

din bostadsrätt

Råd och inspiration från Bostadsrätterna 

KAPAR
KOSTNADERNA
MED ELBILEN

Vinnare!

Sveriges
finaste
inngård är
utsedd



Grattis Brf
Falken 2,
Norrtälje

Tema Kostnadsökningar

Fjärrvärme, elnät, vatten och avfall. Boendekostnaderna rusar och det ser bara ut att fortsätta. Men varför? Och vad säger en höjd månadsavgift om föreningens ekonomi? Din Bostadsrätt nystar i orsakerna till fördyringen. Dessutom besöker vi Brf Stenberg där de prövar en lösning som kan ge noll i energikostnader till 2026.

Annonsera på Hemnet allt dyrare

Här går stenmangeln fortfarande varm

SBAB!

Ingen fara på
~~taket~~
~~innergården~~
tvättstugan

→ Vi hjälper gärna till med finansieringen av ert nästa projekt. Ansök smidigt om ett fastighetslån på sbab.se/brf.

Tomträttsfrågan måste få en lösning

Många bostadsrättsföreningar äger marken som deras hus står på, men så ser det inte ut för alla: vissa hyr marken av kommunen eller staten. Att bygga bostäder på mark som sedan fastighetsägaren hyr var ett sätt att under tidigt 1900-tal skapa rimliga ekonomiska förutsättningar för de boende. Idén med tomträtt har sedan stått sig genom årtionden men dessvärre utvecklats till en ekonomisk fälla för många. Markhyran har stigit allt eftersom markvärdet ökat och kan i dag vara den största utgiften som dessa föreningar har. Detta trots att bostadsrättsföreningen inte på något sätt kan ta del av värdeutvecklingen i positiv mening, utan har i praktiken bara ett val: att betala. Ett köp av marken, i den mån ägaren vill sälja, blir en omöjlig ekvation med det höga priset. Och för vilka pengar, när föreningen redan årligen betalar så pass mycket i tomthyra? För att inte tala om alla andra kostnader som föreningen har. Markägarna i sin tur är så klart angelägna om att få så mycket betalt som möjligt, i kommunerna är markhyran ofta ett rejält tillskott i kommunbudgeten. Frågan behöver lösas och Bostadsrätterna menar att marken ska gå att köpa loss till ett rimligt pris med en avbetalningsplan. Här vill jag uppmana regeringen att ta tag i frågan så att den löses en gång för alla.

Marken ska gå att köpa loss till ett rimligt pris.

Nu till något helt annat. I förra numret av Din Bostadsrätt utlyste vi tävlingen Sveriges finaste innergård och nu kan ni läsa om vinnaren. Vi har fått in mängder av bidrag från engagerade medlemsföreningar: vilken succé det blev. Ett stort tack till alla er som tog er tid och skickade in bilder. Med så många fina innergårdar blev det svårt att utse en vinnare, men vi föll för en okonventionell sådan. Jag tänker dock att alla dessa föreningar är vinnare, så till vida att de boende har fantastiska utemiljöer som kommer dem till del. Så ett stort grattis till alla er!

Ulrika Blomqvist
vd, Bostadsrätterna

Innehåll



4 > Intro: Hänt sen sist
Lättnader i bolånekraven inte nog

7 > Intro: Aktuellt
Här rullar kallmangelns stentunga arv vidare

8 > Nyheter
Dyrt att annonsera på Hemnet – här är alternativen

9 > Tema: Kostnadsökningar
Varför ökar boendekostnaderna och vad säger en höjd månadsavgift om föreningens ekonomi?

17 > Frågor & svar
Allt om livet i en bostadsrättsförening

18 > Fixartipset
Så renoverar du ett grängat innertak

19 > Nyheter
Ny utredning vill göra det enklare att avhysa kriminella

22 > Reportage | Tävlning
Häng med till Brf Falken 2, vinnare av "Sveriges finaste innergård"

26 > Hemmets mysterier
Räkna får och undvika blått ljus? Hur ska du göra för att sova bra?

din bostadsrätt

Välkommen till din bostadsrätt – tidningen för dig som bor i en medlemsförening.

Ansvarig utgivare: Ulrika Blomqvist
Chefredaktör: Kenny Fredman
Produktion: OTW
Redaktör: Frida Henke
Art director: Maria Lindén
Omslag: Philippe Rendu
Annonsförsäljning: Funktioner på Gotland, Mats Lindén 0708-99 17 60, mats@funktioner.se
Repro: Jens Jörgensen
Tryck: Aller

För insänt ej beställt material ansvaras ej.
Frågor om innehållet? Vänd er till redaktionen på info@bostadsratterna.se

Bostadsrätterna

Bostadsrätterna i korthet
Bostadsrätterna är en medlems- och intresseorganisation för Sveriges bostadsrättsföreningar. På bostadsratterna.se finns aktuell information. Bostadsrätterna har 10 200 bostadsrättsföreningar som medlemmar.

Vi hjälper din styrelse med stöd och rådgivning

Adress: Bostadsrätterna
Drottninggatan 25
111 51 Stockholm
Kontakt: 08-58 00 10 00

Tidningen utkommer med fyra nummer per år. Upplagan är cirka 355 000 exemplar.

intro



68m² är den genomsnittliga storleken på en bostadsrätt i Sverige.

Du missar väl inte dina förmåner?

Du som bor i en av Bostadsrätternas medlemsföreningar får tillgång till flera förmåner. Här kommer en kort sammanställning. Besök bostadsratterna.se/medlemsformaner för mer information.

> Broschyren

"Att bo i bostadsrätt"

Ladda ner broschyren från vår webbplats och få grundläggande information om hur det är att bo i bostadsrätt. Den finns på svenska och engelska.

> Familjejuridisk hjälp

Genom Bostadsrätternas erbjuder Fenix Family digital livsplanering för 3 999 kronor (ordinarie pris 5 999). Med Fenix Familys digitala verktyg kan du enkelt ordna allt från testamente till framtidsfullmakt. Dessutom får du 20 procents rabatt på övriga avtal.

> Webinarium om bostadsrätt

En inspelad utbildning på vår webbplats för dig som bor i en bostadsrättsförening men inte sitter i styrelsen. Gå in på bostadsratterna.se och sök på "Att bo i bostadsrätt".

> Tidningen

Din Bostadsrätt
Tidning som distribueras fyra gånger per år till samtliga hushåll i våra medlemsföreningar.



Illustration: Shutterstock



//
Regeringen hade
absolut inte behövt
vänta så här länge.

Regeringen sänker hindren – men inte nog

För lite och för sent, men trots allt välkommet. Det är Bostadsrätternas åsikt när regeringen föreslår lättnader i bolånekraven till våren.

Text: Frida Henke

I somras lämnade regeringen en promemoria på remiss där den föreslår att ändra kontantinsatskravet på bolån från dagens 15 procent till att det ska räcka med 10 procent. Även det skärpta amorteringskravet slopas, medan det första lämnas orört med krav på en procents amortering för lån mellan 50 och 70 procent av bostadens värde, och två procent däröver. Lagändringarna föreslås träda i kraft den 1 april 2026.

– Deadline för remissvaren är i slutet av oktober. Förslaget avviker från tidigare utredning som pekade på ytterligare sänkningar av amorteringskravet, men det verkar vara regeringens intention att driva igenom det

här, säger Kenny Fredman, samhällspolitisk chef på Bostadsrätterna.

Att det nu genomförs är dock något Bostadsrätterna ställer sig positiv till, även då organisationen är kritisk till att det tagit så lång tid.

– Regeringen hade absolut inte behövt vänta så här länge. Många grupper har fått lida för det. Hur ska kvinnor som skiljer sig kunna skaffa en ny bostad och unga träda in på bostadsmarknaden? Det här kommer hjälpa, men det kommer inte hjälpa alla och inte tillräckligt mycket. Regeringen är fortfarande svaret skyldiga för hur de här grupperna ska klara sig, säger han.



Kenny
Fredman

Ett önskemål högt upp på listan är att amorteringskravet sänks ytterligare.

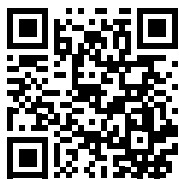
– I praktiken innebär det här ett tvångssparande när man har som sämst förutsättningar i livet. Det kan exempelvis vara klokare att amortera mer senare i livet, men i nuläget överläts väldigt lite till bolånekunden och banken att tillsammans bestämma, säger Kenny Fredman.

K3 blir obligatoriskt för alla bostadsrättsföreningar

Så kan Sustend hjälpa er

Från och med den 1 januari 2026 blir det obligatoriskt för alla bostadsrättsföreningar att redovisa enligt K3-regelverket, enligt beslut från Bokföringsnämnden. Det innebär att dagens enklare K2-regler försvinner som alternativ – och att föreningar nu behöver ta ett rejält kliv mot mer avancerad och långsiktig ekonomisk redovisning. En av de mest avgörande faktorerna för att lyckas med denna övergång är att ha en uppdaterad och korrekt underhållsplan.

