

# förbo

DECEMBER 2022 #4

REPORTAGET

**En dag på jobbet  
med Förbovärdarna**

HÅLLBARA HEM

**Smarta energi-  
spartips**

INSPIRATION

**Skapa julmys  
på balkong  
och uteplats**

”

**Människor  
uppskattar  
det handgjorda**

**LENA ANDERSSON**  
Medlem i hantverks-  
kooperativet Gyllene Hinden

# Hantverk i centrum



## God jul och gott nytt år!

**N**u är det inte lång tid kvar innan vi går ett nytt år till mötes. Men innan dess får vi förhoppningsvis njuta av en fin julhelg och en stunds ledighet.

I årets sista Förbobladet tar vi en tur till Hindås och kooperativet Gyllene Hinden som har butik och galleri med intressanta utställningar i en av våra lokaler. Det bjuds på lokalt konsthantverk och julklappstips.

Vi visar också hur en typisk dag på jobbet kan se ut för våra Förbovärdar, med besök hos hyresgäster, lägenhetsbesiktning och träff med nya entreprenörer på schemat.

En efterlängtat nyhet som vi lyfter fram på sidan 14 är att Mina sidor är uppdaterat

med ett helt nytt utseende och har också fått en betydligt mer användarvänlig utformning. Allt för att det ska bli enklare för dig som hyresgäst att hitta rätt. På Mina sidor kan du bland annat göra din serviceanmälan och därefter följa den och löpande få uppdateringar om ärendets status. Du kan boka tvättstuga, se dina hyresaviser och ställa frågor direkt till dina Förbovärdar.

Energispartips som faktiskt gör tillvaron bättre går väl inte att få för många av? Vi bjuder på några smarta sätt att både spara energi och få mer tid till annat.

### TREVLIG LÄSNING!

### HAR ORDET



**ALI,**  
Förbovärd i Härryda

Att arbeta som Förbovärd är en väldigt bred och rolig roll där ingen dag är den andra lik. En del av utmaningen och det bästa är att jag lär mig något nytt varje dag. Jag vill gärna ge det lilla extra när jag möter människor och då gäller det att vara lyhörd och ge snabb återkoppling kring ärenden. Ett gott bemötande och ett leende hjälper också till!

## Innehåll DECEMBER 2022 #4



# 6

### MIN GATA

## Hantverk i centrum

Mitt i centrala Hindås har ett trettiotal hantverkare butik och galleri. Lena och Mette är medlemmar.

# 10

### HÅLLBARA HEM

## Tio sätt att spara el i vinter

Bra för dig och bra för plånboken, vi ger våra bästa tips.

### INSPIRATION

## Vintermystider



# 12

Julpynt i all ära men att skapa julstämning på balkongen eller uteplatsen maxar mysfaktorn.

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

FRÅGOR OM INNEHÅLLET  
031-746 50 00  
[info@foerbo.se](mailto:info@foerbo.se)

REDAKTION  
Tim Timborn och  
Fredrik Kristenson, Förbo  
Anna Brakander och Pernilla  
Rejvik, Circus Reklambyrå

PRODUKTION  
Circus Reklambyrå

OMSLAGSFOTO  
Gyllene Hinden, Hindås  
Fotograf: Markus Andersson

TRYCK  
Alfredssons

ANSVARIG UTGIVARE  
Hanna Holmström Tomic



”  
Det roligaste med jobbet är att det är så varierande! Jag gillar mötet med hyresgäster och entreprenörer.

HUGO, Förbovärd i Härryda

# En dag med Förbovärdarna

**VARDAGSFÖRVALTNING.** På Förbokontoret i Härryda jobbar Förbovärdarna Ali och Hugo tillsammans med sina kollegor. Hur en arbetsdag ser ut varierar en hel del. Oavsett ärende finns Förbovärdarna på plats för att själva hjälpa till eller se till att ärendet hamnar hos rätt person. Följ med Ali och Hugo en dag på jobbet i Härryda!

**H**ugo och Ali har arbetat som Förbovärdar i 11 respektive ett år. De trivs bra med sitt jobb och med de 13 kollegorna på områdeskontoret i centrala Mölnlycke. Här startar de innan de åker ut på olika uppdrag.

**07.30 ARBETSDAGEN BÖRJAR.** Hugo öppnar för en entreprenör som får information om ett jobb som ska göras. Därefter följer administrativt arbete, som fakturering och tidsbokning med hyresgäster. Ibland utförs även service och avfallshantering på morgonen.

**09.00 FRUKOSTMÖTE.** Dagen planeras, kanske behöver någon hjälp med något? Planeringen kollas igenom på datorn på kontoret.

**10.00 INFORMATIONSMÖTE.** Vi träffar entreprenören Städbolaget på Tallspinnaren i Mölnlycke och företagets vd Sean och Förbos nya kontaktperson Marie. Storstädningen på Säteriet diskuteras, bland annat om det behövs skylift eller inte till fönsterputsen av de stora fönstren på Tallspinnaren.



Ali och Hugo diskuterar en kommande storstädning på Säteriet med Sean och Marie från Städbolaget. Förbo och Städbolaget har arbetat tillsammans i 5 år.

**10.20 KVALITETSKONTROLL.** Trappstädning på Bokgården, Säteriet kontrolleras. Lite grus upptäcks i trapphörnen och man pratar om hur det kan undvikas i framtiden. Annars får städningen mycket väl godkänt.

**10.40 HYRESGÄSTBESÖK.** Besim, boende på Tallgården, Säteriet har ett eluttag inte fungerar, vilket åtgärdas. Brandvarnaren kontrolleras och batteriet byts ut.

