

I ditt område
**Det här
händer nära
dig!**

Reportage:
Energifyllt häng
med H.A.N.G.

I Flemingsberg:
Regina bjuder på
en smak av Ghana

Ett frö till gemenskap



- Matavfallsinsamling i Skogås och Trångsund
- Sätt guldkant på boendet med egna tillval
- Lyft för 900 lägenheter på Bäckgårdsvägen

”Dags att blicka inåt”

NU VÄNTAR HÖSTEN runt hörnet. Med lite längre kvällar och ibland tid att stanna upp en stund. Ofta tänker jag på barnens bästa. Det ligger mig väldigt nära – både på jobbet och privat.

För många unga är sommarlovet en efterlängtat tid för vila och roligheter. För andra ett jobbigt avbrott från den trygghet och struktur som skolan ger. Därför anordnar Huge varje sommar en rad aktiviteter som erbjuder både roligheter och struktur. Så även i år.

I den här tidningen kan du bland annat läsa om hur vi tillsammans med andra goda krafter ordnade med sommarjobb, populärt kallat Unga för Orten, UFO. Genom H.A.N.G. ordnades idrottsaktiviteter fem dagar i veckan. Och med friidrottsskolan i Huddinge AIS regi var det full fart på löparbanorna. Kanske anade vi nästa idrottsstjärna med de snabba fötterna?

När dagarna blir kortare är det inte ovanligt att vi vänder blicken inåt – mot den egna lägenheten. Huge har många tillval som kan förnya köket, badrummet eller vardagsrummet hemma hos dig. Låt dig inspireras på sidorna 14-15.

Vi tycker att bra saker förtjänar mer uppmärksamhet. Det positiva gör livet lite ljusare och skapar livskraft i oss alla. På sista sidorna i tidningen kan du följa det som händer i husen där du bor.

Till sist: Ett stort tack för att du är en god granne och medspelare – som gärna tipsar oss om saker som kan bli bättre där du bor eller verkar. God läsning – och en trevlig höst!

Karin Strömberg Ekström

Karin Strömberg Ekström,

vd, Huge



Innehåll

I detta nummer av Värden

06 Reportaget

H.A.N.G. aktiverar de unga.

10 I centrum

Regina driver prisad restaurang i närheten av Flemingsbergs centrum.



12 Hemma

Gör ditt hem mer personligt med tillval.

14 Mötet

Odlingskurs skapar gemenskap.

18 Lilla reportaget

Lägenheter rustas upp på Bäckgårdsvägen.

20 I ditt område

Senaste nyheterna om vad som är på gång i just ditt område.

Omslagsfoto:

Ola Jacobsen

På omslaget:

Amal Shehadeh, Haneen Alshougran och Omar Alzgoul

Nästa nummer utkommer:

December 2022

Kontakt

Huge Bostäder AB
Box 1144, 141 24 Huddinge
Telefon: 08-502 360 00
E-post: info@huge.se
Webbplats: huge.se

Tipsa oss

Vet du något spännande som är på gång i Huddinge?
Hör av dig till vår redaktör:
varlden@huge.se

Produktion

Marczak Communications
Redaktör: Sara Marczak
Art director: Sofia Nilsson
Ansvarig utgivare:
Karin Strömberg Ekström
Tryck: Hylte Tryck



Värden är tryckt på Munken Polar från Arctic Paper och miljömärkt enligt Svanen.



Ladda med basmat

När och om krisen kommer gäller det att ha bra basmat hemma. Som ris, pasta, mjöl, konserver, havredryck och en del annat som tål att stå på hyllan. Under beredskapsveckan 26–30 september tipsar vi om hur du bäst förbereder dig. Läs mer på huge.se/beredskapsveckan

Jojka loss på Jokkmokksdagarna

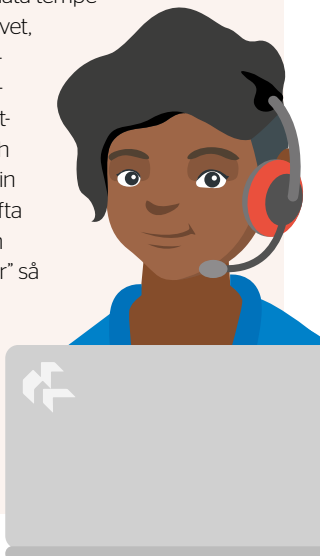
Den 27 till 30 oktober förvandlas Sjödalstorget i Huddinge centrum till ett Jokkmokk i miniatyr. Njut av samiska delikatesser, textilslöjd, hantverk och skinnprodukter. Lär dig jojka, smaka på jokkmokksbär och ostar gjorda på fjällkomjölk. Som vanligt erbjuds ett stort utbud av musik, föreläsningar och workshops.

Kundservice svarar

Mina element är kalla och jag vill ha igång dem. Behöver jag lufta dem?

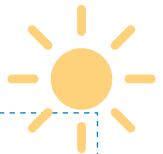
Hej, temperaturen i din lägenhet bör vara runt 19 till 21 grader. Kom ihåg att mäta temperaturen en meter från golvet, minst en meter från yttervägg. Huge har termostater och centrala styrutrustningar som känner av och reglerar temperaturen i din lägenhet. Du ska aldrig lufta dina element själv. Gör en felanmälan via "Mina sidor" så kommer vi och hjälper dig. Det går också bra att ringa oss om du föredrar det.

Läs och få mer tips på huge.se/varme



Vår jour tar hand om störningar och akuta fel

Behöver du kontakta oss akut utanför kontorstid? Då ringer du vår jour på **08-502 362 07**. Samma nummer gäller både störningar och akuta fel som exempelvis vattenläcka, krossat glas eller trasig hiss.



Solceller på Botkyrkavägen

Huset på Botkyrkavägen 11 blir först ut av Huges fastigheter med att få solceller. I samband med att huset renoveras passar Huce på att installera solceller på taket, vilket kommer att bidra till minskad negativ klimatpåverkan för Huce.

Möjligheten har undersökts i ett första steg där man ser över om taket behöver förstärkas inför installationen och vilken typ av solcellsanläggning som passar fastigheten.

– Det ser lovande ut! Planen är att solcellerna ska vara installerade och i gång under 2023, säger Björn Kannerberg, projektledare på Huce.

Bygglov behöver också beviljas innan projektet kan dra igång. Om allt fungerar som det ska på Botkyrkavägen kan fler av Huges fastigheter få solceller framöver.

Kvinnojouren gör skillnad

I början av året startade Huddinge kommun, Kvinnojouren Huddinge och Hüge ett samarbete för att öka kunskapen om våld i nära relationer. Som en del i satsningen utbildades alla Huges medarbetare för att öka kunskapen om våld i nära relationer. Förhoppningen är att kunna upptäcka varningssignaler och visa på vägen ut för den som är våldsutsatt.

