

GUIDEN  
Fem härliga  
lekplatser

HEMMA HOS  
68 år  
i Kyrkbyn

ENKLARE VARDAG  
Grillmästaren  
tipsar

# I våra kvarter

Nummer 1, vår/sommar, 2022  
Ett magasin för dig som är hyresgäst hos Poseidon

MAGASIN

I våra kvarter | MAGASIN | Nummer 1, 2022

► **Poseidon & hyresgästen**  
Att tänka på vid andrahandsuthyrning

► **Lev hållbart**  
Så långt kommer du med Västtrafikbiljetten på en dag

TILLSAMMANS

Gårdsföreningar  
skapar trygghet

”Roligare att  
göra det ihop”

# Innehåll.

9

## TILLSAMMANS

## Gårdsföreningar för grannar samman

Poseidon stöttar mer än 130 gårdsföreningar, var och en med sin egen nisch. Träffa och låt dig inspireras av några av dem.



PATRIK OLSSON

## ENKLARE VARDAG

## Sommarens hetaste grilltips

Kan man grilla allt? Och blir det verkligen lika bra på elgrillen som när man grillar på kol? Grillmästaren Per Ehrlund sitter på svaren.



18

HEJ!

## ”Vi vill ge fler unga framtidstro”



DETTA SER JAG FRAM EMOT JUST NU:

Att titta in på de gårdar där våra hyresgäster odlar tillsammans. Det är en stund för själen.

**RENSA RABATTER, MÅLA staket och klippa gräs.** Varje år erbjuder vi sommarjobb till ungdomar i våra områden. Och i år har vi nog slagit alla rekord, med så många som 333 sommarjobbare. För oss handlar det om att hjälpa till med första raden i cv:et och ge fler unga framtidstro. Hoppas att sommaren 2022 kan bli ett steg på vägen.

Förhoppningsvis får vi också njuta av svensk sommar när den är som bäst. Sol, salta bad och naturupplevelser med nära och kära. Och vilka smultronställen det finns i och runt Göteborg. Du behöver inte åka långt för att upptäcka en ny lekplats eller ett nytt promenadstråk. På sidorna 14–15 tipsar vi om stans bästa lekplatser, och i reportaget *Lev Hållbart* kan du läsa om hur långt du kommer på en Västtrafik-biljett.

**PERSONLIGEN VILL JAG** slå ett slag för Vättlefjäll, som du lätt når med kollektivtrafiken. Packa matsäcken och snöra på dig promenadskorna för en heldag i vacker natur. I Lövgärdet kan du också träffa ”våra” ungdomar som har utbildats till naturguider av **Tikitut**, ett initiativ av oss och **Victoriahem**. Det är en fin chans att träffa hyresgäster i en annan stadsdel. Jag önskar dig en riktigt härlig sommar!



Lena Molund Tunborn  
vd för Bostads AB Poseidon

## 4 På gång

Gratis sommaraktiviteter, ny boendeapp och större omflyttningsplats.

## 6 Poseidon &amp; hyresgästen

Så gick det till när Emma Searle hyrde ut sin lägenhet i andra hand.

## 8 Lilla boskolan

Vanligt tvättvett. Tips och råd för att du och dina grannar ska trivas i tvättstugan.

## 13 Hemma hos

1954 flyttade Anna-Maria in i det nybyggda huset i Kyrkbyn. 97 år gammal bor hon ännu kvar och har inga tankar på att flytta.

## 14 Guiden

Leksugen? Vi har listat fem annorlunda och roliga lekplatser i Göteborg.

## 16 Den hållbara staden

Gamla textilier är mer värdefulla än du tror. Det här händer efter att du lämnat till textilinsamlingen.

## 23 Profilen

Vad gör en miljövård? Andreas Ottosson berättar.

## 24 Experten

Blomsterinspiratören Hanna Wendelbo tipsar om trendiga sätt att inreda med växter.

## 26 I våra kvarter

Möt Changers Hub som hjälper unga att förverkliga sina drömmar.

## 28 Lev hållbart

Upplev Västsverige med hjälp av kollektivtrafiken. Så långt kommer du på en dag!



24

14



SHUTTERSTOCK

34



AMANDA FALKMAN

## 31 Fyra tips

Hållbara val på resan – för en klimatsmartare semester.

## 32 Hjärngymna

Lös korsordet och tävla om presentkort på blommor.

## 33 Vad hände sen?

Gamlestaden – en stadsdel i förvandling där historia och framtid möts.

## 34 Mötet

Välbesökt cykel-fixardag i Lunden. Se bilderna!

## 36 Till sist

Dotty – kolla in den drygt tre meter höga ängschampinjonen i Kortedala!

## I våra kvarter MAGASIN

• Besöksadress: Rullagergatan 6A, 415 26 Göteborg • Post- och fakturaadress: Box 1, 424 21 Angered • Telefon: 031-332 10 00 • Hemsida: poseidon.goteborg.se  
• Poseidons redaktion: Linda Thorsson och Katarina Misis • Redaktionell produktion: Rubrik AB • Redaktör: Maritha Arcos • Art Director: Hanna Finnström • Omslag: Patrik Olsson • Tryck & distribution: V-TAB

I våra kvarter Magasin ansvarar ej för insänt, ej beställt material.



# PÅ GÅNG

Sommaren är här och det är massa kul på gång i vår stad! I år är vi extra glada eftersom vi har kunnat ta emot rekordmånga sommarjobbare i våra bostadsområden. Vi har också lanserat vår nya boendeapp och dessutom kommer du som bor hos oss snart ha möjlighet att söka omflyttning även hos de övriga allmännyttiga bostadsbolagen i staden. Mycket att se fram mot alltså!



## BOENDEMILJÖ

### Nu är boendeappen här!

NU HAR VI äntligen lanserat vår boendeapp. Först ut är hyresgäster i våra distrikt Öster och Kortedala som nu kan boka tvättstuga och gästlägenhet, läsa nyheter från sitt område och göra serviceanmälan direkt i mobilen. Lanseringen fortsätter successivt under året och vi ser över möjligheten att ladda appen med fler funktioner.

Information kommer i brevlådan när appen är tillgänglig för ditt område. ●

**?** VILL DU VETA MER?: Läs mer om appen på [poseidon.goteborg.se/kom-igang-med-var-boendeapp](https://poseidon.goteborg.se/kom-igang-med-var-boendeapp)

## ! TRE SAKER ATT GÖRA I SOMMAR – GRATIS!



### Guidad tur bland blommorna

Gå en guidad tur bland Trädgårdsföreningens rosor och träd i sommar och lär dig mer om Palmhuset och trädgårdens historia. Passa på att ta med picknickfilten eller besök lekplatsen i denna kulturmärkta park mitt i Göteborg.



### Äntligen fotboll igen!

17–23 juli gör Gothia Cup comeback efter pandemin – världens största fotbollsturnering för ungdomar. Matcherna spelas runt hela staden. Så passa på att titta på fotboll och njut av en vecka med musik och kultur från hela världen.



### Bagageloppis i Slottsskogen

Sugen på att fynda? Vid sex tillfällen i juli och augusti anordnas det bagage-loppis på Slottsskogsvallen. Passar du sedan på att njuta av en promenad i Slottsskogen eller Botaniska trädgården så har du en heldag planerad!



## VI PÅ POSEIDON

### Rekordmånga sommarjobbare!

**!** HELA 333 SOMMARJOBBANDE ungdomar arbetar hos oss denna sommar – ett rekord för oss på Poseidon! Under hela sommaren fram till 12 augusti hjälper ungdomarna till att hålla rent och snyggt i våra bostadsområden och samtidigt får de chansen att prova på arbetslivet och tjäna egna pengar. Satsningen på sommarjobbare är störst i områden som Hjällbo, Lövgärdet, Biskopsgården, Frölunda Torg och Backa. Där anordnar även sommarjobbarna aktiviteter för både unga och gamla. ●

## Fler jobb till unga

● Förutom sommarjobbare så anlitar vi även ungdomar från området för hel- och feriejobb i Angered och Biskopsgården. Det är ett sätt för ungdomarna att få en första arbetslivserfarenhet och påverka utvecklingen positivt i sitt bostadsområde.



## 7 distriktskontor håller öppet

NU HAR VI ÖPPNAT upp våra distriktskontor runt om i staden för besök. Här kan vi hjälpa dig med allmänna frågor om ditt boende, skriva ut din hyresavi och ta fram en kopia av ditt hyreskontrakt. Serviceanmälningar gör du dock fortfarande till din husvärd eller via *Mina sidor* (och appen för er som fått tillgång till den). Distriktskontoren håller öppet måndagar klockan 13–16, onsdagar 14–18 och fredagar 9–12. Håll utkik i ditt trapphus för avvikande öppettider under sommaren.

● Adressen till ditt distriktskontor hittar du på [poseidon.goteborg.se/kontakta-oss](https://poseidon.goteborg.se/kontakta-oss)

## BOENDEMILJÖ



Chatarina Berndtsson, affärsutvecklare på Poseidon



### Större omflyttningsplats lanseras!

TILL HÖSTEN LANSEAS en ny större omflyttningsplats. Då kommer du som bor hos Poseidon att kunna söka intern omflyttning även till lägenheter hos Familjebostäder, Bostadsbolaget och Gårdstensbostäder.

*Varför skapar vi en gemensam omflyttningsplats?*

– Det är ett politiskt beslut som ska ge fler möjligheter för de som bor i hyresrätt att kunna flytta inom Göteborg. Det känns roligt att kunna erbjuda våra hyresgäster detta!

*Vad är den stora fördelen med en gemensam omflyttningsplats?*

– Att du som redan bor hos oss och letar efter en annan lägenhet kan söka bland fler lägenheter och i fler stadsdelar.

*Finns det några nackdelar?*

– Du får fler lägenheter och stadsdelar att välja på, men det är också fler som har möjlighet att söka till varje lägenhet. Precis som tidigare så är det boendetiden i nuvarande lägenhet som avgör vem som får erbjudandet. ●

**?** VILL DU VETA MER?: Du hittar Omflyttningsplatsen på [poseidon.goteborg.se](https://poseidon.goteborg.se)

Livet förändras och ibland finns det skäl som gör att man vill hyra ut sin lägenhet i andra hand. För det behöver du Poseidons tillstånd, men det behöver varken vara komplicerat eller ta lång tid.

