

MÖTET

Boliviansk folkdans  
i Eklövet

LEV HÅLLBART

Så gör våra träd  
nytta för dig

ENKLARE VARDAG

Bjud in till kafferep  
på klassiskt vis

# I våra kvarter

Nummer 1,  
vår/sommar 2026

Ett magasin för dig som är hyresgäst hos Poseidon

MAGASIN



**Tillsammans**  
Välbesökta  
torsdagsluncher  
i Backa



**Poseidon och  
hyresgästen**  
Så hittar du  
studentlägenhet

REPORTAGET

Fredagar  
i Länsmanshuset

## En mötesplats, hundra idéer

# Innehåll.



ENKLARE VARDAG

16

SOFIA RUNARSDÖTTER



MÖTET

MIKAEL GÖTHAGE

30

16

## En levande fikatradition

Bokaktuella **Gustav Bergström** guidar oss genom den svenska fikatraditionen och slår ett slag för att bjuda in till kaffe och sju sorters kakor.

30

## Boliviansk folkdans i Eklövet

Med rötter i Bolivia och hjärtat i Göteborg sprider dansgruppen **Fraternidad Illari** både energi, gemenskap och inspiration.

## På gång

SID 4

## Reportaget

Fredagar i Länsmansgården är allt annat än tråkiga. I **Länsmanshuset** myllrar det av liv när både stora och små samlas för aktiviteter, skrott och gemenskap.

SID 6

## Mark Isitt om ...

... Järntorget 6. Arkitekturkritikern **Mark Isitt** tar oss till Järntorget och det gamla *Ny Tid*-huset från 1893.

SID 10

## Poseidon och hyresgästen

Nu kan du hyra studentlägenhet hos **Poseidon** via **Boplats**. Så här funkar det.

SID 12

## Guiden

Hyresgästen **Mikael Burman** tar oss med till sitt Kaverös.

SID 14

## Initiativet

Nu sätter **Poseidon** upp ännu fler cykelpumpar så att alla hyresgäster ska ha tillgång till en i sitt närområde.

SID 21

## Profilen

Vad jobbar en husvärd på **Poseidon** med och vad kan de hjälpa till med? Träffa husvärden **Oskar Blomén** i Kviberg.

SID 22

## Tillsammans

Första torsdagen i månaden bjuds det på lunch i **Lobbyn**. *Lunch i Backa* har snabbt blivit en populär mötesplats.

SID 24

## Fråga Poseidon

Vad får man och får man inte göra på gården? Vår husvärd svarar på era frågor.

SID 27

## Experten

Kändisträdgårdsmästaren **John Taylor** tipsar om hur du får en grönskande balkong till semestern.

SID 28

## Lev hållbart

Så jobbar träden utanför ditt fönster för att du ska må bra.

SID 32

## Hållbara nyheter

SID 34

## Korsordet

SID 35

## Till sist

SID 36

# ”Med studenter växer framtidstron”

**MÅNGA MINNS KANSKE** känslan när antagningsbeskedet till utbildningen man hoppats på damp ner i brevlådan efter en lång väntan. Det riktigt pirrade av förväntan. Men snart infann sig frågan: var ska jag bo? För många är det avgörande. Därför är jag glad över att vi nu erbjuder studentlägenheter, så att fler unga kan flytta hit, studera och bli en del av vår stad. Jag har själv två studerande barn som upplevt hur svårt det är att hitta boende.

Med studenter växer framtidstron, och de är viktiga för stadens kompetensförsörjning och fortsatta utveckling. När jag läser om **Tindras** glädje över sin studentlägenhet blir jag varm i hjärtat (sida 12).

**ETT BRA BOENDE** handlar också om det som finns utanför hemmet, som närhet till grönska och grönområden. Inom stadsplanering pratar man om ”3-30-300”-regeln: att kunna se minst tre träd från sitt hem, sin skola eller arbetsplats, att en stadsdel ska ha 30 procent trädkronstäckning och att ingen ska ha mer än

300 meter till närmaste grönområde. Det känns bra att vi lever upp till mycket av detta. Läs mer om träd på sidan 32.

**TILL DET HÄR** numret har vi också gjort om magasinet något. En krönika av **Mark Isitt** är ett nytt inslag, och i detta nummer skriver han om *Ny Tid*-huset på Järntorget, som **Poseidon** stolt förvaltar. Det är ett av Göteborgs vackraste hus, om du frågar mig.

Trevlig läsning och ha en fin sommar!

*Ylva Morén*  
Ylva Morén  
vd Poseidon



**DETTA SER JAG FRAM EMOT JUST NU:**

”Att ta fler promenader i våra bostadsområden och titta på fina gårdar och planteringar. Jag gillar att leta upp våra bikupor!”



## Behöver du nå oss?

Som hyresgäst kan du nå oss digitalt, via telefon eller genom besök. Så här gör du!

### Digitalt

Gör en serviceanmälan i **boendeappen** eller på *Mina sidor*, dygnet runt.

Kom ihåg att aktivera notiser i din mobil för att inte missa när vi hör av oss.

### Telefon

Om du har ett akut ärende, eller saknar tillgång till appen, kan du ringa vår **Kundservice** på telefon 031-332 1000, måndag till fredag klockan 08.00–16.00.

### Besök

Du kan besöka vår **Kundservice** på Redbergsvägen 12 eller ditt lokala distriktskontor.

För öppettider se [poseidon.goteborg.se/kontakta-oss](https://poseidon.goteborg.se/kontakta-oss)

## I våra kvarter MAGASIN

● **Poseidons redaktion:** Linda Thorsson och Katarina Mistic  
● **Redaktionell produktion:** Rubrik AB ● **Redaktör:** Maritha Arcos ● **Art Director:** Hanna Finnström ● **Tryck:** Stibo Complete, Vimmerby ● **Omslag:** Mikael Göthage ● **I våra kvarter** Magasin ansvarar ej för insänt, ej beställt material.

● **Hemsida:** [poseidon.goteborg.se](https://poseidon.goteborg.se)



POSEIDON



**ÄR DITT ÄRENDE AKUT?** För akuta ärenden på kvällar efter klockan 16.00 och på helger, ring vår **Fastighetsjour** på telefon 031-80 50 75

# PÅ GÅNG

## KONTAKTA OSS

### Så når du oss i sommar

! UNDER SOMMAREN HAR vi lägre bemanning, men du når oss som vanligt enklast via vår app eller på *Mina sidor*. Här kan du göra en serviceanmälan eller ställa en fråga när det passar dig. Har du gjort digital anmälan i appen och väntar på svar? Kom ihåg att aktivera notiser i din telefon för att inte missa när vi hör av oss! Du behöver aktivera notiser både i boendeappen och i inställningarna på din telefon.

Vår kundservice har öppet hela sommaren på telefonnummer 031-332 10 00, måndag–fredag 08.00–16.00. Du kan även besöka kundservice på Redbergsvägen 12 måndag–fredag 09.00–12.00 och 13.00–15.00. Våra distriktskontor har stängt för besök vecka 28–31. Våra trygghetsvårdare i Backa, Biskopsgården, Frölunda, Lövgärdet och Hjällbo går som vanligt i områdena på kvällstid, varje dag hela sommaren. ●

## ! NYHETER FRÅN POSEIDON



### Gratis aktiviteter hela sommaren

I sommar anordnar Göteborgs Stad och Poseidon massor av gratis aktiviteter för barn och ungdomar runt om i staden – allt från idrott och kultur till utflykter och pyssel. Du hittar alla aktiviteter på [poseidon.goteborg.se](https://poseidon.goteborg.se)



### Kvarteret Omställningen vann Årets bygge

Kvarteret Omställningen har tilldelats Årets Bygge 2026 av Byggindustrin. Under byggnationen har koldioxidutsläppen mer än halverats och hyresgästerna kan minska sin påverkan genom cykel- och bilpooler samt andra delningstjänster.



### Kort driftstörning vid byte av operatör

GlobalConnect tar över driften av Framtidens Bredbands fibernät. Flytten sker etappvis fram till sommaren 2027. På flytt dagen kan det förekomma en kort driftstörning. Mer information kommer när det är din tur.



### Nya torget invigt i Hjällbo

I maj invigdes det nya torget i Hjällbo, som har förvandlats till en lekfull plats med unika sittmöbler och äventyrsvägg. Belysningen har förbättrats och fler verksamheter har flyttat hit. Idéerna har tagits fram ihop med boende.



## Nya lägenheter vid Masthuggskajen

**!** VID MASTHUGGSKAJEN BYGGER vi nu ett hus med 126 lägenheter. Det ståtliga tioväningshuset får en fasad av både trä, röd plåt och sten – en flirt med områdets karaktär där den klassiska staden möter de ruffiga kantonerna. Högst upp på taket finns en stor terrass. Kloss an ligger ett parkeringshus och alla lägenheter vetter därför mot Masthuggstorget. Huset är en del av nya Masthuggskajen, en kontrastrik stadsdel med plats för grönska, kultur och nya möten. ●

### Vill du bo här?

Uthyrningen av lägenheterna startade i juni. Du som redan bor hos Poseidon kan söka lägenheter via Omflyttningsplatsen och några kan sökas direkt via Boplats. I december startar inflyttningen.

**miljard kronor**

**SÅ MYCKET PLANERAR** vi att underhålla våra hus för under 2026. Vi har rekordmånga projekt igång och renoverar just nu allt från fasader, fönster och tak till avloppsstammar och badrum. Några av de största projekten är stamrenoveringar av höghusen vid Frölunda torg och fasad- och fönsterrenovering på Doktor Forselius backe i Guldheden. Drygt 2 000 lägenheter kommer att beröras av renoveringar i år. Det är lite stökigt under tiden, vi vet, men de är nödvändiga för att våra hus ska hålla och vara vackra i många år framöver. ●



### HALLÅ DÅR

**Daniel Svärd,  
HR-chef Poseidon**

**”Sommarjobbarna gör verkligen skillnad”**

I SOMMAR BLIR vi dubbelt så många när vi tar emot 460 sommarjobbare.

#### Vad satsar Poseidon på just sommarjobb?

– Det är viktigt att som arbetsgivare kunna bidra med det vi kan och ge ungdomar i staden chansen att prova på sitt första jobb. Och de gör verkligen skillnad! Både för oss och våra hyresgäster, genom att vi kan göra det där lilla extra.

#### Vad hoppas du att de ska få med sig från sin sommar hos Poseidon?

– Förutom en första lön och en rad på cv:t så hoppas jag att de får med sig en känsla av att de gjort nytta. Och att de ser hur roligt det är jobba hos oss! Vi har flera medarbetare som började som just sommarjobbare och sedan satsat på en karriär inom branschen.

