Samordnings-förbundet
UMEÅREGIONEN

2016-02-08

KALLELSE
FÖREDRAGNINGSLISTA

Styrelsens sammanträde 2016-02-12 klockan 08.15 – 12.00
Lokal: Arbetsförmedlingen, Skolgatan 45.

---

1. **Mötets öppnande**

2. **Presentation av nya ledamöten**

3. **Incheckning**

4. **Val av justerare**

5. **Föregående protokoll (Bilaga 1)**

6. **Godkännande av dagordning**

7. **Antagande av mötesplan enligt årshjul**

8. **Möte med Jonatan**
   Vi har under de senaste åren pratat mycket om hemmasittande och det är dags att vi får träffa någon som varit i den situationen. Därför besöker Jonatan styrelsen för att berätta om sin resa.

9. **Var befinner vi oss i de olika verksamheterna**
   Ett nytt verksamhetsår har precis påbörjats. Mikael ger därför en kort nulägesbild över var vi befinner oss i de olika verksamheterna
   a. Ungdomsplattformen
   b. Vuxenplattformen
   c. NAFS
   d. Vindeln, Nordmaling och Vännäs

e. Stödprocesserna

10. Resultat i samverkan 2015

Punkten är osäker då alla resultat ännu inte kommit in och sammanställts. Den kan alltså skjutas upp till nästa sammanträde.

11. Extramedel att söka för att motverka ohälsa och insatser för unga med aktivitetsersättning

När årets medel fördelats ut till samordningsförbunden återstod 13 mkr. Samordningsförbunden kan ansöka om dessa medel senast 2016-03-01. Mikael föredrar förutsättningarna. Det finns två förslag på ansökningar från SF Umeåregionen och varje förbund kan max ansöka om 500 tkr.

A/ Den gröna vägen (bilaga 2). Ansökan avser grön rehab för sjukskrivna kvinnor utan arbetsgivare. Ansökan är behandlad i beredningsgruppen som har rekommenderat styrelsen att anta ansökan.

B/ Försäkringskassan har fört enskilda samtal med Landstinget om ett projektförslag. Någon ansökan finns ännu inte men idén föredras av Mikael Broman. Förslaget har inte behandlats av beredningsgruppen.

Baserat på kända fakta bör styrelsen fatta beslut om vilken ansökan som ska skickas in från SF Umeåregionen då det inte är några fler sammanträden innan sista ansökningsdag.

12. Rapport KUR- gemensam kompetensutveckling med inriktning mot skolan

Mikael avrapporterar KUR 2015.

13. **Övriga frågor**

14. **Utcheckning**

15. **Mötet avslutas**

PROTOKOLL

Sammanträdesdatum

Samordningsförbundet Umeå-Vännäs **2015-11-27**

Plats och tid	Ungdomstorget, klockan 08.00-12.00	
Beslutande	Peter Vigren	Umeå kommun, ordförande
	Ulf Björk	Västerbottens läns landsting
	Carola Larsson	Arbetsförmedlingen
	Johan Söderling	Vännäs kommun
	Mikael Broman	Försäkringskassan
Övriga deltagare	Mikael Holmlund	Förbundschef
	Elmer Eriksson	Umeå kommun
	Kenneth Isaksson	Västerbottens läns landsting

Sekreterare .....
Mikael Holmlund

Ordförande .....
Peter Vigren

Justerare .....
Carola Larsson

BEVIS

Justeringen har tillkännagivits genom anslag hos Västerbottens läns landsting samt Umeå och Vännäs kommuner.

Samordningsförbundet Umeå-Vännäs

Sammanträdesdatum: **2015-11-27** **Justeringsdatum:** **2015-12-09**

Datum för anslags uppsättande: **2015-12-14** **Datum för anslags nedtagande: 2016-01-04**

Protokollet förvaras på Samordningsförbundets kansli.

Underskrift .....
Mikael Holmlund

§ 74 Mötets öppnande

Ordförande förklarade mötet öppnat.

---

§ 75 Incheckning

Var och en runt bordet "checka in", det vill säga utifrån egen vilja beskriva det personliga nuläget.

---

§ 76 Val av justerare

Carola Larsson utsågs att justera dagens protokoll.

---

§ 77 Godkännande av dagordning

Dagordningen godkändes med två tillägg, jullunch och inför den nationella Finsamkonferensen i april.

---

§ 78 Ledning av samvekan i kranskommunerna

Styrelsen diskuterade hur samverkan ska styras i kranskommunerna, detta baserat på erfarenheter från starten i Vännäs samt intentionerna i verksamhetplanen.