**F**ör cirka sju år sedan signerade Emma Searle, nu 36 år, sitt livs första förstahandskontrakt. Efter tio år i kö på **Bo-plats** och flera år som andrahandshyresgäst var det äntligen hennes tur att öppna dörren till sin alldeles egna 1,5:a på Glasmästaregatan i Krokslätt. Lägenheten, som enligt henne ligger på rätt sida av stan, har

i andra hand och se hur det skulle fungera att bo sambo.

Sagt och gjort, Emma lade ut en annons på Blocket för att hitta en lämplig person att hyra ut lägenheten till. I annonsen berättade hon vem hon sökte, vad som ingick i hyran och vilka krav hon ställde.

– På en timme hade jag fått över hundra svar. Jag lät annonsen rulla 18 timmar sen valde

## Andrahandsuthyrning skapar möjligheter

varit helt perfekt. Till dess att hon mötte kärleken, bestämde sig för att öppna en osteopatklinik och fick ett nytt jobb.

– Jag fick ett deltidsjobb på ett klättermusei i Stenkullen och då är det mycket närmare dit från Floda, där min pojkvän bor. Hade lägenheten varit större hade jag gärna bott kvar, men den är för liten för två personer, säger Emma.

**MEN ATT SÄGA** upp lägenheten var inte ett alternativ.

– Det är speciellt med det första förstahandskontraktet, så jag ville inte ge upp det bara sådär. Det kändes bättre att hyra ut den

jag ut en handfull som jag träffade. Jag letade efter någon som inte var allt för ung och som hade jobb. Hyran är lite högre och med el och internet blir det en summa som jag själv skulle tycka var svår att betala om jag pluggade. Sen gick jag mycket på magkänsla och hittade en person som jag fick ett bra intryck av.

**VIA POSEIDONS HEMSIDA** skrev hon ut en blankett för ansökan om andrahandsuthyrning där hon förklarade varför och till vem hon ville hyra ut lägenheten. Sedan hamnade den hos uthyraren **Sven Christensen** på Poseidon.

– Man måste alltid kontakta oss om man vill hyra ut sin bostad, annars blir det tal om olovlig andrahandsuthyrning vilket i sin tur kan leda till att man förlorar lägenheten. Giltiga skäl till att hyra ut i andra hand kan vara att man ska studera eller jobba på annan ort, behöver åka utomlands en längre period av familjeskäl eller för att man vill provbo med någon, säger Sven.

– Jag tog tid på mig för att hitta rätt hyresgäst, men annars gick hela processen väldigt snabbt. Från det att jag lade ut annonsen till



Emma Searle, hyresgäst hos Poseidon.



Sven Christensen, uthyrare hos Poseidon.



Emma Searle har tidigare bott i andra hand hos Poseidon och har nu ett förstahandskontrakt på en lägenhet som hon själv hyr ut i andra hand.

**//** Det är speciellt med det första förstahandskontraktet, så jag ville inte ge upp det bara sådär.”

EMMA SEARLE, HYRESGÄST.

dess att allt var klart tog det kanske tre veckor. Det finns bra info på Poseidons hemsida, och om jag inte förstod något fick jag snabbt svar på mina frågor, berättar Emma.

**SVEN OCH EMMA** är rörande överens om att det är viktigt att välja sin hyresgäst med omsorg och skriva ett avtal så att båda parter vet vad som gäller. Nu har det gått cirka ett halvår sedan Emma hyrde ut lägenheten, och just nu är det inte särskilt troligt att hon kommer att flytta tillbaka till Glasmästaregatan.

– Jag trivs väldigt bra i Floda där jag har öppnat en egen klinik. Så jag kommer nog att behöva säga upp lägenheten, men det är hon som hyr den medveten om. Det pratade vi om redan från början, så vi är på samma plan där. Det känns skönt. ●



Att tänka på om du ska hyra ut i andra hand

**FUNDERAR DU PÅ** att hyra ut din lägenhet? Då är det några saker som är viktiga att känna till.

**1 ANSÖK OM TILLSTÅND.** Om du vill hyra ut i andra hand ska du ansöka om tillstånd hos Poseidon. För att få ansökan godkänd behöver du så kallade "beaktansvärda skäl" enligt hyreslagen. Det kan vara studier eller arbete på annan ort, utlandsvistelse eller samboskap i annan lägenhet. Hyr du ut utan tillstånd riskerar du böter eller fängelse.

**2 SKÄLIG HYRA.** Den hyra andrahandshyresgästen betalar får inte vara högre än den du själv betalar. Det är tillåtet att göra ett påslag om möbler ingår, på max 15 procent, och att ta betalt för faktiska kostnader för el, bredband och parkering. Tar du ut en högre hyra än du har rätt till riskerar du att bli av med hyresavtalet.

**3 OM DU EJ FLYTTAR TILLBAKA.** Om du inte vill flytta tillbaka efter att andrahandskontraktet löpt ut ska du säga upp lägenheten. Andrahandshyresgästen har inte rätt att ta över lägenheten. Normalt sett får du hyra ut i max ett år.

**4 DU ÄR ANSVARIG.** Tänk på att du som förstahandshyresgäst fortfarande är ansvarig för att hyran betalas i tid, ekonomiskt ansvarig om skador uppstår i lägenheten men även om andrahandshyresgästen orsakar störningar.

**? VILL DU VETA MER?:** Besök [poseidon.goteborg.se/hyresgast/hyra-ut-i-andra-hand](https://poseidon.goteborg.se/hyresgast/hyra-ut-i-andra-hand)

# LILLA BOSKOLAN

Den gemensamma tvättstugan är en naturlig mötesplats och ett återkommande samtalsämne bland våra hyresgäster. Här har vi listat några tips som gör tvätttiden till ett rent nöje.



## Dosera med måtta

**ATT ANVÄNDA FÖR** mycket tvättmedel har en negativ påverkan på både miljön och dina kläder. I Göteborg har vi mjukt vatten, det betyder att du ska dosera tvättmedel enligt den lägre rekommenderade dosen på förpackningen. Mer tvättmedel betyder inte

nödvändigtvis att det blir renare, men om du överdoserar tvättmedel finns det risk att det blir kvar tvättmedelsrester både i tyget och i maskinen.

Tvättmedelsresterna kan mögla och orsaka allergiska reaktioner hos dig eller andra.

## Håll rent och fint

**VILKEN SYN VILL** du mötas av när du ska tvätta? Precis så ska du lämna tvättstugan efter avslutad tvättid. Torka av maskinen både invändigt och utvändigt och töm luddfiltret i torktumslaren. Det är lätt hänt att det hamnar tvättmedel eller smuts på golvet, så sopa och svabba golvet samt rensa golvbrunnen. Det finns städmaterial i alla tvättstugor – låt det stå kvar så att din granne också kan göra fint efter sig. Och innan du går, var snäll och stäng alla fönster och dörrar.



## Spara på miljön

**OFTA TVÄTTAR** vi alldeles för ofta och med för lite tvätt i maskinen. Det krävs lika mycket vatten och energi oavsett hur mycket eller lite du tvättar per gång. Ta därför för vana att bara tvätta fulla maskiner och fråga dig själv om kläderna verkligen är

smutsiga eller om det hade räckt att vädra dem.

Ju högre temperatur du tvättar i, desto mer energi behövs det för att värma vatten. Så gör klimatet en tjänst och tvätta i lägre temperaturer och lufttorka tvätten i stället för att torktumla.



## Tänk även på det här

- 1 Är något trasigt eller saknas det städutrustning i din tvättstuga? Gör en serviceanmälan via *Mina sidor*, eller i appen när den finns lanserad i ditt område.
- 2 Tvätta bara på din egen tvättid och lämna inte kvar kläder i tvättstugan när din tid är slut.
- 3 Tvätta inte mattor och skor i de vanliga maskinerna, eftersom det förstör trummorna. Använd i stället grovtvättmaskinen om det finns en sådan.
- 4 Det är inte tillåtet att färga kläder i tvättmaskinerna.
- 5 Använd tvättpåse för att tvätta bh med byglar.

### SE FILMEN "VANLIGT TVÄTTVETT"

Gå till [poseidon.goteborg.se/hyresgast/boskola](https://poseidon.goteborg.se/hyresgast/boskola) för att se filmen om hur du bokar tvättid, doserar tvättmedel och vilka regler som gäller i tvättstugan. Här finns flera filmer om hur du sköter om din lägenhet och håller den i bra skick. Filmerna textas på flera språk.



# Gårdsföreningar för trivsel och trygghet

Odling, basta, träna eller driv en gratisbutik – och få trygghet och nya vänner i området på köpet. **Poseidon** stöttar mer än 130 olika gårdsföreningar runt om i staden, var och en med en egen nisch.

**G**årdsföreningar är fantastiska. Ändå är det inte alla som vet att man har möjlighet att starta en. Det händer att hyresgäster blir förvånade när jag berättar vad det är, säger **Cecilia von Elern** som är projektledare för gårdsföreningar hos **Poseidon**.



Cecilia von Elern, projektledare för gårdsföreningar hos Poseidon.

**UPPLÄGGET ÄR ENKELT.** Några grannar har en idé och föreslår den för Poseidon, som undersöker möjligheterna och delar ut lappar i fastigheterna för att ge alla hyresgäster en chans att vara med. Föreningen, som måste ha minst tre medlemmar, utser en kassör, en ordförande och en sekreterare.



## Att grannar träffas, pratar och lär känna varandra ökar trivseln och tryggheten på våra gårdar.”

Cecilia von Elern, projektledare för gårdsföreningar hos Poseidon.



Elin Svensson, Manraj Singh och Gurvinder Kaur planterar i en av odlingslådorna.

### KVICKROTEN, GAMLESTADEN

## ”Det är väldigt kravlöst”

**ODLARFÖRENINGEN KVICKROTEN HAR** funnits i över tio år. Här krävs inga förkunskaper eller särskilt gröna fingrar. Det lockade **Elin Svensson**, som gick med för fyra år sedan.

