

nummer 85 / oktober / 2023

# HJEM TIL DIG

BEBOERBLAD FOR BOLIGSELSKABET FRUEHØJGAARD

Sommerfest  
i Brændgårdsområdet side 3

Boligselskabet  
Fruehøjgaard

## Boligselskabet Fruehøjgaard

Aaparken 2, DK-7400 Herning

Tel. 76 64 66 00

Mail: post@fruehojgaard.dk

 fruehojgaard.dk

 facebook.com/fruehojgaard

### Kontortid\*:

Mandag-onsdag..... kl. 08.00-16.00

Torsdag..... kl. 08.00-17.00

Fredag\*.....kl. 08.00-13.00

\*Tlf.: Man.-ons. 8-14, tors. 8-17, fre. 8-12.  
Serviceafdeling træffes fra kl. 7

### Hjem til dig

#### Ansvarshavende:

Formand Henning Nielsen

#### Redaktion:

Jens Laier

Lene Merrild

Carina Kjærsgaard

#### Lay-out og tryk:

Fruehøjgaard

Økotryk, Skjern

Vi bruger Økotryk, fordi de værner om miljøet ved at bruge 100 % vindenergi, kun anvender vegetabiliske og koboltfrie farver og bruger færre kemikalier. Bladet er trykt på genbrugspapir.

#### Oplag:

2250 stk

Boligselskabet

**Fruehøjgaard**

# Indhold

- 02 Efter sommeren
- 03 Brændgårdsområdets sommerfest
- 04 Afdelingsmødet - Mulighedernes aften
- 05 64 nye boliger på vej i Ikast
- 06 Kærlighed til garnet - Garnbutik er flyttet ind på Grundtvigsvej
- 08 Beboere deltager i forsøg
- 08 Vil fremme biodiversiteten
- 09 Gratis rådgivning og hjælp
- 10 Kort og godt i Boligselskabet Fruehøjgaard
- 12 Nyt tiltag på Fruehøj - spil og kreativ hygge
- 12 Nyt fra administrationen



## Efter sommeren

Sommeren er ovre, og de af os, der havde drømt om en masse sol og varme og lune sommernætter i Danmark, må nok sande, at slaget blev tabt. Heldigvis har efteråret også indtil videre budt på gode dage rent vejrmæssigt, og her i sensommeren har mange af vores afdelinger afholdt arrangementer for beboerne.

I administrationen og i bestyrelsen har vi også gang i flere ting. Den 11. august havde vi første spadestik til 64 nye familieboliger i Ikast, og i slutningen af august havde vi en temadag i bestyrelsen omkring ansvar og roller.

En anden ting, der har fyldt, er afdelingsmøderne. Demokratiet er med til at skabe noget dynamik og udvikling i boligselskabet, og derfor er vi glade, når der kommer mange beboere til et afdelingsmøde, og når debatten går livligt. Det er dog vigtigt, at diskussionerne foregår i en ordentlig tone og med respekt for hinanden.

Bæredygtighed er et begreb, der dukker op i flere og flere sammenhænge. Det gælder globalt og lokalt – og også her

i boligselskabet. I efteråret går vi i gang med de indledende skridt til at få lavet nogle endelige rammer for, hvor vi som boligselskab kan og bør sætte ind, når det kommer til bæredygtighed..

Mange afdelinger er allerede på forkant og er godt i gang med bæredygtige tiltag. Herunder vil jeg blandt andet nævne Børglumparken, som over en årrække har arbejdet med både social bæredygtighed og med biodiversitet, Birk Campus, som i løbet af det næste år går i gang med et omlægge et større græsareal med mere biodiversitet, og Afdeling Fruehøj, som nu har nedsat en gruppe, der vil arbejde med at få mere biodiversitet ind i boligområdet.

I organisationsbestyrelsen bakker vi op om bæredygtige tiltag, og vi håber, at tendensen spreder sig som ringe i vandet.

