VÄGAR VIDARE 2020

Lunds Fontänhus

År 2020

VAD ÄR VÄGAR VIDARE?

MED FOKUS PÅ BÅDE STUDIER & ARBETE

Vägar vidare är Lunds Fontänhus program för den som önskar stöd att få, finna och behålla arbete och studier. I enheterna kombineras individinriktat stöd till arbete och studier med möjligheter till sammanhang, sociala aktiviteter, nätverksträffar, studiegrupper, friskvård m.m. Lunds Fontänhus har under flera år utvecklat sin egen lundamodell, som kombinerar Fontänhusmodellens fokus på gemensamma forum, delaktighet och återhämtning med SEd (supported education) och (sedan 2017) även IPS (individual placement and support). Enheterna har under årets alla vardagar samlat sina deltagare i en gemensam mötesstruktur med enhetsmöten morgon och eftermiddag. Utifrån dessa har den som studerar eller söker arbete kunnat strukturera sin dag tillsammans med andra och enheterna har under hela 2020 gett ut gemensamma terminsprogram. Totalt har ca. fyra tjänster arbetat kopplat till Vägar vidare. På Föreningarnas hus har Fontänhuset hyrt ytterligare studie- och arbetsrum för att kunna erbjuda arbetsro för alla enhetens studenter samt projektdeltagare.

STÖD HELA VÄGEN GENOM "VÄGAR VIDARE"

Genom den nära samverkan som finns mellan enheterna har flera individer erbjudits en smidig övergång mellan studier och arbete och vice versa, vilket varit ett av syftena med enheternas nära samverkan. Det rör sig ofta om studenter som är i sluttampen av sina studier och behöver stöd ut i arbetslivet eller personer som går från arbete till vidareutbildning. Flera individer har under pandemin haft ett mer aktivt stöd från arbetsspecialisterna redan under tiden de skriver och i vissa fall även när de valt ämnen för examensarbetet. Det har resulterat att fler studenter har fått arbete snabbt efter avslutad examen.

En studie vid Lunds Universitet (Lövgren, Veronica , et al. 2020) där Vägar vidare deltog, visar att en integrerad kombination av Supported Education och Individual Placement Support, förstärker möjligheterna till utbildning och kvalificerat jobb för personer med psykisk ohälsa, inte bara på kort sikt utan även ur ett längre livscykelperspektiv. Studien beskriver hur ett tillgängligt individuellt stöd med fokus både på studie- och yrkesmässiga mål, samt på deltagarnas ekonomi och sociala kontext, alla är viktiga faktorer för att lyckas. Vi på Vägar Vidare har under 2020 kunnat se att enheterna berikar varandra med sina olika kompetensområden (studier och arbete) och även under 2020 har det gynnat flera medlemmar i den mån att de avslutat utbildning, tätt följt av att de fått en anställning inom ett kvalificerat område.

Att ha dessa modeller i en Fontänhus-kontext möjliggör en kedja från sjukskrivning till återhämtning samt studier och arbete under samma tak. Genom “Vägar vidare” skapas ringar på vattnet för Fontänhusets övriga verksamhet, och personer som är sjukskrivna eller lever med sjukersättning kan få inspiration, motivation och verktyg kring frågor som rör yrkes- och studieliv. Detta gör att Fontänhuset får ett ökat antal personer som återinträder i studier och arbete. Sveriges Fontänhus Riksförbunds årligen insamlade statistik visar att Lunds Fontänhus är det hus i Sverige som årligen stöttar flest individer ut på arbetsmarknaden.

STUDIESTÖD PÅ FONTÄNHUSET 2020

"Utan studieenheten skulle jag aldrig kunna studera."

"Stor betydelse för mina vardagar. Jag kommer hemifrån. Får någon slags social stimulans. Det blir enklare att komma igång med studerande/skrivande"

"Motivation och uppmuntran till att fortsätta kämpa med studierna."

"Får hjälp att lägga upp studierna på ett hanterbart sätt, då jag själv lätt blir överväldigad av allt som ska göras och inte riktigt reder ut att planera själv."

"Tack vare fantastiskt stöd av studieenheten, så har jag lyckats återuppta studierna samt fullfölja min universitetsutbildning, trots fysisk och mental ohälsa"

"Ger mig hopp att kunna klara studierna"

"Utan studieenheten hade jag inte kunnat avsluta min kandidatexamen och dessutom ta körkort i år."

"Det har räddat mig i mina studier, känns inte som jag hade klarat av dom utan studieenheten"

STUDIESTÖD PÅ FONTÄNHUSET 2020

"Stärkt social förmåg bättre självkänsla"

"Känner att jag får kraft att kunna resa mig upp igen och lyckas efter varje misslyckande."

"Det är så skönt att man kan sitta för sig själv och studera samtidigt som man känner stor gemenskap med alla som sitter runt omkring."

"Det har gjort att det känts mer meningsfullt att studera, jag har känt mig mindre ensam och mer motiverad till studierna när jag kan få stöd och pepp från andra medlemmar och handledare"

"Att få träffa andra betyder mycket för mig. Jag känner mig inte lika ensam och kommer hemifrån oftare"

"Jag har fått lättare att komma iväg hemifrån och det har blivit enklare att komma igång med skrivuppgifter"

"Det har varit viktigt att hitta stöd i studiefrågor och studieplanering. Känns skönt att kunna delta i ett studiesammanhang utanför lektionssalen och universitets väggar."

"Förbättrat självförtroende och mindre stress/oro"

STUDIEENHETEN EN VÄG FRAMÅT

I studentstaden Lund har Lunds Fontänhus sedan hösten 2012 bedrivit ett aktivt arbete riktat till studenter som har psykisk ohälsa. Det som startade som ett förprojekt med resurser från Region Skåne, Lunds Universitet och Sparbankstiftelsen Öresund är idag en etablerad enhet som ger stöd till runt 90 studenter varje termin.

Genom studieenheten ”En väg framåt” ges den enskilde stöd till såväl studierehabilitering som stöd att kunna påbörja, bibehålla och fullfölja studier. Enhetens syftar till att stödja den enskilde att nå sina studiemål och samtidigt erfara förbättrat mående, en fungerande vardag med bra studierutiner, höjd självkänsla och ett utökat socialt nätverk. I Lund har vi sedan starten utarbetat vår egen Lundamodell av SEd (Supported Education) som kombinerar Fontänhusmodellens fokus på gruppens kraft, delaktighet och ömsesidigt stöd med ett individuellt utformat stöd.

