



# Friluftsliv – tillgång till natur

Fördjupning till Regional handlingsplan för grön infrastruktur i  
Södermanlands län



LÄNSSTYRELSEN  
Södermanlands län

Utgiven av: Länsstyrelsen i Södermanlands län  
Utgivningsår: 2022  
Foto: Maria Rolf  
Rapportnummer: 27-2022

Rapporten finns på: [www.lansstyrelsen.se/sodermanland/publikationer](http://www.lansstyrelsen.se/sodermanland/publikationer)  
eller kan beställas hos Länsstyrelsen i Södermanlands län, 611 86  
Nyköping,  
Tel: 010-223 40 00

# Innehållsförteckning

Inledning .....	4
Värdet av grön infrastruktur för friluftsliv.....	4
Mål för friluftslivet.....	5
Tillgång, tillgänglighet och kvalitet.....	5
Kunskap om friluftslivet .....	6
Övergripande underlag om friluftsliv.....	6
Bedömd allemansrättslig tillgänglighet .....	7
Vad visar karta 1? .....	8
Vad visar karta 2? .....	8
Skyddade naturområden av betydelse för friluftslivet .....	9
Vad visar karta 3? .....	10
Tillgänglighetsnivå för friluftslivet i naturreservat och naturvårds- områden ...	10
Vad visar karta 4? .....	11
Anläggningar i naturreservat .....	11
Riksintresse friluftsliv .....	12
Opåverkade områden .....	13
Vad visar karta 6? .....	13
Bebyggelsestryck.....	14
Vad visar karta 7? .....	14
Avstånd till bebyggelse .....	15
Några möjligheter och utmaningar .....	16
Tillgång till allemansrättsligt tillgänglig mark vid tätorter.....	16
Vad visar karta 9? .....	16
Tillgång till skyddad natur vid tätorter, småorter och fritidshusområden.....	17
Vad visar karta 10? .....	17
Insatsområden för friluftsliv och förslag på åtgärder .....	18



## Inledning

Länsstyrelsen har samlat och tagit fram nya kartunderlag om friluftsliv inom vårt uppdrag om grön infrastruktur. Vi vill på detta sätt knyta ihop vårt arbete med grön infrastruktur och friluftsliv.

Denna rapport beskriver de samlade och nya underlagen. Vi beskriver hur de har tagits fram och vad vi har kunnat läsa ut av dem. Vi visar också några exempel på hur de kan kombineras för att uppmärksamma utmaningar på olika platser i länet.

Vi vill bidra till att sprida kunskap om friluftslivet på en övergripande, regional nivå. Vi hoppas att underlagen kan bidra till fördjupade lokala analyser och att de kan fungera som ett stöd i planeringsarbetet. Vi är intresserade av förslag på kompletteringar om fler behov finns.

I rapporten *Regional handlingsplan för grön infrastruktur i Södermanland* från 2019 finns ett övergripande avsnitt om friluftsliv. Denna rapport är en fördjupning utifrån de nya underlagen.

Länsstyrelsen har även tagit fram en regional handlingsplan för arbetet med friluftslivsmålen, *Friluftsliv i Sörmland*. I den finns flera åtgärder som länsstyrelsen arbetar med.

## Värdet av grön infrastruktur för friluftsliv

Grön infrastruktur handlar om att växter och djur ska ha möjlighet sprida sig i landskapet, att naturen hänger ihop. Samtidigt behöver det finnas livsmiljöer av tillräcklig kvalitet och storlek för olika arter. Om naturen hänger samman, till exempel från en stad och ut i omkringliggande landskap, har vi bättre förutsättningar för att bevara den biologiska mångfalden samtidigt som vi ökar möjligheten för människor att bedriva friluftsliv.

Friluftsliv ger oss hälsa, förståelse för naturen och regional utveckling. Tillgång till natur för friluftsliv är därför värdefull både för den enskilda människan och för samhället i stort.

Vistelse i naturen leder till förbättrad psykisk hälsa och ökad fysisk aktivitet enligt flera undersökningar. Friluftsliv ger kunskap om natur och miljö och kan bidra till arbetstillfällena, till exempel inom naturturism.

Det är viktiga ekosystemtjänster som naturen ger oss när vi vistas i den och nyttjar den för friluftsliv.





## Mål för friluftslivet

Riksdagen har beslutat om tio friluftslivsmål.

”Målet för friluftslivspolitikerna är att stödja människors möjligheter att vistas i naturen och utöva friluftsliv där allemansrätten är en grund för friluftslivet. Alla människor ska ha möjlighet att få naturupplevelser, välbefinnande, social gemenskap och ökad kunskap om natur och miljö.” *Regeringens skrivelse 2012/13:51 Mål för friluftslivspolitikerna.*

Friluftslivet är brett. Det kan vara att promenera i det närmaste grönområdet, njuta av utsikt, umgås med andra i naturen, titta på växter, vandra eller cykla längs en led eller andra slags upplevelser i olika delar av landskapet.

Friluftsliv ingår i preciseringarna till sju miljömål som berör Södermanlands län: levande sjöar och vattendrag, hav i balans samt levande kust och skärgård, myllrande våtmarker, levande skogar, ett rikt odlingslandskap, ett rikt växt- och djurliv och god bebyggd miljö.

## Tillgång, tillgänglighet och kvalitet

För friluftslivet är det viktigt med tillgång till naturområden överallt där människor bor och vistas.

Allemansrätten är en grund för friluftslivet. Den ger var och en möjlighet att vistas på mark som någon annan äger.

Tillgängligheten är viktig för friluftslivet. Det kan vara tillgängligheten i ett grönområde, som leder, information, bänkar, rastplatser som är tillgängliga för så många som möjligt. Det kan också vara tillgängligheten till grönområdet som avstånd till bostad, tillgång till kollektivtrafik eller barriärer som stora vägar eller järnvägar som hindrar åtkomsten.

Närheten till områden för friluftsliv är avgörande för att människor ska komma ut. En översikt av internationell forskning visar att ett grönområde behöver vara minst 1 hektar för att ge effekt på återhämtning och ligga inom 300 meter från bostaden för att det ska besökas regelbundet i vardagen. För barn, äldre och människor med funktionsnedsättning behöver

avståndet vara mindre och inte mer än 200 meter.

För friluftslivet behövs områden med god kvalitet som ger olika upplevelser. Kvaliteter kan till exempel vara orördhet, variation av upplevelser och naturtyper, utsikter, sällsynta arter, anordningar, leder och särskilda förutsättningar för olika aktiviteter.

Upplevelserna kan vara många, till exempel skönhet, frihet, vildmarkskänsla, återhämtning, utmaningar, social samvaro eller upptäckarglädje.

Friluftslivets förutsättningar påverkas av många olika aktörer. Kommunerna har en särskilt viktig roll i arbetet med samhällsplanering för att se till att det finns vardagsnära natur för olika grupper i befolkningen. Flera kommuner förvaltar också skyddade områden. På länsstyrelsen har vi ansvar för förvaltningen av de flesta skyddade områden i länet. Andra viktiga aktörer är Region Sörmland, friluftslivsföreningar, turistorganisationer, markägare med flera.

Tillgången till, tillgängligheten i och kvaliteten på områden för friluftsliv har stor betydelse för att fler människor ska få de positiva effekterna av att vara i naturen.

## Kunskap om friluftslivet

Idag råder ofta brist på kunskap och underlag om friluftsliv vilket innebär en utmaning i arbetet för att nå friluftslivsmålen. Viktig kunskap att känna till är: Vilka förutsättningar finns i länet för att utveckla friluftslivet? Är friluftslivet tillgängligt för alla? Hur påverkas friluftslivet av planer, program eller pågående markanvändning? Var finns det konflikter mellan olika former av friluftsliv eller mellan friluftsliv och andra intressen? Hur förändras förutsättningarna för friluftsliv över tid?

För att ta reda på detta behövs olika former av kunskapsunderlag. Att utveckla, kombinera och tillgängliggöra geografiska kunskapsunderlag är en central del av de regionala handlingsplanerna för grön infrastruktur.

