



Grön rehabilitering – möjlig väg till landsbygdsutveckling?

Erfarenheter från naturunderstödd rehabilitering

Lovisa Wahlgren Nilsson

Examensarbete/Självständigt arbete • 15 hp Sveriges
lantbruksuniversitet, SLU
Fakulteten för naturresurser och jordbruksvetenskap
Program: Samhällsutveckling – landsbygd
Uppsala 2025



Grön rehabilitering – möjlig väg till landsbygdsutveckling?

Erfarenheter från naturunderstödd rehabilitering

Green rehabilitation – a possible path to rural development?
Experiences from nature-based rehabilitation

Lovisa Wahlgren Nilsson

Handledare:	Malin Beckman, Sveriges lantbruksuniversitet (SLU), institutionen för stad och land
Examinator:	Sara Westerdahl, Sveriges lantbruksuniversitet (SLU), institutionen för stad och land
Omfattning:	15 hp
Nivå och fördjupning:	Grundnivå, G2E
Kurstitel:	Självständigt arbete i landsbygdsutveckling
Kurskod:	EX0888
Program/utbildning:	Samhällsutveckling - landsbygd
Kursansvarig inst.:	Institutionen för stad och land
Utgivningsort:	Uppsala
Utgivningsår:	2025
Upphovsrätt:	Alla bilder används med upphovspersonens tillstånd.
Elektronisk publicering:	https://stud.epsilon.slu.se
Nyckelord:	Grön rehabilitering, naturunderstödd rehabilitering (NUR), landsbygdsutveckling, hållbarhet, psykisk ohälsa

Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för naturresurser och jordbruksvetenskap

Institutionen för stad och land

Avdelningen för landsbygdsutveckling

Sammanfattning

Denna studie undersöker hur grön rehabilitering, särskilt i form av naturunderstödd rehabilitering (NUR), kan bidra till en hållbar landsbygdsutveckling. Studien fokuserar på sociala, ekologiska och ekonomiska dimensioner av hållbarhet och studien bygger på en litteraturöversikt samt intervjuer med aktörer inom grön rehabilitering. Forskning visar att grön rehabilitering har positiva effekter på människor med psykisk ohälsa, vilket denna studie bekräftar. Samtidigt kan grön rehabilitering bidra till landsbygdsutveckling, genom att exempelvis skapa sociala värden, stärka ekologisk medvetenhet och erbjuda en alternativ inkomstkälla för framför allt jordbruksföretag på landsbygden. NUR-verksamheter på landsbygden kan främja lokal utveckling genom ökad sysselsättning och samhällsengagemang. Studien lyfter även utmaningar såsom bristande långsiktighet, finansiering och osäkra villkor vid offentlig upphandling. Slutligen pekar studien på att grön rehabilitering har en stor potential till att bli ett viktigt komplement till vården och parallellt bidra till landsbygdsutveckling, men detta kräver en mer stabil och långsiktig samverkan, mellan olika aktörer.

Nyckelord: Grön rehabilitering, naturunderstödd rehabilitering (NUR), landsbygdsutveckling, hållbarhet, psykisk ohälsa

Abstract

This study investigates how green rehabilitation, especially in the form of nature-assisted rehabilitation (NUR), can contribute to sustainable rural development. The study focuses on social, ecological and economic dimensions of sustainability and is based on a literature review and interviews with actors in green rehabilitation. Research shows that green rehabilitation has positive effects on people with mental health problems, which this study confirms. At the same time, green rehabilitation can contribute to rural development, for example by creating social values, strengthening ecological awareness and offering an alternative source of income, especially for agricultural enterprises in rural areas. NUR activities in rural areas can promote local development through increased employment and community involvement. The study also highlights challenges such as lack of long-term perspective, financing and uncertain public procurement conditions. Finally, the study points out that green rehabilitation has great potential to become an important complement to healthcare and, in parallel, contribute to rural development, but this requires more stable and long-term collaboration between different stakeholders.

Keywords: Green rehabilitation, nature-based rehabilitation (NUR), rural development, sustainability, mental health

Innehållsförteckning

1.	Inledning	5
2.	Syfte och frågeställning	6
3.	Litteraturöversikt.....	7
4.	Metod.....	10
4.1	Möjlig annan metod.....	12
5.	Teori och begrepp.....	13
5.1	<i>Hållbarhet</i>	13
5.2	Begreppsförståelse	14
6.	Resultat och diskussion.....	15
6.1	Intervjupersonen Kim bakgrund	15
6.2	Framnäs gård bakgrund.....	15
6.3	Lyckegården/Hjortagården bakgrund	16
6.4	Förutsättningar för NUR-verksamhet.....	16
6.5	Social hållbarhet.....	17
6.6	Ekologisk hållbarhet.....	18
6.7	Ekonomisk hållbarhet.....	19
6.8	NUR:s effekter på landsbygdsutveckling	20
6.9	NUR kopplat till andra verksamheter	22
6.10	Utveckling framåt	22
7.	Slutsatser.....	24
	Referenser.....	25

1. Inledning

I dagens samhälle ökar psykisk ohälsa, grön rehabilitering kan vara en lösning och samtidigt bidra till en hållbar landsbygdsutveckling.

Grön rehabilitering är en möjlig faktor till en läkande miljö och på samma gång kan det bidra till en hållbar landsbygdsutveckling där människor stannar kvar på landsbygden och samtidigt skapar en trygg och gemensam plats (Lidfors, Wahlgren, Vestlund & Johansson, 2020).

Enligt Folkhälsomyndigheten (2025) kan vistelse i naturen förbättra människors fysiska och psykiska mående, genom att öka den kognitiva förmågan, öka koncentrationen och underlätta för sociala kontakter, samt att hantera stress och förmågan till återhämtning både fysiska och psykiska (Folkhälsomyndigheten, 2025).

Enligt Försäkringskassan (2024) är det rekordmånga sjukskrivningar på grund av psykisk ohälsa, vilket framför allt drabbar kvinnor. Grön rehabilitering kan vara en möjlig väg att gå för att hjälpa människor med psykisk ohälsa och samtidigt bidra till att fler stannar kvar på landsbygden, vilket i sin tur kan skapa en landsbygdsutveckling. Det behövs människor på landsbygden för att den ska kunna utvecklas.

År 2019 bodde ca 78 % av befolkningen i tätorter, och enligt nyare statistik från SCB (2024) så bor nu ca 88% av Sveriges befolkning i tätorter. Trenden att flytta från landsbygden har dock minskat under de senaste åren (Tillväxtverket, 2019), och är inte lika kraftig som tidigare år. Av de som flyttar från landsbygden är en större andel kvinnor, vilket bidrar till en ojämlik fördelning mellan könen, vilket kan beröra demografin och landsbygdsutvecklingen negativt (Hela Sverige, 2025).

Grön rehabilitering som sker på landsbygden, kan vara ett komplement till vården, och skulle därmed kunna vara ett sätt att underlätta och bidra till landsbygdsutveckling. Detta kan i sin tur ge gårdar och andra företag på landsbygden en extra inkomstkälla. Grön rehabilitering kan dock vara svår att både finansiera och implementera. Sjukvården brister nämligen med resurser (Socialstyrelsen, 2023). Detta skulle dock kunna motverkas genom statliga stöd och samverkan mellan kommuner och företag, och då skulle dessa kostnader kunna vägas upp av minskade sjukskrivningar och en mer hållbar arbetsmarknad i hela vårt samhälle, inte minst på landsbygden.

Mot denna bakgrund vill jag därför studera vilka erfarenheter som finns på området grön rehabilitering på landsbygden och vilka förutsättningarna är för att det skulle kunna bidra till landsbygdsutveckling. Jag kunde inte inom ramen för mitt arbete finna några studier med denna koppling, vilket ger ännu en anledning till att genomföra min studie.

