

KILDEN



Medlemsblad for Kildehuset Fountain House i Aalborg
marts/april 2024

INDHOLDSFORTEGNELSE

Leder	S. 3
Medlemshistorie	S. 4-5
Skema - akkreditering	S. 6-7
Tema - Forårskuller	S. 8-11
Billeder	S. 12-13
Tema - Forårskuller	S. 14-18
Medlemshistorie	S. 19
Ny kunstner	S. 20
Præsentation af studerende	S. 21
Kalender	S. 22-23
Støtteforeningen	S. 24

Kolofonen:

Redaktionsmedlemmer: Kris, Vivi, Bimbo, Thomas, Birthe, Nicklas, Natasha, Søren, Uffe, Britta, Mikkel, Jane

Udsendelsesdato: marts 2024

Kildens mailadresse: kildehuset1@gmail.com

Af: Kris

Nu skulle vinteren gerne have sluppet sit tag i os, og vi ser frem mod nyere tider; højere temperaturer, flere farver og kuller. Det er nemlig rigtigt, forårmånederne er over os! Og det bliver et spændende forår fyldt med spændende aktiviteter. Først og fremmest vores akkreditering, der finder sted nu her 5.-7. marts, hvor vi håber, mange vil dukke op! Så sker der også spændende forandring i form af vores nye tekækken, der indvies 15. marts; hold øje med informationer om, hvordan vi vil fejre det. Så er der et soleklart eksempel på, at foråret er over os; vi taler selvfølgelig om vores fantastiske, store loppemarked, der holdes 6. april, hvorfor vi også har fælles arbejdsdage 3. og 4. april - kom frisk og giv en hånd med.

Men vi ved jo alle sammen godt, hvad der er mest spændende ved forårets komme: En ny udgave af Kilden med et særligt forårstema, som i denne omgang er "Forårskuller" og med "Interesser" som ekstratema, så der er lagt op til lidt af hvert.

Forårskuller beskriver den rastløshed og overstadighed, der opstår, når temperaturen stiger, og vi får mere solskin. Vi bliver ganske simpelt kulrede og forårskåde af den lykke, vi oplever i en sådan grad, at vi næsten mister forstanden. Det vil vi se på.

Og de kan finde sted indendørs i det spæde forårsvejr, og de kan dyrkes indendørs, når vejret fejler; interesser er altid værd at se på. Lad dig inspirere til måske selv at få en ny interesse, eller læs med spænding om de interesser, vi ser her i Kildehuset.

Godt forår til dig!



MEDLEMSHISTORIE

Af: Thomas M.

Jeg hedder Thomas, jeg er 45 år gammel. Jeg er opvokset ved en lille landsby nær Nibe. Jeg blev mobbet meget i folkeskolen, som har fulgt mig ind i voksenalderen. Men ellers har jeg haft en god og kærlig opvækst hos mine forældre som jeg altid har haft et godt forhold til.

Jeg har haft flere forskellige ufaglærte jobs som fabriksarbejder, nogle var gode arbejdspladser, andre var mindre gode og jeg har arbejdet på normale vilkår i fem år før min psykiske sygdom brød ud.

Når jeg tænker tilbage på min barndom vil jeg sige at jeg altid har haft kimen til psykisk sygdom, jeg gik til børnepsykolog nogle gange både pga. mobning og fordi jeg ikke trivedes i skolen. Jeg var meget ængstelig som barn og tænkte ofte katastrofetanker.

Da jeg blev færdig med 10. klasse, tænkte jeg ikke på at komme ud og feste som "almindelige" unge mennesker.

Nej jeg tænkte hvordan jeg skulle klare skærene, jeg tænkte mest på at overleve. Jeg var ikke særlig hurtig eller god til mine jobs, og mine arbejdsdage var fyldt med angst og stress. Det sidste arbejde jeg havde, før jeg blev indlagt på psyk. var på Danish Crown i Nørresundby (Hvor der nu ligger Føtex). Efter tre måneder ved det arbejde blev jeg indlagt et lille år og jeg fik diagnoserne paranoid skizofreni og depression.



MEDLEMSHISTORIE

Jeg blev meldt ind i Kildehuset i juni 2005 og det var også omkring det tidspunkt jeg fik tildelt min førtidspension. Jeg er glad for at komme i Kildehuset, som jeg mest kalder "Kilden" – at have nogen at snakke med, at være nyttig og behjælpelig. Det giver en dejlig følelse at have været sammen med Kildehus-folkene samt kammeratskabet og et sted at høre til - plus det, at der er så meget hjælp at få.

