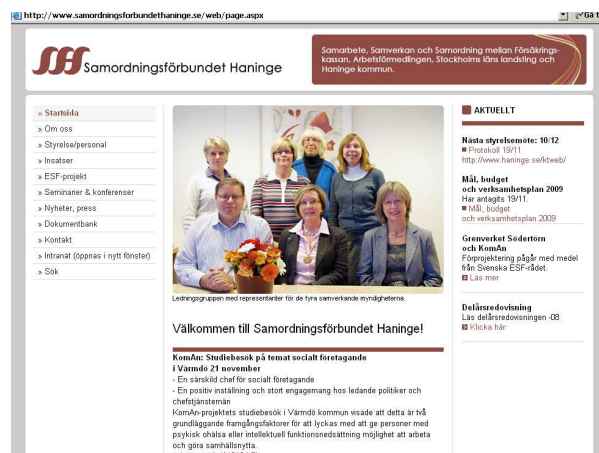


Nytt

från Samordningsförbundet Haninge

Nr 10/dec 2008

Samordningsförbundet ska möjliggöra en snabbare återgång till arbete och etablering på arbetsmarknaden genom att finansiera en gränsöverskridande samverkan mellan Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan, landstinget och kommunen.



Startsidan.

Samordningsförbundet har flyttat till nya lokaler

Den nya adressen är Rudsjöterassen 3D, d.v.s samma ingång som till LFC Stockholm Södertörn och Södertörns miljö- och hälsoskyddsförbund. Vi finns på gatuplanet, där vi delar lokaler med hemtjänsten och en annan spännande utvecklingsorganisation som heter Center för kompetens- och yrkesutveckling inom äldreomsorg. Välkommen till våra nya, fräscha lokaler (fortsätt förbi hissarna)! Karta finns på hemsidan, se under Kontakt!

Besök vår hemsida

Nu har Samordningsförbundet fått en hemsida, www.samordningsforbundethaninge.se. Sidan vänder sig både till interna och externa målgrupper, och presenterar kortfattat Samordningsförbundet och dess insatser. På sidan finns också gemensam information från två ESF-projekt, nämligen Grenverket Södertörn och KomAn.

Folkhälsopris till NySatsa i Uppsala!

Landstinget i Uppsala län har tilldelat NySatsa i Uppsala årets folkhälsopris, med deras goda resultat som motivering. NySatsa i Haninge genomförs på samma sätt som i Uppsala och med samma handledare, Irene Ekermark. Samordningsförbundet Haninge gratulerar varmt!



Anette Melin, ansvarig för Roa+, och Soledad Arriaza, administratör, i Roas ombonade lokaler på Söderbymalmsvägen 8. FOTO: EVA STENVÅNG LINDQVIST

Roa+ visar vägar ut ur stress och sömnlöshet

Att komma in i Roas lokaler på Söderbymalmsvägen 8 från ruskvädrat utanför är en lisa för själen. Det är ombonat och trevligt, och de många levande ljusen både värmer och ger ro.

Roa står för rehabilitering och aktivering.

Roa+ är benämningen på de insatser som Samordningsförbundet Haninge beställer från Roa. Det rör sig dels om stresshanteringskurser, dels sömnskola. Roa+ hette det också åren 1999–2000, då Roa tog emot primärvårdspatienter inom ramen för Samordningsförbundet Haninges föregångare, försöksverksamheten SOCSAM. Resultaten var mycket goda.

Roa har funnits sedan 1994. Verksamheten har haft skiftande finansiering genom åren för att få det hela att gå ihop, men efterfrågan har alltid varit så stor att Roa både klarat sig bra och dessutom vuxit rejält. Huvudman är Haninge kommun, som med sin stora personalstyrka har regelbundet behov av Roa.

Roas medarbetare använder sig av kognitiv beteendeterapi (KBT) i rehabiliteringen.

