

Nu
MED FLER LOKALA SIDOR

TIDNINGEN FÖR DIG SOM ÄR HYRESGÄST HOS FÖRBO

förbo

#3
OKT
2017



FREDRIK TRIVS I LANDVETTER CENTRUM

Med passion för sura degar

3

TEMA TRYGGHET

Vårt mål: Trygga, säkra områden

7

DINA LOKALA SIDOR

På gång just nu i ditt område

11

SÄSONG HÖST

Tips för åretrunt-cyklister

förbo

Hej höst!

Vårt arbete följer naturens gång; nu på hösten samlar vi in erfarenheter vi fått under året, vi ser till att göra klart till årets slut och vi förbereder oss för nästa år. Och naturen erbjuder även fina möjligheter att vara ute och att få tid till eftertanke.. Jag hoppas att du har möjlighet att njuta av skog och mark som oftast ligger precis runt hörnet i våra områden.

Du vet väl att det finns många sätt att påverka ditt boende? Det enklaste är att ta kontakt med oss direkt. Att svara i våra kundundersökningar är också ett bra sätt att tala om vad du tycker fungerar bra och vad som behöver bli bättre. I senaste mätningen kunde vi se en hel del framsteg bland annat när det gäller servicen, vilket gläder mig. Men jag såg också hur viktig tryggheten är för alla våra hyresgäster. Vi har inför detta nummer av FörboBladet träffat kommunpoliserna Linda och Niklas och talat om vad som påverkar tryggheten i ett bostadsområde och hur vi kan bidra till att öka tryggheten.

Ett annat sätt att påverka i området är att delta i de lokala hyresgästföreningarnas arbete. De är väldigt viktiga representanter för hyresgästerna och vi har ett nära samarbete. Jag träffade nyligen Olof och Inge för ett samtal om vilka möjligheter vi har tillsammans att utveckla hyresrätten.

Välkommen till höstens nummer av FörboBladet!

PETER GRANSTEDT
VD, FÖRBO



INNEHÅLL #3/OKT/2017

3 Tema: Trygghet och säkerhet

Träffa kommunpoliserna Linda och Niklas ute i bostadsområdet.

6 Testa din brandvarnare!

Fakta och kunskap om brandrisker i hemmet.

7 Mitt område

Pågående projekt och aktiviteter där du bor.



11 Åretrunt-cyklist, javisst!

Vi bjuder på tips för höstens sköna cykelturer.

12 Höstmys hemma

Ljussättningen som sätter stämningen i höst.

14 Min gata i Landvetter

Bagaren Fredrik är nöjd med att både bo och arbeta här.

Trygga hem



Områden att trivas i

Vad är trygghet? Svaret varierar beroende på vem man frågar, trygghet är en upplevd känsla. På Förbo vill vi att våra hyresgäster ska känna sig trygga och samarbetar därför med kommuner, Polisen och våra hyresgäster i frågan. Vi träffade kommunpoliserna Linda och Niklas, tillsammans med några hyresgäster, för att prata mer.



FÖRBOBLADET

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

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

ANSVARIG UTGIVARE
Marie Keidser von Heijne

REDAKTION
Marie Keidser von Heijne,
Peter Söderlund och Anna Granander,
Förbo. Anna Brakander och Pernilla
Rejvik, Circus Communication

PRODUKTION
Circus Communication

ILLUSTRATIONER
Rebecca Elfart, Rebelform

OMSLAGSFOTO
Stenugnsbagaren Fredrik
Fotograf: Markus Andersson

TRYCK
Alfredssons

förbo

TEXT Liza Egbuna
BILD Markus Andersson

Många sätter likhetstecken mellan trygghet och antal anmälda brott. Men forskningen visar att det inte alls behöver hänga ihop, säger kommunpoliserna Niklas och Linda i bland annat Mölndals och Härryda kommun.

– Det kan hänga ihop, fortsätter han. Men i Göteborg känner sig folk som mest trygga omkring Avenyn fastän det statistiskt händer många brott i området. Mest otrygg känner man sig i vissa industriområden där det sker väldigt få brott, fortsätter han.

TRYGGHET HANDLAR med andra ord om en upplevd känsla. Kommunpoliserna arbetar tillsammans med kommuner och stadsdelar med brottsförebyggande och trygghetsskapande åtgärder. Som en del i detta arbete har polisen, oftast tillsammans med kommunen eller stadsdelen, lämnat ett så kallat medborgarlöfte. Där utgår man från en lokal lägesbild och sätter särskilt fokus på ett problemområde.

– Vi har haft medborgardialoger i flera av de områden där Förbo finns och pratat med människor om trygghet. Kommuner har även skickat ut enkäter till kommunens anställda och till medborgarna och frågat vad de vill ha och vad de tycker. Utifrån svaren har vi skapat medborgarlöften i de olika kommunerna, berättar Linda. (Vilket medborgarlöfte som gäller för din kommun hittar du på Polisens hemsida.)

