

Félagslegt í nóvember

Fimmtudaginn 4. nóvember
Ferð í Listasafn Reykjavíkur
Lagt af stað frá Geysi kl. 15.00

Fimmtudaginn 11. nóvember
Skautuferð
Hittumst í Skautahöllinni kl. 17.00

Laugardaginn 13. nóvember
Opið hús 11.00 -15.00

Fimmtudaginn 18. nóvember
Jólafondur í Klúbbnum Geysi
16.00 - 18.00

Fimmtudaginn 25. nóvember
Opið hús 16.00 - 20.00

Laugardaginn 27. nóvember
Opið hús 11.00-15.00

Morgunfundir

Morgunfundir eru alla morgna og hefjast klukkan 09.00.

Munið frían morgunmat
frá kl. 09.00 til 09.30
Allir að mæta!

Húsfundur!

Húsfundur eru miðvikudaga kl. 14:30.
Rétti staðurinn fyrir félaga til að koma
sjónarmiðum sínum á framfæri.
Allir að mæta!

Ef félagar leggjast inn á sjúkrahús og hafa áhuga á að fá heimsókn frá félögum eða starfsfólki Geysis, þá vinsamlegast hafið samband við okkur í Klúbbnum Geysi.
Okkur er mikið í mun að styðja félaga okkar sem mest og best.

Deildarfundir

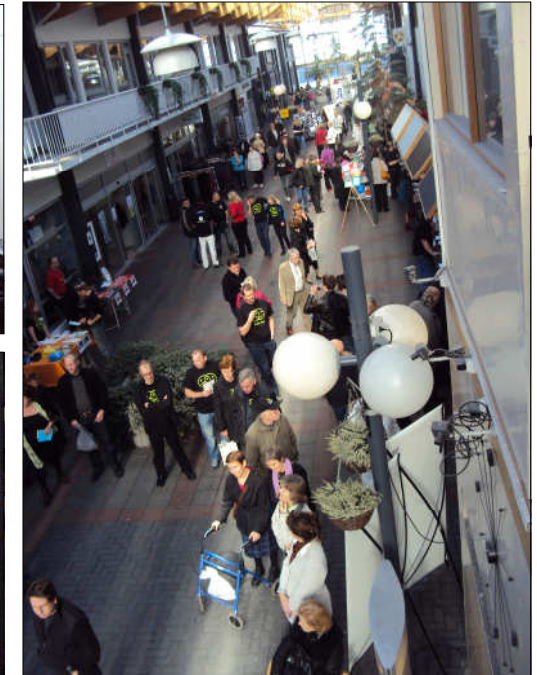
Fundir í deildum eru haldnir á hverjum degi kl. **09.30** og **13.15** þar sem farið er yfir verkefni sem liggja fyrir hverju sinni.
Við hvetjum félaga til að mæta á fundina.

Klúbburinn Geysir er opinn alla virka daga frá kl. 08.30 - 16.00, nema föstudaga til kl. 15.00.

11. tölublað, nóvember 2010

Litli - Hver

Svipmyndir frá alþjóðlegum geðheilbrigðisdegi



10. október, alþjóðlegur geðheilbrigðisdagur var haldinn hátíðlegur í Mjóddinni. Fjölmennt var í Mjóddinni í tilefni dagsins og mikið fjör þar sem vel var staðið allri framkvæmd. Kynningar voru á úrræðum sem bjóðast geðsjúkum og mikil gleði. Skemmtikraftar komu fram og hefðbundin myndlistarsýning var sett upp.



Skipholti 29, 105 Reykjavík
Sími: 551-5166, fax: 551-5136
Netfang: kgeysir@kgeysir.is
Veffang: www.kgeysir.is
Facebook: Klúbburinn Geysir

Fréttir af húsfundum

Miðvikudagurinn 29. september.

