



Verksamhetsberättelse 2018



Fråga är inte ensam!



Innehåll



Klubbhuschefen har ordet.....	3
Verksamhetsmål.....	4
Klubbhusåret 2018.....	6
Ekonomi och finansiering.....	6
Vi på Götgatan 38	7
Att vara jag är okej	8
Den arbetsinriktade dagen.....	10
Det sociala programmet.....	14
Utbildningar	14
Utåtriktat arbete	16
Konferenser & nätverksarbete	18
Tema: Wellness	20
Jag brukar diska i kostym.....	22
Ackreditering.....	23
Forskning.....	23
Tema: Unga Vuxna	24
Styrelseordföranden har ordet.....	27
Bilaga: Årsredovisning.....	28
Bilaga: Revisionsberättelse	36
Verksamhetsrevisorers rapport	40
Fonder och sponsorer	40
Tack till sponsorer	41

© FOUNTAIN HOUSE STOCKHOLM 2019

2018

Redaktör

GUNILLA

Skribenter

ANA, ANDERS, EVA, GUNILLA, JANNE,
JULY, LOUISE, MATILDE, MISHA, NELLY,
OSKAR, ROBIN, SHIRIN

Grafisk form

ANNIKA, JAZMINE, MATILDE, OSKAR

Fotografer

EMMA, JAZMINE

Kontakta oss

Götgatan 38
Box 4051
102 61 Stockholm

 08- 714 01 60

 info@fountainhouse.se

 www.fountainhouse.se

Klubbhuschefen har ordet

Hej och välkomna till vår verksamhetsberättelse för 2018!

Fountain House Stockholm, FHS, arbetar efter klubbhusmodellen eller som vi valt att kalla den i Sverige, Fontänhusmodellen. Verksamheten vid FHS betonar både arbete och gemenskap och stödjer individen i alla områden i livet som påverkas när man lever med psykisk ohälsa. Hos oss engagerar sig personer med psykisk ohälsa som medlemmar och deltagandet i verksamheten baserar sig på frivillighet. Detta innebär att medlemmarna själva bestämmer i vilken omfattning de deltar i verksamheten och vad de arbetar med på Fontänhuset. På så sätt kan deltagandet anpassas efter det egna måendet och den egna funktionsnivån och återhämtning kan ske i egen takt, givetvis med stöd och uppmuntran från fontänhusets sida.

Medlemmar och anställda på FHS arbetar sida vid sida och driver alla delar av verksamheten tillsammans. Genom arbetet och i gemenskapen på Fontänhuset utvecklas värdefulla relationer mellan medlemmar och till klubbhusets anställda handledare.

Genom sin involvering i arbetet vid FHS erbjuds möjlighet att återerövra vilande förmågor, samt att utveckla ny kunskap och kompetens inom ett brett område arbetsuppgifter.

FHS erbjuder stöd till de medlemmar som önskar komma ut i arbete eller praktik på ordinarie arbetsmarknad, samt till de som vill börja studera eller slutföra tidigare påbörjade studier.

Vi främjar också medlemmars rätt till god vård och service i samhället. Medlemmar har rätt till stöd och hjälp från Fontänhuset i kontakten med samhällets vård- och servicesystem samt i varierande frågor som kan beröra ersättning eller stödinsatser.

Efter arbetsdagen erbjuds ett socialt program innehållande aktiviteter i och utanför vårt hus.

För att garantera kvaliteten i verksamheten genomgår fontänhusen regelbundna kvalitetssäkringar, en så kallad ackrediteringsprocess. Det arbetet präglade våren och resulterade i en treårig ackreditering. Det bästa resultatet ett Fontänhus kan få. Hurra!

I mars månad blev vi aviserade om en hyreshöjning på 600.000 kronor per år från och med 2019. Strax efter fick vi besked om att vi med kort varsel och av oklar anledning behövde tömma vårt vindutrymme på 150 kvm som vi haft tillgång till i 38 år. Det här är två händelser som skapat oro i verksamheten under året. Detta kan vara anledningen till att något färre medlemmar har varit aktiva i verksamheten under detta året jämfört med året innan.

Att gruppen unga vuxna har växt under året är något som är väldigt roligt. Vi behöver de ungas idéer, kunskaper och erfarenheter och vi vet att vår verksamhet passar även de som är unga.

Under 2018 har vi haft kontakt med 54 medlemmar som har anställning, praktiserar eller studerar. Av dem var det 34 som påbörjade arbete, studier eller praktik under året. Hurra igen!

Till FHS kom i genomsnitt 48 medlemmar per dag och 120 per månad under året. Alla med olika bakgrunder, erfarenheter, mående, tankar och mål med sin tid på FHS. Jag slås ofta av vilka livskämpar alla medlemmar är. Det krävs så oerhört mycket att leva med psykisk ohälsa. Den egna diagnosen med allt vad det innebär, svåra biverkningar av medicinering, förmågor som slumrar, utsatt ekonomisk situation, att ständigt behöva byta vårdkontakter, krångel med ersättningar, nätverk som krymper och mycket annat. Trots allt detta kommer folk hit med en vilja att jobba tillsammans för att nå sina mål och ingå i en gemenskap där man är behövd och önskad. Det är starkt och beundransvärt!

Jag är glad och stolt över att få vara chef på Fountain House. Tack alla medlemmar, handledare och styrelseledamöter för ännu ett år med er!



Verksamhetsmål 2018

Vid sidan av de internationella riktlinjerna för Fontänhusmodellen och stadgarna för Stiftelsen Fountain House Stockholm anger verksamhetsplanen ramarna och målen för klubbhusets verksamhet. Den plan som styr verksamheten år 2018 är sammanfattad i punkterna nedan, och hur vi uppfyllt dessa mål beskrivs i verksamhetsberättelsens olika kapitel. Se även verksamhetsrevisorers rapport i slutet av verksamhetsberättelsen.

Ekonomi och finansiering

- Verka för ökade anslag från våra bidragsgivare.
- Informera länets kranskommuner om vår verksamhet i syfte att nå framtida medlemmar.
- Löpande söka fonder till socialt program, konferenser och projekt.

Personal

- Fortsätta utbilda och utveckla klubbhusets medarbetare genom utbildning i klubbhusmodellen, introduktion och handledning för nyanställda.
- Deltagande i nationella och internationella konferenser.
- Skicka ett team bestående av medlemmar och handledare på grundutbildning i klubbhusmodellen.

Ackreditering

- Kvalitetssäkring av vår verksamhet.
- Med hjälp av ett omfattande självstudiematerial från Clubhouse international, vår internationella paraplyorganisation, granskas verksamheten kritiskt för att hitta såväl styrkor som svagheter. Processen avslutas med besök av två ackrediterare som är pålästa i vår självstudie i syfte att ge oss feedback och rekommendationer.



Den arbetsinriktade dagen, Vägar ut och medlemsstöd

- Erbjuder ca 50 medlemmar meningsfullt arbete varje dag och utöka utbudet av arbetsuppgifter.
- Genom vårt program "Vägar ut" erbjuda planering och vägledning beträffande arbete och studier individuellt och i grupp.
- Erbjuder kurser i användning av modern informationsteknik och sociala medier.
- Genom samarbete med Radio Total Normal erbjuda arbetsuppgifter relaterade till radioproduktion.
- Ge stöd till medlemmar som behöver komma i kontakt med myndigheter, vårdinrättningar och andra samhällsliga instanser.

Unga Vuxna satsning

- Satsning på att nå ut till unga vuxna med psykisk ohälsa.
- Med beviljade medel från "Uppdrag psykisk ohälsa" kommer vi en gång/månad bjuda in till unga vuxna caféer som ska möjliggöra för intresserade att på ett lätt sätt närma sig vår verksamhet.

Wellness

Framtagande av ett hållbart friskvårdsprogram. Klubbhuset ska erbjuda hjälp, aktiviteter och möjligheter för medlemmar att utveckla och upprätthålla en hälsosam livsstil. Programmet omfattar medvetandegörande om betydelsen av kosthållning, och att erbjuda möjlighet till motion och träning.

Socialt program

- Sociala aktiviteter kommer att erbjudas varierande vardagskvällar samt på söndagar utifrån medlemmars önskemål.
- Samtliga helgdagsaftnar kommer att firas på klubbhuset den dag de infaller.
- Med hjälp av fondmedel ska vi ge medlemmar möjlighet att delta i sociala och kulturella aktiviteter samt nationella och internationella nätverk och konferenser.
- Erbjuder hjälp, aktiviteter och möjligheter för medlemmar att utveckla och upprätthålla en hälsosam livsstil.

Utåtriktad information

Öka kunskapen om och reducera fördomar om psykisk ohälsa genom följande informationsinsatser:

- Ta emot studiebesök och praktikanter, föreläsa hos olika utbildningsanordnare, samt informera myndigheter, företag och organisationer om vår verksamhet.
- Genom samarbetet med Radio Total Normal sända live från klubbhusets lokaler. Delta vid olika offentliga manifestationer, mässor och kampanjer.
- Arrangera det tionde Ångestloppet den 23 mars.
- Säkerställa att vårt arbete med informations-spridning når människor med erfarenhet av psykisk ohälsa i arbetsför ålder. Samt även med ett extra fokus på unga vuxna och personer med annan etnisk bakgrund än svensk.



Övrigt externt

- Erbjuder kursen Fontänhögskolan gemensamt med Ersta Sköndal Högskola, samt utöka detta samarbete till att omfatta utbildningens samtliga terminer.
- Vara aktiva i Sveriges Fontänhus Riksförbund, Clubhouse Europe, Clubhouse International, Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa lokalt och nationellt, samt inom andra nationella och internationella sammanslutningar inom området psykisk hälsa.

Klubbhusåret 2018

Det finns flera sätt att göra en verksamhetsberättelse på. Vi har valt att lägga mycket tid och engagemang på vår. Vi vill att du som läsare ska få en inblick i och förståelse för vad vi erbjuder men också vad det betyder för de som engagerar sig i vår verksamhet. Du kommer bland annat få ta del av två medlemsberättelser. Matilde som blev medlem under 2018. Hon är ung, utbildad och med sikte på arbete. Hon delar med sig av hur hon hittade till FHS och vad det betytt för henne. Janne är äldre och har varit medlem under många år och haft FHS som sin fasta punkt i livet under lång tid. Berättelserna visar på spännvidden i vår verksamhet. Här engagerar sig personer i olika åldrar, med olika bakgrunder och erfarenheter men också med olika mål för sin tid på FHS.

De senaste två åren har våra fokusområden varit desamma. Vi har satsat på att nå ut och erbjuda unga vuxna att

delta i vår verksamhet och arbeta med att främja hälsosamma livsstilar bland våra medlemmar. Hur det gick under 2018 har getts extra utrymme i vår verksamhetsberättelse. Självklart presenteras statistik och ekonomisk redovisning och mycket annat. Håll till godo!



Ekonomi & Finansiering

En avisering om höjd hyra på 600.000 kronor per år från och med 2019 satte stor prägel på verksamhetsåret. Framförallt när det gäller ekonomi. En planerad nyrekrytering från april uteblev med tanke på osäkerheten kring vår ekonomiska situation kommande år.

