

FONTÄNHUSKÄLLAN

FALKENBERGS
FONTÄNHUS
Nummer 1 | 2022





KONTAKTA OSS

Falkenbergs

Fontänhus

Storgatan 71,

311 74 Falkenberg

0346 71 10 71

kontakt@falkenbergsfontanhus.se

www.falkenbergsfontanhus.se

Missa inte!

Falkenbergs Fontänhus bjuder in till:

Sommarfest

TORSDAGEN DEN 9 JUNI
15:00-18:00 STORGATAN 71

FÖR MEDLEMMAR, STÖDMEDLEMMAR, OCH
SPONSORER

EFTERMIDDAGEN KOMMER BJUDA PÅ;
MAT
UNDERHÅLLNING
RUNDTUR OCH INVIGNING AV
SERVICEENHETEN

FALKENBERGS
FONTÄNHUS

Carlsberg

ALLMÄNNA
ARVSFONDEN

0346-711071
kontakt@falkenbergsfontanhus.se
www.falkenbergsfontanhus.se

Falkenbergs Sparbank

SIA

POLICY

Arbetet med Fontänhuskällan görs av medlemmar och handledare på Falkenbergs Fontänhus. Tidskriften utkommer ca fyra gånger om året. Fontänhuskällan skall spegla vår verksamhet som organisation både lokalt och centralt. Enskilda artiklar kan ge uttryck för personliga betraktelser och då framgår avsändare i artikeln. Redaktionen arbetar med att skapa ett varierat innehåll då vår målgrupp är bred. Om du som läsare känner att tidningen bör finnas tillgänglig på fler ställen ta gärna kontakt med oss på Falkenbergs Fontänhus.

STÖDMEDLEM

Vill du få hem denna tidning med jämna mellanrum? Hur du gör beskrivs på sidan 23

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

04

Vad händer i grupperna?

06

Besök från Båstad fontänhus

07

Intervju med Anders

08

Vad är psykisk ohälsa?

09

Kicki blir ackrediterare

10

Enhetsrapporter

11

Sociala programmet, torsdagsprogrammet

12

Saxcesse bjuder på klippning

14

Dans dikter

16

Serie och ordvitsar

17

Introduktion av praktikanter

20

Recept

22

Fontänhusrörelsen

Vad händer i våra grupper?

ARBETSGRUPPER

I Samverkan med vår styrelse har ett antal nya arbetsgrupper bildats. Vi har träffats en gång och arbetet har startats. Grupperna är indelade på olika ämnen som vi vill arbeta med, **marknadsföring och påverkan, fastigheten, sponsring osv.**



SKAPANDEGRUPPEN

Skapandegruppen har på sistone fungerat som ett bra första steg för många av våra nya medlemmar. Tiderna är fortsatt onsdagar klockan 14-16 men det finns så klart möjlighet att befinna sig i ateljén även andra tider. Vi har avslutat projektet "Konstfrossa" som Region Halland bidragit till. Vi har även sökt nya projekt riktat mot vår konstnärliga inriktning.

TRÄDGÅRDSGRUPPEN

Våren närmar sig med stormsteg. Trädgårdsgruppen som har haft en stående dag på tisdagar under det mindre odlingsvänliga halvåret har mer och mer blivit en naturlig del av serviceenheten. Dock har tisdagar varit den dagen med mest fokus på trädgård. Det finns alltså en stort intresse och vi är många som hjälps åt.



Vad händer i våra grupper?

NYA VÄGAR / UTVÄGEN



Fortsatt arbete med vår grupp av ungdomar och unga vuxna. Aktiviteterna på torsdagar är i full gång och vi har gjort allt från bowling till besök på Jackies gård.

Nya Vägar

Visste du att...

331

medlemmar från Sveriges Fontänhus påbörjade arbete om minst 25%, praktik eller studier under 2019.



Som medlem på Fontänhuset kan man få stöd och hjälp att komma ut i arbete, studier eller annan sysselsättning. Att hitta ett arbete kan vara svårt och extra svårt är det om man lever med psykisk sjukdom eller ohälsa.



PROMENADER?

Anders hälsar att promenadgruppen har de senaste veckorna varit lite vilande men att viljan fortfarande finns. Vill du hänga på så tala med Anders.

Besök från Båstad Fontänhus

Jag som skriver detta heter Anders Nilsson och är en medlem från Båstads Fontänhus. Det är första gången som jag besöker ett Fontänhus utanför Båstad. Bemötandet var mycket trevligt och jag träffade flera personer för första gången. Jag fick frågor om vem jag var och vad jag brukade göra i Båstads Fontänhus. Mitt stora intresse är att lyssna på musik och jag har en mycket bred musiksmak. Det är både på gott och ont det finns personer som tror att jag kan allt om musik. Jag har lätt för att känna igen artisters låtar och var de är ifrån samt är då låtar släpps. Det finns mycket musik i min lägenhet och det beskriver på ett bra sätt mitt intresse. LP, CD och kassettband samsas och det finns sammanlagt mer än 2 000 + olika föremål. Detta är något som tar stor plats i lägenheten men jag har vant mig vid att det är lite svårt att hitta det man söker. Ibland blir jag tillfrågad om att göra musik quiz eller att skapa en spellista till fester och vara lite av en DJ. Vilket gör att man kommer i kontakt med både kända och okända personer.

