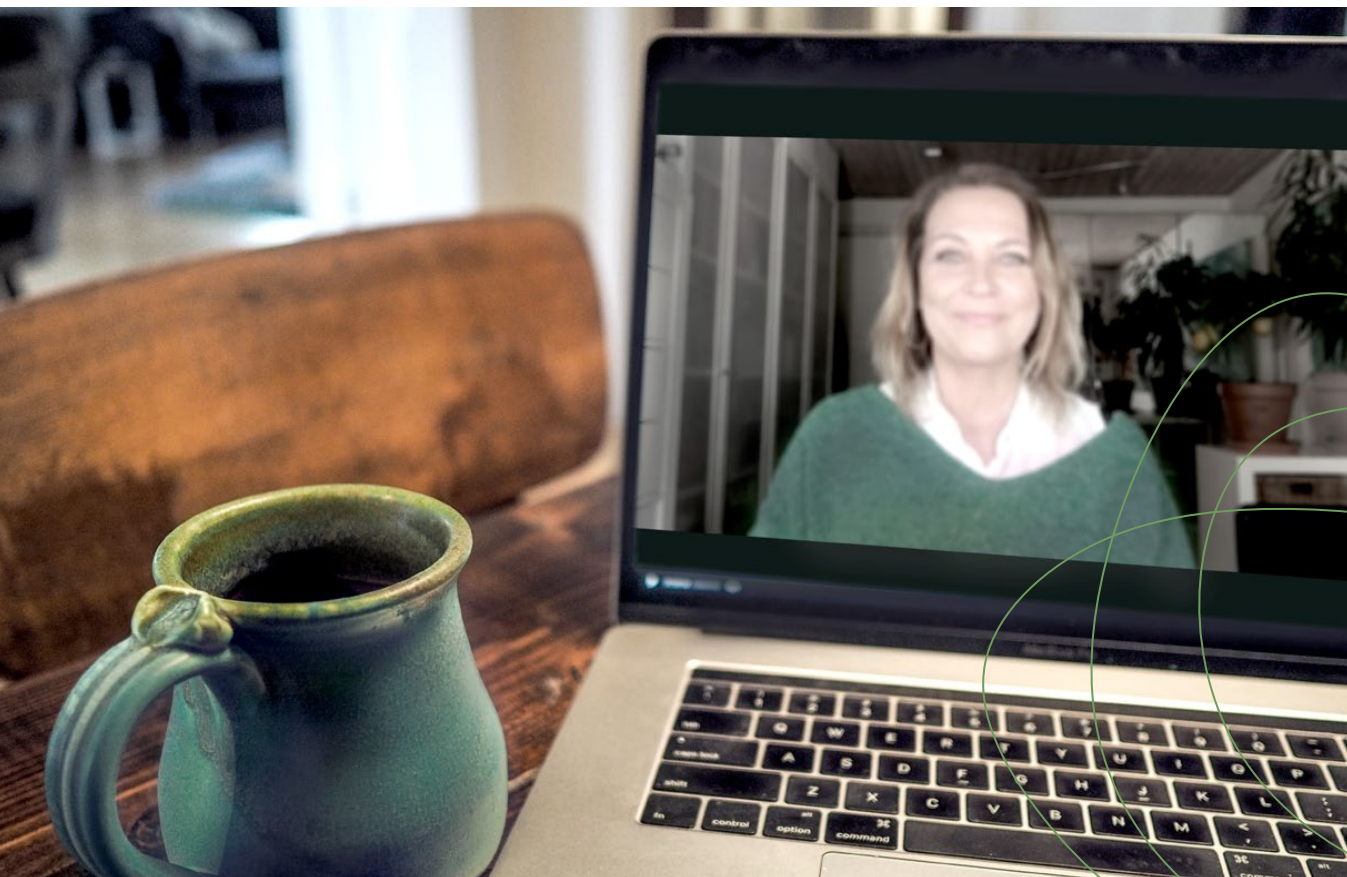




Lehman
Partners

ONLINE MESTRINGS- FORLØB



Har du en borger, der har behov
for et Mestringsforløb?

Via et gennemarbejdet og helhedsorienteret mestringsforløb introduceres den enkelte borger til let omsættelige mestringsstrategier med henblik på at genfinde fodfæstet på arbejdsmarkedet.



6 ugers Mestringsforløb

Dette forløb er et tilbud til borgere på sygedagpenge, jobafklaringsforløb, ressourceforløb og borgere uden ydelse. Deltagerne kan have fysiske såvel som psykiske barrierer.

Vores udgangspunkt er, at alle har ressourcer, selv om man oplever modløshed, føler sig fastlåst eller langt væk fra arbejdsmarkedet.

I vores online Mestringsforløb lærer vi deltagerne at synliggøre og handle på deres aktuelle udfordringer. Det kan være udfordringer som stress, angst, fysiske lidelser og/eller smerter.

Borgeren vil undervejs i forløbet blive præsenteret for en række teknikker og værktøjer, der vil bidrage til øget livskvalitet og skabe nye handlemuligheder.