Beslut: Styrelsen beslutade att det ska finnas en gemensam ledningsgrupp för samverkan för kranskommunerna. I gruppen ska det finnas representation från kommunerna, Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan och de lokala hälsocentralerna. Det står sedan gruppen fritt att välja hur man sedan vill organisera arbetsutskott och liknande.

Förbundschefen fick i uppdrag att anordna en kick-off för gruppen.

Carola Larsson och Mikael Broman fick i uppgift att återkoppla representant i gruppen från respektive Arbetsförmedlingen och Försäkringskassan.

Förbundschefen fick i uppdrag att återrapportera till styrelen i frågan under första kvartalet 2016.

---

§ 79 Beslut verksamheter och projekt (Bilaga1)

Styrelsen tog under denna punkt alla ekonomiska beslut gällande verksamheter, projekt och verksamhetsnära kostnader såsom utredningar, konferenser, utbildningar med koppling mot verksamhetsplan och budget.

De sammahållna insatserna (Mellansteget, Hikikomori och Våga växa) (Dnr 10-2015)

Beslut: Styrelsen bifaller ansökan med 1 329 tkr för 2016, 841 tkr för 2017 och 866 tkr för 2017. Totalt högst 3 038 tkr för perioden 2016-01-01--2018-12-31.

Beslutet är ett inriktningsbeslut där Samordningsförbundet kan komma att ompröva delar av beslutet inför varje nytt kalenderår. Detta utifrån hur verksamheten utvecklas samt hur huvudmännen fördelar medel till Samordningsförbundet.

Styrelsen påpekar vikten av att se över genomströmningen av deltagare i verksamheterna.

Ungdomstorget (Dnr 8-2014)

Beslut: Styrelsen omprövar inte tidigare beslut. Styrelsen godkänner dock de föreslagna budgetförändringarna i bilaga 1. Totalt stöd till verksamheten blir därmed 2 880 tkr för 2016 och 2 885 tkr för 2017. Totalt högst 5 765 tkr för perioden 2016-01-01 – 2017-12-31.

Beslutet är ett inriktningsbeslut där Samordningsförbundet kan komma att ompröva delar av beslutet inför varje nytt kalenderår. Detta utifrån hur verksamheten utvecklas samt hur huvudmännen fördelar medel till Samordningsförbundet.

Skolkoordinator

Förslaget om en skolkoordinator är för outvecklat för att ta beslut om.

Beslut: Styrelsen beslutar att avsätta 300 tkr för 2016 i budget tills vidare under förutsättning att förslag inkommer. Förslag ska ha inkommit under första kvartalet 2016, om inte så sker kommer medlen att användas till annat.

Uppsökande verksamhet unga (Dnr 11-2015)

Beslut: Styrelsen bifaller ansökan med 250 tkr för 2016, 250 tkr för 2017. Totalt högst 500 tkr för perioden 2016-01-01--2017-12-31.

Beslutet är ett inriktningsbeslut där Samordningsförbundet kan komma att ompröva delar av beslutet inför varje nytt kalenderår. Detta utifrån hur verksamheten utvecklas samt hur huvudmännen fördelar medel till Samordningsförbundet.

Steget vidare 2.0 (Dnr 8-2010)

Beslut: Styrelsen omprövar inte tidigare beslut. Totalt stöd till verksamheten blir därmed oförändad d.v.s. 2 070 tkr för 2016.

Förberedelse för arbetslivsinriktad rehabilitering – FFA (Dnr 10-2014)

Beslut: Styrelsen bifaller ansökan med 1 250 tkr för 2016.

Styrelsen uppdrar till verksamheten att noga dokumentera vart i systemen som bristerna uppstår för målgruppen.

Förstudie Stressrelaterad psykisk ohälsa på kvinnodominerade arbetsplatser (Dnr 12-2015)

Beslut: Styrelsen bifaller ansökan med 416 tkr för 2016.

Resurs för att utveckla NAFS (Dnr 1-2007)

Beslut: Styrelsen bifaller förslaget att avstätta 300 tkr för 2016 med syfte att utveckla NAFS.

Styrelsen uppdrar till styrgruppen för NAFS att ta fram ett förslag på genomförande som sedan ska godkännas av styrelsen. Förslaget ska vara framtaget senast 31 mars.

Hur utrikesfödda kan ta del av NAFS ska ingå i uppdraget.

