



Material realizat în cadrul proiectului - "Nimic pentru noi fără noi: dezvoltarea rețelei de experți în drepturile omului în domeniul dizabilităților psiho-sociale și intelectuale", susținut financiar de Ambasada Finlandei la București și derulat de AO Somato

DE LA EGAL LA EGAL

*Ghid practic pentru experții de la egal la egal
în domeniul sănătății mintale*



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

CINE SUNT LUCRĂTORII DE LA EGAL LA EGAL?

1. Lucrătorii de la egal la egal sunt "mini-consilieri de sănătate mintală", iar următorul pas logic în cariera lor ar fi să-și dorească să devină un consilier în domeniul sănătății mentale. În realitate, lucrul într-un rol de coleg este o cale complet diferită de un consilier pentru sănătatea mintală. Concentrarea și responsabilitățile acestora sunt substanțial diferite. Oamenii care lucrează în

rolurile de la egal la egal au, de asemenea, propria lor carieră.

2. Munca de la egal la egal este un tip de reabilitare profesională pentru cineva care lucrează la recuperarea proprie.
3. Oricine a primit servicii de sănătate mintală se poate face un bun lucrător la egal la egal: Un istoric al primirii serviciilor de sănătate mintală este doar o mică parte din ceea ce este necesar pentru a face acest lucru bine. Abilitatea și interesul de a vă conecta cu



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

oamenii, de a vă împărtăși povestea, abilitățile de facilitare și de mult mai mult merg în a fi buni în această meserie.

4. Una dintre utilizările primare pentru un lucrător de la egal la egal este de a le face să descopere informații despre o persoană care primește servicii pentru a aduce înapoi la restul echipei: Specialiștii de la egal la egal nu ar trebui să fie folosiți ca spioni! Încrederea pe care un lucrător de la egal la egal o formează cu cineva pe care

îl susțin este de neprețuit, iar pescuitul pentru a obține informații doar pentru a o împărtăși cu alții poate sparge acea încredere într-o secundă. Dacă există anumite lucruri pe care un lucrător de la egal la egal ar fi obligat să le împărtășească, acestea ar trebui să fie absolut necesare în procesul de recuperare. În caz contrar, trebuie să li se acorde flexibilitate în ceea ce fac.

5. Lucrătorii de la egal la egal ar trebui să se angajeze niciodată în discuții despre



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

subiecte dificile cum ar fi sinuciderea, medicamentele etc. Conversațiile peer-to-peer nu trebuie să se limiteze la subiecte pozitive sau sociale. Uneori, un lucrător de la egal la egal ar putea fi singura persoană pe care cineva se simte confortabilă în a-și împărtăși aceste gânduri și sentimente și astfel ar trebui să fie sprijinită pentru a-și dezvolta nivelul de îndemânare și încrederea în conversațiile serioase, pe măsură ce apar.

6. Nu există limite în munca de la egal la egal. Cu toate acestea, asta nu înseamnă că este un freefor-all.
7. Principala diferență dintre un colaborator de la egal la egal și un furnizor de servicii este că lucrătorul de la egal la egal a "trăit experiență" și poate împărtăși povestea lui. Deși împărtășirea unei povesti este o parte esențială a faptului de a fi un lucrător de la egal la egal, există multe alte elemente care diferențiază aceste roluri.



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

8. Oamenii care lucrează în rolurile de la egal la egal au o varietate a credințelor și a experiențelor - adesea un amestec de bine și rău, în care este vorba de sistemul de sănătate mintală. Cu toate acestea, cel mai important, dacă un lucrător de la egal la egal a avut o experiență bună cu sistemul de sănătate mintală să o împărtășească, pentru a determina persoana să accepte recomandările de tratament. În schimb, rolul colegilor este axat pe susținerea procesului de autodeterminare și

explorare determinat de persoana care primește serviciile.

