



**"Vi är väldigt glada över att kunna presentera Åsa Spängs som ny vd för Svenska Re"** säger Styrelseordförande Peter Lehnbon. Åsa har gedigen erfarenhet både från rehabilitering och som vd och Affärsområdeschef från den medicintekniska branschen. Där har Åsa framgångsrikt drivit och utvecklat olika affärskoncept, byggt framgångsrika team och bidragit med sina specialistkunskaper inom offentlig upphandling. Åsas stora intresse för forskning inom hälsa och träning matchar väl med Svenska Res fokus på utveckling inom

*Styrelseordförande Peter Lehnbon: "Välkommen och lycka till Åsa!"*

## *Ny ledning ger Svenska Re ny energi*

detta område. Jag hälsar Åsa varmt välkommen till Svenska Re och önskar henne lycka till med arbetet framöver.

### **Vd Åsa Spängs: "Jag är extremt glad!"**

- Jag är extremt glad för att fått förtroendet att leda Svenska Re in i en ny tidsepok. Företag och samhälle är i ett stort behov av kostnads-effektiva rehabiliteringstjänster. Svenska Re vill fortsätta vara en genuin och pålitlig samarbetspartner till våra medlemsföretag och som leverantör till våra regioner.

- Jag ser många möjligheter att utveckla Svenska Re och planerar tillsammans med vårt team att bredda erbjudandet och utveckla program i linje med våra medlemmars önskemål. Extra spännande är därför våra nya program för Elitidrottare i omställning och "Kom-igång-träning" för dig som vågar vara nybörjare.

Svenska Res värderingar utgör grunden i vår verksamhet och våra medarbetares dagliga engagemang gör skillnad och är en absolut förutsättning för vår framgång. Vid mitt första besök på Svenska Re på Gran Canaria blev jag imponerad både över teamets professionella arbetssätt och av den miljö som känns som en stor lugn oas där våra deltagare får rehabilitering utifrån sina specifika förutsättningar.

### **Om Åsa**

Åsa är utbildad sjukgymnast och ekonom och har lång erfarenhet inom försäljning och marknadsföring, framförallt inom Medicinteknikbranschen. Hon bor i Stockholm med sambo, har två vuxna barn och har just fått sitt första barnbarn. Fritiden tillbringar Åsa gärna utomhus med olika friluftaktiviteter som paddling, skidåkning och golf.

## *10 snabba frågor till Åsa!*

### **1. Beskriv dig själv med tre ord?**

Positiv – orädd – uthållig

### **2. Har du bra självförtroende?**

Ja, hyfsat i alla fall om jag jämför med hur det var när jag var yngre. Ju äldre jag blir desto tryggare blir jag i mig själv och det känns bra!

### **3. Nämn tre saker på din att-göra-lista?**

Att-göra-lista-i-livet: lära mig spanska (kan behövas på Gran Canaria), resa runt i Indien och hinna läsa fler böcker (minst 10 i hög på sängbordet!)

### **4. Ett boktips?**

Educated av Tara Westover. En gripande historia om ett nutida livsöde där huvudpersonen till slut får revansch.

### **5. Din absolut sämsta egenskap?**

Jag är en sann tidsoptimist vilket kanske kan stressa många och ibland kör det ihop sig. ...och din bästa? Jag nog ändå ganska omtänksam.

### **6. Vad stör du dig på hos andra?**

När människor inte försöker vara sociala och trevliga.

### **7. Favoritplats?**

Stranden – som ger lugn och harmoni – det finns många underbara stränder där man kan känna sanden mellan tårna och höra vågorna.

### **8. Vilken superkraft skulle du vilja ha – vara osynlig eller kunna flyga?**

Jag är väldigt nyfiken så jag tror jag skulle välja osynlig.

### **9. Utifrån din erfarenhet – vad är orsaken till att strategier misslyckas?**

Strategier misslyckas aldrig, det är genomförandet av strategierna som misslyckas. En strategi innehåller lite kortfattat tre saker: 1. Nuläge 2. Framtida behov 3. Genomförande

### **10. Hur bygger man ett bra team?**

En stark gemenskap och lagkänsla är en av hemligheterna bakom framgångar. Ett ledarskap som visar på vikten av att ha en tydlig plan och att ingen är större än teamet. 1+1=3.



