

# förbo

#3  
OKT  
2020

» Vi är trevliga  
mot varandra och  
visar respekt. «

SABINA, hyresgäst i Ytterby

ODLAR VÄNSKAP ÖVER GENERATIONER

# Goda grannar

3

**PREMIÄR PÅ SÄTERIET**

Tallspinnaren klar för inflyttning

8

**PÅ GÅNG JUST NU**

Detta händer i ditt område

14

**SOPPANS BÄSTA TID**

Höstmys med värmande rätt

förbo



## Håll i, håll ut, håll avstånd!

Det är myndigheternas fortsatta råd och några ledord vi har med oss i vår arbetsvardag. Initialt pausade vi arbeten inne i lägenheterna för att försöka minska smittspridningen av coronaviruset hos hyresgäster och personal. Vi har nu skapat ett bra förhållningssätt till pandemin som gör att vi känner oss trygga med att hantera olika situationer och har därför återupptagit vissa arbeten inne i lägenheterna igen.

Vi har börjat arbeta med de serviceärenden som kom in till oss under våren och sommaren. Vissa ärenden är av mer akut karaktär än andra så det kan dröja ett tag innan vi kommer till just dig. Så ha gärna lite tålamod med oss, vi gör vårt bästa för att arbeta effektivt och på ett säkert sätt för alla inblandade. När det är din tur kommer vi att kontakta dig.

Vid sidan av pandemin finns det ljusglimtar och hopp om en vanlig vardag. Vi har bland annat haft inflyttning i vårt nya hus Tallspinnaren på Säteriet och i detta blad gör vi även ett nedslag hos goda grannar i Ytterby.

Du har väl inte missat att du kan chatta med oss nu? Varje torsdag mellan klockan 15–18 kan du chatta direkt med dina Förbovärdar och uthyrare. Har du frågor eller funderingar är det bara att surfa in på förbo.se och klicka upp chattfönstret.



PETER GRANSTEDT  
VD, FÖRBO

### 3 Rum för fler

Nu bygger vi hundratals nya bostäder.

### 6 Vi lyssnar!

Plus och minus i årets kundundersökning.

### 11 Grannar med delat intresse för det gröna

Naturen finns nära i Ytterby, bra tycker Sabina och Gun.



### 12 Special: för dig som jobbar hemma

Från frukostbord till effektiv kontorsplats, så gör du.

### 15 Tips från energirådgivaren

Smartare energianvändning, för din och miljöns skull.

Säsång  
höst!



#### FÖRBOBLADET

Tidningen för dig som är hyresgäst hos Förbo. Utkommer fyra gånger per år.

FRÅGOR OM INNEHÅLLET  
031-746 50 00  
info@foerbo.se

ANSVARIG UTGIVARE  
Marie Keidser von Heijne

REDAKTION  
Marie Keidser von Heijne och  
Hanna Holmström, Förbo  
Anna Brakander och Pernilla Rejvik,  
Circus PR & reklam.

PRODUKTION  
Circus PR & reklam

ILLUSTRATION  
Rebecca Elfast, Rebelform

OMSLAGSFOTO  
Grannarna Gun och Sabina  
Fotograf: Markus Andersson

TRYCK  
Alfredssons

förbo

» Det är en stor fördel att Förbo förvaltar bostäder, renoverar och bygger nytt. Vi lär oss hela tiden av våra olika typer av projekt. «

MARTIN, byggprojektledare på Förbo

HÖSTENS INFLYTTNING PÅ TALLSPINNAREN, SÄTERIET

# Vi bygger nytt

Många vill bo i hyresrätt och Förbos kommuner är attraktiva och växer hela tiden. Därför behövs fler bostäder! Martin Everbring, byggprojektledare hos oss, berättar mer om Förbos nyproduktion just nu.

TEXT Anna Brakander FOTO Markus Andersson



Vi på Förbo har tagit beslut om att bygga i snitt hundra nya lägenheter om året. Eftersom projektprocessen från idé till verklighet kan ta flera år, gäller det att ha många uppslag parallellt. I Kongahälla, Kungälv kommun, har vi byggt flera nya hus de senaste åren och det finns också planer för Lerum och Mölndal.

**TVÅ AKTUELLA OMRÅDEN** är Tallspinnaren i Mölnlycke som nyligen blev klart och Landevi gårdar i Landvetter där inflyttning sker nästa år. En av Förbos byggprojektledare, Martin Everbring berättar mer:

– När vi bygger nytt är målet att de nya lägenheterna ska komplettera de som redan finns, och nyproduktionen ska bidra till att förbättra hela området. Det gäller både Tallspinnaren och Landevi gårdar.

I samband med nyproduktion passar vi på att se över utemiljöer och gårdar. Det kan till exempel innebära nya möjligheter för sopsortering och kompletterande belysning för ökad trygghet.

En stor skillnad mellan gårdagens och dagens byggande är att det idag ställs höga

lagkrav på utformning och energi. Några konkreta exempel är att de nyproducerade husen är mer tillgängliga och har väl tilltagna mått i lägenheterna, hiss och entréer där dörrarna öppnas automatiskt. Hyresgäster som flyttar in i en nybyggd lägenhet förväntar sig att få en hög standard. Hyrorna blir i och med detta också högre än i tidigare byggda hus. Det är därför viktigt att de nya lägenheterna upplevs som attraktiva trots högre hyra.

– Det blir orättvist att jämföra med hus som stod klara för kanske femtio år sedan. Vi kan inte bygga hus på samma sätt idag då kostnaderna har ökat, och hyrorna sätts därefter. Det är viktigt med tillskott på bostadsmarknaden, och fler hyresrätter med lägre hyra kan bli lediga, tack vare en omflyttning i området, säger Martin Everbring.