– Jag var sugen på att odla men ville börja försiktigt. Alternativet var att ha en egen kolonilott och det kändes för krävande. Här i Kvickroten kan man dessutom få hjälp av mer erfarna odlare, vissa är väldigt duktiga, säger hon.

På gården samsas 38 rejält tilltagna odlingslådor. Dessutom finns en gemensam låda där rabarbern växer så det knakar.

– Den får alla i föreningen plocka av. Det är vi glada för, rabarber är ju så gott, säger Elin Svensson.

**VERKTYG, VATTEN, JORD** och gödsel står **Poseidon** för. Vad man sedan vill odla är upp till hyresgästen själv.

– Jag älskar haricots verts, så det försöker jag mig på i år, säger Elin Svensson.

**Gurvinder Kaur** och sonen **Manraj Singh**, sex år, har precis fått sin första odlingslåda.

– Jag är jätteglad, jag har längtat efter att odla, säger Gurvinder Kaur och ler stort.

Listan över vad hon vill plantera är lång:

- Jag tänker grönsaker: tomat, pumpa, potatis, rättika och okra.
- Jag vill ha gurka, tillägger Manraj Singh.

**FÖRRA ÅRET RUSTADE** Poseidon upp odlingsområdet. Själva lådorna blev högre och en ny vattenkran placerades mitt bland lådorna.

– Jag upplever att folk bryr sig om det här området, särskilt nu när det är så fint. Det är sällan någon plockar ur någon annans låda till exempel, säger Elin.

Två gånger om året är det städdag. Då samlas hela föreningen ute bland odlarna, röjer och städar.

– Överlag tycker jag att den sociala kontexten man får av en gårdsförening är viktig. Man känner igen sina grannar och får en större lokal bekantskapskrets. Dessutom gör den att folk rör sig i området, det ökar tryggheten.

Det är förresten inte bara själva odlingen hon upplever som kravlös:

- Jag är ordförande i föreningen nu. Många tror att det är jobbigt att sitta i en styrelse, men jag upplever det inte som särskilt betungande. Poseidon fixar det mesta, bara man säger till. ●



Nina Nordblad är en av flera grannar som tränar regelbundet på innergården i Guldheden.

### DR SALÉNS GÅRD, GULDHEDEN

## ”Roligare att göra det ihop”

**EFTERMIDDAGSSOLEN STEKER PÅ** gården som tillhör lägenheterna på Doktor Saléns gata 6–12. Men det hindrar inte träningsgruppen från att dra fram kettlebells, hantlar, gummiband och yogamattor och köra ett cirkelpass.

– Det börjar bli dags att köpa in tyngre vikter. Kettlebellen som väger åtta kilo kändes tung i början, nu är den nästan för lätt, säger **Charlotte Svensson** och kör några benböj med kulan i famnen.

Gårdsföreningen har funnits i nästan tio år, men i början handlade den mest om att göra gården trevlig.

– Vi önskade oss, och fick, en fin pergola, odlingslådor och en lekstuga. Vi älskar vår gård och hänger här ute hela tiden, säger **Nina Norblad**.

**FÖR TVÅ ÅR** sedan körde hon ett träningspass ute på gården. Grannen Charlotte

Svensson såg henne, och frågade om de inte kunde träna tillsammans nästa gång. Fler anslöt efterhand, och nu är träningsgruppen en del av gårdsföreningen. Huset har 24 lägenheter och ungefär tio personer deltar i träningen mer eller mindre regelbundet.

– Vi ses några gånger i veckan och turas om att leda olika pass. Passen kan vara allt från cirkelträning till löpning, pilates eller en promenad. Ibland är några barn med, eller så leker de bara här på gården medan vi tränar, säger Nina Norblad.

Hon lyfter en medicinboll över huvudet medan Charlotte Svensson fortsätter med sin kettlebell. **Ulla Rosin Bryntesson** byter från armhävningar till en armövning med gummiband. Redskapen har **Poseidon** köpt in.

– Kämpa på, säger Nina Norblad till Ulla. Du är stark!

**TACK VARE TRÄNINGSGRUPPEN** har Charlotte Svensson ökat sin träningsdos rejält.

– Det är roligare att göra det ihop! Och mer varierat. En som bor här är fysioterapeut, hon är bra på rörlighet och små muskelgrupper. Jag är idrottslärare, så med mig blir det mer raka rör. Och Nina kan blanda in lite pilates och sådant.

**Göran Bryntesson** ser flera poänger med aktiviteterna på gården.

– Gårdsföreningen som helhet tror jag bidrar till vår fina stämning. Slarv med tvättstugan och sådana saker, som man ofta ser i andra hyreshus, det finns inte alls här. Det tror jag beror på att vi alla har kontakt. Sedan tror jag det är bra för barnen att se att vi vuxna umgås och känner varandra. Det skapar en känsla av trygghet för dem. ●

## MILJÖNÄREN, SANDARNA

## ”Många har svårt att tro att det är gratis”

DET ÄR MÅNDAGSKVÄLL i Sandarna. Madeleine Jansson och Britt-Inger Larsson har just vikt ned gratisbutikens vinterjackor i flyttkartonger och packar i stället upp sommarkläder som hyresgäster har skänkt tidigare under året.

– Dessa var väl söta, säger Britt-Inger Larsson och håller upp ett par små shorts. Jag tänker på mitt barnbarn, han hade varit söt i dem.

Här i gratisbutiken tillbringar hon några kvällar i månaden. Hennes paradgren är att organisera och göra fint. Den tredje personen i styrelsen är händig och bra på att till exempel skruva upp hyllor, medan Madeleine Janssons intresse är mer åt marknadsföringshållet.

– Jag sköter vår Facebooksida. Där lägger jag ut extra fina varor för att folk ska bli sugna på att komma hit, berättar hon.

IBLAND HÖR OVÄNTADE intressenter av sig. Innan jul såg Madeleine Jansson en efterlysning på Facebook från en lärare som sökte en hylla.

– Jag fixade en hylla och lite julpynt åt henne så att de kunde göra julfint på skolan. Många av barnen



Madeleine Jansson och Britt-Inger Larsson gör sommar i gratisbutiken på gaveln vid Öckerögatan 3.

här i Sandarna går ju på den skolan, så det kändes självklart, säger hon.

MILJÖNÄREN HAR FUNNITS sedan 2017 och det vitsiga namnet ger en hint om konceptet: att bidra till hållbarhet genom återbruk.

– Vi har alla så många saker hemma. Idén är att man lämnar sina saker här så att någon annan kan få glädje av dem. Jag har själv blivit bättre på att rensa ut hemma sedan jag blev engagerad i föreningen. Behöver jag något brukar jag låna det härifrån, säger Britt-Inger Larsson.

På hyllorna samsas allt från oanvända läppstift till barnböcker, ljusstakar och husgeråd. Allt är helt gratis.

– En kvinna kom in för ett tag sedan och plockade på sig barnkläder. Sedan sa hon ”vad kostar det”? Det är faktiskt många som har svårt att tro att man kan få saker gratis, säger Madeleine Jansson.

Både hon och Britt-Inger tycker att en positiv grej med gårdsföreningen är att man får lära känna sina grannar.

– Folk kommer hit och pratar, vi brukar bjuda på kaffe och någon liten kaka. Det känns värdefullt, säger Madeleine Jansson. ●

## Vill ni starta en gårdsförening?

Om du och dina grannar har en idé på en aktivitet att göra tillsammans hjälper Poseidon gärna till med att bilda en gårdsförening.

Enda kravet är att medlemmarna har ett hyresavtal med Poseidon och att ett årsmöte hålls. För att starta behöver tre personer eller fler bilda en styrelse.

- Om du vill veta mer – kontakta Cecilia von Elern, Poseidon, på 031-332 11 15.

HITTA FÖRENINGAR I DITT OMRÅDE: På [poseidon.goteborg.se](http://poseidon.goteborg.se) under fliken Hyresgäst finns mer information om vilka gårdsföreningar som finns nära dig.

## HEMMA HOS

ANNA-MARIA HELSÉN I KYRKBYN



## 68 år i samma lägenhet

”JAG OCH MIN man Bertil flyttade in här när huset precis var nybyggt. Vi hade väntat länge på lägenheten efter att ha stått i bostadskö i fyra år. Husen stod här, men inget annat var ju direkt uppbyggt. Den där stora lönnen utanför fönstret var inte stor på den tiden, men de har varit väldigt rädda om den. Min dotter säger att det gick kor på ängen utanför men det minns inte jag.

Men en gång var det en bondfarbror som ledde en eller två kor där nere. Vad kan det vara? På 60-talet kanske?

När barnen var mindre funderade jag på om vi inte skulle ha lite mer plats men jag visste inte var jag ville bo och min man svarade mig inte – vilket naturligtvis betydde att han inte var intresserad. Nu är det perfekt, jag vill inte flytta! Jag är inbodd här kan man säga.

VI HAR EN gårdsförening där vi träffas en gång i veckan. Numera sitter vi och pratar och dricker kaffe. Förr hade vi bingo och promenader. Det kunde väl vara roligt om det kom lite fler, det finns ju en fin lokal och gott om plats!” ●



Anna-Maria Helsén

Alder: 97 år.

Gör: Pensionär efter en tidigare karriär som telefonist.

Bor: 2:a på 56 kvm i Kyrkbyn.

Flyttade in: 1954, då huset byggdes.

## Byggboomen tar fart på nytt

I Kyrkbyn byggdes 30 procent av bostäderna 1951–1960, men den verkliga byggboomen kom under miljonprogrammet 1965–1975 då nästan en femtedel av bostäderna i Sverige byggdes.

Byggandet av nya bostäder har dock tagit fart igen. Förra året byggde Framtidenkoncernen, där Poseidon ingår, över 1 000 nya lägenheter i Göteborg.



## 5 annorlunda lekplatser

Ska vi ge oss ut på lekplatssafari bland Göteborgs cirka 300 lekplatser? Med appen **Lekplatsen** kan du upptäcka nya lekplatser och anta olika utmaningar. Hinner du exempelvis leka på tre olika lekplatser på en dag? Här är några av våra favoriter!