## Övergripande underlag om friluftsliv

Länsstyrelsen har tagit fram och samlat ett antal övergripande regionala kartunderlag inom grön infrastruktur som berör friluftsliv.

Underlagen är:

1. Bedömd allemansrättslig tillgänglighet (karta 1 och 2)
2. Skyddade områden av betydelse för friluftslivet (karta 3)
3. Tillgänglighetsnivå i naturreservat (karta 4)
4. Anläggningar i naturreservat (kartan presenteras inte i rapporten)
5. Riksintressen friluftsliv (karta 5)
6. Opåverkade områden (karta 6)
7. Bebyggelsestryck (karta 7)
8. Buffertzoner 300 meter runt tätorter, småorter och fritidshusbebyggelse (karta 8)

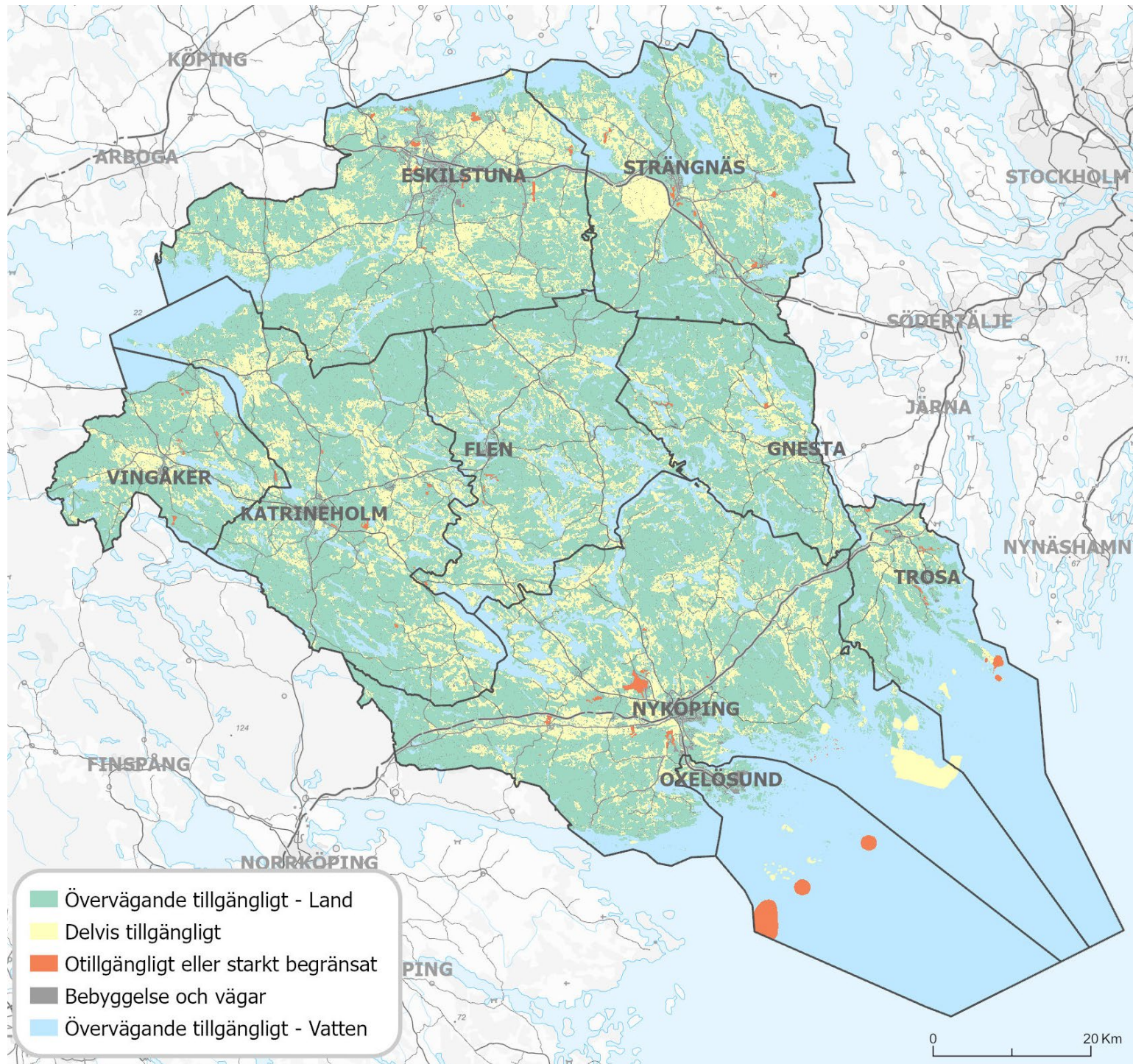
Underlagens innehåll handlar i olika omfattning om friluftslivsmålen *Tillgång till natur för friluftsliv*, *Attraktiv tätortsnära natur*, *Tillgänglig natur för alla* och *Skyddade områden som resurs för friluftslivet* och *God kunskap om friluftslivet*.

För varje kartsikt finns metadata som anger vad som ingår i skikten, hur de har tagits fram och andra anvisningar. För mer detaljerad information, kontakta Länsstyrelsen i Södermanlands län. Vi tar också gärna emot synpunkter och rättelser.

Kartorna finns samlade i länsstyrelsens externa webb-GIS.

[Grön infrastruktur - Länsstyrelsen i Södermanlands län \(lansstyrelsen.se\)](https://ext-geoportal.lansstyrelsen.se/standard/?ap-pid=2cf22a37492c47c29e5352d3dc8e9447)

<https://ext-geoportal.lansstyrelsen.se/standard/?ap-pid=2cf22a37492c47c29e5352d3dc8e9447>



Karta 1: Bedömd allemansrättslig tillgänglighet.

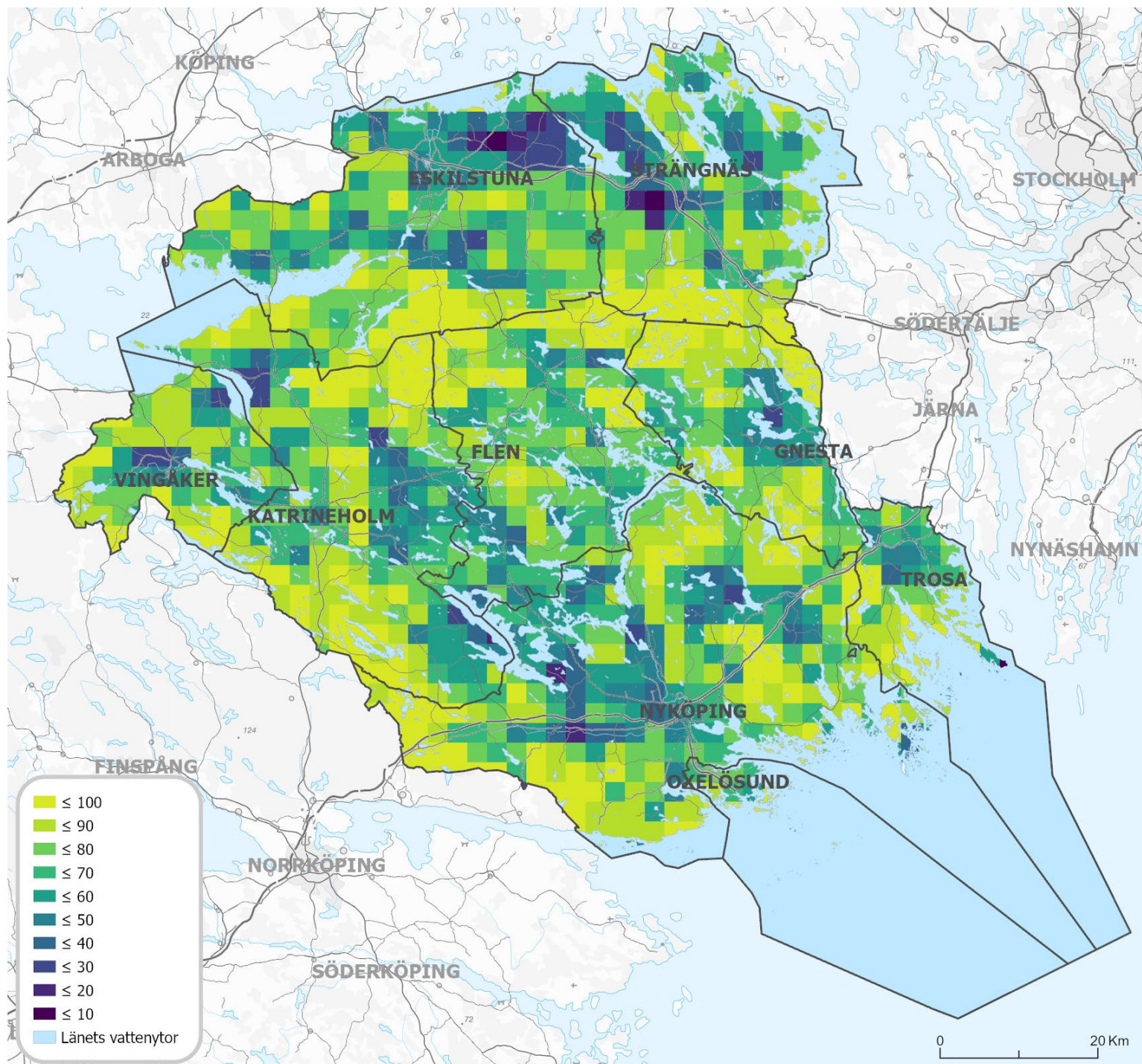
## Bedömd allemansrättslig tillgänglighet

