

Fastighetsvärden tipsar:
**Knepen för lagom
inomhustemperatur**

*Livet hos 94-åriga
Inga Jansson
- hyresgäst
sedan 1955*

Initiativ för trygghet

Ökad närvaro med "Vuxen i Visättra"



- Idrott som bryter utanförskap
- Fastighetsvärden som älskar att möta människor
- Möt Peter Sewerin på nya gymmet i Skogås

”Tillsammans gör vi skillnad”

OM VI SKA komma vidare ordentligt när det kommer till att skapa trygghet i våra områden är civilsamhället en viktig del. Du, jag och våra grannar. I reportaget på sidorna 6–9 får vi följa med initiativtagaren till ”Vuxen i Visättra”. Det är riktigt imponerande att han fått så många att engagera sig – inklusive oss som fått möjligheten att stötta både ekonomiskt och med vår tid.

EN ANNAN VIKTIG del i att skapa trygghet handlar om levande centrum. Vi försöker få alla våra stadsdelscentrum mer attraktiva genom att få in verksamheter med kontinuerlig rörelse. Gym är ett bra exempel på det och på sidorna 10–11 träffar vi Peter Sewerin på Flex Fitness som ska öppna i Skogås Centrum.

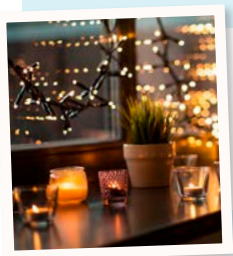
PÅ SIDORNA 14–17 får vi följa med vår glada fastighetsvärd Hans Lange när han byter handfat hos en hyresgäst. Jag uppmanar alla boende hos Huge att göra en felanmälan om något går sönder, det hjälper oss till ständig förbättring. Inomhustemperaturen är också en viktig del för trivsel. På sidorna 12–13 ger fastighetsvärden Niklas Brolin sina bästa tips.

VI FÅR ÄVEN träffa Jonas Morin som berättar om inkluderande initiativ inom idrotten. Det är viktigt att få finnas i ett sammanhang och träffa vuxna som kan bli förebilder. Lilla reportaget kan du läsa om på sidorna 18–19.

INGA JANSSON, SOM vi träffar på sidan 21, är även hon en förebild. Hon har bott i samma lägenhet sedan 1955. Vilken trogen hyresgäst, jag önskar henne många ytterligare goda år hos oss.

Karin Strömberg Ekström

Karin Strömberg Ekström,
vd Huge



Just nu ...

inspireras jag av alla ljus! Jag är en december-älskare och har sett fram emot alla ljus som hjälper oss genom vintermörkret.

Innehåll

I detta nummer av Värden

06 Reportaget

Följ med initiativtagaren till ”Vuxen i Visättra” på promenad i området.

10 I centrum

Skogås får snart en ny mötesplats – FlexFitness.



12 Hemma

Niklas Brolin tipsar: Så tar du bäst tillvara värmen i din lägenhet.

14 Mötet

Hans Lange är ute på nytt uppdrag och gör som vanligt det lilla extra för hyresgästen.



21 Livet hos mig

”Det är stor skillnad mot förr”, berättar Inga Jansson som har bott i sin lägenhet sedan 1955.

22 Kalendarier

Äntligen får vi umgås. Läs om vinterns aktiviteter i Huddinge.

Omslagsfoto:
Samuel Unéus

På omslaget:
Stefan Karlsson och Carina Carlsson

Nästa nummer utkommer:
Mars 2022

Våren ska blomstra

Huge har planterat tusentals vårlökar under hösten. Till våren kan du se fram emot både tulpaner och allium som kommer att förgylla utemiljön - allt för att öka trivseln i ditt bostadsområde.



Stora renoveringar på gång!

Under 2022 drar Huge igång många upprustningar, bland annat på Röntgenvägen 5 i Flemingsberg. Där planeras en stor renovering av totalt 266 lägenheter och tre lokaler. Badrum och kök ska moderniseras och tak, ventilation samt yttskikt i trapphus ska ses över. Och redan nu har fönster börjat bytas ut.

Av Huges cirka 8 000 bostäder är drygt hälften från 1960- eller 1970-talet. Många hyresgäster har flyttat in och ut under åren och vissa lägenheter är idag i behov av upprustning, bland annat dessa i Flemingsberg.

Vill du veta mer om hur ett stambyte går till?

Läs av QR-koden med kameran i din smartphone och se vår film.



Huge - Karriärföretag 2022

Huge har utsetts till en av 2022 års mest attraktiva arbetsgivare. Varje år granskar Karriärföretagen ett tusental stora arbetsgivare och 2022 är Huge med på deras 100 i topplista över stora arbetsgivare som erbjuder unga talanger de främsta karriär- och utvecklingsmöjligheterna.

- Vi jobbar målmedvetet med att rekrytera och utveckla talanger i olika åldrar och är glada över att det uppmärksammas av Karriärföretagen, säger Huges vd Karin Strömberg Ekström.



