

FonteneNytt

Vår 2018

@SIPROS_SIPROS
@THEBUSHWICKCOLLE
2017



FONTENEHUSET
STAVANGER

PRIS: GRATIS



Innhold

<u>Side 3</u>	<u>Leder</u>
<u>Side 4</u>	<u>Fra Fontenehus Til Arbeidsliv</u>
<u>Side 5</u>	<u>Dikt</u>
<u>Side 6</u>	<u>Quiz</u>
<u>Side 6</u>	<u>Radio Fontene</u>
<u>Side 7</u>	<u>Reisebrev—Beitostølen Helsesportsenter</u>
<u>Side 8</u>	<u>Medlemmer & Medarbeiderene sine TOPP 5</u>
<u>Side 10</u>	<u>Dikt</u>
<u>Side 11</u>	<u>En avskjed fra sosionomstudentene</u>
<u>Side 12</u>	<u>Intervju med Marvin fra Kverlertak</u>
<u>Side 14</u>	<u>Hoggnavik Landsby</u>
<u>Side 15</u>	<u>Overgangsarbeid med Kristine</u>
<u>Side 16</u>	<u>New York, New York</u>
<u>Side 19</u>	<u>De 10 mest irriterende flypassasjerene</u>
<u>Side 19</u>	<u>Dagens Smil</u>
<u>Side 20</u>	<u>Tur til Preikestolen</u>
<u>Side 21</u>	<u>Tur til Flor og Fjære</u>

Dette nummeret av FonteneNytt

Forsidebilde; Simon

Toppbilde; Karianne

De som har jobbet fram dette nummeret av FonteneNytt er: Simon, Karianne, Nina, Vegar, Bjarte, Helge, Susanne, Sigrid, Frode, Inge, Tormod, Arlene, Mathilde, Kristine, Leif.

Leder

Tekst: Nina Galtå

SPENNENDE TING PÅ GANG

I år skal Verdensdagen for psykisk helse arrangeres i Stavanger i uke 40. Tema er raushet. I den forbindelse skal Fontenehuset Stavanger i samarbeid med dramatiker, forfatter og skuespiller Emilie Hetland og skuespiller Vegar Hoel ha tre teaterforestillinger på Tou Scene med stykket «Redd meg». Alle har en psykisk helse, og noen får større utfordringer enn andre. Litt hva stykket skal handle om:

Julie er sliten. Hun klarer ikke helt å organisere hverdagen lenger. Hun er sykemeldt og har blitt henvist til psykolog. Alt lader opp til en ganske vanlig terapitime helt til psykologen selv blikker over i det kaotiske, og de to begynner en slags språklig eksistensiell duell om deres egen psykiske helse. Redd meg skal være et morsomt skråblikk på utfordringer hver og en av oss møter på et punkt i livet knyttet til vår psykiske

helse.

Forestillingene skal være gratis og åpent for alle. Vi gleder oss stort og er veldig takknemlige for at SR Bank Stiftelsen har vært så rause med å gi oss støtte på kr. 70 000,-. Det er en god pengesum for å få gjennomført dette. Tusen takk!

Husbandet vårt holdt en imponerende konsert på FRI bar i mai til fullt hus og stor jubel! Vidar Osmundsen har nå fulgt bandet et halvt år og det er en stor glede å se resultatet! Dere kommer til å få både se og høre mer fra bandet i fremtiden.

Nå er kontorenheten var ferdig renoveret og takk til Stavanger kommune – Byggdrift med Terje og Onsi i spissen for et godt resultat. Veldig bra innsats til Byggdrift gutta og godt jobba!

17. mai ble feiret med brask og bram på huset og vi var i alt 28 stk. som feiret dagen med



god mat og gode kaker fra Vålend Dampbakeri. Tusen takk til alle som bidro med alt fra pynt til mat!

I år har vi til nå hatt to sosionomstudenter i praksis hos oss. Det blir veldig rart og ikke ha de med oss videre i fellesskapet. Det har vært en fornøyelse, og vi ønsker dem masse lykke til videre!

Framover blir det kjekt sommerprogram med turer, utflukter og sosiale arrangementer. Det er bare å melde seg på!

Da gjenstår det bare å si GOD SOMMER!





Fra Fontenehus Til Arbeidsliv

Tekst; Vegar

Fontenehuset Stavanger har, sammen med de andre Fontenehusene i Norge, deltatt i ett forskningsprosjekt som ønsker å undersøke hvorvidt deltakelsen på fontenehus gjør det lettere for personer med psykiske lidelser å komme i jobb, og om Fontenehus-modellen er kostnadseffektiv. Sammenlignet med de ordinære tjenestene i Helsevesenet og NAV kan Fontenehus-modellen tilby kontinuerlig og tids-ubegrenset oppfølging, noe

”For fontenehusene er det viktig å få undersøkt i hvilken grad vi oppnår våre målsetninger om å støtte medlemmene våre ut i arbeidslivet”

som er et suksesskriterium i arbeidsrehabilitering. Prosjektet vil undersøke hvordan deltakelsen

på Fontenehus påvirker deltakelse i arbeidsliv, utdanning og bruk av helsetjenester. For fontenehusene er det viktig å få undersøkt i hvilken grad vi oppnår våre målsetninger om å støtte medlemmene våre ut i arbeidslivet. Det er også et viktig spørsmål der de som bevilger penger til fontenehusene hvorvidt vår virksomhet er effektiv, både for medlemmene og for samfunnet.