Karta 1 och 2 visar en bedömning av allemansrättslig tillgänglighet i landskapet. Utgångspunkt är vandring och naturupplevelse under barmarkssäsong.

Underlaget ska bara användas på en övergripande, regional nivå. Detta eftersom hänsyn inte har tagits till begränsningar i allemansrätten på detaljnivå, som till exempel hemfridszon eller känslig mark som planteringar.

Med delvis tillgängligt menar vi att området ibland är otillgängligt eller mindre tillgängligt. Det kan vara under viss tid som odlingssäsong eller vid tidsbestämda tillträdesförbud eller när djur är i betesmarker.

Bedömningarna har i huvudsak gjorts utifrån marktäckedata och tillträdesförbud. Vi har bedömt skogsmark som tillgänglig, åkermark och betesmark som delvis tillgänglig. Djurskyddsområden, militära områden och flygplatser har bedömts som delvis tillgängligt eller som otillgängligt eller starkt begränsat.



Karta 2: Bedömd allemansrättslig tillgänglighet, andel övervägande tillgängligt på land.

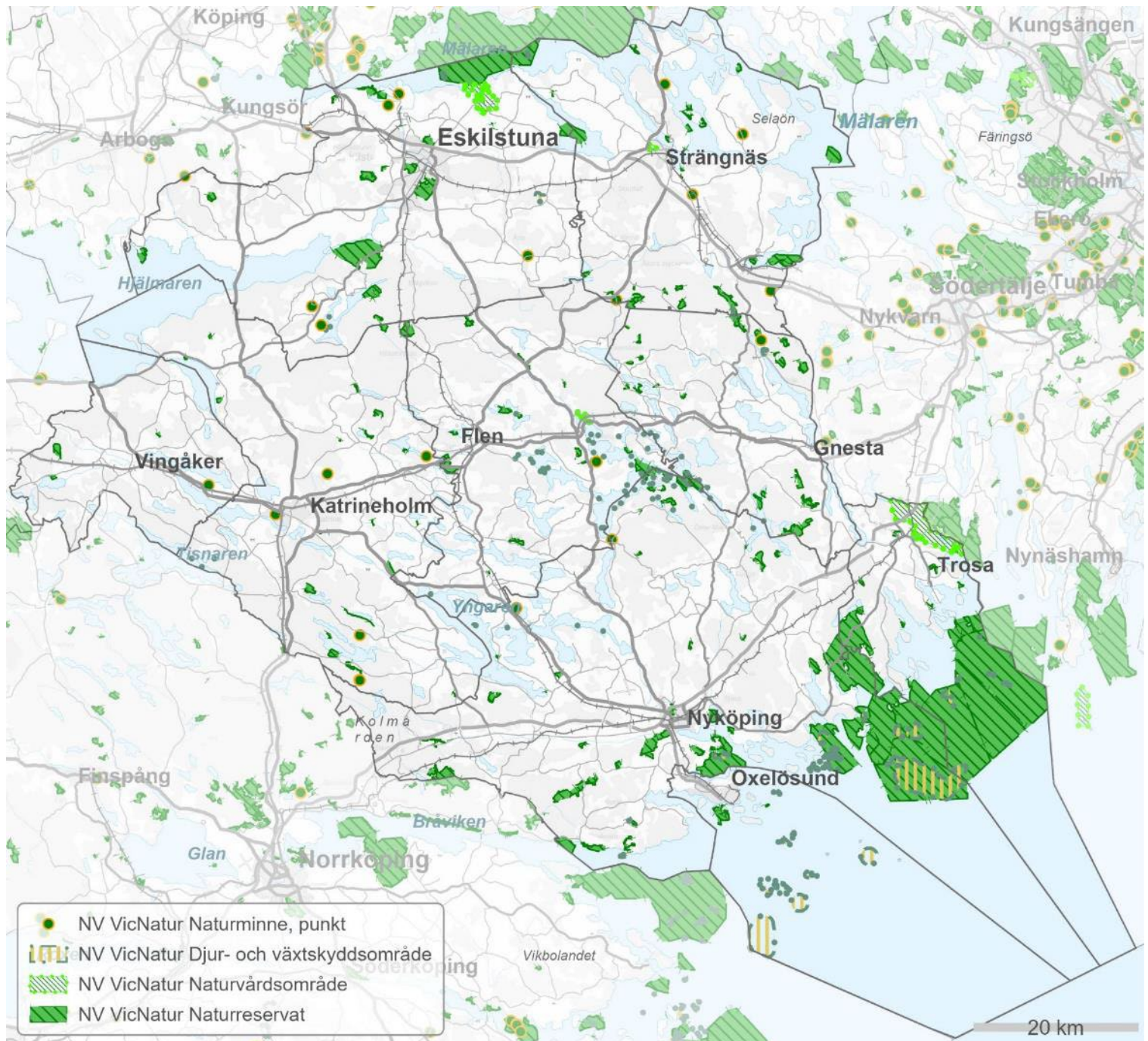
Vad visar karta 1?

Det finns god spridning och tillgång till allemansrättsligt tillgänglig mark i Södermanland utifrån analysen. Tillgången varierar i landskapet, främst på grund av att användningen av marken är olika. För alla kommuner utgör den övervägande tillgängliga marken ungefär 70% på land. Lokalt varierar tillgången mycket mer, generellt är tillgången lägre i jordbruksområden och större i skogsområden. Det kan innebära att det lokalt är brist på allemansrättsligt tillgänglig mark.

Vad visar karta 2?

Genom att dela in länet i rutor om 2,5 gånger 2,5 kilometer har vi skapat en mer generaliserad bild i karta 2 för att ge en uppfattning om skillnader på en generell nivå.





Karta 3: Skyddade områden av betydelse för friluftslivet. Data från Naturvårdsverket.

