

FONTENEN

Utgave 2 2022



RESSURSSEMINARET 2022



FONTENEHUSET HØNEFOSS

I 2021 jobbet våre medlemmer



Innhold

- 03 Historisk dag
- 04 En prat med Bodil
- 05 Student Lene
- 06 Hjelp til selvhjelp
- 08 Fra fengsel til fontenehus
- 09 Ressursseminar 2022
- 10 Sommerturer



FONTENEHUSET
HØNEFOSS

HISTORISK DAG



Torsdag 5.mai 2022 ble en historisk dag for fontenehuset vårt. Da skrev vi under leieavtale for våre nye lokaler i Brutorget, midt i Hønefoss sentrum.

Prosjekteringen er godt i gang med mål om å flytte inn i nye lokaler ved årsskiftet. Det blir spesielt å flytte fra det gule huset i St Olavsgate 5 hvor vi har holdt til siden 2005 og huset i St.Olavs gate 3. Men å drifte to hus er kostbart og har opplevdes mer og mer begrensende for vår videre utvikling som et moderne, effektivt og nytenkende fontenehus med økende antall aktive medlemmer.

Medlemmer, medarbeidere og styret har aktivt deltatt i å velge rett lokalisasjon og ikke minst utformingen av lokalene. Det jobbes daglig med oppgaver knyttet til prosjektering og forberedelser som til slutt skal gi oss et fontenehus som skal være en arbeidsplass og et sosialt fellesskap hvor enda flere kan få benytte sine ressurser og utvikle seg. Fontenehuset Hønefoss skal være et fontenehus i utvikling, rigget for fremtiden og de behov gamle og nye medlemmer har. Vi skal være godt synlig i byen vår, vise åpenhet, integrere oss enda mer i lokalsamfunnet rundt oss og på den måten bidra til å rive ned stigmaet rundt psykisk helse.



EN PRAT MED BODIL

Etter endt ergoterapi-utdanning i Tromsø jobbet Bodil noen år som ergoterapeut i kommunene i distriktet. De siste 13 årene har hun jobbet hos oss på fontenehuset.

Bodil forteller at en viktig motivasjon for å jobbe på fontenehuset er å få medlemmene til å finne sine egne ressurser. Det gir henne mye å «være der» for medlemmene slik at de klarer å definere og nå sine egne mål. – Det er flott å se at vårt felleskap kan være det som trengs for at enkeltindividet når sine mål, sier Bodil.

Bodil svarer kontant ja når vi spør henne om fontenehuset har forandret seg på de årene hun har jobbet her. – Vi har blitt mer dynamiske og har større kontaktflater i nærmiljøet. Vi har også blitt flinkere til å se mulighetene standardene våre gir istedenfor å se etter begrensinger.

Hun nevner at den digitale hverdagen har tvunget fram endringer i blant annet hvordan vi kommuniserer med medlemmer, andre fontenehus og nærmiljøet på. Vi har blitt enda mer synlige lokalt og et av resultatene er at vi har opplevd en god medlemsvekst..

Medlemmene har mulighet til å oppleve felleskap og gode rutiner gjennom deltakelse i den arbeidsrettede dagen . Når medlemmer og medarbeidere jobber «side om side», utvikles alles evne til å komme med egne ideer og eierskapet til felles prosjekter, som igjen skaper et felleskap det er godt å være en del av, forteller Bodil.



Akkurat nå jobber Bodil med en master i ergoterapi. I dette arbeidet fokuserer hun blant annet på hvordan folk kommer seg «videre i livet». Hun nevner blant annet vår «unge voksne» gruppe sine mål om å komme ut i studier eller arbeid. Hun ønsker også at oppgaven skal gi noe tilbake til de som har deltatt som intervjuobjekter i oppgaven.

Vi spør hvilke utfordringer vårt fontenehus har. Til det svarer Bodil at det som står «fremst i panna» nå er flytting til nytt hus. Det vil utfordre oss på at vi blir en enhet og at medlemmer og medarbeidere kan jobbe på tvers av vante skillelinjer.

– Vi kommer til å få et større felleskap og da blir vi utfordret på å fokusere enda mer på dynamikken på huset og vi må styrke det allerede gode fokuset vi har på den arbeidsrettede dagen, sier hun. En annen generell utfordring Bodil ser er overgangsarbeidsplasser. Her er vi gode på å finne plasser og følge opp deltagerne, men hun mener at vi ikke skal slå oss til ro med det, men strebe etter å bli enda bedre. Bodil vil at enda flere av medlemmene skal komme ut i arbeid gjennom å bruke fontenehuset vårt.

