

# förbo

MARS 2024 #1

SOCIAL HÅLLBARHET  
**Nytt samarbete  
med simskolor**

FÖRBO INFORMERAR  
**Vilket ansvar har  
du för din bostad?**

INSPIRATION  
**Tapettrender  
som står sig**

ERBJUDANDE

SIMSKOLA

Förbo sponsrar halva  
deltagaravgiften för  
hyresgäster.

# Plats för vinylkärlek



## Vår känslor i luften

**N**u ljusnar det allt tidigare och vi kan se fram emot vår och sommar. Unders mars och april sopar vi bort gruset i våra områden. För många av oss är det då också dags att förbereda våra cyklar för en ny säsong. Några tips kring hur du gör cykeln redo för våren och vad du kan tänka på för att förhindra att få den stulen hittar du på sidan 14.

I detta nummer förklarar vi mer om vilket ansvar du har som hyresgäst för att ta hand om din lägenhet. Att hålla rent och inte orsaka onödiga skador är inte bara något som låter som en bra grej, utan det är även en skyldighet du har som hyresgäst. Vill du göra ett eget projekt, som att måla om eller tapetsera, behöver du utföra det på ett fackmannamässigt sätt, så att även hyresgästen efter dig tycker att det ser fint ut. Har du önskemål om att sätta upp en ny vägg eller bygga en altan på uteplatsen måste du alltid vända dig till Förbo och be om tillåtelse innan du sätter igång!

Vi är glada att kunna berätta att vi kommer att sponsra deltagaravgiften för intensivkurs i simning för barn och unga i sommar. Läs mer om hur du säkrar en plats i reportaget på nästa sida!

Har du lite äldre barn kanske de har lust att sommarjobba hos oss i år? På [forbo.se](http://forbo.se) kan du läsa mer om vad ett sommarjobb hos oss innebär. Obs! Vi behöver ha in anmälan senast 31 mars.

Till sist vill vi påminna om att det på Mina sidor inte bara är möjligt att ställa in sökbevakningar på bostäder utan även på parkeringsplatser i ditt område. På så sätt får du ett mejl när det finns någon plats tillgänglig som passar dina önskemål. Har du inte upptäckt Mina sidor än så gå gärna in på [forbo.se](http://forbo.se) och klicka dig vidare. På Mina sidor kan du hitta och hantera det mesta som handlar om ditt boende hos oss.

**TREVLIG LÄSNING!**

HAR ORDET



**FREDRIK KRISTENSON,**  
kundstrateg på Förbo

På Förbo arbetar vi med ständig förbättring. Det innebär att vi hela tiden följer upp vårt arbete och vad ni hyresgäster tycker om våra insatser och vår service. Efter inspel vi får i vardagen och i vår kundundersökning tar vi fram åtgärder som ska göra kundupplevelsen hos oss på Förbo ännu bättre!

## Innehåll MARS 2024 #1



3

SOCIAL HÅLLBARHET

**Förbo + simskola = sant**

Anmäl ditt barn till intensivsimskolan i sommar. Läs mer i reportaget och på [forbo.se/simskola](http://forbo.se/simskola).

6

FÖRBO INFORMERAR

**Vilket ansvar har jag som hyresgäst?**

Vad kan du bli skyldig att återställa, och vad är okej att göra om i lägenheten?

LOKALHYRESGÄSTEN

**Vinylplattan är tillbaka**



10

Att ha en egen skivbutik var länge en dröm för Fredrik som jobbar som lärare. Följ med till den lilla butiken intill kyrkan på Marstrand och få musiktips som ger värkänsla!

**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  
Fredrik på Fridlyst music  
Fotograf: Markus Andersson

TRYCK  
Alfredssons

ANSVARIG UTGIVARE  
Hanna Holmström Tomic

### NYTT SPONSORSAMARBETE

Förbo inleder ett nytt samarbete med tre simskolor i våra kommuner i syfte att bidra till ökad simkunnighet hos unga. Det innebär att våra hyresgästers barn får möjlighet att gå en intensivkurs i simning i sommar, till ett rabatterat pris. Läs mer och boka en plats på [forbo.se/simskola](http://forbo.se/simskola). Antalet platser är begränsade.



Mölndals Allmänna Simsällskap, Actic Lerum och Kungälv's Simsällskap är med i samarbetet.

”

**Att se barn ta sina första simtag, det är helt underbart!**

**LISA**, simlärare på Mölndals Allmänna Simsällskap

# Alla barn ska få lära sig att simma

**SIMKUNNIGHET.** I vår inleder Förbo ett nytt samarbete med simskolor i Lerum, Mölndal och Kungälv. Förbobladet har träffat simläraren Lisa Nyqvist från Mölndals Allmänna Simsällskap och Tim Timborn, sponsringsansvarig på Förbo, för att höra mer om vad samarbetet innebär.

TEXT Anna Brakander FOTO Markus Andersson

**D**et är en förmiddag i januari och minus tio grader utomhus. Inne i Åbybadets nya simhall är det lugnt, varmt – och så fuktigt att fotografen får imma på kameran. Simläraren Lisa är 24 år och har jobbat med att lära ut simkunnighet sedan 2016, idag är hon vikarierande verksamhetsutvecklare. Hennes deltagare är barn och unga från två till tolv år samt unga vuxna para-simmare.

– Det bästa med jobbet är alla fina individer jag träffar! Att se barn som kommer hit och kanske ens aldrig varit i vattnet, till att de övervinner sin rädsla och tar sina första simtag, det är helt underbart!

Hon ser fram emot och tror på det nya samarbetet med Förbo.

– Det ger en go känsla och det är bra att fler kommer att kunna få möjlighet att lära sig att simma.

**DET SKA VARA EN SJÄLVKLARHET** för alla barn att kunna delta i simskola, menar Tim som är sponsringsansvarig på Förbo.

– Ekonomin ska inte behöva vara ett hinder i en så här viktig fråga. Vi är därför glada att kunna hjälpa till på detta sätt.

Förbo jobbar med hållbarhet ur flera olika

## FAKTA OM BARN OCH SIMNING I SVERIGE

**37%** av barn och unga mellan 4 och 17 år saknar simkunskap.

**24%** uppger att barnen lärt sig simma i skolan.

**51%** av alla barn har lärt sig simma i en simskola.



Källa: Svensk simidrott.

perspektiv och har tidigare stöttat föreningslivet i flera år. När avtalen gick ut ville vi tänka nytt och se över andra möjligheter som ger nytta för våra hyresgäster och samhället.

