

# HEMLÄNGTAN

TIDNINGEN FÖR DIG SOM ÄR KUND HOS UPPSALAHEM | NR 1 | 2017

HEMMA HOS

## KLAUS PONTVIK

**NYCKEL I TUB**  
TRYGGT OCH  
SÄKERT

SÅ HÄR GÖR DU  
**ETT EGET  
PYSSELRUM**

Gammal övergiven  
**CYKEL**  
blir som ny

FÅ KOLL PÅ  
VÅRENS EVENT  
I BOBUTIKEN



# FELANMÄL, SÅ FIXAR VI FELET!

## Smuts, trasiga lampor i trapphuset eller klotter på fasaden?

Vi på Uppsalahem försöker fixa alla fel så snabbt vi kan, men vi behöver din hjälp. Ni boende är oftast de första att upptäcka om något är fel eller trasigt i eller utanför fastigheten. Hör av dig direkt med en felanmälan. Det gör du enkelt via vår webbplats eller till ditt områdeskontor. Är det något akut som sker utanför kontorstid så hör av dig till vår jour. Bättre att du hör av dig en gång för mycket än en gång för lite. Inget fixar sig av sig själv, därför har du som bor hos Uppsalahem en väldigt viktig uppgift, att felanmäla. Tillsammans kan vi skapa trygga hem och hus.



**UPPSALAHEM**

[www.upsalahem.se/felanmalan](http://www.upsalahem.se/felanmalan)

## FRÅGOR OM DITT BOENDE

Ditt kontor tar hand om alla dina frågor som rör ditt boende.

### FELANMÄLAN

#### VI HJÄLPER DIG NÄR DET INTE FUNKAR!

Det ska vara enkelt att felanmäla. I vårt webbformulär kan du snabbt och enkelt anmäla fel. Det hittar du på: [www.upsalahem.se/felanmalan](http://www.upsalahem.se/felanmalan). Om felet är akut och du behöver komma i kontakt med någon personligen kan du ringa till ditt kontor så hjälper vi dig.

### JOURNUMMER

Övrig tid kan du ringa journumret när det är akut. Telefon 018-240 100 vardagar 16.30-08.00 och helger 00.00-24.00.

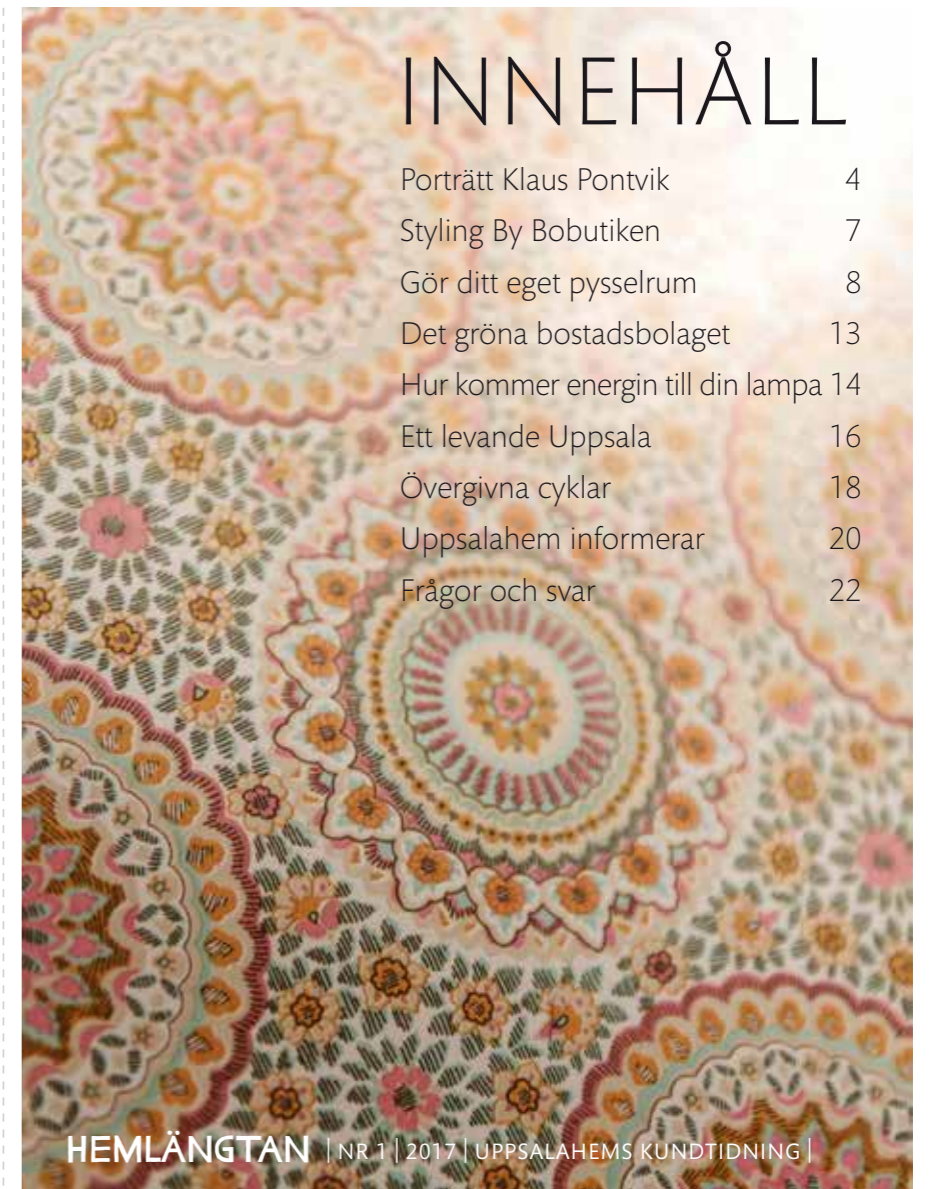
Tänk på att om felet inte är akut - det vill säga en fara för person- eller fastighetsskada, kan du själv få bekosta uppdraget.

### NYCKEL I TUB

När vi ska utföra servicearbeten i ditt hem behöver vi komma in. För att du inte ska behöva vänta på oss har vi installerat en nyckeltub i din ytterdörr, där du kan lägga nyckeln vid ett planerat arbete.

### STÖRNING

Om du blir störd av dina grannar och inte själv har möjlighet att prata med dem så ta kontakt med Uppsalahem. Dagtid kontaktar du ditt kontor. Övriga tider har du tillgång till vår störningsjour som du når på telefon 018-240 100.