3 brandsäkra tips

1. Släck stearinljusen!

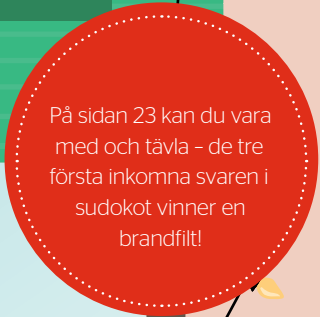
Kom ihåg att alltid släcka ljusen när du lämnar rummet eller innan de brunnit ner för långt. Ett flertal bränder startar varje år på grund av stearinljus i hemmet. Håll dem under uppsikt och kom ihåg att inte ställa dem för nära varandra.

2. Säkra elljusen!

Kontrollera att lamporna i ljusslingan och elljusstaken har rätt antal watt och släck dem alltid genom att använda strömbrytaren eller dra ut sladden.

3. Kolla brandvarnaren!

Det ska finnas minst en Huga-brandvarnare i din lägenhet, annars måste du göra en felanmälan. Om batteriet är slut i brandvarnaren hjälper Huga dig med bytet – kostnadsfritt. En brandsläckare och brandfilt är också viktigt att ha hemma.



På sidan 23 kan du vara med och tävla - de tre första inkomna svaren i sudokot vinner en brandfilt!





Lekplats öppnad - check!

I slutet på oktober öppnade äntligen lekplatsen vid Trångsundsvägen. Den är nu färgglad, slutbesiktigad och redo för leksugna barn. Lekplatsen har varit avstängd sedan i juni för att rustas upp och har blivit större och fått nya lekredskap. En del av den gamla lekutrustningen har kunnat sparas och istället renoverats, vilket är bra för miljön och ett sätt för Huge att tänka cirkulärt.

- Det känns bra att vi har kunnat återanvända delar av lekutrustningen och renovera mer cirkulärt. Utrustningen som fungerade har med hjälp av ny färg blivit minst lika fin som de nya redskapen, säger projektledaren Disa Roxner.

För att öka tryggheten byggdes ett staket runt lekplatsen redan i början på november. Ny belysning ska installeras och göra platsen ännu tryggare och mer lekvänlig under vinters mörkare timmar.

Välkommen ABF!

Under hösten har Huge renoverat en stor lokal på 400 kvadratmeter på Röntgenvägen 15 i Flemingsberg. Här ska bedrivas föreningsverksamhet och redan i december flyttar ABF in som ny hyresgäst hos Huge.

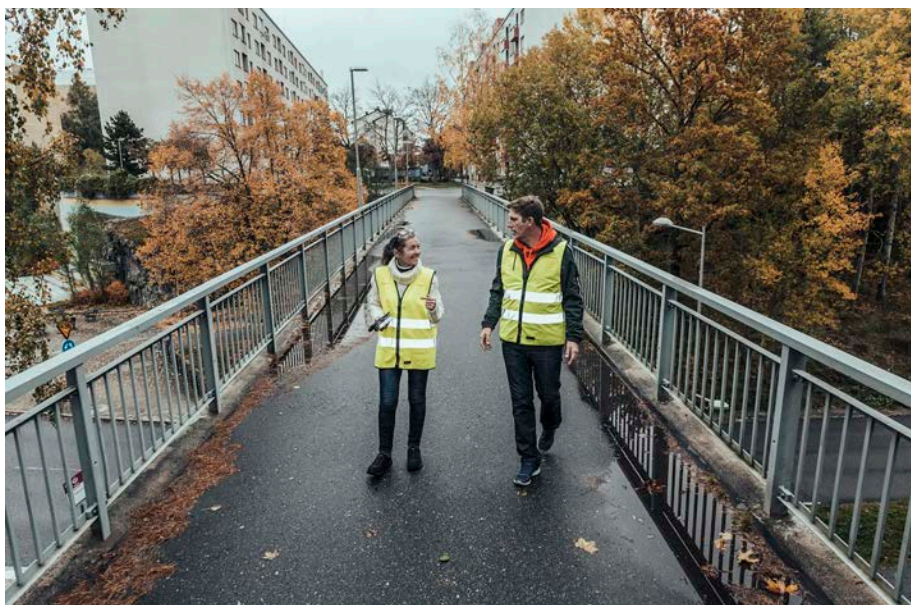
Ett tryggare Visättra

Synlighet och närvaro gör skillnad – det visar det nya initiativet "Vuxen i Visättra". De goda krafterna är starkare än de onda menar initiativtagaren Stefan Karlsson.

Text: Peter Wiklund **Foto:** Samuel Unéus



"Vuxen i Visättra" bidrar till många fina och viktiga möten. Här träffar Stefan och Carina läraren Joachim Petersen utanför Visättraskolan.



Dagen efter sommarens tragiska skottdåd i Visättra, då två yngre barn skadades, satt Stefan Karlsson hemma på sin balkong och tänkte ”Man borde göra någonting”. Det var nog många som tänkte och kände på samma sätt, men Stefan såg till att verkligen göra något.

Där och då startade han ett initiativ som snabbt har vuxit till något stort.

– Jag skrev först ett inlägg på sociala medier om att det var viktigt att vi vuxna blev mer synliga i området. Vi behövde visa barnen att de goda krafterna är starkare än de onda. Direkt fick jag kontakt med ett företag som föreslog att vi skulle trycka upp egna gula reflexvästar som vi kunde ha på oss – och företaget erbjöd sig även att betala dem, berättar Stefan.

