

PSYKT BRA JOBBBA!

FELLESKAPET TRENGER DEG



Nå er det på tide å ta tak s. 2

Hva er fontenehus? s. 3

Hjerte for folk og hode for tall s. 5

Et varsku om et psykt samfunn s. 7

Slik skal vi bidra til bedre psykisk folkehelse s. 8

NÅ ER DET PÅ TIDE Å TA TAK

Psykisk uhelse er felleskomponenten i våre mest alvorlige samfunnsproblemer: Frafall i skolen, unge uføre, barnefattigdom, langvarig arbeidsledighet, integreringsproblemer, voldskriminalitet, ruslidelser og selvmord for å nevne noe. De personlige lidelsene er uholdbare. Konsekvensene for de pårørende er altfor ofte tragiske, og velferdssystemet belastes på en måte som ikke er bærekraftig.

- 43% av mottakere av arbeidsavklaringspenger har en psykisk diagnose ([NAV 2022](#))
- 36% av alle uføre er i diagnosegruppe psykiske lidelser. ([NAVs ferskeste tall, 2016](#))
- 21% av sykefravær begrunnes av psykiske lidelser. ([NAV 2022](#))
- Antallet uføretrygdede i 20-årene er doblet bare siden 2014. ([SSB 2021](#))
- Utgiftene til uføretrygd passerte 100 milliarder kroner i både 2020 og 2021. ([Regjeringen 2021](#))

To år med pandemi har gjort ensomheten og uroen enda verre for de som allerede har det vanskelig. Da pandemien endelig løsnert litt på grepet, fikk vi en brutal krig i Ukraina. Verdens flyktningestrøm økte brått, og enda flere trenger nå støtte til å innlemmes i fellesskapet Norge på en verdig måte.

En svært krevende samfunnssituasjon har med andre ord gått fra vond til verre. Dette er en situasjon som angår oss alle. For hvem som helst kan rammes av psykisk uhelse, enten direkte eller som pårørende. Derfor er tiden inne for å invitere hele det norske folk til et krafttak for bedre psykisk folkehelse og bedre arbeidsinkludering.

En vei ut av ensomhet, og inn i meningsfulle hverdager

Den internasjonalt anerkjente fontenehusmodellen bidrar i dag til nettopp bedre psykisk helse og arbeidsinkludering. Den knytter folk sammen, skaper meningsfulle hverdager, gir håp og hjelper folk videre i livet.

Med TV-aksjonen kan vi oppskalere virksomheten. Sammen kan vi spre velutviklet praksis og kunnskap om psykisk helse og arbeidsinkludering til hele landet. Vårt eksisterende program for flyktninger er også fullt mulig å oppskalere, slik at også flere flyktninger som strever psykisk finner fellesskap og psykososial støtte hos oss.

Vår utfordring er ikke om vi kan hjelpe, men hvordan vi kan hjelpe flere. Vår plan for gjennomføring innebærer følgende tre tiltak:



Nye Fontenehus

Vi etablerer fontenehus flere steder, slik at flere får et arbeidsfellesskap nær seg.



Møteplasser i utkantstrøk

Vi utvider det geografiske nedslagsfeltet for eksisterende fontenehus, og tar med oss arbeidsfellesskapet ut i periferien for å nå flere.



Kurs i arbeidsinkludering og psykisk helse

Et utvalg eksisterende fontenehus blir kompetanse-sentre, som sprer metodikk og beste praksis til blant andre miljøarbeidere, helsepersonell, lærere og arbeidsgivere.

HVA ER FONTENEHUS?

Fontenehusene er frivillige, likeverdige arbeidsfelleskap for mennesker med psykiske heleseutfordringer. Alle er velkomne, og vårt mål er å motivere mennesker til jobb, studier, og aktive liv.

Fakta om fontenehus:

- Du trenger ingen henvisning og medlemskap er uten tidsbegrensning.
- Medlemskap er gratis, livssynsnøytralt og politisk uavhengig.
- Medlemmene får støtte til å komme inn i jobb eller studier, finne en bolig, rydde i økonomien, komme i kontakt med hjelpeapparatet eller løse praktiske utfordringer.
- Ambisjon om ordinær jobb er ikke et krav. Medlemmer som mottar uføretrygd, opplever også at å være på fontenehusene er givende og sunt.
- På verdensbasis finnes over 300 fontenehus. 21 av disse er i Norge.

