

förbo

JUNI 2024 #2

REPORTAGET

**Meningsfullt
volontärarbete**

FÖRBO INFORMERAR

**Så påverkar
du ditt boende**

INSPIRATION

**Premiär för
Förbos kulörer!**

”

**Vi har så mycket
resurser omkring
oss som ses
som skräp.**

EMILIE, initiativtagare till
Hållbarhetsverkstan i Björkås

Passion för återbruk



Härliga sommar, som vi har längtat!

Nu grönskar det för fullt och har du uteplats har du säkert kommit igång med att inreda sommarens utgångspunkt. Kanske har det blivit en handfull grillkvällar redan! Tänk på att endast använda elgrill om du har balkong och att se till så att röken inte stör dina grannar. För allas trivsel så är det förstås givet att utehänget inte blir för högljutt så att alla kan få en avkopplande stund i sommar. Om det ändå skulle vara så att du känner dig riktigt störd av dina grannar och det inte hjälper att säga till så ringer du till oss för att göra en störningsanmälan. Mer om vad en störning kan vara och hur vi hanterar den kan du läsa på sida 15.

Dina grannar kan såklart också vara till hjälp ibland, till exempel om du ska resa bort och vill göra allt för att förhindra inbrott. Prata gärna med din granne och meddela att du är bortrest så att den kan

hålla ett extra öga öppet åt dig.

Har du tid över i sommar får du i detta nummer inspiration om att återbruka, göra om och laga dina kläder. Kanske hittar du nåt projekt som du även kan tjäna en slant på! Vill du i stället engagera dig för dina medmänniskor får du på nästa sida tips på hur du kan engagera dig för andra kommuninvånare genom att hjälpa till med olika sysslor eller bara vara ett sällskap. Kanske är det just under sommaren som du hittar tiden att vara en vardagshjälte för någon.

Det är många av våra anställda som har semester under sommaren och därför har vi lägre bemanning än vanligt, därför kan ditt ärende ta något längre tid. Vi hoppas att du har förståelse för detta. Har du ett akut ärende så kan du förstås förvänta dig att vi tar tag i det så fort vi kan. Med detta sagt vill vi önska dig en härlig sommar!

TREVLIG LÄSNING!

HAR ORDET



LEIF RATZINGER,
energiingenjör på Förbo

Vi har under våren startat ett antal pilotprojekt inom laddplatser för elbilar ute i våra områden. Med detta vill vi hitta den bästa modellen för att skala upp laddinfrastrukturen i alla våra områden för att möta den ökade efterfrågan från er hyresgäster.



PS. Nu finns Förbos egen kulörkollektion, som gör det enklare att välja en väggfärg att leva länge med.

Innehåll JUNI 2024 #2



3

REPORTAGET

En vilja att förändra

I alla våra kommuner där vi har bostäder finns volontärarbete på ett eller annat sätt. Träffa volontärerna Frida och Mariette!

6

FÖRBO INFORMERAR

Så påverkar du ditt boende

Den årliga kundundersökningen är en möjlighet att tycka till om oss.

HÅLLBART SÅKLART

Kan själv!



10

Ta hand om dina prylar och må bättre på köpet. Förbobladet besöker Hållbarhetsverkstan i Björkås.

Volontärarbete ger mening

MÖTEN. Att vara volontär handlar om så mycket mer än att göra en god gärning eller om att den som får hjälp är tacksam. Volontärarbetet är också viktigt ur ett samhällsperspektiv och kan vara till stor hjälp för att minska ofrivillig ensamhet och få människor att må bra. Volontärerna Frida och Mariette berättar mer.

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

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

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

PRODUKTION
Circus Reklambyrå

OMSLAGSFOTO
Emilie, Hållbarhetsverkstan
Fotograf: Markus Andersson

TRYCK
Alfredssons

ANSVARIG UTGIVARE
Hanna Holmström Tomic

Frida har varit volontär på äldreboenden där de boende bland annat kan få högläsning eller bara sitta och prata över en fika.

I kommunen där du bor finns möjlighet till volontärbete på ett eller annat sätt. Kanske vill du få hjälp av en volontär som kan följa med till affären, hjälpa till med surfplattan, gå en promenad eller bara småprata över en kopp kaffe. Eller så kanske du själv vill bli volontär och hjälpa andra? Vi har träffat Mariette och Frida som är volontärer i Mölndal och som befinner sig på helt olika platser i livet. Mariette är pensionär och Frida går på gymnasiet. Vi frågade varför de valt att bli volontärer och vad det innebär.

– När min man gick bort tyckte jag att det blev tråkigt och ringde till Mölndals stad och fick då reda på att man skulle börja med miniträffar för seniorer nära där jag bor. Det var ren tur att jag ringde just då, berättar Mariette. Hon har idag passerat 70-strecket och har arbetat med människor hela sitt yrkesverksamma liv och hon tycker om att umgås och prata med människor.

