SOMMAR PÅ LUNDS FONTÄNHUS

Hej Medlemmar!

Öppettider

Under sommaren, **15/6 - 15/8** har vi öppet måndag till torsdag 9-16, fredagar 9-15 och stängt söndagar och onsdagkvällar.

Vi önskar dig en underbar sommar med gemenskap och äventyr. Med vårt sommarprogram hoppas vi kunna bidra till en lite bättre och gladare sommar för dig var du än befinner dig i livet.

Håll dig informerad:

Du kan se det mesta som händer i verksamheten på: www.lundsfontanhus.se/kalender

Genom att vara med i våra **sms-grupper** får du mer detaljerad info, påminnelser och blir lättare informerad vid förändringar. För bästa möjliga upplevelse ladda ner appen "supertext". Maila ditt nummer till info@lundsfontanhus.se eller prata med en handledare för att bli tillagd i gruppen.
Du kan även följa vad som händer och läsa mer om olika events på vår **facebooksida.**

Låna ett sommarkort!

Under sommaren finns det möjlighet att låna sommarkort för utflykter i Skåne. Prata med någon handledare och bege dig ut på äventyr! Sovsäckar, pop-up tält och liggunderlag finns att låna.

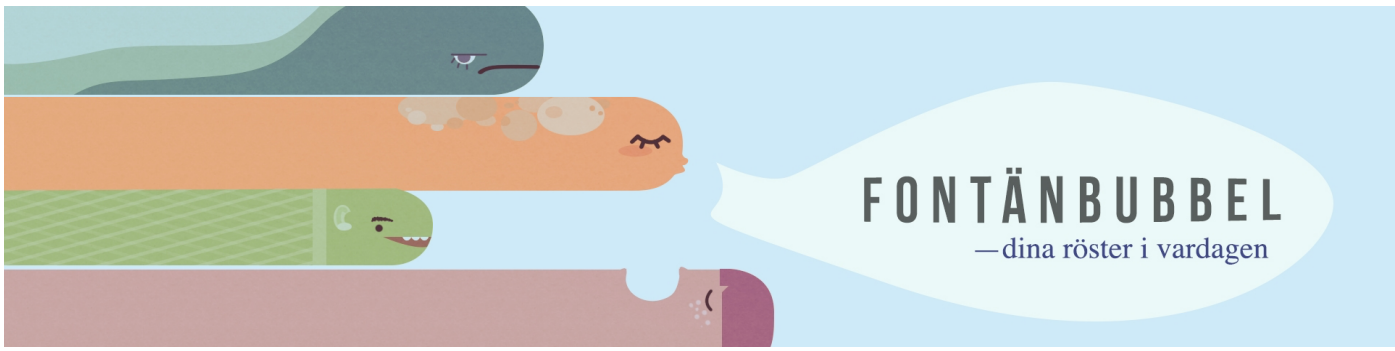
Midsommar, läger och utflykter!

Kulturläger 10/6-14/6 Tillsammans med Skådebanan och de andra skånska Fontänhusen. Anmälan och mer info på huset.

Midsommar 21/6 10.00-16.00 Kom och fira med oss. Det utlovas god mat, jordgubbar och musik. Se listor för anmälan till detta i huset. *Förmöte med planering den 11/6 kl. 14:30.*

Tisdagen 25/6 Louisiana 9-16, Anna och Helga
Onsdag 3/7 Hörby marknad 10-16, Malin och Raad
Tisdag 9/7 Forsakar, Degeberga, 10-16 Gunilla, Malin
Tisdag 16/7 Alnarpsparken, 13-16, Gunnar
Tisdag 23/7 Landskrona museum 13-16, Mattias
Tisdag 30/7 Bjärred, långa bryggan, 13-16, Pär
Tisdag 6/8 Cykelutflykt till Lomma 9-16, Matilda och Sebastian
Tisdag 14/8 Glumslövsbackar, 13-16, Sebastian

Anmälningslistor för alla utflykter finns i husets café och kommer upp en vecka innan. Du kan även anmälda dig per telefon 046-120195 eller maila info@lundsfontanhus.se.