- Vi frågar inte alla som ringer oss hur de fått vårt nummer men jag vet att det är några kvinnor som har hört av sig till Hüge och

fått råd om att höra av sig till oss, säger Snövit Janson, kommunikationsansvarig och boendestödare på Kvinnojouren Huddinge.



Snövit Janson

Förutom utbildningen publicerades ett reportage på temat i årets första nummer av Värden. Dessutom sattes affischer med information upp i alla trapphus och Hüge skrev om ämnet på webben och i sociala medier. Satsningen är startskottet för ett långsiktigt samarbete, vilket välkomnas av Kvinnojouren.

- Det här är ett arbete som behöver pågå hela tiden. Det är inte alltid så att man får omedelbar effekt. Den utsatta kvinnan måste få tid att samla sig och ibland sår du ett frö som kommer att göra stor skillnad längre fram, säger Snövit Janson.



Ditt matavfall blir till biogas som bland annat används som drivmedel till bussar. En buss rullar två kilometer på en påse matavfall.



Vad gör en drifttekniker? Tom Barger svarar

Vad gör en drifttekniker om dagarna?

- Som drifttekniker övervakar jag tekniska installationer i fastigheterna som till exempel värme, ventilation, kyla, brandlarm och sprinklersystem via ett centralt styrsystem. Jag fjärrövervakar bland annat temperaturen i lägenheterna via dator, mobil eller surfplatta.

Vad gör du för att säkra rätt temperatur hemma hos hyresgästerna?

- En jämn temperatur i lägenheterna är viktigt både för hyresgästernas trivsel och för ekonomin. Därför gör jag planerade kontroller i fastigheternas undercentraler. Sedan finns också en temperaturgivare installerad i lägenheterna och är det något som är fel får jag ett larm och kan analysera det eller åka ut och åtgärda felet.

Hur kan hyresgästen själv påverka inomhustemperaturen nu när hösten är här?

- Tänk på att aldrig placera möbler framför element, eller att ha gardiner hängande framför dem. Kom ihåg att öppna termostaterna på elementen om de varit avstängda och vädra snabbt. Tänk också på att friskluftsventilerna i fönstren ska vara öppna och dra för gardiner eller persienner på natten.





Sortera ditt matavfall - nu även i Skogås/Trångsund

Flera av Huges områden har redan matavfallsinsamling. 2021 började bland annat 900 vårbybor sortera sitt matavfall och nu har turen kommit till boende i Skogås/Trångsund.

2023 är målet att alla Huges hyresgäster ska kunna lämna sitt matavfall till återvinning.

- Vi levererar ett startkit till våra hyresgäster med information, en vaskrensare och papperspåsar att lägga matavfallet i. I Vårby har startkiten varit välkomnade och många tycker att det känns rätt att göra en miljöinsats, säger Ellinor Dässman, hållbarhetsstrateg på Huga.

Papperspåsen med matavfallet slängs i ett kärl eller en behållare för matavfall, i anslutning till miljörum eller behållare för hushållssopor. Sedan blir det till biogas i biogasanläggningen i Huddinge.

- Många hyresgäster har frågat oss när insamlingen av matrester ska starta så det känns roligt att vi nu kommer i gång även i Skogås/Trångsund, avslutar Ellinor Dässman.

TIPS NÄR DU SORTERAR

- Lägg lite **hushållspapper i påsen** så undviker du fukt i botten.
- **Torrskala rotfrukter** så slipper du onödigt fukt i påsen.
- Använd **fler papperspåsar** för att slippa att vätska tränger igenom.
- Undvik **plastpåsar** och använd istället de bruna papperspåsar som avsedda för matavfall.
- Släng påsen när den är fylld till **75 procent**.
- Nya påsar hämtar du i ditt **miljörum** eller i **mataffären**.
- **Stäng påsen** innan du slänger den.



Gratis aktiviteter **får unga i rörelse**

Inget barn ska behöva bli stillasittande. Året om erbjuds aktiviteter flera dagar i veckan i Vårby och Flemingsberg.

- Det ska finnas något för alla barn och alla ska känna sig välkomna.

Går de utanför dörren ska vi finnas där, säger Bruno Silvas, utvecklingsledare för H.A.N.G.

Text: Nelly Franzén **Foto:** Ola Jacobsen, Lukas Lind

Träningen börjar med en gemensam uppvärmning ledd av Emirhan Özge och Ali Alembes. Höga knän och snabba fötter.



Solen lurar bakom molnen tillsammans med en lätt sommarbris, perfekt väder för idrottsaktiviteter. Basketbollar studsar och fotbollar flyger över den stora gräsplanen i Flemingsberg och förväntansfulla barn överröstar varandra. Fem dagar i veckan under hela sommarlovet anordnar H.A.N.G. aktiviteter i Flemingsberg och Vårby för barn och ungdomar. Idag står fotboll och basket på schemat.

– Vi vill uppmuntra och inspirera ungdomar till att träna och röra på sig. Du får ut så otroligt mycket av sport. Gemenskap, trygghet och så motion såklart. Du blir del av ett lag och lär dig att respektera dina lagkamrater och oss tränare. Det är lite som en välfylld ”goodie bag” som du bär med dig hela livet, säger Bruno Silvas, utvecklingsledare på H.A.N.G.

FORSKNING VISAR ATT barn och unga i Sverige rör på sig alldeles för lite. Flemingsberg och Vårby är områden där

siffran visat sig vara extra låg. Det vill Huga ändra på och ett sätt är genom att stötta H.A.N.G, en satsning som startades av Huddinge kommun, Huddinge basket och RF-SISU Stockholm. H.A.N.G. arrangerar aktiviteter året om, tre dagar i veckan. Under sommarlovet erbjuds aktiviteter fem dagar i veckan

”Det ska inte finnas några ekonomiska begränsningar som hindrar från att delta.”

och allt är helt gratis för barn och ungdomar som bor i Vårby och Flemingsberg. Målet är att aktiviteterna ska vara lättillgängliga och att barnen ska få testa allt de önskar, från kampsport och bollsporter till dans.

– I traditionella idrottsföreningar finns ofta en medlemsavgift, men allt vi erbjuder är gratis. Det ska inte finnas några ekonomiska begränsningar som



”Det bästa är att jag får träna och jobba på samma gång, sen blir det alltid mycket skratt”, säger baskettränaren Noah Al Basha.



hindrar från att delta, säger Bruno Silvas som jobbar hela sommaren med att arrangera aktiviteter för barnen.

FÖRHOPPNINGEN ÄR ATT det ska bildas långsiktiga och hållbara föreningar och att engagemanget ska växa bland både barn och vuxna i områdena.

– Idrott och föreningsliv är oerhört viktigt för den sociala hållbarheten. Dels för motionens skull men också för att skapa gemenskap och trygga bostadsområden. Därför stöttar vi H.A.N.G. När barnen får göra något de tycker är roligt avstår de från att hänga runt på platser som kan vara otrygga, de får bättre möjlighet till en bra och trygg fritid, säger Tobias Lind, områdesutvecklare på Hüge.



