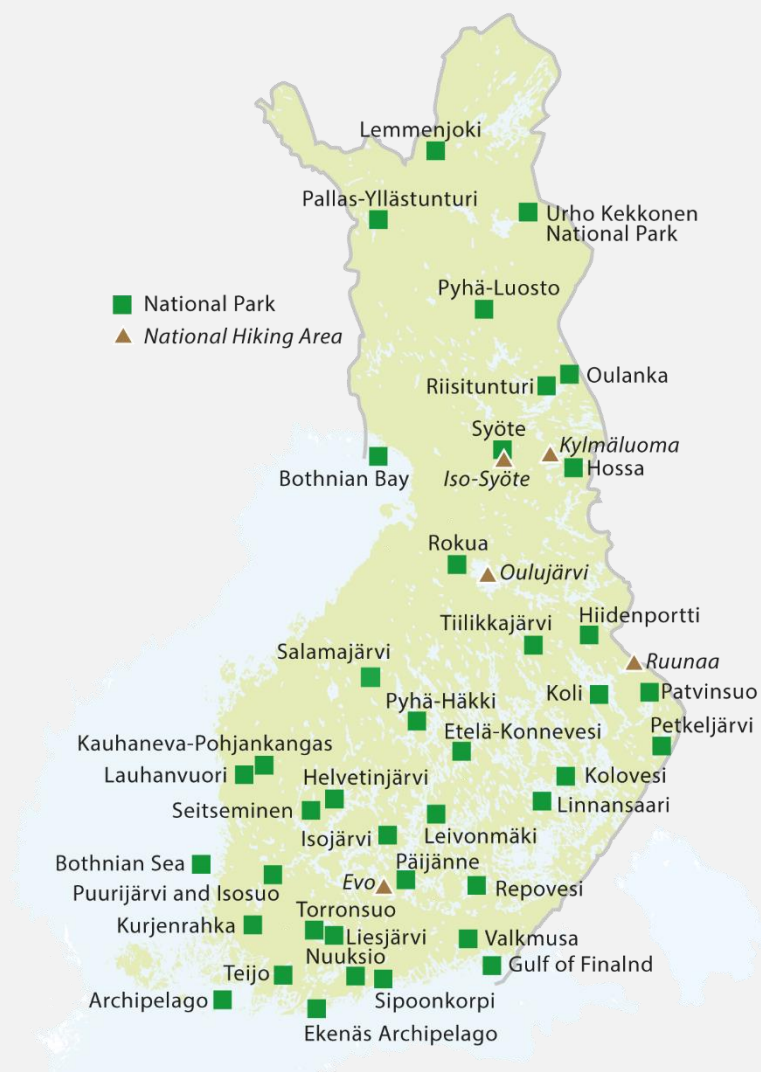


Healthy parks Healthy people

ett framgångskoncept i finska
nationalparker och i Europa

Carina Wennström Forststyrelsen i Finland





Forststyrelsen förvaltar statsägda naturskyddsområden

- 40 nationalparker, total yta 10,018 km²
- 5 nationella strövområden, total yta 243 km²
- Naturtjänsterna upprätthåller basservice
 - 5,000 km stigar
 - 1,300 km skidspår
 - 2,800 eldplatser
 - 400 ödestugor.

