

BO

MAGASINET

NR. 2 / 2020



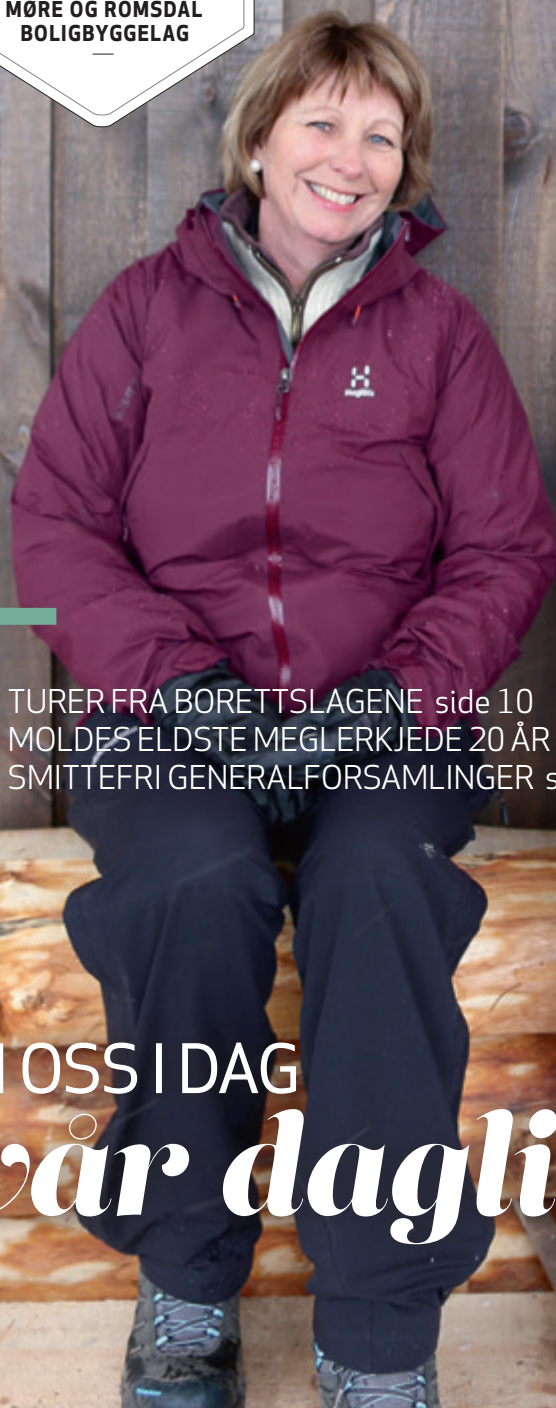
Medlemsblad for
**MØRE OG ROMSDAL
BOLIGBYGGELAG**

TEMA: Å GÅ



DEN NYE FYRVOKTEREN

Ole Jakob Strandhagen,
påtroppende MOBO-sjef side 30-31



TURER FRA BORETTSLAGENE side 10
MOLDES ELDSTE MEGLERKJEDE 20 ÅR side 36
SMITTEFRI GENERALFORSAMLINGER side 32

GLOSS I DAG

vår daglige tur

SIDE 6-8

5 % BONUS PÅ HELE KJØPET

Som medlem i MOBO får du medlemsbonus hos Montér.
Bonus er kroner rett inn på din bonuskonto.
Montér har alt du trenger til ditt bygge- og oppussingsprosjekt.



**TRENGER DU HJELP FOR Å KOMME I GANG
– KOM TIL OSS I MONTÉR.
VI FINNER LØSNINGER FOR DEG**

Aktiver medlemskortet - og registrer dine betalingskort! 5 % bonus på alle varer også tilbudsvare. For ytterligere informasjon om medlemsfordelene gå inn på fordelerformedlemmer.no, eller finn ditt nærmeste Montér varehus med bonusavtale: monter.no/kundeservice-side/boligbyggelagene.



altibox

10 år
med Norges
mest fornøyde
kunder!*

* Kilde: EPSI 2019

Full frihet for borettslag og sameier

Hvorfor skal noen få bestemme hvilken bredbånds- og tv-pakke hver beboer skal ha, bare fordi man bor i borettslag eller sameie? Med Altibox kan dere få full frihet. Vi ser ingen grunn til at alle må ha samme løsning. Inngår dere avtale med Altibox, blir et av markedets mest fleksible internett- og tv-utvalg tilgjengelig for hver enkelt beboer. Det er bare å velge og vrake.

Og: med Altibox' nye og banebrytende tv-løsning får hver og én mulighet til å velge sitt eget innhold.

Ta kontakt med din lokale leverandør på
fiber@istad.no eller på 71 21 35 00.
Les mer på altibox.no/boligselskap

 **ISTAD** FIBER

VI LEVERER

altibox

Vi tilbyr
MOBO-
MEDLEMS-
RABATT

SANS FOR KAFFE OG KJÆRLIGHET

La deg forføre av Nordic Spirit Dark med de vakre mørke lamellene, som her brukt på en lekker kjøkkenøy. Den elegante stilen er gjennomført, med åpne vegghyller i samme vakre toner. Se spesielt høyskapene, i modell Base, som er kledd med HTHs nye laminat. Et meget lekkert og holdbart materiale i en vakker grønn farge, brukt for å skape en lekker kontrast til det mørke naturmaterialet.

DESIGN
NYHET

/ NORDIC SPIRIT HARMONY DARK/BASE GRØNN

Opplev nyhetene i din lokale HTH-butikk i Molde, hvor du alltid kan skape din kjøkkendrøm sammen med våre kjøkkeneksperter. Du kan også lese mer på hth.no

HTH MOLDE

Brunvollkvartalet, Kåre Solhjellsveg 6 • Tlf. 71 20 05 20

KJØKKENKJÆRLIGHET
SOM HOLDER



VÅRT MÅL ER Å VÆRE BILLIGST!



Vi jobber hver dag for at dine oppussingsprosjekter skal koste så lite som mulig, og vårt prisløfte er et tydelig bevis på at vi skal være billigst.

[Les mer på obsbygg.no](https://obsbygg.no)

Obs BYGG



Leder

ROLF EIDSÆTER

TAKK TE DOKK

Takk te dokk er tittelen på avskjedsplaten til den legendariske rockegruppen Prudence. De ga seg med dette albumet i 1975. Nå har vi kommet til 2020, og 1. juni gir jeg stafettpinne videre til Ole Jakob Valla Strandhagen som overtar som administrerende direktør i MOBO.

Jeg kunne selvsagt brukt denne siste lederartikkelen til en oppsummering av mine 25 år i MOBO, men det er det neppe plass til! Derfor vil jeg trekke frem en gruppe som er bærebjelken i det systemet som er bygd opp gjennom boligbyggelag og borettslag. Og det er de tillitsvalgte i borettslagene.

I MOBO har vi borettslag fra de helt små med 5 leiligheter til det største med 220 leiligheter. I alle disse borettslagene, skal hverdagen administreres. Det er selvsagt helt forskjellig hvordan dette gjøres i et lag med 5 leiligheter kontra et lag med 150-220 leiligheter. Men utfordringene kan være like store i små borettslag. I en tid der teknologi spiller en stadig større rolle, har jeg sagt at konfliktene og diskusjonene der folk bor tett, blir ikke digitalisert. Slike problemer og utfordringer må fortsatt løses av folk, og da kommer rollen til de tillitsvalgte best frem. De som sitter nærmest må være med å løse disse utfordringene. Vi i MOBO kan hjelpe til med gode råd og hente inn mer kompetanse hvis det er behov for det.

Borettslagene har også prosjekter som gir store ringvirkninger. De siste årene har vi hatt eksempler på rehabiliteringsprosjekter på over 100 millioner kroner som har gitt arbeid til entreprenører over flere år. Prosjektene har i tillegg til

å bidra til arbeid, sørget for at boligmassen som MOBO er med å forvalte, er godt vedlikeholdt og i mange sammenhenger fremstår med minst like god kvalitet som når den var ny. Også her spiller de tillitsvalgte i borettslagene en sentral rolle. Prosjekter skal planlegges, vedtas og gjennomføres. Det er mange aktører inne i disse prosessene, men de tillitsvalgte er med på alle prosessene frem til ferdig resultat.

Så hva er det unike med dette systemet? Et demokratisk system der de tillitsvalgte velges blant og av de andre beboerne i borettslaget. I dette ligger en viktig demokratisk kontroll ved at de som blir tillitsvalgte i borettslagene, kjenner problemer og utfordringer som de som bor der er opptatt av. De som sitter i styret i et borettslag blir balansen mellom beboerne og profesjonelle aktører som skal levere tjenester til borettslaget. Systemet som ble etablert i forbindelse med gjenoppbyggingen etter andre verdenskrig, fungerer like godt i et moderne Norge i 2020. Og det er ingen grunn til å tro at det ikke vil fungere like godt i årene fremover.

For meg gjenstår det da å takke for 25 interessant og spennende år i MOBO. I en organisasjon der forening og forretning møtes, og der man i løpet av en dag kan oppleve å jobbe med store byggeprosjekter og motta synspunkter på hverdagsutfordringer i et borettslag! For meg har dette spennet i oppgaver vært nøkkelen til at jeg har trivdes så godt i denne jobben at det føles nesten utrolig at det har godt 25 siden jeg startet.

Takk for meg, og takk te dokk!



Innhold

FASTE SPALTER

Tema	13
Mattipset	22
Kryssord & Sudoku	25
Jusspalten	26
Personlig økonomi	28

NYHETER

Gi oss i dag vår daglige tur	6
Turer fra borettslagene	10
Følger retningslinjene	12
Den nye fyrvokteren	30
Smittefri generalforsamling	32
Et godt tidspunkt for førstegangskjøpere	34
Moldes eldste meglerkjede	36
God stemning med vårdugnad	38



GARANTI feirer 20 år – s. 36

**MEDLEMSBLAD FOR
MØRE OG RØMSDAL
BOLIGBYGGELAG
NR. 2, 2020**

ANSVARLIG REDAKTØR

Direktør Rolf Eidsæter,
Møre og Romsdal Boligbyggelag

**MØRE OG RØMSDAL
BOLIGBYGGELAG**
Strandgata 5, 6415 Molde.

Tlf: 71 25 93 00

E-post: mobo@mobo.no
Hjemmeside: www.mobo.no

**REDAKSJONELL PRODUKSJON
OG GRAFISK UTFORMING**
TIBE Molde AS
Postadr: Postboks 473, 6400 Molde

Tlf: 71 20 12 00

Fax: 71 20 12 01

E-post: bomagasinet@tibe.no

MEDARBEIDERE I DETTE NUMMERET

Evy Strømme, Ingrid Kvande,
Sunniva I. Nerbøvik og Jens H.
Lyngstad

UTGITT AV

BS Media AS, Postboks 452
Sentrum. 0104 Oslo

ANNONSER

Tlf: 71 20 12 00
Fax: 71 20 12 01
E-post: annonse@tibe.no

TRYKK

Ålgård Offset, Ålgård





Eli Kvalvik Frostad og
Evy Iversen Røyrvik klar for tur.



▲ Utsikt fra Varden.

GI OSS I DAG *vår daglige tur*

– Det finnes det ikke dårlig vær, bare dårlige knær!, skratter Evy Iversen Røyrvik. Hun og nabo og turvenninne Eli Kvalvik Frostad trosser både vær, vind og snøbyger i midten av mai (!) for å få seg sin daglige tur opp i marka.

✍️ INGRID KVANDÉ

Startpunktet for gåturen er som regel rett utenfor ytterdøra i Kringsjå borettslag. Der er alle muligheter enten man vil gå kort, langt, veldig bratt eller litt slakt.

Evy Iversen Røyrvik har bodd på Kringsjå siden borettslaget ble etablert for 38 år siden. Hun gikk av med pensjon som 62-åring for to år siden.