## INNEHÅLL

Porträtt Klaus Pontvik	4
Styling By Bobutiken	7
Gör ditt eget pysselrum	8
Det gröna bostadsbolaget	13
Hur kommer energin till din lampa	14
Ett levande Uppsala	16
Övergivna cyklar	18
Uppsalahem informerar	20
Frågor och svar	22

HEMLÄNGTAN | NR 1 | 2017 | UPPSALAHEMS KUNDTIDNING |

**ANSVARIG UTGIVARE** Stefan Sandberg, vd Uppsalahem **CHEFREDAKTÖR** Maria Norlin **REDAKTION & PRODUKTION** Uppsalahems kommunikationsavdelning. **GRAFISK FORM** Stegforsdesign AB **FOTO** Samir Hadji, Anders Tukler, Jonas Ingerstedt, Design House Stockholm, Smiling group AB, Maria-Lie Edin **E-POST** [hemlangtan@upsalahem.se](mailto:hemlangtan@upsalahem.se) **POSTADRESS** Uppsalahem AB (publ), Box 136, 751 04 Uppsala **VÄXEL** 018-727 34 00 **WEBB** [www.upsalahem.se](http://www.upsalahem.se) **ORG.NR.** 556137-3589

### UPPSALAHEM & BOBUTIKEN

Uppsalahem 018-727 34 00  
Bobutiken 018-727 37 90  
Besöksadress: S:t Persgatan 28  
[info@upsalahem.se](mailto:info@upsalahem.se)  
[bobutiken@upsalahem.se](mailto:bobutiken@upsalahem.se)

### ÖPPETTIDER:

Måndag - fredag 08.00 - 16.30

### Uppsalahem Östra (Sala backe)

Telefon: 018-727 36 62  
Besöksadress: Brantingstorg  
[ostra@upsalahem.se](mailto:ostra@upsalahem.se)

### Uppsalahem Västra (Eriksberg)

Telefon: 018-727 36 63  
Besöksadress: Ekebyvägen 15  
[vastra@upsalahem.se](mailto:vastra@upsalahem.se)

### Uppsalahem City

(city & ytterområden)  
Telefon: 018-727 36 61  
Besöksadress:  
Vattholmavägen 16B  
[city@upsalahem.se](mailto:city@upsalahem.se)

### Uppsalahem Södra

(Gottsunda)  
Telefon: 018-727 36 64  
Besöksadress:  
Stenhammars väg 6  
[sodra@upsalahem.se](mailto:sodra@upsalahem.se)

### TELEFONTIDER:

Måndag - fredag 08.00 - 16.30

### BESÖKSTIDER:

Måndag - fredag 08.00 - 16.30

### WEBB:

[www.upsalahem.se](http://www.upsalahem.se)

# HEMMA HOS KLAUS PONTVIK

Klaus Pontvik är kulturentreprenör, visionär och självlärd kock. I Uppsala driver han den internationella Gitarrfestivalen men han har även många andra intressen så som miljöfrågor, mathälsa och tangodans. I sitt hem tycker han de materiella sakerna ska få ta minimal plats eftersom det viktigaste där är människorna.

## VEM ÄR DU?

Jag är en människa med många strängar på min livsgitarr. Jag är kulturentreprenör och driver Uppsala Internationella Gitarrfestival men jag har en bakgrund som bonde och miljöagronom. För mig är miljöfrågor mycket viktiga. Under 14 år drev jag även Ekocaféet här i Uppsala. Som människa försöker jag förverkliga mina drömmar. Jag vill skapa fler mötesplatser för kultur och samtal.

## VAD ÄR HEMMA FÖR DIG?

Hemma för mig är att verkligen ha en relation med sin omgivning och att kunna känna sig trygg. Det är inte väggarna som gör ett hem utan människorna som finns där. Det är de som skapar en viss känsla som sedan väggarna andas. Hemmet behöver inte bara vara den platsen där man har sin adress. Mitt hem kan även vara hela Uppsala och de platser där jag trivs och som jag återvänder till. Ta bara UKK som för mig är ett fantastiskt rum för möten och upplevelse. Sen är staden mitt hem, vi som bor i Uppsala är en del av staden och Uppsala är en del av oss.

## VAD ÄR DET SOM ÄR SÅ SPECIELLT MED UPPSALA?

Uppsala är en spännande och rolig stad där det finns mycket kunskap och personlighet. Det är en stad i konstant utveckling där kulturen har en stor roll. Det är kul att få vara en del av det hela. Sen tror jag framför allt att det är viktigt med kultur i staden för att samlas folk. Idag när det byggs så mycket murar som stänger ute människor behöver vi kulturen ännu mer eftersom den öppnar dörrar och slår ner murar. Bara en sådan sak som att låta folk mötas över god mat och fantastisk musik gör så mycket. Det är något som alla kan uppskatta och det skapar gemenskap. Vi är mer lika än vi tror. Att träffas på det sättet kommer aldrig gå ur tiden. Vi svenskar är dessutom väldigt öppna för olika matkulturer och det är ett bra redskap för att få människor att förstå varandra.

## VAD SKA MAN TÄNKA PÅ NÄR MAN SKAPAR SITT HEM?

Det viktigaste är att det finns plats för människor och möten mellan dem. Det blir lätt

att man fastnar i trender men för mig är inte det viktigt, det är viktigare att människorna kan leva och bo där. Det ska gå att umgås med släkt och vänner på ett avslappnat sätt och äta en bit mat tillsammans. Jag tycker om att se människor mötas, i mötet sker magi och jag fylls av glädje och inspiration.

## VILKEN ÄR DIN FAVORITPLATS I HEMMET?

För mig är det viktigast med kök och vardagsrum för det är där man träffas. I mitt eget hem har jag låtit riva ner väggen som var mellan köket och vardagsrummet för att det ska gå att umgås på ett bättre sätt.

## VAD ÄR DEN VIKTIGASTE INGREDIENSEN I ETT HEM?

Jag tycker att det är fantastiskt att få komma hem och känna doften av mat och nybakat. Det ger en signal om att någon redan är hemma och lägger ner tid och kärlek på att laga något gott. När man lagar mat åt varandra och delar den upplevelsen så får man ut så mycket. Det är mysigt och välkomnande. Det bästa som finns är de där spontana tillfällena

## OM KLAUS PONTVIK

**Gör:** kulturentreprenör, festivalarrangör och egenhändig kock.

**Kommer ifrån:** född och uppvuxen i Uruguay.

**Bott:** i Uppsala i 30 år.

**Familj:** sambo & son.





där man blir bjuden på eller får bjuda oväntat besök på mat. Det ger energi!