ÄVEN OM KOMMUNERNA har fått ett större ansvar när det gäller att trygga bostadsområdena anser Linda att det är allas vårt

Sirkka tycker att det är bra att polisen har ökat sin närvaro i området. "Det ger en väldig trygghet. Och dessutom har vi fått jättebra belysning så det lyser starkt på kvällarna, och Förbo är duktiga på att klippa buskar och sådant", säger hon.



ansvar att skapa ett tryggt samhälle.

– Det handlar inte om att vara ute och vakta, men man har ett ansvar att sköta sin omgivning och inte fördärva den eller skräpa ner, för det skapar oerhört mycket otrygghet. Jämför en nedklottrad tunnel med en upplyst ren tunnel. Det är som natt och dag, menar hon.

Bra att veta

HIT VÄNDER DU DIG OM NÅGOT HÄNDER:

112

SOS Alarm nödnummer. Hit ringer du när det gäller liv och hälsa, pågående stölder, misshandel med mera.

114 14

Polisens tipstelefon. Hit ringer du om du vill tipsa om något du sett.

POLISEN.SE

Här kan du också göra anmälningar. Välj "Kontakt" längst upp till höger i menyn och sedan "Tipsa polisen".

KOMMUNPOLIS

Kontakta din kommunpolis för lokala polisiära ärenden. Se sidorna "Mitt område" i detta nummer!

JUST ATT HÅLLA RENT i bostadsområdena och till exempel klippa buskar, är sådant som Förbo arbetar aktivt med.

– Vi har jobbat mycket med belysningen i vårt område och försöker hålla nere buskage så de inte blir för höga, säger förbovärderna Wassim som arbetar i Mölnlycke. Vi har dessutom olika tillval till lägenheten inom Personliga hem som har med trygghet och säkerhet att göra, fortsätter han.

UNDER VÅRT SAMTAL kommer ämnet grannsamverkan upp. Det är ett samarbete med lokal polis för att minska vardagsbrottsligheten. En av hyresgästerna upplever att det har blivit tryggare sedan de införde grannsamverkan i området.

– Det kan vara en del i att öka tryggheten. Att lära känna varandra och inte vara anonym kan göra stor skillnad. Enligt en undersökning från BRÅ (Brottsförebyggande rådet) har ett område med fungerande grannsamverkan upp till 26 procent mindre risk att drabbas av inbrott, säger Niklas.

– Att överhuvudtaget ha en bra dialog är viktigt, till exempel genom lokala hyresgästföreningar, menar Linda. Ett enkelt "hej" bryter också anonymiteten och är ett lätt knep som ökar tryggheten. Jag brukar själv prova det – att le och säga hej till folk. Det är helt otroligt vilken respons man får! ■



Kontaktinformation till din kommunpolis hittar du på sidorna "Mitt område"



Marianne är ofta ute med sin hund i skogen runt Solstengärdet i Mölnlycke och känner sig trygg i området. Någon gång har hon anmält skadegörelse till kommunen och då har det blivit återställt efter några dagar. "Att se att det blir åtgärdat ger mig en trygghet", säger Marianne.

8 ENKLA TIPS FRÅN POLISEN



Kommunpoliserna Niklas och Linda tipsar om vad du själv kan göra för att känna dig mer trygg.

- HÅLL RENT OCH FRÄSCHT.** Ett rent område känns trivsammare än om det är skräpigt och finns en massa klotter.
- HÄLSA PÅ DINA GRANNAR.** Att säga "hej" bryter anonymiteten och gör att du känner dig säkrare.
- SPRID INTE RYKTEN** på sociala medier. Där cirkulerar en hel del saker som inte är sanna. Var källkritisk och dela inte vidare.
- BOR DU PÅ MARKPLAN,** ha inte datorer, mobiltelefoner eller annat stölbegärligt liggande synligt.
- LÅT INTE BUSKAR VÄXA UPP** så att fönster och dörrar blir undanskymda, då ökar risken för inbrott.
- LÅS DÖRREN** även när du är hemma. Värdesaker och nycklar som ligger precis innanför dörren går snabbt att rycka åt sig.
- HA INTE HANDVÄSKOR** liggande i rullator- eller i cykelkorgen. De blir då ett enkelt byte.
- FÖRVARA PLÅNBOK,** mobiltelefon och nycklar i en innerficka eller liknande, om det är möjligt.

Tillval för säkerhets skull

Om du vill öka säkerheten i din lägenhet finns flera tillval att välja mellan inom Personliga hem.

Säkerhetsdörr. Ger extra skydd vid brand och minskar ljud från trapphusen.

Dörröga. Monteras i dörren och gör att du kan se vem som står utanför.

Dörrspärr. För innersida på entrédörr.

Niottillhållarlås. Ett säkert extralås för ytterdörr. Låsets hakregel kopplar ihop dörr och karm och gör det svårt att bryta upp dörren.

Nyhet! Kodlås. Sluta leta efter nycklar och läs upp dörren med en kod. Koden kan kombineras med en nyckelbricka för högsta säkerhet.