SEDAN TVÅ ÅR TILLBAKA är hon och volontären Britt värdar på miniträffen i Balltorp som anordnas tillsammans med Ulrika från förebyggandeenheten inom vård- och omsorgsförvaltningen.

– På måndagar har vi sittgymna, quiz eller hittar på något annat kul och fikar efteråt i Mölndals stads lokaler. På torsdagar träffas

vi i Förbos lokaler och har sopplunch. Det är otroligt socialt och de som kommer är allt mellan 70 och 85 år. Vi skrattar och skojar och har riktigt roligt tillsammans. Både vi volontärer och de som kommer tycker det är jättekul. Jag tror att detta är något som behövs för det är många som är ensamma och själv har jag fått massor av nya vänner!



”
Om man tycker om människor och vill umgås och hjälpa till är volontärbete ett bra sätt.

MARIETTE, volontär i Mölndal

”
När jag var liten sa jag alltid att jag ville förändra världen. Jag kan ju börja med att göra något för någon.

FRIDA, volontär och språkvän



Frida går sista året på gymnasiet där hon läser naturvetenskaplig linje. Ända sedan hon var liten har hon sagt att hon vill förändra världen. Det var också en av anledningarna till att hon valde just natur, för att jobba i labb och komma fram till något stort.

– Men då behöver man ju vänta så länge, och jag vill göra något nu. Som volontär kanske jag kan göra skillnad för någon.

IDAG VILL FRIDA BLI SOCIONOM eftersom hon tycker om mötet med människor. Bland annat har jobbet som volontär förstärkt bilden ytterligare.

– Just nu är jag språkvän och träffar en tjej som är ett år äldre än mig som kommer från Ukraina. Vi pratar och går på museum, besöker parker och gör andra roliga saker tillsammans. Hon var med mig och några kompisar när vi skulle gå på karaoke också – det var väldigt kul!

Frida berättar att hennes språkvän ibland känner sig tyngd av allt som händer i Ukraina där hon fortfarande har sin syster och vänner kvar, och kan säga saker som ”varför måste jag vara kvar här i Sverige, varför kan inte jag vara med och kämpa”.

– I sådana lägen försöker jag påminna henne om att det finns en mening med att hon är här och kan berätta sin historia och förmedla vad som händer, säger Frida.



Du kan ta hjälp av en volontär som kan gå med och handla, gå på en promenad eller bara ta en fika och prata.

INNAN FRIDA BLEV SPRÅKVÄN besökte hon äldre på äldreboenden.

– Jag satt och pratade med dem, många är ganska ensamma. Men egentligen var det framförallt de som berättade mycket om sina liv. Jag minns en äldre kvinna som berättade hur det var här i Mölndal under andra världskriget och om hur soldater genomsökte tågen som stannade i Källered bland annat. Det var väldigt speciellt, särskilt som jag efteråt skulle gå på tåget just på den hållplatsen, säger hon och fortsätter:

– Till alla som funderar på att bli volontär säger jag – bara kör på! Det är otroligt kul och givande. ■

TEXT Liza Egbona

FOTO Markus Andersson



Irma och Margareta är volontärsamordnare i Mölndals stad.

VOLONTÄR I MÖLNDAL FYLLER 15 ÅR

I år har volontärverksamheten i Mölndal funnits i 15 år. Det kommer att uppmärksammas den 25 september på Möllan med en fotoutställning, minimässa och så bjuds det på mingel, tårta och kaffe. En som varit med från start är volontärsamordnaren Margareta.

– Idag har vi cirka 200 personer som arbetar som volontärer och många har flera uppdrag i veckan. Som volontär väljer du själv vad du vill göra – vi främjar det goda mötet. Alla kan bli volontärer, vår yngsta volontär är 17 år och den äldsta 87. Det går också att kontakta oss om man vill träffa en volontär som gör hembesök, berättar Margareta.

Även Irma arbetar som volontärsamordnare sedan några år tillbaka. När hon började slogs hon av det stora engagemang som finns därute.

– Det är fascinerande att det finns så många som vill hjälpa till och göra saker helt ideellt. Det känns otroligt fint.

Som volontär kan man som sagt träffa personer och umgås eller hjälpa till med vissa saker. Man kan också vara språkvän och inom volontärverksamheten i Mölndal finns flera språkcaféer och fika med jobb-sök exempelvis.

Margareta menar att volontärbetet är viktigt då det finns så mycket som faller mellan stolarna.

– Språkcaféerna, träffpunkterna, miniträffarna, besök på äldreboenden eller vår verksamhet vän till vän där man kan ringa och söka sällskap, hade inte funnits i den omfattning som det gör idag om vi inte hade haft volontärer. Uppdraget är jätteviktiga för att kämpa mot den ofrivilliga ensamheten. Den kan finnas både hos den som är volontär och den som tar emot hjälpen – så det är win win.

FÅ HJÄLP
ELLER HJÄLPA?

