



Vi som fått ett nytt liv -

Jag kan inte – jo, jag kan.

Lotta

En sliten, arbetslös kvinna i 40-årsåldern kom till Hälsoverket. Ensamstående med två barn varannan vecka. Hon klagade på diffus smärta i kroppen och huvudvärk. Hon hade högt blodtryck och vägde för mycket.

Hon ville få ordning på sin vardag och hon ville må bättre.

Och det lyckades hon med på tio månader genom Hälsoverket. Sjukgymnast, dietist, kurator, Livskraftskurs och Qigong.

Resultat: Ett bra liv. Bättre hälsa, jobb och så flyttade hon ihop med sin sambo.



Vi som fått ett nytt liv

Jag kan inte – jo, jag kan.

Maria

Mamma till tre barn. Arabiska som modersmål. Dålig på svenska och inget jobb.

Hon ville:

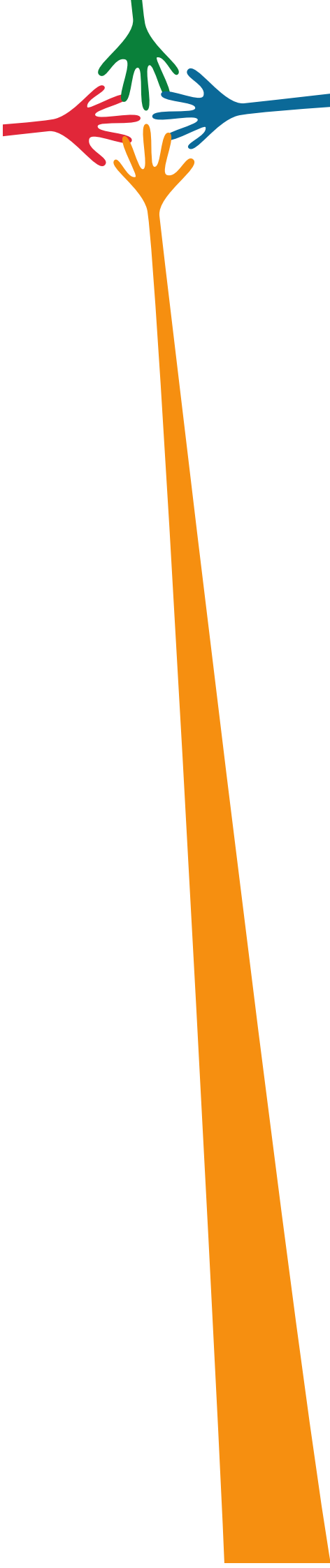
- lära sig bättre svenska.
- lära sig cykla.
- lära sig simma.
- komma ut på praktik för att kunna få ett jobb.

Och vad hjälpte Eva-projektet till med? - Jo Maria:

- blev mycket bättre på svenska.
- lärde sig cykla på 3 dagar. Köpte cykel och cyklade varje dag mellan hemmet och projektet (en 1 mil om dagen) – sista månaden i projektet kom hon gasande på sin EU-moped.
- lärde sig simma.
- praktiserade inom detaljhandeln, gjorde så bra ifrån sig att hon efter praktiken kom in som timvikarie.

Maria lämnade projektet med orden:

”Förut sa jag – **Jag kan inte**. Nu säger jag – **Jag kan!!**”



Vi som fått ett nytt liv

Jag kan inte – jo, jag kan.

Fredrik

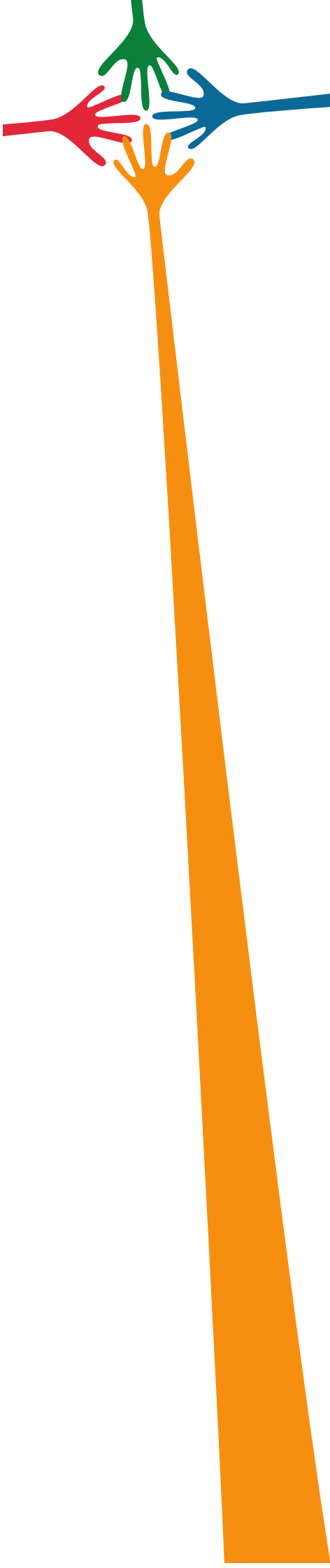
30-årig man med svår social fobi och med tio år av diverse åtgärder via såväl kommunen som arbetsförmedlingen i bagaget. Inget positivt resultat.

