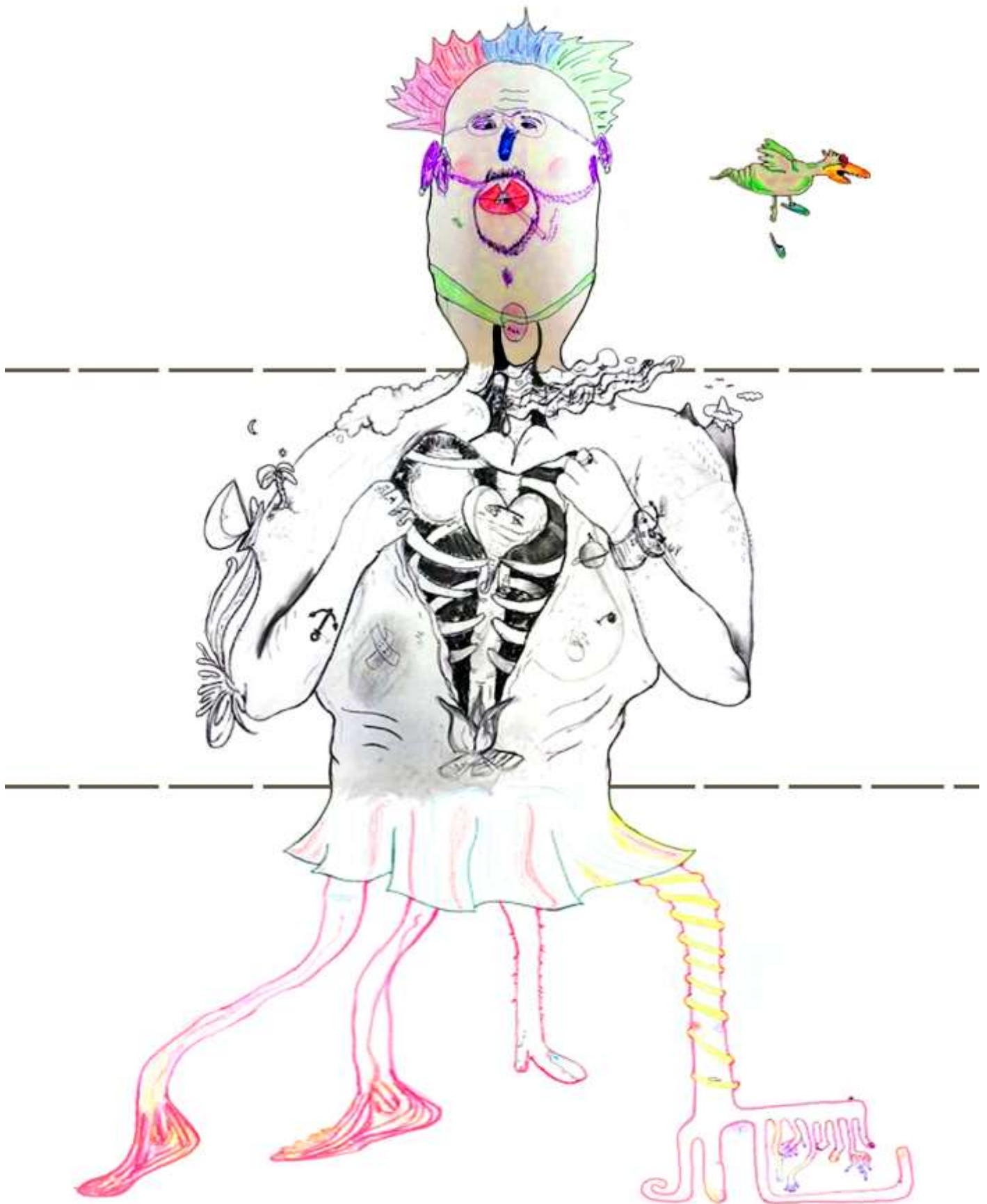


FONTÄNMAGASINET



Hej alla Fontänare!

Till detta fantastiska nummer av denna tidning har jag fått den stora äran att skriva ledaren. Temat på detta nummer är förändring. Passande eftersom vi just nu går från vinter till vår och då blir man på ett bättre humör!

I köket där jag brukar vara har vi gjort en förändring där vi sätter meny efter teman! Förra veckan bjöd vi på mat från Ungern och det blev väldigt intressant!

Jag är också på media där jag gör inslag genom att vara ute på stan och intervjuar! Det tycker jag är väldigt roligt! Fontänhuset är en väldigt bra plats att vara på! Vi har alltid något på gång!

Nu vankas det vår i luften och då händer det alltid något, som till exempel att vi anordnar en massa utflykter. Vi har också grillfester att se fram emot! Vi brukar spela boule i Slottsparken där vi tar med fikakorg, mycket trevligt!

Tack och hej från mig, Peter.



Fontänhuset i Malmö

Fountain House startade 1948 i New York som ett frivilligt arbetskollektiv för människor i kontakt med psykvården. Första huset utanför USA öppnade 1980 i Stockholm och i dag finns över 300 hus i världen.

Vi öppnade i Malmö 3 september 1984 och sedan dess har över 900 medlemmar deltagit i arbetet på våra fem våningar: Kafé & reception, restaurang, tidning & radio, samt vägar ut (för arbete & studier).

Vill du bli medlem eller veta mer, ring 040-12 00 13 eller maila: info@fontanhuset.se

Bli gärna stödmedlem och stötta vår verksamhet. Som tack får du en årsprenumerations på vår tidning, Fontänmagasinet.

- Privatperson 400 kr
- Organisation/förening 500 kr
- Företag 800 kr

Du betalar in på **Bankgiro 5650-2537** och anger din mailadress så vi kan skicka en tidning till dig digitalt, vill du hellre ha den i pappersform, ange istället din postadress.

Redaktionsarbete:

Ansvarig utgivare: Karina Topel

Text & bild: Se respektive artikel

Redigering, layout, tryck & distribution: Tack till er alla på mediaenheten

Omslag: Gemensamt



De olika åsikter som framförs i denna tidning delas inte nödvändigtvis av Fontänhuset i Malmö

Engelbrektsgatan 14
211 33 Malmö

info@fontanhuset.se
fontanhuset.se

Org-nr 846002-6753
Bankgiro: 5650-2537

040-12 00 13
Nr 1, 2025



Bild: Cecilia Bengtsson

Kalligrafi med ABF

På några av våra tisdagskvällar har vi fått möjlighet att få prova på kalligrafi med ABF. Kalligrafi är en sorts finare skrift. En konstform att skriva det. Inte så svårt men ändå lite klurigt att få det snyggt och roligt att få prova på det.

Under de här tillfällena fick vi lära oss att skriva god jul. Vi var rätt många som var med för att prova på. Ett tillfälle varade ca 45 min. Man har speciella avskurna pennor. Vanliga pennor fungerar inte så bra.

En mycket trevlig tisdagskvälls aktivitet. Hade varit kul att ha dem här lite längre och lära sig lite mer av att skriva kalligrafi.

Text: Cecilia Bengtsson

Fontänhymnen

Ja vi älskar vårt Fontänhus. Ja vi brinner för vårt hus

Under kökets goda mat kan vi klara vår dag så mycket bra.

Ja vi älskar vårt Fontänhus, ja vi brinner för vårt hus.

Med lite kaffe i oss går vi upp på media och gör en text.

På media får vi säga vår mening.

Ja vi älskar vårt fontänhus, ja vi brinner för vårt hus.

Under "ledning" av vägar ut, blir vi starkare och stoltare för var dag.

Kökets väl är allas väl. PR med så folk ser vem vi är.

Ja vi älskar vårt fontänhus, ja vi brinner för vårt hus.

När vi kommer hälsar folk god dag.

Vi har så många goda egenskaper, för vi är unika som vi är.

Cecilia Bengtsson

Viktig information till våra bästa medlemmar

Vi vill påminna om att ni alla är välkomna till en välkomnande rehabiliteringsplats här på huset. Där vi gör det vi kan utifrån våra egna förutsättningar. Vi vill gärna motivera er till att göra en arbetsuppgift om dagen och att vi skall jobba tillsammans för att förbättra Fontänhuset och hjälpa andra medlemmar och personal med att sköta huset. Det är av frivilja och god motivation som vi bygger detta hus tillsammans.

Till alla från Shawn

Lägg i om du har över ta om du behöver

Kärlek är den plåga

som är svaret på livets fråga

Kärlek är det problem

som är en lösning

Kärlek är det mörker

som ger oss ljus

Kärlek är den fångenskap

som ger oss frihet

Kärlek är den smärta

som gör bot

Kärlek är den tvetydighet

som gör att jag vill se

en ny morgon gry

Paddie

ÄR DU PÅ JAKT EFTER EN SPECIELL FILM PÅ DVD? FRÅGA HORST PÅ FONTÄNHUSET. HAN SKÄNKER BORT ALLT!

Svar på Metins gåtor från förra numret:

1. Opel Rekord
2. Nej, den flög iväg!
3. Träden
4. Skatorna.



Personlig förändring



Hur hade han hamnat här? Det kunde ju inte vara så att ödet hade bestämt att det skulle vara så här!

Någonstans på vägen hade han gjort ett val att antingen stanna kvar i det förflutna eller gå vidare, ett val som på många sätt var allt annat än enkelt. Minnen som dröjde sig kvar såsom varma sommarkvällar med sin partner som han älskade mest av allt. Det var ingen direkt överraskning det som hände men kändes just då som en katastrof.

Att förlora sin älskade utan att få veta hur eller varför gjorde honom smått galen. Under en lång tid förlorade han så smått kontakt med det verkliga livet. Hans tillvaro raserades alltmer och känslan av meningslöshet fanns alltid där. Han kände det som att han satt fastbunden i en karusell utan att kunna kliva av.

Efter en lång period av självpåtagen isolering, arbetslöshet, missbruk med medföljande ångest och depression, började han slita sig loss från isoleringen, tog sig ut och började träffa andra människor som delade liknande erfarenheter. Han började upptäcka att mycket av psykiskt tillfrisknande handlade om bland annat en sak, social samvaro, att känna en sorts tillhörighet, gemenskap och att han betydde något för andra samt vice versa.