Lås till altandörr. Låsbart handtag för invändig låsning av altandörrar.



Kan även beställas som paket
Niottillhållarlås, dörröga och dörrspärr.



Läs mer på vår hemsida eller titta in på ditt förbovärdskontor för att få mer information.

Här har vi samlat fakta och kunskap kring hur du förebygger brand – och vad du gör om olyckan skulle vara framme. Vi har också hittat några stilfulla prylar som skyddar mot brand.

Säkra hemmet mot brand



Brandsläckare, för mindre utrymmen. Pulver, 2 kg. Icahemma.se, 249 kr.



Brandvarnare Jalo Lento, finsk design, flera färger. Bygghemma.se, 395 kr.

Släcker de flesta mindre bränder

Brandsläckare, för mindre utrymmen. Pulver, 2 kg. Biltema, 199 kr.



Solstickan Brandfilt, i stilfull ställåda. Royaldesign.se, 395 kr.

Brandfilten släcker mindre bränder så som Kastrullbrand.



Brandvarnare Kupu, finsk design. Formofunktion.se, 335 kr.

PRAKTISKA TIPSET!

Testa din brandvarnare varje år – den räddar liv

I alla Förbos lägenheter sitter det en brandvarnare. Det är viktigt att du testar funktionen då och då. Behövs nytt batteri till brandvarnaren? Hämta på ditt förbovårdskontor.



ANETTE TIPSARI!

Se filmen om hur du enkelt testar brandvarnaren på vår hemsida eller youtubekanal.

Om det skulle börja brinna



1. RÄDDA Försök att släcka branden. Om det inte går, stäng dörren till rummet där det brinner och lämna lägenheten. Stäng ytterdörren. Om lägenheten är rökfylld, kryp under röken – den är giftig.



2. VARNA Varna andra som är i närheten. Tänk på att barn kan gömma sig under sängar och i skåp.



3. LARMA Ring 112 och berätta vad som hänt och var. Möt Räddningstjänsten och visa var det brinner!



4. SLÄCK Ta inga onödiga risker om du försöker släcka elden själv. Spruta på glöden och inte på lågorna. Spruta aldrig vatten på strömförande ledningar.

Korta fakta om brand och brandsäkerhet

- **VARJE ÅR INTRÄFFAR** flera tusen bostadsbränder som är så allvarliga att räddningstjänsten larmas.
- **KVARGLÖMDA LEVANDE LJUS** orsakar många onödiga bränder. Blås ut ljusen när du lämnar rummet!
- **BRAND I KASTRULL** eller stekpanna på spisen kan spridas via spisfläkten. Rengör fläkten med jämna mellanrum.
- **HÅLL TRAPPHUS RENA** från brännbart material.

mitt område



Lokal information för dig som bor på

SÄTERIET

RESULTAT FRÅN KUNDUNDERSÖKNINGEN • PÅGÅENDE PROJEKT • AKTIVITETSPARKEN • UPPTÄCK MER!

Var med och påverka!

Att vara med i en lokal hyresgästförening är både viktigt och roligt. Det tycker Olof och Inge som varit med länge.

TEXT Liza Egbuna BILD Markus Andersson



Exempel på sådant som du som hyresgäst kan vara med och tycka till om är trivsel, utomhusmiljö och ökad trygghet.

Är du intresserad av att engagera dig i en hyresgästförening? Ett gott råd från rutinerade medlemmar är att inte ta på sig för mycket i början och vara med på sina egna villkor.



Vi träffade Förbos VD Peter Granstedt och hyresgästerna Olof och Inge för ett samtal om hur du som hyresgäst kan påverka.

Många har åsikter om vad som borde göras eller inte göras i deras bostadsområden. Vi på Förbo vill att våra hyresgäster ska trivas. Därför arbetar vi tillsammans med lokala hyresgästföreningar och är lyhörda för vad som kommer fram, inte minst i de kundundersökningar som våra hyresgäster svarar på.

Förbobladet träffade Olof och Inge tillsammans med Förbos VD Peter Granstedt för ett samtal om hyresgästföreningar. Inge har varit engagerad sedan mitten av 80-talet med ett kort uppehåll på något år. Just nu är hon med i Täbro i Lindome. Olof har varit engagerad i cirka 15 år och är med i Vallen i Mölnlycke.

– Att jobba ihop i en grupp är trevligt, samtidigt som det arbete vi gör är viktigt. Vi gör nytta för de boende! Jag skulle dock gärna vilja se fler yngre i våra föreningar, säger Olof.

Saker som hyresgästerna kan vara med och påverka varierar.

– Vi kan påverka utomhusmiljön, trivselen och tryggheten i områdena bland annat. Till exempel genom att tala om var träd och buskar behöver beskåras, säger Inge.

RÅD OM DU VILL ENGAGERA DIG:

- Håll utkik i brevlådan eller på anslags-tavlor för information om när nästa boendemöte och medlemsmöte hålls.
- Delta på ett möte först för att se hur det är.
- Ta inte på dig för mycket från start, utan börja försiktigt.
- Gör det inte större än vad det är – hur mycket du vill engagera dig kan du till stor del avgöra själv.
- Att kunna vara med och påverka är både roligt och spännande.