Live online undervisning

Foruden den psykoedukative undervisningsdel af forløbet, vil der være individuelle coach-samtaler samt afspænding.

Vi underviser i den nyeste viden indenfor bl.a. stress, angst, smerte og søvnudfordringer, og al teori bliver gjort operationel og direkte anvendelig. Vores erfaring viser, at teorien skaber indsigt, men at denne indsigt skal omdannes til handling, for at den enkelte flytter sig fra den aktuelle problematik og tilbage til arbejdsmarkedet.

Alle forløb hos Lehman Partners er arbejdsmarkedsrettede og tager udgangspunkt i den enkelte borgers ressourcer og muligheder.



Kære Lehman
og dygtige Partners

Tusind tak for et virkelig dejligt forløb, hvor jeg er mødt med rummelighed og omsorg, viden og træning. Det har været helende på krop og sind, og jeg håber, at jeg nu selv kan fortsætte det gode spor, jeg er kommet ind i.

Charlotte
Kursist, februar 2022

Indhold online

Varighed: 6 uger

- 1 x visiterende samtale inden opstart af forløb
- 3 x samtaler

Hold via Zoom

- 6 x undervisning á 60 min. pr. modul
- 6 x afspænding á 60 min. pr. modul
- 6 x mindfulness á 60 min pr. modul

Ubegrænset adgang til vores online univers:

- Podcasts
- Meditationer
- Bodyscan
- Video læringsmoduler (bl.a. søvn, fysisk træning samt fokus på overgangsfasen mellem ledighed og tilbagevenden i job)



Vores onlineforløb rummer både fleksibilitet og muligheden for gentagelse af undervisnings- og afspændingsmodulerne.

Kursisterne kan tjekke ind live med underviseren online på de givne tidspunkter, og de kan herefter, via tilsendt link, gense modulerne 7 dage frem.

De individuelle samtaler planlægges med den enkelte, som det passer ind i optrapning, anden behandling eller livsvilkår i øvrigt.

Program

Start: Løbende optag – indenfor 3 arbejdsdage er den henviste borger kontaktet i forhold til opstart.

Varighed: 6 uger

Mindfulness: Mandage kl. 15.00-16.00

Afspænding: Tirsdage kl. 10.00-11.00

Undervisning: Torsdage kl. 10.00-11.30

Coaching: 3 coach-samtaler á 45 minutters varighed. Samtalerne aftales individuelt og kan foregå online eller pr. telefon.

Opfølgning: Udfærdigelse af afsluttende notat til henvisende sagsbehandler.

Pris

Kr. 6.700 excl. moms

Faktura fremsendes ved afslutning af forløb.

”

Jeg fik lyst til at rose Jer for de forløb i udbyder. ALLE de borgere, jeg har henvist er simpelthen så glade for forløbene, som giver dem ny indsigt og mange redskaber. Forløbene fremstår ifølge mine borgere meget professionelle og med kompetente undervisere.

Sagsbehandler
Lyngby-Taarbæk kommune

”

Jeg vil gerne understrege, at jeg har fået meget ud af Jeres tilbud. Man kan mærke, at I brænder for det I laver, og jeg er sikker på, at hvis jeg ikke havde haft denne mulighed, så havde jeg virkelig haft det svært nu. Jeg har fået en masse værktøjer, og det har virkelig skubbet mig i den rigtige retning – både fysisk og psykisk.

Nina
Kursist, april 2022

Henvisning

Henvisning sendes til: skodsborg@lehman-partners.dk

Når du henviser en borger til vores forløb, har vi behov for følgende information:

- Borgerens navn, CPR samt telefon og evt. mailadresse
- Evt. information af særlig karakter

Når den visiterende samtale er afholdt, og borgeren er vurderet til at kunne profitere af Mestringsforløbet, sender vi via sikker mail en besked til henvisende sagsbehandler omkring bl.a. start- og slutdato.

Læs mere på lehman-partners.dk



Lehman
Partners

Vi har igennem de seneste 15 år hjulpet mere end 15.000 mennesker til at transformere stress, pres og jag til meningsfulde og glædesfyldte hverdage.

Vi tror på, at indsigt skaber udsyn og at handling skaber forvandling. Vi har kun de dygtigste kapaciteter til at hjælpe vores kursister med at omsætte teori til praksis, for derved at skabe reelle handlemuligheder. Vores specialistteam står klar til at hjælpe.

Skodsborg

Grevinde Danners Palæ
Skodsborg Strandvej 113
2942 Skodsborg

Aabenraa

Rhederi M. Jebsen Bygningen
Michael Jebsens Plads 1-3, 2. sal
6200 Aabenraa

Haderslev

Hansborggade 30, 2 sal
6100 Haderslev

Lolland

Vestergade 38
4930 Maribo

+45 20 10 05 26
info@lehman-partners.dk
www.lehman-partners.dk

Følg os på



CVR: 36 93 27 32