YTTERLIGARE NÅGON DAG senare startade han Facebook-gruppen ”Vuxen i Visättra” och efterlyste boende som

kunde tänka sig att ha på sig en väst när de rör sig i området.

– Det tog en dag, och sedan hade jag fått in närmare hundra namn. Jag hade bitt om 32 västar, så det var bara att beställa fler direkt.

Upplägget är jätteenkelt, förklarar Stefan:

– Det handlar helt enkelt om att ha västen på sig när man är ute. Men bara om man vill, det finns inga krav på att det ska vara på speciella tider eller att man ska gå några särskilda rundor. Det är helt kravlöst, och det tror jag är en anledningarna till att det blev populärt och att det fungerar.

Carina Carlsson, som också bor i Visättra, berättar att hon alltid brukar ha med sig sin väst i ryggsäcken.

– När jag kommer från pendeln så sätter jag på mig den och har den på när jag går hem från tåget. Det är som en rutin nu: när jag tar på mig en jacka så åker även västen på, säger hon och konstaterar →

att det här initiativet har bidragit till många nya möten.

– Vi har börjat lära känna varandra i området på ett helt nytt sätt.

DENNA GRÅMULNA DAG i början av oktober har Värden fått följa med Stefan och Carina på en av deras promenader, och när vi närmar oss Visättraskolan möts de av glada hejanden och vinkningar från barnen.

Joachim Petersen, lärare och fritidspedagog på skolan, möter oss med en grupp elever och stannar till en stund.

– Alla här vet vad ”Vuxen i Visättra” är, och de syns verkligen i sina västar. Jag tycker att det de gör är jättebra, för det bidrar till en ökad trygghet för ungdomar och äldre – eller egentligen för alla i Visättra, säger Joachim.

Det framgångsrika initiativet gav sedan upphov till ett minst lika lyckat evenemang: ”Visättrabarnens dag” i slutet av augusti. På innergårdarna till ett av Huges bostadsområden bjöds besökarna denna dag på allt från elbilsåkning och ansiktsmålning till att leka i hoppborgen och titta in i en polisbil.

– Alla som kom fick korb, dricka, godis, kaffe – och allt var gratis. Det är en viktig princip, att inget ska kosta något, säger Stefan.

FRÅN BÖRJAN HADE de räknat med att det skulle komma 60-80 barn från området, men när dagen närmade sig märkte de att intresset var rätt stort. De ökade prognosen till 200 barn. Men till slut blev det över 500 barn som deltog i den första – men absolut inte sista – ”Visättrabarnens dag”.



NU ÄR HAN angelägen om att få ut ytterligare fler västar hos de boende i Visättra.

– Mitt mål är att komma upp i 450 västar, för då kommer det alltid att finnas ett stort antal som är ute och har dem på sig.

Han understryker att det inte är förknippat med någon ökad risk att vara ute med väst – snarare tvärtom.

– Vi har inte någon uppsökande verksamhet, vi tar inte kontakt med några som verkar ”stökiga” eller uppträder misstänkt. Därför händer det aldrig något, för de vill inte ha kontakt med oss heller. De vill ju helst inte synas.

När han ska sammanfatta ”Vuxen i Visättra” låter han nästan förvånad själv över hur det går att påverka sin närmiljö med enkla medel:

– Vi gör egentligen inget, vi tar bara på oss en väst och går ut. Men det gör skillnad, helt klart. ●





Manir Hossain har just hämtat sin son, nioårige Tashrif, från Visättraskolan. -Jag har sett dem gå omkring med västarna på flera ställen. Det är bra! Jag vet att de kan hjälpa barn och säga till om de ser något ovanligt, säger han.

Vill du göra skillnad i ditt område?

Huge värnar om trygghet i våra bostadsområden och hjälper till att samordna intresserade personer som själva vill starta egen organisation. Kontakta Åsa Molin, områdesutvecklare, via e-post på asa.molin@huge.se



Två röster om "Vuxen i Visättra"



Anna Schelin, kommunpolis i Huddinge:

- Det bästa för att öka tryggheten lokalt är att de som bor där engagerar sig, stöttar varandra och "tar tillbaka" sitt område. Polisen och kommunen jobbar med samverkan och högst på vår önskelista finns att få med oss civilsamhället, så detta är väldigt glädjande. Tillsammans gör vi mest nytta.



Hacer Erkol, förvaltare på Huge:

- Jag blev väldigt glad när jag hörde att Stefan gjort det här på eget bevåg. Vi gör mycket för att skapa trygghet samt ordning och reda i våra områden, men det är ju ändå de boende som är där hela tiden. Så det har stor betydelse. Vi kommer självklart att fortsätta samarbeta med "Vuxen i Visättra".



Namn: Peter Sewerin.

Yrke: Utvecklingsansvarig på Flex Fitness.

Det bästa med Huddinge:

"Huddinge är en växande kommun med ett brett utbud av olika aktiviteter. Framförallt finns här en fantastisk natur och en närhet till storstaden".

Flex Fitness Skogås Centrum

Vad: Nybyggd anläggning för träning.

Var: Skogås Torgväg 3, inne i Skogås Centrum.

2022 ger nya möjligheter för hälsa och välmående. För Peter Sewerin, utvecklingsansvarig på Flex Fitness, är träning en självklar del av livet och han ser nu fram emot att skapa en plats för gemenskap i Skogås.