Dikt

Forfattet av Mathile

Hjerte

Det var en bittelitenjente,
som gikk en bitteliten tur,
og så fant hun et bittelite rødt loddent hjerte <3



Quiz

Tekst; Bjarte

Dette bør du vite, eller lære deg om det norske politiske miljøet og systemet!

Lett og litt vanskeligere, og ganske vanskelig....eller..?

Hva er navnet på:

1) Statsministeren i Norge?

2) Partilederen til arbeiderpartiet?

3) Lederen til Fremskrittets Partiet?

4) Hvilken ministerpost har partilederen for Frp i regjeringen?

5) Hva heter lederen til

Senterpartiet?

6) Hvilken ministerpost innehar han (over) i regjeringen?

7) Hva heter lederen til venstre?

8) Hvilken ministerpost har (hun) over i regjeringen?

9) Hva heter lederen til sosialistisk venstre parti?

10) Hva heter lederen til kristelig folkeparti?

11) Hvilken ministerpost har (han) i regjeringen?

12) Hva heter lederen til Rødt?

13) Hvilken ministerpost har Tor Mikkelsen Vara?

14) Hva heter lederen til Norges

kommunistiske parti?

15) Hva heter lederne/ talspersonene til miljøpartiet de grønne (MDG)?

16) Hvilken ministerpost besitter Bent Høie?

16) Er den norske Monarken (Kong Harald) representant som statsråd i møtene til den sittende regjeringen hver fredag? Ja eller Nei?

17) Er den norske regjeringen styrt av vår monark, eller har han bare en tradisjonsbundet formell rolle i vårt moderne demokrati?

18) Lever vi i en totalitær stat, eller i et demokrati?

RADIO FONTENE

Søk på "RADIO FONTENE" i Spotify appen og så vil husets radio dukke opp som "playlist". Det er alle oss på huset som har satt sammen dette. Sommerfesten kan bare bli bedre med denne listen på full volum.





Reisebrev -Beitosølen Helseportsenter

Tekst & Bilde; Helge Kramme – Solvik

Jeg reiste til Beitostølen Helseportsenter på treningsopphold 13 Mars til 5 april, og vil gjerne dele mine opplevelser ved oppholdet. Motivasjonen min for oppholdet var hovedsakelig å prøve vinteraktiviteter. Særlig kjelkehockey, siden jeg har en brennende interesse for Hockey.

Reisen for meg består av en times flytur til Oslo, og videre en 3,5 – 4 timers kjøretur til Beitostølen. Når vi kom til senteret ble vi møtt av strålende sol, noe som var gjennomgående for nesten hele oppholdet. Videre ble vi møtt av resepsjonist og sykepleier, som hjalp oss med å bli installert på rom osv. Helseportsenteret driftes som et sykehus, så man har tilgang til sykepleier, lege osv. Først har man kort ankomstsamtale med sykepleier, i tilfelle de må vie noe akutt.

”Men to dager senere skulle jeg få erfare at uansett hvor mye man vil noe på treningsopphold, er kroppen sjefen!”

Man merker at man er et kjent ansikt, når tre ansatte sier takk for sist på vei bort til sykepleier. Videre ved middagen får jeg hilst på noen av de andre i gruppa. Merker fort at jeg har havnet i en veldig ung gruppe.

Dag 2 starter med frokost buffet. Man blir bortskjemt av å være her oppe i 4 uker med faste måltider, 4 ganger om dagen i ukedagene og 3 i helgene. Det er en deilig følelse å kunne stå opp og havregrøten står å putrer i buffet disken. Lunch er definitivt dagens høydepunkt, med roastbiff, laks, oster, salatbar, og alt hva ellers magen kan begjære.





Ellers består dagen av enkle aktiviteter i idrettshall, og individuelle samtaler med kontaktperson, som setter opp en plan for deg utfra målet ditt med oppholdet. Så for min del besto planen mest av styrke/sirkeltrening, uteaktivitet og basseng. Vi har også tilbud om fritidsaktiviteter, som basseng, skyting, forming, aking osv.

