

# HEMLÄNGTAN

TIDNINGEN FÖR DIG SOM ÄR KUND HOS UPPSALAHEM | NR 1 | 2014

## STADSODLING TRENDRER

Träffa antikexperten

**PONTUS SILFVERSTOLPE**

## TRENDRER 2014

Inred ett barnrum med pasteller och återbruk

NY DESIGN  
& FLER SIDOR  
Trevlig läsning!



## 139 nya flexibla hem i det blomstrande Linnéhuset

**I DET NYA KVARTERET** Cementgjuteriet vid Luthagen bygger vi 139 nya lägenheter om 1-5 rok med flexibla planlösningar för den moderna familjen. Flera av lägenheterna har ett extra litet krypin, för den växande och kanske veckovis krympande familjen. Det nya huset har fått namnet Linnéhuset efter Carl von Linné och den rosa fasaden i kombination med de gröna balkongerna har inspirerats av de skira linnéorna. Inngården i detta projekt kommer att bli som en grönskande oas där det inbjuds till både kurragömmalekar och sköna fikastunder i skuggan. Uthyrningsstart är augusti-september 2014. Läs mer på [www.uppsalahem.se/nyaahem](http://www.uppsalahem.se/nyaahem)

**NATTFOTBOLLEN** är ett projekt som syftar till erbjuda unga Uppsalabor en kvällsaktivitet där det behövs allra mest. Varje helg mellan september-april samlas över 200 ungdomar och spelar fotboll i lokaler i Gottsunda, Stenhagen och Gränby!

Projektet drogs igång i oktober 2012 i Gottsunda och drivs idag som ett samarbete mellan bland annat Sirius Fotboll, Offencia, Länsförsäkringar, Uppsala kommun och Uppsalahem.



Upplägget är enkelt. Alla som vill vara med är välkomna och ledarna består till största del av ungdomar som projektet har utbildat till att bli ledare. De är själva uppväxta i de områden där de flesta deltagarna kommer från vilket bidrar till bättre kontakt. Ibland brukar också spelare från Sirius Fotbolls A-lag vara med på träningarna.

Eftersom Natfotbollen har vuxit i storlek arrangeras det också varje år också Gränslös fotboll, där de olika lagen som satts samman under kvällarna i Gottsunda, Stenhagen och Gränby möts i en rafflande turnering.



## Sommarlov vi väntar på!

Nu drar snart Uppsalahems sommarlovskolor igång igen! På schemat finns friidrott, dans, basket, cirkusskola och teater. Mer information och anmälan hittar du på [www.uppsalahem.se](http://www.uppsalahem.se)



## PÅ GÅNG I UPPSALA!

### ICA STABBY HAR ÖPPNAT VID TVÅ TORN

I april öppnade ICA en butik i Uppsalahems lokaler. En viktig ingrediens för en levande stadsdel.

### BLÅSENHUS STUDENTBOSTÄDER

Längs med Artillerigatan i Käbo bygger Uppsalahem och Studentstaden sju hus med sammanlagt 243 lägenheter till Uppsalas studenter och forskare. Första etappen hyrs ut just nu och första inflyttning planeras till terminsstart 2014.

### VINDKRAFT TILL UPPSALAHEM

Uppsalahem fortsätter sin gröna satsning mot att bli Uppsalas grönaste bostadsbolag. I mars köpte Uppsalahem ett vindkraftverk för att säkra tillgången på grön el. Vindkraftverket kommer att säkra 38% av elanvändningen för fastighetsdriften.

### ALL SOL PÅ FRODEPARKEN

Frodeparken är Uppsalas första Svanenmärkta hus och Skanska, som har byggt huset, har tilldelat Uppsalahem "Gröna framtidspriset" i kategorin bästa offentliga kund. Ur Skanskas motivering: "Uppsalahem har gjort en spännande satsning för ett hållbarare samhälle genom Nordens största solcellsfasad för bostäder i Frodeparken."

## INNEHÅLL

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| Porträtt Pontus Silfverstolpe | 4  |
| Trender 2014                  | 6  |
| Barnrum                       | 10 |
| Det gröna bostadsbolaget      | 13 |
| Frodeparken                   | 14 |
| Stadsodling                   | 16 |
| Nya Eriksberg                 | 18 |
| Grilla säkert                 | 20 |
| Frågesidan                    | 22 |
| Barnsidan                     | 23 |

HEMLÄNGTAN | NR 1 | 2014 | UPPSALAHEMS KUNDTIDNING |

**ANSVARIG UTGIVARE** Mikael Rådegård, vd Uppsalahem. Uppsalahems kommunikationsavdelning. **GRAFISK FORM** Stegforssdesign AB  
**FOTO** Johanna Hulander, Elin Sthare, Anders Tukler, Johnner bildbyrå. **TRYCK** Edita Västra Aros, klimatneutralt tryckeri.  
**E-POST** [hemlangtan@uppsalahem.se](mailto:hemlangtan@uppsalahem.se) Uppsalahem AB (publ). **POSTADRESS** Box 136, 751 04 Uppsala. **VÄXEL** 018-727 34 00  
**WEBB** [www.uppsalahem.se](http://www.uppsalahem.se). **ORG.NR.** 556137-3589.

### UPPSALAHEM & BOBUTIKEN

Telefon: 018-727 34 00  
Besöksadress: S:t Persgatan 28  
[info@uppsalahem.se](mailto:info@uppsalahem.se)  
[bobutiken@uppsalahem.se](mailto:bobutiken@uppsalahem.se)

### ÖPPETTIDER:

Måndag - torsdag 08.00 - 18.00  
Fredag 08.00 - 16.30  
Lördag 10.00 - 15.00

### UTHYRNINGEN:

018-727 36 00  
[uthyrningen@uppsalahem.se](mailto:uthyrningen@uppsalahem.se)

### Uppsalahem Östra (Sala backe)

Telefon: 018- 727 36 62  
Besöksadress: Brantings torg  
[ostra@uppsalahem.se](mailto:ostra@uppsalahem.se)

### Uppsalahem Västra (Eriksberg)

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

### Uppsalahem City

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

### Uppsalahem Södra

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

### TELEFONTIDER:

Måndag - fredag 08.00 - 16.30

### BESÖKSTIDER:

Måndag - fredag 08.00 - 16.30

### WEBB:

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

# PONTUS SÄTTER VÄRDE PÅ DET FINA



## PONTUS SILFVERSTOLPE

**Ålder:** 40 år.  
**Familj:** Fru, Sofia, och tre barn.  
**Bor:** I Stockholm.  
**Gör:** Antikexpert, bloggare och grundare av söksajten för auktioner Barnebys.se.

ANTIKEXPERTEN PONTUS SILFVERSTOLPE ÄR UPPVUXEN BLAND GAMLA FÖREMÅL OCH ANTIKA MÖBLER. GENOM ÅREN HAR HAN LÄRT SIG VAD MAN BÖR LETA EFTER PÅ AUKTIONER OCH LOPPISAR FÖR ATT GÖRA ETT RIKTIGT FYND.