De lokala hyresgästföreningarna är också viktiga samarbetspartners för Förbo. – Får vi en bred uppslutning har vi större möjlighet att förändra, säger Peter Granstedt, VD på Förbo, och fortsätter: – En aktuell fråga som engagerar många kan fungera som ett startskott för en ny förening. För oss är det viktigt att hyresgästföreningarna finns. Det är tillsammans som vi kan göra skillnad och då måste vi ha någon att göra det tillsammans med!



VAR MED OCH PÅVERKA

Genom Hyresgästföreningen kan du vara med och påverka i ditt kvarter, din stad eller bostadspolitiken i hela landet. Din lokala hyresgästförening hittar du på hyresgastforeningen.se



Upptäck mer!

Varsågod, några tips på aktiviteter i närheten av dig.

09 NOV

60 år av rymdäventyr

Från första människan på månen till marsresan år 2031.
Tid: 17.30
Plats: Mölnlycke kulturhus

11 NOV

Afternoon Tea Quiz

Fika och tävla om fina priser. Tävla själv eller i lag om max fyra.
Tid: 13.30
Plats: Cafét, Mölnlycke kulturhus

25 NOV

Gunnebo julmarknad

Stämningfull hantverksmarknad med guidade slottsvisningar, kl 12.00, 13.00 och 14.00.
Tid: 11.00–16.00
Plats: Gunnebo slott och trädgårdar

UTFLYKTS-TIPSET



Japanutställning på Nordiska Akvarellmuseet

Utställning med verk av framstående samtidskonstnärer från Japan.
Tid: Pågår 24/9 2017–28/1 2018
Plats: Nordiska Akvarellmuseet, Skärhamn

KOMMUNPOLIS I MÖLNLYCKE

Kommunpolisen arbetar med brottsförebyggande och trygghets-skapande åtgärder i kommunen. Har du frågor som rör det lokala polisiära arbetet i Säteriet, kontakta:

Niklas Svensson
Telefon: 010-565 41 30
E-post: niklas.svensson@polisen.se

Linda Bergvall
Telefon: 010-565 41 38
E-post: linda.bergvall@polisen.se



Resultatet i vår senaste mätning visar att hyresgästerna ger Förbo ett bättre service-index: 81,5 procent mot redan tidigare höga 78,9 procent.



SÅ HÄR TYCKER NI SOM BOR PÅ SÄTERIET

- + I Säteriet ligger kundnöjdheten i topp och särskilt nöjda är ni med utemiljön och hur Förbo städar på gårdarna. Många upplever att tryggheten i området blivit bättre mellan mätningarna.
- Vissa hyresgäster är inte nöjda med inomhustemperaturen och efterlyser mer trygghet i trapphusen.

Vi har ett resultat!

Vi på Förbo vill ha nöjda kunder som bor kvar, är stolta och talar väl om Förbos områden och om oss som hyresvärd. Därför gör vi återkommande kundundersökningar.

Hälften av våra hyresgäster svarade under hösten 2016 och den andra hälften under våren 2017. Många av våra kunder trivs bra hos oss och vi såg också en klar förbättring av vår servicenivå mellan mätningarna. Det tycker vi är jätteroligt, men det finns såklart mer att göra.

Varje höst gör vi på Förbo en planering för nästa år. Alla anställda, inte minst förbovärdarna, är involverade i arbetet. Genom att vi får kunskap om vad våra kunder tycker är bra och vad som kan förbättras, får vi goda verktyg att jobba med. I nästa nummer av Förbobladet har vi kommit längre i arbetet och kan presentera konkreta åtgärder i just ditt förbovårdsområde.



Upprustad återvinningsstation som underlättar sophanteringen

Återvinningsstationen på Aspgården får nya behållare. De nya behållarna har inkast som gör det enklare att lägga i återvinningsmaterial. Dessutom har de större kapacitet, vilket minskar risken för att de blir överfulla. I samband med ombyggnationen kan det bli lite stökigt

på platsen och stationen kan vara avstängd i ett par dagar. Därefter får du åter tillgång till din nya, förbättrade återvinningsstation. **Låt oss hjälpa åt att hålla snyggt!** Inga möbler eller grovsopor hör hemma här.

Aktivitetsparken på Säteriet



Förra sommaren pratade vi med barnen på Säterieskolan om vad de tycker om att leka med. Högst upp på önskelistorna fanns bland annat kompisgungor, rutschkana, trädkoja och något att klättra på och leka i. Dessa önskningar tog vi till oss och har nu, med hjälp av en duktig lekplatsutvecklare, skapat något som vi kallar för Sagoträdet. Det blir två träd som både har gungor och rutschkanor och samtidigt döljer hemliga gångar och lekutrymmen. En sagoplatz som ska stimulera till lekfullhet och kreativitet.



