

## Verksamhetsbeskrivning Förrehabilitering i Hälsocenter

### Bakgrund

Höglandskommunerna har identifierat en målgrupp som har svårt att klara medverkan i ordinarie arbetslivsinriktade rehabiliteringsinsatser med krav på medverkan cirka 10 timmar per vecka. Målgruppen kommer på uppdrag från, framför allt, kommunens enhet för ekonomiskt bistånd, Arbetsförmedlingen eller gymnasieskolan. Målgruppen har komplex problematik med behov av mer stöd och andra typer av insatser än de som erbjuds av parterna idag. Individerna har behov av att bryta passivisering, stärka sin hälsa, få finnas med i ett sammanhang, ta del av meningsfulla aktiviteter och få ökade sociala kontakter. Då ordinarie insatser inte kan möta målgruppens behov, riskerar dessa individer att hamna i långvarig inaktivitet med ökad ohälsa och med det än svårare att nå egen försörjning via arbete. Förrehabiliterande insatser innebär en förstärkning av Hälsocenters insatser för att ge målgruppen möjligheter till stegvis ökning av aktivitetsnivå och på sikt öka sina chanser för arbete. Även den behovsanalys som genomfördes inom Höglandets samordningsförbund 2023 visar att det i dagsläget saknas insatser för målgruppen som beskrivs.

Hälsocenter erbjuder stöd och inspiration till livsstilsförändringar inom mat, motion, återhämtning och sömn. Hälsocenter arbetar för att utveckla och utöka verksamheten i riktning mot en mer heltäckande syn på människor och de fyra sätten att se på hälsa - fysisk, psykisk, social och existentiell hälsa. Insatser är främjande och förebyggande med fokus på friskfaktorer.

Hälsocenter erbjuder extra hjälp och stöd med motivation för att få till dessa livsstilsförändringar. Stödet kan ges både individuellt genom coachande samtal, samt i grupp och olika öppna aktiviteter. Hälsocenter bedrivs i samverkan mellan kommun, primärvården i Region Jönköpings tillsammans med en mängd olika lokala organisationer, föreningar och aktörer. Hur hälsocenter tar emot deltagare ser olika ut i de sex kommunområdena. Vissa hälsocenter tar endast emot personer via fysisk aktivitet på recept (FaR), medan andra även tar emot personer som söker själva. Exempel på nuvarande insatser på Hälsocenter är

- Enskilda och coachande samtal med planering
- Gruppverksamhet
  - Utbildning och föreläsningar inom relevanta teman
    - Fysisk aktivitet tex gymträning, cirkelträning, yoga, vattengympa, uteträning och spinning
    - Kulturaktiviteter tex Dans för Hälsa och Må bra med Kultur
    - Matkurs *Hälsosamma matvanor* (skapad av Region Jönköpings län)
    - Studiebesök



Nuvarande insatser inom Hälsocenter ska kunna erbjudas även målgruppen i projektet. Deltagare i projektet ska erbjudas individuella samtal med fördjupat stöd till förändringsarbete för ökad hälsa och med ett tydligt fokus på stegförflyttning för att uppnå förmåga att delta i ordinarie arbetslivsinriktade rehabiliteringsinsatser. Autonomi, empowerment, ökad kunskap, delaktighet och compliance är centrala friskfaktorer för målgruppen och insatserna ska vara av hälsofrämjande karaktär där bland annat både fysisk aktivitet och kulturaktiviteter är viktiga inslag.

De sex kommunområdena på Höglandet, Aneby, Eksjö, Nässjö, Sävsjö, Tranås och Vetlanda, har utifrån beskriven bakgrund ansökt om och beviljats projektmedel för ny verksamhet – Förrehabilitering i Hälsocenter. Genom att integrera förrehabilitering i den redan befintliga verksamheten och de insatser som Hälsocenter har kan den identifierade målgruppen öka sina möjligheter till förbättrad hälsa, självkänsla, ökad aktivitetsnivå och på sikt kunna delta i ordinarie arbetslivsinriktade rehabiliteringsinsatser hos respektive aktör för att nå egen försörjning.