**11.10 HYRESGÄSTBESÖK.** Kontroll av värme i en lägenhet på Landevi gårdar där en serviceanmälan gjorts om att det är för kallt. Temperaturen mäts och det visar sig att det är rätt temperatur, mellan 20 och 21 grader.

**11.45 VATTENLÄCKA.** Kontroll på Stommen, Landvetter, där ett vattenrör tidigare har spruckit, vilket medfört en vattenskada i en lägenhet som för tillfället står tom. Lägenheten ska torkas ur och med en fuktmätare kan Förbovärdarna se att det är mindre fuktigt nu. När lägenheten har torkat ut helt ska den återställas så att en ny hyresgäst kan flytta in.

**12.15 HYRESGÄSTBESÖK.** Hos Monika på Skolvägen i Mölnlycke fungerar inte spisen som den ska. Ali och Hugo visar vilka alternativ hon kan byta till inom konceptet Personliga hem och valet faller på en keramikhall. De kontrollerar och åtgärdar även balkongdörren, vars spärr inte fungerar.

**12.45 LUNCH.** Rasten är 45 minuter och tas någon gång mellan klockan 12 och 13. Ibland passar Ali och Hugo också på att träna på ett närliggande gym.

**13.30 PÅ KONTORET.** Tittar igenom mejl och inkomna akuta ärenden.



Klockan 9.00 varje dag är det gemensam planeringsfrukost på Förbokontoret.



”  
Det är kul  
att städa här.  
Hyresgästerna  
är trevliga och  
brukar stanna  
och småprata.

NUHA, Städbolaget

**14.00 LÄGENHETSBESEKTNING.** Inför inflyttning. Skriver ut nyckelkvitenser och går igenom avflyttningslista.

**15.00 KONTAKTAR HYRESGÄST.** En hyresgäst som ska flytta ut får veta att nycklar lämnas in mellan kl 12 och 13 och Förbovärdarna ger en vänlig påminnelse att lägenheten ska vara ordentligt städad.

**15.30 INFLYTTNING.** Hyresgäster som ska flytta in i en lägenhet får inflyttningssinformation och skriver på att de fått nycklar. Hugo och Ali hälsar dem välkomna till Förbo!

**16.00 PÅ KONTORET.** En sista koll att allt är gjort. Städar undan och stänger ner.

**16.30 ARBETSDAGEN SLUTAR.** ■

TEXT Liza Egbuna  
FOTO Markus Andersson



Besim har bott hos Förbo i 25 år och trivs mycket bra. Här får hans brandvarnare nytt batteri.



Monika i Förbos 55+-boende på Skolvägen har en spis som inte fungerar som den ska och väljer en ny. "Jag lagar inte så jättemycket mat i ugn. Ibland tycker jag om att gå ut och äta också.", säger hon.

”  
Det känns tryggt att  
ha sådana "gubbar"  
i området. Är det  
något så ringer jag  
och får svar snabbt.

BESIM, hyresgäst



”  
Det som förenar oss är  
kreativiteten och en viss stollighet!

KARIN BJÖRKLIND, ordförande i Gyllene Hinden

\*Varje månad får en konsthantverkare utifrån chans att sälja sina alster på bästa plats i skyltfönstret.

## Hantverk i centrum

**LOKALHYRESGÄSTER.** Läs om varför ett tackkort från Sveriges kronprinspar hänger på toaletten hos konsthantverkarna i Hindås, och om värdet av att göra något med händerna.

Vad sägs om en plånbok av fiskskinn, påsar av gamla paraplyer eller retromoderna emaljuggar med Hindås-tryck? I en av Förbos lokaler i centrala Hindås har ett antal konsthantverkare sedan 2009 drivit Gyllene Hinden som ett kooperativ med butik och galleri. I mixen finns bland annat textil, trä, tenntråd och grafisk design, men också mathantverk.

– Människor uppskattar det handgjorda, sådant som inte är massproducerat, menar Lena Andersson, en av medlemmarna.

Lena, som ska stå i kassan den här dagen, slår sig ned och jobbar med en nåltovad



krans till julmarknaden, annars tovar hon gärna fåglar.

– Jag gick en kurs och blev fast i ullen, kan man säga. Det är avkopplande och roligt!

– Lenas ugglepar är en populär bröllopspresent, säger Mette Waldrop, som är föreningens kassör.

**METTE HAR VARIT MED** med från starten och håller i bemanningsschemat och är lite allt-i-allo. Hon säger att de är nöjda med lokalen mitt i Hindås. Det finns inte ekonomi till att ha avlönad personal, så medlemmarna turas om att stå i kassan.

– Läget är bra, vi delar p-plats med Ica och det är enkelt att bara komma in en sväng. Några slår sig ner och pratar, vi har blivit lite av en träffpunkt, menar Mette.

**IDAG ÄR DE ETT TRETTIOTAL AKTIVA** och de flesta bor i närheten. Några har andra jobb, som Karin Björklind, som är heltidsanställd inom offentlig sektor. Hon berättar om hur hon engagerade sig och så småningom blev ordförande:

– Jag har vävt i hela mitt liv och jobbar



”Folk slår sig gärna ner en stund i butiken. Vi har blivit lite av en träffpunkt”, menar Mette (till vänster i bild). Lena passar på att jobba med en tovad krans.



just nu med tuftade material, det vill säga tredimensionella textilier. Jag kände mig ganska ensam i mitt uttryck och hade hört talas om stället. Så jag åkte hit och minns att det var stängt.

– Vilket var konstigt, det är ju öppet nästan jämt, inflikar Mette.

– Sedan fick jag möjlighet att vara Månadens gäst\*, fortsätter Karin, och efter ett tag blev jag medlem. Det är jätteroligt! Det som förenar oss är kreativiteten, en viss stollighet och att vi hjälper varandra.

