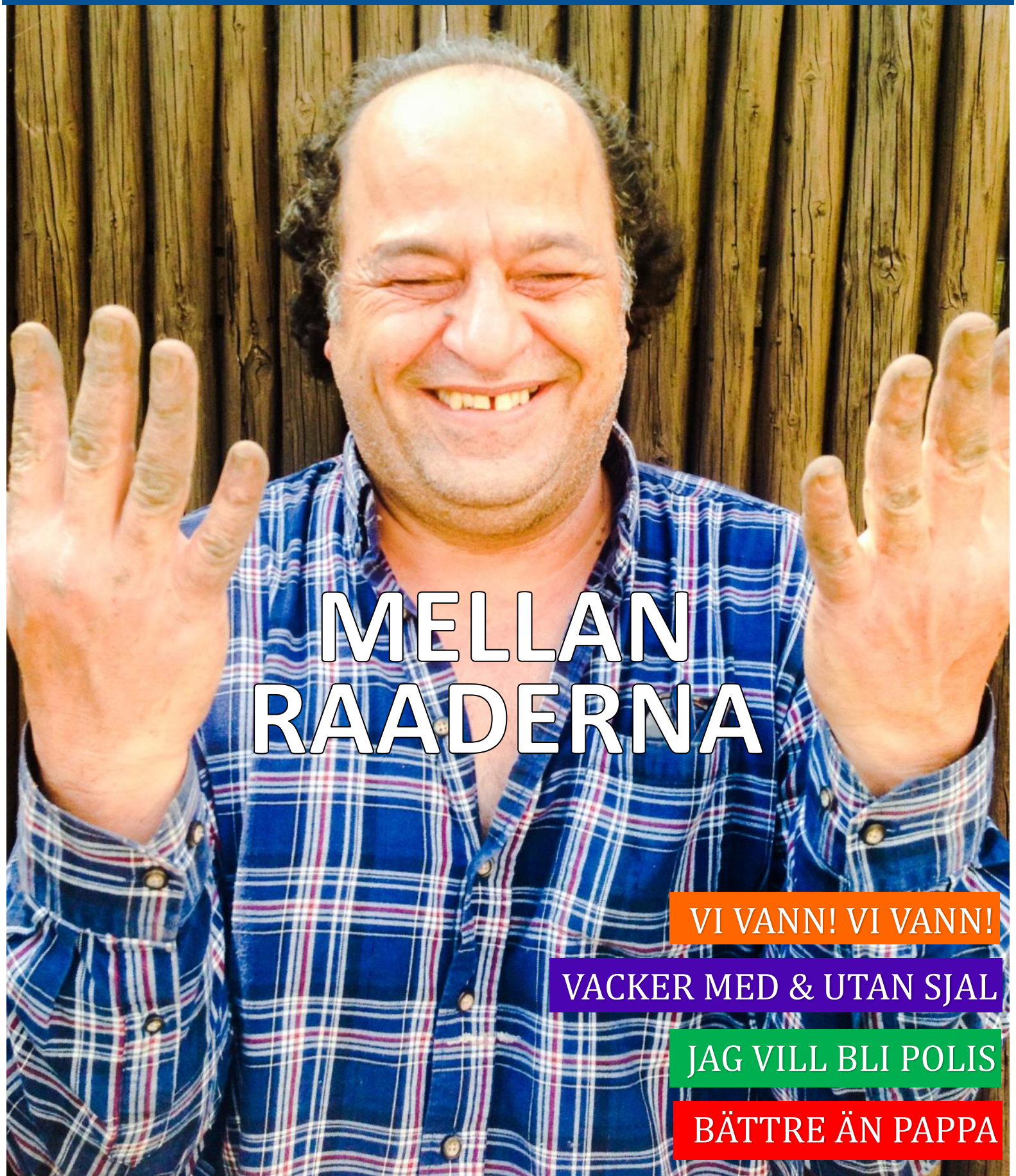
FONTÄNBLADET

LUNDS FONTÄNHUS MEDLEMSTIDNING JUNI-JULI 2014



MELLAN RAADERNA

VI VANN! VI VANN!

VACKER MED & UTAN SJAL

JAG VILL BLI POLIS

BÄTTRE ÄN PAPPA

REDAKTIONEN HAR ORDET:

ÖPPET HELA SOMMAREN

Sommaren står för dörren. Med sol och värme och säkert lite åska och regnskurar också.

Som det brukar vara. Som det ska vara.

En del får förnyad energi av sommaren. De ljusa kvällarna, de varma dagarna. Så mycket känns lättare. Lättare att andas.

Andra får det extra tufft såhär i sommartider. Psykiskt tufft då rutiner plötsligt byts ut av ”vi får se hur vädret blir först” eller ”vi kanske stänger tidigare idag”.

Det kan betyda mycket för oss som ser rutinerna som trygghet i våra liv, något som får oss att må lite bättre, att mycket i samhället upphör i tre månader; juni, juli och augusti.

Tryggt kan då vara att veta att vi här på Fontänhuset håller öppet HELA sommaren. Några få ändringar i öppettider (se vidare längre bak i tidningen) men som sagt; ÖPPET HELA SOMMAREN.

Du är varmt välkommen, precis som du är, du är väntad här.

Och behövd.

En glad varm och fin sommar

önskar hela redaktionen

Öppet hus.....3
Lena funderar.....4
Cickys hörna.....6
Raad.....8
Tack för mig.....10
Nassrin.....11
Travkusk Kolgjini.....12
Lundaloppet.....14
Femkampen.....15
Uppslaget.....16
Kristallen.....18
Jonathan Hallberg.....19
Polsk historia.....20
Hänt i köket.....21
Tonys betraktelser.....22
Statistik och Gröna fingrar...23
Friskvård.....24
Anslagstavlan.....25
Vad händer i huset.....26
Tonys krönika.....27
Malous resekit.....28
Information.....30
Änglarna.....31
Illustration.....32

FONTÄNBLADET

Nr 24– årgång 4
Upplaga 150 ex

ANSVARIG UTGIVARE
Lasse Jönsson, verksamhetschef

UTGIVNING
Fontänbladet ges ut av Lunds Fontänhus. Den som är medlem alternativt skänker minst 200 kronor eller mer under ett år får *Fontänbladet.* Tidningen ges ut med 10 nummer per år.

TRYCKERI
Tidningen trycks på Lunds Fontänhus med stöd av medel från Pia Ståhls stiftelse.

KONTAKTA *FONTÄNBLADETS* REDAKTION/LUNDS FONTÄNHUS
Kävlingevägen 15, 222 40 Lund
046-12 01 95
info@lundsfontanhus.se
pg 60 57 80-6, bg 492-3801

DETTA ÄR LUNDS FONTÄNHUS
Lunds Fontänhus verksamhet är inriktad på att stödja personer med psykisk ohälsa, där fokus ligger på det friska hos individen. Verksamheten tar sin utgångspunkt i fontänhusrörelsens grundläggande värderingar. Den så kallade fontänhusmodellen utgår från ett helhetsperspektiv som bygger på delaktighet, medbestämmande och deltagande i ett sammanhang som täcker in hela livssituationen. Målet är att i största möjliga utsträckning möta människor från ett självhjälpsperspektiv. Verksamheten inrymmer tre olika arbetsenheter: kontors-, köks- och serviceenheten samt studentprojektet ”En väg framåt” , trädgårdsprojektet ”Gröna Fingrar” och Kristallenprojektet. I såväl arbetsenheterna som projekten arbetar handledare och medlemmar sida vid sida. Fontänhusverksamheten bedrivs i en vacker patriciervilla med tillhörande trädgård i centrala Lund. Den unika miljön inbjuder till trivsel och arbetsglädje.
Lunds Fontänhus verksamhet är möjlig tack vare det samlade engagemanget hos Fontänhusets sponsorer, stödmedlemmar, medlemmar, handledare och volontärer.
Mer information om verksamheten finns på vår hemsida
www.lundsfontanhus.se

Du kan även gilla oss på Facebook
www.facebook.com/lundsfontanhus

OMSLAGET
Omslagsbilden är tagen av Gunnar.

ÖPPET HUS

Efter ett par stressiga veckor var det äntligen dags för vårt öppna hus. Vädret var strålande. Det började lite försiktigt med ett tio-tal besökare, som bjöds på en välkomstdrink. Bål gjort på Kiviks äpplemust och bubbelvatten, som Gröna Fingrar hade blandat ihop. Sen var det ett öppningsanförande av Kryddan, som blev mycket uppskattat. Halvard tog sen över och spelade några vackra visor och någon rolig låt som han och Kryddan brukar sjunga ihop.

Det kom mer folk under dan, totalt cirka 100 människor. Alla verkade nöjda och belåtna med besöket. Jag hörde av några att de tyckte det verkade vara mycket god stämning i huset. Det kan man ju hålla med om. Alla medlemmar gjorde ett jättebra arbete för att vi skulle ro hem denna underbara dag. Jag vill passa på att tacka alla medlemmar för ett fantastiskt arbete, så att våra besökare skulle få det bästa bemötande som går att få.

