

TILBUD TIL

**BORGERE**

MED SPISEFORSTYRRELSER

**ASKOVHUS' BESKÆFTIGELSESFORLØB**

ASKOV  
HUS  
ASKOVFONDEN

# FORMÅLET

Formålet med Askovhus' beskæftigelsesforløb er at hjælpe borgere med spiseforstyrrelse til at blive beskæftigelsesparate gennem en målrettet og rehabiliterende indsats.

For at borgeren kan nå dertil, kræves der – jf. de nationale retningslinjer for borgere med spiseforstyrrelser – en specialtilrettelagt, rehabiliterende indsats. En sådan indsats indebærer blandt andet arbejde med at få brudt fastlåste mønstre samt træning af færdigheder til både at opnå, udholde og regulere svære følelser og til at indgå i sociale relationer. Det kræver altså også indsatser, der rækker udover det rent beskæftigelsesrettede forløb, hvis borgeren skal være i stand til på sigt at gennemføre et studie eller til at komme i beskæftigelse.

I sidste ende handler det om at skabe et hverdagsliv med større trivsel og bedre livskvalitet for borgeren, så vedkommende får mere overskud til at fokusere på beskæftigelse og uddannelse.

## **Askovhus' beskæftigelsesforløb er for borgeren som:**

- er 17 år eller derover og har en spiseforstyrrelse
- er usikker på, hvad vedkommende gerne vil
- ønsker at komme i gang med en praktik, et job eller en uddannelse
- er motiveret for at skabe en hverdag med mere livskvalitet
- ønsker hjælp til at udnytte sine ressourcer
- ønsker støtte til at normalisere sin spisning og gøre maden mindre dominerende i hverdagen

# MENINGSFULD BESKÆFTIGELSE

Et forløb består af 9 - 22 timer om ugen i op til 26 uger, og forløbet sammensættes til den enkeltes behov. Der er optag ca. hver 2. måned.

For forløbets målgruppe vil det ofte være hensigtsmæssigt med et sideløbende individuelt mentorforløb med en psykolog. Mentorforløbet består af en ugentlig samtale, og der er løbende optag. Har borgeren psykolog et andet sted, udgår mentoren af forløbet i Askovhus.

De valgfrie hold tilkøbes enkeltvist og er designet til at træne færdigheder og støtte op om beskæftigelsesindsatsen. Ved at vælge to eller flere undervisningshold opnås en synergieffekt i forhold til træningen af færdighederne.

En borgers beskæftigelsesforløb sammensættes af følgende indsatser:

## Obligatoriske undervisningshold

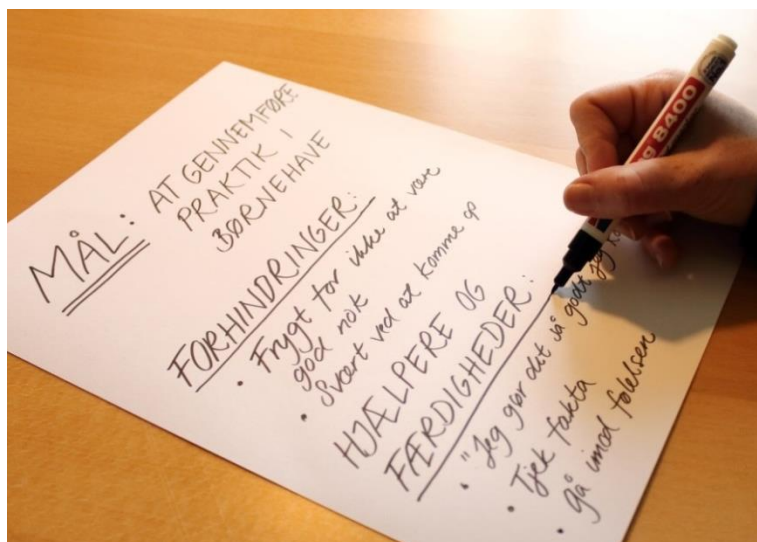
- Færdighedstræningsgruppe
- Beskæftigelsesgruppe

## Valgfrie undervisningshold

- Kropsværk
- Hverdagen i hjemmet
- Kunstgruppe

## Andre valgfrie indsatser:

- Mentor med fokus på sociale og psykologiske kompetencer
- Studie- og rådgivningscafé (gratis)
- Måltidsstøtte



Har borgeren en plads i en færdighedstræningsgruppe et andet sted, udgår færdighedstræningsgruppen af forløbet i Askovhus.