Här spelar Sustend en central roll. **Kontakta oss så berättar vi mer!**



SUSTEND

info@sustend.se | 010-175 69 09 | sustend.se

Sustend
hjälper er
att möta
kraven!

boappa

Den självklara appen för bostadsrättsföreningar.

Enkel styrelseportal och kommunikation med medlemmar. Allt i ett!



Boka en
kostnadsfri
demo! Scanna
QR-koden eller
gå till
boappa.se



ER UTEMILJÖ KAN BLI EN DEL AV LÖSNINGEN

Professionell trädgårdsplanering för bostadsrättsföreningar – för att rädda den biologiska mångfalden och samtidigt öka trivselen

Vi kan hjälpa er med:

- Planering av gårdar och grönytor
- Pollinatorvänliga planteringar med platsanpassade insektshotell
- Arkitektkompetens vid detaljplanering, nybyggnation och ombyggnation

Boka ett
kostnadsfritt
möte! Scanna
QR-koden



Ett samarbete mellan n-o-d.se och biophoria.se



Svalt men stabilt på bomarknaden



Marknaden för bostadsrätter har blivit mer trögrörlig med priser som går i sidled. Samtidigt beskrivs den nu som mer förutsägbar och därmed sundare.

Text: Frida Henke

Illustration: Shutterstock

Det har varit små prisrörelser på marknaden för bostadsrätter under hela 2025. De senaste månaderna har utvecklingen varit negativ. Men Hans Flink, affärsutvecklingschef på Svensk Mäklarstatistik, beskriver förändringarna som vågskvalp.

– Ordet som jag tycker sammanfattar läget på bostadsmarknaden är förutsägbarhet. Priserna går i sidled där vi inte ser kast åt något håll, det kan gå upp och ner litegrann men i det stora hela har det sett ut så här under lång tid nu, säger han.

Anledningarna är välkända. Hög ränteläge, inflation och generella kostnadsökningar. Men framför allt tror Hans Flink att det just nu är det osäkra omvärldsläget som dämpar marknaden.

– Det ligger som ett täcke över oss.

Bostadsmarknaden har ändå en bra nivå, det säljs ungefär lika många bostadsrätter nu som under ett normalår före pandemin – men utan de stora prisuppgångarna som var tidigare.

Hans Flink pratar om en sundare marknad där de jämnare prisnivåerna ger färre överraskningar för både säljare och köpare och där försäljningarna också får lov att ta lite längre tid.

– Det finns mycket ute till salu vilket gör att köparna inte har samma stress. Jag kan tycka att det är bra att det får ta lite tid om man ska bo där länge, som ofta är fallet, säger Hans Flink.



Hans Flink

För prisutvecklingen ser han inga större förändringar inom överskåd-

lig horisont, såvida det inte sker något stort i världen – positivt eller negativt.

I nuläget är hans hetaste tips att se bostadsaffären "för vad den faktiskt är".

– Se det inte som en finansiell produkt. Tänk inte "jag ska sälja på toppen och köpa på botten". Om kvar att leva på-kalkylen ser bra ut och du har gjort din hemläxa och hittat en bostad där du känner att du vill bo så räcker det. Att det sedan visat sig att de allra flesta får en bra reavinst när man bor länge är bara en sidoeffekt, säger Hans Flink. ○

Var tredje ung behöver ta blancolån

Ungefär 35 procent av bostadssökande under 25 år tror sig behöva ta ett blancolån för att finansiera kontantinsatsen vid ett bostadsköp. Det visar en undersökning av Stockholms handelskammare och bostadssajten Hemnet.

– Att unga i så hög grad uppger att de behöver ta blancolån för att finansiera sin första bostad visar på ett systemfel. Systemet är byggt för dem som redan

har goda ekonomiska förutsättningar. Resultatet blir ett växande utanförskap på bostadsmarknaden, säger Daniella Waldfogel, vd på Stockholms Handelskammare.

Även bland personer i åldern 25–34 år är problemet utbredd. I undersökningen uppger nästan var fjärde person (23 procent) i gruppen att de tror sig behöva ta ett blancolån.



Foto: Shutterstock

Ulla Haag

Här rullar historien än

I tvättstugan hos Brf Nya Granaten i Kristinehamn står en tung pjäs från en svunnen tid. Den över 70 år gamla stenmangeln används fortfarande, och uppskattas högt – av de som vet hur den ska hanteras.

Text: Carl Hjelm Foto: Fredrik Karlsson

De senaste åren verkar intresset för manglingskonsten ha ökat. Troligen på grund av ett ökat fokus på hållbarhet, eftersom mangling förlänger livslängden hos textilier av naturfiber.

Ulla Haag, webbansvarig i Brf Nya Granaten, berättar att deras stora, tunga stenmangel med eget rum troligen har funnits där sedan huset byggdes i slutet av 1950-talet.

– Eftersom vi inte har behövt mangelrummet till något annat har det aldrig funnits skäl att ta bort den, säger hon.

Mangeln används fortfarande av flera boende som gärna låter det massiva granitblocket ge lyster åt linnetextilier som lakan och dukar. Ulla Haag själv använder den även till sina trasmattor.

– Släta mattor håller smutsen borta bättre.

Men det tunga redskapet kräver respekt. På föreningens webbplats finns två instruktionsfilmer och i mangelrummet en tydlig steg-för-steg-guide. Föreningen erbjuder även demonstrationer för nybörjare som vill prova.

– Absolut ingen bör ge sig på den utan en ordentlig genomgång. Klämriskerna är stora och du måste veta hur stenblocket och valsarna fungerar. Barn ska inte vara i närheten.

Trots riskerna är fördelarna med en stenmangel många enligt Ulla Haag:

– Du kan lägga in breda dukar utan att få veck, och den är så kraffull att resultatet blir perfekt. Modernare manglar ger veck eftersom de är smalare.

Hon berättar att tyget ska vara ordentligt fuktat för bästa resultat. Lakan ska helst dras tillsammans med någon annan. Och det är viktigt att rulla upp textilierna noggrant och slätt på trärullarna.

– Jag väver själv och gillar hur snyggt det blir. Det är härligt att mangeln finns kvar, säger Ulla Haag. ◊

På två år har Hemnet ökat sin snittintäkt på bostadsannonser med 80 procent enligt Dagens Industri.

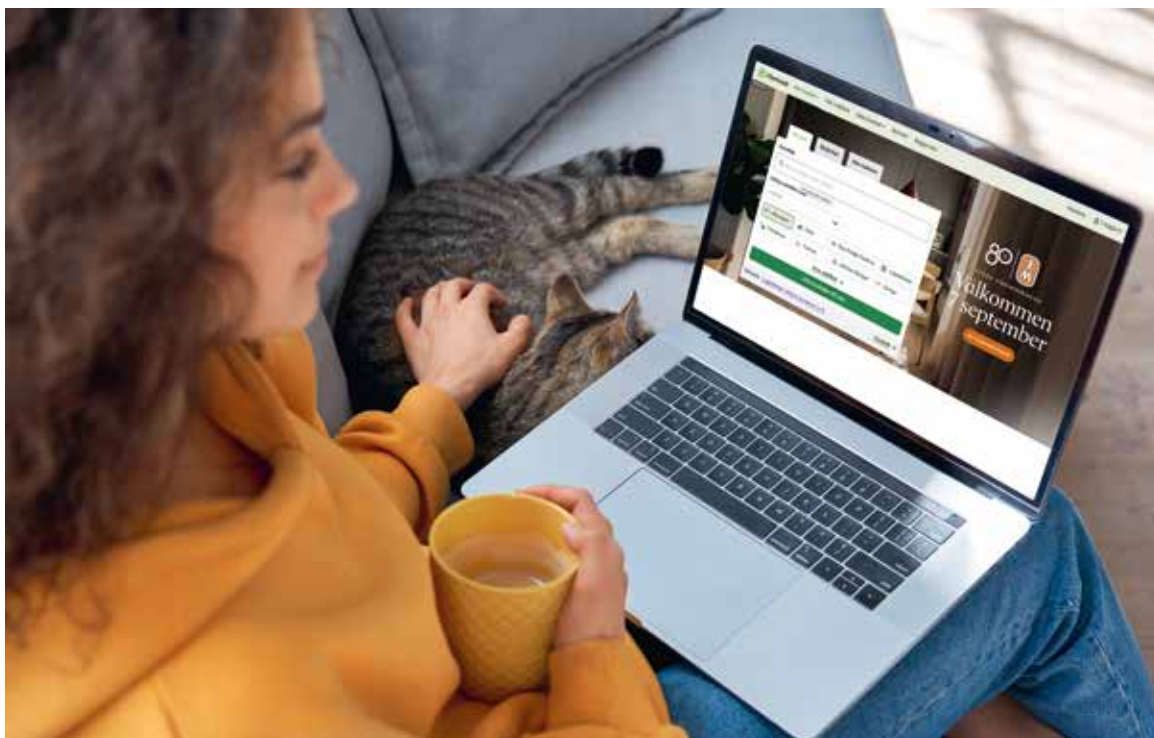


Foto: Shutterstock

Måste jag annonsera på Hemnet?