Amount of visitors

3 500 000

● Number of visits in national parks

3 000 000

2 500 000

2 000 000

1 500 000

1 000 000

500 000

0

Hectares

1 000 000

950 000

900 000

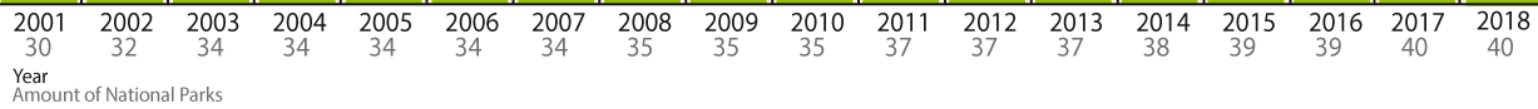
850 000

800 000

750 000

0

Surface area development ●



Year
Amount of National Parks

Inverkan på den lokala ekonomin





Hållbar turism i skyddade områden

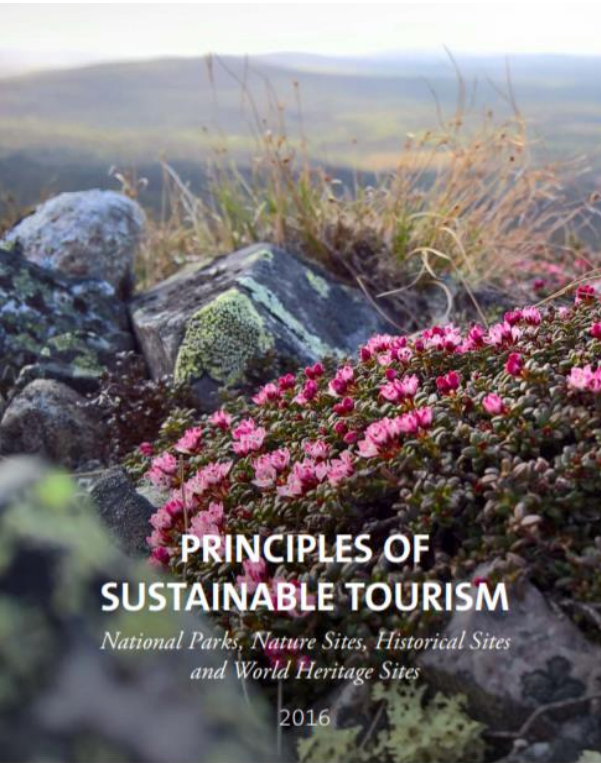
Planer för hållbar naturturism,
inklusive indikatorer och gränser för
acceptable förändring – (limits of
acceptable change LAC)

Samarbetsavtal
med företagare som arbetar i
nationalparkerna eller i deras närhet
(ca. 700)