SERVICE I DIN KOMMUN

BLI ELLER ANLITA EN VOLONTÄR

Det finns olika typer av volontärbete i våra kommuner. Du kan själv bli volontär då du bidrar med dig själv, dina erfarenheter och din tid eller ta hjälp av en volontär som exempelvis kan gå med och handla, gå på en promenad eller bara sitta och ta en fika och prata. På din kommuns hemsida finns mer information, du kan också ringa eller mejla.

- **Volontär i Mölndal**
031-315 16 33, volontar@molndal.se
- **Volontärverksamhet, Härryda**
031-724 84 31, volontarcentral@harryda.se
- **Volontärsamordnare, Kungälv**
0722-23 65 79, volontar@kungalv.se
- **Volontär, Lerum**
076-780 53 48, frivilliginsatser@lerum.se

FIXARTJÄNST – FÖR DIG SOM ÄR ÄLDRE

Visste du att du som är senior kan anlita en fixare utan kostnad? De kan till exempel hjälpa till med att sätta upp gardiner, byta glödlampor och se över halkskydd för att förebygga fallolyckor i hemmet. I Härryda och Mölndal kan du som är över 70 år använda tjänsten, i Lerum erbjuds den till alla över 67 år och i Kungälv gäller servicen alla pensionärer. På din kommuns hemsida finns mer information. Tjänsten är kostnadsfri, men vad som ingår skiljer sig åt.

- **Fixartjänst i Mölndal**, Lena Wiktorsson (fixare), 031-315 24 65
- **Fixartjänst i Härryda**, Mats Svensson (fixare), 031-724 67 47, telefonid mån–fre kl 8–9
- **Hemfixare i Kungälv**, 0722-23 65 79
- **Fixartjänst i Lerum**, 0302-52 23 00

Så jobbar vi för att få mer nöjda hyresgäster

FÖRBÄTTRING! Tack vare era värdefulla insikter från den senaste kundundersökningen har vi på Förbo satt fokus på konkreta åtgärder och förbättringar. Vår målsättning är att du som hyresgäst ska uppleva en tydlig skillnad i servicenivån. Vi satsar helhjärtat på att förbättra din kundupplevelse.



SMIDIGARE SERVICE

Ett ökat fokus på samarbetet mellan Förbo och entreprenörer gör att vi hittar fler saker som vi kan förbättra tillsammans. Som hyresgäst märker du skillnad i form av snabbare återkoppling och service.

ENKLARE ATT HÅLLA DIG UPPDATERAD

- Direktkontakt med Förbovärd i ditt ärende via Mina sidor, din boendeportal.
- Förbättrad användarupplevelse inne på Mina sidor.
- Vi försöker uppdatera dig oftare kring vad som händer i ditt område genom utskick via mejl och Mina sidor.

NÄRMARE RELATION TILL DINA FÖRBOVÄRDAR

- Öppet hus på plats i flera bostadsområden.
- Förbovärdar svarar när du ringer till oss på morgonen.
- Vi återkopplar på dina villkor via sms, telefon eller via mejl.
- Stort fokus på kvalitet i kundtjänstarbetet som får högt betyg från hyresgäster.



TA CHANSEN OCH VAR MED OCH PÅVERKA!

Håll utkik efter nästa kundundersökning som kommer i din brevlåda eller via mejl. Undersökningen kommer i augusti och dina svar är viktiga för att vi ska veta vad vi behöver arbeta mer med och vad som fungerar bra.

Säsongsommar

Koll på läget



OK ELLER EJ?

På förbo.se kan du läsa vad som gäller för grillning, pool på tomten, hur du får det svalare inomhus och annat matnyttigt.

MUMS!



Foto: zeta.nu

Recept på enkla pizzasnurror

Ugn 200 grader.
450 gram färdig pizzadeg

Fyllning:

- Färdig tomat- eller pizzasås
- 200 gram riven mozzarella
- 100 gram strimlad skinka eller grillad paprika
- 1 tesked torkad oregano
- Salt och peppar

Gör så här:

Rulla ut degen. Bred ut ingredienserna. Rulla ihop från långsidan. Skiva rullen i 2 centimeter tjocka skivor. Lägg skivorna med snittytan uppåt på en plåt med bakplåtspapper och grädda i 15–20 minuter. Klart!



På minsoltid.se kan du räkna ut hur länge du kan vara ute i solen utan att bränna dig.

Källa: capio.se och strålsäkerhetsmyndigheten.se



Ät ute i sommar!

NATURNÄRA. Allt smakar bättre utomhus, eller hur? Kanske är det den friska luften, dofterna eller bara känslan av att vara iväg på ett litet äventyr.

6 STEG



Fixa picknicken

Naturnära läge. En parkbänk, en skogsglänta, vid en strand, eller din uteplats?

Varierande kost. Se till att det finns något gott att äta för alla. Plockmat är smidigt.

Iskallt och läskande. Tips! Frys saft i flaska och använd som kylklamp.

Värmande mys. Mjuka filtar, bekväma sittunderlag och en varm tröja behövs.