Torsdag 19 Mars sto langrenskjelke på programmet. Jeg fikk prøve en type kjelke som fungerer slik at man står på kne og staker. Veldig god trening for kjernemuskulaturen, men også en utfordring å komme seg oppi. Noe jeg skulle få erfare senere i uken. Det ble 2km med pigging i solen, så alt i alt en vellykket tur. Men to dager senere skulle jeg få erfare at uansett hvor mye man vil noe på treningsopphold, er kroppen sjefen. Denne dagen var det så mye spasmer i beina at det lot seg ikke gjøre å sette knærne i huk-stilling. Men dette ble åpningen for å prøve det som var hovedmotivasjonen for oppholdet, nemlig Hockey! Instruktøren sier til meg: Det er ingen vits for deg å tvinge deg inn i kjelken, til du ser fanden på vegg, hvis kroppen ikke vil, vi stikker på isbanen! Så turen bar bort til isen, som er omringet av

snøfonner, som skal fungere som vant. Dette skal visstnok oppgraderes til neste år med fullverdig vant. Jeg fant fort ut at Hockey krever en enorm balanse og magemuskler, så ikke møt opp med en magetreningsøkt i kroppen, som jeg gjorde og første timen gikk i bunn og grunn med til å bli kjent med kjelken. Man lærer seg viktigheten av å sitte sentrert og godt festet i kjelken. «Stram til du ikke har blod i beina!». For det ble en del fall første økt. Mistet tellingen til slutt, og instruktøren begynte å kalle meg Helge «The Ice-kisser». Men balansen kom seg, og jeg så frem til neste økt. Første økten var hard på skulderen, så jeg måtte høre litt på kroppen, og ta noen dager pause. Man er tross alt i konstant aktivitet her oppe.

”Man merker at man er et kjent ansikt, når tre ansatte sier takk for sist på vei bort til sykepleier.”

Neste økt ble 26 mars, så da var det på med Oilers drakten og representere. litt mer opplagt, og klar forbedring i balansen. Hadde også med meg

en fra gruppa med erfaring, som hadde spilt aktivt. Så plukket opp mange tips fra han. Fra her og ut så man små bedringer fra økt til økt. Fikk trene på pasninger og diverse sammen med student. Helt til man ble så trygg at man til slutt begynte å demonstrere hvordan man kom seg opp fra isen.

Påskan besto av av mye sosialt samvær. Alt fra grilling til kortspill. En av de store gledene med å være i gruppe er jo at man deler erfaringer. Alt ifra ang trening til hjelpemidler. En av jentene i gruppen kom på at vi alle skulle finne oss en hemmelig påskevenn å kjøpe egg til. Så da ble det egge leting på lørdagen. Som nevnt var det sol omtrent hele oppholdet, så de ble fine ettermiddager i solveggen med påskesnop.

Før man drar har man oppfølgings samtaler og foredrag om hvordan vi skal følge opp målene våre hjemme. Hvis man får smak på en spesiell aktivitet, kan man også snakke med ergoterapeut på senteret om å søke. Så de ansatte er veldig opptatte av at man skal få mest mulig utav oppholdet, både under og etter opphold



Medlemmer & Medarbeiderne sine TOPP5

Tekst; Simon

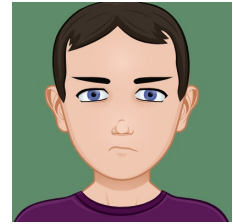


Helge – Topp fem Manchester United spillere

Wayne Rooney
Ryan Giggs
Eric Cantona
Roy Keane
Ole Gunnar Solskjær

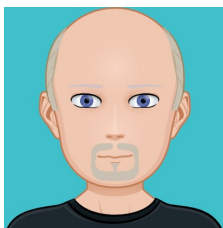
Simon – Topp fem joggesko

adidas – Ivan Lendl
adidas – Barrington Gold
Nike – Tennis Classic
adidas – Wimbledon
Nike – Omega Flame



Karianne – Topp fem podcast

Konspirasjonspodden – Konspirasjoner presentert på en seriøs måte.
Criminology – Dypdykk i Zodiac og East Area Rapist/Golden State Killer/Original Night Stalker
Rekommandert – Kristoffer Schau prøver å lære ting han ikke kan
Svartelista – De verste seriemorderne verden har sett.
To Hvite Menn – Den ‘virkelige’ historien om Moland og French



Bjarte – Topp fem krimforfattere

Jon Nesbø
Anne Holt
Ken Follet
Jon Michelet
Hanne Kristine Rohde

Inge – Topp fem konserter

Satyricon
Kvelertak
Turbonegro
Raga Rockers
Røyksopp



Vegar – Topp fem gatekunstnere

Tilt
Bordalo II
Eine
Aakash Nihalani
Herakut

Arne – Topp fem cognac

Bache Gabrielsen
Remy Martin
Otard
Braastad
Larsen



FONTENEHUSET STAVANGER



FONTENEHUSET

STAVANGER

STØTT OSS MED DIN GRASROTANDEL!

Grasrotandelen gir deg som spiller hos Norsk Tipping mulighet til å bestemme hvem som skal motta noe av overskuddet til Norsk Tipping. Hver gang du spiller går inntil 7 prosent av din spillinnsats til den grasrotmottakeren du velger – uten at det går utover din innsats, premie eller vinnerjanse. Vi oppfordrer deg til å støtte oss i FONTENEHUSET STAVANGER

Bli Grasrotgiver i dag! Du kan bli grasrotgiver i alle Norsk Tippings kanaler eller ved å sende SMS «Grasrotandelen 971338709» til 60000



Vil du støtte oss med din grasrotandel?

