



Lev snålt
– få ut det
mesta

6



Irländaren
som peppar
Umeåborna

12



Victor
kämpar mot
festivaldöden

4

Smarta tips:

Så boostar du din karriär

8

Studenterna livar upp Mariehem

Efter en stilla sommar vaknar studentområdena till liv. Mariehem är inget undantag. Från mitten av augusti finns alltför studenter på plats. Jag ser också fler cyklar vid entréerna och studenter som tar till vara på sensommarsolen på gräsmattorna. Och telefonen börjar ringa igen. Hyresgäster som har nya frågor och nya fel att laga hör av sig. Allt detta trappas upp i månadskiftet augusti-september när alla studenter kommit på plats.

Det som kännetecknar ett studentområde är rörelsen och den stora variationen av hyresgäster, både när det gäller nationaliteter och åldrar. Jag träffar människor från jordens alla hörn och har fått lära mig massor. Bland annat hur en studentkorridor i Holland ser ut och hur man finansierar sina studier när man kommer från olika delar av världen.

Jag har även lärt mig att det är roligt att torka fönster i Umeå, om man kommer från västkusten vill säga, där saltet etsar sig fast på rutorna. Det är lätt att glömma att vi har stora skillnader även i vårt eget land.

I min roll som kvartersvärd, kontaktar studenterna mig redan vid inflyttning för att få nycklar och information kring korridoren och området. Vissa håller sedan tät kontakt

med mig, medan andra kontaktar mig först när det är dags för besiktning vid utflyttning. Kontakterna under boendetiden kan handla om allt från underhåll, felanmälan, städning och störande grannar till synpunkter om förbättringar.

Jag märker att en del icke-studenter i dag ser studentboendet som ett lite omodernt boende. Men från studenterna hör jag att det varit skönt att först komma till en ny stad och bo i korridor och därigenom skapa ett socialt nätverk. För att därefter kanske flytta ihop med ett par kompisar i en egen lägenhet. Snittboendetiden i korridor är relativt kort.

Själv ska jag in i studiernas värld nu i höst, men då på distans, något som ökar bland de flesta universitet. Framtiden får visa hur det kommer att påverka boendet i studentkorridorer.

Ha en schön höst!



Ulf Johansson,
kvartersvärd Mariehem

Staffans gröna fingrar ger balkongen liv



Staffan Mattssons balkong går inte att missa. Här trivs det mesta – majs, tomater, fåglar och insekter.

– Det är så roligt att hålla på med det här, säger han.

Ända sedan 17-årsåldern har Staffan haft trädgård som hobby. Numera bor han i lägenhet på Ålidhem och får nöja sig med en mindre odlingsyta.

– Jag jobbar mycket med växter på väggarna på balkongen. Jag har satt upp linor som klättrväxterna får klänga sig fast vid, säger Staffan.

Staffan Mattsson älskar växter och djur och har förvandlat sin balkong till ett både skönt och grönt rum. – Här är det underbart att sitta, säger han.

Han älskar att fotografera och bygger holkar åt både humlor och fåglar.

– Då sätter jag plexiglas på baksidan så att jag kan titta in och följa fågelungarnas utveckling. Det är fantastiskt, säger han.

Förutom slingerväxter driver han upp tagetes och andra blommor som lockar insekter och fjärilar. Men han odlar även speciella frilandstomater samt persilja och majs i balkonglådor.

– I år får jag fyra majscolvar! säger Staffan.

Tips
från en av
våra läsare.
Present
kommer med
posten.

Hej är Bostadens tidning för hyresgäster, som kommer ut med 5 nummer per år.

Ansvarig utgivare: Hanna Olsson. **Redaktör:** Anna Maria Lindgren.

Produktion: Plakat. **Tryck:** Tryckeri City. **Omslagsfoton:** Andreas Nilsson.

Hör gärna av dig till: AB Bostaden, Box 244, 901 06 Umeå. 090-17 75 00.

ab.bostaden@bostaden.umea.se www.bostaden.umea.se

Bostaden



Gratis Umeå FC-match

Lördag 28 september klockan 14.00 kan du och en vän gå in på matchen mellan Umeå FC och BK Forward helt gratis med Bostadenkortet.

Rabatt på festivalpass

Mellan 8 och 13 oktober pågår filmfestivalen MOVE på Folkets Hus och Folkets Bio i Umeå. Du som hyresgäst får möjlighet att köpa ett festivalpass till hela filmfestivalen till det rabatterade priset 150 kr (ordinarie pris 300–350kr), när du visar upp ditt Bostadenkort. Läs mer på www.movefilmfestival.se

Nya Bostadenkort – men de gamla gäller också!

Alla nya hyresgäster får ett Bostadenkort av sin kvartersvärd när de hämtar sina nycklar. Vi har nu tagit fram nya kort som delas ut till nya hyresgäster. Men det går även bra att använda de gamla (gröna) korten. Har du inte fått något Bostadenkort, prata med din kvartersvärd så får du ett.

Kortet ger dig förmånliga erbjudanden och rabatter på varor och tjänster. Alla fasta erbjudanden hittar du på vår webb. Du vet väl om att du kan prenumerera på Bostadenkort-erbjudanden via sms och e-post? Det gör du på din personliga sida.

Vinn teaterbiljetter!

Tack vare ett sponsringssamarbete med Holmsund-Obbola kulturförening lottar vi ut biljetter till musikteatern "Vi besvarar ditt samtal så snart vi kan", onsdag 30 oktober klockan 19.00 på Sandviksteatern. Totalt åtta personer vinner två biljetter var. Ordinarie pris, 150 kr.

