

HEJ

OKTOBER 2022

Hållbara tillsammans 12-13



Pratcafé på
Öbackavägen
15



Bostaden utforskar
hållbart resande
8-10

 **Bostaden**
För ett bättre Umeå

Omställningar som till en början inte var helt självklara

År 2005 infördes rökförbud på restauranger och andra serveringsställen i Sverige, vilket blev en stor förändring för många krogbesökare då det var en normaliserad del av utelivet. Så här sjuttionio år senare skulle det vara näst intill otänkbart att fända en cigarett inne på en restaurang då det nu finns en större medvetenhet över att inte utsätta någon för passiv rökning.

En annan stor och omfattande förändring skedde 1967 då Sverige gick över till högertrafik trots att över 80 procent motsatt sig detta i en folkomröstning. Inför bytet till högertrafik gjordes ett massivt omställningsarbete som pågick under flera år med att exempelvis byta ut och spegelvända skyltar.

Idag är det inga konstigheter med vare sig högertrafik eller rökförbud

men det kan vara värt att påminna sig om att omställningarna var stora och tog lång tid.

Nu är vi mitt uppe i en annan omställning. En hållbar omställning som handlar om hur vi bor, vad vi äter, vilka prylar vi köper och hur vi transporterar oss för att minska den negativa påverkan på jorden. I den hållbara omställningen ligger en utmaning i att veta vilka beslut man som individ ska ta för att stegvis göra förbättringar åt rätt håll. Ett som är säkert är att som boende i ett flerbostadshus har du gjort ett hållbart val bara genom att du delar samma markyta med flera andra. Som hyresgäst hos Bostaden bor du dessutom energieffektivare för varje år eftersom arbetet pågår att minska energianvändningen med 30 procent till år 2030. Nyligen har vi även



startat upp projektet "Hållbara tillsammans" som ska ge inspiration till att bo i sin lägenhet på ett mer hållbart sätt.

Vi vill fortsättningsvis ge våra hyresgäster fler hållbara riktningar att välja på och nu närmast har vi fokus på hur resor och transporter kan bli mer hållbara eller med andra ord – en hållbar mobilitet.

Avslutningsvis vill jag önska er en fin höst!

Johanne Lindgren, hållbarhetsstrateg

Notiser

Slut med pappersfakturor

Nu har Bostaden slutat med pappersfakturor. De sista skickades ut med hyresaviseringen i september. Framöver kommer hyresavierna med e-post om man inte har Kivra, då kommer avin dit i första hand. För dig som har e-faktura eller autogiro fungerar hyresbetalningen som tidigare.

Det är viktigt att vi har din rätta mejladress, som du ändrar genom att logga in på "Mina sidor". Önskar du e-faktura eller autogiro ansöker du om det via din Internetbank.

Vid frågor gällande hyresaviseringar kontaktar du vår Ekonomifunktion på telefon 090-17 77 30 (telefontid 8-12).

Tänk på ...

... att inte mata fåglar på balkongen, uteplatsen eller i närheten av huset. Visst är det lockande att ställa ut mat till de frusna, befjädrade vännerna – men maten lockar till sig skadedjur som råttor och möss. Det blir också mycket fågelspillning och fåglarna kan bygga bon på fastigheterna.

Tack för att du visar hänsyn!



Mingelfredag på Seniororget den 2 december

Fredag den 2 december bjuder vi in till Mingelfredag på Seniororget på Renmarkstorget 15. Då är våra seniorer och deras anhöriga varmt välkomna att mingla med oss från Bostaden. Vi berättar om våra befintliga och planerade seniorboenden, om hur man ställer sig i kö med mera.

Drop-in – ingen anmälan krävs, men det finns dock ett begränsat antal platser. Vi bjuder på dryck och tilltugg.

Varmt välkomna!

Stort tack till alla som tagit sig tid att svara på vår kundundersökning!

Era synpunkter är värdefulla och resultatet av undersökningen använder vi för att kunna ge våra hyresgäster bättre service. Vi återkommer med mer information om kundundersökningen i kommande nummer av Hej. Vinnarna av hyresfri månad och presentkort på 1000 kr från utvald matbutik kontaktas under november månad.

Leva utan bil i Umeå – går det?

För några år sedan var Linda Westerlind med i en studie där olika familjer fick testa att leva utan bil i tre månader. Det fungerade alldeles utmärkt, skulle det visa sig. I dag ser livet lite annorlunda ut för Linda. Bilen behövs, men inte så ofta.

– Vi delar bil med min bror som bor i närheten. Det funkar superbra, säger hon.

Studien som Linda Westerlind var med i hette Bilfritt resande och genomfördes 2018 av Handelshögskolan på uppdrag av Umeå kommun. I tre månader testade tio hushåll med barn i olika åldrar, hur det går leva utan egen bil. Därmed ville man undersöka hur en kombination av exempelvis elcykel, busskort och utlåningstjänster kan underlätta för ett bilfritt liv.