Bland insatserna återfinns nätverksträffar, som ger redskap inom både studier och hälsa, studiegrupper och studieplatser, individuell handledning, en prokrastineringsgrupp, friskvård m.m. Nedan följer en sammanställning av enhetens innehåll under 2020.

STATISTIK OCH UTVÄRDERING

STATISTIK

Stöd, studier och examen

Under 2020 har En väg framåt haft ett kontinuerligt intag av nya studenter, deltagandet har varit jämt fördelat mellan kvinnor och män. Enheten har omfattat ca. 90 inskrivna varje termin. Studenterna har varit hemmahörande på alla olika fakulteter vid Lunds Universitet med en övervikt på samhällsvetenskapliga fakulteten. En väg framåt riktar sig till personer i studier, men även till personer som jobbar för att påbörja eller återgå till studier. Under 2020 har 43 av våra medlemmar påbörjat eller återgått till studier, 16 individer har tagit examen, utöver detta har många individer fått stöd mitt i pågående studier.

Vår insamlade statistik visar att de deltagare vars studieresultat vi känner till gemensamt har tagit i snitt 69% av sina registrerade studiepoäng. 60% under våren 2020 och 78% under hösten 2020. Närmare 80% att dem som lämnat in tentor eller uppgifter anger att de oftast eller alltid fått godkänt. Vi klarar med råge målen för En väg Framåt's verksamhet, dvs. att minst 50 % av våra deltagare klarar sina studier.

UTVÄRDERING

Livskvalitet, bättre vardag och sammanhang

Våra enkätutvärderingar visar att runt 80% upplever att deras livskvalitet förbättras genom deltagandet i enheten och 75% anger att de har blivit bättre på att hantera motgångar. Av det som inverkat positivt på vardagen, måendet och/eller studierna anger 88% den individuella handledningen, 74% lyfter studiegrupperna och studieplatserna och över 50% lyfter sammanhanget som Fontänhuset utgör. Flera väljer även nätverksträffarna, prokrastieringsgruppen, de sociala aktiviteterna, friskvården och inspiration från andra studenter som positiva påverkansfaktorer.

BETYDELSE FÖR MEDLEMMARNA

Planering, struktur, motivation och hopp

Studieenheten betyder många saker för medlemmarna. Flera svarar i enkäten att studieenheten ger dem stöd i deras planering av studierna, ett sammanhang och en struktur. Handledarna utgår från individens förutsättningar och flera medlemmar uttrycker att de inte skulle ha klarat av att studera utan stödet som ges av enheten. Förutom det praktiska ger handledarna också motivation och hopp. Medlemmar svarar i enkäten att enheten även hjälper till på det sociala planet, där de kan träffa andra och plugga på en annan plats än hemma eller på universitetet.

Studieenheten främjar också medlemmarnas livskvalitet. Flera medlemmar nämner att strukturen och den sociala samvaron gör vardagen meningsfull och bidrar till gemenskap och mindre isolering. Flera uttrycker att de får stöd i att sätta mål som man kan lyckas med utifrån sina egna förutsättningar, vilket har förbättrat självförtroendet och motivationen.

Majoriteten av medlemmarna som svarat i enkäten menar att de hanterar motgångar bättre med hjälp av handledarna på studieenheten. Det gäller det praktiska genom att de får hjälp med problemlösning och ansökningar m.m, men även stöd i att inte känna sig ensam i att kämpa med sina studier. Genom studieenheten får man också hjälp med att lära sig acceptera att det inte alltid går som man vill, minskad prestationsångest samt ökad motivation att försöka igen.

FÖRBÄTTRINGSOMRÅDEN

Synliga regler, hörlurar och studieteknik

Angående förbättringsområden nämns funktioner kopplade till studiemiljön såsom möjlighet att låna hörlurar, lugnare miljö, regelskyltar etc. Flera av dem kopplade till de svårigheter som är relaterade till den trångbodda miljö. Även fler småföreläsningar om studieteknik önskas samt studiegrupper på eftermiddagen.

> *"Fontänhuset har varit en trygghet för mig. En säker och vänskaplig plats för att umgås och få stöd, både genom handledning på studienheten och kamratstöd.*

MODELL OCH INNEHÅLL

INDIVIDUELL HANDLEDNING

Den individuella handledning som erbjuds i En väg framåt tar sin utgångspunkt i Supported Education (SEd) med den enskildes behov i centrum med stöd kring livet och studierna. Handledning kan ges varje eller varannan vecka eller utifrån behov. Studenterna erbjuds stödsamtal, konkret studiestöd, hjälp med studieplanering och studieupplägg såväl som stöd vid kontakt med lärosätet, CSN och andra myndigheter. Under pandemiåret har den enskilde handledningen ägt rum såväl fysiskt på plats som utomhus, via telefon eller online. Handledarna arbetar även uppsökande med reach-out och kontaktar den medlem som kanske isolerat sig ofrivilligt eller mår sämre.

GRUPP OCH LÄRANDE

NÄTVERKSTRÄFFAR

Under 2020 har vi hela året hållit igång med flera olika typer av gruppverksamhet. Varje tisdag under terminerna har vi erbjudit nätverksträffar, mestadels online, med fika, föreläsningar eller workshops. Varannan vecka ligger fokus på studier och varannan på arbetsliv. Genom Nätverksträffarna ges våra studenter möjlighet att lära känna varandra och bolla såväl lösningar som problem ihop kring olika relevanta temaområden. Under året har vi arbetat med flera olika teman som har presenterats i form av föreläsningar med efterföljande workshops nästkommande vecka för att bidra till fördjupat lärande och utvecklande av praktiska vardagsstrategier. Nätverksträffarna har hållits av såväl enhetens kompetenta deltagare som handledare eller av externa föredragshållare från våra olika samarbetspartners. Detta år har vi behandlat teman som ”Självomhändertagande” och ”Hitta din rytm. Planera för hållbara rutiner i din vardag”. Vi har arbetat med, ”kreativt skrivande”, ”plugga med Adhd – fallgropar och successtorys”. Påläst! Effektiva verktyg för akademisk läsning”, ”Dags att söka utbildning! Steg för steg med våra studiehandledare”. I mars 2020 la vi flera träffar med fokus kring strategier för att klara arbeta eller studera på distans. Vidare har vi fördjupat oss

EN VÄG FRAMÅT, 2020

”Jag är så tacksam att huset finns speciellt i tunga perioder av psykisk ohälsa. Husets verksamhet bidrar till att jag kan fungera bättre och behöver mindre stöd från det övriga samhället t ex sjukvården.”

i Reaktioner, redskap och förhållningssätt kring ångest med Arbetspsykolog, Malin Lantz och ”Konfliktlösning med Non Violent Communication- som metod”. Varje termin startar med ”kick off” inför den nya terminen och avrundas med avslutning och utvärdering.

