

Naturunderstödd rehabilitering på landsbygden – (NUR)

– ett projekt inom rehabiliteringsgarantin: NUR-gården Kluvhult

Författare: Britt-Marie Bjerre och Sara Kyrö Wissler & Anna María Pálsdóttir

Region Skåne är ledande i Sverige med att erbjuda naturunderstödd rehabilitering, NUR, till personer som söker primärvården på grund av stressrelaterad psykisk ohälsa. NUR erbjuds som stöd i pågående behandling där vården ansvarar för patientens rehabilitering och NUR-leverantören erbjuder hälsofrämjande naturmiljöer och meningsfulla aktiviteter. Konceptet bygger på både nationell och internationell forskning kring naturens betydelse för människors hälsa. NUR i Skåne drivs av Region Skåne i samverkan med Sveriges lantbruksuniversitet. Läs gärna närmare kring NUR i Skåne på www.slu.se/nur och www.1177.se NUR på landsbygden i Skåne

Gården Kluvhult ligger i slutet av en slingrande grusväg. Gården, som är från 1850-talet, är belägen på Nävlingeåsen mellan Hässleholm och Kristianstad. Verksamheten på gården är i grunden skogsbruk som kompletterats med Hästunderstödda Insatser, HUI, 2011, och från och med maj 2017 Naturunderstödd Rehabilitering på landsbygd, NUR.

Naturen

Gården är belägen i ett gammalt kulturlandskap där små åkrar kantas av mossiga stengården som är omgivna av stora ekar, björkar, lönnar, alar, ask och asp. Naturen är varierad och kuperad. Den karaktäriseras av äldre lövskog huvudsakligen bestående av ek och bok. Här finns även alsumpskog och ett kärr. I skogen finns ett stort tudelat stenblock och en ruin. I hagarna betar hästar och får som håller landskapet öppet och bidrar till en biologisk mångfald. Djuren skapar ett naturligt liv i hagarna.

Trädgården

Trädgården består av flera olika rum och innehåller hagar för djuren, odlingsland, fruktlund och växthus. I sin helhet erbjuder utemiljön en återhämtande och vilsam miljö som har hög kontemplativ karaktär (Olszewska-Guizzo et al. 2025). I den rofyllda trädgården finns olika bärbuskar, fruktträd och blommor. Under sommarhalvåret syns bina samla nektar och

pollinera. Precis utanför trädgården, bakom en häck, finns en hage med en stor ek och flera björkar med hängmattor för mer avskild vila. Växthuset, som står centralt i trädgården, erbjuder skydd mot regn och blåst samtidigt som det erbjuder en känsla av att vara utomhus. Ofta eldas det i kaminen för att få det varmt och ombonat. I det rymliga växthuset på 64 kvm finns, liksom på flera platser utanför växthuset, sittgrupper för social samvaro, gemensam fika eller

NUR-gården Kluvhult. Foto: Anna María Pálsdóttir



aktivitet. Vilstolar placeras i den trädgårdsmiljö deltagaren önskar, i sol eller skugga, eller vid får- och hästhagen. Odlingen sker på friland, i pallkragar och i växthuset. Gården är självförsörjande på frukt, bär och grönsaker en stor del av året.

Djuren

De tre hästarna bidrar till ett lugn men kan även locka fram lekfullhet och livsglädje. Fåren är sällskapliga och vill gärna bli kliade. Gården har två stallkatter som bjuder in till lek, lek och glädje. Här finns sex bikupor med bin som bidrar med pollinering för mer frukt, bär och honung.

Verksamheten och NUR-program

Verksamheten på Kluvhult bedrivs året runt med undantag för sommaruppehåll samt jul och nyårshelger. Intagningen sker löpande, vilket innebär att deltagarna kan påbörja sin NUR när det passar i deras rehabiliteringsprogram. NUR-dagarna äger rum på måndag onsdag och fredag mellan klockan 10.00 och 14.00. Vi är ute året om och tar skydd i växthuset när det behövs. Vid extremt dåligt väder så finns det en stuga på 16 m².

