

Fylgiskjal: Yfirlit yfir endurhæfingarúrræði fyrir einstaklinga sem glímt hafa við geðrænar áskoranir.

Janus endurhæfing

Janus er starfs- og atvinnuendurhæfing með það markmið að koma einstaklingum aftur út á vinnumarkaðinn og fyrirbyggja varanlega örorku. Endurhæfingin er einstaklingsmiðuð með reglulegu mati með tengilið og þverfaglegu teymi. Janus er einnig í samstarfi við ýmsar stofnanir svo sem Heilsugæsluna, Virk starfsendurhæfingarsjóð, Landspítalann, Tækniskólann, WorldClass og Umboðsmann skuldara. Markhópur: Fólk á aldrinum 18-30 ára sem hefur stafrænar truflanir vegna sjúkdóma, áfalla eða slysa. Fólk á öllum aldri sem að hefur dottið út af vinnumarkaði. Hjá Janusi endurhæfingu fer fram fjölþætt læknisfræðileg heildræn þverfagleg starfs- og atvinnuendurhæfing. Markmið starfseminnar er að aðstoða fólk við að komast á vinnumarkaðinn og/eða í nám, fyrirbyggja varanlega örorku og bæta lífsgæði.

Í Janusi endurhæfingu er unnið í þverfaglegum teyimum. Faglegu starfi Janusar endurhæfingar er stjórnað af heilbrigðisstarfsfólki. Að starfinu koma einnig aðrir sérfræðingar, innan og utan Janusar endurhæfingar, allt eftir þörfum hvers og eins þátttakanda. Hjá Janusi endurhæfingu starfa á þriðja tug sérfræðinga fyrir utan aðra utanaðkomandi.

Endurhæfingin fer fram í húsnæði Janusar endurhæfingar, hjá ýmsum samstarfsaðilum Janusar endurhæfingar auk starfsþjálfunar á vinnumarkaðnum og í hinum ýmsu skólum.

Hópurinn sem sækir Janus eru einstaklingar sem flestir eru með einhverfugreiningu eða á einhverfurófi en geta einnig verið með geðrænar áskoranir. Þessir einstaklingar búa flest í foreldrahúsum og hafa verið félagslega einangruð. Umræddir einstaklingar eru almennt með minni stuðningsþarfir en þeir einstaklingar sem falla undir lög nr. 38/2018 um fatlað fólk með langvarandi stuðningsþarfir. Einstaklingar sem falla undir lög nr. 38/2018 eru almennt með skilgreindar geðfatlanir og hafa miklar stuðningsþarfir við athafnir daglegs lífs.

Geðheilsuteymi Heilsugæslunnar

Þjónustan er fyrir einstaklinga 18 ára og eldri sem greindir eru með geðsjúkdóma og þurfa á þverfaglegri aðstoð ásamt þéttri eftirfylgd að halda.

Tekið er við umsóknum frá starfsmönnum heilbrigðis- og velferðarþjónustu.

Geðheilsuteymið byggir á þverfaglegri samvinnu til að veita öflugri þjónustu. Í teyminu starfa hjúkrunarfræðingar, sálfræðingar, geðlæknar, notendafulltrúar, íþróttfræðingur, þjónustufulltrúar, félagsráðgjafar, fjölskyldufræðingur, iðjuþjálfari og atvinnulífsráðgjafi. Samsetning fagstétta hverju sinni getur verið mismunandi.

Hlutverkasetur

Hlutverkasetrið er opin virknimiðstöð sem býður upp á umgjörð, hvatningu og stuðning fyrir þá sem vilja viðhalda virkni og/ eða auka lífsgæði sín. Markmið er að efla sjálfsmynd einstaklinga í gegnum verkefni, fræðslu og umræðu en einnig að komast út á almennan vinnumarkað, hefja nám eða auka lífsgæði. Hlutverkasetur er fyrir einstaklinga sem einhverra hluta vegna hafa misst mikilvæg hlutverk í lífi sínu og vilja auka lífsgæði sín, rjúfa einangrun og auka samfélagsþátttöku.

Klúbburinn Geysir

Klúbburinn Geysir er félagsskapur fólks sem á og hefur átt við geðrænar áskoranir að stríða. Þar fer fram uppbyggilegt starf á jafningjagrundvelli sem miðar að því að aðstoða félaga við að ná tókum á lífi sínu og sjúkdómi, efla lífsgæði sín, nýta sínar sterku hliðar og verða virkir þátttakendur í samfélaginu.