– Att bidra till att öka simkunnigheten, och därmed potentiellt rädda liv, är ett sätt för oss som samhällsaktör att verka för mer lika förutsättningar, menar Tim. Genom att betala halva deltagaravgiften hoppas vi kunna göra det möjligt för fler hyresgäster att anmäla sina barn till simskola. Särskilt nu i mer ekonomiskt strama tider känns det bra att bidra till att fler lär sig att simma.

**LISA MENAR ATT MÅNGA IDAG VET** att simundervisningen i skolan oftast inte är tillräckligt för att man ska lära sig att simma.

– På vissa skolor har de bara tre simtillfällen, det räcker inte. Har barnet dessutom föräldrar som inte kan simma eller inte har vana att vistas vid hav och sjö, då är det kanske inte helt självklart att simning är viktigt.

Lisa och Tim är överens om att det både ger ökad trygghet för föräldrar och gör mycket för ett barns självkänsla att få lära sig



**”  
Simkunnighet är en billig livförsäkring!**

TIM, sponsringsansvarig på Förbo

att simma. Att veta att man kan övervinna sin rädsla och bemästra något nytt kanske kan överföras till andra delar av livet.

– Och ta bara en sån sak att kunna följa med kompisarna och bada på sommaren, säger Lisa. Det var det bästa jag visste när jag var liten, att gå och bada var ju det som var sommarlov!

Hon kommer från en riktig simmarfamilj. Hennes syster tävlings-simmar och själv har hon fortsatt att simma sedan första babysimmet.



Det finns många simmärken att sträva efter. Det klassiska Simborgarmärket får den som klarar att simma 200 meter.

**LISA HAR MÅNGA BERÄTTELSE** från barn som hon mött och betonar vikten av att möta dem utifrån just deras förutsättningar.

– Vi tar det steg för steg och anpassar simundervisningen efter barnen. Säg att jag har tre som far som studsballar i vattnet och några som står vid kanten och fryser. Då handlar det mycket om att få med alla på deras villkor. En bra nybörjarövning är att klappa händerna i vattnet. Då får barnet vattenvana med kontroll och kan välja själv hur mycket det ska skvätta!

Hennes eget favorithopp är köttbulleddyk. – Man viker ihop hela sig som en köttbulle och rullar ner i vattnet. Den lär jag ut till barnen och jag tycker själv att det är riktigt roligt!

Hon berättar om ett barn som absolut inte ville doppa huvudet och var rädd för att släppa botten – men till slut övervann rädslan för vatten och tog sina första simtag.

– Hennes pappa satt på en bänk bredvid och sa tårögt: Det här har vi kämpat med så länge! ■

## INTENSIVKURS I SIMNING



För barn 4–9 år

Kanske är det i sommar ditt barn lär sig simma? Förbo erbjuder hyresgästers barn en sponsrad simskoleplats på en intensivkurs. Simskolan riktar sig till barn mellan 4–9 år och kurserna finns för olika nivåer. Vi står för halva deltagaravgiften och hoppas att många tar chansen att vara med!

### MÖLNDAL OCH HÄRRYDA

**Datum:** vecka 23–24, måndag till fredag (10 tillfällen), eftermiddagar

**Var:** Åbybadet, Mölndal

**Arrangör:** Mölndals Allmänna Simsällskap

### KUNGÄLV

**Datum:** 17–20 juni, 24–28 juni (9 tillfällen), tid ca kl 10–13 (beroende på grupp)

**Var:** Utesimbadet i Kungälv

**Arrangör:** Kungälv's Simsällskap

### LERUM

**Datum:** v. 23–27, två dagar i veckan (10 tillfällen)

**Var:** Vattenpalatset i Lerum

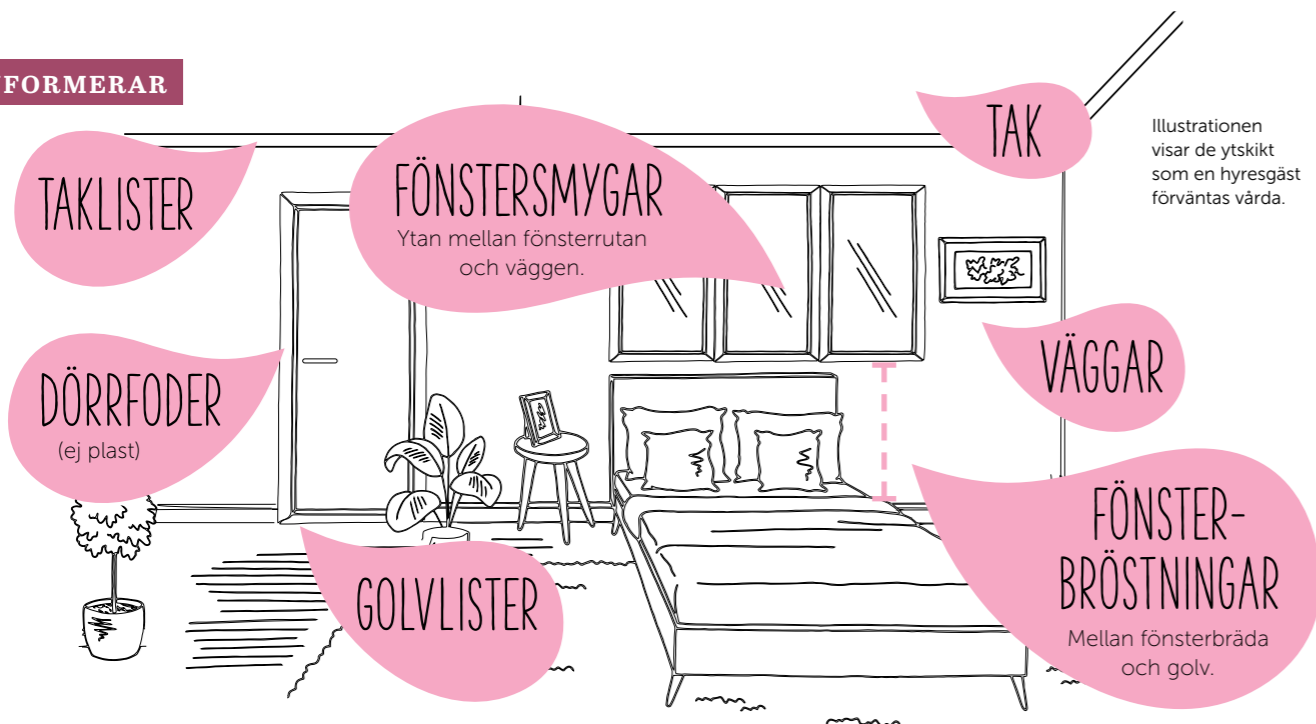
**Arrangör:** Actic

**Obs!** Anmälan till Lerum är avslutad men alla hyresgäster har fått information via Mina sidor.

### ANMÄL DIG PÅ FÖRBO.SE/SIMSKOLA

senast 10 april. Där hittar du även mer information och priser. Obs! Antal platser är begränsade och det är först till kvarn som gäller.