#### Sommarjobbarna erbjuds en kurs i civilkurage, varför det?

– Vi vill ge ungdomarna mer än bara pengar på fickan. Därför utbildar vi dem i civilkurage och hur de ska agera om de ser någon fara illa. Vi uppmuntrar också till att alltid säga hej! ●



# Länsmanshusets dörrar är öppna för alla

Mitt på Länsmanstorget ligger Länsmanshuset, en mötesplats där boende och föreningar i Biskopsgården kan förverkliga sina idéer och samtidigt hitta gemenskap. På fredagarna öppnas dörrarna för alla som vill och kan delta.



**Man får träffa andra man inte träffat förut och lär sig bra grejer.”**

IMAN AMER



**K**lockan närmar sig 17.00 och det börjar bubbla utanför Länsmanshuset i Biskopsgården. Barn och vuxna samlas vid entrén, ringer på dörrklockan och väntar otåligt på att få komma in. Bakom portarna pågår de sista förberedelserna inför kvällens öppna träff som arrangeras av **Biblioteksvännerna i Biskopsgården** – en fredag där alla, oavsett ålder, är välkomna.

– Fredagar för alla är gratis och öppet för dig mellan noll och hundra år. Vi vill skapa en mångspråkig mötesplats där vi fikar, pratar, skapar och leker med syfte att skapa gemenskap och sammanhållning i området, säger **Randi Myhre**, verksamhetsledare på Biblioteksvännerna.

**INNE I DEN STORA salen, Havet**, bokstavligen hörs rörelseglädjen. De unga ledarna tar emot barnen och bjuder in till lekar, dans och aktiviteter. Några barn galopperar över små bockar och leker med rockringar, andra sitter i sina föräldrars knän och samlar mod. Medan bar-



Den före detta kyrkan på Länsmanstorget har blivit Biskopsgårdens nya mötesplats och går i dag under namnet Länsmanshuset.



**Randi Myhre**, verksamhetsledare på Biblioteksvännerna.



**Magnus Jimvid**, besökare på Länsmanshuset.

nen roar sig får de vuxna möjlighet att engagera sig i kvällens workshop om hur årets medborgarbudget, på en miljon kronor, kan användas för sociala aktiviteter i Biskopsgården. Redan innan informationsmötet startar förs livliga samtal runt borden.

– Jag har en idé som jag kallar *Hemma hos i Biskopsgården*, berättar **Magnus Jimvid**. Min tanke är att **Göteborgs Stad** skulle kunna stå

för kök, ingredienser och marknadsföring. Så träffas man, lagar mat och bjuder sedan andra invånare på det man lagat tillsammans.

Runt honom diskuteras fler projekt, till exempel idéer om hur ungdomar och äldre kan träffas för att fika och utbyta erfarenheter, eller om lek, rörelse och aktiviteter för barn och unga.

Bredvid Magnus sitter en engagerad deltagare som nickar mot hans papper:

– Vilken bra idé! Väldigt folklig.

Just då lutar sig **Esah Siraj** fram från bordet intill, med ett leende:





Abdifitah och Anas Hassan var bland de många som deltog i barnaktiviteterna under Biblioteksvännernas aktivitet Fredag för alla.



Magnus Jimvid besökte Länsmanshuset med en idé till årets medborgarbudget. Där mötte han Esah Siraj, och tillsammans hjälptes de åt att formulera hennes förslag.



Zeyneb Dökümcü Öztürk, mötesplatskoordinator för Länsmanshuset.



Saniya Aijaz, deltagare i virkningscirkeln.

– Ursäkta, jag hörde vad ni sa, och det är väldigt bra förslag. Jag skulle vilja använda medborgarbudgeten för ungdomarna, så att de har någonstans att vara på kvällarna.

Magnus vänder sig mot henne, nickar uppmuntrande och välkomnar henne till sitt bord.

– Det där är en jättebra idé. Vill du att jag hjälper dig att skriva ned den?

Han drar fram ett nytt papper, och tillsammans börjar de sätta ord på tankarna. Det som nyss var en lös idé får struktur – meningar växer fram och detaljer förtydligas. Runt omkring dem händer samma sak vid andra bord. Någon fångar upp en tanke, fyller på med nya perspektiv och en annan lägger till en detalj som får allt att falla på plats.

**SEDAN LÄNSMANSHUSET INVIGDES** för ett halvår sedan har mötesplatsen snabbt blivit populär. Zeyneb Dökümcü Öztürk, mötesplatskoordinator för Länsmanshuset, berättar att det finns ett stort engagemang från boende och föreningar som vill vara med att utveckla mötesplatsen.

– Det finns ett tydligt behov av trygga och öppna platser där människor kan mötas, göra saker tillsammans och känna delaktighet i sitt område, säger hon

– Länsmanshuset är inte ett färdigt koncept, utan en mötesplats som utvecklas utifrån de



**Länsmanshuset är inte ett färdigt koncept, utan en mötesplats som utvecklas utifrån de behov och idéer som finns lokalt.”**

ZEYNEB DÖKÜMCÜ ÖZTÜRK

behov och idéer som finns lokalt. Vi samarbetar bland annat med olika studieförbund för att ge boende möjlighet att starta egna cirklar och förverkliga sina idéer.

**ETT EXEMPEL** ÄR virkningscirkeln som Adeela Amer startade i Länsmanshuset med stöd från studieförbundet NBV. Varje fredag träffas deltagarna för att virka och umgås, och i kväll är inget undantag. På bordet ligger garn i olika färger och Saniya Aijaz är precis i full färd med att lägga upp sitt livs första maskor.

– Det här är ett bra sätt att lära sig något nytt och samtidigt vara en del av gemenskapen. Efter som jag är föräldraledig såg jag fram emot att göra något bara för mig själv, men jag förstår att



Fullt ös och rörelseglädje vid sidan om medborgarbudget och virkning. Adeel Malhi och dottern Ayten Zara roade sig medan mamma Mahnoor Ali Cheema deltog i workshop i ett annat rum.



Saniya Aijaz besöker Länsmanshuset för första gången för att lära sig att virka. Hon får goda tips och råd från instruktören Adeela Amer, men även från Iman Amer, 10 år.

det händer mycket här i Länsmanshuset och tar gärna hit min dotter en annan gång, säger hon.

När Saniya kör fast får hon snabb hjälp av Iman Amer, 10 år, som är här tillsammans med sin bror Muhammad Youssuf och mamma Adeela som leder kursen.

– Kolla här, ta en sån här och sen lägger du den så här. Okej?

Iman pratar varmt om Länsmanshuset och de aktiviteter som varit här sedan mötesplatsen öppnades.

– Det är jätteroligt här, och det är gratis aktiviteter. Första workshopen var en *Science Club* där det var två personer från *Universeum* som kom hit. Vill man springa kan man göra det i *Havet*, eller så kan man gå den här virkningskursen!

Stolt visar Iman upp en bild på hur hon och Muhammad en gång fick vara volontärer och ta hand om de mindre barnen. Och trots sin ringa

ålder sätter hon fingret på precis vad mötesplatser som Länsmanshuset ytterst handlar om:

– Man får träffa andra man inte träffat förut och lär sig bra grejer.

**TIDEN RUSAR IVÄG**, plötsligt serveras det sam-buusa och kaffe, ett sista dansstopp rivs av inne i *Havet* och ett stort antal medborgarförslag lämnas in till *Bästa Biskop* medborgarbudget. Lika fort som huset fylldes, töms det igen när det två timmar senare är dags att stänga för kvällen.

– Vilken kväll! Vi hade förväntat oss kanske 100 besökare, men vi har varit uppe i 140 ikväll, konstaterar Randi Myhre.

Utanför lokalen dröjer sig några kvar för att prata mer och ett förbipasserande par, som nyfiket frågar vad som hänt där inne under kvällen, blir genast inbjudna till nästa vecka.

– Det är öppet för alla på fredagar, så ni är välkomna nästa gång! ●

## Om Länsmanhuset

**Poseidon och Bostadsbolaget** driver mötesplatsen **Länsmanshuset** tillsammans. Här ordnas det aktiviteter måndag till lördag. Regelbundna husmöten hålls där boende kan komma med förslag som kan utveckla området. På [poseidon.goteborg.se/lansmanshuset](https://poseidon.goteborg.se/lansmanshuset) hittar du hela schemat för mötesplatsen.

# MARK ISITT OM JÄRNTORGET 6

MARK ISITT är en svensk-brittisk arkitekturkritiker, författare, journalist och programledare.



TEXT: Mark Isitt  
FOTO: Peter Kvarnström & Daniel Petersson

## ”Rena Downton Abbey! I ett hyreshus!”

”JO, ÅKEJRÅ, det är utklassning. Total överkörning. *Ny Tid*-huset har inte en chans mot ... ööh ...

*Ny Tid*-huset. Alltså, de kallas så båda två, både det roströda från 1893 och det svartvita från 1957. Och det ska jag säga, att det bär mig emot att skriva, för jag är en inbiten förespråkare av det moderna, hävdar så ofta jag bara kan att det inte *alls* var bättre förr, att den samtida arkitekturen *visst* kan vara lika vacker, lika slående, lika spektakulär. Men, tusan, ibland har man bara fel ...

För om vi börjar högst upp i huset... eller förresten, om vi börjar hööööööggt uppe i – hopp! – **Hotell Drakens** penthouse restaurang, på 33:e våningen ... där uppifrån inser du direkt vilken glödande brännpunkt det *gamla Ny Tid*-huset utgör; det står just precis exakt i vägskälet mittemellan Haga och hamnen, mittemellan Linné och Masthugget. På en av Göteborgs allra viktigaste tomter; på de västra stadsdelarnas motsvarighet till innerstadens Götaplats.

Nu är ju förstås Järntorget inte ett dugg fiiiinkulturellt och aristokratiskt. Detta är den svenska arbetarrörelsens vagg. Redan 1874 byggdes **Arbetarföreningens** hus – på tomten där *nya Ny Tid*-huset står – och 1909 byggde man om det huset från grunden – ska vi kanske kalla det det *nygamla Ny Tid*-huset – och 1952 invigdes **Folkets hus** och 1955 revs det *nygamla Ny Tid*-huset och *nya Ny Tid*-huset byggdes och både redaktionen och tryckeriet flyttade in och därmed blev Järntorget hela Sveriges Röda torget – ”En plats för debatt”, som **Olof Palme** kallade det – med Första maj-demonstrationer och

diskussionskvällar och diskbänksrealism med **Kent Andersson** på **Folkteatern**.

