samhällets beredskap, i nära samverkan med myndigheter och kommuner. Att investera i friluftslivet är därför också att investera i ett mer motståndskraftigt Sverige.



Avgörande med tillgång till natur

Vi vet att naturkontakt stärker både fysisk och psykisk hälsa, minskar ensamhet och bidrar till social sammanhållning¹. Därför är det avgörande att tillgången till natur och frilufts- miljöer säkras – oavsett var i landet man bor.

Friluftsrorelsen bidrar redan i dag med kunskap och engagemang som stödjer en hållbar samhällsplanering på lokal och regional nivå, men det krävs mer.

Anslaget till skötsel och långsiktig förvaltning av värdefulla naturområden har minskat med sammanlagt 59 procent under den pågående mandatperioden samtidigt som trycket på våra frilufts- miljöer ökar när fler söker sig ut för hälsa och gemenskap. Utan rätt satsningar riskerar vi att förlora både den biologiska mångfalden och den tillgänglighet som gör naturen till en självklar del av vårt samhälle.

Därför behöver vi agera gemensamt – stat, kommuner, civilsamhälle och medborgare.

Med långsiktiga investeringar och hållbar förvaltning kan vi säkerställa att naturen även i framtiden är en källa till frihet, hälsa och livskvalitet för hela befolkningen.

1,6 mdr/år

Så mycket pengar är den parlamentariskt tillsatta miljömålsberedningen överens om att det behöver skjutas till varje år för att Sverige ska klara av skötseln av värdefull natur. Den nuvarande budgeten är nu ungefär enbart 6 procent av det konstaterade behovet.



Stärkt folkhälsa med naturen som resurs

Sverige står inför tydliga folkhälsoutmaningar. Psykisk ohälsa ökar, särskilt bland barn och unga flickor, och stillasittandet är utbrett i alla åldrar. Konsekvenserna är stora – både i mänskligt lidande och i samhällskostnader. Stillasittandet i Sverige kan kosta det samhället upp till 90 miljarder kronor per år³.

Här kan friluftslivet spela en avgörande roll. Genom låga trösklar, utan krav på prestation eller tävling, erbjuder det en väg till både fysisk och psykisk återhämtning. Friluftsaktiviteter stärker den kognitiva förmågan, minskar ensamhet och bidrar till att bryta stillasittande livsstilar.

Det som gör friluftslivet särskilt värdefullt är dess anpassningsbarhet. Oavsett ålder, bakgrund eller fysisk förmåga kan människor delta utifrån sina egna förutsättningar. För många blir det en meningsfull fritid, för andra en väg tillbaka till hälsa och gemenskap. Att stärka förutsättningarna för friluftsliv är därför också att stärka folkhälsan – både nu och för kommande generationer.

Allemansrätten är en unik frihet

Allemansrätten är en av Sveriges mest unika och värdefulla tillgångar. Den ger oss friheten att röra oss fritt i naturen – i skogar, på fjäll

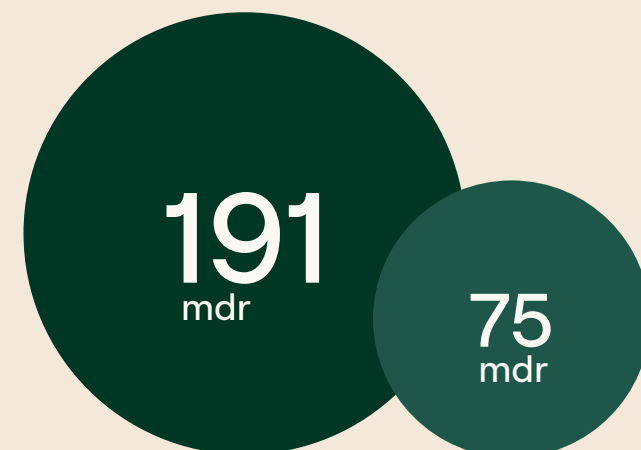
och längs våra vatten. Den gör trösklarna lägre och möjliggör att alla, oavsett bakgrund eller bostadsort, kan uppleva den frihet, gemenskap och livskvalitet som naturen erbjuder.

