

Viktigt att
du svarar på
enkäten!

07

Innebandyfeber
hos Sticklab på
Klostergatan

08



Invigning
av Hemköp
Strandängen

21

Premiär för
Öxnehagas
Vardagsrum

30

Vii Vätterhem

36 SIDOR
EXTRA TJOCKT
NUMMER

VALSPECIAL 2026
HUGO JOBBAR HÅRT
FÖR DEMOKRATIN

#01

En tidning från
Vätterhem 2026

Trygga steg in i framtiden

Nytt år brukar ofta innebära någon form av nystart utifrån ett verksamhetsperspektiv. Så brukade vi ofta tänka, fram till för några år sedan, när vi utifrån L-et i vår värdegrund LUTA, lyfte blicken och antog ett mer långsiktigt perspektiv. Att planera framåt för fyra till åtta år framöver kan förefalla som en blygsam horisont för en verksamhet som snart fyller åttiofem år och som dessutom bygger och förvaltar fastigheter som står i hundra år eller mer. Men å andra sidan bedriver vi vår verksamhet i en föränderlig värld, där det händer mycket i vår omgivning som påverkar vår verksamhet och som vi inte alltid råder över. Inte så konstigt då att det finns idag både väl ansedda näringslivsprofiler och forskare som framhåller att flerårsplanering är fullkomligt bortkastad tid, vi vet ju knappt vad som händer till sommaren ju.

Men vi på Vätterhem tror starkt på långsiktighet i allt vi gör och således i vår planeringshorisont också, både för att kunna sätta vårt arbete i ett större perspektiv och även för att över tid kunna prioritera rätt aktiviteter och åtgärder utifrån verksamhetens behov. Ta till exempel den framtidssäkringsprocess som vi nu befinner oss mitt i. Vi började för drygt två år sedan genom att byta vårt så kallade fastighetssystem, det huvudsakliga IT systemet som håller allt samman i vår verksamhet. Det tidigare systemet var ursprungligen från 90-talet och det var dags. Ett jättearbete som nu resulterat i ett modernare system, bättre information och service till er hyresgäster och dessutom en systemlösning som vi nu vet att vi kan både växa och utvecklas med i minst tio år framöver.

10 LÄGENHETER OM DAGEN

Andra steget i vår framtidssäkringsresa var vår TV- och internetplattform till er hyresgäster, också det med sisådär tio år på nacken och moget för översyn. Uppgraderingen är slutförd under förra året och även här är vår



förhoppning både att ni upplever ett bättre utbud och service samtidigt som vi ser en plattform som vi nu ska kunna nyttja och förvalta i åtminstone sex till åtta år framöver.

Så nu, nytt år men fortsättning på samma resa, där nästa steg är översyn av hyressättningen i våra lägenheter, den så kallade systematiska hyressättningen. Ett nära samarbete med Hyresgästföreningen och dialog med er hyresgäster, för att framtidssäkra hyressättningen utifrån era egna värderingar kring lägenhetens utrustning och läge, bland annat. Lägenhetsbesiktningarna är i full gång, med närmare tiotalet besiktningar genomförda varje dag och parallellt löper arbetet med framtagning av hyresgästenkäten där ni får berätta för oss hur ni värderar olika aspekter. Ett mycket omfattande och grundligt arbete som kommer mynna ut i en mer rättvisande, transparent och hållbar hyressättning. Arbetet kommer pågå under hela året och löpande rapporter kommer via tidningen och annan riktad information.

AI I VARDAGEN

Men att framtidssäkra vår verksamhet handlar inte bara om dessa megaprojekt, det handlar också om att omvärldsspana och där möjlighet finns, använda ny teknologi och ny kunskap. Ta till exempel Artificiell

Intelligens, eller AI som det ofta förkortas. Det är väldigt i ropet på sistone och ibland känns det som att man måste bara använda det om man ska ligga i tiden. Men så fungerar inte vi på Vätterhem. För modernt eller häftigt i all ära, men för oss börjar nästan all utveckling med samma grundfrågeställning: vad har våra hyresgäster för nytta av detta? Och faktum är att utifrån svaret på den frågan har vi faktiskt redan infört ett antal AI lösningar i vår verksamhet. Först ut var automatkontering av fakturor, som vi nu har använt i ett par år, för att frigöra tid hos ekonomikollegorna för att kunna besvara ännu fler hyresgästamtal. Nästa steg, i början av förra året, var AI-analys av alla inkommande samtal till våra receptioner. Samtliga samtal spelas in och analyseras med artificiell intelligens för att bedöma om den inringande hyresgästens ärende har blivit löst under samtalet och hur mycket ansträngning det har krävt av hyresgästen. Fantastisk teknik som var helt otänkbar för bara några år sedan men som nu ger oss tydliga måttal för service och kundansträngning i samtalen, i vår ständiga strävan att bra ska bli bättre.