Jag följer också Melodifestivalen och Eurovision Song Contest varje år och tycker att det är mycket skoj. I år startades även American Song Contest i USA där 56

delstater och territorium tävlar om vilken delstat som har gjort den bästa egen skriva låten. Vill man kan man se American Song Contest på SVT Play på onsdagar med start kl. 18.00. Jag tycker det är spännande att se hur USA hanterar ett koncept baserat på Eurovision Song Contest. Kvalitén på de tävlande låtarna varierar mycket och vissa är bättre och andra lite sämre. Det ska bli spännande att få veta vilken låt som vinner i USA. Värdepåret Snoop Dog och Kelly Clarkson gillar jag och tycker att de kompletterar varandra på ett bra sätt.



Kan du berätta lite om dig själv?

Ja du, jag är 45 år gammal, född på Värnamo sjukhus men uppvuxen i en liten by strax utanför som heter Bor. Jag är njursjuk och har varit det sedan jag var tre månader gammal och går i dialys sedan 2008. 1994 gick jag igenom en njurtransplantation, jag fick en njure av min mamma faktiskt. Jag tror jag flyttade till Falkenberg runt 2006, det var i samma veva som mina föräldrar flyttade till vår sommarstuga i Glommen.

Men har du några intressen då?

Jag är ju intresserad av mycket natur, så som fåglar och insekter men också natur ämnen i allmänhet. Så är jag intresserad av bilar, samhällsämnen och musik. Jag spelar t.ex. i band. Man kan väl säga att jag gillar att ha kul helt enkelt.

Varför är du på Fontänhuset?

Jag har Aspbergers och jag ser den här sysselsättningen som mitt arbete och Fontänhuset som min arbetsplats. Det är svårt att hålla i ett annat arbete på grund av mitt funktionshinder.

Vad var ditt första intryck av Fontänhuset?

Jag fick ett otroligt bra intryck direkt. Jag kände mig välkommen och det var liksom som att det var anpassat efter mig. Jag kunde göra hur mycket eller lite jag ville. Det var välanpassat. På den tiden fanns det även en musikgrupp och jag blev trummis. Andra dagen var det enhetsmöte och jag kände att jag blev glatt överraskad av det positiva bemötandet.

Hur har Fontänhuset hjälpt dig?

Jag kan säga som så att jag hittat hem. Jag passar in och vill inte gå härifrån. Jag har tidigare varit på flera arbetsplatser och har aldrig känt att jag passat in. Det handlar mycket om att här får jag göra det jag vill göra. Jag har många olika specialintressen och det är bra för mig att kunna hoppa mellan uppgifter jag själv valt.

Vad håller du på med på Fontänhuset?



Intervju med Anders: "Jag har hittat hem"

Jag skriver artiklar och håller föreläsningar om saker som intresserar mig.

Vad är välmående?

Text: Redax

Visst kan man tänka till de grundläggande behoven så som en god natts sömn, näringsrik mat, frisk luft och fysiskhälsa men det är så mycket mer. Vad du uppfattar som välmående behöver nödvändigtvis inte vara exakt samma hos en annan. Man är sin egen person med egna behov, önskemål och förutsättningar. Frågan är VAD BEHÖVER JAG FÖR ATT MÅ BRA?

Man får skapa sig självkänedom så att man vet vad som funkar bäst för en själv och vid behov be om hjälp från omgivningen.

Vad får mig att känna mig glad, fridfull och välmående? Är det i kontakt med andra människor, när jag får utvecklas och lära mig nya saker, när jag får min egen tid i en lugn miljö eller är det kombinationen av alltihopa som fungerar för mig.

Vissa kan må bättre av att öppna upp sig och dela med sig av sina tankar och funderingar men då krävs det att någon är villig att lyssna utan att döma. Andra delar inte samma mening utan mår bättre av att inte ha dialoger som är personliga, vi är som sagt olika.

Olikheter är positivt, tänk vilken tråkig värld det hade varit om alla var likadana, såg likadana ut och hade samma tankar och åsikter. Det finns ingen som är mer perfekt än någon annan utan alla delar av oss och våra per-

sonligheter gör oss till unika individer. Älska dig själv och lär känna dig själv så att du kan bli din egen bästa vän när du stöter på livets motgångar.



Kicki i Finland

Kort intervju med Kicki som nyligen blivit ackrediterare, första uppdraget blir i vårt grannland Finland. Stora frågan, behövs pass för att komma in i Finland?

Vad är en ackrediterare?

Kicki: En person som gått en faculty utbildning som ger en behörighet till att ackreditera andra fontänhus.

Hur kom du på att du ville bli ackrediterare?

Kicki: Efter egen erfarenhet från vår egna ackreditering.

Hur gick utbildningen till?

Kicki: Utbildningen var digital och varade i en vecka. Den var intensiv och avslutningen var en pröva på ackreditering på Göteborgs Fontänhus. Första uppdraget blir 4 dagar i Karis, Finland.