Klubbhuset finansieras till cirka 50 % av föreningsbidrag från Stockholms stad. Socialstyrelsen är vår näst största bidragsgivare och står för nästan en fjärdedel av våra totala intäkter. Även landstinget har gett ett bidrag. Därtill kommer ersättning från länets övriga kommuner för medlemmar som blivit biståndsbedömda i respektive

kommun. Under året söktes och beviljades fondmedel till sociala aktiviteter och kursverksamhet. Förutom fondmedel erhöles enstaka stipendier som gav tillfälle till deltagande på konferenser. Under året har vi tagit emot personer från Arbetsförmedlingens program "Förstärkt arbetsträning" som också har genererat medel till verksamheten

Vår löpande bokföring och lönehantering sköts av en anställd på 30 % som även ansvarar för att involvera medlemmar i övrigt ekonomiarbete såsom veckoavslut, fakturering, registrering av räkningar och fondarbete.



Vi på Götgatan 38

Medlemmar

Under året har 205 medlemmar varit aktiva på klubbhuset, det vill säga deltagit i Fountain House Stockholms arbetsinriktade dag. Könsfördelningen låg på 47,3 % kvinnor och 50,7 % män. 2 % har inte uppgett kön. Åldern varierar stort i medlemsgruppen från 18 år och uppåt. 14 % av våra aktiva medlemmar är 35 år eller yngre. En ökning jämfört med tidigare år som vi är mycket glada över.

74 % av de aktiva medlemmarna var bosatta i Stockholms stad. Södermalm, Bromma, Enskede-Vantör, Hägersten-Liljeholmen och Skärholmen var de stadsdelar varifrån flest medlemmar kom. 5 % av medlemmarna från kranskommunerna är biståndsbedömda. De resterande 20 % från kranskommunerna är här utan biståndbedömning vilket är möjligt eftersom de blev medlemmar på den tiden då biståndsbildning inte var ett krav från vår sida.

Totalt fick vi 34 nya medlemmar under 2018. I genomsnitt har 48 medlemmar per dag deltagit i verksamheten. Tillsammans arbetade de 171 timmar per dag. Toppade gjorde mars då 134 medlemmar kom och arbetade i verksamheten.

Personal

FHS har en stabil grupp av anställda handledare. Den förändring som skett under året är en nyrekrytering som täcker upp för en föräldraledig person. Handledarna har varit fördelade på våra två arbetsenheter, kök och kontor. Deras uppgift är att engagera, handleda och stödja klubbhusets medlemmar i den arbetsinriktade dagen och verka för att var och en uppnår sina individuella mål. Förutom det generella handledaransvaret har var och en haft individuella ansvarsområden såsom, Vägar ut, informationsarbete, wellnessprogram, brandskydd m.m. Av 11 personer i personalgruppen är sex socionomer, en kognitionsvetare, en ekonom. Tre personer har inte högskoleutbildning men bred erfarenhet av arbete med människor i utsatta positioner.

Amanda, nyanställd sedan september:

Under min sista termin på socionomutbildningen på Södertörns högskola var det en medlem och en handledare från Fountain House som kom och föreläste om verksamheten. Jag minns hur inspirerande det var att få höra om en verksamhet inom socialt arbete som verkligen arbetar med delaktighet, och hur viktigt det kändes att det fanns en plats där man verkligen arbetar tillsammans med människor. När jag sedan såg att de sökte en ny vikarie så högg jag direkt, och det är ärligt talat det bästa valet jag har gjort i mitt yrkesliv.



Praktikanter

I enlighet med stiftelsen Fountain House stadgar ska vi dela med oss av den kunskap vi får om psykosocial rehabilitering såväl till instanser inom den psykiatriska vården som sociala verksamheter och till andra intresserade. Samt fungera som elev- och praktikplats för yrkesverksamma av skilda kategorier inom rehabilitering och psykiatri.

Under året tog vi emot en praktikant från Mångfaldsprogrammet på Stockholms universitet och en från Stadsmissionens yrkeshögskola. Praktikanter ges kontinuerlig handledning av ett team bestående av en anställd och en medlem.

Att vara jag är okej

Jag har gått och gömt mig i hela mitt liv. Tittat på, stått vid sidan, inte deltagit. Min egen värld har varit min trygga plats och under många år var min mamma min enda vän.

Jag har alltid känt mig annorlunda och att jag inte har passat in med människor i min egen ålder. Det är som att jag föddes gammal. Jag hade tidigt större utbyte med vuxna personer än med barn i min egen ålder. Åren gick och jag blev mer och mer ensam och instängd i mig själv. Känslorna var många och starka och då jag aldrig riktigt fått lära mig hur man hanterar sina känslor hittade jag på egna fiffiga lösningar. Det handlade främst om att kontrollera mina känslor på olika sätt så att jag slapp känna. Att högprestera och jobba riktigt hårt blev min bästa lösning.

”Jag tog min examen med vettet i behåll, hyfsat i alla fall”

På högskolan bestod mitt liv till mestadels av att plugga och det kanske låter helt naturligt men när jag säger plugga då menar jag lägga-ner-hela-min-själ-och-göra-allt-perfekt-plugga. Jag tog min examen med vettet i behåll, hyfsat i alla fall.



Direkt efter examen började jag som 23-åring jobba på ett av världens största IT bolag. Lyckan var stor. Jag gav mitt liv till jobbet den hösten, för helt ärligt kände jag att jag inte hade så mycket annat som var värt något. Mitt hårda jobb gav resultat och efter bara några månader fick jag avancera. Jag blev kvar i 1,5 år men kände efter den avslutade perioden att det inte var kul att jobba med det jag gjorde längre. Jag var arbetslös en period innan jag hoppade på ett nytt uppdrag igen. Det gick några månader på det nya jobbet men med en väldigt oschysst arbetsgivare slutade det med att jag inte fick vara kvar.

Sommaren 2017 levde jag som i en dvala. En dag var jag och hälsade på mina föräldrar och jag kom inte därifrån på en månad, för jag kunde inte. Första dagarna låg jag på en madrass på deras golv och kunde inte röra mig. Depressionen var ett faktum. Under ett års tid var jag sedan hemma och försökte läka och förstå vad som faktiskt hade hänt. Jag började också efter en tid fundera på hur jag skulle kunna ta mig tillbaka till arbetsmarknaden när jag inte hade något arbete att gå tillbaka till och successivt träna upp min arbetsförmåga igen. Jag funderade, undersökte och frågade runt men ingen visste hur jag skulle göra.

En dag när jag satt hemma i soffan och läste lokal-tidningen var det ett stort uppslag med något som hette ”Ångestdoppet”. Jag blev genast intresserad, inte bara för att jag levt med ångest i hela mitt liv utan för att mitt största intresse är beteendevetenskap och psykologi. Där stod de gyllene orden som skulle förändra hela mitt liv; Fountain House.

I början var det en utmaning att ens gå upp på morgonen och åka tunnelbanan hit. Jag var trött innan jag ens hunnit fram. Men väl på plats förstod jag snabbt vilken fantastisk plats det här är. Jag tänker på ord som kärlek och gemenskap. Välkomnande och uppmuntran. Det är alltid någon som hälsar på mig när jag kommer. Ett hem. En plats att vara på. En plats att växa. Att man får vara sig själv här.



”Och det var som att någon väckte mig ur depressionsdvalan, hallå, vakna, kom ut, det finns en verklighet här som vill dig gott”

Det där med att få vara sig själv känns väldigt centralt. Allt är okej här (så klart inom ramarna för att man inte gör någon annan illa). Är jag jättetrött och bara behöver vara tyst och sitta för mig själv går det bra. Jag är lika välkommen här ändå. Jag kan uttrycka till exempel ”jag är så himla trött men jag vill inte gå hem och vara själv” eller ”jag har ångest nu” och kan mötas av en sådan förståelse hos de andra medlemmarna på huset som har liknande erfarenheter. Det finns en ödmjukhet och ömsesidig respekt. Man känner sig inte lika konstig och ensam längre, det finns andra som har liknande tankar och känslor.

Men jag behöver inte heller hamna i ett fack att jag alltid är trött och tyst för att jag är det ibland. Ibland kan jag vara social och pratglad och skratta högt. Det är så tillåtande här. Har man tagit på sig något får man dra sig ur det och det är okej. Jag får bestämma mina egna tider och vilka arbetsuppgifter jag vill jobba med. Jag får möjlighet att öva på att känna efter vad som är bra för mig. Och den kunskapen känns så viktig i att bli bättre. Jag skulle vilja likna det vid en plantskola. Här finns alla förutsättningar för att växa.

För mig betyder också handledarna mycket. Jag känner att de upprätthåller den fina kulturen här och att det sprider sig till medlemmarna. De står för en stabilitet och en trygghet och det känns som ett viktigt stöd. Jag kommer till exempel ihåg en dag när det kändes väldigt tungt och jag långsamt tog mig uppför trappan här på Fountain House men så möttes jag av en handledare som hälsade glatt och frågade direkt ”ska du med och handla?”. Och det var som att någon väckte mig ur depressionsdvalan, ”hallå, vakna, kom ut, det finns en verklighet här som vill dig gott”.

Att vara ung vuxen på ett klubbhus med mycket äldre personer har känts tryggt och bra för mig då jag fortsatt känt mig mer hemma med äldre personer. Men faktum är att det också har skett en fin vändning här, jag har kommit nära många personer i min egen ålder och känner att min syn på människor i olika åldrar har förändrats väldigt mycket. Och kanske är det också så att jag har kommit ikapp min egen ålder.

”Och kanske är det också så att jag har kommit ikapp min egen ålder”

För mig känns Fountain House Stockholm som en väldigt unik plats. Jag har aldrig varit på en arbetsplats med så stor sammanhållning, så mycket genuint engagemang och så mycket skratt. Arbetsmiljön och kulturen här är fantastisk.

Jag kommer alltid att vara evigt tacksam för att jag har fått vara här, ni har fått mig att tro mer på mig själv och att våga vara den jag är. Jag behöver inte gömma mig längre.

Matilde

Den arbetsinriktade dagen

Allt arbete som utförs på Fountain House Stockholm är sådant som ingår i den dagliga driften av verksamheten. Det dagliga arbetet organiseras i och tar sin utgångspunkt i våra två arbetsenheter, köks- och kontorsenheten, där medlemmar och anställda arbetar sida vid sida.

Det finns också flera enhetsöverskridande arbetsuppgifter för den som önskar. Exempelvis vårt informations- och påverkansarbete, nybesök, studiebesök, föreläsningar m m. Arbetet med att göra närradio med Radio Totalnormal, tidsbundna projekt, kurser och andra evenemang som arrangeras på och av FHS.

För den som har funderingar kring arbete, praktik och studier finns möjlighet att ta del av vårt program Väger ut som du kan läsa om på nästa sida.

Köket



Köksenheten ansvarar för en rad olika arbetsuppgifter varav tillagning av dagens lunch är den mest omfattande. Varje dag lagas lunch till i genomsnitt 45 personer. För 30 kronor erbjuds en huvudrätt med sallad och kaffe eller te. De dagar kött eller fisk erbjuds finns alltid ett vegetariskt alternativ. Att erbjuda vällagad och nyttig mat till ett lågt pris kräver medvetenhet kring kostnader men också arbete kring storlekar på portioner och matsvinn. Den mat som blir över fryses in i matlådor som kan köpas för 15 kronor. Ett bra alternativ för den med ansträngd ekonomi eller en fin möjlighet att köpa med sig mat hem till middag eller över helgen.

Förutom matlagning har köket ansvarat för en rad andra arbetsuppgifter. Frukost, kaffe, fika, servering, matplanering, storhandling, disk, tvätt, städning, återvinning, daglig bokföring av samt planering och inköp inför firandet av högtider och andra festligheter. Som en del av vårt hållbarhets- och hälsoarbete har köksenheten

fortsatt att laga mer vegetarisk mat och lyft fram vinsterna med det. Exempelvis har vi haft vegetariska veckor som varit uppskattade. I samarbete med resten av verksamheten och i enlighet med vår satsning på att främja hälsosamma livsstilar har köksenheten sett över sitt utbud av fika och mellanmål. Numera serveras i huvudsak hälsosamma alternativ.