BRA SKA BLI BÄTTRE

Så vad har framtiden då med sig, vad finns runt hörnet? Självfallet finns det fler delar av verksamheten att framtidssäkra. Nytt inköps- och upphandlingssystem, automatisering av underhållsplaneringen m m. En hel del spännande teknik finns också att utvärdera, eller vad sägs om uppkopplade brandvarnare som kan fjärrövervakas? Som sagt, mycket spännande framåt. Men en sak kommer inte ändras under överskådlig framtid, om ens någonsin. Det är vår strävan att med allt vi gör, erbjuda den bästa servicen för dig som hyresgäst. För dig ska bra alltid kunna bli ännu lite bättre.

Raymond Paska, vd



INNEHÅLL

4	Systematisk hyressättning
8	Lokalnytt: Sticklab
10	Lokalnytt: Särnborgs Kommersiella Fastighetstransaktioner
12	Sven, 96, gillar digitala vardagen
16	Regionens hälsotips
18	Aktuellt
20	Vår på gång
21	Hemköp Strandängen öppnar snart

22	Råslätt – utsatt eller utmärkt?
24	Valspecial 2026 – Demokratisamordnare Hugo
28	Källarkameror för trygghet
30	Anna öppnar Vardagsrummet på Öxnehaga
32	Hälsöåret 2026
33	Öppen förskola på Strandängen
34	Områdesnytt





Systematisk hyressättning

Carina och Mattius
besiktar din lägenhet ➡

SYSTEMATISK HYRESSÄTTNING

Under de närmsta åren ska alla Vätterhems lägenheter besiktas, mätas och inventeras. Ett omfattande arbete med målet att åstadkomma mer rättvisa hyror. Vi i Vätterhem följde med besiktningsteamet Carina Klaesson och Mattius Lahdo när de besiktade en lägenhet på Solstickegatan.

– Den här är ju utflyttad och tom och det förenklar en del vid själva mätningen av ytor med mera, förklarar Carina samtidigt som hon mäter ytorna med laser och jämför med planritningen.

Mattius går samtidigt igenom mått på bänkskivor i köket, standard på vitvaror och dokumenterar balkong, utsikt med mera.

– Vi vill skapa en så uppdaterad bild som möjligt av lägenheten, berättar han samtidigt som han kollar av säkringsskåpet och för in data direkt i formuläret på telefonen.

Besiktningen följer en tydligt specificerad checklista. Alla lägenheter ska mätas likadant. Aldrig tidigare har Vätterhems fastighetsbestånd genomgått en så här omfattande inventering.

– Förutom ett underlag för systematisk hyressättning bidrar inventeringen till bättre underlag för framtida underhåll. Här på Solstickegatan stämmer

planritningen väl, men i vissa äldre hus kan variationen mellan ritning och verklighet vara stor, berättar Carina.

DIALOGEN MED DIG VIKTIG

Fastigheterna på Solstickegatan är bland de första som nu inventeras inom ramen för arbetet med systematisk hyressättning. Område City är först ut.

– Dialogen och samspelet med hyresgästerna är viktig för att det ska fungera bra. Du får i god tid innan vårt besök meddelande om att det är dags för ditt hus att besiktas och sedan kommer vi överens om tid och du får lite praktiska tips och råd. Det är givetvis bara det som tillhör själva lägenhetens standard som vi inventerar, betonar Carina.

”

Aldrig tidigare har Vätterhems fastighetsbestånd genomgått en så här omfattande inventering.



Mattius följer en digital checklista och mäter upp köket samt dokumenterar balkongutsikten.



Carina mäter lägenhetens yta med hjälp av laser och jämför sedan med måtten i planritningen.

