

I job med førtidspension:

Mit arbejde er mindfulness for mig

Et meningsfyldt arbejde, gode kolleger og en forstående chef fik Michael Jørgensen ud af depression og medicin og ind i en sprudlende glæde ved livet. Vejen dertil: et kærligt, men bestemt skub fra Jobbankens konsulent.

TEKST Pernille Bonne FOTO Niels Åge Skovbo

Selvom arbejdsdagen starter kl. 06.00, bliver der danset, sunget og fløjtet, mens varerne finder vej til de rette hylder i butikken. Der er aldrig dårlige dage på arbejde for 47-årige Michael Jørgensen, der har ansvar for, at kunderne i REMA 1000 i Stavtrup ikke går forgæves efter mel, gryn, mandler og andre tørvarer.

Vægttab og livsglæde

Michael Jørgensen er førtidspensionist, arbejder i butikken på tredje år og er lige så stille trappet op fra ni til 12 timer med mere og mere ansvar og en foreløbig målsætning om 15 timer om ugen - og en plads bag kassen. Jobbet har han fundet med hjælp fra Jobbankens beskæftigelsestilbud, og for ham er der et stort lighedstegn mellem arbejde, livsglæde og livskvalitet.

Eller sagt på en anden måde:

”Jeg kommer ud, jeg møder andre mennesker, jeg bruger mine hænder, mit hoved og min krop. Jeg har tabt 24 kilo indtil videre; har lagt min kost om og er gået over til light-øl,” fortæller Michael

Jørgensen, der også har nået en anden skelsættende milepæl:

Ud af osteklokken

”De sidste fire måneder har jeg været helt medicinfri. Det er så fantastisk. Medicinen lukkede mit hoved helt ned, så nu er det som om jeg pludselig ser verden igen. Jeg tænker mere klart og kreativt



De sidste fire måneder har jeg været helt medicinfri. Det er så fantastisk.

MICHAEL JØRGENSEN

og har fået overskud til haven igen. Jeg er kommet ud af osteklokken!” smiler han.

Ikke for pengenes skyld

For 17 år siden lænsede en selskabstømmer hans anlægsgartner-virk-

somhed og i mange år efter var hans liv præget af depressioner og angst.

”Det er gået op og ned, og jeg var faktisk ved at gå helt fra snøvsen, da Erling nede fra Jobbanken en dag sagde til mig, at nu skulle jeg altså videre med mit liv. Og så sendte han mig herud.”

Hans chef, købmand Lise Leander, kalder butikken og dens medarbejdere for ’én stor Rema-familie, hvor man hjælper hinanden’ og det mærkes tydeligt.

”Lise plejer at sige: ”Uden jer, var der ingen butik”, og hvis lokummet brænder, så ringer hun altså, og så stiller jeg gerne op. Jeg er så utrolig glad for at være her,” siger Michael Jørgensen, der efter flere lignende jobs andre steder, ikke kan forestille sig et bedre sted at være.

”Jeg har tænkt mig at blive gammel her. Det giver så meget på kontoen,” siger han og tilføjer, at det ikke er pengene, han taler om: ”Det giver mig en voldsom tilfredshed at gå på arbejde hver dag. At være sammen med kolleger og kunder og at kunne udvikle mig. Jeg sover ganske enkelt godt efter en travl dag i butikken.” ■



**Michael Jørgensen
er førtidspensionist,
arbejder i butikken på
tredje år.**



**Jobbet har han
fundet med hjælp
fra Jobbankens
beskæftigelsestilbud,
og for ham er der et
stort lighedstegn
mellem arbejde,
livsglæde og
livskvalitet.**

**→ På næste side kan du læse
mere om hvordan du kommer
videre med Jobbanken**

HAVES:**Førtidspension og et sårbart sind****ØNSKES:****Et job på det almindelige arbejdsmarked**

Jobbanken i Aarhus hjælper førtidspensionister med psykiske lidelser tilbage i arbejde. Målet er et job på det ordinære arbejdsmarked, og kort fortalt bygger indsatsen på en helhedsorienteret model med fire tilbud:

→ **Vejledning**

Med fokus på den jobsøgendes jobønsker, erfaringer og evner. Understøttelse af jobsøgningsprocessen, herunder CV- og ansøgningssparring. Vejledningssamtalernes frekvens afhænger af den jobsøgendes behov, og har i princippet ikke nogen slutdato.

