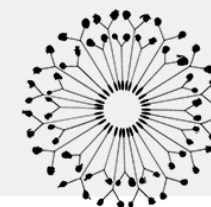


	<p><b>9.00-11.00</b> Hällebergsvägen 1 Stenkullen</p> <p>Individuella samtal</p>	<p><b>10.00-11.00</b> Tingshuset Lerum</p> <p>Fysisk aktivitet block 1 och 2 <b>11.00-12.00</b> Tingshuset Lerum</p>	<p><b>9.00-11.00</b> Hällebergsvägen 1 Stenkullen</p> <p>Arbetsträning, block 3 och 4 <b>9.00-11.00</b> Hällebergsvägen 1, Stenkullen</p>	<p><b>10.00-11.00</b> Tingshuset Lerum</p> <p>Fysisk aktivitet block 1 och 2 <b>11.00-12.00</b> Tingshuset Lerum</p>	
<b>Em</b>	<p>Arbetsträning block 3 och 4 <b>12.00-14.00</b> Hällebergsvägen 1, Stenkullen</p> <p>Individuella samtal</p>	<p>Arbetsträning, block 3 och 4 <b>12.00-14.00</b> Hällebergsvägen 1, Stenkullen</p>	<p>Arbetsträning, block 3 och 4 <b>12.00-14.00</b> Hällebergsvägen 1, Stenkullen</p> <p>Individuella samtal</p>	<p>Individuella samtal</p>	<p>Individuella samtal</p>



Samordningsförbundet  
Insjöriket

**ACTivera Lerum**

# Innehåll gruppaktiviteter

- **ACT:** Vi arbetar i grupp med utgångspunkt från metoden Acceptance Commitment Therapy/training. Under gruppträffarna arbetar vi med bl.a med vår "värderade livsriktning", en kartläggning om vad som är viktigt för oss i livet och vad som behöver ske för att närma oss detta. Vi arbetar också med stresshantering, medveten närvaro, modeller för att förbättra vår problemlösningsförmåga, och olika kreativa metoder såsom målning och bildkollage. Gruppen blir en viktig del för deltagarna genom att träffa andra som befinner sig i liknande situationer och där man kan få stöd och inspiration av varandra.
- **Fysisk aktivitet:** Vi tar gemensamma promenader där tempot anpassas utifrån var och ens förutsättningar
- **Arbetsträning:** På arbetsträningen arbetar man med olika moment som bl a: syverkstad, odlingar, recond av bilar och tillverkning av presentkorgar. Innehållet anpassas utifrån vad vilka uppdrag som kommer till enheten och utifrån vad som är möjligt under respektive årstid. Det ställs inga krav på prestation på arbetsträningen utan är en fortsatt del i att pröva hur det blir för deltagarna att vara i olika aktiviteter.
- **Individuella samtal:** På de individuella samtalen får deltagarna möjlighet att lyfta dilemman/svårigheter som kan vara viktiga för att främja rehabiliteringen/processen.