**VAD ÄR PERSONLIGT I DITT HEM?**

Allt i mitt hem är recyklat på ett eller annat sätt. Det enda jag äger som är nytt är min säng. Matbord och stolar köpte jag till exempel för 400 kr på second hand när jag var student och den stora fina mattan på vardagsrumsgolvet är köpt i andra hand av en privatperson för ca 20 år sedan. Allt har en historia men det viktigaste är inte sakerna eller på vilket porslin jag serverar maten utan det viktiga är kvalitén på maten och vad jag serverar. Vi spenderar ofta mycket pengar på saker och snålar på maten och drycken. Jag kan tycka att prylar många gånger kommer i vägen mellan oss. Det är sorgligt att man inte har tid för varandra och att man istället fyller

sina hem med massa saker som bara tar plats. Låt inte sakerna vara ett hinder för att träffas!

**VAD GER DIG INSPIRATION?**

När jag träffar människor och har samtal, det ger energi! Jag tycker att det är fascinerande att man kan börja prata om idéer och före samtalet så har man ingen aning om vart det kommer att ta vägen. Samtalen utvecklas allt eftersom man pratar och man kan spinna vidare på varandras idéer så att de tar helt nya vägar. Det finns ett stort värde i att mötas och allt jag har gjort har bottnat sig i att skapa mötesplatser. När jag var student började jag att skapa mötesplatser i form av fester där fokus låg på god mat, musik och bra gemenskap. Det ledde till att jag 1998 startade Ekocaféet i Uppsala, det blev ett litet kulturhus med musik, konst och mat men där det viktigaste var

upplevelsen. Idag anordnar jag gitarrfestivalen i Uppsala som är en annan typ av mötesplats där man träffas. Trots att evenemanget drar tusentals människor varje år så är den personliga stämningen ett av de avgörande elementen som gör festivalen unik och relevant, som gör att besökarna återkommer och trivs!

**HAR DU NÅGOT SMART KLIMATTIPS ATT DELA MED DIG AV?**

Delta mer i den levande kulturen som finns i staden bland annat med de unga, lokala artisterna. Det stödjer den kulturella utvecklingen och identiteten. Det gör att vi inte alltid behöver åka till andra sidan av jorden för att få upplevelser. Allt som utvecklar staden ger oss en vinst tillbaka i att det finns mer att göra lokalt. Vi tar även hit musiker i världsklass som kan ge fantastiska upplevelser.

# STYLING BY BOBUTIKEN

Med åren behöver tapeter, golv och kök bytas ut i våra hem och på så sätt kan husen leva länge, längre än vi! För att du ska få det precis som du vill ha det hemma när det är dags att renovera, finns Bobutiken som en viktig länk mellan dig, hantverkarna och Uppsalahem.



BILD ALGERO. FOTOGRAF JONAS INGERSTEDT

**ROSA, DOVT OCH NYA FÄRGKOMBINATIONER** De stora inredningsmässorna i Skandinavien har precis avslutats och vi vet nu vad som kommer att dyka upp på hyllorna i inredningsbutikerna. Vi ser slutet på eran "Ljust och fräscht" och går in i en färgsprakande trädgård där det även finns dova mörka toner. Svart är en basfärg att räkna med.

En färgnyhet som hela tiden återkommer är den rosa färgen. Den förkommer i alla nyanser, från blekt puder till rostiga toner. Vi kommer att se det i alla butiker från lågpriskedjor till

lyxbutiker. Helst i kombination med rött så att det verkligen färgrockar.

**VÅRENS EVENT I BOBUTIKEN**

**11 MARS** – Så här inreder du 2017 samt besök Uppsalahems första Pop up-butik!

**1 APRIL** – Vi påskpyntar och pysslar för alla åldrar med bloggaren Helena Lyth!

**13 MAJ** – Odling för alla – från växthus till trädgård! Mer info och program kommer på hemsidan.



**VÄXTHUS INOMHUS**

**INTRESSET FÖR ODLING OCH TRÄDGÅRD**

ökar hos allt fler och växthus är inte längre bara för de som har en stor trädgård. Nu kommer de små växthusen i mikroformat för det lilla bordet, till större växthus på ben som får plats vid fönstret. Växthusen på bilderna hittar du på Design House Stockholm.



**Återbruk blir bara större**

**MILJÖTÄNK OCH ÅTERBRUK** har länge varit en bubblande trend men i år ser vi ett betydligt större utbud på miljöcertifierade inredningsprylar och genomtänkta lösningar för återbruk. Att blanda gammalt och nytt skrev vi om förra året (Uppsalahem inreder alltid sina visningslägenheter med en blandning av nya och gamla saker) och den trenden ser vi öka alltmer, framförallt bland yngre människor. Butiker som Myrorna får konkurrens av trendiga lyxvintagebutiker som t ex Dusty Deco i Stockholm.

# GÖR DITT EGET pysselrum



#### CAMILLAS NYA PYSSELRUM

Hyresgästen Camilla vann i somras en tävling som vi hade på Facebook. Priset var att vi skulle hjälpa henne att strukturera och fixa i

ordning ett rum. Camilla fick först hjälp med att rensa och organisera upp sina saker i förrådet. Sen fick vi fria händer med att göra om hennes förråd till ett pysselrum. I pysselrummet skulle mycket pyssel få plats men viktigt var även att det gick att sitta och arbeta i rummet.

#### VI FRÅGADE CAMILLA VAD HON TYCKTE NÄR ALLT VAR KLART.

– Det är så fint! Jag är jättenöjd! Det är spännande hur det blev för hade jag gjort det själv hade det nog blivit helt annorlunda, så det var kul att någon annan såg förrådet med nya ögon.

#### HAR DU NÅGON SAK I PYSSELRUMMET SOM DU INTE KAN VARA UTAN NÄR DU PYSSLAR?

– Det skulle i så fall vara min BigShot. Det är en liten maskin som man både kan skära och stansa ut olika figurer i papper med. Den är fantastisk till att göra olika typer av gratulationskort och inbjudningskort, samt en bra kniv att skära större papper med.



CAMILLAS FÖRRÅD INNAN FÖRVANDLINGEN.

# Låt dig inspireras av ditt eget pyssel



**HAR DU OCKSÅ ETT LITET EXTRA RUM** som du inte vet vad du ska göra med? I många lägenheter idag finns det små rum som kan fungera till många olika saker utifrån vad den som bor där har för behov. Exempelvis så kanske man behöver ett extra barnrum, kanske är det ett litet hemmakontor, en förvaringsplats för kläder eller så kan man till och med göra ett pysselrum.

**FÖR ATT GÖRA ETT PYSSELRUM** så ska man utgå ifrån vad man själv har för pyssel och för behov. Rensa alltid först så du vet hur mycket du har kvar och vilken typ av förvaring du behöver köpa. Använder du mycket papper så se till att köpa förvaring där du kan ha dina papper liggandes utan att de behöver skrynklas ihop. I det här pysselrummet använde vi lådhurtsen Alex för 799 kr från IKEA där man kan förvara stora papper. Arbetar du mer med pärlor och småsaker så köp mindre lådsystem som innehåller mycket förvaring.

