

Vintergatan

Motala Fontänhus

2019—2021

Pris 20:-

Psykisk ohälsa syns inte



Foto: Mirjam



Motala Fontänhus

Jär man tilläts vara sig själv...

Det här numret av tidningen är en samling av sådant som skulle publicerats i tidigare nummer under 2020. Men på grund av flytt och en nystart för oss på Motala Fontänhus, inte hunnit blivit publicerat. Tidningen Inleds med information kring Covid-19 som följs av ett hej då från före detta verksamhetschef och sedan nya verksamhetschefens ord!

Riktlinjer för Vintergatan

Vem som helst kan skriva i tidningen, du kan välja att ha ditt namn med men det går också att skriva anonymt för den som hellre vill det. De bilder man har med i tidningen måste man själv ha fotograferat eller ha tillstånd till. Texter och bilder får inte innehålla något som kränker grupp eller enskilda. Alla citat ska ha angiven källa.

Vi hjälper till med att renskriva texter.

Innehåll:

Covid-19.....	3
På Återseende!.....	4
Verksamhetschefens ord.....	5
Fontänhuset Falun.....	6
Jul & Nyår.....	8
PRO Pensionärernas riksorganisation.....	9
Dikt.....	9
Medlemsintervju.....	10
En Livshändelse.....	11
Kärlek vid första ögonkastet.....	12
Welness.....	13
Studiebesök från polisen	14
Ångestloppet	15
Välfärdsmissan	16
Digi-inklusion.....	17
Motala Fontänhus.....	18
Kontakt med andra fontänhus.....	19
Våra sponsorer.....	20

Covid-19

Hur har det påverkat Motala Fontänhus under 2020?

Sen pandemin slog till under tidig vår 2020 har Motala Fontänhus inte kunnat bedrivas som vanligt. Huset har fått hålla stängt av och till under hela året pga. flera sjukdomsfall bland personalen i olika omgångar och pga. de nationella restriktioner och rekommendationer som inte heller tillät huset att hålla öppet som man brukar. Detta har påverkat hela verksamheten, många medlemmar har inte besökt huset sen mars 2020 pga. rädsla att insjukna, för att man tillhör riskgrupp och för pandemin. Detta i sin tur har lett till mer isolering och social distansering bland våra medlemmar. Vi vet att våra medlemmar mår bra av rutiner och att få vara en del av ett sammanhang vilket Covid-19 har påverkat på ett negativt sätt.

Pandemin har tvingat oss att ställa om och använda oss av digitala plattformar för att hålla kontakten, ha en gemenskap och förhoppningsvis bryta isoleringen. Hela samhället har blivit mycket mer digitalt under 2020 och även våra medlemmar har tvingats in i det för att kunna delta, sköta sina ärenden och till viss del hålla kontakten med omvärlden. Detta är dock en stor tröskel för många. Personalen har funnits tillgänglig via telefon och möjlighet har erbjudits att under anpassade former komma till huset om behov av stöttning har funnits för att bl.a. ladda ner appar osv. Svårigheten och utmaningen har varit att nå ut till medlemmarna och Fontänhuset har informerat via hemsidan, sociala medier och via reach out.

Även arbetsmarknaden ändrades snabbt och kraftigt under 2020, många företag sa upp personal i ren panik och arbetslösheten ökade. Många enkla jobb försvann, många företag varslade eller permitterade och tog inte emot besök. Omställningen på arbetsmarknaden ledde i sin tur till att möjligheten för våra medlemmar att få komma ut på studiebesök, arbetsträning, praktik eller jobb mer eller mindre försvann. Även utbildningsmöjligheten minskade då dessa började ges på distans. Arbetsförmedlingens möjligheter att erbjuda insatser i form av olika arbetsmarknadsprogram minskade, vilket i sin tur påverkade en del av våra medlemmar negativt.

