

NUR på Fornby

Till: Finsam Borlänge/Falun

Datum: [2026-03-17]

Projektagare: Region Dalarna, Kultur och bildningsförvaltningen Fornby folkhögskola.

I samverkan med: Borlänge Kommun, Falu kommun, Försäkringskassan, Arbetsförmedlingen, hälso- och sjukvården (Region Dalarna).

Ärende: Ansökan om projektmedel för "NUR på Fornby" – Naturunderstödd rehabilitering

Projekttid: 2,5 år med start i augusti 2026

1. Projektsammanfattning

Ansökan om medel för projekt "NUR på Fornby". Projektet syftar till att etablera och genomföra verksamhet för naturunderstödd rehabilitering (NUR) förlagd till Fornby Folkhögskolas park- och trädgårdsmiljö. Projektets idé och metod är att genom gröna miljöer och anpassade aktiviteter erbjuda en brygga tillbaka till arbetsliv eller studier för individer med psykisk och/eller fysisk ohälsa eller utmattningsproblematik, som långvarigt stått utanför arbetslivet. Lokaler finns tillgängliga, och möjligheter till möten och integration med annan verksamhet på Fornby folkhögskola finns. NUR är en evidensbaserad metod för rehabilitering av långtidssjukskrivna och personer som långvarigt stått utanför arbetsmarknaden (Örnberg 2019, Bjerre 2025).

Projektmedel söks för uppbyggnadsfas och rekrytering av första gruppen deltagare (6 månader) samt påföljande 2 år med återkommande deltagarrekrutering var 16e vecka.

Under de inledande sex månaderna formeras personalgruppen (intern tjänsteplanering och eventuell nyrekrytering), verksamheten planeras och den första pilotgruppen deltagare rekryteras i samverkan med Falun och Borlänge kommun, försäkringskassan, vården och arbetsförmedlingen. Storleken på pilotgruppen ska vara 16 deltagare.

Arbetet i pilotgruppen utvärderas och justeras kontinuerligt under de 6 första månaderna. En styrgrupp med chefer/ledare från samverkansparterna tar återkommande del av medarbetarnas utvärderingar. Efter de inledande 6 månaderna rekryteras 16 nya deltagare ur målgruppen samtidigt som deltagare i pilotgruppen, som inte bedömts redo för arbetsmarknaden har möjlighet att delta i en fortsättningsgrupp. Tid i fortsättningsgruppen ska vara behovsanpassad men som längs ytterligare 16 veckor. Fortsättningsgruppen syftar till att ge de deltagare som är nära viktiga

stegförflyttningar möjlighet att faktiskt göra dessa, och så fort de är redo lämnar de gruppen.

I praktiken innebär detta att när projektet är i full gång kommer alltid två grupper att vara aktiva. En grupp med 16 förstastegsdeltagare och en kontinuerligt minskande grupp med fortsättningsdeltagare. Synergier mellan grupperna ska användas. T.ex. kan en del av aktiviteterna i fortsättningsgruppen vara att stötta deltagare i förstastegsgruppen. Arbetsträning kan bli aktuell i Fornby folkhögskolas ordinarie verksamhet.

Deltagarnas progression kommer att stöttas och mätas med BIP, som är ett evidensbaserat verktyg för arbete med individer som har komplexa behov och är i långvarig frånvaro från arbetsmarknaden (Rosholm M. et.al 2020, Broström 2025).

Projektet omfattar två och en halv tjänster (250 %), uppdelat på fyra eller flera deltidstjänster och bygger på samverkan mellan folkhögskola, kommun, Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan och hälso- och sjukvården inom Regionen. Aktuella kommuner är Falun och Borlänge kommuner.

2. Bakgrund och behovsanalys

Dalarna är det län i landet som har högst sjukskrivningstal, med en dystert statistik över långtidssjukskrivningar. Falun och Borlänge är inga undantag i denna statistik. Dessutom finns många med ohälsa som uppbär ekonomiskt bistånd, aktivitetssättning, sjukpenning i särskilda fall eller försörjs av "annan" (anhörig etc.).