Tony

HÄNT I HUSET

Sköna Maj har gått. En solig och fin månad med värme och bra väder. Mia slutade sin praktik. En ”go” tjej från Bästkusten, dock en bit in i landet, från lilla Skene.

Det är full fart på odlingslotten. Hela gänget på Gröna Fingrar gör ett gott arbete. Vi ser fram emot alla godsakerna därifrån.

Mattias B och Gunnar kör på med tidningen. Plus alla ”Fontänare” som är med och gör en bra och rolig tidning.

Vi är ett levande hus med många härliga och trevliga personer. Vi gör det vi kan, orkar och vill göra. Alla är varmt välkomna hit. Tony kör sina roliga musikkryss. Alltid med härliga ledtrådar. Livet och tiden går framåt.

Vi hade ett öppet hus, som blev mycket lyckat. En hel massa folk kom och tittade in. Lasse var nöjd med det hela.

Ha en skön sommar alla glada och trevliga människor.

Richard

Lena funderar

över

drömmar, könsroller och poliser

Jag vill bli polis när jag blir stor. Eller ja, kommissarie.
Kriminalkommissarie.
Civilklädd med pickadollen i ett armhölster under jackan.
Stor tjock kriminalkommissarie med tiotalet poliskonstaplar under mig.
Den som håller i alla trådar, som summerar på mötena, som ger ut arbetsuppgifter till teamet.
Ja tjock och med pondus. Och half-cut. Och en oändlig känsla för support och inkänning.

Deckare på film fascinerar mig. Och helst då brittiska sådana, med kvinnor i de ledande rollerna samt mycket detaljrikt presenterat, för autenticitetens skull. Med pyttesmå bevis i form av hårnålar, salivstänkta frimärken samt fimpar, allt istoppat lika pyttesmå plastpåsar.
Tekniskt polisarbete. Forensic policework. Så intressant.
När barnen var mindre lekte vi ibland Brottsplatsundersökning. Det var en rolig lek. Då fäste vi plastband som det stod POLIS på runt trädgården och utrustade med små plastfickor och pincett klev vi så in på ”brottsplatsen” och började söka bevis till mordet, som det oftast var. Ett mord alltså. En härlig tid. Helt i ”CSI”-anda.

Det finns få kvinnliga poliskaraktärer idag, att se upp till, att drömma kring, att låta sig inspireras av.
Det är synd. Önskar de vore fler.
Och då menar jag inte de polisroller där kvinnan alltid är 23 år, smal, sminkad upp till tänderna och egentligen bara med som ett bihang till den, ofta äldre, fårade lite halvtjocka manliga polisen, som hon sedan nästan alltid kysser på slutet.
Så förutsägbart. Så tråkigt. Så ointressant, efter typ tusen gånger med samma upplägg.

”Det finns få kvinnliga poliskaraktärer idag, att se upp till, att drömma kring, att låta sig inspireras av”

När jag började läsa Elisabeth George böcker om Inspector Lynley och hans polisassistent Barbara Havers tändes ett glädjens ljus hos mig. Här hade vi en polis; Havers, en kvinnlig polis med allt annat än det vanliga tråkiga upplägget.
Havers är fet, hon röker så mycket som hon hinner, överallt, helst i bil. Samt äter ofta och gärna.
I sitt arbete är hon otroligt begåvad. Hon blir, sitt normbrytande utseende till trots, till och med (!) kär och älskad tillbaka i en del av böckerna.
Gött.
Det gillar vi.
Att sedan Havers, i filmatiseringen, tyvärr förvandlats till en liten normativt söt, smal kvinna, ja

suck, där har vi det igen.

Hoppas att vi någon gång, under min livstid, når dithän att utseende, ålder, kön med mera, blir underordnande det vi ÄR, det vi GÖR, hur vi behandlar människor omkring oss.
Samt hur det sedan porträtteras i film och litteratur.

Tillbaka till polisdrömmen.
Alltså, jag vill ju inte bli en piketpolis direkt.
Att slå människor på käften har aldrig varit något jag strävat efter, något jag funnit bra eller intressant.
Ok, alla piketpoliser slåss naturligtvis inte, det menar jag inte, men…
ok, vi släpper det.
Min dröm är, eller i alla fall var, att bli den här snygga, ärrade, feta poliskommissarien, som respekteras av alla och inte släpper ett fall innan det blir löst.

Vilka fler kvinnliga poliser finns det porträtterat inom filmens värld, eller böckernas?
”Vera” är en annan, också den brittisk, tv-serie med en fantastisk kvinnlig poliskaraktär. Här är hon medelålders (Hurrahh!) kvinna, inte särskilt snygg, enligt de normativa skönhetsbegreppen, men vem bryr sig väl om dem? De flesta?
Hon har en knivskarp hjärna som löser de mest svårlösta brotten. Till slut. Hon är därtill en mycket butter och besvärlig kvinna som skiter i sin egen hälsa och gärna dricker alkohol, likt hennes manliga motsvarigheter inom deckargenren.
Intressant och kul att se en kvinnlig polis porträtteras så här.

Jag har helt slutat att se actionfilmer på grund av deras trista man-hero-hetero-muskler-stenansikte-inga-känslor kontra kvinna-hjälplös-måste räddas-smal-välsminkad-objektifierad intill bristningsgränsen.
Såå trist. Så 1950.
Den här obalansen är inte bara tråkig utan också en förvrängning av verkligheten, en farlig sådan.
Varför farlig? Jo med sådana stereotyper som matas in, nötes in, varje dag, så tror vi snart på fiktionen. Att kvinnor måste bli räddade. Och att män är neanderthalare som bara kan spänna muskler. Och INGET annat. Vilket i och för sig är sant. Om männen alltså.
Nej skämt åsido.
Vi behöver verkligen hjältar som är kvinnor och transpersoner och tjocka, korta, smala, rasifierade, långsamma, fula och snygga, i en härlig blandning.

”...hjältar som är kvinnor och transpersoner och tjocka, korta, smala, rasifierade, långsamma, fula och snygga, i en härlig blandning”

Variation. Alternativa hjältesagor.
Vi måste skapa hjältar som bryter normen. Så vi kan visa, både unga pojkar som tjejer, under uppväxten, att såhär kan det *också* se ut. Såhär kan det *också* vara.
Så de unga kan se sig själva i hjälterollerna. Den mjuka undflyende pojken och den gapiga tjocka flickan för att ta två exempel. Också de behöver få se hjältar på film som ser ut som dem, som är lika dem.
Också de behöver få se att de KAN vara en hjälte som räddar världen på Tom Cruise-vis, oavsett kroppsstorlek, hudfärg eller kön.