I sin ordinarie verksamhet erbjuder Roa också individuella stödsamtal och förmedlar kontakter för arbetsträning.

– **De som kommer till oss har en sak gemensamt: de är högpresterande,** säger Anette Melin som ansvarar för Roa+. Annars är de sinsemellan mycket olika, man kan kalla det för en salig blandning. Här finns allt ifrån lågutbildade till högutbildade, och de kan ha fått problem antingen genom stressen på en arbetsplats eller stressen hemma. Det kan handla om stress på grund av förändringar, som att ha blivit av med jobbet, fått ett nytt arbete eller ha förlorat en anhörig. Men det kan också handla om stress för att tillvaron därhemma inte går ihop.

På stresshanteringskursen träffas gruppen sjuutton gånger, de första tretton en gång i veckan. Man går då igenom fakta om stress, och deltagarna får pröva på olika s.k. copingstrategier. Mellan träffarna ska de göra hemuppgifter, som att pröva ett nytt beteende.

– Om man är en person som går fort och pratar fort kan man t.ex. få pröva på att gå långsamt. Det kan också handla om att lära sig tekniker som t.ex. avspänning eller mindfulness, säger Anette. Kursen pågår under sex månader, och avslutas med fyra uppföljningsträffar.

Sömnskolan består av sju träffar, sex eftermiddagar i sträck. Varje träff varar i tre timmar. Sömnskolan avslutas med en uppföljningsträff.

– Sömnskola kan framstå som enkelt, men är i själva verket den tuffaste behandlingen, säger Anette. Att förändra sitt sömnbeteende kan vara svårt, men det är vad man måste försöka göra, genom att exempelvis öva på avspänningstekniker. Man får också sömndagbok under kursen.

– **Våra resultat är goda,** fortsätter hon och visar Roa-statistik från åren 2001–2007. Av deltagarna var mer än 50 procent åter i arbete efter att ha gått en stresshanteringskurs, andra arbetstränade eller hade avslutat sin anställning för att t.ex. starta ett företag.

Det är kuratorn på vårdcentralen som är spindeln i nätet i Roa+ och den som efter bedömningssamtal remitterar patienter. För när det gäller Roa+ bygger verksamheten på samarbete över myndighetsgränserna, i likhet med övriga insatser som Samordningsförbundet finansierar. Arbetsförmedlingen är också inkopplad där så behövs. Närmare bestämt är det Lasse Gustafsson, som från förmedlingens sida även finns på vårdcentralerna på regelbundna tider varannan vecka inom ramen för en annan insats, Prohab+. Samordningsförbundet köper också i dagsläget platser via ytterligare en insats, Resursrådet.

I framtiden kan det bli aktuellt att koppla Roa+ till ytterligare insatser som Samordningsförbundet bekostar. Under 2008 har förbundet köpt platser för 72 deltagare.

Anette Melin är mycket nöjd med samarbetet inom ramen för Roa+.

– Jättebra! säger hon med eftertryck. Samarbetet innebär en stor vinst för personerna ifråga, men också för oss som jobbar. Jag har aldrig tyckt att det är svårt med samarbete, och samarbetat med andra har Roa gjort på olika sätt under många år. Men när samarbete formaliseras på det här sättet blir det starkare.

Kontaktperson: Anette Melin, tel. 08-606 84 76, e-post anette.melin@haninge.se

Samordningsförbundet Haninge • Postadress: 136 81 Haninge • Besöksadress: Rudsjöterrassen 3D
Förbundsansvarig: Ritva Widgren 08-606 82 41 • Processstödjare: Åsa Halvarsson 08-606 85 89
Informationsassistent: Ritva Nordin, 08-606 91 88 • Ekonom: Tomas Heghammar 08-606 80 57
www.samordningsforbundet/haninge.se

NYTT från  Samordningsförbundet Haninge beräknas utkomma ca åtta gånger per år.
För innehållet ansvarar Ritva Widgren, ritva.widgren@haninge.se