Vid den tiden levde *Ny Tid*-huset – det *gamla* alltså – sannolikt rätt farligt. Pråligt, ståtligt, förnämt, inte massproducerat och anspråkslöst som socialdemokratin förespråkade. Hade det inte varit för att *Ny Tid* haft sin redaktion i huset skulle det förmodligen rivits. För det ska man komma ihåg, decennierna efter kriget var sossarna långt ifrån de huskramare de framställer sig som i dag. Mellan -59 och -74 lär över hälften av alla lägenheter i centrala Göteborg ha rivits – det spelade ingen roll om husen var mästerverk. Som detta.

**JÄRNTORGET 6.** Så lyder den faktiska adressen. Här finns en hantverksskicklighet vi numera bara kan drömma om. Byggt i kalksten, tegel, ek, koppar, gjutjärn med synliga betongdetaljer som ger en spännande hint om framtidens byggt teknik. Marmorerade trapphus, blyinfattade fönster i färgat glas, mönstersatta klinkergolv, tak med lister och rosetter i vitaste marshmallowstuck. Rena Downton Abbey! I ett hyreshus! Svårt att begripa.

Bara några år senare ritade samme arkitekt, tysk-svenske **Louis Enders**, ett annat citypalats, minst lika elegant, Arkaden vid Brunnsparken. Det revs 1972.

Visst ja! Högst upp, uppe på taket, där skimrar tre lökkupoler. Inte i något försök att knyta an till någon lokal byggt tradition, utan bara för att det är vackert. Som spritsad grädde på en krokan. Mmmmm. ●



Vid Järntorget östra sida ligger det svartvita huset där *Ny Tid* flyttade in 1959, i dag ägt av Socialdemokraterna och LO Göteborg.

### *Ny Tid*-huset, Järntorget 6

Järntorget 6 stod färdigt 1893 och ritades av **Louis Enders**. 1927 köptes huset av tidningen *Ny Tid* som hade redaktion och sätteri här tills de flyttade till Järntorget 4, *Nya Ny Tid*-huset, i slutet av 50-talet. **Poseidon** har förvalt Järntorget 6 sedan 1988, restaurerat och byggt till kvarteret som går under namnet **Styckjunkaren**. Järntorget 6 består i dag av tio hyresrätter samt affärs- och kontorslokaler.



**VISSTE DU ATT** Järntorget  
6 bärs upp av hundra-  
åriga träpålar eftersom  
Linnégatan från början  
var en bäck. Dessa pålar  
måste hela tiden hållas  
blöta för att inte ruttna.  
2023 borrade Poseidon  
nästan 300 hål i källar-  
golvet som fylldes med  
konserveringsmedel  
som skyddar grundens  
trästommar och för-  
länger dess livslängd  
med 30–50 år.

# Poseidon gör rum för studentlivet

Ska du eller någon du känner studera i Göteborg? Då finns det möjlighet att hyra studentlägenhet hos **Poseidon** via **Boplats**. Du kan bo kvar under hela studietiden och får samtidigt behålla dina köpoäng.

**N**är studenten var avklarad gav sig **Tindra Larsson** ut i världen. Säsongsjobben tog henne från Sälen till Asien, Centralamerika och Australien. Efter tre år på resande fot började tanken på studier växa fram och precis innan jul fick hon besked om att hon blivit antagen till tandläkarprogrammet i Göteborg. Att söka lägenhet fick däremot vänta till mellandagarna.

– Jag skulle råda andra att ställa sig i bostadskö och börja söka direkt när man får sitt antagningsbesked. Det gjorde inte jag, och då fanns det inte mycket att välja på. Men till slut fick jag tag på ett ganska dyrt rum i en privat villa, berättar hon.

**TILL EN BÖRJAN** blev det alltså en tillfällig lösning, men målet var hela tiden att hitta något eget. Tindra började därför söka aktivt i flera olika bostadsköer.

– Jag ställde mig i alla köer jag kunde och redan efter två månader på **Boplats** fick jag den här lägenheten hos **Poseidon**. Det hade jag verkligen inte förväntat mig, för hos **SGS Studentbostäder**, där jag tror många söker, hade jag behövt flera tusen köpoäng.

Tindra bor nu i en av Poseidons lägenheter i Guldheden, med närhet

till både **Sahlgrenska akademien** och stadens puls. Poseidon har cirka 800 studentlägenheter runt om i Göteborg, bland annat i Högsbohöjd, Kaverös, Guldheden, Johanneberg, Frölunda torg och Lunden. De flesta lägenheterna har 1–2 rum med kök eller kokvrå och är omöblerade.

– Jag trivs jättebra här. Utsikten är fantastisk och dessutom har jag lägre hyra än många andra studenter jag pratat med, konstaterar Tindra Larsson.



**Catherine Nguyen,**  
uthyrare på  
Poseidon.

studentlägenheter hyrs ut på tidsbegränsade kontrakt med villkoret att man studerar minst 15 högskolepoäng per termin.

– Tack vare att studentlägenheterna räknas som korttidskontrakt behåller man sina köpoäng och fortsätter också samla poäng på **Boplats** under hela sin studietid, förklarar **Catherine Nguyen**, som är uthyrare på Poseidon.

– Det betyder att jag kommer att ha fem års köpoäng när jag är färdig

**HOS POSEIDON** finns också ett mindre antal studentlägenheter i utsatta områden, där studenter kan bo kvar även efter studietiden. Övriga



med utbildningen, vilket är toppen den dag jag ju behöver lämna studentlägenheten, konstaterar Tindra Larsson.

**NÄR DET GÄLLER** kontraksreglerna förklarar Catherine Nguyen att det också finns viss flexibilitet för studenterna.

– Det är bara en person som kan stå på kontraktet, men det är tillåtet att bo tillsammans med en sambo eller kompis. Man kan också överlåta sitt studenthyreskontrakt till en kompis som man har bostad med i minst två år, förutsatt att



den personen studerar vid överlåtelse tillfället.

Genom att Poseidon är både den som hyr ut och förvaltar studentlägenheterna blir också kommunikationen med Poseidon smidigare för studenterna.

– Tidigare har många studenter bott i bostäder i Poseidons befintliga bestånd som hyrts av SGS, vilket inneburit att de saknat tillgång till våra appar för felanmälan och information. Nu får de en direkt och snabbare kontakt med husvärden, vilket förenklar både felanmälningar och allmän service, säger Catherine Nguyen. ●

”  
Efter bara två månader på Boplats fick jag den här lägenheten hos Poseidon.”

TINDRA LARSSON,  
STUDENT.



## Så söker du studentlägenhet

**ALLA SOM STUDERAR** eller har antagningsbesked till en CSN-berättigad eftergymnasial utbildning, på minst halvfart, kan söka studentlägenhet hos Poseidon. Så här gör du:

### 1 REGISTRERA DIG PÅ BOPLATS

För att söka Poseidons studentlägenheter skapar du ett konto på [boplats.se](https://boplats.se) och börjar samla köddagar genom att betala årsavgiften (gratis tills du fyller 22 år).

### 2 SÖK LÄGENHETER

Våra studentlägenheter hittar du på **Boplats** genom att välja *Student* under *Typ av lägenhet* och ange *Studerande* som huvudsysselsättning i din profil.

### 3 SÄTT UPP EN BEVAKNING

Skapa en eller flera bevakningar för att få e-post om lediga lägenheter som kan passa dig. Du kan skapa upp till fem olika bevakningar.

### 4 SMARTA TIPS

Jämför dina köddagar med statistiken och se hur många som är före dig på varje lägenhet för att avgöra var du har störst chans att få boende. Om du vill ha möjlighet att bo kvar efter studietiden, sök dig till våra områden i Hjällbo, Lövgärdet, Backa och Biskopsgården.

**?** **VILL DU VETA MER?** Läs mer på [poseidon.goteborg.se/soker/lagenhet/olika-boendeformer/studentlagenheter/](https://poseidon.goteborg.se/soker/lagenhet/olika-boendeformer/studentlagenheter/)

# GUIDEN: Mitt Kaverös.



Mitt emellan Högsbo och Frölunda ligger Kaverös – ett område som få känner till, men desto fler blir kvar i. Hyresgästen **Mikael Burman** flyttade hit som 16-åring, och har aldrig velat flytta härifrån.

## ”Här finns natur, historia och kärlek”

”**EN GÅNG HÖGSBO**, alltid Högsbo är ett gammalt uttryck för oss som är uppväxta här. Ja, nu bor jag ju i och för sig inte i Högsbo längre – jag flyttade till Kaverös när jag var 16. Men alla i Kaverös säger ungefär samma sak. Det finns så mycket här som gör att man aldrig vill flytta härifrån. Gemenskapen är speciell och här känner man sig trygg. Vi hejar alltid, frågar hur det är och hjälper varandra så mycket vi kan. Det är gott att leva här, och jag uppskattar verkligen lugnet. Läget är dessutom kanon – du kan promenera till både havet och stan på en timme, eller cykla om du vill ta dig dit snabbare. Bil har jag aldrig haft.

**MED MIN FASCINATION** för höjder och öppna vyer kan jag inte hitta en bättre plats att bo på.

Nästan varje morgon går jag och min fru **Jeanette** upp på Kaverösberget och gör qi gong. Vi njuter av den friska luften, den öppna horisonten och doften av havet. Jag gillar att komma upp och få en överblick över naturen. Och så här års är det oslagbart! Vi har precis fått njuta av de fina vitsippsdalarna, en vid Torpadammen och en på väg ner mot Ruddalen. Tillsammans med hassellundar och rinnande bäckar är det fantastiskt vackert. Förutom skogs- och naturupplevelser finns det också mycket att göra här. Våra gårdsföreningar ser till att hålla oss sysselsatta med värfester, tema- och klimatdagar, loppisar, poängpromenader och mycket mer. För mig som är historieintresserad är det också en guldgruva att bo här – det finns mycket kvar att upptäcka.” ●

### Detta är stadsdelen

**Antal lägenheter:** 714

**Hitta hit:** Kaverös ligger mellan Högsbo och Frölunda. Närmsta hållplats är Lantmilsgatan, dit spårvagn 1, 7 och 8 går. Därifrån är det cirka 5 minuters promenad till själva Kaverös.

**Visste du att:** Huset KaverösPorten, med 36 lägenheter, utsågs till årets byggnad i Göteborg 2010? Huset var tidigare ett parkeringshus och är ett bra exempel på hållbar stadsutveckling.



