



**Starfsendurhæfing**  
**Vesturlands**

Ársskýrsla 2015

## Efnisyfirlit

Inngangur.....	2
Aðdragandinn.....	2
Stofnun Starfsendurhæfingar Vesturlands .....	4
Stofnendur.....	4
Stjórn .....	5
Starfsfólk .....	6
Starfsemin.....	7
Þjónustan við upphaf .....	7
<i>Innihald þjónustu á vinnubraut: .....</i>	<i>7</i>
<i>Prep 1 - undirbúningur.....</i>	<i>7</i>
<i>Prep 2 - Vinnuefling:.....</i>	<i>8</i>
<i>Prep 3 - Vinnuþrófun: .....</i>	<i>9</i>
Þróun þjónustuleiða .....	9
Þjónustuleiðir í dag .....	10
<i>Mat á stöðu og starfsendurhæfingarmöguleikum.....</i>	<i>10</i>
<i>Einstaklingsmiðuð þverfagleg starfsendurhæfingarþjónusta .....</i>	<i>10</i>
<i>Námskeið.....</i>	<i>10</i>
Rekstur .....	10
Tilvísanir árið 2014 .....	10
Tilvísanir árið 2015 .....	12
Hugmyndasamkeppni.....	15
Samstarfsaðilar .....	16

## Inngangur

Um er að ræða fyrstu ársskýrslu Starfsendurhæfingar Vesturlands (StarfVest). Farið verður yfir aðdraganda og upphaf stofnunar, fyrstu skref í veitingu þjónustu, tölfræðilegar niðurstöður og aðra mikilvæga áfanga í lífi ungrar stofnunar.

## Aðdragandinn

Nokkuð langur aðdragandi var að stofnun formlegrar starfsendurhæfingarstöðvar á Vesturlandi og er Starfsendurhæfing Vesturlands yngsta landshluta-starfsendurhæfingarstöðin í dag. Janus endurhæfing ehf., Atvinnutengd endurhæfing á Reykjarlundi og Starfsendurhæfingu Norðurlands var komið á fót í kringum síðustu aldarmót og aðrir landshlutar stofnuðu sínar stöðvar nokkrum árum síðar en þó nokkru áður en VIRK starfsendurhæfingarsjóður (Virk) tók til starfa.

Segja má að Starfvest hafi sprottið upp úr Endurhæfingarhúsinu Hver (Hver) sem stofnað var 12. júní 2008. Í upphafi var Hver tilraunaverkefni til þriggja ára sem Akraneskaupstaður, Svæðisskrifstofa um málefni fatlaðra á Vesturlandi, Sjúkrahúsið og heilsugæslustöðin á Akranesi (SHA) og Rauði kross Íslands (RKÍ) (Akranesdeild og Vesturlandsdeild) stóðu að. Á tilraunatímanum var samstarf við Borgarnes og Grundarfjörð í gegnum starf RKÍ deilda á stöðunum og fóru starfsmenn Hver með fræðslu á þessa staði í nokkur skipti auk þess sem hóparnir hittust í vorferð einu sinni á ári.

Endurhæfingarhúsið Hver þróaðist fljótt í að verða tvíþætt starfsemi, annarsvegar athvarf og hinsvegar starfsendurhæfing. Þegar tilraunaverkefninu lauk tók Akraneskaupstaður alfarið við rekstri Hver, en sótt var um styrki árlega til ríkisins til rekstursins. Fjármögnun var alltaf í mikilli óvissu og fjármagn af skornum skammti, svo það hamlaði faglegu starfi og kom í veg fyrir að starfsemin ætti möguleika á að eflast og sinna þjónustunotendum svo vel ætti að vera. Ríkið hafði aðkomu í formi styrkja en alltaf frá ári til árs.

Árið 2010 byrjaði samstarf á milli Virk og Hver sem snéri að mestu að samstarfi við þjónustuþega sem nýttu bæði þessi úrræði. Samkomulag um kaup á nokkrum þjónustupáttum náðust í upphafi árs 2011. Nokkur atriði voru á listanum sem var samþykktur og var það vatnsþjálfun sem nýtt var en hún fól í sér mjög litlar tekjur.

Óskað var eftir formlegum viðræðum við Virk haustið 2012 þar sem óskað var eftir samningi vegna starfseminnar á Akranesi. Á þeim tíma var enn verið að vinna í frumvarpi um hlutverk Virk og því ekki forsendur til að semja. Viðræður voru teknar upp að nýju árið 2013. Virk var þá tilbúið að skoða málið en lagt var upp með að semja við einn aðila sem myndi þjónusta allt Vesturland. Endurhæfingarhúsið Hver

er undir kennitölu Akraneskaupstaðar og Virk hafði ekki samið við sveitarfélag áður og var talið eðlilegast að stofnuð yrði sjálfseignarstofnun líkt og víðast hvar annarsstaðar. Boðað var til fundar í Borgarnesi vorið 2014 og úr varð að Samtök sveitafélaga á Vesturlandi (SSV) sömdu við Virk og gengust í ábyrgð fyrir samninginn þar sem lagt var upp með að byggja á þeim grunni og reynslu af starfsendurhæfingu sem fyrir var í Hver. Samið var um að framkvæmd þjónustunnar yrði í höndum Hver þar til sjálfseignarstofnun yrði komið á fót.