Nu började en ny fas i hans liv, Nya och gamla intressen väcktes till liv igen och tillvaron började bli mer och mer harmonisk. Han fick nya arbetskamrater och började knyta nya kontakter och vänskaper.

Han upptäckte att förändring är möjlig, speciellt om han valde att vara en del av samhället, hur liten den delen än var. Kanske nyckeln är att om man vill förändra sitt eget liv kan det handla om yttre påverkan och omständigheter men även en inre resa där individen kan reflektera över sitt förflutna och vad som har gjort att han/hon befinner sig här nu.

Detta är min fiktiva och personliga tolkning av ämnet "förändring".

Text, bild och redigering: Anders H



Fråga Bo

Vad betyder ordet familj för dig?

Hälsningar Shawn

Det betyder en hel del för mig. Som tex med kärnfamilj. En typ grupp som har kontakter runt varandra som skydd mot omvärlden! Familj är bland annat föräldrarna och eventuellt barn bildar olika konfigurationer av medlemmar! Det kan kallas annat som kollektiv och storfamilj!

Vad står det svenska personnumret för?

Hälsningar Shawn

Alla människor som folkbokförs i Sverige får ett personnummer som identitetsbeteckning. De sex första siffrorna är årtal, månad och dag för födelsen. Nästa två är födelseplats, nästa är kön och sista siffran är en kontrollsiffran. Kontrollsiffran, som infördes år 1967, räknas ut med ledning av födelse-tiden (sex siffror) och födelsen-

ret (tre siffror) och läggs till födelsen-numret som en fjärde siffra. Med hjälp av denna siffra kan man kontrollera att siffrorna i födelse-tid och födelsen-nummer har angetts korrekt.

Ge en prognos för morgondagens mode?

Det är svårt att sia om framtiden. Vi kanske kan se på människor idag och hur de klär sig vad de egentligen önskar eller kommer att ha i framtiden. Modet kan vara människor på gatan som uttrycker framtidens mode.

Vem är enligt dig Sveriges främsta kulturpersonlighet? Och varför?

Tommy Körberg för att han sjunger så bra.

Hur ser framtiden ut för AI?

Det är verkligen inne med AI. Fast jag vet inte så mycket om

det. Nobelpriset i fysik 2024 tilldelades forskningen som ligger till grund för modern maskinin-lärning. Fantasin är den enda begränsningen.

Var/vad tillbringade Jesus sin tid från att han var 3 år gammal tills dess att han var 33 år gammal?

Det framgår inte var Jesus var när han var exakt 3 år men innan var det Syrien och Judéen och senare i Egypten och Nasaret.



Rapport från 4:an

Det har varit ett bra år på våning fyra.

Om det ska vi nu rimma så alla blir yra...

Vi använder versmåttet Mössens julafton, så klart.

Det är sen gammalt och alldeles... alldeles underbart.

Mössens julafton

När nätterna blir långa och kölden sätter in.

Tar pappa Kit och samlar hela enheten sin.

Han pratar sen om konsten, vi behöver mer av den!

Så får vi allesammans fira jul igen!

Hejsan hoppsan falle-ralle-ra

När fyran jobbar blir varenda medlem bara glad.

Hejsan hoppsan falle-ralle-ra

När fyran jobbar blir varenda medlem bara glad.

Och Mårten han är snurrig och letar efter tid

Så går Sanda emellan och försöker skapa frid.

Ludde målar tavlor och Ewa visar runt.

Gamla som unga vuxna i en bunt.

Hejsan hoppsan falle-ralle-ra.

När fyran jobbar blir varenda medlem bara glad.

Hejsan hoppsan falle-ralle-ra

När fyran jobbar blir varenda medlem bara glad.

Och Eddie våran maskot han kommer varje dag.

Med slips, kavaj och skjorta är han alltid lika glad.

På fyran är vi många som gärna hugger i.

På möten om visioner, drömmarna och teori.

Hejsan hoppsan falle-ralle-ra

När fyran jobbar blir varenda medlem bara glad

Hejsan hoppsan falle-ralle-ra

När fyran jobbar blir varenda medlem bara glad

God jul önskar vi på fyran

Rapport service

Det har varit hujeda massa julstämning på Service.

Under julgranen går att finna julklappar – något som verkligen varit/är poppis!

Tack Cilla! Vår egna lilla hustomte. Vi på service har utfört en noggrann granskning.

Julmust har druckits i mängder, men det är väl knappast en överraskning!

Medlemmar och handledare har rimmat, lärt varandra ordvitsar och dialektala ord.

Vi har fått nya kunskaper och skrattat som bara den runt vårt fina orange bord.

(Ps .Vad konstiga ord ni har i Skåne hälsningar en Stockholms-fåne).

I den vita garderoben där jackor och väskor ställs har det länge varit fullt av tillhörigheter.

Vi vet inte vems som är vems och har därför samlat allt i en påse (i tvättstugan) för att minska rörigheter.

Produkter i Kylskåpet i caféet har vi varit tvungen att rensa .

Där gick att finna produkter som för väldigt väldigt längesedan haft sin tid för att glänsa.

Vi har fått nya medlemmar till Service som vi är så glada att välkomna.

Hoppas att alla skall trivas med den arbetsinriktade dagen, sociala samvaron och får känslan att vi gärna dem vill omfamna.

En gammal toasits som luktar gammal kiss är en stor risk.

Du får pisk och smisk om du kissar ner vår nya sits

God jul önskar vi från Service

Rapport media

Jo en rapport på rim, från en enhet med mangen tjo och stim,

Som om man varit borta, knappt fattar någonting.

Här har vi då fraser från trean,

många saker, fleran,

Som att vi sänt julradio,

från service egen padio,

Postat vykort och haft oss,

och tänt ett julbloss.

Om en action plan har vi hört,

vars vilken uppkomst vi varit med, och berört,

Så en äldregrupp ska det bli, och **18 nya** unga medlemmar i denna lya,

eller kanske snarare **arton arton till TVÂNIA**,

och om vi alla lyckas med detta, tio utav tia.

Även radio har vi lagt ut och redigerat,

Hemsidan, hemsidan, utfört spridning av tidning,

med mera, med mera,

men trots att vi gjort en hel del, och en hel del med hast,

så har vi gjort vårt bästa med en hel del kel, och allt, i julig, gast.

God jul önskar vi från Media

Rapport på rim från Vägar Ut

På planeringsmötet fick plötsligt Mårten en lurig min;

”Ni vet väl att husmötesrapporterna ska vara på rim”
sa han med ett flin.

Vi förstod då genast att detta har han planerat sedan en
lång tid i sitt sinne;

men glöm det Mårten, här kommer det mäktigaste rimmet i mannaminne;

Vi gör ett tidningsnummer på Vägar ut så speciellt som
det bara går,

är man ute i jobb eller i studier så är man välkommen att
skriva en rad eller två.

Nästa år ska vi vår tematidning ro i land - så snart
kommer du få ett exemplar i din hand!

Patricia & Måns traskade med långa kliv

bort till Malmö Foto där Johanna jobbar med ett himla
riv!

Tack för vi fick besöka dig kära du,
men vi glömde ta en selfie-det gör vi
nästa gång, eller hur!

Tack till köket som bjöd in oss på Vägar ut på fika nu i
jul,

det kändes verkligen kul.

Ni har så varmt o gott i köket, gemenskapen finns trots
julistöket!

Ny kunskap har ni fått,

från höstens alla workshoppar ni har gått,

vi hoppas nya insikter vi hittar

till nästa termin när den igång kickar.

Vi samlade alla som studerat på Mimi

under terminen med mycket möda,

nästa år vill vi att ännu fler kommer med och låter
kunskapen flöda.

Så våga testa att plugga

och det bästa är att man inte kan kugga.

För dessa kurser läser vi för att utveckla oss själva mer,
och det är fantastiskt när en utveckling sker.

Grattis till Ingemar som studerar och inte hittar på
rackartyg

för han har nämligen fått högsta betyg!!

Det ryktades att någon av oss skulle använda

ChatGPT till denna rimstund här o nu,

vissa av oss har ju det i blodet och behöver inga appar
till hjälp ju.

Vi hoppas att ni alla får en fröjdefull jul
med gemenskap, värme o massa kul.

Glöm inte vad som är viktigast under denna tid,
att se varandra, hjälpas åt och få en inre frid.

Ja nu är detta coola rim slut för i år,

nu står väl Mårten o fäller en tår.

Men du kan börja öva redan nu,

så har du säkert ett okej rim till nästa gång på lur!

God jul önskar vi från Vägar ut

Veckorapport v 51 från kitchen unit!

Vi har som vanligt jobbat hårt under veckan med att försöka tillfredsställa allas magar under veckans alla dagar. Vegan, vegetarian, gluten och laktosintolerans, har vi tillfredsställt som en juledans.

I onsdags kämpade vi med att skära upp skinka, dock tog Peter paus för att HmHm, men bättre det än att hinka.

Vi lyckades med det mesta och en del tyckte att fisken med senapssås var det bästa.

Det var också ett sjå med att få till mat att servera på julbordet nästa vecka, dock så tror vi att både sill och ködbollar ska räcka.

Men vi handledare måste våra medlemmar hylla, då de gör allt för att våra dagar förgylla.

Vi hade också en, som kan kallas Uffe, som också är den tuffe, som både brynte kål och gillade skinkans svål.

Till klubbmötet fixade vi kakor på amerikanska sättet, trots att många i USA totalt tappat vettet!

Nu har vi också biljetter till sista dagen på året, då ni får se grevinnan och betjänten, men ej På spåret!

Vår musikmaskin har också gått varm under nästan hela dagen och jag, Peter, har verkligen snurrat i takt med lilla magen! Nu står helgen på vänt och på söndag firar vi siste advent! På huset får ni pannbiff med lök om ni hjälper till i vårt kök.

På söndag jobbar Patricia och en okänd vikarie, som då inte räknas som ordinarie.

Så kom hit och tugga och svälj, från oss önskas sen trevlig helg!

