

Hur många blev det?





Ett, två eller tre glas ...

... Midsommarafton, julfirande, tjeje- eller grabbkväll, after work, 40-årskalas, påsk, fredagkväll, stressa av – tillfällena att dricka alkohol är många!

Vår kultur, våra föräldrar och vårt umgänge skapar positiva förväntningar på drickandet. Vi blir upprymda, självsäkra, känner oss avslappnade,

vår ångest minskar och vår stress avtar då vi dricker.

Kort sagt, ett välbefinnande infinner sig.

Men det finns också en konsumtion som innebär ett skadligt bruk eller ett beroende med förhöjd risk för negativ påverkan på

både kropp och psyke. Det ska sägas att även den med måttliga problem kan behöva hjälp att ändra sin alkohol(o)vanor.

Därför menar vi att det aldrig är för tidigt att söka hjälp!

Har du själv, eller någon du bryr dig om, problem med alkohol eller droger? Då finns det absolut ingen

anledning att vänta. Kontakta oss på

Resurs Rehabilitering – vi hjälper dig!

Vi arbetar med öppenvård i Skåne och Småland med väl beprövade rehabiliteringsmetoder inom riskbruk,

skadligt bruk och beroende av alkohol eller droger samt spelproblem. En behandling hos oss utgår från

de problem som den drabbade har.

Hos oss finns en lösning på problemen.

Med vår metod behöver ingen vara borta från jobbet – man lever precis som vanligt.

Vi gör skillnad!



30-veckors programmet

Vi erbjuder ett 30-veckors program i grupp. Det vänder sig till vuxna män och kvinnor som har ett fungerande socialt nätverk och/eller en fast förankring i arbetslivet och som har eller riskerar att utveckla ett skadligt bruk av alkohol, droger eller spel.

Rehabiliteringen

En grund i rehabiliteringen är kunskap om skadligt bruk och dess mekanismer. En annan är affekter (affektskola) och ökad medvetenhet om dessa. Kunskap om stress och stresshantering är ett annat inslag. Om behovet är större än 30 veckor är det enkelt att bygga på rehabiliteringen, då med en fördjupande rehabiliteringsplan.

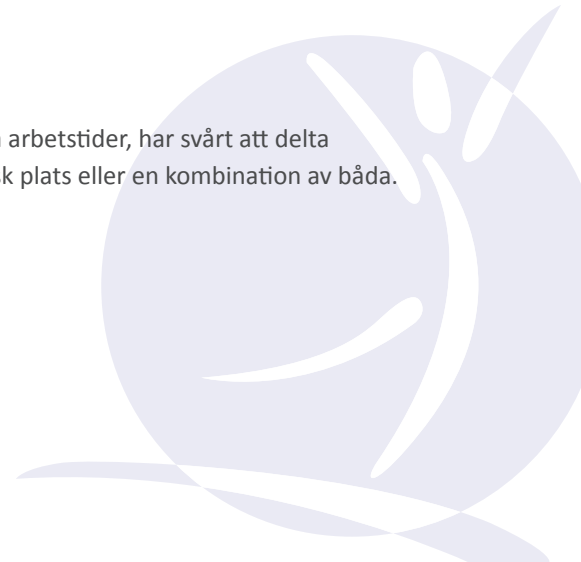
Programmet består av gruppterapi en gång i veckan under 30 veckor och är förlagt till eftermiddagar. Tanken är att man ska kunna leva som vanligt även om man deltar i en rehabilitering. För de deltagare som har ytterligare hjälpbehov vid t ex sorg, stress, ångest eller annat kan gruppterapin kompletteras med enskilda samtal. Under programtiden krävs total avhållsamhet.

Anhöriginformation

Anhöriga erbjuds regelbundet öppna föreläsningar om hur alkoholproblem påverkar den enskilda individen och dess omgivning. Anhöriga har ofta tankar och frågor som de behöver få svar på.

Enskilda lösningar

För de som av olika skäl, t ex på grund av det geografiska avståndet eller oregelbundna arbetstider, har svårt att delta i gruppterapi så erbjuder vi enskilda samtalslösningar. Dessa kan ske via Skype, på fysisk plats eller en kombination av båda. Hur denna lösning ska utformas sker genom en överenskommelse.





Bedömning

Vid indikationer om psykisk ohälsa eller alkohol- och drogproblem hos medarbetare erbjuder vi bedömning med rekommendation om lämplig insats. Denna bör ske i samverkan med Företagshälsovård eller annan medicinsk expertis.