Strukturen för dagen

- Dagen börjar med samling i växthuset eller ute i trädgården.
- Därefter har deltagarna egen tid för att känna efter vilka behov de har, kroppsligt och själsligt.
- Efter egen tid, erbjuds en skogspromenad och ungefär klockan 12 äts den medhavda lunchen.
- Därefter är det aktivitet eller vila utifrån deltagarens ork och dagsform.
- Vid dagens slut klockan 14.00 samlas alla och avrundar tillsammans innan hemresa.

Aktiviteter och återhämtning

Det är NUR-deltagarnas olika behov som styr val av plats för vila, aktivitet eller gemenskap och social samvaro. Både aktiviteter i naturen och med djuren hjälper deltagarna att vara närvarande i stunden. Det kan handla om att stanna till för en stunds återhämtning i bokskogen, hos fåren eller hästarna. Lugna skogspromenader, att lyssna till fåglar och vindens sus i träden eller stanna upp i hagarna för att lyssna till ljuden när djuren äter. Deltagarna övar sig i att lyssna på sin kropp, sina behov, lär sig slappna av och komma in i en djupare vila.

Aktiviteterna följer årstidernas växlingar och på våren startar odlingen. Deltagarna sätter sticklingar av doftande pelargoner och lavendel, odlar grödor som är rika på dofter och smaker, skördar, kokar soppa, syltar, saftar, gör chutney, äppelmos och pesto. Deltagarna kan prova hantverkssysslor som att fläta i pil, tälja, nål-tova eller våt-tova ull. Sommartid handlar aktiviteterna om att sköta om och plocka blommor och bär, vattna, rensa ogräs och se till djuren. Under varma dagar kan man sitta och vila i det svala stallet med hästarna.

Personalen

Verksamheten leds av Britt-Marie Bjerre som är Friskvårdspedagog med utbildning och erfarenhet av arbete inom trädgårdsterapi samt att använda häst i vård och socialt arbete, terapeutisk ridning, sjukvård, psykiatri, personalfriskvård, behandlingshem, hälsofrämjande aktiviteter och rehabilitering. Utöver Britt-Marie arbetar även Jenny Silverberg, som är socionom och yogalärare.

Hästar och får är en del av vardagen på NUR-gården Kluvhult. Foto: Britt-Marie Bjerre





I växthuset på Kluvhult. Foto: Anna María Pálsdóttir

Kontaktperson:

Britt-Marie Bjerre, verksamhetschef,
friskvårdspedagog

Hemsida: www.kluvhult.se

E-post: b-m@kluvhult.se

Telefon: 076-2080101

Address: Nävlinge-Maglehult 2581, 288 93 Nävlinge

Foto: Anna María Pálsdóttir



Fakta – Naturunderstödd vård i Skåne

NUR-interventionen är ett komplement till annan behandling för att stödja patientens återhämtningsprocess som ett led i återgång till arbete. Målgruppen för NUR är personer som sökt vård för stressrelaterad psykisk ohälsa såsom utmattningssyndrom, mild till måttlig depression och/eller ångest (F43.8A, F32.0, F32.1 samt F41), en målgrupp med tendens till social isolering och passivitet.

Verksamheten anpassas efter deltagarnas behov och förutsättningar. Deltagarna ska alltid kunna känna att de kan vara precis så som de är, och slappna av i det. Här finns inga som helst prestationskrav och därför heller inga krav på att vara social om man inte vill eller orkar.

Alla vårdcentraler och psykiatrimottagningar i Region Skåne kan erbjuda NUR för sina patienter. Vårdenheter med intresse av att erbjuda NUR ska anmäla sig som NUR-enhet samt se till att utsedd koordinator genomgår utbildning. Mer information till dig som vårdgivare finner du på www.skane.se/nur.

