FONTÄNBLADET

LUNDS FONTÄNHUS MEDLEMSTIDNING OKTOBER-NOVEMBER 2014

40 kr

ROSA MOLN

SKÖRDE-FESTEN ÄR ÖVER

MIN VÄN DATORN

KNYTTET SOM VI

DU ÄR FÖRLÅTEN

3 ÅRS JUBEL!

Redaktionen har ordet

Hösten står vid dörren och knackar på.
Här är det fullt sjå.
Fontänhuset firar tre år
och gröna fingrar sår,
skördar med kärlek varje dag.
Vi ska ha skördefest med välbehag.

5 röster 3
3 år i backspegeln 4
3 år med Lasse 6
Cickys hörna 8
Venus 9
Lena funderar 10
Maria funderar 12
Vad händer i Lund 13
Cickys värld 14
Fotografens tankar 17
Häcka här 18
Fängslande nyheter 20
Köket och kultur 21
CL och Magnus 22
Praktikanterna 23
Datorn som hjälp 24
Läsarna i broken wheel rek .. 25
Skördefesten 26
Söndagsöppet och massage . 27
Kristallen 28
Projekt Oskar 29
En väg framåt 30
Friskvård 31
Händer i huset 32
Statistik 33
Information 34
Sponsorer 35
Bild 36

FONTÄNBLADET

Nr 26– 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.

5 RÖSTER I HUSET

Lisbeth

Hur länge har du varit medlem i Fontänhuset?

Sen första dan!

Vilken enhet har du varit mest i under den här tiden?

Köket först, sen kontoret.

Något speciellt ni gjort som du minns?

I början var maten först varm och god men så är det inte längre.

"Inte värt priset!"

Kontoret är bra för då lockas man inte av kakorna i Caféet.

Om du skulle beskriva denna tid med 3 ord. Vad skulle dessa vara?

Din jävra buse!

Maria. O

Hur länge har du varit medlem i Fontänhuset?

Sedan december 2011.

Vilken enhet har du varit mest i under den här tiden?

Caféet

Något speciellt ni gjort som du minns?

Lägret i Osby som är varje sommar. 3 övernattningar då man badar, grillar och umgås kring lägerelden.

Om du skulle beskriva denna tid med 3 ord. Vad skulle dessa vara?

Varmt, familjärt och nödvändigt.

David. T

Hur länge har du varit medlem i Fontänhuset?

Sen i våras.

Vilken enhet har du varit mest i under den här tiden?

Gröna fingrar.

Något speciellt ni gjort som du minns?

Midsommar var trevligt.

Har även skrivit och illustrerat i den här tidningen.

Om du skulle beskriva denna tid med 3 ord. Vad skulle dessa vara?

Roligt, lärorikt och gemenskapen

Carolina. H

Hur länge har du varit medlem i Fontänhuset?

Ett halvår nu sen i våras.

Vilken enhet har du varit mest i under den här tiden?

Kontoret/Tidningen

Något speciellt ni gjort som du minns?

Jag tycker om att det både kan vara arbetsamt och avslappnat.

Gunnar är viktig i gänget och är generös med att ge beröm.

Om du skulle beskriva denna tid med 3 ord. Vad skulle dessa vara?

Gemenskap, beröm och glädje.

Pernilla

Hur länge har du varit medlem i Fontänhuset?

Sedan december 2011, veckan före jul.

Vilken enhet har du varit mest i under den här tiden?

Gröna fingrar.

Något speciellt ni gjort som du minns?

Skördefesterna har varit bra. Gemenskapen i gänget också.

Speciell känsla när den första tomaten blev till.

Lägret i Osby har också alltid varit trevligt.

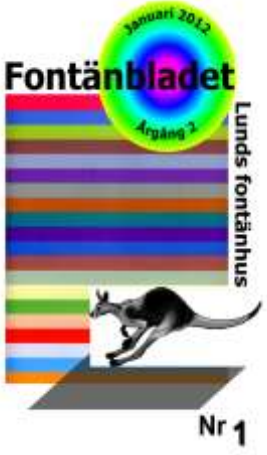
Om du skulle beskriva denna tid med 3 ord. Vad skulle dessa vara?

Glädje, sammanhållning och livskvalitet.

TRE ÅR I BACKSPEGELN:

/Lasse

Föreningen Lunds Fontänhus medlemstidning
Juni 2012


Fontänbladet
januari 2012
Årgång 2
Lunds fontänhus
Nr 1

DEN SOM VARKEN SER FRAMÅT ELLER BAKÅT FÅR BANNE MIG SE UPP

10 FRÅGOR OM 3 ÅR

INTERVJU MED LASSE. VERKSAMHETSCHEF GRÄVANDE REPORTRAR MARIA OCH TONY

Fråga 1: Hur kom det sig att du började jobba i Fontänhusrörelsen?

- Jag halkade in på ett bananskal. Det var en person som ringde och sa att de behövde någon som skulle börja jobba på Fontänhuset i Malmö. Jaha, sa jag, och jag kände personen i fråga, vi var många som kände varandra, men jag hade ingen aning vad hon gjorde. Jo, jag visste att hon jobbade på något som hette Fontänhuset, men vad Fontänhus var hade jag ingen susning om. 1984 startade huset i Malmö, och jag fick denna förfrågan 1988. Jaha, sa jag och var lite konfunderad. Jag visste som sagt ingenting om Fontänhus och jag trivdes bra med mitt jobb inom barnomsorgen. Det var ett fantastiskt jobb, och vi hade ett bra go där. Men så sa hon till mig att du kan väl komma ner och titta. Jaja, sa jag och gick väl ner då till Engelbrektsgatan då någon gång på våren 1988, och då var det inte så mycket saker som var färdiga då på huset, det var rätt mycket en byggarbetsplats, där var ingen hiss och allmänt en stor röra. Jag tänkte att, var är jag nånstans. Men jag fick en rundvisning. Så tyckte dom då att jag skulle söka den tjänsten som handledare. Jaha, jag vet knappt vad jag ska säga om mina intryck. Det verkade ju coolt, så där lite naivt. Har du skickat in ansökningen? Frågade dom. Nä, det hade jag inte gjort. Sista dagen så skriver jag ihop en liten lapp då, som jag åker ner och lämnar. Då tänkte dom väl att ”jävla Lasse Jönsson, du kunde väl åtminstone bemödat dig lite ”. Jag avslutade med att ” jag gör mig inte så bra i text, jag gör mig bättre live ”. Jag skrev på mina kvalifikationer att jag var en jävel på att springa snabbt, och nånting sånt. Av någon obegriplig anledning så fick jag den tjänsten. Det var ju en helt ny värld för mig, på många, många sätt. Jag hade ingen som helst psykisk ohälsa. Jag hade väldigt vaga bilder av det. När jag var liten minns jag att jag var i Hörby, mitt emot Georgshill, och där står jag och tittade över gatan, på det där höga stängslet. Jag tänkte att ”vad gör dom där?” Jag visste inte vad det var, det kändes främmande, men jag tror inte att jag frågade någon. Sen vet jag att min mamma hade en moster, och hon var inlagd på Östra sjukhuset i Malmö. Där minns jag att jag var som barn, men jag fick aldrig gå in på sjukhuset. Det var en fin park utanför, och där fick jag vara medan mamma gick in och hälsade på moster Agnes. Men varför moster Agnes var där, har jag ingen aning om. Sen gick jag på Västra skolan i Malmö, och det var en av de första skolorna som började integrera, som det hette på den tiden, utvecklingsstörda. Det var en eller två klasser som då var så kallat integrerade, på den här oerhört lilla skolan. Det var en fin sak att vi kunde mötas, alla vi människor. Det har påverkat mig. Jag tänkte tidigt att jag skulle vilja jobba med människor. När jag började i Malmö, så hade vi en provtjänstgöring på 6 månader. Jag hade för mig själv en provtjänstgöring på säkert 2-3 år, där jag funderade på om jag skulle vara kvar på Fontänhuset. Har jag nånting att komma med här? Jag var inte speciellt övertygad med mig själv om det. Jag tyckte inte att allting var bra. Jag var på lite olika enheter i huset, det var lite introduktionen. Man var t.ex. en månad i köket, o.s.v. Sen valde jag att jobba i köket. Där jobbade jag ihop med en kollega som jag inte alltid kom överens med. Vi var inte överens om hur vi skulle jobba, men det var ingen prestige eller något sådant, det var mer hur man skulle bemöta folk och sånt. Så jag sade att jag inte kan jobba på det sättet, så jag slutar och går tillbaka till mitt gamla jobb. Men det blev inte så, utan den andre slutade, och då valde jag att stanna. Jag blev chef ca 2001, och då hade vi ett delat ledarskap i Malmö.

Fråga 2-10 : ”www.lundsfontanhus.se/podcast”

(Ja, det här var ju den första frågan. Den tog över tio minuter att svara på, och alla som känner Lasse, förstår ju att detta blev en låååång intervju. Lasse gör sig fantastiskt i tal, så missa inte! Vi har lagt in hela intervjun på vår podcast. Gå in på www.lundsfontanhus.se, klicka på ”Podcast” och sen kan du njuta av Lasses flöde i din dator eller mobil.)