Kvalitetsprogram i några populära
turistdestinationer

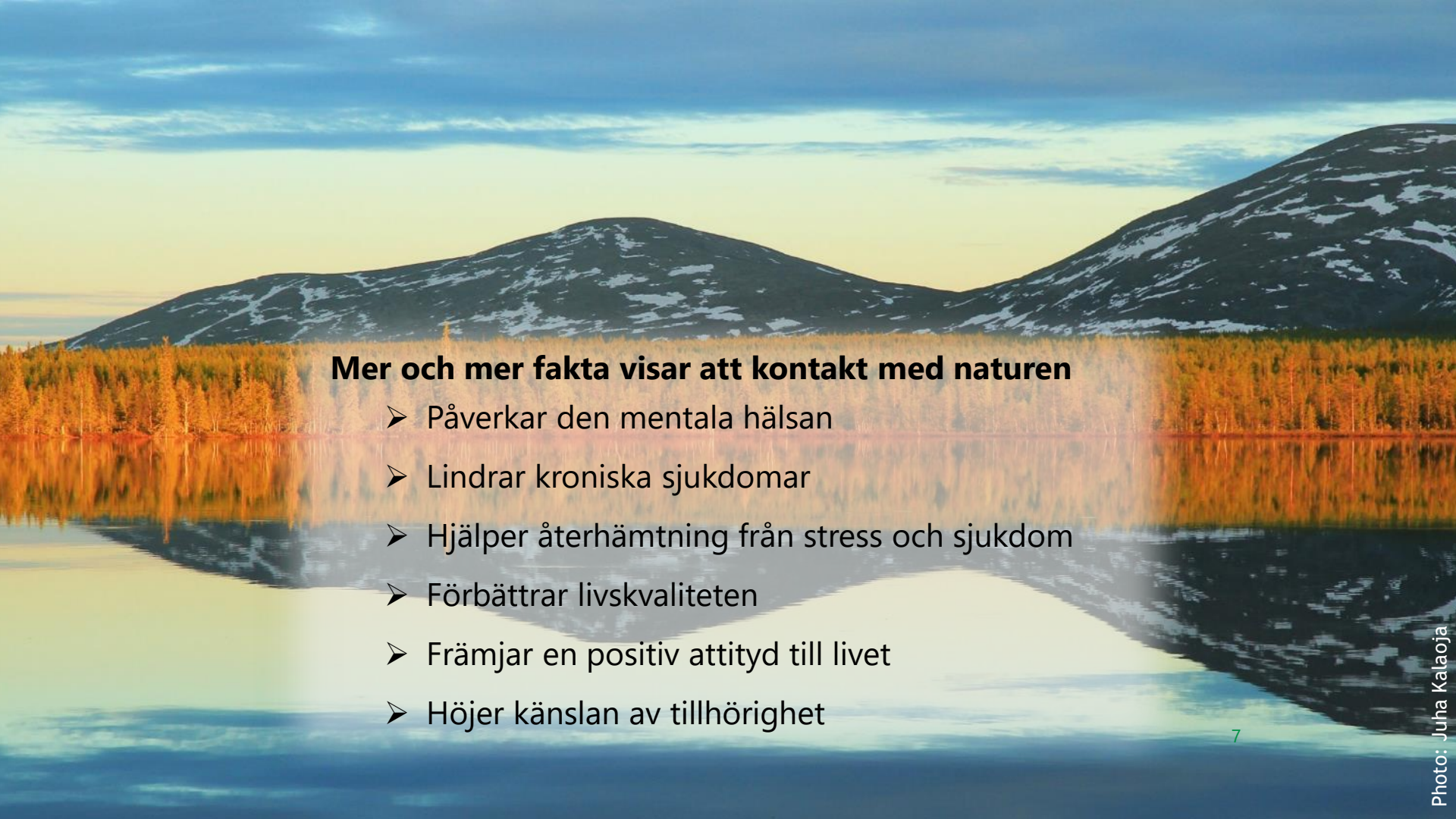
Internationella certifikat

EUROPARC Charter for Sustainable
Tourism (Pallas-Yllästunturi NP, Syöte
NP)



Principer för hållbar naturturism

- Nationalparker, historiska platser och världsarvsområden
- Principerna vägleder turistföretagarna till hållbar naturturism i områden förvaltade av Forststyrelsen
- Principerna följs även av alla UNESCOs världsarvsområden i Finland.
- Varje princip har mer detaljerade mål som hjälper att verkställa principerna i praktiken.



Mer och mer fakta visar att kontakt med naturen

- Påverkar den mentala hälsan
- Lindrar kroniska sjukdomar
- Hjälper återhämtning från stress och sjukdom
- Förbättrar livskvaliteten
- Främjar en positiv attityd till livet
- Höjer känslan av tillhörighet

A photograph of a forest with several large, mature trees in the foreground and a dense canopy in the background. The lighting is soft, suggesting early morning or late afternoon, with some light filtering through the trees.

Healthy Parks **HEALTHY PEOPLE** FINLAND

PARKS & WILDLIFE FINLAND

Health and Wellbeing 2025 programme



METSÄHALLITUS

THE GOAL

Healthy Parks **HEALTHY PEOPLE**

Finland's diverse natural environment improves the health and well-being of its people.

The Finns are an active, outdoor people, for whom nature is an essential part of everyday life and leisure time. Their social, physical and mental well-being has improved due to the varied Finnish wilderness and their active relationship with nature.

THE ROLE OF PARKS & WILDLIFE FINLAND

- Guardian of the diverse natural environment and a provider of high-quality services that meet the needs of local recreation, tourism, hiking, hunting and fishing
- Inspiring people to go out into the natural environment and strengthen their relationship with nature
- An active developer, partner and coordinator in collaboration



Health and Well-being from Finnish National Parks – A Study of Benefits Perceived by Visitors