Lena Hult
140610

SPIK I FICKAN & TAGG I FOTEN

Välkomna till Cicky hörna

Den tionde maj var jag och handlade mat bl.a chokladglass. Jag hade med en kylväska där jag hade två isblock i blå plast som kylde maten som jag hade lagt i väskan. Ett bärbart kylskåp. Beslöt mig för att gå en lång runda hem. Jag gick bort mot det föredetta järnvägsspåret som en gång gått mellan Staffanstorp, Dalby och Sandby. Denna sträcka går förbi Dalby LIONS loppis och Melba fabriken som gör smör. Jag tog av på sidospåret där godståg en gång gått till Siporex. Jag gick en bit. Området Pinnmöllan växer sig allt större. Mycket av den fina natur som en gång var här är helt borta. Till och med bönder säljer sin mark till bostadsbygge. Snart finns det ingen natur att glädjas åt längre. Jag gick bort till en stor brunn och satte mig och vilade. Här ser jag Lantmännen, Kyrkan, Pinnmöllan och Vattentornet. Åt lite av glassen. Oh skit! Ett plan kommer över mig på låg höjd. Jag ser fönstren men inga folk för det är inte nog nära. Det är mysigt att sitta här. Jag mår faktiskt bra. Det har varit rätt ovanligt den sista tiden. Jag har inte varit på en långtur på länge. Satt och myste en stund till. Nä nu var det dags att fortsätta mot Siporex. Jag hade smak och chokladglass i munnen och doften av raps i näsan. Mmmmm! Jag fann fina flintastenar, röda, gula och bruna. Så glad jag blev! Har länge velat ha tag på dessa färger. Har gråa och svarta sedan tidigare. Fann tre stora spikar som en gång hade suttit fast i rälsen. Kul att ha. Fortsatte min tur mot Siporex. Längre fram kom jag till en grå byggnad där det var igenvuxet av törne och brännässlor. Jag fick platta till brännässlorna med min väska. Jag blev trots detta bränd och riven av törnen. Det var svårt att gå igenom detta, men lyckades. Så visade det sid att jag inte kunde komma runt på detta håll, så jag blev tvungen att gå tillbaka. Så plötsligt föll jag handlöst mot marken och slog i mitt högra knä. Jag hade snavat på en törne jag inte såg. Fick problem att ta mig upp. Hade så ont. Kom upp efter en stund och hade ont i knät och handen i vilken jag hade fått två taggar. Jag gick en bit då det högg till i vänster fot. Jag hade fått in en tagg i skon. Blev tvungen att ta av skon och ta bort taggen. Sedan var det bara att fortsätta trots smärtan i knät. Jag hade ju inget val. Ville ju hem! Jag fortsatte in på området. Kom bort till en lagerlokal som var full av något som liknade socker eller salt. Jag gick vidare på området. Mycket var ändrat. Akkafrakt har en verksamhet där nu. Det kom två vita omärkta lastbilar då jag gick mot utgången som vetter mot det gamla samhället innan de grå husen. Jag går åter mot Pinnmöllan. Detta område lär bli det största i Dalby. Det sträcker sig mellan Sipporex och nästan till Lantmännen. Det är väldigt grått, modernt och tråkigt. Jag gick igenom detta läbbiga ställe. Kom bort till en väggris där jag satte mig och åt snarare drack resten av glassen som hade blivit flytande. Jag satt en stund och vilade. Drog vidare mot minneslunden och kyrkan. Där vid kyrkan fann jag konfetti i silverhjärtan och guldkronor. Det hade tydligen varit ett bröllop. Kom till att tänka på låten "Elenor Rigby". Elenor Rigby picks up the rice in the church where the wedding has been. Ah, look at all the lonely people...E. R. plockar upp riset i kyrkan efter bröllopet. Ah se alla de ensamma människorna...Jag fortsatte hem. Det visade sig att jag hade varit ute i fem timmar. Tydligen gått en mil. Det hade varit en bra dag. Hälsar till pappa, Jonas, Gert och alla andra som läser denna fin fina tidning.

”Det är väldigt grått, modernt och tråkigt. Jag gick igenom detta läbbiga ställe. Kom bort till en väggris där jag satte mig och åt snarare drack resten av glassen som hade blivit flytande”

Cicky

DET ÄR MYCKET KATT

Mitt skrivbord på kontoret är väldigt aktivt av och till. Här skriver jag, ser på film på datorn och äter. Kyama och Fame ligger ofta här. Fame är den som mest ligger här. Det är gosigt när han sover och drömmer. Han sprattlar med sina tassar, smaskar högt och viftar med svansen. Det är svårt att hålla sig för skratt. Jag blir mer och mer kär i honom. Min lakritspralin. Han blir allt mer tillgiven och ligger korta stunder på mig. Han har väldigt hög kroppstemperatur. Han väger mycket mer än Kyama som väger fyra kilo. Så massiv och muskulös är Famen som jag kallar honom. Det är mycket katt.

Fame Catador och Kyama Lama

Det är den sextonde maj Smirres dödsdag, då han förolyckades på järnvägen vid Kävlingevägen 50, Tunisborg. Jag repade med bandet inför två uppträdande med Kabarèt Unik. Sjöng min hyllningslåt för min katt i replokalen till melodin "Putte du är min ögonsten" Smirre du är min ögonsten. Smirre du har så ludna ben. Smirre min lilla Smirre. Du är så rar. Du är så snäll. Jag brukade sjunga denna för honom. Det var lättare att ta sig igenom denna dag på Mejeriet.

På Öppet Hus på F-huset uppträdde Wonderous Minds. Medlemmarna är: Jonas, Mattias, Niklas, Filip och jag.

HÖST

Hösten är inte så kall nu
Mitt liv har vänt
Ensamheten är över
På nytt född i ett stilla regn
en teatergrupp fann jag mina vänner, så kära för mig som mina syskon jag aldrig fick
Att planera tar tid i universums rymd
Att höra allas böner i ett sorl av lidande röster är svårt
I en teatergrupp fann jag mina etc. Text Cicky Musik Jonas 2013
Kramar till er alla från mig. Adjöken.

Cicky

KASTA INTE STEN PÅ ANDRA...

Raad intervjuad av Malou

Vill du berätta lite kort om vem du är?
Jag föddes i en katolsk familj i Bagdad 1957. Jag har examen från veterinärhögskolan där 1981. Jag är nummer fyra av sju barn och har kontakt med alla syskon idag. Ingen bor kvar i Irak utan de är spridda över hela världen, men vi träffas på Skype och Facebook.

Varför är du här i huset?
Jag kom till Sverige 1992. Jag har OSA-anställning här i huset. Det började med att jag inte kunde arbeta efter 2002. efteråt, kring 2004, blev jag deprimerad. Jag ville kämpa mig tillbaka, men doktorn sa att jag skulle undvika stressigt arbete. De senaste 8-9 åren jobbade jag med barn på två skolor, både som klassresurs och fritidsledare. Men det blev för stressigt, så jag kom till Fontänhuset i Lund för fyra månader sedan. Och det känns fantastiskt. Här kan jag vara mig själv. Jag träffar människor som ibland bara behöver en klapp eller kram, kanske bara ett ord för att leva upp.

Vad jobbar du med här och vad trivs du bäst med?
Jag jobbar i husets trädgårdsenhet Gröna Fingrar, men är gärna i kontoret. I Sverige har jag utbildats till redovisningskonsult.

Jag vet att du gärna jobbar här om kvällarna. varför?
Det är lite lugnare här i huset då. Man får mer tid att prata med varandra då. Vi har spännande diskussioner.

Vad är det bästa med Fontänhuset?
Jag har aldrig upplevt att personalen här är oövänlig. Man känner sig hemma med medlemmarna. Jag trivs.

Vilka råd skulle du ge till en nyanställd här?
Lyssna på medlemmarna. Jag tror det skulle vara bra om fler medlemmar satt med i styrelsen.

Du kan mycket om det mesta. Varifrån har du fått all din kunskap?
När jag var ung, på 60-talet, var det mitt intresse att läsa. Då fanns det inga datorer, man sa ”boken är människans bästa vän”. Jag läser om allt. Numera mest biografier och historia.

Vad är det sämsta respektive det bästa som hänt dig?
Sämst var benskadan jag fick i kriget mellan Iran och Irak. Bäst var två saker. När jag fick min dotter. Och när jag fick fristad i Sverige efter tio år på flykt genom Iran, Syrien, Turkiet och gamla Sovjet.

Raad till höger i mössa. Kompisar i motståndsrörelsen i norra Irak.

Varför är du så social och glad? Var hämtar du din kraft?
Jag blev deppad för att jag tog hand om alla andra och glömde mig själv. Jag mår bra av att hjälpa andra. Mina föräldrar hjälpte släkten och var goda mot alla. Och jag mår bäst av att umgås och vara med andra. Jag klarar inte att vara ensam.

Vad gör dig riktigt arg?
Hyckleri. I alla former och sammanhang. Och fascism, som förekommer både inom religion och politik. Och människor som beter sig som gudar.

Vad är meningen med livet?
Att stå för vad du tror på. Att säja vad du tycker. Att vara människa i sin fulla betydelse.

Vad intresserar dig mest och vad tråkar ut dig av?
Jag tycker om politik och fotboll, håller på svenska landslaget, MFF och Internazionale. Människor är intressanta. Och att läsa. Men religion tråkar ut mig.

...OM DU SJÄLV BOR I GLASHUS

Varför har du inte en sån keps som Tony?
Men jag har keps. En Lenin-variant på vintern och en vanlig på sommaren.

Kom du ensam till Sverige?
Nej, med familjen.

Vad var svårast med att lämna Irak?
Att lämna föräldrar och syskon. Och mitt Bagdad. Och en massa goda vänner.

Till vänster: Raad på veterinärhögskolan i Bagdad-79

Vad var svårast med att bosätta sig i Sverige?
Språket och alla svenska traditioner. Att få vänner tog flera år. Att lära sig hur man beter sig med svenskar, det är annorlunda, det krävs att få tillit, de visar inte känslor som andra folk. Men jag visste att vi aldrig skulle återvända, vi var tvingade att bli integrerade. Vi var nog ensamma om att inte skaffa parabol för att se hemlandets TV-program.

Vet du om det finns Fontänhus i Irak?
Det finns inte. Människor har inget värde där tyvärr. I synnerhet inte de med psykisk ohälsa.

Hur menar du?
Anhöriga skäms. Där gäller sluten vård, man låser in de sjuka helt enkelt. Efter Kuwaitkriget ökade skillnaden i utvecklingsnivå mellan Sverige och Irak från 50 år till 100. Men det handlar om systemet. Vanliga irakier är precis som ni eller vi här i Sverige.