FRAMTIDEN ÄR SÅ LJUS
ATT JAG NOG FÅR HÅLLA
MIG I SKUGGAN
Lasse

VÄLKOMMEN TILL CICKYS HÖRNA

I dag på måndagen var jag trött som en sovande zombie. Fame försökte väcka mig genom att slå mig lätt med tassen på näsan. Han hade klorna ute. Aj!!! Jag undrar verkligen om den katten har ADHD. Han kan springa fram och tillbaka, fram och tillbaka. Han har så mycket energi. Kyama blir lite irriterad på honom. Det ser så roligt ut. För övrigt så låg Kyama på den ena kudden en stund i natt. Jag urartade igen. Fame fick inte upp mig meddetsamma, så han gav upp. Han lade sig vid mina ben. Jag vaknade till och tog på Fame som sov. Han vaknade och gav upp ett glatt kurr. Kyama satt på klätterträdet i vardagsrummet. Det såg jag när jag stack in huvudet. Då såg han finurligt på mig. MAT!!! Fast inte det som serveras Fame. Kyama vill hellre ha de här knaperbitarna med det goda på insidan. Kattgodiset. Dreamis heter de. Kyama åt ett par bitar av det Fame fick för att det så skulle vara. Sedan drog jag mot bussen. När jag kom till lasarettet, visade det sig att jag hade kommit in en halvtimme för tidigt. Jag gick en omväg in på Norra Kyrkogården. Jag kom bort till en grav som gjorde mig ledsen.

Det är inte ok Gud att en pojke bara blir ca tre veckor. Att någon blir nittio år är helt i sin ordning. Ja äldre i alla fall. Jag gick runt och tittade. Det är så rofyllt på en kyrkogård. Ja så kom jag bort till en grav som fanns på den utländska minneslunden. Där vilade en pojke som bara hade blivit elva år. Jag stannade till hos honom också en stund. Fortsatte sedan mot F-huset. Kom dit vid lagom tid. Beställde som vanligt tre mackor och kaffe. Jättegott!!! Med gråten i halsen försöker jag att sprida glädje omkring mig. Det lyckas bra för ingen ser att jag mår dåligt. Det är måndag morgon och mitt huvud känns så tungt. Lånat av Povel Ramel. Fast att jag mår dåligt, försöker jag att göra andra glada. För mig är detta viktigt. Det händer dock lite då och då att jag mår för dåligt för att kunna skoja till det och sprida galenskap runt mig. Ja alltså ta det inte fel för jag menar att det blir tokroligt. Inte att jag smittar er med galenskap. Fast vi är väl alla lite crazy på ett konstnärligt sätt. Ja som Robin Williams. Jag mer dock!!! Ja så har jag firat Fame Catadors födelsedag, den tolfte augusti. Ja den dagen han kom till mig. Han har varit hos mig och Kyama Lama i ett år nu. Tre år är han nu. Jag hoppas ni fattar att jag firar bägge eventen på samma gång. Jag vet ju inte vad han fyller. Det serverades jumboräkor till båda två. De fick fyra stycken var. Åh vad gott! Det var inte billigt, men en gång om året kan man göra det lite extra. Fast det blir två gånger. Kyama kom den 30 december, så hans födelsedag firas då. Då blir det tonfiskfilè.
Så har jag tagit bort allt från balkongen, även kattskyddet på balkongräcket. Det ska målas där. Så då får man en chans att sedan göra snyggt. Så balkongen är inte kattvänlig nu.
Idag när jag gick mot busstorget kom en äldre dam i en bil som hade kört fel. Hon vevade ner rutan och en schäfer satt i baksätet. Den stack fram nosen och luktade på min hand. Sådan lycka. Denna dam skulle till Dalby veterinären. Hon hade kört totalt fel. Då menar jag totalt fel. Veterinären ligger bortanför centrum ca tre kilometer från där vi var. Hoppas hon hittade rätt! Att jag hade sådan tur att komma dit som jag gjorde. Hade försovit mig. Hunden var så underbar!!! Damen med!!!
Så blev det grant sade Irène. Hugh Grant sade jag. Hö hö. Så är jag en aning störd på de som skulle måla balkongen. De skulle ha börjat i tors-

dags, men nähä inte det. Jag har inte kunnat ha balkongdörren på glänt i fyra dagar nu. Tog ju ner kattskyddet. Det som man måste ha uppe enligt lag. Det ska motverka att katterna hoppar upp på räcket eller att de ska hoppa över. Fame är intresserad av det som finns där nere, så han kan bara vara där ute då jag är på plats. Det tar så mycket energi att passa på honom hela tiden.

När jag kommer hem från F-huset, händer det ibland att Kyama sitter och ser ut genom köksfönstret. Vid ett tillfälle satt även Fame där. Det är så fint att han blir allt mer tillgiven. Han är mammig och följer mig som en skugga. Jag älskar honom. Den gosiga lakritspralinen. Lika mycket som Kyama, min gräddkolapralin. Jag gör som sagt ingen skillnad på dem. Gosar dock lite mer med Fame för att socialisera honom. Det hjälper!!! Han har sovit nära mig. Han har legat på mig. För att få honom till mig visslar jag och ropar hans namn. Han har förstått nu att det inte är farligt. Jag visslar nämligen på Kyama och ropar, så kommer han efter en stund. Vi brukar gosa när jag kommit hem och satt mig på sängen jag har stående i hallen. Fame är intelligent och lär sig att det inte händer Kyama något när han är hos mig. Dessa underbara kattpussar. De pussar på olika vis.

Förlåt om jag upprepar mig. Glömmer tyvärr vad jag skriver i tidigare nummer. Oboy vad trött jag är. Sovit tre timmar. Var dålig i magen igen dessutom. Den har krånglat mer eller mindre i tre dagar. Så har jag insett att jag lider av HSP. Det betyder högkänslig person. Jag kände igen det jag läste. Suger åt mig allt som en svamp. Det kan minsann vara bra att ha en sådan person som jag i sitt liv. Jag har koll på allt. Vet var ni har era saker. Som när jag såg en svart tändare på ”Lotten”. Kolonilotten ni vet. Den tillhörde Raad. Dock håller jag inte reda på mina prylar. Jag är en galen tjej med rosa hår. Puss på er. Tjaba!

Cicky

VENUS FRÅN WILLENDORF

Venus från Willendorf

Den här knubbiga lilla figurinen har jag varit fascinerad av ett tag.

Den är beräknad till att vara gjord 22 000-21 000 före vår tideräkning. Den är ungefär 11 cm hög och snidad i kalksten och sen färgad med ockra. Tolkningen är att det är en fertilitetssymbol och det kanske inte är så svårt att tro men det finns fler teorier, bland annat att den skulle kunna vara ett självporträtt. Venus från Willendorf upptäcktes i början av 1900-talet nära byn Willendorf i Österrike och har fått sitt namn därifrån.

Den tillhör en grupp av statyetter och andra konstformer som kallas för Venusfiguriner efter en populär tolkning från tiden då de började upptäckas och namnges även om de fördaterar Venus från mytologin med flera årtusenden. Jag har särskilt Venus från Willendorf nära hjärtat då jag tycker att det är en synnerligen sympatisk statyett.

Sara Jessica skriver

Lena funderar

på elaka ansikten från förr

Bilder från det förflutna.
Ansikten från förr.
Så svårt det kan vara att sudda ut dem.
Är det ens möjligt att få bort dem?
Fina du, älskade vän. Låt mig sitta tätt intill dig. Och viska vackra ord i ditt öra. Låt mig få lyfta dig, där du ligger i fosterställning på golvet och bara försöker andas. Låt mig vagga dig. Till ro.
Helt oförhappandes dyker de upp. Dessa fula anleten som bara vill förstöra och aldrig vill ge sig.
De talar om hur värdelös jag är, hur mycket fel och fult jag gjort i livet och att det inte finns en chans till förlåtelse. Aldrig. Någonsin. It´s too late, bitch.
Fina du, älskade vän. Tro inte på de där rösterna. De ljuger bara. De vill få dig att tvivla på dig själv, på ditt värde. Låt dig inte tystas eller böjas av de som bara vill skrämma dig. Du är starkare nu min vän, du har styrkan som krävs. Tro inget annat.
Ibland kommer de fram på natten. När klockan visar på halv fyra och jag plötsligt vaknar av att de står runt sängen. Hotfullt nära. De lutar sig fram, över mig och det finns ingenstans att ta vägen, ingen väg bort. Deras ögon lyser av ondska och jag vet att det försent. För allt.
Hallå där, min älskade, du *kan* stå emot dem. De rår inte på dig längre. Du behöver heller inte stå ensam för jag finns ju här, bredvid dig. Alltid. Och hejar och applåderar, för varje gång du trotsar dem, för varje gång du lägger din hand på din kind och stryker den ömt. För varje gång du förlåter dig själv. Ja, då står jag där med färgglada vimplar och fanfarer, och hejar på. Glatt.
För du förstår, du är ju inte längre den där lilla skyddslösa och rädda, du fina. Den tiden är borta, den försvann för länge sedan.

