

## 10 Tipsfrågor med tema natur-hälsa i Altuna 17.5

1. Flertalet studier visar på positiva samband till en god hälsa ( fysisk och allmän psykisk hälsa), när ett grönområde finns tillgängligt nära bostaden. För att området ska kunna besökas regelbundet i vardagen behöver det vara nära. Hur nära?

- A. Inom 300 m
- B. Inom 600 m
- C. Inom 1000 m



2. Många svenskar besöker naturen mindre än en gång i veckan. Men hur många minuters naturvistelse i veckan behövs för att ge bättre hälsa och tillfredställelse enligt studier.

- A. 60 min/vecka
- B. 120min/ vecka
- C. 180 min/ vecka

3. Ungefär en tredjedel av befolkningen är friluftaktiv och friluftsutövandet skiljer sig mellan olika grupper. Vilken åldersgrupp är minst friluftaktiva enligt studier

- A. 16-24 år
- B. 25- 65 år
- C. 65+

4. Har friluftslivet ökat eller minskat mellan åren 2007 och 2018 enligt studier

- A. ökat
- B. oförändrat
- C. minskat

5. Under de båda världskrigen framställdes slemslösande Verispastiller av denna växts rot.

- A. daggekåpa
- B. gullviva
- C. vitsippa

6. Vad är **skogsbad**?

- A. bad med örter från skogen
- B. bad i en skogssjö
- c. vara i naturen med öppna sinnen

7. Vilen är Sveriges nationalblomma?

- A. Blåsippa
- B. Styvmorsviol
- C. Liten blåklocka



8. Vilken är Sveriges vanligaste fågel?

- A. Pilfink
- B. Lövsångare
- C. Koltrast

9. På Fulufjället finns en klon av en gran som växt på samma ställe väldigt, väldigt länge vid namn Old Tjikko. Granen kan föröka sig och överleva genom att skjuta nya rotskott och det är på det viset denna gran har överlevt sedan den slog rot. Hur gammalt är granen?

- A. 1550 år
- B. 5550 år
- C. 9550 år

10. Hur många av 50 000 kända växt- och djurarterna i Sverige är fridlysta i hela landet?. Alla orkidéer, groddjur, kräddjur, fladdermöss och vilda fåglar är fridlysta.

- A. 585
- B. 1085
- C. 2085



SV

Svar 1A, 2B, 3A, 4C, 5B, 6C, 7C, 8B, 9C, 10A