Melike Inekci dribblar med målet i sikte.

BARNEN LYSSNAR NOGA på Emirhan Özge och Ali Alembes som håller i fotbollsträningen idag. De ska spela match och övar på att slå straffar. Arfin Ahmed är 13 år och bor i Flemingsberg. Han



Arfin Ahmed, i målet, tycker att det viktigaste med fotbollen är att ha kul och såklart att vinna matcherna!



Bruno Silvas

- **H.A.N.G.** står för Huddinge, Aktivitet, Nyttänk och Gemenskap.
- Under hela sommarlovet anordnades aktiviteter måndag till fredag.
- Året om arrangerar H.A.N.G. aktiviteter. På **tisdagar**: basket i Flemingsberghallen, **torsdagar**: dans i ABF Flemingsberg och **fredagar**: fotboll på Annerstaskolans bollplan.
- Satsningen H.A.N.G. startades av Huddinge kommun, Huddinge basket och RF-SISU Stockholm.
- Huga stöttar H.A.N.G. tillsammans med andra aktörer i Flemingsberg.

”Sport är underbart. Det för ihop människor på ett sätt som annars kan vara svårt.”

kommer ner till fotbollsplanen nästan varje dag för att spela fotboll tillsammans med sina kompisar och H.A.N.G.

– Jag älskar fotboll. Min dröm är att bli proffs! Min position är back så jag är bra på att tacklas, säger Arfin Ahmed.

Tränaren Emirhan Özge nickar instämmande och peppande.

– Det är jättekul att vara fotbolls-tränare. Jag vill försöka vara en så bra förebild för barnen som jag bara kan, det är viktigt, säger Emirhan Özge.

FÖRÄLDRAR I FLEMINGSBERG och

Vårby gård uppmuntras också att komma till aktiviteterna och titta.

– Det är ett sätt för oss att skapa sammanhållning och stärka den sociala hållbarheten. Vi vill få kontakt med föräldrarna så att de vet att vi finns och att de känner att de kan lita på oss, säger Bruno Silvas.

Bruno älskar att jobba med barn, ungdomar och sport. Det lyser i ögonen när han pratar.

– Sport är underbart. Det för ihop människor på ett sätt som annars kan vara svårt. Jag själv kan exempelvis inte så bra svenska men det är inget hinder. Alla kan vara med och spela, dansa eller vad det nu är oavsett vilket språk man pratar, säger Bruno. ●



Namn: Regina Safo.

Yrke: Restaurangägare och undersköterska.

Favoritmat: Det går inte att välja en rätt men någon form av soppa måste jag äta varje dag.

Blev nyligen utvald av **Not so white guide** - Sveriges mest sålda restaurangguide.

Peniel african restaurang

Var: Diagnosvägen 4G, nära Flemingsbergs centrum.

Öppettider: Måndag till torsdag 11-21, fredag till söndag 11-22.

Matintresset har funnits sedan barnsben. Nu vill hon att alla ska få njuta av det ghananska köket. Då blir det mycket smak, färg och färska kryddor. Regina Safo lockar matälskare från hela Stockholm till sin västafrikanska restaurang.

Text: Nelly Franzén Foto: Lukas Lind

”Jag lagar bästa maten när jag dansar”

DET HELA BÖRJADE med att Regina Safo lagade mat varje dag till sin familj på tio personer. Inte sällan satt också en, två eller tre kompisar till hennes barn runt bordet. Det var ingen slump att alla ville äta hos familjen Safo, alla älskar Reginas mat.

– Jag fick hjälpa till mycket i köket när jag var liten och har alltid älskat mat. När jag fick egna barn blev det självklart att jag ville laga god och bra mat till dem, berättar Regina.

Ryktet om den goda maten spred sig snabbt. Plötsligt ringde telefonen och en grannfamilj som skulle ha fest frågade om Regina kunde laga maten.

– Det var jätteroligt, såklart sa jag ja. När jag bodde i Ghana gick jag en treårig matlagingsutbildning så kunskapen har jag, berättar Regina.

Sedan ringde fler familjer och ville ha hjälp. Alla jublade över den goda maten och uppmanade Regina att starta en restaurang. Och så blev det. Den 24 maj 2019 öppnades dörrarna till hennes ghananska restaurang Peniel african restaurang.

– Det har varit en rolig men tuff och stressig resa. Hela familjen hjälptes åt att spara pengar och leta lokal, berättar Regina, som även jobbar som undersköterska.

Regina vill att inredningen ska påminna om en typisk ghanansk restaurang. Lokalen är rymlig, ljus och möbleras av långbord med vita plastdukar och stolar klädda i rött tyg. Afrikansk musik spelas på hög volym och väggarna pryds av bilder på de olika

maträtterna som serveras. Den västafrikanska maten består till stor del av olika sorters soppor med mycket färska kryddor, ris, potatis och grönsaker av alla slag.

– Vi vill att alla ska känna sig välkomna och hemma hos oss. Vill man äta på afrikanskt vis med händerna gör man det men såklart kan man få kniv och gaffel om man är van vid det, säger Regina.

HON ÄR SJÄLV född i Ghana och saknade den västafrikanska matkulturen på restauranger i Sverige. Drömmen var att skapa en äkta ghanansk matupplevelse med mycket kärlek och hög kvalitet. Nyligen fick hon ett av de finaste kvitton man kan få som restaurangägare. Peniel african restaurang uppmärksammades tidigare i år av ”Not so white guide” som väljer ut framstående restauranger i hela landet som håller riktigt hög kvalitet men ligger lite utanför citykärnornas vanliga restaurangstråk.

– Jag hade inte hört talas om den där guiden så det var ju roligt! Men jag hör ibland att folk pratar om oss och vår goda mat, det känns jätteroligt och vi är så tack-samma, säger Regina.

Maten lagas med mycket kärlek och glädje, från grunden för att få till de godaste smakerna.

– Jag använder mig nästan bara av färska kryddor, smaken blir så mycket bättre då. Sen ska det vara roligt att laga mat annars blir det inte bra. Jag älskar att dansa så ofta dansar jag mellan grytorna, säger Regina och skrattar.



Förnya hemmet

– med tillval från Huge

Hemmet är viktigt för oss och många vill satsa lite extra för att få det mysigt och personligt. Därför erbjuder Huge dig att göra olika tillval.

Text: Stina Ramström

Gör verklighet av dina inredningsdrömmar och skapa ett hem att trivas i. Sätt din egen prägel med till exempel en ny tapet och ett nytt golv. Tillvalet betalas av dig som hyresgäst som en löpande kostnad som läggs på grundhyran.

Många olika tillval

Vilka tillval du kan göra varierar mellan olika lägenheter och områden, till exempel avgörs det av när huset är byggt och hur planen för stambyte ser ut.

– Önskemålen på tillval varierar utifrån hur man vill ha det i sitt hem och vad man är villig och har möjlighet att betala. Någon kanske vill satsa på sitt kök och sätta in kakel eller en spiskåpa medan en annan hyresgäst vill lägga in parkettgolv i vardagsrummet, säger Tommy Ålund, distriktschef i Vårby.