För att kunna arbeta utifrån idéer så är det bra att ha någon form av anslagstavla. Vi har använt ett vanligt stånggaller där man med små klädnypor kan knipsa fast inspirationsbilder. Det blir både snyggt och praktiskt. Går bland annat att köpa på Bauhaus.

Du kan dekorera rummet med ditt eget pyssel, använd sådant pyssel som gör dig glad och som du inspireras av. Så låt pysslet vara framträdande och tala för sig själv. Allt pyssel kanske man inte vill ha synligt även om det är praktiskt. Då kan man köpa till några snygga lådor eller varför inte klä in lådorna själv med ett fint omslagspapper.



## Aldrig mer presentpapper i en plastpåse

**EN FANTASTISK PRODUKT** från IKEA är Variera behållare för 15 kr som man normalt stoppar plastpåsar i. Den är perfekt för presentpapper! Sätt upp den på insidan av en skåpsdörr eller som vi har gjort här, på utsidan av en hylla så kommer du smidigt åt dina presentpapper.



## Billig förvaring för småsaker

**MÅNGA SAKER KAN MAN ANVÄNDA** på sitt eget sätt. Exempel på det är det billiga förvaringssystemet Sunnersta som egentligen är till för kök. Skenan är 60 cm och kostar 19 kr. På skenorna hänger man krokarna eller lådan Sunnersta för 5 kr st. Det ger massor med förvaring för pennor, penslar, stämplor, små färgburkar eller pärlor. Det är bara fantasin som sätter stopp för vad man kan förvara där.



## Moodboard

**DET VIKTIGASTE NÄR DU SKAPAR** ett nytt rum är förarbetet. Hur vill du egentligen att det ska se ut, vilka behov ska rummet fylla och vilken känsla vill du skapa i rummet? För att se hur det kan bli så är det alltid bra att utgå ifrån en moodboard. Där samlar du alla idéer, färger, möbler, texturer och sådant som du vill ha med i rummet på ett stort papper. Klipp och klistra utan att tänka på att det ska bli snyggt. Moodboarden är bara till för dig och för att se om allt passar ihop och ifall du lyckas få fram den där slutliga känslan som du vill åt.

## Pimpa ditt bord

**NÄR DU SKA GÖRA OM ETT RUM** går det oftast att återvinna och fräscha upp gamla möbler. Vi valde till exempel att återanvända den gamla bordsskivan som funnits där sedan tidigare. Vi bytte benen för att få mer plats under bordet men den stora skillnaden var att vi tapetserade skivan med en tapet.

För att få tapeten att fastna så började vi med att slipa hela bordet. Efter det så valde vi att måla kanten runt om i samma färg som fondväggen. När det torkat så var det bara att stryka på ett lager med lim på bordet och lägga dit tapeten. Man går då tillväga på samma sätt som när man sätter en tapet på vägg. När den torkat skars överflödigt tapet bort och en lack penslades på i flera omgångar för att göra ytan på tapeten tåligare.



## Rensa upp i förrådet så du kan göra ett pysselrum

**DET ÄR ALLTID BRA ATT HA ORDNING** i de små extra rummen där man annars bara kastar in saker huller om buller. Genom att strukturera upp kan man spara plats och undvika dubbelköp. Det kan vara bra att ha en inventarielista på allt som finns i rummet samt var allt ligger så slipper man leta överallt varje gång man behöver något.

Många gånger spar man alldeles för mycket grejer. När man väl börjar rensa är det mesta sådant som man aldrig använder. Det kan vara sådant som är trasigt, som man tänkt

slänga eller sälja. Fundera igenom om du verkligen behöver ha kvar det som inte använts på länge.

**NÄR DU SKA BÖRJA RENSA I DITT FÖRRÅD** Låt det bli stökigt när du rensar i förrådet. En rensning gör att det blir stökigt i hela hemmet men det kan inte hjälpas, dra ut allt som du ska gå igenom! Ibland kanske något som legat i förrådet passar bättre bland sakerna i en låda man har i köket och tvärt om. Det ser man oftast först när allt ligger framme och man kan börja gruppera ihop det.

Gör högar av alla saker som hör ihop. Det är oftast bäst att förvara saker i grupper. När du börjar rensa kan du döpa högarna så vet du var du ska lägga sakerna, allt ska hitta sin hög. När allt är framplockat och ligger i en hög så är det enkelt att gå igenom vad som ska sparas och slängas, kanske ser man till och med att man har dubletter av något. En bra tumregel är att bara spara det som du använder, älskar och behöver.

# DET GRÖNA BOSTADSBOLAGET

Det finns bara ett jordklot och det ska räcka till oss alla. Uppsalahem tar ett stort ansvar för att minska sitt miljöavtryck och jobbar för att nå sitt mål: att vara Uppsalas grönaste bostadsbolag.

## Energimärkning

**SKA DU KÖPA EN NY DAMMSUGARE, TV ELLER LAMPA?** Håll utkik efter energimärkningsetiketten som hjälper dig köpa de mest energieffektiva produkterna.

På energimärkningen finns pilar från grönt till rött och bokstäver, vanligast är A+++ till D eller A till G. Vilken energiklass som är effektivast varierar för olika produktgrupper, men ju högre upp på skalan desto effektivare är produkten.

Läs mer om märkningen på Energimyndighetens hemsida. Det är också de som övervakar så att reglerna följs i Sverige.



## SÅ FÖRLÄNGER DU LIVSLÄNGDEN PÅ DINA GRÖNSAKER



**FRYS IN FRUKT DU INTE HINNER ÄTA**, den frysta bananen eller mangon blir perfekt till smoothies.

**FÖRVARA SVAMP I PAPPERSPÅSE** som förhindrar kondens och svampen håller längre.

**ÄR MORÖTTERNA MJUKA** – lägg dem i vatten så återfår de sin spänst. Salladsblad piggnar till efter en timme i iskallt vatten.

**TA TILLVARA HELA GRÖNSAKEN** även stjälken, t ex så är broccolistjälken fantastiskt god att äta kokt med lite smör och salt.



# ENERGIKICK

**HÅLL ENERGIN PÅ TOPP** med vitaminrik juice. Till exempel denna ekologiska och Fairtrademärkta juice från the Smiling group AB, som garanterar att bönderna som odlar råvaran fått schysst betal.





## HUR KOMMER ENERGIN TILL DIN LAMPA?

### VI PRODUCERAR VIND- OCH SOLKRAFT

På Uppsalahem försöker vi alltid tänka på att allt ska vara hållbart, så även energin som vi använder i våra hus. En sak vi gjort för att uppnå detta är bland annat att bygga ett eget vindkraftverk. Vindkraftverket står på Nötåsen utanför Sundsvall och det har varit igång sedan hösten 2014. Förra året producerade verket 4559 MWh vilket motsvarar cirka 30 % av Uppsalahems behov av fastighetsel.