**Förbo sponsrar halva deltagaravgiften för hyresgäster!**



## Ta hand om din bostad!

**UNDERHÅLLSANSVAR.** Vad får jag lov att göra och vilket är mitt ansvar i lägenheten? Vad menas med eget underhållsansvar och fackmannamässigt utfört? Vi reder ut begreppen!

### Eget underhållsansvar – vad är det?

Alla som bor i hyresrätt har så kallad värdplikt, på Förbo kallar vi det för eget underhållsansvar. Det innebär att du är ansvarig för att ta hand om din lägenhet och se till att inga onödiga skador uppkommer. Du som hyresgäst är skyldig att ersätta din hyresvärd för skador som uppkommer om du agerar vårdslöst eller försumligt.

**Exempel 1:** Om en skada orsakats av personer som befinner sig i lägenheten på en hyresgästs inbjudan, som vänner eller hantverkare, kan du som hyresgäst bli ersättningskyldig.

**Exempel 2:** Ditt kylskåp läcker kondensvatten och du låter bli att anmäla det till Förbo. Om vattenskada uppstår blir du skyldig att ersätta för golvbyte och avtorkning.

### Vad innebär besiktning innan avflyttning?

Dina Förbovärdar gör en besiktning innan du flyttar, för att se att du tagit hand om lägenheten. Då tittar vi på väggar och golv och så att annat i lägenheten är helt och fungerar.

### Vad betyder fackmannamässigt utfört?

Arbetet ska utföras på samma sätt som om en professionell hade gjort det. Du får till exempel inte måla på golvlister eller i tak med väggfärg, sätta tapeter uppochner eller montera tapeter utan att mönsterpassa!

### Vad kan jag bli skyldig att återställa eller ersätta?

- Målning eller tapetsering som inte är fackmannamässigt utförd.

- Skador på väggar (exempelvis från katt).
- Många plugghål på väggarna, efter exempelvis tavlor och hyllor.
- Fettfläck på väggen vid sovplats.
- Om plåtar saknas till ugnen eller lådor saknas i kyl/frys.
- Om keramikhåll på spis är dåligt rengjord.
- Om något är skadat; som mattor, handfat eller innerdörr.

Du kan välja att själv återställa det som är skadat eller saknas, eller låta Förbo göra det och debitera dig för vad det kostar. ■



**DETTA ANSVARAR DU SOM HYRESGÄST FÖR**

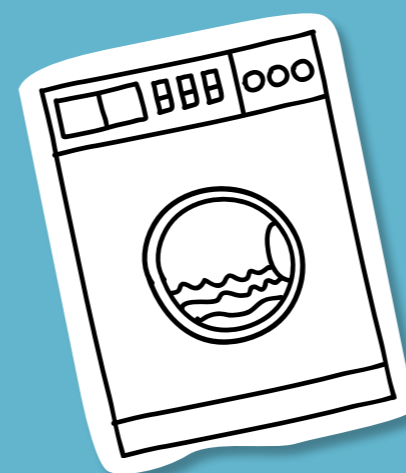
**Bostad, garage, parkering och förråd.** Den som hyr garage eller parkering ser till att städa och hålla rent och anmäla om något är fel.

**KOLLA ALLTID MED DIN FÖRBOVÄRD FÖRST** – om du till exempel vill sätta upp en vägg, eller bygga en altan eller ett staket.

## FÖR TRYGGA BOSTADSOMRÅDEN

Våra hyresgäster ska känna sig trygga där de bor. Vi gör själva regelbundna kontroller i våra områden och då är trygghet en viktig parameter. Det kan till exempel handla om belysning. Frågan om trygghet är något vi arbetar med i vår vardagsförvaltning och har i åtanke när vi befinner oss ute i området. Ibland gör vi även det vi kallar för trygghetsvandringar och då är det ofta tillsammans med andra aktörer, som kommunen och polisen.

Ett exempel är Lindome där vi genomförde en trygghetsvandring i december tillsammans med kommunen och Hyresgästföreningen. Vi gick då genom Lindome centrum, stadsparken och Tåbrovägen och tittade på belysning, halka, buskage, ojämnheter i asfalten och otrygga punkter. Det kom fram en del bra förslag som vi tillsammans arbetar vidare på!



## TVÄTTA/DISKA FULL MASKIN

**Pengar att spara.** Att tvätta en full maskin varannan dag istället för en halv maskin varje dag sparar cirka 750 kronor om året. Att diska en full maskin varannan dag istället för en halv varje dag sparar cirka 650 kronor om året.

## Klimatsmart vardag

Vi tänker inte alltid på hur mycket energi som går åt i vardagen till att tvätta, duscha och diska. Här är några tankeväckande exempel – och tips på vad du kan göra för att spara energi.

### STOPPA LÄCKAN

**En rinnande toalett förbrukar mellan 1000 och 7000 liter vatten per dygn.**

En läckande kran eller toalett kan kosta mycket, både i pengar och miljö, om det inte åtgärdas. En rinnande toalett kan på ett dygn förbruka mellan 1000 och 7000 liter vatten. På ett år kan detta bli så mycket som 2,5 miljoner liter.



**HJÄLP OSS ATT SPARA VATTEN** Kontakta dina Förbovärdar direkt om du har läckande kranar och toaletter!



### DUSCH ISTÄLLET FÖR BAD

**Varje person i Sverige gör av med 140 liter vatten per dygn.** 35 procent av detta beräknas vara varmvatten. Ett bad kostar ungefär 15 kronor att värma upp. En 3 minuters dusch kostar cirka 3,50 kronor.

### SPARA MED LED

**En LED-lampa använder cirka 70 procent mindre energi jämfört med glödlampen.**

Att byta en enskild glödlampa på 40 watt till motsvarande LED kan spara 230 kronor per år (om lampan brinner 8 timmar per dygn). Detta motsvarar över 50 mils körning med en elbil!