1

### BYGGLEKPLATSEN:

#### Lekfullt byggande

**1** Det är färgglatt, kreativt och en lekplats i ständig förändring. På Bygglekplatsen i Bis-kopsgården handlar allt om skaparglädje. Den bemannade parkleken ligger i Långströmsparken och här skapar barnen sin egen lekmiljö. Till sin hjälp har de en fullt utrustad verkstad för snickeri, keramik och annan kreativ verksamhet. När det inte byggs kan det hända att det kokas soppa på de egenodlande grödorna eller skördas lin som barnen får göra tråd av. Här är det bara fantasin som sätter gränser!

**HITTA HIT:** Badvädersgatan 7. Närmaste hållplats är Väderölsgränd.

### MÅNADSPARKEN:

#### Vattenlek och picknick

**2** Varmt ute? Varför inte ta med familjen till stans kanske roligaste vattenlekplats? Medan barnen svalkar sig under den vattensprutande draken och de färgglada blomduscharna kan den äldre generationen roa sig på boulebanan eller ta en picknick på de stora gröna gräsyrtorna. Ett stenkast därifrån ligger en mer traditionell lekplats med bland annat klätterlek, rutschkanor, gungor och pingisbord. Men frågan är ändå om det inte är bus-



kaget med de upptrampade gångarna som är den riktiga höjdaren?

**HITTA HIT:** Månadsparken, Kortedala. Närmaste hållplats är Runstavsgatan.

### POSITIVET:

#### En oas med möjligheter

**3** Ett stenkast från Frölunda Torg ligger en av stadens utflyktslekplatser. I den första delen vid Frölunda kulturhus finns parkour, studs-mattor och musiklek. Längre in i parken hittar du den bemannade parkleken Positivet. Här finns en liten kiosk och möjlighet att grilla vid någon av grillplatserna eller låna toaletten. Riktiga höjdare är rutschkanetornet och duscharna (i alla fall om vi frågar barnen). Ombyte rekommenderas. I närheten finns även beachvolleyplan, boulebona och fotbollsplan.

**HITTA HIT:** Positivgatan 7. Närmaste hållplats är Frölunda Torg eller Positivgatan.

### AZALEADALENS NATURLEK:

#### Barfotalek i naturen

**4** Efter en ridtur på gungmyran bär det med snabba steg av rakt in i spindelnätet och vidare längs den slingrande skogsstigen som kantas av informationstavlor om svenska djur. På toppen av berget passar det bra att bygga en koja av pinnar och ris och ofta finns här påbörjade byggen att fortsätta på. Innanför naturleken finns en 300 meter lång barfotaslinga med olika markunderlag. Kasta av er strumporna, blunda och låt sinnena leda pro-



menaden innan ni fyller på med lite ny energi på Café Azalea.

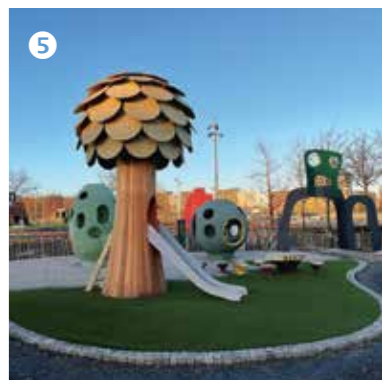
**HITTA HIT:** Slottsskogen, korsningen Sälldammsbacken-Vedbacken. Närmaste hållplats är Botaniska trädgården eller Klintens väg.

### JUBILEUMSPARKEN:

#### Fantasisfull nyhet

**5** Under senare delen av sommaren öppnar en sprillans ny utflyktslekplats, alldeles intill älven i Jubileumsparken. Bland nyanlagda grönskande gläntor finns ett 20-tal skulpturer och lekredskap och med sitt unika uttryck blir detta en lekplats som inte liknar något annat. Här kommer alla våghalsiga klättrapor ha att göra och för den som föredrar lite lugnare lek finns det många små krypin att gömma sig i, speja från och fika vid. Eller varför inte lära känna fabeldjuren och spela på ljudskulpturerna?

**HITTA HIT:** Jubileumsparken vid Frihamnen. Närmaste hållplats är Frihamnsporten.



**!** **HITTA TILL GÖTEBORGS LEKPLATSER.** Ladda ner appen *Lekplatsen* från Göteborgs Stad för att utforska Göteborgs över 300 lekplatser. Finns där appar finns, kostnadsfritt.



# Textilinsamling för en bättre värld

Dina gamla kläder, skor eller gardiner är mer värdefulla än du tror. Och du kan lätt återvinna dem nära ditt hem. Genom att lämna dem i en grön box från **Human Bridge** kan de få nytt liv och bidra till bistånd runt om i världen.

**K**anske har du sett de gröna insamlingsboxarna för textilier som står utplacerade i **Poseidons** bostadsområden? Här kan du lämna kläder, skor, accessoarer och trasiga textilier för återbruk och återvinning.

– Vi vill att det ska vara lätt för våra hyresgäster att göra ett bra miljöval i sin vardag. Det ska vara lika naturligt att sortera ut sina textilier som förpackningar och matavfall, säger **Terese Svensson**, miljöcontroller hos Poseidon.

I **SAMARBETE** MED den ideella organisationen **Human Bridge** har Poseidon placerat ut totalt 64 insamlingsboxar, med målet att alla ska kunna lämna sina textilier på gångavstånd från hemmet. Human Bridge tar sedan hand om och sorterar ut lämpliga plagg som går till försäljning i Lindras Second Hand-butiker eller till humanitära insatser

i främst Afrika, Östeuropa och Mellanöstern. Resterade textilier säljs till den internationella sorteringsindustrin där de delas upp för återbruk på andra marknader.

– Vartenda plagg är värdefullt. Allt överskott från försäljningen går till våra biståndsprojekt som har som primärt mål är att leverera sjukvårdsutrustning och handikapphjälpmedel till de länder som behöver, berättar **Robert Bergman**, verksamhetsledare Human Bridge.

**DE TEXTILIER SOM** inte kan återanvändas återvinns genom att fibrerna tas till vara och används i tillverkning av nya produkter som madrasser, filter och isoleringsmaterial.

– Tack vare de textilier som Poseidons hyresgäster samlade in 2021 har vi kunnat skicka i väg en stor sändning med sjukvårdsutrustning. Den innehöll bland annat ett trettiotal sängar och madrasser, gynbord, operationsbord, EKG- och ultraljudsapparater, en komplett tandläkar-enhet, förbrukningsmaterial, mikroskop, sjukhustextilier, babypaket och rullstolar, säger Robert Bergman. ●



**Terese Svensson**, miljöcontroller på Poseidon.



**Robert Bergman**, verksamhetsledare på Human Bridge.

## 7,5 kilo

textilier per person hamnar i restavfallet och skickas direkt till förbränning. Det innebär att materialet varken återanvänds eller materialåtervinns.

Källa: Naturvårdsverket

## 80 %

av våra textilers totala klimatpåverkan uppstår i produktionsfasen, innan de ens nått butiken.

Källa: Naturvårdsverket

## 3,8 kilo/ person

Så mycket textilier lämnar varje svensk till frivilligorganisationer.

Källa: Naturvårdsverket

## 30

Så många gånger använder genomsnittssvensken en t-shirt enligt en studie från **Mistra Future Fashion**. Skulle vi använda den dubbelt så många gånger kan miljö- och klimatpåverkan nästan halveras.

Källa: Naturvårdsverket

## 143 ton

textilier samlades in i Poseidons bostadsområden under 2021.



**HITTA EN GRÖN BOX NÄRA DIG!**

De gröna boxarna för textilåtervinning från Human Bridge finns utspridda runt om i våra bostadsområden. För att hitta en box nära dig, se kartan på [poseidon.goteborg.se/hyresgast/praktiskt-i-boendet/textilinsamling](https://poseidon.goteborg.se/hyresgast/praktiskt-i-boendet/textilinsamling)

# ”Allt går att grilla, utom rädisor!”



Att grilla är för många en av sommarens höjdpunkter. Det doftar gott, sällskapet är trevligt och kvällarna är ljumma. Men blir det lika bra på elgrillen i stan som med kolgrillen på landet? Grillmästaren **Per Ehlund** bjuder på sina bästa grilltips.

**A**llt började den dagen då **Per Ehlunds** fru anmälde honom till TV4's tittarsuccé *Grillmästarna* och han slutade på en hedrande andra plats. Flera utmärkelser senare är han i dag en av Sveriges mest anlitade grillinstruktörer och har precis gett ut sin tredje kokbok.

– Jag hade egen byggfirma i 27 år och sen bytte jag bana helt. Så nu sitter jag här och skriver böcker, gör grill-TV och åker runt och inspirerar folk. Att grilla är ren avkoppling för mig, det är jag och grillen. Det doftar gott, det ryker och ibland visslar det till när en vindpust drar förbi, säger Per.

Även om han grillar i princip varje dag i jobbet, så vill han ha gott om tid på sig om han ska grilla privat.

– Grillning är ett hantverk, man vet inte alltid hur slutresultatet blir. Personligen grillar jag helst på kol, det är lite av en utmaning att tämja glöden och värmen. Och så får du den där känslan av elden och röken. Det ligger lite mystik bakom.

Men enligt Per Ehlund så spelar det egentligen ingen större roll om man grillar med kol, gasol eller el.



## Per Ehlund

**Ålder:** 53 år.

**Bor:** Katrineholm.

**Familj:** Fru och utflugna barn och bonusbarn.

**Gör:** Aktuell med sin tredje kokbok *Grilla mera Vego* och andra säsongen av *Grill O' Clock*.

– Man kan få samma ”braiga” resultat oavsett vilket. Kolgrillen är som en segelbåt; den kräver lite planering och mer arbete. Gasol- och elgrillen är lite mer som en motorbåt; det är bara att vrida om nyckeln och åka iväg. I dag finns det så otroligt bra grillar – jag tycker elgrill är lite sextigt faktiskt, skrattar Per.