För att tävla om biljetter, svara på frågan: Vem uppfann telefonväxeln?

Skicka ditt svar till info@bostaden.umea.se eller till AB Bostaden, Box 244, 901 06 Umeå **senast onsdag 2 oktober**.

Läs mer om föreställningen på www.vasterbottensteatern.se

Vem uppfann telefonväxeln?

Kom på bästa namnet – vinn en iPad!

Vi jobbar med att ta fram en webbbutik där du som hyresgäst ska kunna beställa nya tapeter, vitvaror till köket eller kanske nya golv till din lägenhet. I butiken kommer du när som helst kunna se vilket utbud som finns utan att behöva vänta tills din kvartersvärd börjar jobba. En annan fördel är att

du i lugn och ro kan sitta hemma och fundera framför datorn.

Webbutiken invigs preliminärt i slutet av det här året. Men innan vi gör det behöver vi din hjälp med att komma på vad den ska heta. Det bästa namnförslaget vinner en iPad.

Ny butik på webben!

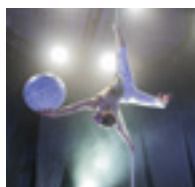
Alla förslag som skickas in kommer att bedömas av en jury som består av anställda på Bostaden samt Bostadens reklambyrå Plakat.

Skicka ditt namnförslag till info@bostaden.umea.se eller till AB Bostaden, Box 244, 901 06 Umeå **senast 20 oktober**.

Vinn biljetter till höstens teaterföreställningar!

umeå teaterförening

Tack vare ett sponsringssamarbete med Umeå Teaterförening lottar vi ut biljetter till höstens teaterföreställningar. Svara på frågan nedan så är du med och tävlar om biljetter till de här föreställningarna:



Cirkus Cirkör
Fredag 4 oktober



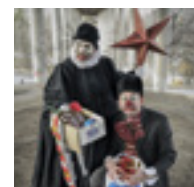
När katten är borta
Torsdag 10 oktober



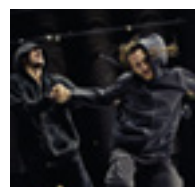
Caroline af Ugglas, "Kör för alla"
Lördag 19 oktober



Grävs kopan
Måndag 4 november
(lunchteater där mat ingår i biljetten)



En julsaga
Måndag 25 november
(lunchteater där mat ingår i biljetten)



JJ:s voices
Tisdag 26 november



Julstämning
Lördag 7 december

För att tävla om biljetter, svara på frågan: Umeås kulturutbud presenteras i en programtidning som ges ut två gånger per år – vad heter den tidningen? Skicka svaret till info@bostaden.umea.se eller AB Bostaden, Box 244, 901 06 Umeå **senast fredag 27 september**. Glöm inte att ange vilken föreställning du vill vinna biljetter till samt ditt namn och adress.

Läs mer om föreställningarna på www.umeateaterforening.se

U x U är evenemanget som ska sätta Umeå på festivalkartan. Håller i trådarna gör Victor Hillebjörk och han hoppas finansiera festivalen med hjälp av crowdfunding. – Ju fler som köper biljett desto större blir festivalen, säger han. I höst börjar biljetterna säljas och det gäller att vara först till kvarn. Ju tidigare man köper biljett, desto billigare blir det.



Foton: Andreas Nilsson

Så tar Umeå upp kampen m

De senaste åren har rapporterna om den svenska festivaldöden duggat tätt i media. Festival på festival har gått i graven på grund av för få sålda biljetter, för höga artistgager – och ibland dåligt väder.

– Det är helt ohållbart med en affärsmodell där artister bokas ett år i förväg, men biljetterna säljs bara några veckor innan festivalen. Trots att det handlar om budgetar på tiotals miljoner kronor vet arrangörerna inget

om intäkterna förrän kanske dagen festivalen startar, säger Victor.

Biljetter säljs i höst

För några år sedan kläckte han idén om en ny och tryggare affärsmodell, som nu testas på U x U (uttalas You by You). Festivalen hålls i Umeå under kulturhuvudstadsåret 2014, med start 19 juli. För att festivalens kostnader ska anpassas till intäkterna säljs biljetterna redan i höst. Affärsmodellen

går under namnet crowdfunding, alltså gräsrotsfinansiering, och handlar helt enkelt om att man låter festivalbesökarna betala för sig innan själva produktionen påbörjas. Ju fler biljetter som säljs desto mer omfattande blir festivalen.

Inom kort släpps biljetterna och i ett första skede kommer alla intresserade att kunna köpa en så kallad co-founder ticket.

– Biljetten gör dig till medgrundare av festivalen och varje biljett vi säljer



Planeringsmöte i Hedlundadungen. Från vänster: Eric Hörstedt på Random Bastards och en av festivalens curatörer, Anna Storåkers, artistbokare, Kristina Blom, pressansvarig för U x U, Carl Staaff, festivalproducent och Victor Hillebjörk, verksamhetsledare.



Victor är initiativtagare till U x U och hoppas på stor uppslutning på festivalen. – Jag tror att det är möjligt med 20 000 besökare, säger han.

»Om alla co-founder tickets tar slut är det sensationellt«

Victor Hillebjörk, initiativtagare U x U

– Det lönar sig alltså att köpa biljett tidigt, säger Victor.

Har fått statligt bidrag

Tack vare bidrag från bland annat Umeå2014 och Statens Musikverk har redan ett antal artister bokats. Vilka dessa är släpps när biljetterna börjar säljas.