NY LAG 2024

## SORTERA MATFETTET

Sedan 1 januari får ätligt fett och oljor inte längre hällas ut i avloppet, utan ska sorteras som matavfall eller lämnas till återvinningscentral.



**Större mängder flytande fett och avsalnad matolja** (till exempel frytrolla) hälls med hjälp av en tratt i en plastflaska eller mjölkförpackning med kork och lämnas på kommunens återvinningscentral.

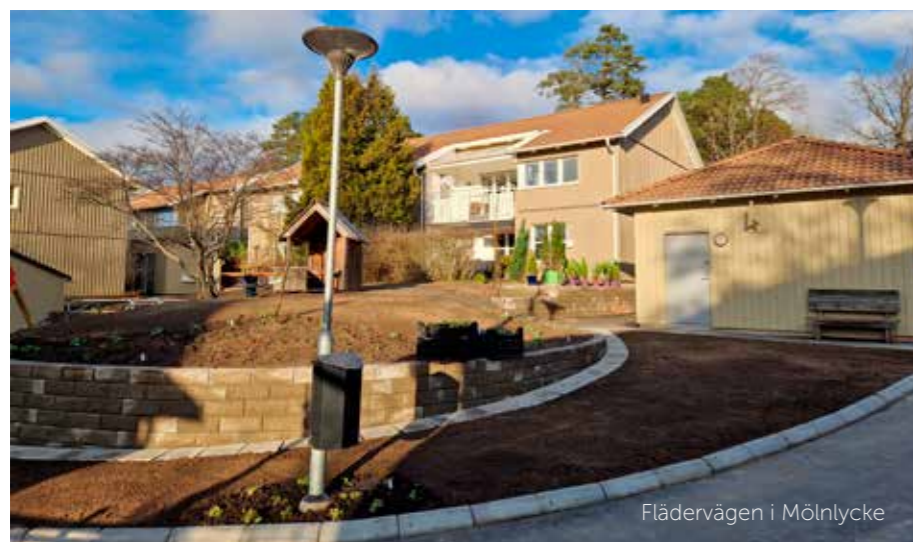


**Torka stekfett** ur stekpannor och kastruller noggrant med hushållspapper och släng pappret i matavfallet. Förutom att minska risken för stopp i avloppet bidrar du till att matfettet kan användas för att producera biogas.

**Mindre mängder fett** kan också samlas in tillsammans med matavfallet. Ett sätt är att låta fett stelnas i kylen, till exempel i en kopp. Det stelnade fett är lätt att skrapa ur och slänga i matavfallet.



Här syns ett axplock av allt som är på gång i våra bostadsområden. Via Mina sidor skickar vi ut aktuell information till dig om vad som händer i ditt område. **Gå in på Mina sidor via förbo.se**



Flädervägen i Mölnlycke

## HÄRRYDA

### SNYGGT AV ÅTERBRUKAT OCH NYTT

På Flädervägen i Mölnlycke är den kuperade gården nu både mer trivsamt och lättkött. En ny mur som tar upp en del av höjdskillnaden ger möjlighet till plantering. Vi har också byggt en ny lekplats. Istället för sand har vi kork som stötdämpande underlag under gungorna – ett önskemål från våra hyresgäster då sanden tyvärr ofta besökts av katter. Stort fokus har legat på återbruk och vi har bland annat återanvänt marksten som var i gott skick.

### UPPFRÄSCHAD UTEMILJÖ

Vi har asfalterat om gångstråken på Lingonvägen 8–18 i Mölnlycke, bytt ut cykelställen och utökad sittplatsen vid boulebanan.

### NYFIXADE GÅNGAR OCH PLANTERINGAR

Boråsvägen i Rävlanda har fått nya gångar till entrén, en ny planteringsyta och parkeringen har fått ny asfalt.



### NU ÄR UTEMILJÖN KLAR!

Utemiljön på Björkgården på Säteriet i Mölnlycke är nu färdigställd – den sista pusselbiten i en mångårig renovering av bostäderna i området.

## KUNGÄLV

### NY DRÄNERING OCH RABATTER

På Körsbärgsgatan på Koön har vi dränerat runt huset och samtidigt passat på att förnya utanför entrén med nya plattor, planteringar, cykelställ och sittmöjligheter.



## LERUM

### NYBYGGNATION PÅ GÅNG

Detaljplanen för det nya Höjdenhemmet på Höjden i Lerum har startat upp igen. Här planerar vi för ett nytt äldreboende och nya bostäder med en blandning av flerbostadshus och radhus.



### KLARA, FÄRDIGA, LEK!

På Drängseredsvägen i Lerum har alla lekredskap bytts ut och vi har gjort en ny sittplats i anslutning till lekplatsen. En stor släntplantering, som är själva entrén till området har fått nya växter.



## MÖLNDAL

### SOLKRAFT

På Täbrovägen renoverar vi taken och installerar Förbos största solcellsanläggning hittills. Snart kan fastigheten använda riktigt närproducerad energi!

## VÄRKÄNSLA! UNDER DET SENASTE ÅRET HAR VI OCH VÅRA ENTREPRENÖRER RUSTAT UPP UTEMILJÖN I FLERA OMRÅDEN.



### TIPS FÖR ODLING PÅ BALKONG

**Använd pimpsten när du planterar i krukor.** När pimpsten blandas med jord blir strukturen grövre och luftigare och fuktigheten blir jämnare. Dessutom väger det mindre än jord – en fördel om man ska flytta runt större krukor.

**Odling klättrväxter.** Det ger en ombonad känsla och balkongen blir som ett extra rum med gröna väggar. Det finns flera sorter som klarar att övervintra i isolerade krukor. Exempelvis murgröna som håller sig grön hela året om och klematis som blommar härligt under sommaren.

## GÖR VÅRFINT PÅ UTEPLATSEN

Nu är det dags att röja och göra fint på uteplatsen. Men vad gör man av skräpet?

### Detta slänger du i trädgårdsavfallet:

- Fallfrukt och avfall från köksträdgård och rabatter.
- Mindre kvistar och ris.
- Löv, gräsklipp och ogräs.

Det går ofta att beställa hämtning av trädgårdsavfall, se vad som gäller i din kommun.

