



# REHABILITERINGSFORLØB

Nørre Allé 31

Gruppeforløb

Praktiske øvebaner

Undervisning

Visitation

Efterår 2024

---

Center for Forebyggelse og Rehabilitering  
Job, Udsatte og Socialpsykiatri  
Sociale Forhold og Beskæftigelse  
Aarhus Kommune

# Gruppeforløb

## Målgruppe

Psykisk sårbare mellem 18 og 67 år.

Som deltager skal man kunne medvirke i en mindre gruppe med op til 10 deltagere. Det er naturligt, at der vil være en tilvænningsfase, hvis ikke man er vant til gruppedeltagelse.

Hvis den enkelte har vanskeligt ved at møde op, kan vi også arbejde med fremmødet som et delmål.

## Overordnede mål:

- Vejen til job, uddannelse eller praktik
- Øget trivsel og mestring
- Afklaring af kompetencer og potentiale

Specifikke delmål formuleres sammen med den enkelte borger og koordineres med jobkonsulent.

## Hvordan arbejder vi med borgerens progression?

Vi arbejder ud fra *individuelle handleplaner* men med gruppen som metode.

Via gruppemetode arbejder vi med at øge den enkeltes selvstændighed, handlekraft og bevidsthed om egne evner. Vi støtter borgerne til i højere grad at kunne træffe egne valg og foretage bevidste prioriteringer. At den enkelte kan tilegne sig sociale færdigheder via gruppen. Vi skaber rammer for relationer og spejlinger, der kan danne grundlag for *progression* for den individuelle borger.

Der kan både tages udgangspunkt i et samtaleemne, en metode eller et fælles tredje som en aktivitet eller oplæg.

Gruppeforløb er et *afgrænset og målrettet tilbud*. Vi arbejder ud fra deisen om, at vores borgere skal have bedre forudsætninger for at indgå i samfundet på lige fod med alle andre. Vores målsætning er, at borger ved endt indsats, er tættere på *mestring af eget liv, afklaring og selvforsørgelse*.

Nuværende gruppeforløb er:

- **Selvindsigt og forandring – for unge** (ungegruppe med fokus på det trygge rum med mestring og afklaring rettet imod beskæftigelse eller uddannelse)
- **Angst i hverdagen** (konkrete handlemuligheder ift. angstens påvirkning af dagligdagen)
- **By, skov og strand – ud og lev!** (fokus på at tilbringe mere tid udenfor med sigte på trivsel og sundhed)
- **Bedre forhold til mad og krop** (at finde et nyt ståsted og træffe anderledes valg i livet end dem ens spiseforstyrrelse dikterer)
- **Skab trivsel med kreative aktiviteter** (fokus på kreative aktiviteter som et mestringsredskab)
- **Understøttelse af praktik** (fokus på at drøfte de nye udfordringer og oplevelser, som praktikken medfører)

## Tværfagligt samarbejde og kontinuitet

Vores borgere skal opleve sammenhæng mellem beskæftigelses- og socialindsats. Vi bidrager til et *koordineret forløb* med alle relevante instanser – kommunale såvel som eksterne. Det betyder, vi deltager i relevante møder og har en løbende dialog med vores samarbejdspartnere.

For at sikre gode forløb for vores borgere sammensætter vi fleksible forløb, som passer til den enkelte. Det betyder fx, at vi gerne sikrer et overlap til næste udviklingstrin fx i form af praktikforløb. Er der behov, kan vi i kortere perioder lave efterværn for borger, mens der afventes anden indsats, job eller uddannelse.

Ligeledes kan gruppeforløb fungere som udviklingstrin fra individuel til gruppebaseret indsats, således der sker en gradvis *udslusning til mindre indgribende tilbud*.

## Dokumentation

Vi arbejder med systematisk afrapportering, så vores borgeres forløb er veldokumenterede. Er der behov for særlige beskrivelser, bidrager vi gerne med vores observationer eller vurderinger. I processen inddrager vi borgerne, så de medvirker aktivt til oplysning og tager ejerskab i egen sag.

# Praktiske øvebaner

## Målgruppe

Psykisk sårbare mellem 18 og 67 år.

Som deltager skal man kunne medvirke i tilbud sammen med andre i beskyttede rammer. Det er naturligt, at der vil være en tilvænningsfase, hvis ikke man er vant til at være på arbejdsplads/praktiksted.

## Overordnede mål:

- Vejen til job, uddannelse eller praktik
- Øget trivsel og mestring
- Afklaring af kompetencer og potentiale

Specifikke delmål formuleres sammen med den enkelte borger og koordineres med jobkonsulent.

## Hvordan arbejder vi med borgerens progression?

Vi arbejder recovery-orienteret og ud fra *individuelle handleplaner* men med arbejdsfællesskabet som metode.

Via arbejdsfællesskabet arbejder vi med at øge den enkeltes selvstændighed, handlekraft og bevidsthed om egne evner, dvs. borgerne oparbejder sociale og generelle praktiske arbejdsmarkedskompetencer.

Vores tilbud producerer og sælger til både private og kommunale kunder. Det betyder, at opgaverne er meningsfulde, og driften er afhængig af vores borgere, som hver især får afgrænsede ansvarsområder.