Af Henning Nielsen  
formand  
Boligselskabet Fruehøjgaard





# BRÆNDGÅRDSOMRÅDETS SOMMERFEST

**Endnu engang formåede Brændgårdsområdet at holde en sommerfest med stor succes.**

Sommerfesten er helt og aldeles afhængig af frivillige hænder, og der er en masse benarbejde, der skal gøres for at få det hele til at gå op i en højere enhed.

Heldigvis lykkedes det, og en god flok frivillige fra hele Brændgårdsområdet sprang til. Igen i år var der en masse "Tordenskjolds soldater", der tog en ordentlig tørn, og selv formandens søn på bare 3 år hjalp til. "Det gik mega-godt", siger en tilfreds formand for Brændgårdsparken. "Der var stor opbakning fra både

besøgende og frivillige. Der var flere besøgende end sidste år. Mit bud er, at der var mere end 1000 igennem, og dét endda på trods af flere regnbyger. Regnvejret betød ingenting, for i år havde vi fået sat et telt op, hvor folk kunne sidde og hygge sig i cafeen."

"Vi kunne slet ikke have gennemført det uden alle de frivillige", fortsætter Karsten Nielsen. "Jeg tænker, at der var mellem 12 og 15 frivillige udover bestyrelserne, og flere hjalp med teltet. Uden dem kunne det ikke lade sig gøre. Vi har fået helt blod på tanden og overvejer, om vi skal udvide sommerfesten med en grillaften til næste år".

I år var der i lighed med sidste år blandt andet boder med loppemarked, fodboldturnering, ansigtsmaling, hoppeborg, snobrød og international mad, og så kom der også en ballonmand til stor glæde for især de yngre gæster.

"Det var en bragende god dag", medgiver Plads Til Forskels medarbejdere, der også deltog i både forberedelserne og sommerfesten. "Men det er de frivillige, der skal have al æren. Vi har bare haft en koordinerende rolle sammen med primært formanden i Brændgårdsparken, og det samarbejde har bare fungeret sindssygt godt", fortæller de.



Billeder: Af Plads Til Forskel og Karsten Nielsen



# AFDELINGSMØDET

## MULIGHEDERNES AFTEN

*Når du bor i en lejlighed, bor du tæt med andre mennesker. Det kan derfor i situationer være nødvendigt, at du udviser hensyn og tolerance, og til tider er villig til at imødekomme andres behov og ønsker.*

**D**et, der kendetegner almene boliger, er blandt andet beboerdemokratiet. Det ved du sandsynligvis godt allerede, og måske har du endda deltaget i det årlige afdelingsmøde, som lige har fundet sted her i august eller september.

Beboerdemokratiet giver dig som beboer en direkte stemme i beslutninger om dit hjem. Det fremmer også social inklusion og lighed i et boligområde, da alle

beboere, uanset baggrund, deltager på lige vilkår. Derudover er beboerdemokratiet med til at skabe en følelse af fællesskab og styrke naboskabsrelationer, hvilket kan have en positiv indvirkning på børn og unge. Endelig sikrer beboerdemokratiet, at beslutninger træffes med beboernes bedste interesser for øje.

Trods de stolte traditioner for beboerdemokrati har der igennem de senere år været en faldende

beboerdeltagelse, og derfor arbejder boligselskabet kontinuerligt på at styrke beboerdemokratiet.

Afdelingsmøderne er overstået nu, og generelt set, er det gået efter bogen. Nogle afdelingsmøder tog blot en halv time, mens andre tog mere end 3 timer. Nogle afdelingsmøder havde næsten ingen deltagere, andre havde godt 80. Nogle afdelingsmøder havde ingen forslag, andre havde 1. Sådan er det... Men mulighederne er der!

### De, der møder op, bestemmer

På Fruehøj var Fælleshuset stuvende fyldt, afdelingsbestyrelsen var i deres es, og havde forberedt sig godt. 67 husstande var mødt frem. Der var et hav af forslag, og debatten gik derfor livligt både om, hvorvidt husdyr hører til i en lejlighed, om lys på fællesarealerne, om el-ladestandere, multibaner og pavilloner og meget andet.

