

# NEWSLETTER WDPF

NUMER 18

14 – 18 września

W osiemnastym numerze „Newslettera WDPF” przeczytasz m. in. o planach „rekreacyjnych” na ten tydzień (wtorek i sobota!), bieżących działaniach Sekcji, Biura, władz stowarzyszenia oraz w ramach projektu „Mój Cel? Samodzielność!”. Na ostatniej stronie znajdziesz harmonogram. Zapraszamy do lektury!

Redakcja

## Nasze Stowarzyszenie

Rada Koordynacyjna Stowarzyszenia Zespół Regionalny Koalicji na Rzecz Zdrowia Psychicznego zaprasza na Walne Zebranie Członków Stowarzyszenia, które odbędzie się w środę 23 września 2020 roku o godz. 16:30. Drugi termin Walnego Zebrania Członków (w przypadku braku quorum) ustala się na środę 23 września 2020 roku o godz. 17:00. Zebranie Generalne odbędzie się na zoomie. Link i dane potrzebne do uczestnictwa zostaną wcześniej przesłane członkom Stowarzyszenia mailowo oraz zostaną opublikowane na Facebooku i stronie [www.wdpf.org.pl](http://www.wdpf.org.pl)

Mirosław Horbaty – Przewodniczący Rady

## Sekcja Administracji

W tym tygodniu **poniedziałkowe spotkanie Sekcji Administracji** zacznie się o godzinie 15:45, a nie o 16:00.



W piątek w SA Tadeusz, Andrew, Kasia i Jacek odwalili kawał dobrej roboty! :)

**Zapraszamy na "górski wieczór wtorkowy" 22 września!** Kasia i Tadeusz będą co prawda na całkiem nizinnych Nowolipkach, ale z opowieściami i zdjęciami z górskich przygód. Jeśli chcesz dołączyć "fizycznie" - daj znać, jeśli zdalnie - dołącz do wydarzenia na skajpie (będziemy od 17:20).

Tadeusz i Kasia

## Technologie cyfrowe.

Hybrydowe działania Domów-Klubów, łączące pracę stacjonarną i zdalną, rodzą wiele pytań dotyczących tego, jak “zabrać się” do tej drugiej. Przecież dotychczas spędzaliśmy większość życia doskonaląc swoje umiejętności w zakresie komunikacji i współpracy

bezpośredniej, osobistej, face-to-face. Zdalna współpraca - za pomocą telefonów, komputerów, internetu, chmury, zooma czy skajpa - niesie za sobą wiele wyzwań: trudność w dostępie do odpowiednich narzędzi, brak umiejętności, czy wreszcie obawa przed nowym, nieznanym.

Uczestnicy środowego webinarium współorganizowanego przez Clubhouse International, Academy at Glengary i szwedzką koalicję Domów-Klubów byli zgodni w kwestii tego, że wyzwaniom tym warto stawić czoła. Podobnie jak ja, dostrzegają bezdyskusyjną wartość zdalnej komunikacji i współpracy, pozwalającej wyjść ponad ograniczenia związane z brakiem możliwości przybycia do Domu-Klubu w danym momencie. Drugą korzyścią płynącą z poznawania nowoczesnych technologii jest zdobycie kompetencji często obecnie niezbędnych nie tylko na rynku pracy, ale także po prostu w życiu.

Jeden z członków Domu-Klubu na Florydzie podzielił się ich podejściem do wdrażania nowych technologii. Należy to robić zaczynając z miejsca, w którym się jest, małymi krokami, bez rewolucji, z jak największym wykorzystaniem potencjału członków i pracowników. Szwedzkie Domy-Kluby podeszły do tego od nieco innej strony, już rok temu zaczynając pracę

nad współfinansowanym ze środków unijnych projektem cyfryzacji Domów-Klubów. Jego cele to rozwój umiejętności informatycznych wśród członków w celu poprawy ich sytuacji na rynku pracy, rozwój sieci kontaktów pomiędzy D-K w krajach nordyckich, co pomoże w wymianie informacji i umiejętności, a także wzmocni rolę ruchu D-K, jeśli chodzi o wpływ na lokalne i międzynarodowe podejście do wsparcia osób w kryzysie zdrowia psychicznego.

Jacek

O refleksje możesz też pytać Martę i Kasię, które również uczestniczyły w webinarium.

