



Rehabgruppen

WorkCenter

UPPLANDS VÄSBY KOMMUN. KOMMUNIKATIONSENHETEN 2015-10-31



Upplands Väsby
kommun

upplandsvasby.se • 08-590 970 00



Upplands Väsby
kommun

Vad och för vem är rehabgruppen?

Rehabgruppen är till för personer boende i Upplands Väsby kommun, som får ekonomiskt bistånd och har långvarigt nedsatt psykisk- och/eller fysisk hälsa. Kommunens arbetsmarknadsenhet WorkCenter arbetar med rehabgruppen på uppdrag av den kommunala verksamheten ekonomiskt bistånd.

I gruppen värnar vi om ett varmt bemötande, ger stöd efter behov och kan anpassa flera aktiviteter så att de allra flesta kan delta. Det är vanligt med t.ex. social fobi, fibromyalgi och depression bland deltagarna.

Syfte

Syftet med rehabgruppen är att bryta isolering och att ge deltagarna ökad kännedom om sina egna förmågor och drivkrafter, aktivera och komma igång med rutiner och att få inspiration och motivation till önskad förändring.

Rehabgruppen ökar också kommunens möjlighet att upptäcka personer som behöver extra stöd för att kunna nå egen försörjning. Egen försörjning kan t.ex. vara lönearbete, studier med studielån, sjukersättning eller en kombination av dessa. Det är inget rehabiliteringsprogram i sjukvårdens bemärkelse utan ett första steg för att synliggöra stödbehov och för att bryta isolering och utanförskap.

Programmet

Programmet är 3 veckor. Gruppen träffas 2 timmar per dag inklusive en fikapaus. Onsdagar är man oftast ledig. Gruppen är liten med ca 4-8 deltagare.

Vad gör man på träffarna?

- Deltar i enklare seminarier med olika teman; Hälsa kopplad till sömn, stress, kost, motion med mera.
- Provar på några aktiviteter, exempelvis Mindfulness, boule och stavgång.
- Studiebesök i närområdet för att visa på kostnadsfria aktiviteter, var man hittar samvaro med andra eller för att visa exempel på en trygg, anpassad praktikplats.
- Får inspiration till att ta eget ansvar, göra medvetna val och att aktivt delta i sin rehabilitering.

- Reflekterar över: Vad fungerar för mig? Vad tycker jag om? Finns det något jag skulle vilja prova eller göra mer av? Hur har andra i gruppen gjort?
- Lyssnar på externa föreläsare som WorkCenter bjudit in. Samtal och frågestund med till exempel arbetsförmedlingens handläggare.

Vad händer sedan?

Efter grupprogrammet får deltagaren en egen arbetsmarknadscoach på WorkCenter. Coachen och deltagaren har ett möte med socialsekreteraren på ekonomiskt bistånd och gör en individuell planering tillsammans. Arbetsmarknadscoachen följer deltagaren tills denne är självförsörjande eller någon annan aktör tagit över planeringen.

Tidigare deltagare har gått vidare till:

- Anpassad praktik på deltid. Praktiken kan ibland ökas på successivt. Detta är ett steg närmare arbetsmarknaden, men också ett steg mot att kunna få en arbetsförmågebedömning gjord via arbetsförmedlingen. Arbetsförmågebedömningen kan användas som underlag för att få rätt till sjukersättning via försäkringskassan och/eller anställning med anställningsstöd
- Arbetspraktik
- Studier
- Utredning inom landstinget och ökad samverkan med vården
- Andra insatser via t.ex. socialpsykiatri

För mer information

Ring Väsby Direkt, fråga efter WorkCenter, **telefon: 08-590 970 00**

Ett steg i taget blir en dag stigen du går på.