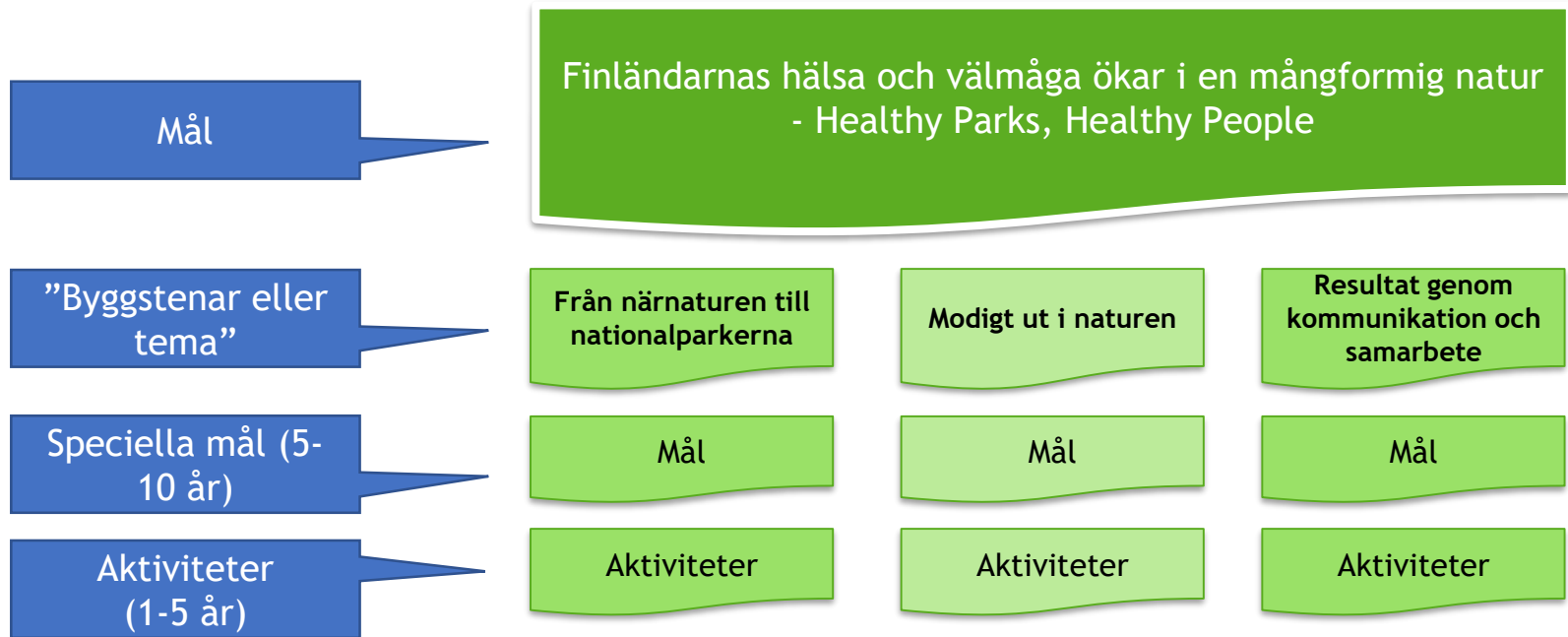
Executive summary



Utveckling av metoden 2013-2014

- Gjordes tillsammans med forskare från Thule Institutet vid Uleåborgs Universitet,
- 4 pilot parker runt om i landet
- Kundformulär

Strukturen av HPHP Finland





TEMA
Från närnaturen till
nationalparkerna



TEMA

Modigt ut i naturen

- 6 Tuhansien pernosten
- 7 Aleksanterin patteri • Alexanders batteriet • Alexander's battery
- 8 Sotilaiden jäljet • Soldaternas fotspår • Military mementos
- 9 Kuolemanlaakso • Dödens dal • Valley of death
- 10 Torpedolahti • Torpedviken • Torpedolahti Bay
- 11 Kuninkaansaari • Kungsholmen • Kuninkaansaari Island
- 12 Hiekkapoukama • Sandviken • Sandy cove

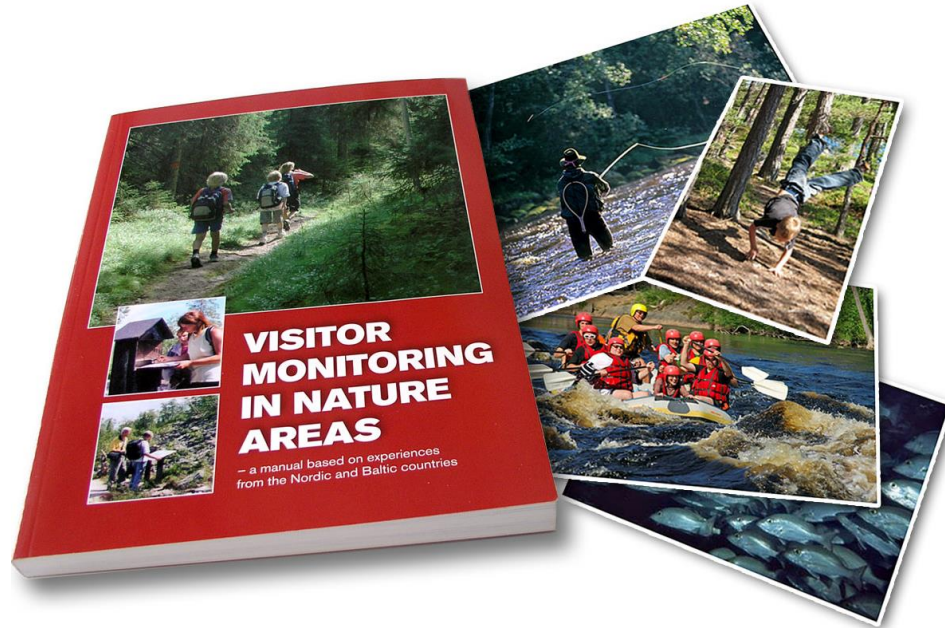




TEMA
Resultat genom
kommunikation och
samarbete

Uppföljningen av hälsoeffekterna görs i kundundersökningarna

- Konstant besökar räkning
→ besökarmängder
- Kundundersökningarna görs med 5-10 års mellanrum i alla nationalparker o andra viktiga områden
 - Totalt ca 60 områden
- ASTA databasen används för att spara informationen och för rapportering



16. Hur anser du att det här besöket i Skärgårdshavets nationalpark inverkar på din allmänna hälsa och ditt välmående inom följande delområden?

(Svara på varje punkt och välj det alternativ som bäst motsvarar dina känslor.)

