

## Information för vårdpersonal

### Förebildscoacher för personer med ryggmärgsskada

*"På sjukhuset fick jag mycket stöd av teamet omkring, men efter hemkomsten kom verkligheten i fatt. Jag kände mig ensam, hade tusen frågor och var vilsen i min nya livssituation."*

Coachprojektet 2.0 är ett projekt som startade 1 september 2021 som kommer utbilda ett nätverk av förebildscoacher verksamma i hela landet.

Syftet med projektet är att ge personer som lever med en ryggmärgsskada en möjlighet till råd och stöd i sin nya livssituation för att kunna leva ett aktivt och meningsfullt liv.

Stödet erbjuds efter hemkomst från den primära rehabiliteringen, och därför är det viktigt att vården, rehab instruktörer och uppsökare från RG Aktiv Rehabilitering känner till och informerar om möjligheten att träffa en förebildscoach.

#### En förebildscoach har

- minst två års erfarenhet av att leva med egen ryggmärgsskada
- kommit så långt i livet att man själv är beredd att lyssna, inspirera och visa på möjliga vägar framåt
- sökt till projektet och efter intervju blivit antagen, genomgått och godkänts i projektets utbildning till Förebildscoach
- ett coachande förhållningssätt gentemot den nyskadade personen.

#### Matchning

Projektets koordinator matchar ihop förebildscoach med personen utifrån liknande livssituation, intressen, skade- och funktionsnivå samt ålder och kön. Framför allt sker matchningen utifrån de kriterier och frågor som är viktiga för den coachade personen.

#### Mötet

Under några tillfällen får personen möjlighet att tillsammans med sin förebildscoach jobba med sina mål. En uppföljning sker senare för att fånga upp personen och stämna av hur det har gått. Uppdraget sker på ideell basis och att träffa en förebildscoach är kostnadsfritt.

Projektet är ett samarbete mellan Personskadeförbundet RTP och RG Aktiv Rehabilitering.

Vill du veta mer kontakta: [karolina.anner@rtp.se](mailto:karolina.anner@rtp.se), 08-629 27 86, eller [madelaine.bille@rgaktivrehab.se](mailto:madelaine.bille@rgaktivrehab.se), 08-070 409 34 99.