Falun

Arbetsmarknadsstatus, november 2024, 20-64 år

	sysselsatta	studenter pensionärer sjuka			arbets- lösa	övriga	
Antal individer:	27 162	973	246	1 033	895	1 414	
Andel av befolkningen %:	85,6%	3,1	0,8	3,2	2,8	4,5	100%
		7,1%			7,3%		

Huvudsaklig inkomstkälla

	arbetsinkomst	studiemedel, pension, föräldrapenning	sjukpenning sjukers, aktivitetssers.	a- kassa	ek. stöd	saknar inkomst	
Antal individer:	25 174	2 323	1 746	548	502	1 430	
Andel av befolkningen:	79,4%	7,3	5,5	1,7	1,6	4,5	100%
		14,5%			6,1%		

Borlänge

Arbetsmarknadsstatus, november 2024, 20-64 år

	sysselsatta	studerande pensionärer, sjuka			arbets- lösa	övriga	
Antal individer:	22 649	982	251	1 172	1 513	1 810	
Andel av befolkningen:	79,8%	3,5	0,9	4,1	5,3	6,4	100%
		8,5%			11,7%		

Huvudsaklig inkomstkälla

arbetsinkomst	studiemedel, pension, föräldrapenning	sjukpenning sjukers. aktivitetsers.	a- kassa	ek. stöd	saknar inkomst	
20 861	2 097	1 860	954	967	1 638	
73,5%	7,4	6,5	3,4	3,4	5,8	100%
	17,3%			9,2%		

Bild ur: "Befolkningens arbetsmarknadsstatus (BAS) November 2024"

Psykisk ohälsa, stressrelaterade sjukdomar och långvarig smärtproblematik hör till de vanligaste orsakerna till långtidssjukskrivning. Det saknas idag en neutral

"mellanrums-arena", en trygg, kravanpassad kontext där rehabilitering kan ske utanför vårdmiljön eller inom arbetsgivarens rehabiliteringsansvar. Forskning visar att Naturunderstödd rehabilitering (NUR) är en effektiv metod för att sänka stressnivåer, återställa kognitiva funktioner och stärka individens tro på sin egen förmåga (Espe & Stewart 2023). Inte minst visar det tidigare projekt som genomförts på samma tema, med dåvarande samordningsförbund Finsam-Falun som huvudsaklig finansiär, på goda resultat för målgruppen. Projektrapport "Natur och hälsa- naturunderstödd hälsoutveckling och rehabilitering i Falun 2012-2022" biläggs (bilaga 1.).

3. Målgrupp

Projektet riktar sig till alla medborgare i Borlänge och Falun kommun i yrkesverksam ålder (18-64 år) som:

- Har nedsatt arbetsförmåga på grund av stressrelaterad ohälsa, utmattningssyndrom eller lättare till medelsvår psykisk ohälsa.
- Bedöms ha behov av en förrehabiliterande insats i lugn miljö för att påbörja sin arbetslivsinriktade rehabilitering.
- Rekrytering av deltagare sker i samverkan mellan projektets medarbetare och berörda aktörer i kommun, vård, försäkringskassa och med deltagaren (viktigt är att deltagaren själv vill).

4. Syfte och Mål

Syfte: Att skapa en hållbar rehabiliteringsmodell där folkhögskolans pedagogiska miljö och naturens läkande effekt samverkar för att öka deltagarnas arbetsförmåga och livskvalitet.

Kvantitativa mål:

- Erbjud 70 deltagare plats i projektet under projekttiden (7 grupper med 10 deltagare i varje grupp)
- Att deltagarna vid slutet av sin tid i projektet ska ha uppnått en mätbar (mot uppsatta mål) förflyttning närmare arbetsmarknaden (t.ex. påbörjat arbetsträning via arbetsmarknadsenheter, gått in i insatser via FK/AF-samverkan, studier eller annan arbetsförberedande insats).
- Deltagarna ska öka sin närvaro och delaktighet i arbetsmarknadsinriktade aktiviteter.
- Etablering av NUR-verksamheten som en långsiktig (permanent) insats

Kvalitativa mål:

- Ökat psykiskt välbefinnande och minskade stressnivåer hos deltagarna, samt utveckla ett reflektivt förhållningssätt till egen stress och hälsa.
- Ökad egenmakt och känsla bland deltagarna av att kunna försörja sig och hållbart vara del av arbetslivet (tilltro till sin egen förmåga)
- Etablerad samverkansstruktur mellan Fornby Folkhögskola, Region Dalarna och Borlänge/Falun kommun, Försäkringskassan, Arbetsförmedlingen gällande remittering och uppföljning.

