HEJ

April 2014

Tema:
Dina grannar



Kvartersrådet Karet vill göra området tryggare
6



Besök på stickcafé på Böleäng
9



Mia är spindeln i nätet på Hemgården
12

Hassan räddade kvinnna ur brinnande hus 10

Bostaden

Att flytta från hyreshus till villa – kulturkrock!

I stort sett hela mitt 40-åriga liv har jag bott i lägenhet, vilket betyder att jag alltid har haft någon nära mig. På både gott och ont. Ibland har det bott tungfotade människor ovanför mig med en förkärlek till att flytta möbler dag som natt. Ibland festprissar med allsång framåt nattimmarna. Ibland har det bott gästvänliga matentusiaster som gärna delat med sig av sina delikatesser. Eller en ensam granne som inte avgett ett endaste ljud.

Även nu, när jag har flyttat 701 kilometer norrut från Stockholm, har jag grannar. Inte lika många och inte lika nära – åtminstone inte geografiskt. I mitt senaste hyreshus i Hägersten bodde det cirka 200 människor fördelade på en stor huskropp med två trappuppgångar. Bara på vårt våningsplan bodde det 15 hyresgäster som man bytte ett ord eller två med ibland. När jag flyttade till Sikeå, där det bor cirka 300 invånare i hela byn, hälsar man på alla, och med grannarna umgås man, firar nyår, midsommar, träffas på kvällarna, fikar och lånar saker. Så nog är det lite av en kulturkrock för en urstockholmare som bott i höghus i hela sitt liv. Och jag kan också tänka tvärtom – om man är uppvuxen i hus och sedan ska flytta till en lägenhet, där det ibland kan vara så lyhört att man till och med vet vilka sjukdomar som härjar i huset, kan det nog också vara en rejäl omställning.

Men det är därför vi kvartersvärdar finns där, för att hjälpa till, informera och få hyresgästerna att känna sig som hemma. Förhoppningsvis räcker det att den tungfotade möbelflyttaren, festprissen, matentusiasten, den ensamma grannen och du själv pratar med varandra. Kanske kan det vara en början att bilda ett kvartersråd eller om det redan finns, gå på möten, aktivera sig. Vem vet, kanske blir det som på vissa ställen jag bott på, att grannarna på gården umgås med varandra, fikar och har gemensamma tillställningar.



Mikael Jernstedt
Kvartersvärd



I slutet av april 1971 rymde den 1,5 meter långa regnbågsboan Huggbert från sitt hem i terrariet i en studentkorridor på Ålidhem. Trots en massiv efterspaning hittades han inte och de skräckslagna hyresgästerna i huset vågade knappt sova om nätterna. Tre månader senare skulle en student ta fram sina lunchfiskpinnar ur kylen och upptäckte Huggberts trekantiga ormhuvud sticka fram genom gallret vid golvet. Hon slängde fiskpinnarna och sprang för att tillkalla Stiftelsen Umeå Studentbostäder. Väl på plats kunde fastighetsförman Hannes Karlsson koppla en dubbelnelson på ormen och fånga den. Bara några dagar senare rapporterade VK att Huggbert dessvärre avlidit på grund av svält och uttorkning, trots vård på Umeå Djurshop (där han till och med vägrat äta en hamburgare). Hans ägare, studenten Peter Andersson, uttryckte från sin sommarferie i Varberg, att han önskade Huggbert en värdig begravning.

Vinn biljetter till ”Musik i lövsprickningen”

På försommarens första dag, söndag 1 juni, ger Carolina Miskovsky och Marcus Granberg en konsert i Holmsunds kyrka, klockan 18.00. Det blir allt från visor och egna alster, till countrydoftande musik.

Vi har lagt vantarna på ett antal biljetter som vi nu lottar ut bland våra hyresgäster. För att vara med och tävla om biljetterna, nämn ett av de radioprogram som Carolina Miskovsky varit programledare för. Skicka ditt svar till: **info@bostaden.umea.se** eller till AB Bostaden, Box 244, 901 06 Umeå. Senast måndag 5 maj vill vi ha ditt svar.

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

Hyreshöjning för vissa från 1 maj

Under 2013 kom vi överens med Hyresgästföreningen om ett tvåårsavtal som innebär att hyrorna höjs i april 2013, februari 2014 och oktober 2014. Lägenheter som byggdes klart 2000 och senare har inte fått några höjningar alls sedan första inflyttning, med undantag för små justeringar, och de har nu fått individuella bedömningar av hyran. De här adresserna får en hyresjustering från 1 maj i år:

- Strombergs väg 102–150
- Rågången 9–23
- Fridhemsvägen 1 A–O
- Geografigränd 2 A–E
- Mariehemsvägen 21 A, B och J

Max 250 kr i höjning

Hyresjusteringen varierar beroende på bland annat lägenhetens storlek och egenskaper. Ingen får dock mer än 250 kr per månad i höjning från 1 maj.

Vid den ordinarie hyresförändringen den 1 oktober i år, kan vissa av de ovanstående adresserna få ytterligare en förändring beroende på om de nått sin slutliga hyra eller inte.

Läs mer om hyressättningssystemet på vår webb.