Mette gör smycken i porslinsler och dekorativa örhängen. Hon gillar att experimentera, och halkade in på keramikens av en slump.

– Jag följde med mina barn på keramik-kurs, och sedan ville jag aldrig gå hem!

**HUR VAR DET MED KRONPRINSPARET DÅ?** Mette berättar att när Victoria och Daniel gifte sig skickade en av hantverkarna, Anne-Marie, en handgjord tomedocka som present. Så kanske leker några kungliga barn med hantverk från Gyllene Hinden! ■

TEXT Anna Brakander FOTO Markus Andersson

säsongs  
vinter

SMARRIGT & JULIGT

### Hitta idéer på insta

På instagram finns många juliga idéer. Vi har lånat ett par lagom pyssliga tips.

tips och trix



#### POPPA PEPPARKAKSSNÖ

Det går åt ganska mycket dekoration till ett pepparkakshus. En prisvärd och enkel idé är att fästa popcorn på taket med hjälp av kristry.



#### JULIG DRICK FÖR BARN OCH VUXNA

**Gör så här:** Häll 5 dl äppeljuice och 5 dl äppelcider i en kastrull. Ploppa ner 4 kanelstänger. Koka upp. Klart!



## Julpyssel för bekväma

Visst är det mysigt att pyssla inför jul, men ibland räcker tiden inte till. Här kommer några enkla idéer som ändå maxar julstämningen.

RUSTIKT FINT



### Bärkasse får flera liv

Många som beställer matkassar till vardagsmiddagen får ett överflöd av bruna pappkassar. Nu kommer de till användning: Låt kassen extraknäcka som omslagspapper till julklapparna. Bara att klippa upp och slå in med utsidan inåt. Måla eller dekorera om du vill. Sätt ett fint band eller snöre runt. Klart!

Spara och återvinn!

Årets julklapp är hemstickad

Kanske blir det någon hemmagjord klapp i år? Eller varför inte något hantverkstillverkat! Gyllene Hinden i Hindås ger sina förslag.

### JULKLAPPAR TILL...

#### ...barnbarnet

Käpphäst, träleksaker, tomedocka.

#### ...energipararen






Ulliga tofflor, sittdyna i ull, stickat plagg.

#### ...värdparet

Handstöpta ljus och keramikljusstake eller en Hindåsmugg med te.

KURIOSA

### Udda jultraditioner – eller?

-  **Ukraina** – pyntar granen med spindlar och spindelväv.
-  **Österrike** – en ondskefull demon, Krampus, skrämmer barnen.
-  **Japan** – firar gärna på amerikanska snabbmatskedjan KFC.
-  **Wales** – utklädd i hästskalle och vitt lakan går Mari Lwyd längs gatorna.
-  **Norge** – för att skydda sig mot häxor göms alla kvastar.

Källa: Världens historia

## mitt område

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

### Härryda

#### HINDÅS

**HINDÅS STATIONSVÄG.** Vi ersätter skadad betong på loftgångarna och golvytan får ny beläggning. Trapporna görs i ordning, det blir nya räcken i rostfri metall och vi sätter upp fronter med frostat glas. Allt arbete sker på entrésidan av huset. Projektet görs etappvis i området under de kommande åren.

#### MÖLNLYCKE

**VALLEN.** Renovering av badrum pågår på Lingonvägen 8–18, vi sätter också in ny ventilation och byter el i alla lägenheter.

**SKINNEFJÄLL.** Vi byter tegelfasader på vissa delar av husen på Björksoppen 1, Trattskivlingen 1 och Färtickan 1. Arbetet beräknas pågå året ut.

**SKOGSGLÄNTAN.** Arbetet med takbyten fortsätter. Arbetet kommer att pågå etappvis under ett par år framöver.

**SÄTERIET.** Säteriet i ny kostym: Badrumsrenoveringarna och montering av köksfläkt på Björkgården är igång och beräknas pågå året ut. Arbetet med utemiljön på Björkgården planeras att göras under 2023.

### Kungälv

#### YTTERBY

**BJÖRKÅS.** Den nya aktivitetsparken Biorkabacken är klar. Varmt välkommen att leka, träna och träffas, eller ta en paus! Vi fortsätter arbetet med bättre belysning i källargångar och närvarostyrd belysning.

**RUNÄNGSGATAN.** Arbetet med att byta fasadskivor på husen fortsätter. Vi planerar att göra klart hela huset under 2023. Vi byter även ut vattenmätarna.

En ny plats för återvinning planeras på nummer 8. Där kommer hyresgäster som bor på nummer 1–5 och 8 kunna sortera för rest- och matavfall samt för förpackningar. Platsen kommer att ramas in med en häck mot trädgården.

**SKOLVÄGEN.** Byte av vattenmätarna pågår.

### Lerum

#### ALMEKÄRR

**EKERESDVÄGEN.** Arbetet med målning och takbyte har startat. Vi byter balkongfronter och installerar frånluftsvarmepump inne i bostäderna. Projektet pågår under två år, hälften av husen görs i år och andra hälften nästa år.

#### GRÅBO

**SEGERSTADSVÄGEN.** Vi planerar för ett projekt i området, därför gör entreprenörer och konsulter en del utredningar i området. När utredningarna är klara och vi vet vad som behöver göras återkommer vi till berörda hyresgäster.

#### FLODA

**HAVREVÄGEN.** Vi planerar för ett projekt i området, därför gör entreprenörer och konsulter en del utredningar i området. När utredningarna är klara och vi vet vad som behöver göras återkommer vi till berörda hyresgäster.

### Mölndal

#### BALLTORP

**ÖVRE BALLTORP.** Målning, nytt tak och glasade loftgångsfronter samt byte av dörrar görs på Ålegårdsgatan 330–366 och beräknas vara klart under december. I samband med att målningen blir klar görs en del markarbeten på gårdarna. Detta blir klart under 2023.