FONTENEHUSET STAVANGER

Org.nr: 971338709



Dikt

Skrevet av Bjarte

DE USKYLDIGES BØNN!

Der finnes mange uskyldige små i verden, som ikke har trygghet i verden! For langt borte i et annet land, sier det hver eneste dag, både boom, og bang!

Lagt inne i en bomberistet rønne av et hus. I blant støv, og i øresus, ligger mor Amina å omfavner sitt eneste barn, under en seng, som sitt eneste vern! Hvor er de andre henne? Tenker hun! Dager er gått siden hun så dem sist! Hennes mann, og hennes andre barn, så trist! Hennes mor og far, forsvant i fjor! For de nådde ikke en nøytral katakombe, og ble dødelig skadet av en bombe! Noen fant dem hardt såret. Vi fikk ikke se dem igjen, etter at de, visst, ble fraktet bort på en bære! Så trist! Hun holder den lille på fem i en beskyttende klem! Panikken brer seg igjen. Blir dette vår siste klem? Det sier Boom, og bang atter en gang! Hun og det lille barnet Zine ber av all sin kraft! Om at Taket, og veggene ikke må briste! Boom, BOM, og BANG! For aller siste gang.....Og så blir det stille!

Så husk dere store menn, at der finnes mange uskyldige små i vår verden, som ikke har trygghet i verden! Tenk en gang til!
VÆR SÅ SNILL!



En avskjed fra sosionomstudentene

Tekst; Susanne & Sigrid

En sosionom forebygger, løser og reduserer sosiale problemer for enkelt personer, familier og grupper i samfunnet (utdanning.no). Sosionomer jobber blant annet med å se ressursene til enkelt individet og bidra til positiv endringsarbeid.

Vi har nå vært i praksis på Fontenehuset i ett halvt år og er veldig takknemlig for denne muligheten. Fra dag en av har vi blitt tatt godt i mot med åpne armer og følte fort vi kunne slenge bena på bordet og føle oss som hjemme. Med andre ord; her kunne vi være oss selv! Fontenehuset er en plass med stort mangfold, og det er nettopp dette vi setter spesielt stor pris på.

I løpet av vår praksisperiode her har vi sett sammenhengen mellom teori og praksis. Som Fontenehuset ofte henviser til «vi jobber side om side» har vært det mest lærerike for oss. Vi har opplevd at dette bringer frem flere ressurser hos medlemmene og ett positivt samhold. Dette er noe vi absolutt vil ta med oss videre som fremtidige sosialarbeidere.

Det har vært en utrolig spennende og lærerik reise sammen med både medlemmer og medarbeidere. Vi er blitt veldig glad i alle sammen!

Tusen takk for oss!
Susanne og Sigrid



Svar på Quiz

Tekst; Bjarte

- 14) Runa Evensen
- 15) Une Bastholm og Arild Hemestad
- 16) Ja!
- 17) Han har i realiteten kun en tradisjonsbundet post i fredagsmøtene.
- 18) Vår styre form er demokratisk ved at vi har en folkevalgt flertallstestning og prosentviser setter på stortinget i forhold til folkevalg.

- 7) Trine Skei Grande
- 8) Kulturminister
- 9) Audun Kaldbakken
- 10) Knut Arild Hareide
- 11) Miljøvern minister
- 12) Bjørnar Moxnes
- 13) Norges justis, beredskap og innvandringsminister

- Svar på Quiz spørsmål
- 1) Erna Solberg.
 - 2) Jonas Gahr Støre.
 - 3) Siv Jensen
 - 4) Finansminister
 - 5) Trygve Slagsvold Vedum
 - 6) Norges landbruks og matminister



Intervju med Marvin fra Kvelertak

Tekst; Frode & Simon

Bilde; Inge

Frode Schjelderup er medlem på Fontenehuset her i Stavanger, i tillegg så er han kunstner med flere utstillinger både i Norge og i utland og musiker med utgivelse på vinyl. Marvin Nygaard er bassist i bandet Kvelertak som turnerer verden rundt, han spiller også bass i Beachheads som er på vei opp for tiden med konserter og musikk på fysisk format. Begge to er venner fra før av og har felles bekjent som de har spilt sammen med. Vi i Fontenenytt følte at det var på høy tid med et intervju!

”Jeg har sett mange konserter med Kvelertak etter hvert, dere blir mer og mer fascinerende for hver gang”

Frode – Kvelertak begynte sånn circa rundt samme tid som Purified In Blood, hadde de en innvirkning på dere?

Marvin – De var en stor inspirasjon for oss, vi likte hard musikk og det uttrykket Purified In Blood hadde. Men det var ikke før Kjetil (Gjermundrød) tok over trommene fra meg at vi ble skikkelig gode, vi måtte skjerpe oss når han ble med og det hadde vi godt av.