Premiär för Öbacka såg

Nu kan du äntligen anmäla ditt intresse för vårt nyaste område, Öbacka såg. Totalt kommer fyra hus att byggas vid älven och det första huset på Hoppets gränd 24 A–C, är klart för inflyttning redan i höst. Längtar du efter skön natur, älvsutsikt och närhet till centrum? Håll utkik på vår kampanjsida www.bostaden.umea.se/nybyggnationer

Så gör du vårfint på balkongen

Våren är här och såväl blommor som gräsmattor och grannar börjar tina fram. Med andra ord: det är dags att piffa till balkongen och uteplatsen.

Lite växtlighet på balkongen och uteplatsen gör samvaron där mycket trevligare. Driv upp egna plantor eller köp på plantträdgården.

– I april är det perfekt läge för penséer. De klarar att stå ute över natten, även om det blir några minusgrader. De fina blommorna är dessutom ätbara och gör sig bra i sallad, säger Emma Lindmark, trädgårdstekniker på Bostaden.

Hon tipsar om att alltid plantera i stora krukor på uteplatsen eller balkongen. På så vis behöver man inte vattna så ofta.

– Välj krukor med hål i botten så att överflödigt vatten kan rinna ut. Om man vill att krukorna ska stå ute året om ska man välja plastkrukor – de fryser inte sönder, säger Emma.

Övervintra dina örter

Med enkla medel går det att ordna en egen liten örtträdgård på balkongen. Plantera gräslök, basilika, persilja, timjan och oregano i krukor och njut av att ta in färska örter till maten.

– Många örter kan övervintra, men kom ihåg att vattna på våren eftersom jorden i krukan inte suger upp fukt från marken, säger Emma.

För fler ätbara inslag kan man sätta jordgubbsplantor i amplar eller plocksallad och tomatplantor i krukor. Sommarblommor är ett hett tips till balkongen, men det går även att odla perenner i kruka. Perenner kan vara olika härdiga, och till vissa sorter kan man behöva isolera krukan för att de ska överleva vintern.



Bostadens trädgårdstekniker Emma Lindmark ger balkongtips.

– Välj bra jord, snåla inte. Med en bra jord utvecklas plantorna mycket bättre och de håller längre. Byt också jord varje år, det behövs, säger Emma.

Växthus ger längre säsong

Om du har din balkong eller uteplats i norrläge är det viktigt att tänka till när du väljer växter.

– I norrläge ska man välja skuggtåliga växter medan man i väst- eller söderlägen kan odla nästan allt. De som vill odla exotiska växter eller förlänga säsongen kan köpa ett litet växthus och ställa mot väggen, säger Emma.

Vill du ha ett insynsskydd på balkongen kan du plantera klätterväxter som får slingra sig upp. Det passar extra bra om du har en balkong som är ribbad.

– Välj gärna krasse. Det är en ätbar och snabbväxande växt som det är lätt att plocka frön från så att du har till nästa år, säger Emma.

Vissa uteplatser på Bostadens områden ska skötas om av hyresgästerna medan andra sköts av fastighetsskötarna. Om du är osäker på vad som gäller kan du kontakta din kvartersvärd. Det ska du också göra om du vill göra någon förändring i rabatten som hör till din uteplats. ■



Örter och sommarblommor i krukor skapar trivsel.

Ta hänsyn – behåll grannsämjan

Högljudda barn tidigt på morgonen, grillning på balkongen och röjarfester. Det finns mycket som kan störa relationen med grannarna.

Niclas Sundell, chefsjurist på Hyresgästföreningen, ger råd om hur du behåller grannsämjan.



Niclas Sundell är chefsjurist på Hyresgästföreningen.

Till Hyresgästföreningen i Umeå kommer det varje månad in störningsärenden från hyresgäster som är missnöjda med sina grannars beteende. Högt upp på topplistan ligger klagomål på hög musik och andra ljud från närliggande lägenheter.

– Vi hjälper självklart alla som hör av sig till oss, men min åsikt är att man ska behandla andra som man vill bli behandlad själv. Man ska komma ihåg att den som stör kanske inte vet om att den stör. Därför bör man i första hand vända sig till sin granne och berätta om problemet, säger Niclas.

Vänlig dialog löser mycket

Han är övertygad om att de flesta problem kan avhjälpas med en sansad och vänlig dialog.

– Oj så många hyresgäster som har stört sig på att det låter hemskt när grannen ovanpå styr ut och in sina köksstolar. Lösningen: möbeltassar! Det behöver inte vara svårare än så, säger Niclas och skrattar.

Det är inte tillåtet att ha fester som stör grannarna, men Niclas tror att de flesta har förståelse för den som vill ordna en inflyttningsfest. Han tipsar dock om att sätta upp lappar med information om festen för att förbereda grannarna. Då kan de som vill åka hemifrån om de inte vill bli störda.

– Det är också en trevlig gest att hälsa grannarna välkomna över på festen, säger Niclas och fortsätter:

– Men skippa efterfesten. Det är väldigt störande att bli väckt klockan tre på natten av dunkande musik – speciellt om man kanske ska jobba dagen efter. Så inga efterfester!

Tvättstugan som trätoämne

Förutom oljud från grannarnas lägenheter och irritation över grannar som röker eller grillar på balkongen, är tvättstugan ett ständigt trätoämne. Många hyresgäster tycker att tvättstugan städas för dåligt, men vad som är bra och dålig städning är inte alltid lätt att avgöra.