5 = helt av samma åsikt, 4 = delvis av samma åsikt, 3 = ingen åsikt, 2 = delvis av annan åsikt, 1 = helt annan åsikt

helt av samma
åsikt
5 4 3 2 1
helt annan åsikt

Det sociala välmående ökade (t.ex. genom förbättrad arbetskapacitet, förstärkta människorelationer, nöjet av att göra saker tillsammans eller ensam)

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Det psykiska välmående ökade (t.ex. ger mera livsglädje, höjer sinnesstämningen, hjälper mot psykisk stress, av att lära någonting nytt)

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Det fysiska välmåendet ökade (t.ex. genom naturupplevelserna, genom upprätthållandet av konditionen, av att lära sig nya färdigheter, genom fysiskt välbefinnande)

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Standardiserad fråga

17. Vilket värde, mätt i pengar, anser du att besöket i Skärgårdshavets nationalpark gett dig beträffande hälso- och välmåendenaspekter?

Du kan t.ex. jämföra med kommersiella välmående- och serviceprodukter (gym 5 €, besök i badhus 2,5 timmar 20 €, massage en timme 50 €, en spadag med olika behandlingar 200 €), olika kulturevenemang (biobesök 12€, konsert 100 €) eller resor (resa i hemlandet 500 €, utlandsresa 3000 €).

_____ €

18. Hur lång väg har du rört dig eller kommer att röra dig med egna krafter under det här besöket i Skärgårdshavets nationalpark?

Du kan märka ut flere alternativ.

- ☐ gående _____ km
- ☐ joggande _____ km
- ☐ cyklande _____ km
- ☐ paddlande _____ km
- ☐ roende _____ km
- ☐ På annat sätt, hur _____ km



Resultat 2016-2018

- 88% av besökarna på naturskyddsområden ansåg att besöket hade ganska eller mycket positiv inverkan på deras hälsa och välmåga.
- Medeltalet för effekten på hälsan och välmågan för besökarna var 4.37
- (på en skala av 1-5, där 1 = helt av annan åsikt, ..., 5 = helt av samma åsikt.)

Upplevd effekt på hälsan och välmågan 2016-2018

	<u>Svar, n</u>	<u>Områden, n</u>	<u>Upplevd effekt på hälsan och välmågan</u>
<u>Nationalparker</u>	8,768	15	4.41
<u>Andra skyddade områden</u>	1,715	4	4.30
<u>Strövområden</u>	1,631	4	4.29
<u>Kvarkens världsarvsområde</u>	452	1	4.17
TOTALT	12,566	24	4.37

Upplevd effekt på hälsan och välmågan i Skärgårdshavets nationalpark

Skärgårdshavets NP 2019 (n=548)	utvärdering, %					<u>medeltal</u>
	<u>Helt av annan åsikt</u>	<u>Delvis av annan åsikt</u>	<u>Ingen åsikt</u>	<u>Delvis av samma åsikt</u>	<u>Helt av samma åsikt</u>	
<u>Ökad social välmåga</u>	0	1	11	34	53	4,39
<u>Ökad psykisk välmåga</u>	0	1	5	29	66	4,60
<u>Ökad fysisk välmåga</u>	0	4	16	38	42	4,17

