

VÅREN

Nr. 1 2013



Fontenehuset, det gode fellesskap

FONTENENYTT

Husavis for Fontenehuset Stavanger (etabl. 1995)



Statssekretær Cecilie Bjelland:
– viktig at mennesker ikke
kobles av arbeidslivet, side 12

Media-
gruppen
knipser
Stavanger
se side 11



Ung voksen? **We want you!** Ring og meld deg på våre
ferske omvisninger for unge voksne, så ser du om vi passer deg.



Spiren til årets kjøkkenhage er lagt, se bilder side 10



FONTENEHUSET STAVANGER
Adresse: St. Svithuns gate 37, 4008 Stavanger
Telefon: 51 53 53 93

Org. nr. 971 338 709
www.fontenehuset.org
post@fontenehuset.org
Kontonr: 9685.05.50481



LEDER V/CECILIA WIIK



Våren er forsinket i Rogaland. På denne tid pleier vi å ha grønne plener, krokus som blomstrer, og bøndene har plantet ut sine grønnsaker. Agronomen vår fant råd og tok initiativ til å holde kjøkkenhagekurs to dager i mars, det ble sådd i "minidrivhus" innendørs, og slik sørget kursdeltakerne å få frem litt vårstemning, mens kuldegradene ikke vil vike enda på en stund. Dette stopper ikke en av våre gode hagehjelpere som jevnt og trutt kapper opp greiner og kvister, raker løv og ser etter vårtegn. Et par snøklodder har karret seg gjennom frostlaget og står fint under skiltet vårt og hilser oss ved inngangspartiet ☺

Enda mer innendørsfokus, nå som hagen vår er satt på hvil. Arbeidsmiljø har fått et sterkere fokus nå som medarbeider, medlem og styreleder hadde mye om dette i pensum på TC3-opplæringen i Toronto i fjor. Arbeidsmiljøkveld har vi hatt, *Trivselsrettighetene* våre er gått

gjennom videreutviklet—nå er vi alle veldig fokusert på Det gode miljø, noe du kan lese mer om i dette nummer av Fontenenytt.

Videre satser vi på *Unge voksne*. Media-gruppe er etablert og nå er det bare å få påsken unna før vi inviterer til felles gruppeomvisninger for denne målgruppen. Sammen skal vi brette opp ermene for å få flere unge voksne til huset og da må arbeidsoppgaver og aktiviteter gjennomgås, justeres og utvikles. Enhetene vil presentere sine tanker omkring dette i temahusmøte i april, og så håper vi at nye unge medlemmer vil hjelpe oss med å se på fontenehuset med et nytt friskt

«alt i alt er vi alle veldig fokusert på Det gode miljø»

blikk slik at huset myldrer igjen.

Ellers er det tiden for å rapportere om økonomiske midler og søke nye for enda et driftsår. Det er viktig å få nok midler slik at vi kan få kompetanseutvikling på alle nivåer.

Det er en gulrot både for medlemmer og ansatte å kunne delta på kurs og konferanser med tema som er viktige for huset vårt og ikke minst den enkeltes utvikling.

Videre ønsker vi fortsatt sosiale samlinger, og satser også i år på hyttetur,

som en del av sommerprogrammet, Danmarkstur og fontenehusbesøk Oslo, Bergen? Å møtes også på arenaer utenfor huset er et viktig for å vedlikeholde klubbhusfellesskapet.

Et av kommunens aktivitetssenter har invitert oss til fotballturnering i juni. Hadde vært artig om vi får på plass noen motstandere til dem og øvrige deltakere. I den anledning er vi har forespurt om å arrangere etterfesten på Fontenehuset, noe som kan blir utfordrende, men gøy ☺

Cecilie Bjelland, ny statssekretær, er intervjuobjektet vårt i dette nummer. Hun er positiv til Fontenehuset – tørr en håpe på at hun kan bli den "hjelper" vi trenger inn i *Statsbudsjettet*?

Til slutt vil jeg takke alle, medlemmer så vel som ansatte samt styret vårt for en bra start på året og ønsker dere alle

God Påske!



PÅ FONTENEHUSET KAN LIVET GI MENING

Ønsker du å komme ut av den situasjon du for tiden er i? Trenger du eller en bekjent å fylle dagene med nyttig og interessant innhold? Har du behov for å bidra, føle deg verdsatt og bli sett?

Fontenehuset Stavanger er et bruker medvirket klubbhus som drives etter en internasjonal modell, hvor arbeid er i fokus. Vi er til for deg som definerer deg som en som sliter psykisk. Vi verken spør eller forholder oss til din eventuelle diagnose eller fortid. Hos oss er din nåtid i fokus og at du ønsker å komme videre — bli inspirert!

Virker noe av dette spennende?

- Få hjelp med jobbsøknader, delta på kurs og inspirere andre med det du kan?
- Treffe nye mennesker?
- Planlegge mat, gjøre innkjøp, servere og rydde?
- Drive "hus kaféen"?
- Utgi avis, lage reportasjer, intervjuer, fotografere, illustrere?
- Delta i kontorarbeid, hagearbeid og vedlikehold?

Ta kontakt for en omvisning!

Et sted å være

Det er et sted i Stavanger by

Hvor jeg kan søke ly.