PROKRASTINERINGSGRUPP

En annan gruppform som erbjudits under hela året är En väg framåts prokrastineringsgrupp, enligt en evidensbaserad metod för studenter med uppskjutandeproblematik. Konceptet, som Lunds Studenthälsa delat, innebär att deltagaren sätter upp mål och presenterar resultat vecka för vecka. De coachar varandra och använder gruppens stöd för att komma vidare och genomföra de aktuella uppgifterna.

STUDIEGRUPPER

Studiegrupperna har också utvecklats vidare under året och erbjudits vid fler tillfällen i veckan än någonsin. Vi har under terminerna haft 4-5 studiegrupper i veckan och under sommaren 3-4 tillfällen i veckan. Vissa grupper har varit enbart online och andra har hållits både online och på föreningarnas hus där vi har lånat extra lokaler till studieenheten under året. Under studiegrupperna tillämpar vi Pomodoromodellen. Studietekniken Pomodoro innebär att studenterna tillsammans fokuserar på studier i 25 minuter för att sedan gemensamt pausa i 5 minuter. Pomodoro-grupperna är öppna och pågår i två timmar (fyra pomodoro-pass). Enligt Fontänhusmodellen har passen både hållits av medlemmar och av handledare på En väg framåt. Inför studiegrupperna skickas det alltid ut påminnelser och pepp via våra sms-grupper.

SAMMANHANG, STUDIEPLATSER OCH SOCIALT NÄTVERK PÅ PLATS OCH ONLINE

"Motivationen att plugga är större när man gör det tillsammans. Uppmuntran från handledaren och chans att träffa andra är viktigt."

Ett socialt sammanhang är centralt för den som är student. Under året har många studenter saknat detta och vi har upplevt att vår funktion som studieinriktad och social plattform varit avgörande för många. I våra egna lokaler på Kävlingevägen såväl som i de extra rummen vi hyrt på Föreningarnas hus har studier varvats med samtal, kaffe och gemensam lunch. Varje dag kan den som är student, såväl online som på plats, kunnat planera och synliggöra sin vardag tillsammans med andra. Redan i mars 2020 ställde vi om och erbjöd alla en online struktur med två dagliga enhetsmöten morgon- och eftermiddag, karantänfika online dagligen och studiegrupper online fyra gånger i veckan. På plats har erbjudits såväl praktiska resurser som skrivare, datorer och studieplats som tillgängligt stöd från våra handledare för den som behöver bolla något.

Under året har våra studenter även kunna delta i en rad sociala aktiviteter, studiecirklar och grupper på Lunds Fontänhus, online, utomhus och i viss omfattning på plats i verksamheten. Dessa återfinns under sidorna socialt program tillsammans med Fontänhu. Vägar vidare är också en naturlig del av alla Lunds Fontänhus utåtriktade event och firande av högtider som återfinns på andra ställen i verksamhetsberättelsen.

> *"För mig är det meningsfullt att träffa andra. Är annars ganska isolerad.*

FRISKVÅRD OCH STUDIER

"Motion, gemenskap, frisk luft och pepp".

För att lyckas med studierna är det viktigt att både kropp och knopp får sitt och vi har under 2020 arbetat mycket aktivt med friskvård i hela verksamheten. Vi har i snitt erbjudit 6 tränings-tillfällen i veckan under året. Utifrån de förutsättningar som pandemin har satt har fokus framförallt varit träning ute och online. Under vissa perioder har det på grund av pandemin varit möjligt med enbart promenader och vandringar, medan vi under andra delar av året kunnat erbjuda badminton, jogging, styrketräning, pulsträning på sangt hans backar och yoga. Lunds Fontänhus fortsatta samarbete med ACTIC har även studerande haft möjlighet att träna till ett reducerat pris. En stor del av att må bra är även att hitta strategier för att kunna slappna av. Yoga har varit en storfavorit under året och vår handledare Anne som också är utbildad yogalärare har möjliggjort olika yogagrupper under året. Under sommarmånaderna utomhus såklart på olika spännande platser och under vinterhalvåret, två gånger i veckan online.

VICTOR

STUDENTPORTRÄTT

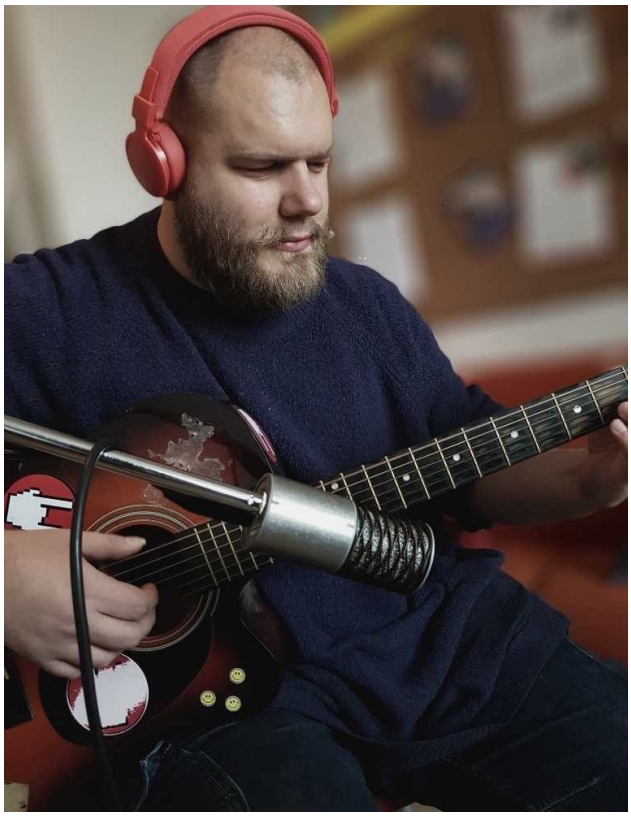
Fontänhuset och projektet ”En väg framåt” har givit mig välbehövd hjälp under mina år som jurist-student. Denna hjälp har kommit i flera olika former. Grovt sett delar jag in dessa former av hjälp i två kategorier; rent aktivitets-mässiga former och rent fysiska (eller miljömässiga) former.