### PONTUS SILFVERSTOLPE ANTIKINTRESSE

Började redan i unga år. – Jag har alltid fascinerats av gamla föremål, varje sak är unik och har en egen historia att berätta, förklarar Pontus. Mest känd är han för programledarrollen på TV4 plus program Antikdeckarna, som sändes under elva säsonger. Karriären startade dock som tavelhängare och fotograf på Bukowski, ett mindre glamoröst arbete men som gav stor kunskap och möjligheten att beskåda föremålen på nära håll. – Vill man bli duktig på antika föremål rekommenderar jag att titta på nätet, åka på auktioner och gå på museum. Kan man se föremålen i verkligheten och känna på dem kan man ofta avgöra om det är äkta vara eller en billig kopia, säger han.

**FRÅN HYRESRÄTT TILL VILLA** När det var dags att flytta hemifrån lyckades Pontus tillsammans med brodern och en kompis hyra en lägenhet i Stockholm. Där bodde han länge och när hyresrätten ombildades till en bostadsrätt hade han turen att kunna köpa den tillsammans med sin blivande fru. I dag har de flyttat ut från stan och bor i en villa med trädgård på Lidingö. – Var sak har sin tid, när barnen kom ville vi gärna ha en trädgård och lite lugnare tempo utanför stan. Men jag är inte främmande för att flytta till en lägenhet i stan igen när barnen blivit stora, förklarar han.

### GRUNDAR BARNEBYS

För drygt två och ett halvt år sedan grundade Pontus auktionssajten Barnebys. – Det var nästan omöjligt att hitta de föremål du ville ha genom att söka på nätet och det var dyrt att annonsera i tidningar. Barnebys samlar därför auktioner med antika föremål på en plats. En av tjänsterna som Barnebys dessutom erbjuder är värderingen av egna föremål. – Genom att ladda upp en bild tillsammans med en kortfattad information får man sedan en värdering.

### GAMMALT KOMMER TILLBAKA

Gamla möbler håller vanligtvis en hög kvalitet och är många gånger billigare än nya massproducerade möbler. – Jag skulle enkelt kunna plocka ut möbler till ett helt hem på Barnebys för mindre än 20 000 kr, säger Pontus. En möbel som idag är 250 år gammal kan fortfarande vara väldigt fin och användbar. I slutet av 1800-talet var rokokomöblerna med mjuka former populära. – Möblerna blev sedan förbjudna som inredningsdetalj under lång tid, idag är trendiga igen och efterfrågan växer, fortsätter han.

### LOPPISFYND

Sommartid besöker Pontus gärna loppisar och han har gjort fina fynd genom åren. Modernt konstglas, allmogemöbler och kinesiskt porslin är några exempel. – Porslinet sålde jag senare på auktion för en bra slant, berättar han. Vill man själv göra fynd rekommenderar Pontus att kika efter keramik och gamla möbler. – Leta efter stämplor och signaturer på undersidan, det bekräftar om det är äkta vara. Unika föremål har ett högre värde än massproducerade föremål. Men även om föremålet inte har ett stort ekonomiskt värde är det alltid kul att göra fina fynd. – Ett av mina favoritfynd är en teckning av konstnären Carl August Ehrensvärd, den uppskattar jag väldigt mycket och tittar ofta på.

### LETAR EFTER BORTGLÖMDA MÅLNINGAR

Konst är något som generellt bör finnas i alla hem enligt Pontus. – Vackra och färgrika tavlor på väggarna är kreativitetsskapande och ger harmoni. Hans drömfynd är att hitta en gammal och smutsig målning av en äldre mästare. – Efter en rengöring av en skicklig auktoriserad konservator träder signaturen fram och det visar sig vara ett riktigt pangverk. Det förekommer ju ibland att okända målningar hittas så jag hoppas att turen snart är min, avslutar Pontus drömmande.

ELIN STAHRÉ

## ANTIKEXPERTEN PONTUS SILFVERSTOLPE TIPSAR!

1. När man flyttar hemifrån, vad är bra att ta med sig från sitt föräldrarhem? Det mesta...hahah! Det är så ofta jag stöter på folk som bittert ångrar att man gjorde sig av med för mycket. Jag tror att föremål som förknippas med minnen betyder allt mer ju äldre man blir. Framför allt skulle jag ta med sådant som är användbart, som man kan njuta av varje dag. Det ska inte bara blir liggande i en låda och samla damm. Även om det nyligen hittades en kinesisk flaska värd 35 miljoner kronor på en vind, i en dammig låda...

2. Vad ska man hålla ögonen öppna för? Det vill säga vad kommer att bli morgondagens trendiga antikviteter? Jag tror att föremål tillverkade vid förra sekelskiftet under det som kallas Jugend kommer att bli mer eftertraktat framöver. Det fanns en strävan efter att hålla hög hantverksmässig kvalitet då. Något som passar vår ökade efterfrågan efter hållbart och kvalitativt. Dessutom är mycket oförskämt billigt.

3. Vilka föremål är hopplöst ute? Stora tunga möbler i mörk fanér, såsom chiffonier från 1800-talet eller senbarocka snedklaffsekretärer köps bara av antikhandlare från forna öststater. Ett av argumenten till att inte köpa har varit att man inte kan ha datorn på skrivklaffen varför möbelen skulle vara opraktisk. Det är ett argument som lever kvar från milenienskiftet och den stationära datorn. Idag med laptop borde det vara den mest praktiska möbelen av alla. Snacka om compact living!

## TRÄFFA PONTUS DEN 17 MAJ

från kl 10-16 i Bobutiken, då har du möjlighet att få veta om dina sparade saker har något av värde? Ta med dina saker eller bilder på dem & Kom till Bobutiken!

# TRENDER 2014

2014's inredningstrender bjuder på massor med inspiration med många möjligheter. De olika trenderna går perfekt att kombinera med varandra det är bara fantasin som sätter gränser. Bobutiken ger dig en guide och inspiration på några av de trender som gäller 2014 och tips både från Bobutikens eget sortiment och fina saker du kan köpa på stan!



## BLANDADE METALLER

Metaller av olika slag är populärt. Mässing (matt eller blank) är hetast men även koppar och silver. Utbudet är stort av fina inredningsdetaljer som t ex handtag eller knoppar.



STYLING BY BOBUTIKEN



## DAMMIGA PASTELLER

Pasteller i bleka, dammiga toner av rosa, grönt, gult och grön, kommer stort i år! Kombinera pastellerna med gråa toner och blanda gammalt med nytt!



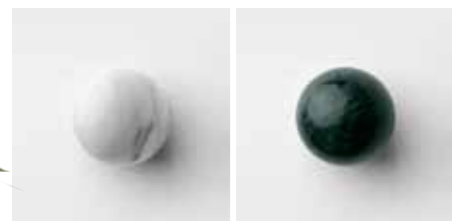
BLANDADE METALLER: Lampor 179,-, Åhlens. Ljusstake, 79.50,-, ljuslykta 49.50,-, H&M Home.  
DAMMIGA PASTELLER: Fåtölj 1599,- sittkudde, 599,-, pall 399,- Åhlens. Rosa vas dagg, 2 800,-, Svenskt tenn. Vas Flora 349,-, Mio. Krukor 29,-, IKEA. Kuddar och pläd från Ceannis. Tapeten på höger sida från BoråsTapeter.