Jag ligger där med blottad strupe och bara väntar. På det dödande hugget, på att käftarna skall slå igen. Och aldrig släppa taget. Väntar på att de onda, en gång för alla, ska ta tag i mina ben och dra iväg med mig, långt, långt bort där ingen någonsin kommer kunna hitta mig eller det som finns kvar av min kropp.
Lönnmördarna och torpederna har fått fritt spelrum samt stora buntar med sedlar, för att de ska rasera allt jag byggt upp. För att stycka sönder och slänga iväg mig, i ljusblå plastpåsar, likt sopor.
Jag är så uppskrämd och rädd där jag ligger, och tänker att *nu*, *nu är det slut*. Nu. Är. Det. Slut. Nu tar de det sista förstånd jag har kvar och sedan är det över. Finito.

Älskade, älskade vän,
detta kommer *inte* att hända.
Och det är Du själv som har satt stopp för det.
Du fina, det är ditt eget hårda arbete som nu gjort det möjligt för dig att gå iväg och lämna de svarta demonerna.
Och det är också Du min kära, som är fullt kapabel att ta emot demonerna om de får för sig att komma tillbaka.
Tro på att du är rustad.
Tro på att du är starkare.
Tro på att jag *alltid* finns nära dig.
Och tro på att du är förlåten, för att du faktiskt gjorde så gott du kunde.
Du gjorde det du förmådde, då och där.
Och *det* kan inga demoner, minnen eller fula ansikten i världen, ta ifrån dig.

Älskade.
Fina.

Lena Hult

MARIA FUNDERAR OCH RECENSERAR…

Jag har redan som barn förälskat mig i Tove Janssons böcker om Mumintroll, Knytt, Filifjonkor och såå många andra figurer. Kanske tänker du nu att, sagor har jag växt ifrån. Men jag anser att de flesta av Tove Janssons sagor riktar sig lika mycket till vuxna.

En av de sagor som jag särskilt fastnat för är ”Vem ska trösta Knyttet”. Denna skrevs redan 1960.

Det är en liten berättelse på vers om ett litet ensamt och förskrämt Knytt som en mycket tidig morgon flyr ut från sitt hus i jakten på att finna trygghet och gemenskap någon annanstans. På sin ensamma strapats ser han skyggt på hur alla möjliga Filifjonkor, Homsor och Mumrikar på olika sätt vandrar förbi. Knyttet är för skygg och blyg för att ge sig tillkänna, eller som det beskrivs på ett ställe i sagan : ”Men vem ska trösta Knyttet med att säga sanningen : om du bara springer undan så får du ingen vän.”

”Knyttet är så blyg så han väljer att skriva ett brev till Skruttet om sin stora ensamhet, om alla strapatser han varit på”

Han bär på en tung kappsäck och sätter sig ibland ner för att fundera. Och en Mumrik passerar och spelar på sin flöjt på en äng där inga sorger bor. ”Men vem ska trösta Knyttet och förklara att en sång är bättre än en kappsäck ifall vägen är för lång.”

Han vandrar vidare och finner en vacker snäcka som var stor och vit men ”vem ska trösta Knyttet med att säga : lilla vän, vad gör man med en snäcka om man ej får visa den?”

Men så hittar Knyttet en liten flaskpost med ett brev från en ännu räddare Skrutt som beskriver att hon är så rädd för Mårrans tjut och inte har någon vän och hon vädjar och ber om hjälp av någon.

Knyttet blir så glad över detta brev som är det första han någonsin fått och som dessutom var skrivet av en flicka.

Han finner mod och via flera möten med bl a filifjonkor, homsor och en dront så letar han sig så småningom fram till den hemska Mårran. Dock är Knyttet mycket rädd men stärker sig själv genom att tänka : ”Han stampade och sa: nu är jag mera arg än rädd och det är ganska bra, jag måste trösta Skruttet, jag får inte vara svag för hon är nog, om möjligt, ännu räddare än jag!”

”Han piggade opp sig med en arg och krigisk dans sen högg han sina tänder i Morrans kalla svans”. Morran blev så häpen att hon sprang sin väg och sedan fick Knyttet trösta lilla Skruttet.

Knyttet är så blyg så han väljer att skriva ett brev till Skruttet om sin stora ensamhet, om alla strapatser han varit på och om snäckan som var så vit och slät. Skruttet blev så glad av brevet så hon flög upp i Knyttets famn och viskade : ”glöm bort hur hemskt det var och minns att allt det roliga är kvar!” Hon förklarar för Knyttet att hon aldrig sett havet och att hon gärna följer med och samlar snäckor.

Sagan slutar med att Skruttet och Knyttet åker iväg i en båt och lovar varandra att trösta varandra och inte vara rädda mer.

Mina tankar om sagan :

Jag tycker denna saga är så sann och allmängiltig för alla oss människor. Alla kan vi känna oss väldigt ensamma ibland. Och för att bryta detta måste vi våga ta steget ut och träffa andra, (t ex via Fontänhuset..). Många av oss äger också väldigt mycket prylar som knappast gör oss lyckligare och här beskrivs detta med Knyttets väska som han släpar runt på och att en flöjt eller en ”sång kan vara bättre än en kappsäck ifall vägen är för lång”.

Att vi också kan finna styrkan inom oss när så krävs beskrivs så fint när Knyttet skall rädda Skruttet från den hemska Morran. Knyttet blir

”mera arg än rädd och tycker att detta är ganska bra”. Hela sagan pekar ju också på det faktum att vi alla är sociala varelser som mår bäst av att ha många vänner, nära och kära.

Rekommenderas varmt till stora och små barn!

Maria

”Vem ska trösta knyttet”
Författare och illustratör:
Tove Jansson

Maria minns…

Måndagen den 8 september var vi en liten skara på 4 personer som tillsammans med Eva Li åkte på utflykt till Vikhög. Vädret var fantastiskt och Bengt och jag fick glädjande nog ta med oss våra älskade fyrbenta vänner : Cilla och Wiccy.

Eva körde oss och guidade så fint längs vägen. Vi började med att åka förbi vår fina kolonilott. Roligt att se den efter allt man hört om Gröna fingrars arbete där. Sedan åkte vi och hämtade Cilla och därefter Wiccy. De blev så glada över att få följa med.

Efter det så åkte vi till Vikhög tillsammans. Vi tog en lagom lång promenad längs med havet. Vovvarna brydde sig inte om varandra särskilt mycket utan det gick lugnt och stilla.

Efter någon timme i solen så skjutsade Eva hem oss igen och jag fick skjuts ända hem. Eva är så snäll och generös!

Det var en mycket trevlig utflykt vi fick tillsammans.

Tack Eva och övriga deltagare för en trevlig dag!

Maria

VAD HÄNDER I LUND?

Vad har hänt med Sparbanken Finn?
Jo det blev Sparbanken Skåne ,alla de olika Sparbankerna gick samma till en stor bank.
Men var tog alla bankomater vägen? Nu får man gå till S E B Banken ,för att ta ut sina små pengar.
Hur är det med konkurrensen inom bankvärlden?
Vad vet jag om det!
Men den är väl inte så stor , tror jag. Förr fanns det en bra bankränta. För de som sparade pengar.
Framtiden i Lund
Inför valet i mitten på September, så har det bildats ett nytt parti F N L, För Nya Lund, bildats.
Ett roligt namn, tycker jag. (vad är det som ska bli nytt i Lund?)
Vad som har hänt i Lund är att det byggts en hel del nya bostadsområden.
Det byggs mycket i de norra och östra delarna.
Det planeras för cirka 10000 nya bostäder i Brunshögs området. Där byggs det omdiskuterade ESS och Max lab anläggningarna.
Där planeras en spårvangslinje, men motståndet är stort mot detta. Varför är det så många som är emot spårvagnstrafik i Lund? Det är för mig något nytt, ett trevligt inslag i Lund. En linje från Lund
till Genarp. Via Södra Sandby, Dalby, Veberöd.
Vad vågar man göra i Lund? Vågar man riva Auktionshuset som ligger vid Clemenstorget?
Måste det vara kvar? Det byggs nya bostäder på Klostergårdens idrottsområde. Det blir inga billiga
lägenheter precis. Vi får väl se vad som händer.

Richard

VÄLKOMMEN TILL

Divan Le Cickey trivs med att vara en Decosa Queen

Hur kommer det sig att du kallas för Cicky?
Jag heter egentligen Kristina. Men jag bytte både för- och efternamn för att jag var tillsammans med en alkoholist. Jag bytte till Lynnette efter Jeff Lynne som är en medlem i Electric Light Orchestra. Vissa kallar mig för Lynnette och vissa för Cicky, men jag kallas helst för Cicky.

Var bor du och hur länge har du bott där?
Jag bor i Dalby, där har jag bott sedan 1993. Förut så bodde jag med min bästa vän och vi hade varsin katt.1990 blev min väns katt påkörd och tre år senare blev min katt överkörd på järnvägen. Det var jag som hittade båda katterna. När min katt dog så dog allting hos mig. Jag hamnade i chocktillstånd som varade i 3 månader. Anledningen till att jag stod ut med den hemska hyresvärden var tack vare att jag hade Smirre. Så när han dog flyttade jag därifrån och fick den här lägenheten direkt. Det var denna som fanns ledig och jag kunde inte vänta. Så där ser man hur ett djur kan stärka en människa.