Festivalledningen har lagt över ansvaret för artistbokningen på så kallade "curatörer", bland annat Dennis Lyxzén från Refused, nätverket Femtastic och kulturföreningen Humlan.

– De får fria händer att boka de artister de tror folket vill ha – utifrån de ekonomiska förutsättningarna, säger Victor.

Festivalen ska hållas i Hedlundadungen bredvid Dragonskolan och Victor slår fast det han tidigt gått ut med:

– Det är realistiskt med en festival med 20 000 besökare. ■

ot festivaldöden

gör festivalen 15 sekunder längre, berättar Victor. Om du köper en co-founder ticket så får du också ett speciellt armband, som ger dig tillträde till en exklusiv del av festivalområdet – du ses som en av festivalens "grundare".

Stegrande prismodell

Maximalt kan 10 000 co-founder tickets säljas, vilket i så fall innebär en 40 timmar lång festival.

– Det räknar vi om till fyra dagar, med tio timmars festivalande om dagen, säger Victor. I den bästa av världar tar alla co-founder tickets slut och då är det, enligt folk i branschen, sensationellt.

Co-founder tickets säljs enligt en stegrande prismodell fram till 31 oktober, och från det datumet har festivalens storlek, antal dagar och kapacitet bestämts. Därefter går det att köpa vanliga festivalpass – men de är betydligt dyrare.



Få ut det mesta av studiebidraget

Studenterna Linnea Schalling och Irma Olofsson är duktiga på att leva snålt. De storhandlar, köper kläder på second hand och äter ute där det är billigt. – Det handlar egentligen om att använda sunt förnuft, säger Irma.

De två tjejerna bor i Umeås äldsta kollektiv – Fingalkollektivet – tillsammans med tre andra. Linnea läser Psykologprogrammet och Irma har tidigare läst fristående kurser i etnologi, men i höst har hon börjat på Samhällsplaneringsprogrammet. Som de flesta studenter tänker de lite extra på hur de spenderar sina pengar.

Storhandla – inte småhandla

– Framför allt är det viktigt att inte småhandla ofta – utan att storhandla, säger Irma.

– Ja, man kan åka tillsammans med andra. Antingen om någon har en bil eller också åker man buss, då får man med sig ganska mycket hem, säger Linnea.

De tipsar om att handla mycket, göra storkok och sedan frysa in.

– Då behöver man inte köpa mat på campus på dagarna utan man kan ta med sig en matlåda och en termos med kaffe hemifrån istället, säger Irma.

– Man kan också svänga förbi på Coop. De brukar sätta lappar på

varor där bäst-före-datum närmar sig. Det kanske inte blir billigare, men man kan få fina varor till en billig peng, säger Linnea.

Ordnar klädbyardagar

De undviker att äta ute, men när de gör det försöker de hitta ställen med studenterbjudanden.

– Ett tips är att kaka ute till lunch eller på billiga ställen en söndag. Det är betydligt billigare än att äta en lördagsmiddag ute, säger Linnea.

Både Irma och Linnea köper mycket kläder på second hand. Och de arrangerar klädbyardagar eller köper plagg på loppis.

– Jag brukar också sy om plagg jag fått eller köpt på second hand. Hittar man något gammalt kan man lägga upp eller sy in det för att få det att kännas mer modernt. Då slipper man köpa nytt hela tiden, säger Linnea.

Flytta ihop med andra

De tipsar också om att utnyttja de studenterbjudanden som följer med ett medlemskap i kåren. Men också om att dela boendet med någon eller några andra.

– Att bo i kollektiv eller att dela lägenhet med en kompis drar ned boendekostnaden väldigt mycket, säger Linnea.



Så här sparar du pengar:

- Storhandla!
- Gör många portioner när du ändå lagar mat, frys in och använd som matlådor.
- Mat håller ofta längre än det står på förpackningen – släng inte mat i onödan.
- Handla kläder på second hand.
- Byt kläder med kompisar.

Irmas och Linneas bästa nöjes- och restaurangtips:

Norrlandsoperan

En kvart innan föreställningsstart får ungdomar upp till 19 år gå in gratis i mån av plats på Norrlandsoperans egna produktioner. Är du över 19 år har de flesta föreställningar rabatterade priser för studenter.

Restaurang Rex Bar & Grill

På Rex betalar du bara halva inträdespriset om du visar ditt studentleg.

Bildmuseet

Det är gratis att besöka Bildmuseet vid Konstnärligt campus. Här kan man också fika på restaurangen Hansson & Hammar. Om man skaffar ett (gratis) Hansson & Hammar-kort får man köpa kaffe för tio kronor.

Skogis

På Skogshögskolans kafé är det öppet för fika på söndagar och vissa vardagkvällar finns det ärtsoppa och pannkakor att köpa till en enklare middag.

Hamnmagasinet

Folkköket på Hamnmagasinet nere vid älven serverar billig och nyttig mat på söndagar. Prisvärt!

Så lagar du gott, billigt och nyttigt

Även om du är en fattig student eller har lagt sparkrav på dig själv av andra orsaker är du inte dömd att äta makaroner med ketchup eller nudlar varje dag. Det finns mycket gott och nyttigt att laga för under tjugolappen.

Husmanskost är ett bra val för den som vill spara på kronorna. En köttfärs-soppa eller en tomatås ger en både billig och nyttig måltid, liksom en fiber- och proteinrik linsoppa som funkar utmärkt att frysa och som enkelt går att lyxa till med smulad fetaost och färska örter.

Den som vill spara riktigt mycket ska kavla upp ärmarna och baka sitt eget bröd. Mjöl, jäst, vatten och salt är i princip gratis och med en gnutta tålmod är det inte alls svårt att baka.



