

Målgruppe

Sygedagpenge- og kontanthjælpsmodtagere matchgruppe 2.

- Borgere med bevægeapparatsproblemer
- Borgere med stress og/eller depression

Aktiviteter

Sundhedsundervisning
Undervisningstemaer: fysisk aktivitet, kost, ergonomi, anatomi, fysiologi, trivsel og vaner

Undervisning ved erhvervspsykolog
- Undervisning i psykiske reaktionsmønstre

Motion
Styrke- og konditionstræning
Øvelser i varmtvandsbassin

Individuelle samtaler
arbejdsmarkedsrettet samtaler

Arbejdsmarkedsrettet undervisning
Temaer rettet mod arbejdsmarkedet

Arbejdsmarkedsrettet aktiviteter
Besøg på virksomhed, Besøg af virksomhedskonsulent, Besøg af tidligere sygemeldt, ergoterapeutisk konsulentbesøg på praktik/ arbejdsplads og ressourceafklaring.

Moderatorer/virkomme Mekanismer

Undervisningen relaterer sig til gruppen af borgeres hverdagsituationer, - erfaringer og -problematikker + timing af opstart + viden om sundhed/**Refleksion over egen sundhed**

Samvær med ligesindede/**Socialt samvær**

Trygge rammer/**Succesoplevelser**

Undervisningen med udgangspunkt i gruppen af borgeres erfaringer og problematikker i relation til arbejdsmarkedet + timing af opstart/**Arbejdsmarkedsorienteret refleksion**

Delmål

Borgeren ændrer adfærd

- Borgeren motiveres til at fremme egen sundhed

- Borgeren sætter realistiske forventninger til egen formåen
- Risiko for nederlag og følelse af utilstrækkelighed i hverdagen mindskes for borgeren
- Borgerens selvforståelse og selvaccept øges

Borgeren opnår sociale kompetencer og/eller gendanner sociale relationer

Borgeren opnår støtte

Borgerens selvtillid styrkes

- Borgeren opnår en følelse af energi og velvære
- Borgeren bliver bevidst om kroppens ressourcer og begrænsninger
- Borgeren mindsker fysiske begrænsninger

- Borgeren ser muligheder for at vende tilbage til/komme ud på arbejdsmarkedet
- Borgerens arbejdsidentitet forstærkes/opretholdes
- Borgeren får et større arbejdsmarkedsperspektiv
- Borgeren ser mulighed for at varetage job/praktik med sit nuværende funktionsniveau

Slutmål

Borgeren forbedrer sin sundhed og/eller øger mestring af sygdom/sårbarhed

Borgeren kommer tættere på arbejdsmarkedet

-Virksomhedspraktik
-Delvis raskmelding

- Uddannelse
-Stå til rådighed for arbejdsmarkedet (matchgruppe 1)
- Ordinær beskæftigelse