Stor omställning

För den då nyblivna Ersbodabon Linda, med en sambo och en ett-åring hemma, blev det en ganska stor omställning. De körde en hel del bil, men var redo att bryta sina vanor.

– Det gick jättebra, vilket kanske inte är så förvånande. Det går att leva utan bil. Men det kräver vissa förutsättningar. Ingen av oss jobbade heltid under den här tiden och vi hade lokaltrafiken nära. Utan de två faktorerna hade det inte gått.

– Vi hyrde bil en eller två gånger. Genom projektet fick vi medlemskap i en bilpool, men det var aldrig ett alternativ för oss, för bilen skulle hämtas inne i centrum, samma med lådcyklarna.

Elcykeln var däremot ett välkommet tillskott. Linda minns att vardagsresorna till och från arbete, förskola och mataffären gick bra. Betydligt svårare blev det när det var dags att åka till återvinningsstationen.

– Ett av mina fritidsintressen är min odlingslott, men vad skulle jag göra med allt ogräs som inte bör slängas på komposten? Det blev liggandes, så klart.

Skaffa bil eller inte

Efter testperioden tog familjen tillbaka bilen, men använde den betydligt mindre än förr. Det kändes ändå bra att ha möjlighet att planera storhandlingar och göra utflykter längre bort. Efter en krock,



För att Umeåborna ska minska sitt bilkörande behövs det smidiga och prisvärda alternativ, menar Linda Westerlind.

där bilen men ingen människa kom till skada, kände de ingen brådska med att skaffa en ny på en gång.

När Lindas bror senare flyttade till området funderade han också på att köpa bil. "Gör inte det", sa Linda, "vi har vår bil tillsammans i stället!" Sagt och gjort, i dag delar de två hushållen på samma bil och det fungerar jättebra.

Vad skulle krävas för att folk ska minska sitt bilanvändande, tror du?

– Jag tror jättemycket på den kollektiva användningen av bil. Det går att jämföra med hur man i en bostadsrättsförening kan låna

borrhammare och snöskyfflar som är onödigt att äga själv. Samma kollektiva användning tänker jag att bilanvändning kan vara. Man bokar bilen för ett pris som känns rimligt.

– Och så måste det vara smidigt, för bilen är något som underlättar livet när man jobbar heltid, särskilt med barn. Den spar tid. Vårt klimatsamvete kan inte ensamt driva den här omställningen. Det måste vara så pass smidigt att det inte blir en uppoffring och så pass billigt att vi kan vinna på det ekonomiskt. Genom fler gemensamma lösningar kan vi klara det, tror jag.

FAKTA:

Namn: Linda Westerlind

Bor: På Ersboda med sambo och två barn, 2 och 6 år gamla

Arbete: Ledarskribent på Folkbladet, med redaktionen på Västerslätt

Tar sig till jobbet med: "Cykeln, det är mitt huvudsakliga transportmedel i dag. Men under en period hade jag ont i knät och kunde inte cykla. Att leva utan bil förutsätter att man har fysiken för att cykla längre sträckor och att bussarna går dit man ska."

En åtgärd du skulle vilja se direkt: "Möjligheten att ta med sig cykeln på bussen!"





Gåfotboll – senaste motionstrenden

Umeå IK har sedan början av sommaren kört gåfotboll på Umeå Energi Arena – och satsningen fortsätter nu inomhus i vinter. Målgruppen är 60 plus, men alla är välkomna. – Det är en motionsform som passar alla, säger Valle Anundsson, som ansvarar för gåfotbollen på Umeå IK.

Umeå IK fick idén från Svenska Fotbollförbundet och undersökte sedan intresset på Senormässan på Nolia i maj. Ett 30-tal personer visade intresse och ungefär så många har sedan varit med under sommaren. Spelare från Umeå IK:s allsvenska lag har varit tränare.

Bra mix av spelare

– Vi har haft en skön mix av spelare, allt från personer som aldrig spelat fotboll tidigare till dem som spelat jättemycket. Och det har varit ungefär 50-50 när det gäller fördelning av män och kvinnor, berättar Valle Anundsson, som ansvarar för gåfotbollen på Umeå IK.

Gåfotboll är precis vad det låter

som. Man går och spelar fotboll. Umeå IK inleder passen med uppvärmning och olika fysiska övningar och avslutar med matchspel på en yta som är ungefär en fjärdedel av en vanlig fotbollsplan.

– Nästan alla som provar tycker att det är jobbigare och roligare än de tror, sedan är det mycket socialt också. Efteråt fikar vi tillsammans, säger Valle Anundsson.

Umeå IK fortsätter nu med gåfotboll under vintern, inne på Thorén Arena.

Främjar fysisk och mental hälsa

Bostaden har sponsrat gåfotbollen fram till säsongavslutningen utomhus den 20 september.

– Seniorer är en viktig målgrupp för oss och vi vet att ofrivillig ensamhet är hälsofarligt. Så för oss är gåfotboll en win-win situation där deltagarna både får gemenskap och motion, säger Anna Wiberg, kommunikationsansvarig på Bostaden.