5. Genomförande och Metod

Verksamheten förläggs till Fornby Folkhögskola. Miljön erbjuder tillgång till trädgård, parkmiljö och strövområde. Lugna och trivsamma lokaler med möjlighet att möta och se annan folkhögskoleverksamhet finns. Deltagarna har också tillgång till Fornbys bibliotek och andra allmänna uppehållsytor.

16 veckors vistelse för förstastegsgruppen, därefter fortsätter de deltagare som behöver det i ett andra steg. Det andra steget kan maximalt vara ytterligare 16 veckor, men målet är att adekvata stegförflyttningar (mål) nås så tidigt som möjligt under den andra perioden.

BIP kommer att användas som stöd för att nå och uppfatta viktiga förändringar för den enskilde individen. Dokumentation kring deltagarnas utveckling genomförs och ställs i relation till utveckling deltagarens arbetsförmåga. Finsams niofältare kommer att användas som uppföljnings- och utvärderingsverktyg av verksamheten.

Ambition att attrahera följeforskare till projektet finns. Kontakter tas under våren 2026 för detta.

Metodiken bygger på NUR-principer:

1. **Vistelse:** Förstastegsdeltagare: Kravlös närvaro i våra lokaler eller i naturen för återhämtning. Försättningsgrupp: Möjligheter att kunna fortsätta den kravlösa återhämtningen men också att stödja deltagare i förstastegsgruppen.
2. **Aktivitet:** Trädgårdsarbete, odling, skapande verksamhet, samtal runt elden och promenader anpassade efter årstid och individens ork. När vädret inte tillåter utomhusvistelse sker aktiviteter inomhus i trevliga lokaler. Försättningsgruppen får möjlighet att arbetsträna med ordinarie personal i projektet, men också i andra verksamheter på Fornby när så är möjligt. Möjligheter att kunna få en kopp kaffe och bre sig en smörgås ska finnas. Ibland lagas mat tillsammans (då till självkostnadspris)
3. **Innehåll:** Samtal enskilt och i grupp med fokus på hälsa och livsstil. Utvärderingar av progression med BIP som stöd. Stöd i kontakter med samverkansparterna i projektet. Samtal om möjliga vägar framåt.
4. **Stegförflyttning:** Successiv ökning av kravnivå och tydligare koppling till studie- och yrkesvägledning. Folkhögskolans ordinarie kursutbud kan fungera som en naturlig utslussning. Samverkansparterna i kommun och arbetsförmedling är viktiga komponenter i detta.

6. Organisation och Personal (Resurser)

Projektet ansöker om medel för två och en halv tjänst (250 %) för att säkerställa både den gröna kompetensen och kompetens inom rehabilitering med fokus på pedagogisk kompetens och erfarenhet. Personalresurserna kan fördelas enligt nedan eller på annat lämpligt sätt.

1. **Projektansvarig och pedagog (75 %):**
 - *Profil:* Erfaren pedagog med erfarenhet av att leda och arbeta i naturunderstödd rehabiliteringsarbete.
 - *Ansvar:* Leda projektutveckling och göra Individuella rehabiliteringsplaner i samverkan med vård och kommun, samtal, kontakt med remitterter (Region/Kommun/FK/AF) och dokumentation.
2. **Pedagog (75 %):**
 - *Profil:* Pedagog med kompetens inom hälsa och utomhuspedagogik
 - *Ansvar:* Planera och leda det praktiska arbetet i trädgården, anpassa arbetsuppgifter efter deltagarnas fysiska och kognitiva förmåga.
3. **Pedagog (50 %):**
 - *Profil:* Pedagog

- *Ansvar:* Planera och leda det praktiska arbetet i projektet,
- 4. **Assistent (50 %):**
 - *Profil:* Assistent med intresse för hälsa och utomhuspedagogik
 - *Ansvar:* Arbeta praktiskt tillsammans med deltagarna i trädgården, anpassa arbetsuppgifter efter deltagarnas fysiska och kognitiva förmåga.