9. Statul trebuie să elaboreze politici speciale pentru lucrătorii de la egal la egal. Realitatea este că toți angajații au potențialul de a fi buni sau răi la locul de muncă sau au problemele personale care apar și influențează munca lor. Persoanele care lucrează în rolurile de la egal la egal nu ar trebui tratate în mod diferit. În timp ce o organizație poate beneficia de reevaluarea politicilor



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

sale pentru a se asigura că acestea reprezintă cel puțin un anumit grad de flexibilitate, corectitudine și compasiune față de forța lor de muncă, politicile ar trebui aplicate în general.

10. Orice schimbare va provoca tensiuni și mai ales una care cere unei organizații să transfere elemente de sistemul său de credințe. În realitate, lipsa totală de tensiuni sau bariere în acest proces nu este posibilă! Comunicarea și colaborarea sunt soluțiile de bază în acest proces!!!

ROLURILE LUCRĂTORII DE LA EGAL LA EGAL

- Oferirea de speranță prin divulgarea pozitivă a propriilor experiențe;
- Abilități de modelare a rolurilor și abilităților de auto-îngrijire pentru viața de zi cu zi;
- Stabilirea rapide a raporturilor și în construirea relațiilor de încredere cu utilizatorii de servicii în comparație cu ceilalți angajați.



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

VALORI DE GHIDARE

MUTUALITATE:



Lucrul de la egal la egal presupune acordarea și primirea de ajutor și sprijin pe baza recunoașterii experienței proprii și comune, în timp ce acei implicați împărtășesc o responsabilitate pentru a o face să funcționeze.

ANGAJARE VOLUNTARĂ:



Munca de la egal la egal trebuie să fie voluntară. Adică atât persoana care dăruiește, cât și persoana care primește sprijin trebuie să-și dea acordul să lucreze împreună.



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

AUTODETERMINAREA:

Ea recunoaște și respectă drepturile oamenilor de a-și controla viața, de a lua decizii și de a-și respecta preferințele și aspirațiile.

SPERANȚĂ:

Lucrul de la egal la egal este susținut de realitatea recuperării și de convingerile că:

- Lucrătorii de la egal la egal sunt modele puternice și dovezi ale realității recuperării.
- Toți oamenii sunt indivizi unici cu speranțe, vise și aspirații, cu potențialul de a fi tot ce pot fi.
- Relația cu colegii oferă un mediu unic de vindecare și un



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

mod puternic de promovare a speranței și optimismului.

- Este posibil să învățăm și să creștem de la provocări și obstacole.

RESPONSABILITATE:



Sănătatea și recuperarea implică asumarea responsabilității, ceea ce înseamnă:

- Lucrătorii de la egal la egal sprijină oamenii să realizeze schimbări prin "a fi cu", mai degrabă decât "a face pentru".

- Lucrătorii de la egal la egal au responsabilitatea de a asigura cultivarea și dezvoltarea valorilor suportului de la egal la egal.

- Lucrătorii de la egal la egal trebuie să-și asume responsabilitatea pentru învățarea și dezvoltarea lor.

- Lucrătorii de la egal la egal au responsabilitatea de a contesta stigmatizarea și discriminarea întâlnite în rolul lor.



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

ÎMPUTERNICIRE:



- Împuternicirea se realizează prin valorificarea atuurilor și abilităților individuale și colective.
- Munca de la egal la egal construiește capabilitățile și punctele forte ale oamenilor, mai degrabă decât să ofere servicii bazate pe problemele și deficiențele lor și îi ajută pe oameni să acceseze resurse care își sporesc obiectivele de recuperare.

- Puterea și controlul vin de la identificarea propriilor noastre nevoi, de a face alegeri și de a lua responsabilitatea pentru găsirea de soluții.
- Lucrătorii de la egal la egal oferă perspective și informații pentru a sprijini abilitatea care nu sunt întotdeauna disponibile sau recunoscute de alți furnizori de servicii.



