

FonteneNytt

Høst 2020



FONTENEHUSET
STAVANGER

GRATIS TILBUD

Innhold

Side 2:	Innholdsfortegnelse
Side 3:	Sammen løfter vi hverandre
Side 4:	Leder
Side 5:	Inspirasjonsfrokost
Side 6:	Intervju av Jannike
Side 7:	Unge kokker
Side 8-9:	Spis for 100 Stavanger!
Side 10:	Kjøkkengjengen
Side 11:	Intervju om arbeidet på kontoret
Side 12:	Filmanmeldelse av ”Hvordan bli en god kone”
Side 13:	Filmanmeldelse av ”Peanutbutter Falcon”
Side 14:	Quiz
Side 15:	Turreportasje fra Egersund
Side 16:	Artikkel ”Sikt høyt”
Side 17:	The Heartbeats
Side 18-19:	4 på huset
Side 20:	Ung på huset
Side 21:	Drivhuset
Side 22:	Intervju av Natalia
Side 23:	Retningslinje for fontenehuset
Side 24:	Dikt av Lene og Lasse
Side 25:	Dagens smil
Side 26—27:	Sponsorer

Dette nummeret av Fontenenytt

Forsidebilde tatt av: Ådne Toppbilde tatt av: Ådne

De som har jobbet fram dette nummeret av FonteneNytt er: Anne, Lasse, Lene, Jannike, Anette, Nina, Helen, Riulf, Arlene, Ådne, Petter, Thea, Helge, Arvid, Olof, Johanne, Jessica, Inge, Natalia, Simon, Mariell



FONTENEHUSET STAVANGER



Ønsker du å komme deg ut i arbeidslivet eller studier, men har det vanskelig psykisk?

Uansett hvilke mål du har, kan Fontenehuset Stavanger tilby deg tilrettelagt arbeid, der du kan jobbe frivillig og få en meningsfull hverdag. Her vil du også møte andre mennesker i samme situasjon og bli en del av et trivelig, sosialt fellesskap.

Ta kontakt med oss og få en ny start!



Adresse: St. Svithuns gate 37
4800 Stavanger

Åpningstider
Ukedager: 08:30 - 16:00
(Onsdager: - 19:00)

Hjemmeside
www.fontenehuset.org

Tlf: 51 53 53 93 **Mob:** 915 16 744

Leder

Av: Nina

KOMMUNEDIREKTØREN VARS- LER KUTT I STAVANGER KOM- MUNE

I oktober legger kommunedirektøren fram handlings- og økonomiplanen for 2021-2024. I desember skal det vedtas politisk. Det har blitt varslet kutt og omstillingsbehov i alle kommunale tjenestoområder, og det henger i sammen med Corona epidemien.

Til nå kan mye tyde på at det er skolene som kan bli rammet mest, men det kan også berøre helse.

Vår utfordring er at vi er avhengige av den driftstøtten vi får både fra kommune og HD (Helsedirektoratet). HD ønsker også at kommuner som ikke gir noenlunde tilsvarende beløp som HD gjør, skal prioritere dette. Vi setter utrolig stor pris på all den støtten vi får fra alle som bidrar! Det gjør at huset holder åpent for våre medlemmer, og for de som måtte trenge det.

Det siste året har medlemstallet økt og i fjor gikk antall arbeidstimer opp. Aktiviteten øker, og det kan begrense seg

med plass når vi er mange på huset. Det kan begrense medlemsveksten, og mulig det bør undersøkes om det kan være muligheter for å bytte hus / sted i Stavanger, slik at vi kan vokse oss enda større og nå ut til enda flere.

Fontenehus i Norge nærmer seg 20 hus i landet som vi er stolte av og være en del av. I disse dager jobbes det med en kjennskapskampanje som skal nå ut til land og strand. Fontenehusene er anerkjent, men ikke nok kjent. Synlighet, kunnskap og informasjon er viktig og er alfa omega for at flere skal kjenne til tilbudet for å benytte seg av det.

Vi er ved godt mot, og med erfaringer til nå er vi godt rustet til evt. nye utfordringer vi må ta i denne perioden vi alle står i.

Fontenehuset Stavanger er 25 år i år, og det første som startet opp i landet 1995. Vi legger alle kluter til for en større markering i 2021. Dette ser vi fram til!

