

NEWSLETTER WDpF

NUMER 11

27-31 lipca 2020

To już jedenasty numer Newslettera! Przeczytasz w nim m. in. o tym, czym jest wellness, o bieżącej działalności sekcji, biurą, stowarzyszenia i całego Domu-Klubu, a także o osobie ważnej dla historii WDpF-u. Poza tym, członkini SZE dzieli się rozdziałem przetłumaczonej przez siebie książki, a na ostatniej stronie – jak zawsze – znajdziesz harmonogram wydarzeń na ten tydzień. Miłej lektury!

Redakcja

Nasze Stowarzyszenie

Danuta, Księgowa Stowarzyszenia / WDpF terminowo wysłała do Urzędu Skarbowego deklarację CIT-8 za rok 2019.

Sekcja Obsługi Domu

Często w Domu-Klubie słyszy się obco brzmiące słowo **WELLNESS**. Najczęściej - w Sekcji Obsługi Domu, która zajmuje się szeroko pojętym zdrowiem. Wellness to stan optymalnego zdrowia, które obejmuje coś więcej niż brak choroby; to stan dobrego samopoczucia, związany z dobrą

jakością życia we wszystkich jego obszarach. (Definicja na podstawie materiału ze strony internetowej fundacjawellness.pl)

Wellness, czy po prostu zdrowy styl życia, obejmuje sześć obszarów:

- Fizyczny
- Umysłowy
- Emocjonalny
- Duchowy
- Społeczny
- Środowiskowy



Źródło: <https://globalwellnessinstitute.org/>

Czasem można spotkać także dwa dodatkowe:

- Finansowy
- Zajęciowy/zawodowy

Oczywiście dla optymalnego zdrowia ważne jest, żeby zadbać o każdy z tych wymiarów. Tutaj przykład tego, jak o niektóre z wymiarów

zdrowego stylu życia zadbał Członkowie naszej sekcji.

Dla Roberta pomocne jest uczestniczenie w zdalnych spotkaniach Domu-Klubu.

„Lubię być na bieżąco, wymiana myśli, spokojniejsze życie w czasie pandemii, miła atmosfera rozmów. To właśnie można znaleźć w WDpF-ie. Pozdrawiam, Robert”

Paweł niedawno zaczął nową pracę, a niektóre popołudnia przeznaczają na swoje zainteresowania.

„Chodzę od trzech tygodni na ceramikę. Bardzo mi się podoba. Ulepiłem już trzy garnuszki i dałem je do wypalenia. Na ceramice poznaję wielu ciekawych ludzi. Poznałem sympatyczną znajomą, lepi z gliny zwierzęta.”

Może w kolejnych numerach Sekcja Obsługi Domu opíše bardziej szczegółowo na czym polegają poszczególne wymiary. Na razie zachęcamy Was do samodzielnych poszukiwań informacji na temat zdrowego stylu życia.

Uwaga! Niestety w sierpniu Ola z SA nie będzie mogła prowadzić

w poniedziałki i środy gimnastyki. SOD poszukuje osób, które chciałyby poprowadzić gimnastykę raz na jakiś czas albo częściej, to zależy od preferencji. Gimnastyka szczęśliwie utrzymuje się w naszym stałym harmonogramie działań, pojawiają się na niej nowe osoby, często jest też pretekstem do rozmów o sporcie, zdrowym stylu życia, wymiany informacji na temat tego, jak i co ćwiczyć :)

Materiał przygotowała Ola Ka we współpracy z Robertem i Pawłem z SOD.

Sekcja Zatrudnienia i Edukacji

Czy wiesz, że... „W 1995 roku w wydawnictwie PWN ukazała się przetłumaczona przeze mnie książka pt. „Zdrowie, Szaleństwo i Rodzina” autorstwa Ronalda Davida Lainga i Aarona Estersona. Przeczytałam tę książkę w 1991 roku i bardzo mnie ona zainteresowała. Niektóre historie wydały mi się podobne do historii mojej choroby.

Postanowiłam ją przetłumaczyć na język polski. Zamieszczam jeden rozdział w PDFie pod [tym linkiem](#).

Monika

Czy zmieni się brzmienie i znaczenie Międzynarodowych Standardów Modelu Domu-Klubu?

Społeczność Domów-Klubów zbliża się do finalizacji kolejnej edycji zmian w Standardach (Standards Review). Domy-Kluby zgłosiły aż 24 propozycje zmian, ale większość z nich nie uzyskała poparcia lub uzyskała niewielkie poparcie naszej międzynarodowej społeczności. Do połowy września mamy przekazać nasze stanowisko odnośnie dwóch

propozycji, które uzyskały największe poparcie:

1) pierwsza zmiana dotyczy zobowiązania Domów-Klubów na całym świecie do posiadania - poza nazwą, adresem oraz numerem telefonu- także adresu e-mail (my nie osiągnęliśmy konsensusu podczas wcześniejszych dyskusji);

2) druga zmiana to zmniejszenie minimalnego czasu pracy w Zatrudnieniu Przejściowym z 15 do 12 godzin tygodniowo (my byliśmy przeciwni tej zmianie).