– Smerter i kne og rygg gjorde at det var greit å gi seg. Men å gå kan jeg ikke gi meg med. Og selv om jeg ikke har hund lenger, har jeg fortsatt med de jevnlig lufteturene.

Med på tur er som regel Eli Kvalvik Frostad. Hun har bodd på Kringsjå siden 1989.

– Vi hadde kjøpt oss tomt i Nordbyen, og planen var å bo på Kringsjå bare en liten stund. Men vi solgte tomte og ble værende her. Og

det har vi ikke angret på, sier Eli.

MANGE MULIGHETER

De to naboene synes at turområdet er et stort pre med å bo på Kringsjå. Her går de rett ut i marka, og om vinteren er skiløypene like utenfor ytterdøra. Det er mange variasjonsmuligheter i liten radius fra borettslaget.

– Vi går ofte Liavegen, og særlig om vinteren når det er snø. Ellers er vi mye på Skihytta, Tusenårsvaren, Varden og Auduntjønnan. Noe er hverdagstrim, mens andre er turer med matpakke, sier Eli.

TUR ER MEDISIN

De har funnet ut at det god medisin i en daglig tur i naturen.



Fin sti mellom Skihytta og Varden.





▲ Eli Kvalvik Frostad og Evy Iversen Røyrvik.

– Jeg har hatt plager i ryggen og knærne, og da er det medisin å gå hver dag. Tidligere jobbet jeg i helsesektoren, og i den forbindelse har jeg også sett at det er mye medisin i å gå, forteller Evy.

Knærne er også Elis svake punkt.

– Det hjelper å komme seg ut på tur hver dag, og det er fint å gå i kupert terreng. I den spesielle koronatiden vi har vært inne i, har det vært ekstra godt å luften seg i marka, mener Eli.

HUMØR

De kombinerer sine turer i marka med å gå på treningssenter. De er på Bris 2-3 ganger i uka, og er med på vanngym. Men det er ikke været som gjør at de søker innendørs.

– Jeg bryr meg nesten ikke om været. Da kler jeg bare på meg mer. For oss finnes det

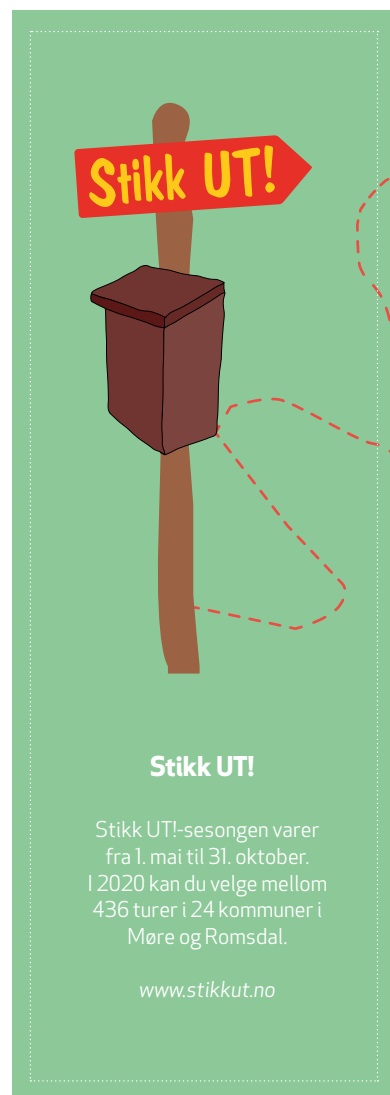
ikke dårlig vær, bare dårlige knær, ler Evy!

STIKKER OGSÅ UT

De to driver også med StikkUT. Eli er veteran, mens Evy har begynt nå i år.

– Det er artig med StikkUT. Det fine er at man kommer seg til plasser man ikke har vært før. For meg blir StikkUT-tur gjerne på ettermiddag når mannen min kommer fra jobb. Det må vi nemlig ta sammen, slik at vi ikke får ulikt antall turer, smiler Eli.

– Jeg har ikke vært bitt av denne StikkUT-basillen før, men i år har jeg også startet. Tidligere drev vi med turorientering, og mannen min driver med postkassetrim. Han er fra Hordaland og der er det mye mer vanlig. Men det er noen poster her i området også. Det er heldigvis mange muligheter til å komme seg ut på tur, sier Evy. ••



Stikk UT!

Stikk UT!-sesongen varer fra 1. mai til 31. oktober. I 2020 kan du velge mellom 436 turer i 24 kommuner i Møre og Romsdal.

www.stikkut.no



Hold deg underholdt.

Med T-We fra Telenor kan du skreddersy din helt egen TV- og strømmetjeneste. Velg blant et stort utvalg av kanaler og strømmefavoritter og få alt samlet på ett sted.

Les mer om hvordan du velger inn HBO Nordic og annet populært innhold inn i TV-abonnementet ditt på telenor.no/tv

Hold deg underholdt med TV- og strømmetjenesten T-We fra Telenor.

telenor



Rundtur: Eikremsnakken fra Nordbyen

– Rett øst for den Hvite Murbyen går det en sti opp åsen. På toppen er det fin utsikt over Moldepanoramaet, Tusten og nordover i marka. Dette er en fin rundtur som kan ende ved Nordbyen skole eller Jensgurilia.

– Vi som bor i Den Hvite Murbyen starter ved det nye feltet like øst for oss. Vi krysser en liten leikeplass/fotballbane og kommer innpå stien – det som kan se ut som en gammel ferdselsåre fra Eikrem, sier Rolf Endre Orten.

Gapahuk på Eikremsnakken (foto. Olav Nerland).

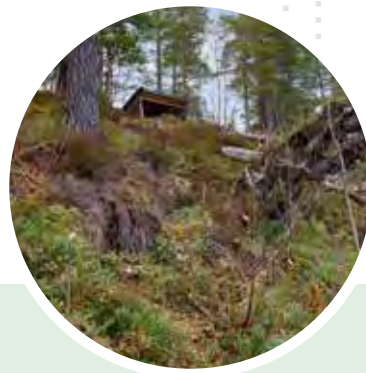


TURER FRA BORETTSLAGENE

I vårt område er det heldigvis kort vei til natur og turområder. Alle har sine favoritt-turer, og kanskje kan det være fint med noen nye tips? Her er forslag fra turfolk i noen av borettslagene.

✍ INGRID KVANDÉ





Fellesturer i Tiriltunga borettslag

Også fra Tiriltunga Borettslag er det fint å gå til Eikremsnakken. Olav Nerland er aktiv turgåer og liker å påvirke andre til å nyte friluftslivets gleder.

– Jeg prøver å få med folk til å bruke naturen og være aktivitet. Dørstokkmila er problemet – når man har kommet seg ut går det fint uansett.

FELLESTURER I BLOKKA

Nylig tok han initiativ til fellestur til nettopp Eikremsnakken.

– Jeg la ut melding på Facebook-gruppa vår om fellestur, og det var 11 stk som møtte opp – den yngste 18 og den eldste ca 70. Folk hadde litt ulik form, men vi ventet på hverandre, så det gikk fint.

Det er flere muligheter på returen. Vi gikk 5,9 km den dagen, og tilbakemeldingene på facebookgruppa etterpå var gode.

KATTHOLA

Et annet fint område er Katthola som ligger rett nedom oss. Her er det både bakker og flatt, og her er det f. eks muligheter for fine intervalløkter. Det går an å først løpe noen runder og så ta returen via Hagaplassen og hjem. Da er det en fin rundtur, og en kombinasjon av både grus, bakker og flatt.



Høyt og lavt i Elnesvågen

Fra Haugli Alle Borettslag i Elnesvågen er det kort vei til mange fine turer i ulike kategorier.

– Vi har mange fantastiske turstier og områder i Hustadvika kommune. I nærområdet vårt vil jeg spesielt trekke fram Elnestangen og turen til Lågheia opp Haukåsdaalen, sier Aud Eli Eidem Monsøy.



Utsikt over bygda og havet fra Lågheia.



FØLGER RETNINGSLINJENE

Frykten for å spre smitte og å bli smittet av koronavirus har ført til store endringer i samfunnet. Også rundt omkring i borettslagene tilknyttet MOBO har man vært litt berørt av dette, spesielt i forbindelse med pågående rehabiliteringsprosjekter.

✍ INGRID KVANDE

Kenneth Malmedal, teknisk sjef i MOBO, forteller at de har merket «korona» i noen prosjekter. Det har vært der arbeiderne har hatt behov for å komme inn i leilighetene til folk for å gjøre jobben.

– Vi har opplevd at bekymrede beboere ikke ville slippe arbeidsfolk inn i leilighetene sine. Det var mest i starten, da man ikke visste så godt hva dette var. Folk syntes det var litt skummelt, og det måtte vi respektere, sier Malmedal.

ARBEIDERE I KARANTENE

I Bergsgjerdet borettslag måtte en igangsatt rørrehabilitering utsettes.

– Til det prosjektet var Proline fra Østlandet engasjert, og plutselig måtte de forholde seg til karanteneregler når de skulle flytte seg fra Østlandet og opp hit. Da ble det forsinkelser i prosjekter, men de har startet opp igjen nå, forteller Malmedal.

Ved Skrenten borettslag har de hatt to prosjekter gående nå i vinter og vår.

– Her har det blitt byttet ytterdører i alle leiligheter. Da trenger arbeidsfolket bare være i inngangspartiet av leilighetene for å gjøre jobben, så det har gått greit. Samtidig har det pågått et arbeid med installering av brannalarm-anlegg. Det krever at vi må inn i alle leilighetene, så det har blitt forsinket, sier Malmedal.

FORSINKELSER

For MOBO har det også blitt litt ekstra arbeid med dette – hovedsakelig i form av kommunikasjon med andelseiere og ekstra administrasjon.

– Det ser ikke ut som om det blir noen direkte ekstra kostnader på grunn av dette. Alle parter bærer sitt. Signalet er at det kun blir snakk om utsettelse. Når det gjelder nye prosjekter vet vi ikke helt, men det kan nok bli

forsinkelser i nye prosjekt i borettslagene når generalforsamlingene har blitt utsatt, mener Malmedal.

FORHOLDSREGLER

Han understreker at både MOBO og entreprenører har laget retningslinjer og rutiner basert på rådene helsemyndighetene har til enhver tid.

– Det innebærer blant annet at hvis noen av de ansatte har tegn til sykdom eller har vært på reise, får de ikke lov til å møte på jobb. Så man tar forholdsregler og tenker sikkerhet, forsikrer Malmedal. ••



Kenneth Malmedal
Teknisk sjef, MOBO

Hvordan går det?

Du holder det gående? Eller kanskje det rusler og går?
Rent språklig bruker vi «hvordan går det» om «hvordan har du det»,
og det kan vi holde fast ved. For hvordan – eller mer spesifikt – hvor mye
vi går, påvirker hvordan vi har det både fysisk, mentalt og emosjonelt.

✍ INGRID KVAND





Hverdagsturer gjør godt for kropp og hjerne. 30 minutter rask gange tre ganger i uken gir blant annet bedre hukommelse.

Så hvordan går du? Kort? Langt? Ofte? Sjeldent? Bratt? Flatt? Sakte? Raskt? De fleste går mesteparten av livet. Fra man tar sine første skritt til man vandrer – til de evige jaktmarker eller bare – videre.

Myndighetene anbefaler at «Alle mennesker bør, helst hver dag, være fysisk aktive i til sammen minst 30 minutter. Intensiteten bør være minst middels, for eksempel en rask spasertur. (Aktivitetshåndboken, Helsedirektoratet).

Ifølge en NIH-rapport oppfyller om lag 20 % av befolkningen gjeldende anbefalinger for fysisk aktivitet, og denne andelen er noe høyere blant kvinner.

AKTIVT VALG

Dagens samfunn er tilrettelagt slik at det er enkelt for oss å velge vekk gåing. Å kjøre er blitt standarden.