**Mikael Burman**

**Ålder:** 64

**Bor:** I en femma på 150 kvadratmeter.

**Familj:** Fru Jeanette, åtta barn och fyra bonusbarn.

**Gör:** Naturhälsoguide på Hälsoteket samt engagerad i gårdsföreningar och den lokala Hyresgästföreningen.



#### FÖR KULTURFLANÖREN

## Riddarstigen mot Klippan

**1** Under medeltiden var Riddarstigen en viktig förbindelse mellan Gamla Älvsborgs fästning och Varbergs fästning. I dag är det en rofylld promenadslinga som leder ner mot Klippans kulturminnesmärkta miljöer, med det gamla sockerbruket, Röda stens konsthall och Sankta Birgittas kapell. Stigen börjar vid Torpadammen i Kaverös och är runt två kilometer lång. Klippan bjuder på allt från samtidskonst till jazz och klubbmusik. Självklart kan du också promenera åt andra hållet – från Klippan mot naturnära Kaverös.

#### FÖR KLIMATHJÄLTEN

## ”Lilla Röda stugan” – Kaverös hjärta

**2** Bakom Barytongatan 6 i Kaverös finns en röd liten stuga, full av hjärta och omtanke. Tre dagar i veckan ringlar sig en lång kö med ett femtiotal personer som ska hämta bullar, bröd och mat som annars skulle ha slängts.

Hit kommer pensionärer, skolungdomar och människor i alla åldrar, och gemenskapen är stor. Initiativet drivs av den lokala **Hyresgästföreningen** och föreningen **Torpadammens vänner**. Tillsammans åker de runt och hämtar mat från bagerier och matställen i närområdet. I dag kallas **Röda stugan** därför för ”Rädda maten”-huset, och projektet börjar sprida sig till andra delar av Göteborg. Här arrangeras också loppisar, leksaksbibliotek och lovaktiviteter för barn och unga. Matutlämning sker klockan 14.00 måndagar, onsdagar och fredagar. Var ute i god tid! På onsdagar bjuds det också på soppa.

#### FÖR AKTIVA HISTORIEÄLSKARE

## Fornlämningar och motion i Ruddalen

**3** På toppen av Slottsberget, vid friluftsområdet Ruddalen, finns fornlämningar från 500-talet e. Kr. Här finns spår av en fornborg, gravfält, stensättningar och rösen. Upplev både vacker natur och en vidunderlig havsutsikt – perfekt för en utflykt och fikapaus i sommar. Eller varför inte en slottsfika, som Kaverösborna själva säger.



Vill du hellre röra på dig finns flera slingor i Ruddalen: Torpadamm-slingan (2,1 km), Slottsbergsslingan (2,4 km) och Lilla Slingan (1 km). I Ruddalen finns också den så kallade ”mördarbacken”, som lockar löpare att springa tuffa backintervaller. Under vintern är ishallen populär för både skridskoträning och nöjesäkning.

# Ett gott sätt att umgås

Kaffe i nätta små koppar, småkakor och kanelbullar. I hundratals år har svenskar samlats kring kaffebordet – inte bara för att fika, utan för att umgås med grannar, vänner och främlingar. I dag har det svenska fikat blivit något av ett kulturfenomen.

De senaste åren har den svenska fikan blivit något av ett internationellt fenomen. Begreppet "Swedish fika" sprids över världen, turistsajter lär ut hur man fikar som en riktig svensk och sociala medier fylls med prinsesstårter, kanelbullar och hallongrottor. Men långt innan fikan blev ett exporterat livsstilsbegrepp fanns kafferepet – 1800-talets kaffebjudningar som utvecklades till en viktig social ritual i de svenska hemmen. Här fanns tydliga uppförandekoder, vackert porslin, dignande kakfat och så småningom idealet om sju sorters kakor.

DET ÄR DEN traditionen som **Gustav Bergström**, som är bokaktuell med *Välkommen på kaffe*, tagit med sig från sin uppväxt.

– Jag är uppvuxen i en liten by där alla var jättegamla, så kanske har jag en lite daterad uppfostran. Men det var också en tid där man bakade och hade välfyllda frysar, säger Gustav, där han sitter vid köksbordet och bladdrar bland 46 klassiska kakrecept.

Efter trettio år i Stockholm har han återvänt till barndomshemmet i Norrbotten, där mycket fortfarande bär spår av den äldre kaffekultur han växte upp med. I skåpen finns serviser och mängder av både nödvän-



**Gustav Bergström**

**Ålder:** 54 år.

**Gör:** Skribent, föreläsare och författare. Bokaktuell med "Välkommen på kaffe".

**Bor:** I barndomshemmet i Hällestrom, Norrbotten.

**Vem vill du bjuda på kaffe?**

Siw Malmqvist. Tänk att få prata studioteknik över kalljästa bullar, havreflarn, nötchokladrutor, mazariner och en toscakaka.

diga och mindre nödvändiga bakattiraljer, nedärvda från generationer som bott i huset före honom.

– Jag behöver inte anstränga mig särskilt mycket för att få till en fin dukning i och med att jag ärvt så mycket, men om man inte haft den turen och ändå vill duka lite fint kan man köpa porslin väldigt billigt på second hand, säger han.

**HAN FÖREDRAR DE** klassiska små, nätta kaffeserviserna framför moderna muggar, som han beskriver som både stora och otympliga. Helst ska det finnas tunna riservetter, koppar med guldkant och matchande assietter, precis som när han växte upp, när kakorna alltid låg på fat i stället för direkt på bordet.

Kafferepet omgavs också av tydliga regler. Gustav förklarar att antalet sorter på kakfatet historiskt sett har haft en stor social betydelse. Sju sorter ansågs i många sammanhang vara ett lagom antal kakor, för att som värdinna varken anses som högfärdig eller snål. Men samtidigt var det viktigt att anpassa sig efter den lokala standarden: om alla i grannskapet bjöd på fem sorter, förväntades man själv bjuda på just fem sorter för att inte sticka ut.





GUSTAVS  
FAVORIT-  
ATTIRALJER



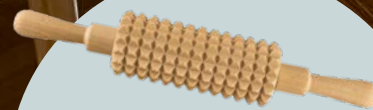
### Mandelkvarnen

Ett måste i de svenska hemmen på mitten av 1900-talet. För hur skulle man annars få till den där fluffiga finrivna mandeln? Att skålla, skala och veva mandlarna till ett fint mandelmjöl för bakning av mazariner, biskvier eller macarons är tveklöst mycket roligare än att köpa en påse mandelmjöl i affären.



### Kakspritsen

Sugen på småkakor till helgfikat? På 50- och 60-talet var kakspritsen och kaksprutan otroligt poppis. Med en sådan kunde du pressa ut perfekta mördegskakor genom små stansade formar – direkt på plåten. Blir du sugen på att testa finns de att köpa i moderna versioner, men annars finns de billigt i second hand-butikerna.



### Kruskaveln

En kruskavel, eller naggad kavel som det också kallas, är en kavel med små piggar som lämnar efter sig små hål i degen. Det förhindrar att degen bubblar upp och reser i ugnen. Med andra ord ovärderlig om du får för dig att baka knäckebröd, tunnbröd eller kanske pariserväfflor. Att mönstret är trevligt att titta på är en ren bonus.



## Tänk om man bara skulle sätta sig på innergården med ett kakfat och några koppar för att se vad som händer?”

GUSTAV BERGSTRÖM

→ – Det fanns också en tydlig uppdelning där vardagsfika bestod av färre och enklare sorter, medan man vid födelsedagar och festligheter bullade upp med väldigt många sorter, berättar Gustav.

ATT FIKA ENLIGT konstens alla regler kräver disciplin. Man behöver stå emot impulsen att gå rakt på det bakverk som ser godast ut. I stället börjar man med grovdoppat, som vetebröd eller sockerkaka, innan man går på småkakorna för att sedan unna sig en hambakt mazarin.

– Och till sist blir det tårta! Man kan nämligen inte börja med tårta direkt. Det går inte för sig, säger Gustav bestämt, men med glimten i ögat.

Trots alla dessa pekpinningar kring hur fikaten skulle serveras och ätas var själva poängen med dåtidens kafferep, precis som med dagens fika, inte vad som låg på faten utan vad bjudningen möjliggjorde.

– Fika är en umgängesform. Det är och har alltid varit det viktigaste. Om man går långt tillbaka i tiden fick till exempel inte kvinnor gå på krogen, men de kunde gå på kaféer och de kunde bjuda hem folk på kaffe och bakverk, säger Gustav.

Det kunde vara allt från en enklare vardagskaffe i köket till ett praktfullt kafferep i stora salen eller kyrkstugan. Och eftersom folk sällan föränmälde sitt besök gällde det att ligga steget före med kaffebrödet.

– På landet är det väldigt vanligt att man bara tittar förbi. Så för mig är det naturligt att alltid ha något hemma i frysen att bjuda på. Jag skulle tycka att det var ganska jobbigt att behöva springa till affären och köpa något varje gång någon hälsar på.

## Nötchokladkakor

Sega och krispiga kakor med smak av choklad och nötter. Tar du en måste du ta en till!

SEG & NÖTIG

### INGREDIENSER:

- 1 dl hackad sötmandel eller hasselnötter
- 100 g rumsvarmt smör
- 1 ½ dl strösocker
- 3 msk kakao
- ½ tsk bakpulver
- 1 ägg
- 1 ¼ dl vetemjöl

### GÖR SÅ HÄR:

- 1 Lägga ett bakplåtspapper i en långpanna som har måtten 25x35 cm. Smörj bakplåtspappret för bästa resultat.
- 2 Hacka mandeln eller nötterna.
- 3 Vispa samman smör och socker med elvispen. Blanda därefter i kakao och bakpulver och rör samman.
- 4 Tillsätt ägg och vetemjöl och rör till en jämn smet.
- 5 Bred ut smeten i formen. Strö över mandel eller nötter.
- 6 Grädda i mitten av ugnen i 200 grader i 8 minuter.
- 7 Låt svalna ett par timmar och skär i bitar.



## Ambrosiakaka

Detta är en mycket saftig ambrosiakaka. Den bakas utan bakpulver och blir därmed ganska kompakt, vilket gör den godare.