Håll snyggt i tvättstugan, få mer kärlek från grannarna

Undersökningar visar att en av de saker som stör grannsämjan mest är sådant som rör tvättstugan. Få saker är så känsliga som att det inte hålls rent och snyggt i tvättmaskinerna, som står i vårt gemensamma rum. Och att rensa luddfiltret och se till att man inte lämnar hundhår efter sig är ju ganska enkelt. Lämna tvättstugan som du själv vill gå in i den, är vårt bästa tips!

Storstädning!

Passa på att slänga och rensa ut. Vi ställer ut containrar 17–19 oktober. Du hittar dem på: Tall, Asp, Björk, Bok och Grangården.

Det blir även storstädning av trapphus och källargångar inklusive fönsterputs vecka 42–43. Maskinsopning av alla vägar görs i slutet av september, oktober och vid höststädningen i november.





mitt
område

VI FINNS TILL FÖR DIG SOM BOR I SÄTERIET

Ann-Christin, Hugo, Sven, Pernilla och Tobias heter vi som ansvarar för Förbos bostadsområde i Säteriet. Det är till oss du ska vända dig om det är något du undrar över som gäller din lägenhet eller ditt område. Vi besvarar dina frågor och hjälper gärna till.

PERNILLA
Förbovärd på Säteriet

Ålder: 50.
Antal år på Förbo: 2,5.
Det bästa med mitt jobb:
Variationen och mötet med hyresgästerna.
På fritiden: Skidåkning är min stora passion! Jag är också mycket i stallet med min dotter.



BESÖK FÖRBOVÄRDSKONTORET

Björkgården 2, 435 32 Mölnlycke
Öppet hus: tors kl. 15.00–18.00
Tidsbokning: träffa oss när det passar dig
– ring och boka en tid.

RING OSS PÅ 031-338 39 40

Mån–ons 7.30–16.30
Tors 7.30–18.00
Fre 7.30–13.00

SKICKA E-POST

forbovard.sateriet@foerbo.se

SERVICEANMÄLAN

En serviceanmälan gör du enklast under **Mina sidor** på vår hemsida eller i mobilappen. Du kan även ringa eller skicka e-post. Kom ihåg att uppgive namn, lägenhetsnummer och telefonnummer samt vad ärendet gäller.

VID AKUTA FEL

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



ANN-CHRISTIN
Ombyggnadsvärd



HUGO



SVEN



PERNILLA



TOBIAS

förbo

INTERVJUN

Hej Pernilla!

Berätta, vad gör du på Förbo?

– Jag är en av flera förbovärdar här på Säteriet. Arbetet går ut på att stötta och hjälpa hyresgästerna med allt som kan behövas. Just mitt arbete skiljer sig lite från mina kollegors eftersom jag sitter med mer pappersarbete, som kontraktsskrivning och olika avtal. Jag håller också i dialogen med den lokala hyresgästföreningen och ansvarar för utemiljön i området, vilket gör att jag går runt en hel del och tittar så allt ser bra ut och att entreprenörerna gör det de ska. Jag är ingen kontorsråtta så det passar mig bra! Jag gillar också när vi har Öppet hus.

Vad har ni gjort för att öka tryggheten?

– Vi försöker att vara ute i områdena så mycket vi bara kan. Det är bra att vi visar oss så att hyresgästerna får ännu en möjlighet att prata, om det är något de funderar på.

Nästan jämnt när vi är ute blir vi stoppade av någon hyresgäst som har frågor eller funderingar, vilket vi tycker är jättebra! Vi vill att man ska känna sig bekväm att prata med oss vad det än gäller. Vi jobbar också mycket med att det ska vara en bra utemiljö med ordentlig belysning, välskötta buskage som inte blir för stora och vildvuxna, och så vidare. Målet är självklart att våra hyresgäster ska känna förtroende för oss.



Följ oss och se vad som händer just nu.
[facebook.com/foerbo](https://www.facebook.com/foerbo)

VÅRA ENTREPRENÖRER

I alla våra bostadsområden jobbar entreprenörer som ansvarar för städning, utemiljö, bygg och måleri med mera. Du känner igen dem på bricken de bär runt halsen, eller på skylten i bilen, med texten:

"JAG ARBETAR FÖR FÖRBO"

HÄR ARBETAR VI JUST NU MED:

Mark: Green Landscaping Badrum: Ullevi Rör Bygg: PEAB El: Midroc Electro AB Golv: Mattine Måleri: A Z Måleri Puts: Tegelfogen Fasadenovering Rör: Ullevi Rör Spolning/Stammar: Ragn-Sells Vitvaror: Holmgrens Fasadtvätt: PSI Services Hissar: RC Hiss Städ: Dannebacken Utemiljö: Primär fastighetsförvaltning Vinterväghållning: LP Entreprenad Skadedjursbekämpning: Anticimex



PETER ROSENGREN
är Klimatrådgivare på Lerums kommun, med fokus på cykel- och transportfrågor. Han är också åretrunt-cyklist.