Cieszymy się, że bierzemy aktywny udział w międzynarodowym dialogu dotyczącym Standardów i jesteśmy bardzo ciekawi ostatecznej decyzji odnośnie zmian w tych dwóch Standardach.

Marta

Sekcja Administracji

Wspominamy Anse Leroy...

Pomyślałem sobie, że jestem członkiem WDpF od długiego już czasu i wiele wiem na temat jego historii. Stwierdziłem, że warto poruszyć tematykę naszych najbliższych z Warszawskiego Domu pod Fontanną i nie tylko, bo także z organizacji Clubhouse International (która kiedyś miała skrót ICCD), do której należała nasza ukochana Anse Leroy . Nigdy nie zapomnę Anse, bo dzięki niej mamy własny Dom-Klub. W okresie, gdy powstawał, Anse często przyjeżdżała. Chętnie wtedy przychodziliśmy, wielu z nas brało udział w różnych rzeczach, mogliśmy się wzajemnie spotykać, wymieniać kontakty między sobą. To właśnie nasza Anse Leroy , zresztą już dawno nieżyjąca, ale pamiętana przez wielu członków, stała się współzałożycielką Warszawskiego Domu pod Fontanną.

Już dawno temu byłem za propozycją, aby nasz Dom-Klub był jej imienia.

Andrzej



Anse, Iwona, Kasia i Andrew w WDpF, 2009

Anse to przede wszystkim uśmiech - na powitanie, albo wtedy, gdy człowiek myślał, że wszystko się wali. 'Everything is in order' mawiała wtedy Anse, co w połączeniu z tym uśmiechem faktycznie powalało, ale nie człowieka, tylko tę skłonność do załamki. Długi WDpF? - A kto zaczynał bez długów? Czyjeś oskarżenia, np. że nasz Dom-Klub to sekta? - Zawsze jak się coś konkretnego robi, ma się zwolenników i przeciwników! I tak dalej, i tak dalej... Bardzo Cię brakuje, kochana Anse. Ja również, podobnie jak Andrew, byłabym szczęśliwa mogąc nazwać kiedyś Dom imieniem Anse. Może pomyślimy o tym w okolicy naszych 20 urodzin?

Kasia

Spotkania Sekcji Administracji

odbywają się zupełnie regularnie, tydzień w tydzień, w poniedziałkowe i czwartkowe popołudnia. W zeszłym tygodniu zajmowaliśmy się przede wszystkim finalizacją zaczętych

działań – przygotowania listu do Bogdana oraz paczki do Pawła. Wygląda na to, że wyślemy je w najbliższych dniach. Poza tym, pracowaliśmy nad wydaniem Newslettera, który trzymacie teraz w rękach (widzicie na ekranach?), przygotowaliśmy się do Zebrania Generalnego, a także poczyniliśmy pierwsze kroki do wznowienia okresu orientacji dla osób zainteresowanych członkostwem w WDpF. Zapraszam wszystkich członków i członkinie SA do zajrzenia na nasze spotkanie, przez Skype lub telefonicznie, bo w tych wszystkich działaniach przydałoby się nam wsparcie :)

Jacek

Projekt „Mój cel? Samodzielność!”

W najbliższy piątek 7 sierpnia o godz. 10:00 Grupa Wspierająca MCS spotka się na Skype, żeby porozmawiać o organizacji pierwszego zdalnego spotkania warsztatowego z Partnerami projektu. Celem warsztatów będzie wymiana doświadczeń w zakresie zdeterminowanej pandemii współpracy w instytucjach i placówkach z uwzględnieniem zdalnego wspierania w osiągnięciu celów indywidualnych w tym m.in. realizowanego w WDpF modelu konsultacji koleżeńskich.

Jakub

Wieści z Biura WDpF

Podsumowanie Zebrania Generalnego z dnia 31.07.2020 r.

Prowadząca: Ola Ka., Notowali: Marta i Tadeusz L.

Uczestnicy: Kasia, Sylwek, Ryszard, Mirek, Tadeusz L., Tadeusz S., Paweł B, Konrad.

Wniosek dotyczący objęcia patronatem przez WDpF cyklu webinarów “Po co psychiatrii filozofia?” organizowanych przez Fundację Otwarte Seminaria Filozoficzno-Psychiatryczne.

