

# MOVE

## - Et eksempel fra praksis

v. Socialrådgiver Jette Enemark  
og  
Udviklingskonsulent Finn Chemnitz

Ringkøbing-Skjern Kommune  
August 2013



# Disposition

- Spørgsmål til salen
- Baggrund og generelt om projektet
- Træningen og undervisningen
- Udfordringer
- Spørgsmål



# Spørgsmål til salen

**Mål:** at få borgeren tilbage til/gjort klar til job/uddannelse

- Hvilke udfordringer kan identificeres når beskæftigelse og sundhed skal samarbejde om den opgave?
- Går vejen til job/uddannelse den direkte vej? – Hvordan? Hvorfor ikke ?



# Baggrund

- 2011 – politisk besluttet at gå fra offentlig/privat til tværkommunalt.
- Første hold begyndte 16. januar 2012
- For sygedagpengemodtagere (ca. 80 %) og kontanthjælpsmodtagere/borgere på ledighedsydelse (ca. 20 %)
- Budget - ca. 1,5 mio. kr. om året
- 21 hold om året af 12 deltagere = 252 borgere



# Organisering

- Styregruppe
- Driftsledelse (nu nedlagt)
- To teams – team NORD og team SYD
- Koordinator – indgår i praksis i teams
- Sekretærbistand



# Generelt om MOVE OG PRÆ-MOVE

- MOVE = **M**otion og **V**ejledning
- Primært for sygedagpengemodtagere, få på kontanthjælp og ledighedsydelse. Max. 2 på kontanthjælp pr. hold
- **Mål:** - at få borgerne tilbage i beskæftigelse/uddannelse (eller gjort klar til beskæftigelse/uddannelse!)
- På MOVE er der **BÅDE** træning **OG** undervisning
- MOVE varer 8 uger og der starter hold hver 14. dag
- Præ-MOVE varer maksimalt 8 uger og der er løbende optag
- På Præ-MOVE er der **KUN** træning



# Generelt

- MOVE er 6 timer om ugen pr. hold
- 3 timers undervisning og 3 timers træning fordelt på 3 dage.
- Jobcentret underviser 1½ time pr. hold/uge.
- Sundhedscentret underviser 1½ time pr. hold/uge.



# Generelt

- Præ-MOVE er 2 timer om ugen over to dage
- Der trænes 1 time pr. gang
- Præ-MOVE er for borgere der; 1) venter på plads på MOVE, 2) ikke er klar til MOVE, 3) har brug for en pause fra MOVE
- MOVE og Præ-MOVE kører på 2 forskellige steder med hver sin fysioterapeut: Tarm og Ringkøbing.
- Der sendes en henvisning til Tarm eller Ringkøbing og borgeren indkaldes til en forsamtale/afklarende samtale det pågældende sted.
- Henvisningen, samtalen med borgeren og evt. samtale med rådgiver vil afgøre om borgeren skal starte på Præ-MOVE eller MOVE.





# Om undervisningen

## Nogle generelle principper

- At deltagerne styrker deres mestringsevne
- At deltagerne opnår indsigt i, hvordan deres sygdom påvirker dagligdagen
- At deltagerne forbedrer deres sundhedsadfærd
- At deltagerne styrker deres sociale relationer
- At deltagerne danner netværk
- At deltagerne får nogle (gode) motionsvaner
- At deltagerne bliver (mere) job/uddannelsesparate



# Undervisningsplan for Jobcentrets undervisning

**Gang 1:** Intro til Jobcentrets organisering samt kort omkring sygedagpenge = lovgivning med særligt fokus på varighedsbegrænsningen.

**Gang 2:** Trappen: Retur til det ordinære arbejdsmarked, revalidering, fleksjob, førtidspension = lovgivningen på områderne.

**Gang 3:** Helbred – herunder vær selv aktiv for at opnå hurtig udredning og hurtig behandling.



**Gang 4:** Arbejdsmarkedet – herunder, hvordan forøger vi arbejdsstyrken. Opgave/forberedelse til øvelsen 7 ting og 7 ting.