De aktivitetsmässiga formerna har bestått av hjälp som jag har fått med att strukturera mitt arbete. Detta har dels skett genom att jag, tillsammans med personalen, satt upp olika delmål. Skapandet av delmål har framförallt hjälpt mig när jag har behövt skriva uppsatser. Vetskapen att personalen stundtals frågade hur det gått med uppfyllandet av delmålen fick mig att prokrastinera i mindre grad än vad jag gjorde innan jag kom till Fontänhuset. När det kommer till att motverka mitt prokrastinerande så har även studieaktiviteten ”pomodoro”, som ges på Fontänhuset, varit till hjälp.

Fontänhuset har även givit mig en väldigt god studiemiljö i en rent fysisk bemärkelse. I huset finns tysta studierum som många studenter använder sig av. Dessa rum brukade även jag använda under min första tid på Fontänhuset. Så småningom upptäckte jag dock att jag pluggar bättre med lite ”bakgrunds-brus”. Jag har alltså lättare att plugga när det finns lite mer mänsklig aktivitet i närheten av mig, såsom att människor passerar mig och håller (inte alltför högljudda) samtal nära mig.

Jag upptäckte att jag kunde få detta om jag satt i vissa säten som finns i hallen på andra våningen (nära trappan). Här satt jag ofta för att plugga och detta blev min favoritplats. Att ha denna plats underlättade mitt pluggande på ett betydelsefullt sätt.

Fontänhuset har också erbjudit mig bra sätt att varva ner på när pluggandet varit väldigt ansträngande. Något jag verkligen har uppskattat i detta avseende är att det funnits gitarrer tillgängliga. En av de bästa sysslorna jag vet är att sätta mig i Fontänhusets trädgård och spela gitarr. Att dessutom kunna spela in musik i Fontänhusets studio, tillsammans med Buster, har också varit en trevlig syssla.



Att kunna växla sitt pluggande med denna typ av trevliga aktiviteter har underlättat mitt pluggande.

Allt som jag beskrivit ovan behövdes verkligen när jag skulle skriva mitt examensarbete som jag påbörjade i november 2019. Jag blev väldigt hårt drabbad av att vissa datorbaser på internet, innehållande diverse juridisk information, togs bort precis innan jullovet 2019. Vi juriststudenter fick tillgång till nya datorbaser som inte fungerade som de skulle. Detta gjorde att jag fick anpassa min uppsats till det nya, mycket magrare, innehåll som vi hade tillgång till. Följaktligen gick mitt skrivande sämre och uppgiften blev mycket svårare. Till slut var jag tvungen att göra om stora delar av uppsatsen vilket blev så stressande och utmattande att jag fick läggas in på sjukhus i två veckor. Efter denna oerhört svåra period spenderade jag mycket tid på Fontänhuset vari jag jobbade vidare på mitt arbete. Tack vare den positiva miljön på huset och stödet jag fick av personalen blev mitt arbete till slut klart. Idag finns mitt examensarbete publicerat på en sida vid namn LUP-student-papers. I förorden till arbetet tackar jag personalen på Fontänhuset för allt stöd jag fick under min tid som student.

JOHAN

STUDENTPORTRÄTT

Mitt namn är Johan. Jag är 34 år och arbetar som jurist på en juristbyrå i södra Sverige.

När jag påbörjade mina studier till jurist hade jag precis beslutat att ta tjänstledigt från mitt tidigare jobb för att hitta en ny utmaning.
I samband med att jag skulle skriva examensarbete började jag uppleva svårigheter att prestera mentalt på den nivå jag var van vid. Jag förutsatte att det berodde på hög arbetsbelastning då jag arbetade och studerade närmare 250% och beslutade att skjuta upp examensarbetet medans jag avslutade vissa andra projekt och åtaganden. Detta gav dock inte den effekt jag önskat och jag mådde kontinuerligt sämre. Jag förlorade helt viljan att arbeta och producera. Jag försökte ta mig an examensarbetet flera gånger men utan framgång. Jag närde en förhoppning om att bara komma tillbaka till mitt gamla jag men fortsatte snarare att bli mer och mer innesluten. Till slut diagnostiserades jag med depression och utmattning. Jag medicinerades och gick i terapi men utan någon effekt på mitt mående. Jag satt hemma, åt godsaker och sov oregelbundet utan någon ambition eller kapacitet att göra någonting.

Efter att ha gjort ytterligare ett misslyckat försök att påbörja ett examensarbete kom jag i kontakt med Fontänhuset och Anne Schildt. Anne och jag träffades i Lund och pratade igenom min situation och vad de kunde hjälpa mig med för att få mig att slutföra mina studier. Jag hade i detta läge varit i kontakt med den offentliga vården, privat terapeut såväl som studenthälsa och fakulteten. Tillsammans med Anne la vi upp en plan för hur jag skulle gå tillväga. Anne gjorde kontinuerligt avstämningar över telefon och sms men besökte mig även där jag bor och träffade mig för att stämma av och se hur jag mådde. Anne stöttade mig i kontakten med universitetet för att få till en bra handledning, ett ämne som skulle funka samt erbjöd sig som bollplank för skrivandet såväl som Fontänhusets resurser, sin tid och sitt öra i övrigt. Efter sommaren påbörjade jag återigen ett försök att slutföra examensarbetet. Jag avslutade såväl medicinering som terapi och tack vare stödet från såväl en väldigt bra handledare som Fontänhuset lämnade jag in ett komplett examensarbete som godkändes och gav mig möjlighet att få ut min examen.

Mitt självförtroende och energi började nu återvända och jag fick snabbt en prov-anställning på en juristfirma. Idag har jag precis blivit fast anställd, slutfört min första egna huvudförhandling, har inlett en relation med en fantastisk tjej och känner mig i många delar som den människa jag en gång var. Om än med andra erfarenheter.

En stor anledning till detta är Anne Schildt och Fontänhuset som verkligen gjorde det där extra och trodde på mig på ett plan som inte var för att det var deras jobb utan för att de genuint menar det. Allt från små vykort med positiva budskap från medlemmarna till återkoppling på examensarbete och tid för samtal. Jag är fast övertygad att om jag inte kommit i kontakt med Fontänhuset så hade jag fortsatt suttit i en lägenhet framför datorn, helt utan mål och syfte och med destruktiva tankar om meningen med livet.

För mig har Fontänhusets verksamhet varit ovärderlig och skillnaden mellan två väldigt olika liv. Deras arbete kan inte underskattas och de bidrar med något jag inte kunde finna någon annanstans.