»För mig är cykeln en del av resan till och från jobbet. Med rygsäck funkar det att handla det nödvändigaste på hemvägen. Det härligaste med att cykla är morgonluften när man kan komma iväg tidigt eller stillheten när man kör hem lite senare en kväll!«

Det finns många bra anledningar att fortsätta cykla när temperaturen faller. Vi har tipsen som gör cyklingen i höst och vinter säker och bekväm.

säsongs
höst

Höstfixa cykeln

Om det var ett tag sedan du använde cykeln, kan det vara läge att planera någon dag innan. Är däckerna pumpade? Fungerar belysningen fram och bak? Tänk på att det blir mörkt tidigt så här års. Och var är nyckeln till cykellåset?

Klä dig rätt

Kanske behövs en tjockare jacka och handskar för att få en behagligare cykling. Sedan är det bara att ta på hjälmen och trampa iväg!

Ta cykelvägen i höst och vinter

Rean på cykelväskor!

Hitta snabbaste vägen

Med cykelreplaneraren hittar du den snabbaste cykelvägen, anpassad efter din körstil. Finns för kommunerna Lerum, Kungälv, Härryda och Mölndal. Du hittar cykelreplaneraren på trafik.nu.

Få cykelskjuts med tåget

På många pendeltåg kan du ta med cykeln. Gäller till exempel Alingsåspendeln, Bohusbanan och Kungsbackapendeln. Det här gäller enligt västrafik.se: På Västtågen får du i mån av plats ta med cykel ombord. Priset är 30 kr och du köper biljetten av tågvärden. På Västtågen finns det minst två platser per avgång. Hopfärd minicykel räknas som bagage och får medföras kostnadsfritt. Lådcykel och cykelkärvar får inte tas med på Västtågen.

Förbo informerar

Så här funkar värmen!

Nu när det blir svalare ute vill vi ha det varmt och skönt inne. Här får du reda på hur lägenhetsvärmen fungerar och vad du kan göra själv.

Värmesystemet arbetar automatiskt, vilket betyder att det är utomhustemperaturen som styr när det går igång. Om det är kalla nätter men varma dagar, och dessutom hög luftfuktighet, kan det ta några dagar innan systemet hittar rätt balans och då kan det kännas

kallt under tiden. Värmesystemet samspelar med ventilationen för ett bra inomhusklimat. Därför bör du aldrig tejpa för friskluftsentiler som monterats i fönster. Då kan det istället bli kallt på golvet, eftersom risken finns att det bildas ett undertryck.

SÅ FÅR DU EN JÄMNARE TEMPERATUR I LÄGENHETEN

- **INGA STORA MÖBLER** eller tunga gardiner framför element – det hindrar värmen från att sprida sig.
- **NÄR DU VÄDRAR** – gör det snabbt, gärna med tvärdrag. Lämna inte fönster öppna i onödan.
- **PLACERA TERMOMETERN** minst en meter från ytterväggar om du mäter lufttemperaturen inomhus – för att få rätt resultat.
- **GÖR EN SERVICEANMÄLAN** om temperaturen i lägenheten är lägre än 19–20 grader.

BILD Markus Andersson

FRÅGA ANNA – OM INREDNING



LÄSARFRÅGAN

Jag är sugen på ny färg till väggarna och behöver tips!

– Utgå från de mönster och färger som redan finns på möbler och golv i rummet. Är soffan mönstrad blir det kanske bäst med en tapet som har ett lugnare och mer diskret mönster? Ett sätt att "lura" ögat och få ett litet rum att kännas större är att välja ljusa väggar och kalla färger. Tapeter med vertikala ränder kan lyfta taket så att ett rum upplevs ha högre takhöjd.

För ett harmoniskt intryck tycker jag det är bäst med tapeter med liknande färgskala eller mönsterstil i alla rum. Bor man i en mindre lägenhet så är det ett tips att genomgående använda samma tapet, golv och takfärg i alla rum istället för att variera från rum till rum – då upplevs ytan rymligare och man får en röd tråd genom hela hemmet.

Efter att du sett utbudet på förbovårdskontoret är ett tips att låna hem tapetkatalogen. Testa och se hur färgerna ändras under dygnets timmar. Oftast skiljer sig ljuset du har hemma från butikens och både mönster och färg förstärks när tapeten kommer upp på en hel vägg. Lycka till!

ANNA RAMSTEDT
Inredningsprofil på Förbo
Blogg: prickenoverlivet.se

Inspiration

HARMONI I HALL OCH VARDAGSRUM

Vill du satsa på grå väggar i höst? Välj till exempel Borosan Textile 33558 till det ena rummet och bryt av med en ljusare nyans i det andra, som Borosan Textile 33555.

Beställ ur höstens nya tapetkollektion på ditt förbovårdskontor.

Välkommen kära höstmörker

Nu när det blir mörkare utomhus finns det massor av tillfällen att kura inomhus. Men hur ska man egentligen tänka kring belysning? Vi bad Förbos inredningsproffs Anna om tips som gör rummet mysigt och funktionellt.