→ **Undervisning**

Kurser, workshops og forløb, der styrker den jobsøgendes kompetencer og klæder på til at varetage et job eller gå selvstændig med egen virksomhed. Undervisningen varetages primært af undervisere fra Aarhus Universitet.

→ **Idræt og sundhed**

Jobbanken tilbyder en bred palette af motionstilbud, der fremmer fysisk og mental sundhed, med relevans for arbejdsevnen, herunder fitness, badminton, floorball, svømning, yoga, vandre- og cykelture. Veluddannede idrætsundervisere forestår træningen, der er fordelt over de fleste af ugens dage.

→ **Netværksaktiviteter**

Mindst en gang om måneden afholder Jobbanken kulturelle arrangementer og aktiviteter, der har til hensigt at give gode oplevelser med vidensindhold, typisk integreret med bevægelse. Aktiviteter kan være alt fra endagsture til Himmelbjerget og Samsø eller til besøg på Moesgaard Museum, Tirpitz eller Horsens Statsfængsel.

Værd at vide om Jobbanken

Ved virksomhedskonsulent og vejleder i Jobbanken Erling de Jong Krarup

Hvad vil du?

Det er afgørende for at lave et godt jobmatch, at der tages udgangspunkt i vores jobsøgers interesser og ønsker. Det giver større tilfredshed med jobbet og længere jobforløb. Derfor er den jobsøgendes præferencer afgørende og styrende for hele jobsøgningsprocessen.

Styr på reglerne

Vi hjælper med at forklare vores jobsøgere, hvordan reglerne er omkring skånejob – hvor mange timer man må arbejde, hvordan lønindkomst evt. påvirker udbetalingen af førtidspension og andre offentlige ydelser. Vi tager os også tid til at forklare, hvordan man indberetter sin lønindkomst i sin skattemappe, så man ikke får et skattesmæk ved senere lejlighed.

Job på det ordinære arbejdsmarked, fordi...

Langt de fleste hellere vil ud på en almindelig arbejdsplads fremfor et beskyttet værksted eller lignende.

Målet?

At bidrage til et mere meningsfyldt og indholdsrigt liv hos psykisk sårbare førtidspensionister, gennem integration på arbejdsmarkedet i skåne- eller deltidsjob. Gennem en helhedsorienteret indsats er det vores målsætning at arbejde for en generel større livskvalitet i vores målgruppe.

For alle

Det eneste krav vi stiller for at benytte Jobbankens tilbud er et ønske om arbejde på det ordinære arbejdsmarked, og at man kan relatere sig til psykisk sårbarhed. Ingen bliver ekskluderet på baggrund af psykiatriske diagnoser, symptomer eller arbejdshistorik.

Hjælper virksomheder - for at hjælpe målgruppen

Til virksomhederne tilbyder vi hurtig og professionel rekruttering, vi understøtter hele ansættelsesprocessen, afholder opfølgningssamtaler, rådgiver om LAB-loven og smidiggør det administrative arbejde, der er forbundet med ansættelser i skånejob. en del af snakken, men vores fokus er på kompetencer.

Udbud og efterspørgsel

Virksomhederne efterspørger arbejdskraft, og selv få timers arbejde om ugen har stor værdi, såvel for jobtager som for virksomheden.

Du kan arbejde som førtidspensionist

Er du førtidspensionist med følsomt sind, og har du et ønske om at arbejde?

I Jobbanken fokuserer vi på dine styrker frem for begrænsninger, og hjælper med at finde det rigtige arbejde til dine ønsker.

Du får individuel vejledning, samt tilbud om uddannelse, idræt og netværksaktiviteter.

Vi holder en tæt kontakt til dig, både når du søger arbejde, og er i beskæftigelse.

Kontakt os i dag og hør mere.



"Jobbet som butiksansat er det bedste jeg har haft nogensinde"

- Henrik, Jobkunde