Vi kaller ikke folk klienter eller brukere, men medlemmer. Medlemmene deltar frivillig og yter etter egen evne. Mange medlemmer bruker fontenehuset som et sted å komme seg inn i jobb eller studier. Andre mottar uføretrygd, men tiltrekkes av den strukturerte, arbeidsorienterte hverdagen i fellesskap med andre. Enkelte utføre kommer til og med ut i ordinært arbeid eller inn i utdanning, etter en tid som fontenehusmedlem.

Ansatte og medlemmer jobber side ved side med å drifte fontenehuset. Her finnes ingen dørskilt hvor det står kun ansatte. Alle møter og beslutningsprosesser gjennomføres av ansatte og medlemmer sammen. Samarbeid om arbeidsoppgavene utvikler tillitsfulle relasjoner og dyrebare sosial erfaring for mennesker som har lett for å bli isolert.

Gull i CVen

10,5 % av befolkningen i Norge mellom 18 og 67 år mottar uføretrygd ([SSB 2021](#)). For mange er ikke dette nødvendigvis en kronisk tilstand, og det finnes ofte mer uforløst kraft og vilje i folk enn man tror.

Alle skal ikke ha ordinært arbeid. Men uansett arbeidskapasitet: Alle kan vokse på mestringsopplevelser i et tolerant og arbeidsrettet miljø. Et sted hvor du får komme som du er. Noen dager har du mye å bidra med. Andre dager holder det i massevis å komme seg opp, og møte et fellesskap som bryr seg om deg.

Vi trenger alle å omgås andre mennesker. Noen å si god helg til på fredagene. En følelse av å være nyttig for noen. Et trygt, sunt og tolerant sted å være ønsket. Et sted å jobbe sammen og dyrke hverandres gode egenskaper.

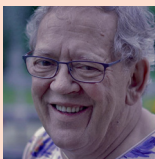
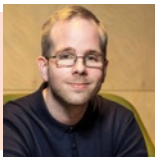
Det kan være en påkjenning å forholde seg til Nav og helsetjenestene når man er i en sårbar livsfase. Særlig om man har et uavklart boforhold og et begrenset sosialt nettverk. Fontenehusene bygger broer i et fragmentert helse- og velferdssystem. Vi gjør det enklere for medlemmer å håndtere de ulike krav og livsutfordringer de må forholde seg til.

Ved å anerkjenne og gi rom for at utviklingstempo er ulikt fra person til person, får vi tak i det som virkelig bor i folk. Vi ser gang på gang at evner og ressurser utløses i mennesker til deres egen overraskelse og begeistring. Arbeidshåpet tennes, og vanskelighetene man har hatt blir nå en hindring man har overvunnet. Flere av våre medlemmer bruker nå sine egne erfaringer i jobbene de har fått seg.

«Resultatene taler for seg. Fontenehusene har gjennom historiene til enkeltmenneskene og tall vist oss hvordan de får mennesker inn i aktivitet, utdanning og arbeid. Litt ekstra støtte kan være det sårbare mennesker trenger for å klare å skape en bedre hverdag for seg selv og sine nærmeste. Vi trenger alle som bidrar til å mobilisere kraften i mennesket. Det er fontenehusene gode på.»