Energismart säklart

Du har väl bytt dina glödlampor mot LED-lampor?

Ett rum med mörka väggar kräver mer belysning än ett ljust rum, eftersom mörka nyanser absorberar ljus.

Istället för taklampa – använd flera sorters lampor i olika höjder, så får du ett mer levande rum.

När du planerar belysningen är det bra att utgå från funktionen. Hur använder du rummet? Behövs läsbelysning eller räcker det med stämningsljus?

Satsa hellre på fler men svagare ljuspunkter än få och starka. Ungefär fem till nio lampor i ett rum är lagom. Tänk på att ett stort rum kräver fler ljuskällor än ett mindre rum.

Ljuslyktor och levande ljus ger fin mysbelysning.

Taklampa SPEZIA, ByOn Design, 2 499kr.



Taklampa FLOREAN av mässingsfärgad metall med 6 delvis justerbara armar. Ellos, 1799 kr.

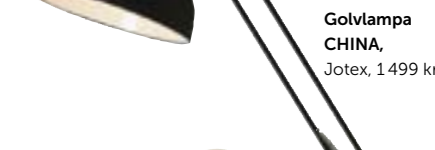
Lys upp!

Här får du några förslag som kan ljusa upp tillvaron.

Utomhuslampa RUND, Granit, 1 099 kr.



Golvampa CHINA, Jotex, 1 499 kr.



Bordslampa RUBEN av glaserad keramik med färgskiftningar som gör varje lampa unik. Ellos, 299 kr.



Klämspott RANARP, Ikea, 199 kr.



TRENDFÄRGER HÖSTEN 2017

Det blir mycket blått och grönt i alla tänkbara nyanser, tillsammans med grått. Toner från gyllene senapsbrunt till bränt rödbrunt och klarrött är också hett. Trendmaterialen heter trä, mässing och keramik.

Tack till ByOn Design för lån av lokal och rekvisita. NCS-koden till den grå väggen på bilden är S 8000-N.

Namn: Fredrik
Bor: Brattåsvägen i Landvetter Centrum
Gör: Bagare sedan 30 år och driver Landvetters Stenugnsbageri
Familj: Tvillingar på 17 år, en kille och en tjej

Här görs allt från grunden

För bagaren Fredrik som bor på Brattåsvägen och arbetar strax intill är det ingen tvekan vad som är bäst med Landvetter: Här finns allt!

TEXT Anna Brakander BILD Markus Andersson

När Förbobladet hälsar på i stenugnsbageriet är det tidig eftermiddag och förberedelserna inför nästa dag är redan i full gång. Det doftar fantastiskt och vi får veta att här görs allt från grunden – från den rårörda sylten till vaniljkrämen, glassen utan tillsatser och så de väldoftande surdegsbröden.

– Jag är övertygad om att folk känner skillnaden mot butiksbakat säger Fredrik och fortsätter: Det är förstas ibland smidigt att köpa bröd i mataffären. Men många handlar levainbrödet till helgen här.

NÄRHETEN MELLAN JOBB och hem var viktig när han startade bageriet.

– Med ett jobb med långa arbetsdagar och som börjar klockan fyra på morgonen är man ju aldrig hemma! Så jag tänkte att om jag jobbar i närheten kan ju barnen komma hit.

Att jobbet också är en passion märks när Fredrik berättar hur ett gott bröd blir till. Nyckeln är tiden. Degen till valnötsbrödet på bänken påbörjades för flera dagar sedan. Att andra uppskattar resultatet märks inte bara på kunder som Råda Säteri och hotell i närheten. Ett diplom på väggen visar att bageriet för ett par år sedan vann Årets Västsvenska kanelbulle på Svenska Mässan.



▲ Valnötsbröden bakas ut för att kalljasa under natten.

TROTS BAGARYRKETS tidiga morgnar (Fredrik är egentligen kvällsmänniska, avslöjar han!) gör kärleken till råvaror och experimenterandet med nya smaker att han aldrig tröttnar på jobbet.

– Jag är alltid trött, men jag har aldrig haft en tråkig dag på jobbet! ■



FÖRBO I LANDVETTER CENTRUM – BRATTÅSVÄGEN

I Landvetter centrum finns centralt belägna lägenheter nära service i form av livsmedelsaffär, post, apotek och vårdcentral.

Brattåsvägen mitt i centrala Landvetter byggdes i mitten av 1970-talet och har nyligen genomgått en omfattande renovering och fått ett modernare utseende. Flera av husen samlas kring en gemensam gård där det finns möjlighet att träffas för både lek och umgänge.



Tips

TREDAGARSBRÖD? KASTA INTE!

Skär i kuber och gör krutonger till höstens soppor.

Mal och få extra gott ströbröd till köttbullarna.

Gör crostini: skiva tunt, pensla med olja och ugnsrosta.

»Området är bra. Man känner igen folk och det känns tryggt här.«

Nyhet

Smörgåstårter på stenugnsbageriet i höst



Rostade hasselnötter blir smaskiga bakverk.