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

BENEFICII PENTRU LUCRĂTORII DE LA EGAL LA EGAL

1. Istorie împărtășită;



2. Creșterea respectului de sine
și a încrederii;



3. Îmbunătățirea nivelului de
conștientizare;



4. Dezvoltarea și împărtășirea
abilităților și competențelor;



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

5. Cunoașterea mai bună a sănătății mintale;



7. Creșterea veniturilor și îmbunătățirea situației financiare;



6. Oportunități de angajare și voluntariat;



8. Aspirații intense;



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

9. Asistență în recuperarea unui număr mare de persoane.



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

DEFINIREA ROLURILOR LUCRĂTORILOR DE LA EGAL LA EGAL, A SPECIALIȘTILOR DIN DOMENIUL SĂNĂTĂȚII MINTALE ȘI A PERSONALULUI DE SPRIJIN

LUCRĂTORII DE LA EGAL LA EGAL	SPECIALIȘTII ÎN SĂNĂTATE MINTALĂ	PERSONALUL DE SPRIJIN
<ul style="list-style-type: none"> • SE BAZEAZĂ ÎN PRIMUL RÂND PE EXPERIENȚA TRĂITĂ A PROBLEMELOR DE SĂNĂTATE MINTALĂ • ASIGURATĂ SUPORT 	<ul style="list-style-type: none"> • MODEL DE PREZENTARE ADECVATĂ • SE BAZEAZĂ ÎN PRIMUL RÂND PE CUNOȘTINȚELE ȘI ABILITĂȚILE PROFESIONALE DOBÂNDITE 	<ul style="list-style-type: none"> • STABILIREA CULTURII ECHIPEI • RECUPERAREA SUPORTULUI • SE BAZEAZĂ ÎN PRIMUL RÂND PE EXPERIENȚELE



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

<p>EMOȚIONAL ȘI PRACTIC</p> <ul style="list-style-type: none"> • STABILEȘTE RELAȚII RECIPROCE DE ÎNCREDERE • NU DIVIZEAZĂ ÎN EI ȘI NOI • COMUNICĂ CU OAMENII AFLAȚI ÎN PRIMEJDIE • MENȚINE ÎN 	<ul style="list-style-type: none"> • FAC EVALUAREA PROBLEMELOR • DIAGNOZA / FORMULAREA DIFICULTĂȚILOR • ASIGURĂ INTERVENȚII CLINICE, TRATAMENT ȘI SUPORT • ÎNȚELEGEREA DIFERITELOR ABORDĂRI 	<p>DE VIAȚĂ, CUNOȘTINȚELE DOBÂNDITE ȘI ABILITĂȚILE</p> <ul style="list-style-type: none"> • MENȚINE CONTACTELE CU LUMEA DIN AFARA SĂNĂTĂȚII MINTALE • CUNOAȘTE RESURSELE LOCALE ȘI OPORTUNITĂȚILE DIN
---	---	---



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

<p>VIAȚĂ SPERANȚELE ȘI ASPIRAȚIILE</p> <ul style="list-style-type: none"> • MENȚINE VIAȚA ÎN AFARA BOLII • SPRIJINĂ OAMENII SĂ-ȘI PLANIFICE RECUPERAREA • CO-FACILITEAZĂ GRUPURILE / INSTRUIRILE 	<p>PENTRU A LUCRA CU SĂNĂTATEA MINTALĂ</p> <ul style="list-style-type: none"> • OFERĂ INFORMAȚII DESPRE DIAGNOSTIC ȘI TRATAMENT • EVALUAREA ȘI GESTIONAREA RISCULUI DIN PERSPECTIVĂ PROFESIONALĂ • ASIGURĂ 	<p>COMUNITATE</p> <ul style="list-style-type: none"> • CUNOAȘTE DIFERITE CULTURI • ASIGURĂ ACCESUL LA INFORMAȚII - VORBIND ÎN LIMBAJ OBIȘNUIT • ASIGURĂ SPRIJIN PRACTIC ÎN CEEA CE PRIVEȘTE ÎNGRIJIREA
---	---	---