Under NUR-veckorna har verksamheten regelbunden kontakt med NUR-koordinatören. Deltagaren har kontakt med vården för andra insatser. Halvvägs in i NUR-insatsen hålls ett så kallat mittmöte, där deltagare, koordinator, behandlare från vårdcentralen, försäkringskassan, arbetsförmedlingen (om aktuellt) och personal från verksamheten stämmer av hur deltagaren hittills upplevt NUR, och påbörjar en planering för nästa steg efter NUR-veckorna.

Mer om NUR-konceptet i Skåne

Olszewska-Guizzo, Agnieszka ;Taufer, Francesca; Benzar, Annetta; Kyrö Wissler, Sara; Hedblom, Marcus; Pálsdóttir, Anna María (2025). Visual Quality Assessment of Outdoor Settings for Nature-Based Interventions in Sweden Using the Contemplative Landscape Model. [LTV-Factsheet number 2](#). Dept. of People and Society, SLU, Alnarp.

Pálsdóttir, A.M. & Kyrö Wissler, S. (2021). Alnarps rehabiliteringsträdgård som forskningsarena. Grunderna för nytt rehabiliteringskoncept implementerad inom hälso- och sjukvården i Skåne. LTV-Fakultetens [Faktablad nr 13](#). Inst. För Människa och samhälle (IMS), SLU.

Kyrö Wissler, S. & Pálsdóttir, A.M. (2021). Naturunderstödd rehabilitering (NUR) på landsbygd. – Skånemodellen. Myndighetssamverkan kring stressrelaterad psykisk ohälsa. LTV-Fakultetens [Faktablad nr 14](#). Inst. För Människa och samhälle (IMS), SLU.

Pálsdóttir, A.M. & Kyrö Wissler, S. (2021). Naturunderstödd rehabilitering på landsbygden (NUR) – Skånemodellen. Kravspecifikationer för verksamheter som driver och är upphandlade NUR leverantörer. LTV-Fakultetens [Faktablad nr 15](#). Inst. För Människa och samhälle (IMS), SLU.

(<https://www.1177.se/Skane/undersokning-behandling/behandlingar-vid-psykiska-sjukdomar-och-besvar/naturunderstodd-rehabilitering-pa-landsbygd-i-skane-n>)

Kontakt SLU –

myndighetssamverkan NUR i Skåne

[Sara Kyrö Wissler](#), projektledare Campusutveckling,

Hon arbetar med utvecklingen av universitetscampuset i samverkan med Akademiska hus och Lomma kommun. Har sedan 2008 arbetat med myndighetssamverkan och konceptutveckling av interventioner kopplade till Alnarps rehabiliteringsträdgård och NUR. Har uppdrag med att kvalitetssäkra NUR modellen samt verksamheterna med avtal med Region Skåne.

[Anna María Pálsdóttir](#), docent och universitetslektor i miljöpsykologi,

Hon arbetar med konceptutveckling och vetenskapliga utvärderingar av naturunderstödda interventioner som bedrivs i olika utemiljöer för olika målgrupper samt utvecklingen av kvalitetskriterier för hållbara hälsofrämjande utomhusmiljöer såsom NUR verksamheter. Har uppdrag med att kvalitetssäkra NUR modellen samt verksamheterna med avtal med Region Skåne.

Författare

Britt-Marie Bjerre,
verksamhetschef, friskvårdspedagog
b-m@kluvhult.se

Sara Kyrö Wissler
Projektledare
Avdelningen för infrastruktur och lokaler, SLU
sara.kyro@slu.se

Anna María Pálsdóttir
Docent och universitetslektor
Institutionen för Människa och samhälle, SLU
anna.maria.palsdottir@slu.se
ORCID <https://orcid.org/0000-0002-4561-5792>



Naturunderstödd rehabilitering (NUR) på landsbygden i Skåne – ett projekt inom rehabiliteringsgarantin: NUR-gården Kluvhult

Ansvärgivare: Institutionen för människa och samhälle, SLU, Sveriges lantbruksuniversitet. År 2025 **Layout:** Malin Åberg Aas/SLU

© Britt-Marie Bjerre, Sara Kyrö Wissler, Anna María Pálsdóttir