Vilka länder har du varit i?
Nya Zeeland, Singapore, Kina, Sovjetunionen och Ryssland, Estland, Ukraina, Danmark (räknas det?, hehe), Holland, Tyskland, Spanien, Frankrike, USA, Kanada, Kuba, Marocko, Syrien, Iran och Libanon.

Vart vill du helst återvända?
Till Nya Zeeland. Mina föräldrar bor där och det är vackert som i Sverige. Men lite varmare.

Vilket är ditt bästa och värsta reseminne?
Bäst var väl 1977 i Köpenhamn. En kompis och jag träffade två tjejer och festade till lite och sen vaknade vi upp hemma hos tjejerna i Landskrona. Utan att ha någon aning om hur vi hamnade där. Värst var när jag blev stoppad på flygplatsen i Moskva. Jag skulle till Kanada men fastnade med falskt pass och kastades i polishäkte. Efter tre dagar mutade jag mig ut.

Vart eller när skulle du åka om du fick göra en tidsresa?
Varför skulle jag göra det? Hahaha! Jo, jag skulle åka tillbaka till Tyskland på 30-talet och göra allt jag kunde för att förhindra att över 50 miljoner människor dog i kriget.

Vem skulle du helst ta med dig till en öde ö? Lasse, Celine Dion, Conchita Wurst eller Reinfeld?
Lasse som är chef i Fontänhuset. Han är en fantastisk människa, godhjärtad fast han kommer från Limhamn, haha. Han har mer humor än alla de andra du räknade upp. Och då kunde vi starta ett Fontänhus på ön. Ville inte han så tog jag Filippa Reinfeld.

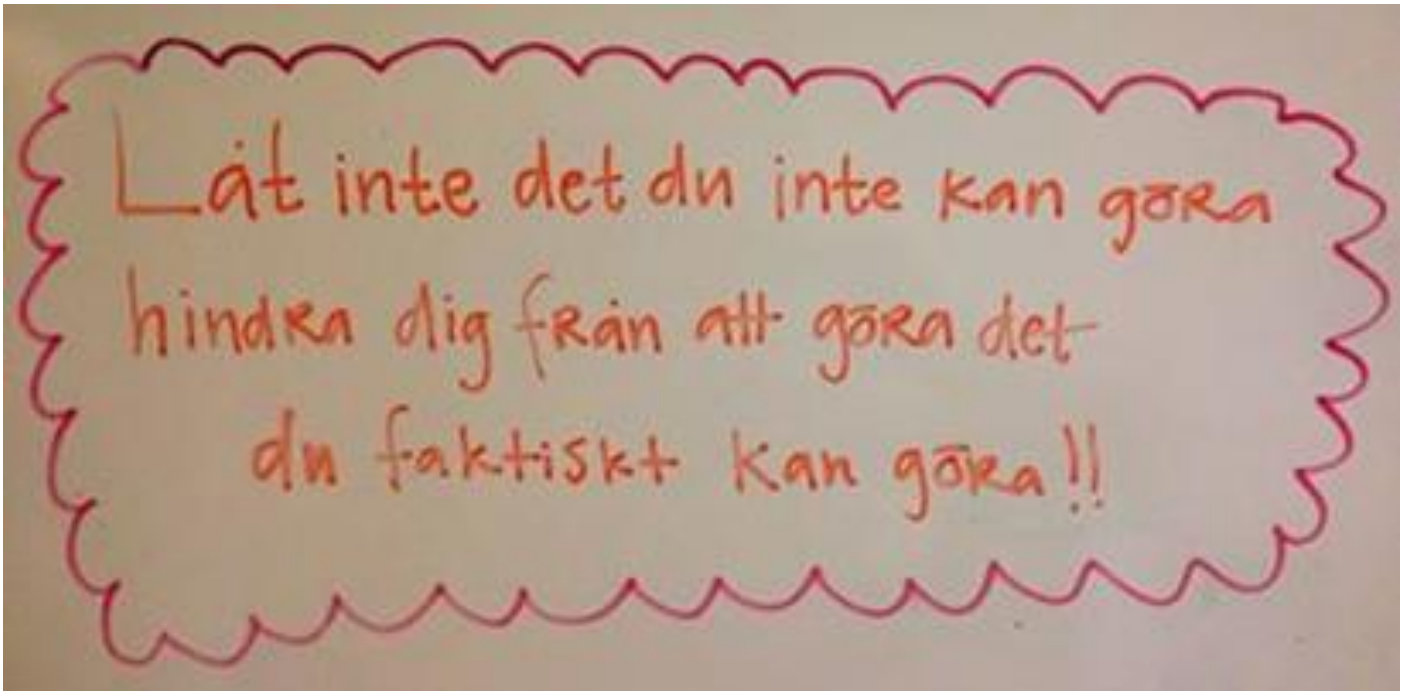
Vem skulle du helst vilja vara om du inte var dig själv?
Lev Davidovitj Trotskij. Superintelligent, revolutionär och vass penna. Har du tänkt på att Lasse liknar Trotskij.

Har du något visdomsord som du vill dela med dig av?
Kasta inte sten på andra om du själv bor i glashus.

FEMTON MÅNADER…

Hur kan tid gå så fort? Det känns på en och samma gång som om jag nyss kom till Lunds Fontänhus - och som om jag alltid varit här. Aldrig förr har jag varit på en arbetsplats där människor bemöter varandra med en sådan genuin hjärtlighet, omtanke och respekt. Jag har heller aldrig jobbat på ett ställe där jag lärt mig så mycket om mig själv på så kort tid.
Det har varit en stor förmån att få ta del av många personliga öden och inre resor, glada dagar och svåra, skratt och gråt om vartannat…
Matilda som jag vikarierat för, är efter föräldraledighet efter sommaren åter vid rodret för studentprojektet, och det är med blandad känsla av glädje, vemod, stolthet och tacksamhet som jag nu traskar vidare. Jag har visserligen en tjänst som studievägledare på universitetet att gå tillbaka till, men ska börja min "återanpassning" till livet utanför de varma väggarna på Kävlingevägen 15 med att stanna upp och fundera över min fortsatta mening med livet. Kanske leder erfarenheterna från Fontänhuset in på nya spännande vägar, för jag vet ju nu så mycket mer än man ibland tror, är möjligt. Tack alla fina ”Fontänhusare” för att ni visat mig det!

Kärlek och värme från Lena Swärd



JAG KÄNNER MIG SOM EN NY MÄNNISKA HÄR

Nassrin bor i Lund kom hit till Fontänhuset för första gången i mars, för ca 4 månader sedan. Hon hittade hit själv och fick börja med att träffa Lasse. Hennes önskan var att arbeta i köket, eftersom hon älskar att laga mat, baka surdegsbröd och kakor. Innan Nassrin kom till Fontänhuset studerade hon till barnsköterska i Arlöv och arbetade även i köket på Sparta café och restaurang. Nassrin berättar att i köket på Fontänhuset, så hjälper dem varandra med matlagning och städning. Nassrin trivs jättebra med detta och med alla människor i huset. Hon beskriver sig själv som en öppen person som gillar att umgås och att hon känner sig väldigt trygg här på Fontänhuset. ”-Jag har fått prova på nya saker här, både qi gong som har varit jätteskönt och speciellt och så har jag precis börjat träna friskvård på Högevall. Min svenska har utvecklats jättemycket för jag har fått mycket övning. Jag känner mig som en ny människa sen jag började här och vill jättegärna stanna här!”

Nassrin bär sjal av religiösa skäl och har gjort sedan hon var 12 år gammal. Det har blivit en vana, säger hon och ler. Hon berättar att det är tradition i hennes hemland Kurdistan att kvinnor bär sjal för att inte visa sitt hår för andra män än sin egen. Nassrin säger att hemma bär hon inte sjal men gör det utanför hemmet både av tradition och av vana. Och här ser vi en vacker kvinna både med och utan sjal!

Monique

JAG SKA BLI BÄTTRE ÄN PAPPA

INTERVJU MED ADRIAN KOLGJINI, SON TILL EN AV SVERIGES STÖRSTA TRAVTRÄNARE, LUTFI KOLGJINI.

Onsdagen 14 Maj, åkte Tony och jag ut till Vombs Nygård, stall Kolgjini. Vi hade tid med Adrian Kolgjini (blivande travtränare som sin pappa) kl14.00, för en intervju. Jag har många gånger varit på besök i Vomb. Det är alltid så skönt och komma ut dit. Lugnt och skönt, hästarna som står i stallen.

De tittar upp på en. Jag brukar pratar med hästarna och klappa lite om de vill. Adrian var lite sen, men kom efter ca 15 minuter. En ung man med avslappnad stil, som hälsade oss välkomna. Så vi gick igång med lite frågor.

Född, när och var?

1993 i April i Malmö.

Hur många syskon?

En syster och lillebror.

Var gick du i skolan?

I Veberöd, grundskolan och Malmö Latin, samhälle och ekonomi.

Favoritämne i skolan?