Som art er vi programmert til å ta det rolig når vi kan, spise til det er tomt for mat etc. Det var slik man klarte seg når maten måtte fanges eller plukkes, og ikke kunne kjøpes på supermarkedet. Da gjaldt det å spise når man hadde mat, og det var nødvendig å rasjonere med kreftene, for det kunne bli lenge til neste

servering.

Derfor, når alt er tilrettelagt for at man ikke trenger å bevege seg, må vi selv ta aktive valg om bevege oss – å ikke sitte stille.

Det er mange helsemessige fordeler ved å gå. Fysisk aktivitet kan både forebygge sykdommer og være en behandling av sykdom ved at det (i samråd med lege) kan erstatte legemidler og redusere behovet for medisiner.

VERDENS BESTE MOSJON

Johan Kaggstad, kjent trener og ekspertkommentator, har skrevet boka «GÅ». Han kaller gåturer verdens beste mosjon, og sier at rask gange gir større helsegevinster enn løping. At det er så enkelt og lett tilgjengelig bidrar til at gåing kommer på toppen av pallen. De aller fleste kan å gå, det krever svært lite utstyr, og man kan regulere intensiteten ved å gå fortere eller saktere, og ved å gå i variert terreng. Sammenlignet med løping, som også krever lite utstyr, er gåing også skånsomt for muskler og ledd.

FLERE ÅR

Den populære hypokonderlegen og foredragsholderen Ingvard Williamsen har sagt om

trening at man sannsynligvis forlenger livet ved å jogge, men ikke mer enn tiden man har brukt til å jogge. Så man må i alle fall like å jogge, mener han (Torp, NRK, 2016). Sannsynligvis liker joggerne å jogge, for fysisk aktivitet øker

«Å gå tur er menneskets beste medisin»

HIPPOKRATES (460 - 377 F. KR.)

nemlig nivået av hormoner som gir godt humør (endorfiner) i kroppen. (Mer om det senere).

Kanskje er det noen som ikke har tålmodighet eller interesse av å bevege seg for å forlenge livet i antall år – for som Williamsen også sier, så skal man være klar over at det er i siste delen



▲ Synes du folk er blide på tur? Det er ikke tilfeldig: Fysisk aktivitet øker verdien av "lykkehormoner" i kroppen.

av livet at det eventuelt blir forlenget.

Kan hende gjelder det også gåing. Uansett kan det være hyggelig å være klar over at gåing likevel kan gi lengde, nærmere bestemt gjøre noe med den opplevde varigheten av livet.

MER LENGDE TIL ÅRENE

I hvert fall om vi skal tro Erling Kagge. Han har blant annet gått til Sydpolen, Nordpolen og Mount Everest så han vet et og annet om å gå. I boka «Å GÅ – ett skritt av gangen» skriver han: «Livet varer lenger når du går. Å gå forlenger øyeblikkene». I motsetning til om man kjører bil der all naturen bare suser forbi, mener han at det å bevege seg i et roligere tempo gir en annen tilstedeværelse, og altså lengre øyeblikk. Selv de som ikke har gått så langt som Kagge kan være med på den tanken. I sakte fart får sanseapparatet mulighet til å

registrere mange flere detaljer og nyanser, kroppen er i direkte kontakt med underlaget og man er en del av omgivelsene. Mens en biltur er transport, er gåturen en opplevelse.

HJERNETRIM

For å gå trenger vi utholdenhet, styrke, bevegelse og balanse. Men for å kunne bevege oss, er hjernen aller viktigst. Hjernen er nemlig ikke bare kjekk å ha når vi skal løse kryssord, pugge salmevers og huske hvor vi la bilnøklene. Den viktigste funksjonen til hjernen er å koordinere kroppens bevegelser. I boka «Hjernesterk» skriver den svenske legen og psykiateren Anders Hansen at det viktigste du kan gjøre for hjernen din er å røre på deg. Han mener det er logisk at hjernen, som er nødvendig for at kroppen skal bevege seg, også blir påvirket av at kroppen beveger seg. For det blir den.



«Livet varer lenger når du går. Gåing forlenger øyeblikkene»

Erling Kagge i boka «Å gå – ett skritt av gangen»



«Gåing er verdens beste mosjon»

skriver tidligere topp-trener Johan Kaggstad i sin bok «Å GÅ»



Fysisk aktivitet handler om å gi hjernen forutsetninger for å fungere så godt som mulig.

Det mener psykiateren Anders Hansen i boka «Hjernesterk»



Visste du at

Fysisk sett har vi omtrent samme kropp og hjerne nå som for 10.000 år siden, men vi beveger oss mye mindre – i snitt 5-6000 skritt om dagen. Men fremdeles er det noen som beveger seg på «gamle-måten»: Amishfolket går 18000 steg om dagen, og Hadzafolket i Tanzania tar 15-17.000 steg om dagen.

Kilde: Anders Hansen, Hjernesterk

▲ Når man er ute i naturen er effekten av fysisk aktivitet enda bedre.

Hansen mener at fysisk aktivitet handler om å gi hjernen forutsetninger for å fungere så bra som mulig.

KONSENTRASJON OG HUKOMMELSE

Og det er ikke så mye bevegelse som skal til for at hjernen skal fungere enda bedre. Forskning har bevist at 45 minutter med rask gang tre ganger i uka bedrer evnen til konsentrasjon. Et annet forskningsresultat viste at 30 minutter rask gange tre ganger i uka i ett år gjorde at Hippocampus (område i hjernen forbundet med hukommelse) vokste med 2 %. Hippocampus krymper naturlig med 1 % i året etter en topp midt i tyveårene. Undersøkelser har vist at man kan lære opptil 20 % flere glosers dersom man er fysisk aktiv før eller under innlæringen, sammenlignet med å hvile. Så om du har planer om å lære deg spansk i sommer – ta deg en gåtur!

VELBEFINNENDE

De fleste har sikkert opplevd at de føler seg bedre etter å ha vært fysisk aktive. Grunnen til det er at fysisk aktivitet gir økte verdier av «lykke»-hormoner (dopamin, serotonin og noradrenalin). Best effekt er det hvis man løper 45 minutter tre ganger i uka. Da har man full

uttelling etter 5-6 uker. Men selv en times gåtur i uka beskytter mot depresjon.

STRESSHÅNDTERING

Fysisk aktivitet gjør også at man tåler stress bedre. Når vi opplever fare begynner hjertet å slå fortere og pumper blod ut i musklene, binyrene skiller ut kortisol, og kroppen er klar til kamp eller å rømme unna den farefulle situasjonen. Etter at faren er over går kortisolnivået ned igjen, og kroppen roer seg. Dette er en naturlig stressmekanisme som var viktig for å overleve på savannen for tusener av år siden. I dag utsettes mange for annen type, mer langvarig stressbelastning, der det stadig skilles ut ekstra kortisol over lang tid. Dette tærer på kroppen. Ved fysisk aktivitet stiger også kortisolnivået i kroppen, men når aktiviteten er over synker kortisolnivået og blir lavere enn det var før treningen startet. Dette gjør at man blir bedre på å håndtere stress når man er fysisk aktiv.

NATUREN

Når folk er i naturen, er effekten av fysisk aktivitet enda bedre enn om man går i urbant miljø. Den amerikanske forskeren Gregory N. Bratman har vist at gåtur i natur har en målbar positiv effekt på negative tanker. Etter en tur i

grønn natur i 90 minutter ble blodgjennomstrømmingene i de delene av hjernen som gir størst aktivitet ved bekymringer og tanker (subgenual prefrontal cortex) lavere. Dette ble bevist ved hjernescanning. Deltagerne ga også selv uttrykk for at de hadde færre bekymringer og negative tanker etter gåturen i naturen.

FOLK LIKER FRILUFTSLIV

I Norge har vi god tilgang på natur, og folk ønsker også å være mer ute. I Natur- og miljøbarometeret fra TNS Gallup i 2014 kom det fram at to av tre nordmenn ønsker å være mer ute, og at de først og fremst ønsker å gå på tur og være i frisk luft. For å senke terskelen for at folk kan gå i naturen, er det et ønske fra myndighetene at ingen skal ha mer enn 500 meter fra der de bor til et sammenhengende nettverk av turstier.

HVERDAGSTURENE

Da snakker vi ikke om de store signatur-turene, men om hverdagsturene som gjør at folk får de nødvendige minuttene med gåing som betyr så mye for helse og velvære. Som f. eks 30 minutter rask gange tre ganger i uka, som – etter det vi har lest her – gjør hjernen to år yngre på ett år. ••

IKKE GÅ GLIPP AV BONUS!

Nå må du registrere dine betalingskort.

AV FRANK GUDBRAND MO, BBL PIVOTAL



Nyhet: Bonus kun med bruk av betalingskort, debet- og kredittkort

For at du fortsatt skal få bonus hos alle våre gode samarbeidspartnere må du registrere dine betalingskort på «Min side». Boligbyggelagenes medlemsfordeler har nå endret rutinen for å få registrert bonus på varer og tjenester. Det er ikke lenger mulig for deg som medlem å registrere bonus med bruk av medlemskortet.

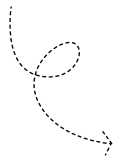
Bonus vil kun oppnås når medlemmene betaler med et registrert betalingskort. Debetkort og kredittkort som medlemmet har registrert på «Min side» sparer opp bonus ved betaling. Dette innebærer også at oppsparing av bonus ved kontant betaling bortfaller.

Hvordan få rabatt og bonus:

1. For eventuell rabatt må du identifisere deg med medlemskortet i medlemsappen eller et gyldig fysisk medlemskort.
2. For å få bonus må du betale med registrert betalingskort (bankkort/kredittkort) i betalingsterminalen. På den måten utføres betaling og bonus registreres i en og samme transaksjon.
3. På «Min side» på web eller i din medlemsapp kan du legge til betalingskort. Dette kan gjøres frem til midnatt samme handelsdag, for oppsparing av bonus.



Dugnad
Dugnad er frivillig,
ubetalt arbeid som blir
gjort i fellesskap.
Store norske leksikon



Dugnadsinnsats skaper turglede

Løypegruppa i Skien Turlag legger ned oppunder 4 000 dugnadstimer hvert år for å merke og holde i orden turstiene i skogsområdene rundt byen. Og de er ikke alene om å jobbe for turgåere. Tilsvarende arbeid gjøres av DNT-medlemmer over hele landet.

✍ OLE BJØRN ULSNÆS 📷 OLE BJØRN ULSNÆS OG FINN EVENSEN

Løypegruppa består av et 40-talls medlemmer. De fleste er pensjonister og har det til felles at de trives med å jobbe sammen ute i skogen, hygge seg i pausene og skryte og jule litt. Mange har vært med i turistforeningen lenge, men noen melder seg til innsats når de blir pensjonister og ønsker å ha noe å drive med.

MERKING OG VEDLIKEHOLD

Skien Turlag er et lokallag i Den norske Turistforening, og Løypegruppa er en av gruppene i foreningen. – Turstiene gror ikke fram av seg selv. De må opparbeides og vedlikeholdes, sier leder av turlaget Odin Langslet. – Vi merker og vedlikeholder et løypenett på omtrent 400 kilometer. De fleste løypene er lett tilgjengelige i skogs- og fjellterreng relativt nær byens sentrum. Vi forsøker også å etablere nye stier der det er mulig. Å jobbe dugnad er både sosialt og trivelig. Trim og frisk luft får du i tillegg.

Skien Turlag tilbyr – når aktiviteten ikke er

hindret av faren for koronasmitte - organiserte turer for foreldre med barnevogn, aktiviteter for unger, turopplegg for turvante og lavterskeltilbud for dem som bare ønsker seg en kortere tur i lett terreng.