Med vänliga hälsningar/
Johan

SAMARBETSPARTNERS OCH FINANSIÄRER

FINANSIÄRER

Studieenheten En väg framåt har under 2020 drivits vidare med stöd av Lunds Universitetet, Region Skåne, Lunds kommun, Crafoordska Stiftelsen, Carl Jönssons Understödsstiftelse och Råby Räddningsinstitut. Vi är tacksamma för allt viktigt och avgörande stöd vi har erhållit under året.

SAMARBETEN

I En väg framåt samarbetar vi med Lunds Universitet, såväl som närliggande stöd-funktioner; studievägledare, Studenthälsan, Pedagogiskt stöd, Studieverkstaden, student-ombud, Studentprästerna m.fl. Detta både kring enskilda studenters situation såväl som i olika organiserade forum. Studieenheten finns bl.a. med i Lunds Universitets studievägledarnätverk och i nätverket för studentstöd vid Lunds Universitet. I början av året var Lunds Fontänhus värd för ett av årets gemensamma möten med detta breda nätverk. Även en representant från utbildningsnämnden bjöds in av oss för att vi denna gång skulle samtala kring de strukturella utmaningar och förutsättningarna som omgärdar studenter med funktions-variationer och psykisk ohälsa idag

Det rådde en samsyn i gruppen kring olika utmanande områden och vi samlades kring flera konkreta förändringsförslag vi gemensamt fortsätter arbeta mot. Studieenheten samverkar också med Lunds Vägledningscentrum, Komvux Lund, Hermods, Unga vuxna och andra skolor, Universitet och Högskolor samt med Region Skånes Psykiatri, We Mind och Lunds kommun.

Jag har nånstans att gå och ett nätverk av människor som finns när det är förjävligt och när det är fantastiskt. Har funnit vänner. Lärt mig mer om mig själv och hur jag funkar i studier. Pomodoron har blivit ett verktyg som jag använder mig av i plugg/ jobb/ skrivande. Jag har genom handledarkontakt och coachning och pepp blivit säkrare i mig själv och känner (oftast) att jag kan nå dit jag vill och jag vet att det finns människor som stöttar mig på vägen.

"Stödet jag fick för att återuppta och slutföra mina studier var exemplariskt och starkt bidragande till att jag tog mig ur ett mycket dåligt mående och tillbaka till en stabil och framgångsrik tillvaro."

STÖD TILL ARBETE & STUDIER

"BÄTTRE PSYKISKT MÅENDE, TACK VARE ATT JAG BLIVIT BEMÖTT MED MEDMÄNSKLIG VÄRME OCH OMTÄNKSAMHET SAMT FÅTT SÅ FINA GODA RÅD OCH INFORMATION HUR JAG KAN KOMMA VIDARE MED STUDIERNA TROTS OLIKA HINDER I LIVET."

"/.../ JA. Fontänhuset bidrar ju med framtidstro, hjälp/ stöd i kontakter och i att hitta jobb och utbildning som passar en. För min del tycker jag det hjälpt mig i att utvecklas som person vilket gör mig starkare i att våga tro på en framtid med något jag vill. Jag skulle inte säga att jag är ”mindre sjuk” men jag tror iaf jag fungerar bättre både socialt och i dagliga livet i allmänhet. Jag har förstått, utan egen erfarenhet, att det finns många instanser och ställen som är snarare förvaring där individen inte tillåts växa och, faktiskt återhämta sig, och där i skiljer sig lunds fontänhus som på nåt sätt faktiskt lyckas"

"En möjlighet att komma tillbaka till arbetslivet"

"Just nu bidrar fontänhuset, via projekt exakt, till att jag blir bättre på att söka jobb. Innan hjälpte fontänhuset mig att må bättre när jag mådde dåligt genom att erbjuda en bra miljö med bra personal"

Ett jobbstöd är viktigt när det uppstår funderingar, både i och utanför jobb.

Personlig handledning från Sebastian (och Anna) har varit väldigt värdefull även om jag tidvis står rätt långt från arbetsmarknaden.

STÖD TILL ARBETE

IPS & PROJEKT EXA(K)T

"MOTGÅNGAR HAR KÄNTS MINDRE FÖRÖDANDE, OCH HAR KÄNT MIG MER MOTIVERAD ATT FORTSÄTTA OCH FÖRSÖKA IGEN"

Har gett mig ökad kompetens

"En hjälp i att komma framåt som inte erbjuds av arbetsförmedlingen, vården eller annan institution."

Det betyder en väg ut i arbete som kanske är bättre passad mig. Inte nödvändigtvis en anpassad arbetsplats men att jag vet lite mer vad jag faktiskt vill göra.

EXAKT, STÖD TILL ARBETE PÅ FONTÄNHUSET

PROJEKT EXA(K)T BLIR ENHETEN EXAKT

Det treåriga arvsfondsprojektet Exa(k)t avslutades 31 juli 2020. Efter det har arbetsspecialisterna arbetat vidare med IPS-stöd till deltagarna. Exakt har blivit enhetens namn efter projektet. Enheten arbetar i enlighet med IPS-modellen. Här återfinns personer som tagit examen och har svårigheter att etablera sig på arbetsmarknaden och individer med psykisk funktionsvariation som behöver stöd för att långsiktigt kunna få och behålla ett arbete. I projektet kombineras IPS och Fontänhusmodellen, med arbetsplatsnära kompetensutveckling till chefer och medarbetare rörande psykiska funktionsnedsättningar för skapandet av hållbara arbetsplatser.

VAD ÄR IPS?

IPS (Individual Placement and Support) förordas av Socialstyrelsen och är en evidensbaserad metod för att ge personer med psykisk ohälsa stöd att få, finna och behålla ett arbete. I metoden ges ett omfattande, icke tidsbegränsat stöd till både arbetsgivare och arbetstagare.

UTVÄRDERING

I Lunds Fontänhus utvärdering under 2021 lyfts Exakt som en väg till ett arbete som passar den enskilde. Den personliga handledningen är värdefull och ger individen möjligheter och kompetens och är ett forum där individen kan prata om svårigheter och bli hörd. Deltagarna beskriver hur de via Exakt får stöd i att utveckla strategier och får syn på sina förmågor och sin vilja när det gäller arbetslivet. Exakt anses även ge möjlighet att prova på olika arbetsplatser som den enskilde annars inte skulle kommit i kontakt med.
Flera deltagare, över 75%, menar att livskvaliteten har förbättrats med hjälp av Exakt genom att de fått ökat självförtroende, och vet att det finns stöd när det behövs, att möjlighet finns att bli sedd. Exakt bidrar också till att den enskilde lär sig se möjligheter och inte “bara misslyckanden”. Angående förbättringsförslag önskas fler studiebesök och ännu mer kontakt med företag på arbetsmarknaden, samt möjlighet att få inspiration från personer som lyckats etablera sig på arbetsmarknaden. Bra feedback som vi tar med oss in i planeringen av kommande nätverksträffar.

