

Nr. 120
November 2023

Dansk Friluftsliv - forum for
natur- og friluftsliv

Dansk Friluftsliv



H A V

En hymne til de salte vande

Da jeg var 14 startede jeg til jollesejlads i den lokale sejlkлуб. Jeg susede rundt på vandet i laser- og flipperjoller og havde det herligt. Sommetider rodede jeg rundt nede i vandet og forsøgt at få rejst jollen op igen, når jeg var kætret. Det er meget skønne minder, der tager mig tilbage til oplevelser fyldt med frihedsfølelse, kammeratskab, fart, mestringsfølelse og en snært af eventyr. Bugten vi sejlede i var en tryk arena, men det salte vand fortsatte i uendeligheder fra Kalø Vig, ud i Århusbugten og videre ud i de store verdenshave. Det helt store eventyr føltes indenfor rækkevidde hver tirsdag mellem 17 og 19 i sommerhalvåret.

Hvorvidt jeg følte mig *forbundet* til havet, da jeg sejlede jolle, ved jeg faktisk ikke. Der var ganske vist en overflod af sansemæssige, kropslige erfaringer med havet, men vores tilknytning til havet var ikke noget, vi snakkede om. Historien omkring livet ved kysten og kystnær sejlads fyldte slet ikke, på trods af, at der garanteret har været en rig kulturhistorie omkring kystfriluftsliv i området. Havenes tilstand, klimakrise og døde fisk var helt sikkert ikke et tema. Der var fokus på fart, teknik og konkurrence. Og det var det.

Men gad vide, om ikke det ville have givet endnu rigere, dybere og mere meningsfulde oplevelser i jollen, hvis vi bare en gang imellem blev præsenteret for ovennævnte temaer. Jeg tror det.

I dette nummer af Dansk Friluftsliv stikker vi fødderne i det salte vand. Vi skal på langdistance-svømmetur og mærke forbundenhed til havet, vi skal sejle i traditionelle joller og nørde kulturarv og miljøbevidsthed, og vi skal undervises i sejlsport og sikkerhed fra land gennem to nytænkende didaktisk tiltag. Vi skal også forholde os til havenes tilstand og måske blive inspirerede til, hvordan vi som vejledere i friluftsliv kan bidrage til bedre tilstande i vores farvande. Kort sagt skal vi hylde vores kystnære farvande gennem dette nummers hymne til det salte element i dansk friluftsliv.

Rigtig god læselyst,
Katrine Caspersen



Foto: SailGP

Foreningens bestyrelse

Formand
Tanya Uhnger Wünsche
2684 3880
tanya@needfornature.dk

Næstformand
Christian Aage Bollerup Mortensen
2812 8766
christian.aage@gmail.com

Sekretær og kasserer
Jesper Lind Nielsen
5151 4204
thor_dk@hotmail.com

Redaktør
Katrine Caspersen
504 15089
katrinecaspersen@hotmail.com

Bestyrelsesmedlem
Stine Lindstøl Spørring
6068 2921
stine_spoerring@hotmail.com

Grafisk design
Benjamin Robin Graahede
Benjamin@no22studio.com

Korrektur
Christian Moestrup Andersen

Forsidebillede
Hanne Bak

Næste udgivelse
Vinter 2024

ISSN 0909-0614

Indhold

Om sejlads og kystfriluftsliv med træbåde	06
Sejl for livet eller livet for sejl	10
Om Kystvejlederuddannelsen	14
Det blå friluftsliv kan bidrage til øget havforståelse	16
Nature Connectedness I havets favn	20
Når alvor bliver til leg	26
Kan man lære noget om sejlsport uden at komme på vandet?	30

Foreningens formål
Foreningens formål er at skabe, udbygge og vedligeholde kontakt imellem personer, der arbejder med vejledning og undervisning i natur- og friluftsliv.

Foreningen skal arbejde for at styrke danske naturoplysnings- og friluftslivstraditioner i samarbejde med vore nordiske nabolande med det formål at skabe harmoni mellem menneske og natur såvel som mellem mennesker.

Bladet udgives af Dansk Friluftsliv - forum for natur- og friluftsliv og udkommer tre gange årligt.

Annoncering
Det er muligt at annoncere i bladet. Prisen er 1.500 kr. for en hel side og 900 kr. for en halv side. Kontakt den annonceansvarlige for yderligere information om formater og priser.

Om sejlads og kyst- friluftsliv med træbåde

Foto: Jakob Haahr

Sejlads i træbåde og kystfriluftsliv rummer et stort potentiale. Bådene er sjove at sejle i, de egner sig fortrinligt til friluftsliv, og de kan noget i forhold til vores identitet, historie og selvforståelse. Derfor er det vigtigt, at flere frilftsvejledere tilegner sig sejladsfærdigheder

Af Jakob Haahr

*Har jeg min Baad, mit Seil og mit Næt,
Vil jeg med Jarlen ei bytte*

Sådan skriver Adam Oehlenschläger og tillægger en fisker ordene. Jeg har det på samme måde. Jeg har været så heldig, at jeg har kunnet arbejde med sejlads og kystfriluftsliv hele mit voksenliv, og jeg bytter heller ikke med hverken Jarlen, Elon Musk eller Mette Frederiksen. Jeg er og har været beriget med mange skønne timer i en båd på Helnæsbugten, i Det Sydfynske Øhav og på Roskilde fjord alene eller sammen med venner, elever og studenter.

17 makreller og 10 sild blev det til, da nogle af mine kystvejlederstudenter for 14 dage siden formidlede sejlads og fiskeri i Roskilde Fjord for en flok svenskere. Makrellerne blev fileteret, og ved Veddelev fik vi en vidunderlig frokost med nyrøget makrel på godt rugbrød. Kystvejlederstudenterne fik i øvrigt svenskerne til at reflektere over, hvorfor vi fangede de pelagiske fisk (sild og makrel), men ikke bundfisk som torsk, skrubber og rødspætter, på trods af at vi både havde sat flydegarn og nedgarn. Havde det noget med fjordens havbund at gøre?

For et par år siden satte jeg sammen med studenter sildegarn ved Geershøj. Vi røgtede under ungdommelige hvin 250 sild. Men hvad gør man ved så mange? Naboer kom med poser – de fik sild. Deres naboer kom også. Men vi havde stadig mange, og vi måtte ændre hele vores program. Sildene blev rensat under sejlads, og der var skæl overalt i bådene. Vi fandt salt i en lokal brugs, så de sild, der ikke skulle steges om aftenen, blev saltet i en tønde. Siden var der fest med sild i dild, portvinsild, sild i akelejer, karrysild, røde sild, hvide sild, karrysalat og masser af snaps.

Smakkejoller, kadrejerjoller, limfjordssjægte, frederikssundjoller. Det er nogle af de fartøjer, vi bruger til sejlads og kystfriluftsliv på Vikingeskibsmuseet. De historiske både er klinkbyggede. De er karakteriseret ved, at de planker (også kaldet bord), der udgør bådens skal, ligger uden på hinanden. Hver egn har sine både. De er tilpasset landskab og brug. Desværre er der ikke så mange tilbage af dem. Når vi i dag kigger ud over kystlandskabet, ser vi mest kølbåde, kajaker, surfbretter, paddleboards og motorbåde. Det kniber med de mindre ro- og sejlbåde.

Det er ærgerligt, for de er gode og sjove at sejle i. Og så har vi en lang tradition med de klinkbyggede både, der både går tilbage til jernalder og vikingetid. De egner de sig fortrinligt til friluftsliv. De gemmer på mange historier, og oven i de gode natur- og friluftsoplevelser danner de ramme om gode samværsoplevelser. Desuden kan de også noget i forhold til vores selvforståelse, historie og identitet. Det vender jeg tilbage til.

Hvilke kvaliteter har bådene?

Friluftslivet med bådene har mange sider – de taler til hele vores følelsesregister. Når vi ror, kan vi til tider forsvinde ind i en flow-tilstand, imens båden glider over vandet, og nautiske mil forsvinder. Det skete for eksempel på en tur nordpå. Der var ingen vind, og vi roede fire timer ad gangen i to hold døgnet rundt. Undervejs skiftedes vi til at sove til lyden af åreteg og bølgeskvulp.

Kystfriluftslivet er også spændingen ved at sejle. Det kom for eksempel til udtryk, da jeg sammen med en flok studenter i 10 sekundmeter og fire både rundede Kap Horneland i store bølger. Bådene lagde sig let på siden, og det sprøjtede ind over essingen. Vi blev drivvåde, og jeg tænkte: Er det her sejlads over evne? Det var det ikke, men den medbragte hund - Ronja, en bearded collie - gled, hver gang vi skiftede halse fra side til side i båden, og måtte gylpe, imens regnen silede, og den kunne ikke se ud for pandehår. På land fik Ronja et håndklæde, og pandelokken blev klippet af.

At sejle er også et nært sammenhold i båden. Og så er der glæden ved at nå i land, slå lejr, sanke ved og brænde bål.

I de små ro- og sejljoller, når vi ofte ikke så langt omkring, men til gengæld går vi ind over alt ved vores kyster. Det betyder, at vi kan tage på eventyr i vores nærmiljø. Vi kan nemt gå i land på Illumø og Horsehoved. Vi spiser frokost på fiskelejet ved Nappen, hvor vi møder skæve eksistenser, og vi går i land, kaster anker og overnatter i telt ved Damsbo skov.

På tur og om at lære at sejle

Vi lærer igennem at tage på tur. Når vi sejler afsted på tur med en gruppe, sejler vi som regel i flere joller. Vi er gerne tre-fire stykker i hver jolle. På den måde får den enkelte meget tid ved

roret - og det er den optimale måde at lære at sejle på. Jeg har lige været afsted med en flok studerende fra Københavns Universitet. Vi var 23 i alt til seks joller. Vi delte os i to hold. Min kollega Tajs tog sig af tre joller sammen med en kommende kystvejleder, Kristian, og jeg havde sammen med kystvejlederaspiranten Ludvig tre joller.

På et hold er der næsten altid nogle, der har sejlet lidt. Det handler om at finde dem. De skal bruges som bådførere på de sidste både. Men inden vi tager afsted, skal de have lidt oplæring, derfor går vi som regel ud og træner lidt basal sejlad, før vi tager på tur.

Sådan var det også her. Hjalte og Elias fik et intensivt kursus, og så var vi klar til tur. Vi læste kort, pakkede båd og tog afsted.

For at holde sammen på bådene kommunikerer vi via radio, og ofte sejler vi i flotille. Det vil sige, at vi sejler på rad og række.

Fartøerne er sjove at sejle i. De studenter eller kursister, vi har med, oplever hurtigt, at de mestrer at sejle fartøjerne. De glædes ved at sejle og har det sjovt. Når vi sejler i bådene, lærer vi igennem at bruge bådene. Alle vores sanser er stimuleret, og vi lærer i og af situationerne. Man kan sige, at det er helhedsintegreret læring. Det er erfaringslære. For at den skal sidde fast, reflekteres der over læringen. Det foregår som regel i frokostpausen eller om aftenen omkring bålet. Selvfølgelig er der også andre former for læring i spil. Mesterlære, instruktion og læring på tværs ...

Ramme om fællesskab

Bådene danner også ramme om gode fællesskaber. Turen til Gershøj kan godt tage nogle timer. Tiden bliver brugt til at trimme båden, lære navne og benævnelser, vi laver knop, og man kan altid blive bedre til vigeregler og forskellige former for sejlad. Men de ikke planlagte samtaler opstår også. Nogen gange bliver samtaler så tætte, at de ord, der er sagt i båden, bliver i båden.

Når vi kommer rundt i landet i de klinkbyggede både, oplever vi altid at blive godt modtaget. Vi har med fartøjer at gøre, der er konstrueret til landskabet; de passer ind. De skæmmer ikke øjnene.

På den her omtalte tur var vi heldige. Med vind ind agten for tværs gled vi til Gershøj, hvor vi kastede anker. Vi slog lejr, lavede mad, og en stor del af aftenen blev omkring bålet brugt på at løse gåder. I den lette ende er der for eksempel denne her: En mand skubber sin bil op foran et hotel og går fallit. Hvad er der sket?

Dagen efter var der bidevindssejlads og mand over bord-øvelser. Så blev de seks joller bundet sammen, anker blev kastet, og der blev badet og spist frokost i yderbredningen. Siden sejlede vi til Eskilsø, hvor vi blandt andet så klosteret. Vi overnattede siden ved den lille havn i fiskerlejet Østby, og hjemturen gik i en ny medbør og havgus til Roskilde. Her opdagede vi i øvrigt betydningen af at have et kompas med. Det blev meget fåget.