Klúbburinn Geysir er fyrir fólk sem hefur sögu um geðræn veikindi og geðrænar áskoranir. Algengast er að læknar geðdeilda LSH vísi fólki á klúbbinn og einnig sjálfstætt starfandi geðlæknar og sálfræðingar. Margt fólk mætir líka eða hefur samband símleiðis.

Hugarafl

Hugarafl eru félagasamtök fólks sem hefur upplifað persónulega krísu og vinnur að persónulegum bata sínum. Hugarafl eru stærstu grasrótarsamtök fólks með andlegar áskoranir á Íslandi.

Starfsemi Hugarafls er mótuð bæði af einstaklingum með persónulega reynslu af andlegum áskorunum og einstaklingum með fagmenntun. Þátttaka í starfsemi Hugarafls er fyrir öll, 18 ára og eldri, sem hafa áhuga á að vinna í geðheilsu sinni á eigin forsendum. Starfsemin er algjörlega gjaldfrjál, óháð búsetu og engin krafa er gerð um tilvísanir né geðsjúkdómagreiningar. Umhverfi sem ýtir undir valdeflingu og bata einstaklinga með persónulega reynslu af andlegum áskorunum og fjölskyldur þeirra. Sérstaða Hugarafls er einstaklingsmiðuð nálgun sem og samvinna fólks sem tekist hefur á við andlegar áskoranir og fagfólks. Allt starf Hugarafls byggist á hugmyndafræði valdeflingar sem og batahugmyndafræði. Þetta er ekki einungis leiðarljós starfseminnar heldur nýtast fræðin sem grundvöllur í daglegu starfi Hugarafls og sjálfsvinnu einstaklinga. Þátttaka í starfsemi Hugarafls er á forsendum hvers og eins.

Vin – fræðslu og batasetur

Virkniúrræðið Vin er athvarf fyrir fólk með geðraskanir, rekið af velferðarsviði. Markmiðið er að rjúfa félagslega einangrun, draga úr endurinnlögnum á geðdeildir og efla þekkingu á málefnum fólks með geðfötlun. Í boði er stuðningur á grundvelli hugmyndafræði um batamiðaða þjónustu sem einstaklingurinn nýtir á eigin forsendum til að bæta lífs gæði sín.

Bataskóli Íslands

Bataskólinn sinnir fullorðinsfræðslu um efni sem tengist geðheilsu en þar fer ekki fram nein greining eða meðferð á geðröskunum. Áhersla er á nám en ekki meðferð og að hver og einn einstaklingur læri aðferðir sem henta honum til að vinna að eigin bataferli. Hugmyndafræðin sem skólinn byggir á gengur út frá því að ekki er alltaf möguleiki á að losna undan öllum einkennum geðraskanana en að alltaf er möguleiki á að bæta lífsgæðin og öðlast merkingabært líf með eða án einkenna.

Bataskólinn er hugsaður fyrst og fremst fyrir einstaklinga, 18 ára og eldri sem glíma við geðrænar áskoranir en hann er einnig opinn aðstandendum og starfsfólki á heilbrigðis- og velferðarsviði. Ekki þarf neina tilvísun eða greiningu til að komast í bataskólann. Einstaklingar meta sjálfir hvort þeir eiga erindi og sækja um sjálfir með því að senda póst.

Bergið

Stuðnings- og ráðgjafasetur. Þar er boðið upp á lágþröskuldapjónustu með áherslu á stuðning, fræðslu og ráðgjöf. Opið öllum, sama hversu lítið vandamálið er. Fyrir fólk upp að 25 ára aldri. Fólk getur mætt á opnunartíma, 9:00-17:00 eða óskað eftir þjónustu.

Einhverfusamtökin

Einhverfusamtökin bjóða upp á Hópastarf fyrir einhverf ungmenni og fullorðna. Hóparnir hittast reglulega undir handleiðslu ráðgjafa. Markmið starfsins er að vera vettvangur þar sem að fólk getur talað saman, eflt virkni og lært hvert af öðru.