Som i enhver anden demokratisk proces, var der forslag, der blev stemt ned, og det er netop det, der er essensen i beboerdemokratiet. De, der møder op, bestemmer. Hjem til dig snakkede med både én af de yngste og én af de ældste deltagere.

### Mulighed for indflydelse

Edith på 91 er garvet, hvad angår afdelingsmøder. Hun har nemlig boet alment i mere end 30 år, først i Brændgårdsparken og siden på Fruehøj. "Jeg kommer altid, hvis det er muligt", erklærede hun. Dorte og Henrik var til deres første afdelingsmøde på Fruehøj. De er for nyligt flyttet fra Århus til Herning for at komme tættere på børnebørnene. Men det var ikke første gang, de stiftede bekendtskab med beboerdemokratiet,



for i Århus boede de også alment. "Der er ikke den store forskel på storbyen og provinsen", konstaterede de. Lasse på 21 er alt andet end garvet, lige når det kommer til beboerdemokratiet. Han og kæresten er først flyttet ind i april og det med at bo i egen bolig er nyt. Alligevel har han fat i pointen.

"Vi har minglet lidt med andre beboere på afdelingens tur til Legoland, og her var der nogle, der snakkede om afdelingsmødet, så jeg blev lidt nysgerrig", sagde han til Hjem til dig. "Nu bor vi jo her, og der er nogle ting, jeg synes om, og andre, jeg synes mindre om, så jeg vil gerne have lidt indflydelse... Men jeg var ikke klar over, at det ville tage tre timer," smilede han og kiggede ned på sit ur. Til spørgsmålet, om han kunne finde på at komme igen til næste år, svarede han dog klart ja.



# 64 nye boliger på vej i Ikast

## - Spadestikket er taget, og fundamentet er støbt

*Byggeriet af 64 almene familieboliger på Toftevænget/Nørregade i Ikast blev skudt i gang med et spadestik i august. Nu er fundamentet støbt, og byggeriet er officielt i gang.*

Hvis man drømmer om at have mere økonomisk og personlig frihed og plads til både privatliv og fællesskab, kan det være en fordel at bo alment. Det er der flere af vores nuværende beboere, der allerede ved.

Ofte vil man bo i Ikast, så er der snart helt nye muligheder. Boligselskabet Fruehøjgaard er gået i gang med at bygge 64 nye almene boliger i samarbejde med Byggefirmaet Knudsgaard. De 64 boliger vil variere i rum og størrelse og vil være fra 70 til 105 kvadratmeter inklusiv fælles adgangsarealer. Samtlige boliger vil få altaner eller terrasser, og der vil også blive bygget et fælleshus på 200 kvadratmeter i afdelingen, som i kombination med attraktive grønne områder skal være med til at danne rammen om det gode liv for beboerne. Arkitekten på byggeprojektet er Andreas Ravn og ingeniør er Viborg Ingeniørerne.

### Attraktive boliger med central placering

- Nu sætter vi gang i et godt og vigtigt byggeprojekt, som er med til at dække boligbehovet i Ikast. De 64 almene boliger her på Toftevænget og Nørregade bliver en spændende forening af ejere og lejere, idet der også bygges ejerlejligheder. Vi håber og tror på, at boligerne med deres gode indretning og centrale placering bliver

eftertragtede lejemål, som helt sikkert vil klæde Ikast by, sagde direktør Jens Laier i forbindelse med første spadestik i august.

Borgmester Ib Boye Lauritsen udtrykte også kommunal glæde og stolthed over byggeprojektets start:

- Kommunalt er vi rigtig glade og stolte over, at det her projekt er blevet en realitet. Enten skulle her være erhverv, eller også skulle området omdannes med nye boliger, og her egner det sig godt til boliger, så derfor er det rigtig dejligt, at projektet er lykkedes.

Det var Ikast-Brande Kommunes borgmester og Jens Laier, der i fællesskab tog det første spadestik, og herefter var der kransekage og bobler til de cirka 30 fremmødte.

Første etape forventes at være klar til indflytning i starten af 2025, og resten vil stå færdige i løbet af foråret 2025. Man kan allerede nu skrive sig på venteliste.





