

NÄSTA STEG

mot en friskare
vardag



Grön rehabilitering Greve Garden i Skaraborg

FRÅN FRÖ TILL FRUKT



På GreveGarden, utanför Lidköping bedrivs grön rehabilitering, för personer med stress relaterad ohälsa. GreveGarden vänder sig till personer med stressproblematik, psykisk ohälsa eller med behov av arbetsrehabilitering, som bor i Skaraborg.

I den rofyllda miljön får deltagarna möjlighet till återhämtning i ett tryggt sammanhang med professionellt stöd, fasta rutiner och social

gemenskap, som alla är lika viktiga delar för att lyfta fram det friska hos varje individ.

Planering och uppföljning görs tillsammans med uppdragsgivaren. Grön rehab-

perioden på till exempel 14 veckor kan leda till arbetsprövning på annan plats. GreveGardens målsättning är att göra övergången från rehabilitering till arbetsliv mjukare för individen.



Samverkan i Grön rehabilitering ger snabbare resultat för individen

Natur- och trädgårdsrelaterade aktiviteter med gruppen

Individen stärks

Det centrala i rehabiliteringen är att individen ska bli stärkt genom att delta i grön rehabilitering. Efter rehabiliteringen ska deltagarna ha höjt sin livskvalitet och sin grad av friskhet.

Grön rehabilitering är nästa steg mot arbete eller studier och målet är att man ska kunna påbörja en arbetsprövning eller studier.

Varför grön rehabilitering?

- Den socioekonomiska beräkningen visar att kostnaden för rehabiliteringen i genomsnitt återbetalas till samhället på 15 månader. Förutsättningen är att deltagarna utan rehabilitering skulle ha varit kvar i samma grad av inaktivitet/sysselsättning under denna tid som innan de rekryterades till grön rehab. (ISM häfte 3)
- Deltagarnas egna berättelser visar tydligt att de allra flesta upplevt rehabiliteringen som en stor hjälp för att återhämta sig och återgå i sysselsättning.



Rehabilitering i närområdet

Rehabiliteringen omfattar hantverksuppgifter, social gemenskap, ergonomi, avslappning, inom- och utomhusaktiviteter anpassade efter årstiden.

Målgruppen är personer med stressproblematik eller psykisk ohälsa eller med behov av arbetsrehabilitering som bor i Skaraborg.

Vi för en nära dialog med deltagarna där vi planerar och följer upp individens tid tillsammans med uppdragsgivaren, för att utvärdera möjligheten med arbetsprovning på annan plats.

Terapi och veckoschema

Gruppen består av maximalt åtta deltagare som träffas totalt 10 timmar i veckan fördelat på tre dagar.

Under träffarna utförs aktiviteter inom bland annat hantverk, gruppterapi, ergonomi och avslappning.

Det centrala i rehabiliteringen är att genom mentalt



förändringsarbete öka självkännsdomen hos individen beträffande sin arbetsförmåga och klargöra nästa steg på väg tillbaka till egen försörjning.

Grön rehabilitering på GreveGarden

Individen utvecklar sin förmåga i en miljö på GreveGarden som byggs upp på ett sätt som är anpassat för grön rehabilitering och där deltagaren tränas i att vara närvarande med alla sinnen.

Rehabiliteringen leds av välutbildad personal inom vården som har god erfarenhet av grön rehab. De natur- och trädgårdsbaserade aktiviteterna utförs i grupp där arbetsmomenten kan jämföras med ett normalt flöde på en arbetsplats, men tempot är lugnare och

individuellt anpassat för deltagaren. Allt baseras på vetenskapen om natur- och trädgårdsmiljöernas positiva effekt för människan och hennes hälsa.

Exempel:

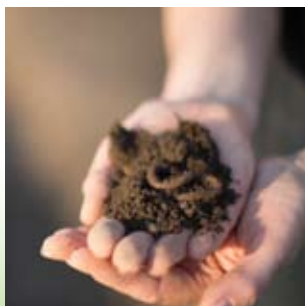
14-veckorsperiod på GreveGarden

- Maximalt 8 deltagare
- 3 dagar / vecka
- 10 timmar / vecka fördelat på 3 dagar

Metodikern kring grön rehabilitering som används byggs på Alnarpsmodellen. Modellen har utvecklats av GreveGarden genom arbetslivserfarenhet. För att garantera kvaliteten samarbetar GreveGarden med forskare inom grön rehabilitering.

Under träffarna utförs aktiviteter inom;

- Hantverk med naturmaterial
- Gruppsamtal– sekretessbelagt
- Ergonomi
- Avslappning
- Samt andra säsongsbaserade inom- och utomhusaktiviteter





GREVEGARDEN

GreveGarden drivs av Elisabeth G Wahlgren som sedan 1986 är legitimerad sjuksköterska, och har arbetat i 18 år inom vården.

Hon är utbildad trädgårdsmästare sedan 2006 och vänder sig till både privatpersoner och företag. Hon arbetar bland annat med rådgivning och grön rehabilitering Lidköping på Ågårdskogens vårdcentrum sedan tre år.

Hon håller också föreläsningar och kurser samt arrangerar mässor och seminarier.

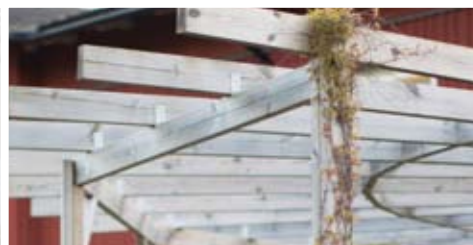
Utbildningar och kurser

- Sjuksköterskeexamen, Malmö Kommunala högskolan 1986
- Flertal kurser och seminarier om Terapeutiska trädgårdar 2002-2012
- Trädgårdens Hantverk och Design, 3 år Göteborgs universitet
- Landskapsvård, 1 år Da Capo hantverksskola

Referensobjekt

- Hospice Gabriel, Lidköping
- Tolsjö äldreboende (även personalen utbildades för att förstå hur trädgården kan påverka vårdtagarna)
- Piperska, Lundsbrunn.

REFERENSOBJEKT



Hospice Gabriel, Lidköping

Äldreboende i Tolsjö, Lidköping



N. Härene Grevegården 531 92 Lidköping
Mobil 0702-17 22 84 E-post elisabeth@grevegarden.se
www.grevegarden.se