STATISTIK

Vi har utvidgat antalet deltagare kraftigt under projektets gång från förväntade 65 till totalt 152 inskrivna deltagare. Många har fått långsiktigt stöd och gått ut och in ur projektstöd under åren. Varje år så har 73-81% av våra inskrivna deltagare varit ute i arbete, studier eller arbetsförberedande aktivitet t.ex. praktik eller arbetsträning. Många deltagare har en relativt osäker position på arbetsmarknaden och inte sällan rör de sig mellan tjänster, studier, arbetslöshet och sjukskrivning. Sammanställningen för 2020 visar att Exakt påverkar hela Fontänhusets verksamhet positivt. Av de 345 personer som deltagit i Lunds Fontänhus verksamhet under 2020 har 48% (dvs 164 personer) varit ute i någon form av arbetsträning, praktik, studier eller arbete på olika procentsatser, hela eller delar av året med stöd av Fontänhuset.

STATISTIK FRÅN 3 PROJEKTÅR

PROJEKT EXA(K)T, SAMLAD STATISTIK, AUG 2017-JULI 2020

Projektår	Antal deltagare som fått stöd att få, fina eller behålla arbete	Antal nya	Antal ute i jobb, studier, praktik eller arbetsträning under året	Antal som gått ut i jobb, efter en period av sjukskrivning eller arbetslöshet	I pågående anställning sedan tidigare (med stöd av projektet)	Summa *ytterligare* anställningar under året (någon i kolumen E eller F som bytt eller fått förlängd tjänst)	Antal i studier, parallelt eller som primär syssla	Varav påbörjat studier under året	Tagit examen
1	60	60	75%	32		10	Fler än 7	5	2
2	91	48	77%	42	15	31	23	9	7
3	111	44	81%	49	24	56	30	14	1

Kommentar, antal deltagare: Totalt antal deltagare under projekttiden; 152, varav 75-81% årligen varit ute i någon form av sysselsättning på arbetsmarknaden. Handledarna i projektet har utöver ordinarie uppdrag även årligen stöttat ett stort antal andra medlemmar i yrkesrelaterade frågor, utforskande samtal och myndighets-kontakter av olika slag.

Ett projekt i sammarbete med:

MED STÖD FRÅN ALLMÄNNA ARVSFONDEN

LUNDS KOMMUN

ARBETSFÖRMEDLINGEN

Finsam Lund

LUNDS FONTÄNHUS

ARBETSVERKTYG FÖR EXAKT

NÄTVERKSTRÄFFAR

Under året har nästan alla nätverksträffar varit digitala, vilket är nytt. Nätverksträffarna har varit väldigt uppskattade och välbesökta. För många projektdeltagare fungerar nätverksträffarna som plattformar för lärande och gemenskap med människor i likartade situationer. Här individen ges möjlighet att erhålla nya strategier och verktyg som kan användas i arbetslivet. Träffarna har hållits varje vecka med fokus på både studier och arbete.

Vi har behandlat relevanta teman där struktur, hållbarhet samt långsiktighet i arbetslivet varit i fokus. Tillsammans har vi skapat formella och informella kontakter med arbetsgivare från såväl småföretag till kommun.

Exakt har under året bjudit in externa föreläsare där karriär, anställningsformer, stöd och matchning samt återhämtning i arbetslivet varit fokus. Från våra interna föreläsare har workshops kring arbetsglädje, CV och personligt brev, samt stresshantering varit några av de teman vi berört. Nätverksmaterialet “Jobbcirkeln”, som deltagare utformat själva och som hela tiden vidareutvecklas, har varit kreativa inslag i jobbsökandet för våra medlemmar. Jobbcirkeln har nu använts under flera år av Exakt. En extern föreläsare och samarbetspartner, leg. arbetspsykolog Malin Lantz, höll en utbildning i “reflektioner, redskap och förhållningssätt kring ångest” vid två tillfällen där ena gången var mer föreläsning och den andra mer en workshop. Hon höll också en utbildning i att utmana egna värderingar och attityder. Båda hennes föreläsningar var mycket uppskattade och vi hoppas kunna fortsätta samverka under hösten.

INDIVIDUELL HANDLEDNING

Arbetsspecialisterna ger stöd både emotionellt, teoretiskt och praktiskt i de frågor som rör vägen ut i arbetslivet. Projektets deltagare har kunnat få stöd med alltifrån kartläggning av kompetens, utformandet av arbetsplan, stöd i hjälp med arbetssökandet, stöd kring anställningsintervjun och anställningsstart och sedan ute på arbetsplatsen. Arbetsspecialisterna har, utöver individuellt planerad handledning, varit tillgängliga genom spontana möten på huset, “minuthandledningar”, samt genom hög tillgänglighet via mejl, sms, Zoom, Meet, Webex och telefon. Detta är goda effekter av Fontänhuset som plattform

ATT MÖTAS OCH ARBETA ONLINE

Arbetsspecialisterna har hela tiden arbetat för att hitta nya vägar under pandemin och många nya arbetsredskap har tillkommit för att ställa om digitalt. Flertalet individuella handledningar har hållits utomhus, inne med avstånd eller digitalt. Stor vikt har lagts för att Corona-säkra både för våra deltagare och anställda.

Varje dag hela pandemin har Lunds Fontänhus erbjudit två dagliga enhetsmöten även online (morgon och eftermiddag) samt karantänfika online. Detta har gett möjlighet för den enskilde att få struktur på vardagen hemma. Hela året har arbetssökande och studerande även haft tillgång till fyra studie- och arbetsgrupper i veckan, både online och på plats.