- Et virkemiddel er å fortsette fokuset på å skape et godt møtested der den arbeidsrettede dagen med de gode og meningsfulle arbeidsoppgavene står i sentrum.

Til sist spør vi hvilke visjoner Bodil har for det nye huset vårt. – Når alle ressurser blir samlet på et sted gleder jeg meg til at vi får en unik mulighet til å se alle, samhandle, føle fellesskapet og være en del av hverandres hverdag på en enda mer inkluderende måte, avslutter Bodil.

STUDENT LENE

Lene var utplassert som ergoterapistudent hos oss i vinter og kommer tilbake som sommervikar. Her kan du bli litt bedre kjent med henne.



Jeg bor i Solbergelva med mann, barn og hund. Når pandemien kom, bestemte jeg meg for å begynne å studere igjen. Dette hadde jeg hatt lyst til lenge, og det var bare å gripe muligheten når jeg ble permittert. Nå er jeg andreårsstudent på ergoterapi på OsloMet og er veldig fornøyd med valget jeg tok. Grunnen til at jeg valgte ergoterapi er at jeg falt for ergoterapiens syn på hvordan meningsfull aktivitet og deltakelse kan fremme menneskers helse og livskvalitet.

Jeg kjente ikke så mye til fontenehus når jeg fikk praksis her, men er veldig glad for at jeg havnet her og fikk muligheten til å bli kjent med Fontenehuset Hønefoss og alle de flotte medlemmene og medarbeiderne. Som ergoterapistudent er dette et virkelig bra sted å være, da fokuset er på ressursene til den enkelte og mestring.

Disse 12 ukene har gått utrolig fort og det er kanskje ikke så rart da jeg har hatt det veldig fint her. Jeg følte meg velkommen fra første stund. Det er en helt egen varme her som gjør at man føler seg velkommen og inkludert. Det har vært veldig hyggelig å bli kjent med alle. Jeg har hatt mange fine samtaler, morsomme timer i resepsjonen, turer til post og i lunsjen og andre aktiviteter sammen med flotte mennesker.

"Dette er et sted flere bør få vite om!"

78%

Deltakelse på Fontenehuset har påvirket min helse på en positiv måte



84%

Jeg har fått større tro på meg selv og mine ressurser.





HJELP TIL SELVHJELP

Fontenehuset Hønefoss har utviklet et mentorprogram hvor medlemmer og medarbeidere jobber sammen om økonomiske problemstillinger.

I desember 2021 hadde et par medlemmer og medarbeidere en idemyldring rundt temaet: psykisk uhelse kan gi økonomiske utfordringer og økonomiske problemer kan gi psykisk uhelse. Ut av dette, ble det sendt inn en søknad til DAM stiftelsen om å få finansiert et prosjekt som fikk navnet «Hjelp til selvhjelp». Det ble gjort et veldig bra arbeid med søknaden. DAM stiftelsen ga «tommel opp» og innvilget 600.000,- til prosjektet.

Første delmål var å avholde kurs for medlemmer og medarbeidere slik at de ble mentorer for andre medlemmer som har en vanskelig økonomisk situasjon og gjøre de i stand til å ta kontroll over egen økonomi. Kurset besto av forelesninger fra aktuelle etater og private selskaper om emner innenfor fagfeltet. Her fikk mentorene en veldig god gjennomgang av hvordan pengekrav behandles, hvilke muligheter den som skylder penger har til å bedre situasjonen, hvordan etatene og selskapene skal kontaktes, hvilke krav som stilles i forhandlinger med kreditorer og hvilke psykiske problemstillinger en økonomi ute av kontroll kan gi.

De etatene og selskapene som deltok var DPS Ringerike sykehus, NAV Ringerike, Skatteetaten, Statens Innkrevingsentral, NAV innkreving, Sparebank 1 Ringerike Hadeland, Argus inkasso og advokat Annie Braseth. Etter endt kurs har vi nå syv mentorer, fire medlemmer og tre medarbeidere. Siden behovet for mentorer ikke er dekket fullt ut, blir kurset gjentatt til høsten. Da vil Namsfogden også delta.

Det mentorene fikk høre fra samtlige forelesere var viktigheten å ta kontakt med de som er kreditorer når økonomien begynner å bli et problem. De lærte at det går an å forhandle med de fleste om nedbetalingsplaner. Det betyr ikke at gjeld eller utfordringer forsvinner, fikk de vite, men at økonomien blir mer håndterbar for den enkelte. Alle poengterte også at det viktigste i en vanskelig livssituasjon handler om å få orden på boforholdet til personen. Foruten det rent faglige har mentorene blitt satt i stand til å være gode samtalepartnere for de som søker bistand.