## TILLBAKA TILL NATUREN

Inspirationen är naturens material, svala naturliga toner och material såsom trä, sten, marmor, läder och furu gör come back. I den här trenden återfinns även återbruk av gamla möbler. Det kan vara ett loppisfynd eller mormors gamla byrå som skapar den personliga känslan i hemmet.



TILLBAKA TILL NATUREN: Rottingstol 299,-, pall 99,-, fröer, 19,-/3 stycken, IKEA, Evighetskalender 265,-, House Doctor, Marmortallrik 59,-, skärbräda 99,-, salladsbestick 79,-, glasvas 149,-, förvaringskorg, 149,-, H&M Home, Läderkorg, 2 750,-, Maze, Marmörknoppar 245,-, Superfront, Gutematta 549,-, Åhlens. Tapet på denna sida från BoråsTapeter.

# ETT RUM ATT VÄXA I



EN TRASMATTA OCH KUDDAR I OLIKA STORLEKAR OCH FÄRGER BLIR EN MYSIG LÅSHÖRNA I RUMMET. KUDDARNA ÄR LOPPISFYND OCH FRÅN GARBO AND FRIENDS SAMT LITTLEPHANT.



ANSLAGSTAVLAN PÅ VÄGGEN VID SKRIVBORDET ÄR ENKELT GJORD AV EN PERFORERAD PLYWOOD-SKIVA I VITT FRÅN BAUHAUS.

SKRIVBORDET FÖR 1900 KRONOR KOSTAR LITE MER ÄN IKEA, MEN DÅ FÅR MAN NÅGOT ANTIKT OCH HÅLLBART SOM KOMMER ATT ÖKA I VÄRDE.

Gammalt och nytt i dammiga pasteller. Så här kan du inreda ett barnrum i återbrukets tecken.

**DE FLESTA MÖBLERNA** i rummet är inköpta på Myrorna och Röda korset, till en billig penning och sedan målade i säsongens stora trend dammiga pasteller. Spjålsängen har lämnats in för lackering i gammelrosa. Byrån har målats i gammelrosa och ljus grönt och en lampa har fått nytt liv då man tagit bort skärmen och målat den tidigare mahognyfärgen i ljus grönt.

**INPIRERAS OCH KOMBINERA TREND MED HÅLLBARHET:**

- Måla om second hand-fynd eller saker ni tröttnat på i dammiga pasteller, en av vårens stora trender.
- Blandade metaller, som koppar och mässing i både matt och blankt, hittas ofta i second handbutiker.
- I vår ser vi särskilt naturmaterial, gedigna trämaterial och terrakotta. Det får gärna se lite patinerat och använt ut.
- Välj gedigna hantverk som håller länge, gärna second hand.

# Gamla möbler PÅ NYTT SÄTT

ÅTERBRUK ÄR EN GENOMGÅENDE TREND I INREDNING 2014. HÄR FÅR DU TIPS PÅ HUR DU GÖR OM EN GAMMAL BYRÅ I SENASTE PASTELLTREND. TIPSEN GÅR BRA ATT ANVÄNDA TILL ALLA SORTERS TRÄMÖBLER. SÅ LÅT DIG INSPIRERAS OCH FÅ EN KLIMATSMART, BILLIG OCH PERSONLIG MÖBEL!



BYRÅN KÖPTES PÅ RÖDA KORSET FÖR 70:-. DEN MÅLADES MED VATTENBUREN GRUNDFÄRG OCH SOM SLUTFÄRG ANVÄNDES VID DETTA TILLFALLE DEN VÄGGFÄRG SOM MÅLADES I BARNRUMMET. KNOPPARNA PÅ BYRÅN GRUNDMÅLADES MED SAMMA GRUNDFÄRG SOM BYRÅN OCH SLUTFÄRGEN VAR EN DAMMIGT PASTELLGRÖN KULÖR.

## SÅ HÄR GÖR DU EN GAMMAL TRÄMÖBEL NY!

Börja med att slipa och tvätta möbeln, det är viktigt för att få bort smuts och fetter. När du gjort det grundmålas möbeln med en matt grundfärg.

Sedan målar du slutfärg, använd helst snickerifärg. Snickerifärgen finns i olika glans beroende på vilket resultat du vill ha, ju högre siffra på glansen ju blankare blir det. Snickerifärg används för att få en tålig och avtorkningsbar yta.

De flesta färger är vattenburna vilket bland annat innebär att det är kort torktid. Torktiden för vattenburen färg är oftast bara några timmar.

För att bestämma vilken kulör du vill ha kan du få bra hjälp hos någon färghandel där de bryter (blandar) till den kulör du vill ha.

## DET HÄR BEHÖVER DU!

|                                     |                 |
|-------------------------------------|-----------------|
| Slipa med ett finkornigt slippapper | ca 7:-          |
| Tvätta med målartvätt (spray)       | ca 50:-         |
| Grundmåla med grundfärg             | 0,38 l ca 125:- |
| Snickerifärg glans 20               | 0,38 l ca 140:- |
| Lackpencil                          | 35 mm ca 70:-   |

## HÄR SHOPPAR DU SECOND HAND

Det har sällan funnits ett så stort utbud över begagnade saker. I takt med att vi byter inredning oftare hinner vi ofta inte slita ut sakerna. Här shoppar du begagnat:

Röda korset – Kupan.

Frälsningsarmens Myrorerna.

Sopstationerna har ofta ett återvinningsrum.

Loppisar – Finns lite överallt just nu. Passa på att besöka t ex Vaksala torg på lördagar.

Tradera och Blocket.

## KLIMATSMART

Variera in mer vegetariska rätter i din kost. Det är inte bara gott, billigt utan också bra för miljön. Visste du att det te x går åt 100 000 liter vatten för att producera ett kilo nötkött?

## CURRYSOPPA PÅ 10 MINUTER

### INGREDIENSER

ca 1 liter vatten  
5 potatisar  
1 gul lök  
2 vitlöksklyftor  
2 dl röda linser  
2 msk curry  
1-2 grönsaksbuljongtärningar  
1/2 dl olja

### SÅ HÄR GÖR DU:

- Skala och hacka vitlök och lök, skala och tärna potatisen i mindre bitar. Skölj linserna.
- Fräs lök, vitlök, lök och curry i oljan till dess att löken är mjuk (bränn den inte).
- Tillsätt vatten och buljongtärningar och koka upp. När vattnet kokar lägg i potatis och linser, koka upp och låt det koka i 10 minuter. Smaka av potatisen så att den är klar, sen är det bara att servera.