Han märker också att intresset för att utföra förbättringar på egen hand har ökat.



Tommy Ålund

Stämmer du av med Huge går det bra att måla om själv. Men det är inte tillåtet att själv göra större förändringar som att byta kök eller badrum.

– Det är viktigt att jobbet utförs fackmannamässigt, alltså av en hantverkare som har dokumenterad kunskap, annars riskerar du som hyresgäst att stå för kostnaden om det uppstår fel och skador i lägenheten, säger Tommy.

Krydda köket

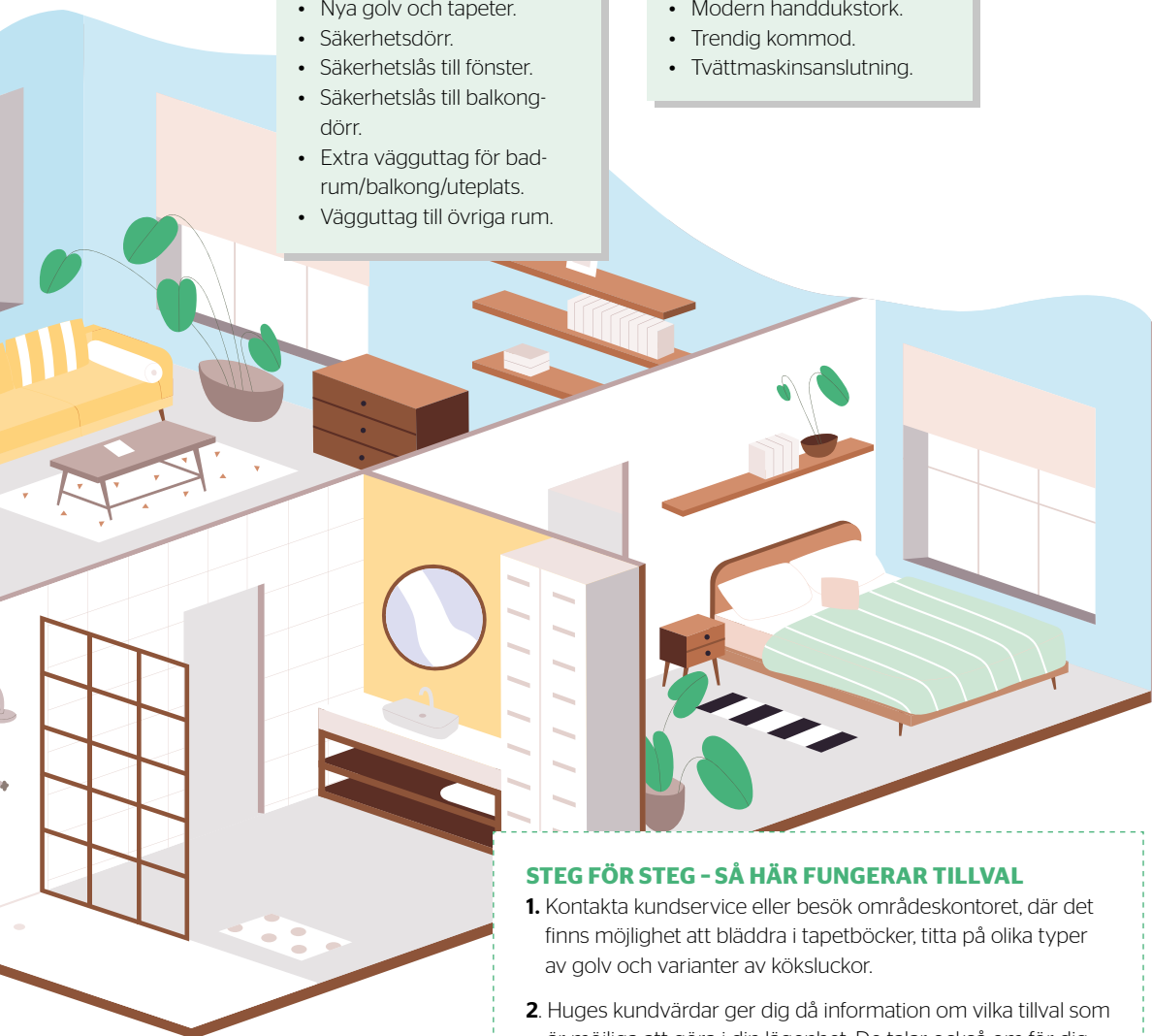
- Moderna köksluckor.
- Höjning av bänkskiva.
- Diskbänksbelysning.
- Diskmaskinsanslutning.
- Kakel ovan bänkskiva.
- Uppdaterad spishäll.
- Spiskåpa med belysning.
- Fullhöjds kyl- och frys.

Uppdatera din lägenhet

- Nya golv och tapeter.
- Säkerhetsdörr.
- Säkerhetslås till fönster.
- Säkerhetslås till balkongdörr.
- Extra vägguttag för badrum/balkong/uteplats.
- Vägguttag till övriga rum.

Ge badrummet ett lyft

- Modern handduktork.
- Trendig kommod.
- Tvättmaskinsanslutning.



STEG FÖR STEG - SÅ HÄR FUNGERAR TILLVAL

1. Kontakta kundservice eller besök områdeskontoret, där det finns möjlighet att bläddra i tapetböcker, titta på olika typer av golv och varianter av köksluckor.
2. Huges kundvärdar ger dig då information om vilka tillval som är möjliga att göra i din lägenhet. De talar också om för dig vad månadskostnaden blir.
3. Kundvärden sköter beställningen och bokningen av installationen åt dig. Väntetiderna varierar, ett kök tar exempelvis från sex veckor att få monterat från det att beställningen gjorts.



Besök huge.se/renovera för att se bilder på alla tillval som Huge erbjuder!



Namn: Amal Shehadeh.

Bor: Visättra.

Gör: Jobbar inom vården, på restaurang och leder Huges odlingskurser.

”Inget kan växa utan kärlek”

Koriander, mangold, potatis och lök. Grönskan trängs i odlingslådorna på Visättravägen, där flera av Huges hyresgäster lär sig allt om jordkvalitet, vattning, sådd och skörd under Amal Shehadehs odlingskurser.

Text: Stina Ramström **Foto:** Ola Jacobsen



I odlingslådorna hittar vi alltifrån grönsaker till örter.

”Det är också en stor glädje att få lära andra, att jag fått möjlighet att dela med mig av det jag kan.”

– Jag kunde inte mycket om odling innan jag började på den här kursen. Nu har jag lärt mig massor. Det är så roligt att lära sig om odling och vi får också mycket gemenskap grannar emellan. Amal är en bra lärare, hon har lärt mig att inget kan växa utan kärlek. Jag odlar koriander som har blivit så fin och som jag kan använda i min matlagning, säger Haneen Alshougran, en av deltagarna på kursen.