#### LINDOME

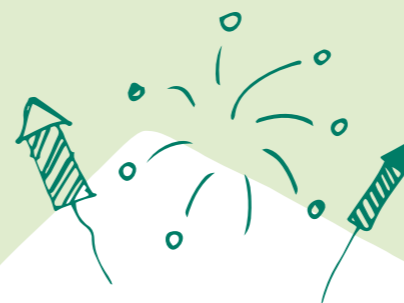
**KYRKÄNGEN.** Nya postboxar sätts upp i området och parken får bänkar och belysning.

**LINDOME CENTRUM.** Den pågående renoveringen av Dotegården 4–6 beräknas vara färdig vid årsskiftet. Det pågår också ett stort energiprojekt i Dotegården. Tillsammans med Mölndal Energi förnyar vi fjärrvärme- och vattenledningar för säkrare leverans och minskad energianvändning.

#### FÖRBOS KUNDLÖFTE: ÅTERKOPPLING INOM TVÅ DAGAR

Du vet väl om att du nu får återkoppling inom två arbetsdagar på ditt ärende – och har du ett akut ärende får du återkoppling samma dag. På så vis hoppas vi att du som hyresgäst får en ännu bättre upplevelse. I första hand sker återkopplingen via telefon. Men får vi inte tag i dig, eller om du hellre vill bli kontaktad på ett annat sätt, skickar vi mejl, sms eller meddelande via Mina sidor.

Din serviceanmälan gör du enklast på Mina sidor där du också kan följa vad som händer i ditt serviceärende. Nu har vi också lanserat en ny version av Mina sidor som du kan läsa mer om här i Förbobladet på sidorna 14–15.



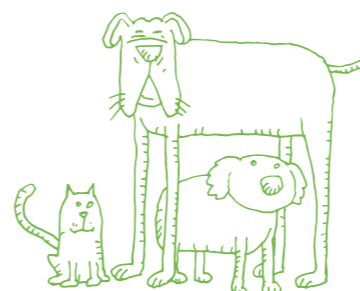
### FIRA MED HÄNSYN!

Om du tänkt fira in det nya året med fyrverkerier så vill vi påminna om är detta inte tillåtet inne i våra bostadsområden. Fyrverkerier kan göra både tvåbenta och fyrbenta rädda – så visa hänsyn! Hör gärna med din hemkommun om vilka regler som gäller om du vill använda fyrverkerier utanför våra bostadsområden.



**EVA,**  
Förbovärd i Mölndal

» Du får gärna ha hund eller katt i din bostad. Kom ihåg att det alltid är du som har ansvaret, både utomhus och inomhus.«



#### FÅ EN SMS-PÅMINNELSE

På [skyddadigmotbrand.se](https://skyddadigmotbrand.se) kan du registrera ditt telefonnummer och få en påminnelse om att testa brandvarnaren, med jämna mellanrum.

### JULELJUS I ALLA HUS

I år sätter vi upp julbelysning första advent i de bostadsområden där det är möjligt och de tas ner runt tjugondedag jul. Det skapar både trivsel och trygghet – och med tidsinställd ledbelysning går det inte åt så mycket energi.

#### VISSTE DU ATT...

...för att ha en adventsljusstake med LED-lampor tänd räcker 1 kWh i hela 1 428 timmar. Som jämförelse räcker samma kilowattimme till endast 27 minuters frisyrfixande med hårtorken.



### TESTA DIN BRANDVARNARE

I alla Förbos lägenheter sitter det en brandvarnare. Det är viktigt att du regelbundet testar så att den fungerar.

#### BYT BATTERI SÅ HÅR

- Har du en "vanlig" brandvarnare och behöver byta batteri kan du få ett nytt på ditt Förbokontor.
- Om du har en smart brandvarnare; en X2 Wireless-brandvarnare ska du inte byta batteri själv. Istället kommer din Förbovärd ut och byter den när det behövs, vilket vi då får ett meddelande om.

## Hund och katt – detta gäller

För hussar och mattar finns några enkla regler som gör livet med husdjur i tätbebyggt område trevligare för dig, din fyrbenta vän och grannarna.

#### HUND

- Håll alltid din hund kopplad i bostadsområdet. Även om du vet att just din hund är den snällaste av dem alla så är många människor rädda för hundar.
- Din hund kan skälla när du inte är hemma. Tänk på hundens bästa! Kolla gärna med dina grannar, så vet de att du tar ansvar.
- Plocka alltid upp efter din hund när den rastas. Det som göms i snö kommer upp i töl!

#### KATT

- Lär katten att göra sina behov i en kattlåda så är risken mycket mindre att den orsakar problem i till exempel sandlådor där det finns lekande barn. Har du en uteplats kan det vara smart att ha en kattlåda även där.
- Prata gärna med dina grannar om du har en utekatt och berätta att du vill veta om din katt stör dem. Det brukar vara uppskattat!
- En innekatt är lättare att ha uppsikt över, och därmed lättare att ta ansvar för.

#### HUSDJUR SOM STÖR?

Blir du besvärad av ett husdjur, exempelvis en hund som skäller på nättarna, är det alltid bäst att i första hand prata med djurägaren. I andra hand kan du vända dig till dina Förbovärdar.



## Tänk om...

Hela samhället kommer att behöva tänka om och tänka nytt för att ställa om till fossilfritt och klimatsmart. Det behövs fantasi och nya perspektiv! Hur skulle det se ut om de som ska bo och leva i framtiden fick vara med och tycka till? Här delar en tolvårig tjej med sig av sina tankar.