**Gang 5 og 6:** 7 ting og 7 ting: Øvelse omkring fremtidsmulighederne på arbejdsmarkedet for den enkelte kursist.

**Gang 7:** Arbejdsidentitet eller arbejde og identitet – herunder gruppeøvelse omkring arbejdsidentitetens ophav.

**Gang 8:** Mål – hvordan sætter den enkelte mål for at vende tilbage til arbejdsmarkedet.



# Sundhedscentrets undervisning

- Vi ser mange elefanter!
- Gennemgående temaer bliver; forventninger, troværdighed, tillid/mistillid, ansvarlighed, selvværd/selvtillid
- Det er procesarbejde og det er frem og tilbage, op og ned... men sådan er livet nu engang... life is a bitch sometimes!...
- Derfor er gruppen også en gruppe på godt og ondt, man giver og tager, her kan man træne, udvikle relationer, tage vare på sig selv og hinanden
- En del oplever et dyk under forløbet, sådan kan det godt være når man har tid til at mærke efter... og kunne det mon være anderledes?
- Mødet mellem system og borger... en iboende misforståelse?
- Vi er ikke behandlere men vores arbejde kan have terapeutiske effekter for den enkelte!



# Sundhedscentrets undervisning

- Det kræver en god værktøjskasse! (med vidt forskellige værktøjer)
- Eksempler på temaer i undervisningen kan være sundhed, stress, smertehåndtering, depression, mobning.
- Man skal kunne tilpasse og omstille i situationen. Holdene er forskellige og man skal kunne tilpasse og dosere undervisningen og rækkefølgen.
- At koble klogt...

...er det "langhåret" det vi laver og spiller det en rolle og hvilken rolle spiller det overhovedet i en jobmæssig/uddannelsesmæssig sammenhæng?



## Om træningen kan der fortælles følgende...

- Der trænes i sal/maskinrum i både Tarm og Ringkøbing
- Der er varmtvandstræning
- En del af træningen foregår i naturen
- Det er holdtræning og individuel træning med mulighed for at tage individuelle hensyn
  
- Træningen kan være tematiseret over temaer som:  
Balance, koordination, kondition, styrke, rum-retning,  
opmærksomhed, spændingsregulering, grounding

Der er intervaltræning (kredsløbstræning hver gang)



## Træningen fortsat

Deltagerne skal under træningen arbejde på at finde deres fysiske funktionsniveau. Der er plads til at trække sig til et mindre aktivt niveau og holde fornødne pauser, for så igen at kunne deltage aktivt i træningen.

Hvis deltagerne deltager aktivt i de 8 uger vil de kunne noget mere fysisk efter endt forløb end da de startede



# Udfordringer

- Overvægt af borgere med psykosociale problemer
- Kigger vi på det hele menneske eller kun en del af det og dermed kun på det syge og ikke konteksten?
- Kan man blande borgere på tværs af "diagnoser"?
- Hvad er det vi skal hjælpe borgeren med? "Kun" det der står i henvisningen?
- Hvorfor vil jobrådgivere hellere have et rent motionsprojekt?
- Hvem har beslutningskompetencen i forhold til borgeren?
- Myndighedsrollen – dokumentation, mødelister
- Er der brug for et fælles sprog?





# Udfordringer fortsat

- "Sammenstød" mellem lovgivningen og "det bløde"...
- Hvad er målet med borgeren? Hvad er udgangspunktet og heraf succeskriteriet?
- Er arbejde godt for enhver pris?
- Formidling af det vi kan
- Henvisninger generelt – hvad står der og hvad står der ikke?
- Usikkerhed fra rådgiverne om, hvad det er vi gør ved borgerne...
- Jobrådgiver – lus mellem to negle?
- "Flowet" i henvisninger
- Direkte kommunikation mellem dem det handler om.



**SPØRGSMÅL?**



TAK FOR OPMÆRKSOMHEDEN 😊