Under året har köksenheten börjat baka mer matbröd, och portionera salladen. Bakfickan, den del av matsalen som också används till kökets enhetsmöten har renoverats.

Kontorsenheten

Kontorsenheten ansvarar för klubbhusets administrativa arbete som bl a innefattar receptionsbemanning, intern kommunikation som bildspel, bulletin och anslag, närvarostatistik, ekonomi samt dagliga kontorsgöromål som att kolla mail, hämta post och beställa varor. Därtill har enheten det övergripande ansvaret för klubbhusets externa informationsarbete, som innefattar allt ifrån tryckt informationsmaterial, hemsida och sociala medier, till studiebesök och föreläsningar.



Våra datorer har setts över och många har fått nya snabbare hårddiskar. Många medlemmar har varit engagerade i arbetet med planering, montering och installation av ny programvara. En indexeringslista över datorerna har upprättats för att i fortsättningen enklare kunna se över datorerna. Vi har köpt in en Mac, en kraftfull PC-dator samt satsat på fler programlicenser



från Adobe för att kunna arbeta ännu mer med bildredigering och layout.

Till följd av nya dataskyddsförordningen GDPR har vi sett över vårt medlemsregister och statistiksystem, tillsammans med det företag som utvecklat det. Samtidigt passade vi på att föra in några nya funktioner. Till exempel har vi lagt till uppgifter om sysselsättning så vi kan göra utskick till de medlemmar som är ute i studier, praktik och arbete. En annan del som lagts till är "dubbelkollen", en lista över medlemmar som inte kommit till Fountain House Stockholm på 14 dagar. Med hjälp av denna kan vi relativt snabbt ta kontakt med och förhoppningsvis fånga upp de som mår dåligt och hålla kontakt med dem.

Vår medlemstidning Fontänbladet fick ny skepnad både vad gäller, layout, innehåll, format och namn. Lilla Fontänen heter nu skriften som fungerar som information för oss i verksamheten men även för de medlemmar som av någon anledning är förhindrade att delta i verksamheten får den skickad till sig.

Formen för våra två dagliga enhetsmöten har setts över likaså våra städrutiner.

Reach out eller ringa vänner

En viktig arbetsuppgift är "ringa vänner". Varje dag ringer någon från varje enhet frånvarande vänner. Medlemmar kontaktas per telefon, sms eller mail. Allt efter önskemål. Inte för att framtvunga deltagande utan för att berätta att de är saknade och är välkomna senare men också för att kolla upp läget. På samma sätt gör vi med medlemmar som inte längre är aktiva i den

arbetsinriktade dagen men vill ha fortsatt kontakt med FHS – de kontaktas en gång per månad för en stunds prat och en påminnelse om möjligheten att återkomma till oss. Varje vecka skickas födelsedagskort till de medlemmar som fyller år kommande vecka. Sammanlagt har vi 1.300 medlemmar och alla blir ihågkomna på födelsedagen.

För den som mår dåligt eller känner sig ensam är samtalen och korten mycket viktiga. Att veta att man är saknad och behövd och att få veta att man ingår i en gemenskap gör stor skillnad för många av våra medlemmar.

Informationsarbetet

Det enhetsöverskridande arbetet med att sprida information om vår verksamhet, klubbhusmodellen och psykisk ohälsa har under året bestått av studiebesök och så kallade nybesök på klubbhuset, samt externa föreläsningar och informationsrundor till öppen- och slutenvårdsavdelningar och relevanta organisationer i hela Stockholmsområdet.



Vi har i genomsnitt tagit emot och varit på ett studiebesök per vecka. Sammanlagt har cirka 600 personer lyssnat på någon av de medlemmar och handledare som arbetar med att informera här på huset. Studiebesöken har varit från olika skolor, både gymnasie- och högskolor, internationella masterutbildningar, politiker från stad, landsting och riksdag, myndigheter m m.

För den som är intresserad av att börja i vår verksamhet erbjuder vi "nybesök". Då ges en kort introduktion av verksamheten samt en rundvandring. Vi har avsatt fyra tider i veckan för nybesök.

Den arbetsinriktade dagen

Vägar ut

Under 2018 har våra medlemmar fortsatt erbjudits att delta i programmet Vägar ut. Detta för att få stöd i att söka sig till arbete, praktik eller studier externt.

Vi har träffats veckovis och haft möten kring olika teman beroende på medlemmarnas behov, så som att närma sig arbetsmarknaden via volontäruppdrag, hur man kan förbereda sig inför viktiga möten eller att ta steget till att börja studera. Vi har även haft möten utan specifika teman, så kallade "öppna" möten för att kontinuerligt informera om Vägar ut-programmet och för att erbjuda en tid och plats för medlemmar för eget arbete.

Vi har haft besök från Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan, Jobbtorg, FK-team och ALFA som informerat våra medlemmar om rättigheter och möjligheter till särskilt stöd. Vi har även besökt studie- och arbetsmässor tillsammans.

Vi har fortsatt att arbeta med materialet Din egen makt, som är framtaget av NSPH. Istället för att ha en sluten studiecirkel bjöd vi in till separata träffar om olika och mycket uppskattade teman.

Jag var med på en träff där vi arbetade med "Din egen makt". Vi hade en jätteviktig diskussion som gav kunskaper och bättre förutsättningar för ett lyckat möte. Vi är en grupp som behöver struktur och det är inte alltid lätt med möten.

Man måste vara förberedd för att få fram sitt budskap.

Ted

Vi har samlats över middagar efter arbetstid på huset för att medlemmar som studerar, arbetar eller praktiserar ska få möjlighet att träffa varandra och utbyta tankar och frågor och få ett tillfälle att besöka verksamheten.



Vi har även haft besök av medlemmar som arbetar eller studerar och som delat berättelser om både framgångar och motgångar, för att inspirera och stötta andra medlemmar i verksamheten.

Jag hade med mig en handledare från huset till ett möte på arbetsförmedlingen. Det kändes bra att få stöd i att komma ihåg vad som sas under mötet. Jag hade en tuff period och det var också skönt att få ha med mig någon som jag pratat mycket med och som känner mig.

Ludde

Vägar ut – folkhögskolekurs

Att börja studera är något många av våra medlemmar funderat på. Men det är ett stort steg att ta eftersom det inte är möjligt att förena studier med ersättningar från Försäkringskassan, inte ens en kort period för att prova på. Därför inledde vi ett samarbete med S:t Birgitta Folkhögskola under hösten. En gång i veckan hölls en kurs i Europas historia. Kursen hölls i våra lokaler och alla deltagare kände varandra. Bra förutsättningar för att känna sig för om studier skulle kunna vara något man klarar av.

Jag tycker att det var bra att vi var en liten grupp eftersom det blir lättare för många att fokusera då. Läraren var bra och inspirerande. Kursen väckte en längtan efter mer kunskap och jag skulle rekommendera den till andra medlemmar.

Boris

Det var en bra lärare som hade inlevelse, humor och bra kontakt med oss elever. Vi gick igenom mycket – från

Romariket till Vietnamkriget. Det var länge sedan jag läste historia så det var väldigt intressant. Jag såg fram emot att gå till huset på torsdagar när kursen var. Det kändes tryggt och enkelt att kursen var på huset. Jag vill gärna läsa fler kurser på huset om möjlighet ges.

Mark

Vägar ut – statistik

- Under 2018 har vi haft kontakt med 54 medlemmar som har anställning, praktiserar eller studerar.
- 33 medlemmar har anställning, varav 16 påbörjade sin anställning under 2018.
- 16 personer studerar, varav 13 påbörjade sina studier 2018.
- Fem personer praktiserar, alla påbörjade sin praktik 2018.
- Totalt har 34 personer påbörjat arbete, studier eller praktik under 2018!

Medlemsstöd

En av klubbhusets funktioner är att stödja medlemmarna i att komma i kontakt med samhällets vård-, stöd- och servicetjänster och att stödja i frågor som rör rättigheter och föra talan.

Under 2018 har vi, utöver individuellt stöd och hjälp till medlemmar i specifika ärenden, fortsatt att hitta nya former för medlemsstöd genom att fånga upp aktuella, allmänna behov i medlemsgruppen och erbjuda information och hjälp i gruppform, där medlemmars kunskaper och erfarenheter tagits till vara. Ämnen som tagits upp i gruppform är bland annat fondansökningar, boendestöd, personligt ombud, matmissionen, tandvård och digital brevlåda. Gruppträffarna har sett olika ut. Ibland har det varit informativa möten kring ett ämne, exempelvis, vem som kan få boendestöd och hur man söker och andra gånger mer handfasta möten – t ex vad som behövs för att handla mat till reducerat pris hos matmissionen. Vi ordnar det och åker dit tillsammans.

Det individuella medlemsstödet är varierat. Det kan handla om hjälp med överklaganden att förbereda möten med myndigheter eller att få sällskap till dessa möten. Det kan också handla om ansökan om ersättningar att hitta rätt vård och mycket annat. Detta stöd ges främst till de aktiva medlemmarna.

Det sociala programmet

Efter arbetsdagens slut erbjuder FHS ett socialt program några kvällar i månaden och varannan helg. Aktiviteterna planeras och genomförs av medlemmar och handledare tillsammans. De flesta av våra medlemmar har av olika anledningar inte möjlighet att delta i kulturella evenemang eller fritidsaktiviteter. Både hälsa och en mycket begränsad ekonomi sätter stopp för det. Vårt sociala program ger möjligheter till att prova på olika aktiviteter och skapar möjligheter att stärka relationer och öka gemenskapen utanför den arbetsinriktade dagen. Med hjälp av fondmedel som vi söker har huset också möjlighet att subventionera de aktiviteter som kostar pengar. Under året har vi haft aktiviteter så som odlingsgrupp, yoga, konstworkshop, gitarrkurs, badminton, vinterbad, skönhetskvällar och öppen scen. På sommaren utgår kvällsaktiviteterna till förmån för en planerad utflykt i veckan. I somras arrangerades det resor till olika skärgårdsöar, spelades minigolf, paddlades kanot och bowlades.

Under sommaren köper FHS månadsvis resekort som berättigar till fria resor med Waxholmsbolagets skärgårdsbåtar. Korten kan användas av våra medlemmar

för utflykter tillsammans eller med familj och vänner. Samma sak gäller med Entrekort till Skansen och Gröna Lund.

FHS har aldrig stängt mer än två dagar i följd och alla högtider som jul, nyår, påsk och midsommar firas på huset den faktiska dagen. När högtider och storhelger inträffar kan det kännas extra tungt och påtagligt ensamt om man exempelvis inte har några anhöriga eller få vänner. Firandet av högtider på huset får därför en viktig funktion för att bryta isolering och erbjuda ett alternativ att få umgås och fira med kollegor och vänner.



Utbildningar

Fontänhögskolan

Fontänhögskolan är en kursvecka för socionomer från Ersta Sköndal, Bräcke högskola, ESBH, och medlemmar samt anställda från olika Fontänhus i Sverige. Årets kurs hade 21 deltagare som kom från sex olika Fontänhus och studenter från ESBH.

Teman för Fontänhögskolan var makt och brukarinflytande, hur utsatthet kan ta sig uttryck, samt hur relationen mellan socialarbetare och brukare kan utvecklas och utformas på bästa sätt. För socionomstudenterna ingick kursveckan som en del i kursen Metoder i socialt arbete.