Som årene er gået, har jeg fået det bedre dog med ups and downs som alle andre.

Jeg er taknemmelig for min førtidspension, som har betydet jeg har fået mere ro og fred, for jeg kan under ingen omstændigheder arbejde på almindelige vilkår længere.

Som mit liv ser ud nu, er jeg egentlig ganske tilfreds og prøver at se lyst på fremtiden og håber på det bedste:)



SKEMA - AKKREDITERINGSBESØG

KOM OG STØT OP OM VORES AKKREDITERINGBESØG

Fra mandag d. 4. til torsdag d. 7. MARTS.

VI SES!!! :-)

Mandag den 4.	Tirsdag den 5.	
	Time	
Teamet ankommer til Danmark	8.00-8.50	Velkomst og rundvisning i huset
	8.50-9.20	Morgenmad og morgenmøde
	9.20-10.45	Enhedsmøde og arbejde i enhederne
	10.45-11.00	Kaffepause
	11.00-12.30	Mark og Birgit følger arbejdet i enhederne
	12.30-13.15	Frokost
Kl. 14.15 Birthe + Kris henter	13.15-13.30	Fælles enhedsmøde
	13.30-14.30	Birgit og Mark følger arbejdet i enhederne
	14.30-15.30	Møde med bestyrelsen

SKEMA - AKKREDITERINGSBESØG

Onsdag den 6.		Torsdag den 7.	
Time		Time	
8.00-8.50	Møde med medarbejdere og medlemmer om, hvad teamet ønsker		
8.50-9.20	Morgenmad og morgenmøde		
9.20-10.45	Enhedsmøde og arbejde i enhederne	9.15-9.30	"Formøde" med akkrediterings teamet
10.45-11.00	Kaffepause	9.30-10.30	Præsentation af Birgit og Marks observationer
11.00-12.00	Husmøde	10.30-11.00	Farvel til Mark & Birgit. Birthe +Kris
12.00-12.45	OA-Besøg på SKP (Rikke + Martin kører)	12.00-12.30	Frokost
13.00-13.15	OA-Besøg på Musikken Hus + frokost der		
13.30-13.45	OA-Besøg i Svømmeklub Nord		
14.00-15.00	Arbejde i enhederne/yoga		
15.30-18.30	Fritidsprogram		

TEMA - FORÅRSKULLER

Af: Britta (forperson for Kildehusets bestyrelse)

Allerede ordet får mig til at smile. Nu har vi jo ikke haft megen vinter i DK, men nok til at blive irriteret over, at man må tage bussen i stedet for cyklen, når man skal på job. At man må gå 30 min hver vej, for at komme til yoga... men altså! Det er snart slut - foråret er på vej.

Det betyder at sindet lysner. Man føler sig lettere. Det føles, som er der bobler i hjernen. Jeg tænker på blomster, der springer ud. Træer der grønnenes, lyset, der får større magt, dagene der bliver længere. Fuglene der synger tidligt om morgenen. Man får lettere til smil og latter - uden anden grund, end at det snart er forår - jeg har fået forårskuller. Og det lever jeg med. Musikken jeg lytter til bliver mere let, glad. Bøgerne jeg læser, læses hurtigere.



Når jeg er i gang med mine 10000 skridt, kan jeg klare mere – der er et eller andet i luften. Jeg får mere energi til at gøre skøre ting – som f.eks. rengøring og oprydning (ikke min favoritdisciplin til daglig). Faktisk kan jeg meget bedre lide forår og efterår, end sommer. Men pyt, vi tager sommeren med.

Så jeg glæder mig til forårskulleren indfinder sig.

TEMA - FORÅRSKULLER

Af: Vivi

Når det begynder at spire, kan jeg mærke, at vinteren så småt er ved, at være forbi, selvom kalenderen kun siger februar. Men vi skal lidt længere hen, før man kan begynde, at sætte blomsterløg. Det bedste er, at vente, til der overhovedet ikke er frost mere. Hvis man vil sætte blomsterløg nu, skal man købe frostsikre blomsterløg.

Der er også begyndt, at blive lysere om dagen, både morgen og sidst på eftermiddagen. Fuglene er så begyndt at synge lidt.