Frode – Ah, så du spiller trommer?

Marvin – Det er lenge siden jeg har hatt det som hovedinstrument men jeg spiller av og til på Beachheads demoer. Det å spille trommer er noe av det kjekkeste jeg vet.

Frode – Jeg husker at vi spilte sammen i 2000.

Marvin – Ja! Det må vi få til igjen, det var rått!



Frode – Liker du å spille gitar?

Marvin – Ja, det er også gøy, men alle instrumenter må øves på selv om det kommer jo litt av seg selv det å spille. Jeg har nok litt ADHD så det er kjekt å prøve alt!

Frode – Det er viktig med konsentrasjon

Marvin – Ja, men når vi får det til så er det også viktig at vi er unike, det blir en egen stemning av det.



Frode – Jeg har sett mange konserter med Kvelertak etter hvert, dere blir mer og mer fascinerende for hver gang.

Marvin – Takk for det, det er det vi vil oppnå med Kvelertak at vi går litt videre og blir bedre å formidle det vi holder på med. At du Frode ser utviklingen viser at vi er på rett vei!

Frode – Dere virker som fornuftige folk, det er kanskje ikke alle band som er like fornuftige etter hvert.

Marvin – Alle i bandet er forskjellig, det blir en slags Yin & Yang greie som fungerer for oss. Det jevner seg ut, noen av

oss er sikkert litt mye og noen ikke ha ha!

Frode - Dere har vært på turne med både Slayer og Metallica, hvordan har de vært i forhold til hverandre?

Marvin - Kult begge deler! Vi spilte på en vanlig konsertscene med Slayer, det er kanskje litt kjekkere for oss, med Metallica så er det litt rart, vi står på en rund scene der vi må tenke litt annerledes. Det er alltid bra med bedre plass men vi klarer oss på små scener og. Vi så kanskje litt mer til Slayer men begge band er veldig OK og ikke asshole. Slayer var kanskje litt mer på å henge ut etter jobb.

Frode – Er det veldig strengt i musikkmiljøet?

Marvin – Nei, har ikke opplevd noe streng stemning i miljøet, det kan være litt mobbing innad i bandet men det er alltid godhjertet. De fleste band kommer overens og det er jo en fin ting.

Frode – Tusen takk for at du ville komme på Fontenehuset og bli intervjuet.

Marvin – Takk skal du ha, kul plass med bra folk!



Hogganvik Landsby

Tekst; Tormod Bilde; Vegar

Hogganvik Landsby er et bo- og arbeidsfellesskap for mennesker, som er trydget, medarbeidere og deres familier. Folk som vil ha et alternativ til «løp og kjøp & klasseskilte» samfunnet. Bo-avtalen må godkjennes via Nav. Vi har utgangspunkt i en antroposofi, filosofisk bevegelse, grunnlagt av Rudolf Steiner, og derav Karl Königs' Camphill-bevegelsen.

"Gjennom å jobbe sammen med andre, opplever man at det lille en selv kan yte er en viktig del av alt det som trengs i landsbyen"

Antroposofien, slik den ble utarbeidet av Steiner, fremstår ikke som en religion, men som en filosofi eller en «åndsvitenskap» som ønsker å forene naturvitenskap og intuisjon, og som hevder å gi en gradvis innsikt i både den fysiske og den høyere, åndelige verden. Samtidig kommer antroposofiens grunntanker til uttrykk i et bredt register av ulike aktiviteter: kunst, drama, pedagogikk, jordbruk og medisin.

Camphill-bevegelsen ble startet i 1940 i Camphill, en landeiendom ved Aberdeen i Skottland. Her grunnla en gruppe krigsflyktninger, med den



østerrikske legen Karl König i spissen, en skole for barn med spesielle behov for omsorg og undervisning. Da barna var ferdige med skolegangen, ble den første Camphill-landsbyen opprettet. Nå er det ikke lenger undervisning og oppdragelse som er siktemålet, men en livsform tilpasset menneske med behov.

Hos oss bor det for tiden ca. 25 mennesker, samt 2 barn.

Hos oss har alle har et arbeid å gå til, i eller rundt landsbyen. Arbeidet blir utført ut fra egne forutsetninger og evner. Bl.a. økologisk-gardsdrift, dyrestell, matproduksjon, veveri, skogsdrift, hushald, gartneri, vedlikehold samt stell av hage og grønt området.

Vi lager også ulike typer ost, all vår ost er debiogodkjent og kan bestilles.

Jeg betaler kr. 9000.-, per måned som inkluderer boende, strøm, internett og mat m.m. Hver uke jobber jeg 3 dager, bestående av skreddersydde arbeidsoppgaver i hovedsak i gartneri..

Vi har ett internasjonalt aktivitetspreget arbeidsmiljø, med bl.a. praktikanter fra Tyskland, Russland, Philipinene, USA m.m.

Hogganvik Landsby passer folk som ønsker seg en alternativ hverdag.

