



# Grön helhet

- ett steg på vägen



**9 september 2010 kl 13.30**  
**en eftermiddag med möjligheter**



Stiftelsen

Vårsta Diakonigård

---

## **Eftermiddagens program, torsdag 9 september**

### **13.30 Välkommen**

Ninni Smedberg, direktor hälsar välkommen. Ninni är också dagens moderator.

### **13.40 Teamet Grön helhet**

Berättar om det pågående ESF-projektet; hur projektet är upplagt, erfarenheter och resultat efter att ha genomfört åtta grupper.

### **14.20 Deltagare Grön helhet**

Berättar vad de har upplevt, vilken nytta de haft av kursen och hur den har hjälpt dem att gått vidare.

### **14.35 Forskning**

Patrick Millet föreläser om vad det gröna har för inverkan på oss. Han kommer också att ge en första glimt och analys av resultaten från den forskning han bedriver om Grön helhet.

### **15.05 Eftermiddagsfika**

Vi avsätter extra tid för att du ska hinna skapa kontakter och komma med detaljfrågor vid de olika stationer som kommer att finnas.

### **15.45 Återkoppling**

Ninni tar upp tråden och lyssnar hur du har upplevt eftermiddagen så här långt.

### **16.00 Uppdragsgivarna**

Elisabeth Holmqvist, Arbetsförmedlingen, Lena Sundling, Landstinget Västernorrland samt en företrädare för Härnösands kommun berättar hur man upplever att personal och arbetssökande har gått vidare på sin väg mot arbetslivet och/eller studier. Hur samarbetet har fungerat med teamet under projektiden.

### **16.20 Kåseri**

Ingela Bendt, författare. Hon är också den som ska sammanfatta projektet när det är slut. Det kommer att presenteras i bokform och på [www.varsta.se](http://www.varsta.se).

### **16.30-17.00 Vi avslutar i trädgården**

En enkel sinnesövning och en vandring trädgården.

## Vad är Grön helhet?

Grön helhet är ett treårigt ESF-projekt som har målet att deltagarna ska komma ett steg närmare arbetslivet eller studier. I kursen är det tre grupper, långtidssjuk-skrivna, arbetssökande vuxna och ungdomar, men det är också deltagare som kan vara på gränsen till utmattning och därmed en lång sjukskrivnings-tid.

Ett helhetstänkande genomsyrar hela verksamheten, som har temat trädgård, natur och växande. En rehabiliteringsplan finns utformad, som bygger på ett modulsystem under åtta veckor. Deltagarna har möjlighet att välja mellan olika aktiviteter men vissa är obligatoriska och går som en grön tråd genom kursen.

Vi är ute mycket under den här tiden både i trädgården och på utflykter till havet och skogen. Promenader långa eller korta allt efter vad man har för ork. Det finns möjlighet till olika typer av hantverk, vi lagar mat, har föreläsningar i olika tema för kunskapspåfyllnad, avspänning, qigong och mycket mer.

Hela tiden med fokus på det friska i människan.

## Medverkande under dagen

**Ninni Smedberg**, direktor Vårsta Diakonigård.

**Ingela Eriksson, Elisabeth Gisselman och Monica Hansson**, rehabiliteringssamordnare. **Maria Näslund**, trädgårdsmästare och **Suzette Reher**, projektsamordnare. Det är teamet som genomför projektet.

**Tre deltagare** som har genomgått kursen Grön helhet - en långtidssjukskriven, en arbetssökande vuxen och en ungdom.

**Patrick Millet**, forskare, Ph D vid Mittuniversitet i Östersund.

Uppdragsgivarna:

Arbetsförmedlingen, **Elisabeth Holmqvist**

Härnösands kommun,

Landstinget Västernorrland, **Lena Sundling**

**Ingela Bendt**, författare till bl a *Refugium - trädgård som tillflykt* och *Ett hem för själen*, *Ellen Keys Strand*.



# Grön helhet



EUROPEISKA UNIONEN  
Europeiska socialfonden

## Praktiska detaljer:

Dagen är kostnadsfri för dig. Vi bjuder på eftermiddagsfika.  
Det kommer att finnas dokumentation som du kan ta med dig.

**Anmälan** till Suzette Reher, 0611-201 50 eller [gronhelhet@varsta.se](mailto:gronhelhet@varsta.se)

Vi vill ha den senast 6 september 2010.

Varmt välkommen till Vårsta och Grön helhet.



Stiftelsen

## Vårsta Diakonigård

Lönegrengatan, Härnösand

Telefon 0611-127 11, Fax 0611-271 65

E-post: [info@varsta.se](mailto:info@varsta.se) [www.varsta.se](http://www.varsta.se)