Här kommer några vitsar. Årets näst sista:

Björnrace

Två campare går genom skogen när en enorm brunbjörn plötsligt dyker upp rakt framför dem. Björnen ser camparna och börjar gå mot dem. Den första killen släpper sin ryggsäck, sliter fram ett par löparskor och snörar på sig dem.

"Vad gör du?", frågar den andra killen. "Du kommer ändå inte kunna springa ifrån björnen, även om du har löparskor." Den första killen svarar:

"Jag behöver inte springa ifrån björnen, jag behöver bara kunna springa ifrån dig."

Sen till jobbet

En kille kommer sent till jobbet.

Hans chef skriker: "Du skulle varit här halv nio!" Killen svarar: "Vadå, vad hände halv nio?"

Anden och idioten

Tre män är strandade på en öde ö. De finner en magisk lampa som de gnider på och fram träder en ande. Anden ger männen en önskning var. Den förste mannen önskar att han var hemma hos sin familj igen. Den andre mannen önskar samma sak. När den tredje mannen ska få sin önskning säger han "Jag saknar mina kompisar och önskar att de kom tillbaka hit."

Snigel med attityd

En man sitter i sitt hus när det knackar på dörren. Han öppnar dörren och ser en snigel på trappen. Han tar upp snigeln och kastar den så långt bort han kan. Tre år senare knackar det på dörren igen. Mannen öppnar och ser samma snigel. Snigeln säger "vad fan var det där om?"

الحياة الجديدة
لم يكن في يوم من الأيام آدم فكر انك بملحمة وطني
لقد علمت في سوريا درست وعملت فيل محامي وكونت
أسرة من ستة أطفال أربعة ذكور وبناتان
ولكن القصة ولي الحظ بدأت الحرب في بلدي
وكنا نتوقع أنه تنفري في علم أو عا حزين ولكن كانت
كل يوم نزا دسوقاً أكثر طيبة
وبعد تفكير طويل قررت أن أهاجر إلى بلدي وأبني
من وطني آمناً
ذهبت إلى تركيا



BILD: POKABAY

Om gamla Egypten, del 2

Fortsättning från förra numret

Livet i det gamla Egypten var ganska enkelt. De flesta människor var bönder. Åtta till nio månader om året arbetade de på sina små åkerlappar utmed Nilens stränder där de odlade säd, frukt och grönsaker. Andra sysslade med boskapsskötsel: man hade kor, får och getter. Man arbetade för sitt uppehälle, betalade sin skatt och försökte lagra så mycket mat att det skulle räcka under hela översvämningsperioden. Mellan juli och november steg Nilens vatten och svämmade över större delen av åkerjorden. När vattnet slutligen drog sig tillbaka lämnade det efter sig ett nytt lager fet och bördig mylla.

Mellan 3000 och 1100 f Kr styrdes landet av en lång rad kungar som kallades faraoner. Under farao stod ämbetsmän, provinsståthållare och armébefälhavare. Präster och prästinnor som tjänstgjorde vid religiösa ceremonier och tjänade de många gudar som egyptierna dyrkade, lydde också under farao.

Egypten bestod av två smala rem-sor odlad jord utmed Nilens stränder, från Assuan i söder till Deltat i norr. Öster och väster om den bördiga floddalen låg hundratal

kvadratkilometer öken. Man var således helt beroende av Nilen, som också var en effektiv kommunikationsled. Den gjorde det relativt lätt för farao och hans armé att ha fullständig kontroll över landet.

Döden betraktades i det gamla Egypten som början till ett liv i en annan värld. Detta liv skulle vara evigt, förutsatt att man vidtog vissa mått och steg. Livet på jorden var ju relativt kort och egypterna byggde därför sina hus av lera. Sina gravar byggde de däremot i sten eftersom livet efter detta var evigt.

Egyptierna trodde att varje människa hade dels en själ, som kallades *ba*, dels en andlig motsvarighet till sig själv, som kallades *ka*. När en människa dog fortsatte hennes *ba* att leva på jorden och vila i kroppen på natten. Hennes *ka* å andra sidan färdades fram och åter mellan jorden och den andra världen. Det eviga livet var beroende av att både *ba* och *ka* kunde hitta sin kropp. Därför bevarade man de dödas kroppar genom mumifiering.

Graven där kroppen lades ner hade två viktiga funktioner. Dels att skydda kroppen och de dyrbarheter som lades i och omkring kistan mot tjuvar, dels att vara bostad åt den

dödes *ka*. Ju betydelsefullare person, desto storstaglagnare grav. Eftersom faraonerna blev gudar efter sin död, var deras gravar störst och ståtligast av alla.

Mellan 2700 och 2200 f Kr omgavs de kungliga gravarna av tempel och mindre gravar som kallades masterbor. Kungens egen gravkammare skyddades av ett konstgjort berg av sten: en pyramid. Dess fyra triangelformade sidor som utgick från den spetsiga toppen föreställde solens strålar som lyste över farao förenade honom direkt och för alltid med en skendörr genom vilken *ka* skulle träda in. Alla gravplatser lades på Nilens västra strand eftersom solen gick ner i väster och där började sin nattliga färd till en annan värld - samma färd som *ka* måste göra.

Pyramiderna står än idag som ett äreminne över de män som så skickligt organiserade tusentals människors arbete i ett försök att förneka dödens slutgiltighet, alltings förgänglighet. De ville efterlämna något som skulle stå i alla tider.

Text: Ivan

Fortsättning följer

Förändringar i mitt liv på Fontänhuset

En stor förändring i mitt liv på senare år var när jag flyttade från min lägenhet på Segevång in till Gamla Väster, mitt emot Fontänhuset.

Jag hade bott i min trevliga lägenhet sedan 1969. Där trivdes jag utmärkt. Problemet var bara att det var långt att åka med bussen till Fontänhuset. För ett år sedan ringde det från bostadsförmedlingen och de berättade att jag fått ett boende på Grynbadgatan. Jag fick blandade känslor. Å ena sidan så trivdes jag så bra i min gamla lägenhet. Å andra sidan så kände jag en lättad eftersom jag fick det närmare till Fontänhuset.

Min bror hjälpte mig att flytta. Eftersom den nya lägenheten var mindre, så var jag tvungen att göra mig av med många av mina saker.

Nu trivs jag bra i min nya lägenhet trots att den är mindre och jag har slutat sakna min gamla lägenhet.

Det var en jobbig förändring att genomföra men det blev bra till slut.

Lars Andersson



BILD CARL ANDERSSON

Vissa förändringar i livet, ibland vill jag påminna alla mina medmänniskor. Det är fakta, i Sverige har vi ett uttryck – ”Lära dig livets stora gåta, älska, glömma och förlåta”. Det kommer djupt ifrån mitt hjärta.

/En medmänniska

Blod, eld och kyla

Den ljumma sommarvinden. Du självantänder i min famn, och askan blir till is. Isen smälter samman med mitt hjärta av sten. Som faller genom det bottenlösa havet. Vi går ut i den kalla vinteratten.

C Hugo

Påverkan av musik

Jag har skrivit dikter för att göra gott i vårt samhälle i undran om den ska påverka folk till ett bra mående jag lyssnade mycket när jag var yngre och det påverkade mig mycket positivt under en period så jag tror att det hjälper andra på samma sätt som det gjorde med mig även om man är olika och annorlunda på olika sätt

Varje individ har sitt eget sätt att vara och hantera sitt liv beroende på omständigheter i livet när det gäller den psykiska ohälsan jag vill fortsätta att sträva och påverka mig själv och andra på ett bra sätt om jag är kapabel.

Dan

Vill inte slösa med tiden

Jag har skrivit en del dikter som handlar om hälsa, och den här är väl inget undantag.

Jag har psykisk ohälsa, men inget är skrivet i sten. Även om jag haft det i flera år tror jag på att det kan bli förändring. Och vad krävs då? Att man slänger tankar som är skräp, och det får göras gång på gång. Man gör bäst i att ignorera och skifta fokus. Man snubblar och det känns som man står och stampar ibland.

Jag har hört att tankarna kan förflytta berg, så jag tror på förändring.

"Jag tror på människan, jag tror hon vill och kan. Men vi behöver nån som visar oss en väg ibland"

-Tommy Nilsson

"Vi behöver en sång ibland, som ger oss hopp. Men alla vägarna vi försökt nu har lett oss bort. Och du ser bara skuggorna av det ljus som brann, vi behöver se varann."

-Tommy Nilsson

Text och bild: Cindy O



Dahliapromenaden



Vi var ett gäng som tog en långpromenad i det vackra höstvädret. Vi gick genom de gamla kvarteren mot parken vid Stadsbiblioteket.

Vi stannade på vägen ner vid Patricias hem och hon hämtade sin hund Teddy, så fick han också komma ut. Vi tog vägen förbi Casinot och ner till kafeét för att se på deras vackra trädgårdar. Nu på hösten hade de satt mängder med olika dahlior. Det finns enormt många sorter av dahlior. Det var ett vackert färghav. Där fanns inte bara en dahliaträdgård utan andra blommor som

fortfarande blommar fast det var höst. Det var fint att se all den blomsterprakten.

Med på vår vandring hade vi Patricia och Diana, Joakim. Peter D och jag själv. Så hade vi så klart hunden Teddy också med.

Ibland är det skönt att gå en längre runda och se på något, vi har så många fina saker och ställen i vår närhet. Det var fint att gå och strosa bland lite konst trädgårdar och de vackra blommorna. Vi var ute cirka en timme. När vi kände oss färdiga och gått runt alla trädgårdarna gav vi oss tillbaka till Fontänhuset igen. Det hade varit en fin tur och många fina bilder på de vackra dahliorna blev det.

Cecilia Bengtsson för Vägar ut.



Om nya socialtjänstlagen 2025

För ca 40 år sedan ersattes barnavårdslagen, nykterhetslagen och socialhjälpslagen med den vi har nu, socialtjänstlagen (SoL). Detta är en ramlag med målet att vara serviceinriktad och hjälpande7stöttande. Under åren har lagen ändrats 144 gånger för att hålla den uppdaterad med samhällets skiftningar och nu förväntas en ny socialtjänstlag under 2025, en process som sattes igång 2017. Även om beslutet inte är taget så har förarbetet satts igång runt om i landet med självskattningar, för att kartlägga behov. Mellan åren 2024-2028 planeras det att pytsas ut 8 miljarder kronor fördelat på alla kommuner och en målsättning är att minst en anställd i varje kommun ska jobba med själva omställningen.

