

KILDEN



**Medlemsblad for Kildehuset Fountain House i Aalborg
Januar/februar 2023**

INDHOLDSFORTEGNELSE

Leder	S. 3
Farvel 2022 - Velkommen 2023	S. 4
Fælles arbejdsdage	S. 7
Hvad er "medlemshistorie"	S. 8
Tommys medlemshistorie	S. 9
Generalforsamling i Støtteforeningen	S. 11
Opskrift på sund blåbær-smootie	S. 12
Forårets loppemarked	S. 13
Fotos fra de sidste måneder	S. 14
TEMA: Hvad er normalt?	S. 16
OA-besøg i Fårup Sommerland	S. 22
Tak til vores julebanko-sponsorer	S. 24
Kalender og fødselsdage i januar	S. 26
Kalender og fødselsdage i februar	S. 27
Støtteforeningen	S. 28

Kolofonen:

Redaktionsmedlemmer: Mikkell, René, Birthe, Hella, Bimbo, Rikke, Tommy, Manuela, Axel, Christian, Camille, Mark, Jane

Udsendelsesdato: Januar 2023

Kildens mailadresse: kildehuset1@gmail.com

Af: Jane

Så er julen veloverstået og det nye år står rent og blankt foran os. Vi ved dog allerede, at året bliver fyldt med gode opgaver, oplevelser og arrangementer i et stærkt og opløftende arbejdsfællesskab! Vi har mange opgaver, der er tilbagevendende, og nogle som nærmest følger årstiderne, og så er der alle de nye initiativer der bliver søsat! Du er som altid ønsket, ventet og nødvendig i Kildehuset. – Og uden dig ville huset ikke være det samme! Tak fordi du er her!

Vi viste et utal af gange i 2022, at der er noget magisk i at arbejde sammen, tale sammen, grine sammen og indimellem også græde sammen. Det er tilladt det hele, og det er ret fantastisk, at der er respekt og anerkendelse i være dit unikke selv, hvor du faktisk kan slappe af og bare være dig. Vi værner om vores standarder og værdier, og når udfordringer opstår, for det gør de også, så løses de på en respektfuld og varm måde. Igen en tak, fordi du bidrager til et dejligt arbejdsmiljø og godt samvær!

Sidste år var et godt år for Kildehuset på mange fronter, så måske vi bare skal sige "Same procedure as last year" - med et twist, - og en lille smule roligere. :-)

FARVEL 2022 – VELKOMMEN 2023

Af: Birthe

Ved et årsskifte er det naturligt at gøre status over det gamle år og se frem til det nye. 2022 var på mange måder et vildt år.....både på verdensplan, nationalt og helt lokalt. Virkeligheden overgår af og til fantasien. For små tre år siden havde vi ikke kunnet forestille os, at hele verden ville lukke ned. Og, der var aldrig nogen, der tænkte på at nyse eller hoste i ærmet.

Nu er vi kommet godt ud af Coronaens skygge, men er vidner til en tragisk og vanvittig krig, som vi for et år siden ikke havde fantasi til, ville kunne forekomme i 2022. Vi havde vel heller ikke forestillet os, at vi på nationalt plan skulle få en SVM-regering. Eller, at nogen kunne acceptere at afholde et VM i Qatar. Eller, at en tynd dreng fra Glyngøre skulle vinde Tour de France. Eller, at inflation pludselig skulle gå så meget amok. Vi havde heller ikke troet for et år siden, at vi skulle arbejde i 19 grader. Heldigvis var 2022 også et år, hvor en masse lidt mere forudsigelige ting skete.

Vi vidste fx godt, at Kildehusets kunne fejre 30-års fødselsdag i januar – en stor dag med pomp og pragt og masser af fødselsdagsgæster. Og næsten det samme scenarie gentog sig, da Svend i oktober fejrede, at han har været her også i 30 år. Ligeledes vidste vi fra årets start, at Bimbo, Mark og 2 medlemmer skulle på træning, at det var rejsebank-år (turen gik til Stockholm) og, at vi traditionen tro også ville tage på ferietur til Skallerup Klit.

Hvad vi ikke vidste, var, hvilke oplevelser og hvilken udvikling, der fulgte med disse ting. Hvilke ideer, der udsprang, hvilke relationer der blev skabt, hvilken læring og erfaring den enkelte tog med sig. Og det er jo det forunderlige ved livet...at der hele tiden sker noget – både på et ydre og på et indre plan.