Text: Linda Hällqvist Foto: Henrik Gustafsson Nicander

”Vi vill skapa en klubbkänsla där alla är välkomna”

DET ÄR MED stort engagemang han berättar om träning, hälsa och planerna för Flex Fitness i Skogås. Peter Sewerin är utvecklingsansvarig och involverad i design och byggnation av det nya gymmet.

– Vi fick nycklarna i september! Så spännande. Vi ska riva ut allt och sedan börjar arbetet med att bygga upp och inreda gymmet. Vi vill skapa känslan av vardaglyx och våra medlemmar kommer att känna igen sig i de ljusa färgerna. Vi ser verkligen fram emot premiäringivningen i januari 2022 – då är alla välkomna!

PÅ GYMMET i Skogås kommer du att mötas av en stor lounge. Här bjuds det på fika, du har möjlighet att lägga matlådan i kylan eller köpa med dig hälsosam mat efter träningen. Lokalen på ca 1 100 kvadratmeter kommer att rymma ett stort gym, gruppträningsrum och en plats där barnen kan leka.

– Gymmet ska bli en mötesplats för Skogåsborna, där olika generationer och bakgrunder möts – från motionärer till elitidrottare.

Peter har en lång idrottsbakgrund och har vunnit många stora internationella tävlingar inom judo och kroppsbyggning. Han har varit verksam inom gymbranschen i 30 år och ägde tidigare en klubb som hette Flex sportsclub. Den stängde för fem år sedan och det är nu Peters tidigare medlemmar som är ägare och investerare av Flex Fitness.



– Så som samhället har utvecklats idag är det många som bara tar för sig. Det som är kärnan för mig är att kunna bidra till ett mer personligt omhändertagande där alla visar respekt för varandra. När tidigare medlemmar hörde av sig och ville starta något nytt tillsammans med mig kändes det superkul.

Idag finns tre anläggningar under namnet Flex Fitness och i Peters roll ingår att åka ut till anläggningarna och möta personal och kunder.

– När jag lämnat barnen på skolan brukar jag träna en timme – sen är jag redo att peppa andra. Det känns viktigt för mig att personalen känner att de har fullt stöd, vet vad som är på gång och att de kan bolla problem som uppstår. Jag pratar gärna med kunderna och försöker förbättra saker om de har feedback, säger Peter.

DET SOM ERBJUDS på marknaden idag är ofta väldigt kommersiellt styrt menar Peter, där individen inte får synas. Han vill vara med och skapa gemenskap och tillhörighet.

– Välmående handlar om mycket mer än bara träning. Vi kommer att anordna seminarier, träningsresor, event och fester.

Vi vill skapa en klubbkänsla med våra medlemmar.

För Peter är träning en självklar del av livet och han menar att det ger extra energi till att vara en bra förälder, vän eller partner.

– Ja, dina energinivåer går upp – ju mer du tränar desto mer orkar du! ●

Lagom är bäst

– i alla fall inomhus

Fryser du ofta hemma? I de flesta fall är det inte värmen i huset som är problemet, utan hur värmen tas tillvara i lägenheten. Niklas Brolin, fastighetsvärd på Huge, tipsar om knepen som ger lagom temperatur inne under de kyligaste månaderna.

Text: Linda Hällqvist **Illustration:** Shutterstock

Den perfekta inomhustemperaturen är högst individuell. Vissa trivs med att ha det lite svalare hemma medan andra ofta fryser och vill ha det varmare.

– Om vädret slår om snabbt under vinterhalvåret hinner elementen inte alltid med. Det är tyvärr svårt att göra något åt men det brukar regleras ganska fort, säger Niklas Brolin, fastighetsvärd på Huge

Det finns många faktorer som påverkar inomhustemperaturen. Ett första knep kan vara att öppna alla innerdörrar.

– För att få en god ventilation och jämn värme är det viktigt att luften och värmen har möjlighet att sprida sig på ett bra sätt i bostaden.

Luften kommer in via spaltventiler. Den kalla luften ramlar ner, värms upp av elementen, cirkulerar runt i lägenheten och går sedan ut via frånluftsventiler i badrum och kök. Spaltventilerna sitter ovanför fönstren eller bakom elementen.

– Det är meningen att det ska komma in kall luft där och de ska alltid vara öppna. Tyvärr stänger vissa hyresgäster spaltventilerna om det är kallt. Luften hittar då en annan väg vilket kan skapa drag från fönster, ytterdörr, genom

brevinkastet eller från balkongdörren. Frisk luft måste in på något sätt!

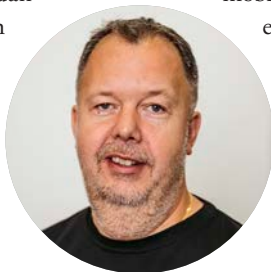
Element har vanligtvis ett vred som känner av och reglerar värmen, en termostat.

– I vissa fall, om termostaten är stängd under en längre tid, kan piggen som sitter där fastna i stängt läge. När värmen kommer igång på hösten kan den då inte nå ut till elementet och vi måste komma och laga den. Så mitt tips är att du motionerar vredet lite då och då, genom att vrida det fram och tillbaka några gånger.

Ett element är sällan speciellt snyggt – men att dölja det med elementskydd eller långa gardiner är ingen bra idé.

