

BO

MAGASINET

NR. 3 / 2024



Medlemsblad for
**MØRE OG ROMSDAL
BOLIGBYGGELAG**

GRØNNE LÅN

REHABILITERINGSLÅN TIL BORETTSLAG

side 32-33

NYBYGG I ROMSDALSGATA

salget i gang!

side 30-31

TEMA: BEREDSKAP

EGENBEREDSKAP I BORETTSLAG OG SAMEIER:

ER DU OG NABOEN BEREDT?

side 6-7



Benytt deg av vår MOBO-rabatt

• MALING • TAPET • GULV • BILLAKK

happy-homes.no

Prolakk AS
Verftsgata 4
Tlf: 40 00 31 79
post@prolakk.no

Åpningstider:
Man - Fredag 7:30 - 17:00
Torsdag 7:30 - 18:00
Lørdag 9:00 - 15:00

Du finner oss i Åndal Maskin-bygget på Bolsønes

RÅD &
TIPS

SPØR
OSS

happy homes®

Vi skaper vakre hjem

ALLE BARN HAR RETT PÅ EN FRAMTID

Det er over 100 millioner mennesker på flukt i verden i dag. Halvparten av dem er barn

Med din hjelp kan vi gi dem beskyttelse, livreddende mat og medisiner.

Sammen kan vi redde liv.

MATTE FLATER

GIR ET MYKT OG LUNT UTTRYKK!



Matt maling demper og skjuler ujevnheter bedre enn blank maling

Med Butinox Elegant Matt vil fargen oppleves avdempet, elegant og man får bedre fremfargens dybde. Malingen er en kombinasjonsmaling som kan brukes på flere underlag, enten det er slette vegger, panel eller lister – vi kaller det 3-i-1.

Vaskbar – Lett å lykkes • Godkjent av Eurofins – et godt inneklima

Svanemerket • Produktet leveres i 2,7 L og 9 L og kan blandes i alle farger

SE VÅRT UTVALG PÅ OBSBYGG.NO

Åpningstider: 7–20 (9–18)

molde.obsbygg@coop.no • tlf. 979 95 105

**Obs
BYGG
MOLDE**

5% BONUS OG RABATT

Montér har alt du trenger til ditt bygge- og oppussingsprosjekt. Som medlem i MOBO får du alltid 5% medlemsbonus. I tillegg får du 5% medlemsrabatt* på det du handler.

Merk: For å få MOBO-rabatt viser du fram medlemsbeviset ditt, som du finner i MOBO-appen. Det er ikke mulig å kombinere MOBO-fordelen med andre fordelsprogram hos Montér.

Gå inn på MOBO sin app for å finne ditt nærmeste Montér byggevarehus.

*Rabatt gjelder ikke kampanjevarer eller nettoprisede varer



— Leder —
OLE JAKOB STRANDHAGEN

ENDELIG NÆRMER VI OSS BYGGESTART!

Vi er glade for å annonsere at vårt nyeste boligprosjekt i Romsdalsgata nå legges ut for salg. Dette prosjektet representerer et betydelig løft for boligtilbudet sentralt i Molde. Selv om vi vanligvis foretrekker borettslag, har ønsket om å møte det økende behovet for pensjonistboliger for utleie veid tyngst denne gangen. Det er ikke mulig å kombinere borettslag med utleie, men vi er stolte over å bidra til økt tilgjengelighet for en viktig målgruppe. Stiftelsen Molde og Omegn Pensjonistboliger vil eie og drifte boligene i 2. og 3. etasje, til sammen 12 leiligheter, og som vi håper vil skape trygghet og trivsel for mange. De øvrige 14 leilighetene legges ut for åpent salg og våre medlemmer vil som alltid ha første rett.

Beredskap er et stadig viktigere tema for boligselskaper. Uforutsette hendelser som brann, vannskader eller strømbrudd kan ramme både enkeltboliger og hele borettslag. En solid beredskapsplan er derfor avgjørende for å sikre rask og effektiv håndtering av krisesituasjoner. For beboere betyr dette trygghet i hverdagen, vel vitende om at vi har de nødvendige rutinene på plass for å beskytte både liv og eiendom. Jevnlige øvelser, tydelig informasjon og samarbeid med nødetater og fagpersoner styrker vår felles

beredskap. Trygge rammer gir et trygt hjem.

Etter givende år i MOBO har jeg valgt å gå tilbake til fotballen. Fra 1. desember vil jeg gå inn i rollen som sportssjef i Molde Fotballklubb. Som i MOBO, handler Molde Fotballklubb også om lagspill, samhandling og felleskap. Det har likevel vært en vanskelig avgjørelse og det er vemodig å forlate MOBO. Jeg vil takke alle mine kolleger, styrever, medlemmer og samarbeidspartnere for fantastiske år sammen. MOBO er en viktig samfunnsaktør, og jeg er stolt av å ha vært med på å utvikle organisasjonen til det den er i dag. Jeg kommer til å følge MOBO med stor interesse fra sidelinjen og heie på det videre arbeidet.

Vi nærmer oss slutten av et år fylt med spennende prosjekter og utfordringer. Vi ønsker å takke for deres tillit og engasjement gjennom året som har gått. Sammen har vi skapt viktige fremskritt for fellesskapet, og vi ser frem til et nytt år med nye muligheter. Vi ønsker dere alle en riktig god jul og et godt nytt år, fylt med glede, samhold og gode stunder sammen med deres nærmeste.

Varme hilsener fra alle oss i MOBO
Ole Jakob Valla Strandhagen
Adm. dir.

En solid beredskapsplan er derfor avgjørende
for å sikre rask og effektiv håndtering av krisesituasjoner.



Innhold

FASTE SPALTER

Tema	13
Mattipset	20
Jusspalten	26
Kryssord & Sudoku	28

NYHETER

Egenberedskap i borettslag og sameier	6-8
Kunstprosjekt i «Mexico»	9
Ole Jakob Strandhagen forlater MOBO	10-11
Romsdalsgata til salgs	30-31
Rehabiliteringaslån	32-33
MOBO-fondet: Solbakken 37	34
Bra trekk i boligmarkedet	35
Pensjonisten Roger Hagbø	36-37
Lokale medlemsfordeler	39

Lag Lars Ludvig Jacobsens Lammefrikassé - s. 20



**MEDLEMSBLAD FOR
MØRE OG ROMSDAL
BOLIGBYGGELAG**
NR. 3, 2024

ANSVARLIG REDAKTØR

Direktør Ole Jakob Strandhagen,
Møre og Romsdal Boligbyggelag

**MØRE OG ROMSDAL
BOLIGBYGGELAG**
Strandgata 5, 6415 Molde.
Tlf: 71 25 93 00

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

**REDAKSJONELL PRODUKSJON
OG GRAFISK UTFORMING**
TIBE Molde AS
Postadr.: Postboks 473, 6401 Molde
Tlf: 71 20 12 00
E-post: bomagasinet@tibe.no

**MEDARBEIDERE I
DETTE NUMMERET**
Evy Strømme,
Ingrid Kvande, og
Jens Holsbøvåg Lyngstad.

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

TRYKK
Ålgård Offset, Ålgård





▲ Nabohjelp. Foto: Ivar Kvaal/DSB



Egenberedskap i borettslag og sameier:

Er du og naboen beredt?

Tenk om strømmen går i flere dager, vannforsyningen svikter, eller en annen krise rammer? Hvordan vil du og naboene klare dere?

✍ INGRID KVANDE 📷 JENS HOLSBØVÅG-LYNGSTAD

Myndighetene anbefaler at hver enkelt av oss er forberedt på å klare seg selv uten strøm, tilførsel av mat, vann etc. i minst én uke ved en krise. Dette er fordi nødetatene og kommunen vil ha begrenset kapasitet og må prioritere dem som er mest sårbare.

KAN RAMME PLUTSELIG

Strømbrytning, avbrudd i vannforsyningen eller ekstreme værforhold kan påvirke hverdagen vår. Selv i bynære strøk, hvor infrastrukturen ofte er god, kan kriser ramme plutselig. Derfor er det viktig å tenke gjennom hvordan man kan klare seg uten strøm, varme og vann – også i en leilighet.

MØTE HOS MOBO

Vi samlet styrelederne Kurt Aure fra Elvegata 9 Borettslag, Turid Steinshamn fra Østbø

Borettslag og Aril Oterhals fra Hatlelia Borettslag i møterommet hos MOBO. Sammen med Evy Strømme i MOBO skulle de diskutere beredskap i borettslagene.

266 LEILIGHETER

Disse tre borettslagene representerer 266 leiligheter: 32 leiligheter i Elvegata, 27 i Østbø og 207 i Hatlelia Borettslag. I alle borettslag tilknyttet MOBO vil det være forskjeller som f. eks. om de har vaktmester eller ikke, antall etasjer, heis, antall leiligheter, størrelse på leiligheten ift. antall beboere, alder og funksjonsevne på beboerne. Slike faktorer vil også påvirke behovet for felles tiltak.

TENKE FELLESSKAP

– Det er lurt å tenke fellesskap når vi bor i

borettslag. Spesielt vannlager er en utfordring om noe skulle skje, f. eks. forgiftning av vannet eller noe annet. Kanskje er det mest naturlig i blokkleiligheter å tenke på å ha noe felles, men at det er lurt om alle har en plan, foreslår Evy Strømme i MOBO.

HAR BLITT MER OBS

Praten går lett rundt møtebordet, og temaet beredskap engasjerer. Styrelederne tror det er stor forskjell på hvor forberedt folk er, men at det generelt har blitt mer oppmerksomhet på beredskap.

– Etter pandemien, Ukrainakrigen og alle uroligheter i verden har folk blitt mer og mer observant og flere har skaffet seg beredskapslager selv, mener Aril.

– Det blir mer og mer virkelig for oss at kriser kan ramme når vi ser uro i verden, og



◀ Fyll opp beredskapslageret ihht rådene fra sikkerhverdag.no. og sørg for at det som er oppladbart faktisk er oppladet, tipser Turid Steinshamn fra Østbø Borettslag.

Sjekkliste for din egenberedskap



◀ Selv har jeg erfart at det er lurt å ha fast plass til lommelykt, talglys etc. slik at jeg slipper å lete etter det dersom behovet er der. Jeg har også en stabel med våtservietter og førstehjelpsutstyr, sier Kurt Aure fra Elvegata 9 Borettslag, som blant annet har studert beredskap ved Høgskolen i Molde.



◀ Evy Strømme i MOBO.

TIPS TIL STYRENE:

Styret i boligselskap har ikke lovpålagt ansvar for beredskap, men kan spille en viktig rolle ved f. eks. å legge til rette for diskusjoner om beredskap på generalforsamlingen, informere beboerne om egenberedskap via nyhetsbrev eller oppslag og vurdere behovet for felles beredskapslager for vann eller andre viktige ressurser.