Lokal samverkan i Vännäs (Dnr 7-2014), Vindeln (14-2015) och Nordmaling, (15-2015)

Beslut: Styrelsen beslutar att avsätta för respektive kommun 370 tkr för 2016, 380 tkr för 2017 samt 390 tkr för 2018.

Detta motsvarar 75 % av lönen till en arbetskonsulent/koordinator. Övriga 25 % står kommunerna själva för.

Beslutet är ett inriktningsbeslut där Samordningsförbundet kan komma att ompröva delar av beslutet inför varje nytt kalenderår. Detta utifrån hur verksamheten utvecklas samt hur huvudmännen fördelar medel till Samordningsförbundet.

Stödstruktur för socialt företagande (Dnr 15-2014)

Beslut: Styrelsen omprövar inte tidigare beslut. Totalt stöd till verksamheten blir därmed 300 tkr för 2016.

Matcha (Dnr 12-2013)

Beslut: Verksamheteten äskande är lägre än tidigare beslutat. Styrelsen beslutar därför att minska stöder till totalt 800 tkr för 2016.

Övriga beslut

Styrelsen beslutar att i budget avsätta nedan angivna belopp för verksamhetsnära insatser.

Utredningsstöd till vuxenplattform	300 tkr
Forskarstöd till NAFS	40 tkr
Social redovisning Steget vidare	40 tkr
Konferenser	100 tkr
Ledarskapsutveckling	100 tkr
Uppföljningsdag KUR	90 tkr
Information och marknadsföring	20 tkr

---

§ 80 Verksamhetsplan och budget (Dnr 2015-13)

Beslut: Styrelsen beslutar att anta Verksamhetsplan och budget för åren 2016-2018 (bilaga 2).

Förbundschefen fick i uppdrag att se över målen i planen samt ta fram förslag på årshjul till nästa sammanträde. Möjligen kan mindre justeringar göras i verksamhetsplanen baserat på detta.

---

§ 81 Övriga frågor

Styrelsen beslutar att avsluta året med en jullunch den 18 december klockan 11.45.

Den nationella FINSAM konferensen kommer att hållas den 5-6 april i Eskilstuna. Den nya styrelseledamötena rekommenderas att delta på konferensen. Förbundschefen kommer att på konferensen föreläsa om sin syn på hur FINSAM kan utvecklas till 2020, vilket godkänns av styrelsen.

---

§ 82 Utcheckning

Samtliga mötesdeltagare gav sin feedback på mötet.

---

§ 83 Nästa möte

Nästa möte bokas till den 12 februari klockan 08.00 – 12.00. Mötet kommer att hållas på Arbetsförmedlingen.

---

§ 84 Mötet avslutas

Ordförande förklarar mötet avslutat.

Den gröna vägen

Grön rehab för långtidsjukskrivna kvinnor med psykisk ohälsa

En insats som en del av en sammahållen samverkansplattform för vuxna i Umeå

1. BAKGRUND/PROJEKTETS SAMMANHANG

I Samordningsförbundets verksamhetsplan för åren 2016-2018 utrycks ambitionen att organisera samverkan för vuxna (+25 år) på ett mer sammahållet sätt än vad som sker idag. Förebilden för arbetet är den samverkan som sker för ungdomar i Umeå i form av Ungdomstorget. Ungdomstorget bygger på samlokaliserad och samorganiserad samverkan i tre tydliga faser. Identifiera behov av samverkan, Gemensam bedömning och samordnade insatser.

