

Motion till Naturskyddsföreningen i Västerbottens länsstämma 2023

Nytt verksamhetsområde *Natur och Hälsa*

Jag saknar en riktad verksamhet med fokus på natur och hälsa inom Naturskyddsföreningen Västerbotten. Behovet av hälsofrämjande och stressreducerande aktiviteter är idag enormt och målgruppen är stor och varierad. Mängden forskning som styrker den starka kopplingen mellan naturvistelse och/eller natur i olika former och ökad psykisk, fysisk, social och existentiell hälsa växer stadigt. Hälsa är dessutom inte bara viktigt för individen, hälsa är i sig en viktig aspekt i hållbar omställning. Dels för att människor behöver må någorlunda bra för att stanna upp och kunna/orka ställa om och dels för att hållbara människor förhoppningsvis gör hållbara val.

Verksamheten natur och hälsa skulle kunna fokusera på samarbeten med andra aktörer verksamma inom hälso – eller utbildningsområdet och därigenom rikta sig till olika typer av målgrupper beroende på vilken typ av aktiviteter man vill erbjuda. Exempel på aktiviteter kan vara föreläsningar, studiecirklar och naturguidning/naturupplevelser/skogsbad eller liknande.

Jag föreslår länsstämman besluta att

Närmare titta på möjligheten att starta upp en verksamhet med fokus på natur och hälsa och utreda möjligheterna till samarbete med andra aktörer för en långsiktig satsning.

Umeå 20230312

Sofia Hedendahl

Krets: Umeå med omnejd