Här är jag som är på besök hos farmor i Nyköping med mor och far

Hur skulle du beskriva din inredningsstil?
Min stil, min egen personliga stil.

Var får du din inspiration ifrån?
Jag får den från saker jag tycker om - kobror, drakar, vargar och goth. Jag är både mörk och ljus. Jag tycker också om vampyrer och fantasyfilmer.

Var gillar du att handla saker till ditt hem?
Loppisar. Det händer också att folk kastar saker som jag tar hem. Jag hittar allt möjligt, jag är en sakletare! Det är en sån som letar efter saker.
I slutet av månaden är det en loppis i Dalby så dit brukar jag gå. Jag brukar köpa olika tyger och designa mycket själv.

Har du någon favoritplats i ditt hem?
Mitt kontor. Där har jag min dator och jag brukar äta där. Mina katter brukar vistas där också.

Har du någon favoritpryl?
Det bästa hemma hos mig är katterna.

Samlar du på någonting?
Det är någonting som jag verkligen försöker låta bli. Jag har massor, massor, massor! Små stenar, medelstora stenar och stora stenar. Dem kan jag inte låta bli. Jag samlar också på mjukisdjur. Jag har soffan och bokhyllan full. Det är som en trygghetsfaktor.

Gillar du att bjuda hem folk?
Nej, det gör jag inte. Jag gör det för att lära mig att socialisera. Jag har social fobi.

Hur kommer det sig att du har så många sittplatser?
Ifall jag träffar på någon som behöver sova över eller om jag får hem mycket folk. Det är en förberedelse, man vet ju aldrig.

Vad heter dina katter och hur gamla är de?
Kyama Lama heter den första som antagligen är tre år, kolafärgad och vit. Först trodde jag den katten var en hona, därav namnet. Det är en hane! Namnet är taget från låten Kuiama med gruppen Electric Light Orchestra. Namnet är dock felstavat, men jag föredrar min stavning. Senare lade jag till Lama som är taget efter Dalai Lama. Utan hans tillstånd. Hö hö. En granne till min före detta

CICKYS VÄRLD

Här ser vi mitt favoritdjur vargen, blandat med drakar, Ganesha och bl.a Halloweenljus

hade slängt ut katten i smällkalla vintern. Min f.d. ringde och talade om detta efter nio dagar. Jag åkte dit, till Tyringe. När jag kom in på gården syntes ingen katt. Jag och min f.d. åkte och handlade mat. När vi kom tillbaka så gick han in på gården före mig. Han sade att katten var där. Den sprang iväg när även jag kom dit. Jag tog upp paketet med köttfärsen och tog en bit som jag viftade med i luften. Katten kom med en gång. Den var jättehungrig. Sedan var det bara att lyfta upp katten och ta in den. Denna dag, den 30 december, fyllde Jeff Lynne från ELO år.

Den andra katten är två år, svart. Han kommer från ett katthem i Finja som heter Linus Katteria. Tack vare en vän så fann jag honom. Jag var på besök hos honom och han skulle ta med kattmat till

damen som ägde katterian. Under tiden de pratade gick jag runt och tittade på alla katter. Hade inga planer på att köpa någon. Plötsligt får jag höra ett jamande. Jag ser upp och får se denna svarta ligga högst upp på en stolpe med en planka. Han kråmar sig och håller på. Jag blev störtkär. Frågade om priset. Åttahundra skulle hon ha. Det beloppet täckte vaccination, avmaskning och allmän undersökning. Jag hade niohundra kvar av de fondpengar jag fått. Jag skulle besluta mig nästa dag. Jag kunde inte sluta att tänka på den katten. Så nästa dag gick jag dit igen. Katten hade ett namn som jag ej gillade, så jag skulle nu komma på ett nytt. Hade svårt med det. När jag skrev kontraktet ute på gården spelades plötsligt låten ”Fame” från radion som stod där, och jag blev salig och skrek Faaame ska katten heta. Sedan lades Catador till som är en blandning av Cat som betyder Katt och dor är av Labrador. Ett namn som min vän kom på. När jag kom hem med Fame blev Kyama lite sotis. Han vande sig

efter några dagar av att Fame numera ingick i familjen.

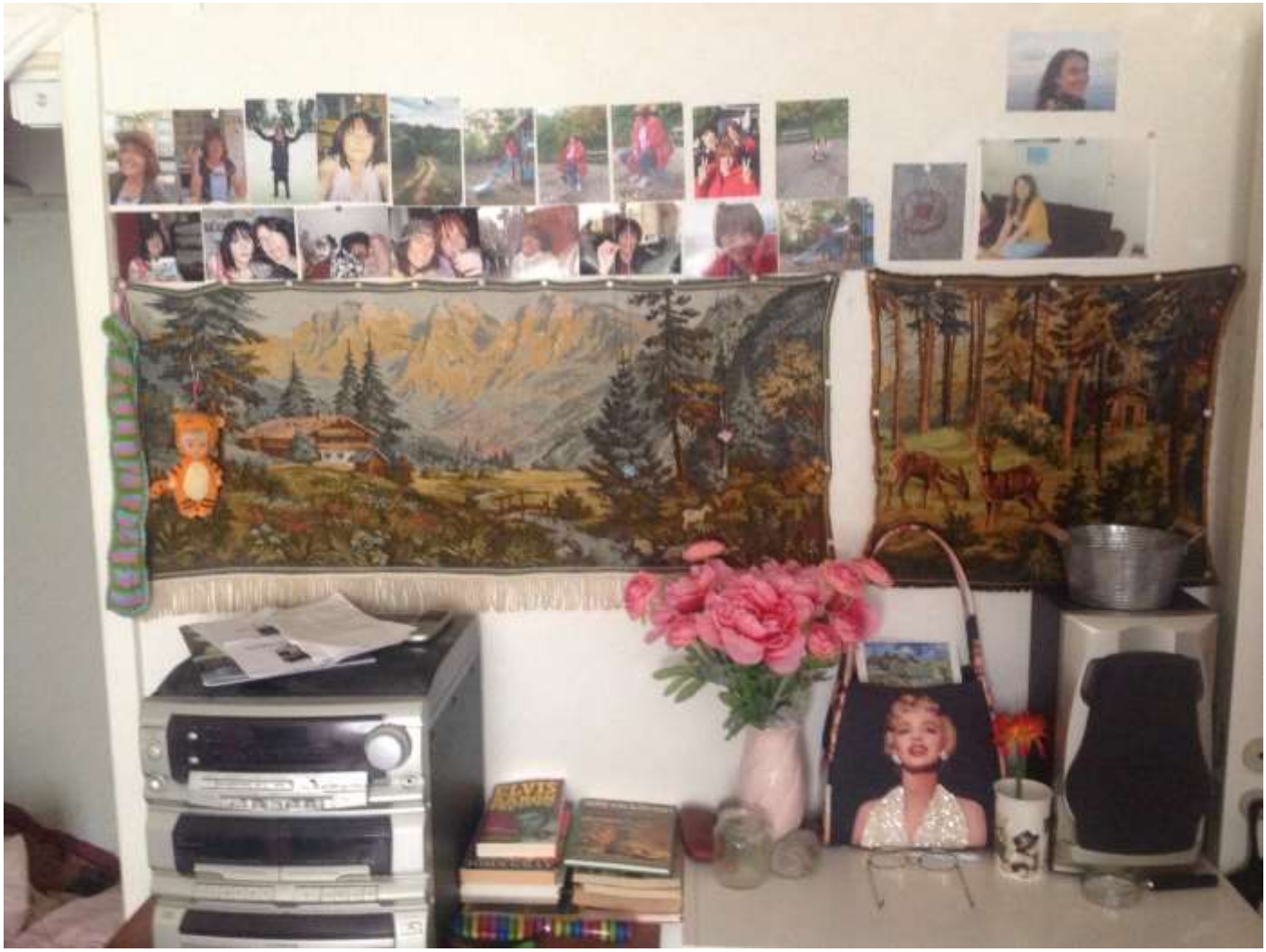
Hur kom du på idén att bygga det lilla tältet på balkongen?
Det är egentligen en gammal avdankad trasig stol som jag hade till mig själv förut. Fame Catador tycker om att gå in där under sommaren. Det är gräs och vatten vid sidan av till Kyama.

Trivs du i ditt hem?
Ja, eller nja både och. Jag tycker inte om att ha andra grannar i och med ljudet. Men jag tycker om att bo i Dalby med naturen och skogen.

Om du fick resa vart du ville, vart skulle du vilja resa då?
Det är hur många ställen som helst. Får jag säga flera? Japan framförallt. Decora (japansk klädstil) kommer därifrån. Harajuku är ett område i Tokyo där det finns affärer med mjukisväskor och sådant. Det är ett paradis för mig. Lolita-stilen är också vanlig där, det är ungefär som barnsligt

mode. Det är svårt att förklara. Jag skulle också vilja åka till Usa, Österrike, Schweiz, Bayern och många andra ställen.

