

**Reach Coventry & Warwickshire Mind**



**Coventry Mind, Coventry**

Wolontariat to perfekcyjne rozwiązanie, które pozwala na odkrycie czegoś nowego, poznanie realiów innego kraju oraz daje poczucie, ze pomimo roku przerwy można zrobić coś pożytecznego.

**Przygotowanie:**

Dzięki seminarium w Dursham mogliśmy nawiązać bliższe kontakty w gronie wolontariuszy pracujących w Anglii a nasz koordynator wykonał świetną pracę przygotowując nas na kontakt m.in. z angielską komunikacją oraz systemem zdrowotnym.

Na pewno ciekawym doświadczeniem jest również mieszkanie z osobą z innego kraju. Malika, wolontariuszka z Niemiec, jest bardzo sympatyczną osobą i jesteśmy zgodne co do tego, że ten rok warto wykorzystać, również na odwiedzenie innych miast niż nasze cudowne Coventry.

W celu uspołeczniania się zaczęłyśmy brać udział w spotkaniach couchsurfingu, co jest okazją do poznania ludzi z całego świata, a co za tym idzie lepszego zrozumienia różnic   
i pozbycia się negatywnych stereotypów. Pomocne w tym jest, także to, że społeczność   
w Coventry jest bardzo różnorodna kulturowo, czego raczej nie obserwuje się w Polsce.

**Mój projekt:**

Ogólna dewiza projektu w Coventry to „Coventry Mind dla lepszego zdrowia psychicznego”. Razem z Maliką pracujemy w dwóch projektach pod szyldem Coventry & Warwickshire Mind. Jeden z nich to praca w Drop-in Center gdzie codziennie przez 365 dni roku, osoby z problemami z całej gamy zaburzeń psychicznych, mogą wypić kawę (lub co bardziej prawdopodobne herbatę z mlekiem), toczyć pojedynki w bingo albo po prostu porozmawiać o swoich lękach, obawach i życiu.

Drugi projekt, w którym próbuję się odnaleźć z pomocą bardzo ciepłych i serdecznych pracowników, to Reach skierowany do dzieci i młodzieży. Dewizą pracy w Reach jest „zachowanie jako wybór, który przynosi efekty”. Moje obowiązki obejmują pomoc przy przeprowadzaniu warsztatów radzenia sobie z agresją, atakami paniki czy obniżonym nastrojem oraz organizacji zajęć dla trzech grup wiekowych w Social Club.

Częścią mojej pracy jest też „Office time” w którym okazało się, że każde doświadczenie kiedyś się przydaje, a praca w punkcie ksero już z całą pewnością. Moim zadaniem jest wiec prowadzenie gazetki z informacjami dla wolontariuszy oraz z ofertami pracy. Od tego roku wolontariusze w Coventry mają również okazję, odwiedzania starszych osób mieszkających w Bournville w ramach współpracy z AJR (Association of Jewish Refugees).

Reach swoją ofertę kieruje do dzieci i młodzieży w wieku od 7 do 18 roku życia. Podczas sesji radzenia sobie z problemami dzieci pracują w grupach około 6-10 osobowych 2 godziny tygodniowo w sesjach trwających 6 tygodni. Każda sesja jest dostosowana do wieku. Mamy więc grupy dzieci od 7 do 10 r.ż. od 11 do 14 r.ż. oraz w wieku 15-18. Są to bardzo ciekawe zajęcia pozwalające zapoznać się z mechanizmami, uczą rozpoznawania zwiastunów tych wydarzeń oraz tego, jak sobie z nimi radzić.

Warte zaznaczenia jest też to, że Reach swoje sesje prowadzi nie tylko w Coventry, ale również w miastach takich jak Ragby i Warwick. Social Club jest natomiast przeznaczony dla dzieci zmagających się z autyzmem. Są to bardzo ciekawe zajęcia, podczas których nasi uczestnicy uczą się komunikacji, pracy w grupie czy czynności przydatnych w życiu, takich jak gotowanie.

Przeważnie świetnie się bawimy grając w Vii czy organizując Halloween i Christmas party. Udało mi się również zorganizować warsztaty rysowania portretów prowadzone przez lokalnego artystę, a z najstarszą grupą regularnie przeprowadzamy dyskusje na tematy bieżące lub zawsze aktualne ( środowisko, prawa zwierząt, multikulturowe społeczeństwo).

**Nasza recepcja**

Na początku mojej pracy nie wiedziałam dokładnie, czego oczekiwać i co jest oczekiwane ode mnie. Miałam bardzo ogólny opis mojej pracy w Covenry&Warwickshire Mind. W ciągu tych trzech miesięcy starałam się więc skupić na poznaniu charakteru pracy, na tym jak wygląda przeprowadzanie warsztatów oraz na poprawianiu swoich umiejętności językowych.

Mam nadzieję, że w ciągu następnych 9 miesięcy, będę mogła brać bardziej czynny udział   
w sesjach. Chciałabym również dalej podtrzymywać zwyczaj dyskusji w najstarszej grupie Social Clubu, przygotowuję też broszurę z informacjami na temat zwiększania swojej samodzielności i przygotowania do dorosłego życia (jak założyć konto bankowe, jak zarejestrować się do lekarza pierwszego kontaktu czy do kogo zwrócić się o pomoc przy wyborze college’u. Mam nadzieję, że zwiększę swoją samodzielność i będę mogła brać bardziej czynny udział   
w pracy Reach.