Tonfiskpasta med pepparrot

4 portioner

4 portioner pasta, gärna spirali
150 g haricots verts
2 burkar (å 185 g) tonfisk i olja
1 msk dijonsenap
1 msk vitvinsvinäger
1 msk vatten
1 msk olivolja
2 msk hackad dill
1 msk riven pepparrot
2 tomater
1/2 gurka
1/2 romansallad
Salt och peppar
1 1/2 dl gräddfil

1. Koka pastan enligt anvisningen på förpackningen. Koka haricots vertsen med pastan de sista 4 minuterna. Låt pastan och haricots vertsen rinna av.
2. Låt tonfisken rinna av.
3. Blanda senap, vinäger, vatten, olivolja, dill och pepparrot i en stor bunke.
4. Skär tomater och gurka i stora tärningar. Skär salladen i bitar.
5. Blanda alla ingredienser och smaka av med salt och peppar.
6. Servera tonfiskpastan med gräddfil och gärna bröd.



Sremska med grönt mos

4 portioner

900 g mjölig potatis
1/2 gurka
1 röd paprika
1/2 rödlök
2 msk riven pepparrot
Salt och peppar
2 dl mjölk, gärna 1,5 %
65 g babyspenat
480 g sremska
1 tsk olja

1. Skala och koka potatisen mjuk i saltat vatten.
2. Skala och riv pepparrot.
3. Tärna gurkan. Dela, kärna ur och tärna paprikan. Skala och finhacka rödlöken. Blanda alla grönsaker och vänd ner pepparrot. Smaka av med salt och peppar.
4. Värm mjölken i en kastrull. Mixa spenaten med mjölken.
5. Vispa potatisen lite grovt med elvisp. Tillsätt mjölken med spenat och rör om. Smaka av med salt och peppar.
6. Dela korven i halvor på längden och stek den i oljan.
7. Servera korven med moset och grönsakerna.



Parisare med bönkräm

4 portioner

380 g kokta vita bönor
1/2 dl gräddfil
1 msk vatten
1 tsk timjan
Salt och peppar
Ca 420 g nötfärs
1 tsk salt
2 krm svartpeppar
2 msk smör eller margarin
1/2 romansallad
1/2 rödlök
4 ägg
8 hamburgerbröd

1. Skölj bönorna i ett durkslag och låt dem rinna av. Mixa dem släta med gräddfil, vatten och timjan till en kräm. Smaka av med salt och peppar.
2. Blanda färsen med saltet och pepparn. Forma färsen till 8 biffar och stek i hälften av matfettet i en stekpanna ca 6 minuter på medelvärme, vänd då och då.
3. Plocka bladen från romansalladen. Skala och skiva rödlöken tunt.
4. Stek äggen i resten av matfettet. Rosta gärna bröden.
5. Servera parisarna med bönkräm, stekta ägg och grönsakerna.



Skinkgryta med grönspeppar

4 portioner

4 portioner ris eller annat gryn
1 gul lök
1 vitlöksklyfta
250 g champinjoner
1/2 kruka persilja
Ca 550 g strimlad färsk skinka
2 msk olja
2 1/2 dl matlagingsgrädde
1 köttbuljongstärning eller
1 1/2 msk oxfond
2 tsk grönspeppar i lag
2 1/2 dl vatten
1 tsk majsstärkelse (Maizena)
Salt och peppar
1 msk dijonsenap

1. Koka riset enligt anvisningen på förpackningen.
2. Skala och finhacka lök och vitlök.
3. Klyfta svampen. Hacka persiljan.
4. Bryn skinkan hastigt i hälften av oljan på hög värme i en stekgryta. Läggt åt sidan. Fräs lökhacket och svampen i resten av oljan ett par minuter.
5. Tillsätt grädde, buljongtärning eller fond, krossad grönspeppar och vatten.
6. Läggt tillbaka köttet i grytan. Låt puttra ihop 2-3 min. Red av med majsstärkelse utrört i lite vatten. Smaka av med salt och peppar.
7. Tillsätt persilja och senap och vänd runt.
8. Servera grytan med ris.



Kyckling och rostade rotfrukter

4 portioner

3 morötter
2 palsternackor
600 g potatis
1 msk olja
Salt och peppar
1 tsk spiskummin
4 kycklingklubbor
1/2 dl sweet chilisås
1/2 kruka persilja
1 dl gräddfil

1. Sätt ugnen på 225°C och sätt in en ugnsplåt.
2. Skala morötter och palsternackor. Skär dem och potatisen i bitar. Blanda rotfrukterna med hälften av oljan och krydda med salt, peppar och spiskummin.
3. Stek kycklingklubborna runt om i resten av oljan i en stekpanna tills de får fin färg. Krydda med salt och peppar. Blanda dem med sweet chili. Läggt rotfrukterna och kycklingklubborna på den varma plåten. Stek mitt i ugnen ca 40 minuter.
4. Hacka persiljan och vänd runt med rotfrukterna när de är klara.
5. Servera kycklingen med rotfrukter och gräddfil. Smaksätt gärna gräddfilen med ytterligare sweet chilisås, salt och peppar.



Recept från
ICA Matkassen.
Du kan boka
kassen och hitta
fler recept på
ICA.se

Sommarjobbbar som entrepre

Civilekonomstudenterna Annette Persson och Ebba Eriksson

gillar utmaningar och eget företagande. Tack vare Uminova Innovation har de deltagit i affärsplanetävlingar och fått jobb som sommarentreprenörer, vilket gett dem både extrapengar och fördjupade kunskaper.