Wszystkie Sekcje i Biuro zgodziły się, aby WDpF objął patronatem wspomniane wydarzenia, czyli wniosek został przyjęty.

Uszczegółowienie wniosku SZE w sprawie spotkania rekreacyjno-towarzyskiego.

Limit osób na spotkanie rekreacyjno-towarzyskie to 15 osób (w tym dwóch pracowników). Obowiązują zapisy telefoniczne. Start zapisów jest 14 sierpnia od godziny 11:00. Dzwonimy na numer Sekcji Zatrudnienia i Edukacji: 518-580-898. Pojawiły się prośby, aby doprecyzować dwie kwestie:

- czy i gdzie organizujemy zbiórkę?
- co robimy, jak będzie padało?

Mamy do tych dwóch kwestii wrócić na spotkaniach sekcji, spotkaniach śniadaniowych i po raz kolejny uzupełnić wnioski na ZG.

Ogłoszenia indywidualne: Monika - odda sprawną drukarkę (działa, trzeba sobie tylko wgrać sterowniki). Krystyna z SZE - pouczy kogoś z członków francuskiego, łaciny, rosyjskiego, biologii, chemii przez Skype lub Messengera, jeśli ktoś jest chętny można zgłaszać się do SZE lub

swojej sekcji. Paweł - poszukuje laptopa.

O rekrutacji nowego pracownika.

Komisja w składzie: Agnieszka, Jakub, Mirek, Kasia, Marta, Piotr Sz. przeczytała 26 zgłoszeń kandydatów. Zdecydowaliśmy, że pracownik ma w zdecydowanej większości angażować się w działania SZE, a w konkretnych kilku zadaniach wspierać również SA. W związku z tym w rozmowach kwalifikacyjnych (póki co poznaliśmy osobiście dwie kandydatki i jednego kandydata) biorą udział Marta, Agnieszka i Piotr. Dla Piotra i Agnieszki to pierwszy raz w komisji, co nie przeszkodziło w wymyśleniu interesujących pytań, dzięki którym usiłujemy lepiej poznać przyszłego pracownika WDpF.

Kontrola z Biura Kontroli Urzędu Miasta m.st. Warszawy.

Po ponad 4 miesiącach przerwy spowodowanej pandemią koronawirusa wznowiona została kontrola naszej umowy na Klub Samopomocy za rok 2019. Będzie trwała do 26 sierpnia. Razem z Kasią i Danusią dostarczamy wymagane dokumenty panu prowadzącemu kontrolę. Jesteśmy w gotowości do dalszych działań, jeśli będą konieczne.

Urlopy w pełni.

Ola De kontynuuje urlop do 4.08. włącznie, a Danusia do 10.08. Marta rozpoczyna urlop 5.08. i wraca 17.08., a Kasia zaczyna 17.08 i wraca 7.09. Czasami zdarzają się też pojedyncze dni urlopów, o których decydujemy z dnia na dzień :) Jak widzicie sporo angażujących spraw w Biurze – możemy być mniej dostępne w SA i SZE. Prosimy o wyrozumiałość :)

W imieniu Biura - Marta

PON, 3.08**Poranna gimnastyka***(skype)*

10:15–10:45

Spotkanie SZE*(skype)*

11:00–12:00

Spotkanie SA*(skype)*

16:00–17:00

WT, 4.08**Spotkanie śniadaniowe***(Skype)*

9:20–10:20

Spotkanie SOD*(skype)*

15:15–16:00

Wieczór wtorkowy*(skype)*

17:30–19:00

ŚR, 5.08**Poranna gimnastyka***(skype)*

10:15–10:45

**Podstawy Języka
Migowego***(skype)*

15:00–15:45

**Angielski
z Thorkildem***(zoom / tylko dla osób
zapisanych)*

15:00–16:00

**Webinar Clubhouse
International***(zoom)*

16:00–17:00

CZW, 6.08**Spotkanie śniadaniowe***(Skype)*

9:20–10:20

Spotkanie SOD*(skype)*

14:15–15:00

Spotkanie SZE*(skype)*

15:00–16:00

Angielski**z Thorkildem***(zoom / tylko dla osób
zapisanych)*

16:00–17:00

Spotkanie SA*(skype)*

16:00–17:00

PT, 7.08**Zebranie Generalne***(skype)*

14:50 – 16:00

Wszystkie wydarzenia odbywają się zdalnie. Więcej informacji na ich temat uzyskasz w swojej Sekcji.

W swojej Sekcji możesz też zaproponować umówienie się na indywidualne spotkanie w WDpF.

Telefony Sekcji w tym tygodniu odbierają: SA – Kasia, SOD – Ola K., SZE – Marta.