Skrifað var undir fyrsta þjónustusamninginn 30. júní 2014 og gildi samningurinn til 1 árs. Hrefna B. Jónsdóttir skrifaði undir samninginn fyrir hönd SSV og Ása Dóra Konráðsdóttir skrifaði undir fyrir hönd Virk. Samningurinn var framlengdur til 1. október 2015, en nýr samningur var undirritaður í nóvember 2015 og er hann í gildi út árið 2016. Töluverðar breytingar voru frá eldri samningi þar sem Starfvest tók við utanumhaldi á allri þjónustu við einstaklinga sem koma inn í einstaklingsmiðaða starfsendurhæfingu, þ.e. kaupum á þjónustu annarra fagaðila sem koma að ferlinu s.s. sálfræðinga, sjúkraþjálfara, iðjuþjálfara, næringarfræðinga, fjármálaráðgjafa o.fl. sérfræðinga auk námskeiða sem metið er að nýtist í starfsendurhæfingarferlinu. Umfang í utanumhaldi hefur aukist talsvert samhliða þessari breytingu.



Ása Dóra Konráðsdóttir (t.v) og Hrefna B. Jónsdóttir (t.h)

## Stofnun Starfsendurhæfingar Vesturlands

Stofnfundur Starfsendurhæfingar Vesturlands (StarfVest) var haldinn í Endurhæfingarhúsinu Hver að Suðurgötu 57, á Akranesi hinn 11. desember 2014.



### STOFNENDUR

Samtök sveitarfélaga á Vesturlandi Bjarnarbraut 8, 310 Borgarnesi

Símenntunarmiðstöðin á Vesturlandi Bjarnarbraut 8, 310 Borgarnesi

Heilbrigðisstofnun Vesturlands Merkigerði 9, 300 Akranesi

Vinumálastofnun á Vesturlandi Stillholt 18, 300 Akranesi

Stéttarfélag Vesturlands Sæunnargötu 2a, 310 Borgarnesi

Verkalýðsfélag Akraness Sunnubraut 13, 300 Akranesi

Stofnfé sjálfseignarstofnunarinnar er kr. 1.400.000, ein milljón og fjögurhundruð þúsund krónur sem skiptist þannig;

Samtök sveitarfélaga á Vesturlandi      kr. 500.000.-

Símenntunarmiðstöðin á Vesturlandi	kr. 200.000.-
Heilbrigðisstofnun Vesturlands	kr. 200.000.-
Vinnumálastofnun á Vesturlandi	kr. 100.000.-
Stéttarfélag Vesturlands	kr. 200.000.-
Verkalýðsfélag Akraness	kr. 200.000.-

## STJÓRN

### Aðalmenn

Stjórn Starfvest er skipuð sex fulltrúum sem koma úr röðum stofnaðila:

Hafdís Bjarnadóttir, fulltrúi Samtaka sveitafélaga á Vesturlandi

Helga Gunnarsdóttir fulltrúi Samtaka sveitafélaga á Vesturlandi, formaður

Inga Dóra Halldórsdóttir, fulltrúi Símenntunarmiðstöðvar Vesturlands, varaformaður og ritari.

Guðrún Gísladóttir, fulltrúi Vinnumálastofnunar Vesturlandi

Sigríður Kr. Gísladóttir, fulltrúi Heilbrigðisstofnunar Vesturlands

Þorkell Cýrusson, fulltrúi Samtaka sveitafélaga á Vesturlandi

### Varamenn

Arndís Halla Jóhannesdóttir, fulltrúi Samtaka sveitafélaga á Vesturlandi, varamaður Helgu Gunnarsdóttur.

Dagný Jónsdóttir fulltrúi Vinnumálastofnunar Vesturlandi, varamaður Guðrúnar Gísladóttur.

Eggert Kjartansson fulltrúi Samtaka sveitafélaga á Vesturlandi, varamaður Hafdísar Bjarnadóttur.

Guðjón Brjánsson fulltrúi Heilbrigðisstofnunar Vesturlands, varamaður Sigríðar Kristínar Gísladóttur

Guðrún Lárusdóttir fulltrúi Símenntunarmiðstöðvar Vesturlands, varamaður Ingu Dóru Halldórsdóttur.

Hulda Hrönn Sigurðardóttir fulltrúi Samtaka sveitafélaga á Vesturlandi, varamaður Þorkels Cýrussonar.

## STARFSFÓLK

Þrír starfsmenn voru ráðnir strax inn við stofnun StarfVest sem samsvaraði 1,4 starfsgildi.