## Skyddade naturområden av betydelse för friluftslivet

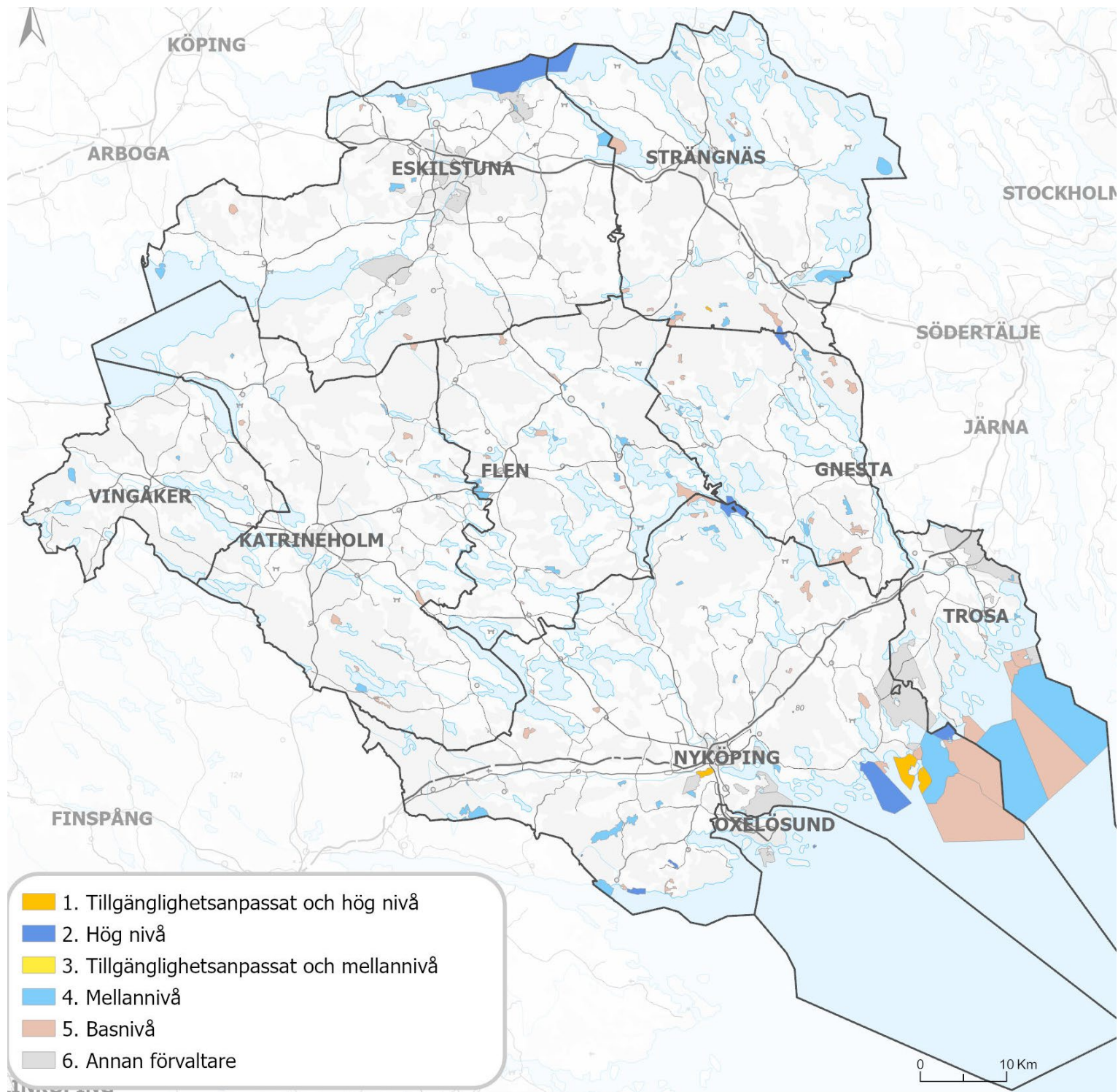
Skyddade områden har normalt höga kvaliteter för friluftslivet vad gäller upplevelser av naturvärden. Djur- och växtskyddsområden har dock tillträdesförbud under hela eller vissa delar av året och är periodvis otillgängliga för friluftslivet. Områdena har samlats i karta 3.

Naturreseptat och den tidigare skyddsformen naturvårdsområden är områden som ofta är av betydelse för friluftslivet. För många områden ingår friluftsliv i syftet som anges i beslutet. I sådana fall anlägger förvaltaren ofta leder och anordningar som rastplatser och publicerar

information som underlättar för friluftslivet. I områden som inte har friluftsliv i syftet kan sådan service helt saknas och friluftslivet sker på egen hand. För ett fåtal områden finns tidsbestämda tillträdesförbud.

Naturminnen är sällan tillgängliggjorda och har generellt liten betydelse för friluftslivet. I enstaka fall kan de vara besöksmål. Vi har ändå valt att ta med dem.

Natura 2000-områden överlappar ofta med naturreseptat. I ett fåtal fall är de tillgängliggjorda. Annars är de områden där besökaren får bedriva friluftsliv på egen hand. Vi har valt att inte ta med dem på kartan.



Karta 4: Tillgänglighetsnivå för friluftslivet i naturreservat och naturvårdsområden.

Vad visar karta 3?

Cirka 6 % av hela Södermanlands yta (land och vatten) är skyddat som naturreservat (5,6 %) och naturvårdsområden (0,3 %).

Fördelningen är ganska ojämn i länet och många skyddade områden har en ganska liten areal. Det är främst i den sörmländska skärgården som stora arealer ingår i skyddade områden och då ingår stor andel vatten.

### Tillgänglighetsnivå för friluftslivet i naturreservat och naturvårdsområden

Karta 4 visar länsstyrelsens klassning av naturreservat och naturvårdsområden efter servicegrad och därmed tillgänglighet för besökare. Kartskiktet visar vilka områden som är tillgängliggjorda av de naturreservat som länsstyrelsen förvaltar. Av länets cirka 175 naturreservat (2022) har 29 annan förvaltare. Kartan visar nuläget.



Tillgänglig stig i Kalkbro naturreservat, nivå 1.

Syftet med klassningen är att identifiera områden som kan göras mer tillgängliga och prioritera resurser mellan områdena. Vi vill också uppnå liknande standard för jämförbara områden och kommunicera tillgängligheten när arbetet är klart. Arbetet pågår med att nå en högre klass (målklass) för flera områden.

Vi har bedömt och valt målklass för naturreservaten utifrån om de:

- har höga friluftslivs- och upplevelsevärden
- är väl spridda i länet
- är tätortsnära
- har hög eller låg besöksfrekvens
- har befintliga anordningar för friluftslivet eller möjlighet att ha nya anordningar
- är möjliga att göra mer tillgängliga för personer med rörelsenedsättning i första hand men även andra funktionsnedsättningar.

Tillgänglighetsåtgärder är inte alltid möjliga att genomföra i ett reservat. Det kan till exempel bero på att naturvärden kan påverkas negativt.

Med tillgänglighetsanpassat menar vi områden som har anordningar och leder som är tillgängliga för funktionsnedsatta.

Med hög nivå menar vi områden som till exempel har toaletter eller dass, markerade leder, rastplatser och en parkeringsplats för många bilar.

Med mellannivå menar vi områden som bland annat har markerade leder, rastplats och parkeringsplats för flera bilar.

Basnivå innebär att området endast har en informationsskylt.

Vad visar karta 4?