Bostaden har fått bra respons och hoppas att fler ska vilja vara med och upptäcka hur kul det är med gåfotboll.

– Nu ska vi utvärdera det här med Umeå IK och se hur vi går vidare. Vi vill ju nå ut till många fler, men utifrån det vi hört från deltagarna känns det väldigt positivt avslutar, Anna Wiberg.

Full fart på områdesdagarna

Bostaden har under sensommaren arrangerat områdesdagar med massor av aktiviteter på Umedalen och Ersboda.

– Det var trevligt att träffa våra hyresgäster och många av de föreningar som vi samarbetar med, säger Tobias Lindqvist, kvartersvärd på Bostaden och en av dem som höll i trådarna på Umedalen.

Områdesdagarna är ett årligen återkommande evenemang runt om i Umeå som Bostaden arrangerar tillsammans med föreningar som de sponsrar. Umedalsdagen ägde i år rum den 20 augusti vid Musköten och Umedalens Idrottsplats i samarbete med Umedalens IF och IBK Dalen. Det bjöds på en dag för hela familjen med olika prova-på-aktiviteter, tävlingar, fika och loppis. För prova-på-utbudet stod Umeåregionens Kaninhopparförening, IKSU kampsport och IKSU Rullstolsinnebandy. Dessutom fanns Fritidsbanken på plats och lånade ut idrottsutrustning.

– En jättefin dag, tur med vädret hade vi också, solen sken. Bland barnen var vår popcorn-maskin helt klart populärast, berättar Tobias Lindqvist.

Popcornen tog slut

Även på Ersbodadagen som arrangerades den 28 augusti på Ersängsvallen var gratis popcorn en höjdare, främst bland de yngre besökarna.

– Popcornen tog slut, skrattar Johanne Lindgren, hållbarhetsstrateg på Bostaden. Det får ses som en bra sammanfattning för en väldigt lyckad dag, där vi fick umgås på ett lättsamt sätt med många hyresgäster

och samarbetspartners och visa upp den bredd av fritidsaktiviteter som finns i Umeå.

Ersboda SK var huvudarrangör för dagen och på programmet fanns också här prova-på-aktiviteter som bland annat kaninhoppning och rullstolsinnebandy. Dessutom fiskdamm, lotterier och annat skoj. Det gick också att träffa barnorganisationen Junis, som berättade om sina aktiviteter, och Polisen, som informerade om sin verksamhet och svarade på frågor, något som många barn tyckte var spännande, avslutar Johanne Lindgren.



HEJ OKTOBER 2022



7

Bostaden utforskar hållbart resande och bättre parkeringslösningar

Hur kan vi minska utsläppen från bilar och samtidigt skapa mer attraktiva boendemiljöer? Under året har Bostaden gjort en hållbarhetsöversyn av våra gemensamma parkerings- och resefrågor i samarbete med Koucky & Partners i Göteborg. Mycket kan förbättras och en del finns redan på plats, menar mobilitetsexperterna Michael Koucky och Pauline Munoz Olsö.

Något som slog de båda experterna när de kom till Umeå, var att cykelvägarna redan är väl utbyggda här. Men också att många parkeringar redan har eluttag för motorvärmare och relativt lätt kan byggas om för vardagsladdning av elbilar.

Prio ett, enligt experterna, är dock inte att alla ska köra elbil – den omställningen kommer hursomhelst att dröja tills det finns en ordentlig marknad för begagnade elbilar. Det bästa vi kan göra för klimatet, och för våra stadsmiljöer, är att minska vårt bilberoende överlag.

Hälften kör bil

– Vi vet från vår översyn att ungefär hälften av Bostadens hyresgäster har egen bil, säger Michael Koucky.

I den enkät som hyresgästerna fick möjlighet att besvara i våras, kom det fram att fler än hälften av de svarande kör bil max tio mil per vecka.



Mobilitetsexpert Michael Koucky.

Den bilden stämmer väl överens med andra städer i Sverige. En stor andel av vårt bilkörande sker i korta sträckor i stadsmiljö.

– I enkäten frågade vi de som använder bilen mest, vad de skulle behöva för att minska sitt körande. Många av dem önskade en bättre utbyggd kollektivtrafik, men också säkrare och smidigare förvaring av cyklar

och elcyklar. Några uppgav också att de ville ha möjlighet att låna en lådcykel, säger Pauline Munoz Olsö.

Bilens roll i samhället

Experterna ser att det just nu pågår en grundläggande förändring av bilens roll i de svenska tätorterna. Det märks inte minst i parkeringsfrågor. I nybyggnationer undviker man numera att bygga lika många parkeringsplatser och de placeras mer undantagsvis, för ökad trivsel.

– Det ekonomiska är en viktig aspekt i detta. Varje plats i ett varmgarage kostar över 300 000 kronor att bygga. Renoveringskostnader tillkommer under årens lopp och i slutändan är det ju hyresgästerna som får betala. Därför är det klokt att redan från början bygga in gemensamma lösningar som minskar behovet av egen bil, såsom bilpooler och bra cykelförråd, säger Michael Koucky.

