

nummer 54 / oktober / 2017

HJEM TIL DIG

BEBOERBLAD FOR BOLIGSELSKABET FRUEHØJGAARD

SIDE 5 Kultur på recept

Side 6 **BEBOERDEMOKRATIET
er ikke en lukket fest**

Boligselskabet
Fruehøjgaard

Boligselskabet Fruehøjgaard

Aaparken 2, DK-7400 Herning

Tel. 76 64 66 00

E-mail: post@fruehojgaard.dk

www.fruehojgaard.dk

www.facebook.com/fruehojgaard

Kontortid:

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

Torsdag..... kl. 08.00-17.00

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

*Telefon dog kun til kl. 12.00

Hjem til dig

Ansvarshavende:

Formand Steen Jonassen

Redaktion:

Birgitte Juhl

Lene Merrild

Carina Kjærsgaard Pedersen

Lay-out og tryk:

Fruehøjgaard

Økotryk, Skjern

Sammenhold i opgangene

Forleden læste jeg en lille artikel under overskriften: *Hvordan skaber man socialt sammenhold og liv i opgangene*. Den handlede om en boligafdeling, nærmere betegnet *Murergården* på Nørrebro i København, hvor de har udviklet et koncept med såkaldte "opgangsrepræsentanter". Der er 14 opgangsrepræsentanter, én for hver opgang. Det er ikke en valgt funktion, men repræsentanterne udpeges og opfordres af afdelingsbestyrelsen.

Repræsentanternes opgaver i denne afdeling er blandt andet at skabe liv og aktivere beboerne, altså har de en social funktion, der gør, at folk kommer til at kende hinanden. Derudover har de også til opgave at være talerør for beboere om for eksempel varmeregninger, husorden og lignende. Det er i mine øjne et spændende initiativ, der kan være med til at styrke fællesskabet og det sociale liv i deres afdeling. Det er ikke utænkeligt, at det kunne prøves af i nogle af vores afdelinger, hvor frivillige beboere og beboerdemokrater hver dag yder en indsats for at styrke interesserne og fællesskabet i afdelingerne. Det er også tilfældet i Afdeling Fruehøj, hvor vi nu endelig har begyndt den fysiske del af renoveringen. Det har været en lang proces, men nu skal resultaterne af anstrengelserne snart vise sig.

God læselyst!

Af Steen Jonassen
formand
Boligselskabet Fruehøjgaard



Indhold

- 02 Er du storforbruger af jordens ressourcer?
- 03 Kort og godt i Boligselskabet Fruehøjgaard
- 05 Kultur på recept
- 06 Beboerdemokratiet er ikke en lukket fest
- 07 Om katte og mennesker 2
- 08 Udflugt til Hvidsten Kro
- 08 Gårdlaug har sat standarden



3

Vi er i gang med at opbruge jordens ressourcer



5

Kan kultur gøre dig rask?



6

Afdelingsmøderne er for alle beboere

Er du storforbruger

AF JORDENS RESSOURCER?

Jordens råstoffer er begrænsede, og vi er i gang med at bruge rub og stub. I Danmark bruger hver eneste person i gennemsnit over ti tons mineraler og metaller om året.

I august kunne man på tv2.dk læse om, at vi overforbruger jordens ressourcer, og at vi allerede nu har opbrugt de ressourcer, som kloden har til rådighed for hele året. Det er en tendens, som vi har set igennem flere år, men i år, har vi bare opbrugt det endnu tidligere end sidste år, viser en opgørelse fra WWF Verdensnaturfonden.

Stigende befolkning øger behov

De mineralske råstoffer er begrænsede, så når vi udvinder og bruger dem, vil de på et tidspunkt slippe op. Der kommer ikke flere! Og med et stadigt stigende befolkningstal, vil der være et stigende forbrug og dermed øges behovet for råstoffer. Derfor skal vi sætte ind nu.