Thelma Hrund Sigurbjörnsdóttir iðjubjálfi og forstöðumaður, 80% starfshlutfall

Anna Sólveig Smáradóttir sjúkraþjálfari, 30% starfshlutfall

Klara Bragadóttir sálfræðingur, 30% starfshlutfall

Á árinu 2015 breyttust stöðuhlutföll og fjölgaði starfsmönnum um einn.

Ragnheiður Stefánsdóttir sjúkraliði, 65% starfshlutfall.

Í lok árs 2015 voru fjórir starfsmenn í 2,1 stöðuhlutfalli.

# Starfsemin

## ÞJÓNUSTAN VIÐ UPPHAF

Í upphafi var lagt upp með að veita þjónustuna eins og hún hafði byggst upp í Hver fram að þeim tíma. Aðal þjónustuleiðin var nefnd Vinnubraut og skiptist í þrjú þrep, þ.e. undirbúning, vinnueflingu og vinnuprófun. Starfsemin hefur verið í þróun frá þessum tíma en byggir þó enn á þessum sama grunni.

Á Vinnubraut er fólk að undirbúa sig undir að fara út á almennan vinnumarkað. Unnið er að því að efla vinnuhlutverkið og unnið með heilsutengda þætti sem hindrar fólk í að vera á vinnumarkaði s.s. eflingu sjálfstrausts, þjálfun samskipta, og aukið úthald. Fagteymi Hver 2014 (iðjubjálfar, félagsráðgjafar og sálfræðingur) höfðu aðkomu að starfsendurhæfingunni á Vinnubraut. Sjúkraþjálfari bætist við teymið eftir að samið var við Virk og var þá myndað sér fagteymi fyrir starfsemi starfsendurhæfingarhlutannt iðjubálfi, sálfræðingur og sjúkraþjálfari mynduðu það teymi.

## INNHALD ÞJÓNUSTU Á VINNUBRAUT:

Einstaklingsbundin markmiðssetning og áætlun:

Þegar einstaklingur byrjar á vinnubraut fær hann viðtöl við fagaðila sem koma að starfsendurhæfingunni. Farið er yfir vanda viðkomandi og áætlun gerð um innihald og markmið endurhæfingarinnar.

## PREP 1 - UNDIRBÚNINGUR

Unnið með hindranir og styrkleika:

Áhersla er lögð á „observation“ varðandi samskipti, mætingar og athafnir í daglegu lífi. Möguleiki er á því að greina vanda einstaklinga á vinnubraut með viðurkenndum mælitækjum.

## **Fræðsla fagaðila:**

Fjallað er um ýmsa þætti sem snúa að færni og heilsu og mikilvægi þess að taka ábyrgð í bataferli m.a. með því að rækta heilsuna. Lögð er áhersla á skilning á þeim heilsubresti sem um ræðir og hvað hægt er að gera til að vinna gegn áhrifum hans í daglegu lífi. Unnið er með sjálfstyrkingu og kenndar aðferðir til að standa með sjálfum sér sem best. Fræðslan er sett upp sem námskeið þar sem fjallað er um afmarkað efni í 4 - 8 vikur í senn. Dæmi um umfjöllunarefni í fræðslunni: Kvíðastjórnun, HAM-nálgun, gjörhygli, streitustjórnun, slökun, minnistækni,



fjármálafræðsla, sjálfstyrking, markmið, samskipti, viðhorf og gildi, áhrifaþættir á heilsu (svefn, næring, hreyfing, vilji og vani, jafnvægi í daglegu lífi),

### **Viðtöl fagteymis:**

Markmiðshvetjandi viðtöl þar sem dagleg þátttaka og virkni eru í brennidepli.

Lausnamiðuð viðtöl þar sem lögð er áhersla á að vinna með lausnir og skoða möguleika í stöðunni.

Félagsleg ráðgjöf þar sem unnið er með lausnir innan kerfis.

Sálfræðiviðtöl þar sem unnið er með vandamál sem hindra framgang endurhæfingarinnar.

### **Líkamsrækt:**

Einstaklings og hóppjálfun í umsjón sjúkraþjálfara 2x í viku.

Tilgangur: Áhersla er lögð á að virkja þátttakendur til þess að hreyfa sig a.m.k. þrisvar í viku og þannig stuðla að bættri heilsu.

### **Vatnsþjálfun:**

Boðið er upp á vatnsþjálfun 3x í viku ca. 45 til 60 mínútur í senn. Heilbrigðisstarfsfólk StarfVest sjá um kennsluna.

Tilgangur: Stuðla að almennri hreyfingu hjá þátttakendum. Koma til móts við sem flestar þarfir bæði hjá þeim sem eiga við líkamlegan vanda að etja og geðrænan.

### **PREP 2 - VINNUEFLING:**

Unnið er að vinnueflingu bæði með fræðslu og framkvæmd.

### **Fræðsla:**

Fjallað er m.a. um vinnuhlutverkið, hvað þarf til að vera á vinnumarkaði, kröfur og ábyrgð. Vinnuumhverfi, líkamsbeiting, fyrirtækjaheimsóknir, heimsóknir úr atvinnulífinu, atvinnuauglýsingar, ferilskrá, atvinnuviðtöl, jákvætt vinnuviðhorf, vinna þrátt fyrir heilsubrest. Möguleikar til þátttöku á vinnumarkaði í gegnum vinnuprófun og vinnusamnings möguleikar kynntir.