### Detta slänger du på återvinningsstationen:

- Grova grenar, stubbar och fällda träd.
- Jord, lera, grus och sten.
- Stora mängder fallfrukt.
- Okomposterbart material, exempelvis snören, plastkrukor eller textil.
- Avfall från allmänna grösytor.
- Invasiva växter som jättebjörnlöka, jättebalsamin, parkslide och skunkkalla.

Var återvinningsstationen finns hittar du på kommunens webbplats.



### PUTS VÄCK MED GRUSET!

Under mars och april sopas gruset bort i alla våra områden – klart senast sista april. Att det inte görs tidigare beror på att det finns en liten risk för minusgrader även under vårmånaderna.

Entreprenörerna ser också över gräsmattor och rabatter, tvättar lekredskap och plockar bort nedfallna grenar.



### ÅNGSYTOR MED MER LIV

## HÄR BOR BIOLOGISK MÅNGFALD!



Kanske har ni sett att vi bland annat på Hulan och Säteriet slutat klippa gräset på stora ytor. Detta gör vi för att gynna den biologiska mångfalden, ge mer mat åt insekterna och skapa mer liv med vadjande gräs och blommor. Dessutom minskar vi utsläpp och buller från gräsklippare. Fler ytor kommer att få växa upp i våra områden och de slås en gång per år eller en gång vartannat år.

## BOTIPSET



ALEXIA,  
Förbovård i Kungälv

» Så här gör du för att felsöka själv om strömmen plötsligt går i din lägenhet. «

**OBS! Är det kylan eller frysen som är felet?**  
Då kontaktar du dina Förbovårdar.

## Vad gör du om strömmen går?

Ibland går elen plötsligt i din lägenhet. Då behöver du leta upp proppskåpet. Det brukar finnas i hallen eller i en garderob.

Beroende på var du bor ser proppskåpet olika ut: ett nyare **automatiskt med jordfelsbrytare**, eller ett äldre **proppskåp med porslinsssäkringar**. Båda känner av överbelastningar i elsystemet och om något trasigt är inkopplat bryts strömmen.

### FELSÖKNING I FYRA STEG:

Det här kan vara bra att ha till din hjälp: en pall att stå på, ficklampa (eller mobilens ficklampa) plus propp att byta (gäller äldre proppskåp).

1. Kolla om jordfelsbrytaren är utlöst eller vilken av säkringarna som har löst ut. Det finns oftast en märkning inne i skåpet som visar vilken säkring som går till vilken del i lägenheten.

2. Leta upp varför säkringen gick. Kan det vara så att du har flera maskiner igång, som går på samma säkring? Har du nyligen kopplat in något nytt? Kanske är kaffebyggaren eller brödrosten trasigt?
3. Dra ur sladden till den trasiga hushållsmaskinen.
4. För upp vredet på säkringen i proppskåpet eller byt ut proppen (nya proppar säljs i mataffären).

Skanna QR-koden med din mobil och se "Så gör du"-filmer på förbo.se



mitt område

”

Jag vill ge folk en annan anledning att hitta ut hit till ön, utöver segling och bad.

FREDRIK,  
vinylfantast

# Musikälskaren på Marstrand

KÄNSLAN ÄR ALLT. Tidigare höll en psykolog till i lokalen som nu är skivaffär. "Båda handlar ju om mående, musik kan påverka hur man mår", menar Fredrik som driver butiken Fridlyst music strax intill kyrkan på Marstrandsön.

TEXT Anna Brakander FOTO Markus Andersson

## PERSONLIGT

Namn: Fredrik

Gör: Jobbar som lärare och driver skivbutik Fridlyst Music på Marstrand.

Grejen med vinyl: "Det kan finnas låtar som inte kommer till sin rätt förrän man lyssnar på ett helt album och får låtarna i ett sammanhang."

Lyssnar på just nu: Tara Clarkin trio, Voice actor, Laurel Halo, Children maybe later, JJJulius, Jackson C Frank, Michael O'Shea, Dominique Lawalrée, Pip Proud och Tia Blake.

@fridlystmusic

Kanske minns du också hur det var att stå och bläddra bland vinylskivor i plastbackar? I alla fall om du är över 45 år. Men faktum är att det idag finns en ny generation av unga vinylfantaster och många artister ger idag ut sin musik både på streamingtjänster, cd och just vinyl. Det vet Förbos hyresgäst Fredrik, som har en kärlek till vinylplattor sedan högstadiet. Sedan ett par år tillbaka driver han en skivbutik intill kyrkan på Marstrand, till vardags jobbar han som lärare.

– De dagar som det kommer in folk i butiken och pratar lite och blir glada av vad de ser här är helt fantastiska. Dock, ekonomiskt går det inte riktigt ihop. I alla fall inte än.

NÄR VI HÄLSAR PÅ ÄR DET SENSOMMAR och musiken i högtalarna blandas med mäsarnas skri. Fina dagar flyttar Fredrik gärna ut en skivspelare och låter musiken höras på gatan. Han brukar också ha fika; hembakade kolakakor och kaffe. Öppettiderna varierar men det är öppet ungefär fyra dagar i veckan. Fredrik lägger ut information på sitt instagramkonto och berättar att det också brukar gå bra att boka ett besök.

– Jag vill inte ha för fasta tider, det är ju annat som ska hinnas med, familjen och så.

Att ha en skivbutik är en gammal dröm.

– Jag ville göra något annat på Marstrand, det är många liknande verksamheter här och ön förknippas kanske mest med segling.

INRIKTNINGEN PÅ BUTIKEN är alternativ musik i blandade genrer som indiepop/rock, ambient, electronica, lo-fi, experimental och



Butik och studio. Fredrik sjunger och skriver låtar till det egna indiepopbandet Fort Not. Hösten 2023 spelade bandet på Pustervik. Den tredje skivan kom ut på vinyl såklart och skivan fick fina recensioner.

dub. Många i exklusiva utgåvor. Både nytt och begagnat.

– Sjänt jag gillar själv! Men även om man inte känner igen allt, kan man få tips och bli överraskad.

Han tycker själv att det är tråkigt att köpa musik på nätet.

– Jag märker att kunderna uppskattar att stå här och bläddra bland skivorna och få en pratstund. En stamkund kommer in varje vecka och pratar lite.

– Det som är roligt med att ha skivbutik är återkommande kunder och samtalen. Alla har en relation till musik och många har fina minnen och roliga historier.

DE STÖRSTA TRENDERNA INOM MUSIK menar Fredrik är streaming – och vinyl.