Vi presser verdens ressourcer og udleder for meget CO₂, så kloden får hedeslag. Menneskets overforbrug udpiner simpelthen naturen og dyrene mere, end jorden kan klare. Du kan gøre en forskel, og du kan være med til at vende udviklingen.

Spis mindre kød

fordi kød er en af de mest ressourcekrævende fødevarer at producere. Tænk hvad én kødfri dag per husstand kunne præstere for CO₂-udledningen.



Sig nej tak til reklamer

fordi produktionen af tryksager kræver energi og papir.

VIDSTE DU...

At der kan laves 88 nye øl- og sodavandsdåser ud af 100 brugte

Genbrug og sorter genanvendeligt affald

fordi genbrug mindsker forbruget og dermed produktionen. Samtidig mindsker man afbrænding af affald, som udleder giftige klimagasser. Et godt sted at starte er for eksempel genbrug af tomme dåser. Det kræver nemlig 16 gange så meget energi at lave en dåse ud af nyt aluminium, som hvis man bruger aluminium fra gamle dåser, og der produceres langt mindre affald.



Metal kan genbruges igen og igen!

Spar på dit strøm- og varmeforbrug

fordi størstedelen af den el og varme, der produceres resulterer i udledning af store mængder kulstof. Anvend derfor el-spareskinner og undlad at sætte dine el-produkter på standby, vask dit tøj ved en lavere temperatur og skru ned for varmen.

Tag cyklen eller offentlig transport

fordi biler udleder store mængder CO₂



Spis færre mælkeprodukter

fordi mælkeprodukter kræver mange ressourcer at producere. Køer skal have store mængder foder for at producere mælk og udleder betydelige mængder metangas og CO₂.



Kort og godt

i Boligselskabet Fruehøjgaard

Ny kode til beboerweb

Fra 5. oktober er boligselskabets administrationssystem overgået til en anden database fra Unik System Design. Det betyder, at vi også har fået en ny løsning til beboer- og bestyrelsesweb; altså det der kaldes "Min Bolig". Så hvis du har forsøgt at logge ind i perioden fra den 5. oktober, har du højst sandsynligt ikke haft heldet med dig. Det bliver der lavet om på. Vi får nyt beboerweb, hvorved der fortsat vil være nem og hurtig adgang til dokumenter og overblik over relevante oplysninger. Alle beboere vil få tilsendt en ny adgangskode, som også fremover vil kunne ses på din betalingservice-oversigt.



Sådan så det gamle "Min Bolig" ud. Det er stort set de samme informationer og breve, der findes på det nye web. Har du spørgsmål, så ring til os.

Vind biograf-billetter for 2

Efteråret er en smuk årstid - og også en af de mest fotogene! Nu sætter vi biografbilletter på højkant til den beboer, der tager det **bedste efterårsbillede** fra en af boligselskabets afdelinger. Du kan kun deltage med ét billede! Upload dit billede på vores Facebook-side eller send det på mail til ckp@fruehojgaard.dk. Det skal være os i hænde senest den 30. november 2017. Husk navn og kontaktoplysninger!

Vinderen bliver offentliggjort i næste blad



MØD OS PÅ [FACEBOOK](https://www.facebook.com/fruehojgaard): [FACEBOOK.COM/FRUEHOJGAARD](https://www.facebook.com/fruehojgaard)

Se her hvilke afdelinger, der også er på Facebook:

Fruehøj: [facebook.com/renoveringfruehoj](https://www.facebook.com/renoveringfruehoj)

Brændgårdsparken: [facebook.com/braendgaardsparken](https://www.facebook.com/braendgaardsparken)

Dalgasparken: [facebook.com/dalgasparken](https://www.facebook.com/dalgasparken)

Børglumparken: [facebook.com/groups/boerglumparken](https://www.facebook.com/groups/boerglumparken)

Boligselskabet udvider

Boligselskabet Fruehøjgaard udvider nu med 12 nye boliger i Ilkast midtby, som forventes at være klar til indflytning om godt et år. Projektet består af i alt 14 boliger, hvoraf de to er private. Boligerne bliver 3 og 4-rums boliger på gennemsnitligt 110 kvadratmeter. Det er Årstiderne Arkitekter, der har tegnet projektet, som er et samarbejde mellem Boligselskabet Fruehøjgaard og IB Ejendomme.

