

*Friska Vindar 2.0  
har god samverkan  
med flera myndigheter för  
dig som deltar i Friska Vindar*

*Vi som samverkar är:*

- Västra Götalandsregionen
- Försäkringskassan
- Arbetsförmedlingen
- Trollhättans Stad
- Lilla Edets kommun
- Grästorps kommun



*Arbetslivsinriktad Rehabilitering  
Samordningsförbundet*

*Trollhättan, Lilla Edet och  
Grästorp*

*Besöksadress: Österlånggatan 47,  
1 tr, Trollhättan*

*Mer info via [www.softleg.se](http://www.softleg.se)*

*En del av insatsen 2020  
finansieras av  
Europeiska Socialfonden*



EUROPEISKA UNIONEN  
Europeiska socialfonden



*Vi finns för Dig som är  
i behov av stöd  
för att uppnå ökad  
hälsa och livskvalitet  
i syfte att återgå  
i arbete eller studier.*



## Målgrupp

- Kvinnor och män i förvärvsaktiv ålder som har behov av rehabilitering inför övergång till arbete, studier eller andra arbetsförberedande insatser
- Kvinnor och män i behov av samverkan mellan flera myndigheter
- Kvinnor och män som är arbetslösa eller som är eller har varit sjukskrivna

Kontakta Friska Vindar för mer information

Målet med insatsen är att kvinnor och män ska komma ut i arbete eller studier



## Exempel på Gruppaktiviteter

- Promenadgrupper och gruppträning
- Avslappnings- och medicinsk yoga
- Föreläsningar på temat kost, hälsa och träning
- Kunskap om arbetsliv och samhälle
- Social gemenskap
- Studievägledning
- Studiebesök hos arbetsgivare och skolor
- Arbetsträning

## Kontaktuppgifter

[paula.andersson@arbetsformedlingen.se](mailto:paula.andersson@arbetsformedlingen.se)

010-488 24 41

[stina.kjellstrom@forsakringskassan.se](mailto:stina.kjellstrom@forsakringskassan.se)

010-118 51 44

[laila.nilsson@trollhattan.se](mailto:laila.nilsson@trollhattan.se)

0520-49 56 16

[asa.garpelin@trollhattan.se](mailto:asa.garpelin@trollhattan.se)

0520-49 71 17

[katarina.lena.bjarned@vgregion.se](mailto:katarina.lena.bjarned@vgregion.se)

072-201 06 72

[johanna.deckert@arbetsformedlingen.se](mailto:johanna.deckert@arbetsformedlingen.se)

010-488 39 59

[agnes.arag@arbetsformedlingen.se](mailto:agnes.arag@arbetsformedlingen.se)

010-488 58 08

[rebecka.gardendahl@trollhattan.se](mailto:rebecka.gardendahl@trollhattan.se)

0520-49 56 69