## ...Majken fick bestämma!



### Hur kommer el produceras i framtiden?

Jag tror att man kommer lägga mycket pengar på att utveckla kärnkraften så att det kommer vara mindre risker med att använda det.

### På vilket sätt kommer en familj att kunna skapa egen el tror du?

Solpaneler är ju nåt som redan finns, kanske kommer det att finnas små vindkraftverk att ha i trädgården?

### En ugn drar mer energi än exempelvis mikron. Vad bakar du helst utan ugn?

Jag gör mug cake ibland efter skolan. Det tar bara en minut i mikron och är jättegott. Man kan ju också göra en cookie dough-smet och äta eller blanda med glass. Smoothie gör jag ofta, och chokladbollar så klart!

**TIPS!** Sök på "mug cake" och "cookie dough-smet" eller "kakdeg" för recept och idéer.

# Ekonomi + ekologi = sant

**ENERGIBESPARING.** Med energikris i Europa, högre matpriser och inflation har vi ett gemensamt ansvar för att spara el och minska energianvändningen. Vi har plockat ut några inspirerande tips på sådant som är bra för dig, miljön och i vissa fall plånboken.

## HÄNG UPP

Häng tvätten på tork istället för att torktumla.

Du sliter mindre på kläderna och att torktumla drar mycket energi – faktiskt upp till fyra gånger mer energi än att tvätta.



## DISKA SMART

Diska i diskmaskin.

Det är bekvämt, och att diska för hand drar upp till fyra gånger så mycket energi.



## LAGA LÄTT

Laga ugnspotatisen samtidigt som pajerna. Lite mer jobb under tillagningen, men det blir mer till matlådorna!

## KOKA UPP

Lägg locket på, och använd vattenkokaren. Använd lock på kastrullen och koka vatten i vattenkokare, det drar mindre energi och går snabbare!



## PLUGGA UR

Dra ur sladden till spelkonsolen.

Wii, Playstation och Xbox drar mycket el även i standby-läge. Stäng av när du inte spelar!



## TÄND SMART

Smart LED istället för glödlampa.

Ledlampor drar mindre mängd energi. Vissa går att koppla till en app där du bekvämt styr om lamporna ska vara på eller av.

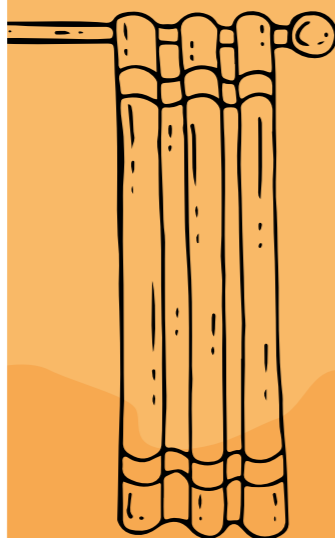


### TIPS!

Du vet väl att det ofta räcker att tvätta i 30°? Kläderna blir rena men mindre energi går åt.

## KYL NED

Rätt temperatur i kyl och frys. Med +4° i kylen och -18° i frysen håller sig maten fräsch längre.



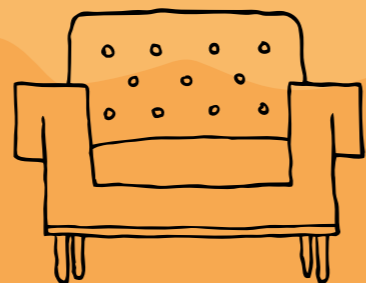
## VÄDRA SÅ HÄR

Öppna mycket och vädra under kort tid. Mer effektivt och skönare inomhusklimat.

## 10 ENKLA ELSPARTIPS som är bra både för dig och miljön

## MÖBLERA RÄTT

Ställ inga möbler eller häng inga gardiner framför elementen. Värmen kommer lättare ut i rummet och det blir skönare inomhustemperatur.



## SOV GOTT

Sänk värmen i sovrummet. Många sover bättre med lägre temperatur i rummet.



Det handlar mycket om hur vi ser på en grönsak. En blomkål till exempel, går utmärkt att äta bladen och rotdelarna på också.

EMELIE, souschef på Gunnebo Kaffehus och Krog

Emelie plockar grönkål som ska få sällskap med kolja och rödbetslawa (istället för coleslaw) savojkål och dressade gröna tomater på dagens lunchtallrik.

## Tallriksmodell efter säsong

Hej Emelie, souschef på Gunnebo Kaffehus och Krog!

### Berätta om er matfilosofi

– Med två ord: ekologiskt och i säsong. Restaurangen ligger mitt i köksträdgården och det som växer just nu är det som hamnar på tallriken. I december kan det vara grönkål och svartkål. Men även rödbetor, potatis, morot och rotsaker som skördats tidigare och förvarats i sand i kallförråd utomhus. Vi är kravcertifierade och väljer ekologiska råvaror till nästan hundra procent.

### Hur kan det sättet att tänka funka i ett hemmakök?

– Liksom här hos oss: att ha en plan för råvarorna, oavsett om det är från egen odling eller mataffären, för att slippa slänga. Även att äta lokalodlat och efter säsong. Kanske välja bort en avokado som flugit över hela jorden. Det som är i säsong har ofta ett bra pris och smakar bra. Tomater i januari har inte alls samma smak som sommartomater. Istället för kikärter i en hummus (eftersom det inte odlas i Sverige) går det jättebra med gula svenska ärtor. Mina kompisar var skeptiska men blev övertygade! Till den som tycker att ekologiskt kostar för mycket handlar det också om att kolla på rätt saker. Jag brukar

passa på att handla mer när det är bra pris på eko potatis till exempel. Vanlig potatis är ofta hårt besprutad.