Vi samlede op på turen i henholdsvis Roskilde og på universitetet. Det er næsten det vigtigste. Her er centrale spørgsmål: Hvad har vi gjort? Hvad har vi lært? Hvordan har vi lært? Hvilke fremtidige mål har vi? Og så diskuterede vi i øvrigt vejledning som metode.

Studenterne blev i øvrigt gode til at sejle, og seks

af dem gik efter en dags ekstra træning op til den praktiske duelighedsprøve og bestod.

Jollerne og historieindlevelse inspirerer os til at leve bæredygtigt

Når vi i dag sætter garn og ikke fanger fisk, kommer vi nærmest pr. automatik til at indleve os i fiskernes vilkår. Hvorfor fangede vi ikke noget? Hvordan gjorde de? Hvor vandrer fisken? Hvor satte fiskerne deres redskaber?

Vi får - når vi fisker og sejler - respekt for vores forfædre. Ved at sejle disse klinkbyggede både får vi fiskernes levende fortællinger direkte ind i kroppen. Vi får indsigt i økologiske sammenhænge, samtidig med at vi får respekt for de gamle traditioner, og frem for alt får vi indsigt i, at fisken ikke stammer fra køledisken eller fiskehandleren, men findes ude i havet, hvor vi selv har adgang til den.

Derfor kan vi også lade os inspirere af dem. I dag ved vi, at vi skal leve bæredygtigt, men det er ikke så nemt, for i vores hverdagsliv er vi indlejret i nogle strukturer, der betyder, at vi bruger mange ressourcer. Vi kører i bil frem og tilbage på arbejde og så videre.

Vores politikere siger ofte, at vi skal klare fremtidens klimakrise ad teknologiens vej. Og det er sikkert rigtig et stykke hen ad vejen, men vi må også tænke anderledes, og her kan vi lade os inspirere af vores forfædre.

På tur – og netop fordi vi er på tur – væk fra hverdagens jag – opstår rum for tanke og refleksion. Vores forfædre byggede både, de havde behov for. De fik både bygget på lokale ressourcer - tømmeret blev hentet i skoven, og den lokale smed fremstillede bådsømmene. Bådene blev bygget af den lokale bådebygger, og der var derfor heller ikke de store leveringsomkostninger og ressourcer forbundet med det. Bådene bruger ikke benzin, og når de er færdige, kan de komposteres eller brændes på Sankt Hans-bålet.

Jeg tænker ikke, at vi alle skal til at sejle smukkejoller. Men jeg tror, at et hverdagsliv, der på mange måder blev levet i balance, kan inspirere os til at leve mere bæredygtigt.

Er fortidens bådliv fremtidens friluftsliv?

I Vikingetiden brugte vi bådene til krig. Senere blev de primært brugt til person- og varetransport, og helt op til moderne tid har hovedbrugen været til fiskeri. I dag er der ikke mange klinkbyggede både tilbage. Men forhåbentligvis er vi blot i en bølgedal. De kundskaber, der knytter sig til bygning og brug af de klinkbyggede både, er kommet på UNESCO's repræsentative liste for immateriel kulturarv. Både fra politisk, kulturel og pædagogisk hold er der fokus på de værdier og håndværk, der knytter sig til bådkulturen.

Men kundskaben overlever ikke, hvis bådene ikke bliver brugt. Hvis båden skal overleve i dag, skal de også have en funktion. Her er jeg fortrøstningsfuld. Ud over at være sjove og gode at sejle og ideelle til friluftsliv, egner de klinkbyggede både sig til blandt andet også til levende kulturformidling, historieformidling, personlig udvikling, gruppeudvikling, identitetsstyrkelse og turisme.

Derfor er det så vigtigt, at disse fartøjer i højere grad vinder indpas på højskoler, efterskoler, museer, socialpædagogiske institutioner med videre. For at det kan ske, er det vigtig, at nogle af jer tilegner jer sejladshåndværket og får endnu mere indsigt i kystfriluftslivet og kystkulturen.

OM JAKOB HAAHR

Jakob Haahr er ph.d og cand. mag. i historie, samfundsfag og friluftsliv. Bl.a. har han en treårig uddannelse i friluftsliv-, kultur- og naturvejledning fra Bø i Norge. Jakob har tidligere været efterskolelærer, selvstændig og underviser på Syddansk Universitet. Han har også været studielektor på Aarhus Universitet. Nu er han studieleder på Kystvejled Ruddannelsen på Vikingeskibsmuseet.

KILDER

Oehlenschläger, Adam: "FISKERENS VISE, af 'Hroars Saga'", i Oehlenschläger, Adam: Poetiske Skrifter I, udg. af H. TOPSØE-JENSEN, 1926-1930, s. 96.

Sejlads i traditionelle brugsbåde og kystfriluftsliv var en central del af dansk friluftsliv i 1980'erne, men gled i de følgende årtier mere og mere ud. Nu er der fornyet interesse for de mange muligheder, bådene og kystfriluftslivet giver, og Sejladssamrådets formand giver her sit bud på, hvordan flere kommer i bådene

I denne artikel får man en fortælling om sejladsen og livet med og i bådene. Det er en praksisfortælling fra et nedslag i dansk friluftsliv. Der kan i artiklen komme udsagn fra "hjerterets forståelse" (citater: Ib Ivar Dahl), der er udsagn, som er erfaringsbaserede, og der er udsagn, som rent faktisk er faktabaserede.

Artiklen handler om, hvorfor og hvordan sejladsen er så vigtig for mig, og hvorfor jeg synes, at flere skal kunne komme til at dyrke denne form for kystfriluftsliv. Samtidig kommer der bud på de udfordringer og mulige løsninger, der ligger i dette ønske om at få flere folk i bådene.

Sejlads ved Vends

Vends Motorik- og Naturskole har igennem de seneste 25 år brugt sejladsen i traditionelle brugsbåde som en af de primære friluftsaktiviteter. Vi har ikke været alene om denne aktivitet, steder som Øhavets Smakke- og Naturcenter på Strynø og Vikingskibsmuseet i Roskilde har også været i gang. Gennem årene har vi kun oplevet positive reaktioner på oplevelsen med det sejllende kystfriluftsliv.

Vores koncept med sejladser tager afsæt i de traditionelle brugsbåde og hele den kystkultur der udspringer af disse. Dog er vores mest brugte bådtype meginjollen.

Meginjollen er en moderne båd støbt i glasfiber, men med skrogform, rig med videre, som har et kraftigt afsæt i de traditionelle brugsbåde. Vi har valgt denne bådtype af den simple grund, at det er muligt at vedligeholde den inden for et rimeligt timeforbrug og budget.

Vi har også en stor 20 fods kragejolle, som er bygget i træ, og som vi bruger de nødvendige timer og penge på at holde sejllende. Alle bådene er smukkejoller. Altså både med et firkantet sprydstagssejl som storsejl.

Med denne flåde, som består af seks-otte meginjoller, en kragejolle og en relativ stor RIB-båd, som vi bruger som følgebåd, har vi sejlet med stort set alle tænkelige målgrupper. Uden at kunne opremse alle er her nogle eksempler på målgrupper, vi har haft med ude: pædagogstuderende, lærerstuderende, højskoleelever, skoleklasser, børn fra specialskoler, socialpædagogiske opholdssteder, mennesker med demens, virksomheder, journalister, biologer, universitetsstuderende, friluftsejlederstuderende, naturvejledere, familier, turister med flere.

Altså stort set alle tænkelige målgrupper. Det fantastiske ved alle disse vidt forskellige målgrupper med vidt forskellige mål for sejladsen er, at de alle oplever sejladsen som oplevelsesrig, lærerig, spændende, som en god ramme for sociale oplevelser og så videre.

Den perfekte friluftslivsbådtype

Det særlige ved de traditionelle bådtyper og lignende både er, at de er som skabt til kystfriluftslivet. Bådene bærer en lang kulturhistorie, og den klinkbyggede båd er da også kommet på UNESCOs verdensarvsliste.

Kulturhistorien er på en gang fællesnordisk og helt lokal. Bådene er mest kendt fra vikingetiden, men har en endnu længere historie. De har udviklet sig med afsæt i lokale ideer, som er blevet spredt, da man jo netop er sejlet ud og har fået kontakt med andre egne. De fleste af de oprindelige både er skabt til at blive brugt i et bestemt område og til specifikke formål. Bådene er traditionelt brugt til alt det, vi bruger velbåren trafik til i dag. De er så at sige et produkt af en økologisk udvikling.

Bådene er rummelige, relativt enkle at sejle og lavet til at blive brugt kystnært, og de kan dermed gå tæt på land, hvor der kan slås lejr for natten eller flere dage.

Sådanne muligheder har en moderne jolle, som er lavet til kapsejlads, eller en kølbåd ikke. Altså er der rent økologisk og praktisk et væld af muligheder, når man vælger at bruge de traditionelle brugsbåde og lignende bådtyper. Bådene kan have mere grej med end andre fartøjer. Og markant mere end man kan have på ryggen i en rygsæk. Man kan i en båd være en gruppe på tur, hvis bare man mestrer fartøjet. I kano og kajak skal stort set alle have et vist niveau af færdigheder, før turen er forsvarlig.

Båden kan rumme mennesker med funktionsnedsættelser og deres eventuelle specialudstyr bedre end andre fartøjer. Båden er et socialt fartøj, man er fælles om sejladser, uanset om den foregår for åre eller sejl, og man har typisk front mod hinanden under sejladser, og man har dermed bedre mulighed for at dele de fælles oplevelser undervejs.

I bådene er der plads til garn og ruser, og der er plads til stangfiskeri. I stille vejr er madlavning på for eksempel trangia en oplagt mulighed. Og sådan er der mange fordele ved bådene i forhold til mange andre transportmidler i friluftslivet.

Hvor blev båden af i dansk friluftsliv?

Det kan undre, at der ikke er flere, der bruger de traditionelle både og deres moderne kopier i det danske friluftsliv.

Her skal det da lige indskydes, at sådan har det ikke altid været. I 1980'erne blomstrede bådene i friluftslivet med epicenter på Helnæs, hvor Ib Ivar Dahl havde sit tilholdssted ved Helnæs Mølle. Ib Ivar Dahl er for smukkejollen, hvad Svend Ulstrup er for havkajakken. De er begge specialister på deres

felt og har skabt en tradition og en kultur for friluftsbredelse af de traditionelle fartøjer, som de hver især mestrer ud i alle aspekter, såvel teoretisk, kulturelt, historisk som praktisk.

Flere skoler og institutioner havde traditionelle brugsbåde, og selv Institut for idræt ved Københavns Universitet havde en sjægte til øvelsesbåd for deres friluftsvvejlederstuderende. I mange egne af Danmark var der søspejdere, og der var (og er) en del smukke- og sjægtelaug rundt om i landet.

Men i løbet af de seneste 20-30 år er bådene stort set forsvundet ud af friluftslivsbilledet i Danmark. Der er fortsat en del steder, hvor sejladsliv bliver dyrket som sport i både, der passer til det. Men det er ikke sejladsliv i de traditionelle både og deres "kusiner" i glasfiber som friluftsturaktivitet. Der kan være mange årsager hertil. Jeg har lavet lidt undersøgelser af årsagerne i forbindelse med mit masterstudie i friluftsliv. De hovedårsager der kom frem var:

1. Det er for vedligeholdelsestungt at have både
2. Der er ikke samlinger af både i grejbankerne
3. Der mangler uddannelse til sejladsliv i friluftslivssammenhænge

Det første problem kan imødekommes ved at man bruger for eksempel meginjoller. Meginjoller og andre lignende glasfiberbåde er ret nemme at vedligeholde. Alternativt kan man indgå et samarbejde med et lokalt laug, som i forvejen arbejder med bådene. Der kan måske endda laves sejladslivsaktiviteter sammen med medlemmerne af laugene. Eller blot indgå aftale om at bruge bådene.

Problemet med, at der mangler både i grejbankerne, kan løses grejbankpolitisk. De informanter, jeg interviewede under mine undersøgelser, fortalte, at man skulle bruge flere dage på at samle for eksempel fire både, så højskolens friluftshold kunne komme på sejladstur.

Det går jo ikke i et almindeligt arbejds-/undervisningsskema, at man bruger så meget tid på at køre rundt for at samle grej. Årsagen hertil er, at de fleste grejbanker kun har en meginjolle, hvis de da overhovedet har nogen.