– Om det hänger tjocka gardiner framför termostaten på elementet känner den bara av temperaturen mellan gardinen och väggen. Större möbler ska helst ställas en bra bit framför elementet, annars blockeras värmen.

Om du som hyresgäst gjort allt du kan för att påverka inomhusklimatet och ändå upplever att det är för varmt eller kallt kan du höra av dig till Huge. Fastighetsvärden mäter i så fall temperaturen med en värmemätare, luftar elementen och ser över så att allt fungerar som det ska. ●



Niklas Brolin,
fastighetsvärd på Huge

Tänk på det här för ett bättre inomhusklimat

Möblera rätt

Kontrollera att det inte står möbler för nära elementen. Det kan hindra värmen från att spridas i rummet.

Vädra snabbt

Låt inte balkongdörren stå på glänt en hel dag. Vädra snabbt och effektivt, i max 10 minuter, genom korsdrag. Kallluften kyls annars ner lägenheten och drar energi.

Öppna spaltventilerna

Ventilerna ska alltid vara öppna, annars fungerar inte ventilationen. Rengör dem med dammsugare och fuktig trasa.

Häng tyget rätt

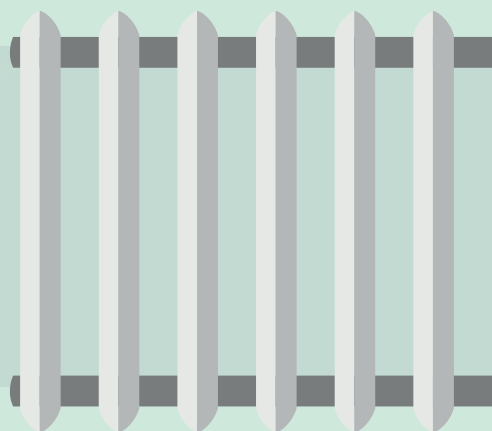
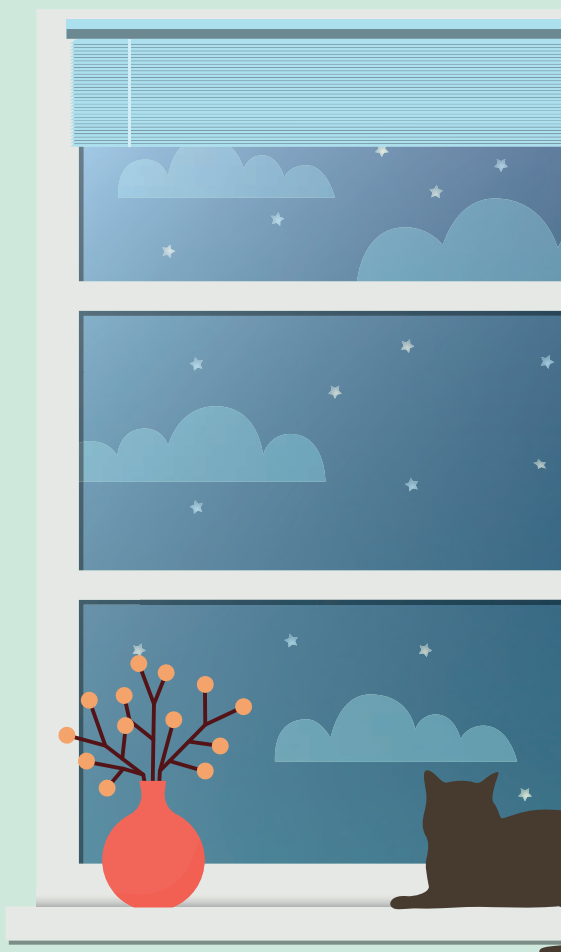
Handdukar, gardiner och duschdraperier ska inte hänga för elementen, det hindrar den varma luften från att cirkulera.

Stäng spiskåpan

Glöm inte att stänga forceringsfunktionen/vredet på spiskåpan när du har lagat mat, annars kan värmen dras ut ur lägenheten.

Så varmt bör du ha hemma

Under vintertid bör temperaturen inomhus vara runt 19-21 grader. Kom ihåg att mäta temperaturen en meter upp från golvet och minst en meter från ytterväggen.





På uppdrag med Hasse

Hantverkare, serviceperson och problemlösare. Vi följer med fastighetsvärden Hans "Hasse" Lange på ett av yrkets alla mångsidiga projekt. Idag står badrummet i fokus.

Text: Fanny Juhlin **Foto:** Carla Lomakka

En tapper höstsol letar sig fram över de vinröda husen på Visättravägen. På den grönskande gårdsplanen parkerar en vitlackerad tjänstebil.

– Här kommer jag med solen! Utbrister Huges gladlynte fastighetsvärd, Hans ”Hasse” Lange, och hoppar ut ur det eldrivna fordonet.

Det är en hektisk tisdagseftermiddag och Hans, som varit igång sedan klockan sju imorse, gör sig redo för nästa uppdrag.

– Jag ska bara ta med mig ett par grejer, säger han och pekar mot den fullastade bakluckan. Allt som allt har jag nog ett par hundra verktyg, men sen är jag ju lite av en verktygssamlare.