Snart kommer enkäten

– Viktigt att du svarar!

I nom kort kommer du som hyresgäst att få en enkät där du ombeds att svara på frågor om ditt boende.

– Du får genom enkäten möjlighet att beskriva vad just du värdesätter i en bostad. Frågorna belyser alltifrån vad du tycker om service, kultur och kommunikationer i ditt område till upplevd standard i t ex badrum, kök och planlösning i just din lägenhet, berättar Maria Holgersson verksamhetsutvecklare på Vätterhem.

Jonas Ahlstedt, marknads- och uthyrningschef fyller på:

– Enkäten skickas till alla våra hyresgäster, det innebär strax över 9 000 utskick och förhoppningsvis över 9 000 svar som vi kan analysera. Det är av yttersta vikt att vi får in så många enkätsvar som möjligt då enkäten kommer att ligga till grund för värderingar som sedan används för att bygga hyressättningsmodellen för våra lägenheter. Vi vill att du som hyresgäst ska ta möjligheten att påverka hur hyressättningen kommer att se ut framöver. Detta för att försäkra oss om att de hyror som sätts faktiskt motsvarar de förväntningar man har som hyresgäst. Enkäten tar några minuter att fylla i och riktar sig mot vad du som hyresgäst tycker är viktigt i ett boende. Vi kommer att skicka ut enkäten digitalt men det finns möjlighet att beställa enkäten i pappersformat, det kommer sättas upp trapphusanslag i ditt trapphus som visar på hur du gör för att beställa en pappersenkät.

Arbetet sker i tät dialog med Hyresgästföreningen:

– Vi i Hyresgästföreningen arbetar för att representera er som hyresgäster, vi arbetar för att ni ska få era åsikter hörda. För att vi ska veta vad du som hyresgäst tycker om ditt boende är det viktigt att du svarar på frågorna i enkäten. Enkäten kommer ligga till grund som en del förhandlingen av lägenhetens hyra och därför behöver vi veta vad du tycker. Enkäten skickas ut av Vätterhem men den är framtagen tillsammans med oss på Hyresgästföreningen, säger Angelica Karlsson, förhandlingsledare på Hyresgästföreningen.

VANLIGA FRÅGOR

Vad händer om jag inte svarar på enkäten?

Svar: Vi får ett mindre underlag att utgå från när vi till slut landar i hyror och risken blir att hyressättningen inte motsvarar hyreskollektivets förväntningar.

Kan jag svara »dåligt« i enkäten för att få lägre hyra?

Svar: Enkäten kommer att rikta sig generellt till EN bostad, inte din specifika bostad. Den kommer ge oss riktlinjer för vad man som hyresgäst tycker är viktigt och resultatet kommer att sättas samman med annan data för att ge en så korrekt analys som möjligt. Resultatet kommer att ge avtryck i hela beståndet, men enskild enkät kommer att ha väldigt låg effekt på specifik lägenhet.

SÅ HÄR GÅR DET TILL

Vätterhem gör detta gemensamt med Hyresgästföreningen, som deltar aktivt genom hela processen. Arbetet innebär att vi:

- Dokumenterar utrustning i varje lägenhet, så som balkong, diskmaskin, säkerhetsdörr, tvättmaskin, golvmaterial, med mera.
- Mäter ytor och ser över planlösningen.
- Skickar ut en enkät till dig och alla andra hyresgäster – dina åsikter är viktiga!

VAD HÄNDER MED MIN HYRA?

Just nu samlar vi in fakta. När allt är klart förhandlas hyrorna tillsammans med Hyresgästföreningen. Vi vet därför ännu inte hur just din hyra kommer att påverkas.

Arbetet med att besikta lägenheterna kommer att ske stadsdel för stadsdel och vi börjar i City. Detta är ett flerårsprojekt och det kan därför dröja innan vi kommer till just din lägenhet. Du kommer att bli informerad en månad innan det är dags för din fastighet.



VILL DU VETA MER?

Håll dig uppdaterad via Mina sidor, här samlas all viktig information om vad som är på gång. På vår webbplats www.vatterhem.se/hyra finns frågor och svar om systematisk hyressättning. Du kan också mejla oss på hyra@vatterhem.se

Du kan även läsa mer på Hyresgästföreningens webbplats www.hyresgastforeningen.se och kontakta dem om du har frågor eller funderingar; 0771 443 443.