Er jeg glad eller lei, så kan jeg være meg

Slippe å gå ensomhetens vei

Der treffer jeg noen som trøster meg

Og noen som sier jobb for meg

Jeg kan være til nytte, skrive eller male

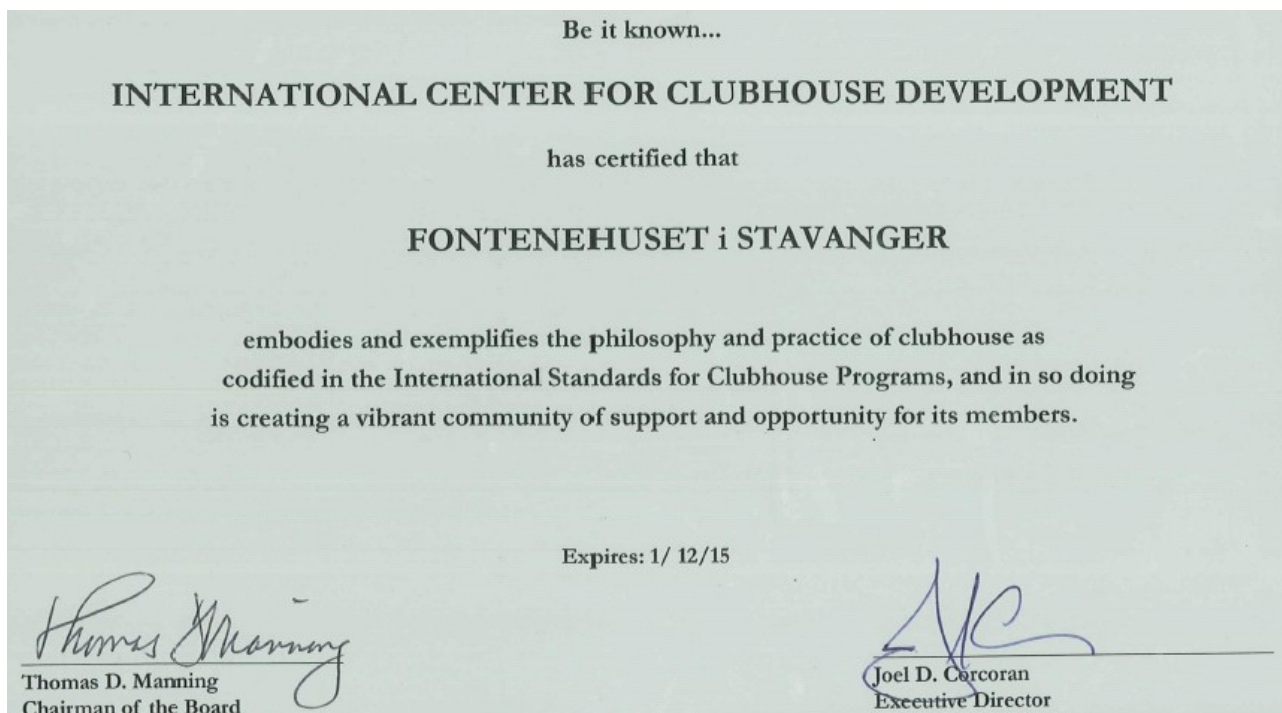
Men uansett er jeg bare meg.

Signe

VI HAR JOBBET FREM DETTE NUMMER

Jan, Arlene, Torleif, Vanja, Knut M, Tor, Lasse, Valborg, Linn C, Chris, Grete, Cecilia, June, Johan

3-ÅRIG GODKJENNELSE I HAVN!



MINNEORD ANDREAS LENGAUER 15.05.66 – 28.12.12

Et rolig og ettertenksomt sinn har vandret, ditt liv ble kort. Jeg har kjent deg i 10 år, både på godt og vondt, men mest på det gode.

Da du kom innom Fontenehuset så sa jeg "Hei Andreas, kjekt å se deg". "Det samme til deg", sa du, og ikke minst ditt smil, som smitter over på andre.

Du var en stille og rolig kar, og i

dine brune øyne følte jeg at der var et rop om hjelp fra deg. Du slet med dine plager og tanker. Men godt vi var der for hverandre.

Du var veldig flink til å male oljemalerier. Det hadde du nok etter din far som var en stor kunstner.

Vi vil takke deg for alt det gode vi hadde sammen. Minnes deg i stillhet, og du er dypt savnet av oss

alle.

Vi lyser fred over ditt minne. Hvil i fred Andreas.

Fra styrerepresentant Arlene Hel-land, m/medlemmer og ansatte på Fontenehuset

4 PÅ HUSET: – HVA BETYR VÅREN FOR DEG?

June

Sol, bedre humør, spirer og gror, lysere tider. Snøkløkene kommer



Petter

Varme, glede, føler seg friskere psykisk. Reise litt, eventuelt til Sverige



Linn Camilla

Varme, bilder og mange glade folk. Sol og glede.



Frode

Lysere dager, er voksende positivt. Følelser brer seg i folk. Fuglene synger, blomstene kommer. Får se mer av sola.



OVERGANGSARBEID

På overgangsplassene vi har går det som det suser for tiden. Hvis det er noen som har lyst til å være vikar og få opplæring på en av plassene er det bare å ta kontakt med Grete.

InBusiness: 3t kantine og vasking, IVAR: 2t kantine

Arbeid, utdanning og resepsjon

Stillingen på IVAR blir ledig 16. mai, mens den på InBusiness er ledig fra 2. juli. Vi jobber for tiden med en ny brosjyre, så hvis noen føler seg kallet og føler seg litt kreativ, kan en komme og være med på dette.

Engelskkurset går som vanlig på mandagene fra kl.14.30-15.00, og det er plass til flere her.

KURS I MINDFULNESS

Psykolog Svein Gran var på en av kulturkveldene i februar og holdt foredrag om Mindfulness, eller «Oppmerksomt nærvær» som det kan kalles på norsk.