FARVEL 2022 – VELKOMMEN 2023

2022 blev også året, hvor:

- vi for første gang afholdt en Salonmiddag og havde en indholdsrig PR og networking-aften med spændende gæster udefra og seje medlemmer, der fortalte deres historie og måde at bruge Kildehuset på.
- vi var også hovedarrangør af forpremieren på filmen Rose
- vi fik fine donationer til indkøb af digitale devices og krea-ting samt penge til foredrag om Metakognitiv teori med Pia Callesen
- 8 dejlige studerende var i praktik hos os
- vi tog på sommerudflugt til Oceanariet i Hirtshals
- vi havde en skøn sommerfest i haven
- vi satte gang i arbejdet med ny hjemmeside
- vi lavede et nyt OA-hjørne
- der kom gang i nye initiativer såsom memberstories, jobklub og ikke mindst intern IT uv, hvor de unge medlemmers digitale kompetencer kommer de lidt ældre til gavn og glæde
- Kildehusets blev kontantløs
- vi deltog i Clubhouse Internationals verdenskonference i Baltimore med 3 oplæg
- vi havde 2 politikere i praktik og besøg af vores nye rådmand, Nuuradiin Hussein
- mange medlemmer fik joberfaringer
- OG, sidst men absolut ikke mindst fik vi 18 nye medlemmer.

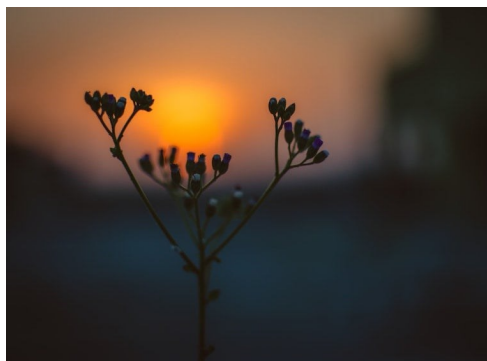
At 2022 har været et ret vildt år, ja det er vist lige bekræftet med ovenstående. Og, så er det jo ikke bare disse highlights, der definerer vores hus. Det gør i høj grad også vores hverdag med alt, hvad den indebærer af struktur og samarbejde, snakke, stigmagruppe, fritidsprogram hver eneste onsdag aften og søndag, Loppemarked, Julebanko og andre Støtteforeningsarrangementer, samarbejde med UCN og universitetet, ture ud

FARVEL 2022 – VELKOMMEN 2023

af huset, besøg hos syge medlemmer, undervisning om Kildehuset, møder med jobcenter o. lign OG ALT DETTE SAMTIDIG MED, at vi også skal afvikle ferie, afspadsering, omsorgsdage, seniordage mv. Dette kan kun lade sig gøre, fordi vi både har nogle helt utrolige og dygtige medarbejdere OG medlemmer, som side by side får tingene til at køre. Hverdagen kører...TUSIND TAK for det til alle som kommer og bidrager ind i vores gode arbejdsfællesskab.

Og i 2023 kan vi alle glæde os til mange af de ovennævnte ting – for Kildehuset har jo også sine rutiner og traditioner. Men vi kan også se frem til at vores nye hjemmeside bliver helt færdig, at vi måske får implementeret et ny database, Sales Force, som mange andre klubhuse også bruger og har stor glæde af, at vi skal have fokus på det næste område af vores strategiplans – Sundhed og i sidste halvdel af året vil vi tage hul på den næste akkrediteringsproces...for så er det tid igen.

TAK for 2022 og RIGTIG GODT NYTÅR 2023 TIL ALLE.



Torsdag og fredag d. 2. og 3. februar.

I starten af februar skal vi i gang med at male gangen i underetagen. Den trænger gevaldigt efter mange forskellige kunstnere har haft sin gang på gangen. Desuden er det også her, vi vader frem og tilbage hver eneste dag. Så gangen kunne godt trænge til en kærlig hånd. Din hånd er mere end velkommen disse dage, da vi får brug for så mange hænder som muligt.

Så kom og giv et nap med – det vil være meget tiltrængt.



MEDLEMSHISTORIE

Det ligger i ordet "medlemshistorie", at det skal fortælle dig, og hvis du har lyst, os andre, hvad du har opnået ved at være medlem af Kildehuset. Hvad har det givet dig, -hvilken rolle har det spillet at være en del af vores klubhus.

At dykke lidt ned i sin historie, kan dog give mere end det. Du får med ganske få spørgsmål og ord et overblik over din historie, og det kan hjælpe dig på det personlige plan.

