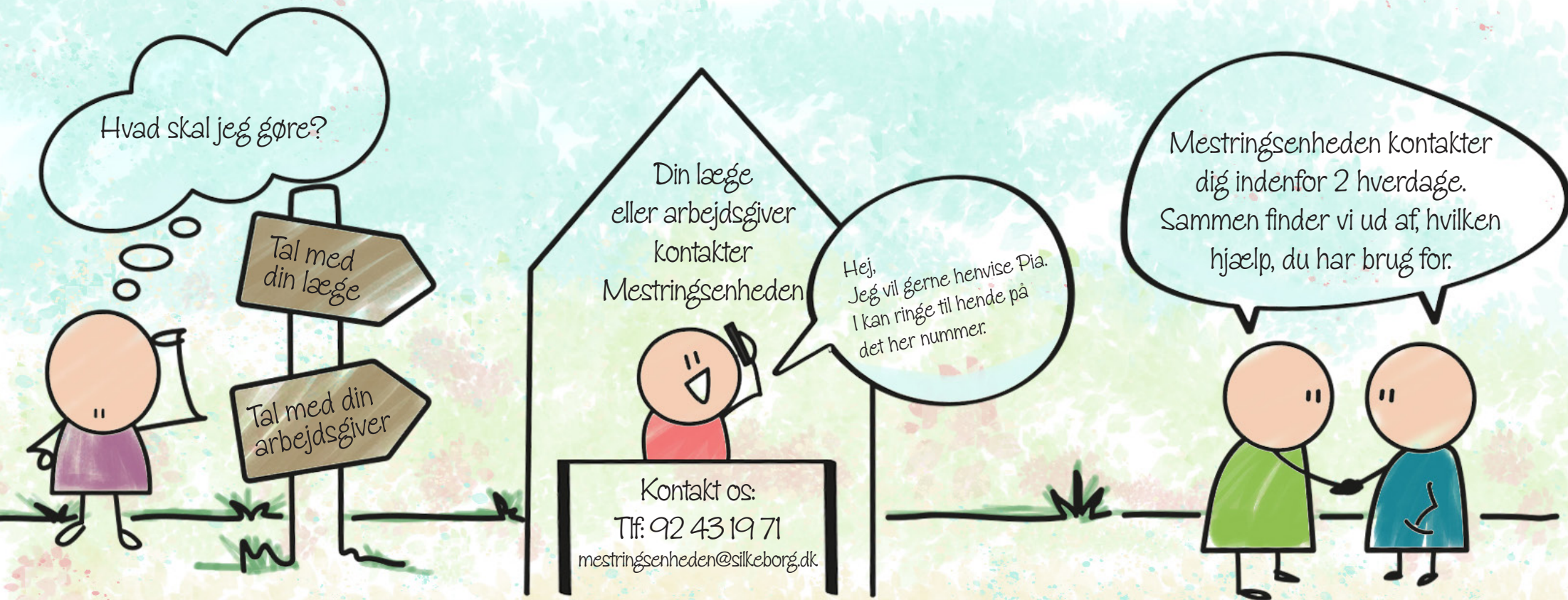




MESTRINGSENHEDEN

- Til dig, der er i risiko for eller lige er blevet sygemeldt



Mestringsenheden er en mulighed, hvis du bor i Silkeborg Kommune og...

- er i arbejde
- er i risiko for at blive sygemeldt eller lige er blevet sygemeldt (max 30 dage)
- taler og forstår dansk

Dog ikke, hvis:

- du har været sygemeldt i mere end 30 dage
- du har en behandlingskrævende psykiatrisk lidelse eller et aktivt misbrug

Gratis og anonymt

Hvem arbejder i Mestringsenheden?



Dorte Holm Hansen

- Uddannet fysioterapeut (1991)
- Har siden 1996 arbejdet indenfor beskæftigelsesområdet med sundhedsfremmende indsatser
- Efteruddannelse: ACT coach, Mindfulness instruktør, søvnvejleder, Body Awareness Therapy, somatisk traumeterapi, kognitiv terapi, smerteforståelse, funktionelle lidelser



Annette Rohde

- Uddannet fysioterapeut (1989)
- Har siden 1994 arbejdet indenfor beskæftigelsesområdet med sundhedsfremmende indsatser
- Efteruddannelse: ACT coach, Mindfulness instruktør, søvnvejleder, Body Awareness Therapy, somatisk traumeterapi, kognitiv terapi, smerteforståelse, funktionelle lidelser, erhvervede hjerneskader/hjernerystelser



Mette Løkke Mehlsen

- Uddannet fysioterapeut i (2001), bachelor i idræt (2006)
- Har siden 2006 arbejdet med sundhedsfremmende indsatser, og siden 2011 indenfor beskæftigelsesområdet
- Efteruddannelse: Lifecoach, kostvejleder, mindfulness Instruktør, kurser i ACT, smertevidenskab og funktionelle lidelser.



Janni Koue Søgaard

- Uddannet socialrådgiver (2006)
- Har siden 2006 arbejdet indenfor beskæftigelsesområdet med beskæftigelsesfremmende indsatser
- Efteruddannelse: Grundlæggende kognitive behandlingsformer, Stress- og trivselsvejleder, konfliktcoach/-mægler, kurser i psykiatriske diagnoser

mestringsenheden@silkeborg.dk · Tlf.: 92 43 19 71