Arbetet på våra enheter, enhetsmöten och klubbhusmöten

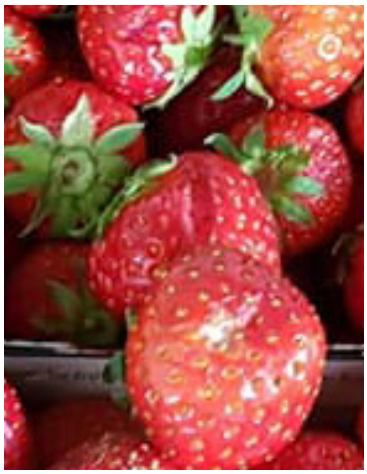
Under sommaren, mellan den **15/6-15/8 öppnar huset kl. 9** och **enhetsmöten hålls kl. 9:15 och kl. 13** för att organisera dagens arbete. Att vara med på mötena är ett bra sätt att få koll på vad som händer i huset och skapa struktur tillsammans med andra. Detta vare sig du vill arbeta på enheterna, studera eller söka arbete.

Under **juni** fortsätter vi med fyra enhetsmöten i huset, ett i hallen på vån två för student, exakt och administration, ett i rummet till höger på vån 2 för Gröna Fingrar och möten för Redaktionen och Köksenheten på entréplan.

Under juli och de två första veckorna i augusti är vi lite färre på plats och har **gemensamma enhetsmöten** hela huset tillsammans i caféet.

Planeringsmöte inför veckan 9:30 varje måndag. **Redaktionsmöte** kl. 11 och **Poddmöte** kl. 14 på måndagar (förutom v. 24, 28, 29 och 32 - den 10/6, 8/7, 15/6 och 5/8)

Var med och påverka de lite större frågorna som rör hela huset på våra **Klubbhusmöten** onsdagar, den 12/6, 26/6, 7/8 och 21/8 kl. 14.



After-work

Fredagar kl. 14

Även under sommaren avslutar vi veckan med gemensam fika. Vi firar gärna dig som har fyllt år med tårta och blommor! Säg till på huset om du vill bli firad.

Fontänbubbel, livesänder!

Även under sommaren fortsätter Fontänbubbel leverera spännande program på Fontänhuset **kl. 14 under torsdagar**, med undantag för den 13/6, 11/7, 18/7 och den 8/8. Välkommen att vara publik eller engagera dig gärna genom att delta i redaktionens arbete under veckan.

FIXA TILL i juni

Mån 3/6 kl. 10-12 (AC) Fre 7/6 kl. 10-12 (AC)

Mån 10/6 kl. 10-12 (AC) Tisd 11/6 kl. 10-12 (FH) Fre 14/6 kl. 10-12 (AC och FH)

Mån 17/6 kl. 10-12 (AC) Tisd 18/6 kl. 10-12 (FH)

Mån 24/6 kl. 10-12 (AC) Tisd 25/6 kl. 10-12 (FH)

Under juni kan du fortsätta följa med till **Fixa till** vår verkstad på Linero (Emblas gata 15) som vi driver tillsammans med RSMH, Renhållningsverket, Emmaus och Arbetscentrum (AC). Även om inte personal från Fontänhuset (FH) är där är du välkommen att vara med! När Fontänhuset bemannar Fixa till åker vi tillsammans från huset efter morgonmötet. Nytt program kommer sedan från mitten av augusti rörande **Fixa till**.

Handledare i tjänst under sommaren

v. 25 (17/6-21/6): Iréne, Malin, Raad, Johan, Anna, Anne, Gunnar, Pär, Mattias, Matilda, Helga, Jamie, Lisa (ledig fr torsdag)

v. 26 (24/6- 28/6): Iréne, Malin, Raad, Johan, Anna, Anne, Gunnar, Pär, Mattias, Matilda, Helga, Jamie

v. 27 (1/7-5/7): Iréne, Malin, Raad, Johan, Gunnar Pär, Mattias, Anna

v. 28 (8/7-12/7): Iréne, Malin, Raad, Johan, Lisa, Gunilla

v. 29 (15/7-19/7): Mattias, Johan, Gunnar, Sebastian

v. 30 (22/7-26/7): Mattias, Raad, Pär, Sebastian

v. 31 (29/7- 2/8): Raad, Lisa, Pär, Sebastian

v. 32 (5/8 - 9/8): Matilda, Mattias, Gunilla, Lisa, Anna, Sebastian

Friskvård

Friskvården kräver ingen föranmälan bortsett från träningen på ACTIC. **Kom precis som du är** och gör hälsa lite roligare och lättare tillsammans med andra!