Många av våra medlemmar är i behov av extra stöttning och befinner sig längre ifrån arbetsmarknaden. Oftast är man i behov av anpassning, handledning eller arbetsträning och pandemin stängde mer eller mindre igen dessa möjligheter under 2020 för oss och fortsätter än så länge att påverka oss, även under 2021.

Huset har under 2020 fått ändra fokus och fått arbeta mycket med att öka kunskapen och användningen av digitala plattformar hos våra medlemmar för att på så sätt öka kontakten, bryta isoleringen och öka möjligheterna att kunna stötta och bedriva verksamheten på något sätt. Mycket som var planerat fick ställas in, eller flyttas fram på obestämd tid då det inte gick att genomföra. Den upp

sökande verksamheten som var tänkt att bedrivas fick läggas på is då företagen inte tog emot besök och informationsträffar, utbildningar, mässor och konferenser ställdes in.

Pandemin fortsätter att ställa till det för oss, men vi tror att aktivitet i någon form framför passivitet bidrar till ett välmående och syftet med allt vi gör är till för att bryta isoleringen och hjälpa till att strukturera upp dagen igen, även om det får ske under anpassade former.



På återseende!

Det här blir ju inte riktigt som det vanliga ”Chefen har ordet” eftersom jag inte arbetar kvar på Motala Fontänhus. Efter åtta år i verksamheten så var det dags för mig att gå vidare, att prova på något annat. Jag tror inte att det är bra att vara kvar för länge på samma plats, sen hur länge det är kan vara svårt att veta. Nytt blod behövs i alla verksamheter, även i ett Fontänhus. Och det är väl en del av vad som gör ett Fontänhus levande, människor som kommer och går. Många stannar bara en kort stund medans andra blir kvar i många år. Fontänhuset är nästan som en levande varelse som omskapas och förändras, det som alltid finns kvar är grunden – våra riktlinjer och tron på att alla vill och kan bidra till verksamheten.

Under de här åtta åren har mycket hänt, från början var det bara jag och Jörgen Fock ute på Vintergatan 15, vi planerade och handlade möbler, lagade mat åt oss själva och skötte allt annat. Vi tryckte upp broschyrer och åkte runt och informerade om vad ett Fontänhus är för något. Undan för undan växte medlemsgruppen, först fem, sedan tio, tjugofem och så vidare tills vi hade över hundra medlemmar. Under tiden som vi växte förändrades också behovet av vilka arbetsuppgifter som behövdes göras. Ju fler som ville ha lunch, ju fler arbetsuppgifter blev det i köket. Ju fler som ville att vi skulle komma och informera, ju mer material fick vi ta fram. Ju fler vi var i huset, ju mer behövde vi städa. Rutiner och arbetsuppgifter växte fram men har förändrats många gånger under åren då behoven ändrades och andra människor kom in som medlemmar.

Det senaste året har verkligen inget varit som det brukar, under våren drabbades hela världen av Covid-19 och även vi blev drabbade. Flera sjukdomsfall i personalgruppen gjorde att vi var tvungna att hålla huset stängt mycket mer än vi är vana vid. Senare under året kom det nationella riktlinjer som inte tillåter Fontänhuset att vara öppet som det brukar.

Om man ska se något bra med pandemin så är det att den tvingat oss att bli bättre på digitala kontakter med andra Fontänhus och medlemmar som inte kan komma till Fontänhuset. Jag tror också att den gjort oss bättre på Reach-out över huvud taget. Man får komma på nya

sätt att umgås och stötta varandra. Det är bara fantasin som sätter gränser för vad man kan göra och många Fontänhus, inte minst i Norge och USA som haft mer ned stängt än vi i Sverige har haft, kan fungera som inspiration i det fortsatta digitala arbetet.

När allt återgår till mer normala omständigheter gäller det att alla hjälps åt att ”återuppbygga” Motala Fontänhus utifrån de behov, människor och förhållanden som gäller då.

Det är så många minnen och människor som passerat de här åtta åren som jag kommer minnas med värme så länge jag lever, ingen nämnd ingen glömd.