Det er bare dejligt.



TEMA - FORÅRSKULLER

Af: Birthe

Lyset er ved at vende tilbage og dagene er nu godt i gang med at blive længere. Og når man ovenikøbet kan være heldig at nå hjem fra arbejde tids nok til en gåtur på en februar dag, hvor solen skinner, ja så kan det næsten ikke blive bedre. Det begynder simpelt hen at krible i hele kroppen, energien og humøret stiger og utålmodigheden ift. for at kunne "komme i jorden" melder sig.

Min have ligner pt noget, der er løgn. Faktisk er det nærmest ikke til at forestille sig, hvor smukt og frodigt det hele er om bare to-tre måneder. Men vi ved jo, at det hele kommer tilbage... og det i sig selv kan jo give én kuller af bare forventningsglæde.

Hvordan kommer denne forårs-have-kuller så til udtryk? Jo, hos mig sker der det, at jeg allerede i januar begynder at google på løgplanter, særlige stauder, røde grønkål og Hokkaido frø mm. Jeg finder mit lille kladdehæfte, hvor jeg sidste år skrev erfaringer ned (fx, at gulerødder først må sås EFTER 1. maj) og begynder også at tegne og planlægge, hvilke grøntsager jeg vil have hvor (fx fordi kartofler skal sættes i et 4-års-skift, hvad der skal forspires mv. Derudover vil man kunne se på mit outfit, at kulleren er sat ind. For jeg har allerhelst mine have-overalls på så snart jeg kommer hjem fra arbejde og meget gerne også hele weekenden, hvis jeg er hjemme. Og så er jeg udendørs så meget det kan lade sig gøre. Det elsker jeg.



TEMA - FORÅRSKULLER

Forårs date

Af: Kris

Forårskuller betegnes som "en tilstand af overstadighed og rastløshed, der indtræffer om foråret når vejret bliver varmere, træerne springer ud, og der er flere solskinstimer." Det er nok især denne overstadighed, der fører til det, de fleste af os først tænker på, når vi hører forårskuller - nemlig forårskådhed. Denne nye varme spreder sig i kroppen, og straks ser hende eller ham i bussen bare lidt bedre ud, end vedkommende ville have gjort i går.

Det er altså højsæson for "formeringslyst", og derfor må det også være relevant at se på dating. Bare ordet får flere til at ryste af skræk, men en date kan jo se ud på mange måder, og måske du kan finde en måde, der passer dig bedre, end hvad du ellers forestillede dig? Her skal vi i hvert fald se videre på forskellige datetyper, og hvad de kan.

Kaffedate

Vi starter med en af de datetyper, der måske nok er en af de allermest brugte lige i starten af datingfasen; af mange årsager! Nogle af fordelene ved at mødes til en kop kaffe er, at det typisk foregår offentligt, og hvis det er (en af de) første date(s), og du ikke er fuldt ud sikker på, hvilken type du skal se an, kan det være beroligende, at det foregår i det offentlige blandt andre mennesker. På den måde får du en tryghed foræret og kan være mere tilstede i daten. Så er det også en mulig fordel, at en kaffedate ikke behøver vare ret længe og trække ud i timevis, den kan sagtens bare vare en time tid, hvor du får et lille indblik i personens energi og måske kan vurdere, om det er nogen, du er interesseret i at lære at kende. Det er dog også en risikofaktor, at daten kan være så kort, for du når ikke at få et særligt nuanceret blik af personen, fordi snakken muligvis kører meget på et overfladisk niveau. Min kæreste og jeg tog en kop kaffe lige inden en vinsmagning, som var den egentlige date, og hun har senere udtalt, at skiltes vi lige efter kaffen, var det ikke sikkert, hun havde været interesseret i en date mere.

BILLEDER



BILLEDER



TEMA - FORÅRSKULLER

Forårs date

Derudover er det en datetype, der kan defineres som meget casual og måske decideret hyggeligt. Det er ikke formelle rammer, og der er lagt op til, at du kan være dig selv og slappe af i daten.

Ud til middag

At invitere nogen (eller blive inviteret) ud at spise er en klassiker, men som det nogle gange sker med klassikerne, er det ikke dem, vi vælger længere - og at invitere nogen ud at spise er desværre ikke noget, man ser meget i datingverdenen længere. Bevares, det er da også umådeligt dyrt at invitere på middag, men det kan også være en måde at vise, at du ikke bare dater for sjov, men faktisk mener det og vil den her relation, for ikke blot er denne dateform relativt intim, der er også bedre mulighed for at lære hinanden at kende, end der er ved en kaffedate, da en middag typisk varer et par timer.

