

greenteam

– en metod för hälsa och gemenskap utomhus



Natur och friluftsliv är något som verkligen berör människor.

Med greenteam erbjuder vi en fantastisk möjlighet till hälsosamma, aktiva utomhusupplevelser.

Oavsett om det handlar om naturen bakom knuten, högfjället, fisketuren eller på hundpromenaden, så ger friluftsliv andningshål i vardagen.

Med greenteam skapar vi mötesplatser där deltagarna kan utvecklas. Var för sig och tillsammans, med känsla för både människa, natur och miljö.

Det finns tydliga samband mellan friluftsliv och god hälsa – det är viktigt i dagens stressade samhälle.

För hela livet

Friluftsliv är en livslång aktivitet och en aktivitet som når alla, har låga trösklar och kan utövas genom hela livet. Det är inte många aktiviteter som kan mäta sig med det.

Greenteam kan vara en dörröppnare för dessa aktiviteter, framför allt för dem som inte har eller har haft tillgång till föreningsliv och friluftsliv.

Naturen har vi alla fri tillgång till via allemansrätten – oftast finns naturen bara några steg utanför dörren. Det som behövs är vägledning ut, bra planering, samarbete och att sprida kunskap om naturens potential. Det är Studieförbundet's uppgift och då kan vi använda **greenteam** som metod.

Introduktion till Allemansrätten ingår alltid i **greenteam**-verksamheten

Greenteam ger tillbaka till samhället genom deltagarna

- Ökad naturkännedom och naturkänsla hos kommunens invånare
- Kunskap om Allemansrätten
- Hälsa och rörelse
- Kamratskap och medmännisklighet
- Stärkt föreningsliv
- Aktivitet och upplevelse
- Friluftsliv
- Förståelse för miljö och biologisk mångfald

Greenteam föreningar

Greenteam är en verksamhet där deltagare får prova på aktiviteter i naturen och ta del av vad det lokala föreningslivet kan erbjuda – utomhus.

Studieförbundet initierar och samordnar verksamheten, i nära samarbete med offentlig sektors institutioner och olika natur- och friluftsföreningar.



Greenteams deltagare rekryteras från befintliga grupper: det kan vara ungdomar på en fritidsgård, pensionärer på ett äldreboende, nya svenskar eller personer inom olika typer av boenden.

Greenteam är en del av folkbildningen. Verksamheten ska vara frivillig för deltagarna.

Möte med naturen

I dagens samhälle kan det vara svårt att hitta en naturlig ingång till friluftslivet och dess möjligheter till rekreation, fritidsaktiviteter och hälsa. Det vill vi ändra på!

Den biologiska mångfalden är kärnan i friluftsupplevelsen.

Även för den kulturella mångfalden, mångfalden i landskapet och den sociala mångfalden spelar friluftslivet en viktig roll.

Genom rörelse och frisk luft stärks välbefinnandet och det ger positiva effekter på både fysisk och psykisk hälsa.

Inom **greenteam** samverkar flera samhällsaktörer för att skapa aktiviteter utifrån målgruppens möjligheter och behov. Tillsammans lägger vi upp och genomför verksamheten.

Greenteam passar flera olika verksamheter och målgrupper t.ex. kommunalt hälsoarbete, fritidsgårdar, olika gruppboenden och integrationsprojekt.

Vill ni vara med?

Sedan 1 januari 2015 är Studieförbundet huvudman för greenteam.

Ta kontakt med Studieförbundet på din ort eller besök vår hemsida.