Vad gör dig glad?
Jag är sällan glad. När Fame kommer självmant. Det händer sällan, men när han gör det och vill kela, då blir jag lycklig. Jag är en väldigt sorgsen människa. Jag tycker om att göra andra männi-



Bonaderna är arv från mamma. Vasen från mamma. Kort på mig och Sanna, en bekant. Marilyn Monroe-väskan har jag fått av henne. Detta är kattrummet där maten serveras. Vatten har de tillgång till i hela lägenheten i lådor.

skor glada, för då glömmer jag bort mig själv.

Vad gör dig ledsen/arg?
Den frågan är nästan enklare. Våld och övergrepp mot djur. Och så klarar jag inte av att bli motarbetad. Men jag har blivit mycket lugnare. Jag försöker att ta det lugnt men jag har tyvärr väldigt kort stubin.

Vad betyder Fontänhuset för dig?
Det är en viktig plats att komma till när det gäller social träning. Det är det jag kommer på just nu.

Är det något mer du vill berätta om dig själv eller ditt hem?
Jag måste berätta om mjukisråttan på soffan. Mamma och jag var i Malmö, någon gång på 80-talet. Jag såg råttan och sa ”vilken fin råtta”. Sen så var det en dag som jag tittade i garderoben hemma och då fanns råttan där. Så då hade hon köpt den! Det är mamma i ett nötskal! Så den betyder något speciellt. Mamma har varit död i 10 år men jag känner att hon är med ändå.
Många kanske undrar varför jag vill sticka ut, t.ex. med mitt rosa hår, eftersom jag har social fobi. Det går ju inte riktigt ihop. Men jag gillar att ha färgglada roliga kläder. Jag har varit mobbad i flera år, men nu börjar jag komma tillbaka till en tryggare person. Där har Fontänhuset hjälpt. Här märker man att alla inte är onda.

Tack Cicky för att vi fick titta in hos dig

PS. Jag var en av de som tackade ja.

Cicky inviterade generöst alla i Fontänhuset till sitt hem. Och det blev en upplevelse utöver det vanliga, Lite som att stiga in i en sagovärld. Cicky kan känna sig obekväm bland människor, säger hon, men samtidigt anar man en längtan efter någon annat. I alla rum vimlar det av stolar och soffor som verkar gapa efter besökande rumpor. Hela lägenheten känns som en konstutställning med vargar, små djur, drakar, dödskallar, symboler, gosedjur i alla möjliga gestalter och varianter, dockor, blommor, personliga bilder och bonader. Och så stenar, många stenar, väldigt många stenar faktiskt. En magisk värld.

Ett gigantiskt klätterträd i vardagsrummet, en konstfärdigt skapad liten naturpark på balkongen och massor av mysiga liggplatser och gömställen skvallrar om Cickys oändliga kärlek till sina båda katter. Hon brinner verkligen för djurens bästa.

Men under den ibland lite kärva ytan tycker jag mig ana också en väldigt människoälskande värdinna.

Fotografens tankar

Jag brukar

häcka här

LYNNETTE

CICKY

FÄNGSLANDE NYHETER

Karen Lee Joachimmi, 20 år, arresterades i Lake City, Florida då hon försökte råna Howard Johnson's Motell med en elektrisk motorsåg - som inte var inpluggad i väggen.

Tio i åtta på morgonen gick en man in på Burger King i Ypsilanti, Michigan, vevade med en pistol och ville ha pengar. Kassabiträdet meddelade att han inte kunde öppna kassalådan utan en matbeställning. Då mannen beställde lökringar sa biträdet att de inte gick att få som frukost. Frustrerad gick mannen därifrån.

I Indiana, USA gick en man fram till ett affärsbiträde och bad om att få alla pengar som fanns i kassan. Biträdet gav honom pengarna, och mannen sprang därifrån - men råkade lämna sin egen plånbok på disken.

I Belgien rapporteras det att en man, misstänkt för att rånat en juvelerare, sa att han inte kunde gjort det eftersom han bröt sig in i en skola vid samma tidpunkt. Polisen anhöll sålunda mannen för inbrottet i skolan.

Christopher Johns anklagades för droginnehav i Pontiac, Michigan. Johns sa att han blivit visiterad utan fullmakt, och domaren meddelade att det inte behövdes av polisen eftersom polisen upptäckt en bula på jackan, som kunde varit en pistol. Nonsens, sa Johns, som av en slump bar samma jacka i domstolen samma dag. Johns gav den till domaren så att han kunde titta på den. I fickan hittade domaren en liten påse med kokain och skrattade så mycket att han behövde fem minuters paus för att hämta sig.

Tony

SENASTE NYTT: Patienterna har tagit över på psykiatrihuset, och kastat ut alla läkare, sjuksköterskor och skötare, och plötsligt har patienterna upptäckt att de är totalt friska.

Tonys tankar

MINDRE SOCKER
MERA SALLAD

Rapport från köket

Allt är som vanligt igen, Malin är tillbaka från semestern. Så nu är det ordning på ”torpet” igen. Vi har fått en massa nyskördade saker från Gröna Fingrar, vilket vi tackar ödmjukast för. Det har verkligen blivit ett lyft för maten här i köket.
Kristallen har startat, så en hel del människor som brukar vara i köket, har börjat där. Vi önskar alla dem lycka till i sin nya miljö.
Det har inneburit att vi har fått lite nya förmågor i köket, vilket vi tycker är mycket trevligt.
Vi har startat en Friskvårdsgrupp, tillsammans med Johan och Lasse. Det innebär att vi har ett sundare tänk (färre kalorier och mindre socker) i både matlagningen och i caféterian. Det har redan märkts i utbudet i caféet, och säkert också i maten.
Det har varit lite problem med att hålla maten varm vid servering, så vi ska försöka hitta en stor värmeplatta, för att hålla maten varm längre.
Studenterna har redan hunnit vara i köket, och det är ett trevligt tillskott till oss andra ”gamlingar”.
Nu när vi har börjat med Söndagsöppet, har vi en mycket uppskattad Brunch, som medlemmarna gör själva.

Vid pennan Tony

KULTUR ÄR BÄSTA MEDICINEN

Invit från Kulturgruppen

Vi i Kulturgruppen jobbar ständigt på att hitta nya kulturella aktiviteter. Kulturella uttrycksformer kan vara viktiga för ens välmående och är en viktig bit i rehabilitering och tillfrisknande. Vi samarbetar tätt med Skådebanan i Malmö för att kunna erbjuda ett brett utbud. Överhuvudtaget är nätverksbyggande viktigt för oss och vi har mycket utbyten med andra Fontänhus. Vi jobbar även över nationalitetsgränserna, samarbetet med flera av Danmarks Fontänhus har pågått i flera år. Bland annat har vi arrangerat konstutställningar som vandrar mellan husen.

Biljetter till teaterföreställningar, konserter och konstevenemang försöker vi ordna fram till rabatterade priser. Olika sportsliga aktiviteter brukar vi också arrangera – antingen genom att gå och titta på de lokala ishockey- och fotbollslagen, eller genom att anordna exempelvis bouleturneringar själva.

Vår grupp är alltid i behov av fler medarbetare och har du idéer eller är intresserad av att vara med så är det bara att komma upp och prata med oss!

Kultur-gruppen

MFF I CHAMPIONS LEAGUE ÄNTLIGEN

Att mitt kära Malmö FF har nått en CL-plats har väl inte gått någon förbi. Med en grupp, nämligen grupp A, som lottades till följande, Juventus , Atletico Madrid, Olympiacos och vi. En tuff lottning, men inte omöjligt att ta en 3:e plats, kanske före Olympiacos som skulle innebära en gratis slutspelsplats i Europa League om vi flyttar fram i tiden och ponerar. Men ris till dem supportrar som tände bengaler under matchen vi vann hemma mot Red Bull Saltzburg med 3-0, trist att behöva invänta dem nu den 12-14 angående straff och påföljder på detta. Spel inför tomma läktare har det talats om men vi får väl hoppas att det inte blir så.
Men om vi går över på det ekonomiska planet så riskerar nu MFF höga böter. Det har snackats om att de skulle kunna gå miste om 1/3 av det de drog in bara genom att kvala in till Champions League. Allsvenskan börjar också närma sig sitt slut och aspiranterna om titeln ser väl ut att bli AIK och MFF. MFF har många svåra matcher kvar medan AIK har något lättare spelschema. Men får jag tippa så skulle jag nog säga att MFF blir slutsegrare av Allsvenskan även om det blir hårt. Går vi över till Champions League så önskar jag och tror att MFF tar 3:e platsen före Olympiacos, och efter Juventus och Atletico Madrid, vilket gör att MFF tar en slutspelsplats i Europa League. Tack för ordet och Forzzzzzzzzzzzzzzzzzza Malmö.

David

(Helt rätt David, MFF vann...red)

HEJ ALLESAMMANS!

Ni har kanske sett mig strosa omkring här i korridorerna nu de senaste veckorna och undrar vem jag är? Därför tänker jag göra en kort presentation:
Jag heter Magnus, är 26 år gammal och bor i Malmö. Är en glad och lite eftertänksam kille med känsla för musik och poesi. Förnöjer mig just med detta på min fritid och om det blir bra lägger jag ut det på Facebook. Än så länge har jag en del dikter publicerade och ska i framtiden försöka spela in lite musik.
Är yngsta syskonet i en familj på fem, studerar i den häpnadsväckande staden Eslöv. Försöker lära mig mer om kommunikation och omvårdnad och har ett år kvar av min utbildning.
Jag ska vara på Fontänhuset i 10 veckor och ska förhoppningsvis lära känna så många utav er som möjligt. Om något dyker upp är det bara att fråga. Ha en bra dag!