Fem trappor upp hörs ljudet av klingande metallrör, rinnande vatten och

muntra meningsutbyten. Hans är i full gång med att byta ut handfatet hemma hos läkarstuderande trebarnsmamman, Suzan Yousif, som har bott i lägenheten i drygt ett år.

– Det känns jättebra att få det utbytt, det gör så mycket för trivseln, säger Suzan med ett leende.

HANS LANGE INGÅR i ett litet team på tre fastighetsvärdar som tillsammans täcker in cirka 800 av Huges lägenheter i Visättra med omnejd. Han berättar att trots fyra år som fastighetsvärd, varav drygt två och ett halvt spenderat på Huge, fortsätter hans arbetsdagar att bjuda på överraskningar. Det är också en av de saker han gillar med jobbet. →



– Det absolut roligaste med mitt jobb är att jag aldrig vet hur dagen ska bli, det dyker alltid upp något nytt. Man måste kunna improvisera och samtidigt få det snyggt och proffsigt gjort.

Hans fortsätter:

– Det är viktigt att leva upp till förtroendet, personen har ändå släppt in mig i sin lilla "borg".

IFASTIGHETSVÄRDENS VERKTYGSLÅDA ingår mer än skruvar och avancerade verktyg.

Förutom en gedigen hantverksskicklighet, kräver yrket en god kommunikativ och social förmåga, berättar Hans.

– Jobbet handlar mycket om att möta människor, vilket jag tycker är jättekul. Man kommer nära hyresgästerna och lär sig om andra kulturer.

Hans bär ut det gamla handfatet. Ett par minuter senare återvänder han till lägenheten med ett alldeles nytt och fint i porslin. När installationen är färdig återmonterar han även ett duschmunstycke som Suzan använt sig av vid vasken – ett bonusprojekt som hon tacksam tar emot.

– Hasse har alltid en lösning på allt, säger hon och skrattar till.

HANS TILLÄGGER ATT inga föremål i våra hem varar för evigt, ibland behöver inredning helt enkelt bytas ut. Samtidigt menar han att det finns ett par saker man kan tänka på som hyresgäst för att ännu bättre ta hand om sitt badrum. Bland annat stöter Hans ofta på företeelsen igentjepade ventiler.

– Hyresgäster tycker ibland att det blir för kallt i badrummet och täpper igen ventilen, men då blir det ju ingen ventilerings alls. Då är det mycket bättre



Idag är badrummet i fokus. Hans "Hasse" Lange installerar ett nytt handfat hemma hos Hyresgästen Suzan Yousif.

att göra en felanmälan, så kommer vi och mäter temperaturen.

Vidare tipsar Hans om att det är bra att hålla badrumsdörren öppen så mycket det bara går för att släppa ut den fukt som gärna bildas i våra badrum.

SNART ÖVERGÅR BADRUMS-MAKEOVERN till en fikapaus som Suzan bjuder in till. Hasse blir visad till ett ljust vardagsrum som redan doftar kaffe. De slår sig ned i en gråmelerad soffa, pratar livligt och förtroget om de senaste händelserna i Visättra, innan plikten åter kallar och Hans drar vidare på nya uppdrag. ●





Namn: Hans Lange.

Bor: I Södertälje.

Ålder: 55 år.

Familj: En son som har flyttat hemifrån.

Gillar: Fotboll och att snickra hemma.

Gör på Huga: Jobbar som fastighetsvärd.

En plan för alla

100 kids, Vårby Gäris och H.A.N.G. Det är några exempel på inkluderande initiativ för ungdomarna i kommunen.

Text: Per Johnsson **Foto:** Anna Björkegren

Det finns flera initiativ i kommunen för att barn och ungdomar ska hitta till idrottslivet och att det i sin tur ska bryta utanförskap, öka folkhälsa och skapa trygghet. Ett av de senare satsningarna går under namnet H.A.N.G, som är en förkortning av "Huddinge. Aktiviteter. Nyttänk. Gemenskap.". H.A.N.G. är ett samarbete mellan RF-SISU Stockholm och Huddinge kommun, där man bjuder in barn och ungdomar till allt från fotboll till dans, på olika tider och platser i Huddinges stadsdelar Vårby gård och Flemingsberg.

– Det är ett bra samarbete där vi både stöttar det befintliga föreningslivet och startar nya verksamheter

i Flemingsberg och Vårby. Vi i Huddinge Basket leder projektet, men det viktiga för oss är att ungdomarna ska kunna hålla på med sin passion. Därför handlar det inte bara om basket utan lika mycket om kampsporter, boxning, dans, gymnastik och fotboll. Vi stöttar där behov finns, säger Huddinge Baskets ordförande Jonas Morin som driver projektet.

JONAS MORIN ÄR en eldsjäl i ordets rätta bemärkelse. Förutom att han lägger ner flera timmar i veckan av sin fritid i baskethallen tillsammans med ungdomar och ligger bakom H.A.N.G. så har han dragit igång flera andra integrationsprojekt i olika delar av



Satsningen H.A.N.G (Huddinge. Aktiviteter. Nyttänk. Gemenskap) är ett samarbete mellan RF-SISU Stockholm och Huddinge kommun.

H.A.N.G.

Startade: Våren 2020.

Var: Vårby Gård och Flemingsberg.