Friluftslivet i Sverige står sig starkt, särskilt hos den äldre befolkningen där vistelser i skog och mark är populära³. Samtidigt finns det grupper som är mindre friluftsaktiva än andra vilket bidrar till en ojämlik folkhälso-utveckling i samhället. Det är en utmaning att nå fler, trots att viljan är stark att uppnå detta inom frilufts-rörelsen. Med ökade resurser skulle de ideella krafterna i frilufts-rörelsen kunna åstadkomma ännu mer.

Tillgång till skogar, hav, fjäll, sjöar och vattendrag är avgörande för människors möjligheter att utöva friluftsliv och där är allemansrätten en förutsättning. Genom att stå upp för allemansrätten kan vi tillsammans bevara en av Sveriges största demokratiska tillgångar – en frihet som förenar människor, stärker folkhälsan och bidrar till att skydda våra natur- och kulturvärden.



Åtta av tio svenskar anser att allemansrätten är viktig för det egna utövandet av friluftsliv.



Forskning visar att svenskarna spenderar 191 miljarder kronor per år kopplat till friluftsliv och att det bidrar med ett förädlingsvärde i den svenska ekonomin motsvarande ca 75 miljarder kronor och cirka 167 000 arbetstillfällen².

Noter, källor och referenser

¹ Svenskt Friluftsliv (2023). *Friluftslivets och naturens mervärden och samhällsnytta – En kunskapssammanställning om friluftslivets betydelse för folkhälsa och ett hållbart samhälle*. Stockholm.

² Svenskt Friluftsliv & Mittuniversitetet (2023). *Friluftslivets ekonomiska värde*. Stockholm/Östersund.

³ Kolu, P m.fl. (2022). *Economic burden of low physical activity and high sedentary behaviour in Finland*. J Epidemiol Community Health 76(7):677–684. doi: 10.1136/jech-2021-217998. Epub 2022 Apr 26.

Svenskt Friluftsliv (2024). *Hållbarhetsvägledning. Vår gemensamma resa mot ett hållbart friluftsliv – kunskapsöversikt*. Stockholm.

Svenskt Friluftsliv & Novus (2025). *Friluftsvanor, naturberedskap och kunskap om allemansrätten hos vuxna i Sverige*. Stockholm.

Svenskt Friluftsliv & Ungdomsbarometern (2025). *Inställning till friluftsliv, friluftsvanor och kunskap om allemansrätten hos ungdomar*.

Vision för friluftspolitiken

Vi ser ett framtida Sverige där friluftslivet är en ännu mer självklar del av människors vardag och där naturen är tillgänglig för alla – oavsett ålder, bakgrund, bostadsort eller funktionsförmåga.

Vår vision är "Mer friluftsliv för alla" där fler får möjlighet att uppleva naturen och den glädje, gemenskap och återhämtning som den ger.

Friluftspolitiken är utspridd över flera politikområden. I vår vision är friluftslivet en ännu mer naturlig del av folkhälsopolitiken, miljöpolitiken, utbildningsväsendet och samhällsplaneringen för ökad samhällsnytta. Friluftslivet är integrerat i skolans undervisning, i folkhälsoarbetet, i stadens planering av grönytor, i skogens skötsel, i naturvården och i samhällets beredskap för kriser.

Det behövs en tydlig och långsiktig politik för friluftslivet som tar utgångspunkt i de tio nationella friluftspolitiska målen som riksdagen har beslutat om. Den underbyggs med forskning och god kunskap om friluftslivet som vårdas och kommuniceras till friluftslivets aktörer.

Vi ser ett samhälle där det ideella engagemanget fortsätter att vara en stark

drivkraft, men där det stöds av långsiktiga politiska beslut och resurser. Kommuner, regioner, myndigheter och friluftsorganisationer arbetar tillsammans så att fler kan komma ut i naturen och delta i organiserat friluftsliv.