### Ge några exempel på vad som är gott att odla under vintern?

– Mitt bästa tips är mikrogrönt! Groddar och ärtskott är så enkelt att odla i köksfönstret, och jättegott att toppa en sallad eller frukostmacka med. Helt vanliga gula ärtor från butiken kan stoppas ned i en kruka med jord, sedan äter man skotten. Eller grodda bovete och toppa frukostgröten med tillsammans med äppelmos. Supergott!

### Vad händer hos er under höst och vinter?

– Tidigare i höst planerade vi tillsammans med trädgårdsmästarna vad som ska odlas nästa år. 2023 blir det bland annat kålrot, som vi i köket vill testa. Och lite udda kryddor som oxalis\* och libbsticka också. Libbsticka ger jättemycket smak, så det behövs bara lite. Oktober till januari är förresten den bästa tiden för att koka äppelmos och lägga i frysen. Nu är också vår glögg på tagetes och klassiska julkryddor klar! ■

TEXT Anna Brakander  
FOTO Pernilla Rejvik

\*Oxalis växer i många trädgårdar, Emelie berättar om när hennes pappa klippte gräset i somras och hon rusade ut och stoppade honom från att klippa bort den ätbara oxalisen i gräsmattan.

## I ALL ENKELHET

Det är inte mycket som krävs för att det ska kännas lite extra ombonat i vintermörkret. Tänk på att det finns massor av material helt gratis – eller fynda second hand till en billig peng.

# Vintermysigt ute

**SÄSONG.** Skapa en mysig och välkomnande plats för både dig och dina gäster i vinter – lyft fram din balkong, uteplats eller entré.



## #1 ENKEL KRANS

Det går snabbt att göra en fin stjärna av grenar, blomstertråd, vitmossa och röda nypon.



## #2 GRANN GRANBURK

En gammal glasburk blir en vacker ljuslykta med hjälp av grovt hushållssnöre, limpistol och några tujakvistar som dekoration.



## GÖR DET SJÄLV – UTEGRAN AV KVISTAR



1. Du behöver grankvistar, blomstertråd, sekator, pinne till stomme (en gren, bambupinne, armeringsjärn) och band.



2. Klipp till grankvistarna till lagom längd, börja fästa dem i mitten av pinnen med blomstertråd, varva sedan grankvistar uppåt i lager för att skapa en granform.



3. Du kan behöva spetsa till pinnen för att den enklare ska kunna placeras i marken eller rabatten.



4. Fäst grenarna i toppen med blomstertråd och knyt ett vackert band eller fäst en stjärna i toppen. Stick ner granen i en kruk och dekorera jorden med mossa.

Frossa i mossa!



## #3 LJUS UTAN EL

Det finns naturtrogna, batteridrivna ljus med timer och batteridrivna ljusslingor. Skapa en ny favoritplats i princip var som helst, även om det saknas eluttag.



## #4 ANVÄND FANTASIN

Har du en gatsten eller fin brädbit – varför inte slå ett vackert band runt det och få det att se ut som en julkapp?



## #5 JULIG GIRLANG

På loppisar finns det mängder av plastjulkulor som nästan bortskänkes – måla dem i en enhetlig färg och trä på ett grovt snöre eller band och häng upp som en girlang.

Skytt i vintagestil, gör så här

ANNA  
TIPSAR



ANNA RAMSTEDT  
Inredningsinspiratör på Förbo  
Blogg: prickenoverlivet.se

## PYNTA NATURLIGT

Här kommer några bra tips på hur du kan skapa en mysig plats utomhus. Kanske blir det varm choklad på balkongen i vinter?

### Naturnära dekor

Plocka med dig dekoration från skogspromenaden som torra kvistar, grenar, vildäpplen och kottar som ligger på marken. Granris är en riktig stämningshöjare – lägg ett par ruskor under dörrmattan eller sätt i en stor urna med ljusslinga. Mossa är också fantastisk och den håller sig fin länge. Rulla ihop med blomstertråd till ett klot eller lägg i en kruk med några fina kottar och äpplen. Ett tips är att spraya äpple med hårspray så håller de sig fina längre och fåglarna låter bli dem.

### Samla i grupper

För ett pampigare intryck gruppera och samla ihop dina krukor, lyktor och fat i stället för att sprida ut dem en och en. Ett tips är att göra som stajllister och jobba med olika höjder för att få liv och för att fördela ljuskällor på ett bra sätt – häng upp ljuslyktor på väggen, ställ någon på marken, vira ljusslingor runt en liten gran eller ett mossklot. Fina krukor, korgar och ljuslyktor går att hitta på loppisar. Har du en kruk hemma som inte känns så vint- rig så vira säckväv runt den med ett band.

### Vintagestil på skylten

Några överblivna brädor blir enkelt en fin skylt som till exempel berättar för tomten var det finns snälla barn. Tycker du att skylten känns för ny så prova detta:

1. Lägg stålull i en glasburk med vinäger i cirka ett dygn.
2. Koka svart, starkt te.
3. Måla träplankorna, först med teet och sedan direkt med vinägerblandningen.
4. Efter en stund får du fram en vacker vintagekänsla!

### DITT VAL, DIN EKONOMI

Personliga hem är Förbos tillvalskoncept som gör att du själv kan påverka lägenhetens interiör och ekonomi. Just nu kan beställningar ta lite längre tid än vanligt då leveranser och annat ännu påverkas av händelser i omvärlden. Om du vill hitta inspiration och planera finns den mesta informationen och priser på förbo.se. Där uppdaterar vi också läget löpande.