Fortsättning >



Förändrat synsätt på kostnader

I takt med att bilen förlorar i status och betydelse som vardagligt transportmedel, är det läge att undersöka på vilket sätt bilägandet subventioneras. Det gäller exempelvis parkeringsavgifter. Men framför allt handlar det om hur man kan underlätta för fler hyresgäster att välja cykeln eller bussen.

Göra stor skillnad

De kommunalt ägda bostadsbolagen i Sverige, som kallas för allmännyttan, har ett ansvar när det kommer till den hållbara

utvecklingen av våra städer, poängterar Johanne Lindgren, hållbarhetsstrateg på Bostaden.

– Vi vill stimulera och underlätta hållbara val och är övertygade om att vi tillsammans med våra hyresgäster kan åstadkomma stor skillnad. Översynen är en jättebra start på den här delen av vår hållbarhetsresa. Jag hoppas att vi kan inspirera våra hyresgäster och umeborna att fundera över vilka bilresor de kan ersätta med en skön cykeltur, avslutar Johanne Lindgren.

Vad menas med "hållbar mobilitet"?

Begreppet används inom samhällsplanering för att ringa in alla de frågor som har med människors förflyttningar och transporter att göra. Syftet är att skapa en fungerande och effektiv infrastruktur, med lösningar som hjälper invånarna i deras vardag, är skonsamma mot klimatet och gör stadsmiljön trevlig att bo och vistas i.

Hållbarhetsstrategen förklarar: "Därför gör vi översynen"

För allas skull behöver vi tänka till kring våra utsläpp och minska vår klimatpåverkan. Hållbar mobilitet är en nyckelfråga i det sammanhanget.

Umeå är redan en cykelstad som ofta nämns i nationella sammanhang. I Umeå kommuns planerade större bostadsområden, exempelvis Norra Ön och Tomtebo Strand, fokuserar kommunen på att skapa bra förutsättningar som uppmuntrar till ett minskat bilberoende.

När det gäller våra befintliga bostadsområden, har bilen haft en central plats i planeringen. Det märks inte minst på det stora antalet parkeringsplatser som vi har i vårt bestånd. Bostaden arbetar kontinuerligt med den hållbara bostadsutvecklingen i Umeå och på det här området har vi en del kvar att göra.

Därför valde vi att påbörja en hållbarhetsöversyn, där vi bland annat sökt svar på frågorna: Hur ser laddbehovet ut just nu och de kommande åren? Vilka smarta laddlösningar skulle kunna ingå i en kommande laddinfrastruktur? Hur kan framtidens affärsmodeller se ut kopplat till parkeringar, pris och andra mobilitetserbjudanden? Hur många av parkeringsplatserna används av Bostadens hyresgäster och hur många har egen bil?

Översynen har utförts av sakkunniga miljövetare och stadsplanerare på Koucky & Partners. Den ger oss ett gott beslutsunderlag för framtida utveckling på mobilitetsområdet.

Johanne Lindgren, hållbarhetsstrateg



Kvartersråd

Visste du att du och dina grannar tillsammans kan vara med och påverka hur boendemiljön i ert område ska se ut? Ni kan även få ekonomiskt stöd från Bostaden för att till exempel genomföra olika aktiviteter.

Kvartersråden skapar en bättre boendemiljö

På flera av Bostadens områden finns kvartersråd. Bland våra hyresgäster finns det många med idéer som kan göra boendet lite bättre – allt från trevliga fikastunder till större projekt som att ordna en gemensam snickarverkstad. Men det kan lika gärna handla om gårdssammankomster, blommor, sommarmöbler, saker till kvarterslokalen eller något annat som ni förbättra på ert område.

När du som hyresgäst får vara med i processen höjs kvaliteten och alla trivs bättre med sitt boende. Genom att ni själva får bestämma hur gemensamma saker som kvarterslokal och andra gemensammalokaler ska skötas, blir också servicen bättre. Om till exempel någon av er hyresgäster har nyckelansvar till bastun behöver ni inte passa några öppettider.

Hur bildar man ett kvartersråd?

För att bilda ett kvartersråd krävs det att ni är minst tre personer. Det måste vara personer från tre olika hushåll. En person måste vara kassör och ansvara för ekonomin, göra en enkel redovisning av var pengarna används till. Redovisningen kontrolleras sedan varje år av Bostaden.

Det krävs ett gott samarbete med kvartersvärden som hjälper till om ni är ovana och har frågor. När ni har bildat ett kvartersråd får ni direkt ett administrativt bidrag på 1 000 kronor för inköp av till exempel kontorsmaterial, kaffe till era möten och annat som kan behövas.

Hur mycket pengar bidrar Bostaden med?

Hur mycket pengar ett kvartersråd får beror på hur många lägenheter eller studentrum som finns i området. Det kvartersrådet förvaltar över är förutom ett administrativt bidrag på 1 000 kronor, 32 kronor per lägenhet och år. Den totala summan skiljer sig mellan områdena beroende på hur många lägenheter som finns, det finns områden med 20 lägenheter upp till 300–400 lägenheter. Resterande pengar som finns för området är 2 kronor per kvadratmeterboendeyta.