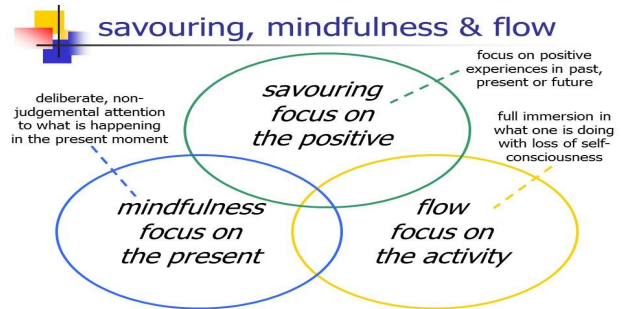
Det blir kurs på fredager kl 15-17 på Fontenehuset i april, hvis det er mange nok interesserte. Det må være minst 5-15 deltagere på kurset.

Det blir en egenandel på kr 500 for hele kurset. Egenandelen blir eventuelt refundert.

Meld dere på!



51 53 53 93



MEDIAGRUPPEN OG UNGE VOKSNE

Mediagruppen er i full sving, og Linn Camilla har nettopp fått forlenget sitt prosjekt for tre nye måneder. Mange har merket fruktene av denne gruppen, frukter som internavisen Fonteneukepost som kommer ut hver uke, og filmingen/intervjuene som skjer jevnlig. Her er det mulighet for trening både som intervjuer og intervjuobjekt. Gruppen arbeider trutt hele uken, og har ett ukentlig møte hver fredag kl. 14. Interesserte bes ta kontakt

med Linn Camilla eller Torleif. Du som liker å ta bilder oppfordres til å delta i den ukentlige fotokonkurransen.

Snart blir det filmredigering og produksjon av en kortfilm som vi vil bruke i markedsføringen. Nytt av året er en spesielt stor satsning på unge voksne. Omvisninger for unge voksne starter opp 8. april.



51 53 53 93



Kontor

SLUTTORD FRA STUDENTEN VÅR

Da var tiden min på Fontenehuset over. Dermed vil jeg takke for meg. Det har vært noen kjekke måneder sammen med dere. Jeg kommer til å huske hver og en av dere, gode minner og gode samtaler

Det har vært kjekt å lære om fontenehusmodellen og se hvordan den fungerer i hverdagen. Jeg må innrømme jeg aldri hadde hørt om Fontenehuset tidligere. Så det har vært spennende og en lærerik prosess for meg.

Som de fleste har fått med seg, har jeg vært en del av mediagruppen. Denne gruppen jobber mot å få promotert Fontenehuset utad, men også for å ta bilder og film vi kan bruke innad på fontenehuset. Mediagruppen er en plass en kan lære noe nytt, friske opp kunnskaper eller lære fra seg. Det har vært lærerikt å få være en del av denne gruppen. Jeg vil takke medlemmene som har kommet på møtene, men spesielt vil jeg takke Linn Camilla for samarbeidet.

Da gjenstår det bare for meg å ønske dere lykke til fremover.

Vennlig hilsen June



FILMVISNING *ET ROM UTEN UTSIKT*



Et rom uten utsikt er en autentisk kortfilm som bryter tabuer og skildrer hva mobbing kan føre til, og hvordan hovedpersonen Silje Marie Strandberg jobbet seg tilbake til et fullverdig liv etter 10 års innleggelse i psykiatrien.

Vi har sett filmen 2 ganger her på Fontenehuset. På en kulturkveld i februar og på dagtid 12. mars. Det er en sterk film. Silje Marie ble utsatt for mobbing og utestengelse på skolen. Det er en sann historie, og det var forferdelig å se hva hennes jevnaldrende jenter med «oppfinnsom» ondskap utsatte henne for. Lærerne grep aldri inn, selv om de må ha forstått hva som skjedde. De så bare forbi, og de var vel konfliktsky.

Skoler, organisasjoner og menigheter i hele landet har bestilt "*Et rom uten utsikt*" til bruk i undervisning og som utgangspunkt for samtale om mobbing. Filmen er registrert av Inger Lene Stordrange og co-regissert av Silje Marie Strandberg.

Silje Marie Strandberg



Silje Marie Strandberg er blitt en populær foredragsholder, og filmen ble vist på Verdensdagen for psykisk helse i 2012.

Filmen varer i ca 12 minutter. Du kan se reklame for den på YouTube.

KnutM

DANMARKSTUREN ER I BOKS!

Arlene og Linn Camilla har skaffet cruisebilletter til inntil 20 personer på 5 lugarer, så nå kan de som meldt interesse glede seg. Dere som ikke enda har meldt interesse, bes ta kontakt med en av dem. En lav egenandel (skatter og avgifter) må påregnes.

GI OSS I DAG VÅRT DAGLIGE SMIL

Har du hørt om han som ikke ville på gamlehjem, fordi han aldri hadde hørt om noen som kom levende ut igjen? (levert av Valborg)



To fugler sitter i et tre og snakker sammen da den ene tilkjennegir: Jeg er i villrede, jeg vet ikke hvor jeg skal bygge mitt rede. Det er jo reder på hver eneste gren allerede. Da svarer den andre overbevisende. Bygg ditt rede på Stortinget, for der er det ingen som har rede på noe.

Tre små barn, to jenter og en gutt holdt på å leke da en eldre herre kom forbi. Hva leker dere? Vi leker bryllup. Jaså, hvem er bruden? Det er jeg, svarte den eldste jenta. Og jeg er brudepike, svarte den yngste. Så du er brudgommen, sa mannen og pekte på gutten? Jeg nei, svarte denne, jeg er prest jeg. Men har dere ikke noen brudgom da? Nei, svarte gutten, dette er et bryllup i all enkelhet

Nei, sukket gamle Marta. Det var annerledes i gamle dager. Ja, stemte hennes venninne i. Før i tiden da jeg gikk til legen, fikk jeg beskjed om å ta av meg alle klærne. I dag ber doktoren meg bare om å rekke fram tungen.