Grettistak

Átján mánaða endurhæfing fyrir fólk með langvarandi félagslegan vanda vegna vímuefnaneyslu. Markmiðið er að styðja fólk til sjálfshjálpar með þátttöku í námi eða atvinnu. Áhersla á bata, sjálfsstyrkingu, aukna félagslega færni og almenna virkni í samfélaginu. Að auki er stuðningur til þátttöku í nám, vinnu eða aðra virkni.

IPS ráðgjöf:

Ráðgjöf og aðstoð til einstaklinga á fjárhagsaðstoð með að finna störf með stuðningi. Markmiðið er að bæta lífsgæði einstaklinga og þátttöku með því að fara í starf. Stuðningurinn felst í eftirfylgni, viðtölum og ráðgjöf til bæði til starfsmanns og atvinnurekanda.

Félagsstarf fyrir fullorðið fólk

Félagsstarf fyrir fullorðið fólk sem er opið fyrir alla borgarbúa og hægt er að mæta hvaða félagsmiðstöð sem eftir því sem að þú hefur áhuga á. Félagsmiðstöðvarnar eru 18 talsins. Dagskrá félagsmiðstöðvanna er fjölbreytt og flest fólk ætti að geta fundið eitthvað við sitt hæfi. Vinnustofur, listasmiðjur, klúbbastarf, spilamennska, skoðunarferðir, jóga, dans og leikfimi eru örfá dæmi um það sem er í boði í hverri viku.

Staðirnir eru eftirfarandi: · Aflagrandi 40, · Árskógar, · Bólstaðarhlíð 43, · Borgir, · Dalbraut 18–20, · Dalbraut 21–27, · Furugerði 1, · Gerðuberg, · Hæðargarður 31, · Hitt Húsið, · Hraunbær 105, · Hvassaleiti 56–58, · Langahlíð 3, · Lindargata 59, · Norðurbrún 1, · Seljahlíð, · Sléttan, · Vesturgata 7. Markhópur: Fyrir alla borgarbúa 18 ára og eldri.

Fjölmennt

Hvað er það: Fjölmennt er símenntunar- og þekkingarmiðstöð fyrir fatlað fólk. Starfsemi Fjölmenntar skiptist í tvær deildir, símenntunardeild og ráðgjafardeild. Símenntunardeild sér um námskeiðshald en ráðgjafardeild býður uppá ráðgjöf til einstaklinga, umboðsmanna þeirra og fræðslustofnana vegna náms fyrir fatlað fólk.

Markhópur: Fyrir fatlað fólk 18 ára og eldri.

Hitt Húsið

Hitt Húsið er miðstöð ungs fólks á aldrinum 16-25 ára á sviði menningar, lista og ráðgjafar. Í Hinu Húsinu er starfrækt frístundastarf fyrir ungmenni með fötlun. Markmið þeirra er að veita ungu fólki aðstöðu og aðstoð við að koma hugmyndum sínum í framkvæmd, endurspegla menningu ungs fólks, veita upplýsingar og leiðbeina ungu fólki í samstarfi við aðra fagaðila og samtök. Styrkja stöðu ungs fólks á vinnumarkaði og vera vettvangur fyrir félagsleg úrræði og ráðgjöf.

Specialisterne

Starfið byggir á hugmyndafræði Specialisterne í Danmörku. Markmið Specialisterne er að hjálpa einstaklingum á einhverfurófinu til sjálfshjálpar og í launaða vinnu á almennum vinnumarkaði. Markhópur: Fyrir einstaklinga á einhverfurófinu sem hafa náð 18 ára aldri. Yngri einstaklingar geta einnig sótt um. Markmiðið er að aðstoða einstaklinga að þjálfu upp styrkleika og taka á veikleikum sínum og að auki er unnið með einstaklingsmiðaðar áætlanir þar sem tölvufærni er þjálfuð og áhersla lög á stundvísi og mætingu. Markmið með úrræðinu er atvinnuþátttaka eða nám. Til þess að sækja um þarf að hafa samband við ráðgjafa hjá Specialisterne símleiðis eða senda tölvupóst. Eftir það er viðkomandi boðaður í viðtal og yfirleitt er biðtími ekki langur. Þetta er hagnýtt virkniúrræði sem hefur sannað tilverurétt sinn eftir 12 ára starf. Úrræðið er 'frítt' fyrir skjólstæðinga, en rekstur er fjármagnaður með samningi við Vinnumálastofnu og sveitarfélögum á höfuðborgarsvæðinu.