Badminton
Måndagar 15:30 på Viktoria-stadion. Vi går från huset kl. 15. (Pär, Sebastian, Caroline)

Mindfulness
Onsdagar 10-11 med undantag för den 17/7 och den 24/7. Vi träffas på Fontänhuset, ute eller inne. (Anna och Lisa)

Dansworkshop, special!
Måndagen den 1/7 kl 10-12
Måndagen den 8/7 kl. 10-12
Tillsammans med Daniel och Memoryvax i Fontänhusets källare.

Lunchpromenader
Onsdagar 12:30- 13:00 under juni och augusti.

Styrketräning och gym Gruppträning på ACTIC **kl. 14-16 Tisdagar och Torsdagar** med Johan och Malin. Det är inte gruppträning mellan 15/7 och-9/8. *Vill du ha möjlighet till gymkort så ställ dig i kö genom att prata med Johan i caféet. Under sommaren har ni med gymkort fritt inträde till Källbybadet.*

Motionspromenader i naturen
Torsdagar i juni kl. 14-16. Vi beger oss ut i grönskan tillsammans och upplever natur och mark. Anmälan till Helga.

Thaiboxning
Torsdagar i juni kl. 14- 16. Ev. fortsättning därefter. Se sms-grupp och kalender på hemsidan eller stäm av med Sebastian eller Iréne.

YOGA
Fredagar 14:30 under juni med Jamie.

Jogging
Fredagar 15:00 under juni och sedan igen från den 9/8. (Matilda och Jamie)

Socialt och kreativt häng

Pysselgrupp: Under sommaren träffas vi på **onsdagar kl. 13:30-16.** Håll utkik efter Johanna. Oftast träffas vi ute i trädgården.

Spelgrupp och målargrupp: Möjlighet till bordsspel och målning inne i café och matsal på **onsdagar kl. 14-16.**

Musik

Sångcirkel med Jonas Bredford (vissa tisdagar kan gå bort så håll utkik i Fontänhusets sms-grupp.) **Tisdagar kl. 14:30.**

Låtskrivar-workshop med olika teman i källaren, 20 min föreläsning/samtal och prova på. (*se separat program för detaljer*) **Onsdagar 14-16.**

Musikgrupp/ spel i band på studiefrämjandet med Per och Mikael. **Fredagar 13-16**

Gröna Fingrar och vår kolonilott

Välkommen till vår Kolonilott! Var gärna med och arbeta i Gröna Fingrar eller ta med dig skolböckerna till lotten. Prata med Raad eller Lisa om du inte vet hur du skall hitta dit. Kolonilotten ligger på Sliparebacken och kan gärna användas av våra medlemmar både dagar och kvällar. Nyckel till stugan finns på kontoret.

Sponsorer
Microsoft
Socialstyrelsen
Studiefrämjandet
Carl Jönssons undertödsstiftelse
Crafoordska stiftelsen
Rotary
Soeco
SKÅNE
LUND UNIVERSITY

Individuell handledning i *En väg framåt* och *Projekt Exa(k)t*

Under sommaren kan du boka in handledningar eller komma på drop- in rörande studier och arbete med med någon av Anna, Anne, Sebastian, Helga, Mattias eller Matilda, förutom i v. 28. Ni ser hur handledarna arbetar på föregående sida. Mellan den 8/7 och 5/8 är det färre handledare och tiderna blir lite mer begränsade.

