

**Från avtal till ny salong  
- så hjälper Disa  
nya lokalhyresgäster!**

**Livet i Huddinge  
Peimaneh om resan  
till debutboken**

Blött tips!  
**Badplatserna  
i Huddinge**

**Trivselvärdar i fokus**

# Stolt ut i arbete



- Hüge bygger nytt - och grönt!
- Så minskar du ditt matsvinn
- Välkomna tillbaka till Salong Sam

## ”När trivseln gör skillnad”

**J**ag tror att det är viktigt att vi syns i våra bostadsområden och hela tiden försöker göra våra gårdar ännu mer trivsamma och trygga för våra hyresgäster. Nu har vi fått förstärkning i form av trivselvärdar i Vårby och Flemingsberg, på sidorna 6–9 kan du läsa om hur de arbetar för att göra fint på våra gårdar. Genom detta initiativ kan vi dessutom göra skillnad och skapa mening för fler än bara oss själva. Vi får möjligheten att hjälpa Huddingebor som stått utanför arbetsmarknaden en tid och ökar samtidigt trivseln för våra hyresgäster.

**FÖRUTOM EN FÖRBÄTTRAD** trivsel bygger vi också nytt! På sidorna 18–19 kan ni läsa om nybygget i Trångsund som påbörjas i höst. Här tänker vi grönt, inte bara gällande fasaden, utan genom hela kedjan. Vi vill göra så kloka miljöval som möjligt utan att påverka hyran allt för mycket.

**KLOKA VAL KAN** betyda mycket. På sidorna 14–17 möter vi lokaluthyrare Dima Barisa när hon möter Anna Nord som ska öppna skönhetsalong. 25 procent av våra ytor är faktiskt lokaler, det är en viktig del för Hüge, och det är alltid lika spännande att få vara med när nya företag öppnar. Jag vill att Huddinge ska vara en attraktiv plats att bo och verka i.

**DET HAR VARIT** tufft för många företagare under året som gått. Precis som frisören Saman Hamid, på sidorna 10–11, vill även jag välkomna alla tillbaka till våra köpcentrum så snart vaccinet fått genomslag. Nu hoppas jag att det vänder!

*Karin Strömberg Ekström*

**Karin Strömberg Ekström,**  
vd Hüge



### Just nu ...

inspireras jag av försommarens alla dofter. Alla har kämpat hårt under året som varit. Unna dig en promenad och bara andas in hägg och syren - det är livgivande.

## Innehåll

I detta nummer av Värden

### 06 Reportaget

Initiativen med trivselvärdar i Vårby och Flemingsberg gör skillnad på riktigt.

### 10 I centrum

Frisör Saman Hamid om sitt yrke och utmaningarna under pandemin.



### 12 Hemma

Bästa tipsen för att minska matsvinnet. Brukar du göra restotto?

### 14 Mötet

Vi följer med lokaluthyrare Dima Barisa när hon möter



ny hyresgäst.

### 21 Livet i Huddinge

Inspirerande Peimaneh Mollazehi - sjuksjötterska, vårdlärare och nu författare!

### 22 Händer i Huddinge

Fem badplatser du måste besöka när värmen kommer.

**Omslagsfoto:**  
Samuel Unéus

**På omslaget:**  
Zoran Ivkovic & Armando Pena Castro

**Nästa nummer utkommer:**  
September 2021



### Vill du också odla?

Att odla på hemmaplan blir allt mer populärt. Nu får fler hyresgäster möjligheten att sätta fingrarna i jorden eftersom Huge har placerat ut många nya odlingslådor i områdena under våren. Du som odlar står för all skötsel av odlingslådan och skördar det du själv odlat. Läs mer om lådorna på [huge.se/odla](http://huge.se/odla) eller ring kundservice på 08-502 360 10.



### Succé för matavfallsinsamlingen i Vårby

I början av året fick 900 hushåll i Vårby gård möjlighet att börja sortera sitt matavfall. Och att få vara med och göra skillnad och bidra till en minskad klimatpåverkan har verkligen engagerat många hyresgäster – cirka 750 kilo matavfall samlas in i veckan!

– Matavfallsinsamlingen i Vårby är en succé. Uppfyllnadsgraden, alltså hur stor del av kärlen som är fyllda, är 90–95 procent och det kastas bara matavfall i behållarna. Heja våra hyresgäster i Vårby gård! säger Ellinor Dässman, hållbarhetsstrateg på Huge.

Målet är att alla hyresgästerna i Huges knappt 8 000 bostäder ska kunna sortera sitt matavfall till 2023. Idag har 3 175 hushåll hos Huge den möjligheten.



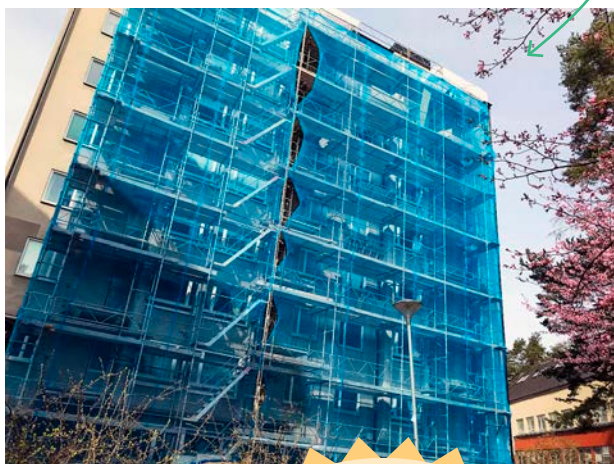
### Visste du att ...

... ett kilo matavfall kan driva en biogasbil nästan två kilometer?