PERSONLIGA HEM

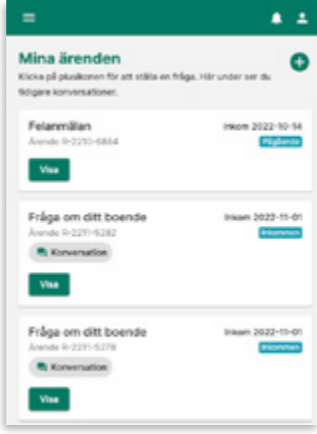
# Mina sidor – nu ännu mer användarvänlig

**NY VERSION.** Nu finns en ny, lätthanterlig version av Mina sidor på [forbo.se](https://forbo.se) som förhoppningsvis gör att du som hyresgäst ännu enklare ska hitta till det du vill göra.



**HYRESAVTAL**  
Du får också notiser när vi skickar allmän information eller information om vad som händer i ditt bostadsområde.

**MINA ÄRENDE**  
Här ser dina frågor och svar som ställt under Fråga oss




## SÅ HÄR LÄGGER DU TILL MINA SIDOR SOM GENVÄG/APP I TELEFONEN:

### Android

1. Gå in på [minasidor.foerbo.se](https://minasidor.foerbo.se) i webbläsaren.
2. Tryck på menyknappen (tre punkter) uppe i högra hörnet.
3. Tryck på "Installera appen".
4. Tryck på "Installera".
5. Klart. Öppna webbplatsen från hemskärmen genom att trycka på den nya appen som skapats.

### iPhone/iPad

1. Gå in på [minasidor.foerbo.se](https://minasidor.foerbo.se) i webbläsaren.
2. Klicka på menysymbolen  vid webbläsaren.
3. Välj alternativet "Lägg till på hemskärmen".
4. Namnge appen, exempelvis till "Mina sidor Förbo" och tryck sedan på "Lägg till".
5. Klart. Öppna webbplatsen från hemskärmen genom att trycka på den nya appen som skapats.

## SÖK LEDIG BOSTAD/PARKERING/FÖRRÅD

Tidigare var uthyrningen sammanslagen med Mina sidor. Nu har vi separerat Mina sidor och uthyrningsdelen. Därför är det också två olika digitala ingångar och inloggningar dit. Vill du söka en ledig bostad eller parkering gör du nu det under det vi kallar för Sök ledigt. När du är inloggad på Sök ledigt ser du även dina köpoäng och när Bytestorget. Detta är en tillfällig lösning och på sikt planerar vi att ha allt på samma ställe.

## FRÅGA OSS

En av nyheterna i Mina sidor är att du kan ställa frågor till oss om ditt boende, hyresbetalningar eller uthyrning. Vi svarar inom två arbetsdagar och du ser svaren direkt under din fråga.

### Vad kan vi hjälpa dig med?

- Fråga om ditt boende
- Fråga om hyresbetalningar
- Fråga om uthyrning

NYHET

## FRÅGOR & SVAR

## FÖRBO INFORMERAR

**MALENA JOHANSSON**  
Utemiljöansvarig på Förbo



» I flera områden har vi märkt att snöröjningen inte fungerade tillräckligt bra förra vintern. Malena berättar vad vi gör och hur vi vill arbeta.«

## OM SNÖRÖJNING

### Hur förbereder ni er inför snö och halka?

– Vi har möten med alla entreprenörer. Tillsammans går vi igenom område för område med vad som behöver göras och vad vi förväntar oss. Vi ser också ut var snövallar kan läggas. Det är entreprenörens ansvar att se till att maskiner är servade och att halkbekämpning finns på plats. För att det ska vara tydligt var det ska snöröjas finns det nu digitala kartor för alla bostadsområden, där sådant som p-platser, gångvägar, loftgångar och trappor med mera, finns med.

### När skottar ni?

– När det har kommit mer än fyra centimeter snö påbörjas snöröjningen. Våra entreprenörer avgör var och när skottning och halkbekämpning behövs. För att störa så lite som möjligt skottar vi i första hand på natten. Om det snöar väldigt mycket prioriteras utrymningsvägar för räddningstjänst och ambulans. Sedan trappor och entréer för boende, därefter parkeringsplatser och andra ytor. För att ge så lika förhållanden som möjligt börjar snöröjningen i ett nytt bostadsområde nästa snöfall.

### Vilket ansvar har ni? Vad ska jag som hyresgäst göra?

– Förbo ansvarar för att skottning sker av gator och gångvägar. Hyresgästen ansvarar för skottning av parkering och sin uteplats.

### Tänk på att!

Var försiktig så att du inte halkar om du går ut tidigt på morgonen om det snöat mycket under kvällen och natten. Då kanske inte entreprenörerna hunnit få undan snön. Och ha förståelse för att de som jobbar med snö- och halkbekämpning också behöver få en paus då och då! Snöar det flera dagar i rad, kan man kanske inte räkna med att det ska vara snöfritt hela tiden.



**Du har alltid ditt boende nära till hands och kan sköta det mesta i telefonen. Det går snabbt, smidigt och enkelt att hantera ärenden digitalt.**

MARIA BILLBERG, systemförvaltare på Förbo

## ANVÄND INTE FRÄTANDE MEDEL I AVLOPPET!

**SPOLA KRÖKEN.** Vi uppmanar alla hyresgäster att helt undvika frätande propplösare som kaustiksoda eller lut vid stopp i avloppet. Dessa medel kan orsaka svåra personskador och även skada själva rören.

**GÖR SÅ HÄR.** I stället för att använda propplösare rekommenderar vi att du använder en vaskrensare – en sugpropp med skaft. Löser inte detta problemet kan du självklart höra av dig till dina Förbovärdar så hjälper vi dig.

**OBS!** Tänk på naturen och spola inte ner medicin eller kemikalier.



## Visste du att...

det ligger ett stort ansvar på hyresgästen att rensa avlopp. Enligt hyreslagen ingår det i hyresgästens vårdplikt av lägenheten.