Hemnet är för många ett självklart val vid bostadsförsäljning, men efter att sajten höjt priset flera gånger har frustrationen ökat. Frågan är om det finns några alternativ? Boendeekonom Claudia Wörmann förklarar hur du kan tänka kring annonsering.

Text: Philip Stockenstedt

Marknadsplatsen för bostäder, Hemnet, höjde i våras priserna för annonsering. Det har rört upp känslor både hos säljare och mäklare. Enligt Dagens Industri har Hemnets snittintäkt ökat med 80 procent per annons de senaste två åren. Med det dyraste annonspaketet "Max" kan kostnaden hamna runt 30 000 kronor.

Hemnets dominans som marknadsplattform gör att alternativa sajter tåmpas med att sticka ut, menar Claudia Wörmann, fristående boendeekonom.

– Många köpare börjar med att söka där och vissa kallar sig till och med

för Hemnetknarkare. Givet att Hemnet funnits länge har många lärt sig hur sidan funkar och det finns en stark anknytning till den, säger hon.

Enligt Claudia Wörmann kan det finnas situationer där mäklaren använder sitt nätverk av intressenter och får bostaden såld utan att behöva annonsera. Om säljaren inte har bråttom att sälja behövs annonseringen inte i samma utsträckning.

Samtidigt har bostadsmarknaden de senaste åren varit trög med försäljningar som dragit ut på tiden. Det kan vara en förklaring till frustrationen över att annonseringskostnaden stigit – pengar som annars kunnat gå till handpenning eller renovering.

– För många handlar det om att lyckas få bostaden såld på den här marknaden. Räknar du med att få en viss summa vid försäljningen kan det påverka finansieringen av nästa bostad.

Trots att det finns alternativ som Booli, Blocket och Boneo, som ett flertal mäklarfirmor står bakom, är Hemnet

ofta förstahandsvalet bland konsumenterna. Utöver bostadsplattformarna finns också mäklarfirmornas egna sidor där de annonserar objekt under "snart till salu".

– Snart till salu-marknaden öppnar för närmre dialog mellan köpare och mäklare och kan leda till en försäljning utan öppen visning, säger Claudia Wörmann.

Att välja rätt annonsmetod handlar om att se till sin egen situation som säljare.

– Fråga dig själv hur bråttom du har. Prata tidigt med din mäklare, det är upp till dem att vägleda och rådgöra kring vad som funkar bäst för dig. Var ärlig och säg till om det överstiger annonsbudgeten, då får ni hitta alternativ.

Det är svårt att förutspå hur bostadsannonseringens framtid kommer att se ut, men Claudia Wörmann tror att läget på bostadsmarknaden har ett stort inflytande.

– Den här diskussionen kring priser kommer sannolikt att lugna sig när marknaden vänder. Får säljarna sina bostäder sålda till ett bra pris tror jag att vi kommer höra mindre om det här. [o](#)



Claudia Wörmann

tema

Vad säger avgiften om föreningens ekonomi?

Inflation och höga räntor tvingar många bostadsrättsföreningar till höjda avgifter. Tyder det på en dåligt skött ekonomi? Nej, inte nödvändigtvis. Vi reder ut hur avgiften sätts och om den påverkar värdet på din bostadsrätt.

Text: Malin Letser

De senaste åren har varit ekonomiskt tuffa för många svenska hushåll. På samma sätt har inflationen och höjda räntekostnader varit ansträngande för Sveriges bostadsrättsföreningar, vilket lett till många beslut om avgiftshöjningar. – Allting har blivit dyrare, räntekostnaderna har gått upp och priset på värme, el, vatten och sophämtning har stigit. Då går det inte att tro att avgiften ska vara samma som tidigare, säger Gunilla Litzull som är styrelserådgivare i ekonomi på Bostadsrätterna.



Gunilla Litzull

Hon förklarar att månadsavgiften till föreningen sätts utifrån flera faktorer. Dels löpande driftkostnader, dels det långsiktiga underhållsarbetet.

– Alla kostnader i en förening måste bäras av månadsavgiften

och eventuella hyror. Det är de intäkter en förening har för att täcka drifts- och räntekostnader, samtidigt som de ska räcka till ett långsiktigt sparande för framtida underhåll och renoveringar, säger hon.

De föreningar som har klarat sig bäst under de här ansträngande åren är de som löpande har amorterat på sina lån och som har gjort nödvändigt underhållsarbete medan räntorna legat på låga nivåer. Om du bor i en förening som nyligen har höjt månadsavgiften behöver det dock inte vara likställt med dålig ekonomi. Det finns många faktorer som spelar in och det är viktigt att se till helheten.

– Föreningen kan exempelvis ha haft ett bundet lån med låg ränta under lång tid, som nu ska omförhandlas, säger hon.

Så hur kan du veta om en förening har god ekonomi eller inte? Det system som finns på bostadsrättsmarknaden i dag, med A-, B- och C-klassningar, är någonting Gunilla Litzull tycker att man ska vara försiktig med att lägga stor vikt vid. Detta eftersom det går att räkna på olika sätt och göra olika bedömningar.

– En förening kan göra ett underskott men ändå ha ett bra kassaflöde. Och det kan vara röda siffror i resultaträkningen men



Så sätts månadsavgiften till föreningen

Månadsavgiften i en bostadsrättsförening ska täcka drifts- och räntekostnader samtidigt som intäkterna ska räcka till ett långsiktigt sparande för framtida underhåll och renoveringar. Det är styrelsen i föreningen som har ansvaret för att bestämma nivån på avgiften. De senaste årens inflation och höjda räntekostnader har lett till att många föreningar har beslutat om avgiftshöjningar.



En ny förening är oftast högt belånad, men då ligger också underhållet längre bort.

gott om pengar på banken, säger hon och tillägger:

– Tyvärr använder sig även banker av det här klassificeringssystemet och tittar mycket på avgiften, där en låg månadsavgift höjer värdet på bostadsrätten. Men de tittar inte på varför föreningen har en låg avgift.

I stället för att sätta föreningar i olika fack förespråkar hon att alltid utgå från den enskilda föreningens ekonomi och förutsättningar.

– En ny förening är oftast högt belånad, men då ligger också



Claudia Wörmann

underhållet längre bort. En äldre förening kanske har låg belåningsgrad och låg månadsavgift, men har ett stambyte framför sig, säger hon.

Claudia Wörmann som är fristående boendeekonom tycker också att bedömningen alltid bör utgå från varje enskild förening och att avgiftshöjningar inte behöver vara ett varningstecken.

– Det finns logiska förklaringar till att många

har höjt sina månadsavgifter och även om konjunkturen ser ut att vända har vi ett nytt läge med högre räntekostnader och driftskostnader. Behöver en förening amortera eller renovera kostar det mer än för fem år sedan, säger hon.

En låg månadsavgift är – trots allt – en faktor som höjer värdet på en bostadsrätt. En teori är dock att detta kan komma att ändras framöver eftersom så pass många föreningar har tvingats göra höjningar. Claudia Wörmann är dock skeptisk till den tesen.

– Det kommer alltid att finnas ett värde i en låg avgift. Men det är viktigt att förstå varför den är låg. Beror det på att föreningen har varit klok och gjort renoveringar när kostnaderna var lägre? Eller beror det på att föreningen hållit nere avgiften, men nu står inför ett underhåll som inte är budgeterat? Avgiften säger inte allt om föreningens ekonomi och bostadens värde, avslutar hon. o

Klassificering av bostadsrätter

Det finns ingen allmän klassificering av bostadsrättsföreningars ekonomi, men det finns olika verktyg och system, framtagna av olika aktörer på bostadsmarknaden. Bland annat har Alla brf ett klassificeringssystem som klassar föreningar enligt "A-, B-, och C-föreningar" baserat på nyckeltal. HSB har ett annat system, "Bostadsrättskollen". Det är dock viktigt att bilda sig en egen uppfattning om en förenings ekonomi och att ta hjälp vid behov.

Väsentligt dyrare sedan pandemin

Nils Holgersson-rapporten har studerat kostnadsutvecklingen för sophämtning, VA, el och fjärrvärme sedan 1996. Enheten är kronor per kvadratmeter inklusive moms baserat på en typfastighet i form av ett flerbostadshus med en boendeyta på 1 000 kvadratmeter.