– Medan streaming ofta är enstaka låtar gör vinyl att man får låtarna i ett sammanhang.

Han uppmanar folk att inte bara välja Spotify.

– Bandcamp och Soundcloud har ny och alternativ musik, och det går att köpa enstaka låtar. På nts.live hittar du massa bra musik!

Just innan vi säger hejdå kommer en ny besökare in: "Schyst affär, jag har aldrig sett en sån här affär med så spännande skivor. Jag hinner inte stanna så länge nu men jag måste komma tillbaka. Åh, den här gillar jag!" ■

Fredriks Marstrandstips! Konstkapellet – ett konstgalleri som ligger i en gammal biograf.



Förbovärd Henrik cyklar förbi och berättar att det var han som tipsade Förbo om Fredrik och hans skivbutik.

## KYRKOGATAN, MARSTRANDSÖN

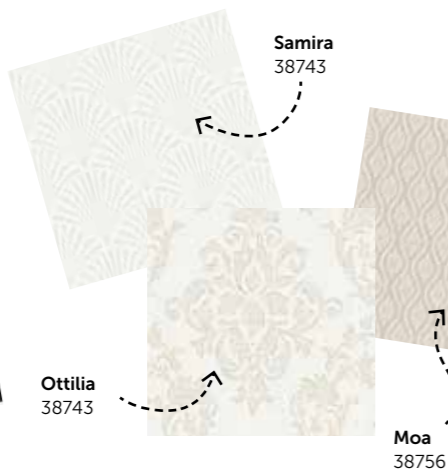
På skärgårdsön Marstrand med sina pittoreska, bilfria gator har Förbo 38 lägenheter. Marstrand är ett sommarparadis och en seglarmetropol, vilket resulterar i mycket turister och ett stort och varierat nöjesutbud.

Förbolägenheterna ligger utspridda i fem olika fastigheter, Kyrkogatan är en av dem. Förutom den gamla brandstationen inrymmer huset några lokaler och sex lägenheter.



# Hållbar trend

**KLÄ VÄGGEN.** En ny tapet är ett sätt att uppdatera rummet i vår. Vi pratar trender och hållbarhet med Boråstapeters Sissa Sundling och tipsar om hur du kan lägga till mer färg hemma på ett enkelt sätt.



## Classic luxury

En ny vurm för det lite tjugiga och eleganta. Att till exempel duka med vita linneservetter. Inspirationen kommer från Swedish Grace, 1920-tal och art deco. Det finns ett intresse för antiken och äldre tiders måleri syns i populärkulturen.

## PERSONLIGA HEM SKA STÅ FÖR HÅLLBARA TILLVAL

En del av Personliga hem är vårt tillvalskoncept. Sortimentet ska gälla under ett längre tag. Det ska inte vara känsligt för trender utan sortimentet ska stå sig i längden. Samtidigt vill vi att det ska finnas en variation och produkter som tilltalar många. Produkterna inom Personliga hem är av hög kvalitet och till exempel en tvättmaskin ska kunna användas flitigt av en stor familj under en längre tid. När du tecknar dig för en produkt inom Personliga hem ingår service från Förbo så länge du betalar för produkten. Sköt produkten rätt så håller den längre!

**SVÅRT ATT HITTA RÄTT?** Dina Förbovärdar hjälper dig gärna med smakeråd.

PERSONLIGA HEM



## Healing nature

En trend som pågått en längre tid, miljömedvetenhet är idag en självklarhet. Temat nu är att se naturen och dess läkande kraft. Vi vill sakta ner och minska intryck från exempelvis sociala medier.

Tapetproverna på uppslaget finns som tillval i Personliga hem. Foto: Boråstapeter.

”

Tapeter påverkar ett rum mycket och du kan själv skapa en speciell stämning.

SISSA om varför hon älskar tapeter



## ADDERA FÄRG HEMMA FÖR EN BILLIG PENG

**1. Ton i ton.** Använd gärna flera nyanser som går ton i ton. Färgerna kompletterar varandra ger ett harmoniskt intryck.

**2. Textilier.** Byt ut kuddarna och pläden i soffan. Den händige syr sitt eget kuddfodral av tyg du ropat hem på Tradera eller köpt på loppis!

**3. Uppåt väggarna.** Ett par nya posters på väggen skapar en helt annan känsla. Nu är realistiska målade motiv populära. På second hand brukar det finnas fina tavlor till en billig peng.

Årets färg!

"Peachy fuzz" är årets trendfärg 2024.



## Folklore

En nytolkning av vårt svenska allmogearv. Tänk Karin och Carl Larssons stil, det enkla och genuina. Vi värnar det lokala och unga influencers tycker att gamla dalmålningar är coola!

Rum Sonja 38761



## SISSA TIPSAR!

**En mönstrad tapet kan ge ett lugn,** eftersom ögat har något att vila på. Jämfört med en helt vit vägg där blicken flackar och kanske fastnar på någon detalj, som en ljusknapp eller fläck.

**Du behöver inte hitta "exakt rätt kulör".** Även om en grå nyans på en soffa skiljer sig från den grå i tapeten blir det fint ihop! Våra ögon och hjärna fungerar så att vi läser ihop ting och det kommer att matcha.

Med tapeter blir rummet varmare och trevligare.



SISSA SUNDLING,  
Head of design Boråstapeter

## TAPETER FÖRÄNDRAR KÄNSLAN I ETT RUM

– Det blir mer ombonat. En vägg med tapet känns varmare rent fysiskt och akustiken blir bättre, det ekar mindre.

### Berätta om en tapet du minns!

– Min barndoms halltapet är från 1969 med färgglada blomstertuor på en grön botten. Den blev jag glad av varje dag när jag kom hem. Jag har just flyttat in i mitt barndomshem och tapeten hänger faktiskt kvar!

### Hur har ni tänkt kring hållbarhet i kollektionerna Borosan Bas och Borosan Hem, som ingår i Förbos tillval?

– Tapeterna ska vara långlivade och klassiska. De ska fungera i många år och för många olika slags hem och stilar. Vi har lagt ned mycket research och jobb för att hitta färger och mönster som man inte tröttnar på, och på så sätt förlänga livslängden på kollektionerna. Utbudet är uppdelat i Borosan Bas (enfärgat i milda nyanser) och Borosan Hem (något mer mönster och ibland lite struktur). Vi vet att även nyanser som beige och ljusgrått förändras med trenderna. Därför har vi försökt att göra dem så neutrala som möjligt, så att de ska kännas aktuella i många år.