Det är viktigt att komma ihåg att det rör sig om en ramlag, till skillnad från LSS som är en rättighetslag med bestämda insatser för de som täcks in. Den nya SoL som (troligtvis) träder i kraft i juli 2025 kommer fortsätta vara en målinriktad ramlag, dvs den sätter upp värderingar och riktlinjer för arbetet men lämnar fortfarande stort utrymme för tolkning. Det blir fortsatt upp till kommunerna att forma sina verksamheter och insatser efter aktuella behov, där kommunalpolitiker spelar en avgörande roll.

Det finns mycket att skriva om kring nya SoL men vissa punkter lyfts fram mer än andra, orden *förebyggande*, *flexibel*, *tillgänglig*, *tilltro* och *vetenskap* florerar. Det ska exempelvis finnas större fokus på förebyggande insatser med flexibilitet i arbetet, såsom att insatser ska kunna sättas in snabbt utan väntan på behovsprövning (det finns förslag på vilka insatser som berörs). Anställda från funktionsstödsförvaltningen i Malmö beskriver det som att de ska sträva efter att arbeta proaktivt istället för att vänta tills efter att något gått snett, samt ha bättre uppföljningar. Det förebyggande arbetet har tidigare fokuserats på äldre och personer med funktionsvariationer men med den nya lagen ska det gälla alla som berörs av SoL. En annan punkt är ökad tillgänglighet och förtroende. För att kunna arbeta förebyggande så behöver kommunerna också se till att folk hittar rätt. Detta kan innebära smidigare hemsidor, digitala ansökningar och mer information online. Språkbruket blir också en faktor, ett exempel är att ord som stöd, hjälp och service ska bytas ut mot insatser för att minska eventuell förvirring och lägga fokus på aktivitet istället för passivitet. Utöver det ska lagen vara skriven mer i linje med barnkonventionen, barn och unga lyfts fram som viktiga målgrupper där arbetet kring dem kan förändras och förbättras. Förebyggande insatser, tillgänglighet och förtroende blir då avgörande. Till sist ska arbetet vara baserat på vetenskap och beprövade metoder för att till exempel se till att

de arbetssätt som används inte enbart är där av gammal vana. Lagen ska stödja kommunerna i att vara innovativa och framåtlutande.

Egna tankar och andras tankar

Ramlagar är luddiga och situationerna i kommunerna skiljer sig mycket åt till följd av detta. Med alla nyheter om barn och unga som blir lurade in i kriminalitet är det inte konstigt att den nya lagen presenteras med fokus på just den gruppen. Frågan är om den gör någon skillnad för dem och om det blir en förändring för övriga grupper. Rädsla barnen skriver; "Socialtjänsten ska nu även bli föremål för mer kriminalpolitiska åtgärder, som exempelvis övervakning, åklagare som föreslås besluta om LVU, slopad sekretess till rättsvårdande myndigheter..." vilket i sig kommer skada den tilltro som kommunerna förväntas byggas upp. Termen *skälighetsnivå* står kvar, en term som inte har en bestämd specificering och skapar stor otrygghet. Den flexibilitet som lyfts fram i socialtjänstens framtida arbete finns redan när de ger avslag på insatser med fem dagars notis, och när det handlar om onödigt administration, innebär det att personer i behov av insatser på obestämd tid framöver slipper stressfulla omprövningar varje år?

Akademikerförbundet verkar vara positivt inställda, men utan en ökad budget kan det bli omöjligt att genomföra några faktiska förändringar för de ca 800 000 personer som får insatser genom socialtjänsten varje år. Det kan bli färre ärenden och fler insatser utan prövning, vad får det för effekt i verkligheten? Sedan kommer vi till vetenskap och beprövade metoder. I kommuner har vi socialnämnden som utgörs av politiker, dessa personer har inget krav på exempelvis socionomutbildning och trots det fattar de individbeslut. Är det i enlighet med den nya lagformuleringen?

De som det skrivs om är barn, unga och familjer. I förbifarten nämns äldre, knappt, och rörande personer med missbruk, psykisk ohälsa och funktionsvariationer syns inget i den initiala informationen. Flexibilitet och förebyggande arbete kan hjälpa de som ska söka insatser för första gången, men de som har och kommer fortsätta ha kontakt med Socialtjänsten kan inte riktigt förlita sig på en förändring med lagändringen. Med den nya lagen ska de även motverka fusk där risken blir att de som har insatser kommer att fortsätta jagas och oroas på lösa grunder. Att skriva om förtroende, tillgänglighet, förebyggande arbete, flexibilitet och vikten av vetenskap är ett lätt sätt att göra reklam. Den gamla SoL är i behov av en upprustning och det gagnar nog alla som jobbar utifrån lagen men vad det innebär för oss som berörs återstår att se.

Fortsättning på nästa sida

Påminnelse

Det går att påverka sin kommun mellan valen, oavsett om det klubbats igenom en ny lag eller ej. Det finns intresseorganisationer, föreningar och klubbar där vi tillsammans kan påverka beslut som politikerna tar. Lycka till!

Tidslinje för nya SoL 2025

April 2017 - Utredning
April 2018 - Delbetänkande
Aug 2020 - Slutbetänkande
Nov 2020 - Remiss
Juli 2024 - Lagrådsremiss (se länk 1)
Jan 2025 - Proposition
Fattas datum - Beslut i riksdag
Juli 2025 - Ny lag träder i kraft

Källhänvisningar:

Delar av texten kommer från presentationen på Olof Palmes plats 1, 10 okt 2024. Även tidslinjen är tagen från deras Powerpoint.

Källor:

Lagrådsremiss 4 juli, 2024
Akademikerförbundet - Nya SoL
Rädda barnen - Nya SoL
Socionomen.se - Nya SoL, snart är nya SoL här men hur ska det gå?
Socialstyrelsen - förberedelser och förändringar
Sveriges kommuner och regioner - omställningen
Regeringen - presentation av nya SoL
Malmö stad, nämndens politiker
Arbetsmarknads- och socialnämnden, Malmö stad
Överförmyndarnämnden, Malmö stad

Text: So

Jonny och skägget

Min nya vän, Anna del 10

Annas man, Johnny är en mycket imponerande, lång bredaxlad man med helskägg och en buskig, välvårdad mustasch. Hans vackra tjocka, lätt vågiga, vitgråa hår ramade in hans manliga ansikte. På juldagarna, om han klädde sig i röd kappa och hatt, trodde alla direkt att de tittade på en Jultomte. Han behövde inte använda falsk peruk, skägg och mustasch. Johnny är mycket utbildad och arbetar på universitet. Han är professor i matematik, föreläser för studenter, gör vetenskapligt arbete och skriver artiklar för olika vetenskapliga tidskrifter, även utländska. Studenter älskar hans föreläsningar och praktiska lektioner.

Han är en mycket påläst man med bred kunskap, en intressant berättare och samtalspartner. Hans medfödda sinne för humor, gör att folk gillar honom, han får lätt vänner och kontakt med studenter. Elever spelade ibland spratt med honom och skojade med honom.



Anna bjöd in mig och några av hennes vänner på en grillfest. Jag blev mycket förvånad över att se Johnny utan hans underbara skägg och mustasch. Han började se yngre ut, men på något sätt ovanligt och, som det verkade för mig, inte särskilt bekvämt utan hans vanliga image.

Johnny märkte min förvåning och berättade orsaken till hans förvandling. En student frågade honom under en föreläsning om hur han stylar

sitt skägg när han sover – under filten eller på filten.

Johnny hade aldrig tänkt på detta. På kvällen när Johnny lade sig i sängen kom han ihåg studentens fråga. Först lade han skägget på filten, sedan under filten, men han kände sig obekvämt med båda sätten. Hans skägg hindrade honom från att sova. Han kunde inte sova på hela natten. Skägget och till och med hans mustasch började störa honom. I tre nätter led han av att försöka hitta en bra position för sitt vackra skäggväxt.

Nästa dag på universitetet kom studenten som hade frågat om hans skägg och tyckte att han såg trött ut. Då gick Johnny direkt till frisören. Sen kunde han sova igen.

Text och bild: Lidia

Norra Aralsjön - en symbol för hopp och hållbar utveckling



Så här ser det ut just nu. Man håller för tillfället på att åter fylla sjön med vatten.

Foto: Pixabay

Kazakstans arbete med att återställa Norra Aralsjön som är en del av den torrlagda Aralsjön visar att förändring är möjlig. Med fokus på vatten från floden Syr-Darja har vattennivåerna ökat med 42 %. Salthalten har minskat fyrfaldigt och fisket återhämtat sig till imponerande 8000 ton per år.

Under de senaste två åren har 2,6 miljarder kubikmeter återförts till sjön -en dramatisk ökning jämfört med tre miljoner kubikmeter 2022. Detta har uppnåtts genom ett nära samarbete med grannländerna för att säkra rättvis vattenfördelning.

Nästa projekt blir att höja vattennivåerna, förbättra vattenhanteringen, utveckla fisket och stärka ekoturismen. Målet är inte bara att rädda sjön, utan också att skapa nya möjligheter (ekonomiska) och höja livskvaliteten för människor i området. Norra Aralsjön är idag en kraftfull symbol för mänsklig förmåga att möta ekologiska utma-

ningar och en påminnelse om att samarbete och hållbarhet kan vända de svåraste kriserna.

Källa: The times of central Asia & EU Reporter

Text: Björn S



Foto: Pixabay



Målning, olja: Jörgen Holmberg "Självmedicinering"

På besök i USA fick vi följande recept av Charlie på kringlor som ursprungligen kom från Sverige och sedan till Klubbhuset Genesis som vi besökte. Som vi tog tillbaks till Sverige på detta vis. Detta receptet var hennes mormors. Hon bakade dessa när vi var på besök då vi kom ifrån Sverige. Tack Charlie, det var uppskattat!