Hur känns det?

Det känns kul och spännande att besöka ett Fontänhus utanför Sverige.

Jag åker med David från Fontänhuset i Oslo.



SVERIGEKONFERENS

2022

Text: Malin Foto: Lena

Tisdagen den 26 april välkommande vi Fontänhus från hela landet för en konferens för psykisk ohälsa under tre dagars tid. Vi hade gäster från Sveriges Fontänhus Riksförbund. SFR och viktiga medlemmar från vår styrelse. Tisdagen började med ett välkommande från Falkenbergs ordförande i kommunstyrelsen Per Svensson och Kerstin Rosell som är ordförande i socialnämnden i Falkenberg. Under vår första dag hade vi även besök av Jonas Huldt från Payoff som pratade om den samhällsekonomiska utvärdering som genomförts bland fontänhusens medlemmar under 2021. Jonas menar att Sveriges Fontänhus är mycket lönsamma för samhället och att alla de insatser som ges till husen återbetalas inom sju månader. Innan medlemmarna hittar till Fontänhuset så kostar ett utanförskap cirka 900.000 till skillnad från efter en medlem har genomgått stegförflyttning på grund av delaktigheten i ett Fontänhus går kostanden ner till 160.000 per medlem/år.

Under tisdagen så skedde de även en diskussion hållen av vår nu pensionerade SFR ordförande Inger Blennow mellan politiker Per Svensson, Anneli Andelen, Kerstin Rosell och Wolf Zughaft som representerande SFR som



diskuterande frågor kring fontänhusen och deras ställning i samhället. Dagen avslutades på bästa sätt då vi på Falkenbergs Fontänhus hade bjudit in för trivsel och mat på huset. Falkenbergs manskör kom och sjöng.

Dag två inledes med en föreläsning med Catrin Johansson som coachade oss igenom hur vi som människor bör fokusera på en stark självbild och en god självkänedom. Catrin menar att genom bättre självinsikt förebyggs och undviks

TISDAG - 26/4

VÄLKOMNA	10:30
Välkomna, registrering & mottagande	
LUNCH (HARRYS) 11:30-12:30	
VÄLKOMSTAL	12:35-13:00
Per Svensson (Kommunstyrelsens ordförande) & Kerstin Rosell (Ordförande i socialnämnden Falkenberg)	
PAY-OFF	13:00-14:00
Jonas Huldt	
 Jonas Huldt pratar och svarar på frågor kring den samhällsekonomiska utvärdering som genomförs bland fontänhusens medlemmar under 2021.	
DISKUSSION	14:00-14:45
Kerstin Rosell, Per Svensson, Anneli Andelen, Wolf Zughaft+ Representant SFR Moderator: Inger Blennow	
FIKA 14:45-15:15	
IPS/VÅGAR UT	15:15-16:00
Helena och Matilda	
INCHECKNING RUM	16:00
TRIVSEL OCH MAT PÅ FALKENBERG FONTÄNHUS	17:00



ONSDAG - 27/4

ÖPPNING DAG 2	9-9:15
FÖRELÄSNING CATRIN JOHANSSON 9:15-10:15 Självbild och värderingar	
FIKA 10:15-10:45	
FÖRELÄSNING CATRIN JOHANSSON 10:45-11:15 Självbild och värderingar fortsättning	
 Catrin Johansson coachar/vägleder med sikte inställt på en starkt självkänsla och en god självkännet.	
BÅSTADS FONTÄNHUS	11:20-11:45
"Psykla för Fontänhusen"	
LUNCH (HARRYS) 11:45-13:00	
WORKSHOP: SFR	13:00-14:15
Då, nu och i framtiden? Jeanette Andersson, Inger Blennow & Helena Lundell	
FIKA 14:15-14:45	
ÅRSMÖTE SFR	14:45-16:00
MINGEL + BANKETT (HARRYS)	18:00

TORSDAG - 28/4

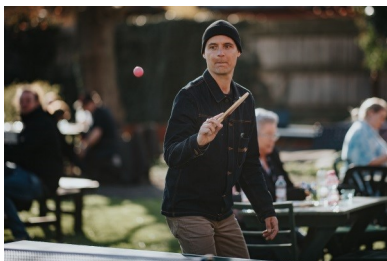
ÖPPNING DAG 3	9:00-9:15
FÖRELÄSNING LARS CLASSON 9:15-10:30 "Kan det inte bara vara enkelt?"	
 Lars Classon kommer och gör sin senaste humorföreläsning, "Kan det inte bara vara enkelt?"	
FIKA 10:30-11:00	
FONTÄNHUSET SKÖNDAL	11:00-11:30
"Är du lönsem lilla vän- Ett seminarium om mening och delaktighet i livet för personer med psykisk ohälsa"	
AVSLUTNING	11:30-11:45
LUNCH (HARRYS) 11:45-13:00	