## Nu renoveras balkongerna på Klockarvägen!

Efter arbetet skjutits fram på grund av pandemin pågår nu äntligen upprustningen av balkongerna på Klockarvägen i centrala Huddinge. Under våren har balkongerna på nummer 7 färdigställts och i slutet av maj restes byggställningarna framför nästa hus, nummer 5.

- Balkongerna är i väldigt dåligt skick, och eftersom arbetet dragit ut på tiden är många hyresgäster glada över att det snart är klart. Vi jobbar bara på utsidan av husen, så det är coronasäkert, säger Anna Kellander, ombyggnads-koordinator på Huge, som även berättar att hyresgästerna får hörselskydd på grund av bullret arbetet orsakar. -Hyresgästerna får även fem procents avdrag på hyran som kompensation för förhöjda ljudnivåer, säger hon. Arbetet tar cirka 3-4 månader per hus och Huge planerar att ha alla balkonger klara i oktober.



## Solpremiär i Huddinge centrum

Affärsutbudet breddas i Huddinge centrum - nu har drop-in solariet TanExpress öppnat på Sjödalstorget, bredvid The Phone house. De öppnade i maj och erbjuder nu solning med ett nytt koncept som de kallar "Triple Spectra".



## Hämta ut ditt paket - direkt på gården

Nu kan du som bor i Huddinge eller Stuvsta hämta ut paket på din egen gård. Huge och Postnord har nämligen inlett ett samarbete och placerat ut paketboxar där du som hyresgäst smidigt kan hämta ut paket med hjälp av Postnords app och mobilt Bank-id.

- Vi gör det här som en service till våra hyresgäster, säger Heli Ricalais, förvaltare på Huge. Men också som en service till våra lokalyresgäster där vi hoppas att vi kommer kunna avlasta butiker som nu handhar Postnordförsändelser. Det här tror vi är ett bra alternativ under pandemin också, då många lokalyresgäster hanterar paket i trånga utrymmen.

De nya postboxarna är lägligt placerade på fem gårdar i Huddinge och Stuvsta, se Huges hemsida för mer info om plats.

## Premiär för gratis friidrottsskola i Vårby!

Nu kan ännu fler barn träna friidrott i sommar. Föreningen Huddinge AIS startar nämligen en ny gratis friidrottsskola för barn i Vårby. Sedan tidigare kan barn som bor i Flemingsberg och Visättra gå på gratis friidrottsskola arrangerad av Huddinge AIS. Detta tack vare stöd från Huge och Huddinge kommun. Friidrottsskolan är ett dagläger som riktar sig till barn födda mellan 2008 och 2015 som under en vecka vill prova på friidrottsgrenar som höjdhopp, kulstötning och häcklöpning. Skolan drivs av utbildade ledare som arbetar för att skapa en trygg och utmanande miljö, där dagarna fylls med lek och äventyr.

**Anmälan och mer information hittar du på:** [www.huddingefriidrottsskola.se/sv/varby](http://www.huddingefriidrottsskola.se/sv/varby)



## Nu kan du läsa böcker i tvättstugan!

Under våren har det startats upp minibiobliotek i tre av Huges tvättstugor. Här finns böcker för alla åldrar och tanken är att hyresgäster ska kunna läsa medan de tvättar eller låna hem en bok. Projektet kallas Boktumlaren och är ett samarbete mellan ABF och Hyresgästföreningen som finansieras av Kulturrådet med stöd av Huce och biblioteken i Huddinge.

- Det känns fint att kunna ge våra hyresgäster denna möjlighet till extra guldkant på tillvaron, både för dem som vill läsa på plats och för dem som vill låna hem böcker, säger Åsa Molin, boendeutvecklare på Huce.



# Viktigt initiativ för ökad trivsel



Gunnar Vanhatalo är handledare för trivselvärdarna i Flemingsberg. "Tack vare trivselvärdarna hinner vi med jobbet på ett helt annat sätt", berättar han.

Sedan årsskiftet arbetar fyra trivselvårdare på gårdarna i Flemingsberg och Vårby. Ett lyckat samarbete för alla – trivseln ökar för hyresgästerna och fler Huddingebor kommer ut i arbetslivet.

**Text:** Emmy Lundgren **Foto:** Samuel Unéus

**N**u har Huge fått förstärkning! Sedan januari arbetar fyra trivselvårdare i Flemingsberg och Vårby med att bland annat plocka skräp, klippa buskar och rensa rabatter. Vården har träffat medarbetarna som skapar trivsel för dig som hyresgäst.

Gunnar Vanhatalo är trädgårdsarbetare på Huge och handledare för trivselvårdarna i Flemingsberg.

– Efter helgen kan det ligga sopor överallt, så måndagar är lite stressiga för oss. Men nu när vi får hjälp av trivselvårdarna går det smidigare att städa upp allt.

**BJÖRN ÄR EN** av trivselvårdarna i Gunnars team och han arbetar fokuserat med sopkvasten på gårdplanen. Björn har varit arbetssökande sedan hösten 2019 och har sedan dess sökt hela 420 jobb.

– Jag får inte ens komma på intervju. Den typen av enklare jobb som jag har sökt, lagerjobb och liknande, har många sökande. När de tittar på min ålder och tidigare utbildning gallras jag bort. Det är den här typen av introduktionsjobb som krävs för att få in en fot på arbetsmarknaden. Så det känns väldigt bra att jag hamnade här, säger han med ett leende.

Batch Samba Jallow är kollega med Björn och idag arbetar han med att klippa buskar och köra lövblås. Han var



arbetslös i ett år innan han fick jobbet.

– Jag trivs väldigt bra med både arbetsuppgifterna och kollegorna, säger han.

Gunnars uppdrag som handledare är att introducera trivselvårdarna i arbetet och att vägleda dem i de dagliga sysslorna. Han tycker att det har skett en stor förbättring sedan de startade.