Recept för kringlor

- 240 g vetemjöl

- 1 ägg

- 1,2 dl mjölk

- 50 g smör

- 120 g socker

- ½ tsk salt

- 10 g bakpulver



Förvärm ugnen till 200 grader. Blanda vetemjöl, salt, socker och bakpulver i en skål. Gör en fördjupning i mjölkblandningen. Tillsätt det smälta smöret, mjölk och det knäckta ägget. Knåda degen och forma sedan den till kringlor som doppas i socker. Placera kringlorna på ett smörat smörpapper. Grädda sedan i tio till femton minuter (vanligtvis cirka 12 minuter). Kringlorna ska bli gyllene och smakar underbart!



Charlie i bakartagen! Ett tack till henne.



Erryday *Man's* Stüff

INCENDIUM MAGNUM PECTUS ELON - THE RISE AND FALL OF THE ROMAN HEILPYRE



“Bust out your bust - it's a Musk!”

“A Heil a day keeps the PPMDPCCP away!”
(shleeping woke)



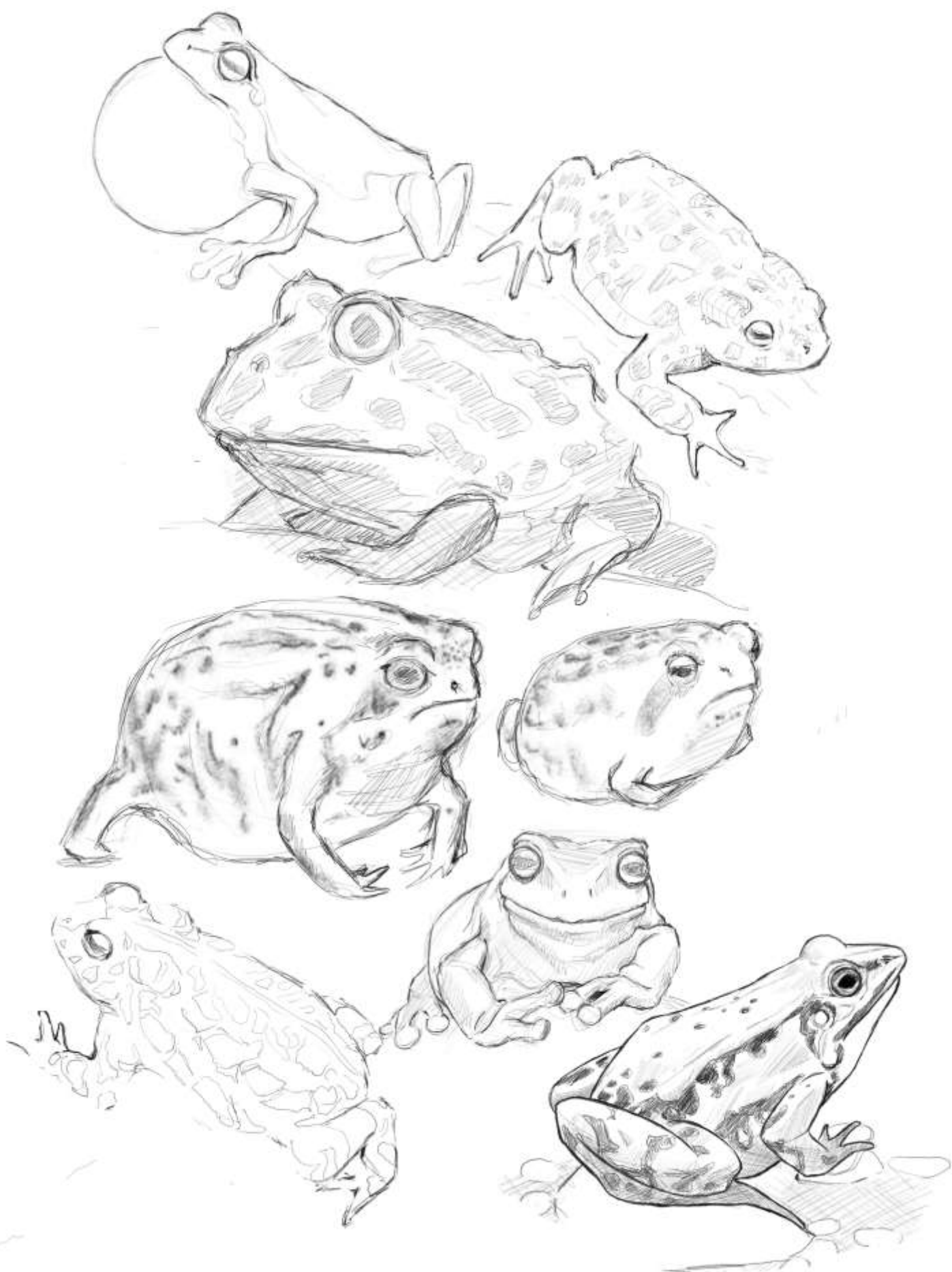
Vill du börja träna?

Tisdagar och fredagar kl. 09.20

Följ med huset till Kockums Fritid för att träna på gym eller simma. Samling i receptionen.



Bilder av So Markus



Hellyleamerikanen som spelade den vanliga människan

James Mailand Jimmy Stewart föddes 20 maj 1908 i Indiana, Pennsylvania, USA. Han dog den 2 juli 1997, Beverly Hills, Los Angeles, California, USA. Han blev 89 år gammal. Han var son till Elizabeth Ruth (född Johnson) och Alexander Maitland Stewart. Hans far ägde en järnaffär som i tre generationer funnits i släktens ägo och han förväntades ta över denna.

Den unge Stewart blev först väldigt begeistrad av flygning, men övergav pilotdrömmarna för att gå på Princeton 1928. Stewart studerade arkitektur och skulle bli doktorand men han blev snart intresserad av skolans drama och musikklubbar. Han bjöds in till University Players, ett teatersällskap vars medlemmar kom från diverse Ivy League-skolor. Efter att ha medverkat i deras sommarframträdanden 1932 flyttade han till New York, där han delade en lägenhet, med skådespelaren Henry Fonda och pjäsförfattaren och regissören Joshua Logan. I november 1932 medverkade han i sin första stora teateruppsättning, i en mindre roll som bara hade två repliker. Pjäsen blev en måttlig succé och Stewart fortsatte i större roller.

Stewart blev uppmärksam av MGM. Hans genombrott kom med *Komedin om oss människor* 1938. Filmen regisserades av Frank Capra som Stewart kom att ha ett väldigt fruktbart samarbete med. Hans nästa film med Capra var *Mr Smith i Washington*. Tillsammans med Margaret Sullavan gjorde Stewart 1940 två filmer *Den lilla butiken* och *Flykt undan våldet*. 1940 medverkade Stewart i *En skön historia*, vilken han fick en Oscar för. I filmen medverkade han i en av de framträdande rollerna tillsammans med Katharine Hepburn och Cary Grant.

1940 försökte Stewart bli inkallad till US Army Air Corps men på grund av för låg vikt valde de att inte ta in honom. Han mönstrade i mars 1941. Han medverkade i en rad utbildnings- och träningsfilmer. Till slut lyckades han övertyga sina överordnade att han borde få en frontposition och han förflyttades till en bombplansgrupp. För sina insatser befordrades han och vann ett antal utmärkelser. Han tjänstgjorde under andra världskriget inom amerikanska flygvapnet och dess bombkommando. Han blev befordrad så att han vid krigets slut var över-

ste och en av de mest dekorerade flygarna. Han placerades i flygplanets reserv och utnämndes 1959 till brigadgeneral och pensionerades 1968. Stewart fortsatte sin karriär inom flygvapnet även efter att kriget tagit slut. När han väl drog sig tillbaka efter 27 års tjänst hade han graden brigadgeneral (den lägsta typen av general i det amerikanska flygvapnet).

Efter krigsslutet återvände Stewart till Hollywood. Han återupptog samarbetet med Frank Capra för att skapa *Livet är underbart*, en klassiker och julfilmernas julfilm. 1949 gifte han sig med den före detta modellen Gloria Hatrick McLean. Stewart adopterade hennes två söner Michael och Ronald och tillsammans fick de 1951 tvillingdöttrarna Judy och Kelly. Ronny dödades i Vietnamkriget 1969 och Gloria dog 1994. I *Den brutna pilen* spelade han rollen som en före detta soldat som försöker få till en fred mellan indianer och vita. Den man som främst kom att definiera James Stewarts westernfilmer var Anthony Mann. De gjorde tillsammans fem filmer. Han hade även ett långt samarbete med regissören John Ford. Alfred Hitchcock och Stewart samarbetade redan 1948 i thrillern *Repet*. De gjorde dessutom *Fönstret åt gården*, *Mannen som visste för mycket* 1956 var en ny version av regissörens egen film från 1934. Den avslutande filmen i samarbetet var *Studie i brott* 1958 som numera anses som en klassiker. 1965 spelade han rollen som pilot i *Flykten från öknen*. 1965 spelade han mot Brigitte Bardot i *Kära Brigitte*. Han gjorde några tv-serier. *The Jimmy Stewart Show* där han spelade en professor och i *Kalla mig Billy Jim* men inga av dem blev några större succéer. Han medverkade i ett flertal TV-filmer i början av 1980-talet. Hans sista roll blev den animerade filmen *Resan till Amerika – Feivel i vilda västern* han gav sin röst till en av karaktärerna.

Han dog av lungemboli den 2 juli, 89 år gammal och är begravd på Forest Lawn Memorial Park Cemetery i Glendale, Kalifornien. James Stewart var helylleamerikanen som spelade den vanliga människan. Han gjorde allt från roliga filmer till thrillers.

Jag skulle vilja höra om de olika filmerna och vad han tyckte om att vara Mr Nice Guy med hela världen.



Bild av Linus

Kanske han vill dela med sig av sina upplevelser under Andra Världskriget. Hur var det att bli civil igen och att spela in filmer igen. Har han någon gång gått till en psyk doktor? Varför inte? Det skulle vara bra för honom.

Han kunde kanske läsa några dikter för mig. Vi kunde sitta framför brasan och dricka Irish Coffee.