VERDIEN I FELLESSKAPET

Et borettslag eller sameie har unike muligheter for samarbeid som kan gjøre egenberedskap enklere gjennom samarbeid og deling.

Fellesarealer

Disse kan brukes til lagring av vann eller andre viktige ressurser.

Nabohjelp

Hvis noen har spesielle behov under en krise, kan naboer hjelpe hverandre med oppvarming, mat eller transport. Ved å snakke sammen i forkant og lage avtaler, kan dere forberede dere på å støtte hverandre i en eventuell krise.

Diskusjon og planlegging

Gjennom fellesmøter kan styret og beboere diskutere hvordan de best kan forberede seg på ulike typer kriser.



◀ I Hatlelia Borettslag har vi tilfluktsrom med vann-tanker. De brukes som boder nå, men skal være ryddet på 48 timer. Vi har også wifi i tilfluktsrommene, forteller Aril Oterhals fra Hatlelia Borettslag.

Tips:

Få egenberedskap inn som en del av internkontrollen.
Har du lager for egenberedskap jfr rådene fra
Direktoratet for Sikkerhet og Beredskap/Sikker hverdag?

☐ JA ☐ NEI

- ☐ Rent drikkevann lagret på kanner eller flasker.
- ☐ Mat som tåler lagring i romtemperatur.
- ☐ Grill, kokeapparat eller stormkjøkken.
- ☐ Varme klær, pledd, dyner og soveposer.
- ☐ Fyrstikker og stearinlys.
- ☐ Ved hvis du har vedovn eller peis.
- ☐ Gass- eller parafinovn som er beregnet for innendørs bruk er et alternativ til vedfyring.
- ☐ Avtale om overnatting hvis du ikke har alternativ oppvarming.
- ☐ Lommelykter eller hodelykter som går på batterier, sveiv eller solceller.
- ☐ DAB-radio som går på batterier, sveiv eller solceller.
- ☐ Legemidler og førstehjelpsutstyr.
- ☐ Jodtabletter (gjelder barn og voksne under 40 år, gravide og ammende).
- ☐ Hygieneartikler som våtservietter, håndsprit, bleier, dopapir og menstruasjonsprodukter.
- ☐ Batterier og ladet batteribank.
- ☐ Litt kontanter og flere betalingskort.
- ☐ Mat og vann til kjæledyr.
- ☐ Liste på papir med viktige telefonnummer som for eksempel nødnummer, legevakt, veterinær, familie, venner og naboer.

Forts.

vi vet at ting kan skje fort. Jeg har inntrykk av at enkelte beboere har et lager, men ikke alle, sier Turid.

– Dette er en begynnelse der vi begynner å diskutere disse viktige temaene. Målet må være at det i hvert borettslag er en klar fordeling mellom hva borettslaget skal gjøre og hver enkelt skal gjøre, mener Kurt.

VANN

Verken Elvegata, Østbø eller Hatlelia Borettslag har vedovner i leilighetene, men oppvarming er ikke den store bekymringen hos forsamlingen ettersom folk kan kle på seg ekstra klær. Det viktigste er at man ikke går tom for vann, siden det brukes både til mat, drikke, hygiene og for å skylle etter toalettene.

– Jeg har fire 20-liters kanner med vann på verandaen. Det tar selvsagt litt plass, men jeg vil heller ha vann på verandaen enn å ikke ha det. Vi har tre soverom og bor to personer i leiligheten, så vi har plass til å lagre inne også om nødvendig, sier Aril.

– Hos oss kan det være mulig å ha et ekstra vannlager i boder i garasjen, mener Turid.

– Vi vil helt klart ha et lager med ekstra vann tilgjengelig, og har store gangarealer som kan brukes. I vårt borettslag er det mange eldre som vil trenge hjelp, og vi vil jobbe fram planer for hvordan vi skal håndtere ulike scenario, forteller Kurt.

INFORMASJON

Ett av de nye beredskapsrådene er det med naboehjelp: Hvis noen har spesielle behov under en krise, kan naboer hjelpe hverandre med oppvarming, mat eller transport.

– Hos oss i Hatlelia har vi nå begynt å samle inn informasjon fra beboerne. Vi holder på å lage oss en beboers oversikt over hvem og hvor mange som bor i de ulike leilighetene, og hvem som vil trenge assistanse ved strømbrytning. Siden vi er så mange leiligheter, vil dette være helt nødvendig for å lage gode planer, sier Aril.

Alle styrelederne kommer til å løfte temaet på de kommende beboermøter, og håper å kunne lage en plan for beredskap i sitt borettslag: Se hva vi kan gjøre felles, men minne på hver enkelt om hva hver enkelt må ha selv. Målet er å være godt forberedt. ••



KUNSTPROSJEKT I «MEXICO»

I Elvegata 9 Borettslag har det kommet opp flotte dekorasjoner på veggene med farger og motiver inspirert av Molde og Mexico. Det er unge og voksne elever ved Molde Kulturskole som står bak det ferske kunstprosjektet.

✍ INGRID KVANDE 📷 MOLDE KULTURSKOLE

Forskjønnelsen har pågått to dager i uka siden skolestart, og var ferdig til høstferien. Kunstlærer Vânia Cunha ved Molde Kulturskole har ledet prosjektet.

– Vi startet planleggingen rett etter sommerferien. De tre første ukene brukte vi på å planlegge motivet og gjøre det klart. Så var turen kommet for å male på veggene i borettslaget, og vi brukte 3 uker der. Vi hadde med oss to grupper med elever fra 8. trinn og opp til 19 år samt en seniorgruppe. Til sammen var ca. 30 personer i sving, forteller Vânia.

MEXICO I MOLDE

Området der Elvegata 9 Borettslag ligger er populært kalt Mexico, og derfor har også noen av illustrasjonene meksikansk preg.

– Elevene fikk velge mellom å hente inspirasjon fra meksikansk teknikk Papel Picado for å skjære ut motiver på papir, lage sjablong og maler, eller få motivet på veggen ved hjelp av en projektor og deretter male for hånd. Begge teknikkene ble brukt, sier kunstlæreren.

LÆRERIKT FOR ELEVENE

Hun legger til at dette var en veldig fin mulighet for elevene å jobbe med stort format og i en ny sammenheng.

– De fikk bedre forståelse av hva kunst kan være – at det både er noe man gjør for seg selv og at andre oppleve det de har laget. Jeg fikk veldig positiv tilbakemelding fra elevene, som fikk en mestringsfølelse. Noe annet som var veldig fint, var at man både jobbet individuelt og i samarbeid. Vi hadde en tidsfrist å forholde oss til og måtte hjelpe hverandre for å komme i mål på tiden. Det var fin læring og bra sosialt også, sier Vânia.

ØNSKET Å PYNTE OPP

– Vi har mye store flater her i borettslaget, og vi har lenge snakka om å pynte opp. Dette har blitt veldig fint, og vi er svært fornøyd med resultatet, sier styreleder Kurt Aure. Han legger til at de skal ha offisiell åpning der de inviterer både beboerne og kunstnerne etter hvert. ••





Bytter hjemmebane

Tidligere i høst ble det kjent at MOBO-direktør Ole Jakob Strandhagen har meldt overgang til sin gamle arbeidsgiver MFK, og blir klubbens første sportssjef.

– Det er vemodig å forlate MOBO, men fotballen er en lidenskap, sier Ole Jakob.

✎ INGRID KVANDÉ

– Tiden går fort, og du må ta dine valg, sier Ole Jakob Strandhagen, som har siste dag som MOBO-direktør den 1. desember.

Selv om han ser fram til å returnere til fotballen, er det ikke tvil om at han har litt blandede følelser om det hele.

– Det har vært veldig spennende i MOBO, og jeg har trivdes veldig godt. Det ene er at det er en stor og bred organisasjon som leverer et bredt spekter av tjenester – fra økonomi og forvaltning til medlemsservice, tekniske tjenester, vaktmestertjenester og megling – og som samtidig utvikle nye boligprosjekter. I tillegg har det vært kjekt med trivelige og flinke folk både blant kollegaer,

i styrene og medlemmene. Jeg har trivdes veldig godt og kost meg på jobb hver dag, sier Ole Jakob.

LIGGER TIL RETTE

46-åringen kom til MOBO i juni 2020. Dette var midt i pandemien som preget MOBO og samfunnet rundt. Så føyk byggekostnadene til værs, og etterhvert kom rentehevingene.

– De første årene var travle. Vi måtte bli enige med Mobarn om vegen videre, noe vi klarte til slutt. I tillegg hadde vi underskudd på driften, og det vanskelige markedet gjorde at vi måtte ta store nedskrivninger på noen

prosjekter. Vi har et veldig bra utgangspunkt nå. Vi er på en bedre plass med positiv drift, vi vokser, vi har flere gode boligprosjekter på gang og et godt team for å ta dette videre, mener Ole Jakob.

BYGGING ER VIKTIG

Han forteller at et tydelig mål for MOBO nå er boligbygging.

– Vårt siste prosjekt Solbakken 37 var ferdigstilt tidlig i 2018, og nå har vi et veldig klart mål om å komme i gang med bygginga i Romsdalsgata. Det er et svært bra prosjekt som er godt gjennomarbeidet, og vi har merket stor interesse. Alt ligger til rette, men vi

► Den 1. desember forlater Ole Jakob Strandhagen MOBO og går tilbake til MFK der han blir klubbens første sportssjef. – Jeg har vært motivert og har ikke hatt noen grunn til å forlate MOBO. Men fotballen er interesse og lidenskap, og nå får jeg jobbe dedikert med det.



har kommet opp på et nytt prisnivå, som gjør det spennende.

VERDISKAPING

Ole Jakob har vært MOBO-medlem lenge og har selv bodd i borettslag.

– Jeg ser enda mer verdien av MOBO og fellesskapet nå enn før jeg begynte her. Jeg er veldig glad i samvirkemodellen og stiftelsene der det vi skaper av verdier går tilbake til formålet, altså til medlemmene og fellesskapet. For meg har det vært en verdi i seg selv å jobbe med noe som betyr så mye for folk som bolig og boligutvikling. Det har vært givende, sier Ole Jakob.

KOMPLEKST

Samtidig har han fått mer forståelse over kompleksiteten omkring boligprosjekter.

– Det er lange prosesser når man skal bygge noe. Det er komplekst og krever tålmodighet. Men vi ser positivt på Romsdalsgata, og det er også spennende med Bovieran som er på gang. For tiden diskuterer vi også andre mulige prosjekter som kan passe inn i borettslagsmodellen, avslører Ole Jakob.

ETTERFØLGEREN

Når han går ut av dørene hos MOBO den 29. november, er det teknisk sjef Tonje Kvalsnes som er konstituert administrerende direktør fram til ny direktør er på plass. Den ledige stillingen er lyst ut, og hadde søknadsfrist 12. november.