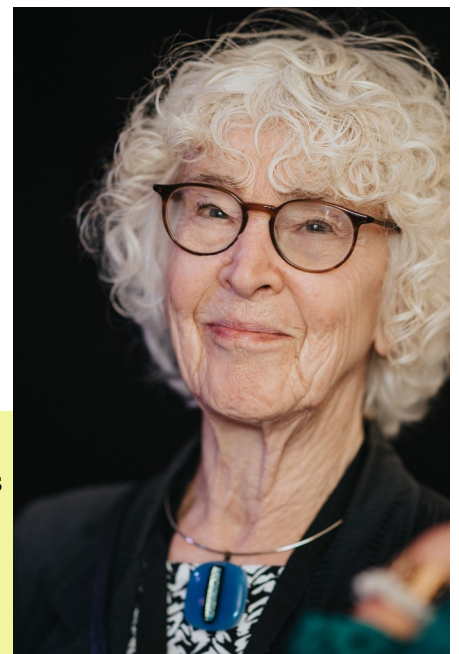
Under dagen berättade Båstads Fontänhus om deras kommande projekt "Psykla för Fontänhusen". Den 3e August bär de av med cykel från Falun och 160 mil senare landar dem i Malmö den 12 Augusti.

På vägen kommer de stanna vid de Fontänhus som faller på vägen och tisdag den 9e Augusti kommer de stanna i Falkenberg. Fram till dess pågår nu mycket förberedelser inför deras resa. De kommer finnas möjlighet för de som vill hänga på deras projekt och du väljer själv hur långt du vill cykla.

stressrelaterade sjukdomar. Catrin vägledde oss med olika övningar för att få bättre insikt om vem vi är och hur vi ser oss själva. Allt detta speglar mycket i vad vi gör men också hur man behandlar andra.



Efter 8 år som Sveriges Fontänhus Riksförbunds ordförande och 41 år i fontänhussveriges tjänst avtackades Inger Blennow under konferensen. Varmt tack Inger för allt du har gjort för Fontänhusen i Sverige!



saxcesse

BJUDER IN MEDLEMMAR TILL KLIPPNING!

Text: Felicia Foto: Lina

Den 26e februari gav sig glada medlemmar iväg till Saxcesse. Frisörsalongen hade avsatt en förmiddag för oss och alla som ville kunde få en gratis klippning. Det var en fin dag när salongen öppnade sina dörrar och fem personer i timman hade tid för tvätt och klippning. Vissa valde att endast klippa topparna medans andra valde en helt ny frisyr, alla blev väldigt fina i håret!

Det var en lyckad dag för alla inblandade och medlemmarna gick därifrån nöjda med ett leende på läpparna!

Tack Saxcesse för att ni engagerar er, bjuder in och erbjuder en trevlig upplevelse och vackra frisyrer!

Vill ditt företag vara med och sponsra oss på Fontänhuset?

Hör av dig till oss på

kontakt@falkenbergsfontanhus.se





- FELICIA

"Jag har gått från väldigt långt hår, till långt hår, jag är en ny människa."

- EMILIA

"De var duktiga och bra!"



- LUDWIG

"De var väldigt snälla och klippningen blev bra!"

- ANNELIS

"Jag är så tacksam över att vi från Fontänhuset får känna på lite "lyx" och guldkant. Jag ger 1000-tals kramar och tack för den fina sponsringen från Saxesse och för den fina gesten de ger oss."



FÖR ALLT
STJÄRNSTOFT
I DITT TEMPEL
BEFRIA DIN
RÖST
OCH VAR DIN
EGEN
TRÖST

Text och Illustration: Dan



DU är mera **ÄLSKAD**
än du någonsin **KAN**
FATTA din potential
~~Kan inte~~ är **oändlig**
ALLT den behöver för
att växa är din tro på den
du kunde tro på jultomten i flera
år då kan du fan tro på dig själv
i typ fem minuter och acceptera
att du klarat av 100% av all
BULLSHIT
den här världen
kastat på dig **DU**
FÖRTJÄNAR BARA
DET BÄSTA



I min längtans port
har miraklet
väntat ett
segrande

ORD
FRIHET ÄR
TYSTNAD
MEN **TYSTNAD**
ÄR INTE **FRIHET**
RÄTTVISAN
VÄNTAR
INTE

Flickan från Glasgow

Text: Emma

KAP. 1

Solen hade precis nått horisontens kant och de första solstrålarna tittrade fram och sken in genom en liten glipa i fönstret, rakt in på den unga flickans ansikte. Flickan kisar och börjar gnugga sig i ögonen för att vakna till. Hon sträcker sig så mycket att hon blir dubbelt så lång, hon sätter sig upp yrvaken och ser ut genom det runda fönstret. Vattnet skvalpar upp mot skeppets sida och upp mot fönstret. Flickan sätter sitt finger på rutan och följer vatten dropparna ända ner till kanten. Hon börjar höra en massa röster utanför dörren, hon försöker lyssna för att höra vad de säger. Dörrarna på fartyget är så tjocka så att det bara blir ett dovt mummel. Det knackar sedan på dörren och en man ropar utifrån: "Dags för avstigning snart!". Flickan tittar ut mot vattnet igen och ser på när skeppet sakta glider in mot hamnen. Stora stenhus dyker upp och flickan ser en massa människor som tränger sig förbi varandra för att hinna med fartyg, taxibilar och för att inte bli sena till sina arbeten. Flickan hoppar ner från den höga våningssängen och börjar sedan att klä på sig sin vita spetsklänning med ett ljusblått tygbälte. Hon har även en liten halmhatt med blåa detaljer på, som hon sätter på huvudet och tittar sig själv i den lilla runda spegeln som hänger snett på väggen. Hon slänger i alla sina saker i sin stora resväska i brunt läder med guldiga detaljer på hörnen, låset var även gjort