2. Syfte och frågeställning

Syftet med denna studie är att undersöka om grön rehabilitering kan vara en möjlig väg till en hållbar landsbygdsutveckling och samtidigt hjälpa människor med psykisk ohälsa. Studien fokuserar på sociala, ekologiska och ekonomiska dimensioner av hållbarhet och studien bygger på en litteraturöversikt samt intervjuer med aktörer inom grön rehabilitering.

Min frågeställning är: Hur kan grön rehabilitering bidra till en hållbar landsbygdsutveckling?

3. Litteraturöversikt

Det finns flera olika beskrivningar av vad grön rehabilitering är och det finns därför också olika benämningar. Det kan till exempel vara naturunderstödd rehabilitering (NUR), trädgårdsterapi och hälsoträdgård. Det som de alla har gemensamt är att främja psykiskt välmående, med hjälp av natur, djur och trädgård.

NUR (naturunderstödd rehabilitering) beskrivs i tre faktablad från LTV-fakulteten (Landskap, trädgård och växtproduktionsvetenskap), som publicerades 2021 av Anna María Pálsdóttir och Sara Kyrö Wissler, som tillsammans ger en helhetsbild av naturunderstödd rehabilitering i Skåne (Pálsdóttir & Kyrö Wissler, 2021). I dessa tre faktablad beskrivs hälsoeffekterna av medicinsk naturunderstödd rehabilitering och hur integrationen mellan människor och utomhusmiljö på landsbygden fungerar. Denna NUR-modell grundar sig på de insikter och erfarenheter som erhållits genom myndighetssamverkan, samt på den forskning som tillämpats vid Sveriges lantbruksuniversitet (Lidfors, Wahlgren, Vestlund, Johansson, 2020).

NUR-modellen är ett komplement till annan behandling för att stödja återhämtningsprocessen. Patienten ska vara motiverad och ha ork att genomföra rehabiliteringens perioden som omfattar åtta veckor, där vistelsen är tre dagar i veckan samt fyra timmar per tillfälle ute på en NUR-gård. Region Skåne tillämpar denna modell och i dagsläget finns det åtta verksamma gårdar i Regionen.

Patienterna kommer till gården under den bestämda tiden och där erbjuds de meningsfulla aktiviteter med förankring till verksamheten samt aktiv vila. Gården ska vara en kravlös miljö att vistas i, kopplat till trädgård, djur och natur. NUR-modellen ställer kravet att det ska två personal för en grupp med fem patienter, men vid övergångsperioden får antalet patienter uppgå till sju.

Faktabladerna bygger på vetenskapligt genomförda studier i utomhusmiljö mellan 2002 och 2019, med deltagare som lider av stressrelaterad psykisk ohälsa såsom utmatningssyndrom, där rehabiliteringsmålet är att komma tillbaka till arbete igen (Pálsdóttir & Kyrö Wissler, 2021).

Konceptet NUR har utvecklats genom ett samfinansierat forsknings- och utvecklingsprojekt mellan Region Skåne, Försäkringskassan, Arbetsförmedlingen och Lantbrukarnas riksförbund, med delfinansiering från Europeiska socialfonden, enligt Kindsjö & Wejåker (2012). År 2014 togs modellen i bruk på landsbygden i Skåne under benämningen NUR-landsbygd, även kallad Skånemodellen. I dag är NUR integrerad i primärvården i Skåne som ett komplement till pågående behandling, och fungerar som en återhämtningsinsats för personer med stressrelaterad psykisk ohälsa. NUR-modellen bygger på samverkan mellan upphandlad verksamhet och vården (Kindsjö & Wejåker, 2012).

Det är läkaren som tar det fulla medicinska ansvaret för patienten under hela NUR-programmet. NUR-koordinatören utgör en nyckelfunktion i samordningen

mellan hälso- och sjukvården, rehabiliteringsverksamheten och patienten. NUR-verksamheten ska ha minst två personer med relevant kompetens som innefattar erfarenhet av lantbruk, trädgårdsskötsel, växtodling eller ha en utbildning inom natur- och djurunderstödda interventioner. Därutöver minst en person i verksamheten ha utbildning inom pedagogik, beteendevetenskap eller människovårdande yrke och erfarenhet av att leda grupper (Pálsdóttir & Kyrö Wissler, 2021).

Det finns flera studier som beskriver de positiva hälsoeffekterna av att vistats i naturen, på en gård eller i en trädgård vid psykisk ohälsa. Vistelserna har varit strukturerade och genomförda genom stöd av legitimerad personal inom vården. Några av dessa studier är till exempel *”Grön rehabilitering som behandling på lantgård, Metodutveckling av naturunderstödd rehabilitering med interdisciplinärt vårdteam vid utmattningssyndrom”* av Lena Lidfors, Elisabeth G Wahlgren, Christina Vestlund, Astrid Johansson, vid Sveriges lantbruksuniversitet (SLU), (2021), och *”Nature-Based Rehabilitation for Patients with Long-Standing Stress-Related Mental Disorders: A Qualitative Evidence Synthesis of Patients’ Experiences”* av Anna Bergenheim, Gunnar Ahlborg, Jr., och Susanne Bernhardsson (2021) (MDPI, 2021).

Grön omsorg är ett närliggande begrepp, men innebörden är inte samma som för grön rehabilitering. Vid grön rehabilitering är vårdtagaren sjukskriven hos Försäkringskassan och patienten förväntas komma tillbaka till arbetslivet igen, medan detta inte ingår i grön omsorg. Grön omsorg handlar mer om daglig verksamhet för exempelvis personer inom LSS (lag om stöd och service till personer med funktionsnedsättning) (Prejer, 2014).

En liknande definition av grön omsorg ges av Lantbrukarnas Riksförbund (LRF), som beskriver det som en meningsfull sysselsättning på landsbygden för personer med funktionsvariationer (Lantbrukarnas Riksförbund, 2010).

I artikeln *”Att jobba med hjärtat”* av Pettersson och Tillmar (2019) beskrivs grön omsorg som skärningspunkten mellan landsbygdsutveckling, entreprenörskap, välfärdsystem och genus. Grön omsorg likt grön rehabilitering, utgår från att miljön, naturen och djuren har en vårdande och rehabiliterande effekt på människor.

Artikeln pekar även på aktörers inre motivation till att driva hälsa och livskvalitet för andra, främst småskaliga lantbruk. De stora utmaningarna som artikeln lyfter fram angående grön omsorg är finansieringen, särskilt när det gäller kontrakt med kommuner, regioner eller andra organisationer och/eller individer. Det behövs en tillräcklig ekonomisk ersättning samt en långsiktighet för att kunna bedriva och utveckla denna typ av verksamhet, vilket artikeln pekar på att det verkar vara svårt att åstadkomma. Artikelns resultat lyfter fram att grön omsorg är relevant men att fenomenet inte har utvecklats i Sverige så som i andra länder exempelvis Norge. Det framgår även att hos lantbrukarna, som intervjuades inom grön omsorg, ligger fokuset främst på sociala, lokala och personliga värden, snarare än ekonomisk vinst. Verksamheterna utvecklar även den lokala bygden, där relationer mellan människor

och platsen förstärks, samt mellan människor och djur vilket i sin tur skapar ett starkare sammanhang (Pettersson & Tillmar, 2019).

4. Metod

Mitt tillvägagångssätt med denna undersökning bestod av en granskning av tidigare litteratur av relevant forskning kring grön rehabilitering samt intervjuer med relevanta aktörer på detta område. Min avsikt var från början att söka efter undersökningar som visar på vilka effekter grön rehabilitering har på en hållbar landsbygdsutveckling, där alla tre dimensioner av hållbarhet redovisas, nämligen socialt, ekologiskt och ekonomiskt. Jag valde att fokusera på alla tre hållbarhetsdimensionerna, för att få ett brett perspektiv av effekterna på utvecklingen av landsbygden. Inom ramen för mitt arbete kunde jag dock inte finna några studier med just denna koppling, vilket gav ännu ett incitament till att genomföra min studie.

Under litteraturstudien fördjupades min förståelse av att grön rehabilitering har många olika benämningar, exempelvis grön rehab, vandringssträdgård, trädgårdsterapi, sinnessträdgård, hälsoträdgård och naturunderstödd rehabilitering (NUR). Det finns således många benämningar för insatser som handlar om att främja människors psykiska välmående kopplat till natur, djur och trädgård.