**«Alle mennesker
du møter kjemper
en kamp du ikke
vet noe om.**

**Vær snille, stå
sammen og støtt
hverandre.**

Alltid»



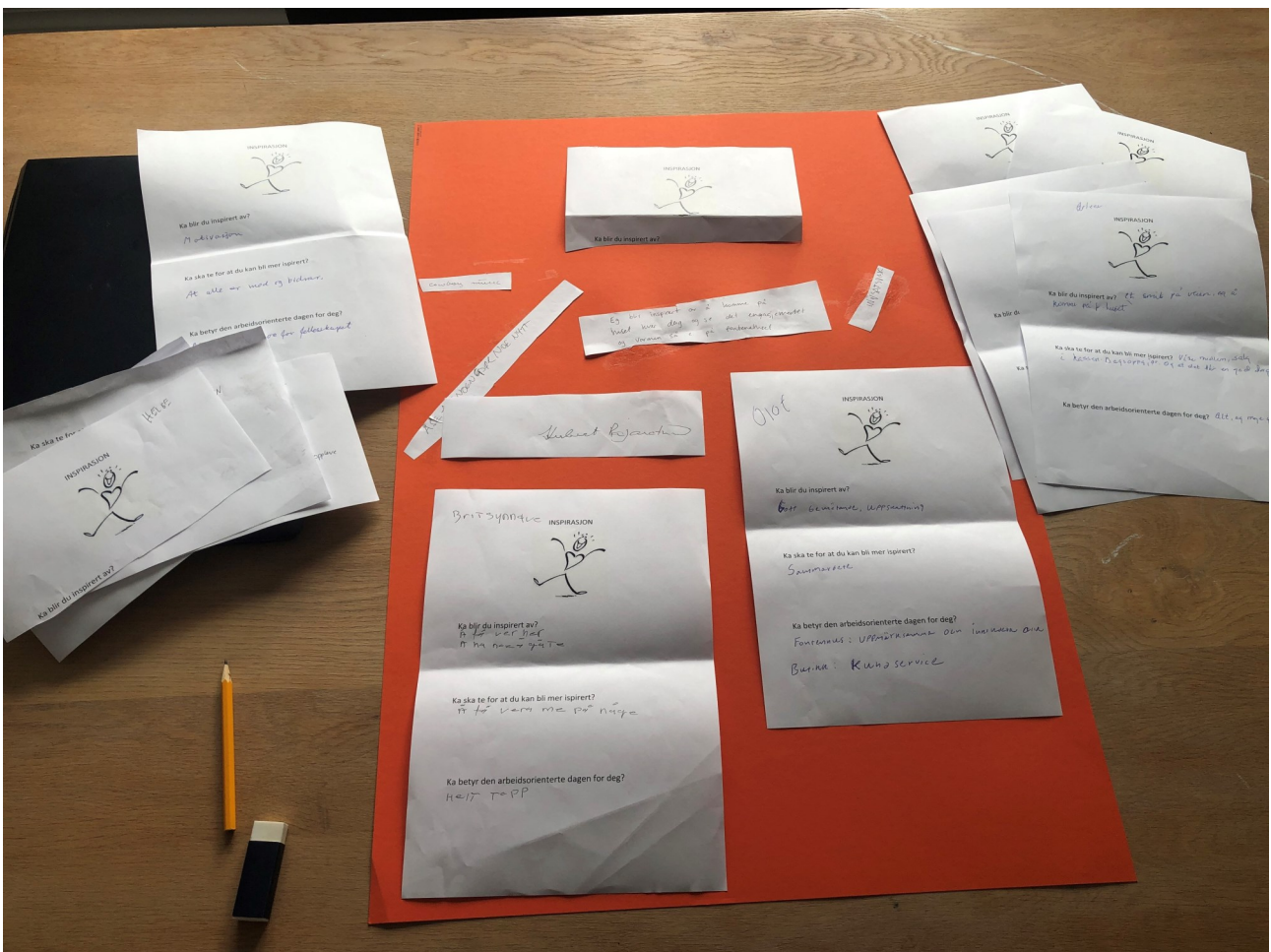
INSPIRASJONSFROKOST!

Tekst: Nina

Bilde: Ådne

Fredag 11. september startet vi dagen med inspirasjonsfrokost. Det lot seg inspirere og innen kl. 9 var det 20 medlemmer tilstede! Daglig leder pratet om inspirasjon og hva som kan inspirere, og det ble søt og god frokost til alle som kom.

Fra nå av skal vi gjøre «blå mandag» til en glad mandag, og la oss inspirere til frokost «The breakfast Club», hver første mandag i måneden fra oktober av.



Intervju med Jannice

Tekst: Thea

Bilde: Inge

Jannice Kan du fortelle litt om deg selv?

Jeg er ei 17 år gammel jente som bor på Hundvåg. Dags dato går jeg Vg2 helsearbeiderfag på Jåttå Videregående skole og trives der. Ellers jobber jeg på sykehjem og skal ut i lære til høsten.

Som person er jeg ei positiv, litt klumsete og utadvendt jente med godt humør. Jeg syns det er veldig gøy å være med venner og møte nye mennesker! Ellers er jeg en livsnyter som elsker å reise og oppleve nye ting.

Hva liker du å gjøre på fritiden din? / Hva er din favorittfarge?