# DE FORSKELLIGE INDSATSER

## OBLIGATORISKE INDSATSER

### Beskæftigelsesgruppe

Beskæftigelsesgruppen består af uddannelses- og beskæftigelsesrettede aktiviteter samt gruppedrøftelser af de udfordringer og barrierer, der er, når man har en spiseforstyrrelse og skal i gang med et arbejde eller en uddannelse. Deltagerne får mulighed for at dele deres positive og negative erfaringer, og der bliver skabt et rum for at tale om den angst og nervøsitet, der kan være forbundet med at skulle ud i livet og væk fra spiseforstyrrelsen.

### Færdighedstræningsgruppe

Formålet er at tilegne sig færdigheder, så borgeren bliver i stand til at ændre nogle af de mønstre, der spærrer for borgerens mål i livet, herunder fremtidig uddannelse og arbejde. Der trænes færdigheder til at håndtere svære følelser på en konstruktiv måde – både i forhold til sig selv og andre. Netop disse færdigheder er afgørende, når man skal begå sig i et studie- eller arbejdsmiljø.

## VALGFRIE INDSATSER

### Kropsværk

Der arbejdes med borgerens opmærksomhed på kroppens signaler. For at kunne indgå på et studie eller en arbejdsplads, er det vigtigt, at kunne mærke sig selv og sine egne behov. Målet er derfor at blive bedre til at forstå kroppens sprog, så borgeren kan blive en større aktør i sit eget følelsesliv.

### Hverdagen i hjemmet

Der arbejdes med de enkelte skridt på vejen til at skabe et hjem, hvor det både er rart og hensigtsmæssigt for borgeren at være. At tage pauser og tillade sig selv egenomsorg er en stor udfordring, når man har en spiseforstyrrelse. Det er derfor vigtigt, at sætte fokus på netop dette og hjælpe borgeren til at få etableret en tryk base, hvor vedkommende kan restituere og finde energi til studie og beskæftigelse.

### Kunstgruppe

Kreativ udfoldelse er en måde at arbejde med mange af de ting, det ellers er svært at få sat ord på. Der arbejdes med den indre dommer og negative tanker som nogle af de forhindringer, der kan ligge på vejen til arbejde og uddannelse.

### Mentor med fokus på sociale og psykologiske kompetencer

Denne mentor afklarer personlige og sociale mål, og håndterer kriser og udfordringer i hverdagen samt undervejs i forløbet.

### Studie- og rådgivningscafé

Et uforpligtende tilbud hvor borgeren kan komme forbi en gang om ugen, hvis der er behov for hjælp til specifikke studie- eller beskæftigelsesmæssige udfordringer.

### Måltidsstøtte

Har borgeren behov for ekstra måltidsstøtte, enten morgenmad eller frokost, kan det tilkøbes. Mad og energi er afgørende, når borgeren skal præstere på en uddannelse eller en arbejdsplads.



# DET PRAKTISKE

Hvis borgeren er interesseret i at deltage i et forløb hos os, skal I udfylde et henvisningsskema og sende det til os.

Henvisningsskemaet kan downloades på [www.askovhus.dk](http://www.askovhus.dk) eller fås ved at skrive til **info@askovhus.dk**.

Visitationsprocessen består af 1 visitationssamtale af ca. 2 timers varighed. Her udfylder vi vores visitationsskema og relevante undersøgelser. På den måde bistår vi jobcenteret med at tilvejebringe et grundlag for vurdering og sikrer, at tilbuddet er relevant for borgerens progression med uddannelse, samt sikrer fastsættelse af passende timetal og varighed.

På [askovhus.dk/beskæftigelse](http://askovhus.dk/beskæftigelse) kan du læse mere om priser og de forskellige forløb.

**For at sikre at borgeren får maksimalt udbytte af forløbet, skal borgeren kunne svare ja til følgende:**

- har en behandlingsansvarlig læge (her kan vi eventuelt hjælpe med at finde en)
- har et BMI på min. 18 og max. 28
- kan deltage aktivt i forløbet
- kan på egen hånd komme til og fra Askovhus (har borgeren brug for en følgeordning eller anden praktisk støtte i opstartsfasen, kan dette tilkøbes)
- er ikke midt i indkøring eller udtrapning af medicin

# OM ASKOVHUS

## Specialiseret rehabilitering

Askovhus er AskovFondens tilbud til borgere med spiseforstyrrelser, selvskadende adfærd og/eller psykosociale vanskeligheder.