CODE TILBAKEMELDINGER

– Vi får ofte melding fra brukerne av løypene om at noe bør gjøres. Det kan være at det har rast ut noen steiner, eller at det har falt et tre over en sti. Da rykker vi ut og ordner opp, forteller Langslet.

I tillegg til gode tilbakemeldinger fra brukerne er det stiansvarlige som holder oppsyn med at stiene er ryddet og klare. De passer også på at bruene er i orden. Arbeidet pågår om våren og om høsten, og det er fast dugnad hver tirsdag. Noen ganger tas også helgene i bruk for å få gjort unna arbeidet.

– Vi er ca. 15 deltakere på dugnadene, sier Åsmund Myhre, som leder Løypegruppa. Han er klar på at det ikke er nødvendig å være spesielt nevenyttig for å delta i arbeidet.

– Det viktigste er å ha glede av å være ute i naturen. Vi sier selvfølgelig ikke nei til folk med fagkunnskap, men vi har bruk for alle.

– Hva har dere igjen for å drive dugnadsarbeid?

– Det viktigste er at vi er glade i naturen og liker å se folk ute på tur. Vi vet at mange må ha en viss tilrettelegging for å komme seg ut. Derfor er det viktig å merke og rydde løyper. Noen steder er det behov for en bru over en bekk. Det gir oss veldig mye å kunne gjøre denne jobben, sier Myhre.

– Det er en slags formidlingsglede i arbeidet, fyller Langslett inn.

FÅR SKRYT

– Ofte, når vi er ute og jobber, kommer det mennesker som takker oss for jobben og skryter av innsatsen vi gjør. De positive tilbakemeldingene jeg og dugnadsgjengen får fra turgåere, er spesielt hyggelig. Ofte sier folk at uten denne innsatsen hadde de ikke kommet seg ut på tur, forteller Myhre, som



◀ **BRU:** Odin Langslet, Torbjørn Gurholt, Asbjørn Heimdal og Jostein Groven har bygget ny bru over en av de mange bekkene i området.

▼ Pausene er alltid trivelige, mener dugnadsarbeiderne.



▲ Erfaring gjør jobben enklere.



▲ **DUGNAD:** Leder av Skien turlag Odin Langslet (til venstre) og leder for Løypegruppa Åsmund Myhre er fornøyde med de mange hyggelige tilbakemeldingen de får fra turgåerne.

også har fått Skien kommunes kulturpris for sitt dugnadsarbeid gjennom mange år.

De to pensjonistene er enige om at fellesskapet og de sosiale møtene er det viktigste. – Vi blir en sammensveiset vennegjeng som jobber mot et felles mål. Vi kombinerer turliv med arbeid, og pausene er alltid trivelige. Noen er spesielt flinke til å jule, og de underholder oss andre.

KREVENDE ARBEID NOEN GANGER

Det hender at Løypegruppa gyver løs på krevende oppgaver. Det kan være å rydde opp etter at stormen har blåst ned trær over stiene, eller når det skal bygges ei bru langt fra nærmeste vei.

– Noen steder er det mye gangtid for å komme dit vi skal jobbe. Og det hender vi sliter med å få inn materialer. I fjor måtte

vi bruke pram for å fløte inn materialer til ei bru. Tidligere felte vi gjerne trær på stedet og bygde på den måten. Nå bruker vi impregnerte materialer eller kebony i vernede områder.

– Vi forsøker alltid å gjøre arbeidet så enkelt som mulig, ikke minst fordi vi er opp-tatt av at inngrepene i naturen skal være minimale, understreker Langslet. – Men det vi bygger, skal være holdbart og sikkert.

Alt arbeid gjøres på dugnad, og materialer blir betalt av foreningen eller finansiert gjennom søknader til Sparebankstiftelser og andre fond. I gjennomsnitt bruker Løypegruppa omtrent 50.000 kroner årlig på å vedlikeholde løypenettet på 400 kilometer. Det er utvilsomt billig om en regner folkehelsegevinst per investert krone. ••



Blanca bordlampe
Markslöjd Messing

Nyheter og trender

Belysning 2020

Vi blir mer modige i fargevalgene hjemme, både når det kommer til interiøret og fargene på veggene. Lampehuset mener at lamper er rommets smykke og er like viktige som innredningen, og det kan vi vel langt på vei være enig i.

✂ FRANK GUDBRAND MO 📷 BBL PIVOTAL (LAMPEHUSET)

NOEN UTVALGTE TRENDER

Lamper i varme metallfarger som messing, treverk og natur er en trend som er kommet for å bli. Gjerne i en litt røffere stil. Gode eksempler på dette er Blanca bordlampe, Branch taklampe, Kling vegglampe og Polly taklampe gull, Aruba taklampe, Java taklampe, Pose bordlampe Markslöjd.

Lamper som gir rommet en wow-faktor og henger langt ned fra taket er en stor trend. Her trekker Lampehuset frem Andrew taklampe Markslöjd, Soleil taklampe Markslöjd, Vernon taklampe og Castor taklampe som gode eksempler.

Lamper hvor pæren er i fokus har kommet mer og mer. Da velger man en LED dekorpære med enten røykfarget,

opal eller klart glass. Gode eksempler her er Pelle gulvlampe, Varys taklampe og Kling gulvlampe.

Geilo taklampe er en ny, lettere og mer moderne variant av de mer tradisjonelle taklampene i glass og metall.

UTEBELYSNING

– Her er det viktig å tenke på hvilken stemning og lyseffekt man ønsker. Det er viktig å tenke på belysning for ditt behov, men også ta hensyn til dine naboer. Hva er vel ikke mer irriterende enn en sterk utelampe som lyser rett inn i stuen? Tenk derfor antall lamper og spredning av lys, i stedet for hvor sterk lyskilde du kan ha i hver lampe.

LIGHTSON PLUG&PLAY

– Med det lettvinde og flotte belysningssystemet fra LightsOn kan du enkelt og raskt installere og få en vakker opplyst hage på bare en time eller to. Her finner lamper til utemiljøet tilpasset nordisk klima, sommer som vinter.

PHILIPS HUE OUTDOOR

– SMARTBELYSNING TIL DIN UTEPLASS!

Philips Hue er et system for trådløs belysning, som du kan bruke til å raskt kontrollere lyset og skape rett stemning utendørs. Få liv ute med verdens beste nettverksbelysning. Du kan enkelt styre utebelysningen via app på din smartenhet eller ved å bruke trådløse Hue brytere. Her er det utallige muligheter med lysstyrke og fargekombinasjoner. ••

Lampehuset er Norges største og ledende faghandel innen belysning. Lampehuset hjelper deg med å finne riktig belysning og unike lamper til ditt hjem eller hage. Ved handel på lampehuset.no må du oppgi ditt medlemskortnummer (9 siffer) ved betaling for å få bonus.

➔ Du får 5 % bonus når du betaler med et registrert betalingskort. Mer informasjon kan dere finne her: www.lampehuset.no/inspirasjonute



Andrew taklampe
Markslöjd



Vernon taklampe

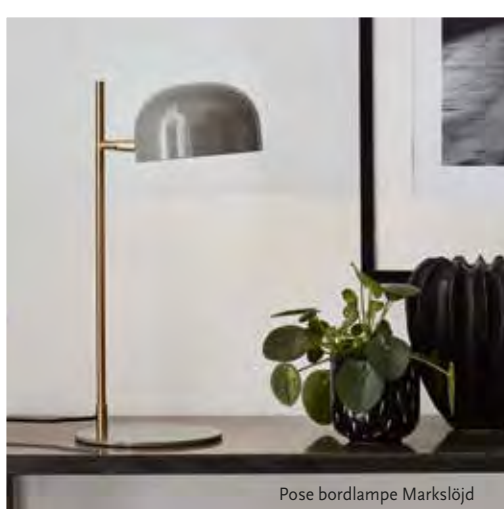
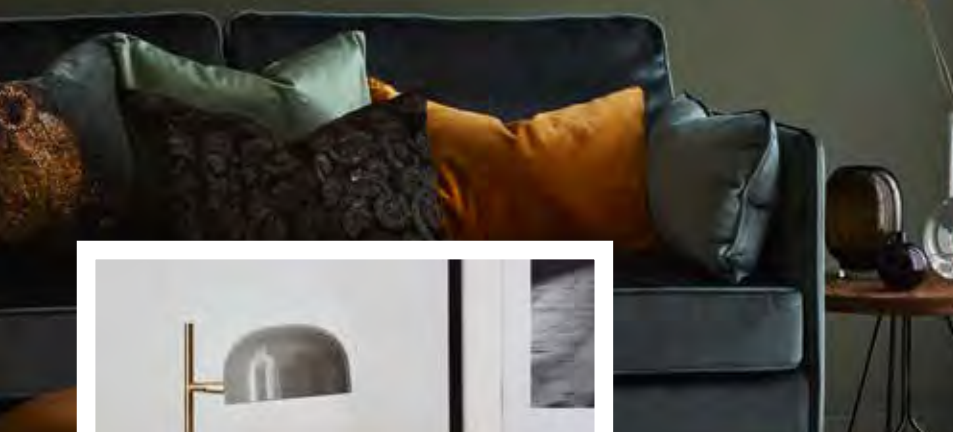


Soleil taklampe Markslöjd



Polly taklampe

**«Lamper som gir
rommet en wow-
faktor og henger
langt ned fra taket
er en stor trend»**



Pose bordlampe Markslöjd



Maison golvlampe



LightsOn Plug&Play



Litt forberedelse gjør turmaten enkel

– Når du skal på tur og ønsker å trå til med litt mat, så gjelder det å gjøre noen enkle forberedelser. Da blir det lett og kjapt å få seg et godt måltid ute i skogen, sier Oddvin Slåttedalen.

✍️ OLE BJØRN ULSNÆS

Oddvin trives ute i naturen og kombinerer gjerne skogsturen med et godt måltid ved bålet eller primusen. Pensjonisten har jobbet med matfag hele sitt yrkesliv, først som kokk og kjøkkensjef og seinere med opplæring av nye generasjoner med kokker.

KJØTT OG GRØNNSAKSPAKKER

Kokken er klar på at matlagingen starter på kjøkkenet hjemme.

– Først skjærer jeg litt kjøtt i strimler. I dag har jeg brukt kalkunkjøtt, men det er ikke så viktig. Bruk det kjøttet du har tilgjengelig. Svin og storfe er like bra, sier Slåttedalen.

Kjøttet marineres med litt olje før

det saltes og pepres. Litt urter setter en ekstra spiss på smaken.

– Grønnsakspakkene kan også varieres. Her har jeg kuttet poteter i tynne skiver og delt opp gulerøtter, løk, sommerkål og litt hvitløk selvfølgelig. Til slutt salter jeg grønnsakene og har litt olje og litt vann i aluminiumsformen.

Kjøttet og grønnsakene legges i hver sin aluminiumsform med lokk eller pakkes inn i aluminiumsfolie. Det er praktisk både for transporten i sekken og for matlagingen.

PÅ BÅL I SESONGEN

– Tidlig på året, når det er lov å ten-

ne på bål, tilbereder jeg maten rett på bålet. Når kjøttet er strimlet opp og grønnsakene kuttet i passe små biter, går det raskt å få maten ferdig. I den perioden jeg ikke kan tenne bål, steker jeg kjøttet på primusen. Jeg har en liten, kjekk bålpanne jeg pleier å ha med meg.

Grønnsakene kan også stekes i panna, og skal en gjøre det virkelig lekkert, er det bare å ta med en skvett hvitvin og ha over. Når vinen er kokt ut, er maten ferdig.

– Poenget er at litt forberedelser gjør matlagingen lettvin når vi er ute i skauen. Forberedelser er alltid viktig når en skal lage mat. ••



► **PRIMUS:** Her er det strimler med kalkun som blir dagens turmat.

▼ **GRØNNSAKER:** Kutt grønnsaker i små biter før du drar hjemmefra.