Fritiden bruker jeg som regel på treningssenteret eller sammen med vennene mine. Av og til kobler jeg litt av på turer i nærområdet sammen med hunden min:) For å være helt ærlig er jeg egentlig litt usikker på hva favorittfargen min er. Men jeg er veldig glad i grønnfargen på planter, blåfargen på himmelen og lyse rosa.

Hvor lærte du om fontenehuset, og kan du si litt om hva du gjør her?

Første gang jeg jeg fikk høre

om fontenehuset var da jeg skulle velge min siste praksisplass på virdergående, og Fontenehuset Stavanger var ett av alternativene jeg kunne velge. Heldigvis fikk jeg være i praksis her, og læringsutbytte var stort. Hver uke dag var det oppgavefordeling hvor alle medlemmer og medarbeidere fikk muligheten til å bidra på en betydningsfull måte. Oppgavene som ble fordelt kunne være alt fra kjøkkentjenester som å handle og lage mat til rengjøring, hagestell, overgangsarbeid og mye mer. Oppgavene og samholdet var med på å gi mye liv i dagen, om det går an å si det!;))

Hvor lang praksisperiode har du på fontenehuset? Jeg var på Fontenehuset hver onsdag, torsdag og fredag i åtte uker. (tror hvertfall det var det?;))

Kjapt spørsmål på slutten: Kan du si din favoritt ting med fontenehuset?

Min favoritt ting med fontenehuset er gleden man får av å være en del av det fine felleskapet. Dette er en plass hvor man kan

komme som den man er, og bli respektert for det. Allerede på min første dag følte jeg meg som en del av fellesskapet, jeg kunne ikke fått en bedre velkomst eller hatt en bedre praksisperiode! Hver dag gledet jeg meg til å være på Fontenehuset.

- Jannice



Unge kokker!

Tekst: Thea

Bilder: Nina

I starten av September var vi så heldige å få besøk av kokken Rune Sandø fra Unge kokker! Som en del av folkehelseøftet for barn og unge på fritid i Rogaland bidrar Unge Kokker i 2020 med 700 gratis kursplasser. Her gis det opplæring i hva som er smart og sunn mat, hvorfor, hvordan man lager den og hvordan man kan lære det bort til andre man kjenner. Kurset holdes av våre profesjonelle kokker og det gis både teoretisk innføring og praktisk opplæring i sunn mat fra bunnen av. Her blir det anledning til å utfolde seg kreativt på kjøkkenet med mange retter å lage og smake. Kurset har også fokus på å redusere matsvinn. Vi stor koste oss med besøk fra unge kokker og lagde deilig mat! Selv om det er rettet mot barn og unge var de så greie at alle som ville fikk være med her på Fontenehuset. Stor takk til Rune og ungekokker!



Spis for 100 Stavanger!

AND PÅ CHINA TOWN

Tekst: Simon

Bilder: Simon

Det var en lystig som trappet opp i 2 etasje på China Town ved Skagenkaien under 100 kronersuken i Stavanger. Simon, Inge, Hubert, Trond, Brit Synnøve og Paul var spente på hva som ventet da vi kom inn til meget høflige ansatte og ekstremt vennlige fisker som svømte i et stort basseng midt i lokalet. Alle ville ha ukens rett som var and i en varm og komfortabel currysaus servert med ris, og det var en stor suksess da vi fikk servert en kjempesvær porsjon med nystekt fugl og dampende r iskorn akkompagnert med nydelig bakgrunnsmusikk og lun prat med kelneren. Mette ble vi, noen måtte faktisk spør om de kunne få pakket inn maten slik at de kunne ta det med seg hjem. Vi var alle enige at maten og var verdt en sekser på terning helst syver.

Simon.



POTET PÅ NB SØRENSEN

Tekst: Thea

Bilder: Thea og Mariell

Trivelig atmosfære på besøk hos NB Sørensen under spis for 100! Ble her møtt av veldig trivelige ansatte. Alle kjørte på med ukens rett: Bakt potet med chorizo, vårløk, brent paprika, grillet smør og chili mayo. Til å være bakt potet var den overraskende god og så veldig delikat ut. Alt i alt en god matrett og et terningkast 5.



Spis for 100 kr på Hekkan burger

Skrevet av Mariell

Vi var 5 stykker som spiste på Hekkan burger. For 100 kr fikk vi en burger inkl brus. Man kunne velge mellom kjøttburger og vegetarburger.

Kjøttburger: 130g kjøtt, Burgerost, Secret sauce, Fritert løk, Pickles, Salat.

Vegetarburger: Laget av fersk rødbete og kikerter, med småsterk chipotle, salat, fritert løk og Hekkans syltet jalapeño.

Det var fullt og det tok litt tid før vi fikk maten, men det var som forventet. Det var god stemning og et hyggelig selskap. Vi var alle fornøyd med maten, men ikke alle ble sånn veldig mette.