– Hva tror du om din etterfølger?

– Det kommer an på hva styret legger vekt på. Ønsker de å gire opp vekstambisjonen? Da er det en type. Eller kanskje de ønsker noen med mer kompetanse innen boligutvikling? Uansett så er det en spennende jobb som jeg absolutt vil anbefale. For meg er det jo egentlig galskap å gå fra en så bra jobb, sier Ole Jakob fra det flotte hjørnekontoret i Strandgata.

MEDLEMSKAPET

– Jeg har trivdes fra dag en med kjekke og flinke kolleger, og det er sjelden folk slutter i MOBO etter 4,5 år som jeg gjør nå. Vi er på en god plass, og det er masse muligheter framover for MOBO. Jeg mener det er viktig at borettslagene, medlemmene, og andre bruker stemmene sine og støtter opp om fellesskapet på kort og lang sikt. Husk at vi er medlemseid, og hvem vil vel ikke at verdiene som skapes skal gå tilbake til brukerne og medlemmene – oss selv, legger den avtroppende direktøren til.

MOBO OM 5 ÅR

– Hvor er MOBO om fem år, tror du?

– Jeg mener det er naturlig å se utover i regionen for å vokse. Se bare på navnet vårt: Møre og Romsdal Boligbyggelag. Jeg tror vi er et selvstendig selskap også framover, men vi kan ikke tape penger på prosjekt – det er risikoen. I utgangspunktet tror jeg det alltid er viktig å vokse for å kunne utvikle bedre tjenester. Om fem år tror jeg også at vi har fått gjennomført 2–3 boligprosjekter, avslutter Ole Jakob. ••

FAST LEVERANDØR TIL MOBO

REN KVALITET

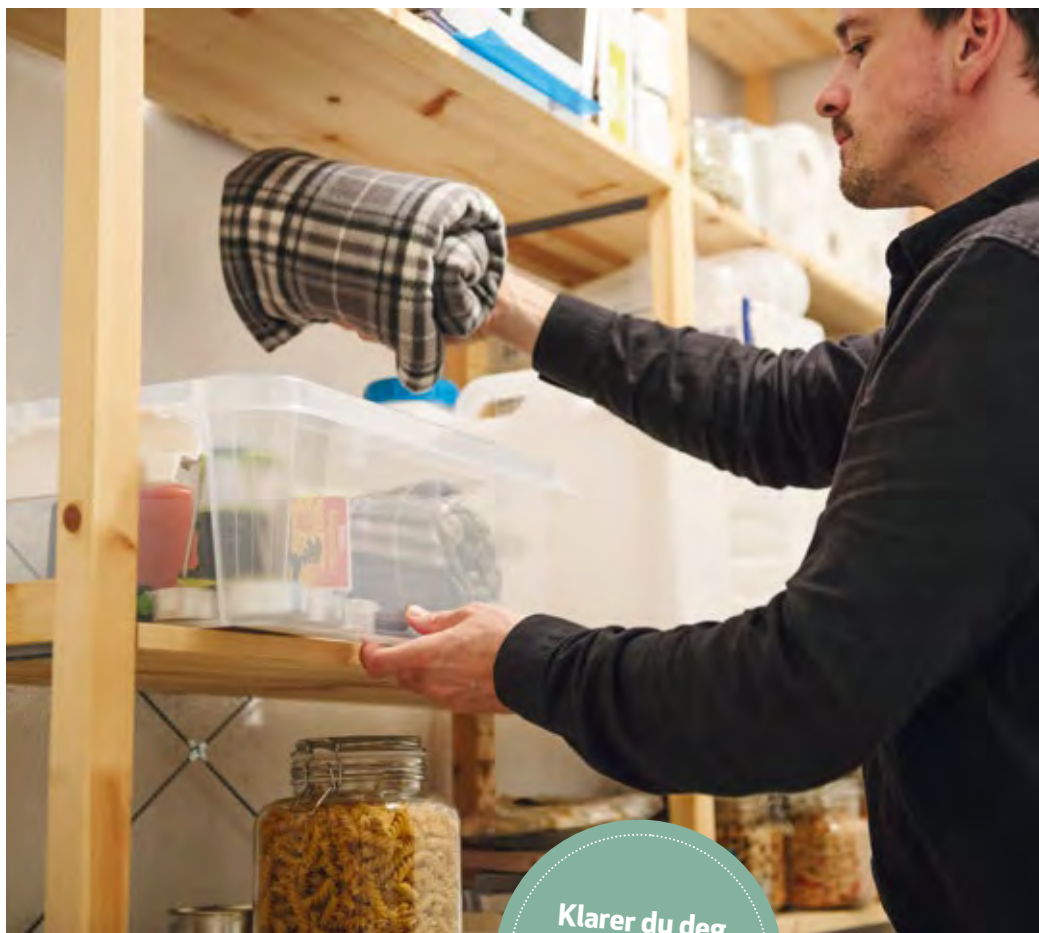
Til ditt arbeids- og produksjonsmiljø



MØRE DRIFT

www.moredrift.no
tlf: 70 30 06 08

TINGH



▲ PRIVAT LAGER I BODEN: Foto: Ivar Kvaal/DSB

Klarer du deg
en uke, med det
du har hjemme?

TEMA: BEREDSKAP

Alltid beredt

Vi er alle en del av beredskapen i Norge, ved at vi skal ha det vi trenger for å klare oss i en uke uten strøm og tilgang til mat og vann.

Vi har også en rolle i beredskapen ved at vi er gode naboer og medmennsker. I borettslag og sameier bor vi tett på naboene, noe som gir gode muligheter for å hjelpe hverandre. Vi oppmuntrer alle i borettslagene til å tenke gjennom om de skal ha felles beredskap i tillegg til det hver enkelt har ansvar for. Og kanskje legge en liten plan sammen med naboen. Det kan være starten på et tryggere felleskap. ••

Les mer



EGENBEREDSKAP

SNAKK MED NABOEN

OLE BJØRN ULSNÆS
DSB

– Nabohjelp er en styrke for beredskapen. Spør hva du kan hjelpe med, eller spør om hjelp til det du selv trenger, fastslår utredningsleder i DSBs kommunikasjonsavdeling Tore Kamfjord.

TEMA: BEREDSKAP

Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB) har lansert begrepet «beredskapsvenn». Folk har ulike forutsetninger for å handtere en krise. Derfor er det viktig å alliere seg med noen en kan få hjelp fra, og tenke gjennom hvem en selv kan hjelpe.

– Alle har noe å bidra med. Det kan være at du har ekstra mye vann på lager og kan dele med andre, eller kanskje du kan hjelpe en nabo med å forstå hva informasjonen fra myndighetene betyr, sier Kamfjord.

TA VARE PÅ SEG SELV OG SINE NÆRMESTE

– Egenberedskap handler om å kunne ta vare på seg selv og de nærmeste om det skjer en krise. En krise kan være hendelser som gjør at du mister tilgang på viktige varer og tjenester du er avhengig av. Et godt eksempel er om strømmen forsvinner.

– Hva skjer om du får et langvarig strøm-

brudd? Det er slike spørsmål vi ber folk tenke gjennom, forklarer Kamfjord. – Hva gjør du om du mister lys, varme og etter hvert kanskje drikkevannet? Hva om muligheten til å bruke toalettet forsvinner? Mobiltelefonen får du ikke brukt, og betalingstjenestene blir utilgjengelig.

Sannsynligheten for langvarige strømbrudd er ikke stor, men konsekvensene blir veldig store om det skulle skje. Derfor bør alle være forberedt på slike eventualiteter.

SNAKK SAMMEN

– Så hva bør folk gjøre for å være godt forberedt om en krise skulle oppstå?

– Det korte svaret er å gå inn på nettsiden sikkerhverdag.no og lese tipsene som ligger der, sier Kamfjord. – I løpet av den siste uka i oktober skal alle ha fått en brosjyre i posten med rådene i kortform.

DSB anbefaler at folk prater sammen og tenker gjennom hva de bør gjøre i en eventuell krise. – Ta en diskusjon i husstanden om hva dere vil gjøre om drikkevannet eller strømmen forsvinner. Hvordan skal familien få tak i hverandre? Har vi nok mat? Hvordan kan vi tilberede maten? Dette er eksempler på scenarier alle bør tenke gjennom, forklarer Kamfjord.

Vi har en rekke helt grunnleggende behov. Drikkevann er livsnødvendig. I høst- og vinterhalvåret er det helt nødvendig å ha tilgang til lys og varme. Mat trenger vi alltid, og det er viktig å tenke gjennom hva en gjør for å ha tilgang til livsnødvendige medisiner og utstyr.

RIKTIG INFORMASJON

– Hygiene er ikke mindre viktig i en krisesituasjon. Det gjelder å passe på å ikke bli syk, påpeker Kamfjord. – I tillegg er det avgjø-



▲ **TA EN PRAT:** Folk har ulike forutsetninger for å handtere en krise. Derfor er det viktig å alliere seg med noen en kan få hjelp fra, og tenke gjennom hvem en selv kan hjelpe, sier utredningsleder i DSBs kommunikasjonsavdeling Tore Karmfjord. Foto: Stian Olberg, DSB.



« Går det bra med deg? Er det noe jeg kan hjelpe med? »

rende å ha tilgang til informasjon for å kunne ta de lure valgene.

Datanettet er kanskje satt ut av spill, og da er det en DAB-radio med ekstra batterier som gjelder. Det er også helt avgjørende å vite hvor informasjonen kommer fra. I praksis bør man lytte til myndigheter eller redaktørstyrte medier.

KREVENDE I SMÅ LEILIGHETER

– Hva kan et borettslag eller sameie gjøre for å styrke beredskapen?

– Det er mer krevende å ha et beredskapslager i en liten leilighet enn det er i en stor enebolig med garasje. Men styrken i et borettslag kan være fellesskapet med naboer rundt deg på alle kanter. Det er et godt utgangspunkt for å hjelpe hverandre.

Styret har ikke noe formelt eller lovpålagt ansvar for beredskapen. – Vi anbefaler likevel

styrene å informere beboerne om dette og å oppfordre til å ha beredskapslagre i egen leilighet eller bodareal. Styret bør også vurdere om det er fornuftig å ha noe felles egenberedskap for alle beboerne, for eksempel drikkevann. DSB har laget en veileder for borettslag som ligger på nettsiden dsb.no.

– I kriser vet vi at de som er ensomme, blir mer ensomme. Styrene kan oppfordre beboerne til å følge litt med på naboen. Banke på døra og spørre: Går det bra med deg? Er det noe jeg kan hjelpe med? Eller kanskje spørre om hjelp tilbake. ••



◀ **20 LITER VANN PER PERSON:** Det skal være nok til en ukes bruk.



Hjelp!