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

<ul style="list-style-type: none"> • INSPIRĂ PE ALȚII, OFERIND "PERSPECTIVA DE POSIBILITATEA/R EALIZARE" • ASCULTAȚI CE SIMT OAMENII DESPRE SITUAȚIA LOR ȘI DESPRE A FI UN "PACIENT" • CONTRIBUIE LA MENȚINEREA SIGURANȚEI 	<p>SIGURANȚA ECHIPEI</p> <ul style="list-style-type: none"> • ASIGURĂCĂ SUNT ACOPERITE RESPONSABILITĂȚILE LEGALE ȘI RESPONSABILITĂȚILE PROFESIONALE • COMPLETEAZĂ DOCUMENTAȚIA CUVENITĂ • FURNIZAREA INDICATORILOR 	<p>PERSONALĂ ȘI SARCINILE DE VIAȚĂ COTIDIANĂ</p> <ul style="list-style-type: none"> • AJUTĂ OAMENII SĂ FACĂ LUCRURILE PE CARE DORESC SĂ LE FACĂ ȘI SĂ MENȚINĂ LEGĂTURA CU OAMENII PE CARE ÎI PREȚUIESC • ADUC ÎNTR-O
---	---	--



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

<p>• INFLUENȚEAZĂ RECUPERĂRII ÎN CADRUL ECHIPEI</p>	<p>CHEIE DE PERFORMANȚĂ</p> <ul style="list-style-type: none"> •ADMINISTREAZĂ ECHIPA • ASIGURARĂ SUPRAVEGHEREA PERSONALULUI ȘI MONITORIZAREA PERFORMANȚELOR • CONSTRUIEȘTE RELAȚII DE ECHIPĂ BUNE 	<p>GAMĂ LARGĂ DE INTERESE PERSONALE ȘI ABILITĂȚI DE ZI CU ZI - SPORT, HOBBY-URI, ARTE ETC.</p>
---	--	--



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

MITURI ȘI CONCEPȚII GREȘITE DESPRE LUCRĂTORII DE LA EGAL LA EGAL

Mitul # 1 – suportul de la egal la egal este doar o modalitate de a economisi bani



Așa cum am arătat mai devreme, aici se desfășoară, în general, multe dintre dezbaterile privind lucrătorii de la egal la egal.

Am susținut în mod consecvent că promovarea recuperării necesită mult mai mult decât abordările terapeutice tradiționale. Oferind speranță, ajutând oamenii să-și înțeleagă viața, găsind sens în ceea ce sa întâmplat, ajutând oamenii să preia controlul asupra destinelor lor și să gestioneze provocările vieții de zi cu zi pentru a-și continua aspirațiile: acestea nu necesită expertiză și intervenție profesională. Cei care s-au confruntat cu provocări similare sunt adesea mult mai bine



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

pregătiți pentru a sprijini aceste eforturi. Extinderea domeniului profesioniștilor pentru a lucra cu toate fațetele vieții nu numai că riscă să-i îndepărteze pe ceilalți, cum ar fi prietenii, familiile, îngrijitorii, convingându-i că toate aspectele vieții noastre necesită expertiza specialiștilor profesioniști; dar este și risipă de resursele considerabile implicate în formarea și angajarea profesioniștilor specializați. Deși practicanții tradiționali în domeniul sănătății mintale

au oferit întotdeauna mai mult decât tratamentele specializate, acestea sunt în primul rând cele folosite. Utilizarea lucrătorilor de la egal la egal este pur și simplu o încercare de a completa aceste competențe "profesionale" cu "experiență de viață", pentru a se asigura că ambele sunt oferite (sperăm, cel puțin egal) celor care au nevoie de ele. Prin urmare, nu este pur și simplu un caz de "economisire a banilor"; mai degrabă asigurarea serviciilor optimizează valoarea pentru bani și



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

valoarea adăugată a tuturor grupurilor de personal.