# KÆRLIGHED TIL GARNET

- Garnbutik er flyttet ind på Grundtvigsvej

*Der skulle ske noget nyt, siger Luise Farcinsen, der har flyttet sin garnbutik til større lokaler, hvor der også bliver et hyggeligt cafemiljø med plads til, at man kan sidde i ro og mag med sit garnprojekt og en kop kaffe.*



Et væld af farver og en hyggelig stemning slår én i møde, når man træder ind i Yarnloving på Fruehøj Butikstov. Her kan man nemt blive fristet til et nyt garnprojekt.

At masker er blevet moderne mærker Luise Farcinsen, som for et år siden startede som selvstændig garnforhandler på matriklen hjemme i Lind og nu har flyttet sin butik ind i større lokaler på Grundtvigsvej.

Strikning er nemlig en af tidens store tendenser for folk i alle aldre. Mange har også opdaget, at der er noget mindfulness over strikning, og at det gør noget godt for psyken.

Luise har arbejdet som produktudvikler og indkøber indenfor tøj og sko i 15 år. Senest som ansvarlig for garnsortimentet i en stofbutik, hvor hun fandt ud af, hvor vigtigt det er, at

man som garnsælger kan have den der dialog med kunden omkring, hvad man kan få ud af sit projekt, hvis man for eksempel ikke bruger det originale garn fra opskriften eller har lyst til, at det skal have et andet udtryk. For Luise er det alfa og omega, at man som kunde har mulighed for at prøve noget af, inden man beslutter sig endeligt, for det er jo mange penge, man bruger.

## Cafemiljø med kaffebar

- Garn er oftest ikke et impulskøb. Det er noget, man gerne kører efter, og man skal have tid til at mærke efter og vælge det rigtige. Men hjemme i Lind havde Luise ikke plads nok. - Den primære årsag til, at jeg er sprunget ud i det her med at få noget mere plads, er den store efterspørgsel på at kunne komme hen et sted og få hjælp. - Det er min drøm at skabe rammerne

for et sted, hvor man går hen og er, og hvor man kan spørge en sidemakker eller mig. Det er dét, jeg godt kan lide ved det her. Da jeg selv begyndte at strikke i starten af 00'erne, fandtes der jo ikke YouTube, så der måtte jeg ned i butikken for at få hjælp.

Den ene del af butikken bliver derfor et cafemiljø, hvor man kan sætte sig ned med en kop kaffe og prøve noget garn eller en opskrift af, fordybe sig, snakke med andre eller spørge nogen. Luise har indrettet lokalet med hyggelige stole og et sofahjørne - og selvfølgelig en kaffebar. Det fremgår af indretningen, at hun er ret vild med retro-looket, som også klæder de farverige garner ret godt. Og så er hun vild med det lysindfald, der er fra de store vinduer, når solen står ind. - Det giver sådan en god stemning og den rette belysning, når man skal sidde og strikke eller hækle.





Luise har også planer om at afholde nogle arrangementer. Hun har et stort netværk af både strikkedesignere og andre kreative, som hun håber at få med i spil omkring det.

### Bæredygtigt garn er også en ting

Der er en bæredygtig vinkel på alt i disse tider – også på garn, og dét er noget, som Luise Farcinsen har fokus på. - Mange tænker, at når de laver noget selv, så er det bæredygtigt, men det er det jo ikke helt. Vi skal nogle lag dybere i forhold til produktionen af garn, og jeg oplever faktisk, at der er en efterspørgsel på det, så jeg har et udvalg af garn, hvor jeg blandt andet kigger på faktorer som transport,

co2-aftryk, kemi og dyrevelfærd. Også kvaliteten på - og historien bag - de garnbrands, som Luise fører, er vigtig for hende.

Og udover garn har hun også en masse tilbehør. - Strik og hækling er jo en udstyrssport, smiler hun.