### FYRA RÅD INFÖR TAPETSERINGEN:

- Neutrala och nedtonade färger är svårare att tröttna på, men även där finns många kulörer att välja bland.
- Tänk på vilket håll fönstret vetter mot. **Norrläge:** välj en varmare nyans, norrljuset är väldigt kallt. **Mot söder** passar kallare nyanser som vitt och grått.
- Ta med tapetprover hem, så kallade bobiner. Häng upp och känn efter.
- Ett litet rum behöver inte ha vita väggar! Rummet upplevs ofta större med en tapet i en ton som lyfter fram de vita vita listerna.

säsongs  
vår

## STOPPA TJUVEN

## Minska stöldrisken

**LÅSA:** Köp ett godkänt lås utöver tillverkningslåset.

**REGISTRERA:** skriv ner ramnumret. Vid stöld ange numret till polisen som får lättare att identifiera cykeln.

**SPÅRA:** en GPS-tracker kan placeras i exvis styrröret.

**STÄLLA:** lås fast cykeln i både ram och hjul. Ta in den över natten.

**MÄRKA:** DNA-märkning hjälper polisen + ökar chansen att få tillbaka din cykel vid stöld.

**TA MED:** elcykelbatteri och lösa cykelväskor. Att ta med sadeln har också effekt.

Källa: Stöldskydds föreningen



## Älskade cykel

**VÄRÄVENTYR.** Det är många som upptäckt friheten med att cykla. Vi tipsar om hur du tar hand om den – och vad du kan göra för att minska stöldrisken.

## VÅRSTÄDNING

## 1, 2, 3 – klart!

- **Tvätta cykeln** med ljummet vatten och en borste. Undvik starka avfettningemedel. **Rengör kedjan** och torka av med en trasa. Olja in och se så att den är lagom spänd.
- **Kolla belysning** och att reflexer är hela och rena. **Se till så att bromsar fungerar** och att styret inte sitter löst.
- **Dra åt muttrar, skruvar** – kom ihåg att pedalerna är gängade åt fel håll. Om hjulet är skevt, om växlarna hoppar eller om bromsarna tar dåligt – lämna in cykeln hos cykelfackhandlare för service. **Till sist: Pumpa däcken.**



KÄLLA: svenskykling.se

”

Att cykla är frihet. Slippa bilköer och passa busstider. Det är mysigt att ta på regnkläder och susa igenom vårregnet!

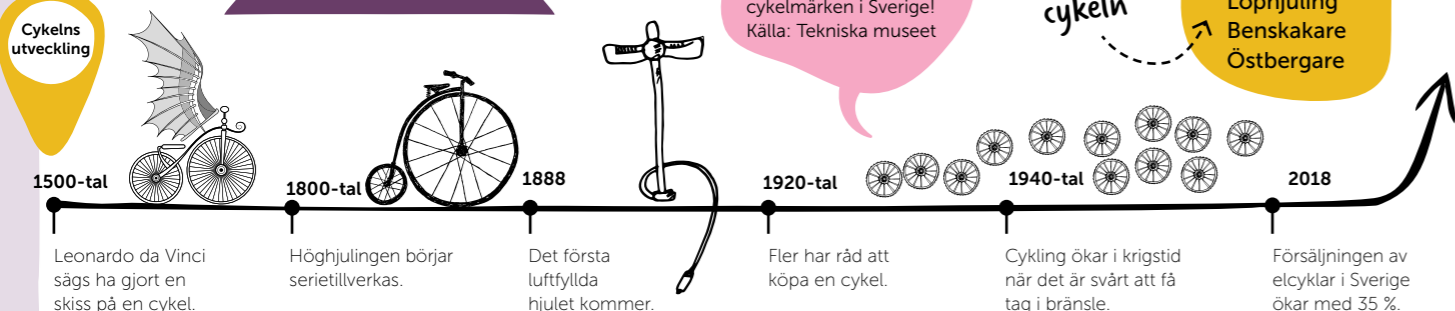
ANNIKA, tar elcykeln 9 km till jobbet



SÅ FRÄMJAR FÖRBO HÅLLBART RESANDE

Vi vill underlätta för cyklister och cyklande. Därför har vi alltid cykeln som färdmedel i åtanke när vi bygger nytt och planerar för nya områden.

## VISSTE DU ATT...



FÖRBO SVARAR



**HELEN GÅRDH**  
Chef verksamhets-  
styrning på Förbo

» Vad är det som gör att hyrorna höjs, kanske mer än vanligt i år? Vilka faktorer påverkar hyressättningen? «

HUR FUNKAR HYRES-  
SÄTTNINGEN?

## Hur påverkar omvärlden Förbos hyror?

Det är många saker som påverkar. Exempelvis höjda el- och driftkostnader, bankernas stigande räntor och andra kostnadsökningar till följd av inflationen. För att vi ska kunna ta hand om våra hus och bostäder och fortsätta att vara en bra hyresvärd behöver vi öka våra intäkter, det vill säga hyran.

## Vad blir dyrare för Förbo?

Det är saker som snöröjning och gräsklippning, städning av trapphus och tvättstugor, uppvärmning av lägenheter, avfallshantering, belysning i exempelvis trapphus, tvättstugor, källare och utomhus. Även kostnader för renovering och underhåll av våra bostäder ökar.

## Hur går det till när hyran sätts?

Varje år förhandlar vi med Hyresgästföreningen om årets hyreshöjning. Sedan förra året förhandlar vi efter den så kallade trepartsöverenskommelsen mellan Sveriges Allmännyttas, Fastighetsägarna Sverige och Hyresgästföreningen. Det innebär att hyresutvecklingen bygger på fem faktorer: lokala avgifter (el, värme, avfall, vatten och avlopp samt förvaltnings- och underhållskostnader), räntor, BNP, BNP per capita samt inflation exklusive hyror. I förhandlingen tar man även hänsyn till den samhällsekonomiska utvecklingen på orten och väger in hyresgästens perspektiv.

## Hur och när får jag reda på min nya hyra?

Du ser din nya hyra på Mina sidor, på din hyresavi och via Kivra. Din nya hyra ser du på din avi för mars. Eftersom hyreshöjningen gäller från 1 januari så kommer höjningen för januari och februari portioneras ut på hyran för mars och april.



## När pengarna räcker till mindre

Kostnaderna i samhället har ökat stadigt senaste tiden – för många påverkar det privatekonomin.