– Tidigare var det svårt att hinna med allt. Nu har vi fyra extra händer och det gör stor skillnad, säger han.

**TRIVSELVÅRDARNA HAR KOMMIT** till Huge via Talangakademien samt den kommunala satsningen "Huddingejobb".

– Dessa initiativ är samarbeten för att ge människor som har varit borta länge från arbetsmarknaden, eller kanske inte →





Arbetet som trivselvärd är varierande. Här arbetar Batch Samba Jallow med att klippa buskar i Flemingsberg.

kommit in på arbetsmarknaden överhuvudtaget, en möjlighet att vara på en arbetsplats. Hos oss kan de få kunskaper och nya erfarenheter för att sedan kunna söka sig vidare ut i arbetslivet, säger Linda-Marie Holmström, trädgårdschef på Huge.

För Huge är projektet en del i det sociala arbetet i Huddinge kommun.

– Vi är ett bostadsbolag som är helt och hållet kommunägda. Det här är en möjlighet för oss att hjälpa människor i kommunen och på så sätt minska utanförskapet.

**ARMANDO PENA CASTRO** är en av de två trivselvärdarna i Vårby och han har idag fullt upp med att rensa rabatter och plocka skräp. För honom



Linda-Marie Holmström, trädgårdschef på Huge.

innebär arbetet en trygghet efter att ha sökt jobb under ett års tid. Han har tidigare arbetat som städare i 20 år.

– Jobbet känns bra, det är ganska enkla arbetsuppgifter. Nu vill jag gärna utvecklas, få mer erfarenhet och lära mig mer, säger Armando.

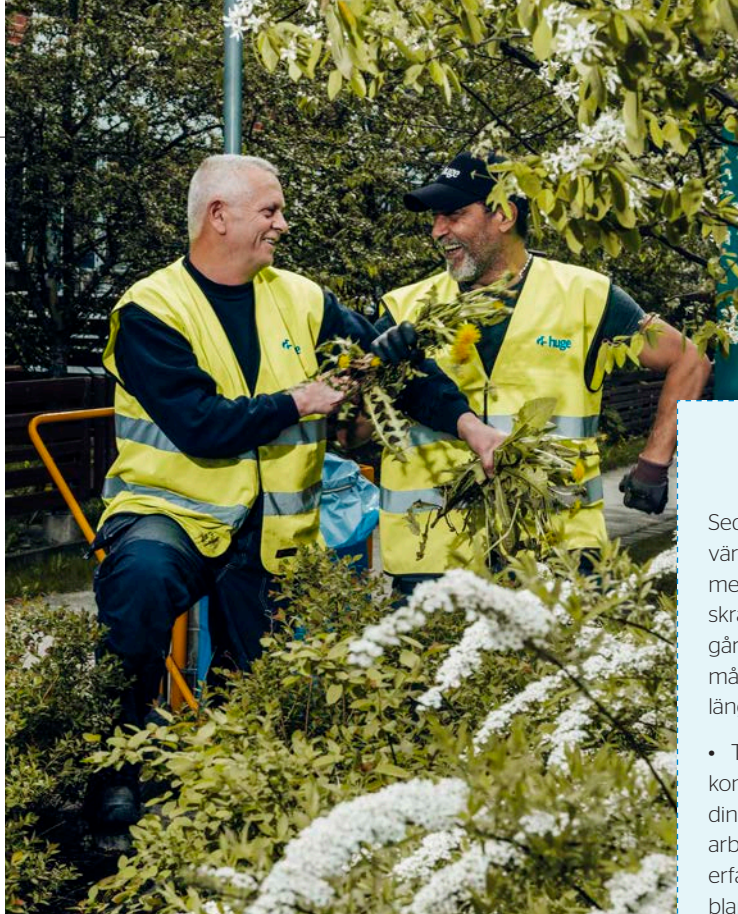
Arbetet som trivselvärd är varierande och innefattar även jobb inomhus. I våras var en hiss avstängd för reparation och under den tiden fick de boende som hade svårt

att gå i trapporna bärhjälp av trivselvärdarna.

– Två timmar om dagen hjälpte vi äldre som inte kunde bära sina matkassar på egen hand. De var väldigt glada över att vi kunde hjälpa till, berättar Zoran Ivkovic som själv är hyresgäst hos Huge.







Zoran Ivkovic och Armando Pena Castro arbetar som trivselvårdar i Vårby.

## Trivselvårdar

Sedan februari arbetar fyra trivselvårdar i Flemingsberg och Vårby med bland annat avfallshantering, skräpplockning, rondering och trädgårdsarbete. Projektet pågår i sju månader med förhoppning om förlängning.

- Trivselvårdarna i Flemingsberg kommer via Talangakademin i Huddinge, en verksamhet som ger arbetssökande chansen att få yrkeserfarenhet genom praktik inom bland annat fastighetsbranschen.
- I Vårby är trivselvårdarna anställda av Huge via satsningen "Huddingejobb" där kommunen bidrar med delar av lönen för att hjälpa Huddingebor ut i arbetslivet.



Han har bott i Vårby i mer än 25 år, känner många i området och gillar att göra fint för grannarna.

– Det är inte lätt att hitta jobb när man är 57 år. Jag har jobbat med trädgård tidigare så det här jobbet passar mig bra. Jag gillar att röra på mig!

**TRIVSELVÄRDARNA SKA** vara på plats i sju månader och förhoppningssvis uppskattas initiativet även av hyresgästerna.

– Trivselvårdarna är en extra resurs och tack vare deras arbete kan trivselfaktorn öka och miljön för våra boende bli ännu bättre, säger Linda-Marie. ●



**Namn:** Saman Hamid.  
**Yrke:** Frisör.  
**Kund:** Samans dotter Lizan.  
**Det bästa med Flemings-bergs centrum:** "Att jag har nära hem till min familj".