## KÄLLSORTERINGS- FAKTA 2013

Av allt avfall som samlades in så var 27 % källsorterat

### ALLA UPPSALAHEMS HUSHÅLL SORTERADE I SNITT:

49 kg tidningar  
21 kg pappersförpackningar  
36 kg glas  
7 kg plast  
3 kg metall  
4 kg elektronik

# SPARA ENERGI

Tänk på att köpa LED-lampor när det är dags att byta ut belysningen hemma. De kanske kostar lite men har betydligt längre livstid och skonsammare mot miljön.



LED-KLOTLAMPOR DECORATION FRÅN WWW.STARTRADING.SE LAMPORNA ÄR SNYGGA OCH DU GÖR STORA ENERGI-BESPARINGAR! KAN DET BLI BÄTTRE?!

## UPPSALA MILJÖ- DAG!

Lördag den 24 maj går årets upplaga av Uppsala Miljödag av stapeln i Gottsunda Centrum. På plats finns en jättelik loppmarknad, uppträdanden av kända artister, prova på miljösmarta lösningar och massa annat kul för hela familjen!



**ENKELT ATT ODLA I KRUKA**

**SALLAD:** Mangold blir inte sjuk och angrips sällan av insekter. Tre plantor försörjer en hel familj. Du kan även odla ruccola och annan plocksallad i kruka. Tänk på att vattna så att inte salladen blir besk.

**KRYDDOR:** Bra kryddor att börja med är till exempel gräslök, citronmeliss, mynta och oregano.

**BÄR:** Vinbär och krusbär finns att köpa för krukor & de kan du ha ute året runt. Smultron och jordgubbe kan man odla i ampel.

**STADSODLING**

Kvällen den 22 maj kommer Bobutiken att ha en inspirationskväll om hur du odlar på småtor! Välkommen!

# STADSODLING TRENDAR

NU ÄR DET VÅR OCH DAGS LÄGGA TID PÅ UTEPLATSEN. LÅT DEN BLI ETT GRÖNSKADE UTERUM, BÅDE BRA FÖR MILJÖN OCH HEMTREVLIKT! URBAN GARDENING, PÅ SVENSKA, STADSODLING HAR SPRIDITS SIG FRÅN MANHATTANS TAKÅSAR ÖVER HELA VÄRLDEN TILL SVERIGE.

**ATT ODLA MITT INNE I STORSTÄDERNA**

är en uppåtgående trend – inte minst att odla sådant som går att äta. Många odlar på sina balkonger, i fönster, på terrasser och innergårdar. Att äta egen odlade grönsaker sägs vara mycket godare än att köpa dem i affären och mer lokal- och närproducerat kan det inte bli.

**GÖR DIN EGEN TRÄDGÅRD** Det är en hel del saker att tänka på när man ska odla i krukor. Men låt dig inte avskräckas av det.

Eftersom stadsodling är trendigt finns massvis av bloggar och hemsidor att på ämnet att fördjupa sig i. Googla dig till allt du behöver veta. Du har också garanterat möjlighet att få hjälp hos din närmaste handelsträdgård. För att få bäst hjälp så förbered dig innan du åker iväg och handlar. Fundera på hur mycket tid du vill lägga på dina odlingar. De på handels-

trädgården kommer att behöva veta läget på din uteplats, så att de planter och växter du köper får tillräckligt med sol och skugga för att överleva.

**BLOMMOR & BIN** Stadsodlingarna fyller en väldigt viktig funktion. I takt med att städerna växer och tar alltmer mark i anspråk så har humlor, bin och fjärilar och andra vilda pollinerare minskat världen över, både i antal arter och i antal individer. Man kan säga att det råder en global pollineringskris. Så plantera en blomma för där humlorna trivs, trivs också vi människor. Vi mår bra när det är grönt omkring oss.

**VILL DU FÖRÄNDRA DIN UTEPLATS?**

Om du funderar på att utöka din uteplats med staket, plattläggning, anlägga en rabatt, eller något annat, kontakta alltid ditt områdeskontor för skriftligt godkännande först.

**7 TIPS FÖR EN MYSIGARE UTEPLATS!**

1. Plantera i krukor det är lätt att hålla efter och ställa in om det blir kalla nätter.
2. Fråga där du köper blommor och plantor vad som passar din uteplats och dina ambitioner. Väderstreck är viktiga för att växterna ska överleva och olika växter kräver olika mycket tid av dig.
3. Blanda möbler och tyger, blanda gammalt och nytt, låt din uteplats bli personlig med sådant du gillar.
4. Mysig belysning för mörka kvällar, fina ljusslingor, lyktor, ljus.
5. Rama in uteplatsen med gardiner och tyger.
6. Knalliga färger är fint mot det gröna.
7. Skaffa smart förvaring som te x kan användas till sittplats också.



# Vi bygger staden!

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

**DET PÅGÅENDE** stadsdelsutvecklingsprojektet Nya Eriksberg och utvidgningen av stadsdelen Luthagen med området Cementgjuteriet är ett led i detta.

– Vi tror på variation i bostadsområden och därför arbetar vi med markbyten och samarbeten med andra bostadsexploater, dels i upplåtelse och boendeform och dels i arkitektur och skala, säger Lars-Gunnar Sjöö.

Uppsalahem har också ett fortsatt intresse av att utnyttja egen mark och även förvärva ny mark – något som möjliggör förtätning. Med en sådan effektiv markanvändning kan kvarterens befintliga karaktär förstärkas eller förtydligas med nya värden.

**NYA ERIKSBERG** Unikt med Nya Eriksberg är att en ny stadsstruktur ska läggas till i en redan väl fungerande och mycket omtyckt stadsdel. En stor del av utmaningen är därför att driva en utveckling som sker varsamt där dagens värden fångas in, bevaras och förstärks. Eriksberg ska utvecklas till att bli en än mer attraktiv och hållbar stadsdel för både dagens och morgondagens Eriksbergsbor. Under 2012 bjöds Eriksbergsborna och andra

intresserade Uppsalabor in för att gemensamt vara med och forma visionen för Nya Eriksberg. Under slutet av 2013 deltog fem olika arkitektteam i parallella uppdrag för att ta fram ett förslag på en utformning av Nya Eriksberg med avstamp i den framtagna visionen.

**UTSTÄLLNING OCH INHÄMTANDE AV SYNUNKTER** Från och med (den 20) januari 2014 har de fem förslagen visats för allmänheten. Förslagen har ställts ut i Uppsalahems lokal i Eriksberg samt varit tillgängliga på hemsidan. Både i utställningslokalen samt via nätet har man kunnat lämna synpunkter på förslagen. Engagemanget har varit stort och lokalen har fram till idag haft över 500 besökare.

**FORTSATT ARBETE** Under våren 2014 kommer Uppsalahem att fortsätta utveckla tankarna och idéerna från det parallella uppdraget med hänsyn av allmänhetens synpunkter. Se steg 1 i tidslinjen här nedan.