– Vi har alla olika nivå på det vi tycker är bra städning. Och man får rannsaka sig själv, är det så att man alltid har synpunkter på hur andra städar så är det kanske man själv som är extremt noggrann. Då är min rekommendation att inleda med att städa tvättstugan när man kommer dit så har man rent och fint när man ska tvätta. Och är man av den noggranna sorten så är det förmodligen fortfarande så rent och fint när tvätten är klar att man inte behöver städa igen, säger Niclas.

Även om mycket kan lösas med en bra dialog finns det fall där kraftfullare åtgärder måste vidtas.

– Om den som stör inte rättar sig efter tillsägningen kan det bli tal om uppsägning av hyreskontraktet. Det är hyresvärdens uppgift, men vi kan stå bakom och stötta om det behövs, säger Niclas. En uppsägning av kontraktet kan dock bestridas och ärendet prövas då igen. ■



Tänk på volymen
Ha inte för högt ljud på din tv eller stereo. Undvik att köra disk- och tvättmaskinen sent på kvällarna. Tänk särskilt på att hålla ner volymen i trapphuset.



Om du röker – visa hänsyn
Det är inte tillåtet att röka i hissar och trapphus. Tänk även på att rökning på balkongen kan störa grannarna ovanpå.



Håll trapphuset tomt
Ställ inte cyklar, barnvagnar, soppåsar med mera i trapphuset. Tänk på att rörelsehindrade behöver mer svängrum och att ambulanspersonal och brandkår ska kunna ta sig fram vid en olycka.



Håll koll på dina husdjur
Koppla alltid din hund inom bostadsområdet och i trapphuset. Se även till att din hund eller katt inte smutsar ned i trapphus, på gården eller runt lekplatser. Tänk också på att andra kan vara allergiska.



Tänk på var du grillar
Av brandsäkerhetsskäl får du inte grilla på balkongen.

Illustrationer: **Carl Papworth**

Skapa trevlig flytt – för dig och nästa hyresgäst



Foto: Malin Grönborg

Ska du flytta? Då finns det flera praktiska saker att tänka på. Kvartersvärden Ing-Marie Johansson berättar hur du gör din flytt så smidig som möjligt.


Ing-Marie Johansson, kvartersvärd.

När du har bestämt dig för att flytta ska du säga upp din lägenhet, vilket du enklast gör på din personliga sida. Vid vilken tidpunkt du ska säga upp lägenheten beror lite på hur du bor. En vanlig lägenhet har tre månaders uppsägningstid, en studentlägenhet två månader och ett studentrum en månad.

Följ Bostadens schema

Innan du flyttar ska lägenheten städas ur och besiktas. När besiktningen ska ske görs upp med din kvartersvärd. I samma veva får du också instruktioner om hur städningen ska gå till.

– Vi har ett jättebra instruktionsblad där allt står, punkt för punkt. Om man följer det städschemat brukar det inte vara några problem, säger Ing-Marie Johansson.

Med dagens RUT-avdrag är det många som väljer att använda städfirmor för flyttstädningen.

– Det händer att städningen måste göras om, trots att det är en städfirma som städat. Men som hyresgäst är du ändå trygg eftersom de har städgaranti och kommer tillbaka för att städa igen, om det krävs.

De vanligaste missarna vid flyttstädningen återfinns ofta bakom element, ovanpå garderober, på dörrkanter och under tvättställ. Vintertid är det också många som glömmer att putsa sina fönster.

– Allt måste göras, oavsett årstid. Och man får inte glömma att städa förrådet, balkongen eller garaget, säger Ing-Marie. Det är verkligen guld värt när man kommer till en välstädad lägenhet. Både för oss kvartersvärdar och de som ska flytta in.

Börja med kök och badrum

Hon tipsar om att börja med kök och badrum när man ska städa ur. Det är de mest tidskrävande utrymmena och det kan vara skönt att få det gjort först.

– Tänk också på att sortera det du inte vill ta med dig i flytten. Kör bort skräp och möbler till återvinningscentralerna och ge det som är helt och rent till second hand, säger Ing-Marie.

Det kan också vara bra att i god tid göra en adressändring och kanske ordna med eftersändning.

– När de nya hyresgästerna flyttar in byts namnet på brevlådan och då blir det svårt för brevbäraren, säger Ing-Marie.

Hon vill också påminna alla som flyttar in i sin första egna lägenhet att skaffa en hemförsäkring.

– Det kan hända saker, så som vattenskador, som man kanske inte ens har orsakat själv. Då är det jätteviktigt med en försäkring – annars kan det bli väldigt dyrt. ■

Länge leve grillkvällen!



Under vår och sommar är grillen en självklar samlingsplats för många. Men kom ihåg att ta hänsyn till dina grannar när du ska grilla. Eftersom grillning kan vara brandfarligt får du inte grilla på din balkong.

Placera grillen så långt från husen att rök och matos inte stör andra. Har man ingen egen grill kan en engångsgrill vara ett bra alternativ. Men tänk på att engångsgrillar kan glöda i över ett dygn efter att du använt dem. Kasta därför aldrig dessa i soprummen utan använd istället våra tunnor för engångsgrillar som placeras ut i april.



Det finns många barn på Ersboda och områdets kvartersråd vill medverka till att alla ska lära känna varandra. Det skapar vi-känsla och trygghet.