(levert av Arlene)

Menneskene er noen rare størrelser: De spiser uten å være sultne, de drikker uten å være tørste, og prater uten å ha noe å si. (levert av Johan)

MILJØKVELD 30/1

16 friske og opplagte medlemmer og ansatte var samlet for å diskutere arbeidsmiljøet vårt denne kvelden. Som inspirasjon ble det lest opp to artikler som ble utdelt under opplæringen ved Progress Place i Toronto i fjor høst. Disse hadde blitt oversatt til norsk på vårt hus.



Følgende tema ble diskutert (svarene er satt punktvis under overskriftene):



Første artikkel, som ble publisert i julenummeret av Fonteneytt, handlet om frivilligheten ved klubbhusene. Denne frivilligheten ble beskrevet som total, og tilgjengelige oppgaver måtte være meningsfulle og bli tatt på det dypeste alvor av alle. Artikkelen gikk på arbeidsorientert dag, og forsøkte å formidle hvorfor arbeid fungerer. Begge artiklene var skrevet av erfarne tillitspersoner fra fontenehuset i New York, et av de ledende klubbhusene i verden.

Etter opplesningen ble det åpnet for en kort spørsmåls-



runde, og etter denne ble det servert en herlig Chili con Carne med dessert, kaffe og kaker. Gode og mette samlet 14 seg til andre runde (tre hadde gått, mens en ny kom til).

Hva er arbeid for deg?

- Selvrealisering
- Samfunnstilknytning og samfunnsdeltakelse (både klubbhus-samfunnet og samfunnet utenfor)
- Holder kroppen og psyken i gang
- Følelse av å være nyttig og kunne glede andre
- Læring/utvikling
- God samvittighet
- Forbedring av samfunnet
- Å trives/være engasjert/interessert
- Lønn – penger
- En god sjef
- Tilfredshet med eget arbeid (mestring)
- Arbeidsglede



Forslag til vårt klubbhus:

- Snakke direkte med den det gjelder
- Åpenhet om hvem som mener hva om hvem: ikke koble inn en mellomperson som siden bringer informasjon anonymt
- Oppmerksom på andre, være høflig og god mot andre
- Disiplin på enhetsmøter og husmøter (holde seg til programmet)

Møtet ble avsluttet kl. 1900.



VÅREN ER PÅ VEI – HVA SKJER?

Ja hva skjer når kong vinter begynner å lukke igjen døren sin og når våren åpner sin dør i byen Stavanger og i vårt langstrakte land?

Jo, først å fremst så treffer man på sine naboer, bekjente og venner som begynner å være mer ute enn inne. Man kan beskue hverandre og tenke inni seg: Nei, hvor tjukk du har blitt, jeg tror du må slanke deg litt..... eller: Nei, hvor tynn du har blitt, jeg tror du må legge på deg litt eller: Nei, så fin du har blitt, har du tatt botox igjen..... osv., osv. Uansett rart er det hva en lang og mørk høst og vinter kan gjøre med oss mennesker.

Hva skjer? Vi "kryper" ut av våre hjem og skjulesteder og legger vekk vintertøy og sko, nå er det tid for å gå "bananas" i klesbutikken. Ting fra i fjor, nei det skal vi ikke bruke. Nå er det: NYTT, NYTT og atter nytt i garderoben, i stuen, på soverommet og bad. Jeg personlig må si at samfunnet har blitt et bruk-og-kast-samfunn. Jeg synes at vi må ta mer vare på ting som vi kjøper av duppeditter, klær og interiør. Så her forrige dagen på FRETEx sitt utsalg med mye flott av klær og interiør, ting som knapt nok var brukt.

Hva skjer? Humøret til oss mennesker endres når det blir vår og vinteren slipper taket. Psyken og det innvendig til de fleste av oss

blir bedre. Føler vel at man blir vennligere mot hverandre og man ser mer positivt på tilværelsen og livet.

Hva skjer? Dagene blir lysere og kvelden blir lysere og våre små og store trekkfugler kommer tilbake og er klare for nok en sesong i vårt langstrakte land.

Hva skjer? Solen står lavt og titter inn på vinduer og gulv og da får man se hvor "møkkete" og skittent det er. Skulle tro man ikke gjorde rent her og der.

Hva skjer? Sikkert vårtegn er at alt vårt søppel som vi har kastet i busk og kratt samt andre ting langs grøftekanter og veier. Er det rart at det blir flere og flere dyr som vi ikke liker i vårt nabolag og andre steder? Tenker på de



"koselige" rottene. Vi er til tider ganske sløve med å plukke og å kaste søppel der det skal være. Våren hadde vært mye bedre hvis

vi kastet søppel og annet de steder som det skal ligge. Synes vel at f.eks et gammelt fjernsyn ikke har noe i en grøftekant å gjøre.

Passer liksom ikke inn i fine busker og blomster.

Hva skjer? Når dette bladet er i trykken så er det påske og vi er klare for noen fredfulle dager (forhåpentligvis) i byen, nær sjøen eller på fjellet. Uansett hvilken tro man har, utseende, kjønn og hvilken legning man har så er det påsken, våren og den tiden som kommer en fin herlig tid. La oss nyte det sammen og la solen skinne hvor hen du er. God Påske og ha en god vår,

hilsen André



EN ANNEN HISTORIE: OM MUHAMMED OG HANS BARNDOM



LIDELSE: Muhammeds vei kan relateres til kristendommens lidelseshistorie, skriver forfatteren.