Petterssons och Tillmars artikel (2019) var därför ett lämpligt underlag att börja med, eftersom den gav mig en ökad förståelse om skillnaden mellan grön rehabilitering och grön omsorg. En följd av detta blev att min studie fokuserade enbart på grön rehabilitering och inte grön omsorg.

Hållbarhetens dimensioner (2024) var ett ytterligare passande underlag för att ge en djupare förståelse för min valda teori eftersom den innefattar hållbarhetens alla dimensioner.

För att underlätta litteratursökningen användes AI så som Chat GPT, vid sammanfattning av enstaka texter samt för att rensa ut irrelevanta texter, detta för att underlätta mitt arbete med tanke på den begränsade tidsramen.

Under min litteraturinsamling fann jag intressant forskning kring grön rehabilitering av flera forskare inom miljöpsykologi, verksamma i Alnarp. Jag tog därefter kontakt med några av dessa forskare och fick flera positiva svar, som i sin tur ledde mig vidare till LTV-fakultetens faktablad av Pálsdóttir och Kyrö Wissler. Dessa två forskare hänvisade mig vidare till ett projekt i Region Skåne (Region Skåne, 2025), nämligen ”*Naturunderstöd Rehabilitering (NUR)*” och till ytterligare information som fanns på 1177s hemsida (1177, 2025). På den senare gick det också att hitta vilka gårdar som ingick i projektet NUR. Mitt nästa steg i arbetet blev att gå igenom gårdarnas webbsidor och hitta mejladresser till samtliga gårdar. För att genomföra studien kontaktade jag samtliga åtta gårdar som bedriver NUR i Skåne. Tre svarade att det gärna hade ställt upp på en intervju om det hade varit under någon annan period under året, för under våren hade dessa tre gårdar en stor arbetsbelastning. Tre svarade inte trots påminnelser, samt två som ville ställa upp på en intervju. Intervjuerna utfördes med Mikael Lingehag och Amalia Falck från

Skåne, parallellt med skrivprocessen. Samtliga intervjupersoner tillfrågades om de önskade att vara anonyma. Därutöver intervjuade jag en person från Stockholms län, innan jag påbörjad skrivprocessen. Den personen har bedrivit liknande verksamhet inom grön rehabilitering och önskar i det här sammanhanget att vara anonym, därav kommer personen härnäst att benämnas som Kim.

Jag har använt mig av kvalitativa intervjuer som enligt Bryman (2002) är den mest använda metoden i en kvalitativ forskning. För att få ett bredare perspektiv gjorde jag semi-strukturerade intervjuer, vilket är en metod som innebär att man har förutbestämda frågor och därefter anpassar man följdfrågorna utifrån vad intervjupersonen berättar, för att kunna samla in eventuella sidospår som man inte har räknat med tidigare (Bryman, 2002). Jag valde denna metod eftersom jag ville få fram olika synvinklar från parterna som intervjuas. Det vill säga möjliga sidospår som jag från början inte visste var relevanta att undersöka. Jag ville inte riskera att missa något som skulle vara intressant att ta del av.

Intervjuerna genomfördes via telefon och tog ca 35 – 45 minuter per intervju. Dagens teknologi gör det möjligt att göra intervjuer på distans, men telefonintervjuer är dock inte lika personliga i mina ögon. De tar tyvärr bort intrycket från platsen man annars hade besökt, samt hur frågorna tas emot hos den intervjuade. I och med avståndet till gårdarna i Skåne och att min utgångspunkt var i Uppsala, så passade telefonintervjuer ändå mycket bra. Ett alternativ hade kunnat vara att genomföra intervjuerna på exempelvis zoom, då man har möjlighet att se varandra.

Intervjuerna innehöll ca 20 – 25 frågor, och utöver dessa även följdfrågor som till exempel ”Kan du utveckla vidare? Hur hanterade ni det? Varför tror du det?”. Dessa följdfrågor kom att utveckla samtalet ytterligare. Frågorna var indelade i tre olika kategorier. Den första handlade om verksamhetens bakgrund, ansvariga personers utbildning och om själva gården. Den andra delen fokuserade mer på perspektivet av landsbygdsutveckling, om hur NUR-verksamheter kan bidra till en utveckling på landsbygden och slutligen sista delen som handlade om framtidsvisioner samt vad intervjupersonerna tyckte var viktigast att få med under vårt samtal. Jag valde att ha flera öppna frågor som exempelvis:

- Kan du berätta om er gårds historia?
- Vad var avgörande för att ni skulle börja med NUR?
- Hur viktigt är NUR för er ekonomiskt?
- På vilket sätt tror du att er gård inom verksamheten NUR kan bidra till landsbygdsutveckling?
- Hur ser du på framtiden för NUR?
- Vad är det viktigaste du vill att jag tar med mig från vårt samtal?

Dessa frågor gav en bredare bild av gårdarna och deras verksamhet samt tankar kring landsbygdsutveckling och framtidsvisioner. Vidare hade jag även några enstaka ja och nej frågor för att få fram tydliga svar, till exempel, ”Har ni anställda?”. (se [bilaga 1](#) för alla frågor)

Mot bakgrund av den begränsade tidsramen av arbetet, gav frågorna en tillräckligt bra helhetsbild av verksamheterna med fokus på landsbygdsutveckling. Det gjorde det möjligt för mig att svara på min frågeställning, vilken lyder:

- Hur kan grön rehabilitering bidra till en hållbar landsbygdsutveckling?

Slutligen återkopplade jag via mejl till intervjupersonerna, när det uppstod oklarheter från telefonintervjuerna samt när någon enstaka fråga var av intresse att följa upp.

Mitt tillvägagångssätt under denna undersökning har från början varit lite spretigt men efter fördjupade litteraturstudier blev bilden tydligare av hur undersökningen skulle gå till. En svårighet som uppstod på vägen var bristen på tidigare forskning. Detta ger dock en anledning till att min studie är viktig. Det var således svårt att jämföra min undersökning med tidigare forskning då jag inte kunde hitta någon sådan. Mitt val av teori, hållbarhetens tre dimensioner, var dock ett självklart val i min undersökning. Den passar bra in i min frågeställning om hållbar landsbygdsutveckling eftersom alla tre dimensionerna behövs för att nå en hållbar utveckling. Tidsramen var på bara några veckor och med tanke på att intervjuer samt transkribering tog betydligt längre tid än beräknat, så hade det underlättat att göra intervjuerna tidigare under mitt arbete, något jag kommer att ta med mig till nästa gång. En annan lärdom jag tar med mig är att mot bakgrund av den korta tidsramen, så torde det ha varit mer effektivt att fokusera på enbart en hållbarhetsdimension.

4.1 Möjlig annan metod

Ett alternativ till min undersökning skulle kunna vara att enbart ha en enkätundersökning, där jag skickar ut frågor via en enkät till en större målgrupp. Denna metod blir då inte lika personlig och möjligheten till att följa upp eventuella sidospår försvinner, sidospår som hade varit av intresse för undersökningen. En ytterligare aspekt av en enkätundersökning är att sannolikheten för en högre svarsfrekvens på dessa åtta NUR-gårdar är mycket låg.

Ett ytterligare alternativ till min undersökning skulle kunna ha varit observationer eller deltagande observationer inom grön rehabilitering. Dock skulle det vara mindre lämpliga metoder på grund av min tidsram, enligt min mening. Dessa metoder skulle dessutom inte ge svar på min frågeställning, på så sätt att jag vill få svar på om grön rehabilitering kan bidra till en hållbar landsbygdsutveckling och det kommer jag inte få svar på om jag sitter i exempelvis en hälsoträdgård.

5. Teori och begrepp

5.1 Hållbarhet

I min undersökning har jag utgått från hållbarhetens tre dimensioner, eftersom jag anser att det är ett lämpligt underlag. Vad är då egentligen en hållbar landsbygdsutveckling? Det finns flera komplexa förklaringar som kan tolkas på många olika sätt.