Tack James, ha det så bra däruppe i himlen.

Tack från Bo H

Hej mitt namn är Claudio Knutsson

Jag skall berätta lite om mitt liv med psykisk ohälsa. Innan jag fick min psykiska ohälsa så jobba jag som restaurangchef och jag gick in i väggen och ville inte leva mer och bestämde mig för att ta mitt liv. Men jag lyckades inte så jag hamnade på psykosavdelningen i Helsingborg var där 3 månader.

När jag kom ut så ville jag flytta och min dröm var att flytta till Marocko där jag åkte och tillbringade min lilla liv i först 3 månader sen åkte jag hem för pappa blev sjuk och sen har jag varit där 2 gånger om året men Marocko känns som mitt andra hem. Jag har varit medlem på Fontänhuset i snart 14 år men har haft ett uppehåll på 8 år.

Jag har saknat alla vänner och huset jättemycket. Jag känner en trygghet nu att vara på Fontänhuset varje dag och jag älskar mitt nya liv och jag vill att alla skall uppleva detta som jag får. Jag älskar julen och den är vacker. Här är lite bilder på mig och en otroligt fin kulla ifrån Lilla torg i Malmö.

Text & bild: Claudio



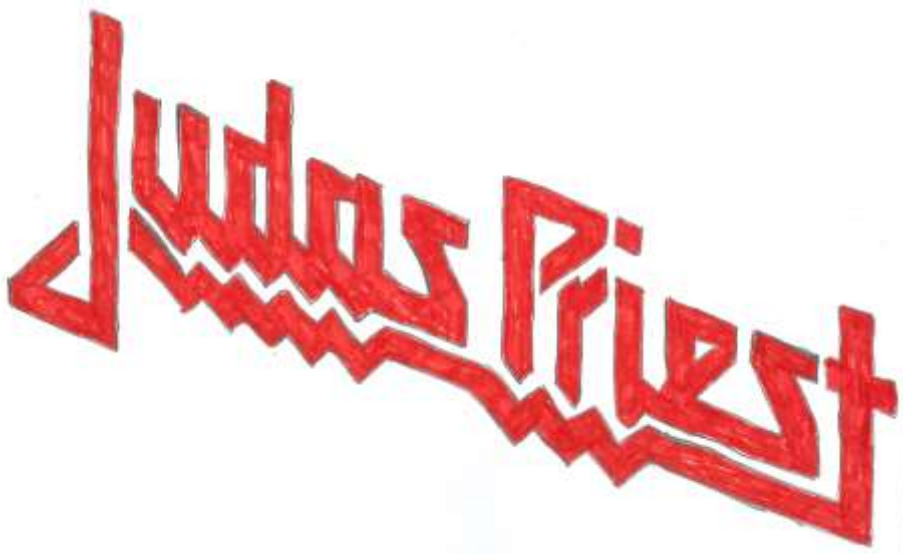

RADIOFONTÄNEN

– en någorlunda vardaglig radioshow

På FM 89,2 torsdagar 14.00. Välkommen!

Judas Priest - en av mina favoritgrupper

Judas Priest är en brittisk musikgrupp som spelar heavy metal som bildades 1970 i Birmingham. Gruppen har varit en av de mest inflytelserika inom sin genre. Vilket har gett dem smeknamnet The Metal Gods, metallgudarna, efter deras låt med samma namn. De har sålt mer än 55 miljoner album världen över och har gett ut 11 album i rad som certifierats guld eller platina i USA av RIAA. Judas Priest var som störst i början av 1980-talet. De gav hårdrocken en ny visuell image med sina från S and M modet lånade läderkläder med nitar. Gruppnamnet kommer från låten The Ballad of Frankie Lee and Judas Priest som Bob Dylan skrivit. Gitarristen Glenn Tipton samt basisten Ian Hill är de två medlemmar som medverkat på alla album gruppen gjort, och sångaren Rob Halford har varit med



på alla album utom fyra, två studioalbum och två livealbum. Den enda som varit med från allra första början är Ian Hill.

Mina favorit låtar är Devils child bloodstone och Love Bites.

Text & bild: Rickard L

Eternity by time

Time. It's an eternity yet we say, I ain't got time. We talk later. Perhaps tomorrow. I call you back. And so on. But our life has a time limit. And so does our body's. So if you ain't got time for someone, will you make your time and commitment or will you do it later? And what happens when the one you love suddenly doesn't exist? Will you remember the time you got together or will you mourn the lost time? When I'm gone, I know that I want people to remember the our moments, small or big. I do not want any regrets in life. When I make mistakes, I learn. Sometimes the hard way. I have been on a run for 20 years. Give or take. and that's a long time. Yet i came back, when i could through the years. But it was one way calls and travelling. However i have learned that my body is my temple, my home is my castle and where i need to be safe, i have learned to say the truth in a humble way, cause one day there will be no time. No more moments to create memories. One day I will not have my temple or castle. And that's the way life is. Like



energy by waves of love and memories to surf on. Just like a ocean of people, places, beauty, storms and peaceful moments and deep learnings.

And when my time comes.. I know I will surf the waves, all the way to the sunset to watch the stars shine bright at the night sky. And I know I will have peace by heart and mind. No more nightmare, fears or hurt. Just the sound off waves of love.

Text: Michael A

RATT

Populär grupp från USA

Ratt är ett hårdrocksband från Los Angeles som varit populära främst i USA på 1980-talet. Bandets klassiska sättning bestod av Stepen Peavey sång, Warren Demartini gitarr, Robin Crosby gitarr, död 6 Juni 2002 av en drogöverdos. Juan Croucier bas och Bobby Blotcher trummor. Höjdpunkter i deras karriär är bland annat Out of the Cellar från 1984 samt invasion of your privacy från 1985. Efter invasion of your privacy släppte de Dancing undercover 1986 därefter Reach for the Sky 1988 och 1991 fanns deras låt Nobody rides for free med på soundtracket till filmen Point Break dödens utmanare med Keanu Reeves.

Text: & bild Rickard L



Anonym



Illustration av Henrik N

Mycket nytt på Star Wars-fronten



Ja, på Star Wars-fronten händer det en hel del ute i rymderna så att säga. Det är oerhört spännande att följa hur det som från allra första början bara var en tvålopera, med osäker framgång under sin mer än fyrtioåriga historia vuxit till ett internationellt globalt fenomen utan like. Det är massor av nytt på gång, bland annat en spelfilm om Obi-Wan Kenobi och en säsongsbaserad tv-serie som gjort stor succé både bland kritiker och fantaster. Mandalorian-sviten utspelar sig emellan imperiets fall och The First Orders uppkomst. Obi Wan Kenobi skildrar Obi-Wans äventyr, mitt emellan episod tre och början av episod nummer fyra. Det lär även vara en spelfilm på gång om Darth Vader och senare även en om Yoda,

som måhända sedan släpps som tv-serier. Det är super-spännande att se hur dessa olika rollkaraktärer vidareutvecklas hela tiden, samtidigt som de ursprungliga grundlinjerna är precis de samma som förut. Filmteknik, specialeffekter, ljud och liknande hinner utvecklas vidare helt oerhört på mer än 40 år. Det har också i dess kölvatten framkommit massor av nya dataspel etc som har sina grundelement i dessa serier, samt naturligtvis massor av nya plastfigurer och leksaker.

Text: Carl-Johan

Bild: Anders



**RADIOFONTÄNEN**

– en någorlunda vardaglig radioshow

På FM 89,2 torsdagar 14.00. Välkommen!

Lite om noshörningar



Sydafrikansk trubbnoshörning

FOTO: LASSE E

Noshörningar lever i delar av Afrika (trubbnoshörningar och spetsnoshörningar) och Asien (indiska, java och Sumatranoshörningar). En gång i tiden fanns de även i Europa!

Dessa fascinerande megaherbivorer har vandrat på vår planet i hela 60 miljoner år! De har funnits i många underarter, men idag återstår bara de fem ovan nämnda, och är alla mer eller mindre hotade av människan.

Det finns totalt cirka 27000 noshörningar kvar i världen, vilket kan jämföras med en halv miljon kring förra sekelskiftet och 70 000 på trettiotalet.

De lever cirka 35-50 år och har ett eller två horn som inte sitter fast i kraniet utan i huden. Den gråaktiga huden varierar i nyans från art till art, samt beroende på vilken sorts gytta de vältrat sig i. Leran torkar in och skyddar mot stark sol, insektsbett och parasiter. Noshörningar ser bara på mycket nära håll, vilket tyvärr utnyttjas vid tjuvjakt, men hörseln är fenomenal, likaså luktsinnet. Förutom människan så har vuxna noshörningar inga fiender.

De afrikanska trubbnoshörningarna, även kallade vita noshörningar är de näst största landlevande däggdjuren på jorden och väger upp till tre och ett halvt ton! Bara elefanter blir tyngre. Ordet vit i namnet härstammar från det holländska ordet *widje* och syftar på artens vida överläpp, som är perfekt för att beta gräs med.

Afrikas vackra spetsnoshörningar är något mindre och uppkallade efter sina spetsigt formade mular, som är skapta för att länsa träd och buskage med.

De fascinerande semiakvatiska indiska pansarnoshörningarna älskar att simma och dyka. De är mest kända för att deras metalliskt gråbruna hud veckar sig som så att det ser ut som att de bär pansarrustning! Deras vetenskapliga namn är *Rhinoceros unicornis*, vilket för tankarna till sagornas enhörningar.

Javanoshörningarna lever sedan åttiotalet i en nationalpark på ön Java i Indonesien. Av dem finns endast ett fåtal individer kvar och de är idag ett av de mest sällsynta stora däggdjuren på jorden!

Sumatranoshörningarna som lever huvudsakligen på

ön Sumatra i Indonesien är minst och väger upp till ett ton. De har två stycken horn och är de närmast levande släktingarna till de förhistoriska ullhåriga noshörningarna från senaste istiden! Av dem finns endast ett fyrtiotal individer kvar i det vilda, vilket kan jämföras med cirka 800 så sent som på åttiotalet.

Människans utbredning leder till habitatförluster som i sin tur bland annat leder till brist på föda och ökad risk för inavel. Krig, politisk instabilitet och korruption är tillstånd som förenklar för tjuvjakt.