**FÖR ATT FÅ** riktigt fint resultat på elgrillen gäller det, precis som för andra typer av grillar, att värma upp den ordentligt innan man lägger på råvaran. Sätt grillen på maxeffekt och låt den stå i 20–25 minuter så att den blir ordentligt varm innan du borstar av gallret. Det är nämligen superviktigt menar Per:

– Att hålla gallret rent är A och O. Men när vi snackar elgrill är det också viktigt att tänka på att rengöra baljan ganska ofta. Blir det för mycket grillmojs där nere suger det nämligen åt sig värmen och släpper ut den genom grillen. Med en ren balja får du en effektivare grill eftersom värmen reflekteras och studsar tillbaka bättre.

När man grillar talar man ofta om direkt och indirekt värme. Direkt värme är när värmekällan är direkt under råvaran, och vid indirekt



### PERS FAVORITER PÅ GRILLEN

#### Citron

”En favoritingrediens oavsett vad jag grillar. Jag delar citronen på mitten och grillar med snittsidan nedåt tills den fått fin färg och karamelliserats. Sen vänder jag på halvorna så att de blir lite som en såskopp som jag sen kan använda för att droppa över råvaran jag har på grillen. Det blir inte så mycket smak av citron på råvaran utan det fungerar som en smakförstärkare.”

#### Pizza

”Minipizzor är toppen om man har gäster hemma. För att kunna grilla en bra pizza måste pizzastenen vara riktigt varm. Degen är det viktigaste, men det finns bra pizzadegar i affären eller så kan man köpa från sin lokala pizzabutik. Det man ska tänka på är att det finns risk att pizzan blir saggig om man har för mycket topping och för låg temperatur på grillen.”

#### Kycklingvingar

”Något annat som är fruktansvärt gott är att grilla kycklingvingar, det går alltid hem. Jag brukar köra med low and slow, alltså att man grillar på låg temperatur under lång tid. Under tiden är jag där och penslar på med glaze om och om igen, då blir de så där härligt kladdiga, lite sticky. Det syns i ansiktet efteråt men det är så otroligt gott!”



## Det är rätt sexigt med elgrill faktiskt”

PER EHRLUND

värme är den placerad vid sidan om råvaran. Direkt värme används när du vill få en fin grilllyta med grillränder eller om du ska grilla något som går snabbt. När du grillar på indirekt värme använder du grillen ungefär som en ugn och låter råvaran gå klar i lugn och ro på låg värme.

– Till elektriska grillar finns det en platta med galler som tillbehör. Med en sån kan man få både indirekt och direkt värme eftersom värmen då cirkulerar runt plattan. Man ska inte bli rädd om råvaran fastnar på gallret när man lägger dit den. Låt det bara vara! Då får du de där grillränderna som karamelliserar och ger smak och tillslut kommer köttet att släppa från gallret, förklarar Per.

DET HAR BLIVIT allt mer populärt att grilla året runt och Per Ehrlund tycker till och med att det smakar bättre på vintern. Dels eftersom man inte är lika van att äta grillat i minusgrader men också av rent tekniska skäl.

– Det är fuktigare på vintern och då får man mer kondens i grillen, vilket gör det godare. På vintern grillar jag gärna saker som tar lite längre tid, som julsinka exempelvis. Man kan också baka en hel rotselleri som man sen penslar med nåt gott paprikasmör, säger Per och fortsätter:

– Man kan grilla allt – utom rädisor! De är jättegoda som tillbehör men om det finns någon som lyckats grilla rädisor får de gärna höra av sig. Det går inte, de är lite peppriga i tonen, de blir mjuka och jag får inte till det, skrattar han.

– Sen tycker jag man ska akta sig lite för glaze och marinader. Många produkter innehåller mycket socker och bränt socker både doftar och smakar illa. Det funkar på väldigt

## Långkörd kålrabbi med chilidressing

### INGREDIENSER

- 1 kålrabbi (ca 500 g)
- ca 3 msk chiliolja eller neutral olja
- 1 msk smör
- 1 röd dutch chili (spansk peppar)
- 1 finhackad salladslök
- flingsalt och nymalen svartpeppar

### FÖRBEREDELSE:

Skala kålrabbin med en potatis-skalare och gröp ur ett hål där ”ögat” sitter. Lägg kålrabbin i en liten grillform med urgröpningen uppåt.

### VID GRILLEN:

- 1 Tänd upp ½ tändrör med briketter. När briketterna är färdiga häller du dem på var sin sida av grillen. Stäng locket.
- 2 Stäm av temperaturen i grillen. Den ska vara 150 °C.

3 Placera grillformen med kålrabbin på mitten av grillgallret och fyll upp ”ögat” i kålrabbin med olja. Stäng locket.

4 Pensla kålrabbin med den olja som är kvar i ”ögat” efter 20 minuter. Lägg därefter i smöret där oljan har legat. Stäng locket.

5 När kålrabbin är färdig beror lite på om du föredrar lite tuggmotstånd eller vill att den ska vara mjuk och krämig. Prova med en potatissticka om konsistensen är den rätta för dig efter ca 25 minuter.

6 Lägg kålrabbin på en skärbräda när du är nöjd med konsistensen. Skär den i klyftor, men inte helt igonom, och dela lite lätt på klyftorna. Lägg upp på ett fat.

7 Strö över lite finskuren chili och salladslök, kanske lite flingsalt och några drag med pepparkvarnen. Servera direkt.



## Kotlett med baconlindad sparris

### INGREDIENSER

- 4 fläskkotletter med ben, minst 2 cm tjocka
- 2 citroner
- 1–2 rosmarinkvistar
- 1 romansalladshuvud
- 1–2 kvistar körsbärstomater
- 2 msk olivolja
- salt, flingsalt, peppar
- 2 knippen grön sparris
- 280 g bacon

### FÖRBEREDELSE:

Salta och peppra de rumstempererade kotletterna. Dela citronerna på mitten. Skär romansalladen i 3 cm tjocka skivor.

### VID GRILLEN:

1 Fyll och tänd kol i ett tändrör. När det har perfekt glöd häller du det i mitten av grillen.

2 Stäm av värmen. Temperaturen på grillen ska vara minst 240 °C. Använd gärna ett gjutjärngaller.

3 Lägg citronerna och tomaterna nära direkt värme. Lägg den baconlindade sparrisen på direkt värme. Låt den få färg runt om och flytta sedan till indirekt värme. Gör likadant med salladsskivorna. Snittytorna ska få ordentligt med färg och bli lite sotiga.

4 Borsta gallret, det ska vara hett och rent. Placera kotletterna på direkt värme. Köttet kommer att fastna på gallret, men peta inte loss det utan stäng locket. Vänta i ca 1 ½ minut, känn sedan om köttet har släppt från gallret. När det släppt; vänd och grilla andra sidan.

5 Kolla temperaturen på köttet och lägg rosmarinkvistarna på glöden för smaksättning. Flytta kotletterna till indirekt värme och låt dem ligga under lock tills de gått klart (innertemperatur 72 °C vid benet). Ta ut köttet lite tidigare eftersom

temperaturen stiger någon grad efter att du tagit köttet ur grillen.

6 Pressa över grillad citronsaft, låt köttet vila i minst 10 minuter.

7 Servera kotletterna med sparrisen, mer pressad citron, de grillade tomaterna och salladen. Ringla lite olivolja och strö flingsalt över tomaterna och salladen.



## Grillad persika med örtsmörshonung

### INGREDIENSER

- 4 persikor
- 25 g smör
- 2 msk honung
- 1 msk färsk finhackad rosmarin
- 1 tsk färska timjanblad
- 2 msk färsk basilika
- flingsalt och nymalen svartpeppar

### TILL SERVERING

- vispgräde
- rivet limeskal

### FÖRBEREDELSE:

Dela och kärna ur persikorna. Smält smöret med honung. Blanda i övriga ingredienser och smaka av med lite salt och svartpeppar.

### VID GRILLEN:

- 1 Tänd upp ett tändrör med briketter, fyllt till  $\frac{3}{4}$ . När briketterna är färdiga håller du dem på ena sidan i grillen. Stäng locket.

- 2 Stäm av temperaturen i grillen. Den ska vara 180 °C.

- 3 Placera persikorna, med snittsidorna nedåt, på direkt värme. Strö lite torr äppelflis på glöden om du vill ha lite rökkarakter. Stäng locket.

- 4 Vänd på persikorna efter 1–2 minuter, när de har fått en karameliserad yta, och lägg dem på indirekt värme. Pensla alla persikor rikligt med smörblandningen. Stäng locket.

- 5 Pensla ett par gånger till medan persikorna tillagas i ytterligare ca 5 minuter. Stäng alltid locket mellan penslingarna.

- 6 Lägg persikorna på ett fat när de har fått önskad konsistens. Har du lite kvar av smörblandningen penslar du det över persikorna. Garnera med färska örter och servera gärna med lättvispad gräde smaksatt med lime.

# Profilen.



Skyddsdräkten på gamla jobbet byttes mot en vardag i rena, snygga utemiljöer. Andreas Ottosson är miljövården i Kortedala som följde sin längtan efter att få arbeta utomhus. Snart firar han sex år på Poseidon och stormtrivs.

## Smarta grilltips

- Termometern är ditt viktigaste grillredskap. Stick in den där råvaran är som tjockast och från sidan. Sticker du rakt uppifrån finns det risk att termometern kommer för nära gallret och visar fel temperatur.

- Locket på. När de fetter som droppar ner i grillen förångas går smakerna upp i locket och ner i råvarorna igen. Planera grillningen och lyft inte locket i onödan.

- Håll gallret rent. Börja varje grillning med att se till att grillen kommer upp i en hög temperatur, sedan borstar du gallret. När du grillat klart kör du upp temperaturen igen och borstar ännu en gång.

**GRILLA MED HÄNSYN:** Flera av våra gårdar har grillplatser som du kan använda. Har du en balkong eller uteplats, tänk på att du inte får grilla med öppen låga eller nära fasaden på grund av brandrisken. Har du gott om plats, använd i stället en elgrill. Men kolla att det är ok med grannarna först, för även en elgrill kan skapa grilllos.