– Bjørnar Skjæran, nestleder i Arbeiderpartiet



Virkeområder	Mål	Verktøy
Drift av fontenehuset	Øke livskvalitet og arbeidsevne.	Motivere medlemmer til å være med i kantinedrift, kontorarbeid, vedlikehold og organisasjonsarbeid.
– Uten fontenehuset hadde jeg vært død i dag. Frank er et arbeidsjern med en lang yrkeskarriere bak seg. Som pensjonist holder han seg aktiv som medlem på Fontenehuset Rygge. De mange unge han er mentor for på huset syns det er vanskelig å forestille seg at klippen Frank har skrevet sitt eget selvmordsbrev to ganger.		
Arbeid	Medlemmer kommer ut i det ordinære arbeidslivet.	Skaffe medlemmer overgangsarbeid (s. 4). Gi støtte til arbeidsgivere. Støtte medlemmer i ordinært arbeid. Kvalifisere medlemmer til å søke arbeid. Gi støtte til å stå i jobb.
– Jeg ville forsvinne. Som 18-åring ble Marius Pettersen erklært ufør. I sin mørkeste periode forsøkte 25 år gamle Marius Pettersen å ta livet sitt flere ganger i uka. Redningen ble møtet med fontenehuset. I dag er han fast ansatt som prosjektleder i Oslo kommune.		
Utdanning	Medlemmer tar utdanning	Gir studieveiledning og studietid på huset. Støtter medlemmer som er i studier.
– Endelig klarer jeg å lære ting! Birte hadde falt ut av skolesystemet og gitt opp skolegangen, men på fontenehuset endte hun med å etterspørre mer matteundervisning enn hun først var tiltenkt.		
Mestring i dagliglivet	Medlemmer opplever selvtilit og mestring i møte med mennesker rundt seg, og praktiske problemer.	Prosjekt og kursing som veileder medlemmer til å mestre egen økonomi. Veilede medlemmene i å søke bosted. Bistå medlemmer i håndtering av hjem og bolig.
– Da jeg var på omvisning på fontenehuset hørtes det for godt ut til å være sant. Det har endret livet mitt drastisk, og det har gitt meg en livskvalitet og en følelse av egenverdi jeg aldri hadde trodd jeg kom til å kjenne på. (Erica, Trondheim)		
Bistand til å møte det offentlige apparatet	Medlemmer blir selvhjelpen i møte med tjenestene.	Vi forbereder medlemmer til å møte NAV, fastlege, andre kommunale etater mm.
– Fontenehuset gir meg et sted hvor jeg finner god sosial kontakt sammen med folk på min egen alder. Her får jeg strukturen jeg trenger i hverdagen. (Molly, Hønefoss)		
Bevisstgjøre omgivelsene og ufarliggjøre psykisk uhelse	Bryte ned stigma og normalisere mangfold og variasjoner innen psykisk helse.	Medlemmer bidrar i formidlingen av fontenehusets effekt til lokalbefolkningen, sentrale og lokale politikere og andre mulige støttespillere. Arrangere åpen dag og delta på konferanser og arrangementer.
– Hva har skjedd med deg pappa? Etter at jeg har vært på fontenehuset i omtrent tre uker, ringte jeg sønnen min for å fortelle han hvordan jeg har det. Før jeg kom til ordet spurte han meg: <i>Hva har skjedd med deg pappa? Du ligner på den gamle deg, og det går an å prate med deg.</i> Jeg vet med meg selv at ingen andre ting har forandret seg, bortsett fra min tilværelse her på huset. (Mohsen, Nordre Follo)		

En mulig vei til arbeid: Overgangsarbeid

Overgangsarbeid er gjerne medlemmers første skritt på veien ut i arbeid. Dette er tarifflønnende deltidsstillinger i det ordinære arbeidslivet der arbeidsgiver betaler lønn direkte til medlemmet. Arbeidsforholdet inkluderer likevel fontenehuset, som forplikter seg til oppfølging av både medlem og arbeidsgiver. Fontenehuset garanterer dessuten vikar om medlemmet skulle utebli. Arbeidserfaringen bidrar til å tette hull i CV-en og gir ferske referanser, en klar fordel når en senere skal søke en ordinær jobb.

Fra New York til Tromsø – våre internasjonale røtter

I New York i 1944 møttes en gruppe utskrevne psykiatriske pasienter som var lei av gjeninnleggelser. De visste de hadde ressurser som de bare ikke lyktes å få uttelling for. Gruppen etablerte i 1948 et arbeidsorientert møtested i et lokale med fontene i bakgården. Dette inspirerte til navnevalget Fountain House. Gruppen knyttet så til seg profesjonelle helsearbeidere til likestilt deltakelse i driften, og utviklet over tid fontenehusmodellen. [Dette første fontenehuset](#) er fremdeles i full drift, med avdelinger i både Manhattan og Bronx. Stavanger var først ute i Norge med etablering i 1995.

Det internasjonale nettverket av fontenehus består nå av 300 fontenehus fordelt på 33 land; fra USA, til Sør-Korea, Gibraltar til Uganda, og verdens nordligste i Tromsø.

«Dere bidrar til at samfunnet rundt ser med nye øyne på mennesker med psykiske helseutfordringer. Dere tilbyr et samlingssted og et sosialt fellesskap med struktur og hverdagslige rutiner. Det er helt uvurderlig. Behovet for slike tilbud er særlig tydelig under pandemien, hvor vi alle er mer sårbare for ensomhet og isolasjon. Derfor er jeg glad for å høre at dere har funnet nye løsninger for virtuelle fellesskap, med nettlunsjer og andre aktiviteter.»

– Tidligere statsminister Erna Solberg til fontenehusenes 20 års-jubileum i 2020.