Erum búin að taka frá bás í Mjóddinni fyrir 10. okt. Minnum fólk á að aðstoða við sölu og undirbúning fyrir daginn. Vilji er fyrir því að ágóði af sölu renni til kaupa á háfi eða kaffivél. Laugardagsopnun: Meðaltalsmæting er sjö til tíu félagar. Fæstir hafa þeir verið fjórir. Ákveðið hefur verið að hafa tvo starfsmenn á laugardögum. Lagt er til að hafa opið tvo laugardaga í mánuði fram í febrúar til reynslu. Ester framkvæmdarstjóri vill halda opna starfsmannafundi. Styrkjámál: Búið er að sækja um styrki, en félagar eru beðnir um að hafa augun opin fyrir styrkjum t.d. í blöðum. Öryggisáætlun starfsfólks og félaga: Ef einhverjum líður illa á að tala við þann einstakling. Mikilvægt er að koma af stað viðbragðsáætlun og er verið að vinna í því máli.

Miðvikudagurinn 6. október.

Ester er búin að bóka fundi með félagsmálayfirvöldum á höfuðborgarsvæðinu. Einnig er fyrirhugað að heimsækja Árborg. Ester var á málþingi um breytingar á þjónustu fyrir fatlaða. Punktur af málþinginu eru á heimasíðu klúbbsins. Hefja sölu á minningarkortum í Geysi. Fá féлага til að selja kort. Skráningar vegna innhringinga: Skrá símtöl og gera mánaðarlegt yfirlit. Rætt um hvernig er að koma í klúbbinn, vinnuanda, samskipti starfsfólks og félaga og hvernig starfsemin fer fram hér miðað við önnur úrræði.

Miðvikudagurinn 13. október.

Rætt var almennt um 10. október.

Benni varpaði fram þeirri spurningu hvaða mynd fólk fái af Geysi miðað við umfang sölumennsku á varningi sem klúbbfélagar hefðu gert. Fannst honum sölumennskan vera á kostnað kynningar á hugmyndafræði klúbbsins Geysis. Er það vilji að auglýsa klúbbinn sem handverksstað? Rædd sú hugmynd að skipta þátttöku Geysis í tvo hluta/bása á alþjóðlegum geðheilbrigðisdegi. Annars vegar í sölu á handverki félaga og hinsvegar kynningu á hugmyndafræði. Fjárhagsstaða klúbbsins telst þökkaleg, en betur má ef duga skal. Reyna að spara án þess að skera niður. Ester sagði frá styrk sem Geysir fékk frá Reykjavíkurborg sem er liður í því að virkja fólk sem er á fjárhagsaðstoð. Það verkefni hefst á næsta ári. Ákveðið að morgunpása verði kl. 11.00 í kjölfar göngu kl. 10.30. Eldhúsdeildin tekur fyrir hvort þörf sé á að kaupa matvinnsluvél. Tekin verður ákvörðun í framhaldi af því.

Miðvikudagurinn 20. október.

Farið yfir félagslegt í nóvember. Jólamatúr: Rætt um styrki frá fyrirtækjum. Talað um að félagar taki þátt í að sækja um styrki. Halda jólahappdrætti. Koma af stað jóla-kortagerð. Þarf að búa til 400 stk. Spurning hvort eigi að prenta eða handgera þau. Tekið fyrir á næsta fundi. Ákveðið að stofna vorferðarnefnd og lagt til að hringja í þá sem hafa áhuga á að fara í ferðina. Fundur fyrir vorferðina verður haldinn fimmtudaginn 28. okt. kl. 13:30. Rætt var um styrki t.d. frá Garðabæ og virkniverkefni frá Borginni.

ATOM

Fréttir frá atvinnu- og menntadeild

Nýr félagi í RTR í Þjónustumiðstöð miðborgar og hlíða

Elisabetta Naldi mun hefja störf í Þjónustumiðstöð miðborgar og hlíða 1. nóvember nk. Í starfinu felst skjalavarsla og umsjón með eldhúsi, auk annarra viðvika. Hún er ráðin til 9. mánaða og er starfshlutfall 50% Hún tekur við af Guðrúnu Þorkelsdóttur sem gengt hefur starfinu af kostgæfni undanfarna mánuði. Guðrúnu er þakkað fyrir góð störf um leið og við óskum Elisabettu vel- farnaðar í starfi



Tölvuver



Kennsla fer fram í tölvuveri alla fimmtudaga frá 11.15—12.30. Athugið breyttan tíma! Félagar geta áfram fengið einstaklingsmiðaða aðstoð á tölvur og unnið ýmis verkefni við innslátt í Word, tölvupóst og Internetið. Kennari: Elín.