## **Framkvæmd:**

Unnið er eftir hugmyndafræði valdeflingar og skjólstæðingsmiðaðrar nálgunar. Það er gert með það í huga að nýta umhverfið til sjálfsefningar, aðlögun vinnuumhverfis, þjálfun í samvinnu, ákvarðanatöku og félagslegum samskiptum, líkt og á vinnustaði. Húsfundir og ýmsir félagslegir viðburðir eru til þess fallnir að efla og þjálf þessa þætti. Þátttaka í nefndum og undirbúningshópum fyrir viðburði hússins, er hluti af þessari þjálfun.

## **ÞREP 3 - VINNUPRÓFUN:**

Þegar einstaklingurinn treystir sér til er leitað eftir tækifærum á vinnumarkaði til vinnuprófana. Í upphafi geta vinnuprófanir í vernduðu umhverfi s.s. stofnunum sveitafélaga verið fyrsta skref. Treysti einstaklingur sér út á almennan vinnurmarkað er reynt að ná samstarfi við vinnustaði sem eru tilbúnir til samstarfs. Vinnuprófanirnar eru einstaklingsbundnar og settar upp út frá vinnumarkmiðum einstaklingsins. Vinnuprófanirnar eru misjafnar hvað varðar stöðuhlutfall og lengd.

## **ÞRÓUN ÞJÓNUSTULEIÐA**

Í fyrri samningi Virk var Vinnubraut aðal þjónustuleið auk þess sem boðið var upp á Vinnuprófun I og Vinnuprófun II, Líkamsrækt með stuðningi sjúkráþjálfara, vatnsþjálfun, sálfræðiviðtöl og námskeið.

Vinnuprófun I var fyrir einstaklinga sem voru inni á Vinnubraut áður og Vinnuprófun II fyrir einstaklinga sem ekki höfðu sótt heildstæða þjónustu áður.

Í dag hafa þjónustuleiðir verið einfaldaðar en byggja enn á þeirri nálgun sem lýst var hér á undan í tengslum við Vinnubraut.

Endurhæfingin er einstaklingsmiðuð en fer fram að miklu leyti í hóp. Þátttakendur eru með mismunandi stundaskrár og sækja hópa út frá mismunandi markmiðum.

Nærsamfélagið er nýtt til endurhæfingarinnar s.s. íþróttamannvirki, framhaldsskólar, námskeið Símenntunarmiðstöðvar Vesturlands, vinnustaðir og annað sem við á hverju sinni.

Vinnuprófanir eru í dag hluti af leiðinni Einstaklingsmiðuð þverfagleg starfsendurhæfingarþjónusta.

Hreyfiúrræði fóru úr því að vera talin í skiptum yfir í að vera talin í mánuðum.

## ÞJÓNUSTULEIÐIR Í DAG

### MAT Á STÖÐU OG STARFSENDURHÆFINGARMÖGULEIKUM

Um er að ræða þjónustu í 1 - 3 mánuði eftir markmiðum hverju sinni. Þjónustan hefur það að markmiði að meta raunhæfi þess að hefja markvissa starfsendurhæfingu.

### EINSTAKLINGSMÍÐUD ÞVERFAGLEG STARFSENDURHÆFINGARÞJÓNUSTA

Þjónustan varir frá 6 - 12 mánuðum. Hér er lögð áhersla á aukna þátttöku einstaklinga á vinnumarkaði. Markvisst er unnið með styrkleika einstaklinga og tengingu þeirra við möguleg störf á vinnumarkaði. Leitað er leiða til að styðja við einstaklinginn aftur út í vinnu þrátt fyrir heilsubrest.

Lýsing á þjónustu Vinnubrautar á við um báðar þessar leiðir og er gert grein fyrir þessum þremur leiðum sem einni þegar gerð er grein fyrir tilvísunum í þjónustu.

### NÁMSKEIÐ

Aftur í vinnu

Heilsu og verkjaskóli

Fjármálanámskeið

Líkamsrækt í hóp í umsjón sjúkraþjálfara StarfVest

Vatnsþjálfun í umsjón heilbrigðisstarfsfólks

## REKSTUR

Fjármögnun StarfVest er í gegnum samstarfssamning við Virk og koma allar tekjur sjálfseignarstofnunarinnar í gegnum þann samning. Virk sendir tilvísun þar sem fram koma grunnupplýsingar um einstakling, þjónustuleið sem óskað er eftir og tímalengd þjónustu þ.e. fjöldi mánaða eða skipta.

Gildandi samningur milli StarfVest og Virk er til ársloka 2016. Samið hefur verið í stuttan tíma í einu sem veldur nokkurri óvissu en í því felast einnig tækifæri til að endurskoða og aðlaga þjónustuna.