**J**obbet som miljövård är mer varierat än du trodde. Berätta mer!  
– Bara årstiderna gör att jobbet skiljer sig mycket. På hösten får lövblåsen jobba hårt, och på vintern blir det en del snöröjning. Under vinterhalvåret passar vi också på att planera vårens rabatter, fixa till lekplatser och slipa bänkar. Våren är vår mest hektiska period, när vi ska rensa ogräs, få undan grus, gödsel och plantera. På sommaren klipper vi gräs, trimmar buskar och vattnar alla nyplanterade träd, buskar och perenner. Året runt plockar vi skräp och sköter sopsorteringen. Det finns alltid något att göra som miljövård – att hinna med är en utmaning.

*Jobbar du själv eller i ett team?*

– Både och. Vi i distriktet dricker alltid kaffe ihop på morgnarna och pratar om dagens jobb.

Två dagar i veckan jobbar mitt team tillsammans på samma gård, för att bli mer effektiva och skapa samhörighet. Vi är ett gott gäng här i Kortedala.

*Vad är det bästa med ditt jobb?*

– Att göra fint för våra hyresgäster! Även det lilla kan göra skillnad; en ny liten rabatt, en ny grillplats eller ett borttaget buskage. Jag blir glad när våra hyresgäster uppskattar det vi gör. Många är nyfikna på vårt arbete, det finns ett stort trädgårdsintresse bland hyresgästerna.

*Har du tagit med dig trädgårdskunskaperna hem?*

– Jag är ingen mästare på odling, haha. Men jag lär mig varje dag. Om jag bodde i hus skulle jag anlägga en fin trädgård. ●



**Andreas Ottosson, miljövård**

Ålder: 37 år.

Arbetar som: Miljövård, distrikt Kortedala.

Antal år på Poseidon: Snart sex.

Fråga jag brinner: Att göra det fint för hyresgästerna.

# Inred med växter

Att ha något som växer i hemmet är inte bara hemtrevligt, det är dessutom hälsosamt och mysigt att ha något att ta hand om. Vi träffar blomsterinspiratören **Hanna Wendelbo** som tipsar om hur du får maximal effekt med grönska i din lägenhet.

**B**lomsterinspiratören **Hanna Wendelbo** har just kommit hem från en trendspaningsresa till New York och kan bland annat konstatera att torkade blommor är något vi kommer att se mycket mer av framöver. *Eterneller* är samlingsnamnet för växter som går att torka utan att de tappar sin färg eller form.

– De kan hålla i 20 år om man vill det och det är ju otroligt tacksamt. Jag såg installationer där man fyllt en hel vägg med torkade buketter men också blomsterdraperier och blommoln av eterneller.

**FÖR DEN SOM** letar efter levande växter som ger mycket effekt inomhus rekommenderar Hanna *vippjasminen* (som säljs under våren och hösten).

– Den är perfekt för att skapa en hel växtvägg och doftar dessutom ljuvligt. Den kan utan problem fylla en hel vägg. Har man ett lite mörkare utrymme skulle jag i stället rekommendera *gullranka* som trivs längre in



**Hanna Wendelbo, formgivare**

**Ålder:** 47 år.

**Gör:** Mönsterformgivare med passionerat förhållande till blommor. Aktuell med boken **Odla blommor**.

**Bor:** Kungsbacka.

**Favoritväxt:** "Pioner! Jag har en samling på 17 sorter i min trädgård."

i rummet men också är en duktig klättrare, berättar Hanna och fortsätter:

– Vill man dela av ett rum med en växt eller bara ha en ordentlig pjäs rekommenderar jag en *monstera* som kan växa sig hur stor som helst om man sköter den ordentligt och dessutom renar inomhusluften. Jag är personligen inte så förtjust i plastblommor men det finns bra workshops där man kan lära sig att göra exempelvis vackra silkesblommor. Då är ju hantverket och lyxen att få göra något själv fint.

**NÄR DET KOMMER** till innovationer inom odlingsområdet har det inte hänt så mycket de senaste åren. Hanna tror att detta hänger ihop med pandemin.

– Många av de innovationer som lanserades före pandemin handlade om självbevattning och om saker som skulle underlätta för oss att ta hand om våra växter. Under pandemin har vi varit hemma mer och inte haft något emot att växterna kräver lite uppmärksamhet och arbete. ●



OUR FOOD STORIES

## 1. Blomstrande moln

Den stora trenden med torkade blommor går förstås att tolka på många olika sätt. En otroligt maffig installation är att skapa sitt eget blommoln – ett innovativt och vackert sätt att skapa med blommor och växter. Börja med ett hönsnät som man gör en flera lager tjock stomme av så att den blir ganska tät. Sedan sticker man in växter i konstruktionen; börja med gräs, vass och annat du hittar i naturen för att bygga volym och tillsätt sedan eterneller och vilda blommor som ger färg till molnet.

TEXT: Charlotte Frey Svidén



SHUTTERSTOCK



## 4. Lättskötta luftplantor

Något annat som är trendigt just nu är **luftplantor**. Det är växter som inte behöver något vatten för att växa utan får sin näring genom luften. I naturen hittas de i allt från torra ökenlandskap till regnskogar med hög luftfuktighet. De har en långsam tillväxt men är samtidigt väldigt lättskötta och tillför ju det där organiska som är trevligt. Man kan styla med dem i en bokhylla, ha dem hängande i fönstret eller om man vill slippa damma dem kan man lägga dem i en glasbehållare.

AEROTEKET

## 2. Självplock på snittblommor

Blanda egenplockade vilda blommor med snittblommor och eterneller för ett vackert och personligt resultat. Ett tips är att besöka [snittblomsodlare.se](http://snittblomsodlare.se) där man bland annat kan hitta sin närmsta snittblomsodlare med självplock. Bara det att besöka en sådan är en upplevelse. Dessutom kan du skapa en helt unik bukett med bara dina favoriter. I Göteborgsområdet finns bland annat **Blomsterbacken Självplock och Trädgårdsmästeri** i Mölnlycke, **Min Blomstertid** på Stora Holms Säteri och **Blommor i Dalen** i Kärna.

## 3. Bygg en miniskog med piedestal

Ett fint sätt att dela av ett rum är att bygga en liten skog med hjälp av blompedestalen som gör ett trenddåtertåg. En piedestal med en stor *monstera*, en pall med ett *palettblad* och så en kruka med en *filodendron* på golvet skapar en lättskött miniskog i olika nivåer med växter med olika uttryck.



ELLIS

## 5. Levande balkong

För den som har balkong är det maffigt att odla på höjden på olika sätt; med exempelvis odlingstrappor, hyllor eller krukor som hänger i amplar. **Pelargon** är torktåliga och lättskötta och även **palettblad** passar bra på balkongen. De är också torktåliga och växer otroligt mycket. Det kan snabbt bli en djungel. Både pelargon och palettblad är också smarta och billiga eftersom man kan ta sticklingar och byta med varandra. Det finns ett mycket aktivt community på nätet för detta.



PLANTAGEN



Abdu-Rahmen Wadman, Ari Amin och Haidar Al-Amirtaha

## De lyfter framtidens entreprenörer

Vilken hållplats du kliver av på ska inte spela roll för hur framgångsrik du blir.

**Changers Hub** arbetar för att unga i hela Göteborg ska få möjlighet förverkliga sina idéer och påverka sin framtid.

**S**kratten och handslagen avlöser varandra när ungdomar som slutat skolan för dagen droppar in på **Changers Hub** i Hjällbo Centrum. Några av dem som kommit hit är **Abdu-Rahmen Wadman** och **Haidar Al-Amirtaha** som båda är 18 år. Genom Changers Hub spånar de på en app som matchar personer som erbjuder småjobb som barnpassning, trädgårdsarbete eller

hundrastning med folk som vill ha hjälp med det.

– Det finns många som är arbetslösa i området och vi vill göra något som sänker tröskeln för att få jobb. Changers Hub hjälper oss att förverkliga den idén, säger Haidar.

– Vi kan komma förbi en vanlig dag och bolla med vår coach Ari, till exempel om var vi kan söka pengar eller vilka lagar som finns, berättar Abdu.

**CHANGERS HUB INNOVATIONSHUS** startades i Botkyrka i Stockholm där modellen visat sig vara lyckad. Nu expanderar verksamheten till Göteborg med **Poseidon** som huvudsponsor. Konceptet riktar sig i huvudsak till unga vuxna mellan 16 till 29 år med syftet



### Changers Hub Göteborg

**Startades:** December 2021.

**Bakgrund:** Konceptet har som syfte att demokratisera framgång – alla ungdomar ska få möjlighet att förverkliga sina idéer oavsett startsträcka.

**Erbjuder:** Coworking space, kurser, inspirationsföreläsningar, events och idécoaching.

TEXT: Maria Bard FOTO: Mikael Göthage



När du blir sedd på ett nytt sätt ändrar du bilden av dig själv.”

ARI AMIN, CHANGERS HUB GÖTEBORG

Safa Al-Amirtaha har startat föreningen Offentlig i förorten.

Safa Al-Amirtaha och Ari Amin.



att demokratisera framgång. Genom att bidra med inspiration, fylla i kunskapsluckor och bredda nätverk ska verksamheten göra det lättare för unga i ytterstaden att nå sina mål.

– Det finns otroligt mycket drivkraft bland ungdomarna och vi stöttar dem i att använda den på ett konstruktivt sätt, berättar **Ari Amin**, som är verksamhetsledare för Changers Hub Göteborg.

Han fortsätter:  
– När du blir sedd på ett nytt sätt ändrar du också bilden av dig själv. I stället för att identifiera dig som klassens clown kan du börja se dig själv som en framgångsrik entreprenör.

**DELTAGARNA FÅR TILLGÅNG** till ett coworking space och ett sammanhang där de möter andra drivna och motiverade personer som delar med sig av sina erfarenheter. Det erbjuds även idécoaching, events, kurser och inspirationsföreläsningar inom bland annat tech, entreprenörskap, kultur och privatekonomi. Under våren höll till exempel

Swedbank en välbesökt ekonomikurs, berättar Ari.