AVFALL



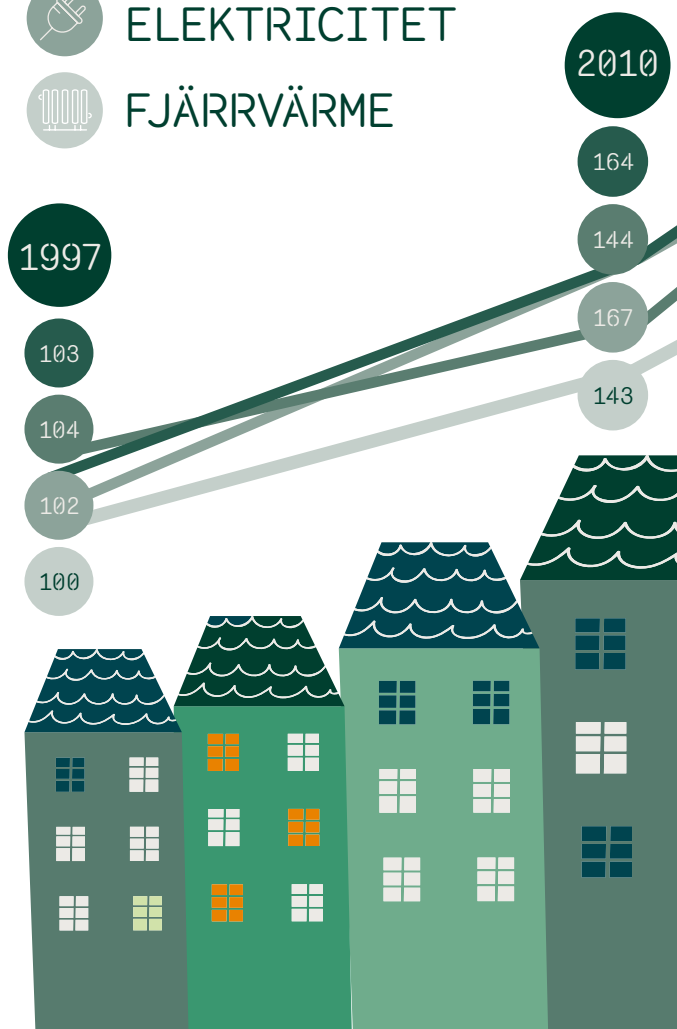
VATTEN & AVLOPP



ELEKTRICITET



FJÄRRVÄRME





Ansträngt läge efter stora prisökningar

De senaste åren har kostnadsökningarna för flera viktiga boendekostnader varit ojämförbart höga och takten på ökningarna ser inte ut att minska. Förhoppningen nu står i stället till hårdare reglering.

Text: Malin Letser

De senaste fyra åren har kostnaderna för vatten, avfall, fjärrvärme och elnät ökat kraftigt med mer än tio procent per år. Det visar statistik från Nils Holgerssongruppen som mätt prisnivåerna på de här tjänsterna i 30 års tid. För flerbostadshus utgör dessa poster en dryg tredjedel av den totala boendekostnaden och enligt prognosinstitutionen Prisdialogen ser ökningstakten inte heller ut att minska under kommande år.

– Läget är ansträngt och utmanande och givet att det är monopolmarknader tycker vi inte att dagens regleringar skyddar kunderna tillräckligt, säger Rikard Silverfur, ordförande för Nils Holgerssongruppen.



Rikard Silverfur

Genom att effektivisera de egna processerna anser han att många av de här bolagen och kommunerna skulle kunna ha en bättre kostnadskontroll. Samtidigt pekar han på att aktörerna i högre grad också skulle kunna finansiera kostnadsökningarna på annat sätt än att lägga det på kundkollektivet.

– Det ser man till exempel på vatten- och avloppstaxorna där kostnaderna drar i väg på grund av ett mycket eftersatt underhåll. Tyvärr väljer kommunerna i stor utsträckning att låta kunderna bära hela bördan trots att det är de själva som orsakat underhållsskulden, säger han.

Förhoppningen nu är att det sker förändringar på regleringsområdet som är till nytta för kunderna.

– På en monopolmarknad finns ett ojämnt förhållande där du som kund är i underläge och inte kan förhandla eller argumentera mot priset. Rådet är att som bostadsrättsförening följa diskussionerna kring reglering och att titta framåt för att avgöra vart priserna är på väg. Att budgetera för en högre kostnad årligen är bra, säger Rikard Silverfur.

Miljömålet som ger klirr i kassan

Räntor och energi är några av en bostadsrättsförenings stora utgiftsposter. När Brf Stenberg letade efter en hållbar energilösning hittade de även ett system för att kapa sina el- och nätkostnader. Och förhoppningen: Noll i energikostnader 2026.

Text: Frida Henke Foto: Philippe Rendu

Det är stilla på Stenberg, luften sensommarhög och klar. Rasslande asplöv och något enstaka slag från golfbanan intill är det enda som bryter tystnaden. Klas Boman berättar att det just är lugnet som är det första en besökare brukar uppmärksamma med platsen. Atmosfären var också det som fick honom att 1980 köpa gården som ligger strax utanför Hudiksvall – utan att ens titta på husen. I många år bodde han här med familjen och drev en firma. Men när han i slutet av 2010-talet skulle gå i pension och avveckla bolaget väcktes frågan vad han och hans fru skulle göra ensamma med en massa hus på en jättetomt.

– Mitt arbete har tagit mig till stora delar av världen. Det innebär att jag har flugit allt för mycket, men resorna har samtidigt gett mig tid att fundera på att det är dags att betala tillbaka och hur det ska göras.

Sakta men säkert växte en tanke fram om att göra gården

till en bostadsrättsförening. Sju nya bostäder byggdes, de flesta integrerade med redan befintliga byggnader. Uthus, lador och bagarstugor.

– Idén var att göra det hållbart på riktigt, utan några genvägar. Allt från materialval till energisystem. Målet var att bli självförsörjande och funka som inspirationskälla åt andra, säger Klas Boman.

Några färdiga och ekonomiskt försvarbara lösningar för ett sådant energisystem fanns dock inte. Brf Stenberg har med tiden därför utvecklats till ett så kallat living lab, en test- och innovationsmiljö i verkliga sammanhang.

– Jag planerade att vi skulle ha så mycket solenergi som vi gjorde av med, men då måste man kunna lagra den. Målen är två kan man säga; det ena är att minska CO₂-påverkan och det andra är att få payback på investeringen. Vi har långt kvar till att bli självförsörjande, men det senare målet är enklare att nå.