Hvorfor er du, hvor du er i dag? Hvilke skridt har du taget og, hvilke store begivenheder har været afgørende? Det kan give perspektiv, accept og en anden forståelse af dit liv. Derudover er din historie fortalt med til at afstigmatisere og mildne tabuet i at vise sårbare og svære sider af livet. Hvad dit fokus er, er dog helt dit eget. Helt sikkert er det, at en anden sidder derude og kan se sig selv i din historie. Det kan derfor også være med til at give inspiration og håb for andre mennesker. Du kan lave en lille version, eller du kan gå mere i detaljen, det er op til dig.

I år vil vi bestræbe os på, at hvert nummer af Kilden skal indeholde en medlemshistorie. Stor tak til jer, der ønsker at dele!

Hver anden onsdag bliver der undervist i, hvordan du skriver din egen historie, og du kan løbende deltage og se, om det er noget for dig!



MEDLEMSHISTORIE

Af: Tommy

Mit navn er Tommy Ettrup Jørgensen. Jeg er 42 år. Jeg bor i Nørresundby i et rækkehus med have til. Jeg er opvokset i Skalborg sammen med min far og lillebror. Min mor og far gik fra hinanden, da jeg var 4 år. I 1991 blev jeg storebror igen til den sødeste lillesøster, som i dag bor i Norge sammen med sin kæreste og deres tvillinger. Min mor har også boet i Norge sammen med min stedfar, som er nordmand, men hun blev skilt fra ham i 2015 og flyttede her ned igen til Nørresundby, hvor hun nu bor sammen med sin nye mand.



Min interesse er musik - jeg hører meget musik, når jeg er derhjemme. Jeg går også meget op i madlavning.

Jeg blev syg som 23-årig. Jeg røg ind og ud af psykiatrisk sygehus, inden din fandt min diagnose (som er skizofreni) i 2010.

2003 mistede jeg min far. Han valgte at tage sit liv. Det var derefter, at jeg blev rigtig syg for første gang. Min familie kunne ikke helt forstå mig. På det tidspunkt havde jeg ikke rigtig nogen rutiner eller struktur i min dagligdag - der var rigtig meget kaos i min liv.

Da min far levede, var han selv medlem i Kildehuset, så jeg kom her sammen med ham som barn. Efter at jeg selv havde været indlagt og blev udskrevet, fik jeg en udskrivnings-mentor, som fortalt mig om Kildehuset.

MEDLEMSHISTORIE

Vi var på besøg, og jeg er kommet her siden 2017, hvor jeg også blev medlem.

Jeg har fået meget selvtillid ved at komme i Kildehuset. Jeg har arbejdet meget i køkkenet, hvor jeg har fået mange opgaver, som jeg skulle løse så godt, som jeg nu har kunnet og har haft overskud til psykisk. Det, der er vigtigst for mig, er at få struktur på min hverdag og komme ud mellem andre. Og, det er fantastisk for mig, at jeg ved, at jeg aldrig bliver glemt, fx i perioder, hvor jeg har været indlagt. Jeg har fået besøg på sygehuset, holder selv kontakt med huset og er altid blevet mødt med varme, når jeg er kommet tilbage. Jeg trives i den gode og omsorgsfulde stemning, der er en del af Kildehusets DNA.

Efter jeg er blevet medlem af Kildehuset, har min familie og venner støttet mig rigtig meget - de har været en stor støtte for mig.

Mine drømme er, at jeg får mere selvtillid og selvværd og, at jeg får endnu mere struktur i min hverdag, mens jeg kommer i Kildehuset.

Alt det her skrev jeg for et halvt år siden. Siden da, er der sket det, at jeg har afprøvet mig selv i et OA job inde på Musikkens Hus i deres personalekantine. Det var jeg glad for, og når jeg havde været på arbejde, havde jeg det rigtig godt med mig selv. Kildehuset lærte mig op i jobbet og støttede mig, når jeg havde brug for det. Nu er jeg igen tilbage i klubhuset og arbejder sammen med de andre i køkkenet 3 dage om ugen.

GENERALFORSAMLING I STØTTEFORENING

Af Manuela:

Onsdag, den 15. februar 2023 kl. 17.00

Alle medlemmer af **Støtteforeningen** er hermed inviteret til
generalforsamlingen.

Er man ikke medlem endnu, kan man blive det. Henvendelse til
Rikke eller Manuela.

Tilmelding skal ske på opslaget på skråtavlen.

Følgende fra bestyrelsen er på valg: Rikke (medarbejder), Camille
og Manuela (medlemmer).