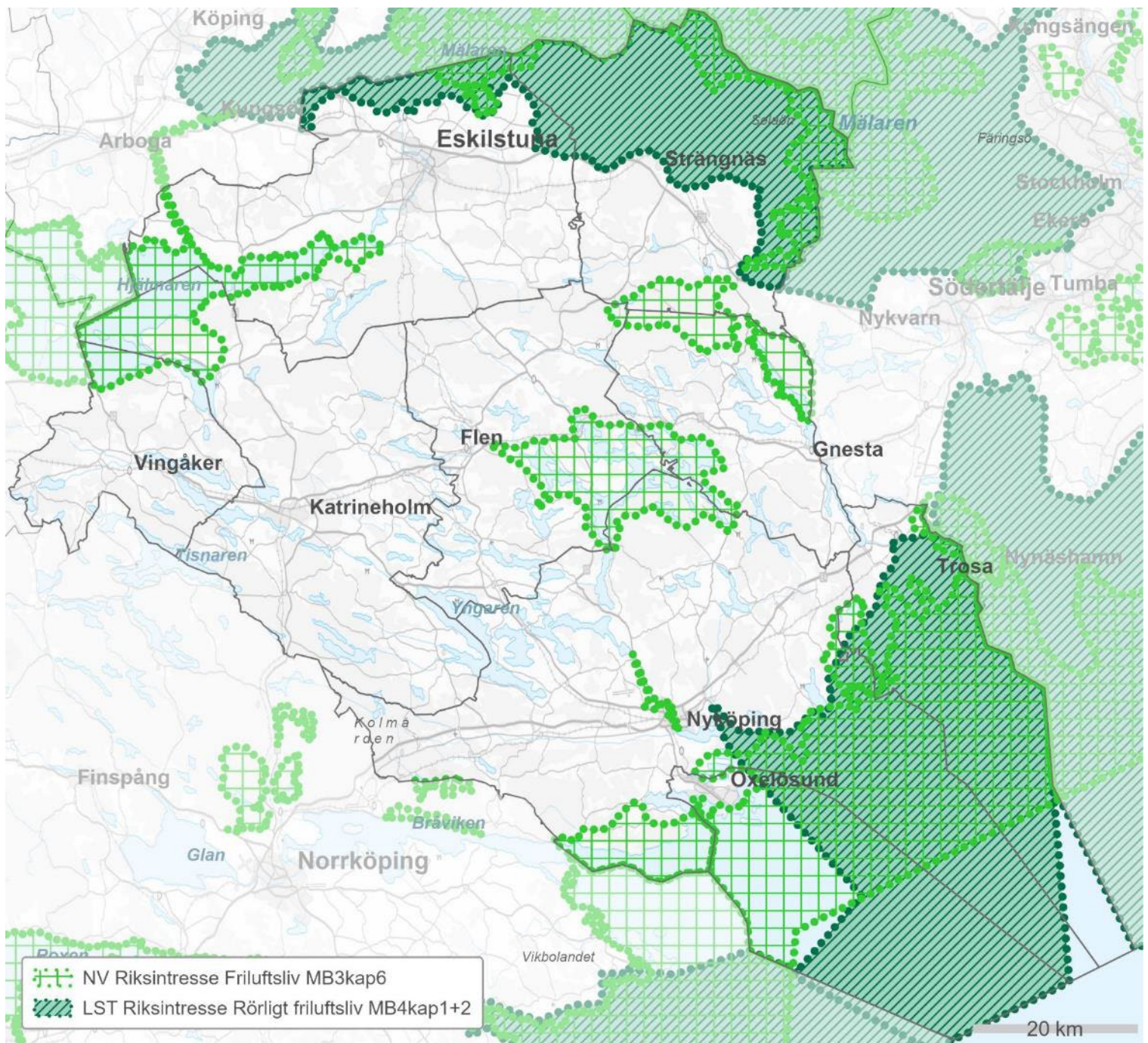
Mer än hälften av de naturreservat och naturvårdsområden som länsstyrelsen förvaltar har leder och anordningar (utöver informationsskylt) för att underlätta för friluftsliv.

Det finns relativt få skyddade områden förvaltade av länsstyrelsen som är tillgänglighetsanpassade och har hög nivå, i nuläget tre områden. Tretton områden har hög nivå utan att vara tillgänglighetsanpassade.

Det finns många områden som har en mellannivå, i nuläget 62 områden.

## Anläggningar i naturreservat

Alla anordningar och leder i naturreservat som förvaltas av länsstyrelsen finns också tillgängliga som kartsikt. Denna karta visas inte i rapporten.



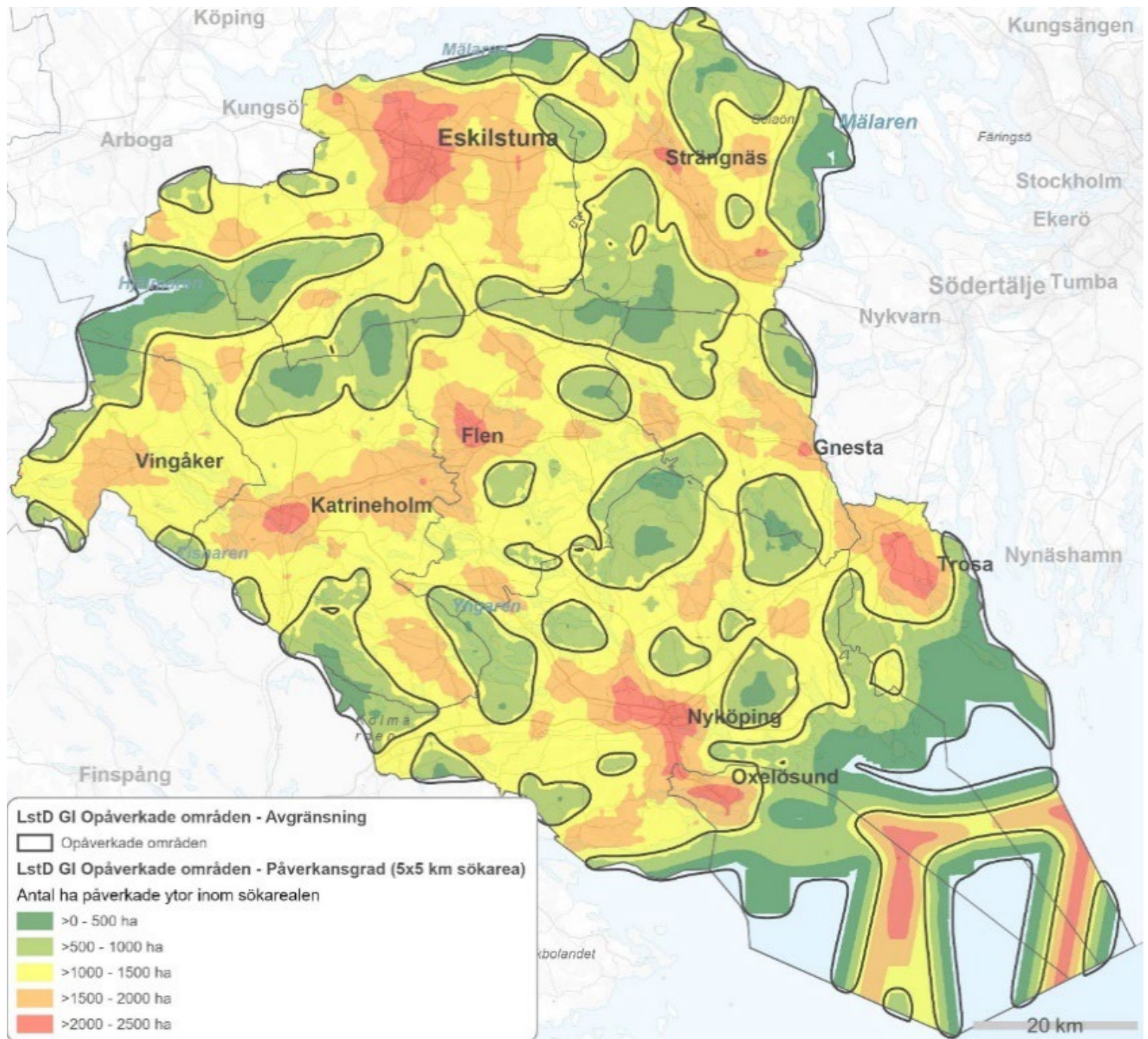
Karta 5: Riksintressen friluftsliv och rörligt friluftsliv.

## Riksintresse friluftsliv

Karta 5 visar riksintressen för friluftsliv.

Riksintresse friluftsliv enligt 3 kap. 6§ i miljöbalken är nationellt viktiga områden för friluftslivet. Områdena är utpekade utifrån kriterier och stödkriterier. För varje område finns en värdebeskrivning. Värdebeskrivningen nås via metadata för området.

Det finns också geografiska områden som är utpekade som viktiga för det rörliga friluftslivet enligt 4 kap. i miljöbalken.



Karta 6: Opåverkade områden.

## Opåverkade områden

Opåverkade områden har särskilda värden för friluftsliv och kan ge upplevelser av ostördhet, vildmark och tystnad. Karta 6 är publicerad i den regionala handlingsplanen för grön infrastruktur från 2019.