Lekfullt efter maten. En boll, frisbee eller en sudokutidning ger underhållning.

Snällt & omtänksamt. Lämna platsen lika fin som du själv vill mötas av den.

4 BRA PRYLAR



Bärbar solcellslampa
– så att ni kan stanna ute länge.
349 kr, Clas Ohlson



Första hjälpen-kit
– ifall olyckan är framme
60 kr, Flying Tiger



Förstoringsglas
– spännande för små att studera småkryp
65 kr, lekakademien.se



Campingstol
– alla vill inte sitta på marken
149 kr, Rusta



Om du inte har möjlighet att komma till kontoret, kan du ringa kundtjänst och boka tid med oss

PIERRE,
Förbovärd i Härryda

ÖPPET HUS
JUNI - AUGUSTI

Tis kl 9.30-10.30
Tors kl 15-16

Öppet hus – så funkar det!

Tisdagar och torsdagar är det Öppet hus på ditt Förbokontor. Då finns Förbovärdar och uthyrare på plats. Här är några vanliga saker som du kan få hjälp med:



Nycklar

Hämta bomnycklar och lämna eller hämta lägenhetsnycklar.



Tillval

Få tips och gör tillval och beställningar i Personliga hem.



Söka bostad

Få hjälp att söka en lägenhet på Mina sidor.



Kontakt

Diskutera serviceanmälningar eller störningar.



Frågor & svar

Få svar på frågor om till exempel dina köpoäng.



Tillstånd

Få svar på vad som får göras, t ex om du vill renovera eller bygga ett staket.

NÄR SKA JAG VÄNDA MIG TILL HUVUDKONTORET?

På huvudkontoret på Råda torg 4 i Mölnlycke kan du bland annat få hjälp med:

- Registrering i bostadskö, fordonskö och förrådskö.
- Bli guidad på Mina sidor.
- Få svar på allmänna frågor, som hur du söker en lägenhet, frågor kring hyran, hämta avier och lämna in blanketter.

TÄNK PÅ ATT...

På förbo.se hittar du mycket användbar information. Hittar du inte det du söker där kan du alltid få hjälp på ditt Förbokontor under Öppet hus eller ringa kundtjänst.

Adress till ditt Förbokontor och mer information finns på baksidan av Förbo-bladet och förbo.se/kontakt.

Obs! Inget Öppet hus v. 28-32.

UPPTÄCK FÖRDELARNA MED MINA SIDOR

På Mina sidor kan du bland annat göra en serviceanmälan, ta del av boendeinformation och se dina avtal och hyresavier. Du kan också göra intresseanmälningar och sökbevakningar på lägenheter, förråd och parkeringar.

Tänk på att ställa in rätt sökbevakning, annars kan du få förslag som du inte är intresserad av. Se till att ha uppdaterade kontaktuppgifter så att vi enkelt kan nå dig.



Har du inte börjat använda Mina sidor ännu? Logga in och ta en liten rundtur. Läs mer på förbo.se



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 via förbo.se**



LERUM

SÄKRARE PÅ PARASOLLEN

Dörrlås till lägenheter och allmänna utrymmen byttes till säkrare och modernare lås för att öka tryggheten på Parasollen i Gråbo.

KUNGÄLV

LÄTT ATT GÖRA RÄTT

På Runängsgatan 8 i Ytterby har vi installerat en ny och nära avfallsstation med fullsortering som gör det enklare för hyresgäster att källsortera.



HÄRRYDA

LADDAT OCH KLART

På Solstengärdet i Mölnlycke har vi i ett pilotprojekt installerat laddstolpar på sex parkeringsplatser. Ett av flera projekt för att utreda lösningar inför utbyggnad av laddinfrastrukturen i våra bostadsområden.



MÖLNDAL

BOULE I BALLTORP!

Förbo deltog som vanligt på Balltorpsdagen där det bjöds på allt från trampbilsrace, fika, kör och bouletutmaning.

mitt område

BOTIPSET



HELENA,
Förbovärd i Lerum

» När vattnet rinner undan sakta i badkaret eller duschen, samtidigt som det kanske luktar illa, är det dags att rensa golvbrunnen. Så här enkelt fixar du det själv! «

Fixa stoppet i avloppet

Genom att hålla efter och städa vattenlås och golvbrunn förebygger du stopp i avloppet. Detta är något du själv ansvarar för.

Vattenlås. Att göra rent vattenlåset i tvättstället är något som du behöver göra regelbundet. Skulle du råka spola ner något i tvättstället kan du även testa att öppna vattenlåset för att se om saken fastnat där. Sätt en hink under tvättstället och skruva loss vattenlåset. Plocka ur smutsen, skölj rent och skruva fast igen.

Golvbrunn. Om vattnet börjar rinna ner dåligt när du duschar eller badar är det ett tecken på att du behöver rensa golvbrunnen.

Ta bort gallret och plocka upp korgen där smutsen samlats och rensa ur den – lägg smutsen i en hink. Rengör och sätt tillbaka.