Fredrik visste vad han ville. Jobba. Men han behövde stöd och hjälp av en coach. Och det fick han i Tuna-projektet.

Från arbetsträning 12 timmar i veckan avancerade Fredrik till fast heltidsanställning. Från att vara väldigt blyg och tillbakadragen vågade han ta för sig mer och mer. Han fick mycket positiv feedback som gav en otrolig kick för Fredriks självkänsla.

Vid ett tillfälle frågande handledaren hur i hela världen han motiverade sig till att komma till denna skitiga arbetsplats när han ändå skulle få samma summa ersättning via försörjningsstöd om han valde att bara ligga hemma på soffan. Svaret kom omedelbart: *"Men här fyller jag ju en viktig funktion, jag gör nytta och jag har himla kul med kollegorna"*.

Det var en överlycklig man som ringde till sin coach och meddelade att han fått anställning och att detta hade firats med pizza och biobesök för honom och den lilla dottern – en lyx han inte hade unnat dem på många år.



Vi som fått ett nytt liv

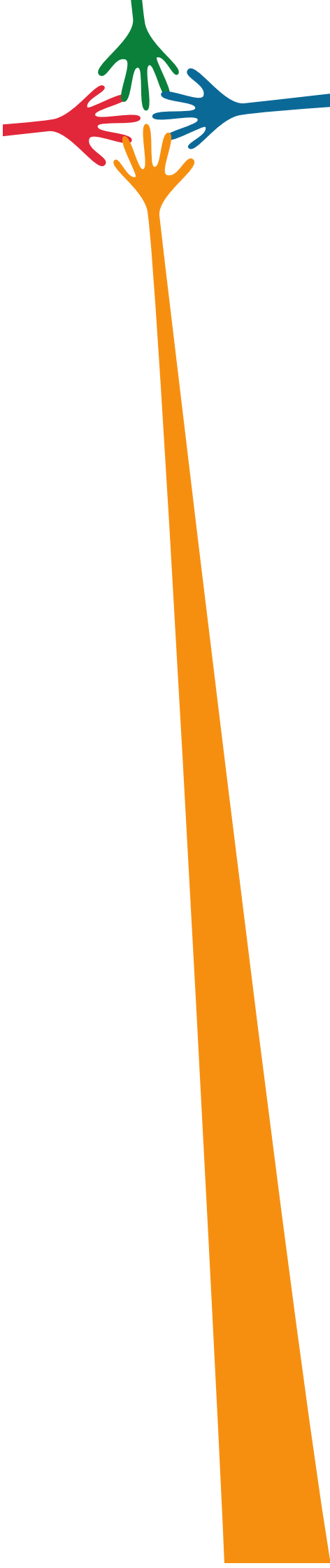
Jag kan inte – jo, jag kan.

Lotta

35 år, arbetslös i tio år, försörjningsstöd och några korta tillfälliga jobb. Migrän, ångest och depression. Uruselt självförtroende.

Genom Tuna-projektet fick Lotta en arbetsträningsplats på en badanläggning. Det hela gick över förväntan och efter bara några veckor så hade hon kommit in i jobbet, svarade själv i telefon, assisterade vid babysim, var en liten ”hus-tomte” på arbetsplatsen och skötte om alla småsaker som behövdes göras.