Askovhus ligger på Nørrebro, og rummer både botilbud og ambulante rehabiliteringstilbud. Askovhus har eksisteret siden 1983 og har gennem de sidste 20 år haft et tæt samarbejde med behandlingsafdelinger for spiseforstyrrelser omkring udslusning og rehabilitering af unge og voksne.

## Hvem møder du hos Askovhus?

Askovhus er en tværfaglig arbejdsplads, og du vil derfor kunne møde mange forskellige faggrupper; heriblandt socialpædagoger, psykologer, akademikere og socialrådgivere.

# KONTAKT

Tlf.: 35 30 17 45

mail: [info@askovhus.dk](mailto:info@askovhus.dk)

Askovhus  
Åboulevard 40, 1. sal  
2200 København N

For mere information:  
[www.askovhus.dk](http://www.askovhus.dk)

Du kan også følge os på  
Facebook og LinkedIn.



# ASKOV FONDEN

AskovFonden er en nonprofit NGO med 70 års erfaring i at skabe sociale løsninger for udsatte mennesker i Danmark. I AskovFondens 6 afdelinger arbejder vi for at skabe bedre vilkår for udsatte mennesker i Danmark, og vi tilbyder hjælp og støtte til mere end 2000 mennesker hvert år. Vores vision er at give mennesker styrken og modet til at tage ansvar og ejerskab for eget liv og det samfund, de er en del af.

## ASKOV HUS ASKOVFONDEN

Askovhus tilbyder social rehabilitering indenfor spiseforstyrrelser, psykosociale vanskeligheder og/eller selvskadende adfærd. Vi sammensætter individuelle behandlingsforløb med træning af færdigheder, hvor målsætningen er, at brugerne hen ad vejen kan magte et selvstændigt hverdagsliv. Askovhus' tilbud består af dag-tilbud, botilbud, beskæftigelsesforløb samt ambulante terapi, supervision og kurser/workshops.

## MIR SKOLERNE ASKOVFONDEN

MIR skolerne er et behandlingstilbud med special-undervisning for normalt eller godt begavede elever med udfordringer inden for blandt andet autisme og ADHD. Vi styrker eleverne og hjælper dem til at genfinde lysten til læring, samvær og udvikling, så de kan vende tilbage til og profitere af de almindelige undervisningstilbud.

## ASPA ASKOVFONDEN

AskovFondens Social Psykiatriske Afdeling henvender sig til psykisk sårbare. Vi tilbyder aktiviteter og socialt samvær samt beskæftigelses- og uddannelsestilbud. Vi skaber mulighed for, at udvikle personlige kompetencer og har fokus på at facilitere tilknytning til arbejdsmarkedet. Hos ASPA tilbyder vi både personlige samtaler, men også anonymitet for mennesker der søger et ikke struktureret samvær.

## DIALOG MOD VOLD ASKOVFONDEN

Hos Dialog mod Vold tilbyder vi behandlingsforløb for voldsudøvere i form af individuelle samtaler og gruppe-forløb samt sideløbende terapeutiske samtaler for partneren. Behandling til børn i voldsramte familier tilbyder vi til børn i alderen 4-18 år. Voldsom Kærlighed er vores rådgivnings- og samtale tilbud til unge mellem 14 og 24 år, der udøver kærestevold eller er bekymrede for at gøre det.

## BØRNE HUSET ASKOVFONDEN

AskovFondens børneinstitution Børnehuset byder dagligt velkommen til 13 vuggestuebørn, 44 børnehavebørn og 70 fritidshjemsbørn. Vores miljø byder på anerkendelse og fokus på at skabe lige vilkår uden sproglige, sociale og kulturelle barrierer.

## KBH+ ASKOVFONDEN

I KBH+ er visionen at udvikle og etablere nye bæredygtige modeller for, hvordan vi kan bruge det etablerede kulturliv til at skabe inklusion og nye mangfoldige fællesskaber for udsatte unge. Med afsæt i en tværsektoriel indsats ønsker vi at bygge bro mellem de unge og uddannelses- og arbejdsmarkedet.