Historien forteller om arabernes handelsmakt, men også om menneskeofringer og menneskehandel i Muhammeds tid.

På grunnlag av forhandlinger og giftermål mellom Muhammeds far og Amina, ble islams egen profet født. Fødselen var et resultat av forhandlinger, hvor den opprinnelige intensjonen for faren var å "ofre" en

av sine sønner. Han ble motarbeidet, og ombestemte seg senere.

Barnet var utvalgt av Allah, og dette ble proklamert til og med ovenfor jødene. Historien er ikke veldig ulik historien om Abraham.

Muhammeds far, Abdullah, døde paradoksalt nok før sønnen som ble til på grunn av forhandlingene, et underlig svar på Muhammeds skjebne. Muhammed ble et diebarn av Halima, fra en nomadestamme, i en tid det hersket stor nød i noma-

destammene. Halima trengte de pengene hun kunne "få".

Da det kom pest til Mekka, ville hun ha gutten hos seg, og de flyktet. Senere ble onkelen til profeten spurt av en munk, om å ta med Muhammed hjem igjen. Munken fryktet at jødene som hadde vært forfulgt av arabere, nå skulle ta hevn.

Muhammed var forventet å være sannferdig og pålitelig, og mange opplevde at han også var det.

Senere møtte han Khadija som fødte Muhammed tre sønner.

Muhammed var utsatt for risiko pga. en konflikt mellom de lærde, for å sette den svarte steinen, Kaaba, på plass. Han klarte likevel å oppnå enigheten som møtte profeten.

Han sa selv etter å ha møtt engelen Gabriel og fikk åpenbart Koranen, "Og da jeg våknet fra sønnen, var det som om disse ordene var skrevet inn i mitt hjerte."

Historien om Muhammed slik vi kjenner den i dag, har blitt overlevert muntlig, man har tatt vekk ting som er upassende og irrelevant og noen ganger også tilføyd opplysninger og enkelthistorier. For mange av oss kan historien om Muhammed oppfattes som en dobbel akse til kristendommens lidelseshistorie om Jesus, som kan bidra til refleksjon og analyse rundt Muhammed som tenker—og konfliktene knyttet til islams møte med andre religioner i Midt-Østen.

Skrevet av Vanja



VEIEN VIDERE ETTER INNLEGGELSE I PSYKIATRIEN



UTSKREVET: Tiden etter en innleggelse kan være vanskelig for mange, ikke minst økonomisk.

Psykisk syke pasienter utskrives ofte med liten oppfølging etter innleggelse. Noen steder i Norge må man vente i flere måneder på time hos psykolog eller psykiater.

Døren åpnes, og det var det. Noen ganger står man der bare med noen plastposer. Du må hjelpe deg selv. Bare de som er ressurssterke, eller de som har ressurssterke familier, klarer å finne fram i systemet på egen hånd, hvis det i det hele tatt er et system som tar i mot deg. Du må være frisk for å finne ut av ting. Ettervern, hva er det?

Mange får økonomiske problemer etter innleggelse, har ingenting, ingen oppsparte midler eller lønn, og ingen jobb å gå til. Og mange mangler et botilbud.

Psykisk sykdom er ikke selvforstyldt.

Kriminelle som har sittet i fengsel har ofte et mye bedre tilbud når de skal ut i samfunnet igjen. Taxien står kanskje og venter, og et botilbud er klart. I fengselet har de fått utdanning, eller har arbeidet og har fått lønn. Kriminalomsorgen står klar med rettledning og for-

skjellige tilbud.

Hva med psykiatrien? Skal den også snart tas på alvor?

Skrevet av Arlene og KnutM

***- Skal man hjelpe en annen, må
man først finne ut hvor han er, og
møte ham der. Dette er det første
bud i all sann hjelpekunst.***

Søren Kierkegaard

GRØNNSSAKS- OG HAGEKURS MED SÅING AV FRØ



EN UKE SENERE



VÅRSTEMNING FRA MEDIAGRUPPEN



BREIDABLIKK: Blå himmel over Breidablikk en marsdag.



HAGEN VÅR: Snøklokkene drister seg opp.



BURSDA' Linn Camilla og Valborg denne gang.



VANSKEDUGNAD: Kjøkkenet skal skinne mer enn noensinne.



TEMAFOTO: Jugendhus i nærområdet.

CECILIE BJELLAND INNTAR ARBEIDSDEPARTEMENTET



GJEST FRA REGJERINGEN: Kristine (t.v.) og Erling sto for intervju og filming under det trivelige besøket.

- **Hva slags kjennskap har du til psykiske utfordringer?** - En del fordi jeg har lært om det gjennom jobben som jeg har hatt, men en del har jeg også lært som menneske, selvopplevelse eller i bekjentskapskrets.

- **Arbeid for alle er et hovedsatsningsområde for denne regjeringen. Hvordan tenker du at mennesker som sliter psykisk best kan inkluderes i arbeidslivet?** - Kort, så tror jeg at noe av det viktigste er å sørge for å få folk "koblet på", og at de ikke blir "heftet av" – både i forhold til utdanning og arbeid. Vi skal tilrettelegge slik at folk får mulighet for utdanning, samt være i arbeidslivet. Dette er det som er fint

med Fontenehuset. Folk som allerede er i jobb og får psykiske utfordringer, må fortsette å holde en kontakt med arbeidsplassen, og ikke gå i isolasjon i en langtidssykemelding.