Stopp i avloppet. Om du får stopp i avloppet kan du först försöka ta bort det som sitter i vägen. Går det inte kan du kontakta Förbo och göra en serviceanmälan.



PÅ FÖRBO.SE HITTAR DU FILMER
om hur du rensar vattenlås och golvbrunn. Sök på "filmer – så här gör du".

OM EMILIE

Gör: Jobbar med textilt skapande, utbildad psykolog

Aktuell: Initiativtagare till Hållbarhetsverkstan i Björkås

Bästa stickningstipset för nybörjare: Välj tjocka stickor och tjockt garn – det ska hända något snabbt och man vill se resultat.

Sommarkjolen har Emilie sytt av en gammal broderad gardin. "Så många timmar någon lagt ned på att brodera det här. Sjänt här kan finnas för tio spänn på loppis."



Hantverk och hållbarhet hör ihop

GEMENSKAP. Följ med på avslutning på studiecirkeln Lappa och laga, en del av Hållbarhetsverkstan i Kungälv. Deltagarna är allt från tonåringar till pensionärer och alla småpratrar, tar lite fika och slår sig ned med sitt projekt. Någon syr om ett påslakan, en annan ska förlänga en tröja så att den passar bättre.

Emilie har skapat med textil så länge hon kan minnas och kommer ihåg ett av sina första sy-projekt, en scrunchie.

– Min mamma och farmor sydde och stickade hela tiden. När jag var tonåring skojade mina kompisar och sa att jag nog alltid haft ett medlemskap i pensionsorganisationen PRO..!

Hon tycker dock att det verkar som om någonting har hänt. Hantverkande och handarbete tittalar allt fler och har blivit trendigt.

– Sedan pandemin har garnimporten i Sverige ökat med 50 procent. Jag tror att det är bra för folk att hålla på med händerna. Men egentligen skulle det inte behövas import. Visste du att i Sverige eldar vi upp ull!?

HENNES INTRESSE FÖR HÅLLBARHETSFRÅGOR märks tydligt när vi denna vårväll hälsar på i Hållbarhetsverkstan i Björkås. En återbruksverkstad utrustad med det som behövs för att lappa, laga, slipa och ta hand om sina vardagsprylar. Ett resultat av Emilies engagemang och ett lyckat samarbete med Kungälv kommun, ABF och Förbo som står för lokalen.

– Det finns ett liknande upplägg i Lund som heter Fixa Till, som jag inspirerats mycket av. Jag tog kontakt med Kungälv kommun som har hjälpt till med konceptet. ABF ville gärna vara med och hjälpa till med studiecirkelarna. Lokalen är Förbos, de renoverade och tillgänglighetsanpassade innan vi öppnade.

VAD GÖR DET MED MÄNNISKOR att få skapa och tillverka? Emilie hänvisar till lyckoforskningen som visar att tillståndet flow går att uppnå med handarbete. Med sin bakgrund som psykolog funderar hon på om det också kan förebygga psykisk ohälsa.

– Att hitta sitt flow... alla som hållit på med något skapande eller kreativt vet hur



Jurgita ska tillverka en löskrage av en skjorta. "Jag ska ha den på en intervju, det blir för svettigt med långa ärmor."

bra det känns. Det leder till minskning av stresshormon, växande självförtroende, känslan av att åstadkomma något själv. För någon som är nyanländ kan ett hantverk

– När något tar tid att tillverka blir du också mer rädd om resultatet och vill ta hand om det, och laga när det går sönder. Vilket är vettigt, vid tillverkning av en t-shirt går det åt lika mycket vatten som en människa dricker under tre år!

”
När något tar tid att tillverka blir du också mer rädd om resultatet.

EMELIE, eldsjäl och initiativtagare till Hållbarhetsverkstan

vara ett sätt att komma in i språket, känna trygghet och få en gemenskap.

Hon menar också att det inte gör något om saker tar mer tid.

EMILIES VISION FÖR FRAMTIDEN är att Hållbarhetsverkstan ska bli ungefär som en tvättstuga eller dygnetrunt-affär, att man loggar in med bank-id och kan använda det som man behöver. Tills vidare fortsätter inspirationsdagar och studiecirkel i lokalen på Hällebergsgatan 56 i Björkås, Ytterby nära Kungälv, åtminstone året ut.

– Alla är välkomna! Man behöver inte alla ha vana vid hantverk, hälsar Emilie. ■

TEXT Anna Brakander

FOTO Markus Andersson

Lina Junedahl och Marie Feser, miljöingenjörer på Kungälv kommun:

"LYCKAT SAMARBETE KAN GE RINGAR PÅ VATTNET"



– Emilie kom till oss och hade en idé om återbruk och hållbarhet och vi tänkte att den här eldsjäl vill vi uppmuntra, säger Lina.

Kungälv kommun har varit med från start, hjälpt till med konceptet, bidragit med material och deltagit på inspirationsdagar.