ARBETSVERKTYG FÖR EXAKT

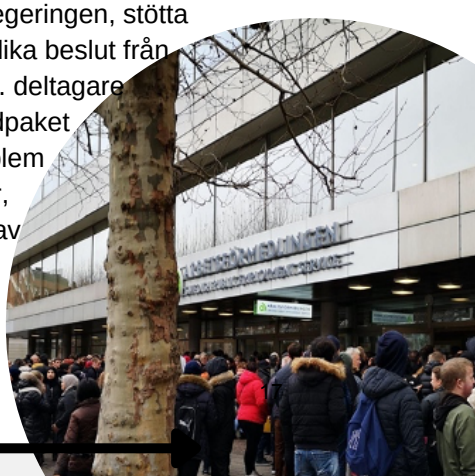
SAMMANHANG OCH SOCIALT LIV, UTOMHUS

Många träffar, mycket friskvård och utflykter har under året förlagts utomhus. I snitt har Lunds Fontänhus tillsammans med Vägar vidare under 2020, trots pandemin, erbjudit minst sex friskvårdstillfällen i veckan, flertalet utomhus men även t.ex. yoga digitalt. En viktig del av Exakt är möjligheten för deltagarna att parallellt med stöd i arbetssökande eller pågående anställning kunna delta i ett större sammanhang med möjligheter till utvidgat socialt nätverk, kollegial samvaro och struktur. Under årets alla vardagar har Projekt Exakt, En väg framåt och Administrationen haft dagliga enhetsmöten där individen kunnat organisera sin dag tillsammans med andra. Verksamhetens övriga enheter och engagemang skapar en plattform för att vidmakthålla och utveckla färdigheter, kompetens och socialt nätverk. Att finnas med i ett sammanhang där du är sedd, väntad och behövd är ett djupt mänskligt behov som bidrar till att självkänsla och mående kan stärkas även under en period av arbetslöshet eller sjukskrivning. Tillsammans med resterande verksamhet har Exakt under året anordnat en rad sociala aktiviteter, friskvård och utåtriktade events som återfinns i den övriga verksamhetsberättelsen.

PANDEMINS PÅVERKAN PÅ DELTAGARE OCH ARBETE

Flera deltagare har fått ändrade arbetsvillkor under pandemin med nya arbetstider, osäkra villkor och ibland även otydliga besked från myndigheter och arbetsgivare. Ett antal deltagare har inte fått löneökning under året och flera fick inte ta ut semester sommaren 2020. Många arbetsgivare har haft rekommendationer som begränsat även anställdas fritid på det sociala planet. En del av deltagarnas arbetsplatser har haft olika Covid-relaterade skyddsutrustningar. Flera deltagare har uppskattat den betalda karensdagen och hoppas på att den kommer att få finnas kvar.
Vissa branscher, där många av Exakts deltagare arbetar, har varit hårt drabbade under pandemin, såsom taxi-industrin, handelsanställda, restaurang- och resebranschen samt de som har haft anställningar i Danmark. Vissa deltagare som varit anställda utomlands har erfarit att många länder har begränsad anställningstrygghet. Några deltagare blev fast utomlands i början av pandemin så att arbetsspecialisterna fick handleda på distans och hitta lösningar för att stödja deltagarna hem. En del deltagare har blivit uppsagda och permitterade pga. pandemin och vissa utlovade tjänster har inte kunnat realiseras på grund av pandemin.

Det har också varit svårt för vissa av våra deltagare som även studerar på universitet att få extrajobb då många branscher drabbats hårt. Distansstudierna har gjort att arbetsspecialisterna mer aktivt gått in och handlett sina deltagare tidigare och parallellt med arbetssökandet. Många deltagare har tyckt att det har varit jobbigt med distansarbete och har behövt extra handledning kring det. Arbetsspecialisterna har fått stödja sina deltagare i en rad för året Covid-relaterade nya utmaningar såsom att Covid- testa sig, tolka regelverk som ändrats från Folkhälsomyndigheten och Regeringen, stötta deltagare som arbetat utomlands och uppdatera sig kring relevanta regelverk, överklaga olika beslut från myndigheter etc. Flera deltagare har på olika sätt påverkats ekonomiskt av pandemin; t.ex. deltagare som startat eget och inte varit verksamma så länge har inte omfattats av Regeringens stödpaket och inte uppfyllt kraven för A-kassa. Fler deltagare än tidigare år har haft ekonomiska problem under 2020. Arbetsspecialisterna har lagt mycket tid på budgetarbete, arbetat med skulder, kontakt med Inkassobolag, Skatteverket samt Kronofogden. Flera deltagare har drabbats av att samhället stått stilla och många projekt har inte ens kunnat starta. Hela tiden har det funnits och finns en osäkerhet under pandemin som påverkar deltagarna.



Rekryteringsträff på Arbetsförmedlingen i Malmö den 12 feb 2020, en tid innan pandemin

ARBETSGIVAR- & DELTAGARPORTRÄTT

En av Lunds kommuns chefer berättar om Exakt

"Så viktigt det är att ha ett arbete som man trivs med och att få känna sig behövd".

Jag är enhetschef för vaktmästarna inom Vård och Omsorg i Lunds kommun och min medarbetare Christian Ivarsson träffade jag första gången på sommaren 2018. Vaktmästarorganisationen som kallas Serviceenheten är ett gäng på sex vaktmästare, en administratör och några timanställda som servar Särskilt boende för äldre, LSS och hemvård med olika vaktmästaruppdrag plus att vi sedan mars 2020 har hand om Fixartjänst till medborgare som är över 67 år och som behöver hjälp med små saker för att förhindra fallolyckor i hemmet.
Projekt Exakt hade jag haft kontakt med genom Anne Schildt (Arbetsspecialist i Exakt på Lunds Fontänhus) och bestämt träff med SIUS Ludvig och Christian för ett första möte. Det klickade bra och det bestämdes att Christian skulle börja med förberedande insatser i form av rehabilitering hos oss några veckor för att vi skulle lära känna varandra. Anne hade först varit hos oss på vårt morgonmöte och berättat om projektet och om hur det kan vara att ha en psykisk sjukdom som heter schizofreni. Det fanns frågor och lite oro innan alla hade träffat Christian. Han var och är fortfarande så öppen om att prata om sin sjukdom så det gick lätt. Under vår planeringsdag det året fick vi en utbildning av Arbetsförmedlingen om hur det är att ha en psykisk sjukdom. Det tyckte alla var mycket givande. Året därpå var Anne S med på vår planeringsdag och hon har även kommit någon gång på APT och morgonmöten för att stötta oss och Christian om vi haft några frågor. Vår kontakt har hela tiden varit mycket positiv. Anne sprider positiv energi och glädje till oss alla på Serviceenheten och alla har sett fram emot att hon skulle komma.
Nu har vi kommit en bit på väg och då både Christian och jag är så nöjda med vårt samarbete kommer han att få en tre års trygghetsanställning här. Han jobbar 50% oftast från kl 11.00-16.00 men vi är öppna på båda hållen med flexibla arbetstider. I början av anställningen var handledarens roll mycket viktig men numera kan Christian arbeta med alla. En gång i halvåret träffar vi POM (psykos och missbruk) på möte hos oss och då är även Anne med. Vi har kontakt om det skulle vara något och det är lätt för mig som enhetschef att kontakta dem om det skulle behövas.