Hva skal vi finne på?

De aller fleste voksne og barn får mye av hverdagsunderholdningen gjennom mobil, tv- eller pc-skjermer. Samtidig vet vi at mange ønsker å bruke mindre tid med å kikke inn i en skjerm.

uten skjerm

HVA MED Å GÅ OFF-LINE EN KVELD ELLER EN HELG?

Ved å bruke fantasien og utnytte enkle ting i huset, kan familien få en minneverdig stund sammen. Her er noen morsomme aktiviteter for både barn og voksne, som kan gjøres innendørs uten strøm og skjerm!



1. SKYGGETEATER

Bruk lommelykter til å lage figurer på veggene ved hjelp av hendene. Dere kan lage enkle skikkelser som fugler og hunder, eller være mer kreative og sette sammen hele fortellinger i skyggebilder.

2. FORTELLERSTUND I MØRKET

Samle familien i et mørkt rom med lommelykter eller stearinlys, og bytt på å fortelle spennende historier. Dere kan lage egne historier eller fortsette på hverandres fortellinger – en "skrekkhistorie-stafett" der hver person legger til en setning eller et avsnitt. Dette gir barna mulighet til å bruke fantasien og kan bli både skummelt og morsomt.

3. BRETTSPILLMARATON

Ta frem gamle brettspill fra skapet og arranger en skikkelig turnering. Spill som "Monopol", "Ludo", "Yatzy" eller kortspill som "Vri-åtter", «gris» og "UNO" er ypperlige for en kveld uten strøm. Brettspill er en fin måte å stimulere kreativitet og strategisk tenkning på, samtidig som dere har det gøy sammen.

4. SKATTEJAKT INNENDØRS

Planlegg en morsom skattejakt der du gjemmer små skatter (det kan være alt fra godteri til små leker) rundt i huset. Lag ledetråder eller kart som barna og de voksne må følge for å finne skattene. Skattejakter er spennende og får hele familien i bevegelse! Tilpass vanskelighetsgraden på ledetrådene etter barnas alder.



5. LAGE EN HINDERLØYPE INNE

Bruk møbler, puter og andre gjenstander for å lage en hinderløype inne i stua. Dere kan krabbe under bord, hoppe over sofaputer og balansere på tepper. En hinderløype utfordrer både koordinasjon og balanse, og barna får brukt mye energi.

6. LEKKER KUNST MED PAPIR OG BLYANT

Tegnekonkurranser eller kreative tegneoppgaver kan være en fin aktivitet. Utfordre hverandre til å tegne noe på tid – for eksempel et dyr eller en gjenstand – og sammenlign resultatene. Dette kan også utvides til å lage tegneserier der alle bidrar med en rute hver.

7. BOKSTAFETT

Er det noen bøker i huset dere ikke har rukket å lese ennå? Ta frem en bok som passer for hele familien, og bytt på å lese høyt. Dette er en fin måte å samle familien på, samtidig som dere deler gode historier og lærer noe nytt sammen.

9. LAG EN PAPIRFLY-KONKURRANSE

Brett papirfly og se hvem som kan få sitt fly til å fly lengst. Dere kan konkurrere om både avstand og stil på flyene. Dette er en fin aktivitet som ikke krever mye, men som gir rom for både kreativitet og konkurranseinstinkt!

8. BYGG ET FORT AV PUTER OG TEPPER

Alle barn elsker å bygge huler! Bruk stoler, puter, tepper og dyner for å lage en koselig hule i stua. Når den er ferdig, kan dere kose dere inne med snacks, en god bok, eller en annen av aktivitetene fra listen





Oppsving i sikte

For husholdningene har de siste par årene vært preget av dårligere råd. Dyrtid og renteøkninger har gitt et kraftig innhugg i folks lommebøker. Dette har resultert i laber forbruksvekst og fall i husholdningenes boliginvesteringer. Likevel har forbruket i denne perioden holdt seg bedre oppe enn inntektssvekkelsen skulle tilsi. Forklaringen ligger trolig i at mange opparbeidet seg en sparebuffer under pandemien, da forbruksmulighetene var begrensede.

✍ HILDE MIDSEM, SJEFØKONOM I NBBL



Det er nå gode utsikter til at dyrtiden snart er bak oss. Hittil i år har inflasjonen sakte, men gradvis tikket nedover. I september var den underliggende konsumprisveksten nede i 3,1 prosent. Dette er fortsatt et stykke over, men likevel på vei mot, sentralbankens mål om at konsumprisveksten over tid skal være nær 2 prosent.

Lønningene ligger an til å øke klart mer enn konsumprisene i år. Mange vil altså trolig oppleve en ganske betydelig reallønnsvekst. Både SSB og Norges Bank anslår i sine siste prognoser at reallønningene skal øke nær 2 prosent i år og over 1 prosent til neste år. Dette vil gi et kjærkomment bidrag til husholdningene etter tre år på rad med reallønnsnedgang.

Ettersom normaliseringen av inflasjonen har kommet et stykke på vei, ligger mye til rette for at Norges Bank etter hvert kan kutte renten. Siden desember i fjor har sentralbanken holdt styringsrenten uendret på 4,5 prosent. I september varslet Norges Bank at renten trolig settes ned tidlig i 2025. Dersom sentralbankens egen renteprognose treffer, kan norske husholdninger vente seg tre rentekutt i løpet av neste år, kanskje fire. Det er ikke gitt at det går slik, fremtiden er alltid usikker. Men mange piler peker mot at rentekostnadene lettes i løpet av neste år.

Rundt oss har de fleste land allerede startet rentekuttene. Den europeiske sentralbanken kuttet rentene for tredje gang hittil i år i okto-

ber. I USA gjennomførte sentralbanken et dobbelt rentekutt i september. Også i Sverige og Storbritannia er kuttene i gang.

At rentekuttene her hjemme har drøyd skyldes blant annet at kronekursen har vært svakere enn ventet. Det handler også om at sentralbanken vil være varsom med å sette renten for raskt ned. Dette for å unngå at inflasjonen skyter fart på ny, og at de i nesterunde kan bli tvunget til å sette rentene opp igjen.

I Norge slår renteendringer mer direkte inn i husholdningenes økonomi enn i de fleste andre land. Årsaken er at norske husholdninger har mye gjeld og høy grad av flytende rente. Faktisk er norske husholdninger på verdenstoppen i gjeld. I hvert fall troner vi



« norske husholdninger på verdenstoppen i gjeld »

øverst blant OECD-landene når det kommer til gjeldsgrad, altså gjeld i forhold til inntekt. Den gjennomsnittlige husholdningen i Norge har gjeld tilsvarende nær to og en halv ganger årsinntekten sin. Samtidig har om lag 95 prosent av boliglånene i Norge flytende rente. Også dette er høyt i internasjonal sammenheng. Kombinasjonen har ført til at sentralbankens renteøkninger de siste tre årene har svidd for mange. Det betyr også at mange vil få bedre økonomisk armslag når rentene settes ned.

Norsk økonomi har samtidig tålt renteøkningene bedre enn man kunne frykte. Sysselsettingen er fortsatt høy. Arbeidsledigheten har økt de siste to årene,

men er fortsatt litt lavere enn i årene før pandemien. Gode tider for oljerettet industri har bidratt til å holde aktiviteten oppe. I bygge- og anleggsnæringen er imidlertid stemningen svært dårlig. Næringen har opplevd kraftige kostnadsøkninger i kombinasjon med sviktende etterspørsel fra husholdningene. Salgene av nye boliger har tatt seg litt opp de siste månedene, men boligbyggingen er fortsatt på historisk lave nivåer.

Bedret økonomisk handlingsrom for folk flest peker mot høyere forbruksvekst fremover. Sammen med lavere lånekostnader vil dette også gi fart i boligetterpørselen. Dette vil være en viktig vekstmotor for norsk økonomi den kommende tiden. ••



▲ HILDE KAROLINE MIDSEM er sjeføkonom i NBBL.
(Foto: Nadia Frantsen)

Lammefrikassé

BEDRE BLIR DET IKKE!



📷 OLE BJØRN ULSNÆS

Mange forbinder lammefrikassé med søndagsmiddagen hjemme hos mor. Oppskriften til kokk Lars Ludvig Jacobsen fra Lille Ludvig Kafeteria løfter den tradisjonsrike retten opp på et høyere nivå

Norsk lammekjøtt er i verdensklasse og er en unik råvare. Lammene beiter ute i naturen, der de spiser gras, urter og løv. Det gir lammekjøttet en mild og god smak.

Lammefrikassé er norsk mat på sitt beste. Vi har utfordret kokken Lars Ludvig Jacobsen på Lille Ludvig Kafeteria til å dele sin oppskrift.

TRINN 1: KORT OPPKOK AV BOG

– Vi bruker bog. Det er skulderen på lammet, og etter min mening den beste stykningsdelen å bruke i lammefrikassé. Bogen er den delen som må koke lengst. Men det er selvfølgelig mulig å bruke lammekjøtt som selges i pakker til fårikål, sier Lars Ludvig.

Det er lurt å spørre i butikken om å få delt bogen i to, for da er den lettere å få i gryta. Og beina skal være med i kjelen.

Prosessen starter med blanchering – et

kjapt oppkok av kjøttet i saltet vann. Lars Ludvig anbefaler å ha gryta litt over halvfull med lammekjøtt, som er stablet slik at det blir litt trangt ut mot kantene. Vannmengden skal dekke kjøttet, som skal koke i fem, seks minutter. Vannet skal være så salt at det smaker som sjøvann.

– Så siler jeg av, kaster kokevannet og skylles lammekjøttet grundig.

TRINN 2: KJØTTET KOKES FERDIG

Deretter fylles gryta med nytt vann, men med mindre salt denne gangen. – Jeg salter omtrent som jeg ville gjort med potetvann, forklarer kokken. – Vil du være ekstra fin, kan du også ha oppi et glass tørr hvitvin.

Lars Ludvig bruker bare hvite og grønne grønnsaker i sin lammefrikassé. Han ønsker å få en så hvit kraft som mulig, og gulrot kan gi en misfarget kraft.

– Til en lammebog har jeg oppi en stor løk,

den hvite delen av en purre, tre stenger med stangselleri, to laurbærblader, en liten kvist med timian, en teskje fennikelfrø og en teskje med hel, hvit pepper. Så gir vi gryta et skikkelig oppkok og holder kjøttet på kokepunktet gjennom kokeprosessen.

For å få hvit og fin kraft er det viktig å skumme av alt som legger seg på overflaten. Kjøttet er ferdig når det så vidt slipper beinet.

Lammekjøttet plukkes av beina for hånd og oppbevares til seinere.