HJERTE FOR FOLK OG HODE FOR TALL

Våre årlige undersøkelser viser at fontenehusmodellen gir målbar effekt. Medlemmer som var aktive i 2021 rapporterer:

- 85 % opplever bedring av egen helse
- 56 % har fått større tro på egne muligheter i arbeidslivet
- 47 % har redusert behov for innleggelse
- 43 % er i ordinær jobb, praksis eller studier

Doktorgradsstipendiat Orsolya Reka Fekete fullførte i 2022 et [kvalitativt studium](#) av norske fontenehus. Feketes funn var at medlemmene opplevde bedring av to årsaker:

1. Fellesskapet oppleves som støttende, aksepterende og i enkelte tilfeller som en ekstra familie.
2. Muligheten til å utføre meningsfullt arbeid i rammer som er lik rammene i det øvrige samfunnet.



Vi vant Schizofrenidagenes ærespris 2021! Prisen går til personer eller organisasjoner som har utmerket seg gjennom sitt virke innen psykisk helsefeltet gjennom forskning, behandling, åpenhet, kunnskap, informasjon og antistigmaarbeid.

Vi tror på viktigheten av forskning som ser på effekter av fontenehusmodellen over lengre tid, både bedring av livskvalitet og muligheter for jobb og studier. Derfor ønsker vi å sette av 5% av TV-aksjonsmidlene til videreføring av et påbegynt forskningsprosjekt i samarbeid med Oslo Economics.

En stødig modell med ambisjoner

Fontenehusene daglige drift bidrar positivt til utenforregnskapet. Samtidig jobber vi for å ta plass i samfunnsdebatten med våre perspektiv. Fastlegene har lenge etterlyst noe å tilby i tillegg til medisin og henvisning til behandling. Psykologene på sin side vet at livet leves mellom konsultasjonene. De ønsker derfor å tilby pasientene sine noe sunt til å fylle tiden mellom behandlingene.

Dette er bakgrunnen for kampanjen Psykemelding som vi lanserer høsten 2022. Her setter vi på dagsorden at fastlege og psykolog må få mulighet til å skrive ut resept på mer enn medisiner. Nærmere bestemt resept på fellesskap med tilfriskende effekt for den psykemeldte, for å motvirke at hen isolerer seg. Gode liv er mer enn bare behandling!

På dette grunnlaget kom vi inn i programmet til Arendalsuka i år. Til [vårt arrangement](#) har vi fått med oss tidligere arbeid og sosialminister Torbjørn Røe Isaksen, Den Norske Legeforening og direktør i Veidekke AS, Lars Erik Lund.

– **Å tilhøre fellesskap er avgjørende for de fleste.** Veien tilbake til et aktivt samfunns- og arbeidsliv kan være lang, men dere sørger for at mennesker får de beste forutsetninger for å klare nettopp det. Fontenehus Norge spiller en viktig rolle for mange som sliter psykisk, og jobben dere gjør kan bare beskrives som uvurderlig. Marit Hermansen, tidl. president i Den norske legeforening



Vi spiller på lag med enkeltmennesket og lokalsamfunnet

- Våre 4575 medlemmer opplever bedre helse, og heier fram hverandres utvikling.
- Medlemmene nedla i fjor 268 161 frivillige arbeidstimer. Det tilsvarer 153 årsverk.
- Vi utløser kompetanse i mennesker som de selv ikke har turt å ta frem.
- Vi hjelper ungdom å gjennomføre videregående opplæring.
- Fontenehusenes hjemkommuner får hjelp til å nå målene sine, og vi har solid forankring i lokalsamfunnene.



– **Fontenehuset fikk meg ut av isolasjon og inn i arbeid.** Fastlegen anbefalte Einar ufnøretrygd, men så fant han veien til fontenehuset. Nå har han utdanning, er gift, har fast jobb og planer for framtiden.

Vi spiller på lag med næringslivet

- Vi har god bredde i samarbeidspartnere og økonomiske støttespillere. Vi får hjelp fra politiske nøkkelpersoner, private givere, lokale bedrifter og veldedige organisasjoner som sponser fontenehusene med varer og tjenester.
- I styrene sitter personer med bred kompetanse, stort nedslagsfelt og sentrale posisjoner i norsk samfunns- og næringsliv.