## 4 FRÅGOR FRÅN UPPSALABORNA TILL MATHIAS LANTZ, FÖRVALTARE UPPSALAHEM VÄSTRA.

**1. Vad händer med mina synpunkter som jag lämnat efter att ha sett de fem förslagen i visningslokalen?**  
Många har visat intresse, engagerat sig och lämnat synpunkter och idéer, det är vi väldigt glada över! Synpunkterna har samlats in och kommer att presenteras i ett utlåtande på hemsidan ([www.nyaeriksberg.se](http://www.nyaeriksberg.se)). I utlåtandet kommer Uppsalahem också att ge sina synpunkter på förslagen.

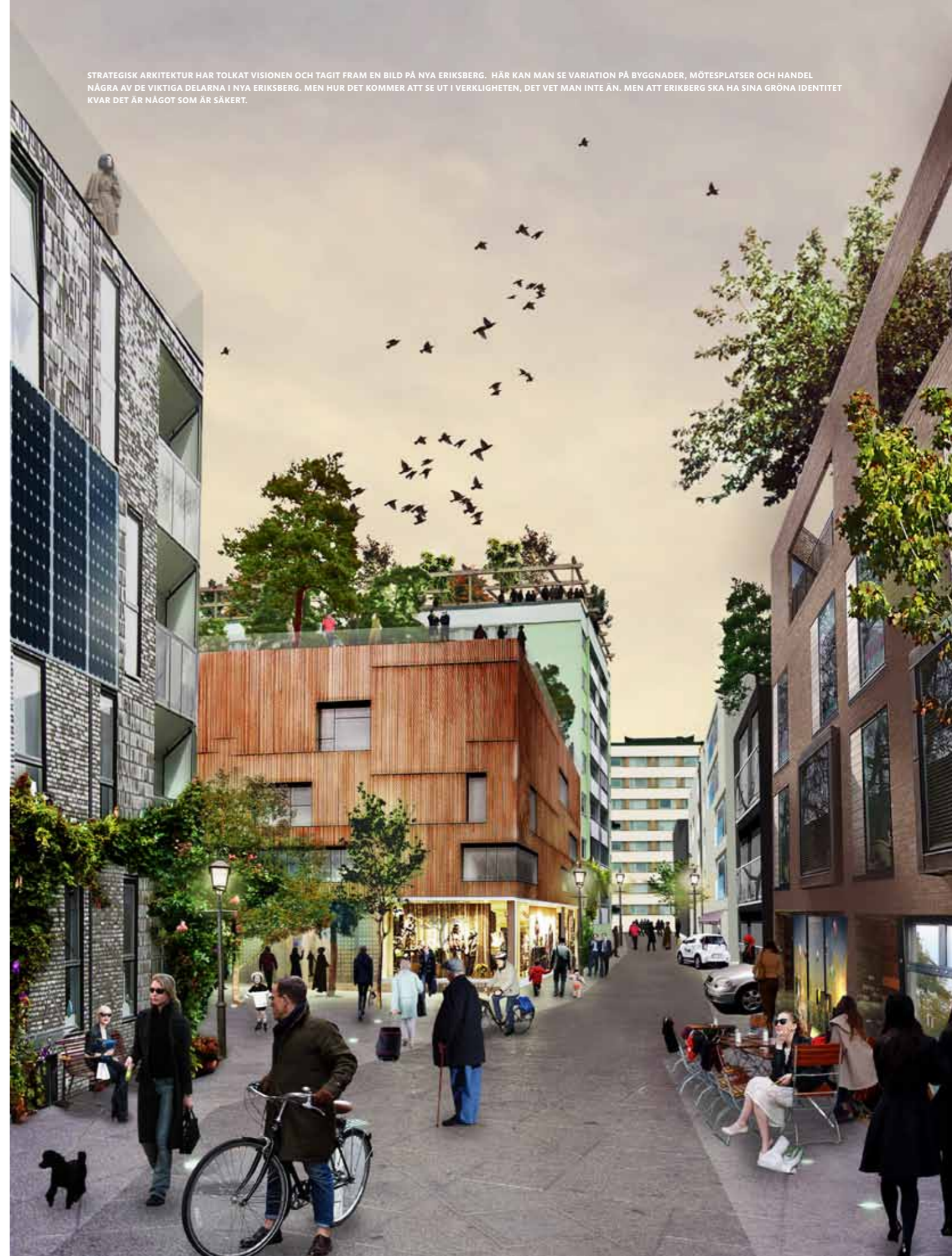
Vi har precis börjat arbeta vidare med de goda idéerna och förslagen som inkommit från medborgarna. Tillsammans ska det leda till bärande idéer och ligga till grund för utvecklingen av Nya Eriksberg.

**2. Hur kan jag som medborgare eller Eriksbergbo vara med och bidra till utvecklingen av Nya Eriksberg?**  
Synpunkter och idéer kan alltid lämnas via hemsidan. Så det är bara att höra av sig via hemsidan eller kom förbi på något av våra kontor.

**3. Hur får jag reda på vad som händer i projektet Nya Eriksberg?**  
Hemsidan är och kommer vara den kanal där man alltid ska kunna hitta den senaste informationen om vad som händer med Nya Eriksberg, hemsidan ska vara en samlingsplats.

**4. När ska det börjas bygga i Nya Eriksberg?**  
Det vet vi faktiskt inte än. Utvecklingen av Eriksberg kommer att ske etappvis under en 15-20 års period. Processen är lång men vi jobbar för att kunna vara igång med en första etapp inom 3-5 år.

STRATEGISK ARKITEKTUR HAR TOLKAT VISIONEN OCH TAGIT FRAM EN BILD PÅ NYA ERIKSBERG. HÄR KAN MAN SE VARIATION PÅ BYGGNADER, MÖTESPLATSER OCH HANDEL. NÅGRA AV DE VIKTIGA DELARNA I NYA ERIKSBERG. MEN HUR DET KOMMER ATT SE UT I VERKLIGHETEN, DET VET MAN INTE ÄN. MEN ATT ERIKSBERG SKA HA SINA GRÖNA IDENTITET KVAR DET ÄR NÅGOT SOM ÄR SÄKERT.



### HÖSTEN 2013

#### PARALLELLT UPPDRAG

När man planerar för en utveckling av ett område och vill ha olika möjligheter belysta kan man ge flera arkitektkontor i uppdrag att komma med varsin förslag. Detta kallas parallellt uppdrag. I en urvalsprocess för Nya Eriksberg utsåg Uppsalahem fem arkitektkontor att delta i ett parallellt uppdrag. Vi gav alla samma förutsättningar utifrån den vision som tagits fram för Nya Eriksberg. Arkitekterna arbetade fram ett förslag var, över hur en utveckling av stadsdelen kan se ut.

### STEG 1 6-18 MÅNADER

#### EN KONCEPTIDÉ TAS FRAM

Utifrån förslagen från det parallella uppdraget arbetar Uppsalahem i samarbete med kommunen och allmänheten fram de idéer som på bästa sätt kan ge förutsättningar till en attraktiv och hållbar stadsdel över tid.

#### FÖRSLAG TILL PROGRAM

Utifrån konceptidén tas ett förslag till program fram. Det innehåller mål, förutsättningar, struktur för gator, platser, parker och bebyggelse.