## TILVÍSANIR ÁRIÐ 2014

Fyrsta tilvísun í þjónustu barst í ágúst 2014. Inntökuviðtöl hófust í lok ágúst og voru það 9 einstaklingar á vegum Virk sem hófu þátttöku í dagskrá þann 15. september 2014 ásamt 13 einstaklingum í endurhæfingu á vegum Hver.

Á árinu 2014 bárust 48 tilvísanir og skiptast þær á eftirfarandi hátt:

Vinnubraut - 26 tilvísanir vegna 21 einstaklings. Allir mættu í inntökuviðtöl fagaðila en tveir hófu ekki þátttöku í dagskrá.

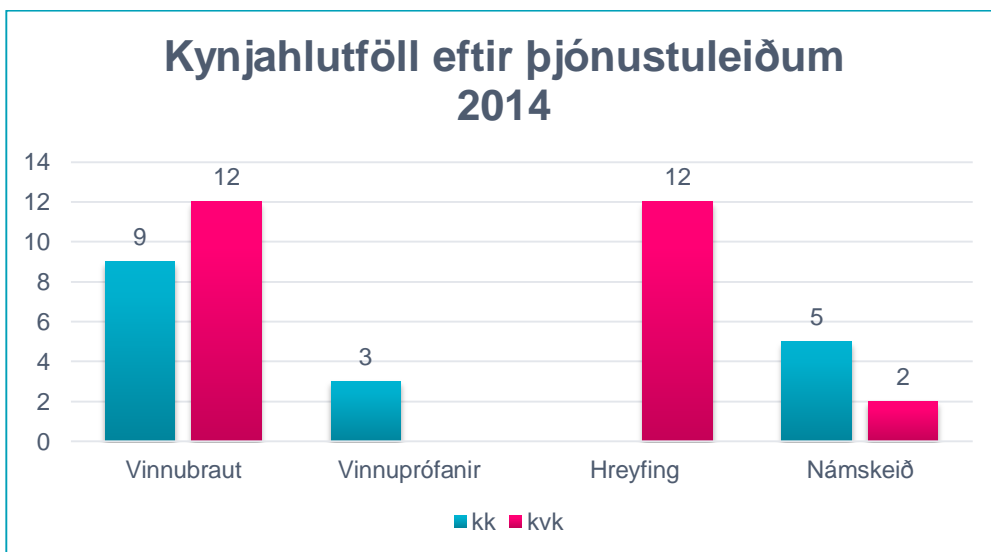
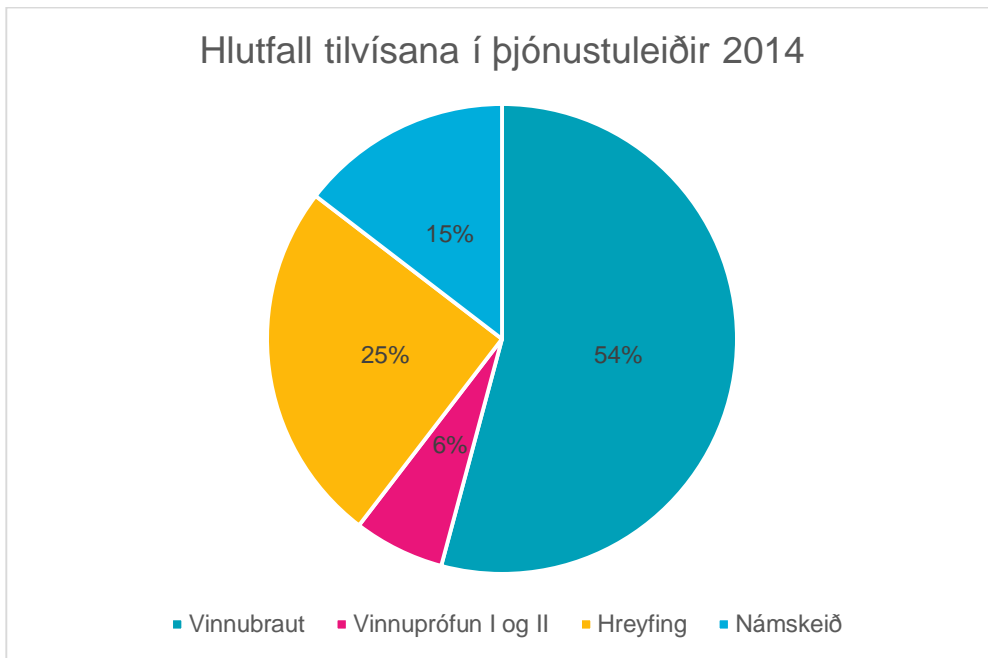
21 tilvísun barst um þjónustu á Vinnubraut frá ráðgjöfum Virk á Akranesi vegna 17 einstaklinga sem allir voru búsettir á Akranesi.

5 tilvísanir bárust um þjónustu á Vinnubraut frá ráðgjafa Virk í Borgarbyggð vegna 4 einstaklinga sem búsettir voru í Borgarnesi og nágrenni.

Hreyfing - 12 tilvísanir, 8 vegna vatnsþjálfunar og 4 vegna líkamsræktar í hóp.