## Sekcja Obsługi Domu

Sobota  
Rekreacyjno-  
Towarzyska w  
ogrodzie  
botanicznym!



**Sobota Rekreacyjno-Towarzyska w Ogrodzie Botanicznym w Powsinie.** 26 września SOD wspólnie z Pawłem z SZE organizują wspólną wycieczkę do Ogrodu Botanicznego w Powsinie i spacer po jego terenie. Wydarzenie trwa od 11:00 do 16:00. Miejscem zbiórki będzie pętla autobusowa przy stacji Metra Wilanowska – przystanek autobusu 139. Spotkamy się tam o godzinie 11:00, o godz. 11:20 odjeżdżamy autobusem. Bilety autobusowe każdy załatwia sobie we własnym zakresie.

W wydarzeniu może wziąć udział 15 osób. **Obowiązują osobiste zapisy – pod telefonem SOD (508 492 762) i e-mailem a.drabot@wdpf.org.pl.** Zapisy zaczynają się w poniedziałek

21.09 od godziny 10:20 i trwają do piątku 25.09 do godz. 14:00.

Obowiązywać nas będą takie zasady bezpieczeństwa, jakie będą wówczas przyjęte przez Ministerstwo Zdrowia. Na ten moment zasady bezpieczeństwa mówią, że albo utrzymujemy 2 metry odległości, albo mamy na sobie maseczki. Regulamin Ogrodu również zaleca zachowanie bezpiecznej odległości.

Ceny biletów wstępu: normalny - 15 zł, ulgowy - 10 zł. Osoby, które posiadają legitymację os. niepełnosprawnej lub inny dokument poświadczający orzeczenie o niepełnosprawności, zachęcamy do wzięcia go ze sobą – może to wpłynąć na obniżenie ceny biletu. Bilet każdy kupuje sobie we własnym zakresie.

WDpF zapewni maseczki. Każdy może wziąć ze sobą coś do picia/jedzenia/przekąszenia. Na miejscu jest kawiarnia z opcją na wynos, więc można też sobie coś w niej zakupić we własnym zakresie.

Ustaliliśmy, że Planem B - na wypadek załamania się pogody - będzie seans filmowy w Multikinie przy metrze Imielin. Organizatorzy poinformują osoby zapisane na wydarzenie o ew. zmianie planu w piątek, 25 września.

*Przygotowały: Ola Ka i Ola De na podstawie wniosku SOD i Pawła z SZE dot. soboty rekreacyjno-towarzyskiej.*

## Wieczór wtorkowy 28.08.2020.

Na wieczorze wtorkowym gościliśmy zespół Teatru Kryzys. Goście wprowadzili nas w temat swojej pracy, to znaczy wszyscy stwierdzili, że jest to zajęcie wciągające i wyjątkowe. Daje ono osobistą wolność i możliwość własnej interpretacji danej sztuki. Goście poznali dzięki opowieściom Piotra czym jest i jak działa WDpF. Wieczór wtorkowy minął w miłej atmosferze wspólnych konwersacji i wymiany doświadczeń ze strony WDpF i gości z Teatru Kryzys.

Sylwek

## Sekcja Zatrudnienia i Edukacji

**Jeśli dobrze liczymy...** w SZE jest 168 członków i członkiń. To całkiem pokaźna grupa osób, z którymi chcemy i lubimy być w kontakcie. E-maile, telefony, listy, wiadomości na Skype i na Facebooku krążą w różnych kierunkach, a rozmowy to nie tylko standardowe „co słychać?“, ale też dzielenie się naszymi zainteresowaniami. Tak właśnie dowiedziałam się, że Laurent lubi fotografować. Piszę o swojej pasji tak: *„Od kilku lat mieszkam na południu Polski, na Podkarpaciu. Lubię spacerować po pagórkach, polach i lasach i fotografować przede wszystkim krajobrazy: to samo miejsce może mieć zupełnie różne oblicza w zależności od pogody, pory roku i dnia. Wybrane ujęcia są często odzwierciedleniem stanu duszy: czasem nieco groźne i ciemne, kiedy jestem przepętniony lękiem, czasem bardziej pogodne i wielobarwne. Widzę przyrodę jako wielką, zachwycającą świątynię!”*





Jeśli nie chcesz czekać, aż SZE odezwie się do Ciebie, odezwij się do SZE! Numer telefonu naszej sekcji to 518-580-898, a e-maila:

AGNIESZKA [a.gajewska@wdpf.org.pl](mailto:a.gajewska@wdpf.org.pl),  
JULIA [j.glowacka@wdpf.org.pl](mailto:j.glowacka@wdpf.org.pl),  
MARTA [m.wybranowska@wdpf.org.pl](mailto:m.wybranowska@wdpf.org.pl).