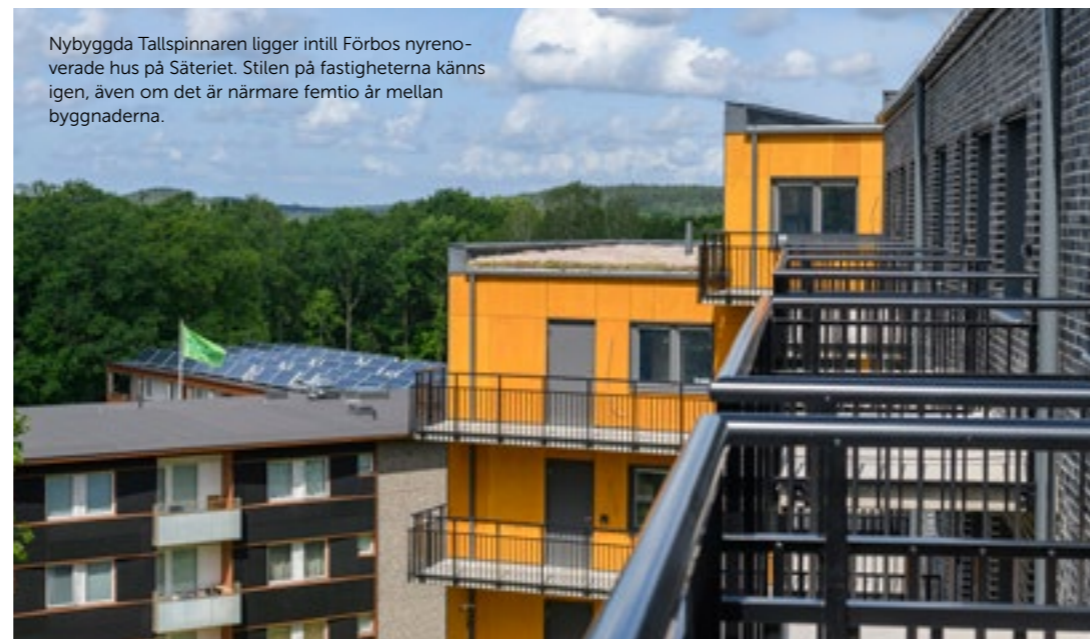
**EN FASTIGHET BEHÖVER** också vara kostnadseffektiv över tid.

– Det kan innebära att vi väljer hållbara material som ibland kostar lite mer från start men som vi vet håller bättre i längden. Som Tallspinnarens tegelfasad exempelvis.

» När vi bygger nytt är målet att de nya lägenheterna ska komplettera de som redan finns och bidra till att förbättra området. «



Från vänster: Mikael Olsson (Västbygg), Martin Everbring (Förbo), Joshua Ormsby (Fyrstads el) och Vytautas Dubauskas (Vegasolar). "Det är viktigt med ett fungerande samarbete mellan oss och bygg-entreprenören", säger Martin. "På Tallspinnaren har samarbetet fungerat väldigt bra och vi har samtidigt haft kul tillsammans på vägen".



Nybyggda Tallspinnaren ligger intill Förbos nyrenoverade hus på Säteriet. Stilen på fastigheterna känns igen, även om det är närmare femtio år mellan byggnaderna.



Stora träd bevarades för att ge karaktär åt området. Här ser vi Mikael Olsson från Västbygg och Martin Everbring från Förbo vid sedumtaket, ett grönt lättskött material som också är vackert!

## HÅLLBARHET, EN SJÄLVKLARHET

Vid nyproduktion finns stor möjlighet att påverka fastighetens klimatavtryck ur ett livscykelperspektiv. Förbo har valt Miljöbyggnad Silver som en lägstanivå vid all nyproduktion. Det är ett svenskt certifieringssystem som ställer krav på inomhusmiljö, energieffektivisering och material. Byggnaden bedöms av en oberoende specialist. Syftet med att bygga hållbart är att säkerställa att vi bygger bra hus som håller över tid och är bra att bo och leva i. På både Tallspinnaren och Landevi gårdar installeras solceller för att driva fastighetselen i gemensamma utrymmen som hiss och trapphus till exempel.

## Hållbara Materialval



En fastighet behöver vara kostnadseffektiv över tid. Det kan innebära materialval som kostar lite mer men som håller bättre. Tegel, klinker och kakel är några exempel.

Inför och under byggtiden är dialogen med kringboende hyresgäster viktig och Förbo håller träffar där vi ger svar på frågor.

– Vi vet att byggtiden påverkar de omkringboende, säger Martin. Det blir byggtrafik i området och är bullrigt och stökigt en period. Vi gör så gott vi kan för att minimera störningar och hålla det rent och snyggt!

**PÅ FRÅGAN OM ARBETET** på Tallspinnaren påverkats av coronaläget under våren och sommaren svarar Martin att det tvärtom varit mindre sjukfrånvaro än vanligt.

– Kanske för att människor oftare än innan stannat hemma när de känt förkylningssymtom. Arbetet har därför kunnat löpa på som planerat, med skillnaden att fler möten än vanligt varit digitala. Och inflyttningen blev som planerat! ■

## NYPRODUKTION

### PÅGÅENDE PROJEKT



#### Tallspinnaren, Mölnlycke

I vårt populära område Säteriet har vi byggt 51 lägenheter.



#### Landevi gårdar, Landvetter

I Landvetter bygger vi 102 lägenheter, mittemellan centrum och den kommande Landeviparken. Preliminär inflyttning 2021.

#### Kullgården på Höjden, Lerum

20 nya lägenheter i två tvåplanshus planeras i vårt befintliga område på Höjden i Lerum. Preliminär inflytt 2022.

### PLANERADE PROJEKT

#### Lindome centrum

I centrum planerar vi att utveckla cirka 100 nya lägenheter med god tillgänglighet och närhet till service. Preliminär inflyttning 2023.

#### Säteriet, Mölnlycke

På Säteriet planerar vi att utveckla området med cirka 300 nya bostäder i varierande upplåtelseform. Preliminär inflyttning 2023–2025.

#### Säveå park, Lerum

Säveå park ligger utmed Säveån i direkt anslutning till Lerums centrum. Här planerar vi att bygga ett sextiotal lägenheter med preliminär inflyttning 2023.

#### Höjden, Lerum

Vi utvecklar Höjdenhemmet och bygger cirka 240 lägenheter, varav flertalet blir vårdboende. Preliminär inflyttning 2023.

#### Hulan, Lerum

Vi planerar att bygga 150 nya bostäder i anslutning till vårt bostadsområde Hulan.

#### Björkås, Ytterby

Vi planerar att utveckla vårt befintliga bostadsområde Björkås och tillföra runt 250 nya bostäder med varierande upplåtelseform. Preliminär inflyttning 2023.