– **Det å ansette et medlem fra fontenehuset har vi opplevd veldig positivt.** Vi fikk et medlem som var motivert, og passet veldig godt inn i vårt arbeidsmiljø, så det har bare vært en glede. (Rune Kjølstad, Næringsforeningen Drammen)



Vi spiller på lag med arbeids- og helsemyndighetene lokalt og nasjonalt

- Vi bidrar til å løfte folk ut av passive mottakerroller, og inn som bidragsyttere i samfunnet.
- Hver elev i videregående skole som kommer i jobb i stedet for å leve et langt liv som uføretrygdet, sparer samfunnet for 15,9 millioner kroner i reduserte trygdeutgifter og økte skatte-inntekter. ([Vista Analyse 2019](#))
- Helse- og omsorgsdepartementet har økt bevilgningene til fontenehusene fra 5 millioner i 2012 til 60 millioner i 2021 etter hvert som vi har vokst og vist effekt av tilbudet.
- NAV spiller på lag med oss stadig flere steder. Tre fontenehus er leverandør av NAV-tiltaket arbeidsforberedende trening.

– Vi trenger fontenehus i Norge fordi hjelpeapparatet er altfor oppsplittet. Det er få som har et sted å gå når de formelt er regnet som ferdig behandlet. Det er dette tomrommet mellom behandling og arbeid eller studier fontenehus fyller, og det gjøres på en fantastisk god, varm og inkluderende måte. (Marianne Bor-gen, Ordfører i Oslo, SV)



ET VARSKU OM ET PSYKT SAMFUNN

At antallet uføretrygdede i 20-årene er doblet siden 2014 er svært bekymringsfullt. Like ille er det at 6000 flere enn normalt ble henvist til barne- og ungdomspsykiatrien (BUP) i fjor. ([SSB 2021](#))

Den negative utviklingen bekymrer både oss og helse- og omsorgsminister Ingvild Kjerkol. Fontenehus Norge er bedt om å komme med innspill til regjeringens opptrappingsplan for psykisk helse. Der vil vi bruke vår stemme klokt, for denne trenden må snus nå. Spesielt viktig er løsninger som hindrer unge i å falle utenfor utdanning og arbeidsliv. (Mer om dette på side 8.)

De pårørendes belastninger

Pårørende til en med for eksempel depresjon og angstlidelser, sliter ofte med konsentrasjon og søvn. Bekymringene sprer seg til alle i familien som må leve midt i krisen. Folkehelseinstituttets beregninger tilsier at hver person i gjennomsnitt har 10 pårørende. Og forsker ved Aarhus Universitet, Nanja Holland Hansen har funn som viser at opp mot 50 prosent av pårørende selv blir syke.

I 2020 begikk minst 639 mennesker selvmord. I disse tilfellene settes de nærmeste etterlatte ut av spill ekstra lenge. For hvert selvmord er det så mange som [135 etterlatte og berørte totalt](#), på grunn av det tunge psykososiale avtrykket knyttet til disse hendelsene. De pårørende kan med andre ord ikke oversees om vi vil tegne et realistisk bilde av konsekvensene knyttet til psykiske lidelser.

Behov for fontenehus i hele landet

I løpet av pandemi-årene 2020 til 2022 har disse åtte stedene åpnet Fontenehus: Ullensaker, Mortensrud, Nordre Follo, Fredrikstad, Senja, Arendal, Ålesund og Hadeland (åpner september 2022). Denne kraftige framveksten av fontenehus gjør to viktige ting klart: For det første at behovet er stort. For det andre at også små steder starter fontenehus og lykkes med det.

SLIK SKAL VI BIDRA TIL BEDRE PSYKISK FOLKEHELSE

For å lykkes med å nå raskt ut til flere vil vi bruke TV-aksjonsmidlene til å gjennomføre tre tiltak:

- Etablere nye fontenehus der behovet er størst
- Utvide de geografiske virksomhetsområdene rundt eksisterende fontenehus
- Invitere arbeid- og helseaktører inn til å ta kurs og utviklingspakker i fontenehusmodellen