Hållbar utveckling beskrivs enligt *globala målen* som en utveckling som ska tillfredsställa dagens behov utan att sätta kommande generationers möjligheter att tillfredsställa sina behov. Inom hållbarhet ingår tre dimensioner, det sociala, det ekologiska och det ekonomiska (Globala målen, 2017). KTH (2024a) citerar Brundtlandrapporten (1987) och enligt den så består hållbar utveckling av två grundläggande koncept, nämligen behov och begränsningar. När det gäller behov handlar det främst om världens fattiga och deras behov som ska prioriteras. När det gäller begränsningar är det begränsningar av ekosystemens potential till att tillgodose behoven, både nuvarande och framtida (KTH, 2024a).

Enligt KTH handlar den sociala hållbarhetsdimensionen till största del om rättvisa, välbefinnande, rättigheter, makt och individens behov (KTH, 2024b). Fortsättningsvis tar KTH upp definitionen av den ekologiska hållbarhetsdimensionen, vilken innefattar ekosystemtjänsterna, klimatsystemens stabilitet, luft-, land- och vattenkvalitet, landanvändning samt biologisk mångfald (KTH, 2024c).

Slutligen beskrivs den ekonomiska hållbarhetsdimensionen som två olika definitioner enligt KTH, den första förklaringen handlar om att den ekonomiska hållbarheten innebär att den ekonomiska utvecklingen inte får ske på bekostnad eller ge negativa konsekvenser på vare sig ekologisk eller social hållbarhet. I den andra förklaringen handlar ekonomisk hållbarhet om ekonomisk tillväxt, där det anses vara hållbart så länge som den totala mängden kapital ökar, där det inte behöver tas hänsyn till vare sig ekologisk eller social hållbarhet (KTH, 2024d).

Hållbarhetens tre dimensioner är det vanligaste sättet som definierar hållbarhet. Men denna teori har utvecklats ytterligare i boken *Hållbarhetens dimensioner* (2024) där tar olika författare upp att det finns flera olika dimensioner på synen på hållbarhet, och vissa av dessa dimensioner stämmer väl in med synen på en hållbar landsbygdsutveckling, som min studie undersöker. I kapitel 3 av Gunnarsdotter, beskriver författaren vad det finns för olika nödvändiga komponenter inom en hållbar landsbygdsutveckling. Gunnarsdotter menar att det behövs exempelvis lokal försörjning, mötesplatser, institutioner och ett brukande av platsen där de olika komponenterna samspelar. Dessutom behöver det finnas ett engagemang från invånarna för att upprätthålla eller återskapa en hållbar landsbygd. Gunnarsdotter menar vidare att engagemanget ofta kommer från en känsla av samhörighet med

platsen, dess historia eller invånarna. Att skapa gemenskap stärker även tilliten hos de olika aktörerna på landsbygden, vilket i sin tur kan öka engagemanget (Gunnarsdotter, 2024).

I kapitel 6 av Sandström, beskrivs dagens gröna vågen migration och dess utövare, här lyfter författaren upp att de som flyttar ut till landsbygden idag bidrar med nya perspektiv och infallsvinklar om vad landsbygden är. Det handlar om en slags livstilsmigration som karaktäriseras av bland annat självhushållning. Författaren menar att dagens landsbygd består av en större mångfald och på vissa håll finns människor som vill få till hållbara förändringar när, det handlar om hur man förhåller sig till miljö, mark, mat och till varandra (Sandström, 2024).

Vidare i boken *Hållbarhetens dimensioner* i kapitel 7 av Pettersson, så skriver hon att det är svårt att känna hopp om en hållbar framtid, när vi idag lever mitt i en klimatkris. Författaren upp att det är många som drabbas av psykisk ohälsa och ensamhet, men hon går även in på ljusglimtar, som när människor skapar möjlighet till att må bättre med hjälp av djur och natur. Petterssons studie omfattar lantbrukare som bedriver omsorgsverksamhet. Lantbrukarna ger omsorg, vilket Pettersson beskriver som en omsorgsetik, eftersom de både bryr sig om och tar hand om. Här pekar författaren på lantbrukare som genom sitt arbete på gårdarna kan bidra till nya förståelser av hållbarhet, eftersom de kopplar samman människor med djur och natur. Pettersson konstaterar att begreppet hållbarhet bör utvecklas till att omfatta omsorgsetik, vilket lantbrukarna i hennes studie är exempel på (Pettersson, 2024).

5.2 Begreppsförståelse

Ekosystemtjänster

Med hjälp av ekosystemtjänster kan vi förbättra samhället, genom exempelvis förbättrad folkhälsa, med bland annat växter som renar luft och mark, fler pollinerare som bidrar till en bättre produktion, samt naturen som bidrar till reducering av stress och ger social samhörighet. Ekosystemtjänster är därmed ett lämpligt begrepp att använda i min undersökning, för att utan ekosystemtjänster är grön rehabilitering inte ens möjlig. Ekosystemtjänster är grunden för människors existens och för en hållbar landsbygdsutveckling. Ekosystemtjänster är därmed en viktig faktor för landsbygdsutveckling då natur kan ses som en resurs för hälsofrämjande insatser (Naturvårdsverket, 2024).

Platsidentitet

Platsidentitet är ett relevant begrepp i min undersökning. Platsidentitet är människors känslomässiga band till en plats och hur platsen påverkar människors välbefinnande, vilket är relevant i och med att grön rehabilitering ska vara en möjlig faktor till en läkande miljö och på samma gång bidra till en hållbar landsbygdsutveckling där människor stannar kvar på landsbygden och samtidigt skapar en trygg och gemensam plats (Skarin, 2020).

6. Resultat och diskussion

6.1 Intervjupersonen Kim bakgrund

Första intervjun var med en person från Stockholms län som har arbetat inom grön rehabilitering under flera år men inte längre är aktiv inom denna verksamhet. Personen kommer nedan att benämnas som Kim för att personen i fråga önskade vara anonym för att ställa upp på en intervju. Kim fick upp ögonen efter att ha sett Alnarps terapiträdgård för ca 10 år sedan. Därefter gick hen på både seminarier och kurser för att slutligen påbörja sin verksamhet inom grön rehabilitering. Kim har även en bakgrund inom miljöpsykologi. För att starta upp sin verksamhet på gården sökte hen och fick beviljat EU-stöd, för att bygga växthus, samt göra gården handikappanpassad. Det var motsträvt i början berättar Kim, men till slut smög verksamheten i gång. Kim har även drivit en gårdsbutik, vilket på utsidan såg ut som en härlig idyll, men att det även där innebar oerhört mycket slit.

Enligt Kim är verksamheter som grön rehabilitering betydligt vanligare i Norge och dessutom mer utvecklade. Hen nämner även att behandlingar liknande grön rehabilitering har en historisk bakgrund i Sverige, till exempel det tidigare mentalsjukhuset Ulleråker i Uppsala.

Under den stora flyktingvågen mellan 2017 och 2018 tog hen emot flyktingar från olika länder, som placerades i hens hälsoträdgård, där några dessutom fick arbetsträna, vidare kom personer i åldern 60+ som var långtidsarbetslösa till gården. Båda dessa kategorier kom via Arbetsförmedlingen. Kim har även haft kontakt med Tiohundra (ett vårdbolag som består av en sammanslagning av sjukvård och omsorg), närliggande kommuner, samt regionen. Detta ledde till att det kom ytterligare personer till gården, främst kvinnor med psykisk ohälsa, som exempelvis utmatningssyndrom. Under den här aktiva tiden kunde Kim ha anställda på gården. Efter några år med grön rehabilitering upphörde verksamheten, på grund av brist på offentlig finansiering.