*Unika resultat vid internetbehandling av lärare på Svenska Re*

Lärare är den mest utsatta yrkesgruppen att drabbas av utmattningssyndrom. Det är i sin tur en grundläggande orsak till långtidssjukskrivning. Ingen enskild rehabiliteringsmetod har ännu kunnat visa någon övertygande effekt, förrän nu.

Genom att kombinera multimodal rehabilitering i internetform, kollegiala gruppsamtal och aktiv uppföljning, har sjukskrivna lärare med utmattningssyndrom visat tydliga förbättringar när det gäller återgång till arbetet. Läs hela artikeln på Svenska Res hemsida.



## NYHET: KOM-I-GÅNG! TRÄNINGSVECKA MED JESSICA PARNEVIK

Välkommen till en träningsvecka på Svenska Res anläggning på varma och soliga Gran Canaria, där fysioterapeuten Jessica Parnevik finns på plats för att ge dig verktyg och inspiration för att hitta träningsglädje och goda vanor.

Med dig hem får du en konkret handlingsplan för hur just du ska förbättra din hälsa och hitta motivationen för att fortsätta träna. Oavsett om du är nybörjare eller mer rutinerad inom träning, lovar vi dig en energifylld och givande vecka där du får röra på dig utifrån dina förutsättningar i en trygg och inspirerande miljö. Under veckan finns möjlighet att få professionell och individuell hjälp med att lägga upp ett kostprogram och för att nå dina träningsmål. Välj din träningsvecka med start den 30 november eller den 11 januari.



Svenska Re teamet på anläggningen i San Agustin på Gran Canaria.

*”Det har jag aldrig provat förut, så det klarar jag säkert”*

*Pippi Långstrump*

### Hockeyproffset Andreas:

*”Jag fick en ny-tändning på Svenska Re”*

**Som hockeyproffs har Andreas Engqvist, 31 år, drabbats av många smällar med hjärnskador och nackrelaterade problem som följd. När han väl kom till Svenska Re var han öppen att testa allt.**

Andreas blev proffs redan som 18-åring och tycker fortfarande att spela hockey är det roligaste som finns. Hemmalaget är Djurgården. Tidigare har han spelat NHL-hockey i bland annat Montreal Canadiens och gjort tre landskamper med Tre Kronor. Efter många tuffa och skadedrabbade år började problemen kännas alltför stora och svårhanterliga för Andreas.

- Jag blev erbjuden att åka ner till Svenska Re på Gran Canaria för två veckors rehabilitering genom mitt spelarfack. Jag förväntade mig inga mirakel, men tänkte att det kunde göra gott att komma iväg till en solig och avslappande miljö, säger han. Men det blev mer än så; en nytändning som gav extra energi. Andreas testade allt som erbjöds.



©Bildbyrån

- Även om det var mer motionsinriktad träning än vad jag är van vid, så fungerade det utmärkt för mig i det här läget, säger Andreas som redan första dagen kände att han gick ner i varv, vilket varade under hela vistelsen. Andreas fick en handlingsplan med sig hem. Det handlar mycket om planering i vardagen, som till stor del består av rehabaktiviteter.

-Det är svårt att sja om framtiden. Nu har jag fokus på att bli bättre, och jag tar alla de pauser som behövs. Det bästa som jag fick med mig hem från Svenska Re var alla tips och råd som jag använder mig av dagligen och handlingsplanen fungerar utmärkt, avslutar Andreas.

### DU VET VÅL ATT...

Alla rehabiliteringskostnader på Svenska Re, såväl vistelsen som resan, är avdragsgilla för dig som arbetsgivare? Och om din medarbetare omfattas av sjukförsäkringen AGS och AGS-KL, eller av efterskyddet i försäkringen, kan du få upp till halva kostnaden finansierad.

### VILL DU VETA MER?



Anmäl dig till vårt digitala nyhetsbrev på [svenska-re.se](mailto:svenska-re.se)



Läs mer och ta del av senaste nyheterna på [svenska-re.se](http://svenska-re.se)

Kontakta oss på [info@svenska-re.se](mailto:info@svenska-re.se) eller 08-20 55 10.

### Svenska Re

Artillerigatan 6, 114 51 Stockholm  
Tel: 08-20 55 10, [info@svenska-re.se](mailto:info@svenska-re.se)

Rocas Rojas 35100 San Agustin  
Gran Canaria, Spanien  
Tel: +34 928 76 17 01

Svenska Re erbjuder tjänster för att möta företags och organisationers behov av kostnadseffektiva och fungerande metoder för att medarbetarna ska återfå, behålla och förbättra hälsa och arbetskapacitet.