

Kontakta oss på Källan

### Telefon

0171-526 24 (telefonsvarare om verksamheten är obemannad).

### Enhetschef

Telefon: 0171-529 81

### Öppettider

Uppdaterade öppettider hittar du på [håbo.se/källan](http://håbo.se/källan)

### Kaffe/mat

Kaffe och mat finns till självkostnadspris utifrån Källans aktiviteter.

### Adress

Mansängsterrassen 3  
746 32 Bålsta

[håbo.se/källan](http://håbo.se/källan)

EN MÖTESPLATS FÖR DIG FRÅN 18 ÅR SOM  
PÅ NÅGOT SÄTT LIDER AV PSYKISK OHÄLSA

# Källan



# Källan - en samlingslokal där du kan vara dig själv

Den öppna verksamheten Källan vänder sig till dig som är 18 år och äldre och som på något sätt lider av psykisk ohälsa. Det kostar dig inget att komma till Källan och det krävs inte något beslut från socialtjänsten för att delta. Du väljer själv hur mycket du vill vara på Källan.

För dig som inte kan eller vill ha ett lönearbete som mål så erbjuder vi aktiviteter inom ramen för samlingslokalen Källans verksamhet. Det kan då handla om att vi tillsammans i grupp går och badar, tränar på gym, lagar mat, eller bara tar det lugnt, pratar och umgås med varandra. Om du har idéer om andra aktiviteter som du också tycker är roliga att göra så är du förstås mycket välkommen att även komma med förslag.

## Källan i korthet

- Är en öppen verksamhet för dig över 18 år som har en psykisk ohälsa.
- Du behöver inget biståndsbeslut utan du kan komma som du är.
- Källan är en trevlig lokal där du kan umgås med andra på ett avslappnat och kravlöst sätt. Här erbjuds du en trygg och trevlig samvaro där du får möjlighet att bara vara dig själv.
- Källan erbjuder dig socialt givande aktivitetsgrupper under veckan.
- På Källan har du också tillgång till dator och internet.

## Röster från Källan

- En demokratisk verksamhet.
- Kan vara den man är.
- Är en oas/andningshål för oss med psykisk ohälsa.
- Kravlöst och inte några måsten.
- Blir förstådd av andra.
- Vi är alla lika mycket värda.
- Hit är man alltid välkommen.

## Ödmjukhet

Respekt

Tolerans

Förståelse

Källan hittar du på Mansängsterassen 3 vid Bålsta centrum. Våra kontaktuppgifter finns på baksidan av den här broschyren.