



Välkommen till

Pre-rehabaktiviteter hos Vägledningscenter

Foto: Jan Töve

i samverkan med
Sjuhärad's samordningsförbund

ulricehamn.se

Pre-rehab i Ulricehamn

Pre-rehab är en verksamhet för personer som av olika skäl står långt ifrån arbetsmarknaden. Vi erbjuder förberedande insatser med mål att öka aktivitetsförmåga och delaktighet i samhället, öka självkänsla och självförtroende, förbättra hälsa och livskvalitet samt stöd att formulera mål.

Tillsammans hittar vi styrkor och resurser!

I samarbete med Sjuhärad's Samordningsförbund har vi två olika Pre-rehabgrupper att erbjuda samtliga samarbetsparter:

Aktiv Hälsa och Ny Kraft.

Aktiv Hälsa

Upp till 10 timmar per vecka, under 12 veckor.

I programmet ingår:

Fysisk aktivitet, kreativt skapande samt samtal om hälsorelaterade ämnen.

Ny Kraft

Upp till 20 timmar per vecka under 12 veckor.

I programmet ingår:

- Jag-stärkande aktiviteter
- Arbetsträning (ex sortering, montering, paketering, kök, städ, trädgård, administration)
- Samtal individuellt och i grupp
- Framtidsmål
- Fysisk aktivitet

Det finns möjlighet att börja med Aktiv hälsa och sedan gå vidare till Ny Kraft eller börja direkt i Ny Kraft.



Kontaktuppgifter

Marie Blankenfjell

Arbetskonsulent

Telefon: 0766-43 66 67

E-post: marie.blankenfjell@ulricehamn.se

Eugenia Hillinge

Arbetskonsulent/ leg. arbetsterapeut

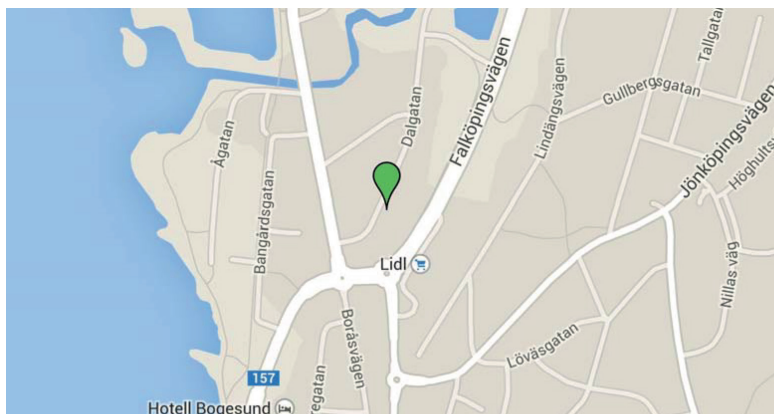
Telefon: 0766-43 63 24

E-post: eugenia.hillinge@ulricehamn.se

Webb: ulricehamn.se/vagledningscenter

[Facebook.com/vagledningscenterulricehamn](https://www.facebook.com/vagledningscenterulricehamn)

Vi finns på Dalgatan 4, Arbetscenter, i Ulricehamn



Aktiviteten är ett samarbete mellan Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan, Västra Götalandsregionen och Ulricehamns kommun.



ULRICEHAMNS
KOMMUN