TRINN 3: SAUSEN

– Jeg liker å sile krafta gjennom en finmaske sil før vi starter prosessen med 50 gram sellerirot/stangselleri og 50 gram av det hvite fra en purre og 100 gram løk – alt finhakket. Dette freses sakte på lav varme sammen med et par spiseskjeer smør. Når grønnsakene har blitt blanke, har jeg i en spiseskje eller to med hvitvinseddik, og et par desiliter



▲ **KOKK:** All mat skal lages fra bunnen av i vårt kjøkken, sier Lars Ludvig Jacobsen. Han har jobbet som kokk i mange år, og i oktober åpnet han og samboer Julie Soli Lille Ludvig Kafeteria. «Hele» familien er engasjert i virksomheten. Her serveres norsk tradisjonsmat, og lammefrikasséen er blant de mest populære rettene på menyen.

▲ **URTER:** Kokken er glad i å bruke friske urter. Dill, gressløk, litt persille og kjørvæl passer godt i lammefrikasséen.

med hvitvin. Deretter reduserer jeg innholdet i gryta ned til halvparten før jeg heller over lammekraften. Så skal dette igjen reduseres til halvparten.

Til slutt har kokken oppi en halv liter fløte før han rører inn mel og smør.

Et tips er å frese eller røre sammen 100 gram smør og 100 gram mel til en pasta. Kokkene kaller dette en «roux», og pastaen brukes til å tykne supper og gryteretter. For å jevne lammefrikasséen bruker Lars Ludvig et par spiseskjeer av roux-en.

– Det går an å bruke maisenna og vann, men det gir ikke like god smak eller like fin konsistens.

TRINN 4: GRØNNSAKENE

Nå skiver du opp de grønnsakene du ønsker å bruke. – Her på huset bruker vi gulerøtter og purre i skiver og 100 til 150 gram sjampinjong. Jeg pleier å koke grønnsakene ved siden

av i lett saltet vann. Om en koker for mye løk og gulerøtter i krafta, kan den bli for søt.

Lars Ludvig er tydelig på at en bruker det en har tilgjengelig. Selleri, persillerot eller andre grønnsaker går helt fint.

– Når sausen har riktig konsistens, det vil si at den henger litt på en skje, tilsettes lammekjøttet vi har plukket av beina. Når kjøttet er gjennomvarmet, skal også grønnsakene oppi.

URTER FØR SERVERING

– Jeg synes det er utrolig godt å ha litt finhakket dill, litt persille og kjørvæl over lammefrikasséen. Det er slik vi gjør det hos oss, men det holder med en av urtene. Bare lig udda timian og rosmarin. Det blir for sterkt i denne retten.

På Lille Ludvig Kafeteria serveres lammereppen med kokte poteter og tyttbærsyltetøy. ••



▲ **FOR HÅND:** Lars Ludvig plukker kjøttet av bogene for hånd.



▲ **DISKUSJON:** Styrelederne Aril Oterhals og Turid Steinshamn, Evy Strømme i MOBO og styreleder Kurt Aure i samtale om beredskap i borettslagene. Foto: Jens Holsbøvåg-Lyngstad

Her kan du laste ned
VEILEDEREN

dsb.no/nyhetsarkiv/2024/egenberedskap-i-borettslag-og-sameier/



EGENBEREDSKAP I BORETTSLAG OG SAMEIER:

- SLIK KAN STYRET BIDRA

Styret i et boligselskap har ikke et lovpålagt ansvar for beredskap, men kan likevel bidra positivt til fellesskapet ved å ta initiativ og sette egenberedskap på dagsordenen.

Norske Boligbyggelags Landsforbund (NBBL) og OBOS har utarbeidet en veileder med gode tips til styrene i borettslag og sameier angående egenberedskap. Veilederen er ment å være et utgangspunkt, som styrene kan vurdere og jobbe videre med. Veilederen har fire hovedpunkter:

1: EGENBEREDSKAP VED STRØMBRUDD

Uten vedovn kan det bli kaldt dersom strømmen blir borte over lang tid. Styret kan diskutere med beboerne om det er mulig å avtale at enkelte leiligheter kan ha såkalt forsterket oppvarmingsmulighet (oppvarming på f. eks. gass eller parafin), alternativt om det

finnes et fellesrom som kan ha forsterket oppvarmingsmulighet der folk kan samles. NB! Det er regler for hvor mye brannfarlig væske det er lov å oppbevare.

2: INFORMASJON OG BEVISSTGJØRING

Ved å ta opp temaet egenberedskap på styremøter, årsmøte og generalforsamling, kan beboernes bevissthet om kriser og krisehåndtering styrkes.

3: NABOHJELP

For å senke terskelen for å bry seg, kan styret oppfordre beboerne til å ta kontakt med naboene. Spesielt bør man være oppmerksomme

på at enkelte beboere kan ha ekstra behov for hjelp ved ulike kriser.

4: FELLES EGENBEREDSKAPSLAGER

Dersom det finnes egnede fellesarealer, kan styret vurdere muligheten for å etablere noe felles egenberedskap. ••

Informasjon om egenberedskap
finner du på nettsiden:
SIKKERHVERDAG.NO

bomagasinet.no



BO
MAGASINET



Medlemsblad for
BOLIGBYGGELAG



Bomagasinet er også på nett!

Aktuelt, inspirerende og informativt lesestoff for deg som
bor i borettslag og sameie direkte på din mobil eller pc.

bomagasinet.no



EU-DIREKTIV:

Må oppgradere lyskilder

Gamle lyskilder som lysstoffrør og klassiske halogenpærer erstattes nå med mer energieffektive og miljøbesparende LED-lyskilder. Da er det smartest å bytte hele armaturet eller lampen.

✍ MARTINE TESSAND IVERSEN, APRIL DIGITAL OSLO FOR ELKONOR AS

HVORFOR HAR DISSE ENDRINGENE BLITT INNFØRT?

RoHS-direktivet (Restriction of Hazardous Substances) er en EU-regulering som stiller strenge krav til hvilke stoffer som skal brukes i elektriske og elektroniske produkter. Formålet er en reduksjon av farlige stoffer som bly, kvikksølv og kadmium, som både er miljøskadelige og helsefarlige. Direktivet har blant annet hatt stor innvirkning på produksjon av elektronikk, lamper og elektrisk materiell.

For forbrukere betyr det at mange gamle lyskilder, deriblant lysstoffrør og klassiske halogenpærer, er forsvunnet fra markedet. Vi har begynt et skifte til mer energieffektive og miljøbesparende LED-lyskilder.

HAR SKIFTET GÅTT SMERTEFRITT?

Det korte svaret er nei, det har ført til noen utfordringer. Den nye teknologien har ført til at mange gamle lamper og armaturer ikke fungerer med LED. Eksempler på dette kan

være lamper som er designet for halogenpærer – selv om de ser ut til å passe perfekt fungerer de ikke nødvendigvis med LED-pærer. Dette er fordi at kravet til strømtilførsel og dimming er annerledes for ulike lyskilder.

HVORFOR FLIMRER LYSET NÅR MAN BYTTER UT LYSPÆREN?

Om du har dimmere i boligen din som ble installert for lenge siden kan det være at den ikke fungerer med nye LED-pærer. Dette kan du oftest merke ved at lysene flimrer, lyser ujevnt, eller ikke fungerer i det hele tatt. De aller fleste er faktisk ikke klar over at man må oppgradere dimmere samtidig som lyskilder, men skiftet er både energivennlig og tryggere for både miljøet og deg selv.

HVA SKJER OM DU KUN BYTTER UT LYSKILDEN?

Den gamle armaturen din er godkjent for bruk med lysstoffrør, og CE-merkingen, altså «Godkjent»-stempleet, forsvinner når du

kun bytter ut lysrøret. Det samme gjelder om du også bytter forkoblingen, da lampens godkjenning er knyttet til slik den var i original form. Ved endringer i en eksisterende installasjon, kreves også en ny EMC-test.

Du kan faktisk også utsettes for elektrisk støt ved montering av LED-lysrør i gammel armatur. Hvis den ene enden er tilkoblet og vridt en halv gang rundt, kan den andre enden være spenningsatt. Vær derfor veldig forsiktig hvis du på tross av alle advarsler fortsatt velger dette alternativet.

ANSVARET FLYTTES TIL DEG

Når du tukler med en lampe (eller andre elektriske installasjoner), flyttes også ansvaret for sikkerheten over på deg eller den som gjør endringen. Derfor anbefaler vi at man like gjerne bytter alt mens man er i gang. Det er både tryggere og bedre.

STORE BESPARELSER PÅ UTBYTTINGEN

Har borettslaget eller sameiet fellesarealer,

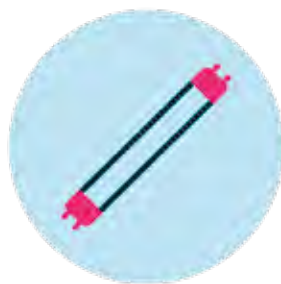
Disse fases ut!



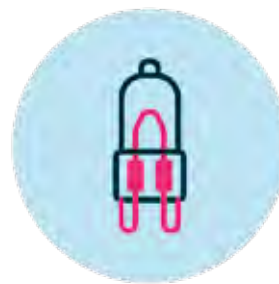
Sirkel-lysrør
(T5 & T9)



Kompaktlysrør med
plug-in sokkel



T5- og T8-lysrør



Halogenstifter
(G4, GY6, 35 og G9)

**Et komplett armaturbytte,
kombinert med smart
lysstyring kan redusere
forbruket med opptil 90 %.**



som garasje, vaskekjeller eller boder med gammel belysning er utbyttingen viktig å ta stilling til. Det kan være en litt kostbar investering, men det lønner seg svært godt over tid.

For å kunne oppnå de store besparelsene, er det dessverre ikke nok å kun bytte et lysstoffrør med et LED-rør. Dette er fordi selve armaturen spiller en viktig rolle for effektiv strømbruk. Faktisk ser vi at man i snitt kun sparer 15–18 % ved å bytte rør. Det blir lite sammenlignet med et komplett bytte, kombinert med smart lysstyring. Det kan redusere forbruket med opptil 90 %. En moderne LED-armatur har en levetid på mellom 50 000–100 000 timer, som betyr at du kan ha vedlikeholdsfri belysning i 10 til 30 år.

VI OPPLEVER EN ØKENDE FARE FOR OVERSPENNING

En annen viktig faktor å ta hensyn til er at overspenning har blitt en stadig større trussel i norske hjem. Vi ser en markant økning

i tordenvær, som fører til overspennings-skader på elektrisk utstyr. Når lynet slår ned i din bolig kan det føre til skader på det elektriske utstyret ditt, inkludert elbil, og dette kan bli dyrt.

Ofte er det ikke så alvorlig, men om du ikke har oppdaterte elektriske installasjoner og vern kan dette føre til store skader og kostnader i etterkant. I borettslag og sameier kan hele fellesanlegget bli rammet av dette, med en risiko for store reparasjonskostnader fra fellesskapets lommer.