Anna 0735-042833 / anna.espmarker@lundsfontanhus.se
Helga 0735-350970 / helga.asgeirsdottir@lundsfontanhus.se
Anne 0763-246503 / anne.schildt@lundsfontanhus.se
Matilda 0735-285158 / matilda.espmarker@lundsfontanhus.se
Sebastian 073-5285556 / sebastian.stahl @ lundsfontanhus.se
Mattias 0736-644520 / mattias.wellander.lofgren@lundsfontanhus.se

KALENDARIUM, studierelaterade grupper

V. 24, juni
Mån 10/6: Frukostpomodoro 9:30-11:30 (Kyrkog. 19)
Prokrastinerinsgrupp 14-15:30 (Kyrkog. 19)
Ons 12/6: Pomodoro 13:30-15:30 (Fontänhuset)
Tor 13/6: Pomodoro 13-16 (Kyrkog 19)
Fre 14/6: Frukostpomodoro 9-12 (Kyrkog. 19)
Drömförfattare 11-12 (Fontänhuset)

V. 25, juni
Mån 17/6: Frukostpomodoro 9:30-11:30 (Kyrkog. 19)
Prokrastinerinsgrupp 14-15:30 (Kyrkog. 19)
Tis 18/6: "**Vad gör jag när antagningsbeskedet kommer?**" Fontän kl. 14-16.
Ons 19/6: Pomodoro 13:30-15:30 (Fontänhuset, vån två)
Tor 20/6: Pomodoro 13-16 (Kyrkog 19)
Fre 21/6: Frukostpomodoro 9-12 (Kyrkog. 19)
Drömförfattare 11-12 (Fontänhuset)

V. 26, juni
Mån 24/6: Frukostpomodoro 9:30-11:30 (Kyrkog. 19)
Prokrastinerinsgrupp 14-15:30 (Kyrkog. 19)
Ons 26/6: Pomodoro 13:30-15:30 (Fontänhuset, vån 2)
Tor 27/6: Pomodoro 13-16 (Kyrkog 19)
Fre 28/6: Frukostpomodoro 9-12 (Kyrkog. 19)
Drömförfattare, obs sista inför sommaren, 11-12 (Fontänhuset)

V. 27, juli
Mån 1/7: Frukostpomodoro 9:30-11:30 (Kyrkog. 19)
Prokrastineringsgrupp 14-15:30 **obs. sista inför sommaren** (Kyrkog. 19)
Ons 3/7: Pomodoro 13:30-15:30 (Fontänhuset)
Tor 4/7: Pomodoro 13-16 (Kyrkog 19)

V. 28, juli
Ingen handledare i Exakt eller student, men delta gärna i övrigt program. **Följ gärna sms-grupp och ta under hela juli gärna egna initiativ kring Pomodoro och skicka ut.**

V. 29, juli
Ons 17/7: Pomodoro 13:30-15:30 (Fontänhuset, vån två)

V. 30, juli
Ons 24/7: Pomodoro 13:30-15:30 (Fontänhuset, vån två)

V. 31, augusti
Ons 31/7: Pomodoro 13:30-15:30 (Fontänhuset, vån två)

V. 32, augusti
Mån 5/8: Frukostpomodoro 9:30-11:30 (Fontänhuset)
Ons 7/8: Pomodoro 13:30-15:30 (Fontänhuset, vån två)
Tor 8/8: Pomodoro 13-16 (Fontänhuset)
Fre 9/8: Frukostpomodoro 9-12 (Fontänhuset)

Studieplatser, studiegrupper och Pomodoro

Under sommaren finns det god möjlighet att sitta och plugga på Lunds Fontänhus. Här finns datorer, både stationära och laptops (som du kan fråga efter) samt skrivare. Vi anordnar flera Pomodoro's på Fontänhuset, oftast på vån 2 samt på Föreningarnas hus (Kyrkogatan 19). En supermöjlighet för dig att plugga, söka jobb eller arbeta administrativt ihop med andra! Passen indelas i 25 minuters pass med 5 min pauser emellan. På de pass som börjar 9:30 finns frukost. Förutom tiderna som anges här så kommer spontana studiepass eller pomodoro-grupper att anordnas . **Vill du få sms om detta så gå med i våra sms-grupper!**

Föreningarnas hus

på Kyrkogata 19 används även under sommaren men vi har inga fasta öppettider där utöver de tider som skickas ut i sms-grupper eller anges här knutet till studie-grupperna och prokrastineringsgruppen.

v. 33, augusti
Mån 12/8: Frukostpomodoro 9:30-11:30 (Kyrkog. 19)
Ons 14/8: Pomodoro 13:30-15:30 (Fontän, andra vån)
Tor 15/8: Pomodoro 13-16 (Kyrkog. 19)
Fre 16/8: Frukostpomodoro 9-12 (Kyrkog. 19)