som en guldbricka med ett litet nyckelhål. Hon stänger sedan locket och låser väskan och springer sedan ut i den långa korridoren där folk får gå på led för att ens komma någonstans. Hon tränger sig sedan förbi ett par som stod och grälade, då höjde mannen rösten och kvinnan teg. Sedan tog kvinnan sin resväska och gick därifrån med huvudet högt. Mannen ser förtvivlat men även chockat på kvinnan när hon vänder på klacken, hon blickar snabbt tillbaka och vänder sig lika fort och går igen. "Veronica!!" ropar mannen efter sin fru och börjar att småspringa efter henne. Flickan ler och fortsätter sedan upp för de trånga ståltrapporna. Till slut är flickan uppe på däckets och ser hur alla springer fram och tillbaka och vinkar på varandra, vinkar på dem som står nere vid kajen som väntar på sina familjemedlemmar.

Flickan springer fram till fartygets kant och lutar sig över räcket för att med blicken leta efter sin farbror. Hon får syn på honom längst bort bakom alla människor. Han har fått syn på henne och står och vinkar med hela armen högt upp i luften, flickan ler stort och vinkar tillbaka. Fartyget har nu stannat och flickan hamnar sist i ledet till bryggan som leder ner till kajen. Alla som kommit ner från fartyget springer och kramar sina nära och kära. Flickan kommer ner sist av alla så allt folk som stått nere på kajen har nu skingrats. Nu var det bara för flickan att lägga benen på ryggen och springa bort till sin farbror som stod och väntade på

sin kram från henne. Hon slänger sig in i hans famn och han fångar henne och snurrar henne i luften och håller hårt om henne.

"Gick resan bra?" frågar han flickan.

"Jadå!" utbrister hon av glädje.

"Tänk att jag äntligen fick åka hit för mor!" säger flickan samtidigt som hon hoppar in i bilen.

"Ja det var verkligen på tiden att du fick ta dig hit!" säger hennes farbror när han stänger dörren efter sig. Bilen börjar rulla och vi åker genom det stora London, en massa höga och breda byggnader sveper förbi i farten. Människor kommer in och ut från butiker och lanthandlare som sätter ut skyltar där det står "Öppet" på. De åker även förbi en jättestor byggnad där det står "National Gallery of British Art". "Dit in vill jag gå någon dag!" utbrister flickan och pekar på den stora byggnaden.

"Jag lovar att jag ska ta dig dit någon dag!" säger flickans farbror och stryker sin hand på hennes huvud och ner längs med hennes hår.

Bilen rullar upp på en stor grusväg som leder upp till den stora herrgården. Huset var enormt med hur många fönster som helst. I dörröppningen står det en betjänt som stod och väntade på herren, flickans farbror. När bilen stannat öppnar flickans farbror dörren och kliver ut. Flickan ställer sig precis utanför bildörren och stirrar rakt upp på huset. Hon ler och börjar sedan att sakta gå mot ingången. Hon blickar bak mot bilen och ser tjänstefolk som är och hämtar

hennes väskor. Flickan blickar tillbaka framåt och ser sedan en hund komma springandes mot henne. Flickan sätter sig ner på huk och hälsar på den. Hunden viftar på svansen och luktar på hennes vita kjol. Den var ganska stor med ett rött halsband med en bricka som hängde i en liten kedja. Flickan tog namnbrickan i sin hand och lästa vad det stod:

”Charles... du är så himla söt Charles!” säger hon och klappar honom på huvudet och längs med ryggen. Flickan blickar uppåt mot sin farbror som står vid dörren och väntar på henne.

Flickan ställer sig upp och går mot trappan och Charles springer efter och fortsätter att vifta på sin svans.

”Du ska få bo i den östra delen av slottet och du kommer att få en betjänt som kommer att hjälpa dig med allt du behöver.” förklarar hennes farbror och går in i matsalen. Där springer en massa tjänsteflickor med tallrikar och brickor. De dukar fram serviser inför middagen. Dörren på andra sidan rummet öppnas och in kommer en vacker

kvinnor med en vinröd klänning, hon går fram och kysser flickans farbror på kinden och säger hej. ”God dag!” säger hon sedan och sträcker fram handen som flickan snällt tar emot och skakar lite lätt. ”God dag!” svarar flickan tillbaka och ler. ”Amelia, det här är Charlotte, min fru.” säger flickans farbror.

”Vad vacker du är!” säger flickan till Charlotte. Charlotte ler och fnissar till lite.