GODT I GANG MED ARBEIDET

Mentorarbeidet er godt i gang og flere medlemmer benytter seg av dette. Denne bistanden skal altså sette personen i stand til å ta kontroll over økonomien selv. Forskning har vist at psykisk uhelse blir mer kontrollerbar når økonomien begynner å komme under kontroll. For selv om gjelden kan være veldig stor, er det å ha oversikt over krav og være i dialog med kreditorer styrkende for selvbildet.

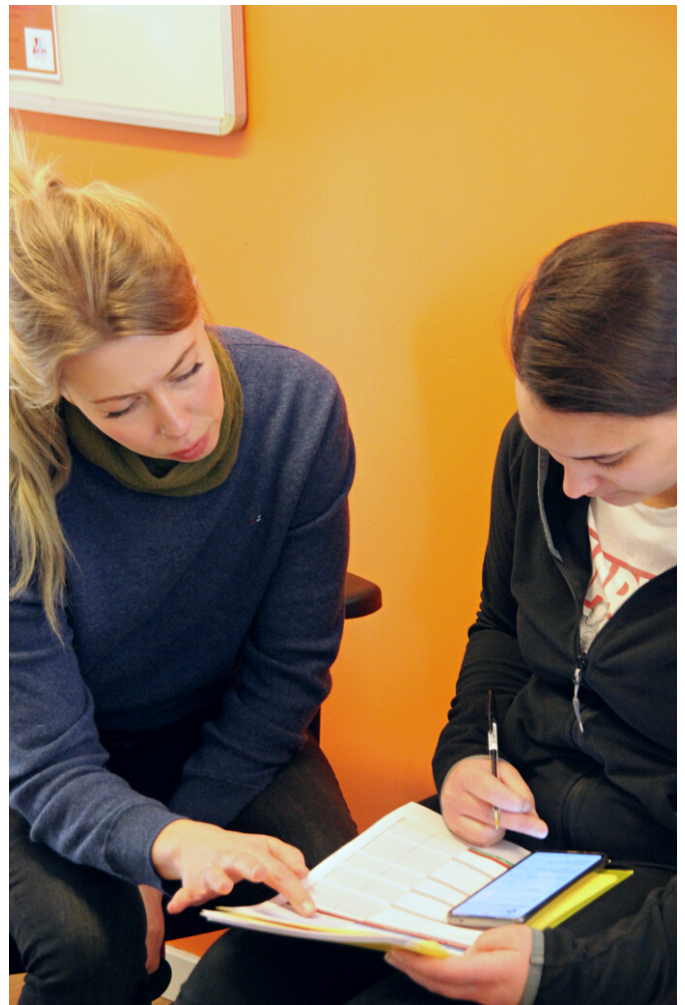
Mentorene deler erfaringer og drøfter problemstillinger en gang i uken. Det gjør at mentorene kan gi stadig bedre veiledning til de som søker bistand. Fokus er hele tiden å sette de aktuelle medlemmene i stand til å ta kontroll over egen økonomi. De skal, via hjelp til selvhjelp, bli i stand til å ta kontakt med kreditorer, forhandle frem avtaler og følge opp disse uten at mentoren gjør det for dem. Men de skal fortsatt kunne «lene seg på» mentorene når det trengs råd eller en å snakke med.

KURS SAMMEN MED NAV

Som en ekstra rådgivning i dette arbeidet, holdt NAV Ringerike et tre dagers kurs i privatøkonomi for medlemmene på fontenehuset. Kurset var veldig godt besøkt og mange fikk seg noen «AHA» opplevelser. Både NAV og vi på fontenehuset var så fornøyd med kurset at det blir avholdt igjen til høsten.

En følge av NAV—prosjektet er at medlemmene har startet med felles handleturer. En gang i uken drar en medarbeider og de medlemmene som vil på handletur for å gjøre «storhandel». Dette tiltaket er åpent for alle medlemmer. Tanken er å unngå hyppige butikkbesøk, noe vi vet vil bedre privatøkonomien.

Prosjektet «Hjelp til selvhjelp» har lært medlemmer og medarbeidere at det å ha kontroll over økonomien utvilsomt gir en bedre psykisk helse. Vi har opplevd at medlemmer som ikke har hatt kontroll over egen økonomi nå retter ryggen og tar tak i de problemstillingene de møter. Det kan være alt fra å tørre og åpne en vinduskonvolutt til å ringe Statens Innkrevingsssentral for å få til en avtale.