Utöver vindkraft så har vi även solceller på vårt

hus Frodeparken. Där utgör solcellerna husets fasad och levererar el dels till husets behov av fastighetsel och vid överskott även till el-nätet. 2016 producerade solcellerna 75700 MWh vilket motsvarar 30 lägenheters genomsnittliga årsförbrukning av hushållsel. På Å-promenaden, ett av våra nyaste hus, planerar vi att sätta upp solceller på taket.

### VI MINSKAR VÅR KLIMATPÅVERKAN

För att minska klimatpåverkan är det allra viktigast att minska energianvändningen då den kilowattimme som inte används är den

mest miljövänliga. Under 2016 påbörjades flera stora energi- och underhållsprojekt, bland annat byte av ventilation i flera områden i Gottsunda, installation av temperaturgivare, byte av belysning och ny kulvert.

Fjärrvärmens står för 98 % av Uppsalahems koldioxidutsläpp. Som ett komplement till energieffektivisering köper Uppsalahem Vattenfalls koldioxidneutrala fjärrvärme till all nyproduktion vilket minskar utsläppen.

## MYTER OM ENERGI

**MYT:** Om du lämnar rummet en kort stund är det bättre att låta lampan vara tänd än att släcka den.

**SANNING:** Förr i tiden gick det åt mycket energi för att tända ett lysrör, men dagens lampor är det bättre att släcka när du går ut ur rummet och tända när du kommer tillbaka.

**MYT:** Datorns skärmsläckare sparar ström.

**SANNING:** Så länge det finns ljus på skärmen drar datorn ström. Kontrollera inställningarna i din dator, ofta går det att ställa in energisparlägen. Ett tips är också att koppla datorn, skärm, högtalare och skrivare till en grenkontakt med avstängningsknapp. Ofta drar dessa apparater ström även när de är avstängda, vilket enkelt kan undvikas genom att stänga av allt med ett tryck.

**MYT:** Glödlampor bidrar till hushållets uppvärmning.

**SANNING:** Glödlamporna alstrar visserligen värme men bara en liten del av värmen kommer till nytta. Det finns mycket effektivare sätt att värma huset än att använda glödlampor.

Källa: [www.energiradgivningen.se](http://www.energiradgivningen.se)

### Visste du att..

- Bostaden står för i genomsnitt drygt 20 procent av hushållets utsläpp av växthusgaser. Genom att minska energianvändningen och ställa om till förnybara energikällor kan vi minska vår klimatpåverkan.
- Uppsala kommuns mål är att år 2020 ska Uppsala värmas upp med förnybara energikällor eller klimatneutral/kompenserad produktion.



### I HÖSTAS STARTADE UPPSALAHEMS

fokusgrupp för miljö och hållbarhet. Gruppen diskuterar och testar idéer och verktyg för hur vi kan leva mer hållbart. Första träffen var en workshop om att uppvinna – att omvandla skräp till något användbart. Deltagarna samlade in skräp som efter workshopen skickades vidare till ett designföretag. Maria-Lie Edin bor i Eriksberg och är en av deltagarna.

### VARFÖR ÄR DU MED I FOKUSGRUPPEN?

– Jag är väldigt miljöintresserad. Jag håller på med en utställning om att ta tillvara på gamla saker. Alla tavlor i utställningen är målade på gamla tavlor som har målats över med vitt och återanvänds.

### VAD TYCKTE DU OM WORKSHOPEN?

– Det är smart att börja prata om återvinning, ju mer man börjar prata om det desto mer kommer folk börja tänka på det. Folk har ibland svårt att se vad de kan göra med sina egna saker. Så man behöver få inspiration.

### DU SAMLADE IN TYGER I DIN SKRÄPLÅDA, SOM DESIGNERS GJORDE OM TILL EN DOCKA OCH EN TYGKORG. HUR VAR DET?

– Jag blev väldigt förvånad! Jag menar dockan var något jag kunde tänka mig men inte korgen. Det här är så användbart. Man har ju alltid lite smink och grejer som bara ligger överallt. Dockan kommer min hund att gilla.

### VAD BETYDER HÅLLBAR KONSUMTION FÖR DIG?

– Att produkter görs så de håller för framtiden! Inte att de som idag bara produceras för att tjäna snabba pengar. Mitt hem består till 90% av second hand, loppisar och facebook köp och sälj. Vardagsrumsbordet kommer från returrummet. Där går jag ned ganska flitigt på måndagar. Förra året hittade jag en jättefin väska och grejer som jag gav till min svärmor i julklapp och hon blev jätteglad!

Workshopen Uppvinna ordnades i samarbete med RISE Interactive.





# ETT LEVANDE UPPSALA

Som Uppsalas ledande bostadsbolag är Uppsalahems insatser en viktig pusselbit för Uppsalas utveckling som stad. Det innebär ett aktivt deltagande i Uppsalas stadsutveckling och att arbeta med att utveckla och förnya befintliga stadsdelar.



## KVARTERET KORET – NYA HEM

I **KAPELLGÄRDET** alldeles vid Råbyvägen kommer vi att bygga kvarteret Koret. Alla lägenheterna kommer att ha balkonger eller terrasser mot gården. Totalt kommer vi bygga 64 stycken lägenheter om 1-4 rum och kök.

## Se gamla Uppsala som det såg ut förr genom mobilen

**ÄR DU NYFIKEN** på hur gamla Uppsala såg ut ca år 650 e.Kr.? I så fall kan du ladda ner appen Augmented History. Med denna app kan du vandra runt i gamla Uppsala samtidigt som du genom skärmen på din telefon ser var hus stod, hur de såg ut och

hur man levde på järnåldern. Rekonstruktionen har man gjort utifrån de utgrävningar som har gjorts där. Appen är gratis men finns idag bara till Iphone. Förhoppningsvis kommer även en version till android.



## SPADTAG

I **VINTRAS PASSADE VI PÅ** att ta spadtag för tre kommande projekt. Spadtagen togs för Sverre som ligger längs med Väderkvarnsgatan och som ska förnyas. Det togs även spadtag för de projekt där vi ska bygga nytt, nämligen

Kvarteret Koret vid Råbyvägen och Brillinge mitt emot Gränby. Till vår vd Stefans hjälp på scenen hade vi Kasper som varit vd för en dag på Operations dagsverke i höstas. Vi kan nu förklara dessa projekt invigda!