LYXIG SÖNDAGS-FIKA

### INGREDIENSER:

- 125 g smör
- 2 ägg
- 1 ½ dl strösocker
- 1 ½ dl vetemjöl

### GLASYR:

- 2 dl florsocker
- 2 msk vatten
- ¼ msk citronsaft
- syltat apelsinskal, hackat



#### GÖR SÅ HÄR:

- 1 Smält smöret och låt det svalna.
- 2 Vispa ägg och socker pösigt.
- 3 Sikta ned vetemjölet och rör i smöret.
- 4 Häll smeten i en väl smörad och bröad springform som är 25–30 cm i diameter, och grädda i mitten av ugnen i 175 grader i 25 minuter.
- 5 Låt kakan svalna och lossa springformens kant. Flytta över kakan på ett tårtfat.
- 6 Rör samman florsocker, vatten och citronsaft, ta hellre lite för lite vatten än för mycket så att glasyren inte blir för tunn. Den får dock inte bli för tjock, den ska flyta ut.
- 7 Bred ut glasyren på kakan och garnera med syltat apelsinskal.



→ **SAMTIDIGT MENAR GUSTAV** att den där spontaniteten inte är lika självklar överallt. Efter att ha bott i både storstad och på landsbygd ser han en tydlig skillnad.

– Om någon cyklar förbi och frågar om vägen här på landsbygden är det naturligt att bjuda på kaffe – att inte hälsa ses som ett kardinalfel. Men i storstan upplevde jag det helt annorlunda. Råkade man hälsa på någon i tunnelbanan kunde man få mördande blickar, konstaterar Gustav.

Han funderar lite:

– Tänk om man bara skulle sätta sig på innergården med ett kakfat och några koppar för att se vad som händer? Många skulle säkert rusa förbi, men jag tror nog att några skulle stanna till och bli glada. Vem vet, genom att prata om hur goda och fräsiga havreflarnen är kan man kanske göra mötet mer avdramatiserat och få ett tryggare grannskap. ●



## Varför heter det fika?

**ORDET FIKA SÄGS** ha kommit till i början av 1900-talet, då man genom ett så kallat backslang kastade om stavelserna i ordet *kaffi* (som var dialekt för kaffe) och fick fram ordet *fika*. I början användes det som ett slangord för kaffepaus, men allt eftersom tiden gick blev det som serverades till kaffet och det sociala umgänget minst lika viktigt. Ordet *fika* kan alltså användas både som ett substantiv (pausen, umgänget och det man äter/dricker) eller som ett verb (att ta en paus, dricka kaffe och äta något gott).



FRASIGT  
& GOTT

## Havreflarn

Havreflarn kan vara minst lika goda som spröda nöt- eller mandelflarn. Hemligheten är ett bra recept som gör att smeten flyter ut och ger perfekta flarn.

### INGREDIENSER:

- 75 g smör
- 1 dl vetemjöl
- 1 dl socker
- 2 msk vispgrädde
- 2 msk ljus sirap
- ¼ tsk bakpulver

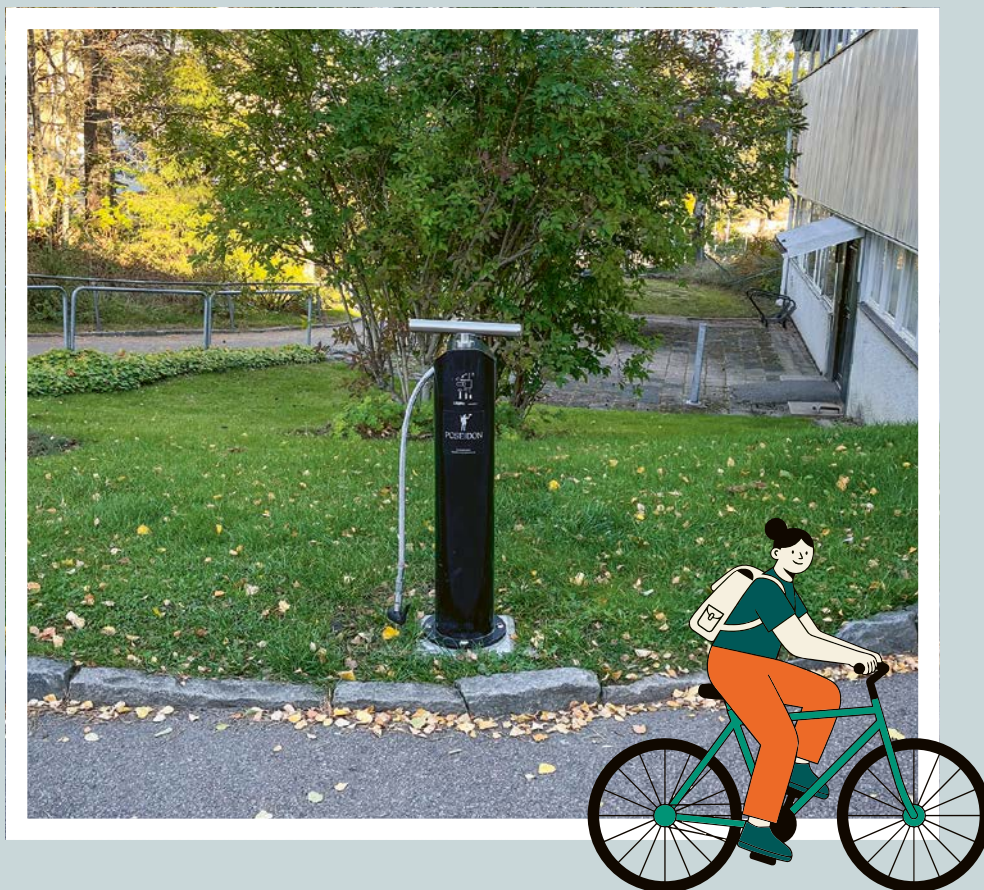
### GÖR SÅ HÄR:

- ❶ Smält smöret i en kastrull och låt det svalna.
- ❷ Rör i övriga ingredienser och klicka ut smeten glest på en smord plåt, ungefär 1 tsk smet per kaka.
- ❸ Grädda i 200 grader i den övre delen av ugnen i cirka 5–7 minuter.
- ❹ Låt kakorna svalna något, lossa dem och placera på plant underlag.
- ❺ Du kan också rulla dem som rullrån och fylla dem med smörkräm. Eller ta två flarn och lägga samman dem med smörkräm emellan.

# Initiativet.

Runt om i Poseidons bostadsområden görs stora och små insatser som bidrar till trivsel, gemenskap och en vardag som blir lite enklare för dig som hyresgäst.

TEXT: Frida Valentin  
FOTO: Poseidon



## Nya cykelpumpar nära dig

**VI VILL GÖRA** det enklare för våra hyresgäster att leva mer hållbart, bland annat genom att uppmuntra till att välja cykeln för de dagliga resorna. Nu ska cykelpumpar i områdena göra valet lättare! Under 2025 satte vi upp närmare 20 pumpar och nästan lika många kommer att sättas upp under 2026.

Ambitionen är att alla hyresgäster ska ha tillgång till en pump i sitt närområde, så att man slipper vända hem eller ställa tillbaka cykeln när man upptäcker att däcken är för platta för att trampa vidare. Den känslan har nog alla varit med om. Initiativet är uppskattat, och

många hyresgäster lyfter att det är både smidigt och praktiskt att ha cykelpumpar nära till hands.

**UNDER 2025 PÅBÖRJADES** ett omfattande arbete med att rusta upp våra drygt 1 300 cykelrum och skapa mer plats samt utrusta gårdarna med ramlåsställ.

Poseidon har dessutom etablerat fem cykelpooler med totalt 13 eldrivna cyklar av olika modeller – allt för att få fler hyresgäster att cykla! Både cykelpumpar, delningstjänster och elbilsaddare finns utmärkta på den nya mobilitetskartan på webben. ●

### Hitta en pump nära dig

**VILL DU VETA** var din närmsta cykelpump finns? Ta en titt på mobilitetskartan. Här hittar du också **Bostadsbolagets** och **Familjebostäders** cykelpumpar samt stadens offentliga pumpar. Passa också på att läsa mer om andra mobilitetstjänster i ditt område, till exempel **Styr & Ställ**-stationer och bilpooler.



Kartan uppdateras tre till fyra gånger om året.

OSKAR BLOMÉN

# Profilen.



”

Om man bemöter  
människor som man  
själv vill bli bemött  
kommer man  
våldigt långt.”

OSKAR BLOMÉN

”

# Jag är inte bara husvärd, jag är lite psykolog också”

POSEIDON HAR ÖVER 100 husvärdar som varje dag arbetar för att vardagen ska fungera så smidigt som möjligt för dig som hyresgäst. En av dem är **Oskar Blomén** som ansvarar för 341 lägenheter i Kviberg. Som husvärd ser han till att allt fungerar och att det är tryggt och trivsamt.

## Hej Oskar, vad gör du som husvärd?

– Jag ronderar fastigheterna, kontrollerar gemensamma utrymmen och ser till att det är helt, rent och snyggt. Jag ansvarar också för den dagliga driften, till exempel när det gäller ventilation och olika tekniska system. En annan del av jobbet är service i lägenheter, där jag bland annat utför enkla reparationer samt byter och underhåller lås.



## Oskar Blomén

**Gör:** Husvärd hos Poseidon, vikarierar just nu som fastighetsingenjör.

**Ålder:** 32 år.

**Det bästa med mitt jobb:** Variationen. Man går inte och skruvar för sig själv hela dagen, man är hemma hos hyresgäster och fixar och samtidigt är det en härlig social samvaro i arbetsgruppen.

och säga att jag inte bara är husvärd, jag är lite psykolog också. För precis som i hemtjänsten kan man komma hem till folk och märka att de kanske inte har en toppendag. Då blir det att man snackar lite och lyssnar, samtidigt som man fixar det man ska.

## Vad kan hyresgästerna få hjälp med och vad behöver de lösa själva?

– Småfix som att rensa vattenlås eller byta lampor gör man själv. Det finns bra filmer på vår hemsida som visar hur man gör. Större fel i lägenheten eller i de allmänna utrymmena anmäler man enkelt via *Mina sidor* eller vår boendeapp.

## Boendeappen ska göra det enklare att göra serviceanmälan och kontakta sin husvärd. Vilka är fördelarna och utmaningarna med den digitala serviceanmälan?

– Jag tror att många uppskattar att det är enklare att göra en serviceanmälan och att man kan chatta direkt med sin husvärd och skicka bilder – det gör det mycket smidigare för både oss och hyresgästen. Med appen behöver man inte längre passa en specifik telefontid. Det viktigaste är att komma ihåg att läsa svaren och slå på pushnotiserna så man ser när vi hör av oss.