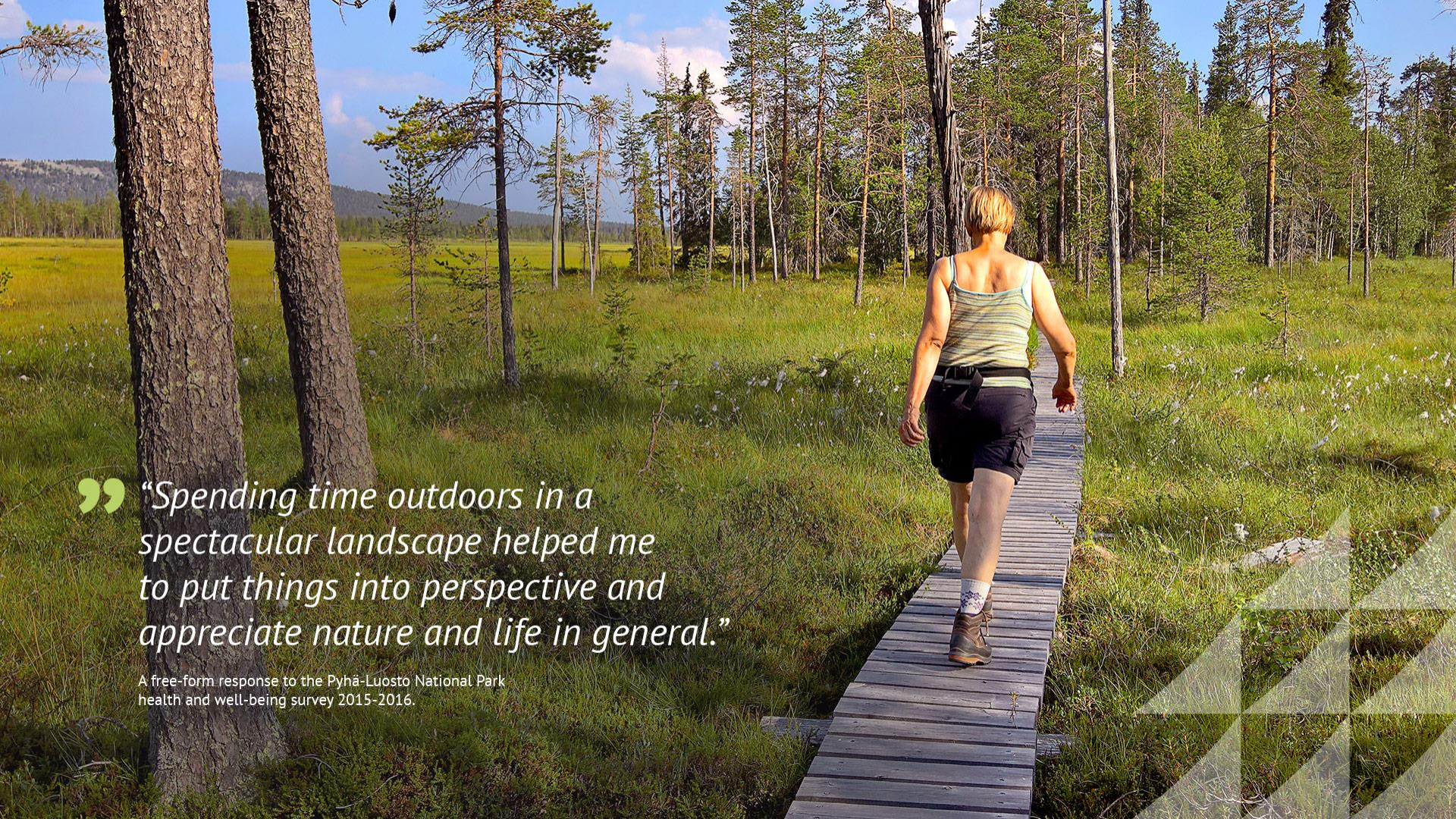


Nationalparker rör på folk och befrämjar den nationella hälsan för miljoner av euro.

I medeltal rör man sig för egen maskin mellan 5 och 20 kilometer under ett besök i en nationalpark

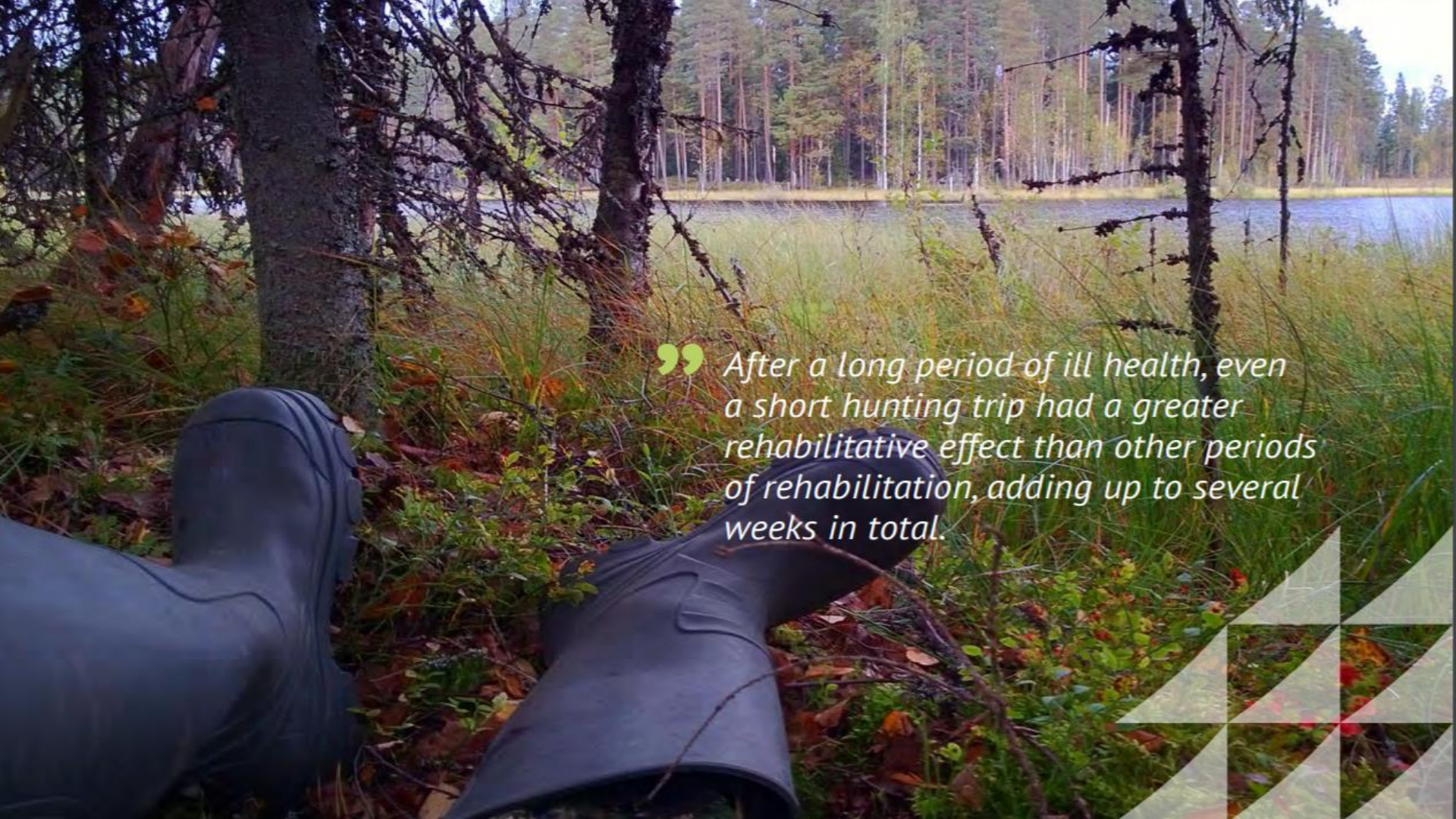
- Vandrar, cyklar, paddlar, terrängcyklar, åker längdskidor, går med snöskor
- Information från 17 nationalparker
- → Endast i dessa nationalparker rör besökarna sig ca 29 miljoner kilometer årligen (=724 varv runt jorden)