### STEG 2 CA 1,5 - 3 ÅR

#### DETALJPLANEARBETE

Programmet ligger till grund för framtagande av detaljplan. Det är den som bestämmer vad marken får användas till t ex för parker, handel, service, gator och bostäder.

### STEG 3 BYGGSTART 2017-2018

#### BYGGSEKED

Nya Eriksberg växer fram, förnyelse och nybyggnation kommer att ske i etapper under många år. Eriksberg ska bli en nytänkande, attraktiv och hållbar stadsdel över tid.

# GRILLA SMART FÖR GRANNAR OCH MILJÖ!



GODMORGON VÅRSOLEN! ÄNTLIGEN ÄR DET DAGS ATT DAMMA AV GRILLEN OCH NJUTA AV GOD MAT UTOMHUS. ATT GRILLA ÄR ETT SÄTT ATT UMGÅS OCH ETT ROLIGT SÄTT ATT LAGA MAT.

**GRILLNING BLIR ALLT POPULÄRARE** mer än hälften av alla svenskar grillar varje vecka och 90% av alla svenskarna äger en egen grill. Grilla kan du göra både enkelt och hur avancerat som helst. Det kan handla om en lyxig trerätters middag, korg med bröd till lunchen eller bara majscolvar till mellanmålet. Oavsett ambitionsnivå kräver all grillning en och samma ingrediens för att du ska lyckas – den *perfekta glöden!*

**DIREKT ELLER INDIREKT GRILLNING** Hur du sedan fördelar glöden i grillen beror på vad du ska grilla. När du grillar mindre köttbitar, korg, grönsaker, kotletter, fläskkarré så grillas det direkt ovanför glöden det kallas för *direkt värme*. Större köttstycken, kotletter, hela stekar, tjocka revben och kyckling grillar man med fördel på *indirekt värme*, alltså att man föser grillkolen åt sidan i den runda grillen så det täcker ungefär halva grillen. Efter en inledande bryning ovanför glöden låter man köttet långsamt grillas på den tomma delen av grillen.

**LÅT GRILLEN BLI ETT UTEKÖK** Du kan faktiskt tillaga det mesta på din grill. Förutom det vanliga som att grilla kött och grönsaker så kan du även baka, steka och koka på grillen. Bröd gräddar du enkelt på grillen genom att använda en pizzasten eller plåt (utan teflonbeläggning). Potatis kan koka i en panna på grillgallret och att potatisen behöver längre tid än köttet är inget problem, eftersom du kan börja koka redan när lågorna slår. Stek och woka på grillen genom att använda en gjutjärnsanna på gallret. Tänk på att använda pannor och

plåtar som du inte är så rädd om eftersom det blir så sotigt.

**GRILLAT ÄR GOTT** Goda tillbehör gör grillkvällen till det lilla extra. Så lägg lite tid på att fixa goda såser, en god sallad och bröd. Grilla även efterrätten, en skivad banan tillsammans med choklad på aluminiumfolie blir snabbt till en delikatess på grillen.

**GRILLA KLIMATSMART** Tänk på miljön när du grillar. Ett bra miljötips är skipa tändvätskan då den är miljöfarlig och en riskkemikalie. Välj istället andra tändmetoder som en skorstenständare. Med en sådan kan du tända med vanligt tidningspapper eller tändpapper. Skorstenen ger också en väldigt bra och jämn glöd. Köp en grillkol som är FSC-märkt för att garantera att kolen är producerad med hänsyn till miljön.

**TÄNK SÄKERT** På grund av brandrisken som en grill medför är det förbjudet att grilla både på balkongen och uteplatsen hos Uppsalahem. Ibland kanske man kan tycka det är ett överdrivet säkerhetstänk. Men samtidigt så blir väldigt många drabbade om något skulle hända. Använd istället de upprättade grillplatserna som finns i de flesta bostadsområden. Saknas en sådan, välj då en öppen plats på gården, där grillen inte står för nära trädgårdsmöbler eller husfasad. *Om du är osäker på vart du kan grilla, hör av dig till ditt områdeskontor.*

**GODA GRANNAR** Att njuta av mat direkt från grillen är härligt under ljuvliga värvällar. Även om de flesta svenskar äger en grill så är det bara 1% som gillar att

grilla med grannarna. Så tänk på att det är viktigt att visa hänsyn, eftersom röken från grillen kan räknas som en störning. Om du använder en av de gemensamma grillplatserna plocka undan efter dig och kasta allt skräp så att det blir lika trivsamt för nästa som ska grilla.

**EFTER GRILLNINGEN** Tänk på att askan fortfarande kan vara varm efter att du grillat färdigt. Risken finns att kolen blir orsak till brand. Detta gäller även engångsgrillar som ofta orsakar bränder. Var alltid noggrann med att grillen är slocknad och kall innan du slänger den i miljöstugan.

## GRILLTIDER

Ett vanligt misstag när vi grillar är att vi inte har tålamod att vänta på »den perfekta glöden«. En bra glödbädd tar minst 20 minuter att få fram.

|                        |                               |
|------------------------|-------------------------------|
| Entrecôte, Biff        | (1 1/2 cm tjock) 2-3 min/sida |
| Grillskivor av nötkött | (1 1/2 cm tjock) 3-4 min/sida |
| Lövbiff                | (1/2 cm tjock) 2 min          |
| Lammkotletter          | (1 1/2 cm tjock) 2-3 min/sida |
| Karré, Fäskkotlett     | (1 1/2 cm tjock) 3-4 min/sida |
| Tunna revben           | (1-2 cm tjock) 4-5 min/sida   |
| Grillkorg              | 4-8 min                       |
| Hel fisk (ca 0,5 kg)   | 7-10 min/sida                 |
| Fisk (2cm)             | 3-5 min/sida                  |
| Kycklingfilé           | (1 1/2 cm tjock) 10-12 min    |
| Kycklingklubba         | 25-30 min                     |

EN »Här bor kunderna praktiskt taget med en egen perrong utanför dörren, och med mindre än 20 minuter till Arlanda är till och med långt borta väldigt nära.«

# SOLKLAR MILJÖVINNARE

LAGOM TILL NYÅR 2013 VAR ALLA 70 NYA HEM I FRODEPARKEN INFLYTTADE. FRODEPARKEN ÄR EN UNIK SATSNING FRÅN UPPSALAHEM SOM BIDRAR TILL ETT MER HÅLLBART SAMHÄLLE. DE ÖVER 1 800 SOLCELLSPANELERNA GER EL TILL HISSAR, VENTILATION OCH TRAPPHUSBELYSNING.

Vill du veta mer om Uppsalahems nyproduktion: [www.upsalahem.se/nyahem](http://www.upsalahem.se/nyahem)

**JUST NU FOKUSERAR UPPSALAHEM** extra på att bygga yteffektiva bostäder med flexibla planlösningar för den moderna familjen. Kunderna ska kunna hitta det boende de vill ha, i alla faser av livet, och på olika ställen i staden. – Våra hus ska stå i minst femtio år och det vi utvecklar och bygger idag, ska ju passa både dagens och framtidens Uppsalabor. Vi har stort fokus på långsiktigt och hållbart ansvarsfullt ägande, vilket innebär att investeringar genomförs i såväl förnyelse av befintliga hus som i nyproduktion.