Marie Liljekvist"

Christian ord om Exakt

"Projekt exakt blev för mig enorm stöttning i mitt jobbsökande som nu innebar nya utmaningar i livet dvs nydiagnostiserad. Det visade sig enklare när jag valde att låta arbetsgivare, psykiatri och Exakt få hålla kontakt mellan varandra utan att först be mig om lov. Jag får alltid ändå veta när kontakt har utbytts. Fick jobb på väldigt kort tid och för mig var projekt exakt väldigt exakt."

SAMVERKAN & SAMMARBETE

De organisationer vi samverkat med under året har framför allt varit Lunds kommun, psykiatrin både inom Region Skåne och Wemind, Arbetsförmedlingen och Försäkringskassan. Nedan följer de roller de haft i samverkan med projekt Exakt. Vi har därutöver samverkat med en rad andra aktörer som nämns i slutet av verksamhetsberättelsen.

LUNDS KOMMUN

Den största samverkanspartnern har varit Lunds kommun; dels samverkan med Lunds kommuns HR- strateger på central nivå och dels ute i verksamheterna. Lunds kommun är den största arbetsgivaren projekt Exakt arbetar med och har därmed en viktig roll för projektet. I kommunen har flera projektdeltagare fått nya anställningar under året och många projektdeltagare har haft stöd för att behålla tjänster och fått nya anställningar inom kommunen. Under andra och tredje året har det framför allt varit anställningar där projektdeltagarna valt att bara ha IPS-stödet från arbetsspecialisterna.
Arbetsspecialisterna följer upp anställningarna utifrån enskilda projektdeltagare och har följt upp både nya anställningar och anställningarna sedan tidigare år. Samverkan sker också med Lunds kommun utifrån projektdeltagares behov av stöd på andra områden, t.ex. i hemmet. Arbetsspecialisterna är inte sällan med på gemensamma sippar med omkringliggande stödkontakter (samordnad individuella planer)

PSYKIATRIN

Samverkar gör arbetsspecialisterna både med psykiatrin på Baravägen och vårdaktören Wemind. Det är viktigt att samarbetet fungerar bra så att deltagarna kan få snabb hjälp och rätt stöd både i arbetssökarfasen, när man är ute i arbete och om man skulle avsluta sin tjänst av olika anledningar. Stödet från psykiatrin ser väldigt olika ut men kan t.ex. innebära uppföljning kring att deltagaren får rätt stöd runt omkring för att orka arbeta.
Arbetsspecialisternas samverkan med POM (psykos- och missbruksteamet på Baravägen) är värt att lyfta fram lite extra. Tillsammans med POM har arbetsspecialisterna arbetat för att finna lämpliga samarbeten för att lyckas så bra som möjligt med att skapa långsiktighet och trygghet i arbetslivet för individen; att inte bara få arbete utan kunna behålla det över tid. Nära samarbete sker också med rehabkoordinatorn på Baravägen, psykiatrin, rehabteamet på Baravägen psykiatrin och psykiatrin i övrigt både på Baravägen samt med Wemind.

ARBETSFÖRMEDLING & FÖRSÄKRINGSKASSA

Även det nära samarbetet med Arbetsförmedlingen och Försäkringskassan har varit värdefullt för deltagarna i Exakt. Samverkan medArbetsförmedlingen har skett dels genom de gemensamma utbildningssatsningarna riktat till arbetsgivare rörande teman inom psykisk ohälsa och handledarutbildning för handledare på arbetsplatsen till projektdeltagare. Handledarutbildningen har erbjudits även till arbetsplatser som idag inte har projektdeltagare men som i framtiden vill kunna anställa någon projektdeltagare med psykisk ohälsa. Samverkan har skett med SIUS-konsulenter samt arbetsförmedlare för att projektdeltagarna ska få rätt stöd. Det har även skett samverkan med handläggare på Arbetsförmedlingen så att projektdeltagare som har rätt till lönebidrag och andra ekonomiska bidrag får det, alternativt utreds om de har rätt att få det. Samverkan har även skett med Arbetsförmedlingen utifrån deras kompetens att utreda och fastställa arbetsförmåga, men även andra utredningar och stödinsatser av Arbetsförmedlingens specialistkompetenser såsom arbetspsykolog och arbetsterapeut. Samverkan med Försäkringskassan har bland annat inneburit kontakt rörande förstärkt samverkan i fråga om arbetsprövningar och rehabiliteringsprocesser men även rörande beslut och utbetalningar av ersättningar.

SAMVERKAN OCH NÄTVERKSBYGGANDE

De ovanstående samverkande organisationerna har också varit med i olika samverkansmöten kring de olika enskilda projektdeltagarna. Arbetsspecialisterna har under året fortsatt bygga upp nätverk med företag och organisationer i Lund med omnejd. Samverkan med arbetsgivare har bestått i att ha gemensamma möten med den enskilde projektdeltagaren, arbetsgivaren och arbetsspecialist för att få det att fungera så bra som möjligt på arbetsplatsen. Syftet har varit att arbeta med att hitta möjligheter att behålla arbetet och inte bara få ett jobb. Samverkan med Rotary har varit på paus under pandemin eftersom de har många medlemmar i riskgruppen med vi ser fram emot att efter pandemin vidareutveckla vårt mentor-samarbete. Samverkan med andra ideella verksamheter har fortlöpt.

BYGG FONTÄNHUSET MED OSS!

STÖDMEDLEMSKAP ÅRLIGEN:

- Privatpersoner: 500 kr eller mer
- Företag: från 1000 kr/år och uppåt.
- Bankgiro:492-3801, org.nr:802456-4893.
- Swish: 1235302377

LUNDS FONTÄNHUS
Magle Stora kyrkogata 5 I 223 50 Lund
046-120195 I info@lundsfontanhus.se
www.lundsfontanhus.se I
www.facebook.com/LundsFontanhus

Du eller ditt företag kan göra skillnad och stödja Fontänhusets verksamhet genom att bli stödmedlem.

Ni kan då även får vår medlemstidning, Fontänbladet, som ges ut 6-10 gånger per år. Vid inbetalningen vänligen ange ”stödmedlem” samt namn och adress.

Ett särskilt tack till våra heders-medlemmar: Ebba Fischer, Caroline Svedrup och Pia Althin samt till alla våra samarbetspartners och stödmedlemmar.

Du som är nyfiken på verksamheten kan alltid kontakta oss för ett nybesök eller studiebesök! VÄLKOMMEN!