Per (udefra) ønsker at forlade bestyrelsen.

Ellen Birk Larsen (udefra og tidligere medarbejder) ønsker at blive
valgt ind.

Har andre medlemmer, medarbejder eller nogen udefra lyst til at
arbejde i bestyrelsen, kan man stille op til valg.

Forslag/punkter til dagsorden bedes være formanden i hænde
senest 14 dage før.

På vegne af Støtteforeningen
Manuela

BLÅBÆR-SMOOTHIE

Ingredienser:

- 2 bananer
- 1 dl. Blåbær, frosne
- 3 dl. Mandelmælk
(eller anden mælk)
- 1/2 tsk vaniliepulver
- 1 spsk. mandelsmør (Kan undlades)



Fremgangsmåde:

Kom det hele i en blender, og blend til det er cremet.

*Smoothies er et godt skud vitaminer, hvis du vælger en god sammensætning!
Prøv lidt forskellige opskrifter med grøntager, frugt og bær!*



LOPPEMARKED I APRIL

Af: Manuela

Lørdag, 01. APRIL 2023 kl. 11:00-15:00

Hvis du/din nabo/nogen fra familien/venner/bekendte eller andre har noget pænt stående i kælderen eller på loftet, vil vi meget gerne tage imod lopperne (dog ikke store møbler pga. pladsmangel). Det kan ske mandag – fredag fra klokken 08.00 – 15.00.

Vi har desuden brug for mange hænder. Både til forberedelsen/opstilling og salg af lopperne og lækkerier i caféen på selve dagen. Husk at skrive datoen i din kalender!!

Men under alle omstændigheder er du velkommen til at kigge forbi. Vi sælger kaffe/te, kage, sandwich og pølser i vores café.



BILLEDER



BILLEDER



TEMA - HVAD ER NORMALT

af-stigmatisering

Af: Axel

Det er almindelig kendt, at en del danskere rammes af en sindslidelse eller at et nært familiemedlem får en sindslidelse og det er stadig behæftet med et vist tabu at have en sindslidelse for man er måske bange for selv at blive syg. Hvad med at lade sindslidelser rangere på lige fod med somatiske lidelser ? Meget ville være vundet for de som har en sindslidelse og selvom en sindslidelse kan være kronisk kan man sagtens have en ok tilværelse. Flygtninge bliver integreret og det samme skal psykisk skrøbelige borgere for man bliver let skrøbelig/sårbar når der er en sindslidelse med i billedet. Der har netop været folketingsvalg i Danmark og når en ny regering er dannet vil et bredt flertal på Christiansborg sandsynligvis vedtage en psykiatriplan, hvilket både er glædelig og nødvendig for der er for lang ventetid på at blive udredt og behandlet.

Men det er af-stigmatisering af psykisk sygdom der er omdrejningspunktet i dette indlæg. En accept af borgere med sindslidelser er vigtig kombineret med støtte og behandling. Ligeledes er botilbud nødvendige og kildehus hvor man kan bruge sig selv og gøre noget for andre altså den meningsfulde tilværelse .I samme åndedrag bør sind skolerne nævnes for her kan man komme på skolebænken og få et intellektuelt input uden stress. Men afstigmatisering kræver dialog og oplysning, så sindslidende bliver betragtet som ligeværdige mennesker og det er en udvikling som vil fortsætte, da der er kræfter som bekæmper stigmatisering og har det som målet at fjerne denne negative stempeling og menneskesyn. Men det er af største vigtighed at sindslidelser ikke bliver farlige. Med andre ord skal der tages hånd om patienter så de ikke udgør en fare for dem selv og andre. Skyderiet på Fields er et tragisk eksempel. Heldigvis er mange psykiatribrugere fredelige og det er vigtigt at medierne også dækker den side så folk ikke går og er bange for psykisk syge medborgere. Nøgleordene er behandling, dialog og integration og i vore dage kan man medicinere sindslidende så de er stabile kombineret med botilbud, Kildehus,

TEMA - HVAD ER NORMALT

af-stigmatisering

Sindsskole og enkelte får lønarbejde. At bekæmpe uvidenhed og angst for sindsslidende er en nødvendighed for derved kan vi komme af med den trælske stigmatisering af psykisk syge og dermed de fordomme der stadigvæk findes.