### På rette hylde

Selvom Luise føler, at hun har kastet sig lidt hovedkulds ud i det her med at flytte butikken, så er hun allerede glad for, at hun gjorde det, for hun kan mærke, at det giver nye muligheder. Nu får hun pladsen til at opfylde nogle af de ideer og drømme, hun har haft. Og med den nye lejekontrakt har Luise lejet sig ind i et alment boligselskab,

hvor hun er blevet mindet om de kerneværdier, der er i dét, og dem kan hun godt lide. - Jeg er stor fan af alle fællesskaber, der formår at favne bredden, fortæller hun. Samtidig er hun også glad for, at hun kan ringe efter en servicetekniker, hvis der opstår et problem, og det har hun allerede haft brug for. - Det fungerer bare, siger hun.

**Yarnloving** åbnede den 26. september, og planen er, at butikken holder åbent tirsdag-fredag samt en lørdag indimellem. Hvis du kigger ind i butikken, vil du med garanti få en varm velkomst og kyndig vejledning af Luise - eller af andre strikkere...



*Det skal jo ikke være en dyd at strikke - det skal være en glæde og en motivation*  
- Luise Farcinsen



**Yarnloving** ligger på Fruehøj Butikstorv, hvor boligselskabet har i alt 5 erhvervslejemål. Hvis du ikke kender butikstorvet er det et hyggeligt lille torv tæt på byen. Det ligger i et velfungerende område med både villakvarterer og andre boligblokke.

Rundt om kirken flourer handelslivet og kvartererne har nærmest en butiksstruktur, som man fandt i landsbyerne i gamle dage. Det er også derfor, at Fruehøj bliver kaldt "en by i byen". De mange lokale handler i butikkerne, der for fleres vedkommende byder på noget specielt, som også trækker folk langvejs fra.

På Butikstovet ligger desuden Fruehøj Slagter, PARK by Fruehøj Frisørsalon, Klinik for Manuel Terapi samt Lones Fodpleje og Velvære.



# Beboere deltager i forsøg

- Kan de rigtige spande gøre det nemmere at sortere?

Herning Kommune har fået lavet en eco-net rapport, hvor affald fra henholdsvis parcelhuse og lejligheder er blevet gennemgået manuelt. Her har man blandt andet kigget på fejl-sorteringer, og det har vist sig, at det faktisk går okay med affaldssorteringen i kommunen. Dog kan især lejligheder godt blive bedre, og det er baggrunden for et nyt forsøg, hvor udvalgte opgange i Boligselskabet Fruehøjgaard er med til at teste, om de rigtige redskaber i hjemmet kan gøre en forskel. Herning Genbrug og Affald inviterede derfor beboerne i de udvalgte opgange til et opstartsmøde i slutningen af august, hvor hver husstand kunne vælge en køkkenmodel, som de vil afprøve, og som de tror vil passe bedst til dem. De får mulighed for at skifte model undervejs, hvis det viser sig, at den, de har valgt, ikke passer dem. Forsøget kører over 3 måneder, og det bliver interessant at se, om husstandene oplever, at affaldssortering bliver nemmere med de rigtige redskaber.



Måske har du allerede et system, der virker for dig, men erfaring siger, at det bliver nemmere at sortere med et godt affaldssystem. Sørg for separate rum til de forskellige kategorier: Madaffald, restaffald, metal, plast, mad- og drikkekartoner, pap og papir samt glas og flasker

## Vil fremme **biodiversiteten**

Den danske natur har det ikke for godt, fastslår Biodiversitetsrådet i en rapport fra november 2022, og hvis den udvikling skal vendes, skal der være mere plads til biodiversiteten.

Det vil Bo Larsen på Fruehøj gerne være med til at sikre – i hvert fald i den afdeling, han bor i.

Til afdelingsmødet i september stillede Bo derfor et forslag om at samle en gruppe af frivillige, der arbejder for mere biodiversitet i Afdeling Fruehøj, som har store grønne arealer at boltre sig på.

Indtil videre er der to andre, der har meldt sig, men Bo ser gerne, at der kommer flere til. Afdelingen er allerede startet i år med et lille bed med vilde blomster, som bestyrelsen og frivillige selv lavede i foråret. Her var Bo selvfølgelig også med. Derudover har afdelingen fået anlagt en lille "oase" med stauder, små stier og bænke, som mange er rigtig glade for.