En anden fordel ved at invitere nogen på denne type date er, at man kan give den fuld gas med at gøre noget ud af sig selv og være nydelig i tøjet, sætte håret og potentielt lægge en pæn makeup, hvis man er til den slags.

En sidste fordel, jeg vil bringe frem i lyset ved denne date, er, at der er mulighed for begge parter for at skride, hvis man ønsker det, når man har overstået måltidet. Vi må jo være ærlige, ikke alle dates er gode, og ikke alle personer er et match for dig, så derfor er det godt at være på neutral grund, hvor du også har mulighed for at komme ud af daten, når/hvis du har brug for det - det kan straks være sværere, hvis du inviterer nogen hjem til middag ved dig selv.

Den helt store ulempe ved denne slags datetype er som nævnt, at det bestemt ikke er gratis (eller billigt) at tage ud og spise, slet ikke hvis man også inviterer en anden (selvom vi i den moderne verdensorden sagtens kan dele regningen). Derudover kan det for nogle virke lidt afskrækkende, hvis det bliver for fint, og risikoen heri er også, at det kan gøre, at man ikke slapper ordentligt af og derved måske heller ikke slapper af i samtalen, men derimod kan virke meget tilbageholden eller stiv i det.

TEMA - FORÅRSKULLER

Forårs date

Hjemmemiddag

Et alternativ til at invitere nogen ud at spise, er at invitere nogen hjem at spise, og det har også sine fordele - faktisk har det alle de fordele, en middagsdate ud har! Der bliver en intim atmosfære, du viser, at du alligevel tager jeres relation seriøst, og så kan I nå endnu dybere ned i jeres relation, idet hjemmemiddagen sandsynligvis tager endnu længere tid end middagen ude, da man får en tendens til at sidde og snakke længere tid, end hvis man er på restaurant.

Der er også nogle ekstra fordele ved hjemmemiddagen i forhold til middagen ude. Ved selv at være vært, kan du vise ham/hende/dem, at du kan lave mad, varte op, rigtigt forkæle dem og behandle dem ordentligt, og helt ærligt; hvem sætter ikke pris på det? Men et tip herfra er, at du sætter dit hår op under madlavningen, hvis du har bare lidt langt hår. Der er ikke noget mere utiltalende end at finde hår i maden, og på en date vil du helst virke tiltalende.

Der er to ulemper ved denne type date. Den ene er, at det kan være krævende at diske op med den store, flotte date, og det kræver, at du går all in og ikke hviler på laurbærbladene. Til gengæld er det et plus ved din partner, at du har gjort så meget for at lave en hyggelig date for jer. Den sidste og største ulempe er, hvis det er første date, I ikke kender hinanden særligt godt, og du finder ud af, at vedkommende bare ikke er noget for dig... og de ikke vil gå! Det kan blive et sandt mareridt, for mange er for høflige til at bede folk om at tage hjem, men hvis de har opfattelsen af, at det går godt, er det jo ikke sikkert, at de tager hjem af sig selv, og så hænger du på dem.

Drik en øl

Ikke alle de alvorlige middagsdates! Nu skal det være lidt sjovt og afslappet, og der kan en mulighed være, at man ganske simpelt tager ud og drikker en øl sammen. Det, der måske kan være den allerstørste risiko ved denne type date, er, at det kan synes en smule useriøst, fordi flere udnytter denne type date til hurtigt at komme i kanen med daten. Så hvordan

TEMA - FORÅRSKULLER

Forårs date

kommer man udover den hurdle? Første skridt er at lægge nogle tanker bag daten, tag f.eks. vedkommende med på din yndlings bar, foreslå at I bestiller hinanden hver jeres yndlings øl til den anden, vis at du er nysgerrig på dem. Det, der nemlig er, er, at ingen gør sig særligt meget umage for et hurtigt knald, men hvis du gør dig umage for at lære vedkommende at kende, kan du vise, du alligevel er seriøs - selvom en øl date også typisk bare bruges til at se hinanden an på en casual måde, hvor man får lidt til at dulme nerverne.