Projektet ligger i linje med Höglandets samordningsförbunds vision "samverkan för allas delaktighet i samhället" med det övergripande målet att arbeta aktivt för inkludering samt att erbjuda likvärdig arbetslivsinriktad rehabilitering. Förbundet arbetar även utifrån samverkansmodellen "Rätt stöd, rätt försörjning i Jönköpings län" där fokus är sjukskrivnings- och rehabiliteringsprocessen för personer som uppbär ekonomiskt bistånd med sjukdom eller ohälsa som försörjningshinder samt saknar sjukpenninggrundande inkomst (SGI) och där förrehabiliterande insatser skulle kunna ge målgruppen rätt stöd för ökad hälsa och rehabilitering. På Höglandet pågår utvecklings- och implementeringsarbete med samordnad individuell plan, SIP, som process och metod som det formella samverkansforumet för individsamverkan, även inom projektet Förrehabilitering.

Förehabiliterande insatser kan stärka implementering av god och nära vård, det vill säga personcentrerad hälso- och sjukvård där samarbete och samverkan mellan regioner och kommuner är central. God och nära vård har hälsan i fokus, där primärvård och folkhälsoarbetet sker i nära samverkan. [Överenskommelse mellan staten och SKR om God och nära vård 2023](#)

Insatsen förrehabilitering har den biopsykosociala modellen som utgångspunkt och utgår från ett helhetsperspektiv hos individen och beskriver hälsa ur ett biologiskt, psykologiskt och socialt perspektiv. En modell som Socialstyrelsens i det nya nationella kunskapsstödet [Hälso- och sjukvårdens arbete med sjukskrivning och rehabilitering](#) anser är viktig för att förstå vilka delar som påverkar arbetsförmågan och rehabiliteringsbehoven. I kunskapsstödet lyfts även vikten av personcentrat förhållningssätt, vilket insatsen Förrehabilitering också bygger på.

#### [Socialstyrelsens stöd inom försäkringsmedicin](#)

Samverkansarbetet mellan Arbetsförmedlingen och Försäkringskassan inom Gemensam kartläggning kan underlättas genom att målgruppen kan erbjudas förrehabiliterande insatser.

## Syfte och mål

Individer i projektets målgrupp ska ges möjlighet att ta del av Hälsocenters aktiviteter i syfte att stärka hälsan och självkänslan med autonomi och empowerment som centrala begrepp. Deltagare i projektet ska erbjudas utökade insatser som leder till ökad förmåga att delta i ordinarie arbetslivsinriktade rehabiliteringsinsatser hos parterna. Det övergripande målet är att öka andelen individer med egen försörjning.

På individnivå är målen att nå

- ökad aktivitetsnivå med fokus att kunna delta i ordinarie arbetslivsinriktade rehabiliteringsinsatser 10 timmar per vecka
- ökad självkänsla
- ökad hälsa
- ökad delaktighet i sin rehabiliteringsprocess.

## Målgrupp

Målgruppen är individer som

- under en längre tid varit i offentlig försörjning
- har sjukdom och/eller ohälsa som hinder för arbete
- har en aktivitetsnivå under 10 h per vecka

Unga vuxna 16 - 29 år ska prioriteras.

Den part inom Högländets samordningsförbund som uppmärksammar behov av förrehabilitering hos individen ska se till att aktualisering görs. Legitimerad personal kan skriva Fysisk aktivitet på Recept (FaR). Kontakt kan tas med coach på Hälsocenter i respektive kommunområde. Kontaktuppgifter finns på samordningsförbundets hemsida.

## Samverkansparter och arbetsmetod

Hälsocenter är redan idag en väl fungerande verksamhet som genom projektet skulle kunna erbjuda insatser till fler personer inom parterna hos FINSAM.

I styrgruppen för hälsocenter ingår i alla kommunområden

- chef för kultur och fritid
- enhetschef för Hälsocenter (där sådan finns)
- representant från Hemsjukvården (enhetschef eller medicinskt ansvarig sjuksköterska, MAS)
- representant(er) från primärvård/lokala vårdcentraler
- folkhälsoutvecklare från Region Jönköping
- medborgarrepresentant (där sådan finns)
- hälsocoach

I vissa styrgrupper ingår även folkhälsosamordnare/hållbarhetsstrateg, rehabiliteringsspecialist från kommunens personalavdelning, samverkanskoordinator samt representant från psykiatri. Kontakt finns även med idrottskonsulent från Riksidrottsförbundet-SISU Småland.