Er du også interesseret i at bidrage til mere natur på Fruehøj, så skriv til gruppen på deres mailadresse [biodiversitet.fruehoej@gmail.com](mailto:biodiversitet.fruehoej@gmail.com)



**Er du interesseret i natur,  
og vil du gerne have  
mere af den på Fruehøj,  
så skriv til:  
[BIODIVERSITET.FRUEHOEJ@GMAIL.COM](mailto:BIODIVERSITET.FRUEHOEJ@GMAIL.COM)**



# GRATIS

## RÅDGIVNING OG HJÆLP

FrivilligHjælperne i Boligselskabet Fruehøjgaard er helt almindelige mennesker, der af et godt hjerte har valgt at stå til rådighed for dig som beboer i Boligselskabet Fruehøjgaard. De kan hjælpe dig med forskellige ting og har hver især forskellige kompetencer.

Der er ikke noget, der er for småt for de frivillige, og er det for stort, kan de henvise dig til nogen, der kan hjælpe. FrivilligHjælperne har tavshedspligt.

### Book en tid til rådgivning

Siden marts 2022 har Lena Holt slået dørene op hver anden onsdag (ulige uger) i Multihuset i Brændgårdsparken til åben rådgivning. Lena vil fortsætte med rådgivning, men som noget nyt, skal du nu lave en aftale med hende på forhånd. Du kan også lave en aftale med Lena eller en af de andre frivillige om at mødes på andre tidspunkter, ligesom det også er muligt at få telefonisk rådgivning.

Se på telefonlisten til højre, hvilken frivillighjælper, der vil kunne hjælpe dig med **din** udfordring.



Lena Holt har været frivillig i boligselskabet i mange år og hjælper gerne fx som ledsager, bisidder, med dokumenter eller blot til snak.

Er du i tvivl om, hvordan du kan bruge FrivilligHjælperne, så kontakt boligselskabet, eller læs mere på [fruehojgaard.dk/frivillighjælperne](http://fruehojgaard.dk/frivillighjælperne)



## KLIP MIG UD OG HÆNG MIG OP...

### Kontakt en FrivilligHjælper

- Du kan være helt anonym, og der er tavshedspligt

#### Aage Voigt

Tlf. 91 17 83 25

*\*fx hjælp til at forstå breve m.m*



#### Bodil Sønderkjær

Tlf. 20 94 82 41

*\*fx bisidder, økonomi, it, forsikring,*



#### Fawzi og Jehan

(Cykelværksted, Brændgård)

SMS 51 53 99 08

*\*reparerer cykler (for alle afd.)*



#### Heidi Andersen (Kun Aaparken)

Tlf. 29 28 01 32

*\*Bl.a. lettere praktiske opgaver og "besøgsven".*



#### Henning Hansen

Tlf. 92 43 71 19

*\*praktisk hjælp, fx hænge hylde op*



#### Lena Holt

Tlf. 20 46 36 02

*\*fx ledsagelse, bisidder, besøg, læse og forstå breve*



#### Lisbeth Jakobsen

Tlf. 51 34 67 15

*\*Aktiv Tirsdag (Fruehøj) og rådgivning*



#### Muaaz Said

Tlf. 91 17 92 07

*\*praktisk hjælp*



#### Signe Riis

Tlf. 24 25 52 63

*\*Bl.a. økonomisk rådgivning*



### FÅ HJÆLP TIL FX

- praktiske opgaver som ophængning af fx hylder, billeder eller lamper
- forhold vedr. økonomi, forsikring, breve fra myndigheder, it og telefon
- Almindelig snak, ledsagelse til møder, sociale aktiviteter, gåture **...og meget andet!**

Ring og få en snak...



# Kort og godt

i Boligselskabet Fruehøjgaard

## Nye boliger på Bethaniagade

Boligselskabet Fruehøjgaard administrerer Herning Kommunes ældre- og plejeboliger, og nu er der kommet et nyt skud på stammen.

På Bethaniagade har kommunen nemlig i forbindelse med den nye varместue, som åbnede den 1. september, bygget 10 små lejligheder, der er fordelt på henholdsvis første og anden sal. Her i disse boliger kan udsatte få en lejlighed.