Derfor skal der være både samlet i de lokale grejbanker, hvis sejladsliv skal kunne leve rundt omkring i landet. Her bliver den manglende efterspørgsel på bådene årsag til en problemcirkel, hvor både ikke bliver prioriteret i grejbankerne, og derfor er det bøvlet for dem, som gerne vil sejle. Så giver de op, og så har vi problemcirklen, hvor båden glider ud af årsplanen på de forskellige skoler og institutioner, friluftslivsgrupper med videre.

Der er imidlertid få bådsamlinger i landet. Vi har vores bådsamling midt i landet ved Gamborg Fjord. Vikingeskibsmuseet i Roskilde har både, og der er nogle stykker på Strynø ved smukkecenteret. Hvordan man kan



komme til at anvende bådene de pågældende steder, ved jeg ikke specifikt, men man kan henvende sig direkte.

Hos os tager man blot kontakt og aftaler, hvor mange både der skal ligge klar, hvor mange vejlederdage, der eventuelt skal bookes, og hvilke andre grejer man er interesseret i at have adgang til. Uddannelsesmanglen er også en af de årsager, vi kan sætte ind i den førnævnte problemcirkel. Når der sker ulykker - vi refererer ofte til Præstø-ulykken, men der har været andre hændelser før den - kommer diskussionen om uddannelse ofte op.

Gennem mange år har vi klaret uddannelsesproblematikken i dansk friluftsliv gennem dannelsen af samråd. Foreningen Dansk Friluftsliv har således været fødselshjælper for Kanosamrådet, Havkajaksamrådet og Klatresamrådet.

Vi fik imidlertid aldrig dannet et sejladssamråd. Det var ikke, fordi vi ikke prøvede. I min tid som formand forsøgte jeg at tage fat i forskellige aktører, som brugte bådene til formidling og friluftsliv.

Dog var det sådan dengang, at man lavede lokale aftaler med Søfartsstyrelsen om sine sejladslivsaktiviteter. Det stod klart, at man ikke var interesseret i et arbejde, hvor man risikerede at skulle leve op til nogle eventuelt nye landsdækkende krav. Grunden hertil var helt åbenlyst, at de officielle/landsdækkende regler var ikkeeksisterende med

undtagelse af et regelsæt, som var målrettet vikingeskibene. Derfor var reglerne reelt umulige at følge. Og så kom Præstø-ulykken.

Efter den stod det klart, at der skulle laves et arbejde omkring sejladslivsaktiviteter i de mindre fartøjer. Pludselig var det muligt at forholde sig til landsdækkende regler - også for os, der arbejder med sejladsliv i brugsbådene.

Sejladssamrådet og uddannelse i sejladsliv

For år tilbage lykkedes det endelig at etablere et sejladssamråd. Samrådets arbejde kan man læse mere om i en anden artikel her i bladet og på samrådets hjemmeside.

Jeg skal blot her nævne,

at vi har udarbejdet forskellige niveauer, som man kan uddanne sig efter. Således er der p.t. mulighed for at uddanne sig til kystvejleder, og der er mulighed for at uddanne sig i forbindelse med friluftsvvejlederuddannelsen ved Skovskolen under Københavns Universitet. Friluftsvvejlederne får på deres introforløb i basisfriluftsliv kendskab til sejladsliv. De kommer til Gamborg Fjord, hvor vi sejler ud i bæltet og laver lejrliv, og hvad der dertil hører.

Speciale i kystfriluftsliv

Som noget ganske nyt kan man tage speciale i kystfriluftsliv som et modul på friluftsvvejlederuddannelsen ved Skovskolen. På dette speciale kommer man bredt rundt om friluftslivet ved de danske kyster, og båden er det centrale turrejskab. Undervejs i specialet kan man nå at uddanne sig efter Sejladssamrådets niveauer. Man kan læse mere om dette speciale på Skovskolens hjemmeside.

Fremtiden ser lys ud for det sejllende kystfriluftsliv

Vi har et rigtigt godt afsæt for at få båden og den økokulturelle arv, den repræsenterer, tilbage i det danske friluftsliv.

Kysten er et sted i den danske natur, hvor vi har allemandsret og frihed til at færdes. Vi har stærke rødder i traditionerne omkring brugen af kysten og bådene, Vi har fået skabt et uddannelsessystem, som ledere, myndigheder, forsikringsselskaber og andre kan forholde sig til og bruge, når de skal sikre sig, at man kan blive forsvarligt uddannet.

Sejladsliv er kommet tilbage på friluftsvvejlederuddannelsen, så flere kommende vejledere får kendskab til de utrolig mange muligheder, de traditionelle og lignende både byder på. Alt sammen eksempler på et godt fundament for, at båden for alvor kan komme tilbage i dansk friluftsliv.

Jeg har i skrivende stund lavet en aftale med UCL Erhvervsakademi og Professionshøjskole om, at deres friluftsvvejlederstuderende også skal i bådene på Lillebælt i det kommende forår.

Båden har været en vigtig del af Danmark i mere end 1500 år. Lad os håbe, at den bliver ved

med at være en central del af livet ved kysten lige så længe endnu.

Jeg er således forventningsfuld i forhold til, at vi kan få endnu flere glade mennesker ud i bådene i de kommende år.

God vind.

Mads Brodersen er formand for Sejladssamrådet og indehaver af Vends Motorik og Naturskole.



Fotos: Vends Motorik- og Naturskole

Om Kystvejleder-uddannelsen

Af Jakob Haahr

Kystvejlederuddannelsen er en uddannelse i sejlsads, friluftsliv og kystkultur, der udbydes af Vikingeskibsmuseet og foregår over en sæson. Uddannelsen er en efter- og videreuddannelse, der starter omkring 1. april. Uddannelsen består af seks kursusgange af 3-4 dages varighed samt et praktikmodul på 5 dage. I alt er der 27 uddannelsesdage. Dertil kommer tid til træning på egen hånd, læsning af litteratur med videre.

Kystvejlederuddannelsen blev etableret for 3-4 år siden med det formål at uddanne kompetente vejledere i sejlsads og kystfriluftsliv. Det er typisk lærere, bådbyggere, naturvejledere og pædagoger, der søger ind på uddannelsen, men folk der bare har kystfriluftsliv som interesse er også velkomne.

Ideen bag uddannelsen er at uddanne kystvejledere til at arbejde på blandt andet højskoler, efterskoler, naturskoler, museer og socialpædagogiske institutioner. Der er nu uddannet tre hold fra Vikingeskibsmuseet, og en del af de nyuddannede kystvejledere har fundet arbejde på eksempelvis Kystliv Holbæk, Vikingeskibsmuseet eller Hal 16 i Helsingør. Andre er gået tilbage til de institutioner, de kommer fra, hvor de nu benytter sig af deres nyerhvervede kompetencer.

Uddannelsen henvender sig til alle, der har lyst til at uddanne sig til vejledere i sejlsads- og kystfriluftsliv.

Kurserne i 2024 afholdes fra april 2024 til september 2024. Imellem hvert kursus skal de studerende styrke egne færdigheder igennem at tage på tur på egen hånd og desuden tilegne sig teori.

Efter bestået kursusforløb har vejlederen kompetence til at undervise i sejlsads- og kystfriluftsliv på højskoler, efterskoler, museer, pædagogiske institutioner m.v.

Kurserne foregår primært fra Vikingeskibsmuseet i Roskilde. Et kursus foregår på Strynø. Friluftslivet og kystkulturen er et vigtigt omdrejningspunkt for kurserne. Derfor vil der på kurserne være både sejlsads og overnatning ude i telt.

Uddannelsesforløbet skal give kursisten formelle og reelle sejl- og formidlingskompetencer. Består kursisten hele forløbet,

bliver kursisten både bådfører, instruktør og vejleder i sejlsads- og kystfriluftsliv.

Ud over deltagelse på kurserne og praktikdagene skal der indregnes minimum 7-9 dage til færdighedstræning på egen hånd. Der er adgang til at benytte udvalgte både i Vikingeskibsmuseets bådsamling til dette forløb.

KURSERNE PÅ KYSTVEJLEDERUDDANNELSEN

Den klinkbyggede åbne båd – tradition, brug og vedligehold (tre dage)

Der er fokus på basal kystformidling, herunder roning i skærmet farvand, fiskeri og tilberedning af mad med udgangspunkt i kystnære råvarer. Kurset giver en basal indføring i at håndtere, forstå og formidle de klinkbyggede både. På kurset arbejdes der med vedligehold, småreparationer, knob og knuder, tovværk, reblære, navn og benævnelser, rigning af båd og materialeforståelse. Der gives med afsæt i museets bådsamling en basal indsigt i den klinkbyggede båd og dens kulturhistorie. Der er desuden fokus på adgangsforhold, friluftsliv og grundlæggende kystformidling.

Bådførerkursus (fire dage)

Der gives en grundlæggende oplæring i brug af mindre traditionsbåde med sprydsejl. Der er fokus på sejlsads, navigation samt sikkerhed på kysten. Kurset afsluttes med den praktiske duelighedsprøve, der vurderes af en ekstern censor.

Ved bestået kursus har bådføreren kendskab til grundlæggende sejlteknikker, kendskab til forskellige rig-typer, fartøjskendskab og kendskab til et fritidsfartøjs maskineri.

Instruktør (fire + fire dage)

En instruktør er en habil sejler, der har et udvidet færdigheds- og erfaringsniveau. Instruktøren har kompetence til at undervise på Sejladsrådets roerniveau og arbejde med sejlsadsoplæring for bådføreraspiranter fra et fartøj.

På kurset sejles der i traditionsbåde med sprydsejl. Der lægges vægt på roning, sejlsads, navigation og sikkerhed på kysten. Det undervises også i emner som kystkultur og kystnatur

samt i pædagogik, der har relation til kursusforløbet. Kursisten bliver uddannet til at formidle basal kystformidling, herunder roning i skærmet farvand, tilberedning af mad knyttet til kysten herunder kultur- og naturtemaer.

På kurset arbejdes der med sikkerhedshåndtering og sikkerhedsinstrukser. Der undervises også i emner som kystkultur, kystnatur og pædagogik, der har relevans for formidling af kystkultur, friluftsliv og sejlsads.

Kurset indeholder også et 8 timers førstehjælpskursus.

Instruktørmodulerne har friluftslivet og turen som omdrejningspunkt og foregår som regel i Roskilde Fjord og på Strynø.

Vejleder (fire + tre dage + fem dages praktik)

På kurset arbejdes der frem mod at blive vejleder i sejlsads- og kystfriluftsliv med sprydsejlsriggede og råsejlsriggede både. Aspiranten skal under vejledning planlægge et formidlingsforløb med en ekstern gruppe. Kurset har også fokus på navigation, søkort og søvejsregler.

Sikkerhed spiller en central rolle på kurset, og der arbejdes med ”mand over bord” og kæntringsøvelser samt forskellige sikkerhedscases. På kurset bliver der trænet i at organisere og kommunikere mellem flere både på vandet, og der arbejdes bl.a. med flotillesejlsads. Niveauet indeholder også et STCW-søsikkerhedskursus, ligesom der ligger en ekskursion til Kystliv i Holbæk.

Der er fokus på formidlingsteknikker i forbindelse med sejlsads-, friluftsliv-, kultur- og naturvejledning.

Som en del af forløbet er der fem dages praktik på Vikingeskibsmuseet. De studerende fungerer som gaster på råsejlsbåde, der sejler med turister og skoleelever, eller de fungerer som bådførere i forbindelse med en friluftslivstur for en ekstern gruppe. De studerende får i løbet af praktikperioden gasteerfaring, roergængererfaring, sejlsadserfaring og pædagogisk erfaring. Der gives tilbagemelding til de studerende på deres færdigheder og formidling undervejs.

Efter bestået kursusforløb og tilegnelse af praktisk og pædagogisk erfaring har vejlederen opnået erfaringsniveau til at tage flere både med på vandet med op til 12 personer.

Vejlederen kan undervise og oplære bådfører- og instruktøraspiranter til sejlsadsformidling.

Vejlederen kan fungere som turleder og underviser på ture i krævende og åbent vand under hensyntagen til natur, miljø og regler for færdsel. Vejlederen kan desuden udøve natur- og kulturformidling og formidle den nære historie omkring båd og kystliv.