Saman Hamid har jobbat som frisör i över 35 år. Han började klippa sina vänner i hemlandet Kurdistan och nu driver han Salong Sam sedan två år tillbaka. Han längtar till att kunderna kommer tillbaka – utan rädsla för sjukdomar.

**Text:** Linda Hällqvist **Foto:** Felicia Andréasson

## ”Välkomna tillbaka till Salong Sam”

**INNANFÖR ENTRÉN** I Flemingsbergs centrum ligger Salong Sam. Sedan två år tillbaka driver Saman Hamid frisersalongen tillsammans med sina tre anställda. Han har lagt ner mycket arbete på att skapa en fin salong och det märks att han är en erfaren frisör som vet vad han pratar om när det kommer till frisyreer och hur man ska klippa. Samans intresse för yrket började redan 1985 i hans hemland Kurdistan i Norra Irak.

– Jag hade ingen i familjen som jobbade som frisör, men har alltid haft det som hobby och intresse. När jag var student klippte jag mina vänner i den lilla studentlägenheten och då började jag lära mig. Jag klippte hår på fritiden och studerade samtidigt ekonomi på universitetet, säger Saman.

När kriget mellan Iran och Irak startade senare samma år var det givetvis en tuff tid och många frisörer saknades på salongerna.

– En bekant till mig frågade om jag ville komma och hjälpa honom på hans salong. Det var ett bra tillfälle och på den vägen är det.

**SAMAN FLYDDE NÅGRA** år senare från sitt hemland till Turkiet, där han jobbade som frisör en period innan han reste vidare. När han kom till Sverige 1995 öppnade han en salong direkt och kunde därför försörja sig och starta ett liv här. Sedan dess har Saman haft flera salonger och intresset för kunskapen om yrket har växt. Yrket är detsamma som när

han startade, men livet är inte på något sätt sig likt. På både på gott och ont.

Det senaste året har varit tufft för Saman och salongen på grund av hårda restriktioner och många förlorade stamkunder. Men även på grund av att Saman och hans anställda själva blev sjuka i covid-19.

– Vi har använt munskydd, så klart, men blev ändå sjuka. En av mina kollegor låg på sjukhuset i två månader, så det har varit svårt. Många väntar länge med att gå till frisören nu och därför har vi tappat många kunder under året. Idag klippte jag exempelvis en kund som inte varit här på ett halvår. Men pensionärerna börjar komma tillbaka nu när de fått vaccin, så det känns bra.

**SAMAN HAR EN** stark känsla för Flemingsbergs centrum. Sedan han öppnade salongen har han engagerat sig kring säkerheten och trivseln.

– Jag och flera andra hyresgäster i centrum samlades och pratade med Hüge om vad vi tillsammans kan göra för att skapa ett tryggare och säkrare centrum för alla. Nu syns fler poliser här i Flemingsbergs centrum, så jag tycker att det har blivit bättre. ●



### Salong Sam

**Vad:** Frisersalong.

**Var:** Flemingsberg centrum.

# 5 tips för att minska ditt matsvinn

Varje år slänger vi drygt 19 kilo fullt ätbar mat per person. Hur tar du hand om dina matrester? Genom att minska ditt matsvinn kan du både spara pengar och göra en insats för miljön.

**Text:** Elsa Sjögren **Illustration:** Shutterstock

## 1. Planera innan du handlar

Planera vad du ska laga och inventera vad som finns i kyl, frys och skafferi innan du handlar. Kanske upptäcker du att du redan hade vissa varor hemma? Ställ matvaror med kort hållbarhet mer tillgängligt för att lättare använda dem i tid. Utmana dig själv genom att endast laga middag med det som redan finns hemma – du kan göra mer än vad du tror!

## 2. Förvara rätt

Genom att förvara dina livsmedel på rätt sätt kan du förlänga livslängden. Frukt och grönt utsöndrar etengas som påskyndar mognadsprocessen, de blir därför dåliga snabbare om de ligger nära varandra. Låt inte mejerivaror stå ute i rumstemperatur för länge och tänk på att bäst före-datumet som finns på äggförpackningen är satt utifrån att äggen förvaras i rumstemperatur – i kylan håller de ännu längre!

## 3. Frys in

Har du mat som är på väg att bli gammal? Frys in det! Många livsmedel, till exempel ost, grädde, färska örter, bönor och en hel del matrester, går bra att frysa. Märk maten med datum och innehåll när du fryser in så att du vet vad det är och hur länge det legat i frysen.

## 4. Ät upp maten

Det allra bästa du kan göra för att minska ditt matsvinn är så klart att äta upp all mat du lagar. Men ibland blir det mat över och då är det bra att tänka till och hitta nya recept. Har du exempelvis testat att göra restotto? Förvara en matlåda i frysen och lägg ner överbliven mat allteftersom. Kanske hamnar där några bitar korv, lite klyftpotatis eller skurna bitar kokt potatis. Paprika, tomat eller broccoli som blivit över passar också bra. Och kanske blev det halloumi kvar från grillningen igår? Perfekt, nu är matlådan komplett och maten är bara att ta fram och steka på.

## 5. Använd dina sinnen

Stirra dig inte blind på bäst före-datumet, många livsmedel håller längre än så. Använd dina sinnen för att avgöra om något har blivit dåligt. Hur ser maten ut? Hur luktar och smakar det?





## Visste du att ...

det varje år slängs cirka

**19 kilo**

fullt ätbar mat per  
person i Sverige?

svensken häller ut drygt

**26 kilo**

mat och dryck i  
vasken varje år?