Vår vision är ett samhälle där friluftslivet spelar en avgörande roll i arbetet för en hållbar framtid. Genom att fler får en nära relation till naturen stärks respekten för miljön, engagemanget för klimatet och den biologiska mångfalden.

Friluftspolitiken ska ge förutsättningar för att människor kan leva mer aktiva, hälsosamma och hållbara liv. Ett Sverige där naturen inte bara är något vi betraktar, utan en levande resurs för hälsa, livsglädje och gemenskap – idag och för kommande generationer.

Friluftslivets organisationer bidrar till gemenskap och människors tillit – viktiga faktorer för samhällets motståndskraft och beredskap i kristider.

Vi är Svenskt Friluftsliv

Vi värnar, främjar och utvecklar friluftslivets förutsättningar, fördelar statsbidrag och verkar för tillgänglighet till naturen för alla.

Svenskt Friluftsliv är friluftsrörelsens paraplyorganisation. Vi företräder idag 28 medlemsorganisationer med totalt över två miljoner medlemskap och fler än 7 000 lokala föreningar runt om i landet. Tillsammans utgör vi en av de största folkrörelserna i Sverige – en rörelse som varje dag gör det möjligt för människor i alla åldrar och bakgrund att må bra i naturen.

Vårt uppdrag

Vårt uppdrag är att värna, främja och utveckla förutsättningarna för friluftsliv. Vi fördelar statsbidraget till friluftsförbund, driver opinion i frågor som rör friluftslivets villkor och verkar för att naturen ska vara tillgänglig för alla – oavsett bakgrund, ålder eller förmåga.

Grunden för vårt arbete är övertygelsen om friluftslivets och friluftsrörelsens samhällsnytta. Forskning visar att friluftsliv bidrar till bättre folkhälsa, ökad gemenskap, stärkt beredskap, ökad inlärning och respekt för natur och miljö¹. Samtidigt skapar friluftslivet betydande ekonomiska värden genom naturturism, lokala arbetstillfällen och attraktiva livsmiljöer².

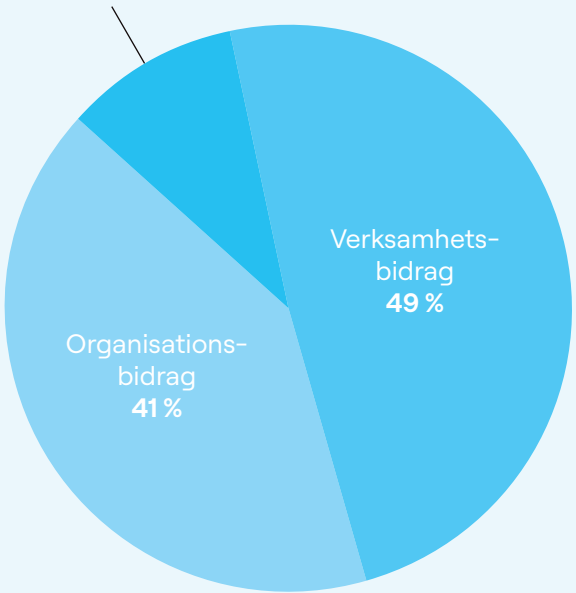


Svenskt Friluftslivs medlemsorganisationer bedriver verksamhet i hela Sverige, från Riksgränsen i norr till Smygehuk i söder.