## NY TEKNIK BYGGER LANDEVI GÅRDAR

Förbo använder ny teknik under byggprocessen och jobbar med digitala arbetsätt tillsammans med entreprenör och arkitekt. Landevi gårdar är ett pilotprojekt där digitala ritningar används i syfte att få högre kvalitet och smidigare arbetsprocess. Med hjälp av digitala 3D-ritningar upptäckas exempelvis installationskrockar tidigt, och kan åtgärdas direkt.



## VILL DU VETA MER?

Gå in på [forbo.se/vara-bostader/nyproduktion](https://forbo.se/vara-bostader/nyproduktion)



# Sött och salt i årets kundundersökning

I årets resultat syns en klar förbättring kring utemiljö samt att hålla rent och snyggt, men frågor som rör tillgänglighet backar. Det finns troligtvis flera anledningar – det kommer vi att titta närmare på nu.

TEXT Liza Egbuna

**F**redrik är kundstrateg på Förbo och ansvarig för kundundersökningen. Så här säger han om hur Förbo arbetar med resultatet:

– När vi får tillbaka kundundersökningen presenteras den för alla på Förbo. Vi analyserar svaren tillsammans och bryter sedan ner resultatet område för område för att se var vi ser en förbättring, och inom vilka områden vi får sämre resultat. Alla Förbokontor i de olika kommunerna arbetar sedan vidare med att planera vilka åtgärder som ska till. Vi återkommer med både resultat och åtgärder för olika områden i slutet av året. Håll utkik på förbo.se! uppmanar Fredrik.

**ÄVEN OM VI GÄRNA VILL** så har vi inte möjlighet att åtgärda alla synpunkter, utan måste prioritera.

– Vi sätter stort värde på deltagande och alla kommentarer som våra hyresgäster lämnar i kundundersökningen, men har inte resurser och budget för att åtgärda allt. Bli en särskild fråga inte prioriterad i år, kan den mycket väl bli det nästa år. Vi lägger även planer som sträcker sig flera år framåt. Säteriet är ett sådant exempel där vi arbetat i 15 år med underhåll för att få till en stor förändring i hela området.



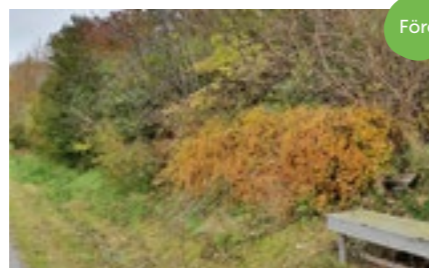
» Nu finns en chatt där våra hyresgäster kan få direktkontakt med sina Förbovärdar. «

FREDRIK, kundstrateg på Förbo

## LANDVETTER

### ETT, TU, TRE – NU KAN MAN SE!

På Ledsångsvägen i Landvetter var det rejält igenvuxet och vi har röjt sly och träd för att göra det ljusare och öppnare. Visst blev det skillnad!



Före



Efter



**+7%**  
GÅRDSSTÄDNING

Så många fler är nöjda med städningen av våra gårdar och närmiljö.

**-5%**  
KONTAKT

Upplevelsen av att få kontakt eller få tag på rätt person har dessvärre minskat.

### SÅ HÄR NÅR DU OSS!

**Kundtjänst.** Kan hjälpa till med de flesta frågor och har öppet mån-fre. Ring oss på telefon 031-746 50 00.

**Mina sidor.** För serviceanmälan och många andra ärenden. Vill du bli guidad till hur du använder Mina sidor? Kontakta vår kundtjänst.

**Chatta.** Varje torsdag klockan 15–18 kan du chatta med Förbovärdar och uthyrare. Gå in på förbo.se så hittar du rätt.

**Boka tid.** Du kan också boka en tid för att träffa oss fysiskt, för att göra det ringer du vår kundtjänst

**Filmer: Så här gör du!** Rensa golvbrunnen, rengöra filter eller testa brandvarnaren? På förbo.se finns flera filmer som visar hur du själv kan göra.

### FÖRBOS ENTREPRENÖRER

Mats Trädgårdsservice är en av entreprenörerna som Förbo arbetar tillsammans med i Lerum när det gäller jobb som rör utemiljön.

# God relation = bättre resultat

"Vi har en bra kontakt med Förbovärdaren Emir och är ute på plats i området ihop. Det gör att vi får en annan känsla för verksamheten", säger Mats Davidsson på Mats Trädgårdsservice.

TEXT Liza Egbuna FOTO Markus Andersson

**F**örbobladet träffar Mats och Förbovärdaren Emir på Nya Nordåsvägen en härlig sommar dag. Mats berättar om vad de gör i området.

– Vi är här varje vecka och klipper gräs. Ogräs rensas sex gånger per år, vilket faktiskt är lite oftare än hos andra företag jag arbetar med. Häckarna klipps en gång på våren och en gång på hösten och under vintern arbetar vi även mycket med beskärning, säger han medan vi går runt mellan gårdarna.

Mats noterar att vi står vid ett träd där grenarna börjar först ganska högt upp på stammen och förklarar:

– Vi har stammat upp en del träd för att framkomligheten ska bli bättre, till exempel för blåljus. Dessutom kontrollerar vi säkerheten på lekplatserna en gång i kvartalet.

**HAN STANNAR TILL OCH VISAR STOLT** upp en vacker plantering med jasmin, blomsternäva, bergenia och daggkäpa.

– Att häckar och gräsmattor är välklippta och att det är städad och fint är sådant som gör att man upplever att utemiljön är bra.

## » Att häckar och gräsmattor är välklippta gör att man upplever att utemiljön är bra. «

MATS på Mats Trädgårdsservice

Städningen är också viktig, för det hjälper ju inte om det är välklippt och fint om det är skräpigt. Här har Förbo en hög skötselnivå. Emir fyller i:

– Ja, särskilt under våren och sommaren har vi fokus på utemiljön och det märks direkt om det inte sköts ordentligt.

Att det har varit en speciell vår och sommar med tanke på coronapandemin har nog inte undgått någon. Har det även påverkat arbetet med utemiljön?

– Vi har inte påverkats jättemycket, säger Emir. Vi kan fortfarande prata med rätt person direkt, Mats kan nå antingen mig eller Förbovärdaren Niklas. Vi har även bra kontakt med Förbos utemiljöansvarig Malena och kan därför ta snabba beslut. Våra kontroller av uteplatser utförs som vanligt, men naturligtvis håller vi avstånd så att arbetet sker coronasäkert.