Men tyvärr kunde arbetsgivaren inte anställa. Ny arbetsträningsplats ordnades och där gick allt fort. Vips så stod hon i kassan och tog emot kunder och svarade på de mest kluriga frågorna utan att bli allt för stressad. Personalen i butiken såg vilken enormt duktig tjej de fått in. Och Lotta fick halvtidsanställning. Det var ett helt vanligt jobb utan bidrag från arbetsförmedlingen. Och Lotta tror på sig själv igen och **vet att hon kan.**



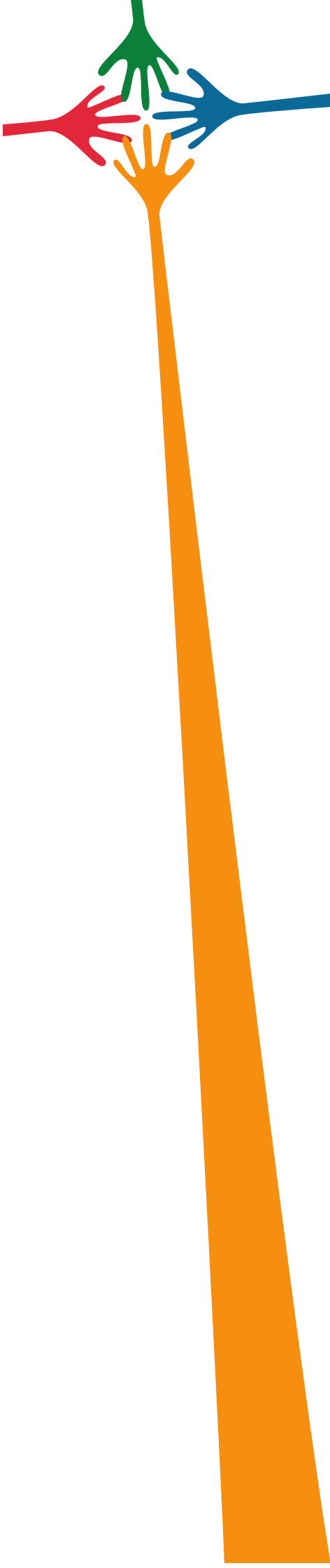
Vi som fått ett nytt liv

Jag kan inte – jo, jag kan.

Oscar

Efter gymnasiet hade han bara varit hemma under några år. Han hade problem med sociala situationer och med att kommunicera med andra. Men Oscar var både modig och klok och valde medvetet en arbetsplats där skulle få träna på just detta. En matbutik. Först var han där bara några få timmar i veckan och började med att plocka upp varor i hyllorna. Efter några månader bad han att få vara med och lära sig hur det går till i kassan. Oscar klarade även den biten efter en tids handledning.

Efter ca sex månaders arbetsträning via Tuna-projektet var Oscar igång på halvtid och nu har han en heltidsanställning, arbetar på schema och sitter i kassan lika mycket som övrig personal på arbetsplatsen.



Vi som fått ett nytt liv

Jag kan inte – jo, jag kan.

Karin

Karin 45-årig kvinna med psykiska och fysiska problem under många år

Många turer när Tuna-projektet sökte efter lämplig praktikplats. Karin tveksam, arbetsgivaren tveksam. Men efter en kort tid berättade arbetsgivaren att samtliga på arbetsplatsen var mycket glada över den administrativa avlastning Karin stod för och att arbetet utfördes på ett exemplariskt sätt.

Hon fick en anställning på halvtid och varaktig sjukersättning på den andra halvan. Karins reflektion efter sin rehabilitering via TUNA var: *"Tänk att jag kunde komma tillbaka till arbetslivet, det trodde jag aldrig men så har jag haft positivt stöd från TUNA och arbetsgivaren/kollegorna också"*.

A decorative graphic on the left side of the page. It features a blue horizontal line at the top that tapers into a long, vertical orange line. At the top of the orange line, four hands in red, green, blue, and yellow are shown holding the blue line. The orange line extends down to the bottom of the page.

Vi som fått ett nytt liv

Jag kan inte – jo, jag kan.

Krister

Psykiskt sjuk man. Sjukskriven i ett och ett halvt år. Började arbetsträna som fastighetskötare via Tuna-projektet.

Han var mycket uppskattad på arbetsplatsen och visade sig ha stora resurser både vad gäller yrkeskunnande och den sociala kompetensen som båda är viktiga för att arbetet ska fungera.

Efter några månader blev Krister heltidsanställd med lönebidrag. Nu haft sin anställning i över ett år, han har under den tiden även varit handledare för en annan deltagare som kom från Tuna-projektet.