Sticklab

– radarpar skapar innebandy- mötesplats!

I slutat av mars slår Sticklab upp portarna till en ny innebandyupplevelse i Jönköping.

– En renodlad innebandybutik för både proffs och hobbyspelare. Här ska du kunna kombinera ihop blad, grepplinda och skaft för att passa din spelstil. Ett premiumupplägg för den här innebandytäta regionen med så många spelare och så många fina föreningar, säger Emil Nilsen.





Vad: Sticklab - innebandybutik med custom fitting av klubbor från t ex Oxdog, Unihoc, Zone, Salming och Fat Pipe.

Var: Klostergatan, precis intill Vätterhems huvudkontor.

När: Premiäröppning i slutat av mars.

Innebandyprofilerna Emil Nilsen och Joel Wadsten är grundarna bakom Sticklab. Jönköpings nya innebandybutik, som öppnar i Pyl-lens gamla lokaler på Klostergatan i slutet av mars.

Han och Joel Wadsten är grundare till Sticklab. Båda med mångåriga elitkarriärer på meritlistan.

– Erfarenheter därifrån födde idén. Vi diskuterade igenom det över en golfrunda och sedan bestämde vi oss för att köra. Och vi har fått starkt stöd från leverantörerna att den här regionen behöver en specialbutik, berättar Joel.

Emil och Joels breda innebandy-förankring och kontaktnät kommer också spegla personalen i butiken.

– Det är viktigt för oss att det här är en butik för alla oavsett lagtillhörighet. Så personalen kommer att vara spelare och därmed riktiga specialister från regionens alla lag, säger Emil.

»DET SKA ALLTID KÄNNAS NÄRA«

De har letat lokal ett tag nu.

– Vi vill vara nära Idrottshuset. Där pulserar alltid innebandyn. Man ska kunna stå kvar på samma parkering som för matchen eller träningen och bara dra bort till oss. Vi ville också ha en lokal som kan erbjuda lager, expo-

” Vi vill vara den naturliga mötesplatsen, en hub för innebandyspelaren

neringsytor, loungedel och skotttramp med matta och mål för att verkligen kunna testa sig fram, beskriver Emil.

Och plötsligt fanns lokalen där, nämligen i form av Pyl-lens före detta antikaffär.

– Det var faktiskt Emils pappa som fick nys om att lokalen skulle bli ledig genom just Pyl-lens Facebook. Så vi kontaktade Vätterhem och fick god respons direkt. Det har verkligen känts att de är angelägna att få in just en butik i lokalerna. Superbra stöd från Patrik Melin och gänget, berömmar Joel.

Parallellt med att butiken öppnar kör man också igång e-handel.

– Även där med möjlighet att kombinera ihop sin unika klubba.

ÖPPNAR I MARS

När Vi i Vätterhem besöker butiken är det fortfarande renovering av ytskikt och ventilation med mera.

– Vi siktar på öppning i slutet av mars i samband med Fair Play Cup-helgerna. Då rör det sig otroligt många spelare i stan så då vill vi vara redo, säger Joel.

Förutom klubbor kommer det också att finnas skor och målvaktsutrustning i butiken.

– Du ska kunna komma in här och testa dig fram. Hitta det som du söker och få tips från personal som själv lirar och har bred förankring i regionens klubbar. Vi skissar också på olika events, utbildningar och samarbeten, avslöjar Emil.

– Vi vill vara den naturliga mötesplatsen, en hub för innebandyspelaren, kompletterar Joel och ni märker att de beskriver sitt koncept i ett här-ligt växelspel, som ett klapp-klapp-anfall på planen med perfekta passningar på bladet.

– Det här ska bli den innebandy-butik vi alltid önskat oss i Jönköping. Med skönt innebandysnack och produkter för alla nivåer och åldrar. Det känns fantastiskt inspirerade att få ge tillbaka detta till sporten och stan vi älskar, säger Emil.

Rutinerat mäklarteam i nya lokaler

Nytt företag, ny inriktning i helt nya lokaler. Men som mäklare är Ellinor Särnborg långt ifrån ny.