BRUK SERTIFISERTE FAGFOLK

Er du usikker på hvor du skal starte? Kontakt din lokale elektriker i dag, og sørg for at din bolig eller borettslag er forberedt på fremtidens krav og endringer. ••

FIRE CODE GRUNNER TIL HVORFOR DU IKKE BØR BEHOLDE DIN GAMLE BELYSNING:

1. Bruker 50–80 % mer strøm
2. Kortere levetid
3. Dårlig tilpasset lys
4. Inneholder helsefarlig kvikksølv

→ **NY medlemsfordel:**
5 % bonus

elkonor



Beredskap i fellesskap

I BORETTSLAG OG SAMEIER

Hva kan du som boligeier gjøre alene og hva kan boligselskapet gjøre for å sikre bedre beredskap? Og ikke minst, har de begge noen forpliktelser i denne sammenheng? Fellesskapet av beboere i boligselskapet vil kunne ha stor nytte av et samarbeid. Man vil kunne oppnå bedre og mer hensiktsmessig beredskap i fellesskap enn hva den enkelte boligeier kan klare alene. Her får du et innblikk i styrets og boligeiers rettslige forpliktelser, og tips til hvordan styret kan starte opp arbeidet.



DIREKTORATETS ANBEFALINGER

Myndighetene anbefaler at man skal være forberedt på å klare seg i en uke ved en krise. Dette innebærer at man har tilstrekkelig mat og drikke, at man har mulighet for å klare seg uten strøm, at man har tilstrekkelig med medisiner og andre nødvendighetsartikler osv.

UTFORDRINGENE FOR DEG SOM BOR I LEILIGHET

Det er mindre lagringsplass i leiligheter enn i en enebolig. De fleste har imidlertid en eller flere boden, og noe mulighet til å lagre noe mat og drikke. 20 liter vann per

person kan imidlertid ta ganske mye plass for en familie som bor i en liten leilighet. Mange boliger har heller ikke noen alternativ oppvarmingskilde, som peis eller vedovn, i tilfelle strømmen skulle bli borte over lengre tid i vinterhalvåret. Dette kan man bøte på ved å vurdere å installere et ildsted, men også ved å kjøpe gassfyrte ovner. Dette leder imidlertid til spørsmål knyttet til brannsikkerhet ved montering av ildsted og regler for oppbevaring av gass.

MULIGHETEN TIL Å LAGRE

Du kan bruke fellesarealer og arealer du har

eksklusiv bruksrett til, som leiligheten eller boden din, til det som er vanlig bruk for denne typen arealer. Dette følger både av borettslagsloven og eierseksjonsloven. Du kan derfor benytte boden eller boligen din til lagring av en del av din beredskap, men det er flere ting du må huske på.

Du må bruke boden eller boligen på en måte som ikke er til unødvendig skade eller ulempe for dine naboer. Dersom din

« Lagring av større mengder mat i en bod, kan tiltrekke seg skadedyr dersom det ikke er lagret på riktig måte »



vannbeholder lekker vann fra loftsboden og ned i leiligheten under, vil du kunne bli ansvarlig for tapet naboer lider gjennom de vannskader som oppstår. Lagring av større mengder mat i en bod, kan tiltrekke seg skadedyr dersom det ikke er lagret på riktig måte. Du kan heller ikke lagre større mengder gass i boden. Gass skal lagres stående, på et stabilt underlag, og det skal være god avstand til antenneskilder. Gass skal ikke lagres i kjelleren, siden propan er tyngre enn luft. Dette vil kunne utsette dine naboer for en unødvendig risiko. Å lagre gass i en rotete kjellerbod vil derfor være forbudt og i strid med reglene, og et mislighold av dine plikter som eier av bolig i borettslag eller sameier.

Som boligeier må du heller ikke bruke fellesarealene slik at det er til skade eller ulempe for dine naboer. Mange tror for eksempel at man kan sette en bokhylle eller seng, som ikke får plass i egen bod, i fellesarealene. Mange tror også at man kan etablere en form for garderobe på gangen utenfor leiligheten, ofte på grunn av lite plass i egen entre. Dette er imidlertid ikke tillatt, og kan stenge for rømningsveier, samt utgjøre fare dersom disse gjenstander antennes og avgir giftig røyk i det som ellers skal være en trygg

rømningsvei. Styret kan imidlertid sette av arealer i fellesarealene til felles lagring av større gjenstander dersom man har mulighet til dette. Dette kan være praktisk for møbler eller vinteropplag av sykler.

ER MAN FORPLIKTET TIL Å ETABLERE FELLES LØSNINGER I BORETTSLAG OG SAMEIER?

Det foreligger ikke noen offentligrettslig forpliktelse for styret til å sikre den enkelte boligeiers beredskap. Man vil imidlertid kunne ha stor nytte av et samarbeid, og man vil kunne oppnå en bedre beredskap i fellesskap enn det den enkelte beboer kan alene. Styret må selvfølgelig vurdere dette opp mot andre forpliktelser og annen bruk av fellesarealene, men det er sannsynlig at beboerne vil oppfatte dette som et positivt tiltak.

HVA KAN STYRET GJØRE?

Under finner du noen tips til ting styret kan iverksette eller som du kan foreslå for styret.

1. Ledig arealer i kjelleren kan benyttes til et felles vannlagringsanlegg. Det kan være felles for alle, eller for grupper av beboere, avhengig av hva som er hensiktsmessig i det enkelte boligselskap.
2. Styret kan gi informasjon om regler for lagring i boder og egen bolig, slik at sikkerheten ivaretas. Dette vil være lurt å gjøre i husordensreglene, for eksempel å gi informasjon om lagring av gass og mat i kjellerbod. Selv om dette er regler som gjelder gjennom alminnelig lovgivning allerede, er det ikke sikkert at alle beboere kjenner til dette i like stor grad. Det kan være en billig forsikring mot skader å gi god informasjon.

3. Ha gode og lettfattelige vedtekter og husordensregler lett tilgjengelig for beboerne. Dette kan gjøres ved oppslag i oppgangen eller ved at de gjøres enkelt tilgjengelig på boligselskapets nettsider eller andre digitale plattformer. Disse dokumentene er viktige for å gi beboerne lett tilgang på kunnskap om sine forpliktelser.
4. Vedtekter og husordensregler bør utformes på en slik måte at de er lette å forstå, og at ansvaret for vedlikehold og bruk av eiendommen er godt avklart og tydelige forklart. Dette vil gi god hjelp i en krisesituasjon. I husordensreglene kan det for eksempel stå at fellesarealer ikke kan benyttes til lagring av større gjenstander, og at lagring av gass i kjellerbod er forbudt.
5. Styret bør føre jevnlig kontroll med bygningsmassen. Styret har gjennom internkontrollforskriften en forpliktelse til å sørge for den alminnelige sikkerhet i bygningsmassen, herunder brannsikkerhet og frie rømningsveier. Styret bør for eksempel jevnlig sjekke at rømningsveier ikke blokkeres av hensatte gjenstander i fellesarealer. For HMS-arbeidet finnes det gode digitale verktøy for å følge opp dette på regelmessig basis. Dette bør styrene vurdere å kjøpe inn. HMS-arbeidet kan utvides til å vurdere mulighetene for egenberedskap for beboerne. ••

LINE C.B. BJERKEK
ADVOKAT OG LEDER AV
ADVOKATKONTORET I NBBL



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 konvolutten med Kryssord 3-2024 eller Sudoku 3-2024. Svaret sendes til TIBE, postboks 473, 6401 Molde. Svar kan også sendes på epost til: bomagasinet@tibe.no.

Innsendingsfrist 31. desember 2024

LØSNING KRYSSORD NR. 2, 2024

[illegible]

Vinnere kryssord 2/2024:
Reidun Sivertsen, Bjorbekk
Kai Salvesen, Arendal
Bente Sandblåst, Oslo

Vinnere sudoku 2/2024:
Berit Rausand, Molde
Ragnhild Todal, Frei
Lillian Ø. Tveit, Arendal

Jeg har løst det!

Fyll ut kontaktinformasjonen
din nedenfor og kryss av.

Navn _____

Adresse

Postnr./Sted _____

☐ KRYSSORD ☐ SUDOKU

				XORD .no	KJENTES	↶	JOURNA- LIST	DRES- SERT	MUN- NING	BELG- FRUKT	BE- MERKET
					BY I NEDER- LAND						
					→						
				LAMA- ART					↷		
BER- GENSER	↶	SKRYT	FISKER	TIDS- MÅLER							KOM- MUNE
BONGER				AVTA							
↷								UNGSAU			
								MESTER- SKAP			
TERGE					PLASS					PLAS- SERTE	
FLOKKEN					SY						
↷						BRAK					
						FOR- TÆRE					
EN BRUMM				ELVER				MIDT- BLOKK			
SENIOR				HOVED- SAK				UMED- GJØRLIG			
↷		↶							↶	BE- FALING	
ETTER- SKRIFT			TAUET						= DAN- MARK		
			TANKER						SIRKU- LÆRT		
LANGE I SEG						HANN- FUGL					JORDE
						FAG					
DELI- KATE					PERIODE						
					TØYREST						
SKITTENT								STATS- KANAL			
ART.								FASE			
↷		EURO- PEER									
OPP- FØRER				GJEN- NOM- FØRE							

Lett

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

Middelen

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




Scandi Lux Senior Cushion
Design Anderssen & Voll 2021

FJORDFIESTA

www.fjordfiesta.com



NYBYGG I ROMSDALSGATA

salget i gang!

✍ INGRID KVANDE

Leilighetene i Romsdalsgata 8–12 er nå lagt ut for salg. Interessen for prosjektet har vært svært stor fra tidlig i sommer, og 12 av leilighetene er allerede solgt.

De 26 nye, moderne leilighetene midt i sentrum har varierende størrelse – fra smarte småleiligheter på noen og tjue kvadratmeter til store boliger på 125 kvadratmeter. Her er det mange kvaliteter som heis, sentral beliggenhet som gir lettvinnt adkomst både med bil og til fots, i tillegg til at bygget er flott estetisk sett.

12 LEILIGHETER SOLGT

Stiftelsen Molde og omegn Pensjonistboliger har besluttet å kjøpe 12 leiligheter i 2. og 3. etasje. Disse skal leies ut til pensjonister i Molde.

– Det betyr at halvparten allerede er solgt,

og at vi mangler bare noen få salg før vi kan komme i gang med byggingen, noe vi forventer kan skje relativt raskt, sier Tonje Kvalsnes i MOBO.

Det er Garanti Eiendomsmegling som står for salget, og på nettsiden er det oversikt over hvilke leiligheter som er ledige. De ligger også ute på finn.no, og alle de som tidligere har registrert interesse for prosjektet har fått tilsendt egen informasjon.