Den 10. oktober blev første spadestik til projektet taget på grunden i Smallegade.



Kultur på recept

Et tilbud til dig, der er ramt...

Deprimerede, stressramte og andre langtidssygemeldte i Herning Kommune kan nu komme med på en kulturel rejse, hvor kulturen skal opleves som et pusterum.

Kultur på recept er et tilbud til borgere i alderen 18-64 år, der på grund af psykisk sårbarhed er i risiko for langtidsledighed eller langtidssygemelding.

Det er et 10-ugers forløb på en af kommunens kulturinstitutioner med fokus på kultur og fællesskab, der giver plads til at få et pusterum fra både sin sygdom og hverdag. Der er ingen krav til særlig kunnen, og det er helt frivilligt at deltage. Du behøver altså ikke at kunne tegne for at komme

på *Billedskolen* eller synge for at komme på *Den Jyske Sangskole*.

Det er et projekt, hvor deltagerne lyst og mod til at prøve kulturen af, er i fokus.

Mere mod på at komme ud
Kongstanken bag projektet er, at give deltagerne en mulighed for at komme ud blandt andre



Målet er, at deltagerne selv føler en forandring. Måske er de bedre til at komme ud af døren, har rykket nogle grænser eller er blevet bedre til noget, som har personlig betydning for dem. Og det er en kæmpe succes og et skridt i den rigtige retning!

mennesker på en rolig og rar måde. – Vi har allerede kørt ét forløb, og her har vi oplevet, at folk har fået mere mod på at komme ud blandt andre mennesker efter

deltagelsen, fortæller Michelle Marie Johnsen, der er projektleder og kulturkoordinator på Herning Kommune.

I andre kommuner har man også haft positive resultater, idet deltagerne efter forløbet generelt føler sig gladere og har fået mere overskud i hverdagen.

Projektet er i sin tid opstået i Sverige, hvor der heller ikke hersker tvivl om, at *Kultur på recept* medvirker til, at deltagerne oplever et bedre helbred.

På Herning Kommunes hjemmeside, kan du læse mere om projektet: projekter.herning.dk/sundhed-og-trivsel/kultur-paa-recept/info-til-borgere

- Sang er en god kur mod stress. Det får krop og sind til at slappe af på få minutter og vækker positive minder, mener sangpædagog Pia Scharling.



DU ER IKKE ALENE!

Depression, stress og angst rammer så mange af os, at man kan tale om folkesygdomme, og mange kunne have glæde af et tilbud som *Kultur på recept*. Måske er du en af dem?

Herning er en af de få kommuner i Danmark, som har dette tilbud, og for at komme i betragtning skal din læge/sagsbehandler i kommunen henvise dig. Derfor er første skridt at kontakte din læge/sagsbehandler og høre om mulighederne.

Beboerdemokratiet er ikke en lukket fest

Der er mange forskellige holdninger og meninger omkring beboerdemokratiet, men faktum er, at afdelingsmøder er for alle beboere!

Der er få afdelinger i boligselskabet, der ikke har en bestyrelse, og flere bestyrelsesmedlemmer sidder på posten i årevis, så det er måske ikke altid så nemt at blive medlem af bestyrelsen i din afdeling, men på beboermøderne i september blev der valgt nye medlemmer til bestyrelserne, både i Afdeling Fruehøj, Brændgårdsparken, Dalgasparken og NorthCamp. Der var også god opbakning fra beboerne, som bidrog til levende og konstruktive afdelingsmøder.