”Vi kommer nog komma varandra nära.” säger Charlotte till Amelias farbror.

/Emma

Enhetsrapporter 2022 (Anteckningar från husmöten under våren)

SERVICEENHETEN

- I källaren har vi haft ett rum för Second hand. Detta rum skall bli ett Relaxrum, planering är igång för detta.
- Renovering pågår i källaren, hittills har vi målat om i tvättrummet och renoverat trappan
- Vi har samarbete med Willys för att hämta matsvinn tre dagar i veckan.
- Det planeras för en ny kyl/frys
- Vi har hämtat mat och köksartiklar från En Trappa Upp som tyvärr gått i konkurs.
- Trädgårdsgruppen är igång, träffas varje tisdag och planerar för fullt.
- Stadigare rutin med städning och andra fasta arbetsuppgifter.

KÖKSENHETEN

- Vi har slutat med bordsservering.
- Vi har haft och vi har städningar inplanerade.
- Påbörjat en salladsbuffé till lunchen.

KONTORSENHETEN

- Översätter ny standard ”Tool kit” för friskvård, ska tas upp på policymöte
- Mycket arbete med Sverigekonferensen som skall hållas i slutet av April.
- Mycket jobb med bygglovsansökningar.
- Vi har fixat nya datorplatser.
- Mycket eget arbete, tex jobsök

Fontänhuset för Roya

Jag heter Roya Nabizada och jag kommer från Afganistan .Jag kom till Sverige augusti 2020.

Jag studerar på SFI och jag är snart klar med detta .I framtiden vill jag arbeta som läkare .Jag vill gärna hjälpa människor och jobba i sjukvården .Jag har varit i kontakt med arbetsförmedlingen och de hjälpte mig till Fontänhuset .

Jag tror att Fontänhuset är bra för mig . Jag önskar att Fontänhuset ska hjälpa mig att lära mig den arbetsorienterade dagen. Jag tycker om att använda whiteboard tavla. Jag kan lära mig ordningen att titta på olika arbetsuppgifter. Det är enklare att se på tavlan och sedan bestämma sig för en arbetsuppgift. Fontänhuset hjälper mig att utveckla mitt svenska språk, lära mig det svenska samhället. Jag är här för att träna svenska. Jag vill också lära mig att samarbeta med andra människor på Fontänhuset. Jag måste först lära mig svenska innan jag kan studera. Jag har en målsättning att studera på universitet i framtiden .

Jag har fått ett jobb på kommunen med socialt arbete. Arbetsuppgifterna varierar . Jag har inget fast schema, min arbetsgivare hör av sig och berättar när jag ska jobba.



Hej till alla er jag mött & er jag ännu inte sett, mitt namn är Katja jag är uppvuxen i Vinberg och numera bosatt i Slöinge. Jag är studerande undersköterskepraktikant på Fontänhuset under fyra veckors tid. Jag har nu varit här i en vecka & fått en liten insyn i hur det fungerar. Jag måste säga att jag är imponerad av gemenskapen, mottagandet av andra människor och frivillighetsfaktorerna. Min uppfattning hittills är att det finns så mycket vänlighet och acceptans bland er som jag träffat. För mig känns inte bara praktiken som en viktig del för att bygga kunskap utan också för att varva ner mitt egna tempo och skapa mig en uppfattning om hur människor påverkas av de olika sätten att behandlas & bemötas. Mitt liv känns ganska hektiskt med

bland annat heltidsstudier, mamma till tre barn, möten, husdjur och vardagssysslor som aldrig tar slut, så att få vara här med er i nuet känns lite som att andas ut.

När jag har tid över till intressen så vill jag gärna fiska, spela brädspel, bygga/renovera eller vara ute i skogen där jag finner en stressfri miljö. Jag hoppas att ni kommer trivas i mitt sällskap de tre återstående veckorna för jag trivs att komma hit och träffa er.

Edit

Hej! Jag heter Edit och är 21 år gammal. Jag studerar till socionom på Lunds universitet och är just nu inne på min femte termin. I socionomprogrammet ingår det att alla socionomstudenter på sin femte termin har VFU (verksamhetsförlagd utbildning) för att praktisera socialt arbete. Jag fick äran av att ha min praktik hos er (Falkenberg's Fontänhus)! Jag kommer att ha praktik i 17 veckor och ser verkligen fram emot att få lära känna alla på Fontänhuset och all kunskap jag kommer att få lära mig.

När jag fick veta att jag skulle ha min praktik på Fontänhuset blev jag till en början lite besviken då jag hade en förhoppning om att få göra min praktik på Socialtjänsten och för att jag faktiskt inte hade någon kunskap om vad Fontänhuset är eller gör. Men efter att ha spenderat en vecka här, är jag mer än nöjd samt tacksam att jag får göra min praktikplats på Fontänhuset och inte på socialtjänsten. Det känns som att kunskapen och erfarenheten som jag kommer att få med mig härifrån, kommer vara betydelsefull och lärorik oavsett vart jag kommer arbeta i framtiden.