Vi synes at det viktigste er å finne et arbeid hvor den enkelte kan lykkes, at arbeidet er oversiktlig og meningsfullt.

Vi holder også åpent for besøkende. Vi arrangerer bl.a. egne utflukter, skiturer og teater. I vinter har også satt opp vårt eget Cirkus.

Gjennom å jobbe sammen med andre, opplever man at det lille en selv kan yte er en viktig del av alt det som trengs i landsbyen. Og så byr arbeidsdagen rett og slett på sosial trening.

«Jungeltelegrafen» er på vår side, og sprer vårt gode rykte på en smart og effektiv måte.

Jeg trives iallfall veldig godt og har en sunn og god livsstil.

Jeg lever rett og slett et bedre liv.

Overgangsarbeid med Kristine

Av: Vegar & Kristine

Hvor har du hatt OA?

Jeg har jobbet som kantinemedarbeider på folkets hus.

Hva er dine arbeidsoppgaver?

Jeg handler inn til lunsj hver tirsdag og torsdag. Koker egg og lager til en salatbar. Jeg legger også opp forskjellig pålegg. Etter lunsjen rydder jeg og tar oppvasken.

Hvordan trives du i OA?

Jeg trives veldig godt. Det er en utrolig fin følelse og gå på jobb og være en del av arbeidslivet. OA fremmer også mestringsfølelsen, og jeg opplever at min psykiske helse er bedre.

Hvor lenge har du vært ansatt?

Jeg har vært ansatt i 6 måneder, men har fått forlenget til 9 måneder.

Hva er det kjekkeste med å være i OA?

Det er veldig givende å vite at en har en jobb å gå til. Jobben i seg selv er veldig rolig og fin, og arbeidsoppgavene er veldig greie.





New York, New York

Tekst & Bilde, Inge og Simon

Så var det vår tur - TC kurs i selveste New York på Fountain House der det hele startet i 1948. Vi var meget spente på hvordan dette ville være, to uker med kurs, jobb og sightseeing i 'The Big Apple', og grugledet oss en hel haug.

”Simon ble veldig rørt siden han hadde aldri fått diplom før.”

Etter en slettes ikke så verst flytur tok vi en bil til Fountain House der vi fikk hvert vårt rom ved siden av huset, vi skulle bo i Fountain House sitt gjestehus sammen med de andre deltakerne på kurset. Rommene var store, vi hadde eget kjøkken og stor stue nede i første etasje til disposisjon og hele Manhattan for våre føtter – vi var kjapt ute på kikkerunde ved Times Square, Hell's Kitchen og verdens beste

taco bule rett ved Huset. Alle vi møtte på byen var utrolig imøtekommende og gjestfrie, vi følte oss utrolig velkomne. En utrolig bra opplevelse.



enheter vi skulle jobbe og observere på. Inge fikk være på kjøkkenenheten og Simon fikk 'Research' enheten. Her fikk vi treffe masse folk som var behjelpelige, åpne og imøtekommende, vi lærte like mye på enhetene om hvordan ting ble gjort og hvorfor Fontenehusmodellen faktisk fungerer her på enhetene som vi gjorde på møtene vi hadde hver dag. På møtene diskuterte vi de forskjellige retningslinjene, hvordan vi tolket dem, hvordan de andre husene tolket dem, utfordringene som kunne oppstår og forståelse om hvorfor retningslinjene var som de var. Her fikk vi mye inspirasjon og et bedre innsikt på hvordan ting kunne gjøres og hvordan eventuelle problemer kunne løses. På møtene fikk vi presentasjoner fra både medarbeidere og medlemmer fra forskjellige enheter om den arbeidsorienterte dagen, Overgangs Arbeid, frivillighet, utdanning, relasjoner, velvære og medlemskap.

”Målet til deltakerne var å lage en handlingsplan som skulle tas tilbake til husene våres, vi var så giret at vi laget tre stykk!”

Første dag på kurset møttes alle deltakerne i biblioteket på Fountain House, vi skulle ha kurs sammen med hus fra Brooklyn, Harlem og Hawaii – en utrolig fin gjeng av medlemmer og medarbeidere som hadde masse erfaringer og utfordringer å dele. Vi fikk en god introduksjon om hvordan kurset skulle bli og vi fikk tildelt



Dagene begynte på huset kl 08.30 og vi var ferdig for dagen kl 17.00. Som regel begynte vi på enhetene våres fram til 11 og så hadde vi diskusjonsmøter og hva vi hadde opplevd i forhold til dagens tema. Etter lunsj så var vi på enheten fram til 15.00 og så hadde vi ny diskusjonsmøte eller presentasjon. Dagene gikk mye fortere enn vi trodde på forhånd, det var mye å ta inn men veldig inspirerende. Målet til deltakerne var å lage en handlingsplan som skulle tas tilbake til husene våres, vi var så giret at vi laget tre stykk! Handlingsplanene skulle presenteres den siste dagen, vi fikk applaus og hver sin diplom, Simon ble veldig rørt siden han hadde aldri fått diplom før.

