



*Efter långvarig sjukskrivning var min självkänsla i botten och jag kände mig inkompetent. Jag var inte redo för arbetsträning på ett företag utan behövde ett ställe där jag kunde vara delaktig efter mitt mående. Fountain House var precis vad jag sökte och lite till. Först var jag arg att jag inte hittat hit tidigare och därför har jag engagerat mig i arbetet att nå ut till fler unga i liknande situation.*



*Elin*

**Har du frågor, vill boka nybesök eller kontakta oss:**

 Götgatan 38, Stockholm

 072 330 02 44

 [ny@fountainhouse.se](mailto:ny@fountainhouse.se)

**Följ vårt vardagliga arbete på:**



**HAR DU PSYKISK OHÄLSA?**  
*Det finns en plats för dig*



*på din väg vidare*

Hos oss är du alltid välkommen och behövd och deltar i vårt arbete på dina egna villkor.

# Välkommen till Fountain House Stockholm

Du som väljer att engagera dig i vår verksamhet blir medlem och del av gemenskapen vid Fountain House Stockholm. Hos oss är du alltid behövd, önskad och välkommen! Det är medlemmarna och ett fåtal anställda som tillsammans driver verksamheten. Du väljer själv när och hur länge du vill vara här samt vad du vill arbeta med. På vår kontors- eller köksenhet finns uppgifter och projekt som passar alla.



## Som aktiv medlem erbjuds du dessutom:

- **Stöd för att komma ut i arbete, studier eller praktik** i form av gruppträffar med aktuella och relevanta teman samt individuellt stöd. Vi erbjuder även kontakt efter att du kommit vidare!
- **Personligt stöd** i situationer som kan beröra din ersättning, ditt boende eller kontakt med myndigheter och psykiatri.
- **Sociala aktiviteter** på kvällar och helger som yoga, öppen scen och middagar eller något annat som vi planerar tillsammans. Vi firar också alla högtider tillsammans!
- **Aktiv kontakt från oss** på det sätt som passar dig. Vi hör av oss via sms, samtal eller mejl och kollar hur det är och inspirerar till att besöka oss.
- **Hälsofrämjande aktiviteter** flera gånger i veckan som cirkelträning och mediation.
- **Unga vuxna-grupp** med träffar och arbete för dig mellan 18-35 år.



*För varje dag jag kom till Fountain House mårde jag lite bättre och jag fick efterhand tillbaka tryggheten och tron på mig själv. Med det kom motivationen att kämpa mer för min framtid och genom huset fick jag stöd att komma ut i ett arbete som jag trivs med.*

**Fatou**

## Så här gör du för att börja

### STEG 1



#### **Kontakta oss!**

Ring, sms:a eller mejla för att boka ett nybesök! Vi tar emot nybesök flera gånger i veckan, med kort varsel.

072 330 02 44

ny@fountainhouse.se

### STEG 2



#### **Nybesök**

På nybesöket träffar du en medlem och en handledare på Fountain House Stockholm som under avslappnade former berättar om verksamheten.

*Om du inte bor inom Stockholms stad behöver du ett biståndsbeslut. Vi berättar mer på nybesöket.*

### STEG 3



#### **Introduktion**

Under introduktionstiden får du prova på att delta i arbetet på kontors- eller köksenheten några gånger. Om verksamheten passar för dig är nästa steg att bli medlem hos oss.

### STEG 4



#### **Medlemskap**

När du blivit medlem har du rätt att delta i alla delar av verksamheten. Det kostar inget att vara medlem och du binder dig inte till något. Ditt medlemskap har du så länge du själv önskar.

*Det bästa med Fountain House är att man får vara precis som man är.*

**Robert**