– Ja, odling måste göras med kärlek, att odla gör mig glad. Det är också en stor glädje att få lära andra, att jag fått möjlighet att dela med mig av det jag kan. Tidigare hade jag en kolonilott, men när min man gick bort tvingades jag sälja den. För att kunna fortsätta med odlingen som jag älskar började jag med odlingslådor, berättar Amal Shehadeh, visättrabo och kursledare.

ODLINGSKURSEN FINANSIERAS AV ABF

Huddinge i Flemingsberg tillsammans med Hüge och har erbjudits utan kostnad till Huges hyresgäster. Kursen

På den lummiga bakgården på Visättravägen sprider kvällssolen ett varmt ljus över odlingskursens deltagare. Vid träbordet i en liten glänta, väl skyddat från den omgivande Huddingevägens ljud, har några nyfikna grannar anslutit sig till odlingskursen för en pratstund. Kursledare Amal Shehadeh har precis avslutat dagens odlingspass och det är dags för en avslutande fika, innan deltagarna ska skynda hem till sina kvällsbestyr.



”Det är gott och lätt att göra myntate, alla som bor här får plocka.”

började i maj med ett uppehåll i juli och avslutades i augusti. Amal Shehadeh har varit kursledare, så varje onsdag under våren och i augusti har hon delat med sig av sina odlingskunskaper.

– Vi startade ett projekt med odlingslådor redan förra året och är glada för att vi kunde utveckla projektet i år och erbjuda odlingskursen för hyresgästerna. Jag tror att odlingslådor är ett sätt att stärka gemenskapen mellan grannar. Odlingslådorna lockar ut människor ur sina lägenheter och blir en naturlig samlingspunkt som gör det enklare för

grannarna att lära känna varandra, säger Andreas Ericsson, trädgårdschef på Hüge.

AMAL DELAR GÄRNA med sig av sina odlingar även utanför kursen, hon har till exempel planterat mynta som växer i rabatterna runt husen på Visättravägen.

– Det är gott och lätt att göra myntate, alla som bor här får plocka. Min pappa lärde mig att odla mynta i Palestina där



Amal Shehadeh delar glatt sina odlingskunskaper med deltagarna.





jag kommer ifrån och senare i Saudi-arabien, dit vi flyttade när jag var barn. Jordens kvalitet skilde sig mycket mellan de två länderna, så jag fick lära mig att anpassa odlingen efter jorden.

Nu har Amal bott i Sverige i 21 år och har lång erfarenhet av odling här. Båda kurserna har varit fullsatta och lockat både gamla och unga, kvinnor och män. Den äldsta deltagaren var 76 år och den yngsta 18 år. Några deltagare har också haft yngre barn med sig som fått hjälpa till.

– Jag blev så glad när en av deltagarnas 18-åriga son kom fram och frågade om han också fick vara med. Jag fixade en odlingslåda åt honom och lärde honom att så rädisor, morötter och mangold. Mangold fungerar väldigt bra att göra vindolmar av, i stället för vinblad. Kryddor växer bra i Sverige, även lök som växer snabbt och är enkelt. Jag har provat med olivträd som jag saknar mycket från min barndom i Palestina, men det fungerar inte här för det är för lite sol, säger Amal.

ANDREAS ERICSSON PÅ HUGe är väldigt glad för att det finns ett sådant stort odlingsintresse bland Huges hyresgäster. Förutom att det stärker gemenskapen grannar emellan bidrar det också till en finare och trevligare utemiljö.

– En fin utemiljö gynnar alla hyresgäster och även andra personer som rör sig i våra områden. Ett område som omgärdas av prunkande odlingslådor värnas det mer om. Vi har ännu inte upplevt någon skadegörelse av odlingslådorna så det är definitivt något vi vill fortsätta att satsa på och uppmuntra, avslutar Andreas Ericsson. ●

Trots att Sverige inte är lika soligt som Palestina, finns det mycket som kan odlas här också.

OM KURSEN

- Finansieras av ABF i Flemingsberg tillsammans med Huga.
- För Huges hyresgäster.
- Två kurser parallellt med sex tillfällen vardera varannan vecka.
- 15 deltagare i respektive kurs.

Husen på Bäckgårdsvägen renoveras för framtiden

Huges arbete med att rusta upp fastigheterna fortsätter. På Bäckgårdsvägen i Vårby Gård ska 899 lägenheter rustas upp under de kommande sju åren, där den första av totalt sju etapper nu är färdig. – För att ge våra hyresgäster bästa möjliga service är det viktigt att vara tillgänglig och lyhörd, säger ombyggnadskoordinator Gülüzar Kulbay.

Text: Lukas Lind **Foto:** Lukas Lind, Ola Jacobsen



Gülüzar Kulbay svarar på alla frågor från hyresgästerna under renoveringen.



Stark förmiddagssol lyser upp det klassiskt orangea teglet på flerbostadshuset på Bäckgårdsvägen, som idag omgärdas av rödvitt avspärrningsband. Den intelligande förskolan Ringblomman har temporära grannar i form av gula containrar, hinkar och pallar – allt i tryggt förvar bakom uppsatta byggstaket. Men en handfull kabeltrummor blev en uppskattad present till förskolan och används nu som bord.

De flesta av hyresgästerna bor kvar under stambytesrenoveringen, medan vissa flyttar för att underlätta sin boendesituation. Badrum och el byts ut i alla lägenheter, medan köksrenovering är valfritt. De hyresgäster som väljer till nytt kök får ett tillägg på hyran.

”Innan renoveringen har de varit oroliga för stöket, men efteråt är nästan alla supernöjda!”



Dilmira Muradilova är glad och nöjd över sin nyrenoverade lägenhet.



Nytt och fräscht! Alla hyresgäster har möjlighet att välja till ett helt nytt kök mot en hyreshöjning. Badrum och el däremot byts i alla lägenheter.

– När vi moderniserar fastigheterna blir det en trevligare boendemiljö i hela området, som går in i nästa sekel, säger byggprojektledare Björn Kannerberg.

EN AV DEM som fått en renoverad lägenhet är Dilmira Muradilova, som bor tillsammans med sina två barn.

– Vi fick ett helt nytt badrum med fräscht kakel och gjorde även ett tillval och fick köket renoverat. Det blev verkligen ett lyft, säger Dilmira med ett stort leende.

Gülüzar Kulbay är ombyggnadskoordinator för renoveringen av Bäckgårdsvägen och en viktig länk mellan hyresgästerna och entreprenören i projektet. Hon berättar om hur stambytet innebär högre elsäkerhet, minskar risk för vattenskador och stopp i avlopp – och skapar mer hållbara lägenheter enligt dagens standard.

– De vanligaste frågorna jag fått från hyresgäster är vad som ingår i renoveringen, hur mycket hyran höjs och hur lång tid det kommer ta. Innan renoveringen har de varit oroliga för stöket, men efteråt är nästan alla supernöjda! säger Gülüzar.