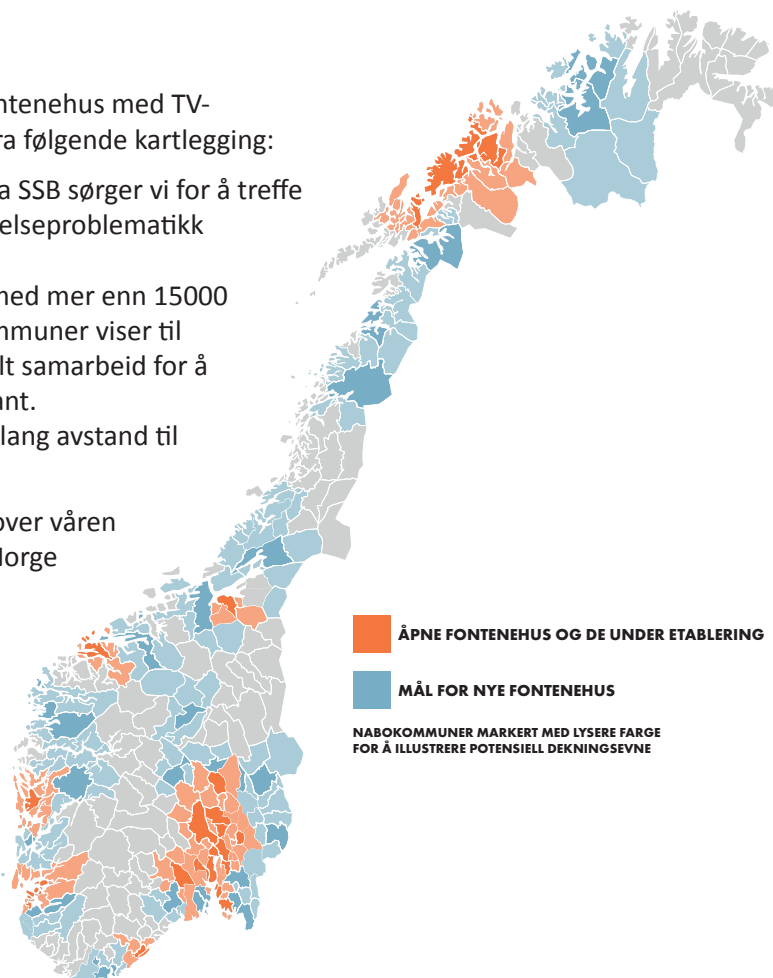
Tiltak 1: Etablere nye fontenehus

Det aktuelt å etablere opptil åtte nye fontenehus med TV-aksjonsmidlene er. Plassering velges utfra følgende kartlegging:

- **Behov** – Med utgangspunkt i data fra SSB sørger vi for å treffe der uførhet, skolefravall og psykisk helseproblematikk rammer tyngst.
- **Befolkningsgrunnlag** – Kommuner med mer enn 15000 innbyggere prioriteres. Om nabokommuner viser til bindende vedtak om interkommunalt samarbeid for å oppnå antallet, er det også interessant.
- **Geografisk spredning** – Steder med lang avstand til nærmeste tilbud vil prioriteres

Kartleggingen gjøres høsten 2022 og utover våren 2023. I samme tidsrom vil Fontenehus Norge informere aktuelle kommuner om de menneskelige lettelsene og økonomiske besparelsene fontenehus gir. Utfra hva vi vet i dag er følgende byer aktuelle for etablering av fontenehus: Bodø og Kristiansand. Videre er Hammerfest, Førde og Steinkjer er eksempler på aktuelle steder med lang avstand til etablerte fontenehus. Dette kan endre seg noe etter kartleggingen.

Fontenehus Norge har mange års erfaring med etablering. Vi har god struktur for å involvere kommuner, lokale samarbeidspartnere og fontenehus i nærheten. Vi sikrer alltid forankring i den aktuelle kommunen, ved å forutsette at kommunen fatter vedtak om å bidra økonomisk. Vi knytter oss alltid tett til relevante frivillige organisasjoner, offentlige instanser, utdanningsinstitusjoner og næringsliv.



Tiltak 2: Møteplasser i utkantstrøk – Organisert etter fontenehusmodellen

Målet med tiltaket er å utvide virksomhet ved eksisterende fontenehus, slik at vi når folk som bor i utkantstrøk. I periferien rundt etablerte fontenehus, etableres underavdelinger av eksisterende fontenehus, som fungerer som møteplass og arbeidsrettet arbeidsfellesskap. Dette for å nå ut til mennesker vi vanligvis ikke kan tilby fontenehus på grunn av skrint befolkningsgrunnlag.

Underavdelingene etableres og driftes innunder eksisterende fontenehus («moderhus»). Det vil gjøres en kartlegging av nærområdene og utredning av mulige samarbeidspartnere som kommuner, næringsliv og aktører i ideell sektor.

Driften av underavdelingene implementeres som en del av driftsoppgavene til «moderhuset» og utføres etter prinsippene i fontenehusmodellen.