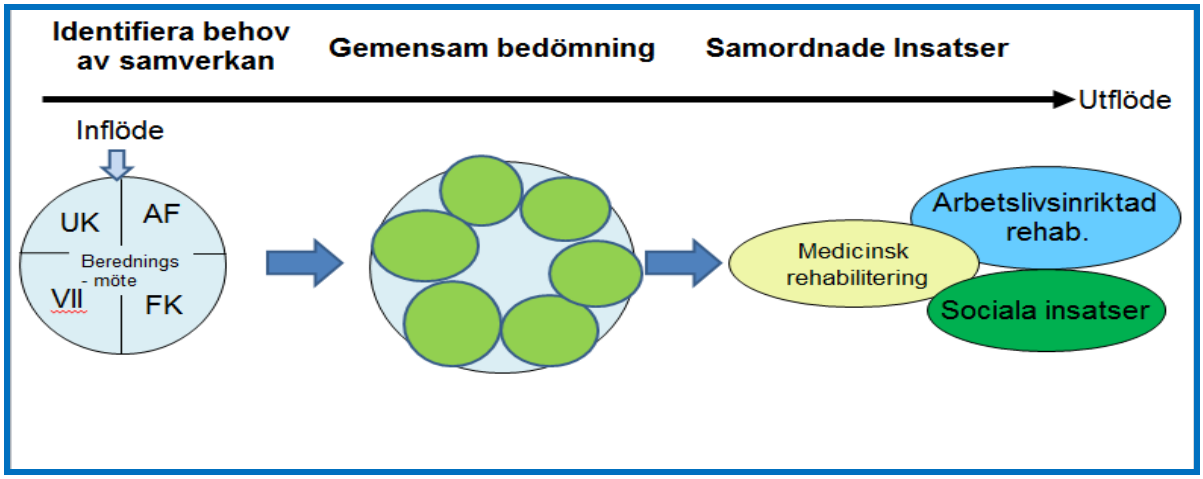

Bild 1. Principskiss över samverkan för unga i Umeå

Att arbete mer sammahållen utifrån behov och inte utifrån vilken typ av ersättning man får har visat sig vara framgångsrikt för ungdomar. Vår ambition är att kunna erbjudas insatser för vuxna oaktat var man har sin ersättning och på så sätt öppna upp det omfattande insatsutbud vi har i Umeå. Vårt strategiska förhållningssätt är att under 2016 lägga grunden för en mer sammahållen samverkansplattform för Vuxna i Umeå med start kvartal 1 2017.

<u>Nuläge samverkaninsatser för vuxna (+25) i Umeå</u>

Vi har idag ett stort utbud av insatser i Umeå för människor i behov av samordnade insatser. Insatserna håller god kvalité och fyller sina syften. Dock är de inte sammahållna och vi saknar visa typer av insatser vilket gör att suboptimering uppstår när man bitvis får arbeta med människor som inte är redo för t.ex. insatser inom arbetsförmedlingen eller insatser inom Steget vidare. En tydlig brist vi ser är vad man skulle kunna beskriva som ”komma igång insats” för de som befunnit sig i sjukskrivning under längre tid och som saknar arbetsgivare. Här följer en kort beskrivning av befintliga samverkansformer i Umeå för målgrupper över 25 år.

AF-FK samverkan (GK-GI)
Arbetsförmedlingen och Försäkringskassan har möjlighet att initiera en gemensam kartläggning. Syftet med den gemensamma kartläggningen är att ta fram kundens resurser, möjligheter och förmågor som kan utvecklas inför en återgång i arbetsliv men även de begränsningar som finns. Kartläggningen gör kunden tillsammans med Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan och vid behov ytterligare aktörer.

Om kartläggningen visar att kunden behöver gemensamt stöd från AF-FK för att komma åter i arbete så fortsätter samarbete antingen i en arbetsförberedande insats eller en arbetslivsinriktad insats.

Förberedelse för arbetslivsinriktad rehabilitering-FFA
Insatsen bedrivs i projektform och syftar till att förtydliga vilka typer av insatser som människor som befunnit sig i ett långvarigt utanförskap och som inte är redo för arbetslivsinriktad rehabilitering behöver, detta i form av sociala/förberedande insatser. Målgruppen står mycket långt från arbetsmarknaden och finns inom både socialförsäkringen såväl som inom försörjningsstödet. Projektet finanserias av Umeå kommun och Samordningsförbundet.

Steget vidare
Sedan 2011 bedrivs arbetslivsinriktad rehabilitering för de som är äldre än 25 år och som har en komplex problematik, i form av Steget vidare. Steget vidare är en samlokaliserad av medarbetare från Umeå kommun, Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan och Psykiatriska kliniken – NUS. Verksamheten finansieras av parterna och Samordningsförbundet.

Vuxentorget
Samverkan inom kommunen och med Arbetsförmedlingen för de som har försörjningsstöd. Vuxentorget bedrivs och finanserias som ordinarie verksamhet av parterna.

SAMS
Samverkan mellan Socialtjänsten och Försäkringskassan för s.k. 0-klassade med försörjningsstöd. Insatsen startade som projekt inom Samordningsförbundet men bedrivs och finansieras nu av parterna som ordinarie verksamhet.

NAFS
NAFS betyder Närsjukvård (Primärvård), Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan och Socialtjänsten i samverkan och finns på alla hälsocentraler i Umeåregionen. NAFS innebär att de befintliga team som finns på hälsocentralerna har namngivna kontaktpersoner som deltar på teamträffar regelbundet. Från och med 1 januari 2013 bedrivs verksamheten som ordinarie verksamhet inom en överenskommelse mellan huvudmännen och Samordningsförbundet.