Uddannelsesdage i 2024 (27 dage)

- 1) Den klinkbyggede åbne båd – fredag d. 5. april til søndag d. 7. april 2024
- 2) Bådførerkursus – Torsdag d. 25. april til søndag d. 28. april 2024
- 3) Instruktørkursus 1 – Torsdag d. 9. maj. til søndag d. 12. maj 2024
- 4) Instruktør 2 – torsdag d. 13. juni til søndag d. 16. juni 2024
- 5) Vejleder 1 - Praktikforløb, sommer. Fem dages sammenhængende praktiksejlsads fra Vikingeskibsmuseet eller anden godkendt institution (i en af ugerne 28-32)
- 6) Vejleder i sejlsads og kystfriluftsliv 2 – Torsdag d. 22. til søndag d. 25. august 2024
- 7) Vejleder i sejlsads og kystfriluftsliv 3 – fredag d. 20. september til søndag d. 22. september 2024

Pris

Hele uddannelsesforløbet: 34.700 (uddannelsen er fritaget for moms)

Såfremt der er plads, er det også muligt fra 1. februar 2024 at tilmelde sig til de enkelte moduler

Læs mere

Kystvejlederuddannelsen bygger på Sejladsrådets retningslinjer. Sejlsadsniveauerne er beskrevet på *sejlsadssamraadet.dk*

Det blå friluftsliv kan bidrage til øget havforståelse

Øget forståelse for havet er en forudsætning for at forbedre havmiljøet. Det blå friluftsliv udspiller sig ved havet og kysterne og har et stort potentiale for at bidrage til større 'Ocean Literacy' – altså havforståelse.

Af Berit C. Kaae

Det blå friluftsliv er meget udbredt i Danmark, og et rent havmiljø er en vigtig forudsætning for mange af disse friluftslivsaktiviteter. Men der er også mange problemer tilknyttet havet.

Denne artikel handler derfor om friluftsliv og havforståelse (på engelsk Ocean Literacy) – om hvorfor det er vigtigt, at vi har viden om og engagement i havet og havmiljøet, om hvordan større havforståelse indgår i internationale agendaer, og om hvordan du som friluftslivsudøver kan få mere viden, engagere dig og bidrage til konkrete handlinger, som styrker havet og dermed dine blå friluftslivsmomgivelser.

Det blå friluftsliv er omfattende i Danmark

Danmarks 8.750 kilometer kystlinje og kystnære havområder er vigtige områder for friluftslivet. Som input til havplanlægningen har Københavns Universitet undersøgt og kortlagt det vandorienterede friluftsliv.

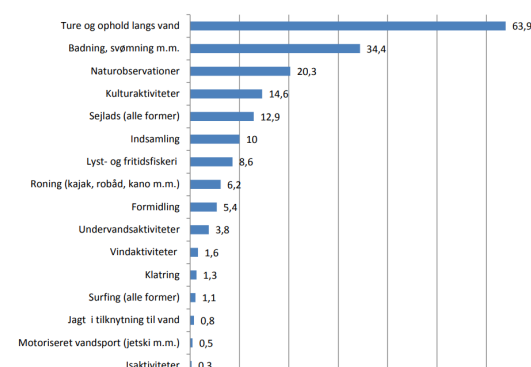
Datagrundlaget består af en repræsentativ undersøgelse af den voksne befolkning fra 18 til 80 år med 10.291 respondenter. Dette er kombineret med en crowdsourced undersøgelse af friluftslivsudøvere i cirka 750 forskellige 'blå' klubber og foreninger og trianguleret med AIS-data for fritidsfartøjer. For uddybende metodebeskrivelser se Kaae et al. (2018) og Andersen et al. (2020b).

Resultaterne viser, at mere end tre fjerdedele af befolkningen (77,6 procent) årligt deltager i en eller flere vandorienterede friluftslivsaktiviteter i Danmark, 10 procent har kun deltaget i landorienterede friluftslivsaktiviteter, mens 12,4 procent ikke har dyrket nogen form for friluftsliv i Danmark inden for det seneste år.

Deltagelsen i 92 forskellige vandorienterede friluftslivsaktiviteter er samlet i 16 hovedgrupper, og som det ses på figur 1, er ture og ophold i tilknytning til vand den største aktivitet (64 procent) efterfulgt af badning/svømning (34,4 procent), naturobservationer (20,4 procent) og vandorienterede kulturaktiviteter (14,6 procent) (for eksempel havnefester,

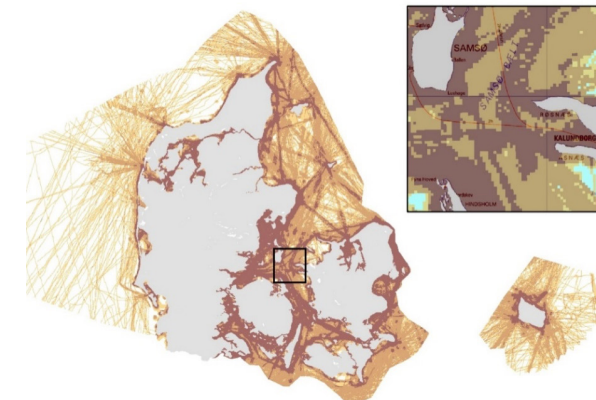
bådfestivals, sankthansbål ved vand med mere).

Den femtestørste aktivitet er sejlsads (12,9 procent), indsamling i relation til vand (10 procent), lyst- og fritidsfiskeri (9 procent), roning (6,2 procent), formidlingsaktiviteter (5,4 procent), undervandsaktiviteter (3,6 procent), vindaktiviteter (1,6 procent) (for eksempel paragliding/hanggliding, kitebuggy, kitesejlsads, flyvning med drager med mere). Windsurfing og kitesurfing hører delvis til denne gruppe, men er placeret i hovedkategorien surfing (1,1 procent). Andre meget små aktiviteter er klatring på kystklipper/kystskrænter (1,3 procent), vandorienteret jagt (0,9 procent), motoriseret vandsport (0,5 procent) og isaktiviteter (0,3 procent).



Figur 1: Andelen (procent) af den voksne befolkning, som inden for det seneste år har deltaget i vandorienterede friluftslivsaktiviteter i Danmark. (Kilde: Kaae et al. 2018).

Kortlægningen (figur 2) viser, at kyst- og havfriluftslivet især foregår i de kystnære områder og indre danske farvande, men at der er en del sejlsads i de fleste farvande. Kortet viser intensiteten af friluftsliv opgjort i 500 x 500 m celler baseret på data fra de to kortlægninger og trianguleret med AIS-data for lystfartøjer. Som det ses i det mindre udsnit kan data skaleres.



DATA INPUT :

Crowdsourced data (kernel density)
577 kortlagte ruter
7314 kortlagte steder
Panel survey data (kernel density)
1411 kortlagte ruter
6894 kortlagte steder
AIS fritidsbåde (aggregeret to 500m)

Figur 2: intensiteten af friluftsliv opgjort i 500 x 500 m celler baseret på data fra to nationale PPGIS kortlægninger og trianguleret med AIS-data for lystfartøjer. Aggregeringen og trianguleringen af data er foregået ved at lave 3 relative kort fra hver datakilde udtrykt som kvantilfordeling (3 kvantiler), som derefter blev aggregeret til et enkelt reklassificeret resultat kort udtrykt i 3 normaliseret klasser: høj, mellem og lav. På kortet har områder med høj intensitet den mørkeste farve. Udsnit viser data i nærheden af Samsø som eksempel.

Havmiljøet er i krise

Selv om havet er blåt og indbydende for mange forskellige friluftslivsaktiviteter, har havmiljøet det skidt, og der er kun få steder med god økologisk tilstand i de danske havområder (Andersen et al. 2020a).

Påvirkningerne kommer især fra næringsstofudledninger, kommercielt fiskeri, forurening, klimaforandringer og støj og energianlæg, mens en relativ lille påvirkning på havmiljøet kommer fra friluftslivsaktiviteter herunder jagt og fiskeri. Analyser viser, at de nuværende initiativer er utilstrækkelige til at løse problemerne (Andersen et al 2023).

Havplanlægningen

Der er mange interesser i havet, og EU besluttede derfor i 2014, at alle medlemslande skulle udarbejde en havplan, som skal samordne og afveje disse.

EU's havplandirektiv lægger vægt på, at planen skal etableres ud fra en økosystembaseret tilgang, koordinere sammenhænge mellem land og vand og have borgerinddragelse.

Den danske havplanlægning startede i Miljøministeriet, men blev flyttet til Søfartsstyrelsen i Erhvervsministeriet.

Den danske havplan er blevet en blå vækstplan, der blandt andet har stort fokus på udrulning af havvindmølleparker og andre energitiltag på 30 procent af havterritoriet, som skal bidrage til løsning af energi- og klimakrisen.

Derimod er det først i 2030, at Danmark når op på 30 procent beskyttede havområder, heraf en tredjedel (10 procent) strengt beskyttede havområder. Ingen af de nuværende beskyttede havområder lever op til beskyttelseskriterierne

(Biodiversitetsrådet 2022), og for eksempel må der bundtrawles i mange beskyttede områder.

Friluftsliv og turisme er ifølge den danske havplanlov fra 2016 ikke sektorer, der skal tages med i havplanen, men de kan tages med. Trods protester og indsigelser fra blandt andet friluftslivsorganisationer, kom hverken friluftslivet eller turismen med som andet end nogle skjulte 'servicelag' i havplanen.

Begrænset viden om havet

En undersøgelse af danskernes holdning til det danske havmiljø (MEGAFON A/S for WWF 2022) viser, at det er vigtigt for 96 procent af danskerne, at havnaturen har det godt, og 89 procent er bekymrede for, at den bliver forurenet så meget, at det går ud over dyre- og plantelivet.

Ønsket om en god havnatur skyldes både hensyn til naturen selv og et ønske om at kunne bruge og opholde sig ved havet. Et flertal på 62 procent mener, at vi i Danmark gør for lidt for at passe på vores havnatur. Der er også bred folkelig opbakning (81 procent) til etablering af danske maritime nationalparker i Lillebælt og Øresund.

Undersøgelsen viser imidlertid også en stor mangel på viden om havet, naturtyperne og miljøtilstanden. Danskerne er således bekymrede for havnaturens tilstand, men for en stor gruppe er de dog begrænsede af deres manglende viden på området. Næsten halvdelen af danskerne ved ikke, om den fisk, de spiser, er bæredygtigt fanget, men mange ønsker det. Ligeledes viser undersøgelsen, at flertallet mangler viden om erhvervsfiskeri og derfor ikke kan tage stilling til reguleringer som for eksempel forbud mod trawlfiskeri i dele af de danske farvande.

Undersøgelsen konkluderer, at der er et stort potentiale i at øge danskernes viden om de danske farvande og havnaturens tilstand, og når de præsenteres for WWF's konkrete forslag, er der stor opbakning.

Behov for øget havforståelse

Samlet set er der et stort behov for øget forståelse, engagement og handling i forhold til at rette op på havets mange problemer og forbedre miljøtilstanden.

Der har internationalt udviklet sig et forskningsområde omkring 'Ocean Literacy', der på dansk kan kaldes 'havforståelse'.

Begrebet defineres meget bredt som "havets indflydelse på os og vores indflydelse på havet" (UNESCO 2018). Begrebet 'Ocean Literacy' opstod i USA omkring år 2000 inden for undervisning og har siden spredt sig rundt i verden.

Brennan et al. (2019) udvidede den oprindelige uddannelsesbaserede opfattelse af Ocean Literacy ved at foreslå seks dimensioner af Ocean Literacy: opmærksomhed, viden, attitude, kommunikation, adfærd og aktivisme.

McKinley & Burdon (2023) har efterfølgende tilføjet yderligere fire dimensioner: tilgængelighed og oplevelser, troværdighed og transparens, følelser samt tilpasningskapacitet.

Ocean Literacy er et komplekst begreb og inddrager forskellige begreber og teorier. Essensen er dog, at Ocean Literacy ikke kun drejer sig om viden, men også om holdninger og engagement samt om, hvordan det kan omsættes til handlinger, det vil lidt forsimplet sige både hoved (kognition), hjerte (emotion) og hånd (handling).

Ocean Literacy er efterhånden ret udbredt rundt om i verden og i international arbejde, hvor der er udviklet diverse håndbøger og guidelines med mere.

Internationale initiativer

Havet spiller en fundamentalt vigtig rolle for klodens økosystemer. Hver anden vejtrækning vi tager, er ilt, som kommer fra havet. Havmiljøet er under stort pres ikke kun i Danmark, men rundt om i verden. Perioden 2021-2030 er derfor af De Forenede Nationer (FN) erklæret som FN's Tiår for havet (UN Decade of the Ocean).

EU har etableret en Mission Ocean, der skal styrke havmiljøet gennem forskellige initiativer. Mission Ocean ser det blandt andet som et vigtigt virkemiddel at mobilisere borgere og engagere dem i forandringsprocesserne gennem borgerinddragelse, social innovation, citizen science og opmærksomhedskampagner med mere.