Alle vi på fontenehuset heier på de som tar tak og bruker hjelp til selvhjelp som en del av å ta kontroll over eget liv.

FRA FENGSEL TIL FONTENEHUS

Vi søkte etter en ny medarbeider og blant en stor bunke søknader var det en som skilte seg ut i mengden. Inntrykket ble ikke dårligere når hun kom til intervju.

Vår nye medarbeider heter Hege Vikan, er 33 år og bor på Sokna med samboer (snart ektemann) og to katter. Hun er utdannet fengselsbetjent og har permisjon i ett år fra jobben på Ringerike fengsel. Vi har stilt henne noen spørsmål for å bli litt bedre kjent.

Hva fikk deg til å søke fengselsskolen?

Jeg jobbet som vekter og la merke til at mange av de jeg hadde kontakt med i jobben «trengte en prat». Jeg ønsket å jobbe et sted der fokus er på det som kommer, ikke det som har vært. En utdanning som også lot meg ha fokus på «de som faller utenfor». Etter utdanningen har jeg oppdaget at dialog, lytte og motivere til å jobbe målrettet med planer om hva som skal skje etter soning kan være med på å gjøre fengselsoppholdet til noe konstruktivt.

Nå har du jobbet på fontenehuset noen måneder. Hvorfor søkte du jobben og har den svart til dine forventninger?

Jeg reagerte spontant på annonsen og sjekket hjemmesiden for å skaffe meg informasjon om huset og filosofien bak fontenehus-bevegelsen. Jeg ønsket å jobbe et sted der det var god kontakt med folk og ikke så begrenset som i fengselet.

Jeg har oppdaget at det er en styrke at medlemmer og medarbeidere jobber sammen. Det samme gjelder at alle avgjørelser tas i fellesskap. Jeg er også veldig fornøyd med at den utadvendte virksomheten har så høy prioritet, ikke minst når det gjelder fokus på arbeid og studier.

Du skal ha et spesielt fokus på arbeid og studier. Hva tenker du er suksessfaktorene for dette arbeidet ?

Vi må være åpne for innspill fra medlemmer, medarbeidere, arbeidsplasser og skoler/universiteter. Vi må høste erfaring fra de andre fontenehusene og bruke våre kreative evner for å skaffe plasser til våre medlemmer.

Jeg tenker at det er viktig å være kontaktsøkende og kontaktskapende, være en pådriver innenfor det feltet jeg skal ha fokus på. Det gjelder ikke minst å finne alternative måter å skaffe arbeidsplasser på.

Jeg ønsker å starte studiegrupper for medlemmene der vi kan finne studier som passer og er innenfor rekkevidde for den enkelte. Det blir også viktig å invitere karriereveiledere til huset og være synlig på utdanningsstedene i distriktet.



Du har jobbet en stund på fontenehuset, har det svart til forventningene?

Så absolutt, jeg har blitt tatt godt imot. Her blir du sett som et helt menneske enten du er medarbeider eller medlem. Jeg kjenner også på at alle blir hørt og har erfart at det stemmer når en sier at alle er med på å bestemme. Jeg er fortsatt ydmyk og spørrende og må jobbe litt med å få full oversikt over arbeidsoppgaver og hvordan jeg kan bidra for å få de løst. Jeg har også lært meg at av og til er det fint at ting tar litt tid så lenge vi får løst oppgaver i fellesskap.

Hva er din «melding» til de som leser intervjuet?

Jeg håper å bidra positivt i den prosessen vi er i nå med å skape et nytt hus. Tanken min er at vi må fortsette å drive der vi er nå og finne gleden ved å skape det nye huset. Vi må ta med oss det positive som «henger i veggene» her, men vi må være klare til å ta noen realitetsorienteringer.

Så er jeg veldig takknemlig for å ha fått denne jobben. Jeg føler at det er en jobb jeg kan lære mye i hele tiden og som er veldig spennende. Her er det lov til «å tenke stort», ha drømmer og i tillegg behandle alle som voksne og tenkende mennesker

RESSURSSEMINAR 2022

Hvert år arrangerer vårt fontenehus ressursseminar. Da samles medlemmer, medarbeidere og styret i stiftelsen til en felles arbeidsøkt på kveldstid. Etter en matbit er vi klare for å diskutere og finne gode løsninger på ulike temaer som er sentrale for fontenehuset.