Foton: Andreas Nilsson

Ökad vi-känsla på Ersboda

Kvartersrådet Karet 4 på Ersboda strävar efter att skapa en stark vi-känsla i området.

– Hos oss bor en mängd olika nationaliteter och vi vill ge samhörighet och ökad trygghet, säger Anders Forss, ordförande.

I kvartersrådet Karet 4 på Ersboda ingår Spanngränd och Krukgränd och här finns runt 200 lägenheter. Rådet har funnits sedan 1980-talet, och i flera år har man arbetat stenhårt mot en ökad vi-känsla.

– Det här är ett område med oerhört många nationaliteter och vi vill komma bort från känslan av ”vi och dem”. Här ska det bara finnas vi och alla ska kunna umgås med alla, säger Anders, som varit ordförande i runt tre år.

Som ett led i arbetet ordnas allt från pysselkvällar för barn till att de boende på området samlas i kampanjer för att få alla barn att använda cykelhjälm.

– Vi bjuder också in till gruppmiddagar och grillkvällar. På den senaste gick det åt över 300 hamburgare – det var en fantastisk uppslutning, säger Anders.

Kvarterslokalen är hjärtat

Många av kvartersrådets aktiviteter arrangeras i kvarterslokalen – som är den bästa kvarterslokalen på hela Ersboda, enligt Anders.

– I den har det hållits bröllop, examensfester, begravningsfika och tillställningar av allehanda slag. Vi i kvartersrådet har satsat en hel del på den – förnyat porslinet och vi håller den fräsch och fin. Kvarterslokalen är områdets största tillgång, säger Anders.

I Bostadens områden finns runt 40 kvartersråd och alla kommer med bra idéer på hur boendet kan bli lite bättre. Att ingå i ett kvartersråd innebär att

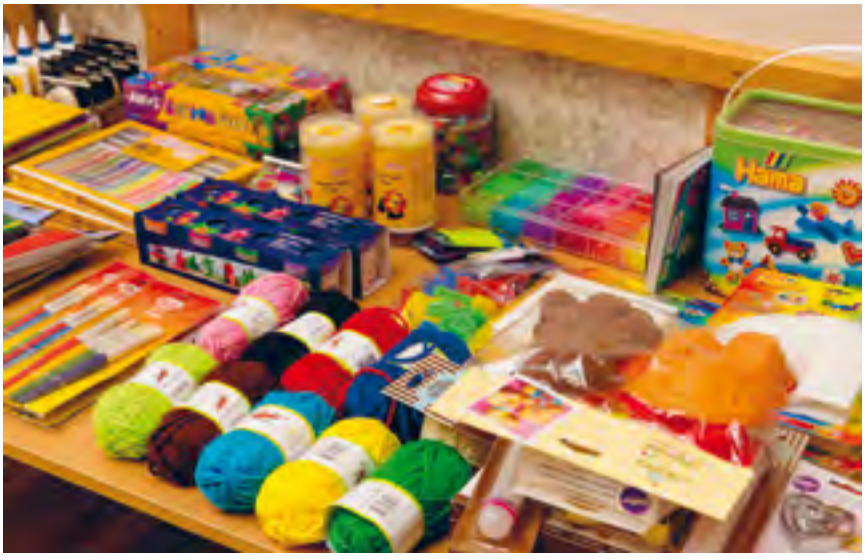




Kvartersrådets pysselkväll lockar hela 30 barn. Det är ett tillfälle för både barn och föräldrar att träffas och lära känna varandra.



Innan pysslet sätter igång blir det självklart fika och frukt.



Pärlor, garner, lera, tuschpennor och målarfärg. Alla pysselsugna barn kan välja och vraka.



Pysselkvällen ordnas i kvarterslokalen. En perfekt samlingspunkt, menar Anders Forss.



Anders Forss är en av eldsjälarna på Ersboda. Som ordförande i kvartersrådet Karet 4 gör han sitt bästa för att skapa en vi-känsla på området.

man får vara delaktig i processen och själv bestämma över hur gemensamma saker som kvarterslokal och innergård ska skötas. Alla kvartersråd har också en nära kontakt med kvartersvärdarna.

– Vi har ett bra samarbete med både Bostaden och kvartersvärden och det finns en stor förståelse mellan oss alla, säger Anders.

Arbetar för trygghet

För att underlätta för ungdomarna på området har kvartersrådet i samverkan med ABF ordnat gratis undervisning i körkortsteori. De har också bjudit in socialtjänsten för att föreläsa om droger.

– Ersboda ska vara ett tryggt område och i kvartersrådet är målsättningen att vi ska ta hand om både våra egna och andras ungdomar, säger Anders.

Just nu planerar han en kryssning till Helsingfors, som alla på området kan boka in sig på till ett bra pris.

– Det ska bli så roligt. Jag hoppas att många följer med på resan, säger Anders. ■

Så bildar du ett kvartersråd:

1. Prata ihop dig med minst två två grannar.
2. Hitta en revisor, det vill säga en person som granskar kassaboken varje år.
3. Kontakta kvartersvärden och boka ett möte där ni bildar er styrelse.
4. Kontakta Bostaden för att få bidrag. Ett normalstort område får cirka 15 000 kronor per år.
5. Kvartersvärden finns till hands hela året och hjälper till om ni är ovana och osäkra.