Magnus

ÖPPNA ARMAR & MAGKÄNSLA

Hallå allihopa!
Jag heter Jessica, är 21 år och pluggar till socionom i Lund. Nu under hösten kommer jag att göra min praktik här på Lunds Fontänhus och det ska bli fantastiskt roligt! Framförallt så kommer jag att jobba med studentprojektet En väg framåt men också hänga lite på de olika enheterna i huset.

Varför vill jag då bli socionom? Anledningarna är många men framförallt så tycker jag att det är intressant med människor, deras liv, förutsättningar och möjligheter. Livet ser så olika ut för oss alla och jag vill gärna vara med och stötta de människor som av olika anledningar behöver det. Här på Fontänhuset har ni välkomnat mig med öppna armar och jag tror att jag kommer lära mig mycket!
Skulle jag beskriva mig själv som person så skulle jag säga att jag är glad och positiv och gärna pratar med människor om allt mellan himmel och jord. Jag tycker om att skratta och umgås med vänner, lyssna på musik och äta god mat (allra helst tillagad av någon annan). Ogillar skräckfilmer, lakrits och att bygga ihop Ikea-möbler men älskar feminism, choklad, bra böcker och tv-serier. Vi ses i huset!

Jessica

Hej!

Mitt namn är Hanna och jag läser det beteendevetenskapliga kandidatprogrammet vid Lunds Universitet. Jag kommer att ha praktik här på Fontänhuset hela höstterminen 2014 och det känns väldigt spännande att få lära mig om och vara en del av den här fantastiska verksamheten. Det som gör att Fontänhuset tilltalar mig så starkt är konceptet att fokus ligger på det friska och att människors olika styrkor är det som driver verksamheten. Dessutom upplever jag miljön och omgivningen som avslappnande och välkomnande, vilket bidrar till en bra magkänsla varje gång jag kliver in i huset.

I framtida yrke vill jag gärna hjälpa människor. Däremot vet jag inte på vilken nivå eller på vilken plattform än. Oavsett känner jag att Fontänhuset som praktikplats passar mig mitt i prick där jag befinner mig just nu.

Jag skulle vilja beskriva mig själv som utåtriktad, strukturerad, eftertänksam och snäll. Det är viktigt för mig är att uppskatta och njuta av små saker i vardagen, livet blir så mycket härligare då, tycker jag. Vänner, familj, frukost, träning, böcker och glass är några saker jag tycker om!

Hanna

DATORN - ETT HJÄLPMEDEL??

Satte mig i lugn och ro vid datorn en dag. På gott humör, och fast besluten att det hela skulle resultera i en hyfsad och ganska lättsmält text. Jag gick som vanligt in på "Format, tecken" högst upp på skärmen för att hitta en lämplig teckenstorlek samt att få rubriken understruken. Jag ville också ha texten i fetstil.

Jag började skriva. Jag hade massor av idéer, och som vanligt var mina tankar mycket snabbare än mina fingrar. Jag fick be min hjärna lugna sig lite så att fingrarna hängde med. Jag skrev och skrev. Fortfarande vid gott mod.

Men nu började problemen. Förr eller senare kommer man ju till den högra kanten av pappret och det börjar bli dags att byta rad. På "Format" finns ju både stycke och tabbar. Jag ställde in vad som verkade lämpligt och fortsatte sedan skrivandet. Fortfarande vid gott mod.

”Jag skrev och skrev. Plötsligt upptäcker jag att datorn inte byter rad där jag hade bett den göra det”

Jag skrev och skrev. Plötsligt upptäcker jag att datorn inte byter rad där jag hade bett den göra det. Den lilla triangeln på linjalen upptill hade flyttat på sig! Utan att fråga om lov. Så där helt plötsligt och på eget bevåg!! Attans!

Ett nytt besök på "Format", stycke och tabbar. Rättar till det som har blivit fel.

Fortsätter skrivandet. Allt gott och väl en stund. Triangeln håller sig snällt där den skall vara.

Plötsligt - triangelelände det har ännu en gång flyttat sig från sitt läge. Irritation. "Format", stycke. Format", tabbar. Hinner några meningar innan samma sak händer för tredje gången. Triangeldjävulen har flyttat sig!!

Vid det här laget började jag använda sådana fula ord som min mamma inte tyckte att man skulle använda. Jag började tömma mitt förråd av svordomar!

Men, skam den som ger sig. Jag kan vara ganska envis när jag sätter den sidan till. "Format", stycke, "Format" tabbar. Sådär. Humöret är inte lika gott längre. Det börjar så smått att osa svavel om mig.

När jag ytterligare några gånger hade flyttat triangelhelvetet till rätt plats började jag uppriktigt fundera på om inte den gamla griffeltavlan ändå var ganska bra trots allt. Pålitlig. Det enda som behövdes var en bra krita att skriva med. I rätt färg! Där behövs varken stycke, tabbar eller andra konstigheter. Inte ens teckenstorlek eller teckensnitt. Teckensnitt, vad fan är det?

Det var inget som min fröken i skolan frågade om. "Vilket teckensnitt använder du idag, lille vän?". Det var inte uppfunnet på den tiden. Man skulle bara lära sig att aldrig aldrig stavas med två l, och att alltid, alltid gör det. Inga större konstigheter.

Livet var bra mycket enklare på den tiden. En vanlig reseskrivmaskin räckte långt. Fast även den hade sina små egenheter. Typerna fastnade i varandra när man skrev för fort. För att inte tala om karbonpapper. För den yngre generationen kan jag berätta att karbonpapper, blått eller svart till färgen, användes när man skulle ha en kopia på det man skrev.. Ja! Det var ju finurligt, men skrev du fel, så fick du vackert donera pappret till närmaste runda arkiv. Åtminstone den tilltänkta kopian. Det gick nämligen inte att radera ut det skrivfel man åstadkommit, det var bara att börja om från början. Men det är en helt annan historia.

En stund senare. Vad händer? Jo, triangelsatan behagar krångla igen. Nu börjar jag på allvar att fundera över om det är mig eller datorn det är

fel på. Måste nog erkänna att felet är mitt. Som den tekniska idiot man är skall man nog hålla sig borta från sådant man inte begriper.

Ju mera irriterad jag blev desto mera började jag fundera ut olika raffinerade sätt att ta livet av en dator. Den ena iden var bättre och mer utstuderad än den andra.. Skulle jag slå knytnäven i tangentbordet? Nä, då får jag ju ont i handen. Ingen bra idé. Slänga datorn i golvet, då? Nä, då går parketten sönder. Blir dyrt. Fortsätter i alla fall att skriva.

Nu hade jag åstadkommit nästan en hel sida. Kom på att det nog var bäst att spara sidan, om utifall att... Datorn hade faktiskt varit ganska barmhärtig mot mig när allt kom omkring.

Då, gissa vad som händer. Precis. Triangelsatansskiten har flyttat sig igen. "Format", stycke. "Format", tabbar.

Vid det här laget började jag fundera på om jag skulle slänga ut datorn genom sovrumsfönstret, och om jag skulle öppna fönstret först eller inte. När jag sansat mig något insåg jag två saker. Dels insåg jag att höstvindarna skulle blåsa rakt in på mig om jag inte öppnade fönstret, dels så går det inte att öppna mitt sovrumsfönster! Så för att bli av med datorn får jag dra ut alla sladdar, bära ut datorn på balkongen och den vägen göra mig av med eländet.

Så vad blev mitt val? Ja, datorn står kvar på samma ställe där den alltid har stått.

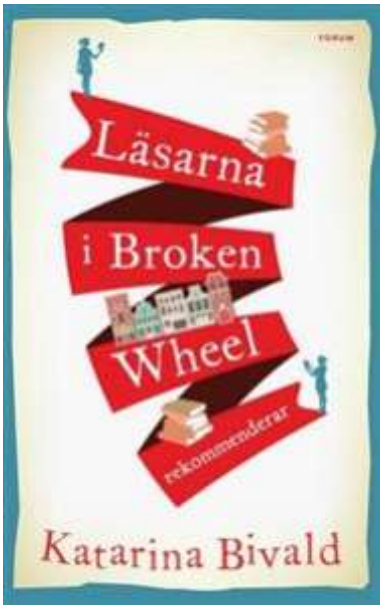
Av någon outgrundlig anledning kom jag inte till skott. Och ok, datorn är rätt bra när allt kommer omkring. Den ÄR ett bra hjälpmedel så länge den gör som jag vill. Trots allt!

Bengt

LÄSARNA I BROKEN WHEEL REKOMMENDERAR:

En trivsam bok om böcker för en kväll med en kopp te och en filt över benen! En mysig, lättläst bok.
Om du älskar böcker så mycket som jag gör, så vill jag tipsa dig om att ha penna och papper i närheten när du läser för man får många bra lästips i den här boken!