Idrott och historia.

Gillar du sport, bäst och sämst?

Bäst är ishockey och fotboll. Sämst är galopp.

Favoritlag, ishockey och fotboll?

Mif Redhawks och Malmö FF, Manchester City FC.

Tycker du att det är bra att bo i Lund?

Ja, bra skola.

Hinner du med att gå ut i Lund?

Ja ut och äta lite. Lund är en mysig stad.

Vad gillar du för musikstil, artist eller band?

Hip hop. Timbuktu, Jason Diakte.

Om du fick välja ressällskap till en jordenruntresa, vem tar du med?

Magnus Jernemyr. Handbollsspelare i LUGI och varit utlandsproffs i många år i Spanien och gjort många landskamper för Sverige.

Önskeresemål?

Hawaii.

Tycker du om godis, vad för sorts?

Mindre nu, turkiskpeppar.

Mjukglass eller kulglass?

Kulglass och bägare.

Är du en snäll storebror?

Nej.

Känner du av stress eller annan påfrestning i ditt jobb?

Känner av det ibland.

Har du höga krav på dig själv?

Ja.

Kommer du bli en bra chef, ledare när du har eget stall?

Ja, bättre än pappa.

Följer du med i samhällsdebatten?

Ja , men för dåligt.

Skulle du vilja ha ett spårvagnsnät i Sydväst Skåne?

Ja.

Kan du ge en bild av hur den perfekta hästen ser ut, sto eller hingst?

En hingst, stor med långa ben.

Vilken bana ger bäst service till de aktiva?

Sundbyholm, Eskilstuna.

Vilket lopp vill du helst vinna i framtiden?

Elitloppet.

Om jag säger att din pappa vinner Elitloppet med Raja Mirchi, rätt eller fel?

Rätt. (Fast så gick det inte)

Vad får dig att bli arg?

Förluster.

Vad får dig att bli glad?

Att vinna travlopp.

Lite eftertext,

Tony tog lite bilder vid besöket.

Inför årets stora travhelg på Solvalla , Stockholm. Så gick det bra för stall Kolgjini.

Det blev fyra segrar, tre till pappa Lutfi och en till Adrian. En seger var i Sweden Cup.

Mosaique Face var hästen som vann, ett fint första pris på 500.000kr, Lutfi körde.

En annan fin vinnare var Olympic Kronos, som Tony tog foto på. Det var Silverfinalen

250.000kr till vinnaren. En snygg tränar och kuskseger. Detta var på lördagen.

På söndagen var det dags för Elitloppet. Det stora loppet med 3.000.000kr till vinnaren.

Loppet körs i två försök. Kolgjini häst i detta lopp häst Raja Mirchi, blev 2a i försöket.

Knappt slagen före mål. Det ska tilläggas att det blev en omstart i loppet och det avgjorde mycket. I finalen så blev det tyvärr galopp in på uppploppet. Det var en som gick över i galopp invändigt. Vi fick alltså inte se hur det gått om detta inte hänt. Men om jag känner Lutfi Kolgjini, så tar han nya tag framöver. Adrian han var med i tv och skötte sig väldigt bra med svar och andra kommentarer på frågor han fick. Adrian, han har framtiden för sig. I en mycket tuff bransch, men han kommer att göra det med stor passion. Jag är säker på det, för det finns inget annat yrke för honom. Vi, jag och Tony önskar all lycka till framöver. Tack för att vi fick komma på besök. Adrian sa att vi är välkomna tillbaka.

Bilderna tog Tony och jag Richard frågade.

Tony Forkner och Richard Nilsson

Olympic Kronos

Och här bor han, Olympic alltså

P.S. Efter den här intervjun , så har Adrian vunnit sitt första storlopp. Det var i Östersund 7:e Juni, med ett 1:a pris på 750.000 kr. Hästen som han vann med, Mosaique Face, är en liten fin krigare. Adrian körde ett perfekt lopp. Ett antal dagar senare vann han på nytt, nu med Archangel Am ett testlopp till Svenskt Travderby. Där 1:a priset är stort. Den 14:e juni var Adrian i Boden, blev 2:a med Raja Mirchi i ett storlopp, precis slagen innan mål, 2:a priset på 400.000 kr.

D.S.

BOLLEN RULLAR VIDARE

Fotbollssäsongen har slutat o börjat!

Engelska ligan är slut, mästare blev Manchester City FC. De vann knappt före Liverpool.

Mitt lag blev sexa, Tottenham Hotspurs. Det såg länge bra ut för Liverpool, men tyvärr så

räckte det inte. Så vi får ta nya tag jag, Tony och Mattias B. Till nästa säsong.

Nu är det Allsvenskan som gäller.

Malmö FF har börjat bra, det blev vinst direkt i hemmapremiären mot nykomlingen Falkenbergs FF. Där Henrik Larsson är tränare. Sen har det rullat på bra. Endast en förlust, det var hemma mot BK Häcken. För Helsingborgs del har det börjat lite knackigt. Man fick avbryta hemmapremiären mot

Djurgårdens IF. Det hade varit bråk på stan innan matchen. Mycket trist för alla fotbollsälskare.

Hoppas på en bättre fortsättning.

Nu är det fotbolls-VM till sommaren, men inte för oss Sverige. Vi missade kvalmatchen mot Portugal, trist. Mitt tips är att Tyskland, Brasilien, Argentina eller Belgien vinner VM!

Ha en skön sommar alla läsare.

Richard Nilsson

9,5 LÖPARE KOM TILL START

Lundaloppet 2014

Lördagen den 10/5 2014 var det dags igen för oss på Lundsfontänhus att delta i det årliga Lundaloppet. Det var tredje gången vi deltog och regnet hade öst ner oavbrutet i tre dagar före loppet och på morgonen dagen då loppet skulle gå mötes vi av denna syn på himlen. Vi var 10 laddade deltagare som inte tänkte låta oss stoppas av lite regn som aldrig kom…

9,5 löpare kom till start, vi hade en som gick vilse så det kan väl räknas som 0,5 i deltagande.

Vi var alla anmälda till 5 km-loppet så vi var en samlad trupp vid start. Sen kom startskottet och vi tunnades genast ut i mindre grupper. Alla som startade gick i mål men en av oss valde att i sista kurvan vid målgång gå direkt till de goda baguetterna som väntade på oss efter målgång. Hungern är ibland starkare än längtan efter en medalj för vissa av oss. Det blev en lyckad tillställning och alla var nog nöjda när dagen var över. Nu laddar vi för Lundaloppet 2015.

Bengt

Förväntansfulla pojkar (och praktikant Mia) inför starten

Välbehövlig vila i gröngräset!

Taktiksnack?

VI VANN! VI VANN! VI ÄR BÄST!

FEMKAMP I HELSINGBORG

Vi var sju glada och förväntansfulla personer från Lunds Fontänhus som åkte upp till Helsingborg, fast beslutna att hämta hem pokalen för första gången. Det var Iréne, Bengt, Mikael, Gunilla, Tommy, Lena F och jag (Tony). Bengt och jag åkte tåg, medan de andra åkte med Gunilla i hennes bil.

När vi kom fram till Gröningen möttes vi av alla trevliga människor från de andra deltagande Fontänhusen (Helsingborg, Malmö, Båstad och Falkenberg). Vädret var på sitt bästa humör. Strålande sol och över 20 graders värme. Det var bara att sätta igång att tävla direkt. Femkampen visade sig bestå av endast Kubb, p.g.a. tidsbrist.

Vi mötte Båstad i första matchen, och vi hamnade snabbt i underläge. Men så småningom kom vi gång, och lyckades vända till seger.

Sen var det Falkenberg på vår lott. Precis som mot Båstad så kom vi i underläge i början, men lyckades vända också denna match till seger.

Nu var det korvgrillning på schemat. Det smakade bra med en korv och lite dricka i värmen.

Efter vi njutit av korven och den fantastiska utsikten över Öresund, stod hemmalaget på tur, regerande mästare... huga. Samma scenario här, underläge i början (slow starters), men när vi väl hade siktat in oss så började vi komma i gång. Vi träffade mer och mer. Med en pinne kvar att kasta, var vi tvungna att träffa kungen, annars hade vi förlorat, men vi lyckades träffa och vinna matchen. Min blygsamhet och ödmjukhet, förbjuder mig att säga vem det var som kastade sista pinnen.

Nu hade vi vunnit tre jämna matcher med mycket tur och kanske lite skicklighet. Vi hade Malmö kvar att möta, och förutsättningarna var att om vi vann så var vi segrare av det hela, men om Malmö skulle vinna, så skulle det lottas mellan Malmö och oss.

”Så efter fyra jämna och mycket trevliga matcher, där alla i laget spelade fantastiskt bra, vann vi pokalen till Lund”

Matchen började och under lång tid var det ingen som träffade något alls, men sen började vi komma i gång, och tog en klar ledning. I den här matchen var det Malmö som var slow starters, och började komma i kapp, och nästan förbi. Om Malmö inte hade missat sitt sista kast hade dom vunnit, men som tur var för oss så missade dom hårfint.