Världens bästa granne

Alla har vi stött på dem, omtänksamma och vänliga personer som alltid sträcker ut en hjälpande hand. De som helt enkelt är världens bästa grannar. De förtjänar att lyftas och hyllas, och vi behöver din hjälp. Vem tycker du är världens bästa granne? Mejla namn och adress till **info@bostaden.umea.se** eller skicka ett brev till Bostaden, Box 244, 901 06 Umeå. Glöm inte att uppge ditt eget namn och var du bor. Alla publicerade tips belönas med en present.

Vi har världens bästa grannar. De bor alla i "vår" trappuppgång (Ystarvägen 137) och heter Ella Skoglund, Kristina Skoglund och Roland och Ulla Åberg. Bättre grannar finns inte. De är alltid glada och välkomnande, bjuder på fika, erbjuder sig att hjälpa oss med vår stora hund och vår lilla son och är bara helt fantastiska. Vi är så tacksamma att ha er som grannar!

Sara Nyström och **Fredrik Norberg**

Jag vill tipsa om min granne Frank Sanders som bor på J A Linders väg 140, i lägenheten bredvid mig. Frank är en omtänksam person som både försvarat mig när mina hundar beskylldes för att ha bajsat i trappen (vi var inte ens hemma då) och ringde kvartersvärden och sa att det inte var jag. Han vattnar mina blommor när jag inte varit hemma och vi får låna bilen ibland när vi behöver. Vi har trevliga samtal i trappen och jag blir alltid glad när jag ser honom. Han är verkligen toppen!

Ásta Brynsteinsdóttir

Jag vill tipsa om vår granne Kent Tjernqvist på Ostkroken 42. Maken till gladare och mer hjälpsam granne får man leta efter! Han ställer upp för alla i kvarteret, rycker in och hjälper till med grannarnas bilar, både med tips och råd och reparationsarbeten om man får problem, han hjälper till att skotta, håller koll på ordningen i kvarteret och känner till alla barn och håller ett extra öga så inget galet händer. Som kvartersordförande finns han även alltid till hjälp om någon ska vara i lokalen, med allt från att plocka fram sådant man behöver, hjälper till med utrustningen eller kommer helt enkelt bara in för att säga hej och se så allt fungerar som det ska. Han är på 100 procent glatt humör varje gång man träffar honom och var den första som välkomnade oss till området när vi flyttade in. Han ställde till och med upp som jultomte till våra barn på julafton! Och sist men inte minst så förgyller han dessutom julstämningen i området med att ha den största julbelysning man kan hitta utanför USA:s gränser. Helt enkelt en supergranne som alla, och jag tror jag talar för majoriteten av våra grannar, är glada över att ha i sitt kvarter!

Katharina Tellström

Vann resa till Granö Beckasin

Vid invigningen av vinterträdgården vann Siw Källberg, Ålidhem, en övernattning på Granö Beckasin.

– Det var en helt fantastisk vinst. Boendet var häftigt och vi hade en enorm tur med vädret, säger hon.

Hon åkte till Granö med en kompis i augusti. De checkade in i sitt rum – ett av de så kallade fågelnästena, som är byggda uppe i träden, med vacker utsikt över älven.

– Vi hade rena lyxboendet, konstaterar Siw.

Det var en fin sensommardag och de tog promenader, åt gott i restaurangen och slappnade av.

– Vi båda hade haft väldigt mycket på jobbet, så resan till Granö Beckasin blev som en rekreationsresa för oss, säger Siw.

Under natten började det ösregna, och där uppe bland träden blev det en mäktig upplevelse.

– Fågelnästena har fönster även i taket, så det var riktigt häftigt att ligga vaken och lyssna på smattret och titta ut på himlen. Senare på morgonen trotsade personalen regnet och kom upp med en frukostkorg till oss, säger Siw.



Granö Beckasin prisades nyligen som Årets Innovatör 2014 av Svensk Camping.

Hon är väldigt nöjd med resan och har bestämt sig för att åka tillbaka med sina barnbarn och hyra en campingstuga.

– Det får bli som en liten äventyrsresa. I Granö kan man hyra det mesta – båtar, fiskeutrustning och flytvästar. Och man behöver inte ens ta bilen dit. Det är bara att sätta sig på bussen till Lycksele och hoppa av i Granö. Helt perfekt!





Foton: Andreas Nilsson

Mysigt stickcafé på Böleäng

Varje onsdag klockan 15–20 ordnar Inger Mårtensson hobby- och stickcafé i kvarterslokalen Kärnhuset på Böleäng.

– Vi pratar, fikar och handarbetar. Det är så trevligt. Jag ser det som ett sätt att komma ut och lära känna nya människor, säger Inger.



Till stickcaféet är alla välkomna för pyssel och samvaro.

Stickcaféet har anordnats i ungefär ett och ett halvt år i kvarterslokalen på Plommonvägen 79. Hit är alla välkomna för pyssel, handarbete och social samvaro.

– Vi säljer kaffe och hembakt fika till en billig peng, berättar Inger.

Hon och kompisen Anna-Lotta Lindqvist har ordnat låsbara skåp till lokalen, så det går bra att lämna utrusning och garner om man vill slippa ta med sig allt hemifrån varje vecka.