6.2 Framnäs gård bakgrund

Andra intervjun var med Mikael Lingehag, verksamhetsledare, på Framnäs gård i Hammarlöv i Skåne. Framnäs gård driver sedan 2014 naturunderstödd rehabilitering, NUR. De är en av åtta gårdar som bedriver NUR-verksamhet på uppdrag av Region Skåne. Framnäs gård drivs av Mikael Lingehag och hans hustru Katarina Lingehag-Ekholm. Gården består av 3 hektar mark, där man bedriver biodynamisk odling av grönsaker och frukt, för främst självhushållning, men de säljer även lokalt till privatpersoner, företag samt på marknader. På gården finns det hästar, åsnor, får, höns och kaniner.

Gården erbjuder utöver NUR, kurser inom självhushållning med inriktning mot ekologisk och biodynamisk odling samt djurskötsel. De arrangerar också djurterapi i form av ridning för individer med rehabiliteringsbehov. Man tar även emot studiebesök för studerande vid Studieförbundet Vuxenskolan i Trelleborg.

Lingehag har över 25 års erfarenhet som lärare i drama/pedagogik och erbjuder därför även kurser inom kommunikation och avslappning. Lingehag har även gått kurs inom grön rekreation, samt har en lantbruksutbildning.

6.3 Lyckegården/Hjortagården bakgrund

Tredje intervjun var med Amalia Falck som bedriver NUR-verksamhet på Lyckegården/Hjortagården. Gårdarna gränsar mot varandra och är belägna i Ängelholms kommun i Skåne. Falck är en av fyra som arbetar halvtid på gårdarna, och hon är den drivande inom NUR-verksamheten, sedan 7 år tillbaka. Utöver de ca 15h i veckan NUR bedrivs, så utövas även andra verksamheter på gården. Det är verksamheter både inom psykisk ohälsa med exempelvis skolungdomar som inte går i skolan, eller har det ”stökigt”, föräldrar som har det svårt med sina tonårsbarn, äldre från demensvården samt människor som arbetstränar, där besökarna får vara i naturen och umgås med djuren. Sammanfattningsvis har de grupper hela veckan och ibland har de dubbla grupper i gång. Lyckegården är på ca 30 hektar och Hjortagården på 4 hektar, NUR-verksamheten bedrivs på båda gårdarna. På gårdarna finns det hästar, får, höns, hundar och katter. Falck är pedagog och grundskollärare i botten, hon har arbetat inom skolan under många år, dessutom är hon naturvetare, friskvårdare, naturvägledare samt mindfulness instruktör.

6.4 Förutsättningar för NUR-verksamhet

NUR-verksamhet innebär att människor med mild psykisk ohälsa som till exempel utmattningssyndrom får komma och läka på en NUR-gård under en bestämd tid, med målet att kunna komma tillbaka till arbete igen. Deltagarna värvas året om genom den lokala sjukvården i Skåne. För att komma i fråga för att delta i ett NUR-program, måste deltagarna vara sjukskrivna och dessutom få ett godkännande från Försäkringskassan. NUR-verksamheten är en del av den regionala sjukvården och deltagarna omfattas därför av sekretess. Av den anledningen är Framnäs gård väldigt tydlig med att inte bedriva andra verksamheter, där utomstående människor är på gården, samtidigt som NUR-verksamheten pågår. Syftet med detta är att skapa en trygg miljö, där deltagarna kan vistas ostörda och skyddade från yttre påverkan, berättar Lingehag.

Kim berättar att trädgården har en helande effekt på människor och att grön rehabilitering är meningsfullt, men att Region Stockholm inte satsar på den här typen av verksamhet ännu. Detta vill säga att verksamheter i Stockholm inom grön

rehabilitering inte ser ut på samma sätt som de gör i Skåne. I Stockholm behöver verksamheterna själva lägga upp en plan om hur verksamheten ska gå till, vad gäller tid, plats, antal deltagare, osv, medan inom NUR i Skåne så finns det en tydlig plan att följa.

Falck berättar att NUR omfattas av offentlig upphandling vilket innebär att verksamheterna måste ansöka om att vara en NUR-gård genom att lägga ett anbud till Regionen. Möjligheten för detta tillvägagångssätt sker vart femte år. Det råder en viss osäkerhet hos Falck då det inte är säkert att de får fortsätta att vara en NUR-gård, eftersom Regionen i sitt urval vid upphandlingen väljer de gårdar med lägst pris.

6.5 Social hållbarhet

Lingehag uttrycker att det är positivt att driva en sådan här verksamhet, därför att man får möjlighet att följa människor som får lust att komma tillbaka till ett ”nytt liv” med nya insikter och idéer, där livslusten har återkommit. Falck instämmer med att en NUR-verksamhet gör positiv skillnad för människor, men dock hade hon velat göra ännu mer. Hon har erfarenheter hon skulle kunna använda som hon inte riktigt får utlopp för. Hon menar att det känns som ett slöseri med deras potential, som skulle kunna bidra ytterligare till verksamheten. Falck menar således att NUR-konceptet går för långsamt, hon vill kunna använda sig av tidigare erfarenheter inom exempel mindfulness eller inom friskvård, så att deltagarna tillfrisknar snabbare. Falck tillägger att NUR-verksamhet inte är en verksamhet som alla kan bedriva, eftersom det krävs både kompetens och psykisk styrka.

Lingehag framhåller även att det är påfrestande att driva en NUR-verksamhet där människor lider av psykisk ohälsa och komplexa psykosociala förhållanden, med exempelvis misshandel. För att kunna möta dessa utmaningar, har Lingehag och hans fru arbetat på flera olika sätt både långsiktigt och i nuet. Han menar att det är viktigt för deltagarna att vara här och nu, men att han som NUR-koordinator behöver en långsiktig plan för deltagarna.

”Du springer inte i sprinterfart under ett maratonlopp det första du gör, för då orkar du inte mer än 200–250 meter... utan du måste träna på din distans” (Lingehag, 2025).

I citatet ovan uttrycker Lingehag det viktiga med att inte stressa, utan ta en sak i taget, att deltagarna som kommer till Framnäs måste sakta ned sitt tempo för att orka med vardagen för att sedan kunna komma tillbaka till arbetet igen, han uttrycker även vikten av att man behöver leva i nuet.

Enligt Lingehag handlar NUR om att främja psykiskt välbefinnande, något som blivit särskilt angeläget i en tid då allt fler tillbringar stora delar av sin vardag framför mobil- och datorskärmar.

Han menar även att deltagarna är bara människor och inga övermänniskor, att de är lika mycket värda som alla andra och att de inte kan ha 100% kontroll på allt hela tiden. Linge-hag berättar vidare om vissa deltagare som har kommit till Framnäs gård, där de vill ha 100% kontroll och vetskap om hur allt, med betoning på allt, fungerar och vad som ska hända när. Men man kan bara kontroll över här och nu, det räcker menar Linge-hag. Detta kräver i sin tur erfarenhet och särskild förmåga hos de som driver en NUR-verksamhet.

För att främja en hållbar landsbygdsutveckling behöver det finnas ett brukande av platsen samt ett engagemang från invånarna, enligt Gunnarsdotter (2024). Vilket både Framnäs gård samt Lyckegården/Hjortagården bidrar med i dagsläget. Ytterligare perspektiv som Pettersson (2024) tar upp är vikten av att främja omsorgsetik inom hållbar utveckling, något som kan göras med hjälp av djur och natur, vilket också är grunden för att driva en NUR-verksamhet.

6.6 Ekologisk hållbarhet

Framnäs gård är en ekologisk gård med inriktning mot biodynamisk odling och att skapa fullständiga kretslopp. På gården bedrivs även kurser inom självhushållning med inriktning mot biodynamik och ekologi. Linge-hag talar om samspelet mellan trädgård, åker och äng, samt samspel med djuren. Han betonar vikten av att få upplevelser som engagerar alla sinnen, vilket naturen i hög grad möjliggör. Det är viktigt att se helheten på gården, ett holistiskt synsätt, menar han. Linge-hag fortsätter med att berätta att människor behöver återhämtning och att naturen kan hjälpa till med den processen.