MEN HON STICKER inte under stol med att det finns risk för att vissa saker inte blir helt perfekta i och med renoveringen och nämner en hyresgäst som fick fel kökskran. Men Gülüzar ser till att vara tillgänglig och lyhörd för vad som behöver fixas, vilket inrygas av Dilmira.

– När jag berättade om småsaker som inte var perfekta var Gülüzar alltid tillgänglig och ordnade så att arbetare kom redan nästa dag och rättade till det, säger Dilmira. ●

Upprustningen av husen på Bäckgårdsvägen

- Planeras pågå till slutet av år 2027.
- Totalt sju etapper.
- Varje etapp tar cirka åtta månader.
- Varje lägenhet renoveras i åtta till tio veckor.
- Materialval ska följa "Sunda hus", ett slags kvalitetsstämpel som garanterar bra materialval.

Centrala Huddinge



Större upprustning startar med nya fönster

På Sjödalsstorget 3A-B och Kommunalvägen 14-16 planerar vi för en större upprustning. Alla lägenheter i husen ska bland annat få nya vattenledningar, stammar, elsystem – och helt nya fräscha badrum. Den som vill kan också välja till nytt kök och andra förbättringar för att få känslan av en helt ny lägenhet. Snart finns en visningslägenhet där hyresgästerna kan klämma och känna på allt det nya och även titta närmare på de valmöjligheter som finns. Preliminär start för projektet blir till våren 2023, men redan nu i höst planerar vi att smygstarta med nya fönster på Kommunalvägen 14-16.

Fint på Klockarvägen

I början av året drog vi igång med stambyte på Klockarvägen 5-7. Först ut var lägenheterna på 5:an och i höst fortsätter vi med 7:an, där vi räknar med att bli klara runt årsskiftet. Inne i varje lägenhet tar arbetet cirka åtta till tolv veckor. Då ingår nytt badrum, ny spis, ny köksfläkt med kryddhylla, nya ledningar för el, nya eluttag och en säkerhetsdörr. Dessutom finns nytt kök och nya parkettgolv som tillval.

– Det har blivit jättefint i lägenheterna på Klockarvägen 5 där vi är klara. Badrummen är superfräscha och med tillvalen nytt kök och nya parkettgolv känns lägenheterna som helt nya, säger Johan Hammarberg, projektledare.



Vi skapar plats för räddningsfordon

För din säkerhet är det viktigt att brandkår, ambulans och polis kan komma fram snabbt om en olycka inträffar. Därför ser vi till att skapa särskilda uppställningsplatser för räddningstjänstens höjdfordon på Kommunalvägen 20, 22 och 24. Arbetet startade i mitten av september och blir klart under hösten.

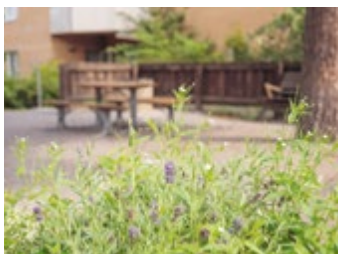


Digital koll på temperaturen

Rätt värme inomhus är såklart viktigt för att det ska vara skönt i din lägenhet. Dessutom är det bättre för miljön om vi kan styra värmen enkelt och inte slösar energi i onödan. Därför har vi satt in tempgivare i så gott som alla lägenheter (93 procent) i centrala Huddinge. Tempgivarna kan vi läsa av smidigt på distans, vilket snabbt ger oss en bild av temperaturen i varje lägenhet. Har du ännu inte fått en tempgivare? Kontakta oss så ordnar vi det.

Säkrare värme på Paradistorget

Paradistorget 2A-G har nu fått en ny värmepump för säkrare drift - bra både för dig som hyresgäst och för klimatet. Samtidigt har vi också passat på att byta till nya fräscha filter till ventilationen.



Bättre grillning med nytt grus

Lagom till grillsäsongen i somras fick den gemensamma grillplatsen på Rättartunet en uppfräschning i form av nytt grus på marken. Och vem vet, kanske smakade grillmaten extra bra med en lite finare grillplats?



Check på säkra lekplatser

Våra lekplatser ska självklart vara både trivsamma, roliga och säkra. Därför tog vi under våren ner träd i dåligt skick i anslutning till lekplatsen vid Rättartunet - för att inte riskera att grenar faller ner. Vi kan också passa på att berätta att den upprustade lekplatsen på Kommunalvägen 24 sedan en tid tillbaka är besiktigad och godkänd. Fritt fram för lek, alltså!

Huddinge centrum goes Jokkmokk

Du missar väl inte höstens stora happening Jokkmokksdagarna i Huddinge centrum? På sidan 3 kan du läsa om allt dagarna bjuder på!



Plats för fler cyklar på Kommunalvägen

Med lite tur bjuder hösten på fint väder för att susa fram på två hjul genom hög och klar luft. Väl hemma igen är det såklart skönt att enkelt kunna parkera cykeln vid porten - och vi säger grattis till hyresgästerna på Kommunalvägen 24 som tidigare i år fick ett nytt cykelställ med plats för fler cyklar.

Skogås/Trångsund

Nya fönster i Trångsund

Inför kommande stambyte pågår nu fönsterbyte på Korpstigen 10 och Spelvägen 24. De nya fönstren får även nya fönsterventiler. Att få rätt dimensionerade fönsterventiler på plats är viktigt innan man utför luft- och värmeinjusteringen som sker i slutet av stambytesprojektet.



Daglig verksamhet med kafé

Huges senaste lokalhyresgäst i Skogås är dagliga verksamheten Happy på Melodivägen. Här erbjuds personer med intellektuell funktionsnedsättning och/eller autism arbetsinriktad verksamhet som fokuserar på arbetsglädje, hälsa och balans i livet. Happy har flera olika verksamheter, bland annat spa och kafé, plantering samt scen och film. Just nu bygger man upp en bageri- och konferensverksamhet i lokalen och under nästa år är planen att öppna upp verksamheten så att både företag och privatpersoner ska kunna boka konferens och fika.



Full fart på Spelvägen

Stambytet på Spelvägen 23 i Trångsund inleddes i slutet av augusti och är nu i full gång.

- Först ut är elarbeten, därefter går vi vidare med att renovera badrummen, säger Peter Persson, ombyggnadskoordinator på Huge.

När detta är klart är det dags för köken och de förbättringar i form av tillval som hyresgästerna själva gjort, t.ex. parkettgolv eller utökat kök. För att underlätta arbetet tas byggmaterial in via en bygghiss på entrésidan av huset. Under stambytet är tvättstugan avstängd och här finns istället en dusch- och toalettablering. Kvarboende hyresgäster har möjlighet att tvätta i tvättstugorna på Spelvägen 22 och 24. Stambytet omfattar fyra etapper och slutbesiktning av sista etappen är planerad till mitten av januari 2023.