Kursen arrangerades för åttonde gången och har haft stor betydelse för många som deltagit.

Veckan på Fontänhögskolan har varit det mest givande under hela socionomutbildningen! Under veckan fick jag möjlighet att möta massor av fantastiska personer med otroliga livshistorier. Jag kände mig direkt välkommen i huset vilket gjorde att jag omgående kunde släppa den fasad jag är van att bära. Jag kände mig fri, sedd och viktig i huset. Jag fick under Fontänhögskolan möjlighet att se en annan sida av socialt arbete. Jag fick se och ta del av en organisation som inte bara beskriver vikten av delaktighet, inflytande och makt utan istället använder medlemmarnas styrkor och inflytande som en positiv och nödvändig del av verksamheten.

Kalle



Jag hade föreställningar om att det skulle bli svårt och kännas konstigt att samarbeta jämlikt med socionomstudenterna men det gick bra från dag ett. Jag kände mig stolt över att presentera vår verksamhet för studenterna. När jag kom hem efter en dag med Fontänhögskolan kände jag mig nöjd, glad och tillfreds med mig själv. Veckan gjorde mig modigare och jag förbättrade mitt självförtroende. Efter Fontänhögskolan kände jag att jag hade lärt mig mycket. Jag kände att även jag kan och att jag klarar av utmaningar. En känsla som jag hade förlorat för flera år sedan. Det har varit tufft för mig att prata i grupp men jag klarade det under veckan. Efter det har det blivit mycket lättare och mitt liv går framåt. Jag kände att om jag klarade av den här veckan så kan jag göra ett försök och ta upp mina studier – vilket jag har gjort. Jag tycker att det är en viktig kurs som ALLA borde gå. Tack alla på Fountain House Stockholm för chansen jag fick!

Shirin

Mångfaldsforum

På FHS arbetar och samsas många människor dagligen. Människor med olika bakgrunder, erfarenheter, ålder, kön, sexuell läggning m m. Vi har ofta en god stämning och hög acceptans. Hur vi förhåller oss till varandra och hur vi reagerar på olikheter finns delvis inbyggt i den modell vi arbetar efter men vi måste förstås hela tiden arbeta med frågorna, reagera och agera på de beteenden och händelser som inte är inkluderande eller inte innehåller ett bra bemötande.

Under våren 2018 startade vi ett Mångfaldsforum en gång per vecka där diskrimineringsgrunderna diskuterades. Vilka är diskrimineringsgrunderna och hur bemöter vi varandra utifrån dem? Diskussioner om händelser som

uppstått i verksamheten togs upp. Detta ledde till att vi uppmärksammade situationer vi inte känt till. Varje forum redovisades på husmötet varje vecka för att nå så många som möjligt. Mångfaldsforumen utmynnade i en likabehandlingsplan som ska ligga till grund för fortsatt arbete.

Cynthia i New York

Under hösten fick en av våra medlemmar, tillsammans med två personer från Göteborgs Fontänhus, genom ett konststipendium, möjlighet att åka till Fountain House i New York, FHNY. Under två och en halv vecka fick de delta i arbetet på FHNY men framförallt delta i deras konststudio i Queens. Den konst de skapade fick senare vara med i en utställning på Fountain House New Yorks eget galleri. Syftet med resan var att få ta del av hur ett stort klubbhus som FHNY satsat på konstverksamhet såsom eget galleri och studio utanför klubbhuset samt att få inspiration hur vi kan arbeta med konst i vår verksamhet.

Jag blev väldigt inspirerad av resan, jag lärde mig mycket och förstår hur viktigt det kreativa skapandet är för måendet. Jag är så oerhört tacksam gentemot FHNY för denna möjlighet och för allt stöd från mitt eget Fontänhus. Efter resan har jag ansvarat för några konst workshops här hos oss efter arbetstid.

Cynthia



Utåtriktat arbete

Att synas vid olika publika evenemang har för oss blivit en viktig del av vårt arbete och genererar många roliga arbetsuppgifter till den arbetsinriktade dagen. Det är viktigt att synas i olika sammanhang där öppenhet kring psykisk ohälsa står i fokus och där mångfald och alla människors lika värde manifesteras.

Allt arbete på FHS görs av medlemmar och anställda tillsammans och de här evenemangen genererar många roliga arbetsuppgifter och fina tillfällen till bra diskussioner kring frågor som är viktiga för oss alla och resulterar i att vi blir uppmärksamma på klimatet och bemötandet av nya människor i vår verksamhet.

Prideparaden

Inför en rekordpublik tågade FHS i Prideparaden i Stockholm. Vår minibuss var dekorerad och många med banderoller och skyltar med inkluderande budskap. FHS hade även en programpunkt i årets Prideprogram där vi bjöd in till öppet hus för alla nyfikna och berättade om vår verksamhet. Dagen till ära målades trottoaren utanför vår entré i Pride flaggans färger.



World mental health day

Världsdagen för psykisk hälsa infaller den 10 oktober varje år. FHS höll Öppet Hus och bjöd in nyfikna på guidade turer, fika och föreläsningar. Vi deltog även samma dag på en konferens i Globen i regi av Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa, NSPH, en inspirationsdag om vägar till förbättrad psykisk hälsa bland unga.

Med anledning av World Mental Health Day gjorde den internationella nyhetskanalen Al Jazeera English ett reportage om FHS och om psykisk ohälsa i Skandinavien.

Ett filmteam besökte oss under en halvdag. De intervjuade medlemmar och anställda samt filmade miljöer. Reportaget blev lyckat och vi var stolta över uppmärksamheten Al Jazeera English har en räckvidd på 80 miljoner tittare världen över.



#Ångesthoppet

Det började som en skrift där medlemmar delade med sig av sina personliga erfarenheter av psykisk ohälsa samt tips på vad de gör för att må bättre. Skriften gavs ut lagom till Ångestloppet. Sedan har vi tagit steget ut i sociala medier samt gjort en undersida till hemsidan för att dela med oss av våra berättelser på internet och sprida förståelse och tips kring psykisk ohälsa samt även inspirera andra att göra detsamma.





Ångestloppet

Ångestloppet är en årlig tradition och syftar till att bidra till öppenhet kring psykisk ohälsa, öppna upp för samtal kring självmord och belysa kopplingen fysisk och psykisk ohälsa och naturligtvis öka kunskapen om vår egen verksamhet. 2018 firade loppet 10 år och vi satsade extra mycket på att nå ut till så många som möjligt för att sätta deltagarrekord. Många av handlarna i vårt när-område sponsrade oss med produkter och rabatter till de som deltog i loppet. Underhållning utanför vår port tillsammans med försäljning av förtäring, information om vår verksamhet och intervjuer av politiker förvandlade vår del av Götgatan till en folkfest. Uppskattningsvis tog sig 600 personer i mål efter avklarade 209 meter. I samband med loppet öppnade vi upp verksamheten för intresserade. Många kom in på en rundtur och för information. Socialminister Annika Strandhäll och ett flertal politiker från staden, landstinget och riksdag och regering deltog. I samarbete med social first byrån **The Amazing Society** fick vi tillgång till flera kanaler för att nå ut med vårt budskap.

Radio Total Normal

Även Radio Total Normal, RTN, firade 10-års-jubileum 2018. RTN drivs i regi av mediahuset Fanzingo och i samarbete med FHS. Under vår- och höstterminen direktsänder RTN radio från vår matsal varannan vecka. Programmet ger våra medlemmar och andra människor

med psykisk ohälsa en möjlighet att få sin röst hörd och delta i radioproduktion. Redaktionsarbetet bygger på en öppen redaktion en gång i veckan där deltagarna bestämmer innehållet. Till hjälp har de projektledare och ljudtekniker.

De flesta av deltagarna är medlemmar på FHS och många har bidragit med sång och musik, reportage, programledarskap och förarbeten av olika slag. Till vissa sändningar bjuds extra publik in. Det kan exempelvis vara studenter från vårdgymnasier eller liknande.



Arbetet med radioproduktionen har för ett flertal medlemmar varit en språngbräda till att återuppta musikskapande och skrivande och stärkt självförtroendet hos många.

Konferenser & nätverksarbete

I världen finns sammanlagt 330 Fontänhus. Vartannat år samlas klubbhus runt om i Europa för en gemensam europakonferens och vartannat år för en världskonferens. FHS deltar på dessa om möjlighet ges. Vi är representerade i två internationella arbetsgrupper och självklart i vårt svenska riksförbund och projektet Fler Fontänhus.

Europakonferens i Aalborg

Vartannat år samlas klubbhus runt om i Europa för en gemensam europakonferens anordnad av Clubhouse International. 2018 samlades 222 personer från 15 olika länder i Aalborg, Danmark några dagar för kunskapsutbyte. Föreläsningar, medlemsberättelser och workshops hölls av medlemmar och handledare från olika klubbhus.



Fountain House Stockholm representerades av två handledare, tre medlemmar, klubbhuschef och styrelserepresentant. Förberedelserna inför konferensen började flera veckor innan. Samtal kring vad som skulle presenteras, på vilket sätt och av vilka förbereddes.

Konferensen var fantastisk på många sätt. Vi åkte med ett jättebra gäng och atmosfären var häftigt internationell. Att de flesta dessutom har egen erfarenhet av psykisk ohälsa fick mig att förstå i ännu större grad att jag inte är ensam. Visst var det tufft att orka med men allt det fina gjorde det helt klart värt det.

Matilde

I samarbete med Fountain House New York hölls en workshop om arbetet med unga vuxna. Frågor som behandlades var varför fokus på unga vuxna är viktigt, hur processen för att nå ut till och behålla unga vuxna ser ut samt utbildning i ämnet. Tillsammans med Israel hölls en workshop om HBTQ (Homo, Bi, Trans, Queer) frågor med fokus på hur vi som klubbhus arbetar med detta och varför det är viktigt.

Faculty

Världens samtliga fontänhus är organiserade i Clubhouse international, CI, och har det främsta ansvaret för att sprida Fontänhusmodellen internationellt och ansvarar för utbildning och ackreditering (kvalitetssäkring) av enskilda fontänhus, samt koordinerar översynen av de internationella riktlinjerna. CI bedriver även påverkansarbete och arbetar med opinionsbildning inom området psykisk hälsa på en global nivå.

Fountain House Stockholm är representerade i två av CI's grupper. Klubbhuschefen ingår i advisory council som är en grupp bestående av erfarna medlemmar och anställda från starka klubbhus från olika delar av världen, som ger CI råd och vägledning i deras arbete.

En av våra handledare ingår i Faculty, en grupp bestående av medlemmar och handledare som är utbildade i CI's kvalitetssäkringssystem. Handledaren i Faculty har under året ackrediterat två Fontänhus, ett i Sverige, ett i Norge och deltagit i det årliga Facultymötet som 2018 hölls i Washington i samband med den årliga konferensen för amerikanska Fontänhus.

På mötet träffades ett 80-tal personer från hela världen som alla arbetar med att kvalitetssäkra Fontänhus. På agendan stod hur arbetet med ackrediteringen kan förbättras och hur fler kan involveras i arbetet för att påskynda processen från självstudie till besked om resultat.



Arbetet med ackreditering är givande och intressant. Mötet var en bra möjlighet att utbyta erfarenheter och kunskaper och ta del av vad andra ställts inför då de ackrediterat hus i länder med annan samhällsstruktur än det egna landets.