Boken börjar med en brevväxling mellan två helt olika kvinnor. 28-åriga Sara Lindqvist från Haninge och 65-åriga Amy Harris från Broken Wheel i Iowa. Efter två års utbyte av böcker, brev och tankar om både litteratur och livet bestämmer sig Sara för att hälsa på Amy. Men när hon kommer fram får hon reda på av stadsborna att Amy är död. Sara står nu ensam i en liten stad mitt ute i ingenstans i ett främmande land. Men där finns förstås alla de människor som Amy har beskrivit i sina brev om den lilla staden. Sara blir kvar och för första gången i sitt liv får hon verkliga vänner - inte bara mr Darcy och Bridget Jones - och de hjälper henne att starta en bokhandel med Amys alla böcker som hon samlat genom åren och testamenterat till Amy.



Både Sara och staden lever upp, nya och oväntade kärlekspar bildas och varken Sara eller invånarna vill tänka på att hon snart måste åka hem till Sverige och sitt gamla liv. När hennes tvåmånadersvisum i USA är på väg att gå ut får hennes nyfunna vänner en alldeles galen, underbar idé…

Carolina

SKÖRDEFESTEN

Skördefest och 3-årsjubileum

Söndagen den 5 oktober hade vi en fantastisk skördefest och 3-årsjubileum här på Fontänhuset. Vädrets makter hade vi definitivt på vår sida så solen sken och värmde så gott.

Ute i trädgården serverade Nils en ljuvlig rödbetssoppa med bröd till och det fanns också möjlighet att smaka på nypressad äppelmust, marmelader och sallad. Vi var många som njöt av detta i solens sken.

Inne i huset serverades kaffe, thé och tårta och, inte minst härlig musik med Cicky och hennes band. De spelade och sjöng strålande bra.

Många nya ansikten dök upp och det var så roligt att göra nya bekantskaper.

Det var en mycket lyckad fest och nu ser vi fram emot kommande jubileum och skördefester i detta fantastiska Fontänhus!

Vid pennan: Maria O

Här bakas det för fullt

Wonderous Minds uppträder

Åh så gott!!!

NU ÖPPET VARJE

SÖNDAG

KL 11-14 PÅ FONTÄNHUSET!

Känns helgen lite för lång, kylskåpet lite tomt eller känner du helt enkelt för lite trevligt sällskap? Fontänhuset har numera öppet varje söndag kl. 11-14 och du är varmt välkommen! Tillsammans lagar och käkar vi en god brunch ihop, umgås och har det allmänt härligt. Hoppas att vi ses!

NU 15 MIN KLASSISK

MASSAGE

ONS KL 14-15 & FRE KL 10-11

SKRIV GÄRNA UPP DIG PÅ LISTAN HÄLSAR PERNILLA

DET JOBBAS PÅ KRISTALLEN

På Kristallen jobbas det på flitigt! Alla deltagarna växer dag för dag och det är för mig som arbetsledare fantastiskt att se! Det värmer i mitt hjärta att ha så underbara deltagare att arbeta tillsammans med! Gruppen träffas på torsdagar och vi samtalar kring veckan som gått, hur det varit och hur det känts. Vi belyser både positiva och negativa saker i vår vardag. Framöver kommer grupperna ha teman att arbeta utifrån och vi börjar med känslor, självförtroende och lite roliga övningar redan nästa vecka. Nästa vecka är det även styrgruppsmöte och styrelsemöte för mig, Monique och vår representant från styrelsen, Inga-Lill. Vi kommer att ta upp många viktiga aspekter kring hur projektet framöver bör fortskrida och vad vi bör tänka på i det kommande arbetet.

Monique

INTERNATIONELLA DAGEN FÖR PSYKISK HÄLSA

Fredagen den 10 oktober var Tony och jag på den internationella dagen för psykisk hälsa i Malmö, ett samarbete mellan Malmö stad och en rad brukarorganisationer, däribland Fontänhuset.

Det är positivt att det ordnas sådana här saker för att få fler att inse att en människa med psykisk ohälsa är en helt vanlig människa och inte någon farlig person. Alla människor kan få psykiska problem någon gång i livet, och kan under en period behöva hjälp och stöd. Men i dagens stressiga samhälle finns inte alltid plats för en som kanske är lite annorlunda i mångas ögon.

”...att sitta länge och vänta i en telefonkö som aldrig tycks ta slut, och bli kopplad än hit än dit”

Två stora tält var uppställda på Gustaf Adolfs torg. I det ena fanns en stor scen där bland annat Teater Psykbryt framförde två egenhändigt skrivna pjäser. De var lika duktiga som alltid. Deras pjäser handlar om sådant som vi alla har upplevt någon gång, till exempel att sitta länge och vänta i en telefonkö som aldrig tycks ta slut, och bli kopplad än hit än dit.

Först pratade två personer från Malmö Stad om vikten av att man samordnar olika insatser för människor som behöver hjälp, dvs sociala myndigheter samt försäkringskassa och eventuellt även arbetsförmedlingen. Detta för att få en helhetsbild av en människas situation, vilket är nödvändigt för den enskildes rehabilitering.

I det andra tältet hade brukarorganisationerna var sin plats för att kunna informera om just sin verksamhet. Med fanns också arbetsförmedlingen och försäkringskassan. Där var det fullt med folk. Där fanns det också te, kaffe och smörgåsar till försäljning.

Intresset var ganska stort för det här evenemanget och många ställde frågor om allt som har med psykisk ohälsa att göra. Många var också nyfikna på vad fontänhuset är för något, vi fick ett bra gensvar, tycker jag.

Bengt

Projekt OSKAR

HT 2014

Bakjouren!

På måndagar finns Eva på Fontänhuset från klockan 09:00 till ca 12:00 och hjälper till med bakningen till caféet. Alla som vill baka är mycket välkomna. Det gör inget om du aldrig bakat innan. Bara viljan finns. Vi håller till i köket i källaren.

Demokratikväll

Den 8 september ca klockan 16 kommer Andreas Brodin från Studiefrämjandets styrelse till Fontänhuset och snackar om demokrati och varför det är så viktigt att vi utnyttjar vår rösträtt den 14 september. Vi diskuterar och umgås. Naturligtvis är all information partipolitiskt obunden. Studiefrämjandet bjuder på fika.

Filmklubb

Under hösten planeras filmvisningar med efterföljande diskussion. Datum är ej spikade men kommer så snart som möjligt.

Replokal!

Replokal OSKAR är öppen för alla Fontänhusets medlemmar varje tisdag klockan 10-13. Repan ligger i Studiefrämjandets lokaler på Fabriksgatan. Nyckeltagg, instrumentkablar och trumpinnar finns att låna på Fontänhuset

Musikdagar!

Under tre tisdagsförmiddagar i höst kommer Studiefrämjandets cirkelledare i musik Jonas Rudolw finnas tillgänglig på Fabriksgatan för att vägleda och hjälpa alla som vill prova på att sjunga och spela musik i en riktig replokal. Vi fikar tillsammans.

9 september kl: 09:30-11:30
7 oktober kl: 09:30- 11:30
4 november kl 09:30- 11:30
(Vi går dit tillsammans efter morgonmötet, kort promenad)

Projekt Oskar

Studie främjandet

EN VÄG FRAMÅT!

Oj så var de redan oktober! Tiden går galet snabbt. I studentprojektet är vi nu en bra bit över 30 studenter som rör sig i huset. Kanske hittar ni oss djupt försjunka i någon tjock faktabok eller på flykt undan densamma … I oktober har vi tagit oss an just ämnet ***studieteknik*** på två av våra nätverksträffar.

Den första fokuserade på olika lärstilar och vi fick möjlighet att kartlägga hur vi själva lär oss bäst. Det blev ett intressant samtal och utbyte av tankar och erfarenheter kring studieprocessen! Vi tittade även närmare på olika minnestekniker, mindmaps m.m.

Följande träff hade vi besök av Elisabeth Wilhelmsson från studieverkstan som föreläste om skriv- och läsförståelse. Hon gav tips kring hur man kan strukturera upp och underlätta läsandet och skrivarbetet. Vilket också ledde till praktiska skrivövningar som kan användas när skrivkrampen infinner sig.

Något annat roligt under hösten är att vi har dragit i gång med vår ***friskvård***; både Mindfulness och badminton! Vill ni veta mer? Kolla anslagen i hallen eller gå in under ”student” på hemsidan! Där får du också veta mer om andra sociala aktiviteter vi anordnar regelbundet.

Vi vill också passa på att bjuda in hela huset till två spännande föreläsningar:

Tisdag 11/11 - **En sundare livsstil!** Kost, motion och inlärning. Föreläsare: Ann-Louise Bladh, Leg Dietist, Region Skåne

Tisdag 9/12 - **Högkänslighet** - Hur kan du handskas med överväldigande tankar och känslor? Föreläsare Ina Elverljung och Malin Sandell, terapeut och yogalärare

Vi kommer även ***tillsammans med Må-bra enheten att anordna en rad intressanta föreläsningar kring friskvård och hälsa i november/december.*** Spana efter detta på både hemsidan och på den stora anslagstavlan i hallen! Välkomna!!

FRISKVÅRD

Nu tar vi ytterligare ett fokus kring samlingsbegreppet friskvård. Faktorerna som bestämmer vår hälsa och som vårt Fontänhus kan påverka är kost, fysiskaktivitet och psykiskt välbefinnande.

