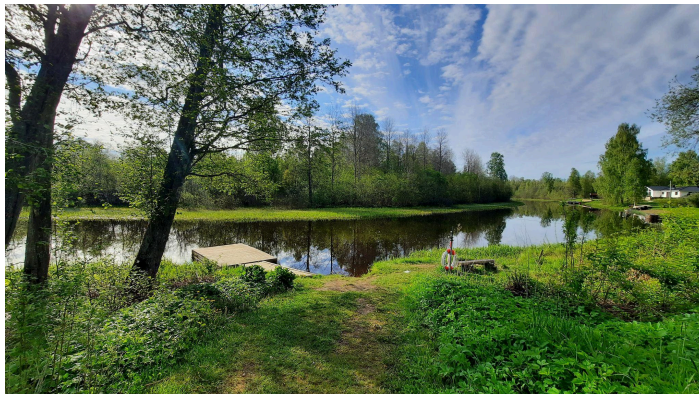


Naturunderstödd rehabilitering

på Fornby Folkhögskola



Hösten 2026 startar vi Naturunderstödd rehabilitering på Fornby Folkhögskola. Projektet erbjuder en miljö där folkhögskolans pedagogiska atmosfär och naturens lökande effekt samverkar för att öka deltagarnas livskvalitet och arbetsförmåga. Projektet finansieras av Finsam Falun-Borlänge och pågår i 2.5 år, med start i augusti 2026.

Bärande inslag i verksamheten:

- ***Naturbaserad:*** Närvaro i naturen för personlig återhämtning och upplevelser av det som finns att finna i den bara tiden till detta ges. Engagemang och delaktighet i utforskandet av naturen uppmuntras.
- ***Aktivitet:*** Trädgårdsarbete, odling, skapande verksamhet, samtal runt elden, gemensamma måltider och promenader anpassade efter årstid och individens ork. Aktiviteterna byggs upp utifrån deltagarnas behov och intressen.
- ***Reflektion:*** Samtal enskilt och i grupp med fokus på hälsa, välbefinnande och livsstil.
- ***Stegförflyttning:*** Successiv ökning av kravnivå och tydligare koppling till studie- och yrkesvägledning. Planering och avstämningsmöten genomförs med deltagare, handledare och handläggare eller behandlare i samband med stegförflyttningar, och är en viktig del i verksamheten för att undvika glapp i rehabiliteringskedjan.
- ***Utvärdering:*** BIP (Beskæfigelses Indikator Projekt), är ett danskt forskningsbaserat arbetssätt och metod för att kartlägga relevanta indikatorer som påverkar hälsan. Metoden används för att kunna stödja och mäta deltagarnas progression mot arbetsmarknaden.

Verksamheten

Vi kommer att vara utomhus så mycket det går, men har även möjlighet att vara inomhus när det behövs. Dagen startar med gemensamt fika och vi samlas därefter för en social incheckning och en gemensam promenad. Vi äter lunch tillsammans och efter det blir det ett aktivitetspass som kan innefatta hantverk, trädgårdspyssel, mindfulness, eller andra aktiviteter som gruppen finner meningsfulla. Vi träffas måndagar, onsdagar och torsdagar, de första två veckorna mellan kl. 10 och 13, efter det mellan kl. 10 och 14.30.

Vi startar vår första grupp (steg 1) den 26 oktober och den pågår i 16 veckor. Därefter kan deltagare vid behov gå vidare från steg 1 till steg 2. Steg 2 har samma basupplägg men lite längre dagar och är mer inriktat mot arbete, med tex studiebesök och miniföreläsningar.

Vem kan delta ?

Projektet riktar sig till alla invånare i Borlänge och Falu kommun i åldern 18-64 år som:

- har nedsatt arbetsförmåga på grund av fysisk och/eller psykisk ohälsa eller har en NPF-diagnos
- är arbetslösa och/eller sjukskrivna (och inte har en arbetsgivare med rehabansvar) och har behov av en restorativ miljö för att påbörja sin arbetslivsinriktade rehabilitering
- har försörjningsstöd, aktivitetsersättning, sjukpenning eller är försörjd av anhörig
- är drogfria

Ansökan om plats för deltagare sker i samverkan mellan deltagaren själv, dess handläggare eller behandlare och ansvarig personal i projektet. Totalt finns det 10 platser i en grupp, som kommer fördelas mellan alla samverkansparter. Den som ansökt blir kallad till en träff på Fornby där verksamheten presenteras och vi pratar om deltagarens behov och avgör om verksamheten är aktuell för personen. Alla deltagare omfattas av skolans försäkring.

Ansökan sker till Maria Ekenberg som är handledare och projektansvarig på Fornby Folkhögskola, via mejl moe@fornby.se eller telefon 070-3998187!

Om du har frågor om verksamheten är du välkommen att höra av dig till oss;

Maria Ekenberg,

handledare/projektansvarig,

moe@fornby.se

mobil 070-3998187

Magnus Jobs,

rektor/verksamhetsansvarig

majo@fornby.se

mobil 070-3100912

Samverkansparter



BORLÄNGE