*Marta i Laurent*

**Listy do członków SZE.** W tym tygodniu zajmowaliśmy się pisaniem listów do członków, z którymi dawno się nie widzieliśmy i z którymi z różnych powodów nie możemy skontaktować się telefonicznie ani mailowo. Umieściliśmy w nich informacje o tym, jak aktualnie działamy, jak można się z nami skontaktować oraz zasygnalizowaliśmy, jak ważne jest dla nas podtrzymanie kontaktu. Poniżej opinia Ani, która brała czynny udział w pisaniu listów: *„Było mi bardzo miło uczestniczyć w powstawaniu tych listów, bo pozwala to być w kontakcie z większą liczbą osób, czego bym sobie życzyła.”*

Mamy nadzieję, że listy od nas spodobały się odbiorcom i że uda nam się odnowić kontakty!

*Julia i Ania*

**Dobre wieści o Zatrudnieniu Przejściowym.** Kasia, Marta i Agnieszka spotkały się w WDpF z reprezentantami Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia dla Dzielnicy Wola – panią Naczelniczką Anną Celińską-Ziarek oraz panem Wojciechem Piętką, p.o. Kierownika Referatu Rozwiązywania Problemów Społecznych. Po wyczerpującej rozmowie o działaniu Domu-Klubu i Wydziału w obecnych czasach, przeszliśmy do oczekiwanego tematu – Zatrudnienia Przejściowego. Trzymając nerwowo kciuki pod stołem, wyczekiwaliśmy momentu, gdy pani Naczelniczka przekazała nam dobre wieści – Zatrudnienie

Przejściowe w Wydziale będzie kontynuowane!

Po odetchnięciu z ulgą, mogliśmy z uśmiechem przejść do omawiania szczegółów. Pierwszeństwo w ZP ma Jacek, który nie dokończył swojego cyklu z powodów pandemii. Wydział będzie gotowy do wznowienia Zatrudnienia Przejściowego najpóźniej od początku października br., godziny pracy kuriera mają pozostać takie same, tj. 4 godziny pracy dziennie. Pani Naczelniczka poinformowała nas także, że od przyszłego roku ZP będzie koordynowany przez Wydział Świadczeń dla Dzielnicy Wola. Dzięki Pani Naczelniczce, Zatrudnieniem Przejściowym zainteresował się Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Wola, więc niedługo może napiszemy o nowym miejscu ZP. Trzymajcie kciuki!

*Agnieszka*

## Projekt „Mój Cel? Samodzielność!”\*

16 września odbyło się pierwsze zdalne spotkanie warsztatowe pt. „Konsultacje Koleżeńskie w dobie pandemii”. Poza Grupą Wspierającą uczestniczyli w nim m.in. reprezentanci Fundacji eFkropka, Wolskiego Centrum Zdrowia Psychicznego oraz Warszawskiego Ośrodka Interwencji Kryzysowej.

*Jakub*

*\*Zadanie realizowane dzięki dofinansowaniu z budżetu Województwa Mazowieckiego*

## Więści z Biura WDpF

**Wystaliśmy nasze stanowisko odnośnie propozycji zmian w dwóch Standardach do Clubhouse International.** Biuro współpracowało w tej kwestii z SZE oraz panią Magdaleną, wolontariuszką. Pani Magdaleno, dziękujemy za szybkie i rzetelne

przetłumaczenie naszego stanowiska na j. angielski.

**Kontrola z Biura Kontroli Urzędu m.st. Warszawy.** Marta, Danusia, Jakub i Kasia opracowali i złożyli kilka dodatkowych wyjaśnień do protokołu. Wyłowili też i poprawili w nim kilka błędów pisarskich.

**Pracownicy.** W tym tygodniu pracują wszyscy pracownicy poza Agą O., która kontynuuje zwolnienie lekarskie.

*W imieniu Biura – Marta*

## Podsumowanie Zebrania Generalnego z dn. 18.09.2020:

Zebranie prowadziła Sekcja Administracji: Jacek prowadził i wspierał techniczne, Kasia notowała. Uczestniczyli: Paweł B., Ryszard, Mirek, Marta, Piotr Sz. Ola Ka, Julia, Ewa S., Agnieszka, Jacek, Kasia, Jakub.