Námskeið - 7 tilvísanir allar vegna námskeiðisins Aftur í vinnu.

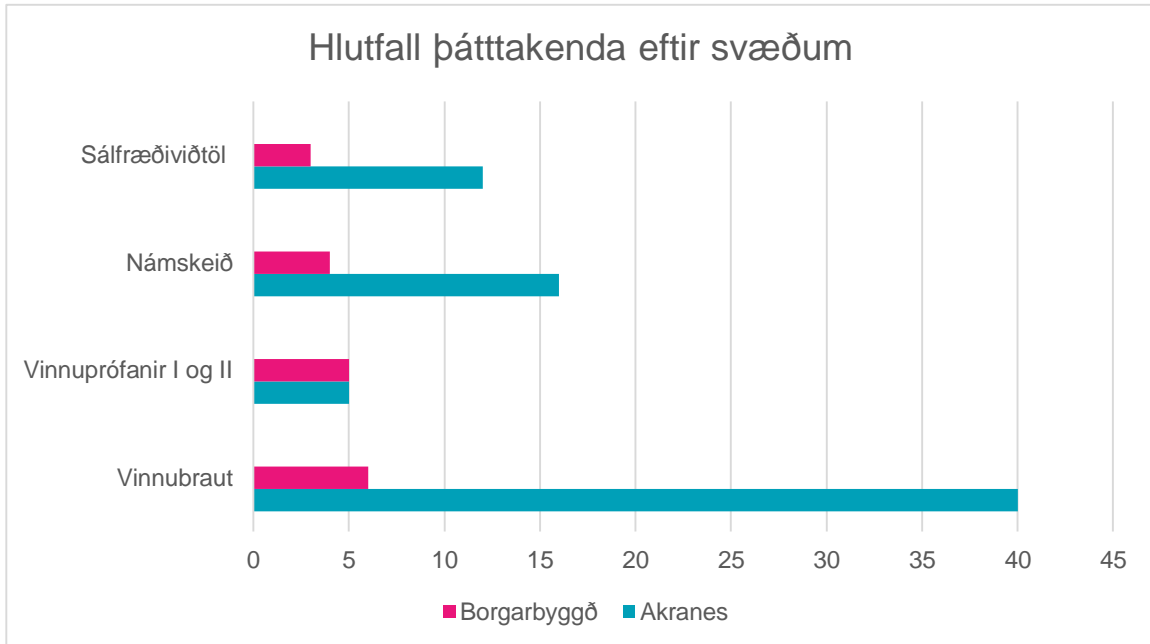
Vinnuþrófanir - 3 tilvísanir bárust, ein tilvísun vegna Vinnuþrófunar I og tvær tilvísanir í Vinnuþrófun II.



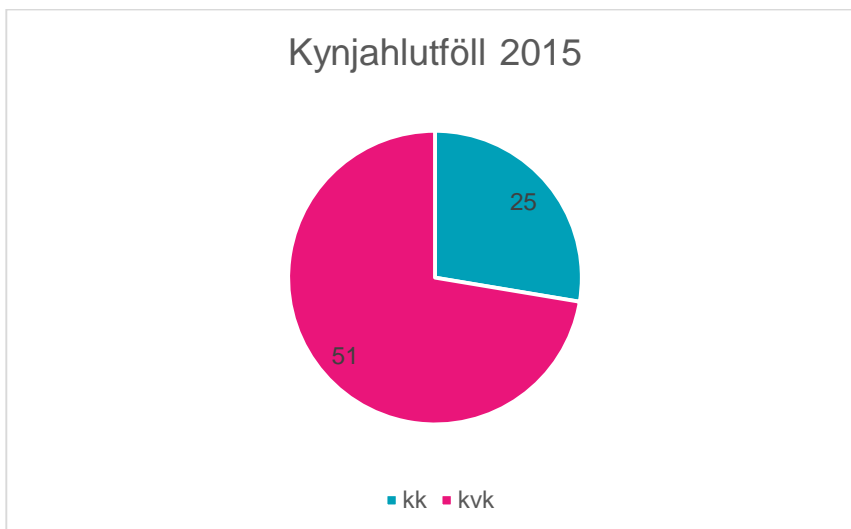
## TILVÍSANIR ÁRIÐ 2015

Á árinu 2015 var heildarfjöldi tilvísana 174 vegna 76 einstaklinga, ein til sjö tilvísanir eru á bak við hvern einstakling sem vísað var í þjónustu til Starfvest. Allar tilvísanir vegna ársins 2015 koma frá Virk.

Tilvísanir í þjónustu hafa enn einskorðast við einstaklinga frá Akranesi og Borgarbyggð. 155 tilvísanir bárust vegna 66 einstaklinga frá Akranesi og 19 tilvísanir vegna 10 einstaklinga úr Borgarbyggð.