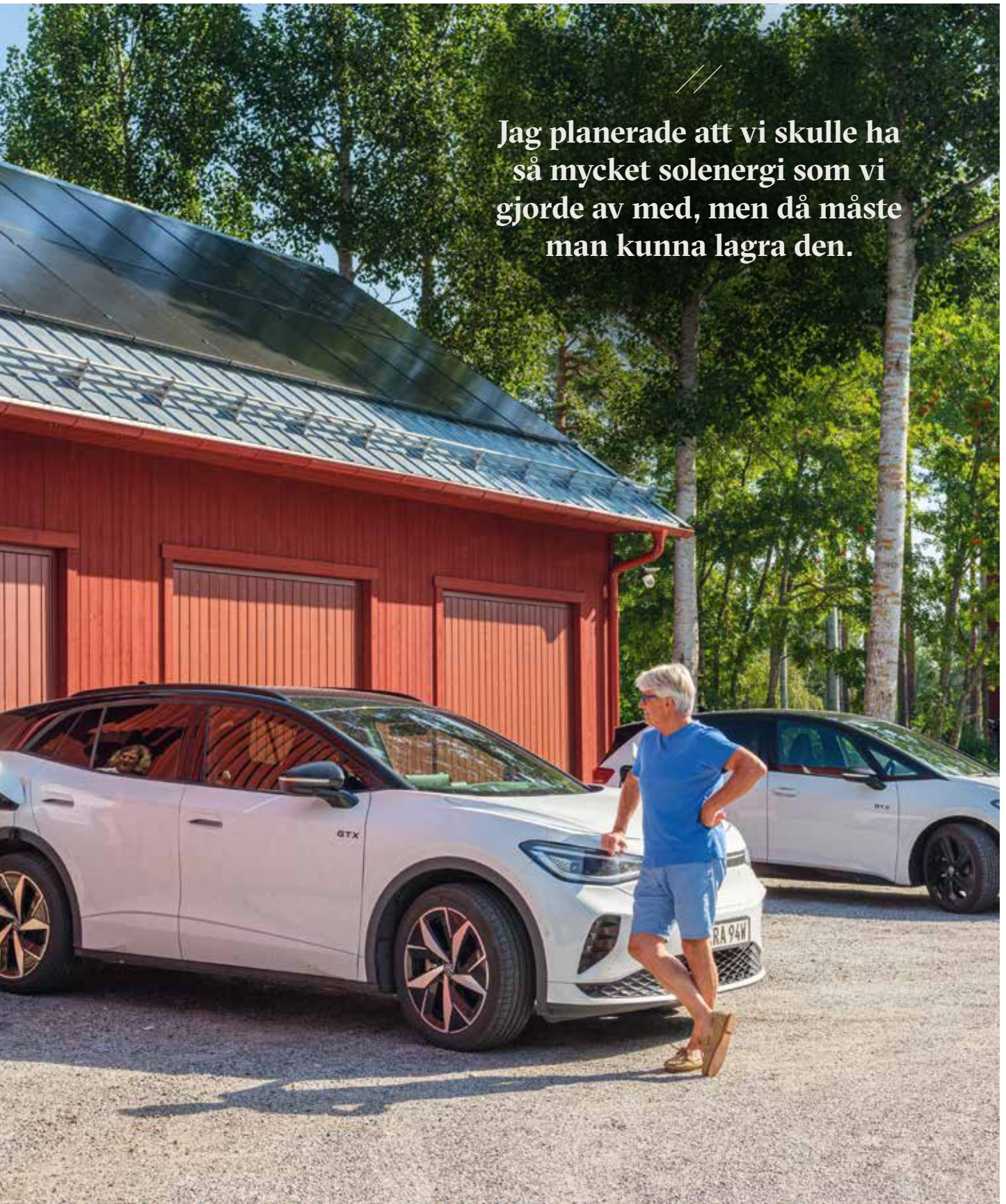
Klas Boman



Elisabet Engelbrekts



//
**Jag planerade att vi skulle ha
så mycket solenergi som vi
gjorde av med, men då måste
man kunna lagra den.**





”Från en bostadsrättsförenings perspektiv finns det två stora kostnadsposter: räntor och energi. Energin kan du göra något åt och det första är att installera solceller och se till att utnyttja den energin. I dag är det en investering som först betalar sig på lång sikt, men så fort du lägger till elbil i den ekvationen blir den kortsiktig”, säger Klas Boman.



Det som händer på Stenberg är att elbilar som är utrustade med V2G-teknik (vehicle to grid), det vill säga att de både kan skicka och ta emot ström, kopplats in i systemet.

– Den enklaste förklaringen är att bilbatteriet blir som en gummisnodd, eller buffert, för husets energi. Det kan ta bort effekttoppar och kringgå dyra höglasstimmor genom att tillsammans med en mjukvara optimera hur energin används i husets elsystem både framför och bakom mätaren, säger han.

Mjukvaran känner helt enkelt av om det för tillfället är mest lönsamt att ladda bilen, att skicka ut och sälja el i nätet, eller låta det försörja huset med energi. Klas

Fakta om Stenbergs energisystem

Systemet som testas på Stenberg är hittills det enda i sitt slag och är ett samarbete mellan Volkswagen och Klas Bomans företag Energy-bank som utvecklar mjukvaran. Snart ska ytterligare 200 bostadsrättsföreningar anslutas för utökade tester med förhoppning om att göra systemet tillgängligt i handeln i början av nästa år.

Boman berättar att detta även kan göras utan solceller, men att effekten med dem blir större eftersom också avgifterna för att flytta energin i nätet kapas när det kan göras bakom mätaren.

– För varje kilowatt du sparar minskar också din nätkostnad. Det är minst lika viktigt att inte köpa sin egen energi, utan att återvinna den.

Hur lönsamt kan det då bli? Klas Boman tror att föreningen kommer att ha noll i energikostnad år 2026. Efter det hoppas han att till och med ska börja generera inkomster.

– Är en elbil inkopplad som det går att skicka ström med, i båda riktningarna, visar beräkningarna att det skulle kunna generera cirka 150 kronor om dagen. Drar du bort

tiden som du använder bilen blir det ändå runt 35 000 kronor om året.

I nuläget är systemet inte tillgängligt på marknaden och långt ifrån alla elbilar är utrustade med V2G-tekniken. På Stenberg har testen pågått i mindre än ett år, men snart ska ytterligare 200 pilotföreningar anslutas. För boende Elisabet Engelbrekts är det här en spännande resa.

– Det är ett komplext projekt med stor potential, men själv känner jag mest att jag bara åker med. Jag har bara en uppgift och det är att stoppa i laddaren när bilen är hemma. Det är enkelt och om det här blir något att tjäna pengar på så kan det också skynda på utvecklingen mot det miljövänliga, säger hon. ●

Stärkt kundskydd mot monopolen efterfrågas

Det är inte bara ökade ränte- och underhållskostnader som tvingat fram höjda månadsavgifter i många bostadsrättsföreningar. Rekordhöjningar av priser på elnät och fjärrvärme gör sitt till. Energimarknadsinspektionen menar att reglerna måste ändras.

Text: Malin Letser

Oavsett om en bostad värms upp genom fjärr- eller elvärme står den utgiften för en avgörande del av en förenings totala driftskostnader. Samtidigt är det här en kostnad som inte går att påverka genom att byta leverantör eftersom både el- och fjärrvärmenätet är monopolmarknader.

– Jag skulle säga att många bostadsrättsföreningar inte vet hur marknaden är reglerad. Du får fakturor som innehåller en massa detaljer som är svåra att förstå, så du betalar utan att ifrågasätta eller förstå hur priserna sätts. Ska man spetsa till det är det bara att betala eftersom det oftast inte finns något alternativ, säger David Sjöqvist som är styrelserådgivare på Bostadsrätterna bland annat om energi.

Vad gäller elnätet finns det

intäktsramar som bestämmer hur mycket elnätsbolagen får ta ut i avgift. Det här regleras av Energimarknadsinspektionen, Ei, vart fjärde år utifrån gällande lagstiftning. Dessa är dock starkt ifrågasatta, inte minst sedan priserna skenat efter att Ei höjde ramarna 2024. Bara i år har elnätsavgifterna höjts med i snitt 11 procent och på sina håll upp till 30 procent.

Att det finns en frustration bland kunderna är något som Tommy Johansson, avdelningschef för elnät på Ei, kan förstå.

– Det är kraftiga höjningar, även sett till inflationen och det är klart att många reagerar. Dock måste det beaktas att det behöver göras stora investeringar och underhållsarbeten framöver, säger han.

Tommy Johansson och Ei är också självkritiska och ser behovet av att göra justeringar i

intäktsramarna inför kommande fyraårsperiod. Vidare berättar han att Ei så sent som i maj presenterade förslag på regleringar.

– Nuvarande intäktsramar speglar inte nätföretagens kostnader på ett rättvisande sätt. Men för att kunna göra de ändringar i regleringen som vi anser är nödvändiga behöver lagstiftningen ändras.

Förslagen som Ei har tagit fram handlar i stora drag om nya sätt att värdera företagens anläggningar, hur anslutningsavgifterna hanteras inom intäktsramen och hur den tillåtna avkastningen beräknas.

– Mot bakgrund av de stora investeringar som kommer att krävas i elnätet framöver är det extra viktigt att vi får till stånd en bättre elnätsreglering. Den ska både ge nätföretagen möjlighet att göra nödvändiga investeringar och samtidigt säkerställa att kunderna betalar skäliga nätavgifter. Med det sagt går det inte att lova att nätavgifterna sjunker, säger Tommy Johansson.

Vad gäller priset på fjärrvärme har även det nått nya rekordnivåer. De senaste fem åren har prislappen ökat med 40 procent.



David Sjöqvist



Tommy Johansson



– Det som ligger bakom ökningarna på fjärrvärme är framför allt att bränslepriserna har gått upp och att företagen har fått ökade kostnader, säger Tommy Johansson.

Ei:s möjlighet att reglera fjärrvärmemarknaden ser dock annorlunda ut jämfört med elnätet – här finns nämligen ingen prisreglering alls.

– Det här är en fråga som har utretts många gånger. Från samhällets perspektiv har man nog resonerat som så att fjärrvärme är en del av en större värme-marknad – att det finns flera olika alternativ att välja mellan. Men när kunden väl har valt att investera i fjärrvärmen är kunden låst.

Just nu har Ei ett regeringsuppdrag att analysera marknaden och komma med förslag på ett stärkt kundskydd.

– Uppdraget handlar mycket om att öka transparensen på marknaden och därigenom stärka kundernas ställning. Fjärrvärme-företagen behöver bli bättre på att förklara sin prissättning. Vi har lämnat en delrapport, och slutrapporten ska lämnas in slutet av året.

Trots att både fjärrvärme och elnät är så pass stora kostnader för bostadsrättsföreningarna berättar David Sjöqvist att Bostadsrätterna ändå får få frågor om ämnet från medlemmarna.