Anders

Sveriges Fontänhus Riksförbund, SFR

Fountain House Stockholm är medlem i SFR, tillsammans med landets övriga 11 Fontänhus. SFR, arbetar för att stödja de 12 befintliga fontänhusen i Sverige, och verkar för att starta nya fontänhus i landet. Under 2018 erhöll SFR medel från Folkhälsomyndigheten till ett projekt med syfte att sprida Fontänhusmodellen nationellt och att vara kommuner utan Fontänhus behjälpliga i att starta Fontänhus. SFR har genom sin styrelseordförande och klubbhuschefen på FHS suttit med i en referensgrupp gällande framtagandet av nationella riktlinjer för vård och behandling av schizofreni och schizofreniliknande tillstånd.

Konferens för Sveriges Fontänhus.

Under två dagar i april samlades Sveriges samtliga Fontänhus i Stockholm för att delta i SFR's årsmöte med efterföljande föreläsningar och diskussioner. Konferensen anordnades under enklare former och erbjöd föreläsningar och erfarenheter från de olika klubbhusen om vikten av att främja hälsosamma livsstilar bland våra medlemmar och hur vi använder sociala medier för att marknadsföra våra Fontänhus. Deltog gjorde också en representant från vår internationella paraplyorganisation Clubhouse International. På kvällen anordnades en middag med underhållning på vårt Fontänhus på Götgatan 38.

Projekt Fler Fontänhus

En projektledare har anställts och en projektgrupp bestående av handledare och medlemmar från de olika Fontänhusen bildats. Från FHS har två medlemmar deltagit i projektgruppen och dess arbete.

Bland annat har ett enhetligt nationellt informationsmaterial skapats och arrangerat en två-dagars-utbildning i hur man startar Fontänhus där fyra kommuner deltog.

En retorikkurs där en nationell föreläsning som presenterar Fontänhusmodellen hölls för projektgruppen med flera.



Retorikkurs i Göteborg

Kursen syftade dels till att ge teoretisk och praktisk kunskap i retorik och dels till att ta fram ett gemensamt informationsmaterial om Fontänhusmodellen.

Tre medlemmar från Fountain House Stockholm deltog i utbildningen som varade två heldagar. Det var ett 20-tal personer från olika fontänhus som deltog.

Kursen innehöll teoretisk retorik kombinerat med talövningar. Därefter förberedde sig deltagarna i grupper om tre eller fyra att presentera fontänhusmodellen för varandra.

Jag tycker det är givande och inspirerande att träffa medlemmar från andra fontänhus och se att fontänhusmodellen fungerar och ger människor med psykisk ohälsa hopp på flera ställen i vårt avlånga land. Jag hoppas att fler personer i Sverige ska erbjudas att komma till ett fontänhus. Den här kursen är en del i det arbetet.



Kattis

Wellness



Ett Fontänhus ska erbjuda hjälp, aktiviteter och möjligheter som är till för att hjälpa medlemmar att utveckla och upprätthålla en hälsosam livsstil. Här på FHS kallar vi det arbetet för vårt Wellnessprogram.

Hälsoarbetet på Fountain House Stockholm

Under 2018 har vi satsat ytterligare på att utveckla det redan etablerade hälsoarbetet. Tidigare initiativ att öka motion och träning har fortsatt med lättillgänglig cirkelträning i våra lokaler, samt gemensamma promenader i anslutning till våra luncher. Ett uppskattat tillskott i träningsutbudet har varit Qi-Gong, som erbjudits tre gånger i veckan i 15 minuter under den arbetsinriktade dagen. Det är enkla rörelser som är anpassade så att alla ska kunna vara med. Vi har även erbjudit yoga som social aktivitet! Sammantaget erbjuder vi både pulshöjande träning, vardagsmotion samt rörelser kopplade till mindfulness och avslappning.



"Jag förstår mer om hur mat och dålig stresshantering påverkar mitt mående."



Hälsospåret

Under hösten har vi även arrangerat en studiecirkel. Både medlemmar och handledare deltog i en utbildningsdag arrangerad av Vuxenskolan för att lära känna materialet Hälsospåret, samt utbildas i hur man leder en studiecirkel. En gång i veckan har vi sedan träffats i en fast grupp bestående av ca 10 medlemmar och diskuterat materialet. Det har täckt frågor kring kost, motion, stresshantering, självmedkänsla, sömn och mycket mer. Fokus har legat på att varva fakta och kunskap med individuella reflektioner. Utan pekpinnar har vi stöttat varandra genom att dela styrkor och hinder och att ta små steg för att förbättra den egna hälsan.

Jag har fått motivationen tillbaka att börja simma igen efter uppehållet. Jag röker fortfarande inte, istället dricker jag vatten, tar promenader och äter oftare frukt. Om jag inte kan somna tänker jag att det är bara bra att ligga och vila. Jag har börjat meditera mera, varva fysiska eller vardagliga aktiviteter med att sitta i lugn och ro och andas lugnt. Jag försöker att inte självvrannsaka och kritisera mig själv så hårt.



Misha

Kursen Hälsospåret är ett bra sätt att se sina problem ur en annan synvinkel. Genom att höra fakta kring olika problem som berör olika teman och diskutera med andra, inser jag varför jag har varit stressad, inte vill motionera eller varför jag sovit dåligt. Jag förstår mer om hur mat och dålig stresshantering påverkar mitt mående. Exempelvis har jag undrat varför jag känner mig trött och inte har lust att göra någonting efter jobbet. Jag kan fokusera och ändra detta genom att exempelvis minska på kaffe, sova lite längre och ta bort stress innan sängdags genom att ändra på vad jag tittar på tv sent på kvällen.



Om jag är stressad och inte kan somna sent på kvällen kan det över en längre tidsperiod skapa problem som gör att jag inte är fokuserad på jobbet etc. Det ger sämre hälsa över längre tid så jag har funderat allvarligt på det. Det finns också bra råd och tips kring mina problem som att ligga i sängen innan sängdags och vila. Genom meditations- och stretchövningar kan jag släppa mina problem och se dem ur en mer realistisk synvinkel.

Ana



Jag brukar diska i kostym

Hur man använder sig av sin tid på FHS ser olika ut för olika medlemmar. En del är här kortare perioder t ex i ett skov av sin sjukdom eller då man är på väg till något annat eller förbereder sig för att komma tillbaka eller att komma ut i arbete. En del medlemmar har varit här i många år som t ex Janne. Janne är 69 år och har varit medlem i 26 år. Janne insjuknade vid 18 års ålder och blev sjukpensionär redan vid 27. För Janne är FHS en fast punkt i tillvaron, ett arbete, det är här han har sitt nätverk och det är här han är saknad och blir uppringd ifrån när han inte dyker upp. Så här berättar Janne om sin tid på FHS.

Jag blev medlem på Fountain House Stockholm 1993 och mår väldigt dåligt då jag kom till huset (dvs Fountain House, reds anmärkning). Jag började arbeta på kontoret där jag framförallt översatte texter. Idag arbetar jag på köksenheten där vi lagar fin mat som man mår bra av. Jag jobbar på huset måndag till fredag. Jag har också arbetat mycket med Radio Total Normal (en lokal radiostation som sänder direkt från FHS matsal två gånger i månaden). Där har jag framförallt varit ute och gjort reportage. Janne på stan hette inslaget. Jag gick runt och frågade vad folk visste om psykisk ohälsa eller vissa diagnoser. Det var ett bra inslag tycker jag. Utbildningsradion gjorde ett tv-program om Radion och där var jag också med.

"Jag jobbar på huset måndag till fredag"

Att ringa vänner och att räkna kassan är skojigt. Det är viktigt att ringa vänner för att om man inte är på huset kan det vara så att man mår dåligt och behöver uppmuntran. Jag vet ju själv hur det känns och hur mycket ett samtal kan betyda. Det kan nästan vara livsavgörande. Vid flera tillfällen har det hänt att jag har behövt samtalen och de har hjälpt mig mycket. Vi månar om varandra på Fountain House och det är en stor och viktig del av verksamheten.

Det bästa med huset är "att man får vara sig själv" vi har högt i tak. Det är riktiga arbetsuppgifter och inget är på låtsas. Vi arbetar sida vid sida mot samma mål. Målet är att må så bra som möjligt både medlemmar och handledare. Vi får vara överallt i huset och det är ingen åtskillnad mellan handledare och medlemmar. Man känner sig inte övervakad och man kan ta egna initiativ.

2018 har varit ett bra år för mig. Alla år som jag inte har varit på psyket har varit bra. Huset har hjälpt mig att hålla mig ifrån psyket. Jag mår mycket bättre när jag är

på huset. Om jag är hemma för mycket kommer de schizofrena tankegångarna. Man måste ha miljöombyte annars mår man inte bra. Ingen människa i världen mår bra av att vara på samma plats hela tiden. Därför är Fountain House så viktigt för så många.

Jag har fått flera fina vänner som jag lärt känna på huset genom åren. Vänner som jag kan lita på till 100 %. Jag är väldigt tacksam för att jag har fått åka på konferensresor med huset och träffat andra klubbhusmedlemmar både i Sterling, Paris och Barcelona. Det har varit värdefullt att knyta kontakter och att få träna alla mina språk både under resor och här på huset. Jag talar fem språk utöver svenska.

Jag tycker om vårt sociala program till exempel handarbete, odling och yoga. Jag är barnsligt intresserad av växter. Jag mår bra av att dela intressen med andra att få umgås på huset efter arbetstid. Att känna gemenskap. Jag brukar fira jul och nyår på huset. Det är jätteviktigt för mig. Jag brukar diska i kostym, äta god mat och umgås med mina vänner. Jag kommer att fortsätta att vara aktiv på huset. Det är bara en människa i världen som kan göra mig psykiskt frisk och det är jag!



Akreditering



För att garantera kvaliteten i verksamheten genomgår fontänhusen regelbundna kvalitetssäkringar, en så kallad ackrediteringsprocess, som administreras av Clubhouse International, CI. Ett fontänhus ackrediteras för en period på ett år eller tre år framåt, beroende på hur väl verksamheten fungerar utifrån de 37 riktlinjer som formulerar fontänhusmodellen.

Under våren har FHS genomgått den här processen vilket börjar med en självstudie av hela verksamheten. En gång i veckan bjöds alla in till ett möte där olika delar av verksamheten diskuterades. Till vår hjälp hade vi ett självstudiematerial. Mötena förbereddes utav en mindre grupp som också var de som sammanställde diskus-

sionerna och översatte till engelska. Syftet är att hitta såväl styrkor som förbättringsområden. Medlemmar, anställda och styrelseledamöter engagerade sig i arbetet som är mycket tidskrävande. Efter en sista sammanställning skickades slutligen vår färdiga självstudie till CI samt till de två av CI utsedda och utbildade ackrediterarna för granskning. Som med allt klubbhusrelaterat arbete var ackrediterarna en anställd och en medlem som var del av detta led i processen.

Efter en period blev det dags för nästa steg, ackrediteringsbesöket. Besöket genomförs för att få en komplettering till självstudien och genom detta ytterligare kunna skapa en bild av vårt klubbhus. Besöket varade i tre dagar och möjliggjorde en fördjupning i vår verksamhet för de två ackrediterarna. De tog del av verksamheten genom att ge sig in i de olika momenten och de olika arbetsuppgifterna under sina dagar på Fountain House Stockholm.

Innan de lämnade oss fick vi under ett stort möte i vår matsal ta del av deras preliminära muntliga rapport. Ett möte som väckte stora förhoppningar och förväntningar då deras respons var positiv. Slutligen fick vi det glädjefyllda beskedet om en ackrediteringsperiod på tre år, som endast ges till de starkaste Fontänhusen. Fountain House Stockholm – Ett klubbhus i världsklass!