Mission Ocean vil blandt andet støtte uddannelse og træningsaktiviteter, lancere citizen science-kampagner i samarbejde med medlemsstaterne og bygge videre på og styrke EU's arbejde med Ocean Literacy. Også kultur, medier og kunst vil blive inddraget i at styrke folks tilknytning til og engagement i havet (European Commission, 2021). Der er i Danmark etableret en Ocean Mission Hub i regi af Undervisnings- og Forskningsministeriet, som blandt andet skal se på nye former for governance, samarbejder og borgerengagement.

Der er i foråret 2023 i regi af DMI etableret Den danske, grønlandske og færøske komité for FN's Tiår for havet, som skal transformere de internationale målsætninger fra FN's Tiår for havet til nationale niveauer.

Her er nedsat 9 arbejdsgrupper, hvoraf to har fokus på de menneskelige dimensioner som Ocean Governance (Arbejdsgruppe 1) og Ocean Literacy (Arbejdsgruppe 2). Der bliver lagt op til samarbejde mellem de to internationale initiativer.

Mål for Ocean Literacy

Internationalt foregår der en del omkring Ocean Literacy. Intergovernmental Oceanographic Commission (IOC) og UNESCO (2021) har etableret et *Ocean Literacy Framework for the UN Decade of Ocean Science for Sustainable development 2021–2030*, der har som mål at integrere Ocean Literacy bredt i samfundet inden for fire fokusområder: De formelle uddannelser/ læringsmiljøer, befolkningen/lokalsamfund, erhvervslivet og politikområdet.

Der opstilles ambitiøse mål inden for hvert af disse områder, som gerne skal nås inden 2030 og præsentere

en række handlingsmuligheder. Ligeledes er der redskaber og netværksaktiviteter for Ocean Literacy herunder blandt andet: Ocean Literacy Toolkit for Educators, Ocean Literacy Portal, Social Hub of Ocean Action and Literacy (SHOAL) og Ocean Literacy træningskurser (Santoro et al., 2017). IOC-UNESCO programmet lægger blandt andet op til at

være inkubator for lokale og nationale Ocean Literacy-netværk, og giver en række muligheder for videnoverførsel og sparring med udenlandske eksperter og netværk, der arbejder med forskning i Ocean Literacy.

Forandringsprocesser

Den eksisterende praksis i planlægning og forvaltning af havet påvirkes oppefra af for eksempel internationale forpligtigelser fra EU, FN med flere, som videreføres af regeringen og tilhørende institutioner. Det er her internationale mål som for eksempel målet om 30 procent beskyttet natur (heraf en tredjedel strengt beskyttet natur) presser Danmark til at øge fokus på natur- og biodiversitetsbeskyttelse inden 2030 – både på land og vand.

Samtidig er der nedefra et voksende pres på praksis fra NGO'er og borgere, der i stigende grad søger at få indflydelse på beslutninger og prioriteringer omkring havet. Der er mange både nye og mere etablerede NGO'er, der har øget fokus på havet.

Ligeledes er det nyligt afholdte Havets Folkemøde i Køge den 9. september 2023 et fint eksempel på mobilisering ved at samle mange forskellige deltagere, debattører og kommuner om et fælles mål om øget beskyttelse og genopretning af havmiljøet.

Initiativer, der understøtter havforståelse

Der foregår en række forskellige tiltag, som søger at øge folks forståelse af havet, og projektet 'Forstå det Blå' søger at skabe et overblik.

Inden for de fire målgrupper er der mange initiativer til øget viden og forståelse af havet rettet mod de formelle læringsmiljøer (skoler, gymnasier, børnehaver), og flere platforme har samlet omfattende læringsmaterialer, aktiviteter, film med mere om havet (for eksempel Havet i Skolen – nu under Skoven i Skolen-platformen, Skoletjenesten, forskellige nationalpark platforme med mere). Ligeledes er der gennem projekter som 'Hoved i Havet' etableret en række læringstilbud på skibe, arrangementer med mere, som gennem de seneste seks år er nået ud til over 100.000 skolebørn, men efter projektets afslutning skal initiativerne nu finde ny finansiering.

Offentligheden kan især få viden om havet gennem besøg på akvarier og lignenende formidlingscentre, hvoraf nogle tilbyder guidede rundvisninger og hands-on aktiviteter. Enkelte steder kan snorkeldykkere og dykkere benytte undervandsstier med formidling eller besøge formidlingsstienrev. NGO'er arrangerer ligeledes affaldsindsamlinger på strande og andre engagerende aktiviteter for offentligheden.

Projektet Blå Oplevelser er i gang med at samle og tilgængeliggøre de havorienterede oplevelser rundt i landet for danske og udenlandske turister. Der er over 100 turbåde i Danmark, som tager folk med på forskellige ture, men kun en mindre del har guidning ombord (for eksempel de forskellige dyreobservationsture), men der er potentiale for at styrke havformidlingen også på de øvrige bådture.

Initiativer rettet mod øget havforståelse i erhvervslivet er mindre udbredte, men for eksempel har Ørsted samarbejde med WWF Verdensnaturfonden om udvikling og test af forskellige typer af huledannende rev i forbindelse med havvindmøller. Kattegatcenteret har i samarbejde med WWF Verdensnaturfonden og H&M opdrættet sømrokker, som er udsat i Kattegat.

Det politiske niveau er som nævnt påvirket oppefra

af krav fra EU med flere omkring forbedringer af havmiljøet og udpegning af beskyttede havområder. Ligeledes har konkrete problemer som PFAS, udledninger af miljøskadelige stoffer fra norsk spildevand samt 70 timers videooptagelser fra Vejle Fjord med kun en enkelt fisk synliggjort en række problemer som nødvendiggør politiske tiltag.

En række NGO'er (for eksempel Verdensnaturfonden og Danmarks Naturfredningsforening) og Havets Folkemøde søger at øge politikernes havforståelse og sætte havet på dagsordenen. I forhold til havforståelse lægger IOC-UNESCO især op til, at undervisningspolitikken i højere grad inddrager havforståelse i læreplanerne.

Friluftslivet

Over trefjerdedele af befolkningen deltager i vandorienteret friluftsliv i en bred vifte af organiserede og selvorganiserede friluftsaktiviteter. Friluftslivsudøvere indgår i mange af ovennævnte målgrupper, men det organiserede friluftsliv kan betragtes som en undergruppe af offentligheden, der gennem medlemskab har sine egne faciliteter og aktiviteter tilknyttet havet.

Nogle grupper som for eksempel Havhøsts medlemmer i havhaverne rundt om i landet har stort fokus på havmiljøet og havformidling, flere sejlerorganisationer har etableret formidlingsbøjer, der skåner havbunden for opankring og formidler viden om området. Nogle blå klubber arrangerer affaldsindsamling og andre tiltag til forbedring af havmiljøet, og nogle enkeltindivider har grundlagt nye NGO'er, som søger at forbedre havmiljøet m.m.

De blå klubmiljøer er oplagte steder til at styrke havforståelsen og gøre havforbedrende tiltag til fælles mål frem for individuelle.

En mulighed er, at klubber øger samarbejdet med lokale NGO'er og/eller formidlingsinstitutioner om øget viden og konkrete tiltag i lokalområdet. Et andet redskab kunne være det 'Sport for Nature Framework' under United Nations Environment Programme (2022), som blev underskrevet af en række sport-organisationer på Kunming-Montreal biodiversitetskonferencen i 2022. Det skal hjælpe sports- og friluftslivsorganisationer med at forstå deres interaktion med naturen og engagere dem i handlinger, der reducerer negative påvirkninger, så de aktivt kan bidrage til en positiv balance med naturen. Det handler om:

- 1) at beskytte naturen og undgå at skade naturlige levesteder og arter
- 2) at restaurere og forbedre naturen
- 3) at integrere natur i organisationens drift og forsyningskæder med videre
- 4) at inspirere til positive adfærdsændringer. Frameworket vil give klare mål for de deltagende organisationer, og de skal måle og indrapportere deres fremskridt.

Konklusion

Mange deltager i vandorienterede friluftsaktiviteter og er afhængige af et rent havmiljø. Men havet er i dårlig økologisk tilstand, og internationale agendaer forsøger at støtte initiativer, der forbedrer det. Befolkningens viden om havet er begrænset, og forskellige projekter og NGO'er med flere forsøger at etablere initiativer til havforbedringer.

Der er imidlertid et stort behov for øget havforståelse, der styrker vores viden, engagement og konkrete handle-

muligheder til forbedringer af havmiljøet. Her kan også friluftslivet spille en vigtig rolle med at øge klubbernes viden, engagement og bidrag til konkrete handlinger, som styrker havmiljøet og forbedrer de blå friluftslivsoplevelser.

Berit C. Kaae er seniorforsker ved Institut for Geovidenskab og Naturforvaltning på Københavns Universitet

KILDER

Andersen, Jesper H., Ziad Al-Hamdani, Jacob Carstensen, Karen Edelvang, Josefine Egekvist, Berit C. Kaae, Kathrine J. Hammer, Eva Therese Harvey, Jørgen O. Leth, Will McClintock, Ciara'n Murray, Anton S. Olafsson, Jeppe Olsen, Signe Sveegaard & Jacob Tougaard (2023) Are European Blue Economy ambitions in conflict with European environmental visions? Ambio. Link: <https://doi.org/10.1007/s13280-023-01896-3>

Andersen, J.H., J. Bendtsen, K. Hammer, E.T. Harvey, S.W. Knudsen, C. Murray, J. Carstensen, I.K. Petersen, J. Tougaard, S. Sveegaard, K. Edelvang, J. Egekvist, J. Olsen, M. Vinther, Z. Al-Hamdani, J.B. Jensen, J.O. Leth, B.C. Kaae, A.S. Olafsson, W. McClintock, C. Burt & D. Yocum (2020a): A data-driven framework for ecosystem-based Maritime Spatial Planning in Danish marine waters. Part I: Results and conclusions from a development and demonstration project. NIVA Denmark Report, 85 pp. Læs hovedrapporten fra ECOMAR-projektet

Andersen, Jesper Harbo; Hammer, Kathrine Jul; Harvey, E. Therese; Knudsen, Steen Wilhelm; Murray, Ciaran Joseph; Carstensen, Jacob; Petersen, Ib Krag; Sveegaard, Signe; Tougaard, Jakob; Edelvang, Karen; Olsen, Jeppe; Vinther, Morten; Al-Hamdani, Ziad; Jensen, Jørn Bo; Leth, Jørgen O; Kaae, Berit C; Olafsson, Anton S. (2020b) Supplementary material to ECOMAR: A data-driven framework for ecosystembased Maritime Spatial Planning in Danish marine waters. NIVA-rapport nr. 7525. Norsk institutt for vannforskning, 289 pp. Læs bilagsrapporten fra ECOMAR-projektet

Biodiversitetsrådet (2022) Fra tab til fremgang – beskyttet natur i Danmark i et internationalt perspektiv. www.biodiversitetsraadet.dk

Brennan, C., Ashley, M., & Molloy, O. (2019). A system dynamics approach to increasing ocean literacy. Frontiers in Marine Science, 6, 452048.

DMI (2023) Den danske, grønlandske og færøske komité for FN's Tiår for havet. Link: www.havetstiaar.dk

European Commission (2021) Mission Ocean Restore our Ocean and Waters by 2030: Implementation Plan.

Folketinget (2023) Aftale mellem regeringen (Socialdemokratiet, Venstre, Moderaterne), Socialistisk Folkeparti, Danmarksdemokraterne, Liberal Alliance, Det Konservative Folkeparti, Enhedslisten, Radikale Venstre, Dansk Folkeparti, Alternativet og Nye Borgerlige om Danmarks Havplan, 7. juni, 2023.

Kaae, B.C., Olafsson, A.S., og Draux, H. (2018) Blåt friluftsliv i Danmark. Frederiksberg: Institut for Geovidenskab og Naturforvaltning, Københavns Universitet. Læs IGN-rapporten Blåt friluftsliv i Danmark

McKinley, E., Burdon D. & Shellock R.J. (2023) The evolution of ocean literacy: A new framework for the United Nations Ocean Decade and beyond. Marine Pollution Bulletin, Volume 186, January 2023, 114467 UNESCO-IOC (2021) Ocean Literacy Framework for the UN Decade of Ocean Science for Sustainable development 2021–2030. Paris, UNESCO. (IOC Ocean Decade Series, 22.)

United Nations Environment Programme (2022) Sports for Nature: Setting a baseline – Handbook. Nairobi, Kenya



Foto: Berit C. Kaae



Foto: Kasper Friis

Efter to gode år med det faste artikeltema *Fremtidens Friluftsliv* og en stor konference med samme navn er tiden inde til at kaste lys på et andet perspektiv, vi mener kan gavne friluftslivsfeltet.