Dessa pengar ansvarar kvartersvärden för och ska tillsammans med kvartersrådet, nyttja pengarna till trivselhöjande åtgärder.

Hur ska pengarna användas?

Pengarna som betalas ut till kvartersrådet kan användas till allt som gör boendet mer trivsamt. Hälften av pengarna, som beräknas utifrån kvadratmeterboendeyta bestämmer kvartersvärden i samarbete med kvartersrådet vad de ska användas till. Det kan till exempel vara till förbättringar av gården eller andra gemensamma utrymmen eller någon aktivitet som stärker gemenskapen på området. Resterande pengar beslutar Bostaden om, det beror på vilka behov ett område har och att vi vill att pengarna ska användas ungefär lika på våra områden.

Efter varje år ska kvartersrådet redovisa de pengar som utbetalats. Kvitton ska redovisas med vad som är köpt och till vad det avser.

Till exempel:

- Kvitto nr.1** 156 kronor – Coop, inköp av fika till årsmötet
- Kvitto nr.2** 598 kronor – Jysk, inköp av parasoll till gemensamma uteplatsen
- Kvitto nr.3** 1378 kronor – Ikea, inköp till kvarterslokal, gardiner kuddar och husgeråd.

Vi ser gärna att vi får fler aktiva kvartersråd så ta chansen att göra ditt bostadsområde mer trivsamt för dig och dina grannar!

Så bildar du ett kvartersråd:

1. Prata ihop dig med minst två grannar.
2. Kontakta kvartersvärden och boka ett möte där ni bildar ett kvartersråd.
3. Kontakta oss för att få bidrag.
4. Kvartersvärden stöttar och hjälper till vid funderingar.



Källsortering på flera språk fungerar

Att sortera överbliven mat, förpackningar och annat som blir över i hushållet, är mycket lättare om man får bra information. Helst på sitt eget språk. Just därför har Bostaden anlitat två flerspråkiga informatörer, som under hösten träffar hyresgäster på Geografigränd och Matematikgränd.

Cabdi Raxman Osman är född i västerbottenska Norsjö och uppvuxen i Somalia. Han hade just påbörjat sina läkarstudier i Sudan, när kriget bröt ut där. Nu läser han svenska i Umeå och arbetar i Bostadens projekt Hållbara tillsammans. Hans kollega Ghailan Al-Khalaf, bodde tidigare i Skellefteå och har sina rötter i Egypten. Ghailan har jobbat inom både kultur och media och är en van informatör. Tillsammans behärskar

de fem olika språk, vilket för Bostaden är värdefull kompetens.

Positiv respons

I informationstältet bredvid ett av sorteringsrummen på Ålidhem, har Ghailan och Cabdi delat ut många smarta sorteringskassar till hyresgästerna och pratat med ännu fler. Responsen har varit mycket positiv.

– Jag träffade en kvinna i sextioårsåldern



som har bott här i några år. Hon har hela livet slängt överbliven mat, förpackningsmaterial och annat på ett visst sätt och aldrig fått veta hur hon kan källsortera. Så hon tyckte det var jättebra att vi förklarade hur det fungerar, säger Ghailan.

Barnen kommer först

Ofta är det barnen som kommer fram först och sedan hämtar de sina föräldrar. I ett

sorteringsspel har de boende kunnat testa att lägga bilder på olika överblivna rester i rätt återvinningsstunna. Reportern som har skrivit den här artikeln funderade särskilt över cd-skivan och sprayburken. Det visade sig att cd-skivan är tillverkad av plast och därför hamnar i tunnan för återvinning av plastförpackningar. Sprayburken ska däremot köras till en återvinningscentral och lämnas in som farligt avfall, om det är något kvar i den. Annars ska den läggas i tunnan för metallförpackningar som går till återvinning för nya metallprodukter.

Ingen plast i tunnan för matrester

Cabdis och Ghailans viktigaste tips är att inte lägga plastpåsar i den bruna tunnan för matrester. Det är ett vanligt misstag, eftersom många lägger papperspåsen med

matrester inuti en plastpåse för att undvika läckage.

– Men om det finns plast i den bruna tunnan, så kan inte matresterna omvandlas till biogas. Biogas används som ett miljövänligare drivmedel för bilar och andra fordon. Då släpps det ut mindre koldioxid i atmosfären. Därför är det bra för klimatet att sortera rätt, förklarar de.

Fler träffar i oktober

I oktober håller Bostaden ett antal träffar med hyresgästerna i Vinterträdgården på Ålidhem. Då blir det mer information om källsortering av överbliven mat och annat från hushållen, men också hur man anmäler till områdets kvartersvärd, om något inte fungerar i lägenheten.

– Kvartersvärdarna är jättebra, de ser till

så att det som är trasigt blir fixat, påpekar Ghailan.