– Det är en otrolig möjlighet som banar väg in i arbetslivet, säger Ebba Eriksson.



Foton: Andreas Nilsson

»Det är roligt att bokföra och skicka sina första fakturor«

Annette Persson, nybakad civilekonom

Ebba har två år kvar på civilekonomutbildningen, medan Annette blev klar med studierna i våras. Båda har arbetat som sommarentreprenörer i sommar, ett uppdrag som de har fått via Uminova Innovation.

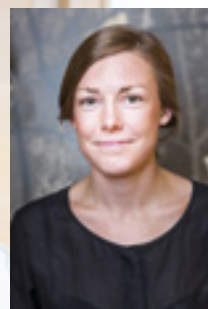
– Det är ett fantastiskt sommarjobb! Det är flexibelt och man får nytta av den teori man studerat på universitetet, säger Ebba.

Viktiga affärskontakter

Som sommarentreprenör startar man upp ett eget företag och arbetar som konsult åt ett företag eller en organisation med ett uppdrag som ordnas av Uminova Innovation. Man får testa sina vingar samt skapa nyttiga affärskontakter.

– Det är roligt att bokföra och skicka sina första fakturor. Det är en bra erfarenhet att ha med sig, vilken utbild-

nörer och egna företagare



Namn: Annette Persson.

Ålder: 26 år.

Bor: Öst på stan.

Intressen: Under sommaren är det fiske och friluftsliv och på vintern både längdåkning och snowboard.



Namn: Ebba Eriksson.

Ålder: 23 år.

Bor: Ålidhem.

Intressen: Träna på lksu, ta en fika med vänner och att dansa; gärna bugg, foxtrot, lindy hop och west coast swing.

Annette och Ebba tycker att kontakten med Uminova Innovation ger dem en skjuts i karriären.

»Det är ett fantastiskt sommarjobb! Flexibelt och man får nytta av all teori man läst«

Ebba Eriksson, civilekonomstudent

ning man än läser, säger Annette.

Uminova Innovation ligger på Uminova Science Park, bara ett stenkast från campus. Här finns en företagsinkubator, affärscoacher som ger smarta tips och råd till alla med en affärsidé samt ett flertal utbildningar i entreprenörskap.

– Det enklaste sättet att komma i kontakt med Uminova Innovation är att gå på deras drop in-tider då man

får träffa en affärscoach. Det är gratis och en perfekt väg in, säger Annette.

Gick till final

Annettes och Ebbas första kontakt med Uminova Innovation var vid en pitchtävling under arbetsmarknadsdagen Uniaden på universitetet (pitch = kort presentation av en affärsidé). Där presenterade Annette sin affärsidé om en smart matlåda och Ebba

idén om en praktisk och tättslutande tesil. Ebba vann tillsammans med två studiekamrater och slussades vidare till affärsplanetävlingen Venture Cup.

– Efter att ha vunnit vår kategori i regionsfinalen kom vi till den stora finalen med 300 gäster i Malmö och fick mingla runt med en mängd människor. Bland annat fick vi träffa SEB som gav oss goda råd. Vi vann inte i finalen, men kammade ändå hem 35 000 kronor. Dessutom kände vi oss som vinnare bara för att vi fick åka ner, säger Ebba.

– Ja, om man har en affärsidé som man går och klurar på eller känner att man har entreprenörsanda i sig så ska man inte vänta. Ta kontakt med Uminova Innovation och få en skjuts i karriären, tipsar Annette. ■

Framtidens byggande: smått och eget

Studentkorridorernas era är över. I Umeå kommer inga fler att byggas – i alla fall inte av Bostaden. Istället är det små ettor som gäller.

Bostaden äger 5 000 student- och ungdomslägenheter, varav 3 500 är enkelrum i studentkorridorer. Just nu rustas studentkorridorerna upp successivt, men i framtiden kommer inga fler att byggas.

– När vi tittar på vad studenterna vill ha så ser vi att det är mycket mer populärt att ha ett eget boende än att bo i korridor, säger Berndt Elstig, fastighetschef på Bostaden.

Därför planerar Bostaden att bygga än fler små ettor, både nära campus och inne i centrala stan.

– Vi vill ge våra studenter rimliga månadskostnader och kostnaden är nära sammankopplad med storleken på lägenheten, säger Berndt.

Regler styr byggandet

Bostaden bygger runt 200 nya lägenheter varje år. Att många av dessa är små passar ungdomar och studenter som framför allt utgör bostadskön. En utmaning är dock att bygga litet utan att bryta mot regelverket.

– Det finns utförliga regler kring alla mått och avstånd, hur man ska kunna möblera, hur många garderober det ska vara och hur långa köksbänkarna ska vara till exempel. Allt sådant är detaljstyrkt, vilket gör det svårt att bygga smått, säger Berndt.

Dock finns förslag på regeländringar som ska göra det möjligt att bygga enklare och litet – utan att standarden blir sämre.

– Framför allt försöker vi bygga små lägenheter i närheten av campus, till exempel på Lilljansberget. Och



Illustration: Carl Papworth

även om många studenter bor där så är lägenheterna till för alla – inte bara studenter. Dessutom planerar vi att förtäta på Ålidhem.

Undvika buller i stan

Lägenheter planeras även vid Östra Kyrkogatan på Haga samt i centrala Umeå. Där blir utmaningen att bygga smått, utan att hyresgästerna ska störas av buller från trafik och andra stads ljud.