– Det handlar om väldigt stora kostnader, så situationen är problematisk. Men jag förstår att föreningarna inte fördjupar sig i frågan, för det finns ju inget att göra. Det en förening kan påverka, och som vi får frågor om, är energieffektivisering. Alla vill optimera sina fastigheter och få ner förbrukningen och på så sätt få ner kostnader och klimatavtryck, avslutar han. ○

Det handlar om väldigt stora kostnader, så situationen är problematisk.



Monopolmarknader

> Både fjärrvärme och elnät är reglerade monopolmarknader i Sverige vilket innebär att det inte finns någon konkurrens mellan elnätsbolagen i varje område. Det finns inte heller någon möjlighet att som konsument välja vilket bolag man vill vara ansluten till.

> De senaste åren har priserna på både fjärrvärme och elnät stigit kraftigt. Elnätsavgiften har stigit med i snitt 11 procent och på sina håll upp till 30 procent.

> Priset för fjärrvärme har ökat med dryga 19 procent mellan 2024 och 2025 vilket är den näst högsta höjningen sedan 1996.

Källa: Nils Holgersson-rapporten

Brf:er i konkurs? Bara på pappret

Skrämd av rubriker om konkursade bostadsrättsföreningar? Lugn – nästan alla gäller föreningar som aldrig riktigt blev av.

Text: Frida Henke

Ska jag vara rädd för att min bostadsrättsförening går i konkurs? Det är en fråga som Bostadsrätterna allt oftare får. Anledningen är troligen den senaste tidens skrivelser om att konkurser i bostadsrättsföreningar blivit vanligare. Men stämmer det?

– Både ja och nej. Antalet konkurser som sådana har ökat, men man måste se till vilka föreningar som gått i konkurs och varför. När vi gjort undersökningar har de visat att ökningen bara gäller så kallade skrivbordsföreningar där inga pengar ännu finns investerade, säger Kenny Fredman, samhällspolitisk chef på Bostadsrätterna.



Kenny Fredman

Det kan exempelvis handla om att de boende i en hyresfastighet vill ombilda den vid tillfälle, alternativt en byggare eller fastighetsägare som vill skapa en bostadsrättsförening.

– För att avveckla en sådan förening är det lättaste sättet att låta den gå i konkurs. Men varför just dessa ökat har jag inget svar på, säger han.

Gällande bostadsrättsföreningar där man bor och äger fastigheten finns alltså inga tecken på att konkurserna skulle ha ökat.

– Bortsett från ett udda fall har jag inte hittat några exempel på föreningar som ägt sina fastigheter som gått i konkurs. Den enda jag känner till är fallet med "Kinesiska muren" i Malmö för några år sedan som var en speciell och mycket misskött förening, säger han.

Även i tider av kostnadsökningar har en bostadsrättsförening ett mycket gott utgångsläge för att få ekonomin att gå ihop. Fattas pengar till fakturorna är det en höjd månadsavgift som gäller.

– Det kanske är en knivigare situation för mig som boende, men betalar jag inte blir resultatet å andra sidan att jag blir av med bostadsrätten.

Om en bostadsrättsförening mot förmodan ändå skulle gå i konkurs är konsekvenserna mycket omfattande. Fastigheten måste då säljas som hyresfastighet och som boende skulle du bli av med den säkerhet du har för ditt bolån.

– Hade det verkligen handlat om att sådana konkurser ökat kan vi vara säkra på att det hade hörts om det i media varje dag.

frågor/svar

Här kan du läsa om vanliga frågor från boende i bostadsrättsföreningar. Styrelserna i sin tur vänder sig till Bostadsrätterna för rådgivning. Bostadsrätterna har alltså ingen rådgivning direkt till enskilda bostadsrättshavare.

Foto: Shutterstock



Kan vi öka överlåtelseavgiften?

Kan vår bostadsrättsförening öka intäkterna genom att höja överlåtelseavgiften? Nuvarande avgift som en köpare av en bostadsrätt får betala är 2,5 procent av ett prisbasbelopp samt 1 procent av ett prisbasbelopp i pantsättningsavgift. Hur mycket kan föreningen i så fall öka dessa avgifter?

Svar: Överlåtelse- och pantsättningsavgift bör motsvara föreningens självkostnad för denna hantering, inte för att finansiera föreningens verksamhet i stort. Många förvaltare har ökat priserna något för sina tjänster vilket leder till att föreningen blir belastad med en kostnad och då kan föreningen anpassa sina avgifter. Eftersom avgifterna

Foto: Shutterstock



Hur får jag tillgång till mitt ockuperade förråd?

I min förening har alla medlemmar två förråd var. När jag flyttade in var mitt ena förråd ockuperat av någon annan, vilket jag meddelade styrelsen som har lovat att återkomma. Vad mer kan jag göra?

Svar: Det är styrelsen som behöver agera i frågan. De behöver kontakta alla medlemmar och den som lagt beslag på förrådet behöver ge sig till kända och tömma det. Om styrelsen inte

får respons kan styrelsen tömma förrådet och förvara sakerna i ett annat utrymme under en tid. Framkommer det vem det är som har ockuperat förrådet får styrelsen vända sig till Kronofogden om tömning inte sker på frivillig väg. På så sätt kan du få ditt förråd

Foto: Shutterstock



Behövs beslut på stämman för att byta bredband?

Jag har hjälpt styrelsen att se över vårt bredbandsavtal och har nu hittat en bra leverantör till lägre pris. Kan en styrelse ta beslut om att byta bredbandsleverantör utan stämmobeslut?

Inga andra investeringar behöver göras.

Svar: Ja, det är ett beslut som

styrelsen kan fatta om ni inte måste göra några installationer i lägenheterna.

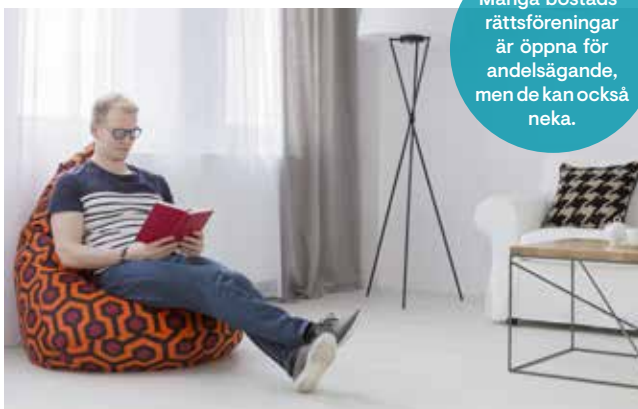


Får jag hyra ut min bostadsrätt till ett företag?

Jag ska hyra ut min bostadsrätt i andra hand under en tid då jag kommer att arbeta i en annan stad. Min arbetsgivare är ett stort företag och jag tycker det bästa är att hyra ut till företaget eftersom de hela tiden har anställda som arbetar tillfälligt här. Finns det något juridiskt hinder att få hyra ut i andra hand till ett företag, alltså en juridisk person? Det står ingenting om detta i föreningens stadgar.

Svar: Att hyra ut sin lägenhet tillfälligt vid arbete på annan ort är något som en bostadsrättsförening brukar godta som skäl. Men föreningen har alltid rätt att säga nej till att du hyr ut till ett företag som ju inte själv kan bo i lägenheten. Konsekvensen blir annars att företaget i sin tur hyr ut lägenheten, utan att föreningen vet till vem eller vilka. Företaget kan även byta hyresgäst regelbundet utan föreningens inflytande.

Foto: Shutterstock



Många bostadsrättsföreningar är öppna för andelsägande, men de kan också neka.



Hur funkar det med andelsägande mellan barn och förälder?

Jag vill överlåta halva bostadsrätten till min son som ett förtida arv. Han kan tänkas bo i lägenheten från tid till annan. Kan styrelsen neka en sådan överlåtelse?

Svar: Börja med att kolla med styrelsen hur de ställer sig till

detta. Föreningen kan säga nej till ett sådant andelsägande, om det rör sig om annat än mellan makar och sambor, eller om det står något om det i stadgarna. Vissa föreningar väljer dock att vara öppna för andelsägande, till exempel mellan förälder och barn. Det är därmed upp till föreningen. Tänk också på att styrelsen behöver godkänna barnet som medlem i föreningen.

Hur reparerar jag mitt grängade innertak?

Det sitter i många flerfamiljshus från 1950–70-talen och efter ett antal ommålningar, kan det börja släppa. Men det finns flera sätt att få innertaket fint igen.

Text: **Petra Olander**

Ett grängat innertak är ett betongtak som sprutspacklats och sedan målats. Resultatet är en kornig, ruggad yta. Det är särskilt vanligt i flerfamiljshus, där många ny ägare har riktat blicken uppåt och velat sätta sin egen prägel på estetiken.