Besökarna uppskattade värdet av inverkan på hälsan och välmågan till ca 110 euro per besök (median)

A person with short blonde hair, wearing a striped tank top, dark shorts, and a fanny pack, is walking away from the camera on a wooden boardwalk. The boardwalk is made of dark wooden planks and leads through a lush green landscape. To the left of the boardwalk are two large, thick tree trunks. The surrounding area is filled with tall grass, small white flowers, and numerous tall, thin pine trees. In the background, a hilly landscape is visible under a blue sky with some clouds. The overall scene is bright and sunny.

”*“Spending time outdoors in a spectacular landscape helped me to put things into perspective and appreciate nature and life in general.”*

A free-form response to the Pyhä-Luosto National Park health and well-being survey 2015-2016.

A first-person perspective shot from someone wearing black rubber boots, standing in a forest. The boots are in the foreground, partially obscured by fallen leaves and low-lying vegetation. The background shows a calm lake or river, bordered by a dense forest of tall, thin trees. The scene is captured in a cinematic style with soft lighting.

” After a long period of ill health, even a short hunting trip had a greater rehabilitative effect than other periods of rehabilitation, adding up to several weeks in total.



Användbara länkar (på engelska)

Health benefits of national parks

- <http://www.metsa.fi/web/en/healthbenefitsfromnationalparks>
- <https://julkaisut.metsa.fi/assets/pdf/lp/Muut/healthyparks.pdf>

Visitor monitoring

- <https://www.metsa.fi/en/outdoors/visitor-monitoring-and-impacts/visitation-numbers-and-visitor-profiles/>
- <https://julkaisut.metsa.fi/assets/pdf/lp/Muut/UKpuisto-visitorsurvey-2017-summary.pdf>

Sustainable tourism

- <https://www.metsa.fi/en/responsible-business/nature-tourism-and-sustainability/principles-of-sustainable-tourism/>



Foto: Metsähallitus / Tuomas Uola

Exempel från Finland

- **Open Air** (2012-2014) project focused on embedding nature in rehabilitation and integration services as well as improving access to urban and rural green space.
- **Moved by Nature project** (2013-2015) aimed at developing nature-based health promotion interventions for groups classified as being high-risk groups.
- **Everyone Outdoors** project aimed at improving access to nature in collaboration with the Finnish Federation of Adapted Physical Activity (2015-2016).
- **Moved by Nature II** project (2017-2019) continues to develop nature-based health interventions, however children's and adolescent's increased physical activity levels as a target.
- **Trail to Nature** project (2017-2019). Equal opportunities to reach nature are being developed further.
- **Nature Access to All (NatAc)** aims at facilitating access to nature tourism by developing a chain of accessible nature tourism sites in Latvia, Estonia and Finland.
- **Nature to Action**