– Jag har verkat som mäklare i Jönköping sedan 2005 och på senare år med tydligare inriktning på konsultation, värdering och förmedling av kommersiella fastigheter. Läget och stilen på den här lokalen är helt perfekt, säger hon.

Det är en del av fd Pyllens Antikaffär som nu renoverats om till Jönköpings senaste mäklarkontor. Med härlig takhöjd, fin fiskbensparkett och sobra färger.

– Jag gillar den här stilen. Och det passar verksamheten. Professionell hemmamiljö med rustik karaktär. Både läget och stilen ska ge känslan att det är enkelt att bara titta förbi på en kaffe.

Det är Ellinors breda bakgrund inom ekonomi och mäklartjänster som bidragit till inriktningen mot kommersiella fastigheter.

– Det skiljer ju sig en del i själva affären; privatmarknaden är mer emotionell och personlig medan kommersiella fastigheter är mer affärsmässig, strikta analyser och del i en större verksamhet. Jag trivs med det och har också kompletterat med särskild registrering som kommersiell mäklare.

VARIERADE UPPDRAG

Totalt kommer kontoret bestå av tre medarbetare och kunderna finns i en 30-mils radie runt Jönköping.



”

Takhöjd, ljusinsläpp, något trappsteg upp från Klostergatan. Helt perfekt. Och med Sofiakyrkan som tydlig referenspunkt som alla känner till och hittar till.

De kommersiella objekten varierar från börsnoterade företag med stora bestånd till mindre fastighetsbestånd lämpliga för företagångsköparen. Vi gillar variationen och kan erbjuda tjänster genom alla steg och för alla typer av kommersiella fastigheter.

HYLLAR SAMARBETET

När den egna lokalen skulle väljas visste Ellinor exakt vad hon ville ha.

– Takhöjd, ljusinsläpp, något trappsteg upp från Klostergatan. Helt perfekt. Och med Sofiakyrkan som tydlig referenspunkt som alla känner till och hittar till.

Och vägen fram till inflyttning har varit spikrak.

– Mycket jobb såklart med att få allt på plats. Men också väldigt roligt att få forma känslan. Och samarbetet med Vätterhem har varit fantastiskt bra, flexibelt och lyhört för mina önskemål. Jag känner att jag har ett kontor som matchar vad Särnborgs Kommersiella Fastighetstransaktioner vill stå för.

Vad: Särnborgs Kommersiella Fastighetstransaktioner,
konsultation, värdering och förmedling av kommersiella fastigheter.
Var: Klostergatan, precis intill Vätterhems huvudkontor.
När: Inflyttat i början av februari.







– Jag har alltid varit intresserad av teknik, säger han och tittar på mig med pigga, plirande ögon över den höjda kaffekoppen.

Och det är meningen som är starten på en fantastisk livsberättelse från äventyr på de sju haven till en lägenhet på Råslätt.

Det här är Sven Johnsson, 96 år, välkommen att åka med.

Råslätt en trygg hamn för Sven, 96



” De gav mig två år till att leva enligt statistiken. Men det är ju snart 30 år sedan. Så åt skogen med statistiken.



” Redan när jag var 16–17 år, precis efter andra världskriget, sökte jag jobb på sjön som maskinbefälselev i Medelhavet. Där börjar man längst ner. Många av oss som var på sjön var väldigt unga.

»Åk ut och prata med Sven. Han bor på Råslätt. Är 96 år. Började använda datorer redan på 1970-talet i sitt företag och är teknikintresserad.« var instruktionen. Och visst skulle vi prata om det. Men också så mycket annat.

– Kaffet måste vara hett. Riktigt hett, säger han och håller upp riktigt hett perkolatorkaffe.

Sven föddes 1929 under mellankrigstiden.

– Redan när jag var 16–17 år, precis efter andra världskriget, sökte jag jobb på sjön som maskinbefälselev i Medelhavet. Där börjar man längst ner. Många av oss som var på sjön var väldigt unga.

ÖVERSATTE TYSKA RITNINGAR

Efter ett par år ville han gå i land.

– Jag träffade en vacker flicka från Göteborg, så jag mönstrade av på inrådan av hennes moder. Rederiet jag varit på hjälpte mig med lite finansiering av en maskinistexamen.