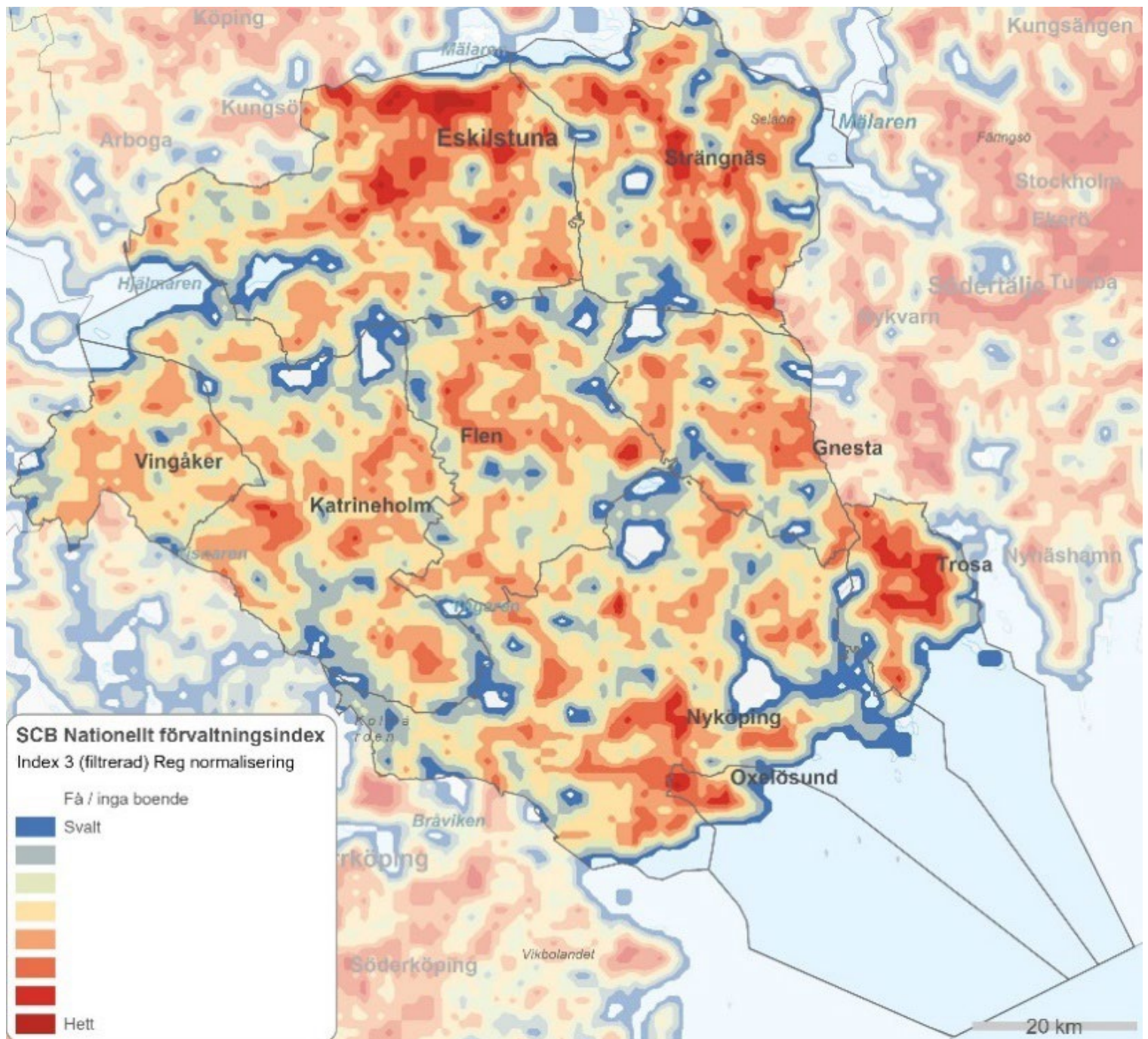
Graden av påverkan baseras på en täthetsanalys av påverkansgrad där röd färg visar hög påverkansgrad. Underlag från bland annat nationella marktäckedata från Naturvårdsverket, vägkartans vägar och järnvägar har använts i analysen.

För havsområdet har endast data för stora sjöfartsleder använts, inte data för småbåtstrafik.

Vad visar karta 6?

Ett antal större, opåverkade områden utmärker sig på kartan, bland annat Hjälmarskapet, Båvenområdet, delar av Mälarens stränder, skogsområden vid Kolmården och Mälarmården samt Östersjökusten.

Till havs är påverkan vid de stora farlederna stor, medan kunskap om småbåtstrafiken saknas.



Karta 7: Bebyggelsestryck. SCB: nationellt förvaltningsindex.

## Bebyggelsestryck

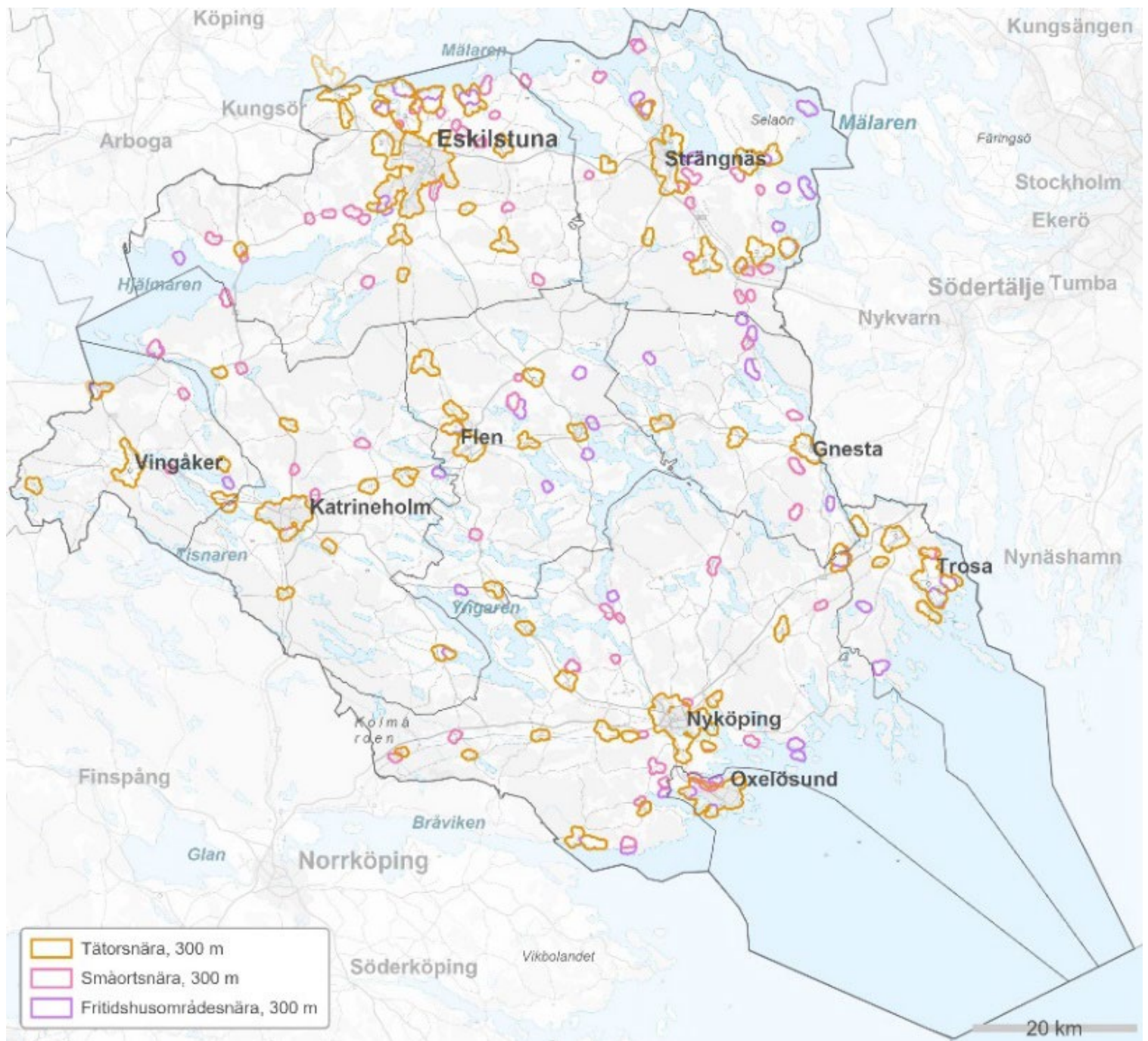
Kartan visar bebyggelsestryck/förändringstryck för olika områden i länet. Analysen baseras på en kombination av taxeringsvärde, byggnadsvärde och in- och utflyttning till området under åren 2005 till 2015.