Forskning

Visste du att Jenny Hultqvist, forskare från Lunds universitet, 2017 presenterade sin forskningsstudie – "Recovery-promoting factors in day centres and Clubhouses for people with psychiatric disabilities. A comparative study"? Ett av resultaten var att personer med psykisk funktionsnedsättning på Fontänhus skattar livskvaliteten högre än personer på kommunal daglig sysselsättning.

Sedan 2018 ingår Sveriges samtliga Fontänhus i en ny forskningsstudie av Jenny Hultqvist. Alla som blir medlemmar i ett Fontänhus får förfrågan om att delta i studien genom att fylla i en enkät i början av medlemskapet och en uppföljningsenkät sex månader senare. Syftet med studien är att undersöka hur deltagandet i

ett Fontänhus kan bidra till nya medlemmars upplevelse av förbättrad hälsa över tid. Jenny kommer att börja skriva på artiklarna under hösten 2019 och kan presentera preliminära resultat i slutet av året.



Unga Vuxna Projektet



Sen juni 2017 driver vi ett "Unga Vuxna Projekt" på Fountain House Stockholm. Målsättningen är att få fler unga att engagera sig i vår verksamhet. Både för att vi tror att vi kan vara en viktig verksamhet för unga personer med erfarenhet av psykisk ohälsa och också för att vi som verksamhet behöver de ungas perspektiv, kunskap och idéer.

Projektet Unga Vuxna

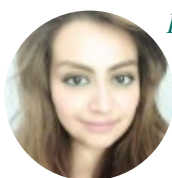
Vår utgångspunkt när vi startade Unga vuxna projektet 2017 var att vi redan hade ganska många unga personer som sökte sig till oss men som inte blev kvar efter nybesöken. Det gav ett naturligt fokus i vårt arbete på hur vi som verksamhet kan förändra oss för att engagera de unga som hittar hit till nybesöken. Under 2018 har det arbetet fortsatt och mycket har handlat om:

- första kontakten med huset
- första tiden på huset
- bemötande
- unga vuxna caféer

Första kontakten med huset

Den första personliga kontakten med Fountain House Stockholm för en person som blivit intresserad av att börja i vår verksamhet var tidigare att ringa till vår reception och be om ett nybesök. Där blev man ofta kopplad vidare till vårt kontor där någon förhoppningsvis hade möjlighet att ta samtalet. När vi pratade om det behov man har av trygghet vid första kontakten, inte minst om man är ung, såg vi en ganska osäker process. Ibland kanske det kunde vara en lite trött person i receptionen. Ibland kanske inte någon på kontoret kunde fånga upp samtalet just då. Dessutom kanske inte just telefonsamtal passade alla, framförallt om man ser till hur yngre gärna kommunicerar.

Vår lösning blev att ta en av husets mobiler och göra om den till en nybesöks- och intromobil. Vi bestämde att mobilen alltid skulle bäras av en handledare eller medlem som känner sig trygg med uppgiften att vara första kontakten. Nu fanns en person som var dedikerad till uppgiften samt möjligheten till att välja hur kontakten tas, via samtal, sms eller en ny-mail som vi också anslöt till telefonen. Vi såg också möjligheten att använda samma mobil som kommunikationskanal under hela introduktionsperioden. Så att en ny person bara har ett nummer att hålla reda på i början. Vi har också ändrat vår rutin för när vi kontaktar en person under introduktionen. Nu gör vi en daglig "reach out" som liknar den vi gör till våra medlemmar. Då kan personen själv välja vilken/vilka dagar som hen vill kontaktas.



Det är skönt att ha någonstans att gå till. Det känns tryggt att veta att Fountain House Stockholm finns och att jag kan bestämma själv när jag kan delta och med vad.

July

Första tiden på huset

Något vi också pratat mycket om, inte minst på våra unga vuxna forum som vi fortsatt ha varje tisdag eftermiddag, är vikten av att vara uppmärksamma och lyhörda direkt när en ung person kommer i kontakt med huset. Att tidigt i kontakten få möjlighet att formulera sina mål, intressen, behov, utmaningar och funderingar om verksamheten kan vara avgörande för om personen blir kvar. Därigenom kan vi som verksamhet fånga upp och anpassa oss och/eller tydliggöra vad vi kan erbjuda. Vi har haft flera exempel under året på unga personer som kommit in och som sen berättat att de blivit kvar hos oss tack vara den extra uppmärksamhet de fått. Någon fick tidigt chansen att lägga om arbetsuppgifter som inte kändes bra, en annan fick mycket tid i början tillsammans med en handledare som hon kände sig trygg med. Att ge uppmärksamhet är ett gemensamt ansvar för alla på huset och inte minst de som engagerar sig i nybesök och att stötta personer under introduktionen.





Ett bra bemötande

Samtidigt som uppmärksamhet är viktigt handlar det också om rätt typ av uppmärksamhet. Vi gjorde en undersökning där vi frågade unga vuxna som inte valt att komma tillbaka om varför. Flera uttryckte att det handlade om bemötande. Det visade sig att nya personer kunde få oönskad uppmärksamhet baserat på olika kategorier såsom kön, ålder, sexualitet och etnicitet. Något som resulterade i att enskilda inte ville fortsätta sin introduktionstid och bli en del av verksamheten. Frågor kring bemötande blev mer relevanta och det hölls diskussioner samt dialoger på unga vuxna forum och på husmöten om hur vi inom förhåller oss till varandras olikheter och likheter. Vi har pratat mycket om jämliket, inkludering, likabehandling samt acceptans och respekt för varandras bakgrunder. Ett initiativ som togs var ett forum för diskussioner avseende mångfald. Hur bemöter vi varandra utifrån diskrimineringsgrunder såsom kön/könsöverskridande identitet, ålder, etnisk tillhörighet, religion, sexuell läggning och funktionsnedsättning.



Fountain House Stockholm är ett ställe jag kan gå till för att hålla mig sysselsatt och träffa andra människor.

Erik

Unga Vuxna Caféer

Redan under 2017 började vi med Unga vuxna caféer, ett tillfälle för aktiva unga på huset att skapa något tillsammans samt ett arrangemang dit andra unga vuxna är välkomna för att lära känna verksamheten. Intresset hos de aktiva unga på huset har varit stort under året och genererat caféer med teman som "graffitti & jamaicanska tacos", "halloween", "pärla fuck ångest armbands kväll" och "retrospekt vs brädspele". Flera utifrån har fått möjlighet att upptäcka verksamheten genom caféerna men den kanske största vinningen har varit att de unga vuxna på huset verkligen blivit en gemenskap och lärt känna varandra genom det engagerande arbetet.

Genom mitt engagemang i unga vuxna projektet och i planeringen och genomförandet av unga vuxna caféer har jag fått utlopp för mina intressen. Jag har lagat jamaicanska tacos och hållit både i workshop, i graffitti samt i hur man gör halloweensår. Det har stärkt min självkänsla och mitt självförtroende igen och känna att det är mycket som jag kan.

Robin

Resultat och belöning

Tack vare ett hårt arbete sen projektets start har vi under hösten 2018 sett resultaten komma. Sista veckan i oktober 2018 hade vi 12 personer mellan 18 och 35 år. Att jämföra med fyra aktiva personer i samma åldersgrupp två år tidigare. Vi fick också det fina uppdraget att tillsammans med Fountain House New York berätta om vårt arbete i en workshop på Europakonferensen i Aalborg i november. Många fontänhus runtom i världen står inför en liknande situation att fler unga vuxna behöver engageras och det var ett stort intresse från deltagarna att få höra om de många utmaningar vi stött på hittills i vårt projekt.



Styrelseordföranden har ordet

Louise Lind har under två år varit ordförande i styrelsen för Stiftelsen Fountain House och innan dess ledamot i styrelsen i tre år. Louise arbetar med organisations- och chefsutveckling i egen firma till vardags.

Ännu ett år har gått, många dagar tillsammans – sida vid sida. I den dagliga verksamheten har vi tillsammans skapat en fin gemenskap på olika sätt med olika människor. Under det senaste året har många av oss mött både nya och gamla vänner på huset. Kanske har någon vågat utmana sig själv genom att våga prova något nytt, eller känt tryggheten i att göra något som gjorts tusen gånger förut och som just därför ändå känns roligt och givande för att det behöver göras. Att känna sig behövd är som bekant en viktig del i alla människors liv och en viktig del av husets fina kultur. Oavsett vad som hänt under det gångna året, så har huset funnits där för oss att mötas som människor. Precis som vi är.

"Tillsammans skapar vi något värdefullt i varje möte med en annan människa."

Som styrelseordförande på Fountain House Stockholm är jag alltid lika förundrande glad över att våra styrelsemöten befolkas av så många och olika människor. På varje möte fylls rummet av människor runt långbordet och extrastolar får ofta hämtas in. Att så många människor väljer att mötas till sena kvällen efter jobb och annat, att träffas för att prata om hur vi kan skapa en bra verksamhet tillsammans, medlemmar, personal och styrelse, det gör mig stolt och varm om hjärtat. Speciellt för att vi lever i en tid då den psykiska ohälsan ökar i vårt samhälle. Det är viktigt att den här verksamheten gör varje dag och att vi nu ännu mer har öppnat dörrarna för unga vuxna att få en naturlig plats i huset. Det gör mig väldigt glad och tacksam att fler får plats här.

"Människor som möts, det är där det händer tänker jag."

Det är när vi tillsammans träffas och lyssnar och samtalar om viktiga saker, det är då det känns meningsfullt, och uppenbart inte bara för mig utan för alla som återkommer varje år med samma engagemang och vilja. Förutom allt detta engagemang från alla styrelsemedlemmar, så tycker jag allra bäst om att det ofta bjuds



på berättelser från medlemmar som varit med om något som de vill berätta om. Till exempel resor till andra länder där mötet med andra människor som lever och jobbar med psykisk ohälsa träffas och byter tankar och erfarenheter, det är så vi utvecklas både på person och organisationsnivå.

Avslutningsvis vill jag passa på att utbringa ett stort och varmt grattis till alla på huset som varje dag bidrar till en meningsfull verksamhet och även ett stort grattis till ytterligare tre års ackreditering, den högsta nivån och en kvalitetsstämpel på att verksamheten sköts på ett bra sätt tillsammans! Jag tror att hela styrelsen håller med mig om känslan att det är så lätt och givande att sitta i en styrelse där ekonomin sköts, verksamheten utvecklas och andra bedömer verksamheten som en verksamhet med högsta kvalitet! Bra jobbat av alla på huset!

"Ni är fantastiska allihopa!"

Bilagor: Årsredovisning

Årsredovisning

för

Stiftelsen Fountain House Stockholm

802009-1370

Räkenskapsåret

2018-01-01 – 2018-12-31

Innehåll	Sida
– förvaltningsberättelse	2
– resultaträkning	4
– balansräkning	5
– noter	7

Styrelsen för Stiftelsen Fountain House Stockholm får härmed avge årsredovisning för räkenskapsåret 2018-01-01 – 2018-12-31.

Årsredovisningen är upprättad i svenska kronor, SEK.

Förvaltningsberättelse

Verksamhet

Allmänt om verksamheten

Stiftelsen Fountain House Stockholm bildades 1980 med syften att stödja människor som lever med psykisk ohälsa på vägen till återhämtning. Medlemmar deltar frivilligt i verksamheten och bidrar efter förmåga för att bryta isolering, strukturera sin dag, arbeta med meningsfulla uppgifter, ingå i en gemenskap och stärka sin självkänsla. Grundtanken är att ta tillvara och utveckla människors friska sidor genom arbete och gemenskap.