«Poenget er at litt forberedelser gjør matlagingen lettvin når vi er ute i skauen.»

SERVERING: Om du velger å ha med egen tallerken eller ei. Turmaten kan bli et herremåltid!



FISKETIPSET

Oddvin Slåttedalen er glad i å fiske. Når han tar med seg fiskestanga på tur, har han også med noen urter i sekken.

– Nyfisket ørret er alltid godt, og fisken smaker enda bedre om en bruker litt friske urter når den stekes. – Det er det lille som skal til for å sette en ekstra spiss på fisken. Estragon og sitrontimian passer glimrende til fersk ørret. Men det er bare å bruke de urtene en har for hånden. Gressløk, persille, salvie og vårløk passer også godt. Urtene drysses over fisken mens den stekes i panna.

– I tillegg til urtene krydrer jeg fisken med salt og pepper. Men det er viktig å ikke ødelegge fisken med for mye salt, påpeker kokken.



Gangbarhet – fire faktorer spiller inn

Gangbarhet er et mål på hvor vennlig et område er å gå. Den amerikanske byplanleggeren Jeff Speck har skrevet boka «The Walkable City», og har en teori om «walkability» eller gangbarhet. Den går ut på at fire faktorer må være tilstede for at et område, en vei eller en gate skal ha god gangbarhet:

- 1 **Nyttig.** Gåturen skal være nyttig, dvs mer nyttig enn å bruke andre transportmiddel.
- 2 **Trygt.** Det må være trygt å gå, både reelt og opplevd
- 3 **Komfortabelt.** Det må være komfortabelt å gå.
- 4 **Interessant.** Den fjerde faktoren som spiller inn på gangbarhet er at turen skal være interessant, i betydningen lite kjedelig.

Gåing som transportform

Statens vegvesen har utarbeidet en nasjonal strategi for fremme gåing som transportform og hverdagsaktivitet. Denne er en del av Nasjonal Transportplan. Formålet er å tilrettelegge for gående, og gjøre det mer attraktivt å gå.



Visste du at

Gåing utgjør en stor andel av befolkningens reiser, men hver reise til fots er ganske kort. På reiser over en kilometer er det flere som bruker bil enn som går.

Det er på korte turer vi går mest. På reiser under 500 meter er 80% gangturer. Nesten halvparten av alle turer til fots er under 1 kilometer og 81% er under 3 kilometer.

Folk i byene går mest, kvinner går mer enn menn og de med lavest inntekt går mer enn høyinntektsgrupper.

Kilde: Nasjonal gåstrategi, Statens vegvesen



VISSTE DU AT

Av de nordiske landene er det Sverige som har høyest gangandel med 24 prosent. Danmark har lav andel reiser til fots, men til gjengjeld høy andel syklende. Samlet sett går og sykler vi i Norge mindre enn befolkningen i Sverige og Danmark.

Kilde: Nasjonal gåstrategi, Statens vegvesen

				XORD .no	OPP- LEGG	KJEMP- ET	DISIP- PEL	↓	LITTERA- TUR- SJANGER	SKIPS- EIER	AMPER- SAND
							VIE HAST				
				DEG OG MEG							
				VÆRET							
UNDER- STELL	↓	OPP- DRETT	SJAR- GONG	HIMMEL- BLÅ- FIGUR							KORRI- DORER
↖				DYR			↗				
OVAL								PAPE- GØYE			
STRØM								KROPPS- DELEN			
↖		KOR- STEMME				FAVNES				MUSEN	
		KUSTUS				RO- UTSTYR					
GIKK TIL BUNNS					HØYDE- DRAG						
					BETALE						
KAKE- FYLL								FASE			
								AVSLUT- NING			
DONERE	↓		FOR- SØRGER								
			SMERTEN								
↖		GRAVE				AV SAMME MENING					TEMA
		ELEVERE				HAUGER					
	↗						↖	AVTA BREN- SEL			
GRUNN- REGELEN	IKKE			UNION			HET				
	ELV I RUSSLAND			= DAN- MARK			DO- NERTE				
↖											
SETENE											

Kryssord & Sudoku

Tre vinnere av kryssord får fem Flax-lodd hver, og i tillegg deler vi ut fem Flax-lodd til tre vinnere av sudoku.

Merk konvoluttene med Kryssord 2-2020 eller Sudoku 2-2020. Svaret sendes til TIBE, postboks 473, 6401 Molde. Svar kan også sendes på epost til: bomagasinet@tibe.no.

Innsendingsfrist 30. juli 2020.

LØSNING KRYSSORD NR. 1, 2020

			V		S		
		B	A		A	U	R
		A	N	S	T	R	Ø
↖	S	K	U	D	Å	R	↗
	L	Y	S	R	Ø	R	G
S	A	N	K		R	E	V
G	I	F	E		I	R	E
	S	V	A	R	T	E	↓
	S	K	Å	R	U	T	E
L	O	R	E	I	R	N	A
↖	A	R	T	S	K	E	↗
E	D	L	E		S	I	V
A	G	G	R	E	S	J	O
G	E	N	E	R	E	L	D

Vinnere kryssord 1/2020:
Anfred Endresen, Haugesund
Astrid Flem, Kristiansund
Anton M. Bøifot, Trondheim

Vinnere sudoku 1/2020:
Torunn Børresen, Skien
Borghild S. Hostad, Molde
Bjørn Harald Hamre, Arendal

Lett

4	2			8	5			
		5			3			
			2		1	4	9	5
7		4			2			6
2			8		4			9
1			6			7		4
3	4	6	5		7			
			9			3		
			3	4			5	2

Middels

	9				3			
		6	1			4		7
			8					2
1			5	3		6		
	7			4			1	
		8		1	7			9
9					2			
5		4			1	9		
			4				6	

Jeg har løst det!

Fyll ut kontaktinformasjonen din nedenfor og kryss av.

Navn _____

Adresse _____

Postnr./Sted _____

☐ KRYSSORD

☐ SUDOKU



SKIKK OG BRUK FOR FELLESAREALER

Som beboer i et borettslag eller sameie har man tilgang på en rekke fellesfunksjoner. Men hvilke grenser gjelder for bruk av fellesarealer, og hvordan sikrer vi at bruken fungerer optimalt mellom beboerne?

I borettslagenes ungdom ble det bygget mange boligselskaper med fellesvaskeri, felles forsamlingsrom, redskapsboder og liknende. Å dele på bruken av fellesarealet var nødvendig i en tid med boligmangel og trange økonomiske kår. Etter hvert som velstanden økte ble vi mindre interessert i å dele tjenester med naboen, og mange av fellestjenestene ble faset ut, arealene ble omgjort til andre formål eller boliger.

Nå kan det se ut til at trendene igjen er i ferd med å snu, og å dele tjenester i boligselskaper blir igjen vurdert som et gode. Det bygges forsamlingslokaler, gjesteleiligheter, trimrom, felles sykkelverksted og liknende i både nye og

gamle prosjekter. Delingsøkonomien skaper etterspørsel etter nye tjenester som kan deles, til det beste for naturen, bomiljøet og den enkeltes økonomi. Derfor er det viktig å sikre at bruken av disse også forløper seg mest mulig problemfritt.

NÅR EN ULEMPE ER UNØDVENDIG

Bruken av fellesarealer skal ikke skape unødvendig eller urimelig ulempe eller skade for de andre beboerne, men når er egentlig en ulempe unødvendig? Jeg skal prøve å gi et eksempel. Nyere bygg har ofte atkomst via svalganger som gjerne markedsføres som

en ekstra balkong. Utformingen er imidlertid ulik, og plassering av stoler og bord her kan være til hinder for ferdsel, for eksempel for rullestolbrukere eller for ambulansepersonell som skal hente en pasient. Som utgangspunkt er dette et fellesareal, som du som eier ikke har eksklusiv råderett over på samme måte som boligen. Mange vil allikevel tenke at det skaper et godt bomiljø dersom folk sitter ute her og gjerne prater sammen. Estetisk kan det også være fint med blomster og litt møbler i et ellers tomt areal. I disse tilfeller anbefales det at boligselskapet gjør en felles vurdering og gir retningslinjer for hvordan svalgangen kan



møbleres, og gir veiledning om plassering av møbler, slik at det sikres den nødvendige passasje for funksjonshemmede og syke-transport. De færreste ønsker å sperre for helt nødvendig passasje, men trenger kanskje veiledning i hvor grensen skal gå.

Som du ser av reglene i loven er vurderings-temaene skjønnsmessige, hvor blant annet tidens gang er et element i vurderingen. Det betyr at oppførsel som tidligere ble vurdert som uvanlig kanskje ikke lenger er det, fordi både samfunnet og teknologien har forandret seg. Regler om at vasking og rulling av tøy skal skje på dagtid fremstår som utdatert i en tid der de fleste jobber på dagtid og har egen vaskemaskin i leiligheten.

KONKRETE BESTEMMELSER OM FELLES-AREALENE

I tillegg kan boligselskapet vedta ordensregler som gir nærmere bestemmelser om oppførsel på fellesarealene. Noen lager også egne regler for spesielle områder i boligselskapet, som parkeringsregler, regler for bruk av utleie-leilighet eller fellesrom. Dette kan være hensiktsmessig ved spesialrom som verksted og forsamlingslokaler. Det vil gjøre det lettere for beboerne å sikre god bruk som hindrer konflikter og unødvendige slitasje på rommene. I borettslag ligger fullmakten til å vedta ordensregler til styret, mens den i eierseksjonssameier er lagt til årsmøtet.

Ordensregler skal ikke hindre god trivsel,

men legge til rette for at trivselsfaktoren blir så høy som mulig. De må derfor heller ikke være for inngripende i den enkelte eiers liv. Det gjelder å finne en god balanse, mellom hensynet til den enkelte og hensynet til fellesskapet. Det er derfor lovhjemmelen til å vedta ordensregler er begrenset til å vedta «vanlige» ordensregler. Reglene bør holde seg innenfor det folk flest oppfatter som fornuftig og regler som man finner i ordensregler i andre boligselskap.

FØLGE GJELDENDE REGLER

Uansett hvilken eierform du bor i må du følge de reglene som gjelder hos deg. Både de generelle regler som er nedfelt i lov, og de mer spesifikke for ditt boligselskap nedfelt i ordensreglene. Dersom du ikke følger dette vil det være et mislighold av dine plikter som boligeier, som kan få konsekvenser for deg.

Reglene både i loven og i ordensreglene er laget for at samspillet mellom beboerne skal fungere best mulig. Hvis du holder deg innenfor disse, vil du bidra til bedre bomiljø og mer effektiv og hensiktsmessig bruk av fellesarealene der du bor. Tenk på det neste gang du bruker den felles takterrassen eller tar deg en tur i den felles sykkelboden der du bor. ••

AV LINE BJERKEK
ADVOKAT, NBBL



Hvordan man skal oppføre seg er regulert i borettslagslovens § 5-1 og § 5-11:

«Kvar andel gir einerett til å bruke ein bustad i laget og rett til å nytte fellesareal til det dei er tenkte eller vanleg brukte til, og til anna som er i samsvar med tida og tilhøva.»

«Andelseigaren skal føre fint med bustaden og fellesareala. Bruken av bustaden og fellesareala må ikkje på urimeleg eller unødvendig vis vere til skade eller ulempe for andre andelseigarar.»

Tilsvarende finner vi i eierseksjonslovens § 25:

«Seksjonseieren har enerett til å bruke sin bruksenhet. Seksjonseieren har også rett til å bruke fellesarealene til det de er beregnet til eller vanligvis brukes til, og til annet som er i samsvar med tiden og forholdene.»

«Bruksenheten og fellesarealene må ikke brukes slik at andre seksjonseiere påføres skade eller ulempe på en urimelig eller unødvendig måte.»

Hvem skal staten redde i Koronaens tid?