Det här är ingen total beskrivning av den samverkan som sker för målgrupperna äldre än 25 år, utan exempel för att illustrera att mycket görs men att det inte sker sammahållet. Samordningsförbundet har under 2016 tillskjutit 300 tkr för att analysera och föreslå ett framtida mer sammahållet arbetssätt. Detta arbete påbörjas under andra kvartalet 2016.

Förutom att våra insatser inte sker sammahållet har vi också brist på förberedande insatser för arbetslivsinriktad rehabilitering. Delvis kommer detta behov att täckas upp i satsningen ”Föreberedelse för arbetslivsinriktad rehabilitering – FFA”, dock vill vi parallellt pröva Grön rehab för långtidssjukskrivna utan arbetsgivare. Projektet vänder sig till en målgrupp som står närmare än de i FFA och är tänkt som ett pilotprojekt för 10 – 15 kvinnor med psykiatrisk diagnos. Ägaren av projektet blir Umeå kommun.

Den fortsatta beskrivningen i detta dokument gäller alltså enbart projekt Grön rehab och det är för det som vi söker medel. Dock har vi tyckt att det är viktigt att sätta in projektet i dess rätta sammahang och som en del av en framtida samverkansplattform för vuxna.

2. SYFTE

Projektet syftar till att i en grön miljö ge kvinnor med utmattningssyndrom eller stressrelaterad psykisk ohälsa en möjlighet att förberedas för, eller fortsätta den arbetslivsinriktade rehabiliteringen. Detta genom att tillhandahålla verktyg i rehabiliteringsprocessen i strävan mot arbete och egen försörjning. Projektet syftar även till att utveckla verksamheten och dess unika kombination av naturunderstödd rehabilitering med produktion av grönsaker och växter, till ett attraktivt alternativ inom förrehabilitering och den arbetslivsinriktade rehabiliteringen.

3. MÅLGRUPP

Arbetsförmedlingen har haft begränsade resurser till Gemensamkartläggning (GK) och Gemensammainsatser.(GI). Under merparten av 2015 har endast kunder som blivit utförsäkrade rymts inom Arbetsförmedlingens resurser för Gemensam kartläggning (GK) I nuläget finns ca 20 personer som väntar på sin GK. Från februari 2016 tas den bortre gränsen (utförsäkring) bort. Det finns också ett mörkertal hos varje personlig handläggare som känner till resursbristen på AF så man har valt att inte skicka begäran om GK.

De som är arbetslösa kan bara få hjälp av AF för att få en arbetslivsinriktad rehabilitering. Arbetsgivaren har rehabiliteringsansvar för sina anställda. De som har arbetsgivare kan bli aktuell hos AF då alla rehabiliteringsåtgärder hos arbetsgivaren är uttömda.
Sjuktalen stiger och merparten (70 %) har en psykdiagnos och är kvinnor.

Målgruppen för Grön rehab ska vara arbetslösa kvinnor som är i behov av arbetsinriktad rehabilitering för att komma tillbaka till arbetsmarknaden.

4. KOPPLING TILL REGERINGENS MÅL

I Umeå är vår ambition att från och med 2017 arbeta med sammahållet med det grupper som står utanför arbetsmarknaden. Det kommer att bidra till att fler kommer till arbete oavsett vilken ersättningsform man befinner sig i. Grön rehab förväntas vara en del av det åtgrädsutbud som ska ingå i den framtida utvecklade vuxenplattformen, den insatsen vänder sig särskilt till kvinnor med psykisk ohälsa. Detta stämmer väl överens med regeringens mål att minska sjukpenningtalet. Målet är att sjukpenningtalet ska vara högst 9.0 dagar år 2020. I nuläget är talet 10,2 (13,3 för kvinnor och 7,1 för män). Sjuktalet har under tiden augusti 2014 till augusti 2015 ökat med 1,2 dagar. Vi behöver vända den utvecklingen vilket kräver mer behovsanpassade åtgärder.