– Hållbarhetsfrågor och att minimera avfall är redan viktiga delar i vårt arbete och vi ser det här som en mötesplats dit alla är välkomna, menar Lina. Som ett gemensamt vardagsrum där man möts över generationsgränserna.



– Vi hoppas att de olika temana kan tilltala många, säger Marie. Kanske det finns äldre som har levt mer hållbart och vill dela med sig till yngre?

Vilken respons har ni fått?

– Vi har fått fin respons! Deltagare tycker att det har varit roligt och engagerande, bra med experthjälp och uppskattar att man får ta med egna projekt. Vi har också fått frågor från andra enheter inom kommunen om hur vi kan samarbeta, kanske med ett cykelkök eller arbetsträning, säger Lina.

Kursinnehåll

Varje tema har en öppen inspirationsdag och därefter en studiecirkel som man anmäler sig till. Förutom Lappa och laga genomfördes Klimatsmarta hem, Gröna fingrar och en Skräpskapardag under våren. Till hösten fortsätter verksamheten. Material finns på plats och det är kostnadsfritt att delta. Några exempel är:

- Återställ en rostig gjutjärnspanna.
- Laga dina favoritbyxor.
- Gör egna bivaxdukar.
- Gör om en herrskjorta till en kjol.

LÄS MER PÅ KUNGÄLV.SE

– sök på Hållbarhetsverkstan. Om du har frågor eller idéer, kontakta gärna hallbarhetsverkstan@kungalv.se

Premiär: våra utvalda kulörer

NOGA UTVALT. En ny färg på väggarna kan snabbt förändra känslan i ett rum och är ett enkelt sätt att förnya utan att köpa nytt eller möblera om. Nu lanserar vi Förbos egen kulörkollektion för att underlätta för dig att välja – ett tjugotal färger i behagliga toner som passar till många olika inredningsstilar.

Lupin
S 1002-R50B

Duggregn
S 2002-R50B

Kalk
S 0300-N

Krita
S 0500-N

NEUTRALT. Det finns färger som går mer åt det neutrala hållet och en neutral bas fungerar med det mesta i inredningsväg. Vitt, grått och beige är praktiska basfärger.

STEG FÖR STEG-GUIDE:

- 1. Skydda ytor.** Täck golvet med täckpapp och maskera lister med maskeringstejp.
- 2. Tvätta väggarna** med väggtvätt eller ljummet vatten och mild rengöringsmedel för att få bort fett och smuts. Färgen fäster bättre då.
- 3. Spackla** igen hål och slipa tills du får en slät yta.
- 4. Börja måla** längs lister och hörn med målarpensel.
- 5. Fortsätt på större ytor** med roller, det går snabbare och blir jämnare. Börja nedifrån och jobba uppåt. Ha ordentligt med färg på rollern.
- 6. Låt färgen torka** (se färgburken för hur länge) och måla sedan en andra gång. Klart!

P.S. Du kan också beställa målningssjobbet genom Personliga hem.



Måla själv?

Sjörök
S 1000-N

Kvällshimmel
S 1005-Y80R

Vete
S 1002-Y50R

Vanlij
S 0502-Y

ATT TÄNKA PÅ

Fundera på vilken känsla du vill ha i rummet och vad du tror att du kommer trivas med en längre tid. Till sist handlar det såklart om tycke och smak och vad som passar just dig.

Råg
S 0804-G90Y

Strand
S 1505-Y20R

Keramik
S 2005-Y20R

MÖRKT ELLER LJUST. Ljusinsläppet från fönster påverkar. I en liten eller mörk bostad väljer många att måla med ljusare kulörer för att få rummet att uppfattas som större.

Lera
S 1505-G80Y

Eukalyptus
S 2010-G60Y

Lav
S 3005-G20Y



Förbos nya färgkollektion ska underlätta för hyresgäster att välja färg till målade väggar. Färgerna matchar tapeterna i katalogen Borosan Hem.

VARMT ELLER KALLT.

Färger som går åt det gula och röda hållet brukar anses som "varma" medan kulörer mot blått eller grönt räknas till "kalla". Ett rum målad i en kall färg kan upplevas som svaltt och stramt och rummet kan kännas större. En varm färg kan göra att rummet upplevs ombonat och mysigt.



Se alla färger på ditt Förbokontor!

Kaktus
S 2005-B50G

Duva
S 2010-B

Fjäll
S 0507-R80B

Månsten
S 1002-B

Jag är mycket för naturliga gröna nyanser. Med grönt i sovrummet sover man gott!



SUSANNE,
Förbovärd i Lerum som har tagit fram Förbos egna kulörer

TANKARNA BAKOM FÄRGKOLLEKTIONEN

Varför finns Förbos utvalda kulörer?