Statlige redningspakker må legge grunnlaget for en ny, inkluderende vekst

Koronakrisen har gitt en økonomisk bråstopp vi ikke har sett maken til i nyere tid. Ekstraordinære kriser krever ekstraordinære løsninger. Derfor har det vært riktig å sette statskassen på vidt gap. Alternativet hadde blitt enda dyrere, og de sosiale og økonomiske konsekvensene enda større.

Men det betyr ikke at alle kostnader bør dekkes i felleskap. Redningspakkene bør følge et sett med prinsipper for hvorfor, hvem, hvordan og en planlagt exit-strategi.

Et overordnet prinsipp bør være at staten redder arbeidsplasser og selskap, ikke nødvendigvis aksjonærene. Flyselskapet Norwegian er et godt eksempel. Kravstore aksjonærer krevde bidrag både fra kreditorer og staten. «Prøvde» de seg? Eller forstod de rett og sett ikke hvordan en markedsbasert økonomi skal og må fungere?

I selskap med høyrisikabel kapitalstruktur, slik som Norwegian, måtte aksjonærene vannes ut og obligasjonseierne ta over selskapet før det offentlige kunne bidra. Flyene vil fortsatt gå gitt at etterspørselen kommer tilbake. Alternativet er konkurs eller statlig overtagelse dersom

det handler om et samfunnskritisk selskap. Håndteringen av bankkrisen tidlig på 90-tallet er et eksempel til etterfølgelse. Da måtte staten ta over og drifte Norges tre største forretningsbanker, aksjonærene tapte alt.

Nå vil kanskje noen innvende at økonomiske kriser skapt av pandemier er annerledes fordi de rammer uskyldige. Det er dessverre en sannhet med modifikasjoner. Båtprodusenten som gikk konkurs i 2008 følte seg neppe ansvarlig for amerikanske subprimelån eller en global finanskrise. Økonomisk nedturer rammer alltid vilkårlig og uskyldige. Det betyr imidlertid ikke at alle skal skånes. Eier du oppsiden, så eier du også nedsiden. Store selskap bør ha en kapitalstruktur til å håndtere gode og dårlige tider. Hvis ikke så må vi faktisk tillate konkurs. Det er dette som er kapitalisme.

Kapitalismen seiersgang skyldes i stor grad at dyktighet belønnes. De som lykkes får beholde fortjenesten. De som mislykkes tar tap. Det gir gode incentiver, muligheter til å etablere seg for nye generasjoner, og skaper grunnlaget for økt produktivitet – kapitalismens grunnleggende mantra.

Men vi beveger oss inn i farlig farvann dersom vi har kapitalisme på vei opp og høylytte krav fra om sosialisme på vei ned.

Amerikanerne kaller det crony capitalism. Det er ingen dugnad, men en konserverende økonomisk politikk som undergraver vekstpotensialet på lang sikt.

I boligbyggelagene og samvirkeforetak så vet vi derimot at en ekte dugnad kommer «de mange» til gode. I krisetider skal staten selvfølgelig stille opp både for husholdninger og privat næringsliv. Vi er avhengige av at frisøren og rørleggeren på hjørnet klarer seg gjennom krisen. Det vil sikre økonomiens vekstkraft og sørge for at vi kommer oss raskere gjennom krisen. Nå som den største brannslukkingen er unnagjort bør derfor det overordnede målet være hvordan myndighetene kan legge grunnlaget for en sterk og inkluderende vekst. Det betyr at vi redder arbeidsplasser og selskap, men ikke nødvendigvis aksjonærer. ••

CHRISTIAN F. BJERKNES
SJEFØKONOM, NBBL



NESTE UTGAVE:
SEPTEMBER 2020

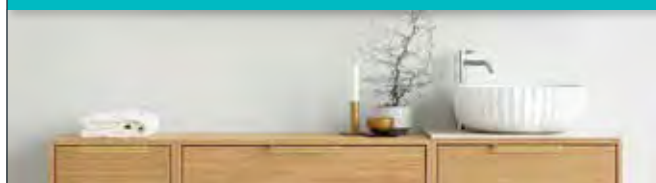
KONTAKT OSS PÅ
Tlf: 71 20 12 00
annonse@tibe.no

**ANNONSÉR I
BOMAGASINET**
OG TREFF MEDLEMMENE
I DITT BOLIGBYGGELAG

NESTE UTGAVE AV BOMAGASINET KOMMER I SEPTEMBER!

VI UTFØRER ALLE TYPER RØRLEGGERTJENESTER

- Rørleggerservice
- Bolig og industri
- Bad med 10 års garanti
- Tegning/prosjektering
- Flislegging
- Varmepumper/gulvvarme



vvs-team as
Bademiljø
BEST PÅ BAD

Tlf. 71 21 53 90 / 91 36 01 20

Verftsgata 8, 6416 Molde • post@vvsteam.no • www.vvsteam.no



Spisestuestol Skandia Junior
Design: Hans Brattrud

 **fjordfiesta**

www.fjordfiesta.com

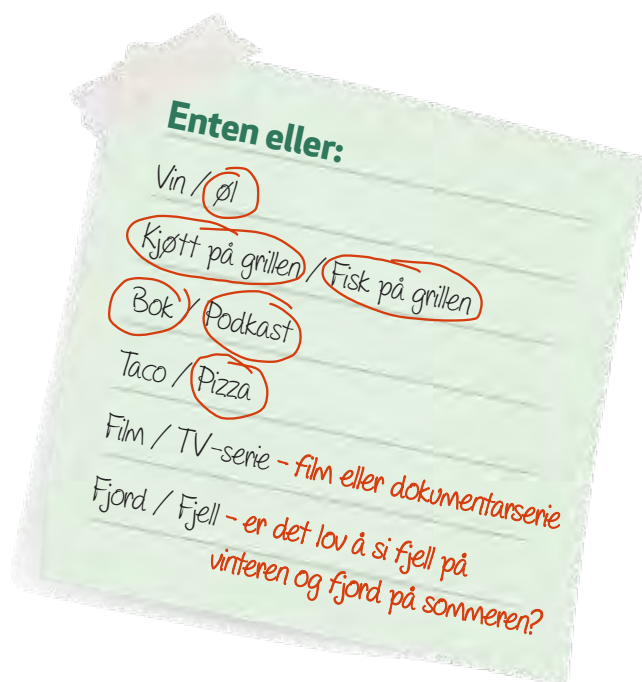


Ole Jakob Strandhagen blir ny adm. dir. i MOBO den 1. juni.

DEN NYE *fyrvokteren*

Den påtroppende MOBO-sjefen Ole Jakob Strandhagen er ydmyk i tilnærmingen til den nye jobben han tar over i sommer. Sammen med ansatte og 8500 andelseiere, så håper han å bidra til en fremoverlent organisasjon, en kultur hvor man kan heie på hverandre og som utvikler MOBO for fremtiden.

✍️  SUNNIVA NERBØVIK



Etter over 11 år på Aker Stadion, er det tid for nye utfordringer. Når avtroppende direktør, Rolf Eidsæter, trer inn i pensjonistenes rekke 1. juni, inntar Ole Jakob Strandhagen kontoret i Strandgata.

FOTBALLEN ALLTID VIKTIG

Født og oppvokst i Molde, bor Strandhagen i dag sammen med samboer og tre barn på Langmyra. Med kort vei til det meste, er de flinke til å benytte seg av det idretts- og kulturbyen Molde har å by på.

– Det er en fantastisk region både for både små og store. I oppveksten var jeg aktiv på flere områder og fotballen har nok betydd ekstra mye. Jeg spiller gjerne med kompisene fortsatt, sier han. Nå er det likevel barna og deres fritidsaktiviteter som legger mye av premissene for tiden, og med ettermiddager fylt

med skiskyting, turn, håndball, hest og fotball er det travle dager.

LÆRT MYE AV VINNERKULTUR

En rask titt på CV-en viser en mastergrad i finans fra Danmark, erfaring fra revisjon og bank, gjesteforeleser ved Høgskolen i Molde, og flere verv innen idretten.

– At det ble økonomiutdannelse er nok tilfeldig, jeg var like glad i de andre fagene og både min far og farfar var arkitekter. Dette har ført at jeg har involvert meg i de fleste prosjekter og avdelinger i Molde Fotballklubb, ikke bare innen økonomi, sier han. De siste 11 årene har han altså hatt ansvar for økonomi og eiendomsdrift hos Molde Fotballklubb, som i løpet av disse årene har hatt sin mest suksessrike periode.

– Sammen med ansatte, eiere, supporterne og frivilligheten har vi klart å gi spillerne gode premisser for å lykkes. Likevel, det er ikke enkelt å vinne og det er mange med de samme ambisjonene. Det handler om å sette sammen det rette laget, stallen, og ha spillere og apparat rundt som vet hva som skal til og som er villige å gjøre det som kreves.

– Hva har fotballen lært deg som du kan ta med inn i denne jobben?

– Fotballbransjen er spesiell på flere måter. Suksess måles fra uke til uke, du kan ikke gjemme deg bort og det er «heldigvis» mange som bryr seg. Det er mye å lære av idretten – hvordan motivere, bygge gode team og å takle motgang og medgang, sier han. På flere måter kan nok dette også overføres til å skulle ta over roret i en bedrift mange har et forhold til og en mening om. Når han i slutten av mai pakker snippsekken og får nytt kontor i Strandgata, blir dette gode erfaringer å ta med seg.

FYRTÅRN I REGIONEN

Etter en annerledes vår som har gitt uvante

utfordringer for de fleste, er han fortsatt positiv med tanke på fremtiden. Det er alltid rom for gode prosjekt og tjenester, og Strandhagen håper at de i samarbeid med det private og offentlige bidra til å utvikle regionen.

– MOBO er for meg på mange måter et fyrtårn i regionen og i Molde spesielt – de har vært og er en viktig samfunnsbygger, sier han. Personlig så har vi bodd i MOBO-leiligheter og hatt barna i Mobarn.

Han er spent på overgangen til næringslivet, og om konkurransen der er like tilspisset som idretten. Mest av alt gleder han seg til å bli kjent med et nytt miljø og møte nye mennesker.

– Med 8500 medlemmer så er vi ganske mange.

– Hva er ambisjonene dine i stillingen? Hva håper du å oppnå?

– Jeg er ikke alene om å stake ut kursen videre. Det skal vi gjøre sammen. Forhåpentligvis kan jeg bidra til at vi får gode prosesser og at vi sammen skaper et enda bedre MOBO. Det er viktig – ikke bare for medlemmene våre – men for alle som skal etablere seg eller ønsker å bo bedre, smartere eller annerledes, sier han.

AKTIV FRITID

Foran annerledessommeren 2020 er det foreløpig få planer som er lagt for familien. De krysser fingrene for en fin sommer hjemme og at de kanskje kan ta en tur nordover.

– Det siste jeg så var Sunderland 'Til I Die på Netflix. Ellers blir det egentlig lite Netflix – jeg ser helst på NRK. Er det litt kjedelig? under han.

– Hvordan ser en perfekt søndag ut for deg, da?

– På vinteren er det gjerne en skitur og på sommeren har det naturlig nok blitt mest fotball de siste årene. For meg er begge deler perfekt, avslutter han. ••



Smittefri generalforsamlinger

I alle boligselskap er det påbudt å avholde generalforsamling, og det er styret som har ansvar for å følge opp myndighetenes krav. Det gjelder også når det blir restriksjoner for hvordan folk kan møtes, som det har vært siden 12. mars i år.

✍ INGRID KVANDÉ

FRISTEN KAN BLI UTSATT

Fristen for å gjennomføre generalforsamling er 30. juni hvert år. I år er det lagt inn forslag om å utsette fristen, men dette er ikke behandlet i skrivende stund. Det har gjort at mange bolig-

selskaper allerede har avholdt sine generalforsamlinger på ulike måter.