Så efter fyra jämna och mycket trevliga matcher, där alla i laget spelade fantastiskt bra, vann vi pokalen till Lund, som jag hade lovat Lisbeth innan jag åkte på morgonen.

Det var ett glatt, men trött gäng som åkte söderut i triumf. Jag och Bengt fick sällskap av Iréne på ”segertåget” hem till Lund.

Vid tangenterna: Tony

Nu tar vi denne dan till detta

och allt de andra en annan da

IRÈNE

HÄR GLÄNSER DET

RAPPORT FRÅN KRISTALLENPROJEKTET

I Kristallenprojektet glänser det för närvarande. Planeringen går framåt och marknadsföringen pågår för fullt. Eva och Monique har varit på möten och informationsträffar, träffat många olika människor och berättat om Kristallenprojektet. Medan Eva njöt av natur och vackert väder på Osbylägret, var Monique på styrgruppsmöte tillsammans med alla samverkansparter i projektet. Det blev ett mycket givande och intressant möte där en del frågetecken undanröjdes. Det pratades mycket kring arbetsuppgifterna i restaurang Höjdpunkten och konferensavdelningen på plan 7 i Kristallen. Även praktiska detaljer som arbetskläder, skor och ”taggar” för att kunna ta sig in och ut ur byggnaden diskuterades. Alla är förväntansfulla och ser fram emot uppstarten i september. Monique har även varit uppe på Psykiatrihuset och berättat om projektet för ca ett 30 tal enhetschefer, varav flertalet har besökt Fontänhuset tidigare och är informerade om vår verksamhet. Innan Eva åkte på läger deltog hon på Inflytanderådet uppe på Psykiatrihuset tillsammans med andra brukarföreningar och berättade om både Fontänhuset och Kristallenprojektet.

Under de senaste två veckorna, har huset varit nästan tomt eftersom de flesta har befunnit sig på läger. Då har Kristallendeltagarna arbetat stenhårt med att göra rent och snyggt i huset tillsammans med köket.

Det som ligger närmast just nu är att planera in studiebesök på Kristallen för medlemmarna. Detta ska förhoppningsvis kunna genomföras inom någon vecka. Mer information om detta kommer när tider och dagar har fastställts.

Monique

Nästan lika välstädat som i Fontänhuset

Nästan lika välkommande som Fontänhuset

Jonathan Hallberg

28 maj 1948 - 20 maj 2014

Tack, Jonathan, för att vi fick lära känna dig. Du skänkte oss glädje och visdom.
Många av oss kommer också att minnas Jonathan för den pillemariska blicken bakom de bruna ögonen, ödmjukheten och omsorgen.
Jag minns när Jonathan och ett gäng ifrån IM gjorde sin årliga hajktur. Jag lånade ut en sovsäck och ett liggunderlag efter en hel del övertalning. Hursomhelst kom gänget iväg och när det var dags för kvällsläger visade det sig att det erfarna gänget hade slagit läger precis intill en utfodringsplats för vildsvin.
Natten blev grymt orolig.
Men Jonathan bara virade in sig i sovsäcken och somnade. Sedan vaknade han pigg och utvilad, redo att leda truppen mot Lund.
Tack för allt, Jonathan, och vila tryggt.

Lasse och vännerna på Lunds Fontänhus

SANNINGEN OM VÅR GRANNE

Polen är, till skillnad från vad många tror, ett land i mellersta Europa och inte östra. Landet etablerades år 966 av Polens första dokumenterade kung Mieszko I.

Polacker är ett västslaviskt folk som antagligen fått sitt namn från ordet ”pole” som på polska betyder slätt. ”Polanie” skulle då betyda slättmänniskor.

Legenden säger att man var ett slättfolk innan man stötte på det legendariska krigarfolket sarmaterna, som var det första folkslaget att dominera de polska slätterna. Dessa försvann sedermera från Polen och många forskare och arkeologer tror att man organiserade polackerna militärt så att de gick från slättfolk till ett starkt krigarfolk.

”Sarmatismen” som Polen genomgick från 1500-talet till 1800-talet bekräftar denna teori då de polska trupperna använda många sarmatiska vapen och rustningar.

Men man är inte det enda slaviska folkslag som hävdar ursprung från de iranska sarmaterna.

Ett annat namn för Polen är Lechistan som fortfarande används i Persien och Turkiet. Lecher är en annan polsk folkstam, och ”stan” betyder land på persiska.

Turkiet och Persien var också de enda länderna som inte erkände delningen av Polen år 1795.

Polen har överlevt många invasioner och krig och hamnade under kommunistiskt styre under 1900-talet. Men efter några år utan krig och kommunism har Polens ekonomi återhämtat sig och Polen räknas nu av många som ett av Europas sex stora länder när det kommer till ekonomi och maktposition.

Polen har också en stark koppling till Sverige, först genom att många av dagens svenskar folkvandrat till Sverige från Polen, men arkeologiska fynd visar också att folk från Polen bebott södra Sverige sedan 1000-talet.

”Sverige har också haft en polsk kung i Sigismund Vasa som hade en svensk pappa och polsk mamma”

Sverige har också haft en polsk kung i Sigismund Vasa som hade en svensk pappa och polsk mamma. Efter att han fråntagits sin kungakrona på grund av sin katolska tro med mera, så hämnades polackerna i striden vid Kirkholm där svenskarna led sin största militära förlust någonsin om man räknar förluster per capita.

Sigismund Vasa etablerade också Warszawa som Polens huvudstad, vilket Krakow varit tidigare.

Men relationerna mellan Sverige och Polen har kraftigt förbättrats, då båda länderna har starka import- och exportrelationer och båda ländernas ledare har goda relationer med varandra.

Patrik Koblik, halvpolack

Ur filmen ”Kung Arthur”. Sarmatiska krigare

VAD HAR HÄNT I KÖKET?

Det har flutit på som vanligt. Alla hjälps åt att göra en god, näringsrik och varierad kost. Vi har haft en Afrikansk vecka. Det har storstädats från topp till tå i köket. Monique, Djamila och Nassrin har inget skinn kvar på fingrarna men skåpen är vita igen! Medan merparten av medlemmarna har varit på läger i Osby och njutit av naturen har vi i huset njutit av kökets alla underbara dofter. Hörde att den afrikanska ”Bobotien” var mycket uppskattad så här får ni alla ta del av receptet som är hämtat från kokaihop.se.

BOBOTIE! MÅSTE PROVAS!

Av: Kurisutina
Typ: Huvudrätt
Kök: Afrika
Tillagning: Ugn
Portioner/antal: 4

INGREDIENSER

0,3 dl ströbröd
0,7 dl mjölk
En halv stor lök
Ett halvt st stort äpple
2 msk olja
1 msk curry
350 gram nötfärs
0,7 tsk salt
1 tsk timjan
1 tsk dragon
1 msk lime/citronsaft
0,3 dl mandelspån

Äggstanning:

2 dl mjölk
2 st stora ägg

Bobotie är den mest typiska sydafrikanska rätten av alla. Med ursprung i det holländska köket och österländsk kryddning. Måste provas!

Bobotie

GÖR SÅ HÄR

1. Blanda i en stor skål ströbröd med mjölk och låt dra en stund.
Skala och hacka löken och skala och skiva äpplen i små tärningar. Sätt ugnen på
175 grader.
2. Värm oljan i en stekpanna och blanda i curryn. Tillsätt löken och låt steka en
stund. Tillsätt sedan äpplebitarna och rör om. Häll lök/äpple till skålen med
ströbrödet. Blanda.
3. Stek köttfärsen och häll i skålen. Blanda. Krydda med salt, timjan, dragon,
lime/citronsaft och mandelspån. Rör om allt väl.Häll detta i en ugnsform.
4. Vispa ihop mjölk och ägg och häll i ugnsformen. Lägg lagerbladen på.
5. Grädda i 175 grader i nedersta falsen

MINA BETRAKTELSER FRÅN KARNEVALEN 2014

Jag brukar alltid se karnevalståget inifrån karnevalsområdet. Så även den här gången. Jag cyklade ner mot stan vid 11:30-tiden. Ställde cykeln vid Fontänhuset, för jag tänkte att annars hittar jag aldrig den igen. Sen strosade jag in mot centrum i sakta mak. Jag stannade till vid Wasabi och pratade lite med några bekanta, och drack en öl. Vid halv ett gick in på området, och blev genast attackerad av ett gäng trevliga karnevalstjejer. De tyckte att jag skulle gå in på deras tältnöje (som jag inte kommer ihåg vilket det var). Jag sa att jag skulle gå runt lite först och sen kanske jag tittade in. Jag gick runt och kollade på området. Det var allt möjligt där: Man kunde gå på vatten, det var någon slags cabarét, nånting Apokalyps nånting, ja allting. Jag var aldrig inne på nåt av dom, så jag kan inte berätta någonting om dem. Sen gick upp mot AF och ställde mig och väntade på karnevalståget. Det var inte så mycket folk där, precis som förväntat. Jag har stått där de senaste tre karnevalerna. Mindre antal människor så man ser bättre därifrån. De vagnar jag

Den här som handlade om sociala media.