Inspiration från Sundsvall

Inspirationen till projektet Hållbara tillsammans kommer från Mitthem i Sundsvall, där ett EU-projekt med samma namn har lett till att hyresgästerna på de aktuella områdena lyckats minska både vattenförbrukningen och det brännbara materialet med drygt 20 procent.

– Jag är så glad och stolt över våra hyresgäster som bidragit till dessa fantastiskt fina resultat, berättade projektledaren Nina Staaf på Mitthem när mätningarna offentliggjordes för några år sedan.

Text: Hanna Kangassalo Foto: Malin Grönborg

Bostadens flerspråkiga medarbetare Cabdi Raxman Osman och Ghailan Al-Khalaf, ger hyresgästerna praktisk vägledning för mer hållbarhet i vardagen.





Text: Nils Fredriksson

Ängsytor – för den biologiska mångfalden

I sommar har Bostaden påbörjat arbetet med att skapa ängsytor på utvalda platser.

– Utöver att det är bra för miljön blir det också vackert och lättare att underhålla, så det är bara fördelar, säger Enver Hajdarevic, trädgårdsmästare på Bostaden.

Att skapa ängsytor som klipps väldigt sällan blir allt vanligare i svenska kommuner. Det främsta skälet är att det stimulerar den biologiska mångfalden och bidrar till en stor variation av arter: vilda växter, djur och svampar. Många arter har betydelse för människan, till exempel genom pollinering av grödor och att de håller efter skadeinsekter.

– Jag fick idén om ängsytor när jag såg ett danskt tv-program om det och tänkte att det kunde vara något för oss. Sedan har också hyregäster hört av sig och efterfrågat det, säger Enver Hajdarevic.

Bostaden inledde arbetet i slutet av juni och rent praktiskt går det till så att gräsytor skrapas och fylls med näringsfattig jord. Därefter sås ängsblommor som blommar under sommaren. När blommorna vissnar klipps inte ytan. På hösten trimmas växtligheten och när frökapslarna släppt ifrån sig frön tas det trimmade gräset upp.

– Det är olika hur snabbt det blommar, det kan ta några år. Men på en del av våra nysådda ängsytor har det redan i sommar blivit riktigt fint, bland annat på Kronoskogsvägen på Umedalen, avslutar Enver Hajdarevic.



Glädje och gemenskap på nytt pratcafé

Text: Nils Fredriksson Foto: Malin Grönborg

Nu har Frivilligcentralen öppnat ett nytt pratcafé för äldre på Öbackavägen 7. Sedan tidigare finns ett på Parkgatan.

– Det är ett lättsamt sätt att umgås på, säger UllaBritt Kullh, som är verksamhetsansvarig för Frivilligcentralen i Umeå.

Frivilligcentralen i Umeå är en politisk och religiöst obunden ideell förening som drivs av medlemsorganisationerna Röda Korset, Pensionärernas riksorganisation, PensionärsGemenskap, Svenska Kommunalpensionärernas Förbund och Sveriges Pensionärsförbund.

Verksamheten har stöd från framför allt Umeå kommun.

Föreningen utbildar och förmedlar volontärer för att bryta ofrivillig ensamhet bland äldre. Volontärerna kan till exempel följa med som sällskap till sjukhuset, hjälpa till med enklare sysslor i hemmet och ordna aktiviteter tillsammans med äldreomsorgen.

– Alla ställer upp utan kostnad och det är en vinn-vinna situation. Volontärerna gör gott för andra och de som är ensamma får sällskap, säger UllaBritt Kullh.

Populärt pratcafé på Parkgatan

På Parkgatan finns sedan flera år ett populärt pratcafé

som har öppet varannan vecka. Där brukar tre volontärer bjuda på fika och arrangera bingo. Nu har Frivilligcentralen även öppnat ett nytt pratcafé på Öbackavägen 7. Det ska arrangeras fyra träffar innan årsskiftet och sedan görs en utvärdering. Första träffen hölls den 22 september. Ingrid Lindqvist är en av volontärerna som är engagerad i pratcaféet.

– Vi hade trevligt på första träffen och pratade bland annat om Öbacka, som vi alla tycker är ett så fint område, och valet. Vi passade också på att prata om kommande träffar och planera dem ihop. Framöver blir det bland annat livemusik och möjligen föredrag från en bank eller polisen.

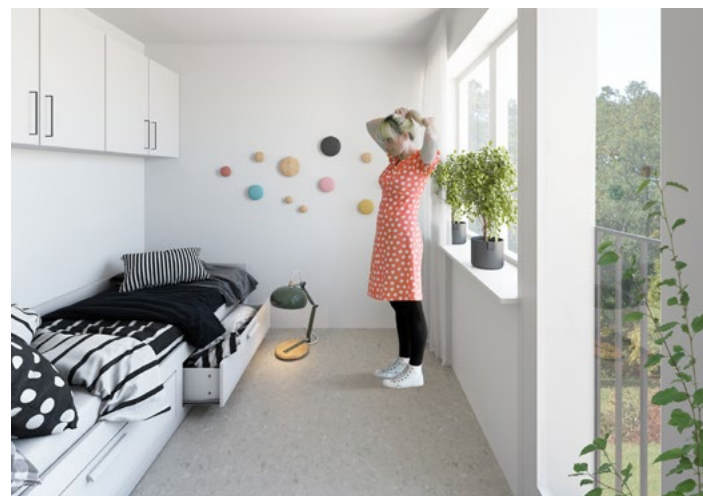
För UllaBritt Kullh är det en cirkel som sluts när hon är med och initierar pratcaféet på Öbacka. Hon arbetade som enhetschef inom äldreomsorgen på Öbacka under 23 år, med start på 1980-talet.