Publisher námskeið

Benni verður með námskeið í Publisher á þriðjudögum kl. **11.15 frá og með 5. október.** Farið verður yfir undirstöðuatriði í Publisher. Námskeiðið getur gagnast þeim sem hafa áhuga á útgáfumálum og verkefnum í skrifstofudeild s.s hádegisfréttum og Litla Hver. Við hvetjum féлага til að nýta þetta tækifæri!

Markmiðssetning!

Kæri félagi!

Ef þú veist ekki hvert þú stefnir eða hvað þú vilt gera gæti markmiðsáætlun hentað þér! Nú getur þú sem félagi í Klúbbnum Geysi valið þér stuðningsstarfsmann og gert með honum markmiðsáætlun. **Settu þér markmið og láttu drauma þína rætast!**

Kynningar — og viðmiðunarreglugfundir

Í hverjum mánuði er einn kynningarfundur og einn viðmiðunarreglugfundur í klúbbnum Geysi.

Kynningarfundur verður þriðjudaginn 2. nóvember kl. 15.00.

Viðmiðunarreglugfundur verður þriðjudaginn 16. nóvember kl. 15.00.

ATOM Fréttir Atvinnu- og menntadeildar

Námsmaðurinn



Eygló Rut og Tryggvi stilltu sér upp fyrir ljósmyndarann í Geysi á dögnum.

Að þessu sinni erum við með tvo námsmenn hvorki meira né minna. Þeir eru Eygló Rut Óladóttir nemandi í spænsku við HÍ og Tryggvi Garðarsson nemandi í bókasafns- og upplýsingafræði við HÍ. Tilefnið er ærið, en þau fengu bæði styrk úr Forvarnar- og fræðslusjóði ÞÚ GETUR. Ungt fólk með geðraskanir getur sótt um námsstyrki í sjóðinn en einnig er hlutverk hans að hvetja fagfólk heilbrigðisþjónustunnar til að vinna gegn fordómum.

Styrkjunum var úthlutað á árlegum styrktartónleikum sjóðsins þann 7. október sl. Námsfólkið vill nota tækifærið og þakka aðstandendur sjóðsins kærlega fyrir styrkveitinguna, sem mun verða þeim hvatning á menntabrautinni og vonandi öðrum til frekari virkni í samfélaginu.



Ingrid spjallar við tvo félagi.

Að leysa ágreining; Fyrirlestur Ingrid Kuhlman

Þriðjudaginn 23. nóvember heldur Ingrid Kuhlman frá Þekkingarmiðlun fyrirlesturinn—Að leysa ágreining. Í fyrirlestrinum fjallar Ingrid m.a um hvernig ágreiningur er óhjákvæmilegur hluti af daglegu lífi okkar og starfi. Farið er yfir hvernig hægt er að tjá ólíkan skoðanir og komast að góðum lausnum. Mikilvægt er að geta unnið úr ágreiningi á vinnustað á árangursríkan hátt. Fjallað verður um mismunandi aðferðir til að leysa ágreining og hvenær gott er að beita hverri og einni.

Fyrirlesturinn hefst kl. 13.30 í fundarherbergi Geysis. Hvetjum alla félagi til að mæta.

Þjálfun í Mosaík



Ester Auður Elíasdóttir, Sigríður Gísladóttir og Kjartan Emil Sigurðsson héldu til London laugardaginn 16. október til þess að taka þátt í þriggja vikna þjálfun í hugmyndarfæði klúbbhúsaahreyfingarinnar. Þau munu dvelja í Mosaic Clubhouse ásamt félögum frá tveimur öðrum klúbbhúsum í Skotlandi til 5. nóvember. Við óskum þeim vel- farnaðar og ánægjulegrar dvalar.

10. október: Alþjólegur geðheil- brigðisdagur

Fjölmennt var í Mjóddinni í tilefni dagsins og mikið fjör þar sem vel var staðið allri framkvæmd. Góðar kynningar voru á úrræðum sem þjóðast geðsjúkum. Margir komu til eiga góða stund með okkur. Vel heppnaður dagur og aðstandendum til sóma. Hér eru nokkrar myndir frá deginum.