Några barn som vi möter på vägen stannar upp i sin lek och tittar nyfiket på oss.

– Ni kanske ska ta en bild på vårt hus! säger en av killarna hoppfullt och följer oss med blicken när vi promenerar vidare genom de välskötta gårdarna och planteringarna. ■



## PÅ GÅNG I DITT OMRÅDE!

Här ser du vad som händer i just ditt område.  
Läs mer om vad som är på gång på [förbo.se/pågång](http://förbo.se/pågång)



Två av våra cirka trettio Förbovärdar är Marie och Joachim.

### HÄRRYDA

#### HINDÅS

**HINDÅS CENTRUM.** Fyra badrum på Hindås Stationsväg 19–33 ska renoveras efter att coronapandemin har lagt sig och vi återigen kan komma in i lägenheterna.

#### LANDVETTER

**LANDVETTER CENTRUM.** I Landvetter centrum bygger vi det nya kvarteret Landevi gårdar. Arbetet kan komma att påverka dig som hyresgäst då det är en byggarbetsplats, vilket medför mer ljud och mer tung trafik. Under byggtiden påverkas gårdsmiljön intill nuvarande hus på Brattåsvägen av etablering av byggbodar och tillfälliga sopcontainrar. Under arbetet kan det bli sporadiska gatuavstängningar på grund av kommunens arbeten med gator och ledningar i området. När kvarteret sedan är klart blir det en ny gårdsmiljö med nya parkeringar och planteringar. Det kommer även bli en ny och fräsch sopsortering där du kan sortera fler material än tidigare.

**STOMMEN.** Renoveringen av Stommen fortsätter. I februari startades renoveringen med de sista två husen och vi beräknar vara klara till sommaren 2021.

#### MÖLNLYCKE

**VIDEVÄGEN.** Vi har startat fasadmålning och arbetet kommer att pågå i två år. Halva området kommer att få nymålat i år, och andra halvan nästa år.

**SÄTERIET.** Säteriet i ny kostym: Arbetet på Aspgården fortsätter med utemiljön och beräknas bli klart i november. Fyra hus på Björkgården blev klara i juni men vi kommer inte att starta några nya badrumsarbeten för tillfället utan väntar ut pandemin innan vi återupptar sådana arbeten igen. Vi har startat utvändiga arbeten på de tre sista husen och byter fönster, balkongdörrar och säkerhetsdörrar. Husen beräknas vara klara sommaren 2021.

I direkt anslutning till Säteriet pågår bygget av vårt nya kvarter Tallspinnaren och de nya hyresgästerna flyttade in i slutet av september.

Det kommer att bli en ny gårdsmiljö norr om Tallgården i anslutning till de nya husen och gångvägar mellan Nedergårdarna.

### MÖLNDAL

#### BALLTORP

**BALLTORP.** Byte av betongtegel på tak och målning av fasad på Ålegårdsgatan 368–382 och 388–424. Dessutom byter vi loftgångsfronter och tak över trapp samt utför ventilationsarbete på ett av husen. På Ålegårdsgatan 386 utför vi ventilationsarbete.

#### LINDOME

**LINDOME CENTRUM.** Planering för en större fasadrenovering är påbörjad. Under hösten kommer vi att fortsätta göra utredningar på vad som behöver göras i lägenheterna och i området. Underhållsarbetet på plats startar under 2021. Vi informerar löpande dem som berörs.

Vi utvecklar en ny aktivitetspark i området och för en nära dialog med de boende.

**KYRKÄNGEN.** Målning av husen på Mattias väg 100–208 beräknas bli klart under hösten.

**TÅBROVÄGEN.** Utvändig målning av plåt samt tvätt av alla fasader pågår och beräknas bli klart under hösten.

**FÅGELSTEN.** Utvändig målning av alla fasader. Etapp ett av två har startat. Hälften av området kommer att bli målat i år och andra hälften nästa år.

### LERUM

#### LERUM

I flera av våra bostadsområden i Lerum håller vi på att successivt införa sms-parkering för de besökande.

**HULAN.** Alla fasadprojekt på Bentzels väg, beräknas bli klara under hösten: Alla fasader målas och tvättas. Byte av vissa tegelfasader görs. På de hus vi målar passar vi även på att byta fasadbelysning till LED. Byte till LED-belysning med närvarostyrning i förråden. Brevinkasten ersätts med nya brevlådor. Under 2020–2021 rustar vi upp utemiljön runt bostadshusen och kommer att göra om entréerna. Cykelställ, bänkar och klätterväxter kommer att pryda framsidan av husen.



Du vet väl att du enklast gör din serviceanmälan via

MINA SIDOR

### KUNGÄLV

#### MARSTRAND

**BOHUSGATAN.** Planering avseende renovering av tak, fasader, fönster samt invändig renovering med badrum, kök, stammar med mera fortsätter på Bohusgatan 9. Underhållsarbetet har startat.

**KÖRSBÄRSGATAN.** Byte av tak pågår på Körsbärgsgatan 3 och beräknas bli klart under hösten.

#### YTTERBY

**BJÖRKÅS.** Vi är klara med betongarbetet på loftgångarna som påbörjades innan sommaren.

Den nya aktivitetsparken ska byggas, men vi kan i dagsläget inte säga när den kommer att stå klar. Eftersom ingen kan förutspå vidden av coronapandemin behöver vi pausa vissa projekt för att kunna göra klart andra under rådande omständigheter.

**KONGAHÄLLA.** En skylt med regler för boule kommer att monteras vid boulebanan vid Torpe Gränd/Vendergatan 14. Vill du låna bouleklot kan du gå in på restaurang Que Rico! – de lånar ut våra bouleklot.

**VIDKÄRRSVÄGEN.** Vi har bytt till fina papperskorgar i grönt samt kompletterat med fler i området. I en berså har vi bytt till färgglada brädor vid returplats.