Efter att bara ha varit här i en vecka upplever jag Fontänhuset som en bra och viktig verksamhet. Det är väldigt fint att se gemenskapen som finns mellan medlemmar och handledare samt vad Fontänhuset kan betyda för medlemmars livssituation. Jag känner mig väldigt välkomnad av alla, av både handledare och medlemmar och det gör det extra roligt att få vara just här. Hugg gärna tag i mig för en kaffe, eller för en pratstund. Jag pratar gärna!

Mer om mig?

Jag är uppvuxen och bor i Halmstad. Jag bor tillsammans med min pojkvän, Gustav, som också studerar. Vi har tillsammans två katter som heter Bagheera och Mini. När jag inte pluggar eller hänger här (Fontänhuset) tränar

jag eller umgås med min familjs nya tillskott, Gösta, som är en pudelvalp. Jag vill utbilda mig till socionom för att jag alltid har velat arbeta och hjälpa människor på ett eller annat sätt. Socionomutbildningen ger mig mycket valmöjligheter och jag hoppas att få kunna arbeta som kurator i framtiden.

FEM SNABBA

Kaffe/ Te

Hund/ Katt

Sommar/Vinter

Pepsi/ Cola (zero)

Morgonmänniska/ Kvällsmänniska



Felicia Torres



OM MIG

Mitt namn är Felicia Torres och jag är 24 år. Jag läser till socionom på Lunds universitet och går nu min femte termin. Under våren 2022 har jag 17 veckors praktik och jag har fördelen att få göra denna på Fontänhuset i Falkenberg!

Jag är uppväxt i Varberg med gångavstånd till både stad och hav. Trots närheten till västkustens guld Klimpar har jag spenderat mestadels av min tid ute på landet. Jag har ridit sen jag var barn och när jag var 13 år fick jag min häst Ted. För fyra år sedan flyttade jag till Skåne för att arbeta med hästar och gjorde detta i 1.5 år innan jag bestämde mig för att börja studera till socionom.

TANKAR OM FONTÄNHUSET

När vi skulle bli tilldelade en praktikplats blev jag först placerad på ett HVB-hem i Malmö. På grund av Corona och personalbrist blev detta inställt och jag var på nytt på jakt efter en verksamhet. Jag fick genom klasskompisar reda på att det fanns en ledig plats på Fontänhuset och ringde direkt till min lärare och visade mitt intresse att få spendera våren här. Jag har tidigare hört talas om verksamheten och kände direkt att detta var platsen för mig. Jag är väldigt glad att få vara här, träffa alla härliga medlemmar och lära mig så mycket som möjligt!

FRAMTIDSPLANER

När jag är färdig socionom vill jag gärna först testa på att arbeta på många olika verksamheter för att lära mig så mycket som möjligt om det sociala arbetet och dess problemområden. Efter detta är drömmen att vidareutbilda mig till psykoterapeut för att få behandlingsbehörighet. Eftersom att jag är väldigt intresserad av djur och jag upplever att det många gånger hjälper mig med min mentala

hälsa vill jag gärna kunna använda hästar eller hundar i behandlingssyfte. 15 år fram i tiden har jag gärna en egen gård där personer med psykisk ohälsa eller annan problematik kan komma ut och genomgå någon typ av terapi eller behandling där djur är en stor del av rehabiliteringen. Jag hoppas att det finns intresse för detta och att jag får hjälpa många människor att må bättre under mina år i arbetslivet.

FEM SNABBA

Stan / Landet

Fest / Hemmakväll

Glass / Chips

Solsemester / Skidsemester

Morgonmänniska / Kvällsmänniska

ADNANS TOMATSOPPA

Recept av: Adnan

Till 3 portioner

Ingredienser:

- 1 msk rapsolja eller matolja
- 1 gul lök
- 1 paprika
- 2 kvisttomater
- ½ dl ris
- 1 msk allkrydda Vegeta, finns på Willlys)
- 1 krm salt
- 3 dl matgrädde
- 4 dl mjölk

Gör så här:

Sätt ugnen på 200 grader. Lägg oljan i en form, hacka löken fint, hacka paprikan, hacka **tomaterna, blanda**, lägg på ris, salt och allkrydda, blanda och lägg i formen. Lägg in i ugnen i ca 30 minuter, lägg på grädde och mjölk därefter, låt stå i ugnen 15 minuter till. Servera med bröd.



VANILJSÅS

Ingredienser:

- 1 Vaniljstång
- 1 dl Mjölk
- 1,5 dl Vispgrädde
- 5 msk Socker
- 3 Äggulor



Tillagning:

Dela vaniljstången på längden och skrapa ut fröna i en kastrull. Tillsätt mjölken och vispgrädden. Låt det koka upp.

Rör ihop sockret och äggulorna i en annan kastrull. Vispa ner vanilj/grädd mjölken och låt allt sjuda på svag värme i några minuter under omrörning. Sila såsen och ställ den kallt för att svalna.

Du kan också använda färdig vaniljsås eller vaniljvisp.

