

Nyhedsbrev fra Kildehuset – uge 22

samt et kig på uge 23

Kære læser.

Mandag var der intro til filosofi, hvilket var en succes! Til næste gang er der fundet en artikel, som der bliver taget udgangspunkt i og det giver anledning til flere filosofiske tanker. Hvis det er noget som du kunne være nysgerrig på – så kontakt os i Kildehuset, da der altid er plads til flere!

Tirsdag var Tina fra bestyrelsen i Kildehuset for at lære os, hvordan vi kan programmere Kildehusets hjemmeside til at blive mere synlig, når man søger på Google. Det håber vi fører til, at der er flere, der kan komme til at kende os og har lyst til at blive medlem.

Onsdag var vi i Den gamle by Aarhus på sommerudflugt. Det var en rigtig hyggelig tur. Vi var mange som syntes, at vi havde for kort tid i Aarhus fordi der var så mange spændende ting at se på.

Torsdag: Kristi Himmelfartsdag og lukket i Kildehuset.

Fredag var en dejlig stille dag og holder tidligt fri for at ønske god weekend.

Den kommende uge ser sådan ud:

Søndag d. 1/6: Fritidsprogram med Kenneth ud af huset

Mandag d. 2/6: Engelsk undervisning kl. 9.30
Mulighed for sansegåtur i Østerådal kl. 10.30
vidensdeling-undervisning- filosofi kl. 11.30.
Motion kl. 14.00.

Tirsdag d. 3/6: Tirsdagstrav kl. 14.00

Onsdag d. 4/6: Husmøde kl. 11.00.
Livshistorieskrivning kl. 12.00. Fritidsprogram med Bimbo.

Torsdag d. 5/6: Videns-delingsdag – huset lukker kl. 12.00

Søndag d. 8/6: Fritidsprogram med Bimbo og Cecilie

HUSK TILMELDING TIL SOMMERFEST SENEST D. 10/6! DET KOSTER 50 KR.

HUSK AT DER ER FØRSTEHJÆLPS UNDERVISNING D. 10/6

TILMELDING PÅ SKRÅTAVLEN, DET ER GRATIS!

I næste uge er der vidensdelingsdag, hvor der er blevet udarbejdet spørgsmål som vi kommer til at arbejde ud fra. Vi sætter dem under her, så I har mulighed for at gøre jer nogle tanker.

Diskussion og refleksion

Spørgsmål med udgangspunkt i standard #2

#2: Kildehuset har kontrol over sin accept af nye medlemmer. Medlemskab er åbent for alle med en historie med psykisk sygdom, medmindre denne person udgør en væsentlig og aktuel trussel mod den generelle tryghed i klubhuset.

Formål:

At skabe fælles forståelse for, hvordan vi omgås hinanden i Kildehuset – særligt i forhold til sprog og adfærd. Vi ønsker at drøfte, hvor grænsen går mellem acceptabel kommunikation og det, der kan opfattes som krænkende eller truende. Ønsket er, at vi sammen får tydeliggjort fælles grænser og retningslinjer, så alle kan føle sig trygge og respekterede i fællesskabet.

Sprog (direkte, indirekte, humor, ironi, sarkasme):

- Hvordan oplever du generelt sprogbruget i huset?
- Hvordan opfatter du følgende udsagn – er de i orden, humoristiske, ironiske eller potentielt grænseoverskridende?
 - o "Åh nej, er du her nu igen i dag?"
 - o "Hold da op, det var da helt sindssygt!"
 - o "Det er da utroligt, hvor meget du ved – især om ting, du aldrig har prøvet."

Adfærd (fysisk, mimik og gestik):

- Er det acceptabelt at gå væk uden at svare, hvis man har en dårlig dag?
- Hvornår kan det være et problem, hvis man reagerer højtlydt eller viser stærke følelser fysisk?
- Hvordan mener du, man bedst viser eller udtrykker sine følelser, uden at overskride andres grænser? (Fysisk fremtoning, kropssprog og følelsesmæssige reaktioner)
- Er det i orden at berøre andre f.eks. at give et let "dask" på armen – i sjov?

Grænsesætning:

- Hvis du overværer en ophedet diskussion mellem andre, må du så blande dig og forsøge at stoppe den?
 - o Hvis ja, hvordan kan det gøres på en respektfuld måde?
- Hvordan finder du balancen mellem at være dig selv og samtidig respektere andres grænser, hvis nogen oplever dig som for dominerende?
- Hvornår kan en adfærd vurderes som en reel trussel mod fællesskabet i Kildehuset?

God uge til alle 😊