Handler også om naboskab

Beboerdemokratiet betyder groft sagt, at flertallet bestemmer. Men det handler ikke kun om at bestemme. Det handler også om at diskutere - om at flytte sig og skifte mening. Beboerdemokratiet inddrager alle, fordi det handler om det sted, vi bor. Så uanset hvem vi er, eller hvad vi laver, så er vi en del af det, når vi bor alment. Beboerdemokratiet handler også om tryghed og trivsel, om os selv og om vores naboer. Derfor kan beboerdemokratiet andet end

bare at træffe beslutninger om affaldssortering og husordner. Det kan være med til at bryde ensomhed og styrke naboskabet.

Konstruktiv dialog

På afdelingsmøderne i september blev der diskuteret mange forskellige forslag, lige fra indretning af skure til internetudbyder og indekatte. I de fleste afdelinger var der konstruktiv dialog omkring forslagene, inden de enten blev stemt for eller imod.



< På afdelingsmødet i Aaparken blev der blandt andet stemt om tv- og internetudbydere og om ombygning af skure.

↳ Der var hele 12 forslag i Brændgårdsparken. Det blev bl.a. besluttet at opsige foreningsaftalen med WAOO, og at Multihuset fortsat skal kunne lånes ud til eksterne foredragsholdere

✓ På Fruehøj vedtog beboerne på afdelingsmødet bl.a. at nedlægge vaskerierne, med undtagelse af ét, og det blev besluttet, at der skal etableres et nedgravet affaldssystem.



Derfor er jeg med i afdelingsbestyrelsen



Ole Kildevang Kristensen, formand, Dalgasparken

Det at sidde i afdelingsbestyrelsen er som at være en form for tillidsmand for beboerne. Det giver lidt kendskab til den afdeling, man bor i.

Til den årlige markvandring, har vi indflydelse på, hvornår og hvordan tingene skal laves. Som formand har jeg også et godt kendskab til beboerne, da jeg går rundt og afleverer en velkomstfolder til nye beboere. Det er også en glæde, når jeg indimellem kan løse et problem for en beboer, der henvender sig.

Samtidig giver det noget socialt at være med i bestyrelsen, for det er jo andet end faglig snak. Der er også tid til hygge.

Theresa Ahle, formand, Brændgårdsparken



Jeg sidder i afdelingsbestyrelsen, fordi jeg godt kan lide at være med til at bestemme, hvad der sker omkring mig, som har en indflydelse på mit liv. Men jeg kan faktisk også godt lide, at man er nødt til at se udover sin egen næsetip og gå på kompromis, når man gør noget godt for andre, der har en betydning i deres liv. Jeg kan for eksempel være med til at bestemme, om der skal plantes ny hæk, eller om der skal købes nye borde og bænke, selv når det er ligegyldigt for mig.



Morten Juul Nielsen, formand, NorthCamp

Jeg er med i beboerdemokratiet for at have indsigt og medbestemmelse i, hvad der sker med det sted, jeg bor. Udover det, har vi det rigtig hyggeligt til de møder, vi holder, hvor vi får en god snak om, hvordan det er at bo i vores studielejigheder. At sidde i bestyrelsen giver mig indsigt og erfaring i bestyrelsesarbejde, og er bestemt ikke en skidt ting at have på CV'et.

Om katte og mennesker 2

LÆSERBREV INDSENDT AF BIRGIT, BEBOER I AFDELING FRUEHØJ

Jeg læste læserbrevet i bladet *Hjem til dig* og vil gerne knytte denne kommentar til indlægget.

Jeg er selv stor dyreelsker og kan virkelig se fordelene ved kæledyr, men der er også en bagside ved det idylliske.