Ska jag komma med några råd inför framtiden så är det främst två saker jag kommer på, det första är utbildning i Fontänhusmodellen

och riktlinjerna för alla som är på Fontänhuset. Det är grunden i hela verksamheten och ju fler som kan och förstår vad modellen går ut på desto bättre blir Fontänhuset. Sedan är det ju alltid lättare att berätta för andra om Fontänhuset om man vet och förstår grunderna. Det andra är kontakten med andra Fontänhus, både i Sverige och internationellt. Utbytet mellan husen gör oss alla starkare, man får idéer och inspiration och man kan dela med sig av sina egna erfarenheter. Det är lättare att gå framåt om man är flera som stöttar varandra.

Det här är inte farväl utan på återseende, Motala Fontänhus och den internationella gemenskapen är något jag alltid kommer att bära med mig och Motala är inte större än att vi säkert kommer träffa på varandra igen, även om det blir på nya platser och i andra roller.

**Vi syns igen, hälsar Magnus Wallman,
före detta Verksamhetschef.**

Verksamhetschefens ord

4/1-2021 var min första arbetsdag på Motala Fontänhus och tiden sen dess kan beskrivas med tre ord; utmanande, utvecklande och givande. Jag har sen första dagen fått sätta mig in i verksamheten, i föreningen och i Fontänhuset och allt vad det innebär. Jag har hunnit jobbat ihop mig med mitt lilla team, 2 fantastiska handledare Elin och Tina, träffat styrelsen, träffat en del medlemmar och kollegor från andra Fontänhus. Vi har sen dess hunnit komma igång med verksamheten efter en tids nedstängning pga. covid-19. Måndagen den 18/1-2021 drog vi igång igen under anpassade former med bl.a. digitala möten, fika, utomhusaktiviteter i form av promenader och bokade nybesök. Viktiga aktiviteter för våra medlemmar för att främja gemenskapen, hälsan och minska utanförskapet. Det handlar om att bryta isoleringen och hjälpa till att strukturera upp dagen igen. Motala Fontänhus gör skillnad, vi hjälper människor att må bättre, att känna sig behövda men framförallt värdefulla och det var just detta som lockade mig att söka tjänsten som verksamhetschef. Jag vill vara med och bidra att göra skillnad.

Jag har sagt till er som jag har hunnit träffa att det är ni som är experterna, att det är ni som kan verksamheten och att det är ni som får lära mig. Jag ser mig själv som en "lärling" just nu som ser, hör och lär och så kommer det att vara ett tag till. Ni har visat stor förståelse för mig och tagit emot mig med öppna armar och det ger mig styrka att verkligen vilja driva fontänhuset framåt, att utveckla det i positiv riktning och skapa en verksamhet som leder till personlig utveckling för våra medlemmar. Den utvecklingen kan vara i form av aktivt deltagande i huset,

arbete eller studier. Syftet med huset är att alla våra medlemmar ska känna sig behövda och vilja bidra, vilja utvecklas och vilja nå sina mål. Jag ser mycket potential i huset och har tusen idéer som jag gärna diskuterar med handledarna och medlemmarna, det handlar om att inkludera, prata och föreslå saker i utvecklande syfte.

Precis som Magnus skriver i sitt brev så har huset under 2020 inte kunnat bedrivas så som man är van vid pga. Covid-19. Sen det slog till och pga. de restriktioner som fortfarande råder måste vi fortsätta hålla huset stängt och bedriva verksamheten under anpassade former ett tag till. Det sker via digitala plattformar och genom utomhusaktiviteter. Vi planerar vecka för vecka och håller hoppet uppe om att snart få slå upp dörrarna igen.

Håll utkik på hemsidan

www.motalafontanhus.se och via Facebook där finns uppdaterad information.

När vi ses i huset igen ska vi tillsammans hjälpas åt att sätta igång allt igen utifrån de förutsättningar, medlemmar och behov som finns då. Fram till dess, fortsatt delta digitalt och i våra aktiviteter. Det är så värdefullt!