## Organisation

Samordningsförbundets styrelse, i samråd med beredningsgruppen, beviljar medel och är beslutande i förhållande till frågor som rör insatsen förrehabilitering i hälsocenter.

Samverkansstrukturer som redan finns och som fungerar ska användas även inom projektet. Strukturer och organisation för samverkan gällande målgrupp i projektet bör dock ses över för att eventuellt tydliggöras och förstärkas, vilket gynnar samverkan mellan parterna generellt.

#### Finansiering

För att utveckla och stärka Hälsocenter med ny verksamhet - Förrehabilitering – med start under 2024/2025 har styrelsen beviljat 245 000 kr per kommunområde med möjlighet att göra avrop vid den tidpunkt då respektive hälsocenter är redo att bredda sin verksamhet utifrån projektbeskrivningen.

Finansieringen motsvarar en halvtidstjänst hälsocoach under 10 månaders tid, men kan användas i högre eller lägre omfattning under en anpassad tidsperiod.

Respektive kommun förväntas ta eventuella kostnader för dator, telefon och fortbildning för personal (motsvarande 25 000 kr i ansökan).

Utanordning av medel för insatsen sker retroaktivt var sjätte månad (juni och december). Ansvarig chef intygar vem som haft uppdraget, i vilken omfattning samt under vilken period.

Regelbunden återrapportering av insatsen sker till styrelsen.

#### Styrgrupp

Styrgrupp för projektet är befintlig styrgrupp för Hälsocenter i respektive kommunområde. Hälsocenters styrgrupp utökas med en representant för samordningsförbundet som bevakar målgruppens intresse, exempelvis samverkanskoordinator eller representant från samordningsförbundets beredningsgrupp.

#### Jämställdhet och jämlikhet

Högländets samordningsförbund värnar en icke-diskriminerande och inkluderande verksamhet och arbetsmarknad. Medarbetare i insatser finansierade av förbundet ska ha god kännedom om förbundets diskrimineringspolicy samt vid behov erbjudas jämställdhetsintegrerande kompetensutveckling (exempelvis utbildning i HBTQI+ och ökad upptäckt av våld).

I samband med inskrivningssamtal på hälsocenter bör deltagare svara på frågeformuläret frågor om våld utifrån förbundets diskrimineringspolicy och enligt riktlinje för ökad upptäckt av våld.

#### Uppföljning

Uppföljning och utvärdering sker på gruppnivå kopplat till målen för verksamheten

- Fler antal personer i målgruppen ska ges möjlighet att ta del av Hälsocenters aktiviteter
- Personer som deltagit i förrehabiliterande insats ska ha ökad förmåga att delta i ordinarie arbetslivsinriktade rehabiliteringsinsatser hos parterna i samordningsförbundet.

I samband med inskrivningssamtal registreras vilka aktörer individen har kontakt med samt var remiss till hälsocenter kommer från (exempelvis elevhälsa eller kommunal arbetsmarknadsenhet). I samband med avslut registreras vilken part eller insats individen går till efter förrehabilitering.

#### Mätningar

- Antal personer som deltar i insats hos Hälsocenter, registreras i Uppföljning Finsam
- Antal remisser och avsändare till förrehabilitering i Hälsocenter
- Antal individer som går vidare till verksamhet hos någon av parterna.

- Deltagarenkät till 10 deltagare i respektive kommunområde inom projektet. Kan genomföras i dialog/samtal.

Ekonomisk uppföljning och rapportering i övrigt kring hur projektet utvecklas meddelas till och sammanställs av förbundschefen för vidare information till beredningsgrupp och styrelse.

Implementering av erfarenheter och lärdomar

Projektet kommer att fungera som en pilotverksamhet där resultat tillvaratas för att insatsen efter projektiden ska kunna implementeras i ordinarie verksamhet. Det utökade samarbetet med hälsocenter och fokus på förrehabiliterande insatser kan förhoppningsvis tydliggöra effekten av samverkan för individer i målgruppen. Förhoppningen är att möta målgruppens behov av förrehabiliterande insatser genom fortsatt arbete med god och nära vård.

Underlag med resultat och erfarenheter redovisas för parterna i samordningsförbundets samt för styrgrupper i respektive kommunområdes Hälsocenter.