Medlemmer tilknyttet underavdelingen deltar i arbeidsrettet dag og i det sosiale felleskapet kan også kobles digitalt til moderhuset hvis de ønsker det. På den måten får medlemmer i utkanten delta i møter, arbeidsoppgaver og aktiviteter utover åpningstiden til underavdelingen.

Denne idéen praktiseres i dag av Fontenehuset Asker på tettstedet Tofte. Dette etter ønske og inngått avtale med kommunen. Praksisen har gitt folk i utkantstrøk muligheter de ikke hadde før, og har allerede gitt enkelte støtte til å komme ut i ordinær jobb.

Vi ser et stort potensial i å videreutvikle og utbre denne måten å tilby felleskap til flest mulig. I Trondheim for eksempel, ser de for seg å etablere og drifte underavdelinger i Orkdal, Røros og Stjørdal.

Vi ønsker også å åpne for andre tiltak i fontenehusene, som utvider virksomheten og bidrar til å nå flere som kan trenge et fellesskap som fontenehus gir.

Eksempler på nyskapende samarbeid mellom fontenehus og andre instanser:

#Psykt bra mangfold – Fontenehusenes program for integrering og inkludering av mennesker med flyktningbakgrunn. Dette utføres i samarbeid med IMDI (finansiering), folkeuniversitetet og introduksjonsprogrammet for flyktninger.

#SMS – Studier med støtte – Fontenehuset Rygge benytter lærerressurser fra Soroptimistene i sin støtte til elever fra Malakoff VGS. Avtale med skolen er at elever som sliter med å møte opp på skolen grunnet psykiske plager, slipper fravær hvis de stiller opp på fontenehuset. Prosjektet sees på med stor interesse, og vi samarbeider nå med Mental Helse Ungdom for å prøve dette ut flere steder.

Fellesskap på hjul – Samarbeid mellom Moss kommune og Fontenehuset Rygge, Frelsesarmeen, Varmestua, Kirkens Bymisjon og Evangeliesenteret. De bytter på å ruller rundt med en mobil møteplass i form av en kassebil, som kan gjøres om til kaffebar med vaffelservering. Folk inviteres til samtale og til å bli kjent med fontenehus og andre arenaer for fellesskap.

Samarbeid med kommuner, tjenesteapparat og frivillighet er med andre ord både mulig og aktuelt.



Tiltak 3: Kurs i arbeidsinkludering og psykisk helse

Fontenehusene gir det videre! Opptil fem eksisterende fontenehus rustes for å bli kurs- og kompetansesentre. Gjennom kursene sprer vi kunnskap fra fontenehusmodellen som er nyttig for folk utenfor vår organisasjon.

Målet er å tilby nye løsninger for arbeid med inkludering og rehabilitering, for miljøarbeidere, helsepersonell, NAV-ansatte, lærere og arbeidsgivere.

Slik strukturerer vi kunnskapsdelingen

1. Tilby hospiteringsordninger

Fontenehusene har lang erfaring med å ta imot studenter fra høyere utdanning. Erfaringen brukes til å utvikle hospiteringspakker for andre målgrupper.

Eksempel: Arbeidsgivere som ønsker å bli bedre på inkluderende arbeidsliv og oppfølging av ansatte med psykiske helseutfordringer. De får hospitering på et fontenehus og deltar side-ved-side med medlemmer i arbeidsdagen. Dette gir praktisk erfaring med inkludering og tilrettelegging av arbeidsoppgaver. Dagen avsluttes med en refleksjonstime sammen med medlemmer og medarbeidere. Der drøftes holdninger, likeverd og verktøy for inkludering og oppfølging. Hospitanten får med seg konkrete verktøy til bruk på egen arbeidsplass.

2. Tilby kurs og utviklingspakker

Fontenehusmodellen kan gi unikt påfyll til miljøarbeidere, og overføres til andre tilbud i samfunnet. Dette vil gjelde blant andre beboere på asylmottak og omsorgsboliger, eldre på sykehjem og elever i yrkesfaglig utdanning. Gode mestingsopplevelser, og styrket følelse av å være nyttig er relevant for oss alle, men spesielt for disse gruppene.

Mange medlemmer ved fontenehusene har lang erfaring som pasienter og brukere av helse og omsorgstjenester. De har verdifull kunnskap om hvordan fontenehusmodellen har gitt noe nytt, en arena for vekst og utvikling, der de blir hørt, møtt og sett. Denne erfaringskunnskapen står høyt i kurs hos helsefagarbeidere vi samarbeider med, og det er mange medlemmer som ivrer etter å formidle den.