Terningkast 6 på kjøttburger

Terningkast 4 på vegetarburger

Kjøkkengjengen

Tekst: Arlene

Bilder: Thea

På morgenmøte med arbeidsoppgaver, så er det mange valg for medlemmer. I den arbeidsorienterte dagen. Lage lunsj er en fast oppgave og så har vi Viktor som er fantastisk og medlemmer med de som melder seg. Det må handles inn matvarer hvis det ikke er noe vi kan bruke som er i kjøleskapet. Nå i denne koronatiden, er det kun 3 personer som skal være på kjøkken og vi jobber side om side. Maten som blir laget, blir lagt på middagstallerkener på kjøkken og hvor mange som har kjøpt lunsj. Vi har lunsjlister som skrives på daglig med både ukedag og dato. Det er som regel jeg Arlene, som har kasseansvar. Ta imot penger og levere veksler tilbake, vi har også lunsjklapper som bevis på at medlemmene har betalt. Vi stiller i kø ved døråpningen, og får da sin tallerken og tar imot lunsjklappene da. Jeg har som regel kasseoppgjøret etter arbeidsfordelingen etter lunsj.

Takk for meg, Arlene!



INTERVJU OM ARBEIDET PÅ KONTORET

Tekst: Arild

Bilde: Nina

Jeg, Arild er ny på huset og lurer på hva som skjer på kontoret her. Jeg velger å spørre Ådne og Anette om hva arbeidsdagen dreier seg om.

Arild: Hva er dine oppgaver her på kontoret, Anette?

Anette: Jeg begynte med å lære å lage Dagsnytt. Der finner man et bildetema for dagen som man kan se på en skjerm nede i første etasje når man kommer inn døren til huset. Det morsomste bildetema jeg har sett er breiflabb. Man får også litt informasjon om dagsprogrammet fra Dagsnytt. Jeg registrerer også medlemsoppmøtet i Klubb-skyen, et medlemsregistreringsprogram på Pc.

Arild: Hvor lenge har du jobbet her?

Anette: På kontoret har jeg jobbet et halvt år. Jeg trives godt.

Arild: Ådne, hva er dine arbeidsoppgaver på kontoret?

Ådne: Min hovedoppgave er å lære opp medlemmer i bruk av Klubb-skyen, jeg gjør også redaksjonsarbeid for Fontenenytt.

Arild: Hvor lenge har du jobbet på kontoret i Fontenehuset?

Ådne: Jeg har jobbet i litt over et år her på kontoret. Jeg trives med oppgavene, det er kjekt med rutiner i hverdagen.



Filmanmeldelse «Hvordan bli en god kone»

Tekst: Lasse

Bilde: Simon

Fransk film av regissør Martin Provost.

Handler om feministbevegelsen i Frankrike i 60-årene.

Vi var en gjeng på Fontenehuset som så den prisbelønnede filmen om patriarkatet i Frankrike.

Det var en morsom, men

også litt alvorlig undertone. Etter mitt syn var kvinnebevegelsen revolusjonerende både i Frankrike og ellers i Europa. Kort og godt - at kvinnene var lei av kun å være et «kjønnsobjekt» og en «kjøkkenslave». Kvinnene ville stå på egne ben, og ville være uavhengige av mannens «lønn». Men det essensielle var at de var underrepresentert i ledende stillinger og i parlamentet.

Feministene var en venstre-radikal bevegelse og en mot aristokratiet og det «gode borgerskap». Feministene hadde ett stort oppmøte på den internasjonale kvinnebe-

vegelsen 8.mars og 1. mai. En må heller ikke glemmer at etter mange års fortielse, sto lesbiske kvinner i front.

Terningkast: 6



Filmanmeldelse

«Peanutbutter Falcon»

Tekst: Anette

Bilde: Anette

En dag i juli gikk vi på kino for å se Peanutbutter Falcon. Det viste seg å være en film som både underholdt og varmet.

Historien handler om Zak, en ung mann med Downs syndrom, som har blitt plassert bort på et eldre hjem. Der vil han tydelig ikke være. Han bruker mye av tiden til å se på opptak av gamle brytekamper på VHS. Helten heter Salt Water Redneck, og Zak vil ta seg til byen der Salt Water driver en fribryterskole. Zak er veldig sterk, og vil prøve musklene i bryteringen. Han prøver gjentatte ganger å rømme, til hans kontaktperson Eleanors store bekymring.

En dag klarer Zak det, han rømmer. Han løper avgårde i bare underbuksa, og har ingenting med seg utenom hans inspirerende umiddelbare hjertelighet, og hans i min mening ganske så hardcore ønske om å finne Salt Water fribryterskole.

Han møter fort Tyler, som flykter fra en voldelig gjeng som er ute etter ham med et erstatningskrav etter at han satte fyr på tingene deres. Zak er ikke lenger i trygge omgivelser, men han og Tyler blir etterhvert gode venner, og Zak mister ikke motet av noe av det han treffer på. Reisen deres begynner, på elver og gjennom sump-landskap. Naturen er fin å se på.