Hoppas vi ses snart, Elizabeth Olivares



Fontänhuset Falun

En oktoberdag var jag och besökte nyöppnade fontänhuset Falun. Som medlem på ett fontänhus får du vara med på andra fontänhus arbetsinriktade dag. Jag ville passa på att se hur Falun har det och kontaktade dem innan. Jag fick ett varmt välkomnande och blev visad runt i deras trevliga lokaler som ligger nära stationen.

Blev erbjuden att stanna kvar på lunch, vilket jag gärna ville. Köket hade nyligen öppnat efter renovering och annat. Fontänhuset Falun har kommit riktigt långt med tanke på att dem öppnade våren 2019 och har haft semesterstängt och även renoverat under tiden.

Tiden flög fram tills det var dags att möta upp min syster och syskonbarn som skulle komma med tåget för lite höstlov. Jag kommer återkomma flera gånger till fontänhuset Falun, särskilt eftersom Falun är min hemstad så känns det extra roligt!

/ Mirjam

En välkomnande reception





Jul & nyår 2019

Nyårsmenyn här på fontänhuset var mycket utsökt. Vi var ett litet gäng som slevade i oss godsakerna som fanns att tillstå. Det var en god soppa till förrätt som heter Crème Vichyssoise med räkor och huvudrätten bestod av baconinlindad fläskytterfilé med hasselbackspotatis. Efterrätten var päronhalvor med after eight i ugnen. Klassisk gammal 80-tals efterrätt.

Att det är öppet på de faktiska högtidsdagarna så som t.ex julafton och nyårsafton är mycket viktiga för oss medlemmar. Man ställer sig inte ensam hemma och gör julmat åt sig själv och då är vikten av ett klassiskt julbord på fontänhuset mycket stor.

På fontänhuset hjälps vi alla åt som ska vara

med och fira med all julmat till julbordet som vi lagar från grunden. Känslan av att få klä sig fin och vara en del av den här familjära gemenskapen är svår att hitta ord för men den är betydelsefull. Likaså att vi gör det här tillsammans och att man slipper sitta själv i sin ensamhet under sådana storhelger då man kan känna sig "extra" ensam och en känslig tid. Alla storhelger är ju lika viktiga. Även de små helgerna är viktiga så de helger vi har söndagsöppet är mycket värdefulla de med.

Fontänhuset för många av oss är en livlina, ett ställe där man får vara sig själv utan att någon dömer dig och man blir respekterad och accepterad för den man är.

Av: Kjell, Mona och Ken



PRO Pensionärernas riksorganisation

PRO är inte till för enbart ålderspensionärer. Du som sjukpensionär är också välkommen!

Jag är medlem i Skänninge PRO och vi har mycket aktiviteter där. Bland annat boule, bridge, bingo, gymnastik, sygrupper. Det här var bara några exempel, men det finns fler.

Jag trivs mycket bra där, för vi har en varm, öppen och glad gemenskap med varandra. Min uppgift är att ibland vara bingoutropare när någon av de andra har förhinder.

Vill du veta mer om PRO, så gå in på deras hemsida, skriv vilken ort du bor på. Det gör sökningen lättare och du kommer direkt till det PRO som ligger närmast.

Jag rekommenderar verkligen PRO.

Välkommen att vara med i en härlig gemenskap!

/Giggi Bangelid, medlem i Skänninge PRO

Mitt hjärta

Mitt hjärta klappar alltid för stora och små som behöver allt stöd de kan få. Vi måste värna om varandra i dessa oroliga tider när så många kämpar och lider.

Varje tanke, varje ord kan göra skillnad på vår jord.

En ödmjuk tanke från ditt hjärta kan för någon lindra sorg och smärta.

Dikt av: Giggi Bangelid

Medlemsintervju

Ditt Namn?

Mitt namn är Magnus Kristinsson.

Var är du född?