Kynjahlutfall einstaklinga sem vísað var í þjónustu Starfvest. Tilvísanir bárust vegna 51 konu (67%) og 25 karla (33%)



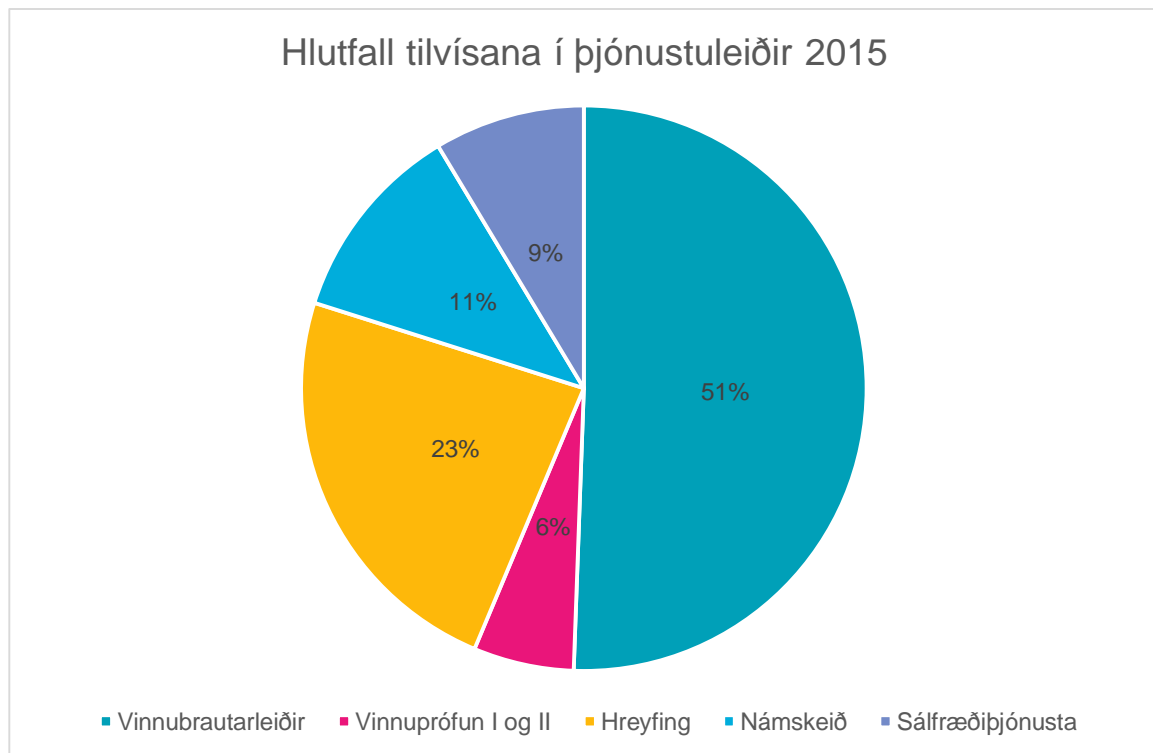
Tilvísanir vegna Vinnubrautar, Einstaklingsmiðaðrar þverfaglegrar starfsendurhæfingar og Mats á möguleikum eru flokkaðar saman vegna þeirra breytinga sem urðu vegna nýs samnings í október 2015. 88 tilvísanir bárust í þessar þjónustuleiðir vegna 46 einstaklinga.

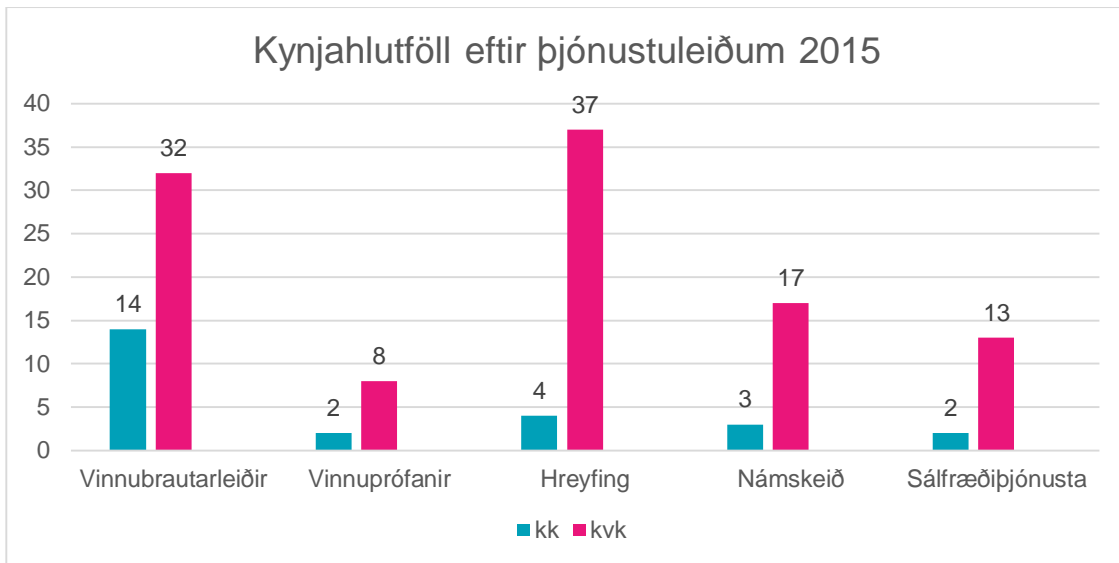
Hreyfing - 41 tilvísanir, 16 vegna vatnsþjálfunar og 25 vegna líkamsræktar í hóp.