3 SMULTRONSTÄLLEN I LANDVETTER

Butiken Skafferiet, med eko-grönsaker direkt från odlare.

Skogen, fem minuter till svamp- och bärplockning.

Utmärkt längdskidåkning vid Landehof (även om Fredrik själv helst åker utför).

Fredrik tipsar

Välkommen till språkcaféet i Lindome – öppet för alla!

Som en del i Lindomeprojektet arrangeras språkcafé på svenska. Lindomeprojektet sysslar med olika aktiviteter som ökar tryggheten och delaktigheten för boende i Lindome. Caféet är dock till för alla – oavsett var du bor.



▲ Ett språkcafé handlar om så mycket mer än att bara öva på språket.

Här träffas, fikar och umgås man och talar på enkel svenska. För att ett språkcafé ska bli så bra som möjligt behövs människor med olika kunskapsnivåer i det svenska språket – både de som vill träna på att tala svenska och de som kan svenska flytande. Men språkcaféet handlar om så mycket mer än att bara öva på svenskan. Du får höra spännande historier och träffa nya människor. Det är helt enkelt en öppen trevlig mötesplats för alla.

Språkcaféet har varit igång i några år. Nytt för i höst är att det har flyttat från hörsalen i biblioteket till Lindomegården med möjlighet att ta emot ännu fler besökare, och att det är öppet varje vecka. Caféet arrangeras av ungdomar i Lindomeprojektet och det finns fika att köpa för en billig peng, bakat av cafégrupperna på fritidsgården.



Vi på Förbo stödjer Lindomeprojektet. Läs mer på lindome.nu eller besök Lindomeprojektet på Facebook.

ÖPPETTIDER I HÖST

Gör ett besök på språkcaféet!

När: Torsdagar kl 17.30–19.00

(t o m 7 december), stängt 2/11

Var: Lindomegården (gamla Bio Etage)

Vad betyder namnet?

Ortnamnet Rävlanda går att härleda till 1300-talet och innehåller troligen ordet "rävla", som betyder en stenig ås och "land" som helt enkelt innebär odlad mark. En räv har alltså inte varit inblandad i hur namnet blev till, tvärtom vad man kan tro.

Källa: Nationalencyklopedin



Förbo informerar

Brandinformation på nio språk

Vi vill att alla ska kunna ta del av viktig information. Brandfolder på svenska, engelska, turkiska, serbiska, albanska, arabiska, polska, somali och spanska finns att hämta på ditt förbovårdskontor.

Informacije o protivpožarnoj zaštiti i bezbednosti možete uzeti u vašoj lokalnoj kancelariji za stanare, "Förbo-kontor".



TACK ALLA SOMMARJOBBARE!

Liksom tidigare år har ungdomar hjälpt till i våra områden under sommaren. I år ökade personalstyrkan med 38 personer som under några veckor såg till att hålla våra gårdar och gemensamma utrymmen iordning.



Snart är det halloween!

I slutet av oktober firas halloween. Vi vill bara påminna om att det då kan dyka upp utklädda barn i kvarteret som går runt och ber grannarna om bus eller godis.

TIPSA OSS

Har du något evenemang som du vill berätta för andra om? Kanske klädbytdag, en utställning eller ett arrangemang i idrottsföreningen? Skicka gärna in tips till oss så kan vi berätta om det här i FörboBladet eller på vår Facebooksida. Mejla till forbobladet@foerbo.se eller tipsa på vår Facebooksida.

NÄSTA
NUMMER
KOMMER I
december

FÖRBO SVARAR

ANNA PALMGREN
Marknad

»Vi svarar på frågor från våra hyresgäster som vi tror kan vara till nytta för många.«



FRÅGA:

Min dotter ska flytta hemifrån, kan hon använda mina poäng?

Fråga från en av våra hyresgäster

SVAR: Om ditt barn bor hemma och vill söka sin första lägenhet får barnet tillgodoräkna sig hälften av de poäng som föräldern på bostadskontraktet har. Det gäller alltså då barnet söker sin första bostad och inte har flyttat ut tidigare. Förälderns poäng räknas från den dag kontraktet började gälla för den senaste bostaden och man får ett poäng per dag.

Om föräldern till exempel bott tio år hos Förbo, men endast fem år i nuvarande lägenhet har föräldern poäng för fem år. Barnet får då hälften av dessa poäng, utan att något händer med förälderns poäng. Om barnet stått i kö själv (det går att registrera sig från det att man fyllt 16 år) får barnet inte tillgodoräkna sig poäng från föräldern för samma tid.



SNABBFAKTA OM POÄNGEN

- Poäng räknas från den dag nuvarande bostadskontrakt börjar gälla.
- Man får ett (1) poäng per dag.
- Man kan anmäla sig i vår kö från 16 år och uppåt.

ÄR DET NÅGOT DU FUNDERAR ÖVER?

Skicka din fråga till forbobladet@foerbo.se så kan du få svar från någon av våra experter inom boende, miljö eller juridik till exempel.