Der tages udgangspunkt i både individuelle og fælles arbejdsopgaver inden for følgende øvebaner:

- **Kontor og service** (administration, layout og it-opgaver)
- **Sjakservice** (praktiske opgaver for private og firmaer)
- **Tekstilværkstedet** (produktion, reparation og salg af tekstilprodukter)
- **Cafe Allé på Nørre Allé** (kantinedrift)
- **Kaffehjørnet i Museumsgade** (café med køkken og ekspedition)

Vores borgere behøver ikke have særlige kompetencer inden for de enkelte områder. Vi sørger for introduktion og oplæring afpasset den enkelte. Timetal justeres løbende med målsætning om gradvis øgning.

Praktiske øvebaner er et *afgrænset og målrettet tilbud*. Vi arbejder ud fra devisen om, at borgerne skal have bedre forudsætninger for at indgå i samfundet på lige fod med alle andre. Vores målsætning er, at borger ved endt indsats er tættere på *mestring af eget liv, afklaring og selvforsørgelse*.

For mange af vores borgere munder forløbet ud i *beskæftigelse, praktik eller uddannelse*. Forløbet er også med til at belyse arbejdssevne og potentiale ift. beskæftigelse.

## Tværfagligt samarbejde og kontinuitet

Vores borgere skal opleve sammenhæng mellem beskæftigelses – og socialindsats. Vi bidrager til et *koordineret forløb* med alle relevante instanser – kommunale så vel som eksterne. Det betyder vi deltager i relevante møder og har en løbende dialog med vores samarbejdspartnere.

For at sikre gode forløb for vores borgere sammensætter vi fleksible forløb, som passer til den enkelte. Det betyder fx, at vi gerne sikrer et overlap til næste skridt fx i form af praktikforløb.

## Dokumentation

Vi arbejder med systematiske statusbeskrivelser, så borgerens forløb er veldokumenteret. Er der behov for særlige beskrivelser, bidrager vi gerne med vores observationer eller vurderinger. I processen inddrager vi borgerne, så de medvirker aktivt til oplysning og tager ejerskab i egen sag.

# Undervisning

## Målgruppe

Psykisk sårbare mellem 18-67 år med ønske om forandring af eller læring omkring egen situation. Som deltager skal man kunne medvirke på et undervisningshold med op 8-10 deltagere.

## Overordnede mål:

- Vejen til job, uddannelse eller praktik
- Øget trivsel og mestring
- Afklaring af kompetencer og potentiale

Specifikke delmål formuleres sammen med den enkelte borger og koordineres med sagsbehandler.

## Hvordan arbejder vi med borgerne?

Vi arbejder ud fra individuelle planer med undervisningsrummet som et fælles afsæt.

Underviserne skaber et læringsrum, hvori kursisterne får ny viden og på baggrund heraf sammen og individuelt skaber refleksioner. Formålet er, at vores kursister bliver klogere på sig selv og deres omverden. Undervisningen kan således åbne mulighedsrum og fremme den enkelte kursists bevidsthed omkring egen formåen.

Undervisningen er et afgrænset, semesteropdelt tilbud. Vi arbejder ud fra deisen om, at borgeren skal have bedre forudsætninger for at indgå i samfundet på lige fod med alle andre. Vores målsætning er, at borger ved endt semester er tættere på mestring af eget liv, afklaring og selvforsørgelse.

Undervisningshold:

- **Selvindsigt og recovery** (at arbejde med selvindsigt og forandring via skriftlighed)
- **At håndtere negative tanker**
- **Livsglæde og livskraft** (indsigt og strategier for at genfinde livsglæden på trods af psykisk sårbarhed)
- **Angst** (lær at forstå og håndtere angsten)
- **Skriv dit liv** (bearbejdning af psykisk sårbarhed gennem skiften)
- **Hjernetræning** (kortlægning og træning af kognitive færdigheder)
- **Forstå dine kognitive udfordringer** (viden om hjernen og kognitive strategier)
- **ADHD - og hva' så?** (viden og selvindsigt ift. ADHD)

## Tværfagligt samarbejde og kontinuitet

Vores borgere skal opleve sammenhæng mellem beskæftigelses- og socialindsats. Vi bidrager til et koordineret forløb med alle relevante instanser – kommunale såvel som eksterne. Det betyder, vi deltager i relevante møder og har en løbende dialog med vores samarbejdspartnere.

Undervisningen kan fungere som selvstændigt tilbud eller være et supplement til anden social eller behandlingsmæssig indsats.

## Dokumentation

Ved afslutningen af semestret udarbejder vi en skriftlig evaluering med den enkelte kursist. Er der behov for særlige beskrivelser, bidrager vi gerne med vores observationer eller vurderinger. I processen inddrager vi borgerne, så de medvirker til oplysning og har ejerskab i eget forløb.



## Visitation

Alle borgere i Aarhus Kommune eller fagprofessionelle kan henvende sig til vores visitation. Efter samtale med borger og evt. andre samarbejdspartnere matcher vi til de enkelte gruppeforløb. Vi sørger for, at visitation altid er afstemt med jobkonsulent/sagsbehandler, så der er en *sammenhængende plan for borgeren*.

Vi har løbende optag og er derfor altid åbne for nye henvendelser i vores visitation.

**Tlf. visitation: 41 85 85 42**

**Telefon visitation ADHD-forløb: 24 64 19 64**

[www.aarhus.dk/rehabilitering](http://www.aarhus.dk/rehabilitering)

# REHABILITERINGSFORLØB

