

# Samkraft Värend

Samkraft Värend är till för dig som behöver extra stöd i att komma närmre ett arbete eller studier. I Samkraft Värend ingår Samverkansteam Värend och Gruppverksamhet.

## Vem kan delta?

Du som:

- Är mellan 16 och 65 år
- Har varit utan jobb länge eller har svårt att få jobb på grund av ohälsa eller funktionsnedsättning.
- Vill förändra din situation
- Behöver stöd för att kunna börja jobba eller studera.

## Vägen in i Samkraft Värend

Om du tror att du kan vara i behov av samordnat stöd via Samkraft Värend

### 1. Börja med att prata med din kontakt inom:

- Arbetsförmedlingen
- Försäkringskassan
- Kommunen
- Hälso- och sjukvården

### 2. De hjälper dig vidare

Du lämnar ett samtycke så att din handläggare eller kontaktperson kan ta kontakt med Samkraft Värend.

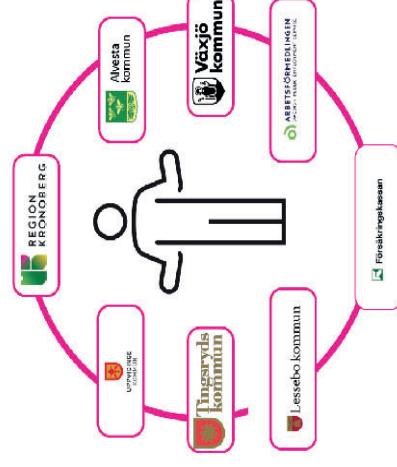
# Samkraft Värend

För dig med ohälsa som behöver extra stöd för att jobba, studera och må bättre

## Vill du veta mer?

Besök vår hemsida för mer information om Gruppverksamhet och Samverkansteam Värend:

[www.sfvarend.se](http://www.sfvarend.se)



Samordningsförbundet

Värend

## Vad är Samverkansteam Värend?

Samverkansteam Värend erbjuder personligt stöd när du vill komma vidare mot en egen försörjning.

Du träffar en koordinator i din egen kommun som hjälper dig att:

- Hitta vägen mot arbete eller utbildning
- Få rätt stöd för din hälsa och ditt mående

### Vad kan koordinatorn hjälpa mig med?

Koordinatorn kan ge dig stöd i sådant som har att göra med din hälsa och din väg till ett arbete eller studier. Om du har kontakt med andra personer från Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan, sjukvården eller kommunen så kommer du att fortsätta ha det.

### Exempel på vad koordinatorn kan hjälpa dig med:

- Att göra en planering framåt
- Få stöd i möten och samtal med vård och myndigheter
- Få hjälp med ansökningar
- Få stöd i att hitta en praktikplats eller en utbildning som du är intresserad av
- Följa med på studiebesök inför arbete eller studier
- Få stöd att förstå information i brev och i möten

### Hur länge har jag kontakt med koordinatorn?

Du har kontakt med koordinatorn tills ni tillsammans med övriga kontakter kommer överens om att du ska avsluta. Eller när du själv inte längre vill ha kontakt.

## Vad är Gruppverksamhet?

Gruppverksamhet är ett stöd för dig som vill och har motivation att ta ett steg mot en förändring. Du kanske behöver komma hemifrån och träffa andra som har en situation som är lik din.

### I gruppen jobbar vi med:

- Personlig utveckling – att lära känna sig själv och växa som person
- Ansvar och mål – att sätta upp mål och ta steg för att nå dem
- Självförtroende och självkänsla – att tro på dig själv
- Hälsa – att må bra både fysiskt och psykiskt
- Samtal – både i grupp och enskilt, så att du får rätt stöd

Gruppverksamheten kommer till kommunen du bor i och ni träffas två gånger i veckan och två timmar åt gången.

### Hur länge kan jag vara med i gruppverksamheten?

Du deltar i gruppverksamheten mellan cirka sex månader och ett år.