Syfte: H.A.N.G ska bidra till att bryta utanförskap, öka jämställdhet, skapa trygghet och bidra till folkhälsa med idrotten som verktyg.

Dimitra Lettfält hade själv
Jonas som tränare - nu
coachar de unga tillsammans.



Namn: Jonas Morin.
Ålder: 52 år.
Familj: Fru och två barn.
Bor: Trångsund.
Utmärkelser: Årets eldsjäl
i kategorin integration vid
Årets Eldsjälgala 2017.
Utsedd till den första
hjälten i projektet Loka
heroes.



Huddinge kommun genom åren. Bland annat "100 kids i Vårby" där målet var att 100 unga i området skulle börja spela basket, "Vårby Gäris" som var en satsning för att få fler tjejer i förorten att idrotta och "HangOut Fridays" där ungdomar kan komma och umgås och spontanidrotta på fredagkvällar.

SJÄLV BÖRjade Jonas Morin spela basket när han var 16 år. Och han blev, som han säger, "kär med en gång". Kärleken ledde honom till spel på elitnivå i både Sverige och utomlands, innan han la skorna på hyllan och inledde sitt liv som ungdomsledare.

– Jag hittade min passion i tonåren och har sedan fortsatt med detta i någon form i hela mitt liv, säger han och fortsätter:

– När jag träffar 25-åringar som jag tränade när

de var 4–7 år blir jag alltid lika glad. Att ha varit med i deras uppväxt och se att de har blivit vuxna människor med sunda inställningar är värt allt slit. Det bästa jag kan ge mina och andras barn är världen, och det gör man bland annat genom idrotten när alla är lika välkomna.

DIMITRA LETTFÄLT är en av de ungdomar som Jonas sett växa upp. Hon är 22 år och nu coachar de unga tjejer tillsammans.

– Jonas har följt väldigt många sedan de var små och jag tror att han har stor glädje i att kunna hjälpa och förbereda dem ut i livet. Han har gett mig all inspiration kring träningsupplägg och hur man ska vara mot varandra. Han är otroligt stöttande och får en att tro på sig själv, säger hon. ●

Våra liv kan se väldigt olika ut men det vi alla har gemensamt är att vintern är här och att året går mot sitt slut. Värden tog en promenad i Trångsund, och för att sammanfatta året frågade vi fem hyresgäster:

Vad är det mest positiva som hänt dig under året?

Text och foto: Carla Lomakka



Veronica Kovacs

- Jag är en sådan som alltid fäster mig vid de små sakerna i livet. Här-omdagen påbörjade jag till exempel en ny bok som jag fått av min son. Den är skriven av Björn Natt- hiko Lindeblad och är så otroligt bra att jag är alldeles till mig. Redan i förordet var jag tvungen att lägga ifrån mig den för att jag blev så tårögd och rörd!



Kenneth Gustafsson

- Covid-restriktionerna har släppt och det har inneburit att jag äntligen, efter ett och ett halvt år, kan flytta tillbaka från landet och hem till Trångsund. Nu kan jag äntligen promenera omkring här i området, träffa mina grannar och prata en stund.



Jessica Nyman

- Det första jag tänker på är att jag och min familj har fått tag i ett nytt boende. Vi har länge varit på jakt efter något större. Det är spännande med en nystart - även om det förstås är väldigt mycket att ordna och fixa med just nu.



Javier Mendoza

- Mitt jobb är nog det bästa med det här året. Jag jobbar med städning och gör så att det inte är smutsigt i fastigheterna. Det är bra arbetstider och jag får fina ord från hyresgästerna som bor här runtomkring!



Johan Hägglund och dottern Ines

- Det bästa som har hänt måste nog vara att Ines här har lärt sig att stå på benen och gå på egen hand. Hon har fyllt två år också!

”Vi sprang 60 meter här på 40-talet”

Berättat för: Linda Hällqvist
Foto: Henrik Gustafsson Nicander

Namn: Inga Jansson.

Bor: Klockarvägen i Centrala Huddinge.

Gör: Nybliven 94-åring som gillar att promenera, läsa och träffa grannar.

”NÄR JAG FLYTTADE in 1955 var huset alldeles nybyggt. Det var i maj, jag var 27 år och det kändes fantastiskt. Allt var så modernt! Min lägenhet ligger nära både kommunikationer och naturen – det är nog därför jag bott kvar under alla år. Det har känts tryggt. Det har också alltid varit nära till mitt föräldrahem i Stuvsta. I början på 40-talet när jag gick i skolan brukade vi ha olika friidrottsövningar på de här tomterna, vi sprang 60 meter kommer jag ihåg.

Jag har alltid gillat att vara ute och röra på mig och jag cyklade faktiskt ända fram till åttio års ålder. Jag var en god åkare på skidor och har simmat en del – kanske är det därför jag har haft god hälsa så här länge. Min make gick tyvärr bort redan för nittionio år sedan och sedan dess har det varit mycket ensamt. Men jag har några trogna grannar som hjälper mig när det behövs. Vi sitter ute på gården och pratar ibland, det är trevligt. Det har ju förstås varit lite mindre på den fronten under pandemin, det tar lite på humöret tycker jag. Jag vill ju kunna titta i affärer och så, Huddinge Centrum har ett så stort utbud nu – det är stor skillnad mot förr.