- **Et annet hovedsatsningsområde for regjeringen er rettferdig økonomisk fordeling. «Slik at alle kan få lov til å leve et godt liv ut fra sine muligheter», sier du til Aftenbladet 1. mars. Hva legger du i dette?**

- 1. At alle skal ha en lønn og en stillingsprosent å leve av – derfor er det viktig med rett til hel stilling 2. Alle skal kunne dekke sitt daglige behov, enten det er bolig, fami-

liekostnader eller transport. Jeg mener trepartsmodellen (arbeidstaker – arbeidsgiver og stat samarbeider) er viktig – fordi modellen sikrer at alle blir løftet, og ivarettatt.

3. Jeg tror på en fordeling av ressursene, for et samfunn med store forskjeller mellom fattig og rik svekker tryggheten og limet mellom menneskene. Derfor støtter jeg progressiv beskatning, og ordninger som sikrer et anstendig nivå for alle, og spesielt ivaretar barna.

4. Regjeringen har satset på bekjempelse av fattigdom. Det er en vanskelig kamp, men vi ser at mange får det bedre, og det er en kamp vi aldri har lov til å gi opp.

- **Fontenehuset har en sterk arbeidsorientering, og som et av sine hovedmål å bidra til at mennesker som sliter psykisk får adgang til arbeidslivet. Overgangsarbeid er ett av våre redskaper. Gjennom dette gis mennesker som sliter psykisk tilbud om arbeidstrening, og får tariff lønn. Hva tenker du om dette?**

- Jeg synes det er kjempeflott, og fontenehusene og arbeidet som foregår her, har derfor også vært støttet av denne regjeringen (den rødgrønne). Vi har økt innsatsen til fontenehusene – nettopp fordi det er viktig at mennesker ikke kobles av arbeidslivet, men at vi søker nye muligheter og forskjellige modeller. Fontenehuset passer for noen,

andre tiltak passer for andre – vi må ha en spredning med ulike tiltak.

- **Kunne du tenke deg å jobbe for å styrke fontenehusenes mulighet for å drive arbeidsmarkedstiltak, og hvordan?**

- Ja! Og som politiker i Stavanger har vi i Ap lagt frem alternativt budsjettforslag der støtten til Fontenehuset ble styrket. I tillegg tror jeg på fremsnakk, trekke frem de gode eksemplene, som det arbeidet som blir gjort i Fontenehuset.

- **Hva kjenner du ellers til om fontenehusmodellen, og hvilken formening har du om denne?**

- Jeg synes det er spennende modell, men også en krevende modell, fordi den krever mye av brukere og ansatte. Det at alle er likestilte, er likevel et utgangspunkt som jeg tror er veldig godt.

- **Ap-kvinne, jurist og økonom fra Tananger? Vil vi se et østkantimage fremover?**

- Definitely not!, sier Cecilie og ler. - Jeg kan si jeg er fra Jæren, oppvokst på Sola, bodde mange år i Stavanger. Det ligger noe i genene mine, når det spirer og gror på Jæren, kribler det i meg. Det er noe med det å se havet, høre skarredialekten, høre folk som tør å si sin mening rett ut. Når jeg hører vibå, blir jeg lykkelig.

Intervjuer: Erling

Spørsmål: Jan, Knut og Torleif

HVORFOR ARBEID FUNGERER

- Etter hvert som vi har fått erfaring fra flere og flere forskjellige klubbhus, og forsøkt å lande på en forståelse av hva som er grunnleggende elementer i et klubbhus, er det spesielt én viktig ingrediens vi har festet oss ved, som gjentar seg gang på gang. Mange av oss har erfart å komme inn i et klubbhus og med det samme kjenne et pust av liv, en følelse av vitalitet og aktivitet, og vekst. Det gir en umiddelbar følelse av helse og håp når vi ikke kan se forskjell på medlemmer og ansatte, og alle jobber med klubb-

husaktiviteter som tas på det største alvor av hele huset. Og mange av oss har også vært i klubbhus som, til tross for at de har alt et klubbhus teknisk sett skal ha, utstråler en mer stillestående atmosfære, som ved et sykehus eller et dagsenter. Dess mer vi gjenopplever disse to erfaringene, dess mer forstår vi at den radikale

«Det føltes for meg som at Fontenehuset var i ferd med å gi opp, og innta en holdning at mennesker aldri blir bedre»

forskjellen mellom disse to variantene utgjør et fundamentalt skille.

At det er deres investering i en genuint arbeidsorientert dag, eller en dag med betydning, som bringer liv til arbeidet dagen inneholder.

- De fleste som starter opp et klubbhus forstår på et eller an-

net plan at klubbhusdagen involverer arbeid eller en yrkesrettet komponent. Men noen har motstand mot å betrakte arbeidet som hjertet av klubbhuset, fremfor som et slags ledd i programmet, skriver Vorspan. Hun husker da hun kom fra mangeårig terapi til Fontenehuset i New York, og ble kastet inn i det livlige kaoset på kontoravdelingen hvor strukturen på dagen plutselig dreide seg om å oppdatere finansieringsstatistikk, og holde våre forskningsprosjekter nøyaktige. Da følte hun seg ubehagelig fanget. - Det føltes for meg som at Fontenehuset var i ferd med å gi opp, og innta en holdning at mennesker aldri blir bedre. Jeg følte at medlemmene var lurt for mulighetene til å forandre sine liv på en radikal måte, og isteden var lappet sammen for å gå tilbake til verden, og at klubbhuset ga blaffen i kaoset, forvirringen og lidelsen som lå bak denne verdsatte "fungeringen".