Dansk Friluftslivs formand, Tanya Uhnger Wünsche har nu overtaget roret på vores faste gennemgående artikeltema. Det handler fremadrettet om *Nature Connectedness*, på dansk italesat som naturforbundethed.

Forskningsfeltet *Nature Connectedness* har snart et halv århundrede på bagen og har primært været kendt i Nordamerika og Oceanien, men har i stor grad undgået at få Nordens opmærksomhed. I det seneste lille årti er *Nature Connectedness*-forskningen vokset eksplosivt, og Tanya Uhnger Wünsche har begivet sig ud på en mission for at udbrede kendskabet til begrebet, som rummer svar på så mange af de spørgsmål og udfordringer, vi ofte står i på den danske friluftsscene – både på uddannelser, i vores praksis og på forsknings- og beslutningstagerniveau.

Artiklerne under *Nature Connectedness-hatten* vil som tidligere blive passet ind i den overordnede tematik for Dansk Friluftslivs magasin og altså antage alverdens vinkler på både viden om og brug af naturforbundethedsdidaktik, oplevelsesdesign, evalueringsværktøjer og integrative metoder.

Tanya Uhnger Wünsche er – som både ph.d.-studerende i Childhood *Nature Connectedness* ved Kristianstad University og selvstændig iværksætter for *Nature Connectedness* med NEED FOR NATURE GROUP, der yder oplevelsesfacilitering – en brobygger mellem det akademiske evidensbaserede forskningsfelt og den levede virkelighedspraksis, hvilket vi håber kan bidrage med perspektiver, ideer og viden til alle vores læseseres egen praksis.

I havets favn

En spørgeskemaundersøgelse viser, at havsvømning bidrager til større oplevelse af naturforbundethed

Af Alexia Barrable og Tanya Uhnger Wünsche

Det blå element som kilde til grounding, velvære, fysisk aktivitet, naturbeskyttelseslyst, miljøengagement og naturforbundethed er et felt i fremgang, både hvad angår forskning og bevidst søgte oplevelser. Der er en markant vækst i interessen for "det blå/blue spaces" som en ligeværdig arena og kilde til rekreation og et stigende fokus på vigtigheden af at have et havmiljø i balance.

Fra den rekreative side har mange studier handlet om oplevelser på stranden og ved vandet. For at komme dybere ned i dette "det blå" felt har en forskergruppe på tværs af Grækenland, Skotland og Sverige/Danmark de seneste år gennemført et studie af friluftsudøvere der ikke bare færdes på og ved, men i vandelementet, nemlig mennesker, der svømmer i det.

Studiet "In Nature's Embrace"

I 2021-22 er studiet "In Nature's Embrace: Exploring connection to nature as experienced through wild swimming" gennemført. Studiets formål var at udforske forholdet mellem menneske og natur, graden af *nature connectedness*, som det opleves gennem deltagelse i havsvømning (wild swimming). For at nå forskningsformålet blev følgende forskningsspørgsmål stillet:

1. Do wild swimmers connect to nature in the process of wild swimming, and if so, how does that happen?
2. What are the pathways that facilitate connection to the natural world for people engaging in wild swimming?
3. What are the dimensions of nature connection, as experienced by wild swimmers?

Undersøgelser- og analysemetoder

Studiet blev gennemført som en online-spørgeundersøgelse, hvor 495 havsømmere blev kontaktet gennem onlinefællesskaber på sociale medie-platformer og besvarede undersøgelsens spørgsmål via et kvalitativt åbent spørgeskema bestående af ovenstående forskningsspørgsmål samt en række demografiske spørgsmål. Al data er siden analyseret grundigt med brug af refleksiv tematisk analyse, hvor fund er tematisk kodet igennem en cirkulær iterativ analyseproces, hvor al data er gennemgået

flere gange. Valget af tematisk analyse gav os mulighed for at udforske de veje, hvorigennem respondenterne forbinder sig til den naturlige verden, når de svømmer i havet, udtrykt med deres egne termer og vendinger.

Teoretisk baggrund

Studiet er funderet på teori om både *nature connectedness*, oplevelsesperception og konkrete forskningserfaringer med menneske-natur relationen i forbindelse med det blå friluftsliv. *Nature connectedness* er et vidtrækkende tværfagligt begreb, der ofte beskrives som et affektivt, kognitivt og fysisk menneskeligt forhold til naturen med nogle af følgende udtryk; affinitet, biofili, engagement, økologisk selv, identitet, inklusion, slægtskab og sensitivitet (Chawla, 2020; Richardson & Hamlin, 2019; Nisbet, Zelenski & Murphy, 2009; Mayer og Frantz, 2004; Schultz 2002).

Især det direkte møde med natur er ofte beskrevet som, at gentagne erfaringer med ophold i natur vil støtte et individ til at føle sig forbundet med den naturlige verden. Yderligere er denne oplevede forbundethed med natur ofte beskrevet som en vej til, at mennesket er mere tilbøjeligt til at føle dybt for den og i sidste ende udvise en beskyttende adfærd over for deres naturlige omgivelser (Soga & Gaston, 2022; Chawla, 2020). Sundheds- og miljøhensyn går desuden ofte hånd i hånd og synes at blive forstærket, desto dybere oplevelsen af den naturlige verden er (Martin et al., 2020).

Biophilia-hypotesen, konceptualiseret af Kellert og Wilson i først 1980'erne og siden i 1990'erne, har fokuseret på den grundlæggende menneskelige afhængighed af at have en relation til naturen, langt dybere end på spørgsmålet om menneskets behov for brug af naturen i form af materialer og fødevarer, men omfatter også den menneskelige trang til æstetisk, kognitiv og endda åndelig mening og tilfredshed (Kellert & Wilson, 1993).

Wilson (1984) beskriver menneskers medfødte psykologiske behov for at være i kontakt med en bred vifte af liv og levende organismer. Et nyere fokus på forskning i menneskers forbundethed til vand og de såkaldte "blue spaces" kaldet 'Hydrophilia' er begyndt at vinde frem, og der lægges

stor vægt på både de fysiske og de mentale sundhedsmæssige fordele ved kontakt og relation til sådanne ”blå” landskaber (Foley et al., 2019).

Fordele og effekter ved aktiviteter som vinterbadning, havdyp og havsvømning beskrives ofte som så store, at de direkte bliver til råd for forbedring og opretholdelse af den menneskelige sundhedstilstand og generelle trivsel (Denton & Aranda, 2020; Costello et al., 2019; Foley, 2015), og Juster-Horsfield & Bell (2022) anbefaler sågar, at samfundet arbejder for at sætte ”blå natur” på recept.

Studiets fund

Oplevelsen af fordybelse, perspektivskifte, mødet med den ikke-menneskelige natur, brug af sanser, samt de terapeutiske effekter af havsvømning beskrives af deltagerne som understøttende for deres *nature connectedness*-oplevelse.

De identificerede veje til naturforbundethed oplevet og opnået gennem havsvømning omfattede selvtranscendens, skift i perspektiv, empati, ærefrygt, skønhed og følelsen af at blive støttet og holdt af noget, der var større end individet selv. Desuden identificeredes flere dybdemæssige dimensioner af naturforbundethed i forbindelse med disse identificerede veje. Deruover fremkom yderligere tanker, følelser og behov for øget grad af miljømæssig skånsom adfærd.

Af de knap 500 spørgeskemarespondenter nævnte 72 procent af dem det at opleve *nature connectedness* eller komme tættere på naturen som en stærk motivationsfaktor for enten at optage eller genoptage havsvømning som aktivitet.

Efter en analyse af data fra de 495 ”wildswimmers”, er der fremkommet fem temaer, der har været gennemgående for studiets respondenter oplevede *nature connectedness*. Nedenfor ses de fem fremkomne temaer samt et lille udpluk af fund af oplevelsesbeskrivelser fra den store spørgeunderøgelse:

Experiences of Nature Connectedness	Pathways to Nature Connectedness	Dimensions of Nature Connectedness
Immersion	Self-Transcendence	Being/becoming part of nature
Change of point of view	Shift in perspective	
Encounters with non-human nature	Affective empathy	Compassion with nature
Using the senses	Awe & Beauty	Aesthetic appeal
Therapeutic effects	Being supported/cared for	Kinship (with Mother Nature)

Tema 1: Det transcenderende

Respondenterne taler her om det at blive atomsluttet af det vand, de svømmer i. At blive ’et med havet og opleve noget, de ikke oplever nogen andre steder: *“I feel that being immersed in the sea makes me part of nature in a way that a walk or run doesn’t.”* (kvinde, 45). Ligeledes sammenligner en anden respondent havsvømning-oplevelsen med sine andre friluftsaktiviteter: *“It is more intense than hiking or walking, even barefoot, because [...] nature literally encompasses your body.”* (kvinde, 29).

Tema 2: Perspektivskiftet

Det er tydeligt, at havsvømning bringer respondenterne tættere på naturtypen hav, når de svømmer i, over eller under havoverfladen. Denne fysiske ændring i perspektiv træder tydeligt frem hos en stor andel af respondenterne: *“[I love] seeing things from a lower viewpoint, sounds and smells, weather, different plants blooming each week”* (kvinde, 39) og en bemærker, at hendes udsigt bliver anderledes fra vandspejlet: *“View of the sky and water is so much better from the water.”* (kvinde, 61).

Tema 3: Mødet med andet organisk liv end det menneskelige

Nogen respondenter kobler en klar oplevelse af empati for den omgivende natur til deres besvarelser; *“Swimming with them increases awareness of the need to protect our environment, so I collect litter and support campaigns for cleaner water, awareness of biosecurity and cross contamination.”* (kvinde, 65). Og de er selv bevidste om, hvordan dette fører til en højere bevidsthed og en naturbeskyttelsestrang, som de selv kan føre ud i livet; *“You are a visitor in their world, so you stay quiet. I feel happy when they let me share their space. I respect the environment I swim in and try and look after it and them [the wildlife].”* (mand, 51)

Tema 4: Brugen af sanser

Ordet ”skønhed” fremkommer et væld af gange i spørgeskemasvarene og er ofte sat i sammenhæng med det at sanse gennem synet: *“My senses seem to tune in more to the sounds and I appreciate the beauty of what’s around me.”* (kvinde, 53). Det at sanse natur, bevidst eller ubevidst, er en beskrevet vej til nature connectedness for en meget stor andel af studiets respondenter; *“Totally ... it is my intention each time I go. To connect with nature and soak in the beauty and power of it all.”* (kvinde, 52).

Tema 5: Terapeutiske effekter

Udover de fysisk aktive oplevelsesbeskrivelser nævner nogle respondenter ligeledes en oplevet lettelse i stressniveau efter de har dyrket havsvømning. En kvinde beskriver følelsen som at blive båret, støttet, hvilket i forskningslitteraturen ofte forbindes med mødet med en Moder Jord; *“I feel peaceful. The stress is washed away. I feel connected back to the mother.”* (kvinde, 57), mens en anden udtrykker det således: *“It helps my mental wellbeing”* (kvinde, 33).

Derudover beskrives en række af de temaer kategoriseret under ”Experiences of Nature Connectedness” som oplevelser, der fremmer respondenternes lyst til både naturbeskyttelse, arbejde for vilde, eventuelt truede dyrearter samt engagement i forvaltning og beskyttelse af landskabsmæssige værdier.

Havsvømning har altså vist sig som en unik måde at forbinde sig til den naturlige verden på, og nærværende studie har bidraget til de allerede kendte veje til oplevet *nature connectedness* med et særligt perspektiv fra det blå friluftselement.

Håbet er, at studiets forskningspørgsmål, forskningsdesign, og fund via dets længere videnskabelige publikation kan benyttes af både praktikere og forskere, der ser på stigende potentiale for natur-menneske-relationen.

Perspektiver på Nature Connectedness og havet som naturtype

Nature Connectedness eller det dybe mentale bånd mellem menneske og natur har længe været genstand for fascination og forskning.

Mange mennesker søger at genoprette forbindelsen til naturen i en travl og teknologisk præget verden, og for nogle svømmere har havet vist sig at være den ultimative kilde til denne oplevelse af forbundethed.

Havsvømning som en aktivitet eller praksis kan dateres århundreder tilbage, men har nu igen vundet ny popularitet som en måde at (re)etablere og forstærke vores oplevelse af naturforbundethed.

For mange havsvømmere bliver hver svømmetur til en form for meditativ oplevelse. Når de glider gennem vandet, er de ét med havet og dets økosystem. De oplever det maritime liv omkring dem, fra farverige fisk til svajende tang. Denne fordybelse i naturen har en unik indvirkning på vores mentale og følelsesmæssige velvære, og netop derfor er følelse af ro og harmoni under og efter havsvømning hyppigt beskrevne oplevelser.