30 MØTER AVHOLDT

Pr. 13. mai hadde 30 borettslag og sameier tilknyttet MOBO gjennomført sine generalforsamlinger/årsmøter. Noen har hatt møte i garasjen, noen i naturen og andre har hatt møter via Teams, telefon etc.

GODT SAMARBEID

MOBO sine forvaltere har vært tilgjengelig på alle generalforsamlingene – uansett møteform. Randi Brokstad i MOBO mener styrene har vist stor omstillingsvilje, og vært raske til å tenke nytt.

– Vi ønsker å takke styrene for det gode samarbeidet, og den tålmodighet og fleksibilitet de har fremvist i denne tiden. Det at mange som har tatt i bruk nye digitale

verktøy og fått gjennomført sine møter på en veldig god måte, sier Brokstad.

KAN BLI VANLIG

I utgangspunktet er ikke det lov å gjennomføre generalforsamlingen digitalt, men det er nå tillatt som følge av koronasituasjonen. – Det er første gang i år at myndighetene har akseptert at generalforsamlinger og årsmøter i boligselskap kan gjennomføres digitalt, og NBBL har gått ut med en veiledning i den forbindelse. Det forventes at dette kanskje kan bli en permanent løsning fremover, sier Brokstad. ••



Randi Brokstad
MOBO



Styreleder Arnt Rune Rausand i Kvam Terrasse ledet møtet på nett.

Generalforsamling i sofaen

Da Kvam Terrasse gjennomførte sin generalforsamling digitalt, var deltagelsen større enn normalt! Mer enn 50 % av andelseierne deltok i møtet, og det frister til gjentakelse.

✍ INGRID KVANDE

Som andre, måtte også Kvam Terrasse utsette sin planlagte generalforsamling pga. restriksjonene for å unngå spredning av koronavirus. Møtet skulle egentlig holdes i slutten av april, og de begynte raskt å se på digital løsning.

– Vi i styret var spesielt opptatt av at avstemmingen skulle skje på en god og trygg måte, og jeg diskuterte dette med en datakyndig person. Vi testet ut ulike løsninger, og endte opp med en kombinasjon der vi hadde møtet på Teams, og selve avstemmingen på menti.com, sier styreleder Arnt Rune Rausand i Kvam Terrasse Borettslag.

AVSTEMMING

Når det gjelder avstemmingen var det en kode pr. sak, og kodene hadde styret ordnet på forhånd.

– Jeg oppga koden for hver sak når vi var klare for avstemming, og så gikk folk inn og stemte. Fra avstemmingsprogrammet var det en link slik at vi som ledet møtet kunne hente opp resultatene rett etter hver avstemming. Systemet ble veldig oversiktlig for folk, og det var raskt å få opp resultatene, forteller Rausand.

KONTROLL AV DELTAGERNE

Styret i Kvam Terrasse Borettslag hadde også

et godt system for å sjekke at alle som deltok var andelseiere med stemmerett.

– For å komme inn i møtet måtte man identifiserte seg med navn og leilighetsnummer, slik at det ble riktig antall stemmeberettigede. Siden jeg slapp inn alle manuelt, hadde jeg full kontroll på hvem som var inne, sier Rausand.

KUNNE OGSÅ STEMME PÅ PAPIR

I god tid før møtet hadde alle andelseiere fått tilsendt sakspapirene. Folk kunne også velge å stemme på forhånd, og 14 stk leverte inn skjema med sin forhåndsstemme. Noen av disse deltok likevel på Teamsmøtet, men da uten å stemme. 24 andelseiere deltok på Teamsmøtet, og totalt hadde 34 av 64 stemmeberettigede avgitt stemme ved årets generalforsamling. Det er mer enn 50 % deltagelse, og mer enn det pleier å være på en ordinær generalforsamling.

GOD PLAN PÅ GJENNOMFØRINGEN

Styret var opptatt av at alt skulle være så enkelt som mulig.

– Linken til Teamsmøtet la vi på hjemmesida slik at den var lett å finne, og alle kom seg greit inn. For å unngå hakkete lyd hadde

ikke deltagerne på videokameraene.

Arnt Rune Rausand som møteleder hadde laget en ppt med saksliste slik at den var tilgjengelig på skjermen, og folk kunne følge gangen.

– Underveis kunne folk klikke på mikrofonen sin hvis de ville kommentere en sak. Hvis det var flere som ønsket å si noe, fikk de ordet i tur orden. Underveis i møtet hadde vi også presentasjon av Safety, som skal levere brannvarslingssystem. De koblet seg på møtet og viste både film og annet, forteller Rausand.

FRISTER TIL GJENTAGELSE

For å være så godt forberedt som mulig hadde styret gjennomført et testmøte på forhånd.

– Vi ville sjekke at alt fungerte som det skulle. Vi ville ikke risikere å stå der med tekniske problemer, sier Rausand, som har god tro på denne formen for møte.

– Jeg tror faktisk vi kommer til å gjøre det neste gang også. Når folk kan sitte hjemme blir det større deltagelse. Det fungerte som forventet og mer til. Og tilbakemeldingen fra folk har vært veldig gode. Vi i Kvam Terrasse liker å være litt frampå, vet du, ler Rausand. ••



– Et godt tidspunkt for førstegangskjøpere!

Våren har vært ei krevende og annerledes tid for aktørene i boligmarkedet i annerledes-året 2020. Den forventede oppturen etter påske lot vente på seg, men en kjøpergruppe har fått en uventet fordel og mange gjør i disse dager sin entré i boligmarkedet.



Koronapandemien har skapt mye usikkerhet og situasjonen i boligmarkedet er intet unntak. Selv om listen over boliger og eiendommer til salgs stadig oppdateres, har det vært relativt stille i boligmarkedet siden februar.

LITE BEVEGELSE I MARKEDET

Da koronaviruset i midten av mars for alvor gjorde seg gjeldene her til lands la den raskt begrensninger både for folks fysiske bevegelsesrom, men også for utviklingen i boligmarkedet. Nå som Norge er i ferd med å åpnes opp igjen er det håp om en snarlig økning i aktivitet.

– Hvordan er situasjonen i boligmarkedet nå?

– Det er mye til salgs, men det er roligere enn vanlig og vi merker en viss negativisme knyttet til koronasituasjonen. Skal man kjøpe noe, og har noe å selge selv er man spent på om man får solgt, sier Jan Egil Fornes, daglig leder i Garanti Eiendomsmegling i

Molde. Sammen med de andre meglerne på kontoret merker han at det er noe roligere enn sesongen skulle tilsi. Og det at mange romsdalinger enten er permitterte eller har mistet jobben gjør at mange sitter stille i båten og venter på bedre tider.

– Vi ser også at bankene har vært noe lunkne med tanke på å gi mellomfinansiering.

GOD TIDSPUNKT FOR FØRSTEGANGSKJØPERE

Selv om mange avventer situasjonen, er det likevel én gruppe kjøpere som har fått en fordel i boligmarkedet – førstegangskjøperne.

– Nå har prisene stått stille noen år, og de som har spart opp penger mens det har vært lite bevegelse i prisene ser nå at de er i posisjon til å kunne kjøpe. Dette er et godt tidspunkt å gå inn i boligmarkedet for første gang, sier Fornes. Han er positiv med tanke på de videre utsiktene og utviklingen i markedet, og mener at ting på sikt vil kunne normaliseres.

– Generelt i markedet burde det være grunnlag for at det skal gå bra, i og med at prisene har holdt seg stabile i flere år. Det er stor forskjell mellom pris for bruktbolig og ny bolig, bruktboligmarkedet er det gode forutsetninger for at det skal kunne blomstre. De som har råd, bør absolutt kjenne sin besøkelsestid nå, mener Fornes. Han forteller at de også har sett at flere kjøpere enn før har fått startlån av Molde kommune via Husbankens ordning. Dette er selvsagt veldig positivt.

PÅMELDINGSVISNINGER

For å kunne overholde myndighetenes smittevernstiltak har det siden våren blitt gjennomført påmeldingsvisninger for interesserte boligkjøpere over hele landet. Selv om dette har vært uvanlig for mange, har det fungert godt i praksis.

– Påmeldingsvisningene gir større fleksibilitet til kjøper, og en større umiddelbarhet i det å melde interesse. Man klikker på en knapp, legger inn noen opplysninger og så er det gjort, sier Fornes. Etter at interessentenes opplysninger er registrert, blir de kontaktet av megler som avtaler tid for visning. Allerede i 2019 solgte Garanti like mange boliger etter privatvisninger som etter fellesvisning, så erfaringene er allerede gode.

– Tror du denne knappen er kommet for å bli?

– Jeg tror nok fellesvisningene vil komme tilbake etter koronakrisen, men vi har nok ikke sett det siste til den knappen. Den blir nok med videre – den kan nok modifiseres noe, og tilpasses hverdagen etterpå, avslutter han. ••

A man dressed as Batman stands in a doorway, handing bags of snacks to three children dressed as superheroes (Superman, Spider-Man, and another in a red cape). The children are standing in a hallway. The main title 'Moldes eldste meglerkjede 20 år!' is overlaid on the left side of the image.

Moldes eldste meglerkjede 20 år!

Som byens eneste eiendomsmegler kan Garanti Eiendomsmegling i år markere sitt 20 årsjubileum. Med det er de byens lengstlevende meglerkontor drevet under samme navn.

✍️ SUNNIVA NERBØVIK 📷 GARANTI

Solo super, Superchips og superhelter som Batman, Iron Man og Super Woman dominerte boligannonser da meglerne i Garanti skulle selge en leilighet i Solbakken terrasse. I tillegg bidro også fire små superhelter til at leiligheten ble solgt til en super pris. Virkelig helt supert!

I mars 2000 åpnet Garanti Eiendomsmegling dørene for første gang. 20 år senere finner man dem fortsatt på samme sted, samlokalisert med MOBO i Strandgata 5. Selv om den grønne fasaden er den samme, har likevel mye forandret seg – både innom kontordøra og i boligbransjen generelt.

STADIG MER EFFEKTIVE

– Siden oppstarten har vi sett en stor variasjon av boliger i porteføljen vår. I begynnelsen solgte vi hovedsakelig leiligheter i borettslag, mens det i dag er en jevnere fordeling mellom borettslag og andre boliger, sier Jan Egil Fornes i Garanti Eiendomsmegling. Han forteller at Garanti var byens største meglerkontor allerede i 2007 med sine 8 ansatte. I dag er de fire, men stadig mer nøyaktige og effektive systemer gjør at kontoret i dag fortsatt holder et godt tempo.

– I gamle dager stilte kjøperne få spørsmål, men i dag er det større krav til meglerne og hvordan vi formidler informasjon. Gjennom årene har vi fått gode tilbakemeldinger fra kundene, og har hele tiden fokusert på kvalitet og langsiktighet, sier han.

FØLELSER FORTSATT VIKTIG

I løpet av de siste tjue åra har teknologiske fremskritt gitt store muligheter og utvidet spillerommet i de fleste bransjer. Fornes har vært med i totalt 13 av de 20 årene Garanti Eiendomsmegling har eksistert, hvorav de 7 siste i rollen som daglig leder.

– Hvordan vi jobber i dag er ikke så veldig ulikt tidligere år, men de teknologiske fremskrittene har gitt oss mange flere muligheter. Måten en bolig blir markedsført i dag er helt annerledes enn før – nå er det meste nettbasert, sier Fornes. Selv om digitale boligannonser, bildekaruseller, dronefoto og egen knapp for å melde interesse etter hvert har blitt dagligdags, er det likevel én ting som ikke har forandret seg.

– Den personlige relasjonen vi har til folk som skal handle bolig er fremdeles den samme. Det å skulle kjøpe eller selge bolig er av både stor økonomisk og følelsesmessig verdi, og vårt bidrag påvirker dem like mye da som nå. Uavhengig alle de nye tekniske løsningene, er følelsene fortsatt de samme, sier han.