Mänskliga reservdelar.

Travesti på NSA. Tomten ligger bakom allt.

Sverige har vunnit VM i fotboll, tack vare 3D-printern.

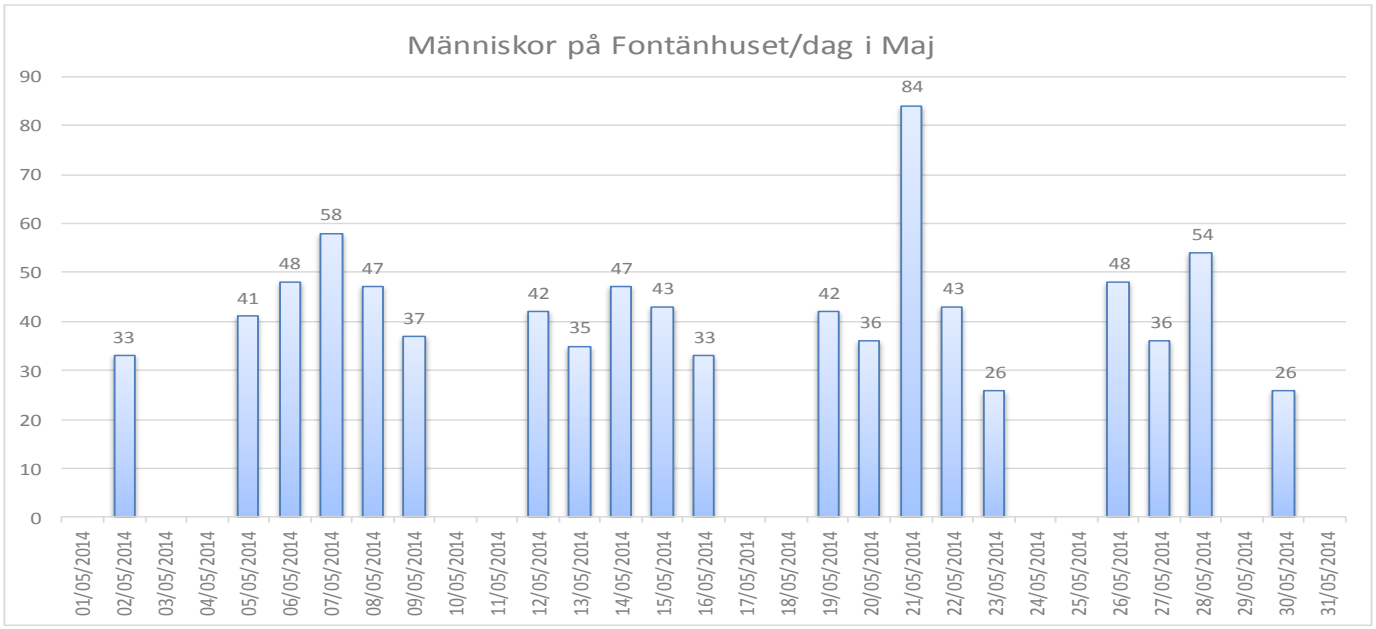
Och till sist: Skåne-Tragiken, framtidens kommunala trafik

Jag gick runt lite till efteråt. Provsmakade karnevalsölen och korven.

Sen var jag ganska trött i benen. Jag gick tillbaka mot Fontänhuset, och mycket riktigt så var det fullt med cyklar hela vägen, så jag hade nog fått svårt att hitta min cykel om jag hade ställt den där nånstans. Karnevalen var som vanligt. Lite blandat, men rätt så mycket kul.

Vid tangenterna: Tony

STATISTIKEN…



Våra grödor på kolonin och i vår trädgård på Fontänhuset växer så det knakar. Det krävs mer vattning nu i det soliga och varma sommarvädret. Gräset ska klippas och ogräs ska tas bort. Pionerna blommar så fint på framsidan och likaså iris. Vi sitter mycket ute i trädgården och njuter nu. Nils har vi kvar men Katja kommer snart att gå på föräldraledighet och vi tackar för ett fint samarbete och hoppas att hon kommer och hälsar på! Det kommer en ny tjej som heter Lisa och henne önskar vi välkommen hit. Lilla snigel får akta sig eller sniglarna som det finns en hel del av i år. Raad har jagat dem nu ett tag. Vi ser alla framemot att kunna skörda våra grönsaker och äta dem! Passa på att njuta av rosorna, växthuset och gå och gnugga och dofta från örtkryddorna men tänk på att jordgubbarna är till för hela huset och skördas av Fontänhuset!

Gröna Fingrar

…en liten dikt kommer lastad

Som stark till mjuk från ljuv
Jag ger ge mer
du ser det går vi får vad vi sår
Kom hit tänk dit
va här ta när
du kan som är!

Katja

Friskvård med Fontänhuset

Vi tycker det är väldigt viktigt med motion och hälsa på Lunds Fontänhus så vi erbjuder flera olika former till våra medlemmar.

På gång i Friskvårdsgruppen

Vi kommer framöver att ha ett öppet möte varje månad för alla som är intresserade av friskvård och hälsa. Tanken är att vi tillsammans skall utforma friskvården så att allas önskemål går att uppfylla på bästa sätt. Håll utkik efter anslag, friskvårds-sms eller hör av dig för information.

Tisdagar

Styrketräning, konditionsträning och motionssimning på Högevallsanläggningen kl. 14.00–15.30

Torsdagar

Styrketräning, konditionsträning och motionssimning på Högevallsanläggningen kl. 14.00–15.30

Naturpromenad varje månad

Varje månad ordnar vi en utflykt till något trevligt naturområde och går en längre promenad. Håll utkik efter anslag och sms eller hör av dig för info.

Stegräknartävling

Varje vecka har vi en stegräknartävling för alla medlemmar. Hämta din stegräknare och börja gå. Pris till vinnaren och motion till alla deltagande.

SMS-Grupp

Vill du få information om allt som händer inom friskvården och kanske en liten knuff och påminnelse om att motion är viktig så anmäl dig till vår SMS-grupp. Ring husets 046-120195 och fråga efter Johan eller Mattias

FONTÄNHUSETS ANSLAGSTAVLA

Datakurser

Fontänhusets IT-ansvarige, Mattias B, håller grundläggande kurser i Word och Excel. Undervisningen sker individuellt och utan tidsramar. Tillsammans med Mattias bestämmer du hur upplägget ska vara. Den som genomgår hela kursen får ett kursintyg. Inga prov !

Skriv upp dig på listan i entrén eller mejla ditt intresse till: info@lundsfontanhus.se

Pysselcafé

Onsdag 14.00—19.00

Välkommen

OBS:

Nästa tidning blir först efter sommaruppehållet

Glöm ej After Work fredagar, kl.14.

Lunch

Meddela köket om du vill äta lunch, senast kl.10 samma dag

Lunchpris:

30 kr utan kupong

25 med kupong

Kaffe/te, pris:

Med klippkort: 50 kr för 12 dagar /utan klippkort: 5 kr per dag

SMS-gruppen

För dig som vill ha koll på vad som är på gång på Lunds Fontänhus och vill ha info om detta direkt i mobilen finns nu en sms-grupp. Kontakta IT-ansvarig Mattias om du vill gå med i sms-gruppen eller om du har frågor om hur den fungerar.

VAD HÄNDER I HUSET?

Promenad och stavgångsträning med Aleris: har Sommaruppehåll

TRÄFFAR & EVENEMANG

After Work: Fredagar kl.14-15. Arbetsveckan avslutas med gemensam fikastund.

Redaktionsmöte: Måndagar kl.09.45. Planering av kommande numret av Fontänbladet.

Klubbhusmöte: Första onsdagen varje månad kl.14-15.

Sommaraktiviteter för husets medlemmar

Tisdagen den 24 juni: Tirups Örtagård

Tisdagen den 1 juli: Utflykt till Malmö, aktivitet beror på vädret

Tisdagen 8 juli: Promenad i Dalby Söderskog (alternativt sällskapsspel om vädret är dåligt)

Tisdagen 15 juli: Ystad (gott och blandat)

Tisdagen 22 juli: Bjärred, bad och glass

Tisdag 29 juli: Kulturens Östarp—lantbruksmiljö från 1800-talet

Tisdagen 5 augusti: Katrinetorp, herrgård och trädgårdscafé i närheten av Malmö

Tisdagen 12 augusti: Falsterbo fågelstation, bad mm

Alla aktiviteter är kostnadsfria för medlemmar så som resor och inträden, dock behöver man ibland ta med sig egen matsäck och dryck.