– Enligt reglerna ska alla hyresgäster kunna sova med öppet fönster, och då blir det svårt med lägenheter som bara vetter mot en av hussidorna. För att i alla fall ett rum ska slippa trafikstörningar måste man ofta bygga större, och större lägenheter ger högre hyror vilket gör att många ungdomar inte kan välja det boendet. Vi hoppas helt enkelt på en lättnad i byggreglerna, utan att standarden blir sämre, säger Berndt. ■

Hållbara Ålidhem prisas av EU

I konkurrens med 224 tävlanden från hela Europa har Bostaden tilldelats det prestigefulla hållbarhetspriset Sustainable Energy Europe Awards 2013.

Efter den värsta branden i Umeås moderna historia, bestämde sig Bostaden för att satsa hållbart och framtidsorienterat. Resultatet blev Hållbara Ålidhem, som nu prisas med Sustainable Energy Europe Awards 2013 (i kategorin Living). Utmärkelsen är en del av EU-kommissionens hållbarhetsarbete, och uppmärksammar betydelsefulla projekt inom energieffektivisering, förnybar energi och hållbara transporter.

Sveriges största solcellsanläggning

Projektet Hållbara Ålidhem är ett samarbete mellan Bostaden, Umeå Energi, Umeå universitet och Umeå kommun och handlar om att göra stadsdelen tryggare, trivsammare och energisnålare. Här används miljömässiga byggnadsmaterial, en av Sveriges största solcellsanläggningar är under uppbyggnad, och varje hyresgäst kan i realtid se och justera sin energiförbrukning. Nya tvättmaskiner har dessutom kopplats upp mot fjärrvärmesystemet, vilket minskar elanvändningen.

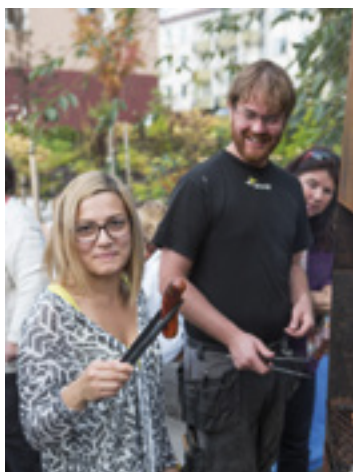
– Vi har byggt 137 nya lägenheter och renoverat drygt 400 lägenheter samt byggt en vinterträdgård. Allt har gjorts i nära dialog med hyresgästerna och utan kraftiga hyreshöjningar, säger Ann-Sofi Tapani, vd på Bostaden.

Vill förbättra miljöarbetet

I projektet har mätutrustning installerats i två identiska hus. Ett av dessa har byggts om för att minska energianvändningen och det andra ska fungera som referenshus. I husen mäts bland annat inomhus- och utomhustemperaturer samt mängden varmvatten, hushållsel och fastighetsel som förbrukas. Mätningen sker i samarbete med Institutionen för tillämpad fysik och elektronik vid Umeå universitet.

– Bostaden vill verka för en hållbar utveckling i samhället, och då är Hållbara Ålidhem en viktig del. Vi jobbar hårt på alla fronter för att förbättra vårt miljöarbete. Vårt program Miljöfokus syftar till att minimera vår miljöpåverkan, men också till att skapa miljöer som är trevliga för alla hyresgäster, säger Ann-Sofi Tapani. ■

Torsdag 29 augusti klockan 18.00, invigning av ny grill- och uteplats på Klintvägen



Hela 80 glada hyresgäster lockades av grilllukten och den glada stämningen då Bostaden, områdets kvartersråd och kvartersvärdar bjöd på varmkorv med bröd, potatissallad, kaffe, saft och bullar. Den nya grillplatsen firades även med en tipsrunda med efterföljande prisutdelning.

Irländaren som utmanar och

Clive instruerar i bland annat body-combat, som är en blandning av kampsporterna karate, taekwando, capoeira, boxning och muay thai.



Namn: Clive Leddy.

Ålder: 45 år.

Bor: Berghem.

Intressen: "Jag hinner inte med så mycket mer än cykling på sommaren och Iksu på vintern."

Aktuell som: Instruktör på Iksu.

Foton: Andreas Nilsson

Irländaren Clive Leddy är ett känt ansikte för många studenter och Umeåbor. Han är instruktör på Iksu, som med sitt breda utbud är en av Europas största idrottsanläggningar.

– Utbudet på Iksu är unikt. Vi stannar aldrig upp, utan fortsätter att expandera, säger Clive.

Clive har bott i Sverige sedan 1987 och i Umeå i ungefär 15 år. Han kommer från Dublin på Irland men har bott i Sverige i mer än halva sitt liv.

– Jag trivdes så bra här att jag valde att stanna kvar. Men när jag kom till Sverige var allting nytt. Mörker halva året, vinter och minus tjugo grader – det hade jag inte riktigt förberett mig på, säger Clive och skrattar.

Logistik till vardags

Han har pluggat datavetenskap och jobbar till vardags på SCA Packaging i Obbola med logistikfrågor och produktionsplanering. På fritiden instruerar han i bodypump, spinning, bodybalance och bodycombat på Iksu.

– Att hålla pass är en utmaning. Man måste ständigt lära sig nya pass, verkställa och leverera. Det ger mig energi, säger Clive.

Han har alltid motionerat i olika former, men säger att han inte är någon renlevnadsmänniska.

»Det är en utmaning att hålla igång kroppen«

Clive Leddy, Iksu-instruktör

inspirerar



Träning ger Clive många nya bekanskap. – Med samma intresse kan man prata hur länge som helst – och alla har en åsikt, säger han.