Jag är född på Landspítalanum i Reykjavik, på Island.

Ditt starkaste barndomsminne?

Jag fick väldigt ofta gå på bio i närheten där vi bodde medans mina kompisar aldrig fick gå.

Hur fick du reda på att Fontänhuset i Motala fanns?

Jag gick hos en psykolog på psykiatrin och hon berättade för mig om Fontänhuset.

Vad tycker du om Fontänhuset?

Det är väldigt bra och det är så skönt att komma hemifrån isolering och göra något meningsfullt.

Ditt favorit resmål?

Jag skulle vilja åka till Egypten och se gravkammare och pyramider och liknande historiska platser.

Din favorit färg?

Svart!

Har du någon sport som du gillar?

Tyvärr är jag inte intresserad utav sport utom möjligtvis Snooker.



Har du någon hobby?

Jag spenderar mycket tid framför datorn och spelar dataspel.

Vilken egenskap gillar du hos en människa?

Jag tycker om folk som är ödmjuka och snälla.

Vad ogillar du hos en människa?

Oärlighet och lögn.

Av: Kjell J

En livshändelse

Undertecknad har deltagit i fontänhusets gemenskap sen april 2019 och har blivit mottagen på ett mycket bra sätt där. Tyvärr så har mitt tillstånd drastiskt förändrats till det negativa, vilket jag inte kan lasta fontänhuset för. Kände att jag behövde hjälp för att komma på fötter igen och kunna fungera som en "normal" människa igen. Därför gick jag till min vårdcentral och fick träffa en underbar läkare. Vi satt och pratade i en timme och fick en bra kontakt med läkaren, men läkaren ansåg att jag behövde komma i kontakt med psykiatrin på lasarettet. Okej, tänkte jag men det kommer väl ta lång tid innan jag får komma dit tänkte jag, men döm om min förvåning när det bara tog en vecka innan jag fick komma dit. Nu har jag varit där och träffat en läkare och en kurator, vi satt väl gott och väl en timme och dryftade allehanda problem och jag ansåg att de kom med mycket kloka saker vilket jag sög i mig.

Efter att jag varit där och sugit i mig vad vi pratade om känner jag att livet håller på och återvänder sakta men säkert, ska på återbesök efter två veckor då vi ska fortsätta dryfta allehanda problem som jag har. Jag tror att de som är proffs på oss som är trasiga i själen kan vända mig åt rätt håll igen. Har ju varit beredd att avsluta mitt liv, men då jag har barn så tänker jag på dem. Det är ju dem jag tänker på då jag har en bra relation med dem och de försöker stötta mig så gott det går.

Jag är mycket tacksam för den hjälp jag har fått och får. Framledes tänker jag följa upp detta i kommande nummer.

/Trasig själ

Kärlek vid första ögonkastet

Mitt namn är Kjell Jonsson och jag har en teori om vad kärlek vid första ögonkastet är. Många killar säger att det inte spelar någon roll om hur tjejen ser ut, bara dom är bra till sättet säger dom. Det håller jag inte med om. För mig ska dom vara bra till sättet och dessutom falla mig i smaken utseendemässigt också. Alltså, är dom i min smak utseendemässigt men inte är bra till sättet är det förnito. Och är det tvärt om så är det också förnito. Nu kommer det lite kluriga i det hela. Det har hänt mig några gånger i livet att tjejen jag har fastnat för inte har varken det ena eller det andra. Då måste det ju finnas en tredje aspekt. Och den här aspekten har jag inte en aning om vad jag då fastnar för. Det är det här som för mig är, kärlek vid första ögonkastet. Dom tjejerna jag nu pratar om har jag fastnat för omgående utan att ha träffat dom någonsin innan. Jag tar då min chans omgående och säger som det är. Det kan ju gå åt helvete också, men jag har lyckligtvis haft turen med mig dom få gånger detta fenomen har hänt mig. Det kanske finns en fjärde aspekt också. Vem vet! Ödet eller slumpen????? Ska säga att detta är min teori som i mitt huvud inte är så ologiskt. Hoppas ni hängde med i svängarna.