## KOM PÅ ÅRETS PÅSKÄGGS- ORIENTERING

**PRECIS SOM TIDIGARE ÅR** är vi även detta år med på Påskäggsorienteringen på skärtorsdagen. Orienteringen är ca 1 kilometer och anordnas av UNT. Missa inte att gå med i orienteringen och sedan komma förbi vårt tält. Kartor kan som vanligt köpas i Bobutiken.



## ATT GÖRA I UPPSALA I VÅR

**STADSVANDRING MED DOMKYRKAN  
I FOKUS 26/3 23/4 28/5  
KL 13:30-14:30**

Här får du en guidad tur med fokus på kyrkans historia och husen runt omkring. Få reda på vilken anknötning de har haft till kyrkan. Turen utgår ifrån domkyrkans huvudingång.

**SPARADE ÖGONBLICK ÖPPET TILL  
OCH MED 23/4 KL 12-17**

Under åren 1935-1975 togs många pressbilder på uppdrag av Upsala Nya Tidning och arbetarbladet. Av dessa 1,5 miljoner pressbilder har man nu valt ut flera guldkorn och satt samman en utställning som speglar samhället förr. Du hittar utställningen på Upplandsmuseet.

**GÅR DET ATT MÄTA PÅSKEN? 11/4,  
12/4, 15/4 OCH 16/4 KL.14-16**

Barn och ungdomar upp till 18 år får lära sig om olika mätmetoder på Gustavia-nium. Uppdraget blir att försöka mäta påskan!

**TROLLERISKOLA 22/4 KL.11-12**

Gillar du att trolla eller skulle du vilja lära dig? På Temaverkstaden i Gottsunda bibliotek får barn mellan 8 till 13 år prova på att trolla tillsammans med magikern Magnus Vihagen.

**SAGOYOGA FÖR BARN 6/5**

För barn från 4 år och uppåt finns det Sagoyoga på Temaverkstaden på Gottsunda bibliotek. Föräldrar får vänta utanför medan barnen upplever sagoyogan tillsammans. Gratisbiljetter hämtas innan föreställningen.



**UPPSALA, CYKLARNAS STAD!** Många tänker på cyklar när de hör Uppsala nämnas och det finns en anledning till det. Här finns det gott om cykelbanor och vart man än befinner sig i staden så svishar alltid en cyklist förbi. Åker man förbi tågstationen så kan man se ett hav av cyklar stå parkerade för att invänta sin ägares återkomst. Cykelkulturen är så stark att

man till och med satsar på att bli Sveriges bästa cykelstad.

Trots att cyklarna hör hemma på en cykelbana med vinden på styret och hjulen i snurr så måste de även stå parkerade ibland. Där du bor kanske du har ett cykelgarage eller ett cykelstall för alla cyklar. Tyvärr blir många cyklar bortglömda eller lämnade av en och annan anledning. För att dessa cyklar inte ska stå ivägen så gör man då och då cykelrensningar i staden, så är även fallet hos oss.

Vi börjar alltid med att avisera att vi ska göra en cykelrensning. Efter det kan man se de lila lapparna "Är den här din?" på cyklarna. I de flesta fall kommer ägaren efter ett tag och tar bort lappen för att visa att cykeln används men på andra cyklar sitter lappen kvar. När lappen har fått sitta

kvar 4 veckor är det dags för oss att hämta den.

När vi hämtat upp cyklar som fortfarande har cykelrenslapparna kvar, dokumenterar vi noga varje cykel och ställer dem sedan i ett förvaringsrum. Alla omhändertagna cyklar anmäls till polisen och skulle någon sakna sin cykel så är det bara att ringa dit. Vi förvarar cyklarna under 4 månader och har ingen frågat efter sin cykel till dess så räknas det att cykeln inte har någon ägare.

Vad händer då med cyklarna som ingen hämtar? För inte så länge sedan så började vi ett samarbete med Kåbo cykelverkstad i Uppsala. Då de fyra månaderna är slut så kommer de och hämtar upp cyklarna så att våra förvaringsförråd är tomma och redo för nya övergivna cyklar vid nästa cykelrensning.

# VAD HÄNDER MED DIN CYKEL?! HÄNDER

## KÅBO CYKELVERKSTAD- ATT ARBETA MED CYKLAR ÄR REDSKAPET FÖR ATT ARBETA MED MÄNNISKOR

I Kåbo hittar du Jobbcenter, Arbetsmarknadsförvaltningen. Där arbetar mellan 120-130 personer med förberedande, praktiska yrken. De som arbetar här kan ha varit borta från arbetsmarknaden en längre tid och här får de rehabilitering, arbetsträning, praktik eller arbetsmarknadsanställning. Här kan man jobba på cykelverkstad, snickeri, tillredningskök, arkivering eller växthus och man får lära sig att arbeta med praktiska och meningsfulla arbetsuppgifter som ger yrkeskompetens. Här arbetar man även med självkänsla, trivsel, att anpassa sig till arbetsplatsens schema och att fungera i ett arbetsteam.

Cykelverkstaden i Kåbo består av två delar. En del där du som kund kan lämna in din cykel för reparationer och en del där man skrotar eller renoverar de cyklar som har tagits omhand

vid cykelrensningar runt om i Uppsala. Av de cyklar som kommer in från cykelrensningar är tyvärr många i dåligt skick efter att ha stått ute i ur och skur under en lång tid. Det man då gör är att montera isär dem och spara de delar som fungerar för att sedan kunna använda dem som reservdelar på andra cyklar.