7. Samverkansparternas roller

- **Fornby Folkhögskola:** Projektägare. Tillhandahåller lokaler, mark, administration och arbetsgivaransvar för projektpersonalen. Kopplar på studie- och yrkesvägledning.
- **Region Dalarna (Vårdcentraler/Psykiatri):** Identifierar och remitterar deltagare. Bidrar med medicinsk bedömning vid behov.
- **Borlänge/Falun Kommun (Arbetsmarknadsenheten/Försörjningsstöd):** Identifierar och aktualiserar deltagare. Samverkar kring fortsatt planering efter avslutad tid i projektet.
- **Försäkringskassan:** Identifiera och aktualisera deltagare. Samverka kring fortsatt planering för deltagare efter avslutad tid i projektet.
- **Arbetsförmedlingen:** Del i rekrytering av deltagare. Samverkan kring fortsatt planering för deltagare som är på väg att lämna projektet (eller har lämnat det).

8. Tidsplan

- **Månad 1-6:** Rekrytering av personal, iordningställande av trädgårdsmiljö, förankring hos handläggare och rekrytering av första deltagargruppen (pilotgrupp). Återkommande uppföljning i styrgrupp.
- **Månad 7:** Andra gruppintaget samt förflyttning till steg två av deltagare som behöver ytterligare tid i projektet (från pilotgruppen).
- **Månad 8-30:** Löpande verksamhet, uppföljningsmöten i styrgrupp.
- **Månad 29-30:** Utvärdering, slutrapport och implementeringsplan för ordinarie verksamhet. Styrgrupp och samverkansparter involveras i detta arbete.
- **Utvärdering och uppföljning** genomförs enligt Finsams direktiv i självvärderingsmodellen "niofältaren".

9. Budget (Preliminär)

- 2,5 tjänster: 1.750.000 SEK/år (projektid 2,5 år = 4.375.000 SEK)
- Kringkostnader hela perioden (2,5 år) 80.000SEK (fika, ingredienser till matlagningsaktiviteter, materialkostnader för kreativ verksamhet,

informationsmaterial, eventuella transportkostnader i samband med utflykter eller studiebesök)

10. Styrning och ledning

- Projektägare är Region Dalarna, Fornby folkhögskola som finns i kultur och bildningsförvaltningen.
- Projektansvarig pedagog leder det operativa arbetet
- Styrgrupp består av chefer eller av chefer utsedda, med mandat i de verksamheter som berörs bland samverkansparterna, förbundschef Finsam samt Rektor Fornby folkhögskola, I styrgruppen finns också projektledaren.

Referenser:

Örnberg, U., & Löfqvist, P. (2019). Arbetsterapins betydelse i naturunderstödd rehabilitering: En beskrivande studie av verksamheter inom naturunderstödd rehabilitering för personer med stressrelaterade besvär.

Bjerre, B. M., Kyrö Wissler, S., & Pálsdóttir, A. M. (2025). Naturunderstödd rehabilitering på landsbygden-(NUR). *LTV-fakultetens faktablad*, (2025: 15).

Rosholm M., Sørensen K.L., Skipper L. (2017) BIP Indikatorer og jobsandsynlighed - Hovedpointer Væksthusets Forskningscenter

Broström, S., & Öberg Crabo, M. (2025). Beskæftigelses Indikator Projekt (BIP) ett verktyg-många verkligheter:-En kvalitativ studie om enhetshandläggares upplevelse avbalansen mellan individanpassning och systemstyrning.

Espe, K. T., & Stewartz, A. (2023). Upplevda förändringar i hälsa och aktivitetsvanor genom deltagande i naturunderstödd rehabilitering: En kvalitativ studie om friluftsgruppen "Häng med oss ut".

Borlänge 2026-03-17



Magnus Jobs
Rektor Fornby folkhögskola