– Det är väldigt fritt hos oss. Antingen sitter man och handarbetar eller så kan man ta med sig kläder man behöver lappa eller fålla upp. Vi har en symaskin och en stickmaskin som vi kan låna ut och har dessutom lite olika spel om man bara vill komma hit och umgås, säger Inger, som gärna ställer upp som lärare om någon behöver nybörjartips.





Anna-Lotta och Inger är flitiga handarbetare. De ser stickcaféet som en möjlighet att träffa nya människor och få trevliga fikastunder.





Det stickas både det ena och det andra på Kärnhusets stickcafé. Om du är nybörjare kan du få hjälp att komma igång.

Anna-Lotta sysslar med amigurumi, vilket innebär att hon stickar eller virkar små djur som hon stoppar, och Inger stickar det mesta. Hon har stickat sedan hon var sju år och lider aldrig brist på idéer.

– Jag har stickat så mycket att jag knappt vet vad jag ska göra av allt. Men jag hoppas kunna dra ihop en liten marknad och sälja det jag gjort. Eller ge bort till välgörenhet.

Bland annat har Inger smyckat Kärnhuset, eller klätt in det som hon säger själv. Hon tog en stickad lång halsduk som hon klippte itu och klädde in stuprören med.

– Jag hoppas att folk som går förbi lyfter på ögonbrynen och kanske drar på smilbanden när de ser det, säger hon och skrattar. ■



Mikael Lundgren, kundchef på Bostaden, tackar Hassan Nechirvan, för hans insats vid branden på Glädjens gränd.



NYHETER

Tipsa oss på VK:s redaktion

RÅDIGT INGRIPANDE. En misstänkt anlagd brand utbröt under gårdagsnatten på Umedalen. Tack vare grannarnas rådiga ingripande kunde kvinnan i lägenheten räddas.

Grannarna räddade kvinnan från branden

Mord-brand

VK den 29 januari 2014.

Brandhjältar prisas av Bostaden

Natten mot den 28 januari började det brinna i en lägenhet på Glädjens gränd på Umedalen.

Tack vare rådigt och snabbt ingripande från hyresgästerna kunde en kvinna räddas ur lågorna och elden snabbt släckas.

– Jag fick försöka tre gånger innan jag fick ut henne. Röken var så tjock, berättar Hassan Nechirvan.

Nu prisas hjältarna av Bostaden.

Det var vid midnatt som Hassan hörde att en brandvarnare började tjuta i huset. Han gick ut i trapphuset och kände röklukt, vände tillbaka in och ringde SOS Alarm. Därefter gav han sig ut i trapphuset igen – våning för våning – för att se var det brann.

Samtidigt vaknade Johanna Berggren i huset bredvid av att en fönsterruta spräcktes. Hennes första tanke var att det var ett inbrott på gång så hon gick upp ur sängen och tittade ut.

– Då såg jag lågorna. Värmen hade fått rutan att explodera, säger hon.

Hon väckte maken Mikael som ringde SOS Alarm, bara för att få veta att brandkåren redan var på väg.

– Då klädde jag på mig och gick över för att hjälpa till, säger Mikael.

Under tiden hade Hassan hittat vilken lägenhet det brann i. Dörren till lägenheten stod på glänt och röken bolmade ut i trapphuset.

– Jag hörde att det var någon där inne och jag öppnade dörren och ropade. Hennes lägenhet var ungefär likadan som min så jag förstod att hon var inne i badrummet, säger Hassan.



Mikael Berggren och Martin Isberg hjälpte till vid branden genom att knacka på hos hyresgäster i huset och hjälpa dem ut till områdets kvarterslokal.



Mikael Lundgren, kundchef på Bostaden, Martin Isberg, boende på Glädjens gränd, och Jeanette Forssén, områdeschef, hugger in på tårtan.

Röken var kraftig och Hassan tog sig knappt in i lägenheten innan han fick vända ut för att andas. På tredje försöket lyckades han ta sig fram till badrummet och dra ut kvinnan.

– Hon var alldeles svart runt munnen och näsan på grund av att hon andats in så mycket rök, säger Hassan.

Informerade grannarna

När ambulanspersonal tagit hand om kvinnan och brandkåren inlett släckningsarbetet började Hassan ringa på hos alla i huset för att berätta att det brann. Han stötte ihop med Mikael och grannen Martin Isberg och de hjälptes åt att informera grannarna.

– Röken hade hunnit bli tjock även i trapphuset, man fick huka sig för att kunna andas bättre, säger Martin.

– Ja, vi hjälpte folk ut och lotsade dem till kvarterslokalen på området. Det var kallt ute och vi ville få in alla i värmen, säger Mikael.

När elden var släckt sattes sanering in omedelbart, bland annat med hjälp av fläktar och joniseringsaggregat. Tack vare den snabba insatsen blev dock inte skadorna så stora, förutom i lägenheten där branden startade.

– Vilken fantastisk insats de tre gjorde. Vi är otroligt tacksamma, säger Mikael Lundgren, kundchef på Bostaden.

Som tack för sin insats prisades hjältarna med tårta, blommor och presentkort.



Mikael Berggren och barnen Elias och Julia får tårta av Bostaden.