**YTTERBY CENTRUM.** Dina Förbovärdar har flyttat tillbaka till Skolvägen 5 efter renovering av Förbokontoret.

## FÖRBOKONTOR NÄRA DIG

MÖLNLYCKE, LANDVETTER, HINDÅS, HÄLLINGSJÖ OCH RÄVLANDA  
Badhusgatan 2B, 435 30 Mölnlycke

BALLTORP, LINDOME OCH KÄLLERED  
Gamla Riksvägen 48, 428 32 Källered

LERUM, STENKULLEN, GRÄBO, FLODA, TOLLERED OCH SJÖVIK  
Haegerströms väg 4B, 443 30 Lerum

KUNGÄLV, YTTERBY, KÄRNA, KAREBY OCH MARSTRAND  
Skolvägen 5, 442 50 Ytterby



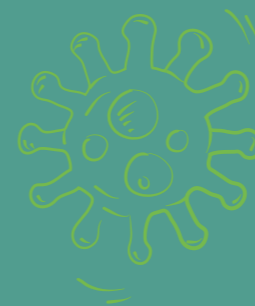
Ring vår kundtjänst

031-746 50 00

#### HINDÅS

Hindås, strax öster om Göteborg – och en bra bit söder om fjällen. Förr var orten dock en av Sveriges stora backhoppningsorter och har kallats både Sveriges Holmenkollen och Västsveriges Åre. 1904 byggdes den första hoppbacken och ända fram till 1986, då den sista hopp tävlingen hölls, trivdes de flygande skidåkarna här. Facebookgruppen Rädda hoppbacken arbetar för att backen ska finnas kvar även i framtiden. Erik Boströms stiftelse vill bevara anläggningen som kulturminne, utsiktsplats och kanske även en plats för vigslar.

Källa: wikipedia och Härryda.se



## NYA ARBETSROUTINER TILL FÖLJD AV CORONAPANDEMIN!

Läs mer på [förbo.se](http://förbo.se) om vad som gäller idag. Vi uppdaterar kontinuerligt.



# UMGÅS TRÄNA VILA SKAPA TRÄNA LEKA

## LINDOME Digital dialog gav många röster

När vi på Förbo bygger nytt eller renoverar tar vi först reda på vad de som bor i området tycker. Ju fler som tycker till, desto bättre!

Så också i planeringen av den nya aktivitetsparken i Lindome som ska stå klar under 2021.

På grund av corona fick försommarens planerade dialogträffar istället flytta in på nätet, vilket visade sig vara riktigt lyckat. 145 personer i närområdet tog chansen att vara med och tycka till. Hälften av dem som sade sitt är mellan 18 och 40 år, hyresgäster som kan vara svåra att nå i vanliga fall. Vi har också fått in åsikter från gruppen 70+ via Lindomegruppen, och förskolebarn på en förskola i närheten ritade vad de vill ha.

### HYRESGÄSTER VILL LEKA OCH UMGÅS.

Hyresgäster fick välja sina favoritaktiviteter. Bland valen fanns alternativen leka, träna, skapa, umgås och vila. Solklara favoriter var leka och umgås som fick flest röster, tätt följt



I januari träffade vi pedagoger från förskolan Valås som gärna ville vara med. De jobbade sedan med de yngre barnen under våren och när vi sågs igen fick vi barnens teckningar.

av träna. Vila och skapa kom sist.

– Det känns roligt att det finns en så bra bredd i tankar och tyckande, nu fortsätter arbetet! säger Malin Augustsson, projektledare för Förbos aktivitetsparker. ■



**INSIKT.** Personer mellan 18 och 65 år, alltså i yrkesverksam ålder, har vi ibland svårt att nå. Med tanke på den fina responsen i denna undersökning är digital dialog något vi kommer att använda oss av mer i framtiden, på hela Förbo.

## NU FORTSÄTTER ARBETET MED FIBER

Du hittar senaste informationen på [förbo.se/fiber](https://forbo.se/fiber)

Efter en paus i installation av fiber på grund av coronapandemin, har vi nu tagit fram förhållningssätt som gör att vi tryggt kan fortsätta arbetet på ett säkert sätt. Vår entreprenör i Härryda kommun har redan gjort utvändiga arbeten och ska nu slutföra installationen i flera områden. Du blir kontaktad av oss när det är dags för dig att få fiber!

Härryda först ut!

## FÖRBO SVARAR

**JAN SVENSSON**  
Förbovärd i Kungälv

» Vi svarar på hyresgästers frågor om sådant många kan ha nytta av. «



### Hur fungerar Förbos Bo Kvar-boenden och hur söker jag?

Förbo har särskilda bostäder avsedda för dig som antingen fyllt 55 eller 70 år, så kallade Bo Kvar-boenden. För att söka dessa lägenheter ska du vara över 55 år och inte ha några hemmavarande barn.

När du bor i Förbos Bo Kvar-lägenheter får du ett bekvämt boende. Många som flyttar från villa uppskattar att inte behöva tänka på läckande kranar och krånglande värmepannor. Gillar du trädgård har vi många lägenheter med uteplatser. Du får ett tryggt boende med närhet till grannar och gemenskap.

På Kvarnkullen i Kungälv serveras till exempel ärtsoppa på torsdagar och det ordnas gemensamma stunder för meditation och akvarellmålning. De har också en aktiv hyresgästförening. Lägenheterna är utformade för att kunna bo kvar även om förutsättningarna försämrats. Exempelvis får du plats med en motoriserad säng om det behövs.



**ANMÄL DITT INTRESSE TILL NÅGON AV VÅRA BO KVAR-BOENDEN PÅ:**

Mer information om våra Bo Kvar-lägenheter och områden hittar du på [förbo.se/bokvar](https://forbo.se/bokvar) eller så kan du skanna QR-koden här ovan. Om du känner dig osäker på att registrera dig digitalt kan du också ringa vår kundtjänst på telefon 031-746 50 00 som kan hjälpa dig.



Det händer att Gun slänger upp gurkor, blommor och annat som hon odlar, till Sabinas balkong. Något som uppskattas!



## Goda grannar

### VILKA BOR HÄR?

**GUN**, pensionär, 78 år, jobbade som demonstratis i olika livsmedelsaffärer tills för ett och ett halvt år sedan. Bor själv och har tre barn, sju barnbarn och fyra barnbarnsbarn.  
**Intressen:** Trädgård, fiske och veteranbilar.

**SABINA**, projektledare för utvecklingsprojekt, 41 år. Har tre barn som är 16, 14 och 9 år och hunden Nova.  
**Intressen:** Natur, hästar, trädgård och fotografering.