Det är ett matsvinn som motsvarar växthusgasutsläpp från  
**360 000 bilar**. Du slänger troligtvis mat för mellan  
**4 000** och **6 000 kronor** per år.

Källa: Livsmedelsverket

## Sortera ditt matavfall

Bor du i ett hus där det finns matavfallssortering? Bra! Att sortera matavfall är ett enkelt sätt att bidra till ditt klimatavtryck. Matavfallet slängs i de bruna påsarna som finns att hämta i miljörummet och när påsen är full kastas den i behållaren för matavfall. Det omvandlas sedan till biogas, biogödsel eller kompostjord.



## *Hon gör företagsdrömmen* **till verklighet**

Frisörer, caféer, restauranger, klädaffärer och matbutiker – Huddinge centrum är ett myllrande och spännande handelscentrum. Lokaluthyraren Dima Barisa hjälper idag Anna Nord som ska öppna ny salong.

**Text:** Elsa Sjögren **Foto:** Samuel Unéus



**D**ima Barisa bläddrar igenom hyreskontraktet och pekar på de sidor där Anna Nord ska signera. Anna ska öppna en skönhetsklirik i Huddinge centrum, och idag är hon på Huges kontor för att skriva på några fler papper och få tillträde till lokalen. Den 186 kvadratmeter stora lokalen ska delas upp i mindre rum för att passa verksamheten bättre.

– Du måste berätta när ni är klara sedan så vi kan komma och hälsa på och gratia er. Och berätta vad ni ska ha för företagsnamn så att vi kan förmedla det i våra kanaler, säger Dima.

– Det blir Magiway, vi väntar bara på godkännande från Bolagsverket, säger Anna.

Dima jobbar som kommersiell lokaluthyrare på Huge. Det innebär att hon

har hand om både nyuthyrning och omförhandling av befintliga hyresavtal. Vid nyuthyrning annonserar Dima ut den lediga lokalen och får in intressenter. Hon väljer ut några vars verksamhet passar i lokalen, bokar in visningar och lär känna intressenterna.

– Då ställer jag fler frågor om vilken typ av verksamhet de har tänkt bedriva och om det krävs viss anpassning i lokalen och liknande.

När Dima har hittat rätt hyresgäst upprättar hon ett hyresavtal och ser till att det stämmer överens med hyresgästens och Huges förväntningar. När avtalet är klart är det bara att signera och hyresgästen får nycklar till lokalen. Dima menar att det är viktigt att få till en bra mix bland verksamheterna i området.



Idag skrivs avtalet gällande en ny skönhetsklirik i Huddinge centrum. Dima ser till att hyresavtalet stämmer överens med hyresgästens och Huges förväntningar.



Anna Nord, lokalhyresgäst, till vänster och Dima Barisa, lokaluthyrare på Huge, till höger.

– Vi vill gärna styra lite vilken typ av verksamhet det ska vara i varje lokal – vi vill ju till exempel inte att det ska finnas 50 frisörer här. Det är jätteviktigt att det finns en spridning.

Jobbet som lokaluthyrare innebär mycket kontakt med kunder, något som Dima tycker är roligt.

– Jag får träffa många kunder samtidigt som jag får vara affärsmässig. För de som öppnar upp en verksamhet är det här deras levebröd. Det är jättekul att få följa hela resan, från att de berättar om sin idé till att de öppnar upp och jag kan åka dit och hälsa på.

**ANNA ÄR REDAN** idag en av Huges hyresgäster och driver en tandläkarklinik i centrum. Hon ville först utöka verksamheten i lokalen under hennes, men Dima tipsade om en annan lokal som skulle passa bättre. Det kändes rätt direkt.

– Det känns jättespännande och roligt att vi ska börja med en helt ny verksamhet här i Huddinge centrum. Jag är säker på att det kommer gå bra, säger Anna.

När alla papper är påskrivna går de bort till den nya lokalen. Det är stort och luftigt, väggarna är ljusa och det är högt i tak. De stora fönsterna kan fylla rummen med dagsljus.

– Vi letade efter en stor lokal där vi kan erbjuda flera olika behandlingar. Det skulle inte fungera med en mörk och liten lokal, det behövs luft för att människor ska må bra och trivas, säger Anna.

Här finns två stora rum som ska delas in i mindre, ett kök, wc och förråd. Lokalen har tidigare hyrts ut till Huges bevakningsfirma, men snart ska rummen fyllas med avslappnande musik och lugn stämning. Anna hoppas kunna öppna i månadsskiftet juni–juli och

kommer bland annat att erbjuda ansiktsbehandlingar, botox, fillers och massage. Hon tror särskilt på kortare massagebehandlingar på 30 minuter.

– Det är så många som är stressade och har problem, ibland behöver man bara en halvtimme för att andas ut och ta det lugnt.

Anna går fram till ett av fönsterna och kikar ut genom persiennerna. Det är snart lunchtid och på gatan utanför är det fullt med folk.

– Känns det lika bra nu som när du först var här? frågar Dima.

– Det känns ännu bättre nu! ●





**Namn:** Dima Barisa.  
**Bor:** Tumba.  
**Familj:** Gift och har tre barn.  
**Gör på Hüge:** Kundansvarig lokaluthyrare.



Anna hoppas kunna öppna skönhetskliniken Magiway i månadsskiftet juni-juli. Men först ska lokalen på 186 kvm delas upp och anpassas efter den nya verksamheten.



# Grönt nybygge - på flera sätt!

Snart får Trångsundsborna nya grannar. I kvarteret Bonden planeras 125 nya lägenheter med inflytt 2023. Biträdande projektledare Disa Roxner berättar mer om nybygget och Huges arbete för att minska sin klimatpåverkan.