Mitul # 2 – lucrătorii de la egal la egal vor fi prea fragili, ei sunt susceptibile de a "cădea" la locul de muncă



Oamenii cu experiență trăită de provocări de sănătate mintală au fost angajați mult timp în serviciile de

sănătate mintală într-o varietate. Dovezile sugerează, de fapt, că, dacă există un sprijin adecvat, angajații cu probleme de sănătate mintală nu vor avea aceste căderi frecvente.



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

Mitul # 3 - Nu este de așteptat ca lucrătorii de la egal la egal să respecte standardele obișnuite de confidențialitate



Oricine care lucrează într-un serviciu de sănătate mintală - de la șef la voluntar sau lucrător de la egal la egal, va trebui să respecte regulile formale referitoare la

confidențialitate.

Lucrătorii de la egal la egal nu sunt diferiți. Într-adevăr, datorită experienței lor trăite, lucrătorii de la egal la egal sunt adesea foarte sensibili la problemele legate de confidențialitate. Experiența noastră este că problemele legate de confidențialitate au fost mai frecvent ridicate de către lucrătorii de la egal la egal, care se plâng de alte persoane care încalcă confidențialitatea, vorbind despre clienții cu care lucrează în afara locului de muncă.



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

Mitul # 4 - Nu există nici o diferență între lucrătorii de la egal la egal și ceilalți membri ai personalului care au experiență personală în problemele de sănătate mintală



Introducerea lucrătorilor de la egal la egal în forța de muncă ridică problema modului cel mai bun de a sprijini oamenii în rolurile tradiționale care au propria experiență trăită de probleme de sănătate

mentală. Recunoașterea prevalenței "experienței trăite" a suferinței mintale în forța de muncă existentă nu este numai "sănătoasă" în ceea ce privește recunoașterea realității experienței umane aplicată celor care sunt numiți "personal", precum și celor care sunt numiți "utilizatori de servicii"; poate, de asemenea, să sporească calitatea serviciilor furnizate prin încurajarea personalului tradițional de sănătate mintală să utilizeze această experiență pentru a-și informa munca. Cu toate



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

acestea, un psiholog, un psihiatru sau o asistentă medicală cu experiență trăită de provocări de sănătate mintală rămâne un psiholog, psihiatru sau asistent medical, angajat în primul rând pentru a-și folosi expertiza profesională mai degrabă decât experiența lor de viață. Dezechilibrul de putere și limitele profesionale (percepute și reale), care rezultă din statutul oficial al profesiei lor, rămân, de asemenea, un potențial obstacol în calea stabilirii unei relații bazate pe

reciprocitate, reciprocitate și o călătorie comună.

Mitul # 5 - Prezența lucrătorilor de la egal la egal va face personalul să îi fie frică să spună lucruri greșite



Toată lumea, colegul sau profesionistul au spus, într-o anumită perioadă de timp, ceva sau lucruri pe care le regretă mai târziu. Fără



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

capacitatea de a umili - și curajul de a accepta și de a primi feedback pentru a reflecta asupra comportamentului nostru - orice relație, fie că este vorba între parteneri, prieteni sau furnizorii de servicii, este probabil să se destrame. Astfel, dorința de a reflecta și de a învăța din comportamentul nostru este un proces-cheie pentru îmbunătățirea calității interacțiunilor și majoritatea grupurilor dispun de anumite mecanisme (oficiale sau informale) pentru a reflecta asupra

acestor probleme pe măsură ce apar. Oportunitățile de supraveghere și reflecție asupra practicii sunt, prin urmare, un aspect esențial și necesar al buneii practici.



SUPPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

Mitul # 6 – lucrătorii de la egal la egal fac toate lucrurile frumoase - vorbind cu beneficiarii, luându-i afară, mergând acasă la ei - restul dintre noi trebuie să facem munca plictisitoare



În orice relație, grup sau serviciu există sarcini care trebuie făcute. Ceea ce distinge relațiile dintre colegi nu este ceea ce se

face, ci natura relației: "peer to peer", mai degrabă decât "expert la non-expert". Suportul colegial poate astfel să apară în cursul oricărei activități, indiferent dacă face un pat, merge la plimbare sau doar ședează și vorbește. Nu este cazul colegilor să facă tot felul de "lucruri drăguțe", este pur și simplu că colegii pot avea oportunități mai mari de a-și folosi relațiile productiv. Întrebarea cheie pe care o ridică acest lucru este ca personalul să se angajeze în "lucrurile urâte", păstrând în același timp o relație



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

pozitivă cât mai mare posibil.

Mitul # 7 – lucrătorii de la egal la egal nu cunosc diferența dintre prietenie și relațiile de lucru



Există multe diferențe în relațiile dintre lucrătorii de la egal la egal și colegii și prietenii, în special în ceea

ce privește dezvăluirea de sine, gradul de alegere implicat și explicabilitatea "regulilor" (convenții de comportament). Dar regulile formale nu evită nevoia de judecată și sensibilitate. Relațiile dintre angajații de la locul de muncă implică mai multe judecăți decât prietenii - când și ce să dezvăluie, când și ce "reguli" trebuie respectate etc. Judecățile trebuie să fie considerate ca parte a formării lucrătorilor de sprijin reciproc și întăriți prin reflecție și



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

supraveghere (grup individual și / sau colegiu).

Mitul # 8 – lucrătorii de la egal al egal vor fi antipsihiatrie și antimedicație



Esența suportului de la egal la egal nu este de a prescrie ceea ce alții ar trebui să gândească, să simtă sau să facă. Peer-ii nu ar trebui să spună oamenilor dacă să ia

sau nu medicamente sau să-și instruiască să folosească servicii convenționale, terapii complementare etc. Mai degrabă, ar trebui să se ajute oamenii să exploreze diferite moduri de înțelegere, moduri de coping. Explorarea individuală este facilitată de diversele narațiuni ale altora care s-au confruntat cu provocări similare.



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

ELEMENTE CHEIE PENTRU MOBILIZAREA LUCRĂTORILOR DE LA EGAL LA EGAL

- Instruiri - pentru oferi suport de bază, companie și educație într-un cadru de grup.



- Natura implicării pentru supporterul de la egal la egal - este voluntară; persoanele care participă la acest grup

caută un sprijin și o educație ca voluntar, ca parte a recuperării / reabilitării proprii sau ca piatră de temelie de bază.



- Auto-ajutorarea poate însemna fie să te ajuți fără ajutorul altora, fie să te ajuți cu ajutorul altora. În acest tip de sprijin de la egal la egal, înseamnă să folosim ajutorul altora pentru a ne ajuta. Faptul că oamenii



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

participă la grup indică dorința de a accepta ajutor.



- Sprijin - membrii grupului oferă sprijin reciproc prin experiențe comune. Facilitatorul asigură că toți cei care doresc au o șansă de a vorbi și că membrii își manifestă respect reciproc.



- Calitatea de membru este voluntară. Membrii participă atunci când doresc și pot veni și pleca în funcție de circumstanțele și nevoile lor individuale.



- Confidențialitatea - este de o importanță capitală. Confidențialitatea este subliniată la fiecare



SUPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

întâlnire. Unele grupuri utilizează un contract scris care este citit cu voce tare și / sau semnat.



- Conducerea grupului este voluntară. Membrii pot conduce întâlnirile sau pot selecta pe cineva care să faciliteze permanent. Grupul face această decizie. Vorbitorii profesioniști pot

fi invitați să furnizeze educație cu privire la subiecte specifice.



- Finanțare - pot fi solicitate granturi pentru a furniza fonduri pentru spații de întâlnire, articole de birou, buletine de informare.



SUPPORTUL DE LA EGAL LA EGAL SCHIMBĂ VIEȚILE!