### GRANNSÄMJA I YTTERBY

# Delat grönt intresse

Även om de bara känt varandra sedan april i år, då Sabina flyttade in i sin lägenhet i Björkås, har hon och grannen Gun redan hunnit bli vänner. Kanske för att de delar ett trädgårdsintresse.

TEXT Liza Egbuna FOTO Markus Andersson

**E**n varm augustidag träffar Förbo-bladet grannarna Gun och Sabina på gården på Hällebergsgatan. Här har Gun bott i drygt sex år, Sabina flyttade in med sina tre döttrar och hunden Nova i april.

– Jag bodde tidigare på en hästgård i Kode, så det är tur att naturen finns runt knuten, säger Sabina som beskriver sig själv som en riktig skogsmulle.

**SABINA HYRDE ETT HUS**, men när kontraktet gick ut fick hon erbjudandet om lägenheten efter att ha stått i kö hos Förbo i flera år. Även om det är en utmaning att bo i en tvåa med tre barn och en hund är hon glad över lägenheten men hoppas på ett större boende så småningom.

– Jag har bott i området under en period för drygt tio år sedan. Då var det stökigare och jag kände mig inte helt trygg. Nu är det betydligt lugnare och området har fått ett lyft. Det ska ju även byggas en aktivitetspark – den ser jag verkligen fram emot!

**GUN BODDE TIDIGARE** i en villa i närheten – taket syns faktiskt från uteplatsen. Hennes lägenhet ligger på bottenplan, och de prunkande uteplatserna med mängder av blommor, odlingar och ett växthus, visar på trädgårds- och odlingsintresset.  
– Mycket av det jag odlar äter jag. Därför är det tråkigt när katterna bajsar på min altan.\* Annars trivs jag utmärkt! säger hon. Närheten till havet är också bra, jag älskar nämligen att fiska.

Efter önskemål har Förbo placerat en odlingspallkrage på gården. Där planerar Gun och Sabina att odla tillsammans med grannar.

– Jag tänkte sätta jordgubbsplantor, berättar Sabina. Men än så länge får jag nöja mig med det som Gun slänger upp till mig, säger hon med ett skratt. För det händer att Guns hemodlade gurkor och blommor kommer flygande till Sabinas balkong. Något som uppskattas.

### ATT DE HAR BLIVIT SÅ GODA GRANNAR

beror kanske på deras inställning till hur en bra granne ska vara.

– Man säger hej och visar respekt. Som när Gun sa att det lät mycket när vi gick på golvet: nu tänker vi på att inte klampa så hårt. Mycket kan lösas genom att prata med sina grannar innan man ringer till Förbo, säger Sabina och Gun fortsätter:

– Jag har en granne mittemot som brukar fråga om jag behöver hjälp och ibland kommer han över med mat. Det är roligt! ■

## Björkås-tips!

### SULTRONSTÄLLEN

Området Väbra som har fina svampskogar.

Guddehjälm Naturresevat med knotiga bokar, klosterhemman och kvarnar.

\* Du har alltid ansvar för din katt och vad den gör, oavsett om den är en inne- eller utekatt. På [forbo.se](https://forbo.se) kan du som har husdjur läsa mer om vad som gäller.



## PERSONLIGA HEM

### DITT VAL, DIN EKONOMI

Personliga hem är Förbos tillvalskoncept som gör att du själv kan påverka lägenhetens interiör och ekonomi. Just nu har vi på grund av ändrade rutiner till följd av corona tyvärr inte möjlighet att ta emot några beställningar. Om du vill hitta inspiration och planera finns dock den mesta information och priser på vår webbplats. Där uppdaterar vi också läget löpande.



Brusreducerade hörlurar  
JBL Live 650 BTNC,  
1 399 kr, Kjell & Company

Göm sladdarna



Kabelgömma  
Bluelounge, 399 kr,  
Smartasaker.se

Klämspot  
199 kr  
Granit



Punktmarkera  
ditt skrivbord

### BELYSNING SPELAR ROLL.

Tänk allmänbelysning och addera till punkt-belysning, framför allt vid skrivbordet. Om du är högerhänt ska ljuset ska komma från vänster så att inte handen skuggar det du arbetar med och tvärtom om du är vänsterhänt.

# Fixa kontorsplats hemma

Även om du inte tillhör dem som jobbat hemifrån under våren kan det finnas flera anledningar till att köksbordet behöver extraknäcka som skrivbord. Här kommer idéer för mer ostört hemarbete!

TEXT Anna Brakander

2-lådsbyrå, 295 kr, Åhlens



### ORGANISERA MERA, OCH OFTA.

Förvaring är A och O. Använd dig av smarta förvaringslösningar som korgar, lådor och tidningshållare för att skapa en ordningsam och harmonisk arbetsplats.

Flyttbart är smart



Förvaringskorg Bloomingville,  
749 kr, Nordicnest.se

Trälåda, 100 kr,  
Lagerhaus



## IDÉER FÖR HEMARBETARE SOM...

...saknar sitt höjbara kontorsbord:  
Strykbrådan eller ett sideboard är en tillfällig lösning.

...behöver höja skärmen för en bekväm arbetshöjd:  
Tjocka böcker eller lådor under laptopen ger bättre blickriktning.

...saknar arbetskamraterna:  
Bjud in till digital fika eller after work. Använd videomöten till lunchyoga eller roliga timmen!



### KOM IHÅG: ALLT ÄR INTE FUNKTION.

Ergonomi och rätt ljus är såklart viktigt, men gröna växter, textilier och kanske en skön sittmöbel gör rummet hemtrevligt och kan kanske göra jobbet ännu roligare!



Kalatea "Dottie",  
185 kr Plantagen

Ray bordslampa  
1 599 kr  
Royaldesign.se



Sittsäck  
1 499 kr Jotex



Skrivbord Kullberg,  
2 299 kr Jotex



## FRÅN FRUKOSTMYS TILL ARBETSPLATS

Nu när många jobbat hemma mer än vanligt har behovet av att få till en bra arbetsplats blivit högaktuellt. Rekommendationen från myndigheterna är fortfarande att arbeta på distans om du har möjlighet, och gymnasieungdomar och högskolestuderande har viss distansundervisning. Det optimala är förstås om du har ett arbetsrum. Men det kan vara svårt att få till, särskilt om ni är flera som arbetar hemma samtidigt. Då är det bra att ta till lite "compact living"-knep för att enkelt omvandla exempelvis köket till kontor efter frukosten.