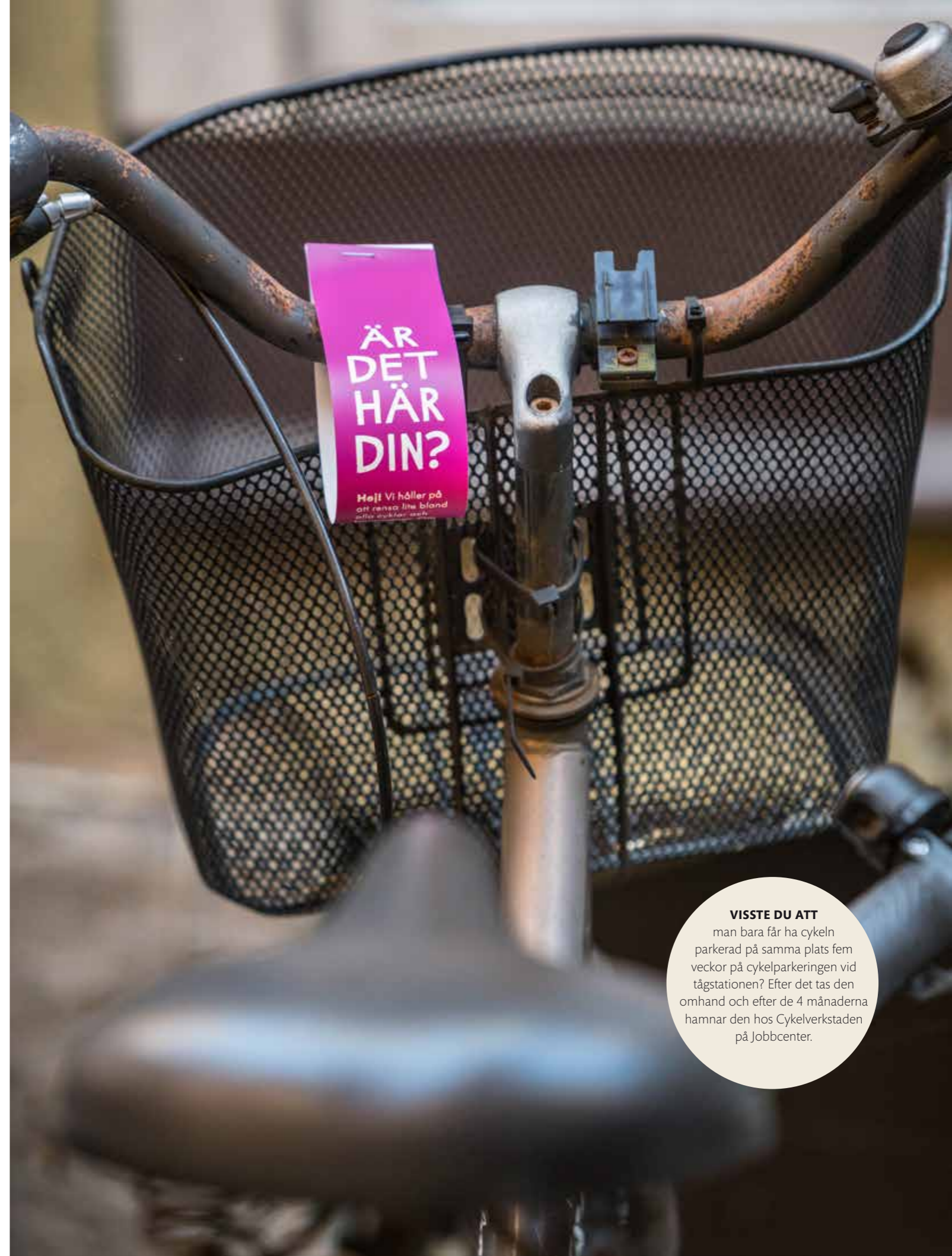
När cykelverkstaden har hämtat upp cyklarna från cykelrensningen så ställs de i ett stort förråd. Därifrån hämtar sedan personalen en cykel i taget för att noggrant gå igenom varje cykel och se vilka som är värda att rusta upp. De cyklar som inte går att rädda monteras ner och sorteras utifrån vilka metaller den innehåller så att allt hamnar rätt i återvinningen. Man tar samtidigt tillvara på alla fungerande delar för att göra reservdelar. Ungefär tre gånger om året samlar man ihop alla cyklar som rustats upp och säljer dem. Kön är då lång till cykelverkstaden och oftast tar det inte lång tid innan alla cyklar är slutsålda. Priserna sätts utifrån vilken typ av cykel det är och hur mycket som har behövts

bytas ut men generellt så ligger priserna på samma nivå som hos övriga cykelhandlare.

För dig som vill reparera din cykel går det bra att komma dit alla vardagar. Då många reservdelar finns från de skrotade cyklarna så försöker man använda dem så mycket som möjligt. Väljer du att reparera din cykel med hjälp av de återvunna reservdelarna så blir reparationen dessutom billigare än om du väljer nya reservdelar. Och är det inte fantastiskt att den där cykeln som stått ensam i stället varje gång du gått förbi nu kan bidra till att din cykel blir som ny igen?

## ÄR DU I BEHOV AV EN NY CYKEL?

Passa på att kolla in Kåbo cykelverkstads nästa försäljningstillfälle på hemsida [www.jobbcenter.uppsala.se/nyheter/kabo-cykelverkstad](http://www.jobbcenter.uppsala.se/nyheter/kabo-cykelverkstad)



**VISSTE DU ATT**  
man bara får ha cykeln parkerad på samma plats fem veckor på cykelparkeringen vid tågstationen? Efter det tas den omhand och efter de 4 månaderna hamnar den hos Cykelverkstaden på Jobbcenter.

## WEBBEN HAR SVAREN!

På [www.upsalahem.se](http://www.upsalahem.se) kan du enkelt hitta svar på allt du behöver veta kring ditt boende. Ställ din fråga i sökfältet och få svar direkt! Du kan smidigt komma åt webben via en mobiltelefon där du också kan felanmäla via mina sidor.

## Tack för att du bott så länge hos oss!

**BONUS TILL DIG** som varit Uppsalahemkund i över 30 år. Bonus (kvarboenderabatt), betalas ut till dig som bott hos Uppsalahem i minst 30 sammanhängande år. Du som kund måste själv anmäla att du vill ha kvarboenderabatten.

För att få ta del av bonusen, måste man komma in med underlag som styrker boendetiden hos Uppsalahem.

• Tex kopior av hyreskontrakt eller utdrag ur folkbokföringen samt personbevis.

• Utdrag ur folkbokföringen före 1991 kan beställas från Landsarkivet.

Har du frågor kring din kvarboenderabatt kontakta oss så hjälper vi dig!

## VI KAN HJÄLPA DIG ÄVEN OM DU INTE KAN VARA HEMMA!

**DÅ DU GÖR EN FELANMÄLAN** på något som ska lagas i ditt hem så behöver vi komma in. Vi frågar alltid före besöket om du vill vara hemma eller om vi kan gå in även om du inte är det. För oss är det viktigast hur du vill ha det och vi går aldrig in i en lägenhet utan ditt medgivande!

Vi har ingen huvudnyckel för att komma in i en lägenhet där ingen är hemma. Istället så finns det en liten svart tub installerad i din dörr där du kan lämna en extranyckel till oss. Tuben där du lämnar nyckeln kallar vi tublås och för att komma åt nyckeln du lagt där så behövs en speciell nyckel för att öppna tublåset.

Det är inte vem som helst av vår personal som

kan öppna tublåset. Det är bara den behöriga personalen som utför reparationer och arbeten i ditt område som har en nyckel som passar ditt tublås. Du kan därför känna dig säker på att ingen obehörig kan komma åt nyckeln du har i tublåset och tryggt lämna en extranyckel där. Du slipper på så sätt stanna hemma bara för att vänta på en hantverkare nästa gång något ska lagas.