Spelprogram

Vi erbjuder individuellt överenskomna program för spelproblem i enskilda samtal, men vi har även ambitionen att arbeta i grupp. Grunden för upplägget är 20 samtal fördelade under ett år med inkluderade uppföljningsamtal. Vid överenskommelse kan de enskilda samtalen ske via Skype.



Affektskola

Vi erbjuder utbildning till behörighet att bedriva affektskola. Affektskola är ett pedagogiskt program som syftar till att varje deltagare skall lära sig mer om sina affekter/känslor. Att öka sin affektmedvetenhet, förstå sig själv och sina reaktioner. Det är en central del för att bättre kunna handskas med sig själv och sin omgivning. Affektpedagogiken ingår som ett verktyg i vår alkohol- och drogrehabilitering.



Utbildningar och stöd för arbetsplatser

De flesta arbetsplatser har idag en väl utarbetad alkohol- och drogpolicy. Trots detta kan det vara svårt för både chefer och medarbetare att upptäcka och agera när någon har en problematik gällande detta. Vi vet i dag att desto tidigare man agerar desto mindre blir kostnaderna och svårigheterna för alla inblandade – och desto bättre blir resultaten på de insatser som görs. Därför erbjuder Resurs Rehabilitering föreläsningar och utbildningar till arbetsplatsen både till chefer och medarbetare. Vi står också till tjänst med information och rådgivning vid utformandet av rutiner och individuella rehabiliteringsavtal.

Vi erbjuder också:

Utöver själva rehabiliteringsinsatserna erbjuder vi flera olika insatser som alla kännetecknas av korta beslutsvägar och snabb hantering till hjälp.

- **Rehabiliteringsrådgivning**
 - som stöd till HR, personalchef, FHV etc vid rehabiliteringsärenden.
- **Psykioterapi**
 - leg. psykioterapi, psykiodynamisk eller Steg 1 utbildad personal i KBT samt psykiodynamisk terapi.
- **Stöd vid risk för återfall**
 - enskilda samtal för den som behöver extra stöd.
- **Spelprogram**
 - enskilda samtal vid problematiskt spelande.
- **Handledning**
 - till olika yrkesgrupper på området som behandlare, HR, personalansvariga, fackliga representanter etc.



Enskilda samtal, kostnadsfritt

– den som vill veta mer och är orolig för egen del eller andras alkohol-, drog- eller läkemedelskonsumtion är välkommen att höra av sig för personlig bedömning.

Personal

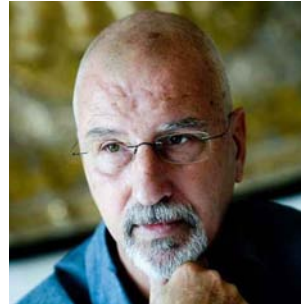
Våra tjänster leds av välutbildade terapeuter med lång erfarenhet av behandlingsarbete.

Personalen hos Resurs Rehabilitering består av rehabiliteringsrådgivare och rehabiliteringskoordinator, alkohol-, drog- och spelterapeuter, leg. psykoterapeut, socialpedagog, Steg 1 utbildad i KBT samt psykodynamisk terapi.

Utöver detta har personalen utbildning i 12-stegmetoden, 15-metoden och behörighet för att bedriva affektskola m fl kunskaper.

Claes Parck

*Socionom, leg. psykoterapeut
och handledare för personalgrupper
inom offentlig och privat regi.*



Jimmy Blondin

*Alkohol- och drogbehandlare.
Socialpedagog.*



Christel Blondin

*Programansvarig. Alkohol-, drog- och spelbehandlare
samt handledare i beroendefrågor. Steg 1 utbildad i KBT
och psykodynamisk terapi.*



Tommy Strömstedt
Rehabiliteringsrådgivare, rehabiliterings-
koordinator och spelbehandlare.



Calle Fjellman
Vår samarbetspartner
i utbildningsfrågor.
Socionom och leg. psykoterapeut.



Har du bestämt dig?

Kontakta oss redan i dag!

Vi finns i Lund och Växjö med omnejd.



RESURS
REHABILITERING

Resurs Rehabilitering | Lupinvägen 8 | 362 51 Väckelsång
Telefon 070 - 867 77 02 | kontakt@resursrehabilitering.se
www.resursrehabilitering.se

Facebook: www.facebook.com/ResursRehabilitering | Twitter: https://twitter.com/resurs_rehab