Námskeið - 20 tilvísanir voru vegna námskeiðana, 4 vegna Aftur í vinnu, 4 vegna Fjármálnámskeiðs, 5 vegna Heilsu og verkjaskóla, 2 vegna Núvitundar og 5 vegna sumardagskrár.

Vinnuþrófanir - 10 tilvísanir bárust 7 tilvísunar vegna Vinnuþrófunar I og 3 tilvísanir í Vinnuþrófun II.

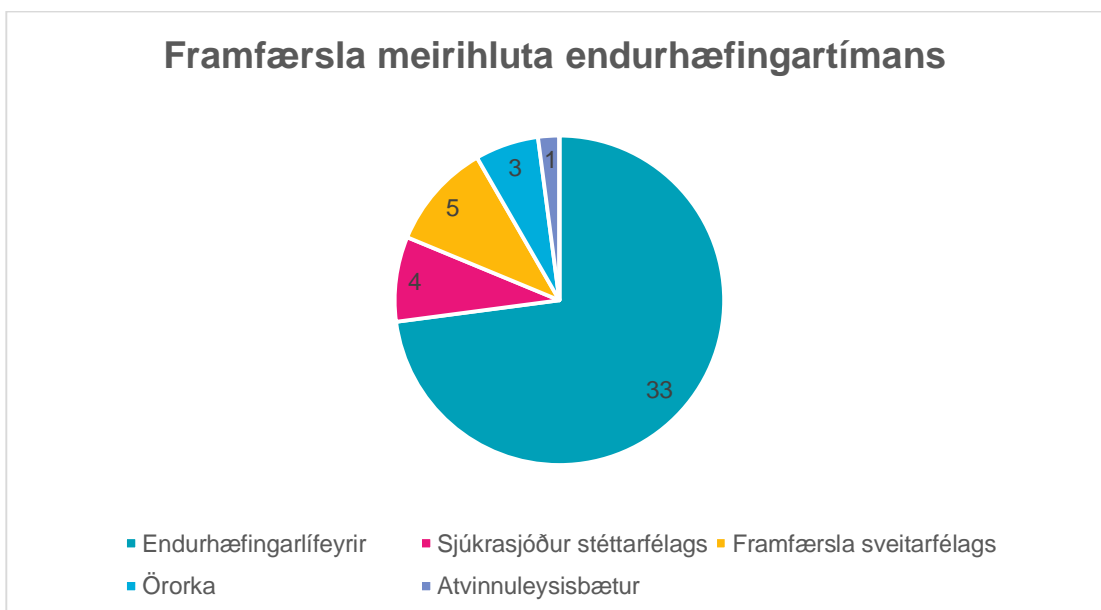
Sálfræðiþjónusta – 15 tilvísanir bárust.





Konur eru í miklum meirihluta notendur allra þjónustuleiða.

Þátttakendur á þjónustuleið Vinnubrautar, Einstaklingsmiðaðrar þverfaglegar starfsendurhæfingar ats á möguleikum, voru flestir á endurhæfingarlífeyri meirihluta endurhæfingartímans. Töluverður hópur hefur fengið framfærslu frá tveimur aðilum á endurhæfingartímanum, en þetta eru einstaklingar sem voru á framfærslu sveitarfélags eða á sjúkrasjóði stéttarfélags þ.e. við upphaf endurhæfingar en færast yfir á endurhæfingarlífeyri eftir að endurhæfing er hafin.



## Hugmyndasamkeppni

Á vormánuðum 2015 var efnt til samkeppni um hugmynd að logo fyrir Starfsendurhæfingu Vesturlands. Nokkrar tillögur bárust og var það hugmynd Brynju Maríu Brynjarsdóttur sem sigraði, en hún var valin af stjórn og þátttakendum á Vinnubraut á þeim tíma.

Grafíski hönnuðurinn Unnur Jónsdóttir var fenginn til að útfæra hugmyndina.





## **Samstarfsaðilar**

Mikil og góð samvinna er við stofnanir og fyrirtæki á svæðinu. Helstu samstarfsaðilar StarfVest koma úr röðum stofnaðila s.s. lækna heilsugæslustöðva, starfsmenn félagsþjónustu á svæðinu, starfsmenn Vinnumálastofnunar og Símenntunarmiðstöðvar Vesturlands. Góð samvinna er einnig við ráðgjafa Virk á svæðinu.

Fjöldmargir frábærir einstaklingar koma að endurhæfingunni í gegnum verktöku og námskeiðshald.

Samvinna er einnig góð við starfsmenn íþróttamannvirkja á Akranesi og í Borgarnesi.