Eleanor prøver å lete etter Zak for å ta han med tilbake til gamle hjemmet. Hun er ute etter å ha ham i beskyttede omgivelser der, siden hun bryr seg om Zak. Men Zaks nye venn Tyler mener Zak fortjener friheten sin, og bestemmer seg for å hjelpe Zak helt fram til fribryterskolen. Etterhvert finne Eleanor dem, og selv om hun tenkte å hente Zak hjem, kan hun vanskelig la være å la seg sakte overbevise om at denne friheten er en godhet for Zak, og for de andre to også. Det vokser frem et felleskap mellom disse tre mens de reiser, og samspillet mellom dem er sjarmerende. Dette felleskapet, all hjertevarmen, og Zaks ambisjon, gjør filmen veldig fin.

Til slutt finner de fram til fribryterskolen, og selv om Zak har vanskeligheter i ringen først, ser det til slutt ut til at han får vist styrken sin. Reisen til de tre hovedpersonene er etterpå over, men vennskapsbåndene kan fortsette.

Terningkast: 5



Quiz 1

1. Hvor mye er halvfems
2. Over hvems inngang hang et skilt hvor det sto "kjenn deg selv"
 3. Hvem er Carl Barks
 4. Hva er fallesyke
 5. Hva er apendix
 6. Hvem er Laika
 7. Hva er Little Boy
8. Hvem har skrevet De gales hus
9. Hvilket flyselskap har fly med rød "nese"
10. Hva gjorde laboranten da han kom til labyrinten
11. Hva er omdreiningshastigheten på en LP
12. Hvilken organisasjon har møtelokale i Løkkeveien 8
13. Hvilken fabrikant av sportstøy har navn etter en gud
 14. Hva er en pixel
 15. Hva er en diftong
16. Hvor er Arnold Schwarzenegger født
17. Hvem er kamerat Napoleon
18. Hvilken pizzakjede åpner igjen i Stavanger
 19. Hvem bodde i en labyrint
20. Hvem er Norma Jeane Mortenson

(Svar neste side)

Riulf Aa

Egersund

Tekst: Ådne

Bilder: Nina, Sveinung

Vi besøkte Egersund fredag 31. juli som siste utflukt for fontenehuset denne sommeren. Vi kjørte med bil og tog, og besøkte sjokoladefabrikken og vandret rundt i sentrum. Vi hadde middag på en uterestaurant i sentrum av Egersund. Du kan finne flere bilder på bloggen vi har på hjemmesiden.



- quiz 1 svar
- 1 90
 - 2 Orakelet i Delfi - Pythia
 - 3 Donald tegner
 - 4 Epilepsi
 - 5 Blindtarm og vedlegg
 - 6 Hund i space
 - 7 A bombe over Hiroshima
 - 8 Karin Fossum
 - 9 Norwegian
 - 10 Han labba rundt den
 - 11 33 1/3 opm
 - 12 Frimurerne
 - 13 Nike
 - 14 Minste bestanddel i bilde på pc
 - 15 to vokaler etter hverandre som uttales
 - 16 Østerrike
 - 17 hovedperson i Animal Farm
 - 18 Peppes pizza
 - 19 Minotaurus
 - 20 Marilyn Monroe

SIKT HØYT

Av Petter Nag

Flere av oss kjenner til psykologen Jordan B. Peterson. Han har påvirket mennesker over hele verden med sine utfordrende og originale tanker om tilværelsenes store spørsmål. I endringens og polariseringens tidsalder har hans oppriktige budskap om verdien av individets ansvar blitt et globalt fenomen. I visse miljøer har han status som profet og løftes fram som en av vår tids store tenkere. Kritikere mener, imidlertid, hans behandling av studier av kjønn, i hans bøker, er i noen grad preget av overforenklinger som ikke er fullt ut forsvarlige.

Jeg har sett nærmere på hans bok «12 regler for livet, en motgift mot kaos». Det er en omfattende bok, som ligger i skjæringsfeltet mellom religionsvitenskap, filosofi og psykologi. Dette er ingen helhetlig analyse av boken. I stedet for skal jeg trekke frem ulike sitater/innsikter fra boken, som kan være av interesse. Påpekninger til ettertanke.

«i hummerens verden tar vinneren alt, akkurat som i menneskesamfunn der de øverste 1 prosent har like mye penger som de nederste 50 prosent, og der de rikeste 85 prosent personene har like mye som de

3,5 milliardene på bunnen »

«Vi, det store vi, som har vært her siden tidenes morgen, har levd i et dominanshierarki i lang, lang tid. Vi kjempet om posisjoner før vi hadde hud, hender, lunger og knokler. Det er få ting som er så naturlig som kultur. Dominanshierarkier er eldre enn trærne.»