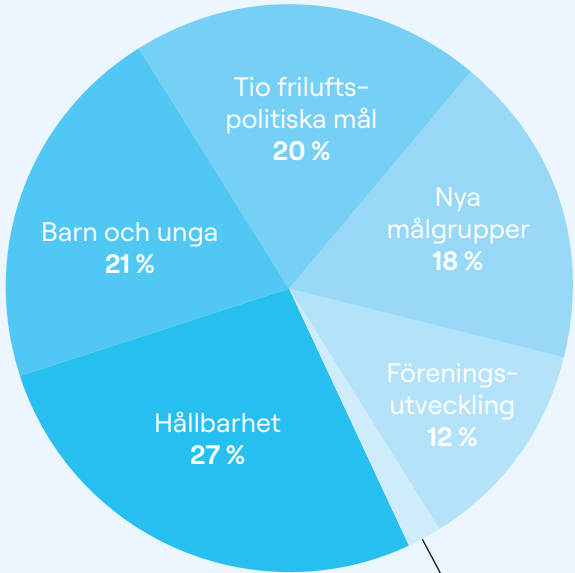
Därför finns vi

Friluftslivets unika värden kommer inte av sig själva. De ideella organisationerna inom friluftsrörelsen har under lång tid verkat för att tillgängliggöra och främja friluftslivet i Sverige. Men de behöver stöd och samverka med det offentliga för att kunna fortsätta utvecklas. Svenskt Friluftsliv finns för att samla och stärka dessa krafter, ge friluftslivet en stark röst och skapa långsiktiga förutsättningar för att alla människor ska kunna uppleva naturens glädje och gemenskap.

Svenskt Friluftsliv
10 %



2024 fördelade Svenskt Friluftsliv 97 784 000 kronor i statsanslag till ideella friluftsförbund. 49 procent delades ut som verksamhetsstöd inom sex fokusområden.



Ökat intresse för friluftsliv
2 %

36mkr

Utöver grundstödet på cirka 97,8 miljoner kronor har Svenskt Friluftsliv under 2025 fördelat 36 miljoner kronor i riktade satsningar från regeringen. Medlen har använts till införandet av Fritidskortet, att öka äldre personers delaktighet i friluftslivet, främja psykisk hälsa och för att ge barn och unga med NPF rätt förutsättningar i det organiserade friluftslivet.

Prata med Josefine och Mathias eller besök vår sajt svensktfriluftsliv.se/val2026

Vill du veta mer?



Josefine Åhrman

Generalsekreterare

073-667 78 87
josefine.ahrman@svensktfriluftsliv.se



Mathias Mellgren Helge

Ansvarig kommunikation och påverkan

070-602 08 19
mathias.mellgren@svensktfriluftsliv.se

Medlemmar som gör skillnad

Statistik från 2023 visar att andelen män och kvinnor i friluftsrörelsen är nästan helt lika, 48,5 procent kvinnor och flickor mot 51,5 procent män och pojkar.

2025 var medlemsorganisationerna nästan helt jämställda vad gäller fördelningen i styrelserna: 50,6 procent män och 49,4 procent kvinnor.

År	Män (%)	Kvinnor (%)
2023	48,5	51,5
2025	49,4	50,6

[illegible]

Checklista

Svenskt Friluftslivs prioriterade frågor och rekommendationer inför valet 2026.

1. Stärkta resurser för friluftorganisationer

Öka statsanslaget från 97,8 till 200 miljoner kronor per år och utöka undantaget i socialavgiftslagen för ledare i medlemsorganisationer.

2. Friluftsliv i skolan

Återinför obligatoriska friluftsdagar i grundskolan och säkerställ lärares och fritidspersonals kompetens inom utomhusundervisning.

3. Civil beredskap

Inkludera friluftorganisationer i det civila beredskapsarbetet och ge långsiktiga förutsättningar för ledarledd friluftsverksamhet.

4. Tillgång till natur och friluftsmiljöer

Säkra skötsel och utveckling av naturreservat, nationalparker och friluftsinfrastruktur samt stärk tätortsnära natur.

5. Folkhälsa

Stärk den nationella kompetensen kring barn och ungas naturkontakt och främja fysisk aktivitet i vård, omsorg och folkhälsoarbete i samverkan med friluftorganisationer.

6. Strandskyddet

Säkerställ tillgängligheten för friluftsliv vid våra vatten genom ett starkt strandskydd och öka kunskapen om allemansrätten.



Besök vår kampanjsajt på
svensktfriluftsliv.se/val2026