Aktuelle tema for kurs og utviklingspakkene:

- Strukturer for å involvere og motivere
- Mobilisering av menneskers ressurser
- Psykt bra mangfold – integrering i et psykisk helse-perspektiv
- #SMS – Studie med støtte, for å fullføre utdanning
- Håndtering av egen økonomi – for selvstendiggjøring og forebygging av unødvendig gjeld
- Jobb og studiestøtte – for å få og beholde jobb og studier

3. Utarbeide og tilby veiledere

Mange års erfaring og arbeid med fontenehusmodellen, og vellykkede prosjekter danner grunnlaget for forskjellige veiledere i digitalt- og papirformat. I tillegg til verdifull erfaringskunnskap vil veilederne bygge på kunnskap fra forskning og beste praksis.

Eksempler på veiledere:

#Psykt bra mangfold: Integreringsprosjekt med midler fra IMDI. Fontenehusene Asker og Rygge lagde dette, og prosjektet tas nå i bruk av Ullensaker og flere andre fontenehus.

#SMS (Studie med støtte) Fontenehuset Rygge har sammen med Soroptimistene og Malakoff videregående skole lyktes å tilby skoleungdom en tilpasset læringsarena: Elevene som ikke klarer å gå på skoen på grunn av psykiske utfordringer slipper fravær om de møter opp på Fontenehuset.

Prosjekt økonomiforståelse ved Fontenehuset Hønefoss hjelper medlemmer å få styr på privatøkonomien. Samarbeidspartnere er blant andre Sparebank1, Argus Kreditt NAV og Skatteetaten. Kurset ble svært etterspurt og fontenehusene som blir kompetansesentre kan bidra med å få det ut til flere.

– Hadde noen sagt da jeg kom inn på fontenehuset at jeg kom til å havne i fast jobb igjen, så hadde jeg ikke trodd på det. Men det er muligheter! Det går an! Psykiske problemer holdt Marit borte fra yrkeslivet i 12 år. Med hjelp fra fontenehuset fikk hun et overgangsarbeid, og til slutt fast jobb som det hun er utdannet som: Apotektekniker.



VI MÅ GJØRE MER AV DET SOM NYTTER, OG VI MÅ GJØRE DET NÅ!

Det er på tide å gjennomføre tiltakene vi vet virker, i et omfang som monner. La oss tilby mennesker som sliter psykisk noe mer enn en pasientrolle. Noe annet enn et klientnummer. Noe mer verdig. Noe varig. Et felleskap.

Gjennomfører vi de tre tiltakene vi har beskrevet, oppnår vi et landsdekkende løft for arbeidsinkludering og psykisk helse. Vår metodikk utfyller eksisterende ordninger, og spiller sammen med andres kompetanse. Vår TV-aksjon kommer hele befolkningen til gode gjennom å løfte de som trenger det mest.

Sammen med det norske folk, næringslivet, frivilligheten og fagfolk kan vi klare nettopp det. Problematikken har vi 25 års erfaring med. Realiserer vi dette prosjektet, vil tusenvis av mennesker med psykiske helseproblemer og deres pårørende få hjelp. Mennesker som ville slitt i både Nav- og helsekø, med et krevende liv på utsiden av felleskapet.

Fontenehusene sitter på en unik helhetsforståelse av sammenhengene mellom psykisk helseproblematikk, mangel på jobb, og isolasjonen det medfører. La oss dele våre nyttigste verktøy og vår viktigste kunnskap med det norske folk, helsepersonell, arbeidsgivere og kommuner over hele landet. Da øker vi den kollektive kunnskapen om hvordan vi best støtter mennesker med psykiske utfordringer, så drømmen om et godt liv kan bli til virkelighet.

La TV-aksjonen 2023 bli et historisk løft for bedre psykisk folkehelse. Som sagt: Vår utfordring er ikke om vi kan hjelpe, men hvordan vi kan hjelpe enda flere.



– På fontenehuset så de etter hva som bodde i meg, og hjalp meg å finne veien tilbake i jobb. Nå har jeg fått et rikere liv enn jeg hadde turt å drømme om. Uten fontenehuset hadde jeg aldri vært her jeg er i dag, og kunne aldri ha ledet arbeidet med å skrive denne søknaden. (Håvard Paulsen, kommunikasjonsansvarlig i Fontenehus Norge, tidligere fontenehusmedlem.)



FONTENEHUS
NORGE