Från de hyresgäster som kom in och ville måla om hemma märkte vi att NCS-kartan med sina tusen färger är svår att välja från. Många står och bläddrar och bläddrar, och det kan vara svårt att veta hur färgen kommer att se ut på väggen och att nyansen känns bra. När den nya tapetkollektionen från Boråstapeter kom tidigare i år ville jag ta fram färger som matchade. Till exempel om man vill göra en fondvägg med tapet och vill ha en matchande färg, eller bara vill ha en enhetlig stil genom flera rum i lägenheten. Tapetkollektionen är ju skapad för att hålla över tid, och då tänkte vi att färgerna bör följa samma tema.

Vilka färger och nyanser finns det?

Kollektionen består i dagsläget av cirka 20 ljusa, neutrala nyanser i gått, beige, blått, grönt och rosa. Det finns några kalla och några varmare toner. De är framtagna för att göra det enklare för hyresgäster att välja. Du kanske vet att du vill ha en beige eller grå ton, men vilken ska man välja av alla nyanser i NCS-färgkartan? Här erbjuder vi ett genomtänkt urval av kulörer.

För vem passar färgkollektionen?

De flesta vill ha en ombonat och modern känsla hemma, de här ljusa färgerna skapar det. Många kanske vill ha färger som känns neutrala men ändå ger en stämning åt ett rum. Vi märker att många vill ha målade väggar just nu, istället för tapet. Hittills har jag bara fått bra respons och de som sett de utvalda kulörerna har valt att beställa från dem.

PERSONLIGA HEM



”
Det är en himla go
anda i huset. Alla som
kommer hit stortrivs.

hyresgäst på Kvarnkullen

Bekvämt + tillgängligt + tryggt = plusboende

Vi vill att du ska kunna bo kvar länge. Därför har vi plusboenden; bostäder som passar för dig som fyllt 55 år, eller är över 70 år.

Vi på Förbo strävar efter att tillhandahålla ett tillgängligt och flexibelt boende – där du vill och kan bo kvar. Det betyder att ingen ska behöva lämna sin lägenhet, sitt hus eller sitt område på grund av fysiska hinder. Ålder och levnadsförutsättningar ska inte vara

avgörande för om du kan och vill bo kvar.

Våra lägenheter för dig som fyllt 55 år är just avsedda för dig som passerat 55, annars är bostadsområdena som vilka andra områden som helst.

Vi har även lägenheter som är anpassade för dig som är 70 år eller äldre. Dessa lägenheter är tillgänglighetsanpassade för att passa dig som har särskilda behov. Här erbjuds även samlings- eller gemensamhetslokaler där man kan träffas och umgås med andra som bor i huset.

FÖRBOS PLUSBOENDEN

55+

Balltorp – Peppareds torg 8 + Ålegårdsgatan 428

Källered – Solgläntan

Landvetter – Byvägen 17

Mölnlycke – Skolvägen 2

Kärna – Kärnavägen

Ytterby – Häradsvägen

Lerum – Brogården + Knappängen

70+

Gråbo – Parasollen

Kungälv – Kvarnkullen

Lindome – Konditorivägen



Förbovärderna Hugo tillsammans med hyresgästen Carina och hennes hund. Vi på Förbo är tacksamma över hjälpen och visade vår uppskattning med en blomma och tackkort!

SNABBT AGERANDE MINSKADE VATTENSKADA

I samband med en diskmaskinsinstallation i en av våra lägenheter skedde ett misstag som ledde till att stora mängder vatten började spruta i köket. Förbovärdarna Robin och Hugo fick ett samtal och åkte dit för att stänga av vattnet. De möttes av en vattenfylld lägenhet, men också av grannar som var på plats och hjälpte till att få undan vattenmassorna genom att ösa och få ut vattnet genom altandörren. Det snabba agerandet reducerade vattenskadorna som annars förmodligen blivit större.

Carina var en av de grannar som hjälpte

till. Så här säger hon om det som hände:

– Jag fick ett samtal från en av mina grannar som berättade om läckan och skyndade mig hem – jag hade precis slutat jobbet. Väl framme såg jag att det kom ut vatten från ett rör i köket. Vi var flera grannar som öste ut vatten och försökte få undan det med hjälp av kvastar, moppar och handdukar. Det var en härlig känsla av gemenskap och vår granne var tacksam och glad över att vi kunde komma och hjälpa till. Det känns också fint att veta att man har grannar som ställer upp och hjälper varandra. **Tack för hjälpen Carina!**

VI HÖRS I
SOMMAR!

Självklart kan du alltid höra av dig till oss även under sommaren. Under **veckorna 25–33** kan det dock dröja längre än vanligt innan du får hjälp eftersom flera av oss har semester och vi inte har full bemanning på plats. Vi hoppas du har förståelse för det! Har du ett akut ärende kan du räkna med att vi tar tag i det så fort vi kan.



TIPS FÖR BÄTTRE GRANNSÄMJA

- Säg hej till dem du möter.
- Meddela dina grannar i förväg om du planerar en liten fest hemma.
- Visa hänsyn och gå ut på gården för att röka.
- Är det något som du upplever störande – prata med personen och förklara hur du känner.