– Det känns fint, det bor många äldre här så jag tror att det finns ett intresse. Det viktigaste med den här typen av mötesplatser är att de äldre enkelt kan ta sig dit och att det är en lättsam stämning som gör att alla känner sig välkomna.

Bostaden stöttar och samarbetar med Frivilligcentralen bland annat i projektet "Vara med – ingen ska behöva vara ensam".



Drönarfoto över Bostadens område på Västteg, september 2022.



Västteg och Ålidhem – så är läget just nu

På Västteg och Ålidhem pågår två av Bostadens största byggprojekt under de senaste åren. Det handlar om hyresbostäder, seniorboende, vård- och omsorgsboende och ett parkeringsgarage på kvarteret Glosboken och studentkorridorer som byggs om till lägenheter på Pedagoggränd.

På kvarteret Glosboken på Västteg bygger Bostaden boenden i olika former: 109 hyreslägenheter, 138 seniorbostäder och ett vård- och omsorgsboende med 120 lägenheter. Dessutom byggs ett underjordiskt parkeringsgarage med plats för 160 bilar.

Vård- och omsorgsboendet väntas vara klart i februari 2024 och för hyreslägenheterna sker första inflyttning i februari 2024 och den sista i december 2024. På seniorboendet är det inflyttning under 2024, den 1 maj och 28 juni.

Klart enligt tidplan

Längst hittills har bygget av vård- och omsorgsboendet kommit. Där är betongstommen uppe och uttorkningsvärme väntas vara på plats vid årsskiftet via fjärrvärme. Bergvärmerna kommer i gång hösten 2023. Alla borrhål är klara men sammankoppling av dem och anslutning till värmepump måste vänta tills betongstommarna är färdiga och grävningsarbeten kan utföras på gården.

– Hela byggprojektet blev något försenat på grund av pandemin då många var sjuka. Där tappade vi nog en månad. Men det går att ta igen på sluttampen, så allt kommer vara färdigt för inflyttning enligt tidplanen, säger Folke Parkle, som är projektledare på Bostaden för Västteg.

Energiåtervinning av avfallsvatten

Hållbarhetstanken går som en röd tråd genom det nya området, där det finns en rad

smarta och energieffektiva lösningar. Däribland energiåtervinning av spillvatten.

– Det är första gången jag ser det, det är helt nytt för oss och det finns jättemycket energi att spara där. Snitttemperaturen på det som släpps ut brukar vara 21 grader, vi tar igen 15 grader av det. Det finns mycket annat smart i byggnaderna också, som till exempel bergvärme och solceller. Detta kommer göra att byggnaderna får en mycket låg energianvändning, berättar Folke Parkle.

Inflyttning på Pedagoggränd

Även på Pedagoggränd 1A-E på Ålidhem där studentkorridorer görs om till 326 små lägenheter är hållbarheten i fokus. En rad energibesparande åtgärder genomförs. Några exempel: fönster byts ut, effektivare maskiner sätts in i tvättstugorna, ledarmaturer monteras in, de nya köks- och wc-blandarna har kallstart och snålspolning och ventilationsaggregat med värmeåtervinning installeras.

Omvandlingen av studentkorridorerna till lägenheter väntas vara helt färdig sommaren 2023, men redan nu har inflyttning skett i en första etapp. Den 1 juni flyttade 74 personer in på Pedagoggränd 1A. Och den 1 november är det dags igen. Då står 90 lägenheter färdiga på Pedagoggränd 1B. Hyresnivån ligger mellan 4 000 och 5 000 kronor.

Nästa etapp i startgroparna

Nästa etapp är studentkorridorerna på

Pedagoggränd 5A, 7A och 9A och de består av 224 enkelrum och 12 lägenheter som kommer att byggas om till små ettor. Utöver det så kommer matrum också att byggas om till lägenheter, det blir cirka 25 lägenheter ytterligare

Inflyttning sker i etapper allt eftersom husen blir klara. Hela projektet beräknas vara klart 2024. Det kommer fortfarande finnas studentkorridorer och studentrum att hyra av Bostaden.

Hårt tryck på lägenheterna

– Allt rullar på enligt tidplan och det är hårt tryck på lägenheterna. Det är inget problem att få dem uthyrda. Vi får en hel del frågor om när nästa etapp är klar och jag vet att en del väntar med att flytta in andra lägenheter för att få chansen att bo i de nya på Pedagoggränd, säger Rebecca Östlind på Bostadens kundcenter.

