

# SEMINARIUM

22 november 2019

## Naturbaserad Grön Rehab

En väg att möta arbets- &  
livsrelaterad utmattning  
och psykisk ohälsa



Hofors kommun och Samordningsförbund Gävleborg genomför i partnerskap med Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan och Högskolan i Gävle, en förstudie rörande förutsättningarna att etablera Grön Rehabilitering. Vi håller ett seminarium för intresserade förtroendevalda, ledningar och tjänstemän i både offentliga & privata organisationer, företag samt övriga aktörer.

De höga talen med arbetsrelaterad psykisk ohälsa & många sjukskrivna fortsätter. Orsakerna är ofta utmattning och stress med lång väg åter till arbetslivet med stora konsekvenser för enskilda, arbetsgivare och samhället. Naturbaserad grön rehabilitering ger varaktiga effekter,

*Under seminariet presenteras förstudiens resultat med en genomgång av forsknings- och kunskapsläget, dagens insatsalternativ, hur denna verksamhet idag bedrivs över landet samt tankar om hur vi kan gå vidare.*

**Plats:** Högskolan i Gävle Sal 33:203

**Dag:** Fredag den 22 november

**Tid:** 09.30 – 11.45

Se bifogat program

Alla intresserade är välkomna att delta och ta del av resultatet, ställa frågor och låta sig inspireras.

Anmälan via följande länk: (sista anmälningsdag 20/11)

<http://simplesignup.se/event/158847-seminarium-groen-rehab-en-vaeg-ur-utmattning>

För frågor och ytterligare information: [timo.lahti@hofors.se](mailto:timo.lahti@hofors.se)

**Varmt välkomna**



# Agenda seminarium Naturbaserad Grön Rehab



Hålltider med någon paus för luft

- 09.30** **Välkommen av projektledaren och reflektioner från sponsorerna**  
Stefan Hallström, Projektledare  
Kenneth Axling, Socialnämndens ordförande Hofors kommun  
Anna-Karin Hainsworth, Förbundsordförande Finsam Gävleborg
- 09.45** **Vad innebär utmattningssyndrom och vad händer i kropp och själ**  
Erfarenheter av att gå igenom utmattningens skärselfeld.  
*Carin Gustavson, tidigare drabbad som nu föreläser och utbildar om utmattning och stress*
- 10.00** **Forsknings- och kunskapsläget inom området**  
Redovisning av den framtagna kunskapsgenomgången samt betraktelser av forskaren och behandlande praktiker.  
*Olov Dahlin, forskare vid Högskolan i Gävle*  
*Liselotte Abel Psykoterapeut vid Sörby Retreatcenter*
- 10.40** **Utformning av insatser inom Grön Rehab**  
Redovisning över hur en verksamhet kan etableras såväl fysiskt som i praktiskt genomförande med föreslagna insatser, uppläggning, genomförande, kompetensresurser mm ,samt det koncept som utvecklats inom projektet som bygger på fysisk miljö, forskning och beprövad erfarenhet.  
*Christina Hansson, Trädgårdsmästare inom AMI/Haga trädgårdar*
- 11.00** **Lokal implementering och regional satsning ?**  
Reflektioner omkring implementering av förstudiens resultat lokalt och i regionen.  
*Stefan Hallström, Projektledare*
- 11.15** **Frågestund och dialog**  
Tillfälle för ytterligare frågor och reflektioner till deltagarna.
- 11.45** **Salladslunch**