Av och med Kjell J.



Wellnes med föreläsning 2019

Fredag 13 december kom Linda Hjortbrandt hit och hade föreläsning kring hälsa. Hon är utbildad friskvårdskonsult och medicinsk massageterapeut. Hon arbetar bland annat med klassisk massage och taktilbehandling. Linda berättade bland annat om stretching, kost och motion och hur detta påverkar vår hälsa.

Det var en intressant föreläsning med möjlighet till att ställa frågor och diskussioner kring ämnet.

Fontänhuset har en riktlinje 28 som är följande:

"Klubbhuset erbjuder hjälp, aktiviteter och möjligheter som är till för att hjälpa medlemmar att utveckla och upprätthålla en hälsosam livsstil".

Av: Mirjam



Studiebesök från polisen

Fredag den 14 februari hade vi studiebesök av polisen i Motala. Det kom ca 17 poliser för information om Motala Fontänhus. Magnus Wallman hade en presentation och visade runt i lokalen. Fontänhuset och polisen hade ett utbyte av information och erfarenhet, vilket var mycket uppskattat av båda parter.

Några medlemmar berättade också om sina upplevelser av att vara på fontänhuset. Polisen visste inte tidigare att det fanns ett fontänhus i Motala, de hade bara hört talas om fontänhuset i Stockholm.

Då det var alla hjärtans dag bjöds det på hjärtformad bärkaka med grädde utöver kaffe och smörgås.

Text: Tina

Foto: Magnus W



Ångestloppet 2019/2020

Ångestloppet är ett sätt att uppmärksamma omgivningen på att psykisk ohälsa finns överallt, men att lösningen inte är att tuga ihjäl de sjuka, säger Magnus Wallman, ansvarig på Motala Fontänhus. Dessutom är fysisk aktivitet och att finnas i sociala sammanhang, som ett dagligt arbete, viktiga faktorer för alla människors självkänsla.

Motala fontänhus brukar arrangera ångestloppet varje år, men tyvärr är det inställt detta året på grund av corona.

Vem som helst får delta och loppet är 209 meter och man får springa, krypa eller gå.

Att ångestloppet hålls just den 23 mars varje år är för att uppmärksamma Lis Asklunds födelsedag, eftersom hon startade första fontänhuset i Sverige.

/Mona, Jimmy, Mirjam



Välfärdsmässan 2020

Torsdagen den 6e februari var det dags för årets välfärdsmässa, detta år var temat: Inkluderande arbetsplatser.

Det var 3 av oss från Motala Fontänhus som åkte till Linköping för att vara utställare på mässan.

På morgonen när vi kom dit fick vi börja med att ställa upp vårt bord, där vi hade broschyrer och reklam i form av små gåvor. Vårt bord delade vi även tillsammans med de från Linköping som håller på att starta upp sitt egna Fontänhus.

När vi hade fixat iordning vårt bord, bjöds det på frukost och därefter fick vi möjlighet att gå på en föreläsning. Föreläsningen hette ” Från man till människa” av Claes Schmidt/Sara Lund och var en väldigt intressant föreläsning som handlade mycket om vilka fördomar vi har gentemot andra människor och deras utseende. Men den bjöd även på en hel del skratt!

Efter föreläsningen fick vi gå tillbaka till vårt utställningsbord, där vi flera gånger under dagen fick möjligheten att berätta om vår verksamhet och hur vi jobbar tillsammans.

Man hade också möjligheten att gå runt till de andra utställarna och lyssna på vad de hade att berätta om sina verksamheter.

Under eftermiddagen var det en hel del människor på plats, men även om de alla inte stannade till för att prata med oss så var det många som fick med sig våra broschyrer och infoblad med sig hem.