**Text:** Linda Hällqvist

**K**varteret Bonden är ett attraktivt område som ligger nära både pendeltåg och Trångsund centrum. Just här planeras nyproduktion av 125 lägenheter. Disa Roxner är biträdande projektledare på Huga och kom in i projektet i november 2020. Just nu är teamet inne i upphandlingsfasen.

– Vi började arbetet med upphandling av totalentreprenad i mitten på april, så förhoppningsvis kan byggarbetet påbörjas under hösten, säger Disa.

Det nya bostadshuset ska få en modern känsla med olika höjder och blir som högst åtta våningar. Bostäderna är på 35–90 kvadratmeter och de allra flesta får balkong. Lägenheterna är mestadels tvåor,

men det byggs även ettor, treor och fyror.

– Huset ska ge ett varmt intryck med olika nyanser av grönt. Det ska bli två olika huskroppar – det ena u-format och det andra ett punkthus – och mellan dessa kommer det byggas bullerskärmar. Innergården blir därför helt skyddad och tillägnad de boende – det kommer bli riktigt fint.

**DET FÖRSTA SOM** ska byggas är ett parkeringsdäck i två plan, och det planeras även för anläggning av en ny gata i området.

– För att kunna påbörja arbetet så snabbt som möjligt efter sommaren förbereds just nu platsen för huset.

Visualiseringen visar parken utanför det nybyggda huset i kvarteret Bonden. Inflytt är planerad till sent år 2023.





Under vår och sommar rivs tre garagelängor och flera markparkeringsplatser, och en lekplats på området demonteras för att skapa plats.

– Eftersom lekplatsen försvinner kommer vi att rusta upp den lekplats som finns på andra sidan vägen. Den ska bli mer spännande och kunna ta emot fler barn, säger Disa.

På platsen, mellan parkeringshuset och bostadshuset, står även en stor ek som är naturminnesmärkt av Länsstyrelsen.

– Den är jättegammal och fin. Den ska vi givetvis bevara och skydda under byggnationen.

**MÅLSÄTTNINGEN ÄR ATT** nybygget ska miljöcertifieras enligt miljöbyggnad silver. Disa berättar att de genomfört en preliminär klimatberäkning för att räkna ut vilken klimatbelastning byggnadens totala produktion kommer att stå för. Den entreprenör som vinner upphandlingen kommer sedan att behöva göra en skarp beräkning innan bygget

startar för att kunna komma med förslag på förbättringar.

När bygget sedan är klart ska en slutlig klimatberäkning presenteras. Detta ställer höga krav på den entreprenör som vinner upphandlingen.

– Det är viktigt för oss att bidra till att minska klimatpåverkan. Tidigare har stort fokus legat kring att minska användandet av energi men nu vill vi lära oss mer om vilken klimatbelastning ett nybygge faktiskt innebär. Det här är det första projektet Huga testar detta skarpt, säger Disa.

Det gröna huset planeras stå klart för inflytt sent 2023 och samtliga lägenheter kommer att förmedlas via Stockholms Bostadsförmedling. ●

## Smarta hus

- Cirka en tredjedel av alla nya parkeringsplatser kommer ha möjlighet till laddning av elbil. Vid resterande parkeringsplatser görs förberedelser för att enkelt kunna sätta upp laddstolpar i framtiden.
- På hustaken ska solceller placeras – de ska stå för cirka 60 procent av fastighetselnen.

Alla mår bra av att röra på sig – och att inspireras av andra kanske kan hjälpa fler att komma igång? Värden tog en rask promenad på Klockarvägen i Huddinge och frågade:

## Hur tränar du helst i vardagen?

Text: Linda Hällqvist Foto: Anna Björkegren



### Mathias Thunboad

– Helst så mycket det bara går! Varje morgon försöker jag hinna med någon slags rörelseträning, sedan cyklar jag ofta till jobbet. Men idag hoppade jag av tåget och promenerade sista vägen. Förr tävlade jag mycket, fotboll bland annat, men nu handlar det mer om rörelseglädje. Det mår jag bra av. Nu ska jag möta upp min flickvän som promenerat hit från stan.



### Kerstin Abrahamsson

– Jag har precis kommit hem från en golfunda. I början handlar det mest om att komma igång, då går vi bara nio hål, men nu börjar säsongen igen och det känns väldigt roligt. Jag brukar även promenera mycket tillsammans med min väninna som bor här i närheten. Det känns viktigt att hålla igång för att må bra.



### Jessica Lublinn

– Jag tränar på gym och kör en del yoga hemma och jobbar även som idrottslärare, så jag rör på mig även på jobbet. För mig är det viktigt att hålla igång, jag är väldigt aktiv i vardagen och har nog alltid varit det.



### Darren Hua

– Jag tränar inte så mycket just nu på grund av restriktionerna. Ibland är jag ute och promenerar, men jag längtar efter att få komma tillbaka till gymmet igen. Det får mig att känna mig stark och må bra.



### Linnea Ekola

– Jag håller på med cheerleading tre gånger i veckan! Nu har vi haft lite uppehåll, så då har jag varit ute och sprungit en del. Det är mysigt. Jag har även tränat en del hemma efter ett schema från min tränare. Sedan pluggar jag ekonomi andra året på gymnasiet – så jag hinner inte med så mycket mer.



## ”Jag gav inte upp drömmen”

**Text:** Linda Hällqvist **Foto:** Anna Björkegren

**HON ÄR SJUKSKÖTERSKA** och arbetar som vårdlärare i Huddinge kommun. Men nu kan hon även titulera sig författare! Peimaneh Mollazehi släppte under förra året sin debutbok *Den riktiga solen*, för åldrarna 9–12 år. Den handlar om en pojke född i Sverige som får besöka sina rötter i Iran. Han möter en helt annan kultur, lär sig om civillikage och inser snabbt skillnaden mellan ett demokratiskt land och en diktatur. En spännande bok som passar alla – oavsett var man kommer ifrån, menar Peimaneh.