Förutom ett arbetsinriktat dagsprogram erbjuder klubbhuset ett program som ger medlemmar möjlighet att återgå till arbetsmarknaden, säkra och behålla anställningar samt stötta till att hitta rätt utbildningar. Vårt sociala program erbjuder medlemmar ett varierat utbud av fritids- och kulturella aktiviteter efter arbetsdagens slut. Vi följer de internationella riktlinjerna för klubbhusmodellen samt kvalitetssäkras kontinuerligt, senast år 2018 genom ackreditering av den internationella paraplyorganisationen Clubhouse International.

Stiftelsens har sitt säte i Stockholm.

Främjande av ändamålen

Stiftelsen grundläggande målsättning är att försöka skapa materiella och organisatoriska förutsättningar för att människor som drabbats av psykisk ohälsa skall kunna stödja varandra, få en meningsfull sysselsättning och rikare socialt liv utanför institutioner samt därigenom förebygga återtagning till psykiatrisk vård. Stiftelsen arbetar enligt *Klubbhusmodellen för psykosocial rehabilitering*, som i Sverige kallas Fontänhusmodellen.

Vid sidan av våra internationella riktlinjer och stadgarna för Stiftelsen Fountain House Stockholm anger årets verksamhetsplan ramarna för målen för verksamheten.

Väsentliga händelser under räkenskapsåret

Stiftelsen blev under verksamhetsåret aviserad om uppsägning för villkorsändring avseende verksamhetens hyreskontrakt. Villkorsändringen avsåg främst ny bashyra, cirka 56% hyreshöjning. Genomförda förhandlingar hos hyresnämnden, ledde till en hyresförändring med hyresrabatt för år ett och två av sammanlagt tre år.

Uppsägningen medförde dock att vi under förhandlingen avvaktade med vissa insatser för verksamheten, främst planerad rekrytering av personal. Det har medfört att årets resultat skiljer sig kraftigt från det budgeterade resultatet.

Flerårsöversikt (tkr)	2018	2017	2016	2015
Stiftelsens intäkter	8 345	7 680	7 598	7 596
Resultat efter finansiella poster	483	436	- 409	49
Soliditet (%)	75	74	70	72

Definition av nyckeltal:

Soliditet Justerat eget kapital/Balansomslutning

Stiftelsens resultat och ställning i övrigt framgår av efterföljande resultat- och balansräkning med tilläggsupplysningar.

Resultaträkning	Not	2018-01-01 - 2018-12-31	2017-01-01 - 2017-12-31
Stiftelsens intäkter			
Gåvor	2	53 000	59 305
Bidrag	3	6 198 000	5 722 700
Fonder	4	45 000	95 000
Rörelseintäkter		2 048 522	1 802 841
Övriga intäkter	5	0	538 352
Summa stiftelsens intäkter		8 344 472	8 218 198
Stiftelsens kostnader			
Övriga externa kostnader		-2 854 180	-2 941 368
Personalkostnader	6	-4 994 275	-4 823 435
Av och nedskrivningar av materiella och immateriella anläggningstillgångar		-17 400	-17 400
Summa stiftelsens kostnader		-7 865 855	-7 782 203
Stiftelsens resultat		478 667	435 995
Resultat från finansiella poster			
Övriga ränteintäkter och liknande resultatposter		4 247	719
Räntekostnader och liknande resultatposter		-68	-267
Summa finansiella poster		4 179	452
Resultat efter finansiella poster		482 846	436 447
Årets resultat		482 846	436 447

Balansräkning	Not	2018-12-31	2017-12-31
Tillgångar			
Anläggningstillgångar			
Immateriella anläggningstillgångar			
Koncessioner, patent, licenser, varumärken samt liknande rättigheter	7	22 800	34 200
Summa immateriella anläggningstillgångar		22 800	34 200
Materiella anläggningstillgångar			
Inventarier, verktyg och installationer	8	0	6 000
Summa materiella anläggningstillgångar		0	6 000
Finansiella anläggningstillgångar			
Andelsinsats		25 000	25 000
Summa finansiella anläggningstillgångar		25 000	25 000
Summa anläggningstillgångar		47 800	65 200
Omsättningstillgångar			
Kortfristiga fordringar			
Kundfordringar		151 960	132 775
Skattefordran		0	11 194
Övriga fordringar		159 067	154 848
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter		436 947	348 712
Summa kortfristiga fordringar		747 974	647 529
Kassa och bank			
Kassa och bank		5 283 336	4 731 416
Summa kassa och bank		5 283 336	4 731 416
Summa omsättningstillgångar		6 031 310	5 378 945
Summa tillgångar		6 079 110	5 444 145

Balansräkning	Not	2018-12-31	2017-12-31
Eget kapital och skulder			
Eget kapital			
Bundet eget kapital			
Bundet eget kapital vid räkenskapsårets början		500	500
Bundet eget kapital vid räkenskapsårets slut		500	500
Fritt eget kapital			
Avsatt reservkapital	9	3 000 000	3 000 000
Fritt eget kapital vid räkenskapsårets början		1 052 887	616 441
Årets resultat		482 846	436 447
Fritt eget kapital vid räkenskapsårets slut		4 535 733	4 052 888
Summa eget kapital		4 536 233	4 053 388
Kortfristiga skulder			
Leverantörsskulder		94 588	62 203
Skatteskulder		6 952	0
Övriga skulder		168 964	159 874
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter		1 272 373	1 168 680
Summa kortfristiga skulder		1 542 877	1 390 757
Summa eget kapital och skulder		6 079 110	5 444 145

Noter

Allmänna upplysningar

Not 1 Redovisnings- och värderingsprinciper

Stiftelsen tillämpar årsredovisningslagen samt de redovisningsprinciper som följer av BFNAR 2016:10, årsredovisning i mindre företag.

Avskrivningar

Stiftelsen tillämpar följande avskrivningstider

Immateriella anläggningstillgångar

Licenser 5 år

Materiella anläggningstillgångar

Maskiner, inventarier 5 år

	2018-01-01 - 2018-12-31	2017-01-01 - 2017-12-31
Upplysningar till resultaträkning		
Not 2 Gåvor som redovisats i resultaträkning		
Aberdeen Asset Management	0	50 000
Willmer Optik	0	5 000
Övriga gåvor	53 000	4 305
Summa Gåvor som redovisats i resultaträkning	53 000	59 403
Not 3 Offentliga bidrag som redovisats i resultat-räkning		
Stockholm stad Uppdrag Psykisk Hälsa	75 000	0
Stockholm stad	3 523 000	3 522 700
Stockholms läns landsting	400 000	400 000
Socialstyrelsen	2 200 000	1 800 000
Summa offentliga bidrag som redovisats i resultat-räkning	6 198 000	5 722 700
Not 4 Fondmedel som redovisats i resultaträkning		
Stiftelsen Fanny Hirschs Minne	45 000	60 000
Helge Ax:son Stiftelse	0	10 000
Stiftelsen Oscar Hirschs Minne	0	25 000
Summa fondmedel som redovisats i resultaträkning	45 000	95 000

	2018-01-01 - 2018-12-31	2017-01-01 - 2017-12-31
Not 5 Övriga intäkter		
Folksam, engångs utbetalning av överskottsmedel, inom kollektivavtalade tjänstepensioner KTP 2	0	538 352
Summa övriga intäkter	0	538 352
Not 6 Anställda och personalkostnader		
Medelantalet anställda	10,2	11,9
Upplysningar till balansräkning	2018-12-31	2017-12-31
Not 7 Immateriella anläggningstillgångar		
Ingående anskaffningsvärde	57 000	57 000
Årets inköp	0	0
Utgående ackumulerade anskaffningsvärden	57 000	57 000
Ingående avskrivningar	22 800	11 400
Årets avskrivningar	11 400	11 400
Utgående ackumulerade avskrivningar	34 200	22 800
Utgående redovisat värde för immateriella anläggningstillgångar	22 800	34 200
Not 8 Inventarier, verktyg och installationer		
Ingående anskaffningsvärde	581 983	581 983
Årets inköp	0	0
Årets försäljningar	0	0
Utgående ackumulerade anskaffningsvärden	581 983	581 983
Ingående avskrivningar	-575 983	-569 983
Återförda avskrivning på försäljningar	0	0
Årets avskrivningar	-6 000	-6 000
Utgående ackumulerade avskrivningar	581 983	-575 983
Utgående redovisat värde för maskiner, verktyg och installationer	0	6 000
Not 9 Fritt eget kapital		
Avsatt reservkapital, reserverat likviditetsreserv i stiftelsen enligt styrelsebeslut	3 000 000	3 000 000
Summa likviditetsreserv	3 000 000	3 000 000

Resultat- och balansräkning kommer att föreläggas på styrelsemöte 24 april 2019 för fastställelse.

Stockholm 2019-04-24



Louise Lind
Ordförande



Wilma Pietsch



Marianne Broddesson



Fredrik Nilsson



Elisabet Delang

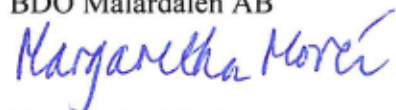


Emil Ahlén



Torsten Svensson

Vår revisionsberättelse har lämnats den 7 maj 2019
BDO Mälardalen AB



Margaretha Morén
Auktoriserad revisor

Bilagor: Revisionsberättelse



REVISIONSBERÄTTELSE

Till styrelsen i Stiftelsen Fountain House Stockholm
Org.nr. 802009-1370

Rapport om årsredovisningen

Uttalanden

Vi har utfört en revision av årsredovisningen för Stiftelsen Fountain House Stockholm för år 2018. Enligt vår uppfattning har årsredovisningen upprättats i enlighet med årsredovisningslagen och ger en i alla väsentliga avseenden rättvisande bild av stiftelsens finansiella ställning per den 31 december 2018 och av dess finansiella resultat för året enligt årsredovisningslagen. Förvaltningsberättelsen är förenlig med årsredovisningens övriga delar.

Grund för uttalanden

Vi har utfört revisionen enligt International Standards on Auditing (ISA) och god revisionssed i Sverige. Vårt ansvar enligt dessa standarder beskrivs närmare i avsnittet "Revisorns ansvar". Vi är oberoende i förhållande till stiftelsen enligt god revisorssed i Sverige och har i övrigt fullgjort vårt yrkesetiska ansvar enligt dessa krav.

Vi anser att de revisionsbevis vi har inhämtat är tillräckliga och ändamålsenliga som grund för våra uttalanden.

Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som har ansvaret för att årsredovisningen upprättas och att den ger en rättvisande bild enligt årsredovisningslagen. Styrelsen ansvarar även för den interna kontroll som den bedömer är nödvändig för att upprätta en årsredovisning som inte innehåller några väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag.

Vid upprättandet av årsredovisningen ansvarar styrelsen för bedömningen av stiftelsens förmåga att fortsätta verksamheten. Den upplyser, när så är tillämpligt, om förhållanden som kan påverka förmågan att fortsätta verksamheten och att använda antagandet om fortsatt drift. Antagandet om fortsatt drift tillämpas dock inte om beslut har fattats om att avveckla verksamheten.