Til slut kan det siges, at velfærdsuddannelserne – pædagog, ergoterapeut, socialrådgiver – er relevante i arbejdet med at støtte op om psykisk syge i botilbudene og socialpsykiatrien, således at borgere, som har psykisk sygdom, kan få nødvendig støtte enten i en lejlighed i et botilbud eller for dem selv ude i samfundet med den nødvendige dækning og fortsat deltagelse i samfundet.



Af: Christian

Økonomi: Hvis man vil stigmatiseringen mod psykisk sygdom til livs, kræver det for det første en fuldstændig ligestilling mellem somatisk sygdom og psykisk sygdom, hvad angår ønske om behandling og synet på dette. Ingen ser ned på en patient med en brækket hofte, hvorimod der er en stigmatisering i forhold til at have en psykisk sygdom. Tilførslen af økonomiske midler til psykiatrien er dog reelt steget i de sidste år, men hvad hjælper det, hvis antallet af patienter stiger hurtigere end mængden af tilførte ressourcer. Massemedier: I de sidste år har der været en større åbenhed om sindsslidelser i fjernsynet, på film og i aviserne. Især når det drejer sig om ikkepsykotiske lidelser f.eks. angst, stress og depressioner er stadig flere kendisser – især kvinder – stået frem. Denne forbedring er dog mindre for psykotiske lidelser, Jeg mangler endnu en kendt person stå frem med sin skizofreni. Er der nogen af jer, som kan hu-

TEMA - HVAD ER NORMALT

af-stigmatisering

ske en "hvem vil være millionær" eller et indsamlingsshow, hvor pengene går til sindslidende? Jeg kan ikke. Man burde jo egentlig også give en pris til den film eller udsendelse, der har fremmet mindsket stigmatiseringen mest,

Forsikring: Når jeg gennemgår mine forsikringsoplysninger om livstruende sygdomme bliver selv de mest alvorlige sindslidelser ikke nævnt. Det kan jo undre lidt, når al viden viser, at folk med disse lidelser lever i betydelig kortere tid.

Psykiatriens medarbejdere: Psykiatriens medarbejdere stigmatiserer i mange tilfælde ligeså meget som andre. Jeg tror, jo lavere uddannelse, løn, status og mentalt overskud, jo større er tendensen til stigmatisering. Hvis arbejdsmiljøet for personalet er i orden, og de føler en stolthed over det arbejde de udfører, jo større overskud har de til at modarbejde stigmatisering.

Kommunikation: Hvad kan man selv/vi gøre? Det er betydeligt vanskeligere, at stigmatisere mennesker man kender. Jeg tror derfor, at det personlige møde er betydeligt mere effektivt end antistigmatiserende information over massemedierne. Derfor er det vigtigt, at når f.eks. Kildehuset er ude og informere om husets indsats, at man sender folk med psykiske lidelser, der ikke er for påfaldende. Det er jo vigtigt, at "normale" mennesker kan identificere sig med de psykisk syge. Det vil de have vanskeligere ved de få, som tiltrækker sig negativ opmærksomhed. Det er den naturlige og spontane kontakt, der er den bedste. Derfor har lederen i institutionen et stort ansvar, når denne naturlige kontakt skal fremmes. Den må for guds skyld ikke være arrangeret og dermed kunstig.

Hvad kan man selv gøre: Det nytter dog ikke kun at give omgivelserne skylden. Vi er jo alle bange for det ukendte og fremmede. Hvor mange af

TEMA - HVAD ER NORMALT

os selv kan sige os fri for at have fordomme overfor minoriteter. Så kampen mod stigmatiseringen starter således i det enkelte menneske. Hvis man har en sindslidelse er det også meget vigtigt, at man selv erkender sin sygdom og opsøger hjælp. Dermed hjælper man sig selv, og omgivelserne vil se mere positivt på en. Så i kampen mod stigmatiseringen har man selv et stort ansvar.



Af: René & Bimbo

Hvad er normalt?

Ordet "normal" er i ordbogen defineret som, bl.a.:

- Det som ikke afviger fra det dagligdags, det almindelige eller det som man må forvente
- Det som ikke afviger fra det planlagte
- Svarende til det statistiske gennemsnit
- Det som ikke tiltrækker sig særlig opmærksomhed; som opfører sig acceptabelt eller upåfaldende

For mange sindslidende kan ønsket om at blive symptomfri/rask komme til udtryk i en sætning som "Jeg vil bare gerne være normal". Hvis vi skal sammenholde dette med nogle af definitionerne på ordet "normal", så handler det i bund og grund om ikke at skille sig ud. For skiller man sig ud, kan man frygte stigmatisering og at blive holdt uden for det sociale liv. Frygten kan nogle gange være ubegrundet, og dermed selvstigmatiserende.

