

## Bærekraftige mennesker i et bærekraftig miljø: NaKuHel Drivhuset

*Michael 2019; 16: Supplement 23; 106–10.*

*Å tilstrebe bærekraftig adferd for seg selv, sin familie og sitt nærmiljø er første skritt i å bidra til en bærekraftig planet. NaKuHel Drivhuset på Sem i Asker ønsker med sitt opplevelsesbaserte formidlingsprogram å inspirere til og støtte opp under dette.*

NaKuHel Asker er en møteplass med et stort omfang av aktiviteter for alle typer mennesker i ulike livsfaser og livssituasjoner. Formålet og fellesnevneren er helhetstenking rundt natur, kultur, helse, miljø og livskvalitet (1).

Denne helhetstenkingen tas nå ett skritt videre i utviklingen av *NaKuHel Drivhuset*. Drivhuset til den tidligere *Statens Småbrukslærerskole på Sem* har i samarbeid mellom fagfolk og mange frivillige blitt rehabilitert til en arena tilrettelagt for kurs og aktiviteter innen friluftsliv, natur, miljø og matkunnskap.

*Visjonen* for NaKuHel-Drivhuset er å bidra til å skape «bærekraftige mennesker i et bærekraftig miljø».

FNs bærekraftsmål, globale og lokale økosystemer, miljøvern, hvor/hva maten kommer fra, matproduksjon og mattransport – dette henger nøye sammen med vår egen helse og livskvalitet. Mange barn og unge ønsker å engasjere seg i disse temaene og være del av en bærekraftig måte å leve livene sine på, men er usikre på hvordan dette kan gjøres. Gjennom deltakelse i aktiviteter som stimulerer nysgjerrigheten og gir mulighet for utforskning og kreativ tenking oppstår læring om hvordan disse sammenhengene kan «overettes» til egen hverdag.

*Formålet* til *NaKuHel Drivhuset* er derfor å gi opplevelser, idéer og kunnskap som motiverer til helsefremmende adferd, både for den enkelte og for planeten.



*Figur 1: NaKuHel Drivhuset sees her foran hovedbygningene ved Natur-Kultur-Helse senteret på Sem (Foto: NaKuHel Asker).*

Drivhuset med naturområdet rundt, med grønnsakhage og bærbusker, vekstkasser, bigård, slyngerom for honning, undervisningskjøkken og formidlingslokale gir en god ramme for dette formålet, og gjør at NaKuHel Asker nå kan utvikle nye opplegg som styrker møteplassens formål – både innendørs og utendørs.

### **Målgruppen barn og unge**

Den oppvoksende generasjonen får særlig stort fokus når *NaKuHel Drivhuset* utvikler sine formidlingsopplegg.

NaKuHel Askers metodiske tilnærming for barn og unge tar utgangspunkt i opplevelsbasert læring og utforskning av natur og kultur i Sems-vannsområdet (2). Videre gjelder følgende føringer for arbeidet:

- *Trygghet:* Grundige forberedelser og god ledelse skaper trygge voksne som gir trygge barn. Dette er avgjørende for å kunne skape nysgjerrighet og utforskertrang hos barna.
- *Fellesskap:* Sammensetning av deltagere og veiledere som sikrer mangfold på tvers av sosialøkonomisk status, generasjoner og stedstilhørighet.



*Figur2: Barn fra NaKuHel Friluftsbarnhage lager lunsj (Foto: NaKuHel Asker).*

Barna involveres for å få påvirkningskraft i aktivitetene og dermed få oppleve frivillighet i praksis.

- *Kompetanse:* fagpersoner utformer og formidler varierte aktiviteter som sikrer mestring, bevegelses- og aktivitetsglede hos barna. Små grupper gir rom for å se hvert enkelt barn.

I tillegg tas det hensyn til at ulike mennesker har ulike læringspreferanser. Mange barn lærer best ved å være motorisk aktive og gjennom stimulans av taktilsansen, mens voksne ofte har en auditiv læringspreferanse. Noen lærer best bit for bit for så å forstå helheten, mens andre må forstå helheten før de kan forstå de nødvendige byggesteinene. Dette prøver vi å ta hensyn til i våre opplegg.

### **Alt henger sammen ... fra det store perspektivet til det minste**

Å sette oss selv inn i en større sammenheng, er både meningsfullt, opplysende, inspirerende – og avgjørende for å kunne forstå betydningen av bærekraftstenking. Ett av våre opplevelsesbaserte formidlingsopplegg dreier seg derfor om hele jordklodens historie. Vårt eget liv blir satt i perspektiv, og en ydmykhet for «noe større» nærmest påtvinger oss ønsket om å bevare den kloden vi har fått i gave.