Ju rödare det är på kartan, desto större "rörelse" är det i området. "Rörelsen" kan betyda att det byggs mer eller att attraktiviteten har ökat genom att fastighetsvärdet har gått upp. En rödare karta kan också tyda på att det finns en ökad sannolikhet för exploatering i framtiden. Blå områden visar ett omvänt läge, att området har avfolkats.

Kartan visar i nuläget inga andra faktorer än just rörelse på bostadsmarknaden. Det finns självfallet en lång rad andra omständigheter som påverkar hur en framtida exploatering av området kommer se ut.

Vad visar karta 7?

Analysen visar att förändringstrycket har varit särskilt högt i de nord-/nordostliga och syd-/sydostliga delarna av länet, exempelvis kring Eskilstuna, Strängnäs och Trosa.

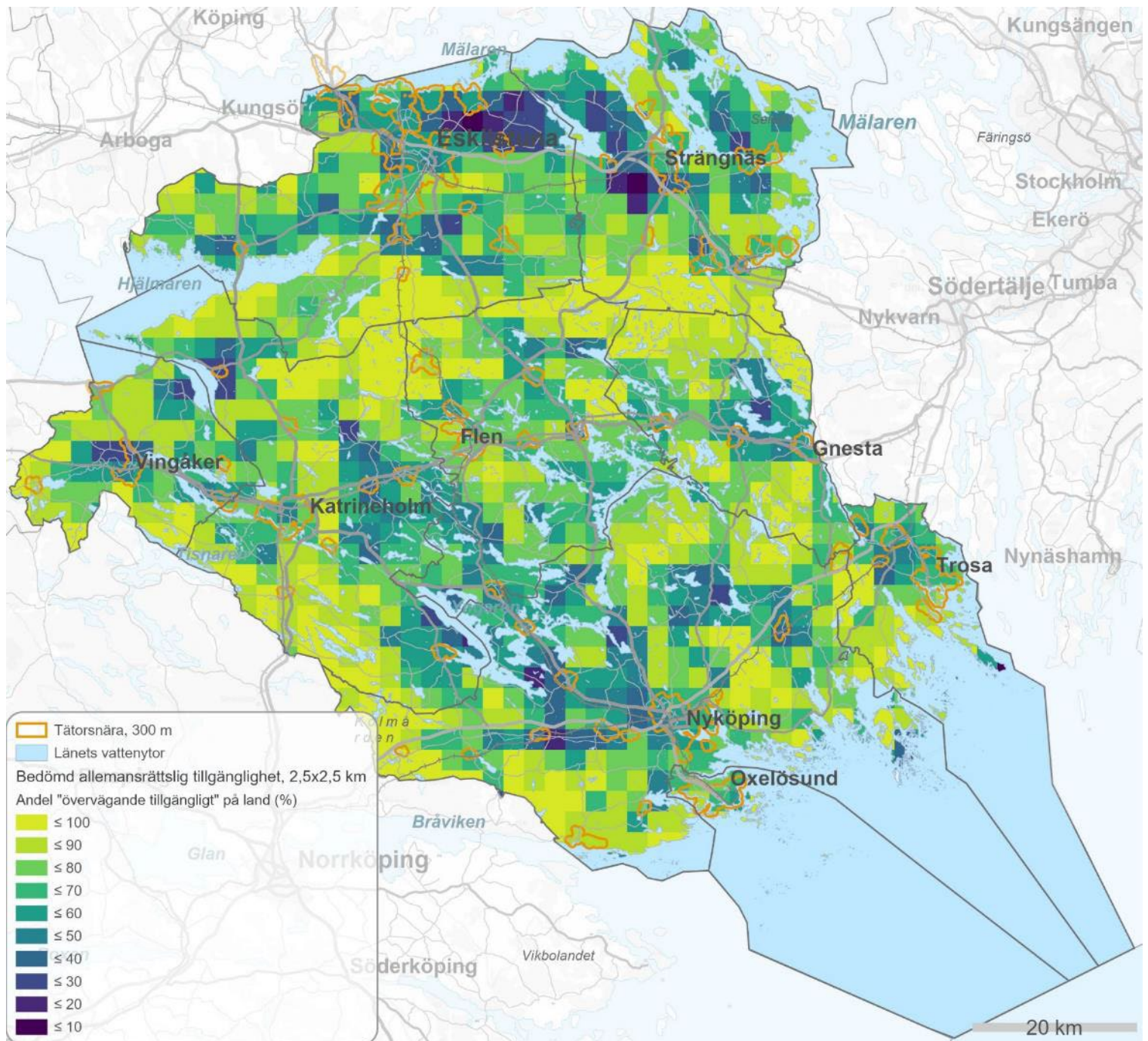


Karta 8: Avstånd till bebyggelse.

## Avstånd till bebyggelse

Karta 8 med buffertar på 300 meter runt tätorter, småorter och fritidshusbebyggelse kan användas för att bedöma närhet till friluftsliv i kombination med andra kartunderlag. Områden för friluftsliv som ligger inom 300 meter från bostad, arbetsplats eller skola har stort värde för det vardagsnära friluftslivet.

Bufferten utgår från områdets ytterkant.



Karta 9: Karta 2 och karta 8 har kombinerats.

## Några möjligheter och utmaningar

Kartsikten kan kombineras och analyseras på olika sätt för att bedöma möjligheter och utmaningar för friluftslivet på en övergripande nivå. Några analyser och slutsatser av underlagen följer här.