5. MÅL

5.1 Organisationsmål

- Grön rehab ska vara en del av en framtida effektiv vuxenplattform med samordnade insatser
- Grön rehab utgör en förstärkning av de förrehabiliterande insatserna, vilket en växande andel av de som står utanför arbete har behov av
- Grön rehab ska understödjer måluppfyllelsen i senare insatser, t.ex. AF/FK samverkan där 45 % ska gå till arbete eller studier
- Över tid öka andelen som lyckas ta sig vidare i sin rehabiliteringsprocess

- Över tid bidra till minskningen av andelen långa sjukfall
- Över tid bidra till att minska sjukpenningtalet

5.2 Individmål

- Volymmål, 15 personer under 2016
- 60 % av deltagarna har gått vidare till arbetslivsinriktad rehabilitering efter Insatsen
- Deltagarna som fullföljt insatsen har upplevt att deras livskvalitét förbättras
    - 80 % av deltagarna anger på 10-gradig skala att deras livskvalitet har påverkats av insatsen i ganska hög grad (7-8) eller mycket hög grad (9-10).
    - 40 % av deltagarna anger att deras livssituation har påverkats av insatsen i mycket hög grad
- Deltagarna som fullföljt insatsen har upplevt att den hållit god kvalitet
    - 80 % av deltagarna anger på 10-gradig skala att de upplevt kvalitén på insatsen som ganska god (7 eller 8) eller mycket god (9 eller 10).
    - 40 % av deltagarna anger att kvaliteten har varit mycket god.
- Deltagarna som fullföljt insatsen anser sig ha kunnat påverka sin rehabiliteringsprocess
    - 80 % av deltagarna anger på 10-gradig skala att de kunnat påverka insatsen i ganska hög grad (7-8) eller mycket hög grad (9-10).
    - 40 % av deltagarna anger att de har kunnat påverka insatsen i mycket hög grad.
- Deltagarna har blivit bemötta och behandlade med värdighet under deltagandet insatsen sett utifrån deras kön, etnicitet, ålder, sexuell läggning, könöverskridande identitet, religion samt funktionsnedsättning
    - 80 % av deltagarna anger att de blivit bemötta och behandlade med värdighet i ganska hög grad (7-8) eller mycket hög grad (9-10).
    - 20 % av deltagarna anger att de blivit bemötta och behandlade med värdighet i mycket hög grad.

6. ORGANISATION

Projektets styrgrupp blir den som finns etablerad för Steget Vidare och Förberedelse för arbetslivsinriktad rehabilitering. En medarbetare anställs av Umeå kommun med särskilt ansvar för gruppen.

Effekterna av projektet analyseras i styrgrupp, Samordningsförbundets beredningsgrupp och ytterst i styrelsen.

7. GENOMFÖRANDE

Projektet kommer att ligga på Forslunda trädgård som drivs av Umeå kommun och erbjuder en arbetsmarknadsrehabilitering i form av grön rehabilitering. Här arbetar en fast personal som bas i trädgårdsarbetet och i det rehabiliterande arbetet med de individer som remitteras. De kompetenser som idag finna är; trädgårdsarbetare, trädgårdsmästare, gruppledare och arbetsledare. Gemensamt för samtliga är ett intresse för trädgård och natur. Trädgården odlar krukväxter samt kravodlade grönsaker både i växthus och på friland. Delar av det som produceras säljs i den Gårdsbutik som finns på området.

Idag finns det forskning och erfarenheter som visar att vid utmattningstillstånd ger en ”grön” rehabiliteringsmodell bättre effekt än den traditionellt ”vita” vården och erbjuder ett snabbare steg tillbaka/ till arbete. Aktuella studier visar att man kommer närmare mål om arbete efter 12 veckors deltagande i naturunderstödd rehabilitering. Deltagarnas funktioner och

möjligheter till att återgå till arbete ökade1. En nyligen utförd jämförande studie mellan konventionell rehabilitering via sjukvården och naturunderstödd rehabilitering vid Alnarps hälsoträdgård framkommer signifikanta resultat som visar att den naturunderstödda gav bättre hälsovinster för deltagarna. Mindre användning av både primärvård och psykiatrisk vård kunde registreras i denna grupp.2

Forslunda Trädgård erbjuder en individuellt utformad planering som bygger på att under rehabiliteringstiden hinna öva färdigheter i trädgårdsarbete, vilket ger möjlighet att deltagaren är bättre rustad inför arbetslivet, mera hållbar. Initialt kommer individen på ett studiebesök tillsammans med remittent där man får information om verksamheten och där individen själv kan ge en bild av vilka behov hon/han just nu har. Vid uppstart sätts de första övergripande målen som löpande följs upp för att tidigt göra individen aktiv i sin rehabilitering. Individen gör också en skattning av sina förmågor. Många med utmattningssymtom, utmattningsdepression och med lång tid av sjukskrivning/ utanförskap börjar med att komma en-två gånger i veckan samt endast någon/några timmar åt gången. Många erfarenheter från verksamheten samt från forskning kring naturunderstödd rehabilitering är just att återhämtning, en trygg och stödjande miljö är det väsentligt initialt i förändringsarbetet.3 Växterna i det gröna växthus samt utomhusmiljö erbjuder en mera kravlös kontakt. Är man orkeslös har man större behov av en stödjande miljö och i takt med ökad ork ökar även behov av utmaningar.4