Ekosystemtjänster är en grund i ekologisk hållbarhet genom att de bygger på vad naturen bidrar med, till exempel ren luft, miljö som dämpar buller, samtidigt som mänskligt välbefinnande främjas (Naturvårdsverket, 2024). Linge-hags uttalande om naturens påverkan på människor visar på vikten av att främja ekosystemtjänster. Det i sin tur kan gynna verksamheter som NUR, vilket kan leda vidare till färre sjukskrivningar, och en hållbar arbetsmarknad för hela vårt samhälle inte minst sagt på landsbygden.

Besökare på Framnäs gård har brister på kunskap vad gäller matens ursprung, enligt Linge-hag. I citatet nedan beskriver Linge-hag ett exempel på detta.

"Jag har ju hållit i kurser i potatisodling för barn, då de säger "jaha, man får potatis på det sättet" och inte bara handla i affären? ... Och uppenbarligen inte många vuxna som tänker på det eller att det faktiskt är så här man får potatis. De har sagt "Men oj, vad skitig potatisen är?" Ja, det är den, den kommer upp ur jorden det gör alla potatisarna" (Linge-hag, 2025).

Lingehag menar att det är viktigt att man vet var maten kommer från och han vill vara med och utbilda och föra vidare kunskap om matens ursprung.

6.7 Ekonomisk hållbarhet

NUR är en viktig inkomstkälla för Framnäs gård, då den står för ca 50% av intäkterna och ibland mer enligt Lingehag. NUR-verksamheten på Framnäs pågår tisdagar, onsdagar och torsdagar klockan 10:00 – 15:00.

Inkomsterna från NUR är betydande även för Lyckegården/Hjortagården, då de enligt Falck står för ca 50% av intäkterna. NUR-verksamheten på Lyckegården/Hjortagården pågår måndagar, onsdagar och fredagar klockan 09:00 – 14:00. Arvodet för att driva en NUR-verksamhet kommer uteslutande från Region Skåne. Detta visar på att intäkterna från Regionen utgör en mycket betydande del för gårdarna ekonomiskt, vilket samtidigt innebär en stor sårbarhet. Detta eftersom avtalet om att bedriva en NUR-gård endast sträcker sig över fem år, eftersom gårdarna tvingas att ansöka och lämna anbud på nytt inför varje period. Detta kan leda till stor sårbarhet om gårdarna blir bortvalda av Regionen och därmed kan konsekvenserna bli att gårdarna behöver stänga ned sin verksamhet helt och hållet, då NUR står för en så pass stor del av gårdarnas intäkter.

Kim framhåller att finansieringsdelen, var det som var svårast med att driva grön rehabilitering. Hen menar att det tyvärr inte finns någon som vill lägga pengar på den här typen av verksamhet för närvarande, iallafall inte i Stockholms län.

Kim berättar att när hen var aktiv så innebar det arbete alla dagar i veckan, hela året om. Vilket enligt hen visar på att det är nödvändigt att få en tillräckligt stor ersättning, för att kunna driva en sådan verksamhet i längden, vilket i sin tur är något som behöver beslutas på en politisk nivå.

Det finns också en risk för att stora privata vårdgivare ger sig in denna bransch vilket skulle kunna innebära att små och medelstora gårdar blir utkonkurrerade. Vilket skulle kunna medföra att de positiva effekterna på landsbygdsutvecklingen av NUR-verksamhet minskar.

Framnäs gård samt Lyckegården/Hjortagården har båda enbart en uppdragsgivare, nämligen Region Skåne, det vill säga endast en kund och en inkomstkälla kopplat till NUR. Detta innebär att inkomstkällan är sårbar, om den försvinner så finns i nuläget inget annat alternativ till att driva en sådan verksamhet. Vidare så gäller avtalen med Region Skåne under endast fem år, detta innebär ytterligare en sårbarhet för NUR-gårdarna. Vid nästa upphandling finns således alltid risken att något annat företag kan erbjuda ett lägre pris och därmed konkurrera ut de befintliga gårdarna.

I likhet med intervjupersonerna ovan tar även Pettersson och Tillmar (2019) upp hur viktigt det är med långsiktighet och en tillräcklig finansiering för att kunna driva dessa typer av verksamheter. Här finns det stora likheter mellan grön rehabilitering

och grön omsorg när det gäller exempelvis finansiering och långsiktighet. Det finns dock ett tydligt mål inom grön rehabilitering och det är att deltagarna ska tillfriskna och kunna komma tillbaka till arbete igen. Detta borde därför vara en stark drivkraft till att utveckla denna typ av verksamhet.

6.8 NUR:s effekter på landsbygdsutveckling

När det gäller betydelsen av NUR-verksamheten för landsbygden, så menar Linge-hag att det är viktigt att visa på att en liten gård som Framnäs är möjlig att leva på. Lantbruk ska inte behöva vara storskaliga för att kunna vara bärkraftiga. Mindre gårdar som skulle läggas ned eller bara stå och förfalla, skulle därför enligt Linge-hag kunna få en ny chans till att bidra till en levande landsbygd, genom att driva en NUR-verksamhet.

Det finns ekonomiska fördelar för hela bygden med att driva en NUR-verksamhet enligt Linge-hag, till exempel att fler väljer att flytta ut till landsbygden, något som Linge-hag berättar, att före detta deltagare på Framnäs gård har gjort. Fler människor på landsbygden kan innebära till ett ökat engagemang för bygden och en starkare gemenskap, vilket i sin tur kan leda till en platsidentitet hos de deltagare som har flyttat ut. Genom att bidra till ökat välmående hos människor, kan detta även fungera som ett sätt att locka fler till landsbygden.

Linge-hag berättar vidare att flera av deras NUR-deltagare har fått upp ögonen för lantbruk, djur och natur, tack vara vistelsen på Framnäs gård. Detta kan också leda till att deltagarnas tankegångar går till att man själv kan göra något med exempelvis sitt landställe, berättar Linge-hag.

Det kan även väcka ett intresse för självhushållning, då deltagare får en insikt om att det är möjligt att odla en betydande mängd mat på en liten yta. Det är en insikt som blivit särskilt värdefull i tider av stigande matpriser, berättar Linge-hag. Att bo på landet och ha tillgång till en egen trädgård, upplevs som en trygghet, då det möjliggör odling av egna grönsaker, enligt Linge-hag. Nedan beskriver Linge-hag hur deltagarna har uttryckt sig när det gäller att odla på liten yta.

”Våra deltagare tänker så här, men det här var ju väldigt fascinerande att man faktiskt kan odla på liten yta och ändå få en hel del mat, speciellt nu med matpriserna ökar. Att det kanske inte är så dumt att ha ett hus på landet där man kanske kan ha en större trädgård där man kan ha ett eget grönsaksland” (Linge-hag, 2025).

Detta kan, enligt Linge-hag, i sin tur främja ökad självhushållning, något som ses som allt viktigare i en osäker och föränderlig värld. Gunnarsdotter (2024) har samma syn, och menar att det behövs en lokal försörjning för en hållbar landsbygdsutveckling. Även Sandström (2024) betonar vikten av självförsörjning som en viktig byggsten till en hållbar landsbygdsutveckling.

Lingehag fortsätter med att understryka hur viktig landsbygden är om det blir kristider, då landsbygden är en förutsättning för staden, när det gäller livsmedelsförsörjning. Detta kan i sin tur göra samhället i sin helhet mindre sårbart, menar Lingehag.

Enligt Lingehag är större gårdar inte lika lämpade för NUR-verksamhet, eftersom de oftast har större och flera maskiner som genererar buller. Mindre gårdar har däremot möjlighet att fortsätta driva sina övriga verksamheter med hjälp av NUR och samtidigt hjälpa människor som har stressrelaterade psykisk ohälsa, som till exempel utmatningssyndrom. Lingehag hävdar att NUR kan öka mångfalden och möjligheten för mindre gårdar på landsbygden att överleva och utvecklas. Detta kan i sin tur även hjälpa vid generationsskiften och vidare generationer framåt, man behöver stötta varandra, berättar Lingehag. Han betonar även vikten av att människor ska känna sig behövda och de ska kunna komma tillbaka till arbetsmarknaden igen.