Foton: Andreas Nilsson

På brandnatten hade Hassan Nechirvans dotter svårt att somna, så Hassan var fortfarande vaken då grannens brandvarnare gick igång.

Tack också till

Ida Hultgren
Henrik Holmström
Alexander Linné
Emma Johansson

som agerade snabbt när det började brinna på Strombergs väg, samma vecka som branden på Glädjens gränd. De släckte elden med hjälp av en brandfilt, vilket minimerade skadorna. ■

Minska risken för brand

Bostadens lägenheter är utrustade med både brandfilt och brandvarnare med tioårsbatterier.

– Skulle det börja brinna – rädda, varna, larma, släck! säger Mikael Lundgren, kundchef på Bostaden.

För att minimera riskerna för att en brand ska sprida sig till ett helt hus har Bostaden vidtagit flera åtgärder. Bland annat fungerar varje lägenhet som en brandcell, vilket innebär att man är skyddad i lägenheten i minst en timme – även om det brinner utanför.

– Röken är farlig, så stanna hellre i din lägenhet än att gå ut i ett rökfyllt trapphus, säger Mikael. Räddningstjänsten kan hjälpa dig ut om det behövs.

Bostaden håller för fullt på att installera brandfiltar i alla lägenheter samt sätta in brandvarnare med inbyggda batterier som räcker i tio år.

– Det ska inte hänga på att någon har glömt att byta batteri. Vi vill vara så säkra som möjligt. Det är också viktigt att lära hela familjen hur man använder brandfilten. Om det börjar brinna är det viktigt att agera snabbt, säger Mikael.

Så gör du om det börjar brinna:

- Rädda först de som är i livsfara, men utsätt inte dig själv för risker. Ta dig ut så snabbt du kan och stäng dörren efter dig.
- Varna alla som hotas av branden så att de också kan sätta sig i säkerhet.
- Larma räddningstjänsten genom att ringa 112. Möt upp räddningstjänsten när de kommer.
- Släck branden om du bedömer att du klarar det. Använd brandfilt eller handbrandsläckare.

Namn: Mia Hällsten.
Ålder: Ska fylla 48 år.
Gör: Jobbar i receptionen på Hemgården.
Intressen: Fotboll, innebandy och barnen.

Mia Hällsten har många bollar i luften. Som Hemgårdens receptionist träffar hon många människor, är lite av en allt-i-allo och har nära kontakt med Bostaden.



De flesta besökare på Hemgården byter några ord med Mia i receptionen. Till exempel säljer hon biljetter till badet.

Mia Hällsten är spindeln i nätet på Hemgården. Hon sitter i receptionen, har hand om badaktiviteter, ordnar underhållning för seniorerna och är kontaktperson för de som bor i Bostadens seniorboende.

– Jag trivs med mitt jobb. Jag träffar så otroligt många trevliga människor, säger hon.



Foton: Andreas Nilsson



På Hemgården ordnas många aktiviteter, till exempel dagverksamhet och vattengympa. Här finns också en restaurng som är flitigt besökt – och Mia är spindeln i nätet då det gäller det mesta.



Hemgårdens badhus är öppet för både fria aktiviteter och ledarledd vattengymnastik. Under 2013 hade badhuset hela 24 500 besökare!

Mia har jobbat på Hemgården ända sedan hon var 18 år. Hon började som sköterska på vårdavdelningarna men har under årens lopp jobbat med både det ena och det andra.

– När jag fick problem med en axel började jag jobba i receptionen, berättar hon.

Kontakt med seniorerna

Hon har daglig kontakt med hyresgästerna i Bostadens seniorboende som ligger vid Hemgården. Ett tjugotal av de boende är med i Hemgårdens intresseförening och många kommer och fikar i caféet, besöker frisören eller går på ledarledd vattengympa eller simmar på egen hand på badet.

– Vi erbjuder även fotvård och att få komma hit och styrketräna. Det är populärt, berättar Mia.

Det är Hemgårdens intresseförening som driver caféet på Hemgården och vinsten därifrån samt medlemsavgiften på 40 kronor per år går till underhållning, aktiviteter och utsmyckning. Och allt styrs upp av Mia som köper in dukar och blommor och ordnar allt från gudstjänster till pubar.

– På en pubeftermiddag serverar vi öl och vin till självkostnadspris och hyr in ett dansband. Vi arrangerar också tårtkalas och midsommarfester, säger hon.

fortsättning på nästa sida



Foto: Andreas Nilsson

Den dragspels- och fiolspelande duon Ingemar och Rolf uppträder på Hemgården och spelar låtar från förr. Mycket uppskattat av besökarna.

Det är inte vilka artister som helst som uppträder på Hemgårdens träffar. För en tid sedan var självaste Lill-Babs på besök.

– Vilken fantastisk människa. Hon bjöd verkligen på sig själv, sjöng och pratade med de boende. I samma veva som hon underhöll tog jag emot en badgrupp som sa att de tyckte att det lät som Lill-Babs röst. När jag sa att det var hon så höll de på att falla baklänges, säger Mia och skrattar.

Bostadens seniorboende ligger i samma byggnad som Hemgården, i den del som vetter mot centrum.

– Flera av de som bor i seniorboendet har anhöriga som vårdas på Hemgården. Det är praktiskt för då har de nära till att hälsa på, säger Mia.