### HITTA GÖMDA KVADRATMETRAR

Det kanske inte finns mer golvyta, men en vägghängd bordsskiva och några hyllor ger mer kvadratytta att jobba med. Tänk också nytt kring rummets och möblernas funktioner, kanske hallen eller sovrummet har plats för en fällbar skrivbordsyta? Eller så finns det ett sminkbord eller avlastningsbord som kan tjänstgöra som tillfälligt kontorsbord. Se dig omkring, kanske har du en oanvänd hörna? Inred i så fall med hörnbord, hylla och bra belysning.

### ENKEL GUIDE – TÄNK PÅ DETTA

1. Skapa rutiner, och följ dem.
2. Gör det tydligt när arbetsdagen börjar och slutar. Kanske med en promenad innan du sätter dig vid datorn?
3. Tänk på ergonomin. Låna hem en bekväm kontorsstol, större skärm och ergonomiskt tangentbord.
4. Kom ihåg att ta pauser.
5. Håll kontakten med arbetskamrater och din chef.
6. Brusreducerande hörlurar stänger ute oönskat ljud om flera är hemma samtidigt.



KYLSKÅPSTIPS

Dags att skaffa en sopplåda?

Soppa är en perfekt höstlunch och det bästa av allt är att du redan har allt du behöver för att göra en trivsamt och värmande rätt. Inte? Börja då med att ställa in din sopplåda kylskåpet. I den lägger du överblivna morotssnuttar, palsternacka eller potatis som blivit lite mjuk och rotselleriklyftan som inte passar någon annanstans. Mjuka stjärkar av persilja och basilika hör också hemma här, liksom en halv citron, en halvtrött chili och den sista hårda på parmesanen. Till exempel. När lådan är full är det dags att koka en smaskig soppa!

Till receptet...



# Tid för soppa!

Släng inte överblivna grönsaker i soppåsen – skaffa en sopplåda istället. Här kommer hållbara tips på vad som är i säsong just nu och en receptskiss på höstens (kanske) godaste soppa.

GOTT AV RESTER

Improviserad vardagssoppa

Se detta som en receptskiss som du varierar efter humör och vad du hittar i sopplådan:

1. Fräs lök i smör eller olja.
2. Häll på varm buljong och lägg i skalade grönsaker. Purjolöksblast eller potatisskal kan du sedan fritera och toppa den färdiga soppan med.
3. Gör en liten bukett av stjärkar, kvistar av torkade örter och citronskal. Knyt ihop med steksnöre så får du enkelt upp den när den kokat med och gett smak. Har du en slatt passerad tomat eller vin kan det gärna få följa med.
4. Puttra, krydda och smaka av. En skvätt grädde rundar av, lite pressad citron tillför syra. Mixa om du vill.
6. Stek överblivet bröd i smör och vitlök att smula över den färdiga höstsoppan. Smaklig måltid!

HÖSTKÖRD I BUTIKEN

Grönsaker i säsong

Att det är klimatsmart att äta efter säsong har väl inte någon missat. Men vad är det läge att frossa av just nu? Jo: Rotfrukter, pumpa, kålrabbi, vitkål, brysselkål, savojkål, vintersallat (maché), persilja, bönor, asiatiska bladgrönsaker. Och mycket mer!

Fyll med sopplunch



"Thermos" King 0,5L (mattermos) 225 kr

TA MED APPEN UT

Känn igen i naturen

**Appen Seek** är en app för alla som vill tillbringa mer tid i naturen och lära sig mer om växter, djur och småkryp. Rikta kameran och du får veta vilken art du har framför dig. Gratis och du hittar den där appar finns!



**HANS-ERIK LINNROS**  
arbetar som Energi- och klimatrådgivare på Härryda kommun

» Energirådgivning kan handla om att minska elkostnader, eller det smartaste sättet att tänka kring isolering av sommarstugan. Har du frågor? Mejla gärna till [energiradgivning@harryda.se](mailto:energiradgivning@harryda.se) «

## Smartare energianvändning – för din och miljöns skull

TEXT Anna Brakander

Hej Hans-Erik Linnros, vad gör en energi- och klimatrådgivare?

– Ger tips till privatpersoner, föreningar och företag om hur energianvändningen kan minska. Varje kommun har en kostnadsfri tjänst för detta - se din kommuns webbplats för mer information.

Vilka frågor får du från hyresgäster?

– Det händer att jag får samtal från någon som bor i en lägenhet där värmen inte ingår i hyran, som undrar varför elräkningen blir så stor. Ett första råd är då att sänka temperaturen om det är möjligt. Det går att spara ungefär fem procent i uppvärmningskostnader om du sänker temperaturen med en grad. Ett annat tips är att se över sitt elavtal och göra ett aktivt val.

Vad skulle du vilja att medborgare kände till om er energi- och miljörådgivare?

– Att vi finns! Det kostar inget att kontakta oss och de som hör av sig brukar bli glatt överraskade över råden de får.

Vad kan hyresvärdar göra för att energieffektivisera?

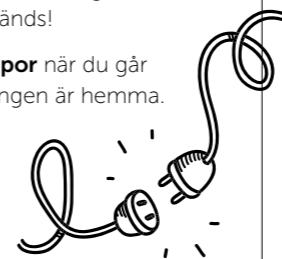
– Några åtgärder är att se över belysning i trappuppgångar, källare och tvättstugor genom att byta ut gammal belysning till LED-lampor och styra belysningen med automatisk "tänd och släck". Allt fler fastighetsvärdar funderar kring möjlighet att låsa in och ladda elcyklar, erbjuda bilpool i någon form och göra det möjligt att ladda sin elbil. Det känns positivt! När det gäller fastigheterna pågår många initiativ för att installera solceller, det är riktigt hett.