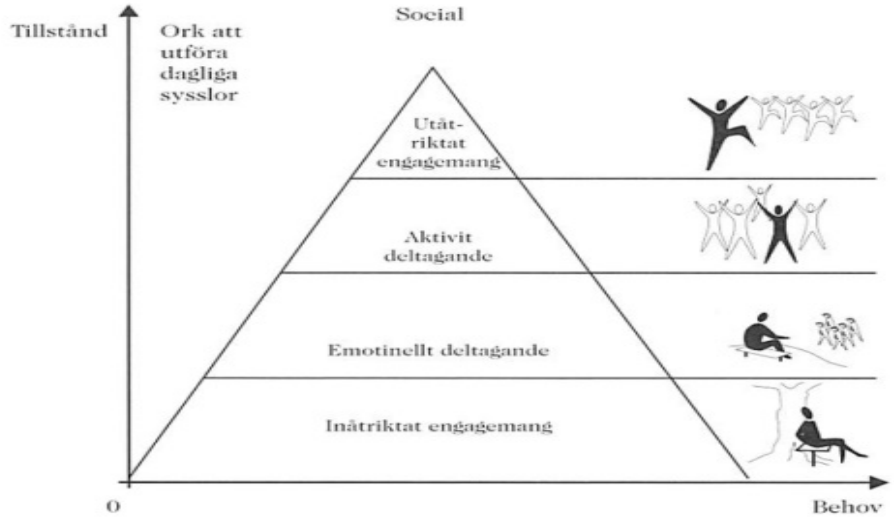

Bild 2. Modell Grön rehab

[1] Pálsdóttir, A.M. ; Grahn, P. ; Persson, D. ”Changes in experienced value, of everyday occupations after a naturebased vocational rehabilitation”. *Scandinavian Journal of occapational Therapy, 2014 vol. 21 (1) p. 58-68*
[2] Währborg, P. ; Petersson, I.; Grahn, P. ”Nature-assisted rehabilitation for reactions to serve stress and/or depression in a rehabilitation garden; Long-term follow-up including comparisons with a matched population-based reference cohort. *J. Rehabil. Med. 2014, 46, s. 271-276.*
[3] Grahn, P. ; Ottosson, Å. Alnarpsmetoden. Trädgårdsterapi. 2014. Stockholm. Bonnier Existens.
[4] Grahn, P. (1991) *Om parkers betydelse.* Akademisk avhandling. Alnarp; Sveriges lantbruksuniversitet, Stad& Land, 93

Det första steget in, som ovan beskrivits, görs till det gröna växthuset med en närvarande handledare där man påbörjar sin rehabilitering. Av vikt är att förmedla att man är själv är delaktig i sin egen rehabilitering och därmed kallas man för deltagare. Det gröna växthuset kan erbjuda ett mindre sammanhang, en grön miljö där man dels får redskap i hur man kan nyttja den återhämtning och stimulans man kan få där. Successivt med stöd av handledaren kan man här få trädgårdsuppgifter i mindre skala, så som att fröså, vattna, omskola växter. Dessa aktiviteter nyttjas i ett konkret rehabiliteringssyfte. Trädgårdsarbetet är konkret och kan ge snabba resultat och ger också en möjlighet att träna sig själv i att vara närvarande i det men jobbar med, kravlöst. Vidare en möjlighet att få känna det lustfyllda i arbetet och arbeta i ett meningsfullt sammanhang. KASAM5; känsla av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet och dess salutogena synsätt genomsyrar rehabiliteringstanken i alla dess steg.

I steg 1, som kan vara i ca 3 månader, erbjuds man följande:

- Grön och sinnesstimulerande, trygg miljö, både handledare, den gröna miljön och gruppen bidrar.
- Återhämtning och vila varvas med positiva trädgårdsaktiviteter samt samtal.
- Regelbundna promenader utomhus, vilket ger ett bättre fysiskt och psykiskt mående.
- -Skelettet stärks
- -Övervikt motverkas, depression och ångest motverkas och sömn blir bättre
- -Fysisk förmåga förbättras
- -Koncentration och uppmärksamhet förbättras6
- Regelbundna skogpromenader erbjuds vilket bidrar till att sänka puls och blodtryck, öka koncentrationsförmåga samt få en möjlighet till känna sig mindre utmattade.7
- Möjlighet att i samtal i grupp och med handledare för att hitta strategier vid stress och för att bli mera hållbar som människa.
- Regelbundna samtal kring deltagarens mål.