Av: Linnéa



Digi-inklusion

Sveriges Fontänhus Riksförbund har startat ett ESF-projekt som går ut på att öka kunskaperna för hur man arbetar med digitala plattformar – *Digi-Inklusion*. Samtliga 13 Fontänhus i Sverige är delaktiga och det pågår liknande projekt i flera nordiska länder. Som samarbetspartners har man bland annat Fountain House New York, Cisco och Techsoup. Förutom att använda WebEx Teams och WebEx Meetings, både i sina egna Fontänhus och i samarbete med andra Fontänhus, så kommer projektet att undersöka om den ökade kompetensen gällande digitala plattformar gör medlemmarna mer anställningsbara. Detta gör man genom ett samarbete med två forskare.

Alla Fontänhus som är med i projektet kommer att få en utbildning i hur man kan använda WebEx som ett verktyg i den arbetsinriktade dagen. Ett antal personer i Helsingborgs Fontänhus har gått en utbildning om WebEx som tillhandahölls av Techsoup. Helsingborgs Fontänhus ansvarar nu för att utbilda de andra Fontänhusen i Sverige. Först ut med att gå utbildningen var Fountain House Stockholm och som andra Fontänhus att få gå utbildningen var Motala Fontänhus. I tur att gå utbildningen är en grupp som består av personer från Göteborg och Åland (eftersom Åland är svenskspråkigt så ville de delta i den svenska utbildningen).

Den 29-30 januari skickade Motala Fontänhus ett team på fyra personer, två anställda och två medlemmar, till Helsingborg för en utbildning i hur systemen fungerar. Tanken är att de sedan ska ta med sina nya kunskaper till Motala Fontänhus för att lära andra hur det fungerar.

Det var två lärorika dagar och samtliga deltagare från Motala var mycket nöjda. Teamet kommer nu att ta fram ett utbildningspaket och lathundar för att fler på Fontänhuset ska kunna ta till sig hur systemen fungerar och vad man kan använda det till.

Motala Fontänhus har redan använt sig av WebEx Meetings regelbundet under det senaste halvåret i

ett samarbete med Fountain House New York. För att fler medlemmar ska få en bättre förståelse för Fontänhusmodellen, våra 37 internationella riktlinjer och en djupare insikt i varför vi arbetar på det sätt som vi gör, så har vi använt oss av WebEx Meetings för att diskutera en ny riktlinje varje vecka med Fountain House New York. När vi är klara med dessa diskussioner så har vi redan idéer om ett fortsatt samarbete med Fountain House New York.

Flera WebEx-teams har redan skapats kring olika frågor där personer från olika Fontänhus kan utbyta idéer och arbeta tillsammans, bland annat ett team för de hus som arbetar med Poddar. Inom projektet har alla Fontänhus även veckomöten via webben där vi delar med oss av olika sätt att använda plattformarna.

Möjligheterna är oändliga och bara fantasin sätter gränser för hur man kan använda sig av WebEx Teams och Meetings, vi har bara sett början av vad vi kan åstadkomma.

Mer information om projektet finns på:

<https://www.esf.se/Resultat/Projektbanken-2014-2020/Alla-Projekt/DIGI-INKLUSION/>

/Magnus W



EUROPEISKA UNIONEN
Europeiska socialfonden



Motala Fontänhus

Jär man tillåts vara sig själv...

Motala Fontänhus finns till för personer som lever med psykisk ohälsa. Vi kan öppna dörren till en förändrad vardag, med många nya sociala kontakter. Man arbetar efter egen förmåga i en bra arbetsmiljö. Fontänhuset är en ideell förening, religiöst och politiskt obunden, som drivs som klubbhus.

Ditt stöd betyder mycket för vår verksamhet, då vi är en grupp som har svårt att hävda oss på bl.a. arbetsmarknaden. Som stödmedlem bidrar du till att utöka möjligheten för våra medlemmar till flera sociala aktiviteter i form av bl.a. bowling, utflykter och julbord.

Ditt bidrag gör stor skillnad!

Privatperson: 200kr/år

Företag: 500kr/år

Önskar du att betala ett högre belopp är det givetvis välkommet.