Noshörningshorn har länge varit en statussymbol i delar av Asien och i takt med att fler får det bättre ekonomiskt, så ökar efterfrågan. Utöver detta så används pulveriserat horn inom traditionell medicin främst i Kina och Vietnam och sägs bota allt ifrån lättare huvudvärk till malaria och cancer! Enligt gamla texter så har noshörningshorn använts inom kinesisk medicin i över 2000 år. Därtill så är det populärt som partydrog och kosttillskott. Det sägs också lindra baksmälla. Hornen som per gram är värda mer än kokain och tre gånger så mycket som guld på svarta marknaden består inte av ben utan av keratin (kraftigt tvinnat hår) och växer kontinuerligt likt våra naglar och hårstrån. Hornen är så eftertraktade att djuren inte ens går säkra på zoo eller uppstoppade på museum.

Det är vanligt att tjuvjägare som anlitas av kriminella gäng och försetts med utrustning, sederar noshörningar för att kunna såga av hornen. Djuren lämnas sedan att förblöda. Andra metoder är att förgifta dem med råttgift, att förse dem med elektriska stötar eller att skjuta dem till döds. Varje dag faller 1-2 noshörningar offer för tjuvjakt, endast för sina horns skull.

Sedan 2010 firas Internationella Noshörningsdagen (World Rhino Day) den 22 september varje år. Dagen instiftades av Världsnaturfonden för att uppmärksamma noshörningarnas situation i världen.

Boktips: Beyond Words-What Animals Think and Feel av Carl Safina.

Text av Lena



Sydafrikansk trubbnoshörning

FOTO: LASSE E

Intervju med praktikant Jasmine



Hej, vad heter du?

Jag heter Jasmine Ekdahl.

Vart ifrån kommer du?

Jag är född i Hörby, men har mest bott i Helsingborg och Sjöbo, men bor nu i Malmö.

Vad pluggar du?

Jag pluggar Socionomprogrammet på Malmö Universitet.

Hur länge kommer du att vara här?

Jag kommer att vara här tills i början av juni.

Hur gammal är du?

Jag är 27 år.

Har du partner-/s?

Ja, jag har en flickvän som heter Maja.

Har du några intressen?

Jag tycker om fotboll, spela datorspel och att umgås med mina vänner.

Känner du dig ensam ibland?

Ja, ibland så kan jag känna mig ensam.

Har du några husdjur?

Ja, jag har en katt som heter Schnitzel. Han är fem år, vi fyller år på samma dag.

Vilket stjärntecken är du?

Jag är våg.

Hur har den första tiden på huset varit?

Den har varit bra. Jag har känt mig välkommen och ser fram emot tiden här.

Är det någonting som vi inte vet om dig, som du kan dela med dig av?

Ja, jag håller på Helsingborgs IF, och det kanske inte är så populärt här.

Har du egen erfarenhet av psykisk ohälsa?

Ja, jag har GAD och har haft problem med panikattacker tidigare.

Hur dealar du med din GAD?

Jag har gått i terapi, sen försöker jag att hålla mig aktiv. Jag försöker också att prata om det, det tycker jag hjälper mycket. Jag tycker det är viktigt att prata om, det ska inte vara ett tabubelagt ämne då vi är så många som har psykisk ohälsa.

Tack för att jag fick intervju dig.

Tack själv!

Intervju: Bo S



Den 4/2 var vi på matmässa. Vi var tre stycken från service, Diana, Cajsa-Lisa o Lena. Samt tre från köket, Emeli, Ewa o Benny. Vi hade trevligt, vi fick prov smaka på kakor och friterad mat. Där var tävlingar och vi vann varsin coca-cola nyckelring. Emelie var duktig som vann en Löfbergs Lila leps. Trötta och belåtna var vi när vi gick hem.

Min katt & jag

Nu är det tio år sedan min katt Zingo flyttade in hos mig, hon var två år då. Det är en rödhårig hona vilket är ganska ovanligt. Min första katt jag hade flyttade in till mig när jag flyttade till en ny lägenhet. En kväll hörde jag något skrapande på dörren och sen tog hon sin plats hemma hos mig, Majsan hette hon. Det visade sig vara grannens katt. Tyvärr fick jag ta bort henne vid fyra års ålder på grund av sjukdom. Dagen efter fick jag ta hand om Zingo som grannen kom med. Min granne mådde

dåligt och kunde inte ta hand om henne. Hon ville vara ensamkatt. Hon var väldigt skygg och försiktig när jag fick henne, men hon var /är väldigt tillgiven till mig. Hon är väldigt sällskapssjuk och vill vara nära mig hela tiden. Zingo har varit och är väldigt viktig i mitt liv. När jag kommer hem så kommer hon och möter mig vid dörren. Jag är väldigt glad och tacksam för Zingo.

Text & foto: Ulf





*Vänskapen är en lång, lång resa och resan är en lärdom om livet i sig självt.
Universum är starstruckt och en explosiv energimassa av erfarenheter, kärlek och relationer.*



Vänner för evigt?
För evigt är en lång, lång tid!
Och tiden har en förmåga att förändra saker och ting.



Solid Fast Bestående Pansarsäker Vacker Tårar
Tröst Närhet Isär Ärlighet Dialog Kosmiskt Humoristiskt Kaos
/Herminia & Shawn

Vem är du?

Och. Vad är du tacksam för? Personligen är jag tacksam för Fontänhuset och alla dess medlemmar inklusive mig själv, och våra samtliga insatser för att göra Fontänhuset till en trygg, inkluderande och demokratisk arbetsplats.

Själv är jag inte alltid tacksam mot svenska staten, i synnerhet då de omhändertog min dotter som nu är tre år, nära några timmar efter att jag fött henne, med en del rena lögnar i utredningen som gjordes medan jag var gravid. Däremot så tackar jag dem för att jag har min försörjning från dem. Jag är också tacksam för att vara vid liv och numera, vid hyfsat god psykisk hälsa,

men jag har en fortsatt lång väg att gå till ett fullständigt välmående. Om det blir så får jag se, men jag hoppas på det. När det gäller religion så är jag som agnostiker inte säker på att jag alltid är tacksam mot Gud men jag försöker.

En sak som jag är tacksam för är mitt förflutna med alla människorna i det som format mig till den jag är. Jag är också ytterst tacksam för min familj, min mor och min pappa, min bror och min mormor och farmor som alla finns och har funnits där för mig. Samt såklart Fontänhuset och alla människorna däri som har gett av sig själva gott som ont, och dess möjlighet till gemenskap och rehabilitering.

Stort Tack till er Alla!
Over and out, Cicci.

Jag fyller 70-år



Jag skulle vilja informera er om att nästa fredag, om Gud vill, fyller jag 70 år och jag har varit medlem på fontänhuset i tio år. Jag märkte att livets tåg rör sig väldigt snabbt. I går stod jag i hallen och mindes när jag var barn, sedan ung man och nu en vuxen man.

Jag samlade mina minnen som om de vore ett fartfyllt band framför mig.

Så jag bestämde mig för att leva resten av mitt liv väldigt lugn och lycklig, aldrig benägen till sorg. Min ålder tillåter inte det.

Jag föddes den 18 januari 1955.

Tack.

Haqi, måndagen den 13 januari 2025

Tack för gratulation



Jag tackar alla så mycket att jag kände glädje inom mig med blyghet.

Jag känner verkligen att du är min familj här, och jag blir också överväldigad av glädje av era gratulationer till mig och presentationen av en vacker bukett blommor. Jag blev förvånad över det stora antalet medlemmar som gratulerade mig till min födelsedag via Facebook.

Jag skulle vilja tacka alla igen för deras kärlek på mig 70 - årsdag.

Tack alla!

Hälsningar till alla!

Haqi, måndagen den 20 januari 2025

Tack socialtjänsten



Socialen hjälper flyktingar som kommer till Sverige på olika sätt. Detta är ett väldigt vackert och underbart arbete.

Jag märkte att de har gett hjälp i många år. Men tyvärr finns det människor i alla åldrar, inklusive ett antal ungdomar, som varken studerar eller arbetar, som säger sig vara sjuka.

Därför måste socialen ut-

arbeta program med planer på att anställa människor och hjälpa arbetskraftskontoret. Detta är väldigt viktigt enligt min mening.

Jag hoppas att socialkontoret tänker om, så jag ber dem att uppmuntra unga att arbeta utan lathet och lögn. Jag ber om omprövning.

Socialen måste vidta snabba åtgärder för att uppmuntra människor att agera.

Stort tack till socialtjänsten!

Haqi, torsdagen den 7 november 2024

Dopceremoni

Jag ville berättade att på söndag 11.00 blir det ett väldigt trevligt program för barn i närvaro av ett antal familjer i kyrkan. Det är dop av barn och utdelning av godis och juice till dem.

Jag kände glädjen och med barnen i kyrkan.

Efter att dopceremonin var över gick vi alla till restaurangen inne i kyrkan där det delades ut soppa, godis, kaffe och te och vi pratade med alla. Jag var nöjd med det.

Hälsningar till alla.

Tack!

Haqi, måndagen den 3 februari 2025

Min älskade syster

Hur mår du nu? Jag hoppas du mår mycket bra. När jag träffade dig senast var du sjuk och på sjukhuset i 15 dagar. Jag var så orolig för dig. Dina barn mår bra. Jag är alltid i kontakt med din äldste son för att kolla upp dig.

Det viktiga är att själv, ta din medicin regelbundet och inte trötta ut dig från hushållsarbete.

Jag hoppas kunna besöka dig snart för att kolla upp dig för jag saknar att se dig.

Jag mår bra på Fontänhuset.

Haqi, onsdag 29 januari 2025

Bilder från vår julfest!





Slutlig intervju med praktikant-Måns

Vad tycker du om Fontänhuset nu efter 17 veckors praktik?

Jag tycker att Fontänhuset är mycket bra! För det första finns många intressanta och trevliga människor här! Sen har jag också upplevt att verksamheten är bra på så sätt att det betyder mycket för många människor. Jag har känt att det finns en god gemenskap mellan alla. Jag har inte fått några nya intressen förutom cyklar och socialt arbete och det beror på att jag har engagerat mig som praktikant här på Fontänhuset. Det har varit fullt upp helt enkelt.