Affärsmässighet förenas med samhällsnytta och investeringarna ska alltid på sikt betala sig själva, säger Mikael Rådegård, vd för Uppsalahem. Under 2013 investerades totalt 782 miljoner kronor i bostadsutveckling och förnyelse.

**NYA HEM & NYTÄNKANDE** För att nå en långsiktigt hållbar utveckling av Uppsala – mot bakgrund av den stora befolkningstillväxten – behöver nya bostäder tillkomma inom stadens gränser. Ett av projekten som färdigställdes under 2013 var Frodeparken som sticker ut lite extra med sitt läge och sin solcellsfasad.

**FRODEPARKEN – Huset med Nordens Största Solcellsfasad** Nyttänkande och smarta energilösningar har varit riktlinjerna för Uppsalahems nya flerfamiljshus Frodeparken

med 70 lägenheter som byggts i anslutning till Resecentrum i Uppsala. Här bor kunderna praktiskt taget med en egen perrong utanför dörren, och med mindre än 20 minuter till Arlanda är till och med långt borta väldigt nära. Fasaden består av 1 200 integrerade solceller och panelen är Nordens största solcellsfasad på ett bostadshus. Huskroppen ligger i ett mycket bra läge väderstrecksmässigt och den svängda formen på byggnaden är idealiskt utformad för att solcellerna ska fungera på bästa sätt.

Redan idag är Uppsala den ledande orten för forskning och utveckling av solceller i Europa, med t ex spjutspetsforskningen som pågår på Ångströmlaboratoriet. I Frodeparken samsas ny energiteknik med modern och spännande arkitektur.

– Jag är stolt över att Uppsalahem går i täten när det gäller satsning på förnybara energikällor och solenergi, säger Uppsalahems byggchef Lars-Gunnar Sjö.

– Det här projektet har fått stor nationell och internationell uppmärksamhet och jag hoppas att Uppsalahem inspirerar fler att våga satsa på ny energiteknik, fortsätter Lars-Gunnar Sjö. Frodeparken som kännetecknas av sin smäckra och eleganta bågform har utformats av White Arkitekter.



## PIA STOLT NILSSON, FRODEPARKEN

Du bor i Frodeparken, med Nordens största solcellsfasad – varför har du valt det här boendet och hur känns det att bo i ett helt nyproducerat miljöhus?

– Jag valde att söka en bostad i detta hus för att det ligger så centralt med närheten till tåg och bussarna. Min dotter tränar – hon spelar basket i olika hallar i Uppsala så då är det smidigt att ha tillgång till bussar. Dessutom ligger det fint med Frodeparken bakom huset. Därtill tycker jag att det är intressant med miljö-satsningen och det känns helt enkelt skönt och kul att veta att huset i sig hjälper till med uppvärmning.

**Vad tycker du om att ha Uppsalahem som värd, och bostadsbolagets satsning på miljöhus?**

– Hittills har jag bara lovord om Uppsalahem. De kontakter jag haft har varit fantastiskt bra. Lyhörda och serviceminded. Vad det gäller miljö-satsningen så tycker jag att de borde satsa mer på denna typ av projekt. Ligger helt i linjen med tiden tycker jag.

## FRODEPARKEN

Antal lägenheter: 70  
Lokaler: Förskola och 4 st verksamhetslokaler  
Avstånd till stationen: 0 m  
Fasadyta mot söder: 900 m<sup>2</sup>  
Solcellsfasad: 675 m<sup>2</sup>  
Toppeffekt från solcellerna: 86 kWt  
Elproduktion /år: 70 000 kWh  
Solcellernas produktion: 8kWh/m<sup>2</sup>  
Procentdel av fastighetens elanvändning: ca 50%  
Solcellens effektgaranti: 25 år



En granne sa till mig att det är mitt ansvar att klippa gräset på min uteplats. Men jag trodde att Uppsalahem gjorde det? Nu när det börjar växa så skulle jag gärna vilja veta vad som är mitt ansvar. Tack på förhand!

**Svar:** När man hyr en lägenhet med uteplats så skriver man ett så kallat markavtal. I detta avtal framgår det vad som åligger hyresgästen att sköta om. Det är vanligtvis att klippa gräsmatta, ta hand om befintligt staket/skärmvägg, beskära buskar och ha det allmänt välvårdat. Du har också som ansvar att uteplatsen inte blir ett skrotupplag. I hyreslagen står att den som hyr ska vårda lägenheten och allt som hör därtill. Om man inte sköter sin uteplats så pratar vi med hyresgästen men om inget händer inom utsatt tid kan Uppsalahem städa och skicka räkningen till hyresgästen.

## HAR DU SAKER DU BEHÖVER KASTA?

Varje vår brukar områdeskontoren ställa ut containrar för att du lätt kan kasta sådant som du vill bli av med. Håll utkik eller hör av dig till ditt kontor och fråga. Annars har Uppsala flera återvinningstationer.

**Här är några av Uppsalas återvinningstationer!**

**Almunge** Almungevägen/Mogavägen, bakom Coop

**Björklinge** Ramsjövägen

**Boländerna** Boländernas industriområde, Spikgatan 1

**Gottsunda** korsningen Hugo Alfvénsväg/Valthornsvägen

**Librobäck** Söderforsgatan 3

**Lövstalöt** Tärpilsvägen, bakom Traktor Nord

**Storvreta** Ärentunavägen vid reningsverket

Kommer hyran att sänkas när Com Hem försvinner 2015, jag får ju färre kanaler än tidigare?

Hyran kommer inte att sänkas. Det gamla nätet ersätts av ett modernt fibernät som är värt mer och har högre kapacitet, det behövs eftersom internetanvändningen ökar kraftigt varje år.

Hyran höjs med 70 kr/månad eftersom fiberindragningen är en standardhöjande åtgärd och det sker ca 3 månader efter att ditt boende är inkopplat och klarrapporterat.

## HÄR KAN DU LÄSA OM VAD SOM HÄNDER NÄR COM HEMs ANALOGA NÄT SLÄCKS NER:

Rekommendationer från EU, SABO och Hyresgästföreningen är att alla boende ska ha tillgång till ett öppet fibernät för att det ska finnas en valfrihet och priskonkurrens. Alla Uppsalahems fastigheter kommer att ha ett öppet fibernät 2015.

