

**NY BOK!**

**GRÖN ENTREPRENÖR**

# **NATURUPPLEVELSE OCH HÄLSA**

*– forskningen visar vägen*

Johan Ottosson  
Susanna Lundqvist  
Lena Johnson

Omslagsfoto: Helena N Olofsson  
Grafisk formgivning: Lena Särnfors

## GRÖN ENTREPRENÖR

# NATURUPPLEVELSE OCH HÄLSA

– forskningen visar vägen

**NATURUPPLEVELSE OCH HÄLSA – forskningen visar vägen**, vill inspirera och ge kunskap om naturupplevelser kopplat till hälsa. Boken är också för dig som vill utveckla verksamheter inom området. Forskare från SLU (Sveriges Lantbruksuniversitet) och entreprenörer delar med sig av sin kunskap och sin erfarenhet.

I boken väcker vi frågor som uppmuntrar till eftertanke och reflektion. Vi ger dig också några nya redskap, Naturupplevelseplanen och Djurupplevelseplanen. Dessa inspirerar till att finna nya upplevelser, platser och aktiviteter.

*”Arbetet med Naturupplevelseplanen gav en ny syn på naturen, helt plötsligt såg man naturen med nya ögon. Platser och ställen fick nya möjligheter. Man såg det stora i det lilla.”*

**Välkommen ut i naturen och känn hur den berikar dig!**

### Innehåll

Inledning  
Naturupplevelsens betydelse  
Skapa en naturupplevelseplan  
Forskningen visar vägen – natur  
Forskningen visar vägen – djur  
Skapa en djurupplevelseplan  
Skogen – en plats för upplevelser  
Förstå och utveckla platser för goda upplevelser  
Naturens betydelse för hälsa och livsstil  
Naturvägledning för entreprenörer  
Gården som pedagogisk resurs  
Ledarskap och säkerhet  
Entreprenörskap och marknadsföring  
Grönt entreprenörskap i praktiken  
Det var vi som gjorde boken  
Bildförteckning

### Beställning

Beställ boken på <http://fortbildningalnarp.slu.se>. Pris: 275 kr + moms och porto.

### Redaktion

Lena Johnson och Susanna Lundqvist, SLU, Omvärld Alnarp.  
Johan Ottosson, SLU, område Arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi.

### Kontaktperson

Lena Johnson, [lena.johnson@slu.se](mailto:lena.johnson@slu.se), tel 040-41 52 69



Sveriges  
lantbruksuniversitet