RABARBERPAJ

Till 6 portioner 225°C

Ingredienser:

- 2 dl Vetemjöl
- 2 msk Strösocker (till rabarberstjälkarna)
- 100 g Smör
- 4 st Rabarberstjälkar (500g)
- 1,5 dl strösocker
- 1 msk Potatismjöl

Gör så här:

Lägg mjöl och socker i en skål. Tillsätt smöret skuret i bitar. Blanda ihop till en smulig massa. Skala och skär rabarberstjälkarna. Blanda rabarberbitarna med socker och potatismjöl. Lägg ut rabarbern i en smord ungsäker form och fördela smuldegen över. Grädda i mitten av ugnen ca 20 minuter.

Anders vitsar

-Varför kommer röstande in två och två, samt har med sig sina husdjur?

-Val-par.

Äppelmos

Potatismos

Plättermos



Om jag skulle välja färg till TV-presentationen skulle jag tablå.

-Hur kröker man en fis?
-På ett fiskrökeri.

Den ene kannibalen till den andre:

-Jag gillar inte din fru.

-Men åt upp potatisen åtminstone.

Kannibalen sökte god man, missade huvudrätten och fick kalla handen.

Det har skett ett styckmord i Sydafrika, det var Nelson Man dela.

FONTÄNHUSRÖRELSEN

Vårt Fontänhus i Falkenberg är en plats och gemenskap för personer med olika erfarenheter av psykisk ohälsa. Tillsammans berikar vi varandra och skapar en miljö där fokus ligger på det friska istället för det sjuka, det fungerande istället för dysfunktion- alitet. Vi är alla här för att vi vill det och vi tror att vi med denna frivillighet kan komma långt. I vårt hus på Storgatan 71 har vi ett kök där vi varje dag lagar vår egen lunch och ibland bakar något gott.

På andra våningen har vi ett kontor där vi bland annat jobbar på vår tidning och med vår hemsida. Vi har en ateljé för skapande och en trädgård att sköta om. Vem du än är och vilken bakgrund du än har uppmuntrar vi dig att delta i husets alla aktiviteter. Oftast hittar dock den enskilde sitt gebit. Vårt Fontänhus är samtidigt en del av ett större internation- ellt nätverk med verksamhet i över 30 länder.

Våra dagar liknar dem som gäller i arbetslivet, med gemensamma möten och beslutsprocesser. Vi har öppet nästintill varje dag under hela året, för att göra vår gemenskap tillgänglig för så många som möjligt. Vi finns för dig oavsett ditt mående och livssituation, även om du går vidare i arbete eller studier eller inte.

Vi ser varje dag hur denna gemenskap med me- ningsfullt arbete skapar förändring hos våra med- lemmar. Det är en utveckling som består även utan- för husets verksamhet och tar sig uttryck i t.ex. minskad isolering, mindre behov av medicin och vårdkontakt. Framför allt upplever sig många få ett större självförtroende och en högre grad av själv- ständighet. Här får du ett sammanhang att växa i. Vår metod är beprövad, den är frivillig - och den fungerar!



STÖD VÅR VERKSAMHET

Vi är en ideell förening och som sådan är vi i behov av stöttning från andra samhällsaktörer, som stat och kommun men inte minst våra stödmedlemmar och de lokala företag som tillsammans med oss vill bidra till en bättre psykisk hälsa i Falkenberg.

Varje enskilt bidrag är viktigt och hjälper oss bibehålla en kontinuitet i verksamheten och i den gemenskap som är så viktig för så många.



Privatperson

300 kr / år

Organisation

500 kr / år

Företag

1000 kr / år

Bankgiro: 5270 – 6207
Swish: 123 108 12 72



Inbetalningen ska gå till Falkenbergs Fontänhus Vänner. Kom ihåg att ange ditt namn och den adress dit du vill att vi ska skicka vår tidning.

Som ett litet tack får du denna vår tidning som utkommer cirka 4 gånger om året. I Fontänhuskällan berättar vi medlemmar om vad som händer i vår verksamhet. Där delar vi även med oss av våra olika berättelser och erfarenheter. Du blir dessutom bjuden till vår sommarfest i trädgården där du får tillfälle att lära känna oss bättre.

Bor du inte i Falkenberg? Kanske finns det ett annat hus i närheten. Surfa in på sverigesfontanhus.se för att hitta till ditt närmaste klubbhus!



VI TACKAR VÅRA VÄRDEFULLA SPONSORER FÖR ÅRET SOM GÅTT.

Gekås
ULLARED

SYSTEM
HALL

WILLY:S



**Falkenbergs
kommun**

KÖTT & CHARK
Thuresson

 **SCOTT BADER**

FA-TEC

REJMES
HALLAND

EYENDA
FALKENBERGS KÖPCENTER

saxcesse



Rotary



Grand Hotel
FALKENBERG

Falkenbergs Sparbank



ICA
KVANTUM
Falkenberg



ELON

Svenska kyrkan 

KL Kontorsleverantören

FingerPrints
Reklam
WWW.FINGERPRINTS.NU



VINBERGS
MEKANISKA


ODD FELLOW
ORDEN

ICA
Supermarket
Skrea strand

Clean Machine
STÄDMASKINER



KEM
BAREN