SUPERMEGLERNE

Eiendomsmeglere er innom mange ulike

boliger, møter finurlige løsninger og kommer opp i utfordringer hvor det er store floker som må løses. Tilfellene som først fremstår som nærmest uløselige er gjerne også sakene man husker best i årene etterpå. Samtidig er de også klar over at det ikke blir mer moro enn de lager selv.

– *Hva er det artigste du har vært med på i løpet av disse åra?*

– Det må være flere av fotoseansene vi har hatt, kanskje spesielt Solbakken super, sier Fornes. Han sikter til boligannonser hvor flere av meglerne på kontoret ikledde seg superheltekostymer for å selge en leilighet i Solbakken terrasse.

– Vi var i full sving med å ta bilder da en av naboene kom forbi. Han skjønnte absolutt ingenting av hva vi holdt på med – Batman sto jo plutselig i trappeoppgangen hans! Men det ble en kul annonse og leiligheten ble solgt, sier Fornes.

TRYGGHETSSØKEN GIR BOLIGSALG

At 2020 ble et annerledes år enn forventet, har også gjort seg gjeldene i boligmarkedet. Selv om dagene er noe roligere for meglerne

Garanti har tenkt utenfor boksen ved flere boligsalg. Her er en leilighet i Hatlelia, stylet som i 1974 i en annonse som også fikk mye oppmerksomhet utenfor Norges grenser. Foto: Espen A. Istad.



F.v. Grete Heiseldal, Bente Kristin Sylte, Terese Nerland, Emma Kristine Mordal, Christina Angvik Jensen og Jan Egil Fornes.



Jan Egil Fornes og Garanti Eiendomsmegling ser positivt på tiden fremover.

er det likevel gode utsikter for tiden fremover.

– Det virker som at når folk opplever ting som usikkert, som nå under koronapandemien, har mange et ønske om å sikre seg et sted å bo. Søken etter trygghet er helt grunnleggende og dette har fått flere til å kjøpe bolig nå, sier meglersjefen. Han forteller at de fleste anser det å eie egen bolig som en god investering.

– For mange føles det ikke som en stor risiko å gå inn i boligmarkedet nå, med tanke på at prisene har stått relativt stille de siste åra, legger han til.

– *Hvordan ser fremtiden ut?*

– Etter påske har det løsnet brukbart i markedet, og det virker som at de som er i posisjon til å kjøpe, gjør nettopp det. Folk har trua på fremtida, og byr litt lettere nå enn tidligere. Vi ser også at enkelte boligtyper har hatt en liten prisstigning, så vi ser positivt på tida fremover, sier Fornes. ••

Ny eiermiks i GARANTI

Meglerkontorene hos Garanti Eiendomsmegling i Molde og Sunndal kombinerer nå kreftene og slår seg sammen. Samtidig endres også eiermiksen og skaper større rom for fleksibilitet.

At det skulle bli et tettere samarbeid med kollegaene på kontoret i Sunndal har nok ligget i kortene en stund. Med kun halvannen times kjøretur mellom de to kontorene var veien kort til et godt samarbeid.

LAGSPILL GIR FLEKSIBILITET

Kontoret i Sunndal har med sine to årsverk vært blant Garantikjedens minste meglerkontorer. Når det nå blir flere å spille på, blir blant annet avvikling av ferie en enklere affære.

– Samarbeidet begynte med at Terese (Nerland red.anm.) tok på seg rollen som fagansvarlig i Sunndal. Etter hvert så vi at vi ville få større fleksibilitet ved å slå oss sammen – både til å gjøre ulike grep, og til å kunne bistå hverandre med visninger, sier Jan Egil Fornes, daglig leder i Garanti Eiendomsmegling i Molde. Han er fornøyd med tidspunktet sammenslåingen skjer, spesielt med tanke på det kommende sykehuset mellom de to kontorene.

– Å øke satsingen på samarbeid nå er bra. Vi ønsker også å bli mer synlig i Tingvoll og Surnadal, så det er noe vi vil jobbe for fremover, sier han.

ENDRINGER I EIERSTRUKTUREN

I tillegg til nye kollegaer, er det også endringer blant aksjonærene hos

Garanti. Boligbyggerlaget Vestbo, med hovedkontor i Bergen, har en majoritet av aksjene med en andel på 51 %. Bergenserne eier også en større andel av Garantikjeden. Bofellene i Strandgata, Garanti og MOBO, fortsetter sitt mangeårige samarbeid, men boligbyggerlaget reduserer nå sin eierandel og sitter nå med 20 % av aksjene i selskapet. I tillegg eier både Garantikjeden og Sunndal en mindre del av meglerkontoret i Molde.

ØKT PROFESJONALISERING

Som en konsekvens av endringer i eiermiksen, får Garanti som meglerkontor mer selvstendighet. Ifølge Fornes gir dette også utslag i andre deler av den daglige driften.

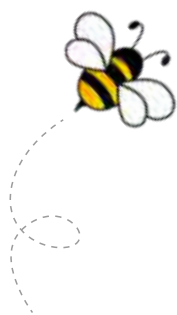
– En av fordelene med å bli eget aksjeselskap er en profesjonalisering av driften med eget styre med medlemmer som har lang fartstid innenfor eiendom, sier han. Fornes er fornøyd med at fagmiljøet rundt bedriften vokser, men lover at fordelene MOBO-kundene får ikke opphører.

– Selv om vi nå er et frittstående meglerforetak, er vi fortsatt deleid av MOBO og skal tilby de beste megler-tjenestene til de beste prisene for deres medlemmer. Blant annet vil vi fortsatt gi gratis verddivurderinger for MOBO-leiligheter, sier han. ••



▲ Stor innsats i blomsterbedet!

► Solbakkens egne geiter, Bukkene Bruse, er snart klar for ny sesong med «gressklipping». (foto John Sponås)



GOD STEMNING MED *vårdugnad!*

Mye har stoppet litt opp i vår, men naturen går sin gang, og det betyr at behovet for en vårdugnad dukker opp!

✍ INGRID KVANDÉ 📷 ODDMUND OSEN

Solbakken Borettslag hadde vårdugnad i begynnelsen av mai – før snøbygene kom og la et hvitt teppe over store deler av byen i noen dager. Bra timing, der!

De 15 fremmøtte kastet seg over blomsterbedet og gjorde det klart for en ny sesong, og lagde også en lekeplass for barn. Dessuten ble sengeplassen til de to Bukkene Bruse vasket og

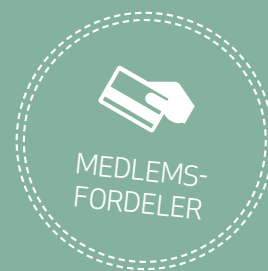
gjort klar til de kommer.

– Felles dugnad er en fin måte å bli litt bedre kjent med hverandre i borettslaget på. Til sommeren blir det også fellesturer til Moldemarka, med “grilling” og bålbrekking i gapahuken til Moldemarkas venner og tur til Damvokterhytta, sier Oddmund Osen.

Solbakken Borettslag har egen vaktmes-

ter, og det var Tore som ledet arbeidet under vårdugnaden. Han skaffet også det utstyret og de hjelpemidlene det var behov for. På grunn av “koronaen” ble det ikke noen felles kaffepause og kakefest etter dugnaden denne gangen. Men dugnadsarbeiderne i Solbakken Borettslag var enige om at de tar det igjen til sommeren – eller så snart anledningen byr seg. ••

HUSK!
Aktiver medlems-
kortet ditt!



— Medlemsfordeler i MOBO 2020 —

Som medlem får du tilgang til en rekke gode medlemsfordeler. Det skal lønne seg å være medlem i MOBO! Medlemskortet må være aktivert for å få bonus og rabatt. Her er en oversikt over lokale medlemsfordeler.

Se oversikt over alle dine fordeler på www.fordelskortet.no/moreogromsdal/

WRIGHT TRAFIKKSKOLE 5 % bonus	MONTÉR 5 % bonus på hele kjøpet (gjelder også tilbudsvare)	TILBORDS 5 % bonus på alle varer
ADVOKATFIRMAET LEGALIS 5 % bonus på advokattjenester	IT-MARKED 5 % bonus på alle varer	TEATRET VÅRT Gruppepris på kjøp av inntil to enkeltbilletter på Teatret Vårts egenproduserte forestillinger.
MODENA FLISER 5 % bonus på alle varer, også kampanjer. 10 % rabatt på ordinære varer	HTH KJØKKEN MOLDE 2 % bonus på alle varer 10–20 % rabatt på enkelte varer	NOKAS 5 % bonus Medlemspris kr. 379 per måned
HURTIGRUTEN/BOREAL REISER 5 % bonus på alle reiser over et døgn med Hurtigruten. Spar opptil 40 % på reiser langs norskekysten. På reiser opptil 4½ døgn langs norskekysten har vi ekstra gode priser når du bestiller din reise 0–30 dager før avreise. Tilbudet gjelder året rundt.	LAMPEHUSET 5 % bonus på alle produkter (gjelder også kampanjer og tilbudsvare) Bonusen gjelder også i Lampehusets nettbutikk, og her er det viktig at du registrerer medlemskortnummer (9 siffer) ved betaling.	MEDLEMSSTRØM FRA POLARKRAFT En strømvatle for medlemmer som gir lave priser i lavprisperioder og stabile priser i høyprisperioden.
THON HOTELS 12 % rabatt på ordinær pris inkludert frokost Rabatten gjelder alle dager. Fri kansellering samme dag frem til kl. 16.00. Oppholdet kan betales på hotellet. For å få tilbudet må du booke overnatting på Thon Hotels.	FORSIKRING FOR MEDLEMMER 2 % bonus ved kjøp på nett 50 % startbonus på første bil Innboforsikring til medlemspris Reiseforsikring fra Europeiske – en del av If	HOTELL FOR MEDLEMMER 2 % bonus på alle bestillinger. Opptil 50 % rabatt* på over 140.000 hoteller i hele verden med prisgaranti. *Sammenlignet med andre bookingsider med like betingelser.
VVS TEAM AS 3 % bonus og 5 % rabatt på timesats dagtid 3 % bonus og 15 % rabatt på synlige produkter baderom og sanitærutstyr (enkelte nettoprisede varer er unntatt rabatt) 3 % bonus og 20 % rabatt på rør og deler Bonus gjelder ved bankterminal, ikke ved faktura.	KREDITTKORT FOR MEDLEMMER Gode forsikringer inklusive reiseforsikring, prisgaranti og uhellsforsikring Bonuskalender gir deg 5 % ekstra bonus hos en ny leverandør hver måned. Nettbonus i over 50 nettbutikker og rentefri kreditt i opptil 45 dager. Ingen årsavgift verken første eller påfølgende år.	FLÜGGER FARVE 20 % rabatt (gjelder ordinære varer) 5 % bonus på alle produkter (gjelder også kampanjer og tilbudsvare)
COLOSSEUM TANNLEGE 5 % bonus 10 % rabatt	G-MAX OG G-SPORT 5 % bonus på alle varer i utvalgte butikker	

Alle rabatter gjelder på ordinære priser.

* Bonus gjelder alle produkter/tjenester som leverandøren tilbyr, også kampanjer og produkter/tjenester som allerede er rabattert.

*Vi feirer
20-årsjubileum!*

Kontakt oss for
et godt tilbud!

—
GARANTI®
—



VI STÅR PÅ FOR DEG

Vårt fokus er best pris, lokalkunnskap, tilgjengelighet
og trygghet – dette er vår **GARANTI** til deg!

—
GARANTI – førstevalget for alle MOBO-medlemmer!



Jan Egil Fornes
Tlf. 900 79 994



Grete Heiseldal
Tlf. 975 04 641



Terese Nerland
Tlf. 915 44 447



Emma Mordal
Tlf. 941 65 535