«Høyere posisjoner i dominanshierarkiet, og de høyere serotoninnivåene som er typisk for dem som befinner seg der, karakteriseres av mindre sykdom, elendighet og død, selv når faktorer som absolutt inntekt, eller mengden råtnende matrester, er konstant. Betydningen av dette kan knapt overdrives»

«Den fysiske påkjenningen med alltid å ta vare i beredskap vil slite deg ut på alle måter. Har du derimot høy status, vil kalkulatoren kjølige førkrypdyrmekanikk anta at din nisje er sikker, produktiv og trygg og at du er vel forsynt med sosial støtte. Den regner med at sjansen for at du vil komme til skade, er liten og at den trygt kan sees bort fra. Forandring kan by på muligheter, det behøver ikke bli en katastrofe. Serotonin flyter rikelig. Dette gjør deg selvsikker og rolig, høyreist og rakrygget, og du er mye mind-

re på vakt. Fordi din posisjon er sikker, vil fremtiden din sannsynligvis være god.»

«Gå rakrygget og se fremfor deg. Våg å være farlig. Oppmuntre serotonin til å strømme rikelig gjennom nervegangene som hungrer etter dens beroligende virkning» «Påta deg Verdens nådeløse byrde og finn glede i den.»

Noen vil kanskje hevde det går begge veier i kjærlighet, men etter følgende påstand å dømme er Peterson uenig.

«Kvinner hang til å si nei har mer enn noen annen kraft formet vår utvikling til de skapende, flittige, oppreiste, storhjernede (kompetitive, aggressive, dominerende) skapningene vi er. Det er Naturen som Kvinne som sier «du er bra nok som venn, men det jeg har sett av deg sa langt, tyder ikke på at genmaterialet ditt egner seg til videre forplantning.»»

Vi avslutter denne gjennomgangen med en oppfordring til oss alle.

«Sikt høyt. Sikt deg inn mot å forbedre Væren. Allier deg i sjelen med Sannhet og Det høyeste gode. Det er beboelig orden å etablere og skjønnhet å frembringe. Det er ondskap å overvinne, lidelse å lindre og deg selv å forbedre»

The Heartbeats

Tekst: Lasse

Bilde: Nina

Må kategoriseres i ett retro-perspektiv. For nå er det ingen nervøse. Før vi skal spille er jeg veldig nervøs. Men det gjør meg «skjerpet». Bandet består nå av: Lasse, Ingvild, og Lene. Ingvild er litt av en ressurs, for hun komponerer egne låter. Lasse har Buddy Holly på hjernen og synger mange av hans sanger. Jeg syns at «Raining in my heart» (Buddy Holly) er den

beste sangen vi fremfører. Og sist men ikke minst «Laks og sandaler» som er litt av en «gladsang» som Ingvild har laget.

Vi pleier å øve hver torsdag, men øvingen beror på hvor ofte Ingvild jobber på «Salongen». Vi spiller på «Fri Bar» første lørdag i måneden. Men i disse Corona-tidene varierer det.

Lørdag 26. september foreslår jeg at vi har 10 års jubileum.

Kammeratslig hilsen

Lasse



4 på huset

Intervjuer: Anette

Foto: Ådne

Hva ønsker du å gjøre på Fontenehuset utover høsten?

Arlene: Jeg ønsker å være i resepsjonen, og være kasseansvarlig. Jeg vil også skrive i Fontenenytt avisen.



Intervjuere: Jessica og Johanne

Foto: Ådne

Hva ønsker du å gjøre på Fontenehuset utover høsten?

Petter: Jeg ønsker å lage mat og bake

4 på huset



Intervjuere: Jessica og Johanne

Foto: Ådne

Hva ønsker du å gjøre på Fontenehuset utover høsten?

Brit Synnøve: Jeg liker å være på kjøkken og vaske opp, jeg liker også å vaske klær. Eller går det greit, det er fint å ha noe å gå til.

Intervjuere: Jessica og Johanne

Foto: Ådne

Hva ønsker du å gjøre på Fontenehuset utover høsten?

Olof: Jeg ønsker å lage veldig god mat. Jeg vil møte mine venner her og samarbeide godt med dem.



Ung på huset

Tekst: Helge

Bilde: Nina

Vi har startet opp igjen med ungdomsprosjektet vårt «Ung på huset»!

Målet er å gjøre Fontenehuset attraktivt for unge.

Vi kjører fast møte hver torsdag, fra kl 13:00 til 14:30.

Vi prøver å ha en månedlig sosial happening. Cafe etc.

Andre arbeidsoppgaver kan være utforming av hus-avis, arrangering av sosiale happening etc.

Vi samarbeider aktivt med andre Fontenehus i Norge, gjennom video møter, ca en gang i kvartalet. Vi ønsker også å få samarbeid med skolene i regionen.

Andre fontene hus i landet har blant annet fått til at et visst antall dager på huset, kan regnes som gyldig fravær. Vi ønsker å få til en lignende ordning her.