”Treningskurset i New York kan vi anbefale til alle”



Vi hadde også noen kvelder der vi laget mat sammen med de andre deltakerne, en fin måte å bli bedre kjent og her fikk vi venner for livet! Vi var også ute på sightseeing med de andre og ellers hadde en del med hverandre å gjøre der vi delte erfaringer og opplevelser. De kveldene vi hadde fri så var vi ute på diverse eventyr, spesielt når det gjelder mat. Vi ble veldig

glad i en gammel mann fra Israel som disket opp utrolig bra mat fra en liten kafe med to tre bord. Han sa ikke så mye første gangen vi var hos han men når han så hvor begeistret vi ble over maten hans så løsnet det. Han smilte like mye som oss! Vi hadde også en opplevelse for livet på en Koreansk Barbeque sted der vi spiste som konger, utrolig bra konsept. Vi hadde



også hyppige besøk hos noen meksikanske damer som serverte verdens beste tacoer til en utrolig lav pris – vi savnet dette med en gang vi satt oss på flyet hjem. Vi fant også en plass som serverte billig brus og gratis pølser hele dagen – midt i selveste Manhattan – lykketreff! Et av medlemmene på huset fikk oss gratisbilletter til Museum Of Modern Art, vi fikk oppleve kunst av Picasso, Pollock, Gauguin, Van Gogh, Chagalle, Warhol, Magritte og en blant annet en levende installasjon som vi aldri kommer til å glemme. En fantastisk dag.





Treningskurset i New York kan vi anbefale til alle, vi fikk så utrolig mye ut av det – lærdom, opplevelser, forståelse og minner for livet. Fountain House var stort og litt overveldende til å begynne med – en enhet kunne være like stort

som et helt Fontenehus i Norge, men alle som var der, både medlemmer og medarbeiderne var så åpne og imøtekommande at vi følte oss hjemme med en gang, ingenting var et problem og det var ikke en ting de ikke kunne hjelpe med. Å se noe så

stort fungere så bra med folk som jobber side om side om ting bekreftet for oss hvorfor og hvordan fontenehusmodellen fungerer. Det anbefales på det varmeste!!!



Fellesbilde med alle som deltok på kurset.

De 10 mest irriterende flypassasjerene

Tekst; Simon

CNN hadde nettopp en kåring over de mest irriterende ting folk kunne gjør på fly. Siden det er sommertid og noen av oss skal eller har vært på lang flytur på ferie så kan det være noen har opplevd dette. Hvis du skal ut på fly så pass på blodsukkernivået så slipper du å bli alt for irritert på dette!



- 1) For noen er førsteplassen nærmest selvsagt - At passasjerer bak deg sparker i setet ditt. Skal en tro CNN har dette ført til flere voldsepisoder.
- 2) At personen foran deg legger

ned seteryggen - Kjære oppfinnere av legge-ned-rygg-knappen kanskje det er på tide å finne opp et nytt flysete. Ingen liker denne knappen.

- 3) Okkupasjon av toalettet: Vi har alle møtt på en flytoalett-okkupant der du står i turbulens og kniper igjen. Hva driver de egentlig med der inne?
- 4) Nakne tær - Ja, noen folk går faktisk barbert inn på flytoalettet. Urgh.
- 5) Negleklipping. I tillegg til klipping av fingernegler har det også, ifølge CNN, forekommet at passasjerer har trimmet tåneglene om bord.
- 6) Folk som stresser med å komme seg ut av flyet raskest mulig etter landing. Knuffing i køen er lite populært blant de spurte i denne undersøkelsen. Vi vil alle komme oss ut av flyet, men det

hjelper ikke å dytte på medpassasjerene.

- 7) Store trillekofferter som håndbagasje. Vennligst sjekk inn kofferten i stedet for å dulte borti albuer og i tillegg oppta hele hattehyllen.
- 8) Spill med lydeffekter. Det er ikke lett å slippe av med en god bok mens sidemannens iPad skriker biip, dæsj, boom.
- 9) Hosting, nysing og snyting. Bakteriespredning er sjeldent populært om bord på fly.
- 10) Og på en stødig tiende plass

Okkupasjon av midt-setet. Hvis du er så heldig at det midterste setet for en gangs skyld er ledig, er det respektløst å okkupere hele setet med ytterklær, mat og håndbagasje.

Dagens Smil

Tekst; Bjarte & Arlene

Prat mellom damer!

Hvordan var det teaterstykket du så i går?

Fantastisk! Jeg har ikke ledd så mye siden mannen kledde av seg på bryllupsnatten!



Han søkte jobb som fengselsbetjent og direktøren sa til ham:

Bra, men du skal vite at det er ganske så tøffe karer her inne. Det vet jeg jo, men dersom de ypper seg mot meg. Så er det rett ut.

Har dere hørt om den svensken som trodde han var Palmemorderen, fordi han hadde glemt å vanne blomstene. Eller he, he, he, eller hadde han kanskje glemt å ta pillene?