En sidste ulempe ved denne date kan være, at man kommer til at drikke for meget - enten fordi øl smager helt vildt godt, eller fordi du måske er lidt nervøs, men sørg nu endelig for at holde styr på øl indtaget. Du virker useriøs og afgiver et negativt indtryk, hvis du drikker for meget.

Aktiv/udendørs date

En udendørs date, der eventuelt involverer noget aktivitet, har bestemt også sin berettigelse. De er mindre intense end eksempelvis middags-daten, for de er ikke fulde af øjenkontakt og stille snak, da man typisk er i bevægelse, og i nogle tilfælde vil man endda have noget fælles tredje at koncentrere sig om, og som snakken kan omhandle.

En meget casual (og gratis) udendørs date kunne være, at man simpelt-hen går en tur i smukke omgivelser. Her i Aalborg kunne det eksempelvis være langs havnefronten, i Østre Anlæg eller andre af de pæne steder, du kender. Det er en dejlig måde at se hinanden an på under forhold, der gør, at du kan komme væk, hvis personen ikke er noget for dig. Husk til denne date at have vanter med fingre i, hvis der nu skal flettes fingre.

Hvis der er budget til en relativt billig aktivitet, kan du invitere din date ud for at spille minigolf. Her er det fælles tredje, man kan være sammen om, så der er ikke det samme pres på samtalen, som der er ved andre date-typer. Det er desuden en sjov aktivitet, der kan smække et smil på ansigtet, som samtidig viser, at du ikke er en standard sofakartoffel.

Sidder pengene lidt løst, er en tur i zoologisk have også en fremragende idé til en date, for hvem kan ikke lide at se på søde dyr? Samtidig går man

TEMA - FORÅRSKULLER

Forårs date

i et lidt sløvt tempo, hvilket ikke blot gør, at alle kan være med, men også åbner muligheden for en god, afslappet samtale om hinanden, dyrene, ja alt!

Er I begge mennesker, der godt kan lide, der sker noget, kan I selvfølgelig også leje et par Kajakker og give den gas på Limfjorden. Dette er ideelt, hvis I begge er typer, der gerne vil have, der sker noget, men en risiko kan selvfølgelig være, at man ikke får snakket nok sammen, da aktiviteten kan stjæle fokus.

Art by Me

Først vil jeg lige sige, at dette forslag ikke er sponsoreret af Art by Me, jeg synes bare, det kunne være et genialt sted til en date. For at forklare konceptet, bestiller du et bord til dig og (i dette tilfælde) din date, og så får I to og en halv time til at male noget keramik, I selv vælger ud fra et stort sortiment, og prisen for herligheden er prisen på keramikken. Imens I maler jeres keramik kan I bestille en kop kaffe, da der er café tilknyttet. Når I er færdige og tiden er gået, afleverer I jeres keramik til brænding og får besked om, at det er klar efter 7-10 dage.

Det smarte her er igen, at man har det fælles tredje at koncentrere sig om og kommentere på, hvis der bliver stille, som der jo nogle gange gør på en date. Her kan man så kommentere på, hvad I hver især laver. Så kan der også være noget positivt i, at det ofte er hyggeligt at sidde og hygge med kreative sysler sammen, især fordi den slags fællesskab kan gøre, at man kommer tættere på hinanden, fordi man har noget sammen.

Derudover kan valget af denne type date og din opførsel undervejs også afspejle noget positivt om dig - din tilgang til det kreative element kan vise, om du er sjov eller seriøs, kreativ eller ej, men uanset hvad viser det, at du ikke er bange af dig. Og er du mand, vil det virkelig vise noget om dig at foreslå denne date, idet mænd typisk ikke vil bevæge sig ind på dette kreative, lettere kvindedomineret miljø, og så vil det virkelig vise, at du ikke er usikker på din maskulinitet.

TEMA - FORÅRSKULLER

Forårs date

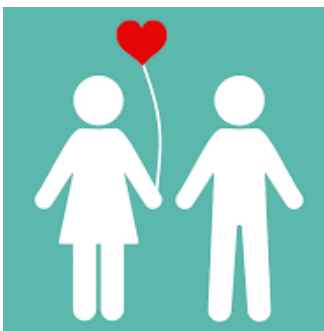
Film date

Sidste mulighed, jeg vil præsentere jer for, er film daten. Denne date har sine fordele og ulemper. Som flere datetyper har den fordel, at man er sammen om noget og derfor har det fælles tredje, man kan tale om, når samtalen går lidt i stå, og derved undgår du akavet stilhed. Derudover er der den fordel, at I kan lære noget om hinandens filmsmag og se, om I er langt fra hinanden, eller om I kan finde et fælles grundlag.