Havsvømning kan altså være en kraftfuld måde for friluftsudøvere at fordybe sig i naturen på og skabe en stærkere forbindelse til de naturlige omgivelser omkring os. Havsvømning kan gavne både sindet og sjælen, samtidig med at det fremmer en dybere forståelse og værdsættelse af vores vand- og kystmiljø.

For at fremme havsvømnings potentiale for øget *nature connectedness* oplevelse blandt danske friluftsudøvere er det dog vigtigt også at tilskynde til ansvarlig adfærd i forhold til havmiljøet. Dette kan inkludere at opfordre til affaldsindsamling, undgåelse af skadelige kemikalier i udstyr og sæsonbaseret respekt omkring dyrelivet i området.

I Danmark har vi det privilegium at have adgang til en rig og varieret kystlinje, fyldt med smukke strande, bugter og havområder, der er yderst velegnet til havsvømning og den beskrevne mentale velværeoplevelse. Men måske skulle vi også i højere grad begynde at indtænke det blå friluftsliv og oplevelsen af at være en del af og indhyllet i vores ”blue spaces” som en fast del af vores friluftsformidlingsrepertoire på rejsen mod en bæredygtig omstilling?

OM ARTIKLEN
Nærværende artikel er en praksisrettet beskrivelse af et studie, som vi - Alexia Barrable, Skotland, Anna K. Touloumakos, Grækenland, og Tanya Uhnger Wünsche, Danmark - har gennemført på en stor international population af havsvømmere (wild swimmers). Forskningsartiklen, som denne artikel er baseret på, er accepteret hos Journal of Ecopsychology, der er et internationalt videnskabeligt økopsykologisk tidsskrift og publiceres inden længe.



Foto: Tanya Uhnger Wünsche



Foto: Todd Quackenbush

REFERENCER

Chawla, L. (2020). Childhood nature connection and constructive hope: A review of research on connecting with nature and coping with environmental loss. *People and Nature*, 2(3), 619- 642.

Costello, L., McDermott, M. L., Patel, P., & Dare, J. (2019). ‘A lot better than medicine’-Self-organised ocean swimming groups as facilitators for healthy ageing. *Health & Place*, 60, 102212.

Denton, H. & Aranda, K. (2020) The wellbeing benefits of sea swimming. Is it time to revisit the sea cure?, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 12 (5), 647-663, DOI: 10.1080/2159676X.2019.1649714
Foley, R. (2015). Swimming in Ireland: Immersions in therapeutic blue space. *Health & Place*, 35, 218-225.

Foley, R., Kearns, R., Kistemann, T., & Wheeler, B. (Eds.). (2019). *Blue space, health and wellbeing: Hydrophilia unbounded*. Routledge.

Juster-Horsfield, H. H. & Bell, S. L. (2022) Supporting ‘blue care’ through outdoor water-based activities: practitioner perspectives, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 14 (1), 137-150, DOI: 10.1080/2159676X.2021.1879921

Kellert, S. R., & Wilson, E. O. (Eds.). (1993). *The biophilia hypothesis*. Island press.

Martin, L., White, M. P., Hunt, A., Richardson, M., Pahl, S., & Burt, J. (2020). Nature contact, nature connectedness and associations with health, wellbeing and pro-environmental behaviors. *Journal of Environmental Psychology*, 68, 101389.

Mayer, F. S., & Frantz, C. M. (2004). The connectedness to nature scale: A measure of individuals’ feeling in community with nature. *Journal of environmental psychology*, 24(4), 503-515.

Nisbet, E. K., Zelenski, J. M., & Murphy, S. A. (2009). The nature relatedness scale: Linking individuals’ connection with nature to environmental concern and behavior. *Environment and Behavior*, 41(5), 715-740.

Richardson, M., Hamlin, I., 2021. Nature engagement for human and nature’s well-being during the corona pandemic. *J. Public Mental Health* doi:10.1108/JPMH-02-2021-0016.

Schultz, W. (2002) in Schultz, W. & Schmuck, P. (eds.) (2002). *Inclusion with nature: The psychology of human-nature relations*. In *Psychology of Sustainable Development*. Kluwer. Norwell, MA, USA, 2002.

Soga, M., Gaston, K.J. Towards a unified understanding of human–nature interactions. *Nat Sustain* 5, 374–383 (2022). <https://doi.org/10.1038/s41893-021-00818-z>

Wilson, E. O. (1984). *Biophilia*. Harvard University Press, Boston.

Når alvor bliver til leg



Foto: Hanne Bak

Det handler ikke om at få ret, men om at deltage. Det er filosofien bag hændeshåndteringsspillet “På dybt vand”, som er udviklet med henblik på at styrke kajakroeres evne til at håndtere det uforudsigelige. Her fortæller Tue Olesen om tankerne bag spillet og processen fra idé til færdigt spil

Af Tue Olesen

“På dybt vand” er et helt nyt dansk udviklet spil for kajakroere, der vil styrke sikkerheden til søs. Den spilbaserede tilgang kan give motiverende, sjove og reflekterende snakke på land og kan tages med til stranden, hvor det kan inspirere til at træne hændeshåndtering i praksis på vandet

Havet kalder

“Vil du med til vandet?”

Det spørgsmål falder mange af os helt naturligt. Selvfølgelig kan vi nemt komme til vandet. Intet sted i Danmark er der mere end 52 kilometer til kysten. Derude venter mere end 8.000 kilometers kystlinje. Alt fra beskyttede fjorde over Vesterhavet med surf til Vadehavets tidevand.

Vi står på kysten. Spørgsmålet bliver til: “Vil du med på vandet?” Det er nemt, for tilgængeligheden af grej som kanoer, kajaker, robåde, stand up paddle-boards og surfski er vokset kraftigt de seneste 20 år og vokser fortsat. Fællesnævneren er små fartøjer, der er overskueligt billige i anskaffelse, og som må bruges uden specifikke lovkrav til uddannelse.

Så det er nemt at komme på vandet. Både private aktører og forbund som DGI og Dansk Kano og Kajak Forbund byder sig til med uddannelsesmuligheder. Mange havne, selv de små, huser en roklub. Du kender måske allerede den nærmeste i dit lokalområde?

Hvordan undgår vi ulykkerne?

Det estimeres, at der i dag er over 100.000 udøvere og mere end 200 klubber på landsplan alene i kajak. Dertil kommer kanopadlere, robåde og stand up paddle-boards, gemt i klubber, garager og dagligstuer landet over. Alene antallet af udøvere taler for, at ulykker kommer til at ske. Der er flere forskellige tilgange til at undgå dem. Hvilke kender du? Hvilke bruger du?

– Det går nok - statistik gælder ikke for mig

Ulykker rammer kun de andre, og nu hvor jeg har roet 10 år om vinteren i tyndt tøj uden at falde i vandet, er jeg så erfaren med at holde mig i kajakken, at det nok skal gå godt for mig.

– Tur efter evne - det er ingen skam å snu

Traditionen i det nordiske friluftsliv, en appel til bevidstheden om egne grænser og opfordringen til at vende om og bevare kontrollen, så længe vi kan. Men hvornår ved vi, hvornår evnerne ikke rækker?

– Det står i reglerne

Når ansvaret flyttes fra den enkelte udøver til en klub, en organisation, en virksomhed eller et fællesskab og formuleres som regler, krav og lovgivning. Løse regler kan være lig med falsk tryghed - stramme regler kan være en hæmsko for udvikling og personlig frihed.

– Gode råd - og dem er der mange af

Kampagner om at huske vesten, tjeklister, der giver overblik, blogposts, bøger og videoer, der giver stof til eftertanke. Mængden er stor, og holdningerne er mange - det kan kræve

sin kvinde eller mand at filtrere og udvælge det, der er nyttigt for lige netop en specifik tur og lade resten ligge.

– Kurser, uddannelse og certificering

Når du lærer af erfarne, kan du undgå at ende i problemer. Og ja, der er masser af inspiration og viden at hente. Online og i det virkelige liv. Noget er godt, noget relevant - igen, det handler om at finde det, der passer, og tage kurserne som inspiration. Det er først i egentræningen, at vi kan forvente, at rutinen og den dybe erfaring til at tage kloge beslutninger opstår.

Dominoeffekten

Langt de fleste ture i kajak, kano eller på SUP går godt, men af og til ender det med situationer, der er mere vanskelige, og problemer, der er større, end vi selv kan håndtere. En lille ting går galt, så en mere og så en mere.

Kæntringen, de kolde fingre, den alt for tunge kano med grej, der tager vand ind, telefonen, der ikke var blevet testet med kolde fingre - og hvor er nu resten af gruppen blevet af?

Eller ude på turen, hvor vinden blæser uventet op, bølgerne rejser sig, du beslutter, at I skal vende om, men en af deltagerens kajak har en defekt sænkekøl, der ikke kan trækkes ind, så gruppen bliver splittet, og I mister hinanden af syne.

Der er langt mellem de alvorlige ulykker til søs, men når de sker, skyldes det ofte en kombination af flere små hændelser, der tilsammen ender i en redningsaktion. Det vi forventede at kunne klare, kom ud af kontrol.

En af vejene til at forhindre en ulykke er at håndtere de små hændelser, før de bliver store. Forestil dig en række dominobrikker: Vælter den første, vælter hele kæden. Hændelserne eskalerer til en nødsituation. Men hvis vi fjerner nogle få brikker halvvejs i kæden, kan vi forebygge, at hele rækken af brikker vælter, eller at en hændelse på vandet eskalerer til en redningsaktion.

Jo mere øvet du er i at håndtere hændelser, desto hurtigere og mere præcist kan du fjerne dominobrikker, så en enkelt væltet brik ikke får nogen stor betydning.

Er vi heldige eller kloge?

Det kan godt virke kedeligt, ubehageligt og demotiverende at skulle snakke sikkerhed, for vi har jo også en dagsorden om, at turene skal give positive oplevelser, udfordring og udvikling. Derfor bliver ulykker, drama og håndteringen af hændelser ofte et emne, der hurtigt skøjtes hen over.

Vi har i årenes løb prøvet kræfter med træning af hændeshåndtering på en bred vifte af instruktør- og turlederkurser for kajakroere. Her har vi set og mærket, hvor svært det ofte er at skabe erfaring og læring ved at overraske turlederen med en hændelse i forventningen om, at den spontane reaktion og løsning skaber læring.

Intentionen er sådan set god nok: Lad os efterligne virkelige scenarier. Men uforberedte, spontane løsninger bliver ofte præget af tilfældigheder og held, og det kan være

udfordrende at trække læringen frem: Gik det godt, fordi vi var heldige eller kloge?

Vi ledte efter en "langsommere" tilgang til at træne hændelseshåndtering. En metode, der motiverer deltagerne til at være i dialog, til at tænke langsomt - og derefter at afprøve løsningerne i praksis og opnå erfaringerne.

En legende tilgang

En legende tilgang til læring virker i mange andre sammenhænge på vandet. Ved at gøre træning til en leg, bruge små konkurrencer og spil, tager vi brodden af nervøsiteten og spændingen og giver deltagerne en mere aktiv rolle. Når vi fjerner kravet om at løse hændelser helt korrekt og efter en bestemt opskrift, opstår der et andet engagement og en større motivation hos deltagerne. Leg er kreativ træning.

I bogen "At tænke - hurtigt og langsomt" forklarer forfatteren Daniel Kahneman om forskellen mellem "system 2" - den bevidste og langsomme tænkning - og "system 1" - den ubevidste, hurtige tænkning. Hvis vi over hændelseshåndtering med langsommelighed og tid til refleksion, kan vi bringe system 2 mere på banen og dermed træffe mere bevidste valg. Det er en vej til dybere erfaringer.

Vi har sat os for at udvikle et spil der sætter fokus på den legende, kreative tilgang til at lære om hændelseshåndtering, og som skaber mulighed for refleksion og bevidst tænkning. Vi kalder den "På Dybt Vand - et spil om hændelseshåndtering for kajakroere". Målet er at gøre de dystre snakke om ulykker lettere og mere tilgængelige, og at motivere deltagerne til at komme ud og øve sig på hændelseshåndtering i praksis.

Det handler ikke om at få ret

På Dybt Vand giver forståelse for, at den enkelte deltager har en aktiv rolle i håndtering af hændelser på vandet. Spillet motiverer til erfaringsudveksling, dialog og en kreativ, udforskende tilgang. Ved at spille gør vi det alvorlige til en leg og nedbryder barrierer og modstand.