Bankgiro: 517-6177

Swish: 123 512 55 05

Adress: Källgatan 8, 591 35 Motala

Telefon: 079-341 56 10

E-post: info@motalafontanhus.se

Org.nr: 802475-6283

Hemsida: www.motalafontanhus.se



Vill du ha kontakt med ett Fontänhus?

Fontänhuset Båstad

V. Aromavägen 48

269 37 Båstad

Tel: 0431-724 80

E-mail: bastad@sverigesfontanhus.se

Hemsida: www.bastadfontanen.se

Falkenbergs Fontänhus

Storgatan 71

311 74 Falkenberg

Tel: 0346-71 10 71

E-mail:

kontakt@falkenbergsfontanhus.se

Hemsida: www.falkenbergsfontanhus.se

Göteborgsfontänen

Andra Långgatan 25

413 28 Göteborg

Tel: 031-12 30 01

E-mail: mail@goteborgsfontanen.se

Hemsida: www.goteborgsfontanen.se

Fontänhuset Helsingborg

Norra Strandgatan 8

252 20 Helsingborg

Tel: 042-24 50 60

E-mail:

bryggan.helsingborg@telia.com

Hemsida: www.brygganhelsingborg.se/helsingborg

Lunds Fontänhus

Kävlingevägen 15

222 40 Lund

Tel: 046-12 01 95

E-post: info@lundsfontanhus.se

Hemsida: www.lundsfontanhus.se

Fontänhuset Malmö

Engelbrektsgratan 14

211 33 Malmö

Tel: 040-12 00 13

E-mail: info@fontanhuset.se

Hemsida: www.malmofontanhus.se

Motala Fontänhus

Vintergatan 15

591 32 Motala

Tel: 079-341 56 10

E-post: info@motalafontanhus.se

Hemsida: www.motalafontanhus.se

Fontänhuset Nyköping

Lilla Strömgatan 3

611 34 Nyköping

Tel: 0155-26 81 40

E-mail: fontanhuset@nykoping.nu

Hemsida: www.fontan.se

Fontänhuset Falun

Tullkammaregatan 2

791 31 Falun

073-096 44 84

E-post: fontanhuset.falun@gmail.com

Stockholm Fountain House

Götgatan 38

Box: 4051

102 61 Stockholm

Tel: 08-714 01 60

E-post: info@fountainhouse.se

Hemsida: www.fountainhouse.nu

Fontänhuset Sköndal

Knut Sjöbergs Väg 6

128 85 Sköndal

Tel: 072-9686624

E-mail: info@fhskondal.se

Hemsida: www.fhskondal.se

Fontänhuset Trappan Älmhult

Vallgatan 10, 343 34 Älmhult

Tel: 0476-480 10

E-mail:

fontanhuset.trappan@telia.com

Hemsida:

fontanhusettrappan.wordpress.com

Stiftelsen Fontänhuset Örebro

Målgatan 11, 702 16 Örebro

Tel: 019-32 05 20

E-mail: info@orebrofontanhus.se

Hemsida:

www.orebrofontanhus.se/orebro



SVERIGES FONTÄNHUS
RIKSFÖRBUND

Medlem i Clubhouse International

VÅRA SPONSORER

MOTALA
MAXI
ICA STORMARKNAD

KÖRPEN

MIXUM AB

TEXT
& **BILD**

Sterisol



WILLY:S

W&G SERVICE GROUP SVERIGE AB

MY KVINNOKLUBB



Fjärilen

ASKA FÖRSAMLING



Svennes
Fastighetservice

Sven-Arne Andersson

Skärstad 141
591 94. MOTALA
070-6788775
svenne.andersson@telia.com

GODIS JÄTTEN

Svenska kyrkan 
MOTALA FÖRSAMLING

STUDIO
I & D
Liverpool & Dacke

Vill du synas här?
Kontakta oss via epost!
info@motalafontanhus.se