### **Tidsaksen – en vandring gjennom jordens og livets historie**

Jordens historie startet for ca. 4,6 mrd år siden og turen rundt Semsvannet er ca. 4,6 km. Hver meter du går, synliggjør altså én million år. Vi vandrer gjennom tider med store kontraster fra vulkanisme med lavastrømmer – via istider hvor jorden er en snøball. Fra gjentakende tider med meteoritt nedslag, til livets begynnelse med alger i havet, planter på land, krypdyr og

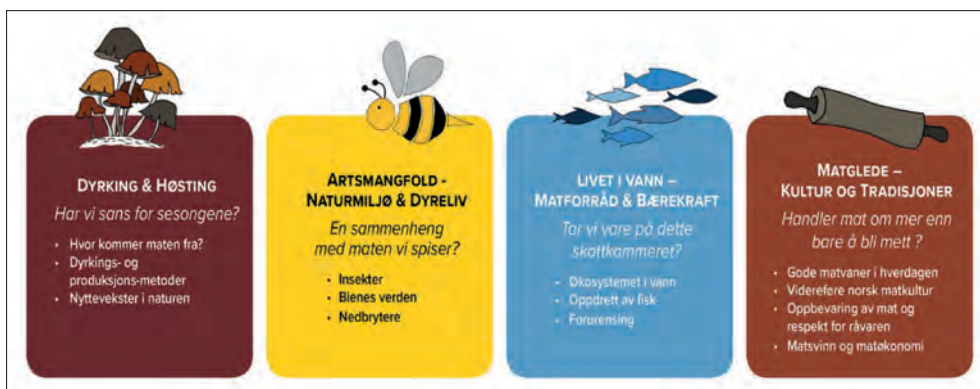
dinosaurer. Parallelt stopper vi ved hendelser i jordhistorien knyttet til den spesifikke geologien i området. En unik læringseffekt ligger i det faktum at kun *de siste to meterne* rundt vannet skisserer apenes og etter hvert menneskenes inntog i historien. Og bevisstgjøringen av at kun *de siste to cm* utgjøres av vår menneskeart! Blandingen av teoretisk formidling og kroppslig bevegelse rundt vannet øker forståelsen for menneskets rolle i jordhistorien.

### Landskapsvern – og Semsvannsområdets skjulte skatter

NaKuHel Asker ligger ved «inngangsporten» til Semsvannet landskapsvernområde og tilhørende fire naturreservat. En selvpålagt og naturlig oppgave er derfor å inkludere kunnskap om hva natur- og landskapsvern innebærer, slik at alle som benytter det vakre området ferdes varsomt og tar hensyn til særegenhetene. Det gjøres ikke med en «forbuds- og pekefingerholdning», men gjennom å fremheve og gi innsikt i hvilke naturskatter området gjemmer. Slik bygges respekt for, og følelse av tilhørighet og eierskap til landskap, flora og fauna. Og det man blir glad i, tar man som kjent vare på!

### Mat – som godt utgangspunkt for å forstå sammenhenger

Å ta utgangspunkt i mat i videste forstand åpner for gode læringsmuligheter når det gjelder å forstå sammenhenger (3). Kunnskap om hvor maten kommer fra, transport og tilberedning gir muligheter for å trekke den store linjen fra globale økosystemer helt frem til individets livskvalitet og helse: Mat ... som kilde til fysisk og psykisk helse og velvære, ... som bærer av kultur og tradisjoner, ... som kilde til lokal og global bærekraft eller nedbrytning, ... og som én viktig faktor i å nå FNs bærekraftsmål.



Figur 3: Noen av opplevels- og formidlingsmodulene i NaKuHel Drivhuset

*Bærekraftsmålene* er for mange kun «fine ord på et papir» – og må derfor bli levendegjort: Ved å bryte dem ned til konkrete virkningsmekanismer eller dominoeffekter går det an å få et forhold til dem og forstå hva de står for og hvorfor de er så viktige. Broen mellom «festtale-teori» og hverdagshandling bygges.

*Kort oppsummert:* Enhver deltagelse på en aktivitet i NaKuHel-Drivhuset skal resultere i mer erfaring, kunnskap, inspirasjon og motivasjon til å leve liv som styrker bærekraft for seg selv og for planeten. Liv som er preget av mening, glede og troen på en god fremtid.

## Litteratur

1. Tellnes G. *Samspillet Natur-Kultur-Helse – NaKuHel-konseptet i teori og praksis*. 2.utg. 3.opplag. Bergen: Fagbokforlaget, 2016.
2. Thon JM (red.). *På tur rundt Semsvannet*. Asker: NaKuHel Asker, 2010. ISBN 978-82-92100-11-0
3. Holmboe-Ottesen G. *Bærekraftig kosthold – en nødvendighet for menneskenes og jordens helse*. I: Tellnes G (red.). *Helsefremmende samhandling – Natur og kultur som folkehelse*. Bergen: Fagbokforlaget, 2017: 114-24.

*Annette Sett Gjessing*

*er utdannet siviløkonom fra St Gallen i Sveits. Hun har 20 års variert arbeids- og ledererfaring fra forskjellige bransjer og land i Europa. Etter at hun flyttet tilbake til Norge, var hun senior rådgiver og en periode daglig leder i The Performance Group (Bedriftsrådgivning). Annette har sittet i styret for NaKuHel Asker og NaKuHel Norge, hun har opprettet NaKuHel-barnehagen, vært prosjektleder for HelseFrem og er i dag ansvarlig for Kunnskap og Formidling i Stiftelsen NaKuHel Asker.*  
*annette@nakuhel.no*