– Innertak i bostadsrättsföreningar blir vanligen ommålade många gånger och till slut blir färglagret för tjockt och tungt. Då kan ytan börja släppa, berättar Henrik Edin, målarproffs sedan snart 40 år och innehavare av en färgaffär i Säffle/Ämål.



Henrik Edin

Hur får jag bort det grängade taket?

– Då behöver du skrapa hela taket med stålspackelspade eller annan typ av skrapa och det är ett enormt arbete. Du måste dessutom tömma hela lägenheten för det blir spackelrester överallt. Men i grunden är grängade innertak jättebra och väldigt tåliga. Det absolut bästa är därför att bara laga det där ytan släppt.

Hur då?

– Skrapa först ner det som är löst med en stålspackelspade.

I grunden är grängade innertak jättebra och väldigt tåliga.

Känn efter i kanterna tills du kommer till det som är fast. Sedan spacklar du med sandspackel för vägg och tak, och slätar till ytan med spackelspade. Det hela avslutas sedan med Henrik Edins magiska knep för grängade innertak.

– Ta en vanlig torr målarrulle och rulla i det blöta spacklet, då imiterar det grängstrukturen. Det blir faktiskt riktigt bra! Låt torka och måla sedan hela taket.

Vad målar jag bäst med?

– Satsa på en färg som inte väger så mycket och är anpassad för sandgrängade tak, till exempel Alcros Milltex 2 lätt takfärg.

Men om jag ändå vill ha ett slätt tak?

– Lättast är då att sätta upp takreglar och gipsskivor, eller färdigmålade takskivor, och skapa ett helt nytt innertak. Men skrapa inte ner gränget. Det blir inte bra. ◦

Målarproffset Henkes tips

> Skrapa inte ner hela taket. Därunder väntar rå, ojämn grå betong.

> Är det små hål i taket efter krokar – lägg bara vanlig latexfog i dem, då syns de nästan inte efter takmålningen.

> Spackla aldrig över betongskarvarna. De är gjorda för att röra sig och spacklar du över dem kommer du att få sprickor i innertaket.

Snart kan det bli lättare att säga upp kriminella

Kriminella nätverk i bostadsområden skapar oro och otrygghet. Nu utreds om bostadsrättsföreningar ska få samma möjligheter som hyresvärdar att säga upp personer som begår brott. Samtidigt är lagstiftningen dåligt anpassad till dagens brottslighet.

Text: Philip Stockenhed

I dag är det mycket svårt för en bostadsrättsförening att säga upp en medlem som begår brott om det inte tydligt kan kopplas till bostaden. Ofta används i stället regler om störningar för att agera mot exempelvis hot, vapenförvaring eller narkotikagömmor.

– Vi har länge efterfrågat att reglerna ses över och är glada att det införs ett snabbspår för denna utredning. Kriminalitet påverkar tryggheten i bostäder och det



Ulrika Blomqvist

förekommer i alla boendeformer, säger Ulrika Blomqvist, vd på Bostadsrätterna.

Hon menar att nuvarande lagstiftning relaterar till brottstyper som var vanligare förr.

– Den är inte anpassad till dagens samhälle och den brottslighet som pågår. I förarbetena nämns hembränning och falskmynteri i bostaden, men i dag göms narkotika och vapen både i lägenheten och gemensamma utrymmen. Det är det man måste komma åt.

Regeringens utredning ska även titta på om bostadsrättsföreningar ska få större möjligheter att neka medlemskap till personer med tidigare brottslighet.

Att neka medlemskap eller säga upp en medlem kan också bli en laddad process. Särskilt kan styrelser i bostadsrättsföreningar

hamna i utsatta situationer om det gäller personer med koppling till kriminella nätverk menar Ulrika Blomqvist.

– Om vi pratar om tungt kriminella personer med stort våldskapital och som har tillgång till vapen kan det vara väldigt obehagligt för styrelsen. Samtidigt är det viktigt att samhället skickar en signal och säger att det här inte är okej.

Resultatet av utredningen väntas vara klar den 2 december.

– Det här är efterlängtad, men det kommer inte att lösa alla problem. Uppsägningar och nekade medlemskap kan avskräcka, men organiserad kriminalitet är mer komplex än så, säger hon. ◉



Vi har länge efterfrågat att reglerna ses över och är glada att det införs ett snabbspår för denna utredning.

Tänk vilken betydelse en dörr kan ha.

Daloc Säkerhetsdörr hejdar inte bara ljudet Av glada hundskall. Den stoppar även tjuvar och eldsvådor, matos och brandrök. Dörren har en unik design som gör att den håller väldigt länge utan att förlora sina skyddande egenskaper. En investering för livet. Och för grannsämjan.

Läs mer om Daloc Säkerhetsdörr på daloc.se

DALOC
Doors with purpose





**Installerat
& Klart**



Byt till dörrar från Daloc i din BRF.

Kontakta oss på Secor så hjälper vi dig hela vägen fram till att säkerhetsdörren sitter på plats. Läs mer på [secor.se](https://www.secor.se)

SECOR



Linda Wikström

Ida Granberg

Juryns motivering:

Bostadsrättsföreningen Falken 2 i Norrtälje får utmärkelsen "Sveriges finaste innergård" i första hand för sitt mod. Modet att välja bort finklippta gräsmattor och hårdgjorda ytor till förmån för blomstrande äng och skugga. Att våga bryta mönster genom att gynna ängsblommor på den gemensamma gården är inte bara modigt utan kanske också nödvändigt för framtiden. Det här är verkligen inte en konventionell innergård, utan en plats där man tänkt på konsekvenserna av klimatförändringen. Ängen för pollinerare som gillar solen, och sittplatser i skuggan för människorna – plus en växtlighet anpassad efter läget. En innergård för framtiden – när det miljövänliga blir det finaste.

Det känns helt fantastiskt att vinna och allt är tack vare vår eldsjäl Linda Wikström, säger Ida Granberg, ordförande i bostadsrättsföreningen.

Mod gav vinst när Sveriges finaste innergård utsågs

Njutbar och prisad. Välkommen till Sveriges finaste innergård. Här träffas grannarna i Brf Falken 2 gärna över en fika – eller en drink med hemodlad mynta.

Text: Karin Herou Foto: Gustav Gräll

Bakom ett puderrosa hus öppnar sig en grön oas. Här, i Brf Falken 2 i Norrtälje, råder ett stillsamt lugn. Kaukasisk förgätmigej glänser av morgondagg, luften är hög och klar och det doftar friskt av nyskördade äpplen.

På altanens träräcken klättrar indisk skogsklematis av sorten gouriana, som under sommaren blir översållad av ett hav av vita blommor. Här finns en liten örtagård med mynta och persilja där grannarna gärna plockar kryddor.

Som vinnare i Bostadsrätternas tävling fick de ett presentkort på 10 000 kronor i en trädgårdsbutik och dessutom kan Brf Falken 2 nu stoltsera med titeln "Sveriges finaste innergård".

– Det känns helt fantastiskt att vinna och allt är tack vare vår eldsjäl Linda Wikström, säger Ida Granberg, ordförande i bostadsrättsföreningen.

Linda Wikström har bott i föreningen i nästan tio år och gick en trädgårdsutbildning under pandemin. I släkten finns trädgårdsmästare och florister så hon kommer från generationer av gröna fingrar. Och så finns också mamma Jeanette.

– Mamma har hjälpt till jättemycket, vi har fått sticklingar av hasselört från hennes trädgård och hon har kommit

med mängder av råd. Jag är så tacksam för hennes stöd och jag älskar verkligen att jobba i trädgården, säger Linda Wikström.

Rabatterna är som små konstverk och noga uttänkta efter solläge och jordmån. Här växer mjuk gråtimjan och doftande stenkynndel. I en soldränk rabatt i söderläge växer pionen coral sunset, vars färg växlar från korallrosa till brandgul under säsongen.

– Blommorna är magiska, säger Ida Granberg. Pionen är min absoluta favorit i trädgården.

– Den planterade jag under pandemin när min farmor gick bort. Hon älskade pioner och

menade att varje trädgård behöver minst en pion, säger Linda Wikström.

Vi vandrar runt mellan trädgårdens gröna rum, mellan skuggsökande funkiarabatter och soltörstande solhatt och stannar vid en vit vipphortensia. Blomställningarna lyser som vita lanternor i sensommaren.

– Den här vipphortensian har vi flyttat från norrläge där den knappt blommade. Man ska inte vara rädd att flytta växter om de inte trivs och nu blommor den så vackert. En trädgård blir aldrig färdig – och det gillar jag.

En svartvit katt dyker upp, stryker sig mot husgaveln och spatserar självsäkert vidare. Det är trädgårdskatten Rex. Han har en egen plats i solen där han brukar vila.



Föreningens fem favoriter

Stenkyndel
Blommar från slutet av juni fram till hösten med en sky av små, ljust blåliga blommor. Bin och fjärilar älskar den.