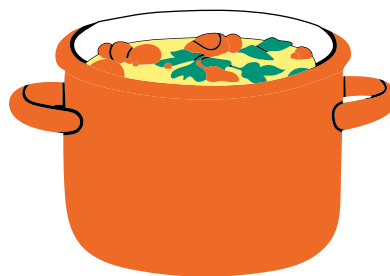
Samtidigt förstår jag att det kan kännas lite ovant eller krångligt nu när husvärden inte har telefontider längre. Men då kan man ringa vår kundservice så hjälper de till att skapa ett ärende, och så ringer jag upp så fort jag kan sen. ●



## VILKEN ÄR DIN FAVORITPLATS I GÖTEBORG?

”Hovås kanske, eftersom det ligger nära både hav och skog. Vid havet kan jag andas ut och känna lugnet. Det är där jag återhämtar mig helt enkelt.”

Vad är det som gör att du trivs där du bor? Kanske en lunch med grannarna där ni pratar om stort och smått? Det är vad **Lunch i Backa** handlar om. Ett uppskattat koncept som samlar människor kring det som händer i området.



# Mat, prat och nya möten

Det är en solig dag och i Lobbyn på Litteraturgatan fylls det snabbt på med folk. Unga och äldre slår sig ner över en gratis lunch och på borden ligger förslag på samtalsämnen.

– Här kan vi utbyta och dela tankar, både om sådant som är bra och dåligt, säger en av besökarna.

*Lunch i Backa* har snabbt blivit en populär mötesplats. Den här gången lagar **Backa kvinnoförening** linssoppa med hembakt bröd, men innan maten serveras kan den som vill komma fram och dela information eller lyfta ett ämne som engagerar.

– Det blir direkt demokrati, och det är inte så många forum som är så. Det är fint att ha ett ställe där man känner sig välkommen och vem som helst får prata om vad som helst, säger **Paulina Witte**, projektledare på **Poseidon**.

**IDÉN MED *Lunch i Backa*** kommer från nätverkslunchen *Brunch i Biskop*, som funnits i många år. I höstas startades träffarna i Backa på **House of Posibilitas** innan **Poseidon** och **Lights On** tog över. Tanken är att, med fem luncher per termin, stärka samverkan mellan invånare, civilsamhälle, föreningar och tjänstepersoner. Det är inga föreläsningar eller särskilda teman, utan samtalen styrs av dem som är på plats.

– Det ska vara öppet och medskapande. Vi lyssnar in vad som sägs, för om vi ska kunna



**Paulina Witte**,  
projektledare  
på **Poseidon**.



**Lisa Rosengren**,  
koordinatör för  
**Lights On**.



**Sandhya Gupta**,  
besökare.

utveckla rätt aktiviteter och insatser behöver vi inspel från alla som bor här. **Backaborna** är experter på sitt eget område och när vi samarbetar blir det som bäst, säger **Lisa Rosengren**, koordinatör för **Lights On** på **Ellen Keyskolan**.

**ETT AV MÅLEN** med luncherna är att stärka föreningslivet i området. Forskning visar att gemenskapen stärks i områden där invånarna är aktiva och driver frågor. Därför är det viktigt med tillfällen där det är enkelt att ses och prata, inte bara grannar och vänner emellan, utan också med föreningar och personer som arbetar

i området. Då blir steget till samarbete kortare, och fler projekt kan bli av.

– En kille som är teater- och cirkuspedagog berättade på en lunch att han ville starta en jongleringsworkshop. När det blev påsklov kunde workshopen bli verklighet, och han lärde barn att jonglera, berättar **Paulina Witte** och fortsätter:



**Backaborna är experter på sitt eget område och när vi samarbetar blir det som bäst.”**

LISA ROSENGREN

Vännerna Simla Simon Marokey, Vineetha Vadakkeveetil, Sandhya Gupta, Swati Vaddi och Kavita Budus bor i Backa och möttes upp på dagens lunch för lite god mat och roliga samtal.



– Här får man ta plats och fundera på om man själv vill förändra eller driva någonting. Det ger mer makt åt de boende i området.

En av dem som är på lunchen är **Sandhya Gupta**. Hon sitter vid ett bord tillsammans med sina kompisar.

– Jag visste att de också skulle komma hit i dag, vi tycker verkligen om de här luncherna, säger hon.

**HON BERÄTTAR ATT** hon har gått på SFI och att luncherna i Lobbyn är ett bra ställe att öva på svenskan. Här kan hon höra olika dialekter och prata med nya personer. Men det bästa är all information hon kan snappa upp.


– Innan jag kom hit hade jag ingen information alls, men nu vet jag massor om aktiviteter för barn, äldre och unga. Nu går jag och mina kompisar på träning för kvinnor, bollywood-dans, föreläsningar om ekonomi – ja, det finns jättemycket, säger Sandhya.

Paulina från Poseidon håller med om att det



**Här får man ta plats och fundera på om man själv vill förändra eller driva någonting. Det ger mer makt åt de boende i området.”**

PAULINA WITTE



## Fler exempel på mötesplatser

### BISKOPSGÅRDEN

Länsmanshuset är en mötesplats med gott om plats för aktiviteter för en bred målgrupp. Läs mer om Länsmanshuset i reportaget på sidan 6.

### BACKA

I Backa finns tre mötesplatser – **Hjälmarstugan**, **Loungen** och **Lobbyn**. I lokalerna erbjuds aktiviteter sju dagar i veckan, allt från jobbcoaching och läxhjälp till seniorverksamhet och styrketräning.

### HJÄLLBO

Mötesplatsen **Kärnan** bjuder in till aktiviteter flera dagar per vecka, bland annat i samverkan med **Mamma United** och **socialförvaltningen**. Den bemannade **Parkleken** i **Hjällbo** är en annan omtyckt mötesplats som formats i dialog med barn i området. Här finns lekutrustning att låna och en lokal för inomhusaktiviteter.

### LÖVGÅRDET

Mitt i Poseidons bostadsområde ligger **Eklövet** – en levande mötesplats med kafé, föreningsliv och samlingslokaler. Här finns också jobbcoaching och en återbruksbutik.

### FRÖLUNDA

**Tillgången** och **Vardagsrummet** bjuder tillsammans in till gemenskap med aktiviteter som tjejkvällar, högtidsfiranden, bingokvällar och aktiviteter som bryter isolering.

**! ALLA AKTIVITETER PÅ VÅRA MÖTESPLATSER HITTAR DU PÅ:**  
[poseidon.goteborg.se/nyheter/valkommen-till-vara-motesplatser](https://poseidon.goteborg.se/nyheter/valkommen-till-vara-motesplatser)



händer mycket i Backa, vilket också är ett skäl att samarbeta ännu mer.

– Många gör väldigt bra saker, och ibland gör flera samma sak. Det är viktigt att fånga upp. För om vi har eidfirande – då kanske vi ska ha ett stort i stället för 17 små. Eller om flera har läxhjälp. Då kan vi se till att alla inte råkar ha det på samma veckodag, säger hon.

**EN STARK GEMENSKAP** motverkar ensamhet och gör livet roligare, men det är också ett sätt att göra området mer motståndskraftigt.

– Det är roligt att se hur det pratas mycket och är härlig stämning på luncherna. Senast satt jag med några som upplever att det har blivit tryggare de senaste åren, och jag ser också en utveckling. Vi är många som verkligen tycker om Backa och trivs här, säger Lisa Rosengren. ●

## Varför är du här på Lunch i Backa?

**! NYA LUNCHMÖTEN I HÖST.** Håll utkik efter fler luncher till hösten – info kommer i boendeappen och trapphusen!



**CABDINASIR MOHAMED, 58 ÅR**

– Jag är här med mina kollegor för att berätta om vårt arbete som invånarguider här i Göteborg. Vi har träffat många nya människor och det har varit väldigt trevligt. Jag hoppas ännu fler hittar hit, det är ett bra ställe för att få information – och soppan var jättegod.



**KEMAL CELIK, 61 ÅR**

– Jag är här för att jag vill prata om en sak jag inte tycker är bra här i området. Jag bor i en av villorna och jag tycker att folk är väldigt dåliga på att plocka upp efter sina hundar. Helt plötsligt trampar man i det. Det kan låta som en liten sak, men det påverkar allt.



**HEBA ALABSI, 27 ÅR**

– Det är första gången jag är här och jag tog med mina barn som är 5 och 7 år. Vi bor här i närheten och jag har sett lapparna om lunchen när jag promenerat förbi. Jag ville veta om det fanns aktiviteter för barnen – och det fanns det. Jag har fått mycket information i dag.



**KAVITA BUDUS, 36 ÅR**

– Jag fick reda på det här i julis och har kommit hit med mina kompisar sedan dess. Vi tycker väldigt mycket om hela den här verksamheten och går på olika aktiviteter flera dagar i veckan. Det är ett bra sätt att vara social, träffa nya vänner och få reda vad som är på gång.



## Livet mellan husen

Gården är en plats för gemenskap och trivsel. Samtidigt kräver det härliga gårdslivet hänsyn och omtanke så att alla kan trivas och känna sig trygga. Här är svaren på några vanliga frågor.

### ? Min granne grillar på balkongen, är det okej?

– DET ÄR INTE tillåtet att grilla med öppen låga på balkongen eller på den egna uteplatsen på grund av brandrisken. Men om det finns gott om plats är det okej att använda en el-grill – så länge grannarna inte störs och grillens säkerhetsföreskrifter följs.

### ? Kan man grilla på gården i stället?

– DU ÄR VARMT välkommen att grilla på anvisade platser. Om det saknas en särskilt anvisad grillplats på din gård ber vi dig ställa grillen på en stenbelagd yta, en bra bit från fasaden. Och ha alltid vatten nära till hands så att du snabbt kan släcka om det behövs.

### ? Är det okej att ha fest på gården?

– ATT UMGÅS OCH ha roligt är ju precis vad gården är till för.



Tänk bara på att visa hänsyn till grannarna, undvika hög musik och avsluta festen i lagom tid. Det kan vara schysst att informera grannarna i förväg och om alla är välkomna blir det såklart ännu trevligare.

### ? Är det tillåtet att röka på gården?

– VÅRA LEKPLATSER ÄR rökfria. Flyttar du in i en nyproduktion är det även rökfritt på balkonger, uteplatser och gårdar.

### ? Får jag sätta upp en studs-matta eller bad-pool på gården?

– TYVÄRR INTE. Jag förstår att det kan vara lockande, men enligt fastighetsansvaret så får man inte ha studsmattor, badpools eller egna möbler på gården.

### ! Tänk på det här!

- Hjälp till att hålla gården ren och snygg. Plocka upp skräp efter dig så blir det trevligare för alla.
- Cyklar, mopeder och motorcyklar får inte ställas mot husfasader eller parkeras i entréer.
- Ställ cyklar och leksaker åt sidan när barnen leker, så att gång- och körvägar hålls fria för alla – inte minst för utryckningsfordon.
- Hundar och katter får inte rastas på gården och ska alltid hållas kopplade i området.