Herning Kommune visiterer til boligerne, og Boligselskabet Fruehøjgaard står for alt papirarbejdet. De nye kommunale boliger har en social vicevært tilknyttet, som kan hjælpe beboerne og give social støtte.

Lejerne flyttede ind den 1. september, og mange af dem vil sandsynligvis have deres gang på varместuen, der ligger side om side med boligerne.

Med den nye varместue følger nye muligheder. For her er der blandt andet et aktivitetsrum og et sundheds- og samtalerum, ligesom et større køkken åbner for, at brugerne kan inddrages i højere grad og være med til at planlægge og lave mad.

Til varместuen er også knyttet et herberg, hvor 6 værelser kan dække et midlertidigt behov hos hjemløse, der endnu ikke har egen bolig.

Ansatte fra Boligselskabet Fruehøjgaard var på rundtur for at se boligerne, før de nye lejere flyttede ind.



## Giv en anmeldelse af Boligselskabet Fruehøjgaard på Google

*Vi gør, hvad vi kan for at have glade og tilfredse beboere. Hvis du har 2 minutter til at skrive en anmeldelse på Google, kan du hjælpe os med at blive bedre.*

Alt er bedre end en tavs kunde, det kan de fleste virksomheder blive enige om. Der er en tendens til, at vi som forbrugere kun skriver en anmeldelse, hvis vi enten har haft en dårlig oplevelse eller en virkelig god én. Det giver et skævt billede og gør anmeldelserne utroværdige. Hvis du alligevel bevæger dig rundt på Google i det daglige, så hjælp os ved at give os en anmeldelse.

Uanset, om du giver en god eller en dårlig anmeldelse, kan du hjælpe os med at forbedre din og andre beboeres oplevelse i fremtiden.

Er du utilfreds med noget, vil vi anbefale, at du kontakter os først, så vi kan forsøge at løse problemet i fællesskab.



Scan for direkte adgang til Google anmeldelser

# Min Bolig

Nu kan du ikke længere bruge NemID til at logge ind på *Min Bolig*, hvor du har adgang til din helt egen side med forskellige oplysninger, der er relateret til din lejlighed i Boligselskabet Fruehøjgaard

NemID er nemlig helt udgået den 30/6, og det betyder, at hvis du er en af dem, der bruger NemID til at logge ind på *Min Bolig*, så skal du læse med her.

Din NemID-profil er blevet slettet fra *Min Bolig* per 30/6, så du skal i stedet logge på med dit brugernavn og kodeord. Under dine kontooplysninger kan du så vælge at tilknytte MitID.

**Du vil få tilsendt dit brugernavn i et brev eller en mail, og hvis du ikke kan huske dit kodeord, kan du inde på login-siden vælge "Jeg har glemt mit brugernavn eller kodeord" og herigennem oprette et nyt.**

Du finder *Min Bolig* på [fruehojgaard.dk/minbolig](http://fruehojgaard.dk/minbolig). Her vil du også kunne finde en guide til, hvordan du gør.



## Tips til at spare på din varmeregning

*Nu melder kulden sig, og mange vil gerne spare på varmen. Det er forståeligt, og her er nogle gode råd til både at skære ned på varmeudgifterne i din lejlighed og samtidig bidrage til at skåne miljøet:*

**1. Justér temperaturen:** Reducer temperaturen med 1 °C i hele lejligheden og spar 5 % på varmeregningen. Hold den dog på **mindst 18 °C for at undgå fugt og skimmelsvamp**. Overvej at sænke den yderligere om natten, eller når du ikke er hjemme.

**2. Indstil termostaterne ens:** Hvis du har flere radiatorer med termostater i samme rum, eller hvis der er åbne døre mellem rum, skal du indstille termostaterne ens for at udnytte dine radiatorer bedst.

**3. Luk døren mellem varme og kolde rum:** Hold døre lukkede mellem rum med forskellige temperaturbehov, men sørg for at holde temperaturen over 18 °C for at undgå fugt og skimmelsvamp.