Hon har ett nära samarbete med Bostaden och förmedlar bland annat felanmälningar från seniorboendet till Bostaden.

– Ingen dag är den andra lik. Jag har ett fantastiskt jobb, säger Mia. ■

Vad kunde du om ovanliga sporter?

I förra numret av Hej fanns ett quiz om ovanliga sporter. Här får du de rätta svaren.

1. Hurling är en irländsk lagsport som spelas på en rektangulär gräsplan med ett sex meter högt H-format mål i vardera ändan. Matcherna spelas med en lång platt klubba, den så kallade hurlen. Man tar poäng genom att slå en boll i målet eller ovanför målet i H-formationen.

Hur lång är en hurlingmatch?

Rätt svar: **2 x 35 min**.

2. Detta är ett lagspel från Kanada som utövas på en hockeyrink och reglerna liknar hockey. Högst sex spelare från varje lag får vara på isen samtidigt och alla spelare har skyldighet att undvika kroppskontakt.

Vad heter sporten?

Rätt svar: **Ringette**

3. I sporten circle-rules football ska två lag göra mål i samma mål – från olika håll – på en cirkelrund plan. I målet har lagen varsin målvakt som får knuffas hur mycket som helst.

Med vilken typ av boll spelas circle-rules football?

Rätt svar: **Pilatesboll**.

4. I blindfotboll måste spelarna ha ögonbindel eftersom både seende och synskadade tillåts spela. Bollen låter när den rullar.

Vad i bollen skapar ljudet?

Rätt svar: **Kullager**

5. I undervattenshockey ska spelarna utrustade med snorkel, simfenor och en liten klubba förflytta en puck på bassängbotten till motståndarlagets sida och skjuta mål.

Hur mycket väger pucken?

Rätt svar: **1,2 kilo**.

Grattis till vinnarna!

Bland de inskickade rätta svaren drog vi ett antal vinnare. Följande fyra personer vinner varsin trådlös minihögtalare. Vinnarna kontaktas via mejl.

Maj Lindman
Johnny Harju
Johan Öhman
Ingvar Åström

Bostaden-krysset



HÄR GÅR MAN OCH STÄDAR OCH SKURAR OCH TVÄTTAR OCH TILL SIST SÅ ...

LEAS SYRRA		DRAR FOLK	BLIR BLEK NYHETS-BYRÅ		'LOTTERI'		UPPLEVT	BRUKAR SANDAS ATLANT-FARARE	
BRUKAR PJÄS									
PASTOR PÅ BYGGET					BRÄNSLE				
LÖVTRÄD			FLUGFIS-KEBETE RAM-VERK					SOPRANO-ÖVERHUVUD	
					FÄRSK-OST RUND-FRÅGA				
KAN NÅ KOKPUNKT	BLIR SNÖVIT IBLAND 'BÅGE'					DRIVER BAKÅT			
KALLAS SÅ				STOCK-ELD ÄMNADE					

	DROG	HÖRS FRÅN BATTERI	KRITISERA	JÄMMER		GÅR ENERGISK TILL		FÄLLER SKOG	DAMON		KAN FÖLJA EFTER SAKTA BLÅÖGDA				PALLA I SKRUV SLUMRANDE		SPELARE	
MULLIGT						RENA BLODKÄRL						TRAMPA HÅRT BERÖMDHET						
KUSLIGA LEDMOTIV								HAR MAN I KALSONG MIN						PIGGAR UPP DUPERAR				
				HÖGTIDSKRUD HAR FÖRBAND						LOTSA FÖLJER TILL DAGS								FÖRST TILL MORA
RÄKNAR UPPLAGOR			HA PÅ KÄNN				FÖR INGET GOTT MED SIG		WAERN CA 2,5 CM				FN I N.Y. GARFUNKEL			STRÖARINSLAG SES MED KOD		
VANLIG ÅSYN					STORT KÄRL DJUR I KUPA						KASTAS PÅ TAVLA TENN							
RYSSJA RÄTTESNÖREN			OROSOBJEKT					PRYDA							RIKTNING			
						VISAR BANDEROLL												VINDELKRYSS Östen AB *2014*

Lös krysset – vinn biobiljetter

Skicka ditt svar till Bostaden, Box 244, 901 06 Umeå och märk kuvertet med Bostaden-krysset. Eller mejla ditt svar till info@bostaden.umea.se. Senast måndag 12 maj vill vi ha ditt svar. Fem personer vinner två biobiljetter var.

Vi vann biobiljetter

Rätt svar i förra Bostaden-krysset var: "Vyn är toppen från toppen". Följande fem personer vinner två biobiljetter var. Biljetterna skickas med posten. Stort grattis från Bostaden!

Nathalie Jonsson
Lena Lilja
Johanna Blom
Barbro Sjöberg
Louise Edlund

Billigare biljetter till Brännbollsyran med Bostadenkortet

Vi erbjuder dig som hyresgäst möjlighet att köpa biljett till festivalen med 200 kr rabatt. De rabatterade Bostadenbiljetterna släpps på torsdag 24 april klockan 09.00. Max en biljett per Bostadenkort och först till kvarn!

Läs mer om hur du bokar biljetterna på vår webb: **www.bostaden.umea.se**

POSTTIDNING B
Bostaden, Box 244, 901 06 Umeå

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!

Ingen reklam, tack