Vad har du för framtidsdröm nu efter 17 veckors praktik?

Framtidsdrömmen är fortfarande densamma som tidigare men på kort sikt så vill jag ta semester i ett varmt land efter jag lämnat in min uppgifter! Sedan är jag även lite sugen på att skriva en masteruppsats i socialt arbete. Jag tackar alla medlemmar, handledare och chefer här på Fontänhuset. Kram till er alla!

Intervju: Bo Sterner

Bild: praktikant-Måns

Vill du få tidningen till din epost istället?

Skicka ett mail till oss på info@fontanhuset.se så får du tidningen som en pdf istället för i brevlådan.

The isles Yore

"Det mest realistiska dinosaurspel som finns"



The isles of Yore är ett indieutvecklat spel till PC.

NATUR: När man vandrar omkring i den storslagna och realistiska naturen i The Isles of Yore så känner man sig liten och ödmjuk inför den. Atmosfären fördjupas ytterligare av ljudlandskapet som förändras beroende på vilka djur som är i området och miljön som ljudet av porlande vattenfall och regn. Även skuggor är väldigt realistiska och likaså hur solljuset förändras under dagen för att till slut övergå till natt.

GRAFIK: Systemkraven är rätt höga och du behöver en kraftfull burk för att maxa grafiken men fördelen är att spelet har djupgående grafikinställningar som går att ställa in perfekt för att få bra FPS.

SPELARE: Andra dinosaurspel som Path of Titans (PoT) och The Isle är beroende av att världen befolkas av spelare. I Yore går det att spela med andra men AI-dinosaurer och smådjur gör att du inte känner att det saknas sällskap av andra spelare. Du kan även bli vän med andra AI-dinosaurer av din egen art och bygga, bo och jaga ihop som t.ex. grodor och fåglar m.m.

Andra spel: The isles of Yore är verkligen sin egen Ö i spellandskapet bland dinosaurspel just p.g.a. detta. Ständiga problem i övriga dinosaurspel är att köttätare och växtätare går omkring i grupper och jagar tillsammans vilket förstör inlevelsen. Spelet tävlar inte med



TEXT & BILD: USHRA.COM

övriga dinosaurspel utan snarare kompletterar om man vill ta del av en annan sorts upplevelse. Upptäckarglädjen i naturen är däremot inte lika stor som känslan av när jag spelade PoT.

Utveckling: Yore är gjort av en person och därför går utvecklingen långsamt men en ny karta att spela på närmar sig, likaså växtäta dinosaurer som vandrar till olika betesområden är på g. Han uppskattar starkt feedback och är genuint intresserad av att diskutera olika aspekter av spelet på Discord. Vill du spela tillsammans med någon annan så joina den :)

Betygsskala jämfört med andra dinosaurspel

Grafik: 5/5

Strid: 3/5

Ljud: 4/5

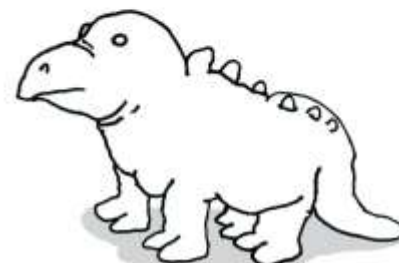
Natur: 5/5

Bättre i:

Path of Titans

Path of Titans

-



FYRAN - där PR är en konst och konst är PR



Någonting behövde göras. Fjärde våningen stod tom samtidigt som Media var fullt med folk och alla fick inte riktigt plats. Service hade för många arbetsområden och hann inte med alla viktiga PR-uppdrag, konstutställningar och rundvisningar av blivande medlemmar. Vi testade under 2023 att arbeta hela dagar med PR och konst från fjärde våningen och det gav förvisso väldigt fina resultat, men splittringen på Service och folksamlingen på Media bestod. Fortfarande stod fjärde våningen tom tre dagar av fem. Nej, här behövdes något rejält. Här behövdes en helt ny enhet!

Så, i början av 2024 gjorde vi slag i saken och lyfte upp PR, konst, introduktion. Mårten och Christoffer från Service skapade arbetsenheten *Fyran* helt och hållet. Dessutom plockades både den fysiska ateljén och arbetsområdet sociala medier från Media. I ett slag skapades både lite lugn på Service, lite liv till fjärde våningen och optimala förutsättningar för att utveckla arbetet med Fyrans arbetsområden.

Självklart är en arbetsenhet ingenting utan medlemmar så det blev viktigt i början av året att göra satsningen känd för alla, internt på Fontänhuset. Vi anordnade välbesökta visionsmöten och satte igång arbetet. Till sammans kunde vi definiera hur arbetet skulle fortskrida och mål sattes upp. Ytterligare ett syfte formulerades för enheten, nämligen att driva frågan om unga vuxna på Fontänhuset. Det handlar både om att nå ut med information till unga vuxna med psykisk ohälsa och att förhoppningsvis locka unga vuxna att arbeta med enhetens arbetsområden. Under året har medlemmar kommit och gått lite grann men vi har stadigt växt i antal hela tiden.

När det här numret av Fontänmagasinet ges ut har vi ca 25 aktiva medlemmar och många fler som hjälper till ibland.

Effekten på Fyrans arbetsområden har inte låtit vänta på sig. Vi klarar av fler PR-uppdrag är någonsin, har uppskattat och varaktigt samarbete med Malmö universitets socionomutbildning och har ställt ut konst på tre olika bibliotek under året. Dessutom har vi hunnit visa runt fler än 160 intresserade nybesökare och av dem har 50 blivit medlemmar under året. Allt det här har vi gjort utan att vi tagit tid från något annat och haft kul under tiden. Framöver planerar vi att fortsätta utveckla arbetsområdena. Exempelvis kommer vi göra en konstutställning på Komvux Malmö, göra PR-uppdrag riktat mot verksamheter som möter unga vuxna med psykisk ohälsa och på andra sätt arbeta vidare med frågan om unga vuxna.

Claudio Knutsson, vi känner dig som en trevlig kille som sjunger opera väldigt vackert. Vad lockade dig till enheten *Fyran*?

-Jag ville testa något nytt efter att ha varit på Service ganska länge. För mig känns Fyrans arbetsområden som en härlig utmaning.

Vad tycker du om arbetsområdena på enheten?

-Jag gillar att det finns möjligheter att skapa konst och dela erfarenheter med andra konstnärer här. Jag älskar att prata inför folk och visa intresserade vårt fina Fontänhus, så PR passar mig bra.

Text av oss på Fyran



Förändringar – från hav till land

Från en segelbåt på dem sju haven till en ny familj. Jag kom till Sverige när jag var 2 år. Jag blev adopterad av en familj med kärlek, en tuff sådan, men jag lärde mig mycket. Jag fick gå i terapi från det jag var 5, 6 år. Jag minns att jag lekte i sandlådan med små tennsoldater. Jag gick regelbundet i terapi fram tills jag var 18 år. Träffade min första kärlek när jag var 16 år. Det var en förändring som lärde mig vad kärlek var och vad det innebär att leva med en likasinnad.

Dessutom fick jag uppleva hur det är att känna sig vacker och accepterad. Vi dansade alltid och njöt av musik och popcorn. Mitt liv har varit och är alltid fullt av förändringar. Det är en del av livet och jag har lärt mig mycket. Men det kan vara svårt med förändringar också. Det är inte bara rosbladen som följer med ett liv

av adoption utan även taggar med agg också. Jag vet vem jag är idag, vad jag tränat till i livet och vad jag vill göra med mitt liv.

Från att ha varit osocial, utstött, tyst och ensam så har jag nu fått ett liv med vänskap, kollegor, kreativitet och socialt flöde. Man kan väl säga att jag har gått från att vara sjösjuk till att flyta på vågorna i livet. Det är ett liv fyllt med vågor av små bäckar till en ocean av kärlek. Och bästa av allt, jag har funnit min sjömansröst med en grundad bas.

Jag vill påminna om att även om livet är som en krokig väg så är det också en väg att vandra genom vackra berg, skogar och näckrosbäckar. Det är trots allt de små tingen i livet som är det vackraste att minnas.

Text och bild: Shawn

Full koll!

Händer
i vår!

Media:

- Live- och poddsändningar hela våren
- Lunchdisco varje torsdag 12.30
- Spela in vår ljudbok
- Årsmöte radioföreningen

Vägar ut:

- Diverse studiecirklar
- Studiebesök på arbetsplatser efter önske-mål
- Workshops på tisdagar
- Vägar Ut tidningen samskapas
- Mimi Folkhögskola, distanskurser
- Jobb- och utbildningsmässor

Fyran:

- Kreativt/konstarbete tisdagar klockan 13.15
- Ledningsgruppsmöte 4/3
- Konst och Kulturmöten fredagar 13.15
- Läsningar av boken *Dom säger jag är sjuk*
- PR-möte onsdagar 13.15
- Utställning på Garagets bibliotek
- Olika PR-uppdrag

Restaurangen:

- Bowling första onsdagen i månaden
- Temaveckor

Service:

- Trädgårdsmöte
- Lunchkör på Malmö Live nästan varje onsdag 12.15-12.45 fram tills 18/12. Avgång från huset 11.50
- Kvällsöppet på tisdagar.

Är du mellan 18-29?
Då är du välkommen på
unga vuxna-fika
7/3, klockan 13.00 på Fyran

Sverigekonferens
i Ängelholm
8-10 april

Veckan

Måndag:

Redaktionsmöte
Introgruppsmöte
Planeringsmöte

Torsdag:

Radiofontänen sänder Live
Mimi Folkhögskola

Tisdag:

Gym & simning
Föreläsningar/ Workshops
Kvällsöppet
Mimi Folkhögskola

Fredag:

Gym & simning
Mimi Folkhögskola
Husmöte & fika

Onsdag:

PR-möte
Klubbmöte (månatligen)

Dessutom är det **enhets-möte** dagligen 8.30 & 13.00 och **söndagsmiddag** varje söndag.