Mange opplever også Fontenehuset som en prestasjonsfremmende plass å være,

I forhold til studier, fordi man ikke er utsatt for de distraksjo-

nene man har hjemme.

Kan dette være noe for deg, eller kjenner du noen som kan tenke seg å bli med i gjengen?

Ta kontakt, Fontenehuset wants you!



Drivhuset

Tekst: Simon

Bilder: Ådne

Vi begynte i februar å plante diverse chilifrø både tatt ut av chilier og frø fra butikken, disse ble stående inne inntil det ble spirer og så ut i større potter i drivhuset. I fjor hadde vi stor suksess med en variant, i år har det vært en del prøving og feiling der vi har fått til noen hissige varianter og noen milde. Chiliene kom sent i år, det er fremdeles litt å gå

på før de er modne. Vi pleier å lage chilisaus ut av det vi høster., vi har nå funnet ut via noen som kan dette at vi kan plante allerede i Desember i år. Vi har hatt tre tomatplanter inne også som har gitt oss bra resultat, forhåpentligvis så kan vi ha disse plantene til neste år.



Intervju av Natalia

Intervjuer: Helge

Bilde: Ådne

Natalia kan du fortelle litt om deg selv? (Hvem er Natalia?)

Jeg er jente på 20 år som går vg 2 salg service og sikkerhet jeg kommer fra Polen og flytta her i 2008 til neste år tenkte jeg å få lære plass inn forbi kontor faget siden det er en jobb jeg trives godt med

Hva liker du å gjøre på fritiden din? / Hva er din favorittfarge?

I fritiden liker jeg å svømme, sykle og være med venner, favoritt farge mitt er turkis

Hvor hørte du om fontenehuset, og kan du si litt om hva du gjør her?

Jeg fikk høre om det fra læren min. det jeg gjør her er at jeg har praksis her der jeg får prøve meg inn forbi kontor faget

Hvor lang praksisperiode har du på fontenehuset?

Jeg har praksisperiode her fram til juleferie og jeg skal være her på torsdager men jeg tenke at jeg vill forsete her etter nyttår når jeg skal ha nye praksis periode siden jeg trives kjempegodt her