– För att vidga vyerna gör vi också kreativa studiebesök där de får prova på olika yrken. Vad gör en UX-designer till exempel och hur blir man det?

**VERKSAMHETEN HAR SNABBT** blivit populär och i nuläget engagerar de runt hundra ungdomar. En av dem är **Safa Al-Amirtaha**, 17 år, som har startat en förening där hon arrangerar föreläsningar och evenemang i Angered. Hon kallar den *Offentlig i förorten* och har redan arrangerat en välbesökt fotbollsturering samt en föreläsning med komikern **Megic Mike** som gör succé på sociala medier.  
– Jag vill boka youtubers, eller andra kändisar som är populära bland ungdomar i Angered, för att visa att man kan lyckas som förortsunge, säger hon.

I framtiden vill Safa vidareutveckla sin idé och driva ett riktigt eventbolag.  
– Det är det här jag vill jobba med. Efter gymnasiet vill jag läsa någon typ av företagutbildning. ●



### Har du en idé som du vill förverkliga?

**Changers Hub** finns på Bergsgårdsgården 88 i Hjällbo och riktar sig till unga i hela Göteborg.

För kontakt, coaching eller information om vad som händer på Changers Hub följ dem på Instagram: [@changershubgbg](https://www.instagram.com/changershubgbg)

**19–24 september** hålls **SEB Entrepreneur Camp** på Changers Hub. Under en hel vecka kan du få hjälp att hitta och utveckla din affärsidé. Det kommer även finnas chans att pitcha idén för ett draknäste!

Med en Västtrafik-biljett och ett öppet sinne kan man uppleva mycket på en dag. Vi skickade i väg vår reporter **Magnus Carlsson** som under en dag i kollektivtrafiken upptäckte platser han sent ska glömma – och en maträtt han gärna glömmet så snart som möjligt.

# På upptäcktsfärd i Västra Götaland



**KL. 09.00** Morgonrusningen har precis avtagit på Göteborgs centralstation. De första dagspendlarna som tidigt i morse steg på tåget med kostym och laptopväskor har redan kommit fram till huvudstaden och lugnet – i den mån det någonsin blir ett lugn på en centralstation – börjar lägga sig över perrongen.

Själv är jag ute på ett riktigt hedersuppdrag; jag ska se vad Västra Götaland har att erbjuda genom att undersöka hur långt man kommer på en dygnsbiljett hos Västtrafik. Det kommer att bli en lång och intensiv dag, men jag har en plan.

Jag köper en stor take away-kaffe, en torr, överprisd salamibaguette och tar sikte på spår 8 och regionaltåg 352.

**KL. 09.14** Tåget lämnar Göteborg C med riktning norrut. Jag har bestämt mig för att testa gränserna för biljetten, som visar sig ta mig till den nordöstra delen av Dalsland, närmare bestämt Åmål.

**LÅNGS VÄGEN SKIFTAR** landskapet snabbt karaktär. Från den urbana stadsmiljön i Gamlestaden, till skogarna runt Bohus och Trollhättan, för att därefter följa Vänerstranden norröver.

**Magnus Carlsson, resereporter**

**Ålder:** 34.

**Bor:** Olskroken.

**Åker helst:** Båt.

**Favoritplats i Västra Götaland:** Vänern.

”Det är – kanske med rätta – väldigt stort fokus på havet om man bor i Göteborg. Men ingen tänker på att Sveriges största sjö också ligger ett stenkast bort. Vänern är en fantastisk och förhållandevis folktom plats som fler borde uppleva.”

Mest hänförd blir jag av utsikten vid den gamla slusstationen i Köpmannebro. Här tornar ett magnifikt landskap upp sig, med enorma, livliga Väner på öster sida och den trolska Dalslands kanal i väster.

Det är också vattnet som lockar när jag rullar in i Åmål. Jag promenerar från det gamla stationshuset ner mot det lilla samhället, som vid en tävling 2005 titulerades världens näst bästa småstad. Åmål har ett helt unikt läge vid Vänerstranden, och jag slår mig ner för en soldränk lunch på bryggan i hamnen, med utsikt över den öppna horisonten. En svårslagen start på en svårslagen dag.

**KL. 13.47** Mätt och glad är jag redo att fortsätta med mitt äventyr, och nu tar jag buss 740 mot Bengtsfors. Bussresan visar snart på storheten i den dalsländska naturen, som med sin kombination av skogar och sjöar ofta beskrivs som ett Sverige i miniatyr. Mitt bland åkrar och barrskogar ligger det gamla pappersbruket i **Fengersfors**, där maskinerna tystnade 1978 – men än i dag är platsen högst levande då fab-



TEXT: Magnus Carlsson FOTO: Jan Andersson/Åmåls kommun, Sara Arnald, Ingrid Helligren Sjöberg, Eddie Löthman/Västtrafik, Andreas Olsson/Havets hus, Partille kommun & Shutterstock

## Tre andra utflyktsmål i regionen



riken tagits över av konstnär- och hantverkskollektivet **Not Quite**.

Det är en fascinerande plats full av kontraster. Här möter de gamla, fuktiga fabrikslokalerna modern konst och skickligt hantverk, vilket trots ödekänslan skapar en levande destination som kombinerar historia och framtid.

På två timmar hinner jag i lugn takt utforska området, kolla på säsongens utställningar och avsluta med en smutt otrolig vaniljbulle från bageriet **Brukets godaste**, innan det är dags att hoppa på nästa buss.

**KL. 16.15** Buss 740 tar mig tillbaka till Åmål, som också utgör den yttre gränsen för Västtrafiks



## Havets hus i Lysekil

Upplev livet i Västerhavet och kom närmare allt från småfläckig rödhaj till knorrande oxsimpa. Det populära **Havets Hus** bjuder på över 30 akvarier fyllda med spännande varelser. Alldeles utanför finns en unik bangolfbana där du kan lära dig mer om livet i havet. Eller varför inte hänga med på sälsafari. Om du besöker Lysekil den 28 juni har du chansen att se hajar och rockor släppas ut i det fria.

**Hitta hit:** Ta buss 841 från Nils Ericsson Terminalen mot Lysekil och kliv av på hållplats Havets hus.



ABC-zon. Strax österut ligger Säfte – som tillhör Värmland – och jag byter därför till buss 721. Jag har en tilltänkt slutdestination för dagen, men för att komma dit behöver jag göra ytterligare ett byte – och det sker i **Mellerud**.

**HÄR HINNER JAG** med ett snabbt stopp på **Börsen gatukök**, som serverar den svärbegripliga lokala maträtten *Melleruds special*, som sägs ha upp-

## Kajakpaddling vid Läckö slott

Varför inte uppleva vackra Läckö slott från vattnet? Hyr en kajak, paddla runt slottet och öarna och avsluta med nyrokt fisk och glass i **Spikens fiskehamn**. Kajak går att hyra på bland annat [naven.se](http://naven.se) som även har guidade turer och kurser.

**Hitta hit:** Tåg från Centralstationen till Trollhättan, byte till buss 1 mot Lidköping. Under sommarsäsongen går buss 132 till Läckö slott.



## Trädgård och mat i Jonsered

Ett stenkast från Göteborg ligger Jonsered, en plats att besöka för både matälskare och trädgårdsfantaster. Upplev **Jonsereds trädgårdar och herrgård**, med anor från 1800-talet, ta en fika och njut av omgivningarna. I **Jonsereds fabriker** finns flera spännande restauranger som **Poppels Öl&Mat** med lokalbryggt öl och närodlat mat.

**Hitta hit:** Pendeltåget från Centralstationen mot Alingsås, gå av på Jonsereds station.





### Dygnsbiljett Zon ABC 24 timmar

• För 345 kronor kan du under 24 timmar åka så mycket du vill med Västtrafiks tåg, bussar, spårvagnar och båtar i hela zon ABC, som innefattar följande kommuner:

Göteborg, Partille, Mölndal, Öckerö, Ale, Alingsås, Härryda, Kungsbacka, Kungälv, Lerum, Lilla Edet, Stenungsund, Tjörn, Bengtsfors, Bollebygd, Borås, Dals Ed, Essunga, Falköping, Färgelanda, Grästorp, Gullspång, Götene, Herrljunga, Hjo, Karlsborg, Lidköping, Lysekil, Mariestad, Mark, Mellerud, Munkedal, Orust, Skara, Skövde, Sotenäs, Strömstad, Svenljunga, Tanum, Tibro, Tidaholm, Tranemo, Trollhättan, Töreboda, Uddevalla, Ulricehamn, Vara, Vänersborg, Vårgårda och Åmål.

kommit på 50-talet när en korvmoj hade slut på korvbröd. Lösningen blev att servera grillkorven i en våffla, tillsammans med potatismos, ketchup, senap och bostongurka. De mest hänfödda entusiasterna toppar sedan hela kalaset med jordgubbssylt, men där är min gräns sedan länge passerad.

Om jag tillåter mig själv att vara diplomatisk så är *Melleruds special* på *Guide Michelin*-språk inte värd en resa i sig, men den spretiga korvrätten gör mig åtminstone mätt och är tveklöst en rolig anekdot att dra fram som ett ess i rockärmen vid många middagar framöver.

**KL. 18.11** Dagens sista resa går med buss 720, och tar mig djupare in i hjärtat av Dalsland. Resan till slussen i **Upperud** tar bara 24 minuter, men är på något märkligt vis också en resa in i en helt annan värld. Här passerar Dalslands kanal, som med sin omslutande orörda natur och sina 17 slusstationer är ett stillsamt och mycket populärt semester mål för både motor- och segelbåtar, så väl som paddlande turister.

**PRECIS I VATTENBRYNET** vid slussen i Upperud ligger det stilrena boutique-hotellet **Upperud 9:9**, som också är ett populärt stopp för tillresta vandra-re och kanotister. På Upperud 9:9 finns i dag fem unika rum, som alla är byggda i etage med enorm takhöjd och utsikt över det spegelblanka vattnet.