## DU HAR VÄL INTE MISSAT VÅR INFORMATION OM KUNDUNDERSÖKNINGEN

Nu har vi sammanställt resultatet från årets kundundersökning. Svaren ger oss en bild av vad som behöver prioriteras i de olika bostadsområdena och vad vi behöver förbättra inom verksamheten för att kunna leverera den bästa servicen till dig och dina grannar. Nyligen fick du ett informationsblad där vi lyfter delar av resultatet, vad som är bra och vad vi satsar på att förbättra. Har det försvunnit bland annan post? Ingen fara – du hittar även informationen på [forbo.se](https://forbo.se). Sök på "kundundersökning" så hamnar du rätt!







## Se upp i backen

För här kommer tips på fyra fartfyllda pulkabackar att uppleva i vinter! När snön faller över våra områden bjuder flera platser in till magkittlande åk. Dessutom finns många evenemang i vinter, bland annat ett som bjuder alla på fest!

### Pulkabackar



#### HIMLABACKEN, KÄLLERED

Under lång tid har Himlabacken i Källered varit en omtyckt backe. Den lätta slutningen gör att backen passar sig bra för små och stora barn. Starta från Vämmedalsvägen om du vill hitta hit.

#### LARSSONS BERG, MÖLNDAL

Våghalsiga åkare, se hit! För de allra modigaste pulkaåkarna finns en riktigt brant pulkabacke i Mölndal. Omgiven av vacker skog kan de våghalsiga åkarna ta sig ner i en väldig fart. Dessutom ligger snön kvar länge tack vare bergets höga läge.

#### BRUDAREBACKEN, DELSJÖN

Lite utanför våra områden finns en lång pulkabacke i Delsjöområdet. Brudarebacken sträcker sig över hela 270 meter och har allt som krävs för en idyllisk vinterdag. Här finns siduthyrning, promenadslingor och en separat pulkabacke med säkert stopp i slutet.

#### GUNNEBO SLOTT, MÖLNDAL

Vid Gunnebo Slott i Mölndal finns flera backar som bjuder in till fart i vinter. Här finns goda förutsättningar för många magpirrande åk. Extra plus att en varm choklad inte är längre än ett stenkast bort i Gunnebo Slotts mysiga fik.

### Evenemang

#### LIVET ÄR EN FEST, MÖLNDAL

**T o m 12 feb, Mölndals stadsmuseum**

Kom på partyutställning i vinter! Utställningen firar festen genom historier, och närmar sig ämnet med både neonfärger, glamour och skam. Mölndals stadsmuseum håller öppet fram till 12 februari. Ingen föransökan krävs och utställningen är helt gratis.



Foto: gunneboslott.se

#### GUIDAD VISNING I ORANGERIET, MÖLNDAL

**Nov – april, lördagar kl 13-14, Gunnebo**

Den nya orangeribyggnaden används för vinterförvaring av medelhavsväxter som citrus, lager, oliver och fikon. Växtmaterialet och skötselmetoderna presenteras under visningen. Pris 175 kr/person. Köp biljett på [gunneboslott.se](http://gunneboslott.se).



#### UTSTÄLLNINGAR, HINDÅS, Gyllene Hinden

Öppet vardagar kl 12.00–18.00 och helger kl 12.00–15.00. I galleriet visas varje månad en ny intressant utställning. Fritt inträde.

**Januari: 7 jan – 1 feb.** Tavlor, needle punching, keramik – Jack Holz.

**Februari: 3 feb – 1 mars.** Målningar – Carita Filipsson och keramik – Heli Gading.

#### KONSTUTSTÄLLNING, KUNGÄLV

**T o m 14 jan, Mimers konsthall**

En samutställning med konstnärerna Lundqvist-Ohlin-Sasioglu där intuitivt måleri möter fantasifull smyckeskonst. Läs mer på [kungalv.se/evenemang](http://kungalv.se/evenemang).

NÄSTA  
NUMMER  
KOMMER I  
april

KONTAKTA OSS – VI FINNS HÄR FÖR DIG!

ÖPPETTIDER I JUL? Se [forbo.se](http://forbo.se) för vad som gäller!

#### RING OSS

**Kundtjänst:** 031-746 50 00

Mån–ons 7.30–16.30

Tors 7.30–18.00

Fre 7.30–13.00

#### SERVICEANMÄLAN

Gör din serviceanmälan dygnet runt på **Mina sidor** på [forbo.se](http://forbo.se).

#### VID AKUTA FEL kvällar/helger:

Ring larmtjänst: 031-703 13 34.

#### TRÄFFA OSS

**Tidsbokning:**

Prata med oss när det passar dig bäst! Ring kundtjänst och boka en tid med din Förbovärd på ditt Förbokontor.

#### Öppet hus Förbokontoren:

Tis 9.30–10.30

Tors 15.00–18.00

**Obs!** Inget Öppet hus vecka 52 och vecka 1.

#### DITT FÖRBOKONTOR

**Mölnlycke, Landvetter, Hindås, Hällingsjö och Rävlanda**  
Badhusgatan 2B, 435 30 Mölnlycke, [harryda@foerbo.se](mailto:harryda@foerbo.se)

#### Balltorp, Lindome och Källered

Gamla Riksvägen 48B, 428 32 Källered, [molndal@foerbo.se](mailto:molndal@foerbo.se)

#### Lerum, Stenkullen, Gråbo, Floda, Tollered och Sjövik

Hällebergsvägen 1, 443 60 Stenkullen, [lerum@foerbo.se](mailto:lerum@foerbo.se)

#### Kungälv, Ytterby, Kärna, Kareby och Marstrand

Skolvägen 5, 442 50 Ytterby, [kungalv@foerbo.se](mailto:kungalv@foerbo.se)