Det ledde till en spännande yrkesbana på de svenska skeppsvarven i Landskrona, Göteborg, Malmö och Karlskrona.

– Bland annat översatte jag tyska ritningar av fartygsmotorer som byggdes på licens i Sverige.

– Översatte? Tyska kunde du?

– Jaja, det läste jag i realskolan i fyra år. Engelska hade man bara i två år, berättar han.

Han hann också med studier på bland annat Hässleholms tekniska skola.

FRÅN PLÅT TILL PLAST

Arbetet på skeppsvarven gjorde att han kom i kontakt med plastindustrin.

– Det blev ju aktuellt med bland annat plastbeläggningar som lösning på olika korrosionsskador på båtar. Så det blev en liten specialinriktning som jag fick. Kockum skapade ett speciellt korrosionslaboratorium där jag jobbade – och plastindustrin öppnade sig för Sven.

– Det var modernt på den tiden att hoppa från företag till företag. Hoppjerka kallades det, skrattar han.

– Jag var på företag i allt från Malmö till Ljungby innan jag hamnade på Sinjet i Huskvarna i några år innan jag och en kompanjon valde att starta eget och jobba med olika plastförpackningar. Men vi drev det åt lite olika håll och efter några år landade jag i att utveckla energisnåla växthus av plast för professionella odlare. Det jobbade jag med till pensionen.

SEGLADE I TRE ÅR

På en kurs i franska sådär lagom i pensionsåldern träffade Sven en fransyska och planerna att flytta till Frankrike föddes.

– Ja, de var långt gångna när förhållandet sprack. Då bestämde jag mig ändå att fullfölja en dröm att segla i Medelhavet. Så jag och min kompanjon seglade på floder och kanaler ner genom hela Europa. Min kompanjon mönstrade av efter ett år men då fortsatte jag i två år till.

I samband med detta skaffade Sven lägenheten på Råslätt.

– Jag behövde ju ha en trygg hamn att komma hem till.

”

På en kurs i franska sådär lagom i pensionsåldern träffade Sven en fransyska och planerna att flytta till Frankrike föddes.

– Ja, de var långt gångna när förhållandet sprack. Då bestämde jag mig ändå att fullfölja en dröm att segla i Medelhavet.





DIGITAL VARDAG

Har du några tips på hur jag lyckas vara så aktiv som du är när jag blir 96 år?

– Om det hänger på hur man sköter sig – så stämmer det inte. Jag har gjort allt som man inte ska göra om man ska bli gammal. Det är nog snarare tur i genlotteriet.

Men han tar inte hälsan för given, inte sedan han diagnosticerades med magcancer.

– De gav mig två år till att leva enligt statistiken. Men det är ju snart 30 år sedan. Så åt skogen med statistiken.

Hur mår du idag?

– Jädra bra måste jag säga. Visst, ena benet har slutat fungera, men det löser sig. Jag får inte köra bil längre, men jag har köpt en promenadscooter som jag åker och handlar på.

Och det här med intresset för datorer och teknik?

– Jo, men du märker ju att jag är nyfiken att testa nytt. Från yrkeslivet såg jag fördelar med datorer tidigt och det har liksom hängt med. Självklart att det är smidigast att sköta bankärenden och allt sånt digitalt, säger han.

Annars använder han mest datorn för ny kunskap:

– Världens bästa uppslagsverk – alltid tillgängligt. Man vill ju veta hur saker fungerar liksom. Och i vardagen använder jag datorn när jag ska handla. Kollar recept och gör en shoppinglista. Då handlar man inget i onödan.

Just en liten shoppingtur väntar även denna dag.

– Ja, och sen ska jag dra lite kabel till mina högtalare. Jag vill få igång min vinylspelare med bra ljud igen, hälsar Sven när vi tar farväl.

I Sverige uppskattas att cirka 7 procent av befolkningen har diabetes och de flesta har typ 2-diabetes. En av dem är 58-åriga Ann Kristin Moeller i Bankeryd. Hennes resa började för tretton år sedan.

Text och bilder: Cecilia Boij, Region Jönköpings län, Sektion Folkhälsa
Illustrationer: Region Jönköpings län

» Jag får leva med diagnosen varje dag «

Jag var hos läkaren av en helt annan anledning. Ett urinprov visade höga sockervärden och plötsligt tog de fler prover. Jag fick därefter beskedet att jag hade diagnosen, berättar Ann Kristin.

