

Läs mer:

www.regiondalarna.se/gronrehab

Kontakt:

Frågor om verksamheten ställs gärna till

Marie Gudmundsson, Utvecklingsledare och handledare

070 385 92 98

e-post: marie.gudmundsson@ltdalarna.se

eller

Inger Petersson, Handledare

072 560 45 20

e-post: inger.petersson@ltdalarna.se

Anmälan av deltagare görs av handläggare till

sjulsarvsbacken.falun@ltdalarna.se

Verksamhetsansvarig

Suzanna Westberg, Folkhälsochef Landstinget Dalarna

023 49 00 85

e-post: suzanna.westberg@ltdalarna.se

Följ oss på Facebook och på Instagram: Sjulsarvsbacken

Sjulsarvsbacken- en plats att växa på



Att möta natur och djur kan vara betydelsefullt när livet är tungt på grund av olika orsaker. Det kan röra sig om sviter efter en livskris, om utmattningssyndrom, om annan sjukdom eller tillstånd och omständigheter som drabbar såväl fysiskt, psykiskt som socialt.

Sommaren 2012 startade en ny verksamhet i Falun med inriktning naturunderstödd rehabilitering kallad Grön förrehabilitering. Verksamheten erbjuder naturunderstödd förberedande insats innan arbetslivsinriktad rehabilitering till vuxna personer som under en lång tid varit utanför arbetsmarknaden på grund av fysiska, psykiska eller sociala orsaker. Verksamheten har under åren kompletterats med naturunderstödda insatser till fler målgrupper, bland annat nyanlända kvinnor och män i behov av praktiskt språkstöd.

Samordningsförbundet Finsam Falun finansierar och Region Dalarna, Hälsofrämjande och hållbar utveckling är ansvarig utförare tillsammans med Fornby folkhögskola.

Vår verksamhet

Samspel med natur och djur erbjuder människor både vila och aktivitet och främjar återhämtning och återuppbyggnad på ett sätt som är särskilt lämpligt vid rehabiliterande insatser. Studier vid SLU i Alnarp förklarar detta bland annat utifrån naturmiljöns frihet från både tidspress och sociala krav.

Aktiviteter i naturmiljöer kan underlätta för oss människor att lägga märke till våra egna behov och kan bli en länk till att förändra vår egen livsrytm, vår syn på balans i vardagen och vår syn på förändringar vi ställs inför i livet.

Naturens ekosystem erbjuder en form av tjänster som är svåra att åstadkomma på andra sätt eller i annan miljö. Naturvistelsens effekter i form av mental vila, återhämtning men även stimulans till fysisk aktivitet och utveckling av sociala band är dessutom i princip gratis.

Det här är grunden för Sjulsarvsbackens verksamhet där vi erbjuder naturunderstödda insatser med handledarstöd i grupp till flera olika målgrupper.

- Personer som varit långvarigt arbetslösa eller sjukskrivna och som behöver stöd för att komma igång i aktivitet inför arbetslivsinriktad rehabilitering.
- Personer inom etablering som behöver praktisk språkträning för att gå vidare till arbete/studier.
- Personer inom etablering med kort utbildningsbakgrund som behöver längre och sammanhållna insatser för samhällsorientering och arbetsförberedelse.

Verksamheten erbjuder aktiviteter från att "bara vara" och vila till aktiviteter som syftar till att stärka deltagarnas egen kraft och styrka (empowerment) och att våga utmana sig själva. Personalens hållning är att möta deltagarna förutsättningslöst med låga krav, accepterande, motiverande och stödjande.



Vid Sjulsarvsbacken bedrivs tre olika verksamheter:

- Grön förrehabilitering, 15 v, som är ett första steg mot fortsatt arbetslivsinriktad rehabilitering. 3 dagar/vecka och 4,5 timmar/dag.
- Naturunderstödd aktivitet, NUA, 8,12 eller 16 veckor, som erbjuder fortsatt aktivitet inför arbetsträning eller arbete/studier. För personer inom etableringen även praktisk språkträning och lots i offentlig sektor. 3 dagar/vecka och 6 timmar/dag.
- Etableringskurs för nyanlända, 6 månader, som ska stärka deltagarnas möjligheter att gå vidare mot arbete/studier genom språkträning, arbetsförberedande och samhällsorienterande insatser. 5 dagar/vecka och 4-6 timmar/dag.

Deltagarna kommer till Sjulsarvsbacken via anmälan från Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan, Socialtjänsten, Vårdcentralerna, Psykiatrin eller via Falu kommuns Arbetsmarknads- och integrationskontor (AIK).