Även Förbos kostnader som till exempel taxor för vatten, avfallshantering och andra driftkostnader har gått upp. Årets hyreshöjning är nu beslutad och den landade på i snitt 5,4 procent. Det är en högre hyreshöjning än vad vi på Förbo brukar ha. Det är ett ansträngt läge i samhället och vi är medvetna om att hyreshöjningen kan vara tuff för många. Samtidigt behöver vi se till att vi kan förvalta våra fastigheter och upprätthålla vår service till dig som hyresgäst.

Är du i behov av ekonomiskt stöd finns det hjälp att få, kontakta oss direkt om du har problem med att betala din hyra. Kanske finns det också saker du själv kan se över för att göra situationen enklare?

## Planera och prioritera din budget

Se över dina prioriteringar och vad du behöver fokusera på för att få ekonomin att gå ihop. Har du möjlighet så är det bra att ha en buffert för oförutsedda händelser.

## Rådgivning via kommunen

Alla våra ägarkommuner, Härryda, Mölndal, Lerum och Kungälv har kostnadsfri budget- och skuldrådgivning där du kan få information och praktiska råd och tips om din privatekonomi. Exempelvis kan du få hjälp med att göra en hushållsbudget, planera din budget för att hitta lösningar på betalningsproblem, få bättre villkor hos kreditgivare och annan budget- och skuldrådgivning. ■

MER INFORMATION  
PÅ KOMMUNERNAS  
WEBBPLATSER

Sök på budget-  
och skuldrådgivning så  
hamnar du rätt.

## NIO SMARTA SPARTIPS

1. **Skaffa koll på din ekonomi.** En budget ger dig bättre överblick över dina kostnader.
2. **Se över boende- och uppvärmningskostnader.** Kanske kan du sänka inomhustemperaturen någon grad? Byt till energieffektiva lampor.
3. **Se över avtal** för tv, internet och mobil, kan du säga upp något eller ringa/surfa billigare?
4. **Planera maten och laga mat hemma.** Gör gärna en veckomatsedel.
5. **Se över transportkostnader.** Kanske blir det billigare att ta kollektivtrafik istället för bil, eller kan du cykla eller gå?
6. **Se över försäkringar.** Är du dubbelförsäkrad? Jämför försäkringsbolag!
7. **Köp så lite nytt som möjligt.** Du kanske kan låna eller köpa begagnat – bra för både plånboken och miljön.
8. **Se över dina lån.** Kanske kan du samla alla lån till ett och få en bättre ränta?
9. **Om du är skyldig pengar** – fråga om det finns andra sätt att betala. Kanske går det att göra delbetalningar eller stoppa räntor?





# Välkommen vår!

När våren spirar i ljusgrönt och dagarna blir längre kan det vara härligt att komma ut och njuta. Det finns gott om naturupplevelser i närheten av våra bostadsområden.

Här tipsar vi om några av dem.

## Våriga utflykter



Foto: mariehojd.com

### MARIEHÖJD SMØRREBRØDS CAFÉ, LERUM

På Drängseredsvägen i Floda kan du besöka ett charmigt café och njuta av danska smørrebrød i en vacker omgivning vid sjön Sävelången. Öppettider tors–sön från kl. 12.00.

### VITSIPPPROMENAD STENKULLEN–FLODA, LERUM

Vacker stig genom Sävåns naturreservat längs ån som ringlar genom naturreservatet förbi gamla broar och kulturminnen. Från södra perrongen på Stenkullen station finns skyltning mot reservatet och stigen ner till ån. Det finns många picknickplatser på vägen.

### TRANKÄRRSLINGAN, KUNGÄLV

Ta en härlig vårpromenad längs den 4 km långa Trankärrslingan med utsiktsplats och Trankärrs Gärd med anor från 1500-talet. Området är känt för sitt rika fågelliv – tranor, hackspett, sjärtmes och morkulla.

### RÅDA HEMBYGDSFÖRENING, MÖLNLYCKE

Gör ett besök på den gamla hembygdsgården i Solsten i norra Mölnlycke. Gården byggdes 1849 och där finns även ett museum som är öppet på tisdagar kl. 9.00–13.00. På gården kan du också se en modell av hur Mölnlycke såg ut 1935.

## Arrangemang



Foto: harryda.se

### FÖRELÄSNING "LIVSVIKTIGT", MÖLNLYCKE 18 april, kl 18.00–19.15, Mölnlycke kulturhus

Tillsammans med Härryda kommun arrangerar Studieförbundet Vuxenskolan en föreläsning med Kajjan Andersson om kroppspositivt förhållningssätt till barn. Föreläsningen är gratis. Begränsat antal biljetter, bokas på [sv.se](http://sv.se) som är vuxenskolans hemsida.



Foto: molndal.se

### BLI VOLONTÄR – INFOMÖTE, MÖLNDAL 15 maj, kl 18.00–19.00 Mötesplats Åby

Som volontär bidrar du med dig själv, dina erfarenheter och din fritid. Du kan ställa upp på flera olika sätt, kanske vill du hjälpa personer träna svenska på språkcaféet? Eller vara volontär på ett arrangemang? Anmäl dig till informationsmötet på [molndal.se](http://molndal.se)

### RIKSFOTOTRÄFFEN 2024, LERUM, 18–19 maj

Se spännande bildföredrag och årets Riksfotoutställning där medlemmar från Sveriges alla fotoklubbar kan delta. Mer info på [lerumsfotoklubb.se](http://lerumsfotoklubb.se).

### SPRÅKCAFÉ PÅ MIMERS HUS, KUNGÄLV Fredagar t o m 14 juni, kl 13.30 och kl 15.30

På språkcaféet fikar man och övar på att prata svenska. Det bjuds på kaffe och te. Entréhallen, ovanför caféet i Mimers Kulturhus.

NÄSTA  
NUMMER  
KOMMER I  
juni

## KONTAKTA OSS – VI FINNS HÄR FÖR DIG!

### SERVICEANMÄLAN

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

### RING OSS PÅ 031-746 50 00

Samma nummer dygnet runt. Mellan 7.45–9.15 finns möjlighet att en Förbovärd besvarar ditt samtal.

### TRÄFFA OSS

#### Tidsbokning

Prata med oss när det passar dig bäst! Ring och boka tid med din Förbovärd.

#### Öppet hus på Förbokontoren

Tis 9.30–10.30  
Tors 15.00–18.00

### 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)