

**TEMAVECKOR
EFTER ÅRETS VÄXLINGAR
ARBETSLIVSINRIKTAD REHABILITERING
2004**



LEKSANDS GÄSTHEM

**Krökbacken 5
Se-793 90 Leksand
Sweden**

**Tel: 0247-137 00
Fax: 0247 -137 37
Mobil: 070 - 675 37 30
www.leksandsguesth.nu**

TEMA VECKOR EFTER ÅRETS VÄXLINGAR

Arbetslivsinriktad Rehabilitering, 2004

Vi erbjuder temaveckor med mål att få en nystart, ge kraft att återvända och ett stöd att gå vidare, efter en lång tids bortavaro från ett aktivt yrkesliv. Veckorna följer årets växlingar. Fysisk aktivitet, utomhus, varvas med skapande verksamhet, inspirerande föreläsningar, studiebesök men också möjlighet till paus, återhämtning och vila från vardagens krav och sysslor. Temaveckorna syftar till att stärka varje person att se sina inneboende resurser. Detta görs genom verksamhet inom naturvård, trädgård, hantverk m.m. Genomgång av basal kroppskänedom, avspänning och andning är en viktig del av rehabiliteringen, men även möjligheten att formulera sig i tal och skrift befrämjar processen.

Stöd ges för att överbrygga hinder som kan finnas/upplevas inför de olika aktiviteterna.

Deltagarna har tid för att tala om ergonomi och arbetsmiljö på sina arbetsplatser, och/eller analysera möjligheter och vägar mot nya uppgifter och verksamheter.

Arbetet innefattar aktiva kontakter med arbetsgivare och andra instanser. Varje deltagare skall formulera en handlingsplan med förslag på vad som kan göras för att underlätta och möjliggöra en återgång till arbete.

2004 års teman är:

SEPTEMBER: *SKOG OCH MARK*. Skogens skafferi.

En svampkonsulent visar vad vi skall skörda i svampskogen.

Skogssjöarna, åar och bäckar bjuder på fiskeupplevelser.

OKTOBER: *HÖSTEN I TRÄDGÅRDEN*. Invintring av trädgårdslanden.

Skörd och förvaring. Planera nästa säsong i trädgården.

NOVEMBER: *INFÖR VINTER OCH HELGER*.

Bak i vedeldad ugn. Tillverka julgrupper på plats i växthuset.

Verkstäderna står öppna för tillverkning av gåvor, julkort, väva kökets nya trasmatta.....

Elisabeth. Projektledare.

Leg. Arbetsterapeut. Utbildad inom ledarskap, administration, kris och konflikthantering, effektiv feedback, grupperns utvecklingsfaser och självkänedom. Egen företagare. Utbildad inom hantverk.

Margareta. Ledare

Lärare. Konst- och kultur-pedagog.

Utbildad inom hantverk. Arbetar med kulturverksamhet och inom svensk hemslöjd.

Agneta. Ass. Ledare

Utbildad på sociala omsorgslinjen. Lång yrkeserfarenhet inom omsorger, äldreomsorg, konvalesentverksamhet och som egen företagare.

Lars. Trädgårdsansvarig

Kyrkogårdsschef med utbildning inom och lång erfarenhet av trädgårdsanläggning och arbetsledning

Lotta. Gästhemmets värdinna.

Undersköterska. Arbetat inom restaurang både som anställd och egen företagare.

Maria Leg sjukgymnast

Marita Diplomerad massör

Elisabeth Yrkesverksam studie- och yrkesvägledare

Föreläsare:

Staffan. Kommunal miljövårds ansvarig

Charlotte Trädgårdslärare

Olle Trädgårdsmästare

Kirka Svampkonsulent

Vi ställer stora krav på vår professionalitet både utifrån kompetens och bemötande. De föreläsare som anlitats är erkänt kunniga och har förståelse för verksamheten.

Kirka Svampkonsulent.

LEKSANDS GÄSTHEM

Leksands Gästhem finns i en gammal skolbyggnad från 1922, som våren 1999 renoverades och byggdes om. Gästhemmet ligger naturskönt i en levande jordbruksbygd med närhet till skog och vildmark. Ca 9000 kvm tomt ger stora potentialer till att renovera och anlägga den ganska eftersatta skolträdgården på nytt. Den gamla skolans mark avgränsas mot Boda ån, som rinner ut i Limsjöns naturvårdsområde, känt för sitt fantastiska fågelliv.

Avståndet till Leksands samhälle är tre km. och kan nås med bil, buss, cykel eller via en promenad på den preparerade gångvägen runt Limsjön. Rehabiliteringsdeltagarna erbjuds logi i enkelrum med helinackordering. Samlingsrum med TV och frukostmatsalens gemensam kök, står till förfogande för alla Gästhemmets gäster. Deltagarna har dessutom egna kurs-lokaler i angränsande byggnad.