Men er det normale det rigtige at gå efter? Og bliver du normal af at være symptomfri? Alle mennesker kan nok finde et eller andet punkt hvor de afviger fra normalen – det statistiske gennemsnit, idet der jo ikke er to mennesker, som tænker eller opfører sig ens. Normalt bliver dermed noget, som man aldrig kan opnå.

En klog mand sagde engang: "Drop det normale, gå efter dit eget opti-

TEMA - HVAD ER NORMALT

male.” Dvs. gå efter det, der er bedst for dig selv, og sammenlign ikke dig selv med en uhåndgribelig norm.

Forskning har vist at det er utroligt usundt for ens mentale helbred at sammenligne sig selv med andre mennesker, både i det virkelige liv og på sociale medier. Sociale medier forskønner meget ofte virkeligheden, og danner dermed et forvrænget billede af, hvad der er normalt.

Måske er det meget godt at skille sig lidt ud en gang i mellem -turde være den man er uden at skele så meget til, hvad og hvordan andre er. Så drop det normale og gå efter dit eget optimale lyder opfordringen herfra.



Af: Mikkel & Birthe

Bliver man normal af at arbejde i Normal?

Er man unormal, hvis man går med pels? Eller hvis man spiser myrer? Eller hvis man har pink briller eller hår. Eller har en orm som kæledyr. Eller står hovedet, når man får hikke. Eller går med shorts om vinteren. Tjaaa, hvis flertallet af en befolkning gør disse ting, så er det jo helt normalt for dem. Altså afhænger normalitet af, hvor mange der gør noget bestemt. Så noget unormalt er altså ret normalt....der er bare ikke særlig mange dergør det....endnu....for hvem ved, om det på sigt bliver en trend at have orm som kæledyr eller have pink hår. Der er jo bare mange nok, som skal synes, at det er fedt eller sjovt.

Mikkels konklusion: Hvis du er bange for at være unormal, så flyt til København eller NYC, der er mangfoldighed nok til, at det nærmest er umuligt at være unormal eller skille sig ud.



TEMA - HVAD ER NORMALT

Af: Camille

“Normalitet er en asfalteret vej: Den er behagelig at gå på, men ingen blomster kan vokse der.”

–Vincent van Gogh–

Jeg overvejer tit, hvad det vil sige at være normal? Hvad vil det sige at være normal eller at afvige fra det, mange opfatter som det normale? Hvornår er et menneske normal? Jeg har ikke fundet et enkelt svar.

For de fleste opfattes en normal person som en, der er “ligesom alle andre.” Det vil sige en person, der ser ud nogenlunde ligesom alle andre mennesker, og en person, der opfører sig nogenlunde ligesom alle andre. Så svaret på spørgsmålet afhænger både af, hvor man er henne i verden eller bare i Danmark. Og så afhænger det også af, hvilken tid man lever i. Men det er et spørgsmål, der ikke er noget nemt at finde svar på.

Jeg har tit sagt, at jeg ville ønske, at jeg var normal. Men jeg har haft svært ved at definere hvad det vil sige at være normal. Så nu er min konklusion: JEG ER NORMAL!!!



OA-VIRKSOMHEDSBESØG

Fårup Sommerland

Af: Hella

Tirsdag, den 10. januar 2023 var vi en flok fra Kildehuset, der tog imod invitationen fra FÅRUP SOMMERLAND, om at komme på et besøg bag kulisserne i den store nordjyske forlystelsespark.

Det var et arrangement, der var arrangeret ved hjælp af Manuela, i forbindelse med vores virksomhedsbesøg i OA-klubben (OA står for overgangsarbejde, som er Kildehusets jobtræningstilbud af ca. 6 mdr. varighed). Ved hjælp af lån af en minibus lykkedes det 7 medlemmer, og medarbejder Bimbo, at tage op til Fårup Sommerland, hvor personalechef Jesper Jensen og en yderligere medarbejder tog rigtig pænt imod os ved sommerlandets hovedindgang.

Vi fik en 2 timers rundvisning, hvor vi blev præsenteret for hele forlystelsesparken, krydret med små sjove anekdoter og historier om både medarbejderforhold og de mange forskellige forlystelser, karruseller, aktivitetstilbud, spisesteder, hotellet, de forskellige jobfunktioner og ansættelsesforhold.