- På samme tid som jeg erfarte dette, prøvde jeg å komme opp fra en veldig dyp, mørk og smertefull periode i mitt liv. Hver morgen våknet jeg med en forferdelig følelse og med en overveldende fristelse til å krype tilbake i seng, og slå av all smerte. Men jeg husket at to av de ansatte på avdelingen var ute, og at oppmøtestatistikken for tre dager ikke var oppdatert, og jeg hadde ennå ikke skrevet et brev om sosialstønad for Gunnhild. Jeg dro meg motvillig ut av senga for å gå på Fontenehuset, der den høye aktiviteten og åpenbare arbeidsinvesteringen fra de rundt meg raskt fanget meg opp i sin egen rytme og orden. Alt det vanskelige og de motstridene problemstillingene jeg forholdt meg til i terapien måtte midlertidig vike plassen i sinnet, og jeg måtte "fungere".

(forts. neste side)



HVORFOR ARBEID FUNGERER, FORTS.

Oversatt artikkel

- Når jeg kom inn på Fontenehuset hver morgen, spredte et helt nytt nettverk av virkelige relasjoner seg foran meg, basert på den realitet at vi trengte hverandre og verdsatte hva hver og en av oss kunne bidra med av innsats til vårt felles arbeid. Siden arbeidet jeg påtok meg i min avdeling var altfor mye for meg alene, var jeg

nødt for å engasjere assistanse av andre medlemmer eller ansatte. Jeg erfarte samholdighet i de relasjonene basert

på felles arbeid som jeg ikke hadde opplevd i andre sammenhenger. I timer av gangen var jeg ikke lenger alene, jeg var en del av en levende organisme som var større enn meg selv.

- Vi sier alltid at vi ikke driver terapi i klubbhuset, og dette var kanskje grunnen til en del av min motstand mot denne type arbeid. Ved å si at vi ikke driver med terapi, hadde jeg antydning at vi ikke søker den radikale inkludering og vekst som vi vanligvis tenker om målene ved terapi. Men det vi virkelig sier – tror jeg nå – er noe veldig forskjellig fra det. Vi sier at gjennom erfaringen med delt arbeid i den helt spesielle sammenhengen av klubbhusfellesskapet, oppdager vi en ekstremt effektiv måte å nå målene som vi alltid har trodd var bare å finne i tradisjonell terapi.

- Samme hvem du er så har arbeid en dyp mening i ditt liv. Det gir deg en følelse av hvem du er blant andre mennesker. Arbeid hjelper deg å komme i kontakt med dine unike styrker, talenter og evner. I det naturlige kaos av våre sinn og indre verden, skaper arbeid et stabilt fokus. Det legger til grunn et solid fundament som vi kan styre og organisere vår dag etter. Fremtiden er et stort og ukjent terreng med masse potensielle fallgruver og farer, men vårt arbeid er noe som gir oss en bro mellom våre liv som vi nå erfarer dem, og våre tanker om hvordan morgendagen kan bli. Det mest vanlig spørsmålet når vi møter noen er "Hva jobber du med?", og å ha et svar på dette gir deg en umiddelbar adgang til

den normale flyten i livet. Gjennom arbeid lærer vi at som mennesker er vi mange lag. Vi lærer at vi opererer på flere plan samtidig: at vi kan bli knust av en ødelagt relasjon eller overveldet av å flytte til et nytt hus eller av en annen emosjonelt tøff situasjon, og på den andre siden kan være i stand til å klare komplisert arbeid.

- Arbeid gir oss en mulighet for å etablere relasjoner hvor vi øyeblikkelig kan føle oss vel. Vi vet dypt at vi blir tatt

alvorlig og respektfullt av noen som er avhengig av oss til å gjøre en jobb. Når et menneske erfarer traumer av psykisk sykdom føler han eller hun seg avskåret fra det som representerer et normalt hverdagsliv. Sosial deltakelse blir vanskeligere og vanskeligere fordi den alminnelige realiteten som du før

hadde med andre ikke er der mer. Det er ikke det at mennesker med psykisk sykdom ganske enkelt mister evnen til å sosialisere, men de mister sin tilhørighet med andre på en veldig dyp og skremmende måte. Å bli engasjert i det verdifulle arbeidet i fellesskapet skaper umiddelbart en sjanse på å komme tilbake på banen. Det skaper en tilhørighet, verdi og bevissthet om at en trengs. Arbeidet en person er engasjert i blir et grunnleggende startpunkt til samtale, noe som kan være veldig vanskelig for mennesker som er blitt isolert i sin sykdom.

- Så, når vi insisterer på en klubbhusdag som springer ut fra virkelig og menighetsfullt arbeid, ignorerer vi ikke den alvorlige realiteten av smerten ved psykisk sykdom. Vi tar tak i det der problemet er. Vi sier at arbeid kan bli et potent redskap for å håndtere de dypeste livsviktige spørsmål for våre medlemmer.





- Realitetene ved klubbhusarbeid er veldig ofte misforstått. Dette har resultert i mange klubbhus som klart er sentrert i arbeid, men som mangler den fruktbare jorden av vekst og spontanitet som de sterkeste klubbhusene har. Med denne misforståelsen virker det som at klubbhuset slutter å bli arbeidsorientert, men blir dominert av arbeid. I stedet for ikke å verdsette arbeid i det hele tatt, som er den andre grøften mange klubbhus faller i, gjør disse klubbhusene arbeid og produktivitet til et mål i seg selv. Arbeid blir et gode vi tjener isteden å ha arbeid for å tjene våre behov. Kjennetegn for klubbhus som har hevet arbeid til en slik god status er at betingelser for medlemskap er produktivitet, insisterer på at medlemmer utfører en viss mengde timer arbeid hver dag, har strukturer

te "arbeidsenhetstimer" der man blir fortalt at man må bli i enheten. Selv programfestede pausetider og lunsj virker som å ha oppstått ut av misforståelsen om at klubbhuset skal prøve å likne en arbeidsplass så mye som mulig. Et klubbhus er ikke et arbeidshus eller en forretning. Det er et klubbhus. Arbeid stammer fra de daglige behovene til fellesskapet og utføres frivillig med en følelse av eierskap, investering og stolthet. I ekstreme forhold av arbeidsdominerte klubbhus blir arbeidet lite lystbetont og meningsløst, relasjonene mellom medlemmer og ansatte blir stive og overordnet og tappet for sitt livsblod.