# Ännu finns tid för sommarbalkong

Vill du göra balkongen eller uteplatsen sommarfin? Det finns nästan hur mycket grönska som helst att välja på, men det gäller att ge växterna mycket kärlek och sätta dem i passande krukor. Trädgårdsmästaren **John Taylor** berättar vad du bör tänka på – och vad du ska undvika.

**S**emestern och högsommaren står för dörren. Läge att sitta ute och äta frukost, njuta av en god bok eller kanske kvällsmysa. Allt det där blir förstås mer trivsamt med lite grönska – och även om du inte hunnit fixa balkongen ännu är det inte för sent. När trädgårdsmästaren och författaren **John Taylor** ska beskriva hur han hade resonerat, så börjar han med en bra stol och ett bra bord.

– Det är det viktigaste. Du kan köpa all världens växter, men har du en obekväm liten pall att sitta på... då blir det inte mycket till balkongvistelse.

Han fortsätter:

– Även när det gäller växterna ska man satsa på kvalitet. Vi har en tendens att "sitta" på gamla dåliga växter för länge.

**NÄR YTAN ÄR** begränsad blir det extra viktigt att använda den smart. Att tänka tredimensionellt med krukorna – några på golvet, några på pallar, några hängda från tak eller vägg (så länge du inte skadar byggnaden) – kan bli både utrymmeseffektivt och snyggt. På tal om krukor, så får de inte vara för små.



**John Taylor, trädgårdsmästare**

**Gör:** Skriver böcker, föreläser och gör podden *I Trädgården med Pernilla och John* (Sveriges Radio P1). Odla även äpplen och producerar cider på Hällåkra Vingård.

**Bor:** I en tvåa mitt i Malmö. Under sommaren även i kolonistugan.

**Favoritblomma:** Tulpan. Har en röd tulpan tatuerad på ryggen.

– Stora krukor är alltid bra, särskilt till sommarblommor, säger John. En stor kruka har lättare att hålla fukt, och ju mer tillgång till jord, vatten och näring en växt har, desto bättre kommer den att må. Så snåla inte på krukorna och köp bra jord. Numera finns många olika sorters jord att köpa, så det kan vara bra att sätta sig in

i utbudet. Näringsinnehållet kan skilja sig ganska mycket.

Han fortsätter:

– Sedan måste man byta ut jorden minst vartannat år, eller i alla fall tillföra ny jord. Och man måste gödsla. En tomatplanta utan gödsel kommer inte att klara sig.

**ÄVEN BEVATTNING ÄR** livsviktigt, bokstavigt talat. Köp fat till dina krukor för att kunna hålla vatten där och täck jorden med träflis eller barkmull för att solen inte ska bränna lika hårt på jordytan. Ligger din balkong eller uteplats i söderläge kan du behöva skugga växterna med en gardin eller duk. Ska du resa bort? Klipp av blommor och skörda det som är ätbart – då mår växten oftast bättre.

– Och när man är hemma igen har det ofta skjutit upp nya blommor, säger John. ●



## 1. Klätterväxter

Klätterväxter skapar dynamik, är ofta väldigt vackra och kan även fylla en extra roll. Vill du skydda din balkong eller uteplats från insyn, täcka en ful vägg eller kanske skapa ett rum i rummet – då är en klätterväxt perfekt. *Klockranka*, *Spanska flaggan*, och *Blomman för dagen* är bara några exempel. Vill du ha något flerårigt? Kör på vinranka eller bönranka. Klätterväxter ger ett lite annat uttryck än vanliga blommor och är ett kul sätt att "växla upp"; att ta sitt odlade till en ny nivå.



## 2. Färgtema

Att inte blanda hej vilt utan ha ett färgtema kan bli väldigt fint. Nästa sommar kan man välja blommor i någon annan färgskala. Föredrar du gult och rött kan *Sommar-rudbeckia* – en tätlig blomma som trivs allra bäst i ljus läge – vara bra att ha med i mixen. Vill du i stället gå åt det blå hållet är *Afrikas blåa lilja* en av de vackraste blommor som finns. Den är även känd som *kärlekslilja* eller *Agapanthus* och trivs också där det är soligt (men inte blåsigt).



## 3. Måla krukor

Finns det barn i familjen? Låt dem måla på några av dina krukor! Det är ett roligt sätt att göra dem delaktiga i ditt balkongprojekt. Om barnet har fått måla på en kruka blir det "deras kruka", och så väcks måhända intresset för vad som finns i krukans också. Till slut kanske hela familjen samlas kring att göra balkongen så fin som möjligt. En barnmålad kruka kommer att väcka glädje hos alla som ser den – och kan bli en snackis långt efteråt. "Minns du hur gammal du var...?"

4



## 4. Chili och paprika

Två växter som med fördel kan stå som prydnad på bordet, i en lerkruka. Under försommaren kan man njuta av de fina bladverken medan frukterna gömmer sig i grönskan. När de mognar under slutet av sommaren får man en färgexplosion som aldrig slutar överraska. Chili ska sås varmt (22–24 grader) och stå ganska torrt, lite som en pelargon. Knipsa av några skott tidigt under säsongen för bättre förgrening och fler frukter.



## 5. Örter och kryddväxter

Kryddgrönt är som gjort för att odla på balkong eller uteplats. Det är ofta tätligt, det tar inte mycket plats, det är vackert att se på och det är både praktiskt och ekonomiskt. *Kryddtimjan*, *kryddsalsvia* och *rosmarin* kan du med fördel odla själv i stället för att köpa i affären. Vissa kryddväxter, till exempel *timjan*, drar även till sig humlor och andra insekter. Varför inte sätta upp ett litet insekts hotell, som en nyttigt del av balkongen?

# Rytmerna som lockar unga i Lövgärdet

Deras kärleksaffär med caporales var på väg att ta slut, men nu är den starkare än någonsin. **Alfonso och Anneli Cortes** bildade en egen dansgrupp som sprider glädje i nordöstra Göteborg och till alla som ser dem tävla och uppträda.

**T**empot är högt och takten markerad. För varje slag stampar **José Villa Moreira** och **Natalie Sofia Lage** kraftigt i parkettgolvet. Även **Diana Franco** stampar, men mycket lättare. Hon rör sig smidigt och rytmiskt till en boliviansk caporales-version av **Loreens** Eurovision-vinnare *Tattoo*. Utanför golv-till-tak-fönstret mot Paprikagatan kastar några tjejer i mellanstadieåldern nyfikna blickar.

Det är en mild aprilkväll i Lövgärdet och **Fraternidad Illari** tränar i **Poseidons** aktivitets-hus **Eklövet**. Här har man hållit till sedan 2024 och **Alfonso Cortes**, som år 2017 grundade dansgruppen tillsammans med hustrun **Anneli**, beskriver lokalen som "vår räddning".

– Vi får använda den gratis, säger han. En av våra tidigare dansare bor här i Lövgärdet och frågade Poseidon om vi fick hålla till i Eklövet. Det har funkad jättebra för oss.

**FRATERNIDAD ILLARI ÄGNAR** sig åt caporales, en dans som uppstod i Bolivia i slutet av 1960-talet. Den bygger på caporal, benämningen på förmannen för afrobolivianska slavar under kolonialtiden. De manliga dräkterna har drag av hans klädsel, med militärinspirerad jacka och höga stövlar med bjällror (cascabeles). Även i de kvinnliga dräkterna finns stövlar och kort jacka, men också en kort, vid kjol som "står ut" när dansösen svänger på höfterna.

Fraternidad Illaris hattar och jackor pryds av den mytologiska fenixfågeln, som symboliserar återfödelse. Alfonso Cortes förklarar:

– Jag och Anneli var med i en annan grupp, men tänkte lägga av med dansen, säger han. Då sa ungdomarna i gruppen "då slutar vi också!". Sedan föreslog de att vi skulle starta en egen grupp. Vi funderade länge och väl, och bestämde oss för att försöka. Anneli kom på namnet Illari. Ordet betyder gryning, och då passade fenixfågeln in perfekt. Detta var starten på något nytt.

Efter snart tio år är gruppen ett självklart inslag i ett caporales-Göteborg där det finns sju-åtta föreningar, varav tre tävlingsdansar. När inofficiella SM avgjordes i Stockholm i våras tog Fraternidad Illari tre pallplatser; silver i *masculino* och brons i både *femenino* och *machas*. Det senare är en nyare kategori som växt sig stark.

– Det började med att tjejer ville testa killdräkter, som ett sätt att visa att även de kan vara starka. Jag tycker det är roligt att dansen kan utvecklas, säger Alfonso.

**VILL MAN UPPLEVA** caporales är Hammarkullekarnevalen ett perfekt tillfälle. Då lämnar dansarna tävlings instinkten hemma och vill enbart sprida glädje.

– Det är i grund och botten det viktigaste, säger Alfonso. Som du ser här utanför brukar barn och unga titta när vi tränar. Jag älskar tanken på att vi kan inspirera dem att också börja dansa. ●



**Alfonso Cortes**, grundare av dansgruppen Fraternidad Illari.



### Vill du också vara med och dansa?

Fraternidad Illari tränar måndagar och fredagar i Eklövet på Paprikagatan 30 i Lövgärdet.

Just nu är det kö för att få börja, men det går fint att anmäla intresse. Hör av dig till Fraternidad Illari på Facebook, Instagram eller Tik Tok.

**1** Alfonso Cortes har bott i Hammar-kullen sedan han för 17 år sedan flyttade hit från Norrköping. Dansen har varit en följeslagare i alla år och snart firar han och hustrun Anneli tio år med Fraternidad Illari, gruppen de grundade.

**2** Kvinnliga caporalesdansare har två dräkter att välja på, antingen den traditionella (som Diana Franco har på sig) eller machas-dräkten (som syns på Natalie Sofia Lage). Den senare är en variant på männens dräkt.

**3** På senare tid har en hel del ungdomar, till exempel Santino Quezada Cukaj (till vänster) och Matias Franchi Cancino börjat i gruppen.

**4** Bjällrororna, så kallade *cascabeles*, är viktiga inte bara visuellt. De markerar takten när dansarna stamper och rör sig synkroniserat.

**5** Fraternidad Illari hamnade på prispallen i tre klasser i inofficiella SM. Diana Franco berättar att hennes åttaåriga dotter – som också dansar i gruppen – satt på läktaren och att hennes pappa följde webbsändningen hemma i Chile. Caporales är populärt i många länder och Sverige är känt för att ha varit med och förnyat dansen.