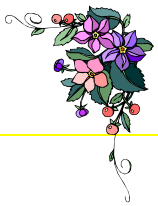
Anmälningslista och annan information t.ex. om tider för ovanstående, finns i Fontänhusets reception. Är du osäker på något, så prata med någon handledare.

Fontänhuset är öppet och bemannat även de dagar då vi är på utflykt

SOMMARTIDER PÅ LUNDS FONTÄNHUS, (15 juni—15 augusti)

Måndagar, tisdagar och torsdagar 09-16. Onsdagar 13-19, Fredagar 09-15

På onsdagar under sommaren serveras ingen lunch, däremot kommer det att finnas varma mackor eller annat till försäljning



TONYS KRÖNIKA

En ung nyutexaminerad präst skulle hålla sin första högmässa och var så nervös att han knappt kunde tala till församlingen. Efter högmässan frågade han den äldre prästen hur han hade gjort första gången. Den äldre prästen svarade: När jag känner oro över att ställa mig inför församlingen, ställer jag ett glas vodka bredvid mitt vattenglas. Skulle jag bli nervös smuttar jag av vodkan. Nästkommande söndag följer han den äldre prästens knep. I början på mässan blir han nervös och tar en klunk. Han fortsätter med en stormande högmässa. När han kommer tillbaka till sitt kontor efter mässan, sitter det en lapp på dörren som följer:

Smutta på vodkan, svep den inte.

Det är 10 budord, inte 12.

Det är 12 lärljungar, inte 10.

Jesus var fin och helig, inte full och velig.

Jacob ledde sin åsna, han led inte av att sätta på den.

Vi kallar inte Jesus Kristus för J.K.

Om vår Fader, Sonen och den Heliga Anden, säger vi inte farsan, lillen och spöket.

David besegrade Goliat, han spöade inte skiten ur honom.

När David träffades av en sten och föll av sin åsna, ska du inte säga att han ramlade för att han var stenad.

Vägskälet kallar vi inte för det stora T:et

När Jesus bröt brödet under den sista nattvarden sa han:

- Ta brödet och ät med mig, för det är min kropp.

Han sa inte:

- Ta min kropp och släta av mig.

Jungfru Maria kallar vi inte för Maria du skuldfria.

Kinesiska ordspråk.

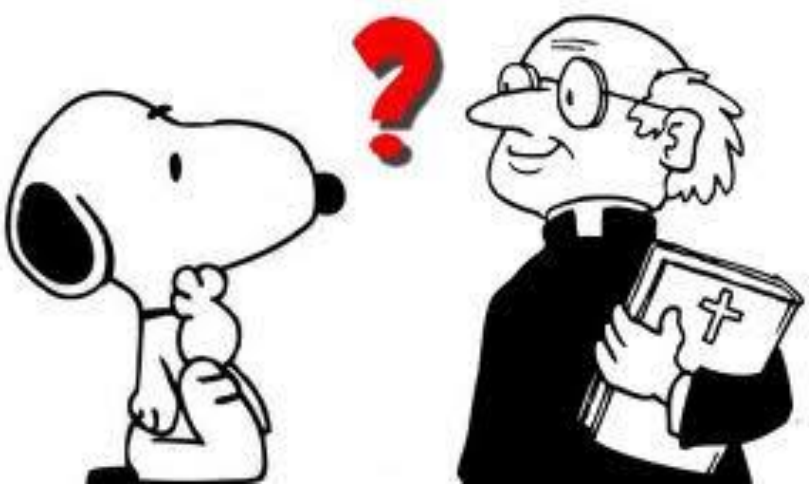
“Den som inte har tilltro till andra, kommer inte att vinna tilltro hos dem.“

“Den som griper till våld visar att hans argument är slut.“

Kortare citat

Jag tror att det finns en marknad i världen för kanske fem datorer. // Thomas Watson, IBM:s styrelseordförande 1943

Varför kallas det rusningstid, när ingenting rör på sig? // Robin Williams



MALOUS ÖVERLEVNADS-KIT

Här ser du Malous rese-kit från sin tur i Sri Lanka**,** det var en present från Lasse Jönsson, där allt nödvändigt såsom flugsmällare, elverk, Pokemon, leksaksflygplan och en japansk fallskärm ingick.

Sri Lankas sedlar i olika valörer. Det går 20 rupees på en svensk krona.

Malou

Lunds Fontänhus

Öppettider: Måndag, tisdag, torsdag 9-16,
Onsdag 9-19, Fredag 9-15, (Lördag, söndag stängt)
Kävlingevägen 15
222 40 Lund
Tel: 046-12 01 95
E-post: info@lundsfontanhus.se
Hemsida: www.lundsfontanhus.se

Styrelseledamöter

Bengt Axfors
Arne Bojesson (ordf.)
Kerstin Hedelin
Björn Anders Larsson
Sonja Lindlöf (vice ordf.)
Mats Olsson
Inga-Lill Sjunnesson
Marita Swärd

Fontänhusen i Skåne

Fontänhuset i Malmö
Engelbrektsgatan 14
211 33 Malmö
Tel: 040–12 00 13
E-post: info@fontanhuset.se
Hemsida: www.fontanhuset.se

Fontänhuset Bryggan
Norra Strandgatan 8
252 20 Helsingborg
Tel: 042–24 50 60
E-post: bryggan.helsingborg@telia.com
Hemsida: www.brygganhelsingborg.se

Fontänhuset Båstad
Aromavägen 48
269 37 Båstad
Tel: 0431–724 80
E-post: bastad@sverigesfontanhus.se
Hemsida: www.bastadsfontanen.se

Övriga Sverige

Fountain House Stockholm
Box 4051
Besöksadress: Götgatan 38
102 61 Stockholm
Tel: 08–714 01 60
E-post: info@fountainhouse.nu
Hemsida: www.fountainhouse.se

Göteborgsfontänen
Andra Långgatan 25
413 28 Göteborg
Tel: 031–12 30 01
E-post: mail@goteborgsfontanen.se
Hemsida: goteborgsfonta-
nen.dinstudio.se

Motala Fontänhus
Vintergatan 15
591 32 Motala
Tel: 0141–21 25 33
E-post: info@motalafontanhus.se
Hemsida: motalafon-
tanhus.wordpress.com

Fontänhuset Trappan
Vallgatan 10
343 34 Älmhult
Tel: 0476–480 10
E-post: fontanhuset.trappan@telia.com
Hemsida: fontanhusettrap-
pan.wordpress.com

Falkenbergs Fontänhus
Lasarettvägen 11
311 37 Falkenberg
Tel: 0346-71 10 71
E-post: kon-
takt@falkenbergsfontanhus.se
Hemsida:
www.falkenbergsfontanhus.se

Fontänhuset Nyköping
Lilla Strömgatan 3
611 34 Nyköping
Tel: 0155–26 81 40
E-post: fontanhuset@gastabud.com
Hemsida: www.fontan.se

Fontänhuset Sköndal
Knut Sjöbergs väg 6
128 85 Sköndal
Tel: 0738–903 130
E-post: info@fhskondal.se
Hemsida: www.fhskondal.se

Stiftelsen Fontänhuset Örebro
Målgatan 11-13
702 16 Örebro
Tel: 019–32 05 20
E-post: info@orebrofontanhus.se
Hemsida: www.orebrofontanhus.se

SPONSORER

Crafoordska stiftelsen

Advokatfirman Hedelin AB,

Bergman & Eek Advokatbyrå,

Johanniterorden i Sverige,

Lunds Stenugnsbageri,

Lunds Universitet, Socialstyrelsen,

Soeco och Stiftelsen Lindhaga

Samt Cecilia Larsson Glowacki, Siw Hult,
Gunnel Börjesson, Ann-Christine Engdahl Olesen
Anita Arnoldi, Eva Bergström Miles m fl

Ett särskilt tack till våra hedersmedlemmar:

Ebba Fischer

Caroline Sverdrup

Pia Althin

Therese Karlsson

samt till Lunds Fontänhus styrelse, alla våra samarbets-partners och till alla andra som vi glömt...

Fontänhusets vänner

Du eller ditt företag kan stödja Fontänhusets verksamhet genom att gå med i Fontänhusets vänner. Då får du/företaget varje nummer av vår medlems-tidning, *Fontänbladet*, som ges ut med tio nummer per år.

Vid inbetalningen vänligen ange "Fontänhusets vänner i Lund" samt ditt/företagets namn och adress.

Kostnad stödmedlemskap:

Privatpersoner 200 kr/år
Företag 1 000 kr/år
Autogiro 100 kr/mån
Bankgiro: 492-3801
Plusgiro: 60 57 80-6
Org.nr: 802456-4893

Baksidans bild gjord av Cicky