Under senare delen i steg 1 bekantar man sig med trädgården dess deltagare här och övergången till att börja delta trädgårdsarbetet utanför detta växthus blir tryggt och planerat. Under tiden har även en utökning av tid skett.

Vid steg 2.

Här är syftet att börja träna sig i mera arbetslika situationer, med fler människor, delta i trädgårdsodlingen i något större skala. Utmaningen är att bibehålla en balans mellan arbete och vila. Utökning av tid och arbetsmängd ökas gradvis av deltagaren i samråd med arbetsledare. Kontinuerlig avstämning görs i samtal med arbetsledare om hur det går med ork och uppsatta mål. Det gröna växthuset används fortfarande som återhämtningsmiljö om inte utomhusmiljön tillåter.

Sammanfattningsvis innehåller detta andra steg:

- Träna sig i de strategier man redan funnit i steg 1 och gradvis öka arbetsmängd utifrån ork och krav i arbetsuppgifter.

---

[5] Antonovsky, A. *Hälsans Mysterium.*(1991). Stockholm; Natur och Kultur.

[6] Bengtsson, A. (2003) *Utemiljöens betydelse för äldre och funktionshindrade- Kunskapssammanställning.* Statens folkhälsoinstitut 2003:6

[7] Sonntag- Öström, E.; Nordin, M.; Lundell, Y., Dolling, A.; Wiklund, U.; Karlsson, M.; Carlberg, B. ; Slunga Järvholm, L. (2014) *restorative effects of visits to urban och forest enviroments in patients with exhaustion disorder.* Urban Foresty and Urban Greening, Volym 13. S. 344-354.

- Trädgårdsarbete både inom- och utomhus
- Dagliga promenader
- Regelbundna skogspromenader.
- Fortsatt samtal i grupp men nu i steg 2 gruppen
- Regelbundna samtal med arbetsledare vad gäller sina mål.

I sista steget har arbetsträningen parallellt med det fortsatta arbetet med att stärka strategier att hantera stress, hitta sätt att återhämta sig, möjligen ökat lust och motivation till att komma vidare till arbete, studier eller annat. Här ökas idag remittentens roll att stötta deltagaren vidare. Deltagaren söker mera aktivt arbete eller vägar vidare. Avslutande utvärdering av uppskattad förändring av förmågor, situation.

Under projekttiden kommer en strävan att vara att nå samarbete med Stresskliniken i Norrlands Universitetssjukhus, då erfarenheter är att deltagare med utmattningssyndrom och som deltagit i deras stresshanteringsprogram ger en än mera effektiv rehabilitering i trädgårdsmiljö. Deltagare kan har parallella samtalskontakter under sin rehabilitering.

8. UPPFÖLJNING OCH UTVÄRDERING

Insatsen läggs upp som en av Samordningsförbundets verksamheter i SUS. De angivna individmålen mäts i enlighet med de rutiner som Samordningsförbundet har. Ingen extern utvärdering kopplas till insatsen då effekteran av Grön rehab är kända. Dock prövas projektets utfall i Samordningsförbundets organisation gemensamt av parterna.

10. BUDGET

Projektet startar de 1 april och avlutas den 31 december. Samordningsförbundet Umeåregionen finansierar de kostander som uppstår i december månad.

KOSTNADER	2016	Totalt
	1/4-31/12	
Personal	**380 000 kr**	**380 000 kr**
Projektmedarbetare	380 000 kr	380 000 kr
		- kr
Externa tjänster	**- kr**	**- kr**
		- kr
Lokaler	**- kr**	**- kr**
		- kr
Övriga kostnader	**160 000 kr**	**160 000 kr**
Material	100 000 kr	100 000 kr
Kompetensutveckling	30 000 kr	30 000 kr
Resor	15 000 kr	15 000 kr
Övrigt	15 000 kr	15 000 kr
Summa projektkostnader	**540 000 kr**	**540 000 kr**
Finansiering	**2016**	**Totalt**
Samordningsförbundet Umeåregionen	40 000 kr	40 000 kr
Särskilda medel	500 000 kr	500 000 kr
Total finansiering	540 000 kr	540 000 kr