# Träd

— en investering  
för framtiden

Visste du att träden utanför ditt fönster jobbar dygnet runt för att du ska må bra? De ger svalka under heta somrardagar, renar luften du andas och gör ditt kvarter tryggare. Så här jobbar vi på **Poseidon** för att dina gröna grannar ska trivas i minst hundra år till.

**E**tt träd är så mycket mer än bara en dekoration. Det är en levande kompis som växer i värde för varje år som går. I dag tar Poseidon hand om ungefär 7300 träd runt om i våra områden. Träden är en fantastisk tillgång som finns där för dig, för staden och för framtiden.

Ett träd som planteras i dag kan sprida glädje i generationer. Leon Martini, utemiljöchef på Poseidon, förklarar varför träden är så viktiga:

– De står tysta i staden och genererar en massa gott för oss. Det är allt från svalka och renare luft till suset av trädskronorna och vackra höstfärger.

**VÅRT KLIMAT FÖRÄNDRAS**, och det påverkar träden. Därför väljer Poseidon nu ut nya sorter som är extra tuffa mot både torka och kraftiga regn. Ibland sneglar Leon och kollegorna på träd från varmare länder i till exempel Östeuropa, Nordamerika och Asien för att se om de kan trivas i Göteborg i framtiden. Allt för att ditt område ska fortsätta vara grönt och skönt även om somrarna blir hetare. Under förra året planterades 140 nya träd av 30 olika slag.

– Genom att blanda olika sorter ser vi också till att skadeinsekter och sjukdomar inte sprider sig lika lätt, säger Leon Martini.

Träden gör nytta varje dag på sätt som vi kanske inte alltid tänker på. De fungerar som ett naturligt parasoll som sänker temperaturen när det är som varmest. De dämpar buller från gatan och suger upp vatten när det regnar mycket. Dessutom är fruktträd med till exempel äpplen och körsbär ofta en samlingsplats där grannar möts och barn leker.

När vi planerar var nya träd ska stå tas hänsyn till vad just din gård behöver. Kanske behövs det mer skugga vid en bänk, eller träd som skapar en tryggare miljö och bjuder in till gemenskap. Genom att kombinera färgstark blomning på våren med träd som ger mat åt både fåglar



Leon Martini, utemiljöchef på Poseidon.

och människor, blir din utemiljö mer levande.

**FÖR ATT TRÄDEN** ska må så bra som möjligt följs de noggrant i en digital databas. Där registreras allt från hur stora de är till hur

de mår. Poseidon har också egna ”trädcoacher” – miljövårdare som är experter på att beskära och vårda träden i just ditt område.

– Vi vill att träden ska få växa i fred och må bra. Ibland flyttar vi till och med ett träd i stället för att ta ner det om vi behöver bygga om. Det är ett stort jobb, men det är det värt för att rädda de värden som redan finns på platsen, säger Leon Martini.

Har du förresten sett skyltar på träden i ditt område? Det är så kallade ”tree-tags”. De berättar svart på vitt hur mycket nytta just det trädet gör för luften och miljön. ●



**De står tysta i staden och genererar en massa gott för oss. Det är allt från svalka och renare luft till suset av trädskronorna och vackra höstfärger”**

LEON MARTINI

## Därför gör träden nytta för dig

- **Svalka och skugga.** Trädskronorna sänker temperaturen på gården och skyddar mot UV-strålning. Poseidon jobbar för att en fjärdedel av ytan i våra områden ska täckas av skyddande trädskronor.
- **Hjälper vid hållregn.** Rötterna och bladen suger upp och fördröjer vatten vid kraftiga regn.
- **Renare och tystare.** Träden filtrerar bort smuts ur luften och dämpar trafikbuller.
- **Plats för lek och möten.** Fruktträd och klättrvänliga stammar gör gården roligare för både barn och vuxna.
- **Biologisk mångfald.** Ett enda träd kan vara hem åt upp till tusen arter, bland annat fjärilar, skalbaggar och bladlöss.

# HÅLLBARA NYHETER



TEXT: Poseidon  
FOTO: Poseidon & Shutterstock  
ILLUSTRATIONER: Shutterstock

## Borrmaskinen toppar listan i delningsskåpet

VID LITTERATURGATAN I BACKA testar vi sedan ett drygt halvår tillbaka ett delningsskåp där hyresgäster kan låna verktyg och praktiska prylar till hemmet. Skåpet har varit populärt och vi har därför förlängt avtalet med **Mekabox**, som står för tjänsten. Nu har vi en topplista över de mest lånade prylarna.

Överlägsen etta är slagborrmaskinen, följt av bormaskin och dammsugare. På fjärde plats kommer fönsterputsen, som många passade på att låna för att få rena rutor under våren. ●

VISSTE DU ATT... 85 procent av våra hyresgäster har tillgång till en bilpool i sitt närområde? Du hittar din närmsta bilpool och andra delningstjänster på mobilitetsskarta på vår webb: [poseidon.goteborg.se](http://poseidon.goteborg.se)



# 20

hektar av våra gräsmattor görs om till högräsytor i sommar. En satsning som på några års sikt skapar rikare och mer varierande gröna stadsmiljöer.

## Grönt pilotprojekt för en bättre jord

PÅ POSEIDON HAR vi många gårdsföreningar som odlar och under odlingsäsongen blir det en hel del trädgårdsavfall. Eftersom inte alla kan ha egen kompost har en hel del trädgårdsavfall tidigare hamnat i de vanliga soporna. Efter dialog med **Kretslopp och vatten**, som sköter sophanteringen i Göteborg, testade vi tillsammans en ny tjänst för hämtning av trädgårdsavfall. Det föll väl ut och erbjuds nu som tjänst till alla flerbostadshus i Göteborg!

Tack alla gårdsföreningar som deltagit i pilotprojektet och gjort det möjligt för odlande göteborgare som bor i lägenhet att få trädgårdsavfallet hanterat på bästa sätt. En vinst för både oss och miljön! ●

# 5

## Fem tips för en hållbar sommar



### Håll vattnet kallt

1 Ska du till stranden? Lägg en flaska vatten i frysen kvällen innan och låt den tina under dagen. Då har du iskallt vatten hela dagen!



### Spara energi i sommarvärmern

2 Vädra smart genom att öppna fönster sent på kvällen och tidigt på morgonen. Dra ner persienner eller dra för gardiner dagtid för att hålla värmen ute.



### Vattna smart

3 Samla gärna regnvatten på balkongen för att vattna växterna. Vattna tidigt på morgonen eller sent på kvällen så minskar avdunstning och växterna mår bättre.



### Semestra på hemmaplan

4 Cykla, ta kollektivtrafik och besök lokala badplatser och utflyktsmål i sommar. Det är bra både för plånboken och miljön. Och kanske lär du känna en ny granne på köpet!



### Minska matsvinnet i sommarköket

5 Ta tillvara på rester. Frys in överbliven mat och planera en "restdag" i veckan. Märk resterna med datum så att du har koll på vad som behöver ätas först.

# Korsordet.

Vilken mening gömmer sig i korsordet?  
Hitta orden i de färgade fälten och var med och tävla om presentkort på Akademibokhandeln.

FLUOR		←						RITPLATS	▼	FATTADE GALOPPEN	LUNDBERG I RUTAN				
SEX PÅ ROMERSKT VIS								PRÄST-SKRUD							
▶		ÖVER ÄNDA													
MUTANT															
UTREDARE												METALL-STÄNG			
▶												KAN LOCKA PÅ KROK			
▼												SPELAR I SKOG			
SÅ KALLAD															
KOSNACK								NÄRBE-SLÄKTAT	TRAN-SPIRA-TION	▼	UTSIDA	LUFTRUM	FÖLL I RIKLIG MÄNGD	BÖNA	
AKTIVITET PÅ HÖG NIVÅ													FARTYGG	TEMPEL, MOSKE ELLER KYRKA	STÄNGA UTE
▶															
GÅ MED STORA STEG						PIGG OCH LIVLIG				AN-FALLET AV ANDNÖD					
						OAV-LÖNAD									
MÄKTAT MED		MATTA FÄORDIG						BRÄNNER UPP							
								FÖRLORA GREPPET							
▶						GIFT			VAR-NINGS-SIGNAL	KORTA STYCKEN					
						MANÉR									
STRUNTA I							PÅ HUGGET								
BALJVÄXT				TILL-FÄLLIGT FIXAD					SYSSEL-SÄTTER RÖR-MOKÄRE	VIRUS					
				STEKEL											
▶							TESTAR VINGARNA								
INGET ATT LUTA SIG MOT		→													



Nu kan du bli en av tre personer som vinner ett presentkort på Akademibokhandeln till ett värde av 300 kr/person.

Lös korsordet så får du fram en mening från de färgade fälten som du skickar in till oss senast den 1 juli 2026.

• Skicka svaret via mejl till [ivkmagasin@poseidon.goteborg.se](mailto:ivkmagasin@poseidon.goteborg.se)  
Skriv "Korsord 11" i ämnesraden, ange rätt svar samt ditt namn och adress.

• Du kan också posta talongen med rätt svar till: Bostads AB Poseidon, Box 1, 424 21 Angered. Märk kuvertet "Korsord 11" och glöm inte att fylla i namn och adress.

Vinnarna meddelas personligen.

Från och med den 2 juli kan du se facit på [poseidon.goteborg.se/i-vara-kvarter](http://poseidon.goteborg.se/i-vara-kvarter)

Lycka till!



Svaret är: \_\_\_\_\_

Namn: \_\_\_\_\_

Adress: \_\_\_\_\_

Postnummer: \_\_\_\_\_ Postort: \_\_\_\_\_

E-post: \_\_\_\_\_



# Till sist.

TEXT: Poseidon  
FOTO: Anna Hult

SÄG  
HEJ 

## Säg hej till grannen i sommar!

ETT ENKELT HEJ kan göra stor skillnad. För grannsämjan, för känslan av trygghet i både vardag och kris och för det egna måendet.

En kort pratstund i hissen, ett leende i trapphuset eller en kommentar om vädret – det behövs inte mycket för att skapa gemenskap och trivsel på gården visar forskning. Dessutom är det ju faktiskt väldigt trevligt att bli hälsad på!

Så ta dig tid att säga hej till grannen i sommar! Tillsammans gör vi kvarteret lite vänligare – ett hej i taget! ●

**?** FLER TIPS PÅ HUR DU KAN UMGÅS MED DINA GRANNAR? Läs om våra gårdsföreningar, mötesplatser och seniora aktiviteter på: [poseidon.goteborg.se/bor/du-och-grannen/](http://poseidon.goteborg.se/bor/du-och-grannen/)