En fordel, vi ikke tidligere har tale om, er ved denne type, at der er gode muligheder for at komme tæt på hinanden. Der er gode muligheder for at holde i hånd, sidde helt tæt, måske endda putte sig ind til hinanden. Et godt tip, jeg engang lærte, var at lægge din hånd med fladen op ved siden af dig - så er der åbent til, at din partner kan tage det, hvis de tør.

Der er selvfølgelig også visse risici ved denne datetype. Det, at man ser film, kan gøre, at man slet ikke får snakket, hvilket selvfølgelig ikke er meningen. Man skal derfor være til, at der snakkes henover film, for at denne date kan blive en succes. Her skal du også være opmærksom på filmvalget, for det dur ikke med en film, der kræver, at man følger supergodt med, hvis man skal snakke og forsøge at score hinanden.

Nu har du ingen undskyldning for ikke at invitere den søde på date her i foråret, når forårskådheden rammer.



MEDLEMSPORTRÆT - UFFE

Af: Uffe, skrevet af Bimbo

Uffe har været medlem siden 2016. Det svinger lidt, hvor meget Uffe kommer i Kildehuset. Til tider kommer han hver dag og andre tider holder Uffe fri, men én ting der er helt sikkert er, at Uffe søger at gøre gavn og skabe glæde, hvor han er. Når andre medlemmer har skulle beskrive Uffe, så nævner de alle som én, at han er hjælpsom! Men også at han er betænksom og humoristisk, vis og kærlig. Som en kollega i Kildehuset er det dejligt, at han altid er venlig og tænker på, hvordan han kan hjælpe andre. Uffe har også et filosofisk strejf og har mange finurlige og dybsindige iagttagelser og kommentarer til livet, vejret og dagen.

Lige som alle andre medlemmer i Kildehuset er Uffe vigtig, ventet og nødvendig. Hans væremåde og værdier passer rigtig godt til Kildehusets hverdag. Uffe synes, det er vigtigt at gøre andre glade i stedet for at mobbe. Det er vigtigt at give andre sin glæde og hygge, så alle føler sig trygge og har tillid til én. Uffe synes, det er vigtigt at fortælle andre, hvor gode de er, så de føler de er vigtige og kan noget. Selv er Uffe gladere i dag, end da han gik i skole –for han ved godt, hvad det kan gøre ved én at blive drillet. Uffe vil gerne takke alle, som har bidraget til at skrive Kilden. Uffe håber, at det kun er en pause, Kilden tager, og vil gerne bidrage til skriverier, hvis, forhåbentligt når, Kilden vender tilbage.

Husk, at du er god, som du er, og at du har noget andre kan bruge og omvendt.



NY KUNSTNER



Ny kunstner i Kildehuset Hedder Flemming Terp. I 15 år har han malet og har nu sin 4. udstilling i Kildehuset.

De fleste af Flemmings malerier er ekspressionistiske og abstrakte. I sine billeder beskriver han sine indre tanker og følelser. Jeg bruger gerne stærke farver, da de påvirker mit sind positivt. Jeg vil gerne vise andre, at selvom man har et fysisk handicap, kan man alt med øvelse og tålmodighed.

De ekspressionistiske billeder illustrerer tankemylder og den indre kamp der ikke kan ses af andre. Mit fysiske handicap kan ses, men ikke min indre kamp. Det hjælper mig at male mine indre tanker, samt farverne får en stor glæde til at vokse i mig! Da kan jeg bedre styre mine tanker positivt, og det er medicin for min sjæl.

Billederne er lavet af akrylmaling; Amsterdam Acrylic Paint.

Find mig på **Instagram: Artgodt** og **Facebook: Artgodt**



PRÆSENTATION AF STUDERENDE



Mit navn er Natasha, jeg er 28 år gammel og bosat i Aalborg.

Jeg er stor fan af at være kreativ, og kaster mig ofte hurtigt ud i en ny ide og håber det lykkes mig. Jeg elsker at tegne, male, brodere, hækle, og lave smykker.

Jeg er en åben og smilende person, når man lærer mig at kende.