- Klubbhuset er først og fremst et fellesskap. Arbeid som oppstår i klubbhuset samler de ansatte og medlemmene og gir et levende fellesskap. Med arbeid som motiva-

sjon, omdannes relasjonene med øyeblikkelig virkning. Relasjoner som pleide å være beskyttede, profesjonelle og fjerne, endres til å bli spontane, personlige og gjensidig prisverdige. Det levende og livlige klubbhuset kjenner seg selv som et samfunn drevet av arbeidet det trenger for å fullføre behovene til medlemmene. De ansatte har hovedansvaret for å få klubbhuset til å fungere, og energien som driver den arbeidsrelaterte dagen fremspringer av de ansattes stadige behov for å engasjere medlemmer i husets arbeid. Klubbhusets arbeid må bli tatt fullstendig på alvor av de ansatte, og det er deres glød – ikke et fjernt yrkesrettet rehabiliteringsmål – som inspirerer og lokker medlemmene i arbeid.

- Arbeidets art i et klubbhus er paradoksal. Arbeidet er kun meningsfylt og helsebringende når det er ekte arbeid, når arbeidet har en hensikt, og det haster litt å få det utført. Likevel: dersom hastverket og hensikten overskygger selv mer dypereliggende årsaker til arbeidet, som det å tilby vekstmuligheter og gjensidig respektfulle relasjoner for medlemmene, ja, da har klubbhuset misforstått poenget. Det må eksistere en fin balanse mellom arbeidets nødvendighet og hast-

«Den arbeidsorienterte dagen er ikke en måte å aktivisere mennesker på.»

verk, og medlemmene som utfører arbeidet sine behov og interesser. Arbeid og fellesskap trenger å næres av hverandre, ikke løsrives fra hverandre. Når tilnærmingen til arbeidet skjer på denne måten, næres sjelen i klubbhuset. I et ekte klubbhus kan ikke arbeid bare være en "bestanddel" i et program. Arbeidet er selve blodet i bedringen og rehabiliteringen som et klubbhus tilbyr. Hvis vi prøver å splitte arbeidet ut som et element i et program, mister vi fokus, og programmet blir noe annet enn et klubbhus.

- Som klubbhusfellesskap må vi begynne å forstå og sette pris på det vi har skapt. Den arbeidsorienterte dagen er ikke en måte å aktivisere mennesker på. Sammen med tradisjonelle verbale terapiformer, viser fellesskapet vei for mennesker hvis liv oppleves fra en bunnløs grav av sykdomslære, og en spire til å tillate at deres helse å

Oversatt artikkel

komme til uttrykk. Det er en prisverdig kobling tilbake til virkeligheten, til relasjoner, tilfredsstillelse, selvtillit og takknemlighet. Arbeidet er juvelen som lyser opp hele klubbhusstrukturen, og denne trenger vi å sørge for at vi verdsetter og fremholder som sentrum i vår visjon om vår fremtid.

(artikkelen er forkortet)

skrevet av Robby Vorspan, assisterende prosjektleder ved det nasjonale klubbhusutvidelsesprogrammet ved Fountain House New York

Vi trenger deg som støttespiller

For å gi et bredt tilbud, er vi avhengig av økonomisk støtte hvert år, også til drift. Hvis du vil hjelpe oss å opprettholde tilbudet vårt ta kontakt med oss.

STØTTEMEDLEMSKAP: Individuelt kr. 250 og Forenings-/bedrifts-medlemskap, kr 1500.

Støttemedlemmer mottar Fontenenytt 4 ganger i året. Det sendes ut 3 eks. hver gang til bedrifter/foreninger og andre som har utvidet støttemedlemskap.

NB! Merk innbetalingen din med navn og adresse. Beløp over kr. 500 (inntil 12.000) er fradragsberettiget, oppgi da ditt organisasjons-/personnummer.

TILSKUDD/GAVE? Vi er alltid glade og takknemlige for tilskudd fra våre givere, og minner om at vi

også trenger økonomisk støtte til den faste daglige driften, som husleie, telefon, strøm og personalutgifter.

GRASROTANDELEN TIL OSS?

Er du eller noen du kjenner en ivrig kunde hos Norsk Tipping? Fontenehuset Stavanger håper at flere spillere velger å støtte oss, fremfor å la 5% av innsatsen gå til

"fellesfordelingen". Det enkleste er å registrere dette via internett eller mobiltelefonen din. (SMS eller Norsk Tipping Mobilspill).

« Hvis du vil hjelpe oss å opprettholde tilbudet vårt ta kontakt »



GRASROTANDELEN[®]

Fontenehuset Stavanger

Organisasjonsnummer: 971338709



32774871338709

Hvis du er registrert spiller kan du støtte oss ved å f.eks. sende SMS (gratis)

GRASROTANDELEN 971338709 til 2020

ved å ta med strekkoden over til kommisjonæren når du spiller, eller oppgi organisasjonsnummeret vårt, 971338709.

Fontenehusets bankkontor: 9685.05.50481

Vi takker våre støttespillere



STAVANGER KOMMUNE



Helsedirektoratet



Stavanger Vest



Microsoft



MENTAL HELSE

Støttemedlemmer