I år var temaet "Nytt hus – nye muligheter!" Hva kan vi få til som vi ikke gjør i dag? Og hva må vi gjøre for å få det til? Det å flytte inn i et nytt hus kan for mange av oss føles utrygt. Hva er det viktigste vi passer på/gjør for at ALLE skal føle seg trygge på vei inn i nytt hus?

Det ble en aktiv kveld med stort engasjement og mange gode innspill til arbeidet med nytt hus.



NYE STYREMEDLEMMER

Stiftelsen Fontenehuset Hønefoss fikk i februar tre nye styremedlemmer. Helge Andreas Gjevestad kom inn som medlemsrepresentant. Helge har vært medlem siden 2020. Han er svært aktiv og en stor ressurs for fontenehuset. I tillegg ble Terje Rolfson og Agnethe Børresen valgt inn. Terje er tilsatt som universitetslektor ved USN, Institutt for økonomi, markedsføring og jus, og er utdannet innen Informasjonsteknologi, bedriftsøkonomi, regnskap, skatterett og organisasjonsfag. Agnethe er ansatt i ECIT Veiby Akonto AS og har en bred og allsidig erfaring fra næringslivet. Hun er utdannet innen Jus, økonomi/regnskap personaladministrasjon, kompetanseutvikling og ledelse.



Haakon Trønrod
Styreleder



Sten Erik Magnus
Nestleder



Kari Stokke
Styremedlem



Berit Brørby
Styremedlem



Kirstin Stokkedal
Styremedlem/medlemsrepresentant



Agnethe Børresen
Styremedlem



Helge A. Gjevestad
Styremedlem/medlemsrepresentant



Karin Källsmyr
Styremedlem



Terje Rolfson
Styremedlem

SOMMERTURER 2022



AKKREDITERING

En viktig del av Clubhouse International sitt oppdrag er å kvalitetssikre driften over hele verden ved hjelp av akkreditering

Akkreditering er en prosess hvor vi sikrer at fontenehusene (Clubhouse på engelsk) driftes etter 37 standarder, definert som International Standards for Clubhouse Programs.

Før Clubhouse International ble etablert brukte mange tilbud «Fontenehus» som betegnelse på driften, men hvordan de fungerte varierte mye. Noen hus jobbet etter Fontenehusmodellen, mens andre fungerte som drop-in sentre uten å gi arbeidsrettet rehabilitering. Det siste er nødvendig for å fungere som et fullverdig fontenehus. For å samkjøre driften i alle fontenehus, ble akkreditering av husene løsningen.

Akkreditering er en omfattende prosess som involverer hele fontenehuset. Fontenehuset som skal akkrediteres må gjennomføre en selv-evaluering hvor de vurderer hvordan de oppfyller de 37 standardene. De skriver en rapport som også oversettes til engelsk før den sendes til Clubhouse International.

Proessen administreres av Clubhouse International som sender ut et akkrediteringsteam til det fontenehuset som skal akkrediteres. Teamet består av halvparten medarbeidere og medlemmer. Gjennom et 3-4 dagers besøk vurderer teamet om fontenehuset oppfyller standardene og kan godkjennes.

Akkrediteringen er en prosess som har gjort Fontenehusmodellen vellykket i over 70 år. For å være medlem av Clubhouse International er det et krav å være akkreditert som over 80% av husene i verden er. Det er stadig nye hus over hele verden som blir akkreditert.

VERDENSKONFERANSE

I september reiser to medlemmer og en medarbeider til Clubhouse International's World Seminar 2022 i Baltimore USA



Molly, Knut og Olav gleder seg til å representere Fontenehuset Hønefoss under verdenskonferansen i USA. Knut har vært på mange konferanser, men for Olav og Molly er det første gang på konferanse utenfor Norge. Her møtes fontenehus fra hele verden til fem spennende dager fylt med seminarer, workshops og sosiale tilstelninger. Deltakelsen finansieres gjennom støtten fra Grasrotandelen.

Velkommen til oss!

Gratis tilbud!

Trenger ingen diagnose, henvisning eller søknad.
Send oss en e-post, ring eller møt opp på døra så gir vi deg en omvisning for å se om vårt tilbud er noe for deg.

Åpningstider: mandag til fredag kl.08:00 - 15:30

Telefon: 32 12 66 10

Epost: post@fontenehuset.com

Adresse: St.Olavsgate 5, Hønefoss

www.fontenehuset.com



Støtt oss med din Grasrotandel.

Oppgi organisasjonsnummer: 986 173 560 neste gang du spiller

Takk til våre tilskuddsgivere