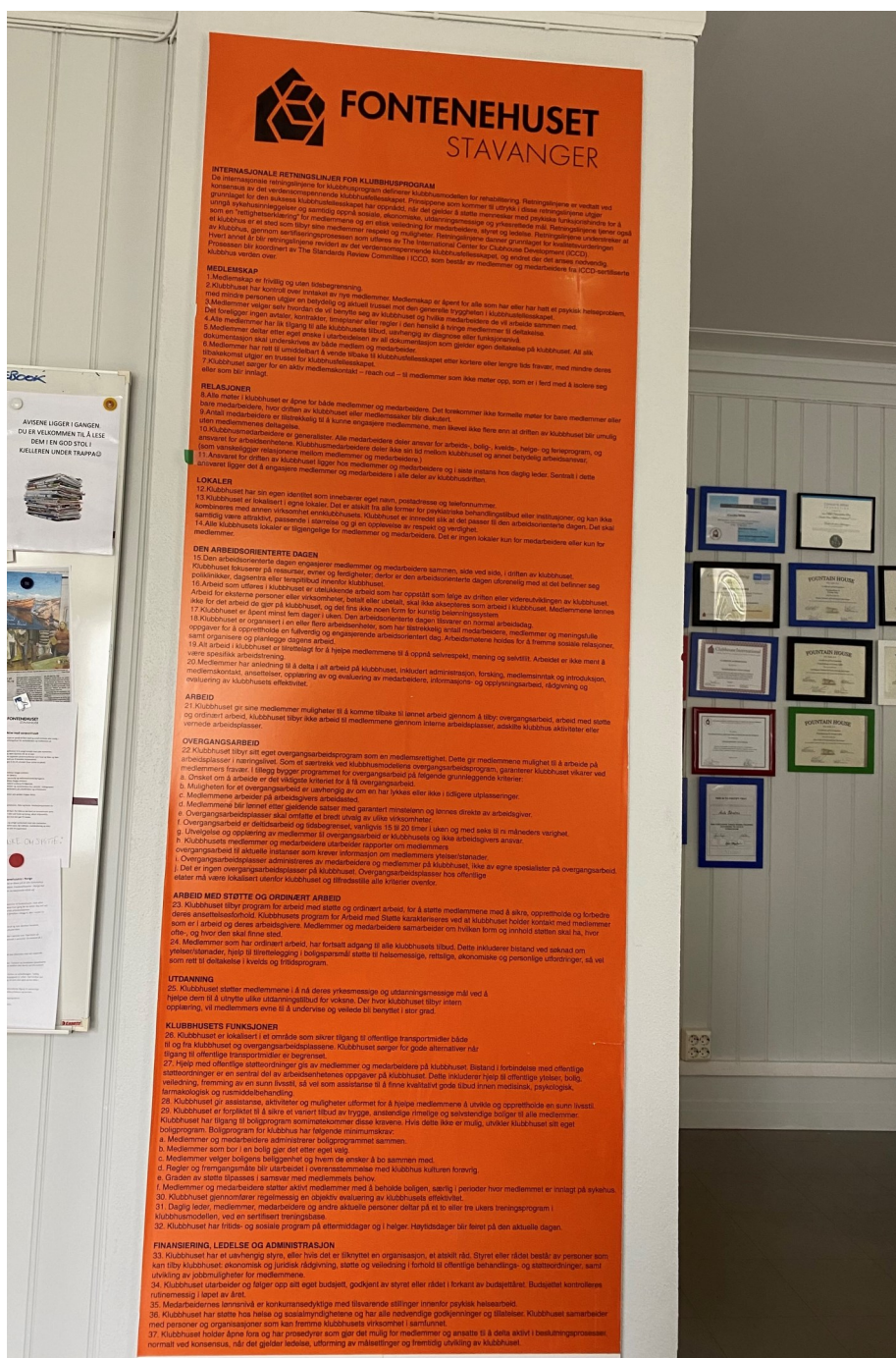


Retningslinjene for Fontenehuset

Tekst: Ådne

Bilde: Thea

17. Klubbhuset er åpent minst fem dager i uken. Den arbeidsorienterte dagen tilsvarer en normal arbeidsdag.



HØST

Snart kommer
høsten med de
dyprøde oransje
bladene sine.
Og da forandrer
Alt seg. Og når
alt forandrer seg
blir verden blå
og så gnistrer det
i luften

Lene

KLOKKA

Tikk, takk, tikk , takk
Sekundviseren
Går rundt, og rundt.
Spiller det noen rolle
Hva tid klokka er
Enten fem over elleve
Eller kvart på tre
Spiller det noen rolle
Hva ting som kan skje.
Klokka er nå atten
Femti, hva så la
Sekundviseren være i fred.

Lasse

Tekst og bilde: Arlene og Nina

DAGENS SMIL



Hva fikk du til bursdagen din Jan?

Jo, tre fotballer, 30 tennisballer og 50 golfballer.

Det var litt uvanlig.

Ja pappa er glassmester.

Eva på 22 år på fødeavdelingen, spurte nervøst jordmoren:

Hvordan skal jeg ligge?

På samme måte som da barnet ble til.

Huff og huff, må jeg inn i den lille Fiaten igjen?

«Bestemor; sover englene?»

Neida søte deg. Englene sover aldri.

Men hva skal vi da med en himmelseng?

Hørt om rekene som var på loffen?



VI TAKKER

Støttespillere & Samarbeidspartnere



STAVANGER KOMMUNE



Ønsker du ditt firma her

Ring

51 53 53 93



FONTENEHUS
NORGE



Sølvberget
Stavanger kulturhus



KRIMINALOMSORGEN



VERDENS DAGEN
FOR PSYKISK HELSE



Microsoft



HELSE STAVANGER
Stavanger universitetssjukehus



Norske Kvinners
Sanitetsforening



BRØDRENE PEDERSEN



**EUROPEAN
WELL PRODUCTIVITY
FORUM**

STAVANGER | 2020

Vi trenger deg som støttespiller

Fontenehuset Stavanger har 205 medlemmer og 5 ansatte, og er en stiftelse som drives av mennesker med psykiske helseutfordringer. Vi er avhengige av støtte både fra offentlige etater, bedrifter og privatpersoner. For å gi et best mulig tilbud til våre medlemmer, utvide aktivitetene og kurstilbudet på huset trengs økonomiske midler. Det er da vi trenger din støtte.

Ta en tur innom eller ring oss og avtal en omvisning, lær mer om Fon-

tenehusmodellen og hva vi driver med på tlf. 51 53 53 93. Bli støttemedlem i dag, og vær med på å gjøre en forskjell i hverdagen for oss på Fontenehuset Stavanger.

Individuelt medlemskap er på 250 kr, bedrifts-/foreningsmedlemskap 1 500 kr, eller gi et valgfritt beløp. Merk innbetalingen din med navn og adresse. Husk at beløp over 500 kr og inntil 12 000 er fradragsberettiget, om du oppgir organisjons-/personnummer.

Tilskudd/gave?

Vi er alltid glade og takknemlige for tilskudd fra våre givere, og minner om at vi også trenger økonomisk støtte til driftsutgifter som husleie, telefon, strøm og personalutgifter.

Sponsorer får tilsendt husavisen.



FONTENEHUSET STAVANGER

Adresse: St. Svithuns gate 37

4008 Stavanger

TLF: 51535393

Org. Nr. 971 338 709

www.fontenehuset.org

kontor@fontenehuset.org

Kontonr: 3207.26.07715