Nu längtar jag mest till att min balkong ska bli klar, så att jag kan sitta i morgonsolen och dricka kaffe igen – det får kanske bli till våren.” ●

Kalendarium

Här hittar du ett urval av fritidsaktiviteter och upplevelser runt om i Huddinge, som äger rum under vintern.

Flemingsberg

• Träna Zumba

Välkommen på Zumbaträning i Fleminghallen. Gabriela Morales samlar ett glatt gäng som svettas ihop under en timme. Det är gratis och alla kan vara med!

Var: Fleminghallen.

När: Varje fredag fram till 16 december, kl 18-19.

• Julkonserter

Välkommen på två julkonserter i Flemingsbergs kyrka. På söndagen sjunger vi in julen tillsammans med Stockholmskvartetten och på onsdag blir det julkonsert med Husbandet. Fri entré.

Var: Flemingsberg kyrka.

När: 12 december kl 18 och 15 december kl 19.

Centrala Huddinge

• Skapa i Konstverkstan

Konstverkstan är en pedagogisk verksamhet för barn och ungdomar. Alla barn är välkomna att skapa tillsammans med vuxen sällskap. Den 11 december är det julpyssel! Fri entré.

Var: Fullersta Gård.

När: Lördagar kl 12-16.

• Kulturskolans luciakör

Välkommen på ett stämmingsfullt luciataåg utomhus. Fri entré.

Var: Stora torgets utomhusscenen.

När: 13 december kl 18.



Njut av stämmingsfulla luciataåg i Huddinge. Du kan bland annat lyssna till Kulturskolans luciakör på Stora torgets utomhusscenen i Huddinge Centrum.

Skogås

• Språkkafé

Välkommen på språkkafé! För dig som vill öva på att tala svenska tillsammans med andra. Gratis och biblioteket bjuder på kaffe.

Var: Skogås bibliotek.

När: Varje onsdag fram till 15 december, kl 17.30-18.30.

• Sagor, sånger och ramsor

Välkommen på berättar-föreläsning och lyssna till Camilla med den magiska sagomanteln. Passar för barn 2-6 år. Gratis, beställ biljett på Huddinge.se

Var: Skogås bibliotek.

När: 10 december, kl 10.30.

Vårby

• Animationsverkstad

Testa olika slags filmtekniker på Vårby bibliotek med barnkonsten, i samarbete med Kulturskolan. För åldern 6-15 år. Fri entré.

Var: Vårby allé 26.

När: 6 december och 13 december, kl 14-16.

• Familjelördag

På lördagar är vår konstverkstad öppen för hela familjen! Teckna, måla och skapa med hjälp av våra konstpedagoger. Barn under 6 år är välkomna i vuxens sällskap. Fri entré.

Var: Vårby allé 26.

När: Varje lördag fram till 18 december, kl 13-15.

Sudoku

				6			
	1			5	3		9
		3		2			5
					2	5	1
1			5	4			
	9					4	7
	2	6		7			
	5	4	9		1	7	2
		1		6		4	3

© 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:
varden@huge.se

De tre först inkomna rätta svaren belönas med en brandfilt.

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

Sudokuvinnare i Värden nr 3 2021: Elvira Ferrarini, Dana Azad Abdulla och Anethe From Björk i Huddinge. Grattis! Ni får ett paket från Huge hemskickat. Rätt svar var 195.

Kundservice svarar i Värden

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

Nu har vi äntligen fått resa utomlands, men det verkar som att vi fått med vägglöss hem från hotellet. Vad ska vi göra?

Hej och vad bra att du hör av dig! Om du hittar spår som du misstänker är från vägglöss ska du direkt ringa vår saneringsfirma Anticimex på 075-245 10 00. Det är gratis för dig som bor i Huges lägenhet. Vägglöss måste alltid saneras professionellt och du som boende är skyldig att informera Huge om att du har skadedjur i din bostad.

Läs mer om vägglöss på huge.se.



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 stadelscentrum såsom Huddinge centrum och Flemingsbergs centrum. Vår vision är att skapa livskraft i Huddinge.

Huge Bostäder AB
Box 1144, 141 24 Huddinge

Besöksadress:
Huddinge centrum, Sjödalstorget 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
Ansvärgivare:
Karin Strömberg Ekström
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, varden@huge.se

POSTTIDNING B

Avsändare:
Huge Bostäder AB
Box 1144, 141 24 Huddinge



Klockan: 19.49

Var: Huddinge Centrum

Vem: Eija Johansson.

Bland mataffärer, butiker och caféer möts pendlare, småbarnsfamiljer, ett grabbgång och en till synes ensam bostonterrier som lugnt strosar bland gatorna i Huddinge centrum. Alla lyses upp av den nyupphängda julbelysning som skänker en fin stämning i den mörka novemberkvällen.

De väl upplysta skyltfönstren tävlar om de passerandes uppmärksamhet med allt från glimmande smycken, nobelprisböcker, sushi, veckans matvaror och förstås leksaker. På väg hem från dagens arbetspass på Huddinge sjukhus stannar Eija Johansson från Kungsbacka upp och tittar på utbudet i smyckesaffären. Det blev inga smycken denna kväll men ett matinköp efter en dag med hårt tryck på akuten.

- Det är fint och trevligt med belysningen. Nu saknas det bara lite snö och en julgran, säger hon.