NUR-konceptet var från första början till för att utveckla lantbruken i Skåne, både bidra till en landsbygdsutveckling och samtidigt ge lantbrukare en möjlighet till att försörja sig, berättar Falck. Hon berättar vidare att de flesta av de som bedriver NUR i Skåne inte håller på med klassiskt lantbruk. Men detta utesluter inte att lantbrukare kan bedriva NUR-verksamhet. NUR kan vara överallt. Det finns natur i hela Sverige och om NUR blir en omtalad verksamhet på landsbygden och att politiken respektive regionerna vill satsa på NUR-verksamhet, så kommer det bidra till en landsbygdsutveckling på riktigt, menar Falck.

Det Falck berättar är att en betydande del i NUR-konceptet är att det finns både människor som är aktiva inom lantbruk och de som inte har en lantbrukarbakgrund, trots detta behövs en gård för att kunna bedriva en NUR-verksamhet med krav på en lugn miljö och natur.

Falck betonar vidare även vikten av att natur, djur och psykisk hälsa hänger ihop och att detta borde vi utveckla mycket mer, än vad som nu görs i dagens samhälle.

NUR bidrar till att fler kommer ut på landsbygden och det i sin tur kan leda till en landsbygdsutveckling, enligt Falck. Hon berättar också att NUR kan vara en möjlig faktor för lantbrukare att fortsätta med sin gård, men det är då viktigt att få en rimlig ekonomisk kompensation. I och med att det handlar om människor med psykisk ohälsa, så är detta inte en verksamhet som lämpar sig för alla, menar Falck.

Enligt Kim kan grön rehabilitering även bidra till en ökad självförsörjning och att människor kommer mer ut på landsbygden, vilket i sin tur kan leda till att människor får upp ögonen för natur och djur. Samhället behöver bli bättre på självförsörjning, för om Sverige skulle utsättas för en kris så är det problematiskt, menar Kim. Grön rehabilitering är en litet steg på vägen i rätt riktning, men det stora steget är att vi blir mer självförsörjande. Kim menar även att det redan har blivit större utflyttning på landsbygden i och med pandemin, och att ett av skälen är de höga kostnaderna för boende i städerna.

6.9 NUR kopplat till andra verksamheter

Framnäs gård drar människor till bygden, på olika sätt vilket kan öka den sociala hållbarheten. Linge-hag berättar att Framnäs gård lockar besökare till gården för att delta i till exempel kurser inom olika områden. Eftersom NUR-konceptet står för ca 50% av intäkterna så innebär det att det är tveksamt om den övriga verksamheten på Framnäs gård skulle kunna bedrivas utan intäkten från NUR. Därför är NUR en viktig kugge i hela kugghjulet för att få ut fler människor på landsbygden och för att kunna öka både den sociala och ekonomiska hållbarheten. Linge-hag nämner att de människor som kommer till gården får upp ögonen för både natur, djur och trädgård.

Här kan man koppla platsidentitet, då innebörden är att människor får ett känslomässigt band till en plats som i detta fall skulle kunna vara Framnäs gård. Det handlar också om hur platsen påverkar människors välbefinnande vilket är grundtanken med NUR, samt att främja en trygg och gemensam plats för människor på landsbygden (Skarin, 2020).

Detta gäller även Lyckegården/Hjortagården där det också bedrivs olika former av kursverksamhet utöver NUR. Även deras NUR-verksamhet står för ca 50% av intäkterna. Finansieringen från NUR-verksamheten har således en betydande roll för att båda gårdarna ska kunna bedriva sina respektive andra verksamheter.

Slutligen kan man konstatera att NUR-verksamhet har en stor potential till att bidra till ett större socialt och ekonomiskt intresse för landsbygden.

6.10 Utveckling framåt

Linge-hag ser en ljus framtid för Framnäs gård. Han menar att vi inte kommer att kunna utrota stress, även om det är målet. Hantera stress med NUR-verksamhet kommer mer troligen utvecklas i olika steg och att olika gårdar kommer att nischas sin verksamhet, så att det blir mer differentierat. Linge-hag berättar att det finns stor utvecklingspotential för NUR, inte bara i Skåne utan för hela Sverige, han menar att varje gård behöver hitta sin egen nisch. Det finns stora möjligheter i hela landet att driva NUR-verksamhet. Det skulle kunna handla om skogsbruk, fiske eller viltvård i till exempel Norrland, enligt Linge-hag.

Enligt Falk behöver NUR-verksamheten spridas i hela Sverige. Hon menar att det finns så mycket forskat om hur naturen påverkar människor positivt och att det nu är dags att genomföra denna modell av rehabilitering i praktiken. Det finns i nuläget bara NUR-verksamhet i Halland och Skåne. Om konceptet NUR sprids i hela Sverige, då finns det möjlighet att utveckla verksamheten ytterligare, med specialiteter och nischer. Det måste dock först finnas överallt. Alla ska ha rätt till NUR, lika mycket som alla har rätt till vård i Sverige, menar Falk.

Falek kommer att lägga ett anbud nästa period till att fortsätta bedriva NUR-verksamhet om 2,5 år, men hon menar att man inte vet om man får vara en NUR-gård eller inte, eftersom regionen prioriterar de gårdar med lägst pris. Allt handlar om pengar menar hon.

Enligt Kim behövs en mer permanent lösning av finansieringen, projektformen är inte optimal, då den inte är långsiktig. Hen är ändå försiktigt optimistisk och framhåller fördelarna med grön rehabilitering, men förutsättningen är enligt hen en hållbar offentlig finansieringsmodell.

Samtliga tre intervjupersonerna har således en positivt syn på grön rehabilitering för framtiden, men de ser även utmaningarna med finansieringen när det gäller denna typ av verksamhet.

I och med att min studie är baserad på endast tre intervjupersoner inom grön rehabilitering så bör studiens resultat inte övertolkas. Trots att studien inte är fullständigt representativ lyfter min undersökning flera viktiga aspekter på att grön rehabilitering kan vara ett möjligt bidrag till landsbygdsutveckling, som i sin tur kan vara användbart vid fortsatt forskning.

7. Slutsatser

Mitt syfte med denna undersökning är att se om grön rehabilitering är en möjlig väg till landsbygdsutveckling. Där grön rehabilitering samtidigt kan hjälpa människor med psykisk ohälsa som exempelvis utmattningsyndrom. Baserat på min litteraturstudie och intervjuer visar min undersökning på stor potential för grön rehabilitering, när det gäller att bidra till en hållbar landsbygdsutveckling inom alla tre hållbarhetsdimensionerna, främst social och ekonomisk.

Studien bekräftar att grön rehabilitering verkar ha en läkande effekt på människor med psykisk ohälsa som exempelvis utmattningsyndrom. Forskning visar tydligt på naturens läkande miljö samt återhämtning, minskad stress och ökad social samhörighet, vilket kan ses som ekosystemtjänster.

Grön rehabilitering skulle kunna vara en betydande komplettering till dagens vård, som borde implementeras i hela Sverige.

Studien visar på att grön rehabilitering kan bidra till en levande landsbygd genom att erbjuda en alternativ inkomstkälla för små och medelstora gårdar. I de fall där NUR-verksamhetens intäkter står för ca 50%, såsom både på Framnäs gård samt Lyckegården/Hjortagården, är NUR-intäkterna avgörande för att gårdarna ska kunna fortsätta sina övriga verksamheter. Det i sin tur ökar möjligheten till att bo kvar på landsbygden och dessutom driva ett lokalt engagemang, vilket kan stärka platsidentiteten och det sociala kapitalet i bygden, vilket Linge-hag tar upp i kapitel 6.9 NUR kopplat till andra verksamheter.

Fortsättningsvis bidrar även grön rehabilitering till att fler människor får kontakt med landsbygden, jordbruk och naturvård, som i sin tur kan leda till ökad konsumtion av lokala produkter och tjänster, samt till en högre grad av självförsörjning, vilket både Falck och Linge-hag lyfter fram i kapitalet 6.8 NUR:s effekter på landsbygdsutveckling.