Spillels mål er ikke at kåre en vinder i diskussionen, men at skabe en god diskussion i første omgang. Al snak om ulykker og hændelser før de er sket, er hypotetisk. Det er først, når tingene er gået galt, og vi ser i bakspejlet, at vi kan vurdere beslutninger og handlinger som effektive og/eller korrekte. Derfor må vi have en præmis om, at så længe vi snakker om ulykker i fremtidsperspektiv, handler det ikke om at få ret. Det handler om at deltage, reflektere og træne.

Så hvad er succeskriteriet? Succes er, når vi reflekterer, og når vi bruger de refleksioner aktivt som motivation til at træne. Succes er, hvis vi kan tage nogle lidt klogere beslutninger på vej ud på næste tur eller undervejs på turen. Succes er, når en gruppe åbner og tager de vanskelige snakke. Succes er, når vi spiller i tryghed på land og bagefter kan tage på vandet og afprøve, hvor godt, det vi har snakket os frem til, virker.

Det handler ikke om at få ret - det handler om at være kreativ og at træne konsekvenstænkning: Hvad nu, hvis noget går galt - og vi så tænker scenariet længere ud? Hvad nu, hvis det blæser

op eller vinden skifter retning? Hvis den samme hændelse sker bare et andet sted på ruten? Hvad nu, hvis der sker en, to eller tre yderligere ting, der komplicerer situationen?

Fra idé til prototype

Den oprindelige ide blev delt som et enkelt opslag på Facebook - derfra voksede den, blev testet i et par kajakklubber og lavet til en prototype på et spil i foråret 2022. Vi besluttede os for at rykke videre på ideen og begyndte at teste, revidere, udvide og finpudse.

Det blev klart, at spillet kan bruges som brætspil, men også virker godt som forberedelse til konkrete kajakture, til uddannelse af turledere og instruktører og ikke mindst til træning af konkrete hændelser med kajakroere, der står klar ude på stranden i rotøj. Ideen havde fået sit eget liv og begyndte at vokse.

Det vi har udviklet, er en stor tilfældighedsgenerator, der kan kombinere scenarier ud fra mange parametre: område, årstid, vindstyrke, vindretning, hændelsen, krydret med komplikationer og overraskelser, der kan skubbe hele scenariet i en heldig eller mere besværlig retning.

Crowdfunding

Flere og flere spurgte: "Hvor kan vi købe spillet?". Det gav os startskuddet til at starte en crowdfundingkampagne og teste opbakningen. I sommeren 2023 fik vi støtte fra mere end 100 købere, der forhåndsbestilte 137 eksemplarer. Det var beviset: instruktører, klubber og private roere troede så meget på projektet, at de var klar til at blive crowdfundingstøtter. Dansk Kano og Kajak Forbund og DGI gik med som projektpartnere, og vi gav grønt lys: spillet er på vej i produktion i september 2023.

Udviklingen stopper ikke her: På Dybt Vand kan nemt udvides til aktivitetsspecifikke formål. For eksempel har vi en udvidelse klar med surf-specifikke scenarier, udviklet til brug for kajakroere, der træner i surfzonen. Særlige hændelseskort og spilleplader til kano, stand up paddle, turkajak, surfski og whitewater vil være naturlige næste trin.

Til november 2023 forventer vi at levere de første eksemplarer. Vi er meget spændte på, hvad det kaster af sig. Hvordan kommer På Dybt Vand til at motivere øvelse af hændelseshåndtering?

Kan du også se potentialet i at gøre det seriøse lidt mere sjovt, så læs mere på www.paadybtvand.dk

DE STÅR BAG

På Dybt Vand er udviklet og udgivet af Hanne Bak og Tue Olesen efter oprindelig ide af Charlotte Greve. Projektet er støttet af Dansk Kano og Kajak Forbund og DGI.

Hvis du har spørgsmål om På Dybt Vand er du velkommen til at skrive til folkene bag: Tue Olesen på tue@onadventure.dk og Hanne Bak på hannevbak@gmail.com



Foto: Hanne Bak

Kan man lære noget om sejlsport uden at komme på vandet?

To gange har den internationale sejlsportsbegivenhed SailGP besøgt Danmark med en ambition om at være mere end kapsejlads. Flere hundrede skoleelever i Aarhus og København har således haft mulighed for at få en indføring i sejlads - helt uden at komme på vandet. Her fortæller den danske repræsentant for SailGP om erfaringerne

Af Tim Krat

På Peblingesøen sejler nogle af verdens bedste sejlere rundt i joller med en skoleklasse fra Greve. Samtidig får københavnske skolebørn en rundvisning backstage til et af de største sejlsportsevents, der har besøgt København, og andre skolebørn designer både, smager på tang og bygger solceller. Ude på vandet træner unge danske sejlere i foilende sejljoller, og over 20 unge er i praktik som bådebygger, tekniker, fotograf eller lignende.

Sådan udfoldede SailGP Inspire-programmet sig, da SailGP besøgte København i august 2022.

Verdens vildeste sejlsportsliga

SailGP er en international sejlsportsliga, der er skabt for at fremme og udvikle professionel sejlsport på verdensplan. Der sejles i nogle af de hurtigste kapsejladssjælbåde i verden. SailGP sigter mod at øge populariteten af sejlsport ved at levere spændende og tilgængelig underholdning til sejlinteresserede og sportsfans over hele verden. Det handler om at kombinere høj hastighed, teknisk dygtighed og konkurrenceånd, og ligaen har tiltrukket nogle af verdens bedste sejlere til sin række af kapsejladser verden rundt. Lige fra starten har SailGP haft et større formål end kun kapsejlads. Udover arbejdet med bæredygtighed i internationale sportsevents og flere kvinder i sejlsport har SailGP et ungdomsprogram, som hedder SailGP Inspire.

Der er tre søljer i SailGP Inspire:

1. Learning – undervisningsprogram, som arbejder med teknologien bag sejlsport og maritim bæredygtighed.
2. Racing – udvikling af nye unge talenter inden for sejlads med foilende joller
3. Career – praktik-program, hvor unge får mulighed for at arbejde med nogle af verdens bedste sejlere, teknikere, fotografer med mere under et event.

Gennem de seneste tre sæsoner har tusindvis af børn og unge været igennem programmet.

Store ambitioner

I 2021, da SailGP gjorde sit indtog i Aarhus, var både de danske arrangører og Aarhus Kommune fast besluttet på at skabe en mindeværdig oplevelse for byens børn og unge. Et ambitiøst skoleprogram blev sat i søen med det mål at engagere mere end 800 børn og unge i løbet af en uge. På trods af de udfordringer, som resterne af coronapandemien stadig udgjorde, blev dette initiativ en kæmpe succes både for SailGP og de besøgende skoleelever.

Under dette skoleprogram blev de unge deltagere udsat for en bred vifte af maritime emner. De kastede sig ud i sejl design, hvor de skulle skabe mast og sejl til modelbåde, hvilket gav dem en dybere forståelse for de tekniske aspekter af sejlads. Solceller var også på dagsordenen, da eleverne fik mulighed for at samle solceller og bruge dem til at drive en model af en eldrevet båd, hvilket understregede vigtigheden af bæredygtig teknologi i sejlsporten.

Desuden blev koncepter som opdrift og vandmodstand udforsket for at give de unge en grundlæggende forståelse for de fysiske principper, der styrer bådens bevægelse på vandet. Marinibiologi var også en del af programmet, hvor en workshop præsenteret af 'Hoved i havet' fra Aarhus Universitet åbnede dørene til forundring over livet under havoverfladen.

Dette imponerende engagement fra SailGP og de danske arrangører for at uddanne og inspirere unge i sejlsport og maritime videnskaber blev gentaget i København i 2022. Denne gang blev det suppleret med sejlads på Peblingesøen.

Undervisning i sejlads på land

At undervise mange skoleklasser i sejlads uden muligheden for at komme på vandet præsenterede en unik udfordring, der krævede kreativ tænkning og innovative løsninger. En af de mest vellykkede metoder, der blev anvendt for at tackle denne udfordring, var at organisere en workshop om sejl design. I denne workshop fik eleverne mulighed for at træde ind i sejlernes verden ved at konstruere mast og sejl til modelbåde, som de derefter kunne teste i et bassin.

Denne workshop var ikke blot en sjov aktivitet, men gav eleverne indsigt i, hvordan sejl fungerer. Eleverne fik mulighed for at eksperimentere med forskellige designelementer og forstå betydningen af balance og aerodynamik. De lærte, hvordan man finder en god balance mellem vindpresset på sejlet og kølens vægt, og hvordan trykket på forsejlet interagerer med trykket på storsejlet. Den praktiske erfaring med at konstruere og teste deres egne sejl bidrog til en dybere forståelse af de komplekse principper, der styrer sejlads.

I en anden workshop arbejdede eleverne med opdrift, hvor de blandt andet skulle designe en skrogform ud af modellervoks, som kunne bære så mange glaskugler som muligt.

Denne tilgang til undervisning i og om sejlads uden adgang til vandet demonstrerer vigtigheden af at tænke uden for boksen og tilbyde praktiske, håndgribelige læringselementer. Selv om eleverne ikke kunne tage på vandet, fik de stadig mulighed for at opleve sejlsportens spænding

og tekniske aspekter på nært hold. Denne kreative tilgang til undervisning viser, hvordan udfordringer kan omdannes til muligheder for at inspirere og uddanne unge om emner som sejlads og maritime videnskaber.

Fra Danmark til USA og Mellemøsten

Den danske tilgang til didaktik og undervisningsmetoder, som blev succesfuldt implementeret under SailGP i Aarhus og København, har haft en betydningsfuld indflydelse på SailGP's globale initiativer. Den innovative tilgang til at engagere unge og indføre dem i sejlsportens verden har fungeret som et modelprojekt for SailGP, og denne inspiration har ført til udviklingen af nye undervisningsevents i byer som Abu Dhabi, San Francisco og New York.

De metoder, der blev brugt i Danmark, herunder workshops om sejldesign, praktiske øvelser og undervisning i maritime videnskaber, har været nøgleelementer i skabelsen af

undervisningsbegivenheder i disse internationale destinationer. Workshops, der giver unge mulighed for at eksperimentere med sejldesign og teste deres konstruktioner i vandet, er blevet integreret i SailGP's uddannelsesprogram. Dette giver de unge en praktisk forståelse af sejladsens tekniske aspekter og skaber en forbindelse mellem teori og praksis.

Også de danske ambitioner om at lave et event, som involverer hundredvis af elever i løbet af den uge, hvor SailGP er i en specifik by, har inspireret til nye store læringsevent rundt om i verden. SailGP's dedikation til at bringe kvalitetsundervisning og sejlsportens glæde til unge i Abu Dhabi, San Francisco, New York og andre byer vidner om den positive indvirkning fra den danske undervisningsmodel og beviser, at en innovativ pædagogisk tilgang kan have langvarige globale konsekvenser og fremme sejlsporten og bæredygtig teknologi i hele verden.

Tim Krat er SailGP Inspire Manager i Danmark

TIM KRAT

Efter mange år som naturvejleder, leder i en skoleforvaltning og leder af Boserupgård Naturcenter blev Tim Krat (44 år) selvstændig i november 2022. Nu arbejder han med at udvikle et maritimt center i Frederikssund Kommune, laver konsulentarbejde for Dansk Sejlunion, planlægger internationale undervisningsevents for SailGP, udarbejder undervisningsmateriale og meget mere.

Tim Krat underviste i flere år i friluftsliv til søs på naturvejlederuddannelsen og har også undervist i sejlads på friluftsejlederuddannelsen på Skovskolen, KU.



Foto: SailGB



Foto: SailGB



Foto: SailGP

Bliv medlem

Som medlem af Dansk Friluftsliv kommer du i kontakt med et stort netværk af vejledere og formidlere indenfor dansk natur og friluftsliv. Derudover modtager du to-tre gange årligt foreningens blad, Dansk Friluftsliv.

Du er naturligvis også velkommen til foreningens årsmøde og seminarer.

Du bliver medlem af foreningen ved at sende en mail til mail@danskfriluftsliv.dk med følgende oplysninger:

Email-adresse
Dit navn
Din institution (hvis du skal have et institutionsmedlemsskab)
Postadresse
Telefonnummer

Kontingent

Almindeligt medlemsskab: 450 kr. årligt
Institutionsmedlemsskab: 900 kr. årligt
Ved institutionsmedlemsskab får man
tilsendt 2 blade af hver udgivelse.

Dansk Friluftsliv - forum for
natur- og friluftsliv

ISSN
0909-0614