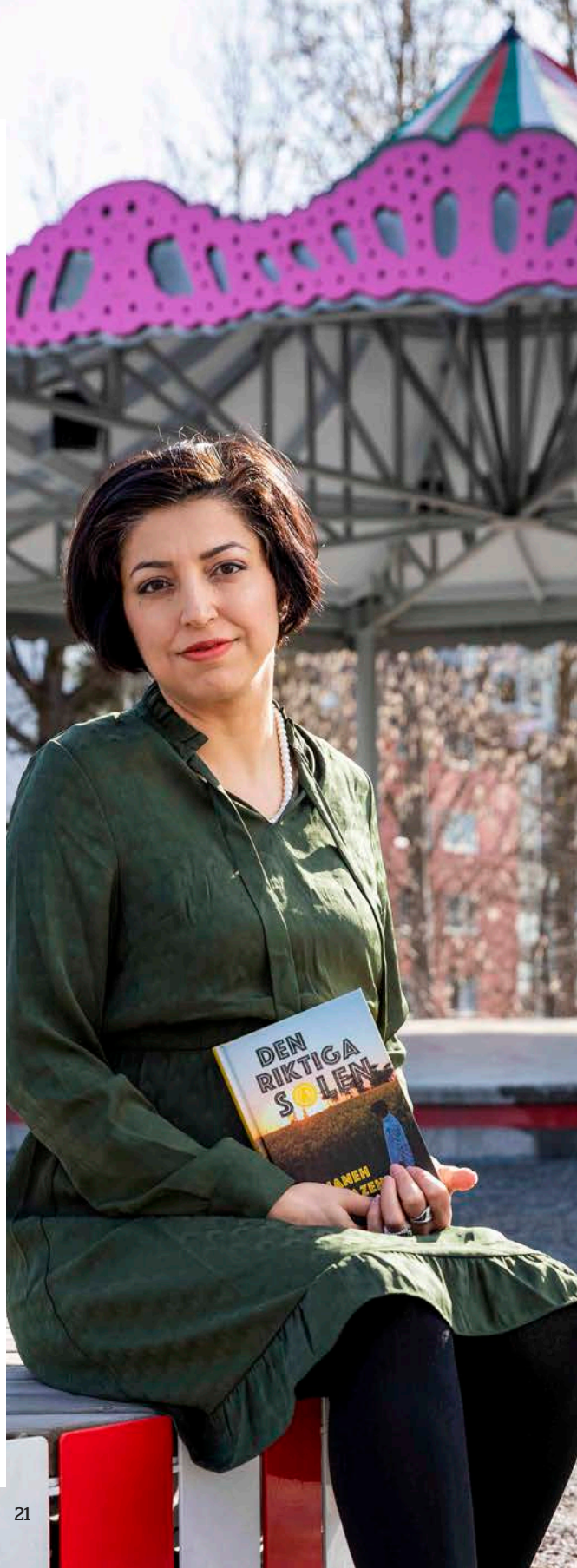
– Jag har fått så fin respons från ungdomar som läst boken och flera skolor i Huddinge har bokat in mig för samtal. Att få se min bok på Akademibokhandeln i Huddinge var en magisk känsla, säger hon.

Peimanehs dröm om att bli författare startade redan när hon var elva år och bodde i Iran.

– Jag tvingades bära slöja och fick varken cykla eller leka med pojkarna på gården. Jag var ledsen och förbannad på alla orättvisor, och skrivandet, böckerna och fantasierna blev min räddning när jag bodde i ett land där allt var förbjudet för flickor.

När hon kom till Sverige som 19-åring var utbildning viktigast och drömmen att bli författare fick vänta. Det tog elva år innan hon började skriva igen. Då blev berättelsen om flickan, som hon skrivit om som barn, istället en pojke som heter Salman.

– Alla historier jag har håller mig vaken om nätterna, och jag drömmer verkligen om att få mer tid för skrivandet. Jag hoppas att jag kommer kunna möta mina läsare i Huddinge framöver, då restriktionerna lättat, säger Peimaneh. ●



## Klara - färdiga - plask!

Sommaren är här och nu vill vi bada på riktigt. Inte i isvakar som blev så trendigt under vintern, utan bredvid varma klipphöllar och med sand mellan tårna. I Huddinge kommun finns många pärlor när det kommer till badplatser - häng med.

### Badudden

I östra Skogås finns en långgrund liten sandstrand nära skogen. Om du vill vara i fred finns flera berghällar som skapar avskildhet. Promenera eller cykla hit, men även parkering och busshållplats finns nära.

### Gömmarbadet

Mitt i ett naturreservat ligger sjön Gömmaren. Här finns en mindre sandstrand, men även flacka berghällar att sola på och bada ifrån. Ta gärna med hunden, det finns nämligen två hundbad vid sjön. Hit går inga bussar, cykla gärna via Segeltorp eller ta bilen.

### Flottsbrobadet

Intill Albysjön finns en av Stockholms mest välbesökta stränder. Den är 100 meter lång och har två badbryggor men även en gästbrygga om du vill ta båten hit. Här finns en stor variation av aktivitets- och lekmöjligheter, Flottsbro är ett stort friluftsområde som lockar många.

### Sjöängsbadet

På badet vid Drevviken finns både sandstrand och klipphöllar ner mot vattnet. Skogen ligger alldeles nära och en lång brygga leder ut till en större klippö som är en spännande



Foto: Maja Brand

Simskolan Små Grodorna håller simskola vid Vårbybadet. Håll även utökad övervakning när simskolan i Huddingehallen drar igång efter restriktionerna.

plats. Det finns även en stor fotbollsplan i närheten. Badet ligger inom gång- och cykelavstånd från både Trångsund och Skogås.