**4. Gardinstrategi:** Brug gardiner og persienner om aftenen og natten for at reducere varmetab gennem vinduerne. Åbn dem igen om dagen for naturligt lys og varme.

**5. Spar på det varme vand:** Varmt vand er dyrt, så brug det med omhu. Se Energistyrelsens retningslinjer for at spare på det varme vand.

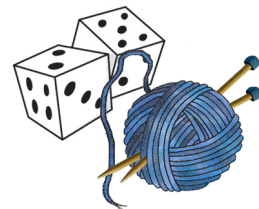
**6. Kontroller dine radiatorer:** Tjek om radiatorerne er kolde nederst og varme øverst, da dette sikrer, at de udnytter varmen effektivt.



**7. Luft ud:** Husk at lufte ud minimum 3 gange om dagen i 5-10 minutter - Det er også en god ide, selvom du har ventilation. Der dannes fugt, når du laver mad, går i bad, vasker tøj og sover, og hvis du ikke lukker fugten ud, kan der vokse skimmelsvamp. Og så er det i øvrigt også billigere at varme luft op uden fugt!

# Nyt tiltag på Fruehøj

## Spil og kreativ hygge



*Strikkeklub, spilleklub, gåklub... Der er mange måder at mødes på, og det er alt sammen med til at bidrage til fællesskabet.*

På Fruehøj har bestyrelsen netop lanceret et nyt initiativ. De har holdt en spille- og kreativ aften, hvor der blev hygget, spillet og snakket til lyden af strikkepinde, der lystigt knitrede mod hinanden. Succesen gentages den 14. november samt den 12. december fra klokken 18.30-21.00.

Uanset om man er til spil, har en kreativ hobby eller bare godt kan lide at snakke og hygge, er man velkommen i Fælleshuset. Man tager selv sit kreative gear med og har man et spil, er man også velkommen til at tage det med.

Også i Brændgårdsparken har beboerne en kreativeklub nede i den gamle gildesal i kælderens under nr. 39. Mandage i lige uger er det om formiddagen fra kl. 11-15, mens det i ulige uger foregår om aftenen fra kl. 18-22, og her kan man også både spille, snakke, strikke eller hvad man har lyst til.



Billeder: Af Lone Olesen

## Nyt fra administrationen

### Ændrede åbningstider

Vi har begrænset åbningstid:

- Uge 42: Åbent kl. 9-12 alle dage
- 25.10: Lukket fra kl. 11-12:30
- 30.11: Lukket fra kl. 11-12:30
- 20.12: Lukket fra kl. 11-12:30

Vi tager forbehold for ændringer, men du kan altid følge med i aktuelle åbningstider på [fruehojgaard.dk/kontakt](http://fruehojgaard.dk/kontakt)

**Uden for åbningstid** kan du ved AKUT behov ringe til vagttelefonen på tlf.: **70 33 30 70**

### FrivilligHjælperne

FrivilligHjælperne tilbyder at hjælpe vores beboere med forskellige ting. Læs mere på [fruehojgaard.dk/frivillighjælperne](http://fruehojgaard.dk/frivillighjælperne) eller kontakt boligselskabet for at høre mere.

### Medarbejdernyt



**Sara Terp Uhre**  
Udviklingskonsulent  
Tilbage fra orlov 1/10-2023

### Idéer til bladet

Kender du til en god, sjov eller på

anden måde berigende historie, som du har lyst til at dele i Hjem til dig? Så ring på tlf. 76 64 66 04 eller skriv til: [ckp@fruehojgaard.dk](mailto:ckp@fruehojgaard.dk). Deadline for næste blad er 1/12 2023.

### Digital post

Tilmeld dig digital kommunikation på [fruehojgaard.dk/vaerd-vide](http://fruehojgaard.dk/vaerd-vide)

### Min Bolig - selvbetjening 24/7

Få adgang til dokumenter, der vedrører dit lejemål. Log ind via [fruehojgaard.dk/minbolig](http://fruehojgaard.dk/minbolig). Du finder koden på din huslejeopkrævning.