– Nej, nej. Man måste ju kunna leva normalt! Men visst ser jag det som en utmaning att hålla igång kroppen. Det finns väldigt många studier som visar att med regelbunden träning håller man sig friskare.

Nya bekanskap

De senaste fyra åren har Clive cyklat mycket landsvägscyckling. Förutom att det är roligt och en skonsam tränings-



På Iksu Sport tränar cirka 20 000 personer och anläggningen är en av Europas största.

form menar han att det ger honom många nya bekanskap.

– Man har samma intresse och då är det lätt att lära känna varandra. Man kan prata hur länge som helst och alla har en åsikt, säger Clive och skrattar.

Han tillägger:

– Men det gäller att försöka komma hem hel när man är ute och cyklar. I ärlighetens namn är Umeåbilisterna inte kloka i trafiken. På Mallorca eller andra platser i världen är det toppen att cykla, men i Umeå får man vara rädd för bilarna.

Bredden är styrkan

Sedan en tid tillbaka sitter Clive med i Iksus styrelse. Och han är stolt över verksamheten.

– Vi har väldigt många medlemmar, men det är nog bredden som är vår styrka – att vi ständigt hittar nya träningsformer och nya pass. Det är unikt! Oj, nu lät jag verkligen som en styrelseledamot, säger Clive och skrattar. ■



Fakta Iksu

Iksu står för Idrottsklubben Studenterna i Umeå och är en ideell förening som bildades 1959.

Medlemsantal: Cirka 20 000.

Iksu består av tre anläggningar:

Iksu Sport ligger på universitetsområdet och är en av Europas största träningsanläggningar. Här finns rackethallar, klättervägg, golfsimulatorer, inomhusarena, beachhall, simbasängar och stora utrymmen för gruppträning, individuell träning och personlig träning. Iksu Sport erbjuder även hudvårdsbehandlingar, massage med mera. Här finns en lunchrestaurang, frisör samt vårdcentralen Norrlandskliniken.

Iksu Spa ligger på Umedalen och här finns möjlighet till gruppträning, individuell träning, personlig träning och många spabehandlingar.

Iksu Plus ligger på Konstnärligt campus och är en så kallad bonusanläggning, vilket innebär att om du har ett träningskort på någon av de andra anläggningarna får du även träna på Iksu Plus. På Iksu Plus finns gym och tre gruppträningssalar.

För dig som är ny hos Bostaden, här svarar Kundcenter på de vanligaste frågorna.

Vi får många olika frågor om boende från våra hyresgäster. Här har vi sammanställt några av de vanligaste. Har du en fråga som inte finns med här, tveka inte att höra av dig till din kvartersvärd eller till vårt kundcenter på 090-17 77 00 eller kundcenter@bostaden.umea.se

Vad händer om jag inte betalar hyran?

Du ska alltid betala din hyra i förskott, senast sista vardagen i varje månad. Om du inte betalar din hyra skickar vi ut ett inkassokrav, vilket alltid innebär en extra avgift för dig. Om du vid upprepade tillfällen inte betalar din hyra eller betalar den alltför sent kan du bli av med ditt hyresavtal.

Jag har tappat bort min hyresavi, hur gör jag?

Gå in på din personliga sida och klicka på "Aviuppgifter". Där hittar du information om referens- och OCR-nummer, bankgironummer och belopp.

Vilka månader är avgiftsfria för studentenkelrum?

Du betalar 10 månaders hyra per år, juni och juli är avgiftsfria.

Kan jag få förtur på lägenheter?

När du har haft avtal för din nuvarande bostad i minst fem år har du möjlighet att bli bevakningskund hos oss. Det innebär att du får förtur till lägenheter. Bevakningen kan du själv lägga in på din personliga sida på vår webb, eller kontakta kundcenter så hjälper de dig.

Hur bestäms hyran?

Hyran bestäms genom årliga förhandlingar mellan oss och Hyresgästföreningen i Umeå. Vi presenterar en kalkyl över vilka kostnader, till exempel räntor, löner, skötsel, underhåll, värme med mera vi beräknas behöva. Hur

stor hyreshöjningen blir för varje enskild lägenhet, bestäms av lägenhetens bovärde som räknas fram i ett poängsystem. Det innebär att hyran sätts utifrån olika egenskaper och kvaliteter som lägenheten och fastigheten har. Dessutom värderas vilken stadsdel fastigheten ligger i.

Kan man betala hyran via elektronisk faktura eller autogiro?

Ja, det är det enklaste och bästa sättet. Tjänsten för elektronisk faktura beställer du via din internetbank. Om du vill betala hyran med autogiro kan du antingen kontakta din internetbank eller skriva ut autogiro-blankett från vår webb. Dina aviuppgifter finns även på din personliga sida.

Kan man få kortare uppsägningstid än vad hyresavtalet säger?

När du säger upp din lägenhet kan du ange om lägenheten är tillgänglig tidigare än ordinarie datum enligt avtalet. Den nya hyresgästen väljer sedan om hen har möjlighet att flytta in tidigare eller till ordinarie inflyttningsdatum.

Kan man överlåta sin bostad till sambo eller barn?

Ja, om man delat hushåll med personen som ska flytta i minst två år samt varit skriven på adressen under denna tid. Ungdomar (18 år fyllda) som bor hemma får överta sina föräldrars avtal, om man som förälder varit skriven på

samma adress i minst två år. Vi gör alltid en kreditprövning, eller tittar på inkomstintyg innan vi beviljar ett avtal. Ansökan om att överlåta hyresavtal finns på vårt kundcenter.