Om NUR-konceptet sprids geografiskt kan det finnas möjlighet till att skapa fler arbetstillfällen, vilket i sin tur kan bidra till lokal ekonomisk utveckling. Men finansieringen i dagsläget är helt beroende av upphandlingen från Regionerna. De korta avtalen med att bedriva en NUR-verksamhet skapar en instabil situation för gårdarna. Detta kan hämma investeringsviljan och minska intresset för att vilja starta en ny verksamhet, trots att behoven finns.

Här väcks frågor om möjligheten till vidare forskning, som exempelvis hur bör ansvaret för grön rehabilitering fördelas och säkras långsiktigt? Vem ska finansiera grön rehabilitering på landsbygden? Hur kan kommuner, regioner och staten samverka för att främja grön rehabilitering och samtidigt bidra till landsbygdsutveckling?

Referenser

1177 (2025). Naturunderstödd rehabilitering på landsbygd i Skåne, NUR.
<https://www.1177.se/Skane/undersokning-behandling/behandlingar-vid-psykiska-sjukdomar-och-besvar/naturunderstodd-rehabilitering-pa-landsbygd-i-skane-nur/>
[2025-04-09]

Bryman, A. (2002). Samhällsvetenskapliga metoder. Malmö: Liber.

Folkhälsomyndigheten (2025). Friluftsliv för bättre folkhälsa.
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/friluftsliv/friluftsliv-for-battre-folkhalsa/> [2025-03-17]

Försäkringskassan (2024). Rekordmånga sjukskrivs för stress.
<https://www.forsakringskassan.se/nyhetsarkiv/nyheter-press/2024-11-18-rekordmanga-sjukskrivs-for-stress> [2025-03-17]

Framnäs gård (2025). Linge-hags biodynamiska jordbruk.
<http://www.lingehagsbiodynamiska.org/> [2025-05-13]

Globala målen (2017). Vad betyder hållbar utveckling?.
<https://globalamalen.se/fragor-och-svar/vad-betyder-hallbar-utveckling/> [2025-03-17]

Gunnarsdotter, Y. Professionaliseringen av landsbygdens civilsamhälle. I: Arora-Jonsson, S., Waldenström, C. & Sandström, E. (2024). *Hållbarhetens dimensioner*. Stockholm: Verbal. 63–80.

Hela Sverige (2025). Denna vecka lyfter vi landsbygdstjejerna.
<https://www.helasverige.se/nyheter/denna-vecka-lyfter-vi-landsbygdstjejerna/>
[2025-03-21]

Kindesjö, S. & Wejåker, K. (2012). Grön omsorg. Entreprenörskap på landsbygden. https://stud.epsilon.slu.se/4829/1/kindesjo_et_al_120920.pdf [2025-04-01]

KTH (2024a). Hållbar utveckling. <https://www.kth.se/om/miljo-hallbar-utveckling/utbildning-miljo-hallbar-utveckling/verktygslada/sustainable-development/hallbar-utveckling-1.350579> [2025-05-20]

KTH (2024b). Social hållbarhet. <https://www.kth.se/om/miljo-hallbar-utveckling/utbildning-miljo-hallbar-utveckling/verktygslada/sustainable-development/social-hallbarhet-1.373774> [2025-05-20]

KTH (2024c). Ekologisk hållbarhet. <https://www.kth.se/om/miljo-hallbar-utveckling/utbildning-miljo-hallbar-utveckling/verktygslada/sustainable-development/social-hallbarhet-1.373774> [2025-05-20]

KTH (2024d). Ekonomisk hållbarhet. <https://www.kth.se/om/miljo-hallbar-utveckling/utbildning-miljo-hallbar-utveckling/verktygslada/sustainable-development/ekonomisk-hallbarhet-1.431976> [2025-05-20]

Lantbrukarnas Riksförbund (2010). Grön Omsorg. <https://hushallningssallskapet.se/wp-content/uploads/2023/11/broschyr-fran-lrf-om-gron-omsorg.pdf> [2025-04-07]

Lidfors, L., Wahlgren, E.G., Vestlund, C. & Johansson, A. (2021). Grön rehabilitering som behandling på lantgård. Metodutveckling av naturunderstödd rehabilitering med interdisciplinärt vårdteam vid utmattningssyndrom. Uppsala: SLU.

Lyckegården/Hjortagården (2025). Andrum – Grön rehabilitering i Skåne. <https://www.andrum.org/> [2025-04-30]

MDPI (2021). Nature-Based Rehabilitation for Patients with Long-Standing Stress-Related Mental Disorders: A Qualitative Evidence Synthesis of Patients' Experiences. <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/13/6897> [2025-03-28]

Naturvårdsverket (2024). Ekosystemtjänster. <https://www.naturvardsverket.se/amnesomraden/mark-och-vattenanvandning/ekosystemtjanster> [2025-03-18]

Petterson, K. Att odla relationer i stället för mat: rättvis hållbarhet genom omsorgsetik på svenska lantgårdar. I: Arora-Jonsson, S., Waldenström, C. & Sandström, E. (2024). *Hållbarhetens dimensioner*. Stockholm: Verbal. 145–55.

Pettersson, K. & Tillmar, M. (2019). *Att jobba med hjärtat*. SLU Framtidens djur, natur och hälsa, Rapport 3. https://pub.epsilon.slu.se/16608/8/pettersson_k_tillmar_m_200124.pdf [2025-03-31]

Prejer, M. (2014). Grön Omsorg på Gård – Meningsfull Omsorg – aktivitetsvärdet i lantbruksmiljön. https://stud.epsilon.slu.se/7045/1/prejer_m_140618.pdf [2025-04-07]

Region Skåne (2025). Naturunderstödd rehabilitering på landsbygd (NUR). <https://vardgivare.skane.se/vardriktlinjer/forsakringsmedicin/naturunderstodd-rehabilitering/> [2025-04-09]

Sandström, E. Gröna vågen: en tillbaka-blickande hållbarhetsrörelse i samtiden. I: Arora-Jonsson, S., Waldenström, C. & Sandström, E. (2024). *Hållbarhetens dimensioner*. Stockholm: Verbal. 125–140.

SCB (2015). Tätorter i Sverige. <https://www.scb.se/hitta-statistik/sverige-i-siffror/miljo/tatorter-i-sverige/> [2025-03-21]

Skarin, H. (2020). Individuell platsidentitet och gemenskapen mellan platser. https://stud.epsilon.slu.se/16121/7/skarin_h_201005.pdf [2025-03-18]

Socialstyrelsen (2023). Fortsatt brist på legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal. <https://www.socialstyrelsen.se/om-socialstyrelsen/pressrum/press/fortsatt-brist-pa-legitimerad-halso--och-sjukvardspersonal/> [2025-03-18]

Tillväxtverket (2019). Städer och landsbygder. <https://tillvaxtverket.se/tillvaxtverket/statistikochanalys/statistikomregionalutveckling/staderochlandsbygder.1788.html> [2025-03-21]

Publicering och arkivering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU kan publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver i sådana fall godkänna publiceringen. I samband med att du godkänner publicering kommer SLU även att behandla dina personuppgifter (namn) för att göra arbetet sökbart på internet. Du kan närsomhelst återkalla ditt godkännande genom att kontakta biblioteket.

Även om du väljer att inte publicera arbetet eller återkallar ditt godkännande så kommer det arkiveras digitalt enligt arkivlagstiftningen.

Du hittar länkar till SLU:s publiceringsavtal och SLU:s behandling av personuppgifter och dina rättigheter på den här sidan:

- <https://libanswers.slu.se/sv/faq/228316>

☒ JA, jag, Lovisa Wahlgren Nilsson har läst och godkänner avtalet för publicering samt den personuppgiftsbehandling som sker i samband med detta

☐ NEJ, jag/vi ger inte min/vår tillåtelse till att publicera fulltexten av föreliggande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering och metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.