Wniosek Biura dotyczący współpracy z Fundacją Zakoduj Pomoc nie został przyjęty ze względu na wątpliwości dotyczące ochrony danych osobowych członków. Temat wywołał żywą dyskusję, na którą nie było czasu – warto do niej wrócić w Sekcjach (zwłaszcza, że jedna z nich zgłosiła małą liczbę osób w trakcie rozpatrywania wniosku na swoim spotkaniu).

Przyjęliśmy wniosek SOD i Pawła z SZE dotyczący soboty Rekreacyjno-Towarzyskiej 26 września z dwoma uwagami: SOD ma rozważyć skrócenie terminu zgłaszania udziału w wydarzeniu (i w razie zmiany poinformować o tym w trybie obiegowym) oraz mocniej wyeksponować informację, że zapisujemy się osobiście (nie przez pośredników).

Zaakceptowaliśmy harmonogram działań na przyszły tydzień.

PON, 21.09	WT, 22.09	ŚR, 23.09	CZW, 24.09	PT, 25.09
<b>Spotkanie śniadaniowe</b> (skype) 9:20-10:20  <b>Poranna gimnastyka</b> (skype) 10:30-10:55  <b>Spotkanie SZE</b> (skype) 11:00-12:00   <b>Spotkanie SA</b> (skype) 15:45-16:45	          <b>Spotkanie SOD</b> (skype) 15:15-16:00   <b>„Górski” wieczór wtorkowy</b> (skype) 17:30-19:00	<b>Poranna gimnastyka</b> (skype) 10:30-10:55  <b>Podstawy Języka Migowego</b> (skype) 15:00-15:45  <b>Angielski z Thorkildem</b> (zoom / tylko dla osób zapisanych) 15:00-16:00  <b>Walne Zebranie Naszego Stowarzyszenia</b> (zoom) 16:30 (drugi termin: 17:00)	<b>Spotkanie śniadaniowe</b> (skype) 9:20-10:20  <b>Spotkanie SOD</b> (skype) 14:15-15:00  <b>Spotkanie SZE</b> (skype) 15:00-16:00  <b>Angielski z Thorkildem</b> (zoom / tylko dla osób zapisanych) 16:00-17:00  <b>Spotkanie SA</b> (skype) 16:00-17:00	<b>Poranna gimnastyka</b> (skype) 10:30-10:55  <b>Spotkanie Grupy Wspierającej MCS</b> (skype) 11:00-12:00   <b>Zebranie Generalne</b> (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 De, SZE – Julia.

Wydanie Newslettera - Sekcja Administracji WDpF, w tym: opracowanie graficzne – Jan i Jacek, pozyskanie wszystkich materiałów – Piotr, Kasia i Andrzej, korekta – Jacek i Kasia.

\*\*\*

Warszawski Dom pod Fontanną, ul. Nowolipki 6a, 00-153, Warszawa. Obecnie łączymy działania zdalne i stacjonarne. Znajdziesz nas pod e-mailem [biuro@wdpf.prg.pl](mailto:biuro@wdpf.prg.pl), na Facebooku, stronie www <https://www.wdpf.org.pl/> i pod tel. sekcji: Administracji: 505 923 735, Zatrudnienia i Edukacji: 518 580 898, Obsługi Domu: 508 492 762

\*\*\*

Zadanie publiczne Klub samopomocy "Warszawski Dom pod Fontanną" jest sfinansowane przez Wojewodę Mazowieckiego na zlecenie m.st. Warszawy. Zadanie publiczne "WYKORZYSTAJ SZANSĘ - WARSZAWSKI PROGRAM ZATRUDNIENIA PRZEJŚCIOWEGO" jest współfinansowane ze środków m.st. Warszawy. Zadanie "Mój cel? Samodzielność!" jest dofinansowane ze środków budżetu Województwa Mazowieckiego.

Corzystamy także z odpisów 1% oraz darowizn prywatnych. Dziękujemy!

Zespół Regionalny Koalicji nr Zdrowia Psychicznego - KRS: 0000061865, konto: 90 1140 1010 0000 3509 3600 1001