FÖRBO
SVARAR

YLVA ALM
Uthyrare

» På Förbo finns regler som ska hjälpa till att skapa trivsel. Men hur gör du om du upplever att en granne stör? «

OM STÖRNINGAR

Att bo i lägenhet med andra människor nära innebär en viss tolerans – det är oftast inte helt tyst. Om du störs är det bäst att först prata med personen och försöka komma fram till en lösning. Om det känns obekvämt eller inte går kan du ringa vår kundtjänst. Ringer du efter kontorstid kopplas du vidare till vår jour.

När ska man anmäla – och inte?

Det är svårt att säga exakt. Men det kan exempelvis gälla hög musik, skällande hundar, ljudet av borrande, spikande eller bankande sent på kvällen. Även att duscha, bada eller använda tvättmaskinen mitt i natten kan störa. Mellan 22.00 och 06.00 ska det vara tyst. Tänk också på att du ansvarar för dina barn och besökare.

Varför är det viktigt att anmäla?

Delvis för att personen i fråga kanske inte vet om att den stör. Ju tidigare man kan prata om det, desto bättre för grannsämjan. Tänk också på att det måste finnas bevis när en anmälan om störning görs.

Vad händer efter en anmälan?

Det beror på vilken typ av störning det är. Det kan vara en dokumenterad störning då en tredje part varit på plats eller en störning som inte är bekräftad. En störning kan vara nedskräpning med cigarettfimpar, eller om det står en barnvagn, cykel eller liknande i vägen. Varningsbrev skickas då ut till den störande hyresgästen. Om störningen är grov och man får två anmälningar eller mer inom loppet av några månader kan hyresgästen i värsta fall bli uppsagd. Om du inte håller med om störningen eller inte förstår vad som menas ska du kontakta ditt Förbokontor.

HIT RINGER DU

- **Förbos jour 031-746 50 00** dygnet runt vid anmälan av störande grannar.
- **Ring 112** eller gör en polisanmälan om du misstänker brott, misshandel eller någon far illa.

VI SES!



SOMMARJOBBSBUSSEN RULLAR IGEN

SOMMARTIDER. För åttonde året i rad kommer Förbo erbjuda ungdomar i åldern 17–25 år sommarjobb under tre veckor. Insatsen är ett sätt att få sysslor gjorda som ökar trivselen i våra bostadsområden. Vi på Förbo får också en möjlighet att visa upp oss som en framtida tänkbar arbetsgivare och skapa ett intresse för fastighetsbranschen. Det är även en chans för ungdomar att få ett första jobb och tjäna lite egna pengar.

Upplägget innebär att arbetet utförs i ett område i taget. Efter en gemensam introduktion åker ungdomarna med buss runt till olika bostadsområden. Arbetsuppgifterna varierar och praktiska sysslor kombineras med informativa pass om hur det är att arbeta på ett fastighetsbolag. Sommarjobbet på Förbo är populärt och flera ungdomar har återkommit flera gånger.

I år kommer sommarjobbarna att finnas på plats under **veckorna 24, 25 och 26** och vi lägger särskilt fokus på utemiljö.





En hemförsäkring skyddar mer än ditt hem!

Att prioritera en hemförsäkring är viktigt, det kan bli dyrt att vara utan.

En hemförsäkring skyddar ditt hem, dina saker och dig som person. Skyddet gäller både när du är hemma och om något händer utanför hemmet, som att du blir rånad eller behöver juridisk hjälp. Det är viktigt att du har en hemförsäkring även om du bor i andra hand eller som inneboende.



Läs mer om hemförsäkring och var du köper den:
svenskforsakring.se/hemforsakring



Svensk Försäkring

KONTAKTA OSS – VI FINNS HÄR FÖR DIG!

SERVICEANMÄLAN

Gör din serviceanmälan dygnet runt på Mina sidor via förbo.se

RING OSS PÅ 031-746 50 00

Samma nummer dygnet runt. Mellan 7.45 och 9.15 svarar dina Förbovärdar på 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 (juni–aug
15.00–16.00)
Obs! Inget Öppet hus v. 28–32

DITT FÖRBOKONTOR

Mölnlycke, Landvetter, Hindås, Hällingsjö och Rävlanda
Badhusgatan 2B, 435 30 Mölnlycke,
harryda@foerbo.se

Balltorp, Lindome och Källered

Gamla Riksvägen 48B, 428 32 Källered, molndal@foerbo.se

Lerum, Stenkullen, Gråbo, Floda, Tollered och Sjövik

Hällebergsvägen 1, 443 60 Stenkullen, lerum@foerbo.se

Kungälv, Ytterby, Kärna, Kareby och Marstrand

Skolvägen 5, 442 50 Ytterby, kungalv@foerbo.se

NÄSTA
NUMMER
KOMMER I
oktober

förbo

Förbo AB, Box 161, 435 24 Mölnlycke, info@foerbo.se, förbo.se