Det var både sjovt, interessant og inspirerende, hvad Jesper havde at fortælle os. Og vi var rundt om både forhenværende, gamle og nye karruseller og forlystelser, og fik lov til at se deres fine hotel, både restaurant, loungeområde og et rigtig flot hotelværelse. Selv deres nyeste bålhytte til hotellets gæster fik vi lov at besigtige.

Det var super spændende, for mig, at se alle de forandringer der er sket i parken, siden jeg selv sidst har været der (hvilket – ups – nok har været i 2015/16, tror jeg ...). Mange "gamle" forlystelser er fjernet eller flyttet, og rigtig meget nyt er kommet til. Karrusellerne/rutschebanerne bliver bare større, højere og vildere for hvert år, der går!

OA-VIRKSOMHEDSBESØG

Fårup Sommerland

Ligeledes var det virkelig spændende at komme bag om kulisserne og se, hvor og hvordan de forskellige forlystelser var taget ned, eller skilt ad, for at varte dem og opmagasinere dem på diverse lagre for vinteren. Blandt andet i en stor værkstedshal, som parken har fået bygget, så personale og håndværkerne har nogle gode forhold at arbejde under. Vi fik også set det store lager, hvor der bliver opbevaret alt fra metervis af toiletpapir, papirhåndklæder, viskestykker, plastikfilm til madvarer, drikkevarer og vaskemaskiner, der bruges, mens parken kører på fuld drift i sommerhalvåret. Deres storkøkken, samt kæmpe opvaskehaller (2 store lokaler), hvor alt bliver vasket op fra restaurant- og grillbodsdrift.

En helt igennem hyggelig og lærerig rundvisning, og et virksomhedsbesøg, som vi alle var virkelig glade for at have haft mulighed for at deltage i. Jeg havde fornemmelsen, at vores positive oplevelse var gensidig, da vi takkede Jesper Jensen og hans søde kollega for den flotte rundvisning. Efter, at vi havde takket for besøget, og Fårup Sommerland for at have åbnet dørene for os, kørte vi ned på stranden i Blokhus, hvor vi indtog vores medbragte frokost.

Sluttelig lærte vi et, for os, "nyt" motto, et FÅRUP SOMMERLAND-motto: "REGNVEJR ER FLYDENDE SOLSKIN!"



TAK TIL SPONSORER

Støt vores sponsorer – de støtter os i Kildehuset

NØRRESUNDBY

Bog & Ide
Butik Julia
Datamarked
FM Farver og Tæpper
Fri Cykler
Frisør Bebop
Frisør Landor
Fysioterapi Ole Andersen
HH Garn
Home
Imerco i Føtex
Kop & Kande
Liljas Hudpleje
Lille Nyhavn
Lindholm El
Marie Louise Blomster
Matas i Føtex
Mæglerhuset
Netto Lindholm, Viadukten
Next Data
Nordjyske Bank
Nørresundby Guld
Nørresundby Optik
Optiker Claudi & Hjelm i Føtex
Peters Vin
Pigekammeret
Rigtige Mænd
Salon Lina
Schou Bertelsen
Skoda
Slagter Carlsen/Paulsen
Solsidens Apotek
Solsidens Farvehandel
Spar Nord Bank
Sport 24 i Føtex
Svømmeklub Nord
Unik Guldsmed
Vase VVS
Weber Grill
Aalborg Reklamefoto

TAK TIL SPONSORER

Støt vores sponsorer – de støtter os i Kildehuset

VODSKOV

Brunø
Bækgaard Optik
Frisør Tina J.
Frisør Salon 58
Salon Zaks
Mosquito Cykelcenter

ANDRE STEDER

Fårup Sommerland
Nordjyske Bank, Vestbjerg
Råd & Dåd, Fjerritslev
Skallerup Seaside Resort
Sparekassen Danmark, Brønderslev
Sandskulpturparken Blokhus

PRIVAT

Henriette Thellefsen
Klaus Fossing fra bestyrelsen

AALBORG

Apoteksudsalget Skipperen
Bageriet i Vestergården
Friluftslund
Haraldslund
Headspace
Hotel Kompas Aalborg
KUNSTEN
Musikkens Hus
Nadiaz, Østerågade
Nordjyske Bank, Thulebakken
Skjold Burne
Sparekassen Danmark, Kastetvej
Spejder Sport
Utzon Center
Vin & Vin
Aalborg Historiske Museum
Aalborg Teater

KILDEHUSETS KALENDER JANUAR

Husets åbningstider:

Mandag – Torsdag: kl. 8.00 – 15.30

Fredag: kl. 8.00– 15.00

Fritidsprogrammets åbningstider:

Onsdag: kl. 15.30 – 18.30

Søndag: kl. 11.00 – 15.00

Fritidsprogram i januar

Onsdag d. 04.01 Mark

Søndag d. 08.01 Mark - tur ud af huset

Onsdag d. 11.01 Rikke

Søndag d. 15.01 Rikke

Onsdag d. 18.01 Bimbo

Søndag d. 22.01 Bimbo

Onsdag d. 25.01 Svend

Søndag d. 29.01 Svend



Fødselsdage i januar

D. 02.01 Kildehuset

D. 02.01 Merete P.

D. 04.01 Anne Marie N.

D. 05.01 Charlotte R.

D. 05.01 Max S.

D. 07.01 Henrik S H.

D. 07.01 Thi P.

D. 11.01 Per J.

D. 13.01 Gitte T.

D. 13.01 John N.

D. 14.01 Ole B.

D. 15.01 Vagn A.

D. 16.01 Tove O.

D. 17.01 Inger V.

D. 19.01 Jacob U.

D. 21.01 Carina L.

D. 23.01 Arne S.

D. 23.01 Hanne J.

D. 25.01 Bettina K.

D. 25.01 Mads A.

D. 26.01 Bimbo B.

D. 26.01 Mads N.

D. 27.01 Alexander

D. 29.01 Viktoriya K.



Tillykke med fødselsdagen!

KILDEHUSETS KALENDER FEBRUAR

Husets åbningstider:

Mandag – Torsdag: kl. 8.00 – 15.30

Fredag: kl. 8.00– 15.00

Fritidsprogrammets åbningstider:

Onsdag: kl. 15.30 – 18.30

Søndag: kl. 11.00 – 15.00

Fritidsprogram i februar

Onsdag d. 01.02 Mark

Søndag d. 05.02 Mark - tur ud af huset

Onsdag d. 09.02 Rikke

Søndag d. 12.02 Rikke

Onsdag d. 15.02 Bimbo

Søndag d. 19.02 Bimbo

Onsdag d. 22.02 Svend

Søndag d. 26.02 Svend



Fødselsdage i februar

D. 01.02 Karen R.

D. 05.02 Pia H.

D. 06.02 Jan J.

D. 09.02 Kate O.

D. 09.02 Lars Bo S.

D. 10.02 Alija N.

D. 10.02 Mette G.

D. 13.02 Hans J.

D. 14.02 Henrik V.

D. 14.02 Helle C.

D. 14.02 Berit E.

D. 15.02 Christopher D.

D. 16.02 Jefferson T.

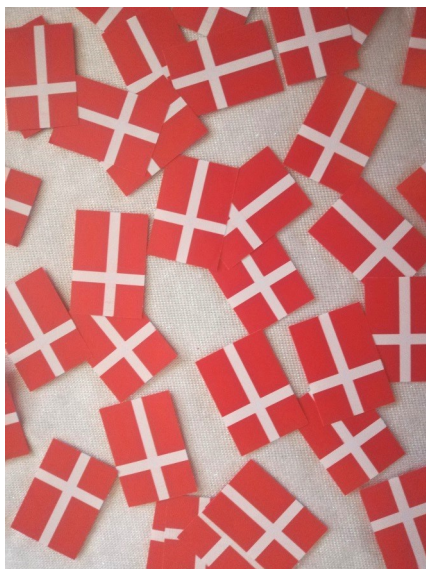
D. 17.02 Andreas H.

D. 17.02 Niels Ø.

D. 21.02 Sanne B.

D. 22.02 Malene J.

D. 24.02 Dorthe C.



tillykke med fødselsdagen!

STØTTEFORENINGEN

Ønsker man at blive medlem af Støtteforeningen kan indmeldelse ske ved henvendelse til:

Kildehuset-Fountain House
Anders Mørchs Vej 1
9400 Nørresundby
Tlf: 99 31 60 00

www.kildehuset-fountainhouse.dk

E-mail: kildehuset@aalborg.dk

Kontingentet udgør:

100,- kr. for enkeltpersoner

150,- kr. for par

250,- kr. for institutioner

Beløbet kan betales på følgende måder:

Bankkonto: Reg.-nr.: 9070 Konto-nr.: 1655672873

Mobilepay: 882413

Kontant: i Kildehuset på kontoret

HUSK at skrive navn, ”medlemskontingent” og din mailadresse som kommentar ved indbetalingen.