Og jeg glæder mig til at starte i praktik ved jer i Kildehuset.



Jeg hedder Søren og er 24 år. Jeg er flyttet fra Randers til Aalborg for at studere ergoterapi på UCN og går på 5. semester. Desværre for min nabo bruger jeg meget af min fritid på at spille guitar og har spillet i lidt over et år. På trods af at jeg er en meget larmende nabo er jeg egentlig meget stille og rolig men elsker dog stadig at være fysisk aktiv både i form af at træne i fitness og spille fodbold.

Jeg valgte at søge praktik hos Kildehuset da jeg altid har haft stor interesse indenfor psykiatriens verden og har hørt gode ting omkring stedet fra medstuderende. Jeg har til sinde at komme fra praktikken, med øget færdigheder i at indgå i samarbejdet, med medlemmerne, da der gennem tidligere praktikker, har været mere instruerende og distinkt rolle som terapeut.



Jeg hedder Nicklas og er 23 år. Jeg er ergoterapeutstuderende på 5. semester. Jeg har boet i Nibe hele mit liv, og gør det stadig. I min fritid kan jeg lide at sove, cykle og spise. Derudover er jeg den eneste i Danmark som interesserer mig for skihop. Jeg hader at se film, men kan godt lide at bruge hele min weekend på at se fodbold og cykling. Mine venner kan alle skrive under på at jeg er god til at ævle løs og altid har en flabet kommentar klar. Jeg er en haj til at lave mad, og kan blandt andet lave færdigretter i mikroovnen. Så længe jeg har fået min daglige cola er jeg altid i godt humør og meget snaksaglig.

KILDEHUSETS KALENDER MARTS

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 marts

Søndag d. 03.03. Niklas

Onsdag d. 06.03. Rikke

Søndag d. 10.03. Rikke

Onsdag d. 13.03. Bimbo og Birthe

Søndag d. 17.03. Bimbo

Onsdag d. 20.03. Svend

Søndag d. 24.03. Svend

Onsdag d. 27.03. Niklas

Søndag d. 31.03. Niklas



Tillykke med dagen!



Fødselsdage i marts

D. 05.03. Csongor B.

D. 05.03. Eva H.

D. 06.03. Margrethe B.

D. 07.03. René S.

D. 08.03. John K.

D. 08.03. Tanja W.

D. 10.03. Brita J.

D. 11.03. Mark A.

D. 14.03. Lars T.

D. 14.03. Kenneth H.

D. 15.03. Jacob M.

D. 15.03. Christian K.

D. 17.03. Jette L.

D. 21.03. Maria S.

D. 25.03. Torben N.

D. 26.03. Uffe M.

D. 26.03. Kristina N.

D. 28.03. Jane S.

D. 28.03. Annet J.

D. 30.03. Annette H.

D. 31.03. Niels C.

KILDEHUSETS KALENDER APRIL

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 april

Onsdag d. 03.04. Rikke

Lørdag d. 06.04. Loppemarkedet

Søndag d. 07.04. LUKKET

Onsdag d. 10.04. Bimbo

Søndag d. 14.04. Bimbo

Onsdag d. 17.04. Svend

Søndag d. 21.04. Svend

Onsdag d. 24.04. Niklas

Søndag d. 28.04. Niklas



Tillykke med dagen!



Fødselsdage i april

D. 01.04. Belinda C.

D. 01.04. Abdollah Z.

D. 01.04. Lone H.

D. 02.04. Bettina B.

D. 02.04. Torben P.

D. 04.04. Patrick S.

D. 05.04. Tserha.

D. 05.04. Per M.

D. 06.04. Margrethe H.

D. 07.04. Bama.

D. 07.04. Jane T.

D. 07.04. Hanne Pia S.

D. 08.04. Kirsten M.

D. 12.04. Lise P.

D. 13.04. Ian H.

D. 15.04. Peter T.

D. 15.04. Lars N.

D. 16.04. Christian J.

D. 16.04. Mads R.

D. 18.04. Per R.

D. 20.04. Svend Aage

D. 20.04. Frank J.

D. 22.04. Karen C.

D. 22.04. Richard P.

D. 23.04. Birthe S. T.

D. 23.04. Kirsten J.

D. 25.04. Sune N.

D. 28.04. Lars L.

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 mail-adresse som kommentar ved indbetalingen.