### Tillgång till allemansrättsligt tillgänglig mark vid tätorter

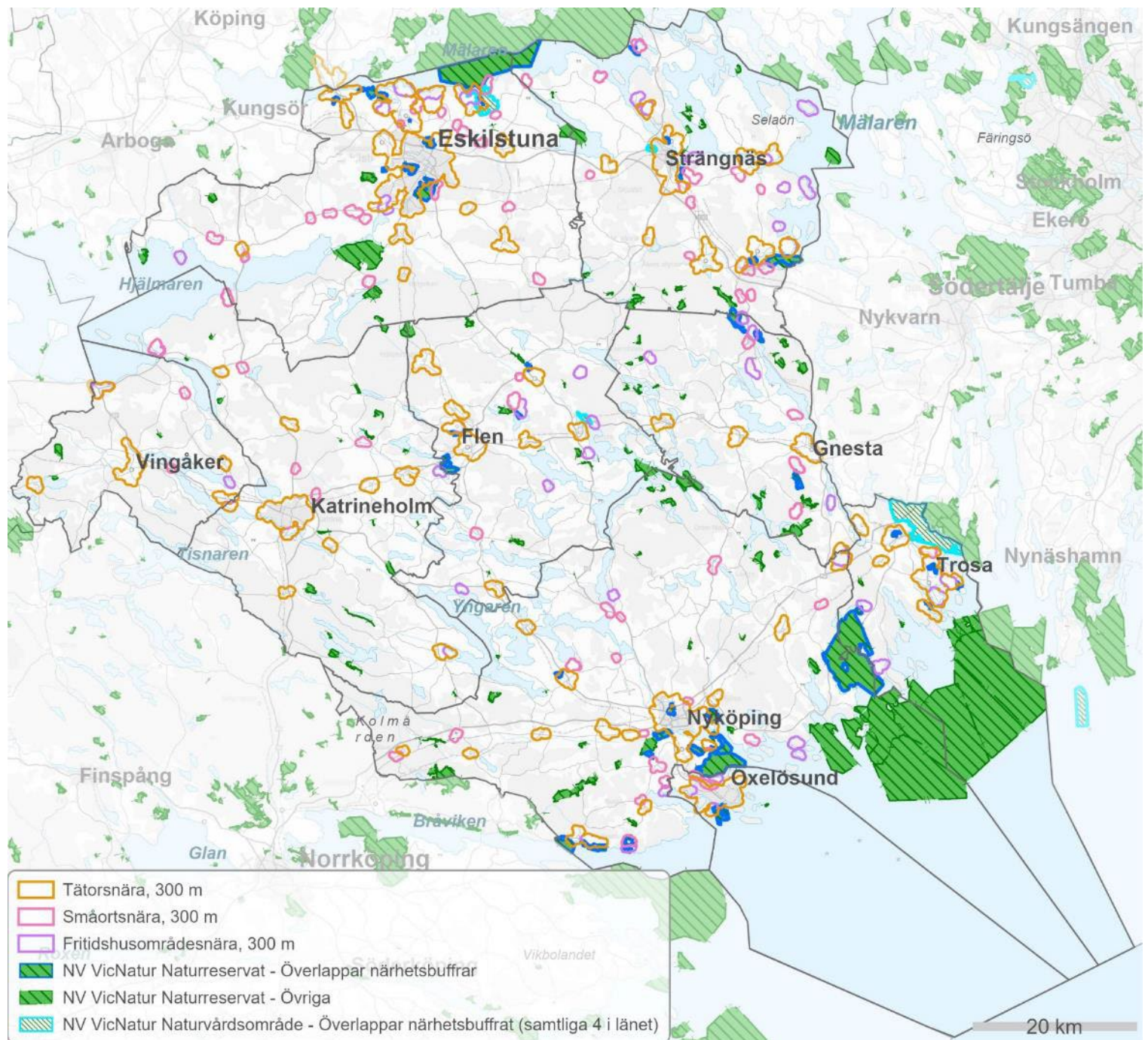
Genom att jämföra med buffertzoner runt tätorterna som i karta 9 kan man få en

översiktlig bild av tillgången till allemansrättslig mark för varje tätort.

#### Vad visar karta 9?

För en del orter ser tillgången till allemansrättsligt tillgänglig mark ut att vara begränsad. Det kan vara motiverat att göra en djupare lokal analys av en del orter för att kontrollera vad det beror på.





Karta 10: Karta 3 och karta 8 har kombinerats.

### Tillgång till skyddad natur vid tätorter, småorter och fritidshusområden

Genom att jämföra med buffertzoner runt tätorterna som i karta 9 kan man få en översiktlig bild av tillgången till skyddade områden som är viktiga för friluftslivet för varje tätort.

Vad visar karta 10?

En analys av hur många av alla naturreservat och naturvårdsområden som tangerar att ligga inom 300 meter från tätorter, småorter och fritidshusbebyggelse visar att 34 av 177 områden

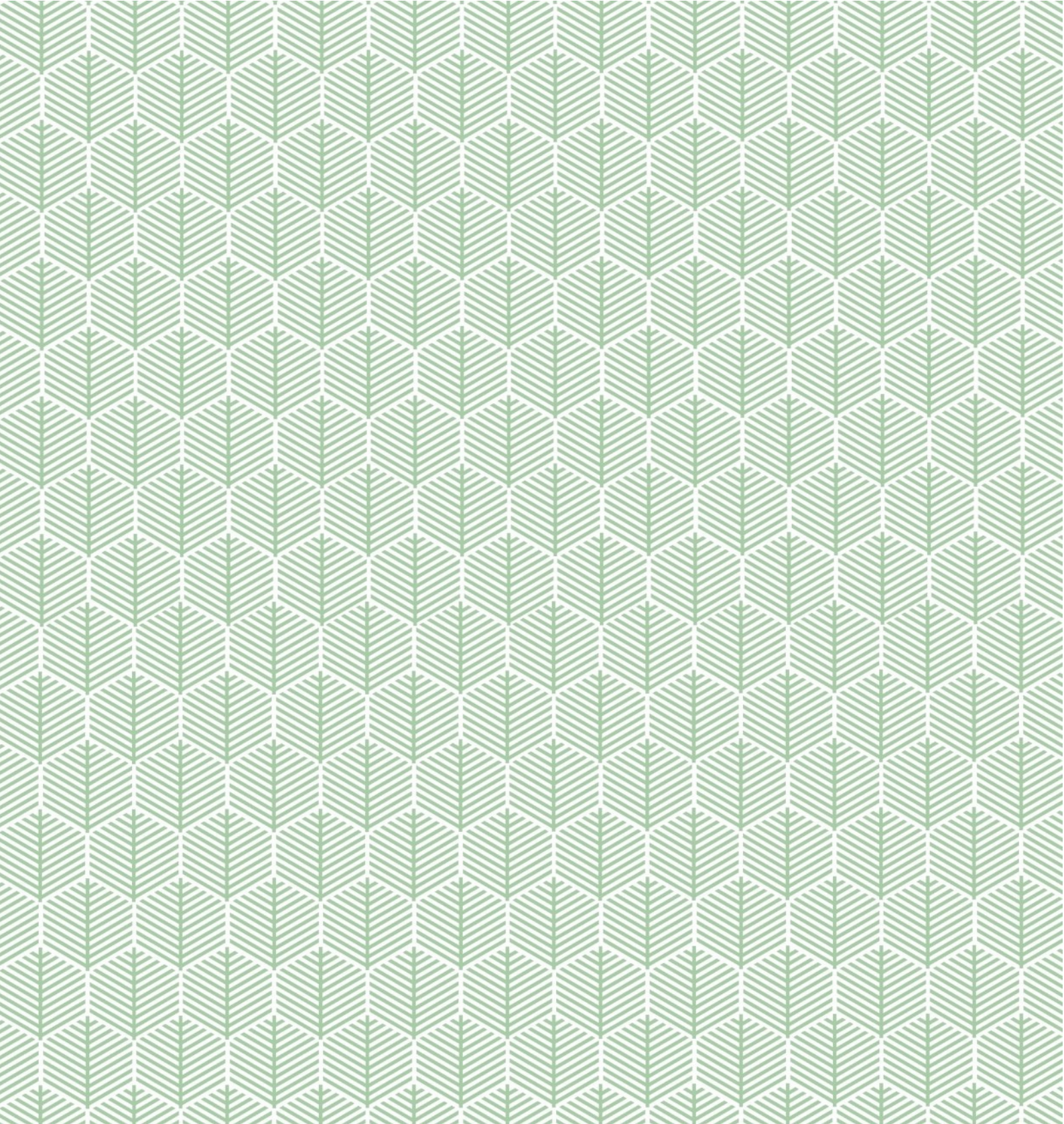
tangerar, vilket framgår av karta 10. Dessa områden är särskilt viktiga för friluftslivet.



## Insatsområden för friluftsliv och förslag på åtgärder

Länsstyrelsen har i uppdrag att arbeta med att leda och samordna det regionala arbetet med att förverkliga regeringens friluftslivspolitik. Inom uppdraget har vi tagit fram en regional handlingsplan för arbetet med friluftslivsmålen, *Friluftsliv i Sörmland*. I handlingsplanen finns åtgärder som länsstyrelsen ska genomföra under en femårsperiod. En av åtgärderna är att ta fram underlag inom ramen för länsstyrelsens uppdrag inom Grön infrastruktur. Andra åtgärder syftar till att öka tillgängligheten till områden för friluftsliv.

Handlingsplanen finns på länsstyrelsens hemsida: [www.lansstyrelsen.se/sodermanland](http://www.lansstyrelsen.se/sodermanland).



LÄNSSTYRELSEN  
Södermanlands län

Länsstyrelsen Södermanlands län

Besöksadress: Stora Torget 13 • Postadress: 611 86 Nyköping

010-223 40 00 • [sodermanland@lansstyrelsen.se](mailto:sodermanland@lansstyrelsen.se) • [www.lansstyrelsen.se/sodermanland](http://www.lansstyrelsen.se/sodermanland)