### NYCKEL I TUB ÄR ÄVEN BRA VID ANDRA TILLFÄLLEN

Om du tappar bort din nyckel och inte kommer in så kan vi hjälpa dig att komma in om du har en nyckel liggandes i tuben.

## KOMMANDE KUNDUNDER- SÖKNING

**NU VILL VI VETA** vad du tycker om ditt boende, vad vi är bra på och vad vi är mindre bra på. Under maj månad kommer vi att skicka ut en kundundersökning via e-post till 50% av alla våra hyresgäster. Urvalet har gjorts slumpmässigt och skulle du framöver se enkäten i din inkorg så uppskattar vi om du tar dig tid och svarar.

## TVÄTTGRUPPEN

**VI HAR EN EGEN TVÄTTGRUPP.** Där har vi en person som ansvarar för reparationerna i alla våra tvättstugor. Arbetet görs utifrån de felanmälningar som kommer in till kontoren, så felanmäl så fort du upptäcker något som är trasigt.

Vi har även två personer som arbetar med förebyggande underhåll. Det tar dem ungefär 1 år att gå igenom alla tvättstugor.



## DE FIXAR FELET HOS DIG!

**TILL VÅR HJÄLP** att göra klart pysselrummet vi visade på tidigare sidor så hade vi en av våra snickare på plats som såg till att alla hyllor kom upp rakt på väggarna. På Uppsalahem har vi egna snickare, vitvarutekniker, rörtekniker och elektriker. Det är till stor fördel eftersom de känner till områdena och övrig personal vilket gör att allt går smidigt då något behöver lagas.

Vi har en snickare och elektriker på varje område som tar hand om felanmälningar. Är det ett större arbete som är inplanerat sedan lång tid, tex badrumsrenoveringar, så har vi ett annat gäng med snickare som bara arbetar med det.

En snickares dag på Uppsalahem börjar kl 7 och slutar kl 16. Däremellan hjälper de hyresgästerna med allt möjligt smått och gott. Det kan vara allt från att byta och laga trasigt kakel, skruva tillbaka skåpsluckor som lossnat, täta dragiga fönster och dörrar med mera.

En snickares dag är mycket varierad och förutom allt skruvande och fixande så har de mycket kontakt med våra hyresgäster som behöver få något lagat och våra assistenter som tar emot felanmälningarna.

## Hej granne!

Jag har varit inne på er hemsida för att hyra en parkeringsplats men jag får bara upp "inga träffar". Betyder det att det inte finns några lediga parkeringsplatser eller betyder det att ni inte har några parkeringsplatser alls i det området? Jag vill ju veta om det är värt att fortsätta kolla efter parkering i det området hos er.

**UNDER "SÖK LEDIGT"**, på vår hemsida, kan du se alla parkeringsplatser som vi har lediga just nu. Får du upp "inga träffar" så finns det inga lediga parkeringsplatser i det området. Vill du veta mer om vilka parkeringsplatser som finns i området trots att de är upptagna så kan du läsa mer om det på vår webb. Du går då in på "Bo hos oss - våra områden" och väljer det området du är intresserad av. Under fakta på området kan du läsa om vilka typer av parkeringar vi har i just det området.

**ALLA VÅRA LEDIGA BOSTÄDER** förmedlas nu på Uppsala bostadsförmedling. Du kan ställa dig i kö hos dem på deras hemsida [www.bostad.uppsala.se](http://www.bostad.uppsala.se). Vill du däremot hyra en parkeringsplats eller ett förråd så är det oss du ska vända dig till.

Jag tycker att det är trevligt med mattor i trapphusen där man kan torka av sina leriga skor innan man går in i lägenheten. Jag har fått höra att jag inte får ha någon matta framför min dörr av brandrisk men min matta är ju så liten och kan väl knappast utgöra så stor brandrisk?

**VI VILL ATT DU OCH DINA GRANNAR** ska vara trygga i era hem. Det är därför viktigt att inte ha något ståendes i trapphuset. Tyvärr så är det så att både mattor, soppsåsar, barnvagnar med mera är lättantändliga och vid brand kan de sprida giftig rök. Trapphuset är en viktig utrymningsväg och därför är en brand där

extra farlig. Lösa saker kan både brinna och hindra räddningstjänsten från att komma fram. Även om det kan verka löjligt med att inte få ha en matta framför dörren så är det viktigt för säkerheten och det kan rädda liv om olyckan är framme.

Min kompis säger att det går bra att ställa möbler man vill bli av med i miljöstugan eftersom det är er uppgift som hyresvärd att ta hand om sådant. Stämmer det, och kan jag ställa vad jag vill i Miljöstugan?

**HUR PRAKTISKT DET ÄN ÄR** så får man tyvärr inte ställa vad som helst i miljöstugan. Vi tar alltid hand om hushållssopor men inte grovsopor. Grovsopor har varje hyresgäst eget ansvar för att själva ta till närmaste återvinningscentral. Ibland kan det stå containers utomhus som är avsedd för grovsopor och då kan man lämna sina grovsopor där, i övriga fall ska man själv transportera dem till ett av följande ställen.

Librobäck Söderforsgatan 3  
Boländerna Spikgatan 1  
Gottsunda Korsningen  
Valthornsvägen/Elfrida Andrées väg

Vill man veta mer om kommunens återvinningscentraler och deras öppettider så kan man besöka [www.uppsalavatten.se](http://www.uppsalavatten.se)



Jag bor inneboende hos en person som hyr av er och jag funderar på om jag måste skaffa hemförsäkring? Hon jag bor hos har nämligen en hemförsäkring.

**AV ALLA FÖRSÄKRINGAR** är hemförsäkringen en av de viktigaste. Hemförsäkringen är ett billigt grundskydd som vi rekommenderar att alla ska ha, även inneboende och de som bor i andra hand. På marknaden finns ett stort utbud av hemförsäkringar med olika villkor. Det är därför viktigt att kontrollera villkor med ditt försäkringsbolag. Många hemförsäkringar kan ge ersättning för dina saker om du drabbas av brand, vattenskada, stöld eller skadegörelse. Du som bor med oss får ett lite bättre erbjudande från Trygg Hansa. Du kan läsa mer om det på [www.trygghansa.se/uppsalahem](http://www.trygghansa.se/uppsalahem)

# ÄR DU



## UPPDATERAD?

**Kolla att du har rätt e-post och telefonnummer inlagt på mina sidor på webben.** Har du rätt kontaktuppgifter kan vi enkelt kontakta dig med information om du gör en felanmälan eller om det händer något viktigt i ditt hus. För att se om dina kontaktuppgifter stämmer loggar du in på mina sidor på vår webbsida.

Där kan du även uppdatera det som inte stämmer.



**UPPSALAHEM**

[www.uppsalahem.se/minasidor](http://www.uppsalahem.se/minasidor)