



Gröna Rehab håller till i Trädgårdsmästarebostaden vid Lilla Änggården. Här finns en rehabträdgård intill Änggårdsbergens naturreservat.

För ytterligare information och kontaktuppgifter se hemsida:

www.vgregion.se/gronarehab



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Gröna Rehab

ARBETSLIVSINRIKTAD REHABILITERING
FÖR LÅNGTIDSSJUKSKRIVNA MED
UTMATTNINGSSYNDROM

En plats för återhämtning

Gröna Rehab vänder sig till personer med stressrelaterad ohälsa. Verksamheten erbjuder rehabilitering i natur- och trädgårdsmiljö och bygger på den forskningsbaserade kunskapen om trädgårdens och naturens goda förmåga till att ge återhämtning.

Denna kunskap kombineras med etablerade behandlingsmetoder inom fysioterapi och arbetsterapi samt terapeutiska samtal i grupp.

”*Jag kallar min utmattning en bristsjukdom, en brist på paus och återhämtning.*”

Tidigare deltagare på Gröna Rehab.

I det tvärprofessionella teamet arbetar arbetsterapeut, psykoterapeut, fysioterapeut, rehab-trädgårdsmästare och naturguide.

På Gröna Rehab erbjuds skapande i naturmaterial, naturpromenad, samtal i grupp, bild, trädgårdsaktivitet, kroppskännedom och närvaroövningar.



Tillbaka till arbete

Gröna Rehab ger en möjlighet att komma tillbaka till ett hållbart arbetsliv. Rehabiliteringen är arbetslivsinriktad och sker i samverkan med arbetsgivaren, Försäkringskassan och sjukskrivande läkare. Målet med rehabiliteringen är att deltagaren ska återgå till arbete, arbetsträning eller studier.

En plats på Gröna Rehab

Verksamheten riktar sig till hel – och deltidssjukskrivna medarbetare inom Västra Götalandsregionen med utmattningssyndrom.

Aktiviteterna sker i grupper med sju platser i varje. Gruppen träffas vid tre tillfällen per vecka, tre timmar per gång. Vid sjukskrivning på heltid är rehabiliteringen 28 veckor med en succesiv övergång till arbetsplatsen. Vid sjukskrivning på deltid erbjuds 16 veckor parallellt med arbete.

Som deltagare har man en kontaktperson som håller i den individuella rehabprocessen. Verksamheten pågår under hela året med ett kontinuerligt intag i grupperna.

