

## **Integration genom Aktiv Rehabilitering**

RG Aktiv Rehabilitering är en ideell förening som startades i slutet på 70-talet. Det är en ideell förening som arbetar med att inspirera personer med ryggmärgsskada och de med liknande förutsättningar till ett självständigt, aktivt liv, fullt av möjligheter.

Att leva med en fysisk funktionsnedsättning kan upplevas som begränsande, orättvist och hopplöst, framför allt om orsaken är en traumatisk skada mitt i livet. Att bli så självständig som möjligt är inte bara målsättningen med rehabilitering – det är dessutom en grundläggande rättighet. Vistelser på sjukhus, rehabiliteringar och habiliteringar kan förbättra situationen men det kan vara svårt att lära sig bemästra de utmaningar man möter i vardagen. RG arbetar som en bro mellan sjukvården och vardagen och lär vuxna som barn hur de kan leva ett rikt och inspirerande liv genom aktiv rehabilitering.

Aktiv Rehabilitering är en metod som bygger på fem hörnstenar:

**Förebilder:** I RG:s verksamhet är det förebilder, d.v.s. personer som har erfarenhet av att leva med ryggmärgsskada, amputation, CP-skada eller liknande, som är nyckelfigurer. Det är personer som är specialiserade på att förmedla hur man tillgodogör sig de förmågor som krävs för att man verkligen ska kunna leva sitt eget liv. Det handlar om att ta ansvar för sin situation – oavsett om man flyttar sig i och ur sin rullstol på egen hand eller instruerar någon annan hur man vill bli assisterad.

**Fokus på möjligheter:** Vad våra deltagare kan göra idag och – framför allt – vad de kan lära sig att göra i morgon, är fokus i RG:s verksamhet.

**Vardagsmiljö:** Verksamheten bedrivs i vardagliga miljöer, vanligtvis med en träningsanläggning som utgångspunkt och utflykter till andra miljöer såsom innerstad, strand, osv. Här får deltagare lära sig att utföra olika moment i skarpt läge – inte i en skyddad sjukhusmiljö – och det skapar en stor trygghet och självständighet.

**Idrott och fysisk träning som verktyg:** Som människa är det viktigt att hålla sig i form för att må bra. Som person med en fysisk funktionsnedsättning är det ännu viktigare. Behöver man t.ex. använda rullstol i sitt dagliga liv gör några extra kilon eller tappade muskler stor skillnad vid förflyttningar eller möjligheten att ta sig fram i mer utmanande miljöer. Att ta hand om sin kropp är också ett sätt att ta vara på sin självständighet.

**Mental träning/samvaro under en kortare, intensiv period:** RG arbetar främst med kurser och läger där flera deltagare och förebildsledare samlas och bor tillsammans under ett antal dagar. I den gemenskap och i det erfarenhetsutbyte som uppstår kan en deltagare lära sig enormt mycket på bara några få dagar (4).

## **Nyanlända med ryggmärgsskada eller liknande förutsättningar**

RG har i dagsläget bara några få medlemmar som kommit till Sverige under de senaste 10-15 åren. År 2015 kom en stor flyktingvåg till Sverige och väckte nyfikenhet: fanns det personer inom RG:s målgrupp bland dessa människor och hur skulle föreningen kunna stötta dem? Under förstudien Integration genom Aktiv Rehabilitering maj-okt 2017 sökte RG tillsammans med Refugees Welcome Stockholm upp nyanlända personer inom RG:s målgrupp med målsättningen att ta reda på hur många de var, var de fanns och vilka behov de hade.

Förstudien visade att det finns stora behov och att RG behövde utveckla sin verksamhet för att möta dessa. I första hand framkom att målgruppen behöver bättre stöd direkt vid ankomsten och i nästa steg tillgång till kompetent vård och rehabilitering. Det finns dock många komponenter som komplicerar den vård och rehabilitering som är tillgänglig för svenska medborgare. Målgruppen har ofta andra erfarenheter och det uppstår frågor som förväntningarna på vården, patientens roll, samhällets struktur, vikten av självständighet, anhörigas roll, kunskap om den egna kroppen, m.m. Lägg därtill språkförbistringar, kulturella/religiösa skillnader, olika syn på människovärde när man har ett funktionshinder, föreställningar om att man ska bli botad, genusfrågor etc. så blir bilden rätt komplex.

RG vill därför tillsammans med Migrationsverket och Linköpings Universitetssjukhus skapa en kedja där organisationerna samverkar för att ge målgruppen bättre förutsättningar för integration i det svenska samhället. Detta innefattar kort:

- a) Tidig identifiering av målgruppen vid ansökningsenheterna hos Migrationsverket.
- b) Erbjudande till målgruppen att få plats på boende med närhet till Linköpings Universitetssjukhus för att tillgodogöra sig vård och rehabilitering.
- c) Utbildning av relevanta delar av Migrationsverkets personal (ansöknings- och relevanta boendeenheter).
- d) Utveckla ett vårdprogram specifikt anpassat för målgruppen.
- e) Skapa ett ”utbildningscenter” för målgruppen som samverkar med Linköpings Universitetssjukhus, boendet och RG Aktiv Rehabilitering.

I tillägg till ovanstående behöver RG utveckla sin egen verksamhet för att kunna möta de behov som målgruppen uttryckte under förstudien, där det viktigaste handlar om att träffa förebilder och att hitta sätt att vara delaktig i samhället och inte hamna i passivitet:

- a) Utbilda RG:s personal och ideella ledare och förebilder så att de får kunskap om målgruppen.
- b) Rekrytera ett nätverk av förebilder inom målgruppen, både för de som har en fysisk funktionsnedsättning och deras anhöriga.
- c) Söka upp målgruppen som har eget boende i kommunerna.
- d) Skapa en metod för uppföljning av målgruppen efter att en första kontakt uppstått.
- e) Förebilder ska besöka utbildningscentret för att lyssna, dela med sig av kunskap och erfarenheter och stötta.
- f) Hålla workshops och kurser för målgruppen och anhöriga med syftet att minska distansen som uppstår ur olika kulturer, kunskapsnivåer, språkskillnader etc. och visa på de möjligheter som finns till ett aktivt liv oavsett fysisk funktionsnedsättning.

En person som är född i Sverige och drabbas av en ryggmärgsskada eller liknande har en oerhört tuff väg tillbaka till sin vardag och ett aktivt liv i samhället trots att de flesta har ett stabilt socialt nätverk, utbildning och/eller jobb. En person som kommer som asylsökande med en liknande skada har både en osäker situation (får jag stanna eller inte?), inget socialt sammanhang, osv. Detta projekt syftar till att ge dessa personer en bra grund för att integreras och gå vidare till eget boende och ett tillfredsställande liv som en del av samhället, någonstans i Sverige.