Kameror för ökad trygghet

Nu finns trygghetskameror installerade på prov i flera trapphus i Skogås för att komma till rätta med återkommande störningar som till exempel vandalisering, grov nedsmutsning samt besök från ovälkomna personer. Hyresgäster som bor i dessa trappuppgångar har fått information från Huge.

Sex nya laddplatser i Skogås centrum

Besökare i Skogås centrum kan senare under hösten handla och passa på att ladda elbilen samtidigt. Utanför centrumgaraget kommer det finnas sex nya laddplatser. Parkering och laddning betalas i Easy Parks app.

- Det är första gången Huge bygger laddplatser i större omfattning, därför vill vi bygga och utvärdera olika varianter. I Skogås provar vi med ett tankställe för i första hand korttidsladdning, säger projektledare Kenneth Eriksson.



Trygghetsåtgärder i Pelargaraget

För att minska risken för inbrott och skadegörelse har vi monterat plåtar på vissa delar av insidan av det nätgaller som omger Pelargaraget vid Skogås centrum. Vi har också installerat ny närvarostyrd belysning på utsidan för att öka tryggheten.

Paketboxar för smidigare vardag

Nu kan du ta emot paket ännu närmare din bostad. Postnord har placerat ut postboxar på följande adresser i Skogås och Trångsund:

- Laduvägen 12
- Härbrevvägen 7
- Spelvägen 22
- Korpstigen 11
- Fäbodvägen 18



Gymmet i Skogås centrum byter namn till Stolt Gym

Flex Fitness som öppnade i februari har nu bytt namn till Stolt Gym. Gymmet har öppettid för alla klockan 06-22. De som har medlemskap kan fortsätta träna som vanligt.

Vårby



Antonio Mebrahtom gillar att blåsa såpbubblorna som han fick av Huga.



"Det är jättekul att vara här. Det roligaste är att blåsa såpbubblor med min syster" säger Lullyana Alam.



Kristina Broman och Berit Strömberg har båda bott i Vårby gård i nästan 50 år. "Det är väldigt vackert här och det har utvecklats mycket under åren" berättar Kristina.

Tredagarsfestival för att fira 50-åringen

För att fira Vårby gård 50 år anordnade Huga tillsammans med Huddinge kommun, Balder och Victoriahem en tredagarsfestival med massor av aktiviteter.

Det fanns aktiviteter för stora och små. Barnen fick rita med asfaltskritor och smycka Svanholmsgången, måla krukor och plantera ett solrosfrö eller fylla Bäckgårdsvägens egna insektshotell. Huga bjöd på fika och pizza.

Kristina Broman älskar Vårby gård och har inte tvekat en sekund om att bo kvar i snart 50 år.

- Jag trivs jättebra här, Vårby gård har allt jag behöver. Fina promenadstråk, nära till tunnelbanan, ett stenkast från Kungens kurva shoppingcenter och sen får vi ju inte glömma stranden som ligger precis här

ner, den är helt underbar, där bor vi på somrarna, säger Kristina Broman.

Lika mycket som Vårby gård utvecklats de senaste 50 åren vill Huga fortsätta att driva förändring i området, till förmån för hyresgästerna. Det ligger också i linje med Huges hållbarhetsarbete i stort.

- Det känns fantastiskt att vi nu firar 50 år. Jag känner en stolthet. Vi planerar att fortsätta utvecklingen av Vårby gård med mer grönområden och belysning, vi vill skapa en trygghet för alla som bor här, säger Tommy Ålund, distriktschef på Huga.

Nya korttidsparkeringsplatser och ny asfalt

Under några sensommarveckor renoverades infarten till garaget på Bäckgårdsvägen. Garageportarna byttes också ut. Samtidigt som detta arbete utfördes passade vi på att skapa ett antal korttidsparkeringsplatser för att underlätta lämning och hämtning vid förskolorna Lillmyran och Rödmyran.

Bäckgårdsvägen får sex nya laddplatser under hösten



Boende och besökande i Vårby får ett helt nytt tankställe för elbilar. På utom-

husparkeringen vid Bäckgårdsvägen kommer det att finnas sex nya uttag. Parkering och laddning betalas allt i ett i Easy Parks app.

- Platserna är av karaktären mobil laddstation. De är inte knutna till en enskild parkeringsplats - utan kan användas som ett tankställe för elbilar, säger projektledare Kenneth Ericsson.

Nya sidoentréer på gång

Under hösten ska vi byta ut sidoentréer på Botkyrkavägen 1-11 i Vårby Haga. Innan årsskiftet planerar vi att ha bytt ut samtliga till nya, fräscha entréer.



Renovering av källarförråd

För att öka trygghet och trivsel har vi renoverat källarförråden på Bäckgårdsvägen 2-6. Källarförråden har fått nya säkrare förrådsburar och vid behov ny färg på golv, väggar och tak. Vi har också installerat ny belysning.

Vi knackar på dörren och pratar om matavfall

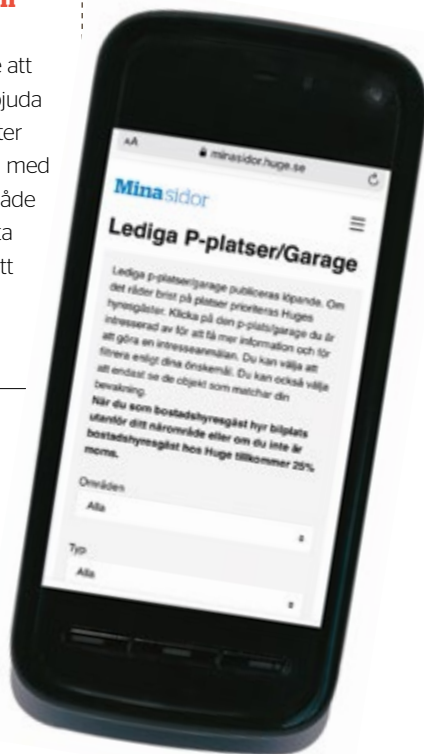
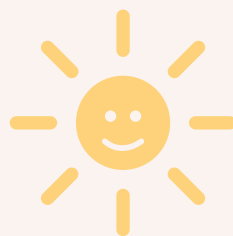
Under hösten kommer Huga att gå runt i Vårby Haga och erbjuda matavfalls-kit till de hyresgäster som ännu inte kommit igång med att sortera matavfall. Det är både enkelt och klimatsmart att låta ditt matavfall återvinnas på ett bättre sätt än att bara kastas i hushållssoporna.

Lediga garageplatser

Nu finns ett tiotal lediga garageplatser med bur i Vårby Gård. Om du är intresserad av att hyra en av dessa kan du anmäla intresse på Mina Sidor.

Solceller på Botkyrkavägen

Huset på Botkyrkavägen 11 blir först ut av Huges fastigheter med att få solceller. I samband med att huset renoveras passar Huga på att installera solceller på taket. Läs mer på sidan 3.