Folk anskaffer sig rask væk et kæledyr, uanset om det er tilladt eller ej og uden tanke for, hvad gør vi med "Pjevs" hvis/når vi flytter, eller vi som nu står overfor en renovering. Folk glemmer at tænke på, at der kommer en dag hvor de skal flytte, og så ryger "Pjevs" på gaden til et meget usikkert liv, fordi "Pjevs's"

mennesker ikke vil/kan betale det beløb det koster at aflevere den på et internat eller for en aflivning. Jeg husker tydeligt alle de katte, der rendte rundt i Brændgårdsparken, da der blev renoveret. Jeg boede der selv og så dem dagligt rende rundt, tiggende ved vores døre. Som tidligere ansat på et dyrehospital har jeg set de triste skæbner, der overgår dyr rundt om i dette land, så hvorfor føje flere til, fordi vi har et behov, der ikke altid er lige godt overvejet? Vis jer nu som ansvarlige kæledyrs-ejere, og lad os ikke se hjemløse dyr i den kommende renoveringsfase på Brorsonsvej og Grundtvigsvej.

Mvh. Birgit, beboer i Afdeling Fruehøj



FAKTA OM HUSORDEN:

Det er beboerne, der vedtager afdelingens regler omkring husdyr. Hvis beboerne i en afdeling skal tage stilling til husdyrhold, skal der stilles et konkret forslag til det årlige afdelingsmøde!

Udflugt til Hvidsten Kro

I september drog knap 50 beboere fra Fruehøj og Brændgårdsparken afsted på en fælles bustur, der var arrangeret af frivillige beboere fra Fruehøj. Bestyrelsen i Brændgårdsparken og projektet *Fællesskab & Flyttehjælp* gav et flot tilskud til arrangementet.

Første stop var Grønhøj Kro, hvor der blev hygget med mad og underholdning. Her var også tid til museumsbesøg, blandt andet på Morten Korch udstillingen. Senere kørte bussen videre til Hvidsten Kro. På vejen blev der gjort holdt ved gravstedet for de faldne frihedskæmpere fra Hvidstensgruppen.

På Hvidsten Kro var der herefter foredrag med historiefortæller, Hans Nejsum, om kroen og om Hvidstensgruppen. "Det var fantastisk", siger en af deltagerne og arrangørerne. "Folk sad helt ude på kanten af stolen og lyttede intenst til historien... Det var i det hele taget en fremragende tur".



Gårdlaug har sat standarden

I Afdeling Fruehøj er renoveringen i fuld gang i den første blok. Beboerne er blevet genhuset og kan flytte tilbage i en ny-renoveret lejlighed til januar.

I forbindelse med renoveringen får alle beboere mulighed for at vælge køkkenlåger, greb og bordplade samt fliser til badeværelset, og i september var gårdlaug og afdelingsbestyrelse med til at beslutte, hvilke elementer, der skal indgå i den standardmodel, som vil blive brugt i lejligheder, hvor beboeren af en eller anden årsag ikke selv kan eller vil vælge.

Vil du være med til at gøre din indflydelse gældende og til at lave nogle sociale aktiviteter i afdelingen, så meld dig ind i dit gårdlaug. Kontakt Sara Terp Uhré på tlf. 24 64 30 80 eller på mail stu@fruehojgaard.dk

Nyt fra administrationen

Ændrede åbningstider

Administrationen har begrænsede åbningstider:

- Den 7/12: Åbent 9.30-17
- Den 25-26/12 & 1/1: Lukket
- Den 27-29/12: Åbent 9-12

Uden for vores normale åbningstider, kan du ved akut behov ringe til vagttelefonen.

Vagttelefon: 70 33 30 70

Idéer til bladet

Har du ideer, eller kender du til en sjov, spændende eller interessant historie til næste blad, så kontakt os inden den 23. november. Du kan sende brev eller mail til:

Boligselskabet Fruehøjgaard
Aaparken 2, DK-7400 Herning
Tlf: 76 64 66 00 eller
Mail: post@fruehojgaard.dk

Nyheder på mail og digital post

På www.fruehojgaard.dk under 'Nyt', kan du tilmelde dig nyheder på mail.

Du kan også tilmelde dig digital post, hvis du ikke allerede er tilmeldt. Blanketten finder du på www.fruehojgaard.dk under "Værd at vide" og "Digital kommunikation".