Hon är glad över det stora intresset för de nya lägenheterna.

– Bostaden satsar hårt på Ålidhem och det känns roligt att så många har koll på vad som händer där och att så många nu vill bo där.

Nicklas Andersson är kvartersvärd på Pedagoggränd och positiv till omvandlingen.

– Det är verkligen ett lyft med de nya lägenheterna. Allt är nytt och fräscht. De som flyttar in är nöjda vilket gör det ännu roligare för mig att arbeta i kvarteret, avslutar Niklas Andersson.



Text: Nils Fredriksson

Odlingskurs med festlig avslutning

Bostaden har tillsammans med ABF anordnat en odlingskurs för kvinnor på Östra Ersboda. Kursen avslutades med en matfest på Spanngränd den 3 september där deltagarna bjöd på godsaker från världens alla hörn.

– Det var kul att avsluta odlingskursen med ett knytkalas där vi fick se hur det har gått att odla under sommaren, säger Emma Lindmark, trädgårdsspecialist och fastighetsskötare på Bostaden, som varit med och arrangerat kursen.

Kursen anordnades vid fyra tillfällen, tre under våren och en återträff inför matfesten. Fokus låg på att odla i odlingslåda och då framför allt det som går att äta. Deltagarna har odlat alla möjliga grönsaker, däribland morötter, tomater, sallad, rödbetor och rädisor, men också kryddor, som till exempel oregano.

– Det har varit roligt och intensivt, deltagarna har visat ett stort engagemang. Många barn har också varit med och haft kul och säkert lärt sig en del. Tanken med kursen var både att visa möjligheterna att odla på våra områden och att samtidigt ge kvinnor med olika nationaliteter och bakgrund chans att träffas, berättar Emma Lindmark.

Odlingslådor finns på många av Bostadens områden. Den som är intresserad men inte hittar lådor kan kontakta sin kvartersvärd.

Bostaden-krysset

SEMLA 50 I ROM	BRUKADE TELEFONEN GÖR SLUT PÅ SLUMP	BLÅ OCH VITA IHOP	FÖRDE FRAM FRAM	BLIR NATT TILLSLUT LADE KORT		
INGEN BLEK KOPIA						
SPEL-PLÅTS		FÅ ATT GÅ GÅR I GOD				
TUNNAN						
ÅRMLÖSA PLÄGG	SKALLTYP MOTSÄGEL- SEFULL FÖRETELSE				GODIS	
			GÅR FÖRE MAJES- TÄT NÄSLJUD			
ATLANT- FARARE MÄRKA	KOFI I FN KAPPSIG- LING- BÅTAR					
			FOT- BOLLS- FÖRBUND FYRAR AV		KURAGET	DEN KAN SES I FJÄRILS- FORMAT
VÅL- SMAK- ANDE	INLEDER HAMLET- MONOLOG UPPHÅVD				HÖG- TIDSTÅLA- RE VÅNING	FÖRVIRDA ANSIKTET
		FOTEN STJÄR- NOR				HUR SA? FÄRLIG SALVA
APART					PROV- FRUKT	
BLANDAD					TUTA	
			ÖVERFÖR- DA YTTRADE			BRÖST- SÖCKER KAN LEDA TILL MISSBRUK
FÖRTÅRA	HES HANN BLI 200					TYCKA KÖKSDOS
		SJUKHUS BYGGAS				UTJÄM- NAR ÅTER
DEKORA- TÖR					ÄR OMÄRKT	BLÅSA BITANDE KALLT
SLAG				BUNDEN BUNT		SPORRA- DE
						Vindel- kryss 2022



Lös krysset – vinn biobiljetter

Skicka ditt svar till Bostaden, Box 244, 901 06 Umeå, och märk kuvertet med Bostadenkrysset. Eller mejla ditt svar till vinn@bostaden.umea.se

Skicka in ditt svar senast 25 november.

Om du skickar in ditt svar via posten, skriv dina kontaktuppgifter här:

Namn:

Adress:

.....

Telefon:

Vinnare i förra Bostadenkrysset

Rätt svar var "Jycke med sjötücke". Stort grattis till vinnarna: Lovisa Sandgren, Ann-Carin Söderström, John Renström, Eva Sverin, Lars Jonsson, Moa Edström, Edith Olofsson, Lars-Gustav Stenlund, Christer Zakrisson, Abdullah Rasooly

Här visar vi stolt upp efterbilder från två utomhusprojekt där Bostadens fastighetskötare och elektriker genomfört alla moment, från start till mål, och som nu resulterat i härliga förändringar av utemiljön. Rullstengsgatan har fått en ny mötesplats för studenter. Nu ska bara gräsmattan, blomsterängen och blomlådorna med växter ges lite tid att växa till sig. Samlingsplatsen på Spanngränd är helt klar och resultatet blev fantastiskt!



Rullstengsgatan



Rullstengsgatan



Spanngränd



Spanngränd