MULIGHETER FOR TILVALG

En fordel med å få være første eier av leilighetene, er at man har gode muligheter for tilvalg når man inngår kontrakt tidlig. Det

innebærer at man har mulighet til å gjøre egne valg og tilpasninger når det gjelder f.eks baderomsinnredning og løsninger på kjøkkenet.

FARGEKLATT I BYBILDET

MOBO har tidligere fått honnør for å bringe MOBO-bygget i Strandgata tilbake til opprinnelsen når det gjelder fargebruk. Bruken av farger er et bevist grep her også.

– Vi har hatt bistand fra fargeekspert Mette L'Orange for å lande de friske fargene på bygget. Dette blir en balansert fargeklatt i en del av byen som ellers er preget av hvite og grå bygninger, mener Tonje. ••

▼ Soverom



▼ Spisestue med utsikt



► Tonje Kvalsnes i MOBO.
Foto: Jens Holsbøvåg-Lyngstad



▲ Gode muligheter for tilvalg.
◀ Spisestue



Rehabiliteringslån til borettslag



DNB Molde og MOBO er i startfasen med å etablere grønn finansiering til borettslagene som har MOBO som forretningsfører. Det gjør at borettslagene kan få bedre lånevilkår og får finansiert rehabiliteringen av bygningene med et bærekraftig fokus.



◀ Liv Karin Lyslo, kundeansvarlig i DNB Molde.

– Et grønt lån til borettslag vil gi bedre lånevilkår samtidig med at rehabiliteringen av bygget vil gi lavere energiutgifter på sikt, sier kundeansvarlig i DNB Molde, Liv Karin Lyslo.

– Vi er veldig fornøyd med at vi nå ser på mulighetene for å få grønn finansiering for rehabilitering av borettslag. Grønne lån vil bety mye for borettslagene som vurderer rehabilitering fremover, sier daglig leder MOBO, Ole Jakob Strandhagen.

BEBOERNE KAN FA LAVERE STRØMUTGIFTER
Strandhagen i MOBO forteller at målet er at beboerne får lavere strømrkning etter rehabiliteringen.

– En rehabilitering gir en energibesparelse som betyr mye for beboere og borettslag hver måned. I tillegg til lavere pris på lånet, kan beboerne få lavere fyringsutgifter og borettslagene får langt lavere vedlikeholdsbehov de neste 20 til 30 årene fordi utvendige tak, vegger og vinduer er nye, sier han.

VIL BIDRA POSITIVT

Grønt byggelån/rehabiliteringslån kan gis på minimum 30 % energiforbedring i eksisterende bygg.

– Som Norges største finanskonsern har vi et særlig ansvar og mulighet til å bidra positivt til den bærekraftige omstillingen i Norge. Vi gir derfor borettslagene tilknyttet MOBO muligheten til grønne rehabiliteringslån, sier Lyslo i DNB.

DNB SKAL VÆRE EN PÅDRIVER FOR OMSTILLING

Lyslo forteller at eiendomssektoren spiller en viktig rolle i det grønne skiftet, og rehabilitering av eksisterende bygningsmasse vil bidra til å redusere energibruken i stor grad, og dermed redusere CO₂-utslipp.

– DNB skal være en pådriver for omstilling,

noe vi blant annet gjør ved å kanalisere mer kapital til bærekraftige aktiviteter, sier hun.

MINIMUM 30 PROSENT ENERGIFORBEDRING

Grønne lån kan gis til investeringer i bygg med spesifikke grønne kvaliteter. For rehabilitering er kravet minimum 30 prosent energiforbedring i eksisterende bygg, men også andre grønne

tiltak vurderes. Energiforbedringen baseres på estimert forbruk for og etter rehabiliteringen, og dette dokumenteres i form av et energinotat.

– Et grønt lån til borettslag kan få lavere rente og i tillegg både avdragsfrihet og lengre løpetid. Dessuten vil beboerne kunne oppnå grønne lånebetingelser på egen finansiering, forutsatt energiklasse B, forklarer Liv Karin Lyslo.

FORUTSIGBARHET AV PROSJEKTETS ØKONOMI

En viktig del av samarbeidet mellom MOBO og DNB vil være å utarbeide gode finansielle løsninger.

– DNB er en viktig medspiller og rådgiver for oss. En sentral del av metoden for denne typen prosjekter er å skape forutsigbarhet for boligselskapet og beboerne gjennom nøye planlegging av prosjektets økonomi. Forretningsfører i MOBO vil være bindeleddet mellom borettslagene og DNB, sier Brakstad.

RASK ENDRING TIL GRØNNE LÅN

DNB har mål om å finansiere, investere i og tilrettelegge for bærekraftige aktiviteter til en verdi av 1 500 milliarder kroner fram mot 2030.

– Det faktum at vi har fått til en så rask økning, er også et tegn på endringsvilligheten som ligger i norsk næringsliv og hos norske forbrukere. Det er godt driv og stort engasjement, men vi har fortsatt en lang vei å gå for å nå klimamålene i tide. Det er derfor viktig at vi holder trykket oppe og får opp farten, understreker Lyslo. ••

Grønne lån kan gis til investeringer i bygg med spesifikke grønne kvaliteter



▲ Beboerne er fornøyd med den flotte trappa. Den er bygd slik at den naturlig fører seg inn i berget.

HAR DERE ET PROSJEKT?

MOBO-fondet har
søknadsfrist 31. desember.

Finere og mer praktisk!

Fra uframkommelig «snarveg» til sti med naturtrapp! Nytt prosjekt gjør startetappen på turen til Moldemarka litt enklere for folk i Solbakken 37.

✍ INGRID KVANDE 📷 JENS HOLSBØVÅG-LYNGSTAD

For et par år siden fikk Solbakken 37 Borettslag tildelt kr 25 000 fra MOBO-fondet til arbeid med fellesområdet på baksiden av blokka.

Det var tidligere styreleder Margaret Mørk som stod for den opprinnelige søknaden til MOBO-fondet, og etter hvert tok nåværende styreleder Pål Even Skavnes over prosjektet.

– Det skal ha vært en snarveg her før blokka kom, men den var ikke fremkommelig lenger. Det stod i reguleringsplanen at vi skulle ha tilgang til friområdet bak blokka, og etter at vi har ryddet kratt og bygd en flott trapp har vi fått det, sier Pål Even. Han legger

til at de undersøkte med kommunen om de måtte ha byggetillatelse og andre praktiske ting før de satte i gang arbeidet.

LIV I BAKGÅRDEN

Når Bomagasinet er på besøk, er det fullt liv i bakgården bak blokka. Fra området der den nye trappa starter er det et fint uteområde med flere benker og bord, og i den lune høstettermiddagen har en god del naboer samlet seg til kaffekos. Her nytes både smaken av kake og synet av trappa.

FRA TRETRAPP TIL STEIN OG STÅL

I den opprinnelige søknaden til MOBO-

fondet var det tenkt en trapp i tre, men sammen med Jørn Kjersem, kom borettslaget fram til en bedre løsning. Trappa har trinn i en kombinasjon av ståltrinn og steiner som er skrudd fast i berget.

– Ståltrinnene har vi laget på Astero i Molde, og patentet er også brukt i noen trinn på veien opp til Nesaksla på Åndalsnes, forteller trappebygger Kjersem.

– Trappa gir oss enklere tilgang til marka, og det er vi fornøyd med. Det var også veldig artig at vi traff på Jørn og hans ideer. Da ble sluttresultatet en trapp mer i takt med naturen. Det hadde ikke blitt det samme med en tretrapp, sier Pål Even. ••



▲ Terese Nerland i Garanti Eiendomsmegling i Molde.

BRA TRØKK I BOLIGMARKEDET

Det er solgt flere boliger enn i fjor, og prisen er høyere. Det var som vanlig en liten dupp i boligprisene i september, men med rentenedgang neste år vil prisene trolig stige, mener Terese Nerland i Garanti Eiendomsmegling.

Folk har levd med de høye boliglansrentene en stund, men det har ikke gitt noen store utslag når det gjelder salg av boliger.

– Det er god aktivitet i markedet. Så langt i år er det solgt 6,8 prosent flere boliger på landsbasis enn i samme periode i 2023. Boligprisveksten har vært sterkere enn mange eksperter så for seg ved inngangen til året, gitt de mange rentøkningene som har gjort boliglån dyrere. Til og med september 2024 steg boligprisene her til lands med 7,6 prosent, sier Terese Nerland i Garanti Eiendomsmegling i Molde.

HØY OMSETNING AV BOLIGER

I juli og august ble det solgt svært mange boliger i Norge. Salg av bruktboliger i august er det høyest registrerte i en august-måned i boligprisstatistikens historie.

– Nasjonalt falt boligprisene med 0,6 prosent i september, korrigert for sesongvariasjoner steg boligprisene med 0,4 pro-

sent. Det er normalt at boligprisene faller litt om høsten og at markedet kjølnes seg litt. Fallet nå i september var derfor som forventet. Omsetningsvolumet fortsetter på et høyt nivå, og det overrasker litt. Så langt ser 2024 ut til å bli et år med rekordvolum i brukmarkedet, sier Terese.

OPTIMISME

Med signaler om rentenedsettelse i 2025 merker vi at det nå stort sett råder optimisme på visninger, og at flere er villige til å strekke seg litt ekstra i budrunden. Vi ser allikevel at folk tar seg god tid når de skal kjøpe bolig, og går på flere visninger.

RÅD TIL BOLIKKJØPERE OG -SELGERE

Garanti Eiendomsmegling opplever at leilighetsmarkedet er relativt bra for både små og store leiligheter, mens eneboligmarkedet er noe mer avventende. Terese Nerland har gode råd til boligkjøpere og – selgere.

GODE RÅD!

RÅD TIL DEG SOM SKAL KJØPE BOLIG

Etter hvert som renten settes ned igjen i 2025 vil boligprisene trolig ta seg opp, så om man er på boligjakt eller vurderer et boligbytte er det ingen grunn til å vente. Lav boligbygging, økt befolkningsvekst, lettelsener i utlånsforskrifter og høyere lønninger vil også bidra til å holde prisene i bruktboligmarkedet høye. Allikevel viktig å være forsiktig og ikke låne over evne.

RÅD TIL DEG SOM SKAL SELGE

Tross god aktivitet den siste tiden er markedet selektivt. Boliger som er godt vedlikehold og holder en relativt god standard selger lettest.

Klargjøring av boligen før fotografering og visning er viktig – både inne og ute. Her kan megler bistå med tips og råd.



▲ Roger Hagbø. Foto: Ingrid Kvande



▲ Med kompiser på RØD. Foto: Jens Holsbøvig-Lyngstad

ROGER HAR BLITT PENSJONIST:

Mer tid til fotball og kompiser

Etter vel 16 år i MOBO gikk Roger Hagbø over i pensjonistenes rekke tidligere i høst. 62-åringen har vært ansvarlig for at alle fikk lønn hver måned til rett tid, og får toppscore på det!