\* Fiberindragningen startade under hösten 2012. Fibernätet tar ca 3 år att bygga och för att få klart tekniken till alla våra kunder (även ytterområdena och landsbygd) innan avtalet med Com Hem upphör. Det innebär att kunder ansluts löpande till fibernätet innan avtalet med Com Hem går ut. Com Hem via koaxnätet ligger parallellt med fibernätet fram till det släcks ned 2015. Man väljer själv när man vill gå över på fibernätet genom att teckna avtal med en valfri tjänsteleverantör (Com Hem kommer även att vara en av de du kan välja bland). Skulle man inte ha gjort ett val senast i mars 2015 så är risken stor för att man blir utan Internet, TV och IPTelefontjänster när Com Hem släcks ned (om du inte har andra alternativa lösningar t ex ADSL, mobilt nät). Tänk därför på i god tid vilken tjänsteleverantör och tjänster som passar just dig bäst så att du hinner få utrustning hemskickad innan koaxnätet släcks ned.

Varför har jag två lägenhetsnummer?

**Svar:** Det fyrsiffriga lägenhetsnumret är ditt nationella lägenhetsnummer. Det behöver du när du gör flyttanmälan, kontaktar myndigheter samt elbolag. Det nationella lägenhetsnumret berättar vilken våning din lägenhet ligger på i just ditt trapphus samt i vilken nummerordning

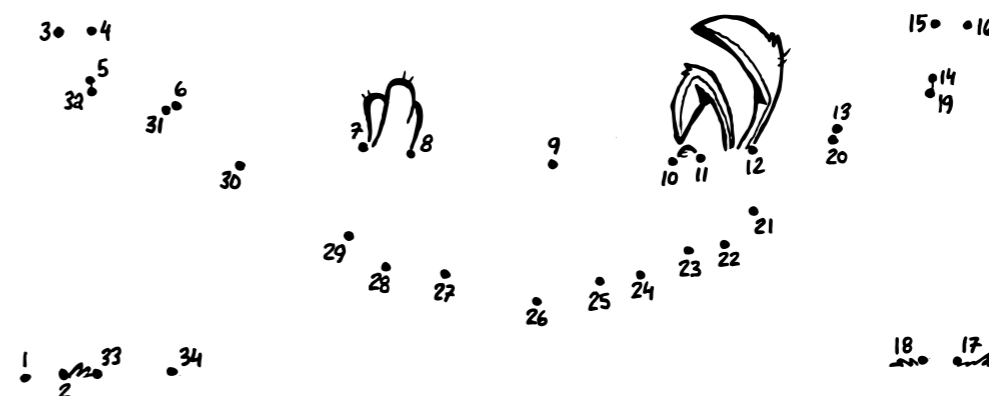
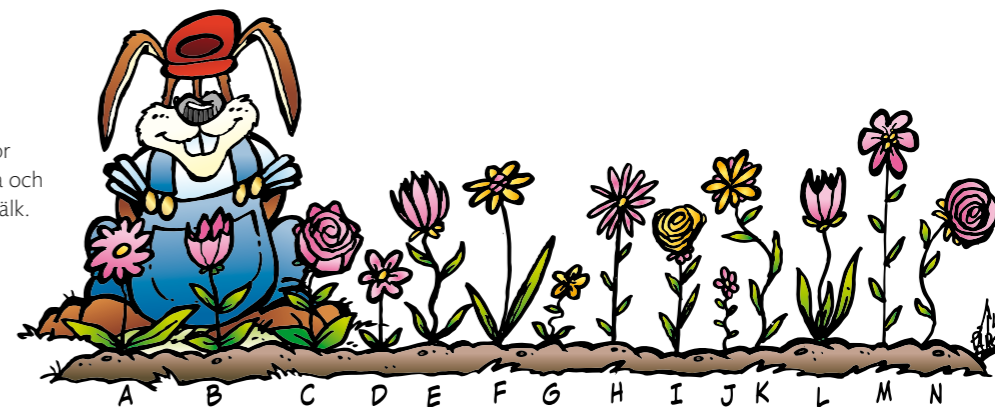
vid vänstervärd som din lägenhet kommer i. Det andra numret är ditt Uppsalahemlägenhetsnummer. Det är detta du behöver uppge för att snabbast möjligt få hjälp vid kontakt med oss.

Uppsalahems lägenhetsnummer är oftast baserat på hela fastighetens bestånd och säger i sig ingenting om man inte har tillgång till våra system.



## Vilken blomma?

Heming har planterat några blommor och nu letar han efter en som är rosa och gul och har fem blad på en krokig stjälk. Vilken är det?



## Fint på uteplatsen

Vad är det Heming har satt upp sin uteplats? Följ prickarna och se efter själv!



# WROOOM!

## Uppsalahems nya fibernät!

7211 hem har nu fått supersnabbt bredband installerat! Läs mer om när vi kommer till dig på [www.upsalahem.se/fiber](http://www.upsalahem.se/fiber). Där har vi dessutom samlat svaren till de vanligaste frågorna kring projektet.

Den 1 mars 2015 släcks Com Hems nät ned, men fram till dess kommer grundutbudet för TV att vara oförändrat. När du får fiber installerat i ditt hem får du själv välja vilken leverantör du vill använda för TV eller bredbandstjänster bland Open Universe utbud. Open Universe är Uppsalahems förmedlare av bredbandstjänster.

### INFORMATIONSMÖTE OM FIBER!

**Torsdagen den 22 maj kl 17-19** är vi i Arken på Skomakargatan 2 för Salabackar och Tåhätans hyresgäster.

**Tisdagen den 17 juni kl 17-19** är vi i Hgf:s lokal på Täljstensvägen 1 B för Täljstenens hyresgäster.

## Uppsalahems studentbostäder till Studentstaden

I maj 2013 köpte Uppsalahem den resterande delen av Studentstaden. Som ett led i affären, flyttar nu Uppsalahem över sina studentbostäder, Observatoriet och Ekeby Student, till Studentstaden. Från den första april 2014 kommer förvaltningen och uthyrningen

Med anledning av att Uppsalahem slutar med uthyrning av studentbostäder, erbjuds Uppsalahems köande att kopiera sin kötid hos Uppsalahem till Studentstaden. Kötiden hos Uppsalahem påverkas inte. Kötiden kan enbart användas för att söka studentbostäder hos Studentstaden, givet att man uppfyller kravet om heltidsstudier vid universitet eller KY- och YH-utbildning i Uppsala.

– Studentstaden är helt inriktade på studentbostäder och våra 228 studentbostäder kommer få ett bra nytt hem hos dem, säger Mikael Rådegård, vd Uppsalahem.

För att ta del av erbjudande om att kopiera kötiden från Uppsalahem till Studentstaden, besök [www.studentstaden.se](http://www.studentstaden.se). Erbjudandet är tidsbegränsat och gäller från 2014-03-01 till 2014-08-31.



## VI TAR HEM SKÖTSELN!

För Uppsalahem är det viktigt att du som bor hos oss trivs och känner dig trygg, det gäller både i hemmet och i bostadsområdet utanför. Under 2014 kommer Uppsalahem själva ta över och sköta fler fastigheter än tidigare. Vi hoppas att det kommer ge bättre trivsel och nöjdare kunder.

I följande områden tar Uppsalahem över fastighetskötseln:

**Kvarngärdet**  
**Brandstationen**  
**Toven**  
**Örtgården**  
Petterson Bergersväg (jämna)