Hur fungerar det att hyra i andra hand eller att hyra ut i andra hand?

Vill du hyra ut din bostad i andrahand krävs alltid en skriftlig ansökan. Har du ett förstahandsavtal hos oss får du hyra ut din lägenhet eller rum i andrahand under en kortare tid, om du har beaktansvärda skäl. Du som hyr ut ordnar själv med andrahandshyresgäst och du har alltid juridiskt ansvar över lägenheten, hyresinbetalningar och eventuella störningar. Andrahandshyresgästen får inte överta avtalet.

När kan man registrera en personlig sida – ställa sig i bostadskön?

Det finns ingen åldersgräns för att ställa sig i vår bostadskö. Du gör det genom att skapa en personlig sida och det kostar inget. Den personliga sidan inaktiveras om du inte har varit inloggad på 12 månader. Det innebär att registreringsdatumet (kötiden) raderas. Söktrycket på lediga lägenheter är stort, därför är det bra om alla i familjen skapar en personlig sida.

Om du vill lära dig mer om bostadsökande och boendefrågor, kan du testa vår webbaserade boskola på www.bostaden.umea.se/boskolan



länge leve kalaset!

Lördag 9 november är du välkommen på vårt stora 60-årskalas på Nolia.

Petter, en av Sveriges populäraste hiphop-artister, uppträder. Dessutom blir det hoppborg, fika och annat kul för både stora och små. Det är fri entré. Hoppas du vill fira med oss.

Vinn biobiljetter till Folkets Bio och festivalpass till MOVE filmfestival!

Bostaden fortsätter samarbeta med Folkets Bio och lottar ut två biobiljetter var till 15 personer till valfri filmvisning på Folkets Bio i Umeå, samt 4 festivalpass till MOVE filmfestival 8–13 oktober. Mejla dina svar i quizet nedan till info@bostaden.umea.se och skriv Folkets Bio i ämnesraden eller skicka ett brev till AB Bostaden, Box 244, 901 06 Umeå. Glöm inte att ange ditt telefonnummer och adress. **Senast måndag 30 september vill vi ha ditt svar.**

1. Efter en publiksuccé närmar sig Paradis-trilogin sitt slut. Sista delen Paradis – Hopp, har premiär 20 september. Ulrich Seidl har förutom de tidigare fristående Paradisfilmerna regisserat filmer som Hunddagar och Import/Export, men vilket land har filmerna producerats i?

- 1. Ungern
- x. Österrike
- 2. Frankrike

2. Utöver den egna biografverksamheten på Haga, samordnar Folkets Bio Umeå även MOVE filmfestival 8–13 oktober. I år kommer Marion Hänsels nya film Tenderness att ha Sverigepremiär under festivalen. Vilken av Hänsels tidigare filmer visades 1995 på Cannes Filmfestival?

- 1. Sound of Sand
- x. Dust
- 2. Between the Devil and the deep blue sea

3. Lena Andersons och Christina Björks karaktär Linnea blir film och kommer till biograferna under hösten 2013. Det är boken Linnea i målarens trädgård som blivit filmatiserad, men vems trädgård är det Linnea besöker?

- 1. Pierre-Auguste Renoir
- x. Claude Monet
- 2. Édouard Manet

Kundundersökning viktig för att kunna ge bättre service

I början av september skickades vår årliga kundundersökning ut till dig som är hyresgäst. Som vanligt skickade vi den digitalt till alla med en e-postadress och med brev till alla över 65 år och som saknar e-post. Sista svarsdag är 19 september. Därefter sammanställs resultatet och vi drar vinnare av en hyresfri månad, 3 st iPad Mini och biobiljetter.

Tack för att du hjälper oss att bli bättre!



Rätta svar

Rätt svar från Bostadenkrysset i juninumret var: "Odain Rose i ledig pose". Vi säger stort grattis till: Annelie Sandström, Amanda Lindgren, Anita Persson, Filip Edlund och Gunda Häggqvist som alla vinner rikspresentkort.

IFK Umeå bildades officiellt 1901. Stort grattis till: Markus Ström, Eira Olofsson, Karl Yttermyr, Henrik Nordin och Britt Jonsson.

Kom ihåg att folkbokföra dig i din lägenhet!

När du flyttar till en ny stad ska du komma ihåg att du måste folkbokföra dig på din nya adress. Du kan till exempel inte få bostadsbidrag, barnbidrag eller ta del av allmän sjukvård (akutsjukvård undantagen) om du inte är folkbokförd i Umeå men bor här. Du kan ändra din folkbokföringsadress direkt på Skatteverkets webbplats.

Naturguidning med Naturskyddsföreningen

Kom med oss på guidning i stadsnära Carlshöjdsskogen! Vi tittar på svampar, lavar och annat spännande vi stöter på. Alla är välkomna och utflykten passar utmärkt för barn. Ta gärna med fika eller något att grilla – vi tänder en eld när det mörknar.

Datum och tid: tisdag 24 september klockan 18.30. Samling vid Carlshöjdsskolan.

Har du frågor eller funderingar, kontakta Louise Berglund, telefon 073-058 06 96 eller Torun Bergman, telefon 070-343 08 49 på Naturskyddsföreningen.

Varmt välkommen!



Naturskyddsföreningen

Hos Ohlson-Jafari

av Carl Papworth

En vardagsserie om en ganska vanlig västerbottnisk familj, där små och stora problem möts på inte alltid helt typiska vis. Följ mamma Kicki, pappa Arash och syskonen Nora och Navid i deras brokigt charmiga familjeliv!

Och däremellan kommer fastan