PÅ GÅNG

Den gemensamma träningen är igång igen. Nu tränar vi tisdagar på Actic Olympen och torsdagar på Friskis och Svettis. Tiderna är som vanligt kl.14.00–15.30. Det finns även möjlighet att delta i olika typer av gruppgymnastik på Friskis och Svettis. Motionssimningen och vattengymnastiken är igång som den skall. Några frågor? Prata med Johan.

På fredagar har vår praktikant Hanna dragit igång en badmintongrupp som håller till på Viktoriastadium mellan kl.13.30–14.30.

PROMENADER

Vi kommer fortsätta att genomföra en naturpromenad varje månad. Håll utkik efter anslag och SMS. Vår förhoppning är även att kunna börja med kortare lunchpromenader varje dag, start någon gång under hösten.

KOST

Lunds Fontänhus kommer att arbeta aktivt med att förbättra kostvanorna hos våra medlemmar och handledare. Detta kommer märkas i vårt utbud i caféet men också i lunchserveringen. Mat är viktigt…

SMS-GRUPP

Vill du få information om friskvården? Anslut dig till vår sms-grupp. Prata med Johan eller Mattias

Vad händer i huset?

Promenad och stavgångsträning med Aleris: Varje torsdag kl.14.30, med start utanför Aleris.

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

Redaktionsmöte: Måndagar kl. 9.45. Planering av kommande numret av Fontänbladet och podcastaktiviteter.

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

Apotekar-gruppen! Har första träffen måndag den 27 oktober kl. 10. I källarköket gör vi eget örtsalt och pratar om de olika örternas egenskaper och nyttigheter.

Lunds Fontänhus kulturgrupp träffas kl 13.15 följande onsdagar under hösten: 8 och 22 oktober, 12 och 26 november och 10 december. Alla är välkomna såklart.

Teatergrupp: Hjärtligt välkommen att delta i vår teatergrupp. Kostnadsfritt förstås. Paulina Håkansson leder gruppen som ses onsdagar 15.30-17.00 i källaren.

Bokcirkeln med praktikant-Hanna: Tycker du om, eller är nyfiken på, hur det är att läsa en skönlitterär bok och sedan prata om den med andra? Varmt välkommen att vara med i höstens bokcirkel! Vi träffas i Fontänhusets mysiga källare och delar med oss av våra läsupplevelser. Inför varje träff får man gärna hjälpa till att baka något gott att mumsa på. OBS! Vi ses tre gånger, onsdagarna 22/10, 19/11 och 3/12 kl. 15-17. Vi är redan 10 anmälda på listan men fler är välkomna!

Halloweenfest! Frivillig maskerad torsdag den 30 okt, kl. 18-20. Gratis varmkorv, pumpakakor och godis. Anmälan senast måndag den 27/10.

Badminton fredagar kl. 13.30-14.30. Prata med praktikant-Hanna.

Krukväxtintresserad? Är du intresserad av att lära dig mer om krukväxter och hur de sköts och förökas? *Gröna fingrar* funderar på att starta en grupp som träffas en gång i månaden under vintern och fördjupar sig i växter som trivs bra i kruka. Vill du vara med så hör av dig oss i Gröna fingrar.

Sticka, virka, sy & pyssla? Välkomna onsdagar kl. 14-19. Vi handarbetar eller pysslar och har trevligt tillsammans. Johanna håller i gruppen.

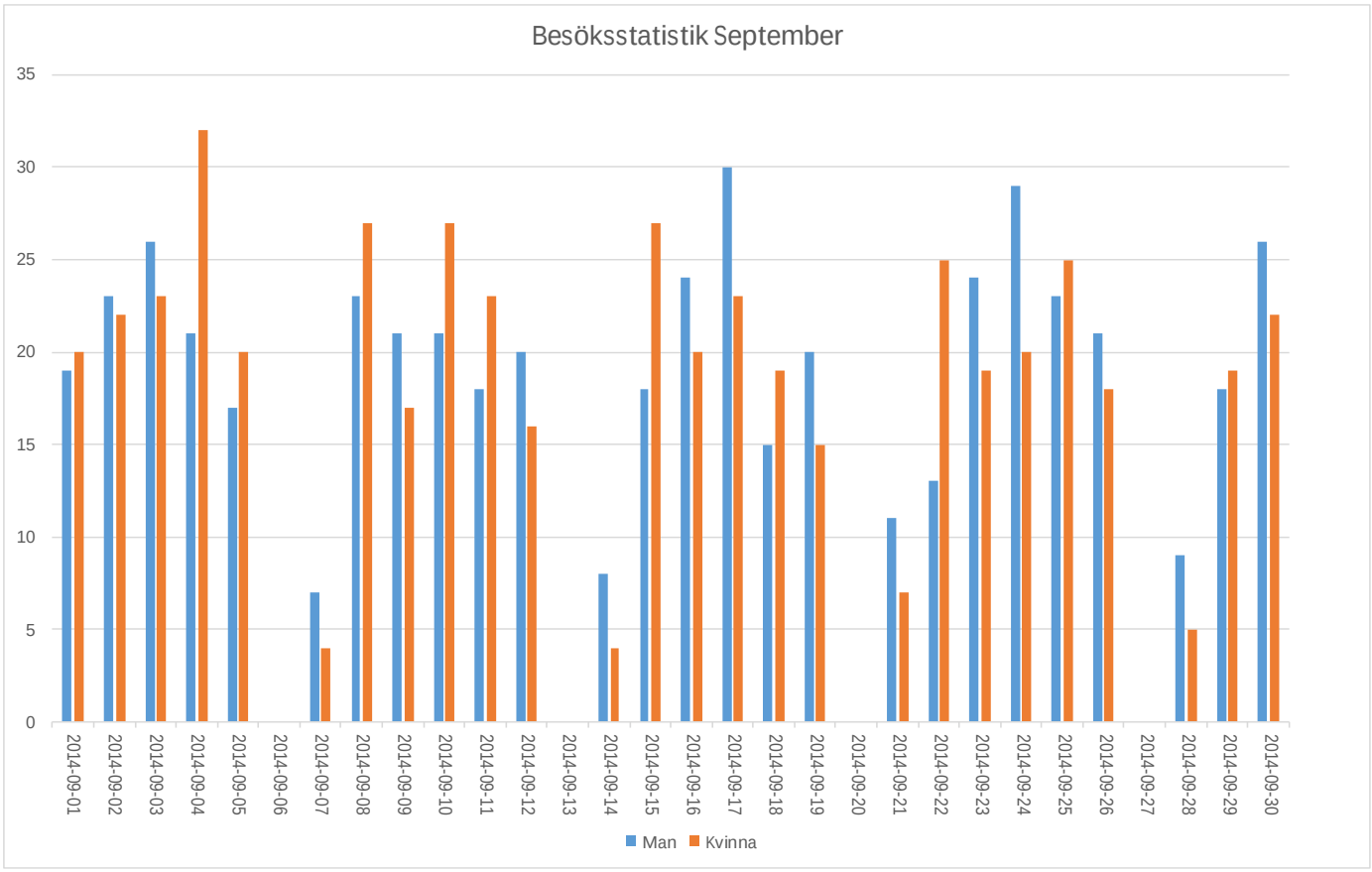
Mindfulness, Vi träffas i källaren *kl. 10 på torsdagar* . Kursen annordnas av "En väg framåt" men är öppen för alla intresserade i huset! Vår kursledare Birna Gudmunsdottir är terapeut och mindfulnesinstruktör. Varmt välkomna!

OBS! Höstlovsuppehåll v44, den 30/10

Bakjouren med Eva från Studiefrämjandet på måndagar, kl. 9 i källaren (efter mötet).
Baka med Nassrin, fredagförmiddagar i källaren.

Utanför huset: Musikdag hos Studiefrämjandet
Den 4 november 09.30-11.30 kan du prova sång, elgitarr, elbas, trummor, keyboards och akustisk gitarr. Jonas, cirkelledare på Studiefrämjandet i musik, finns på plats och hjälper till.

BARA LITE TRÄIG STATISTIK



Totala besökare var 1004 personer varav 505 var män och 499 kvinnor. Antal personer på studiebesök var 22 stycken, delvis från arbetsförmedlingen och psykiatrin.

OCH SÅ LITE TILL ÅT SKOGEN

Hundar dödade av varg	470
Hundar dödade av annat vilt	345
Hundar dödade av jägare	760
Hundar dödade i trafiken	56000
Jägare dödade av andra jägare	80
Jägare skadade i samband med jakt	24000
Jägare skadade av varg	0

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,
Eva von Boer Lindskog 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

"Baksidan" av tidningen har gjorts av mig David Tejing. Mannen på bilden har ritats utan några personliga värderingar från min sida. Alla får tolka vem det är själva, då han kanske vill – vad vet jag – vara anonymt gestaltad. Men framgångsrik är han i alla fall.

ALLA ÄR SÅ TASKIGA MOT MIG OCH FRÅGAR UT MIG OM ALLT MÖJLIGT PERSONLIGT OCH MENINGSLÖST NÄSTA GÅNG KLAGAR DEM KANSKE OCKSÅ PÅ MIN NYA FINA KRISSYR!