Flemingsberg/Visättra

Glädje, skratt och gemenskap i Visättra

Hoppborg, ansiktsmålning, elbilar, uppträdanden, popcorn och trollkarl. Listan på aktiviteter tar aldrig slut när Barnens dag Flemingsberg anordnas för andra året i rad.

- Syftet med dagen är glädje, mycket skratt och gemenskap. Allting är gratis, alla ska kunna vara med, berättar Stefan Karlsson som är initiativtagare för Barnens dag Flemingsberg.

Det var förra sommaren som Stefan Karlsson fick idén om en dag för barnen i Flemingsberg.

- Jag tänkte "så svårt kan det väl inte vara" och sedan jobbade jag dygnet runt i tre veckor, berättar han.

Resultatet av det hårda arbetet blev Barnens dag Flemingsberg som nu anordnas för andra året i rad med eldsjälén Stefan Karlsson i spetsen tillsammans med en rad sponsorer i ryggen, däribland Hüge.

- Det är ett fantastiskt initiativ som vi på Hüge självklart vill stötta. Vi strävar efter trygga bostadsområden och det här är en del av det arbetet. Det är ett tillfälle som öppnar upp för gemenskap och det är fint att se hur alla hjälps åt och bidrar. Den här dagen betyder jättemycket, säger Hacer Erkol, förvaltare på Hüge.

Gula västar ökar tryggheten

Stefan är inte bara initiativtagare till Barnens dag Flemingsberg utan också till de gula västarna vars syfte är att synliggöra vuxna i området och därmed även öka tryggheten för barnen.

- Tanken är att de som vill tar med sig en gul väst hem och tar på den när de ska ut på stan, gå och handla, ta en promenad eller liknande, för att synliggöra sig som en vuxen och trygg person i området, berättar Stefan Karlsson.

Att skapa trygghet och gemenskap är en förhoppning även med Barnens dag Flemingsberg.

- Det är ett tillfälle för boende i området att träffa varandra och sedan vill jag visa barnen att det finns andra roligare saker att göra än att hålla på med dumheter. Kan vi få en unge på en annan bana så har vi gjort något, säger Stefan Karlsson.



Elanur Ylimaz har varit här hela dagen tillsammans med sin familj. Här blir hon målad till ett lejon.



Initiativtagaren Stefan Karlsson tillsammans med volontären Lo Hammar håller koll vid hoppborgs-hinderbanan.



Hüge var på plats och erbjöd barnen en åktur i elbilarna.

Initiativtagaren dansar efter lyckad dag

Och dagen blev helt klart både uppskattad och lyckad.

- Jag är supernöjd, det känns magiskt. Lyssna på sorlet och glädjen. Det var exakt det här jag ville, säger Stefan Karlsson samtidigt som han dansar till musiken som spelas från ett tält.



Mera park i Visättra

Den stora lekparken på Visättravägen 33 kommer under det närmaste året att helt förnyas. Parken får bland annat nya träd, belysningar, buskar, parkbänkar, grillplats och nya lekredskap, vilka dessutom är anpassade för barn med funktionshinder. Det innebär exempelvis lägre höjder på gungor, en vindbrygga upp till lekställningen. Och såklart gummimatta istället för sand – som ställer till det för rullstolshjul. Under hösten bjuds du som bor vid parken till en dialog om förnyelsen.

Jämnare värme när kylan smyger på

Under hösten slutförs arbetet med att byta värmerör och element på Terapivägen 6 A-D och 8 A-D samt Diagnosvägen 7 A-D. Totalt berörs drygt 300 lägenheter.

– Av och till har det varit en del spring i lägenheterna. Stort tack för visat tålamod till alla våra hyresgäster, hälsar distriktschef Rosa Vitretra Luiga.

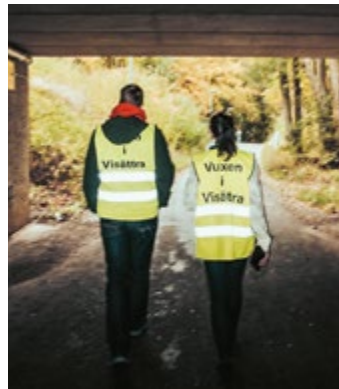
Samtidigt renoverar och byter vi till nya värmande undercentraler i sex hus på Terapivägen och Diagnosvägen. I och med det kan hyresgästerna se fram emot ett jämnare inomhusklimat. Arbetena slutförs lagom till att höstkylan smyger sig på.

Städning i cykelrum

Under sommaren har vi städad och rensat i ett flertal cykelrum och barnvagnsrum, exempelvis på Visättravägen 19. Vi har bland annat rensat bort cyklar som saknar tydlig ägare och cyklar som är trasiga.

Fräscht för studenterna

I huset på Röntgenvägen 5 fortsätter arbetet med att renovera 266 studentlägenheter och tre lokaler. Bland förbättringarna märks moderna kök och badrum, nya fönster, nytt tak, ny ventilation samt ny el med jordfelsbrytare. Efter renoveringen kostar en tvåa på 42 kvm cirka 5 900 kronor per månad.



Ta en väst för ökad trygghet

Vill du också hjälpa till med att skapa trygghet i Visättra? Ta på dig den gula trygghetsvästen när du rör dig i dina kvarter. Läs mer i facebookgruppen Visättra står upp.



Trivsamt och klart på Gula gången

Nu är den klar – Gula gången i Flemingsberg med nya belysningar, ny gångväg, nya träd och den uppskattade konsten åter på plats. Allt för ökad trivsel och trygghet för den som rör sig i kvarteren.

– Skulpturen Fredens Rike står på sin nya plats. Vi har sett till att konstverket restaurerats på bästa sätt. Det ser jättebra ut, berättar Huges projektledare Lars Rundqvist.

Nya hissar på Visättravägen

Under hösten fortsätter arbetet med att byta till nya, moderna, energisnåla och bekväma hissar i flera hus. Visättravägen 35 och 37 har redan fått sina nya hissar. Visättravägen 41 och 43 får nya hissar under september och Visättravägen 45 och 47 under oktober. Visste du förresten att hissen är världens säkraste transportmedel?



Klockan: 13:56

Var: Gula gången, Flemingsberg.

Vilka: Sommarjobbarna Deniz Cetin och David Cabrera.

För nionde året i rad fylldes Huddinge av arbetsglada och taggade sommarjobbare i bostadsområdena. Måla, plocka skräp, rensa ogräs och rusta upp. Listan på arbetsuppgifter är lång och intresset för att jobba stort. Unga för orten är en trygghetsatsning för ungdomar och i år hade Huge ansvar för totalt 30 ungdomar. Deniz Cetin och David Cabrera var två av dem.

– Vi har fått känna på arbetslivet på riktigt och fått jättebra erfarenheter, man måste ha disciplin för att utföra arbetet, säger Deniz Cetin.

David Cabrera nickar instämmande.

– Man lär sig hur viktigt det är att ta hand om sin omgivning, jag vill ju inte kasta skräp på marken om jag precis har städad gatan, det är en lärdom för livet, säger han.