Evrópuráðstefna í Austurríki

Þann 14. nóvember fara þau Ester Auður Elíasdóttir og Gunnar Hreinn Sigmundsson á elleftu



Evrópuráðstefnu klúbbhúsa í Wesenufer í Austurríki. Ráðstefnan stendur til 17. nóvember. Við óskum þeim Ester og Gunnari góðrar ferðar. Við fáum frekari fréttir af ferðinni þegar þau snúa aftur til landsins.



Töframáttur Tónlistar

Töframáttur tónlistar hefur hafið göngu sína á nýjan leik eftir sumarfrí. Þann 27.



Víkingur Heiðar Ólafsson píanóvirtuós

september sl. Fórum við saman á tónleikana "ást og kærleikur" með Elínu Ósk Óskarsdóttur, sópran og Jónas Þórir, píanóleikara. Nú er komið að næstu tónleikum og verða þeir **mánudaginn 22. nóvember kl. 14.00 á Kjarvalstöðum**. Þá mun Víkingur Heiðar Ólafsson, píanóleikari flytja verkið "Hughrif". Engin aðgangseyrir er á tónleikana.

Jólaveisla Geysis

Hin árlega jólaveisla Geysis verður fimmtudaginn 2. desember. Húsið opnar 17.30 og borðhald hefst 18.30. Miðaverð er 1.800 kr. og gildir miðinn einnig sem happdrættismiði. Keli og kiðlingarnir munu leiða fjöldasöng. Við biðjum félaga um að taka daginn frá!

Allir að mæta!

Starfsmannafundir

Á húsfundi 29. september var ákveðið að halda vikulega starfsmannafundi. Á fundunum fara starfsmenn yfir ýmis skipulagsmál t.d vinnu í félagslegri dagskrá, frí ofl. Fundirnir eru á þriðjudögum kl. 10.00 og eru allir félagar velkomnir.

Breytt fyrirkomulag laugardagsopnana

Á húsfundi miðvikudaginn 29. september var ákveðið að hafa opið tvo laugardaga í mánuði í stað þess að hafa opið alla laugardaga, eins og verið hefur undanfarna sjö mánuði. Ákveðið var að prófa þessa tilhögun til 1. febrúar 2011, en þá skal endurskoða þessa ákvörðun. Ýmis rök voru fyrir breyttu fyrirkomulagi laugardagsopnana. Má þar á meðal nefna litla mætingu, frí starfsfólks vegna

vinnu á laugardögum og öryggismál félaga og starfsmanna.

Opið verður eftirtalda laugardaga í nóvember: 13. nóvember og 27. nóvember

Sjá nánar á baksíðu Litla hvers í dálkinum um félagslega dagskrá í nóvember.

Gerði heimilið umhverfisvænna

Heimilið má auðveldlega gera umhverfisvænna en þannig er hægt að leggja sitt af mörkum til um-



hverfisverndar. Þessi auðveldu skref er gott að taka fyrst.

Skiptið ljósaperunum út fyrir orkusparandi perur, en nú fást þær í öllum stærðum og gerðum og því er allt eins hægt að kaupa þær líkt og hinar hefðbundnu.

Ekki skipta út öllu því nýja. Gerði frekar upp gamla hluti. Það er nógu mikið af húsgögnum nú þegar.

Flokkið ruslið og verið með safnhaug í garðinum. Þetta vex mörgum í augum en er minnsta mál þegar búið er að venja sig á það. Safnhaugurinn sér garðinum líka fyrir miklu magni af næringarríkri mold.

Notið hreinsi án skaðlegra innihaldsefna. Náttúruleg og önnur sem eru alveg jafn gagnleg og hin sem eru stútfull af efnum sem eru skaðleg náttúrunni.

Göngutúrar



Röskir göngufélagar

Félagar athugið breyttur tími!

Við förum í stutta göngu á hverjum degi. Lagt af stað frá Geysi kl. **10.30**. Hvetjum félaga til að mæta og efla í leiðinni eigin heilsu!

Líkamsrækt í Laugum

Félagar í Klúbbnum Geysi fá afslátt af líkamsrækt í Laugum. Hafið í huga að tilkynna þarf þátttöku í Laugum til Esterar.

Barnabókin **Litlar sögur** í þýðingu Sigrúnar Jóhannsdóttur eru seldar í sjoppu Klúbbsins



Geysis og kosta kr. 1.500. Allur ágóði af sölu bókarinnar rennur til styrktar klúbbnum Geysi.