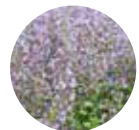
Vipphortensia
Blomställningarna lyser vitt ända till hösten

Pionen Coral Sunset

Färgen växlar från korallrosa till brandgul under säsongen.

Äppelträdet Åkerö
Ger goda äpplen.

Kärleksört
Finns i många olika storlekar och färger. José Aubergine är en favorit.





Klipp inte hela gräsmattan utan spara en rundel och se vad som växer upp.

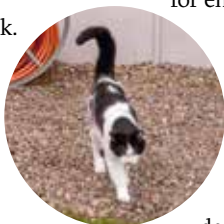


Parkeringen skyms av en hagtornshäck som förmodligen planterades när huset byggdes på 1950-talet, här finns bänkar att vila på och ytor för lek. I huset finns 15 lägenheter men innergården rymmer något för alla.

– Vill man ta en drink går det fint att plocka mynta från örtagården och slå sig ner på altanen, säger Ida Granberg.

– Och vill man lapa de sista solstrålarna är bladskuggan i hammocken under äppelträdet en härlig plats, säger Linda Wikström.

Mitt på gräsmattan tronar en mjuk



rundel av gulmåra, klöver och prästkragar – och här är föreningens bästa budgettips för en vacker innergård.

– Klipp inte hela gräsmattan utan spara en rundel och se vad som växer upp. Bin och humlor älskar det och den runda formen gör intrycket mjukare, säger Linda Wikström.

Båda enas om att innergården skänker stort mervärde till föreningen.

– Trädgården är vacker året om. Att se knallgula höstfärger, snötäckta träd eller grönska rätt utanför fönstret är härligt, säger Linda Wikström. o



Brf Falken 2:s bästa trädgårdstips

Rätt växt på rätt plats
Se till att växterna trivs och flytta dem annars.

Gör olika rum
För vila, avkoppling och samvaro.

Jobba med färg
Vilka färger passar ihop? Plantera blommor utifrån det.

Härlig äng
Testa att släppa upp en del av gräsmattan och se vad som händer. Kanske blir det en härlig äng?

Stötta surret
Plantera för bin, humlor och fjärilar.

Ha tålamod
En fin trädgård tar tid, men det är det värt!



Hedersomnämmande: Brf Solgården, Stockholm

Hedersomnämmande till Brf Solgården på Karlbergsvägen i Stockholm för historien. Att välkomnas av en fontän från tidigt 1900-tal och få kliva in till en elegant, klassisk innergård med mycket grönska och stor gemenskap känns rikt.



Hedersomnämmande: Brf Beckasinen 5, Stockholm

Varje månad året om finns det något att se på gården hos Brf Beckasinen 5 i Stockholm. Buskar, träd, ätbart och blommor. En grön lummig miljö tack vare en av bostadsrättshavarna som har spridit det gröna vidare till gården intill. Grannsamverkan när den är som bäst.

Extra hedersomnämmande

Ett extra hedersomnämmande till de föreningar som har skaffat höns, byggt bükupor, använder komposter och odlingslådor. De som har sett till att gamla träd får stå kvar och att barn har en rolig yta att leka på eller träd att få klättra i.



”Många fina innergårdar att upptäcka”

En klok innergård. Så beskriver trädgårdsjournalisten Gunnel Carlson vinnarbidraget i Bostadsrätternas tävling ”Sveriges finaste innergård 2025” i vilken hon ledde juryarbetet.

– Det fanns en enorm bredd bland tävlingsbidragen, säger hon.

Text: Carl Hjelm

Gunnel Carlson är trädgårdsjournalist, författare och tidigare programledare för ”Gröna rum” i SVT. Hon säger att juryarbetet var svårt eftersom tävlingsbidragen skiljde sig så mycket åt.

– Det var spännande att se att det går att skapa så olika innergårdar. Miljöerna var oerhört blandade.

Bland många vackra och smarta inner-

gårdar utsågs till slut den som tillhör Norrtäljeföreningen Brf Falken 2 till vinnare.

– Det var ett unikt bidrag. Trädgården är väldigt klok med tanke på hur klimatet förändras. Här har de tänkt framåt. Att till exempel inte klippa gräset och i stället prioritera en blommande äng är modigt och lite kaxigt.

Gunnel Carlson berättar att liknande klimatmedvetna inslag även uppvisats hos andra bidrag. Flera av dem har kompost, odlingslådor och bükupor. Någon förening har även höns.

– Tidigare har innergårdar i stadsmiljöer mest varit en asfalterad yta att ställa sin cykel på. Jag tror att innergårdar generellt har förändrats med tiden för att bli vänligare mot människor och miljö. Odlingslådor är

ett sådant exempel. Det är ett enkelt sätt att ge människor möjlighet att odla i närheten av sitt boende, samtidigt som det skapar en mer levande miljö.



Gunnel
Carlson

En sak som slog Gunnel Carlson under juryarbetet var engagemanget i landets bostadsrättsföreningar.

– Det finns så många hängivna människor i föreningarna som är så stolta över sina innergårdar. Jag tycker det är något väldigt vackert med det.

Hon tycker också att många av dem förtjänar mer uppmärksamhet.

– Skulle det inte vara kul om gårdar som inte är tillgängliga för andra än de boende öppnade och bjöd in allmänheten? Det finns väldigt många fina innergårdar att upptäcka, säger Gunnel Carlson.

En av tre svenskar sover dåligt, vilket öppnat en stor marknad för olika prylar som ska förbättra sömnen. Här reder sömnforskaren Martin Ulander ut vad som egentligen funkar – enligt vetenskapen.

Text: Petra Olander

Hur sover du bäst egentligen?

Sömnproblem tycks vara lika gamla som människan och är antagligen anledningen till att såväl gammal kinesisk filosofi som modern vetenskaplig forskning tagit sig an ämnet. Enligt Feng shui bör till exempel sängen placeras så att man inte sover med huvudet mot dörren eller under ett fönster, då det kan skapa en känsla av oro och hindra den goda nattsömnen. Och vissa forskningsstudier tyder på att till exempel tyngdtäcken kan hjälpa människor att sova bättre.

Men enligt Martin Ulander, överläkare och sömnforskare i Linköping som ägnat över 20 år åt sömnens mysterier, är området inte så utforskat som gemene man tycks tro.

Men rådet att rummet bör vara mörkt och svalt är väl åtminstone vetenskapligt belagt?

– Mycket av det låter rimligt, men är inte så välstuderat som man tror. Det låter ju logiskt att det är svårare att sova gott i buller och värme. Men det viktigaste är att inte göra sådant i sängen som hör till vakenhet – använda mobilen, äta och titta på tv. Använd sängen endast för sömn och sex.

Martin Ulander vill dessutom slå hål på myten om att en dålig natt är farlig.

– Kroppen har flera inbyggda reservsystem som kompenserar. Nästa natt sover du djupare. Söm-

nen är ett robust system, till och med maneter har en sorts sömn. Ingen är vaken hela nätterna i evighet, även om det känns så. Kroppen gör sitt bästa, lita på det.

Martin Ulander har också mött många människor som försökt prestera sig till sömn, en strategi som sällan fungerar, snarare tvärtom.

– Ingen sover bättre av att läsa rubriker om att du kommer dö i framtid om du inte får åtta timmars sömn. Många är så upptagna med att försöka somna att de håller sig vakna av bara farten. •



Martin Ulander



7 råd för bättre sömn enligt sömnforskaren

- > Släpp prestationen – du kan inte tvinga fram sömn.
- > Oroa dig mindre – en dålig natt är inte farligt.
- > Skapa rimliga sovrutiner, men jaga inte perfekta förhållanden.
- > Undvik skärmar i sängen – det håller dig vaken.
- > Använd sängen enbart för sömn och sex.
- > Skippa nattmackan – det stör dygnsrytmen.
- > Vaknar du på natten? Acceptera det – det är vanligt.

Kroppen har flera inbyggda reservsystem som kompenserar.

Miele

Stolt leverantör sedan 1899

Vi vet precis hur tvättstugan ska utrustas optimalt, med **användarvänliga**,
snabba och **driftsäkra** produkter med **bra driftsekonomi**.

Mer om Miele Professional: www.miele.se/p



since 1899



HÄRJEDALSKÖK

50% rabatt på köksluckor*

Gratis
hembesök



Skapa ditt drömkök, oavsett vilka stommar du har.
Vi har köksluckor för alla kök.

010-884 83 85

Gratis hembesök
när det passar
dig. Ring och boka
senast den 28 okt.



*Erbjudandet gäller köksluckor ur ordinarie kollektion med maxhöjd 1099 mm och maxbredd 690 mm.
Innefattar ej montering och kan inte kombineras med andra erbjudanden.