

Rehabilitering och aktivering (ROA)

ROA jobbar med arbetslivsinriktad rehabilitering av medarbetare i Haninge kommun. Du som chef har möjlighet att använda, för medarbetares räkning, de tjänster som ROA tillhandahåller.

Vi anordnar olika behandlingsinsatser så som stresshanteringskurser, individuella terapier inom områdena; stress, depression, sömn, ångest och smärtproblematik. Men det kan också handla om medarbetare som behöver göra en livsstilsförändring vad gäller rökning, kost och motion.

Vad är KBT?

Vi arbetar kognitivt beteendeterapeutiskt (KBT). KBT är en psykoterapeutisk behandlingsmetod som innebär att man arbetar med att förändra tankar, känslor och handlingsmönster som inte är fungerande och därför ofta leder till ohälsa. KBT innefattar både kognitiv terapi och beteendeterapi.

Vårt tjänst- och kursutbud

Anmälan till ROAs tjänster görs till enhetschef Anette Melin.

Rökslutargrupp

Gruppstart sker då det inkommit 6 – 8 anmälningar.

Målgrupp:

För medarbetare i Haninge kommun som önskar få stöd och hjälp med att sluta röka.

Omfattning:

Rökslutargruppen träffas vid 7 grupptillfällen á 1,5 timme.

Innehåll:

Roa använder sig av evidensbaserade metoder (KBT och motiverande samtal) som är socialstyrelsens rekommendation när det gäller rökavvänjning

Enskilda samtal för medarbetare

Målgrupp:

För personer där bedömning görs att stöd- och/eller behandlingssamtal är lämpligt.

Omfattning:

Tjänsten startar med tre bedömningssamtal och därefter är planeringen individuellt upplagd.

Innehåll:

Stöd/behandlingssamtal utifrån kognitiv beteendeterapi (KBT) inom områdena: ångest, depression, stresshantering, livsstilsfrågor såsom sömnproblematik, rökavvänjning, arbetsrelaterad problematik och konflikthantering.

Om ROA

ROA är en enhet inom socialförvaltningen, men delfinanseras och jobbar på uppdrag av kommunstyrelseförvaltningen. Vi sitter i egna lokaler på Söderbymalmsvägen i Handen, så det är alltid nära och enkelt att ta sig till oss.

ROA har funnits sedan 1994, våra medarbetare har en mångårig erfarenhet av att arbeta inom rehabiliteringsområdet. Vi har yrkeskompetens såsom socionom, PA- och beteendevetare samt hälsopedagog. Medarbetarna är KBT-terapeuter (har universitetsutbildning i KBT, steg 1).

Kontakt

Anette Melin

Enhetschef

08-606 84 76

anette.melin@hanninge.se