Tur Til Preikestolen

Tekst; Simon

Bilde; Karianne ☺

Vi var en god gjeng, 11 stykk, som tok turen til Forsand Kommune. Målet var å gå opp til Preikestolen, turistmagnet nummer en og stjernen i den kommende Mission Impossible filmen med selveste Tom Cruise. Mission Impossible var det ikke for oss. Noen var oppe på under en time – utrolig siden det var 29 grader og en del turister som hadde også tatt turen. De andre tok seg god tid men likevel var oppe på plataet på ca. 90 minutt. En helt fantastisk opplevelse å komme opp, spesielt for de av oss som aldri hadde vært der før,

noen tok til og med sjansen med å legge seg helt opptil kanten mens noen holdte et bra avstand! Niste og drikke hadde vi tatt med selv og dette gikk ned på høykant før noen nesten sprang ned til startpunkt igjen og noen tok seg en god spasertur for å drikke inn utsikten. Ingen kom til skade, ingen ble solbrent og ingen hadde vonde bein dagen etterpå merkelig nok.

En helt unik opplevelse å se Preikestolen i det flotte været vi fikk den dagen, vi kunne se langt utover Ryfylke og vi hadde

full forståelse for at folk fra hele verden vil få med seg dette.

Turen var kanskje middels på vanskelighetsgraden, litt heftig den første halvtimen men så er mann i gang og målet er verdt strevet. Veien ned er mye lettere og du skulle trodd vi var fjellgeit hele gjengen.

En bra tur som var foreslått av medlemmene og inspirerende både helsemessig og i forhold de gode samtalene vi hadde på vei opp og ned.





Tur Til Flor og Fjære

Tekst; Leif & Nina

Bilde; Karianne

Vi var i alt 17. stk som var så heldige å få oppleve Flor og Fjære som ligger 30 minutter med båt fra Stavanger. Dette har vært noe flere medlemmer har hatt som ønske lenge, og ble nå realisert gjennom støtte fra Sinnslidendes Venner. Det er en eksklusiv tur, så vi er meget takknemlige!

Her opplevde vi et hav av blomster, palmer og koi fra Asia. Både planter og fisk er helt

unikt å få til i vår fauna, og var imponerende å se alt det arbeidet som er lagt ned for tilrettelegging. Det var en flott guidet tur i hagen og området, og fantastisk mat.

Vi dro mette og fornøyde tilbake, og er enige om at det var en minneverdig opplevelse, og kan anbefales på det sterkeste!



Vi trenger deg som støttespiller

Fontenehuset i Stavanger er et arbeidsorientert klubbhus for mennesker med psykiske helseutfordringer. Den arbeidsorienterte dagen tilrettelegges for den enkelte og alt arbeid er frivillig og til stor nytte.

Siden vi er en ideell organisasjon med begrenset offentlig driftsstøtte, er vi helt avhengig av økonomisk støtte fra

private bidragsytere for å gi et best mulig tilbud til våre medlemmer.

Som støttemedlem bidrar du til dette, og får anledning til å følge oss gjennom vår husavis Fontenenytt, som du som støttemedlem mottar 4 ganger i året. Avisa produseres av medlemmer og ansatte i lag, og er et viktig element i nyrekrutteringen, samtt et

viktig virkemiddel for å gjøre fontenehusmodellen og huset vårt kjent.

Vi håper du vil støtte oss også i år. Grunnbeløpet er kr. 250 per år, men du må gjerne bidra med mer. Husk at totale årlige bidrag på inntil kr. 25.000 til en og samme godkjente organisasjon gir skattefradrag. Vi er takknemlige og glade for alle bidrag.



WE WANT YOU

FONTENEHUSET STAVANGER

**Adresse: St. Svithuns gate
37**

4008 Stavanger

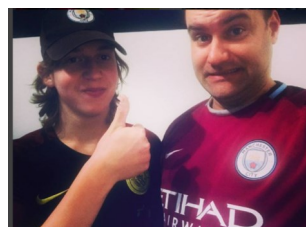
TLF: 51535393

**www.fontenehuset.org
arbeid@fontenehuset.org
Kontonr: 9685.05.50481**

Org. Nr. 971 338 709

Følg oss på Instagram & Facebook !!

#fontenehusetstavanger



"Sammen løfter vi hverandre"

Vi takker våre støttespillere og samarbeidspartnere:

J.R
HARLEKIN



HELSE STAVANGER
Stavanger universitetssjukehus



STAVANGER KOMMUNE

L'OCCITANE
EN PROVENCE
STAVANGER



REMA 1000
HOMMERSÅK



NJORD
GAS INFRASTRUCTURE



FOLKETS HUS STAVANGER

 **Helsedirektoratet**



SpareBank 1
SR-BANK

 **Microsoft**


call2action

VILLA 22
TRATTORIA & BAR



fontenehusetstavanger



Like us on
Facebook



fontenehusetsta