Det är också där, med utsikt över ett otroligt landskap, som jag avslutar min lätt intensiva resa. Under en och samma dag har jag kunnat ta del av storstadspuls, storslagna sjöar och lummiga skogar. När jag stänger ögonen känner jag att en stark nyfikenhet väckts inom mig och att jag har en längtan om att utforska Dalslands kanal, att få se mer av alla de kristallklara skogssjöarna som ligger längs vägen mot den norska gränsen.

Men det får bli en annan dag. ●

# Fyra tips.

## Hållbara val på resan

Tåg i stället för flyg, vegetarisk mat och ett miljöcertifierat hotell. Det är tre enkla val för mindre klimatpåverkan på din semester. Men vad kan du göra mer? Här är fyra tips för en mer hållbar resa.

Källa: Resia, resamedvetet.se och Naturskyddsföreningen.

### Bli energismart



Precis som hemma finns det mycket du kan göra för att spara energi på din resa, oavsett om du bor på hotell, i en stuga eller i lägenhet. Släck lampor som inte används, dra ur mobilladdare och stäng av tv:n i stället för att ha den i standby-läge. Minska tiden i duschen och stäng av vattnet när du tvålär in dig. Bor du på hotell kan du också återanvända din handduk och skippa städningen av rummet.

### Tänk på boendet



Ett tydligt hållbarhetsfokus är en självklarhet för de flesta hotell nuförtiden. Men det kan ändå vara en god idé att dubbelkolla vilka hållbarhetsval som ditt tilltänkta boende har innan du bokar. Det allra bästa är dock att bo hos någon annan. Du kanske har en släkting eller en bekant som vill byta lägenhet en vecka? Energi- och vattenförbrukningen är betydligt lägre och du producerar mindre avfall i ett hem än på ett hotell.

### Klimatsmarta resesätt

Oavsett hur du färdas till ditt resmål kan du tänka på hur du tar dig runt när du väl är på plats. Du kan till exempel samåka taxi med andra resenärer och resa med lokaltrafiken. Men det mest klimatsmarta resesättet är såklart att promenera eller ta cykeln mellan utflyktsmålen och restau-

rangerna. Det är också ett utmärkt sätt att se sig omkring. Bor du nära havet är segelbåt ett miljövänligt och fantastiskt alternativ.



### Vego och närodlat

Du gör miljön en stor tjänst om du äter vegetarisk mat och gynnar lokala restauranger före internationella restaurangkedjor. Lokalgda restauranger brukar ofta fokusera på närproducerade råvaror som är typiska för regionen, vilket också ger en trevlig matupplevelse. Ett annat tips är att inte lägga upp mer på tallriken än du orkar äta upp, och att be att få med dig resterna om det ändå skulle bli över.



VILL DU HA FLER TIPS PÅ HUR DU KAN RESA MER HÅLLBART?

Hos Konsumentverkets [hallakonsument.se/miljo-och-hallbarhet/res-mer-hallbart/](https://hallakonsument.se/miljo-och-hallbarhet/res-mer-hallbart/) hittar du tips på hur du kan minska utsläppen när du reser.





# Mingel och fix drog i gång cykelsäsongen

Växlar som krånglar, rostiga kedjor eller pysande däck – under en cykelfixardag i Lunden fick cyklar som stått undangömda i förråden under vintern lite extra kärlek. Det bjöds på grillkorv och inte minst mingel med grannarna.

Vid grillplatsen på Lilliegatan i Lunden sprids en aptitretande doft från grillen där husvärderna **Magnus Björklund** serverar både kött och vegetariska alternativ. Ett par grannar står och småpratar med en kopp kaffe i handen, medan andra är i full färd med att tvätta, olja och få ordning på sina cyklar. En av dem som kommit är **Lena Hedenbratt**. Dynamon som driver lyset på hennes cykel har låst sig och ligger an mot hjulet, vilket husvärderna **Per Svensson** hjälper henne att titta närmare på.



Magnus Björklund, husvärd hos Poseidon, distrikt Öster.



Per Svensson, husvärd hos Poseidon, distrikt Öster.

– Det här är fantastiskt bra, det känns nästan som att få professionell hjälp, säger hon och fortsätter: – Jag cyklar till mitt jobb i stan från april till november. Men det är bra backigt hit upp, ibland är det nästan att jag drar mig när jag ska cykla hemåt.

Vid bordet där det har dukats upp med korv med bröd, kaffe och saft står **Viktoria Kanas** med barnen **Felicia**, 10 år, och **Nicolas**, 8 år, och laddar med energi. Viktoria berättar att de brukar komma varje år. Det är

ett bra tillfälle att tvätta cyklarna, pumpa däcken och göra cyklarna redo inför sommarens badutflykter. – Sen är det trevligt att fika och prata lite med grannarna också, säger hon.

CYKELFIXARDAGARNA startades av husvärdarna **Jan Svensson** och **Per Svensson** för cirka sex år sedan och har blivit en populär tillställning. Nu arrangeras de varje vår på fler håll inom **Poseidon**. Under cykelfixardagarna får hyresgästerna möjlighet att göra lite enklare underhåll av sina cyklar och det finns tillgång till kedjeolja, såpavatten, en rad skiftnycklar och skruvmejslar samt cykelupphängning som gör det enklare att arbeta. Husvärdarna stöttar, men tanken är att

hyresgästerna ska göra det mesta själva. Vid större reparationer rekommenderas att lämna cykeln till en verkstad.

– Tanken är att hyresgästerna ska få lite stärkt självförtroende att fixa och meka med cykeln. Det går att göra mycket service på egen hand, berättar husvärderna Per.

ATT CYKLA ÄR inte bara miljövänligt, det kan också vara skönt att slippa trängas på en varm spårvagn eller sitta fast i en bilkö under en het sommar dag. Trots det händer det att fullt fungerande cyklar blir stående. Ofta är det något litet problem som en krånglande kedja eller ett felriktat styre som ställer till det, förklarar Per. Cykelfixardagarna sänker förhoppningsvis tröskeln för att åtgärda problemet vilket bidrar till att fler kan cykla till jobb, skola och fritidsaktiviteter.

– Men den här dagen handlar lika mycket om att hyresgästerna ska få chans att träffa varandra och oss husvärdar under positiva former, fortsätter Per.

**Negash Belay** fick information om tillfället genom en lapp i sin trappuppgång och deltar för första gången. Han har hängt upp sin cykel på stället och går igenom den med tvätt och olja. Han berättar att han ofta gör cykelutflykter till Delsjön med sina två pojkar under sommaren.

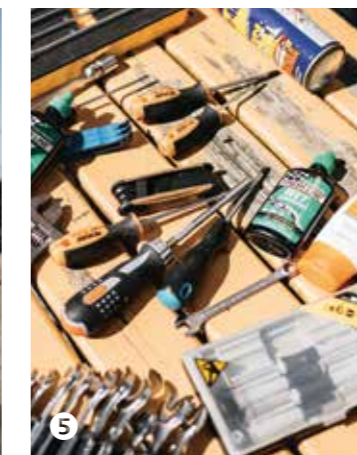
– Jag brukar fixa med cykeln själv, men när jag såg att det skulle bli cykelfixardag passade jag på. Det är ett trevligt initiativ! ●



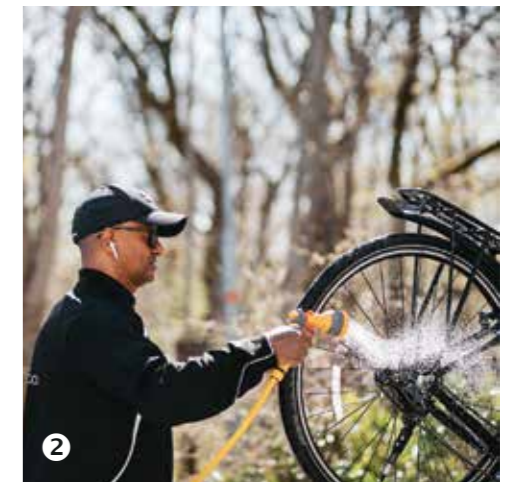
1



4



5



2



3

## Så fixar du cykeln inför sommaren

- **Tvätta cykeln.** Rengör med ljummet vatten och såpa. Använd endast avfettningsmedel på kedja och kassett. När kedjan är tvättad smörj med kedjeolja.
- **Drivlinan.** Kolla så att kedjan är lagom spänd och om kassett, kedja och vevparti är rena, fria från rost och lagom infettade.
- **Däcken.** Är däcken slitna och behöver bytas? Pumpa till lagom tryck, vilket kan behöva upprepas under säsongen.
- **Bromsar.** Om du har fälgbromsar – kontrollera om de är slitna och att hela klossen tar mot fälgen. För dig med skivbromsar, kolla så att du har belägg kvar på bromsklossarna.

# Till sist.

## Svamp väcker sinnen i Kortedala

MITT BLAND HÖGHUSEN på Adventsvägen i Kortedala står sedan några månader tillbaka en ståtlig och färgglad tre och en halv meter hög ängschampinjon, även kallad **Dotty**. Svampen Dotty, som har en hatt som ser ut som en målarpalett och en fot gjord av brons, är konstnären **Johan Paalzows** skapelse.

– Dotty är en natursymbol med anspelning på det lite tokiga. Tänk dig känslan av att se en gul kantarell i skogen – så ska det kännas att se Dotty bland husen här, säger Johan.

**DOTTY STICKER UT** – och det är det som är grejen, enligt Johan.

– I Sverige ser allt likadant ut; vi människor, våra hem, ja till och med våra sommarstugor. Jag vill visa att det finns alternativ, man behöver inte vara så vuxen jämt. Men jag har inte skapat Dotty för att provocera, den är sprungen ur naturens oändliga källa till färg och form.

Johan, som själv bor Stockholm, är väldigt nöjd över slutresultatet.

– Stureplan har sin kända svamp, nu har Kortedala fått sin! ●

TEXT: Klara Ekdahl-Warane FOTO: Poseidon

**HITTA HIT:** Dotty hittar du på Adventsvägen 8 i Kortedala. Du kan besöka Dotty året om, det finns sittplatser runt om skulpturen och belysning på kvällen. Passa på att besöka den kringliggande Adventsparken som nu rustas upp med både utegym och naturslinga för barn.