✎ INGRID KVANDE

Roger begynte i MOBO i slutten av mars 2008, og han forteller at det har vært fine år.

– MOBO er en kjempearbeidsplass. Jeg synes det har vært helt fantastisk å jobbe i MOBO, og jeg har hatt gode kolleger. Det har selvfølgelig vært uenigheter her også, men jeg har hatt som mål om at vi skal bli enige før vi går ut av kontoret, og det har fungert bra. Vi har også hatt gode forsikrings- og pensjonsordninger. En periode hadde vi også teambuildingsturer annethvert år, som jeg har gode minner fra.

– Pappa døde januar 2008, og ikke lenge før sa han til meg: «Hvis du noen gang skal

ha deg ny jobb, Roger, burde du få deg jobb i MOBO. Det er en bra bedrift». To måneder etterpå endte jeg opp her, og jeg ble værende. Så i ettertid ser vi at det var helt riktig, sier den ferske pensjonisten.

STOR ORGANISASJON

Under MOBO-paraplyen er det 3–400 ansatte og mange selskap med alt av borettslag, sameier, stiftelser og barnehager. Rogers oppgaver har handlet om lønn og personal. Han hadde også dataansvar i alle år fram til i forfor. Nettopp datasystem er krevende – i hvert fall når de byttes.

– Vi endret lønssystem høsten 2020, og da var det veldig mye å gjøre for oss. Før novemberlønna skulle ut satt vi her på dugnad på kveldene og la inn all informasjon manuelt og kontrollerte vårt eget arbeid. Nå har vi fått et ganske bra lønssystem, og jeg mener Margaret som har tatt over jobben min har et godt utgangspunkt, forteller Roger.

LØNN TIL RETT TID

Selv kan han se tilbake på 196 lønnskjøringer til rett tid!

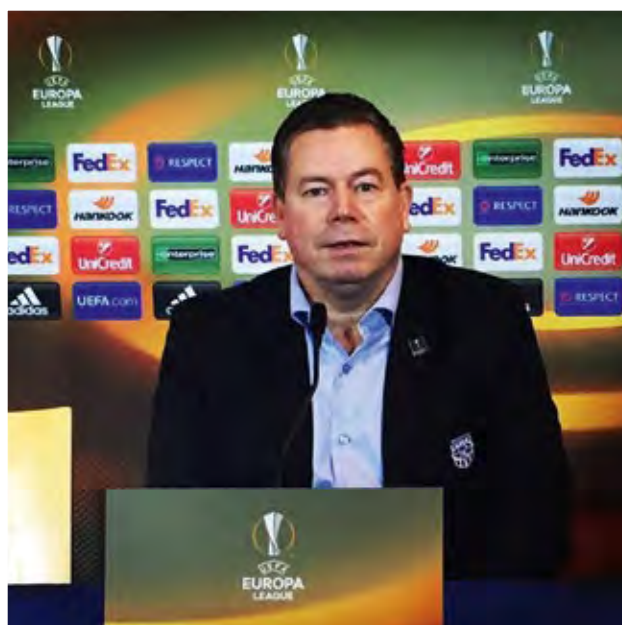
– Min hovedoppgave var at folk skulle få



► Roger har vært medieansvarlig ved Aker Stadion siden 1998.
Foto: Privat



▲ I 2015 fikk Roger Blåhvit-ordenen for sin innsats for MFK. Foto: Privat



► T-skjorte i gave fra kolleger: «Legenden har pensjonert seg. Lønn er ikke lenger mitt problem».
Foto: Privat



lønn til rett tid, og det har de gjort. Det første jeg gjorde hver morgen på lønningsdag var å sjekke at alt var det som det skulle. Jeg ville ikke noe mas fra andre, og være forberedt.

HOFTEOPERASJONEN

De siste årene har Roger støttet seg til to krykker.

– I august 2019 hadde jeg min andre hofteoperasjon, og den gikk dessverre galt. Jeg fikk noe som heter transvers myelitt p.g.a. sykehusstreptokokker. Det er bare 2 av 1 million i året som får dette, så det er sjeldent. Jeg er avhengig av krykker nå, men jeg var en periode i rullestol, så det er fremgang med krykker. Det er tungt, men jeg har bestemt meg for å akseptere det og gjøre det beste ut av livet, sier Roger.

Tidligere bodde han i leilighet med flere trapper opp, men byttet da han vant 3,7 millioner kroner i Lotto.

– De ringte fra Hamar da jeg var på opptrening på Muritunet, og etter at pengene var på bok jeg fant meg en mer praktisk leilighet i byen.

Derfra er det kort vei til alle tilbud, og det passer godt for en sosial pensjonist.

BLÅHVIT

Det er lønn og personal som har preget det meste av yrkeslivet, men på fritiden går det i ball.

– Jeg bruker tid på kompiser, fotball og dommere. Jeg starter med frokost på Kneippen, og senere bærer det over til RØD. Jeg er også mye på O'Learys og ser fotballkamper. Og selvfølgelig på Aker Stadion!

Roger er mediaansvarlig på alle hjemmekamper, noe han har vært siden nystadion åpnet i 1998. I 11 år før det var han frivillig på gamlestadion.

– Familien vår er og har vært fotball. Alle sommerferier i barndommen var vi på treningsleir med MFK, så det har vært en stor del av livet. Jeg spilte selv for A-laget noen kamper før jeg gikk over til Træff. Jeg har vært inne i fotballen hele tida og synes fremdeles det er kjempeartig. Jeg satt blant annet i breddestyret i MFK 16 år, og jeg har vært dommer og dommerveileder. I 2015 ble jeg en del av Blåhvitordenen, og det synes jeg var veldig stas. ••



***Trygt
bredbånd***

***og trygg
surfing***

Vi har inkludert sikkerhetsfilter i våre bredbåndsabonnement som gjør at du og ditt foretak/sameie kan surfe litt tryggere. Les mer på telenor.no/sikkerhet



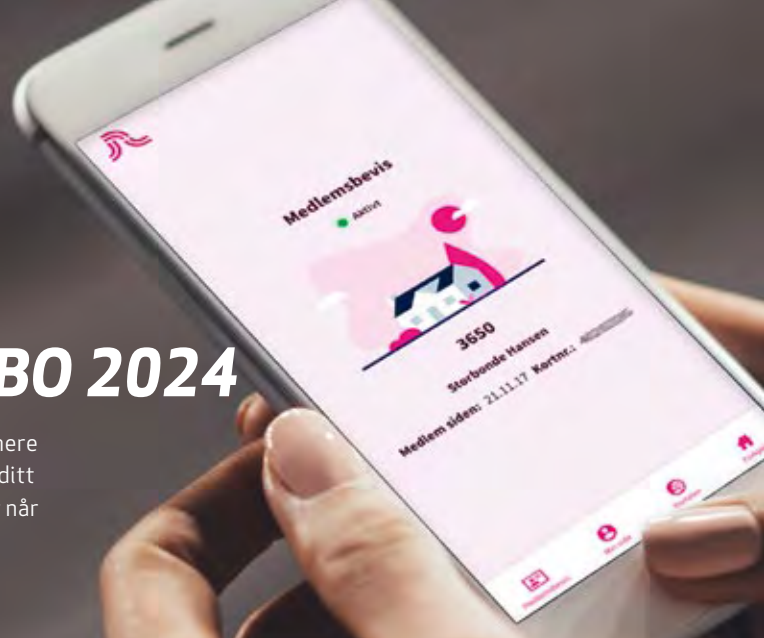
HUSK!

Registrer betalingskortet ditt på Min Side og du får automatisk bonus på kjøpet.

MEDLEMSFORDELER I MOBO 2024

Du får bonus hver gang du handler hos de fleste av våre samarbeidspartnere når du betaler med et registrert bank- eller kredittkort. Betalingskortet ditt registrerer du enkelt på Min side. I utvalgte butikker vil du også få rabatt når du viser medlemsbeviset ditt i appen eller på Min side.

Se oversikt over alle dine fordeler på mobo.fordelerformedlemmer.no/



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.

Montér

5 % bonus på hele kjøpet (gjelder også tilbudsvarer)
5 % rabatt på ordinære varer med fremvisning av medlemsbevis.



BADEMILJØ / VVS TEAM

3 % bonus. 5 % rabatt på timepris dagtid. 15–20 % rabatt på produkter. Bonus gjelder ikke ved faktura.



2 % bonus på alle dine forsikringer
70 % startbonus på første bil
Medlemspris på innboforsikring
Reiseforsikring fra Europeiske – en del av If



Medlemspris på strøm for privatpersoner, fordeler for boligselskapene.

**TE
ATRE
T VÅRT**

Gruppepris på kjøp av inntil to enkeltbilletter på Teatret Vårts egenproduserte forestillinger.

modena

MODENA FLISER

5 % bonus på alle varer, også kampanjer.
10 % rabatt på ordinære varer

**4-7 % BONUS
I NETTBUTIKKER:**

ApotekHjem.no
Blivakker.no
Bubbleroom.no
Devold.com
Eurodel.com
Lampegiganten.no
Lindex.com



5 % bonus
Medlemspris



2 % bonus på ditt strømforbruk.
Gode medlemspriser



5 % bonus på tjenester.
Gratis innledende samtale med advokat



5 % bonus



5 % bonus på alt hotellet tilbyr.
25 % rabatt på overnatting på ordinær pris, bruk kode BBL25



Overflateoppussing
5 % bonus

sigdal

2 % bonus og 20 % rabatt (eks. handelsvarer, hvitevarer etc)



10 % bonus
– Norges største gjenbrukskjede



5 % bonus

HADELAND  GLASSVERK

5 % bonus og 10 % rabatt



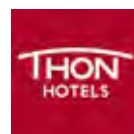
5 % bonus på all handel i fysisk varehus.

Nextory

5 % bonus og seks uker gratis prøveabonnement



5 % bonus
Faste rabatterte priser



12 % rabatt på ordinær pris.
Bestilles via «Min side»

fagmøbler

5 % bonus og 10 % rabatt

Rammeavtale for boligselskaper: Rabatt på tjenester hos Norconsult AS og Klima, energi og ventilasjon AS (KEV).

Alle rabatter gjelder på ordinære priser.

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



GARANTI®



SELG MED OSS!

Vi er din lokalkjente eiendomsmegler som
kjenner boligmarkedet og prisen på din bolig!

GARANTI – førstevalget for alle MOBO-medlemmer!

**RABATTERT
E-TAKST**
til deg som bor
i borettslag!



Grete Heiseldal
Tlf. 975 04 641



Christian Fredriksen
Tlf. 971 80 405



Terese Nerland
Tlf. 915 44 447

Vi samarbeider med



Romsdalsbanken