### Vårbybadet

Vid Mälaren intill Vårby Allé ligger en långgrund sandstrand med lekplats, toalett och omklädningsrum, perfekt för barnfamiljen. Det är lätt att gå till badet och gångvägarna inom området är flacka - vilket gör det lätt för de flesta att komma hit. Glöm inte ta med en glasspeng till kiosken!

Besök [huddinge.se](http://huddinge.se) för mer info om badplatserna.

### Viktigt att tänka på vid en badplats:

- Reka lite snabbt - finns räddningsutrustning?
- Simma aldrig ensam och dyk inte i okänt vatten.
- Håll mindre barn under ständig uppsikt och tänk på att armpuffar och flytlesaker kan ge en falsk trygghet.
- Lär de större barnen vikten av att hålla koll på varandra.
- Lär dig hjärtlungräddning - det räddar liv.

# Sudoku

				6	7	3	8
		2			9	6	5
	1	8		7		9	
5			9	8	2	3	1
			5				
	9	1			3		
							6
	2	6		3	1		
			6	9			8

© Bulls

När du löst hela sudokut har du fått fram tre siffror i det gula fältet.

**Skriv siffrorna, ditt namn och din adress** på ett vykort och skicka till:

*Huge Bostäder AB, Värden,  
Box 1144, 141 24 Huddinge*

eller skicka ditt svar via e-post till:  
*varde@huge.se*

De tre först inkomna rätta svaren belönas med ett hushållspaket från Huge, med en diskborste, disktrasa och en kökshandduk.

Åldersgräns för att delta är 18 år. Sudokuts lösning och vinnarna presenteras i nästa nummer av Värden.

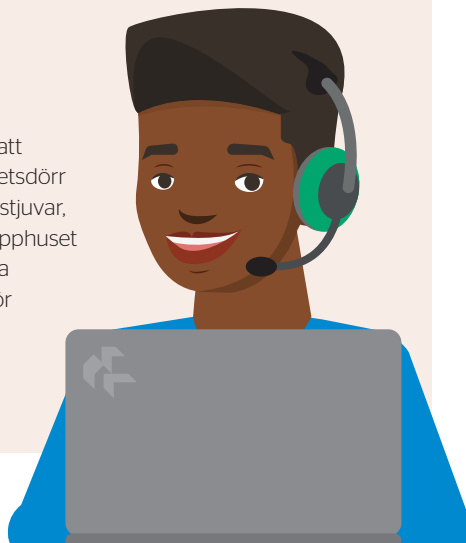
**Sudokuvinnare i Värden nr 1 2021:** Bengt-Erik Nygren, Mariam Kamil och Bodil Cheng i Flemingsberg. Grattis! Ni får ett paket från Huge hemskickat. Rätt svar var 967.

## Kundservice svarar i Värden

I varje nummer av Värden får du svar på några av de vanligaste frågorna som kommer in till Huges kundservice.

### Hur gör jag om jag vill ha en säkrare dörr?

Hej! Du har självklart möjlighet att byta ut din ytterdörr. En säkerhetsdörr försvårar ju inte bara för inbrottsstjuvar, den minskar även oljud från trapphuset och stoppar grannens matos. Ta kontakt med vår kundservice för att göra en beställning - du betalar sedan genom ett tillägg på hyran.



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

*Huge Bostäder AB är ett allmännyttigt fastighetsbolag som ägs av Huddinge kommun. Fastighetsbeståndet består av hyresbostäder runt om i Huddinge samt kommersiella lokaler och stadsdelscentrum såsom Huddinge centrum och Flemingsberg centrum. Vår vision är att skapa livskraft i Huddinge.*

**Huge Bostäder AB**  
Box 1144, 141 24 Huddinge

**Besöksadress:**  
Huddinge centrum, Sjödalarstorget 7  
Flemingsberg, Regulatorvägen 21  
Vårby, Bäckgårdsvägen 34  
Skogås, G:a Nynäsvägen 560  
**Tel. växel:** 08-502 360 00  
**Webbplats:** huge.se  
**E-post:** info@huge.se

### Kontakta oss

**KUNDSERVICE:** 08-502 360 10  
**FELANMÄLAN:** 08-502 360 10  
eller Mina sidor på huge.se.

### Värden

**Ansvaret utgivare:**  
Cristina Gonzalez Pons  
**Redaktör:** Linda Hällqvist  
linda.hallqvist@spoon.se,  
Tel. växel: 08-442 96 20  
**Art director:** Anna Beije  
**Produktion:** Spoon  
**Tryck:** Hylte Tryck

### Tipsa oss

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



# POSTTIDNING B

Avsändare:  
Huge Bostäder AB  
Box 1144, 141 24 Huddinge

**Klockan: 14.20**

**Var:** Café Nytorp i Huddinge.

**Vilka:** Sibel Özkan med  
fikande gäster.

När du slår dig ner i trädgården på Café Nytorp känns det nästan som att du sitter ute i skogen. Fåglarna kvittrar och doften av nybakat strömmar ut från den lilla röda stugan. Det äldre paret parkerade sina cyklar, hukade sig ner när de gick in genom dörren och kom efter en liten stund ut med en fikabricka - nu sitter de och njuter av en kaffe i solen.

- Det ligger flera äldreboenden i närheten, så många pensionärer kommer hit och fikar. Fotbolls-föräldrarna från idrottsplatsen tittar också gärna förbi när de kan, säger Sibel som driver caféet sedan fyra år tillbaka.

