

## Belastbarkeitstraining

### Zielgruppe

Jugendliche und erwachsene Personen mit einer eingeschränkten Belastbarkeit auf Grund einer psychischen Beeinträchtigung oder einer anderen Einschränkung, die eine erhöhte Arbeitsfähigkeit anstreben.

### Schwerpunkte

Die Versicherten sollen in der Lage sein mehrheitlich an 5 Tagen pro Woche zu erscheinen und trotz Beschwerden motiviert am Arbeitstraining mitzumachen.

- Steigerung der Belastbarkeit (körperlich, psychisch, kognitiv)
- Steigerung der Sozial- und Selbstkompetenz
- Gewöhnung an den Arbeitsprozess
- Aufbau der Arbeitsmotivation
- Aufbau/Erhalt der Tagesstruktur bei einer Mindestpräsenzzeit von 4 Stunden pro Tag.

Dabei werden die versicherten Personen durch erfahrene Fachpersonen und Arbeitsagogen begleitet. Die Kriterien zur Erfüllung der Ziele werden in Zusammenarbeit mit der Eingliederungsfachperson der IV, der versicherten Person und der Fachperson Integration bei Eintritt vereinbart. Dies gilt als Anfangsmessung.

### Inhalt

Durch Instruktion und Übungen anhand arbeitsrelevanten Tätigkeiten in den Bereichen:

|                     |  |
|---------------------|--|
| <b>Wärchstatt</b>   | Aufträge von Firmen ausführen (montieren, kleben, stanzen, falten, sortieren, verpacken) |
| <b>Gärtnerei</b>    | Unterhaltsarbeiten, Floristik  |
| <b>Hauswart *</b>   | allgemeine Unterhalts- und Reparaturarbeiten   |
| <b>Wäscherei</b>    | mangeln, bügeln, falten etc.   |
| <b>Nähatelier *</b> | einfache Näh- und Flickarbeiten ausführen  |
| <b>Reinigung</b>    | Büroräumlichkeiten, Gebäude etc.   |
| <b>Cafeteria *</b>  | Buffetarbeiten, Service, Küche   |
| <b>Büro *</b>       | allgemeine kaufmännische Arbeiten  |
| <b>Wohnheim</b>     | Betreuung von psychisch kranken Bewohner/innen   |

weitere Trainingsmöglichkeiten in externen Firmen

\* je ein Trainingsplatz verfügbar

Es werden einfache Tätigkeiten bis hin zu komplexen Abläufen schrittweise eingeübt und gefestigt.

Ebenso wird eine Steigerung der Präsenzzeit von 2 auf 4 Stunden pro Tag während 5 Tagen pro Woche angestrebt.

Während des Einsatzes werden anhand regelmässiger Gespräche Zwischenmessungen durchgeführt. Am Ende des Einsatzes erfolgt ein Abschlussgespräch (Schlussmessung).

Die auftraggebende IV-Stelle entscheidet letztlich über das weitere Vorgehen.

**Kontaktadresse:**

**Solodaris Stiftung**

Fachbereich Integration  
Weissensteinstrasse 102  
4500 Solothurn

Telefon 032 628 35 90  
integration@solodaris.ch  
www.solodaris.ch