DET HÄR GÖR FÖRBO

- Under många år har gamla belysningsarmaturer bytts till LED-belysning i Förbos områden och snart har vi energieffektiv belysning i alla fastigheter.
- Ambitionen är att i framtiden kunna erbjuda hyresgäster tillgång till bilpool.
- På flera hus installeras solceller och vi har redan kommit långt under 2020 – kommande år ökar vi takten!
- Vi vill satsa på fler hyrparkeringar med egen laddstolpe. Under hösten går vi ut med en undersökning där vi frågar dig om du är intresserad av att hyra en p-plats med laddstolpe för el- och hybridbil. Om intresset är tillräckligt stort finns möjlighet att kunna erbjuda laddstolpar framöver.

## Minska din elförbrukning

1. **Grendosa.** För att slippa apparater som står på standby-läge, använd grendosa för att stänga av allt samtidigt.
2. **Dra ut kontakten.** Om en apparats svarta dosa är varm; dra ut den när du inte använder den.
3. **Koka upp vatten.** Sätt alltid på locket eller koka först upp i vattenkokare.
4. **Energimätare.** Finns att köpa på till exempel Clas Ohlson. Den visar hur mycket el som går åt.
5. **Tv-spelskonsoller.** Stäng av när de inte används!
6. **Släck dina lampor** när du går hemifrån och ingen är hemma.



AKTUELLT I OKTOBER!

Har du infravärme på balkongen eller uteplatsen? Kom ihåg att stänga av den! Det händer att folk glömmer och låter infravärmen stå på hela hösten. Det kan bli kostsamt och drar mycket el i onödan.

DAGS FÖR NYTT ELBOLAG? JÄMFÖR!

Ta reda på var elen kommer ifrån, och hur den är producerad. Importerad från Tyskland kan bestå av kolkraft, som är ett icke förnybart bränsle. [Elpriskollen.se](http://Elpriskollen.se) är en oberoende tjänst för att jämföra elavtal.



COOLA TIPS FÖR SKÖNT INOMHUSKLIMAT

Hur inomhusklimatet upplevs beror på flera faktorer. Termometern kan visa 21 grader, men man kan ändå uppleva det som kallt, beroende på drag eller kallras.

- **Placera inte stora möbler** framför elementen, då sprids inte värmen.
- **Ojämn temperatur?** Din Förbovärd kommer gärna och ser över elementen och luftar dem vid behov.
- **Vid vädring** - öppna mycket och vädra en kort stund, istället för lite under lång tid. Stäng samtidigt av elementen.





# Härliga höst!

Koppla av med en skön skogspromenad, en magisk ljusvandring eller besök ett event. Coronapandemin har ett fortsatt grepp om oss så vi får fortsätta att hålla social distans och träffas ute – eller varför inte besöka en utställning digitalt?

## Tid för svamp

### SVARTEDALEN, KUNGÅLV

Svartedalens natur- och friluftsområde är ett av Västsveriges största sammanhängande barrskogsområden och här finns också gott om svamp.

### HÄRSKOGEN, LERUM

Härskogen är en skog med stor svamp-potential. På med stövlarna, ta med en matsäck och ut och leta.

### KLIPPANS NATURRESERVAT, HINDÅS

Klippans naturreservat sägs vara över 150 år gammalt och det finns gott om svamp. Trots att det är ett reservat är det tillåtet att plocka matsvamp för husbehov.



Foto: DocRock@live.se

### BUNKETORP, LINDOME

Bunketorp är ett av Lindomes stora område för friluftsliv och motion och även svamp-plockning om hösten.

## Evenemang

### LIGHTS I ALINGSÅS

**1 okt – 1 nov**

Upplev det magiska ljuset i Alingsås då hela staden lysor upp. Ett evenemang med fokus på ljus och lokal samverkan.



Foto: David Roxendal

### INSPIRATIONSFÖRELÄSNING SKOGSTRÄDGÅRDEN, LANDVETTER

**14 okt, kl 19–20.30, Landvetter kulturhus**

För dig som drömmer om en prunkande trädgård med nyttiga grönsaker och godsaker från tidig vår till sen höst. Föreläsaren och författaren Annevi Sjöberg ger en inspirationsföreläsning om skogsträdgårdens värld. Hon har skrivit böckerna "Fleråriga grönsaker – upptäck, odla och njut" och "Skogsträdgården – odla ätbart överallt" som blev årets trädgårdsbok 2018. Signerade böcker kommer finnas till försäljning. Myndigheternas rekommendationer gäller angående corona – var noga med handhygien och stanna hemma om du har förkylningssymtom. Biljett: 60 kr, köps på [www.nortice.se/dagny/event/27909](http://www.nortice.se/dagny/event/27909)

### UTSÄLLNING "TILLSAMMANS", GÖTEBORG Tillsvidare, Världskulturmuseet

En utställning med lek och lärande för både små och stora. Tillsammans handlar om det fantastiska och det svåra med att vara tillsammans och tar med utgångspunkt i föremål från museets samlingar upp relevanta frågor för målgruppen barn 0–12 med vuxna. Obs! Det går även att besöka utställningen digitalt! Gå in på [varldskulturmuseet.se](http://varldskulturmuseet.se) och välj "Utställningar" och sedan "Tillsammans" så hittar du rätt.



Foto: gso.se/gsoplay

### GÖTEBORGS SYMFONIKER PÅ GSOPLAY

På grund av coronapandemin är Göteborgs Symfonikers konserter stängda för allmänheten, men sänder förinspelade och direktsända konserter helt gratis. Gå in och titta på [gsoplay.se](http://gsoplay.se) eller ladda ner GSOplay-appen från App Store eller Google play och njut.

NÄSTA  
NUMMER  
KOMMER I  
december

## KONTAKTA OSS – VI FINNS TILL FÖR DIG!

### SERVICEANMÄLAN

Gör en serviceanmälan dygnet runt på [Mina sidor på förbo.se](http://Mina sidor på förbo.se).

### VID AKUTA FEL

Under kvällar och helger, ring vår larmtjänst: 031-703 13 34.

### TRÄFFA OSS

**Öppet hus:** torsdagar kl 15.00–18.00  
Pausat tills vidare. Istället kan du chatta med oss på [förbo.se](http://förbo.se).

**Tidsbokning:** träffa oss när det passar dig under arbetstid – hemma hos dig eller på vårt kontor. Ring och boka en tid!

### RING OSS

**Kundtjänst:** 031-746 50 00  
Mån–ons 7.30–16.30  
Tors 7.30–18.00  
Fre 7.30–13.00