Foto: Metsähallitus / Meri Marttinen



Foto: Forststyrelsen/
Petri Jauhainen

Stigen till naturen (2017–2019)

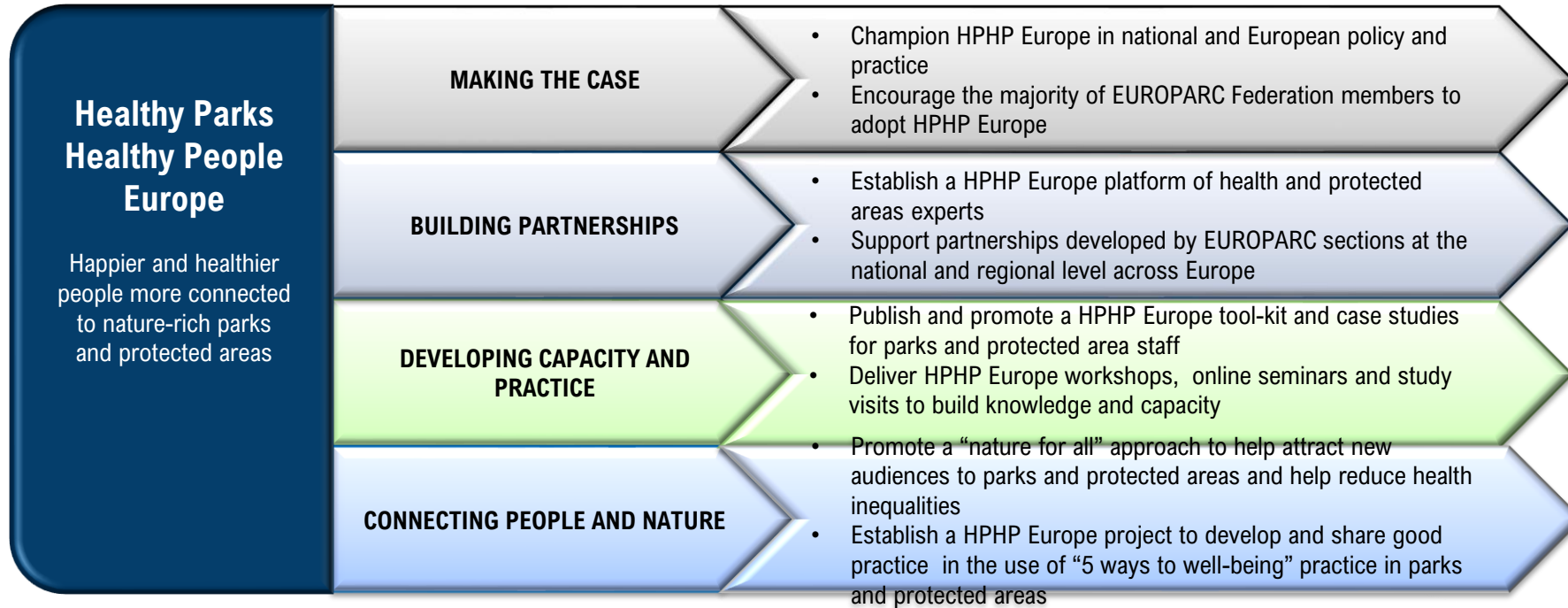
- <http://www.metsa.fi/fi/web/sv/stigentillnaturen>
- Projektledare - Forststyrelsens Naturtjänster
- Huvudsamarbetspartner - Anpassad motion SoveLi rf
- Finansiär - Undervisnings och Kulturministeriet
- Målgrupper
 - Personer som rör sig med hjälpmedel samt personer vars skador eller sjukdom inte syns
 - Föreningar, offentliga aktörer och företag som producerar naturmotionstjänster, proffs och sakkunniga inom motionsfrämjandet samt förvaltare av naturområden
- Mål:
 - Att informera om möjligheter till likvärdig naturmotion, samarbete och nätverkande
 - Att öka naturmotionen



Healthy Park Healthy People Europe program

- <https://www.europarc.org/toolkit-health-benefits-from-parks/>
- **Health & Well-being benefits from Parks & Protected Areas**
- **Practical advice on the delivery of Health & Well-being benefits from Parks & Protected Areas**
- **What is this toolkit for?**
- This toolkit is intended to provide simple and practical advice on how parks and protected areas can support health outcomes for people.
- **Who should read this?**
- This toolkit is aimed at those responsible for the management of parks and other protected areas. It is intended to provide simple and practical advice to a range of park and protected areas staff, including planners, site managers, wardens and rangers.

HPHP Europe – key outputs 2020-2025





Tack!

Carina Wennström



www.metsa.fi



@metsahallitus_forststyrelsen



@metsahallitus