Revisorns ansvar

Våra mål är att uppnå en rimlig grad av säkerhet om huruvida årsredovisningen som helhet inte innehåller några väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag, och att lämna en revisionsberättelse som innehåller våra uttalanden. Rimlig säkerhet är en hög grad av säkerhet, men är ingen garanti för att en revision som utförs enligt ISA och god revisionssed i Sverige alltid kommer att upptäcka en väsentlig felaktighet om en sådan finns. Felaktigheter kan uppstå på grund av oegentligheter eller misstag och anses vara väsentliga om de enskilt eller tillsammans rimligen kan förväntas påverka de ekonomiska beslut som användare fattar med grund i årsredovisningen.

Som del av en revision enligt ISA använder vi professionellt omdöme och har en professionellt skeptisk inställning under hela revisionen. Dessutom:

- identifierar och bedömer vi riskerna för väsentliga felaktigheter i årsredovisningen, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag, utformar och utför granskningsåtgärder bland annat utifrån dessa risker och inhämtar revisionsbevis som är tillräckliga och ändamålsenliga för att utgöra en grund för våra uttalanden. Risker för att inte upptäcka en väsentlig felaktighet till följd av oegentligheter är högre än för en väsentlig felaktighet som beror på misstag, eftersom oegentligheter kan innefatta agerande i maskopi, förfälskning, avsiktliga utelämnanden, felaktig information eller åsidosättande av intern kontroll.
- skaffar vi oss en förståelse av den del av stiftelsens interna kontroll som har betydelse för vår revision för att utforma granskningsåtgärder som är lämpliga med hänsyn till omständigheterna, men inte för att uttala oss om effektiviteten i den interna kontrollen.
- utvärderar vi lämpligheten i de redovisningsprinciper som används och rimligheten i styrelsens uppskattningar i redovisningen och tillhörande upplysningar.
- drar vi en slutsats om lämpligheten i att styrelsen använder antagandet om fortsatt drift vid upprättandet av årsredovisningen. Vi drar också en slutsats, med grund i de inhämtade revisionsbevisen, om huruvida det finns någon väsentlig osäkerhetsfaktor som avser sådana händelser eller förhållanden som kan leda till betydande tvivel om stiftelsens förmåga att fortsätta verksamheten. Om vi drar slutsatsen att det finns en väsentlig osäkerhetsfaktor, måste vi i revisionsberättelsen fästa uppmärksamheten på upplysningarna i årsredovisningen om den väsentliga osäkerhetsfaktorn eller, om sådana upplysningar är otillräckliga, modifiera uttalandet om årsredovisningen. Våra slutsatser baseras på de revisionsbevis som inhämtas fram till datumet för revisionsberättelsen. Dock kan framtida händelser eller förhållanden göra att en stiftelse inte längre kan fortsätta verksamheten.
- utvärderar vi den övergripande presentationen, strukturen och innehållet i årsredovisningen, däribland upplysningarna, och om årsredovisningen återger de underliggande transaktionerna och händelserna på ett sätt som ger en rättvisande bild.

Vi måste informera styrelsen om bland annat revisionens planerade omfattning och inriktning samt tidpunkten för den. Vi måste också informera om betydelsefulla iakttagelser under revisionen, däribland de eventuella betydande brister i den interna kontrollen som vi identifierat.

Rapport om andra krav enligt lagar och andra författningar

Uttalande

Utöver vår revision av årsredovisningen har vi även utfört en revision av styrelsens förvaltning för Stiftelsen Fountain House Stockholm för år 2018.

Enligt vår uppfattning har styrelseledamöterna inte handlat i strid med stiftelselagen, stiftelseförförordnandet eller årsredovisningslagen.

Grund för uttalande

Vi har utfört revisionen enligt god revisionssed i Sverige. Vårt ansvar enligt denna beskrivs närmare i avsnittet "Revisorns ansvar". Vi är oberoende i förhållande till stiftelsen enligt god revisorssed i Sverige och har i övrigt fullgjort vårt yrkesetiska ansvar enligt dessa krav.

Vi anser att de revisionsbevis vi har inhämtat är tillräckliga och ändamålsenliga som grund för vårt uttalande.

Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som har ansvaret för förvaltningen enligt stiftelselagen och stiftelseförordnandet.

Revisorns ansvar

Vårt mål beträffande revisionen av förvaltningen, och därmed vårt uttalande, är att inhämta revisionsbevis för att med en rimlig grad av säkerhet kunna bedöma om någon styrelseledamot i något väsentligt avseende:

- företagit någon åtgärd eller gjort sig skyldig till någon försummelse som kan föranleda ersättningsskyldighet mot stiftelsen, eller om det finns skäl för entledigande, eller
- på något annat sätt handlat i strid med stiftelselagen, stiftelseförordnandet eller årsredovisningslagen.

Rimlig säkerhet är en hög grad av säkerhet, men ingen garanti för att en revision som utförs enligt god revisionssed i Sverige alltid kommer att upptäcka åtgärder eller försummelser som kan föranleda ersättningsskyldighet mot stiftelsen.

Som en del av en revision enligt god revisionssed i Sverige använder vi professionellt omdöme och har en professionellt skeptisk inställning under hela revisionen. Granskningen av förvaltningen grundar sig främst på revisionen av räkenskaperna. Vilka tillkommande granskningsåtgärder som utförs baseras på vår professionella bedömning med utgångspunkt i risk och väsentlighet. Det innebär att vi fokuserar granskningen på sådana åtgärder, områden och förhållanden som är väsentliga för verksamheten och där avsteg och överträdelser skulle ha särskild betydelse för stiftelsens situation. Vi går igenom och prövar fattade beslut, beslutsunderlag, vidtagna åtgärder och andra förhållanden som är relevanta för vårt uttalande.

Stockholm den 7/5 2019

BDO Mälardalen AB



Margaretha Morén
Auktoriserad revisor

Verksamhetsrevisorns rapport

Karin Johansson är vår verksamhetsrevisor och deltar i alla styrelsemöten för stiftelsen Fountain House Stockholm. Till vardags arbetar hon på Rinkeby-Kista stadsdelsförvaltning som utredare inom äldreomsorg, funktionshinder och socialpsykiatri.

Stiftelsen Fountain House Stockholm är en del av en världsomfattande organisation. Det finns idag 333 Fontänhus/klubbhus i 34 länder, varav 12 i Sverige. Fountain House Stockholm startade 1980 och är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation som drivs utan vinstintresse. Utöver verksamhetsplanen är styrdokumentet stiftelsens stadgar och de internationella riktlinjer som är fastställda av Clubhouse International (CI) och som gäller för alla klubbhus över hela världen.

Verksamheten vid Fountain House Stockholm har fortsatt att utvecklas under året i enlighet med verksamhetsplanen. Antalet aktiva medlemmar har varit totalt 205 personer varav 74 % bor i Stockholms stad och övriga personer bor i kranskommunerna. Motsvarande uppgifter för 2017 var 208 aktiva medlemmar varav 78 % bodde i Stockholms stad. Varje dag måndag till fredag besöker cirka 50 personer klubbhuset.

Under året har en ny ackreditering av verksamheten gjorts av utomstående ackrediterare från Clubhouse International (CI). Resultatet av ackrediteringen är att

verksamheten vid Stiftelsen Fountain House Stockholm är av god kvalitet och följer de internationella riktlinjerna.

Den sammanfattande bedömningen är att verksamheten är av god kvalitet och har följt den verksamhetsplan och övriga styrdokument som legat till grund för verksamheten under 2018.

Stockholm den 2 mars 2019

Karin Johansson
Verksamhetsrevisor



Fonder och sponsorer

Varje år söker vi fondmedel och sponsorer. De fondmedel vi beviljas söks och används till olika projekt. Tack vare Fanny Hirsch minne som under många år beviljat oss pengar till sociala aktiviteter har vi kunnat erbjuda ett socialt program till våra aktiva medlemmar till kraftigt reducerade priser. Vi har de senaste åren haft förmånen att få tagit emot donationer som framför allt använts till deltagande på konferenser. Inför firandet av storhelger har affärer på vår gata ställt upp med bland annat julklappar men också härliga ostar och fisk som förgyllt våra gemensamma firanden. Till vårt årliga Ångestlopp ställer de flesta handlarna upp med rabatterade priser

till de som deltagit i loppet men också med olika varor som kommer våra medlemmar till del. Att söka sponsring är en arbetsuppgift i huset som många väljer att jobba med och det är alltid lika kul när någon vill bidra till vår verksamhet.



Tack till sponsorer

Ångestloppet

- 7-eleven
- Awaj Collective
- Barebells
- Barnbutiken
- Bik Bok
- Body Shop
- Bruce
- Connect PR
- Creative Headz, Stockholm
- Dedicated
- Erstagatans Blomsterstyling
- Espresso House
- Fabrique
- Face Stockholm
- Filippa K
- Friskis & Svettis
- G26 Stockholm
- Ginos
- Glitter
- Granit
- Gudrun Sjödén

Ångestloppet

- Götgatsbackens Hälsokost
- Hammarby friidrott
- Hemtex
- House of Shapes
- Juiceverket
- Just us
- Lush
- Matkonsulatet
- Ordning & Reda
- Pocket shop
- Råbaren, Ljunggrens
- Skivhögen
- Sneaky Steve
- Studieförbundet musik
- Söderbokhandeln
- The Amazing Society
- Tully's
- Wayne's coffee
- VILA
- Yin & Yang yoga studio

Sponsorer under året

- 7-Eleven
- Androet
- Body Shop
- Designorget
- Granit
- Gudrun Sjödén
- Götgatans Hälsokost
- Kvalitetsfisk AB
- Lush
- Lyko
- Temashop
- Wayne's coffee

**Stort tack till The Amazing Society
som hjälpte oss med marknadsföring av Ångestloppet!**

Fondmedel

- Stiftelsen Fanny Hirschs minne
- Stiftelsen Oskar Hirschs Minne

Vänner till Fountain House

Bli vän till Fountain House Stockholm för 300 kr per år! Det blir knappt 6 kr i veckan för dig, men för oss är det mycket. Som vän till Fountain House är du stödmedlem hela året. Läs mer på vår hemsida. Tack i förskott för ditt stöd!

Gåvor

- Weimar

Arbete & Gemenskap



Vill du veta mer?

Har du frågor, vill boka besök eller kontakta oss:



08- 714 01 60 / 072 33 00 244



info@fountainhouse.se



Götgatan 38
Box 4051
102 63 Stockholm

Stöd oss!

Gilla oss på Facebook och Instagram



Swisha en gåva

123 467 66 15



swish®

För mer information om Fountain House Stockholm:



Information om Fontänhus i Sverige och världen



Sveiges Fontänhus Riksförbund:
www.sveigesfontanhus.se



Clubhouse Europe:
www.epcd.info



Clubhouse International:
www.iccd.org

Nybesök, studiebesök eller föreläsning

Är du en av många som lever med psykisk ohälsa? Letar du efter gemenskap och en meningsfull sysselsättning? Välkommen att boka ett "nybesök" hos oss på **0723300244** eller **ny@fountainhouse.se**. Under nybesöket visar vi dig runt i huset och berättar om verksamheten.

Vill du veta mer om Fontänhusmodellen och återhämtning från psykisk ohälsa? Vi tar gärna emot studiebesök i vårt klubbhus eller kommer till er och berättar om verksamheten.

Du når oss på **0723300244** eller
info@fountainhouse.se

FOUNTAIN HOUSE STOCKHOLM

*Vi är ett klubbhus
som erbjuder arbete och
gemenskap som en väg till
återhämtning från psykisk ohälsa.*

*Vårt klubbhus är ackrediterat av Clubhouse
International. Läs mer på vår hemsida,*

TACK för ditt stöd!



Clubhouse International

Creating Community: Changing the World of Mental Health