EN SJUKDOM SOM HAR BLIVIT VANLIGARE

Under de senaste decennierna har samhället förändrats i snabb takt och diabetes ökar. Enligt Maria Norburg Tell, distriktsläkare och medicine doktor på Bra Liv Öxnehaga vårdcentral, beror detta på att vi har mat med mycket energi tillgängligt överallt, samtidigt som tekniken gjort att vi rör oss mindre i vardagen.

– Den här kombinationen gör att det är lätt att gå upp i vikt. Forskare kallar det ett »obesogent samhälle«, en miljö som driver övervikt och där

med ökar risken för insulinresistens och typ 2-diabetes.

SYMPTOM SOM KOM SMYGANDE

För Ann Kristin kom diagnosen som en överraskning.

– Jag hade samtidigt en utmattning, så jag hade inte reagerat på symtomen.

Beskedet blev till en början nedslående.

– Det var tråkigt. Det är en livslång diagnos, och den för med sig många komplikationer och problem.

ÄRFTLIGHET OCH OHÄLSO-SAMMA LEVNADSVANOR ÖKAR RISKEN ATT DRABBAS

Maria förklarar att det ofta är en kombination av flera faktorer som ligger bakom att typ 2-diabetes utvecklas. Dels finns det en viktig ärftlig faktor, det vill säga om nära

”

Ann Kristin har en positiv framtidstro trots att diagnosen påverkar hennes vardag.

Du är den samma personen fast med en sjukdom. Du ska ta den på allvar, men du ska inte låta den begränsa ditt liv.



”Idag äter jag vanlig mat, men jag är väldigt försiktig med fika ...

släktingar har sjukdomen är det ökad risk. Men även den som har föräldrar eller syskon med diabetes kan minska risken om den har möjlighet att ha hälsosamma levnadsvanor. Både ärftlighet och levnadsvanor har alltså en stor betydelse.

Ann Kristin hade önskat att hon tidigare känt till hennes ökade risk att drabbas.



– Min far och hans bror, mina två bröder och min son har diabetes. Hade jag vetat tidigare så hade jag kanske gjort några andra val. Nu vet mina andra barn att de har en risk, och de kan vara uppmärksamma på symtom och ha goda levnadsvanor.

STÖD OCH BEHANDLING FRÅN VÅRDEN

Primärvården har huvudansvaret för stöd och behandling vid diabetes.

– Vi arbetar alltid nära patienten. Behandlingen bygger på en kombination av stöd för hälsosamma levnadsvanor, läkemedel med blodsockersänkande tabletter och vid behov, insulin. Vi tittar också på blodtryck, blodfetter och rökning, eftersom det påverkar risken för komplikationer. Det är särskilt viktigt att man tar hand om sina tänder och fötter samt får sina ögon undersökta regelbundet, säger Maria.

Till en början fick Ann Kristin stöd av sjukvården för att förstå sin sjukdom och ändra sina levnadsvanor.

– Jag hade tur och träffade en duktig diabetessköterska som vägledde mig och hjälpte mig att sätta realistiska mål.

– I början var jag en exemplarisk diabetiker som ändrade all kost och samtidigt tränade jag tre dagar i veckan. Det var väldigt bra för mina värden som blev normala, och jag behövde inga mediciner det första året.

Men i längden var det svårt att leva efter alla råd.

– Idag äter jag vanlig mat, men jag är väldigt försiktig med fika och ser alltid efter om brödet är sötat. Jag tar också mediciner som hjälper till med att hålla blodsockret på en bra nivå. Medicinerna ger biverkningar, så diagnosen är något jag får leva med varje dag.

Ann Kristin har en positiv framtidstro trots att diagnosen påverkar hennes vardag.

– Du är den samma personen fast med en sjukdom. Du ska ta den på allvar, men du ska inte låta den begränsa ditt liv. Anpassningarna går bra att fläta in i din vardag.

VISSTE DU DETTA OM TYP 2-DIABETES?

VANLIGA TECKEN:

Symtomen vid typ-2 diabetes kommer ofta smygande och kan finnas i flera år innan den upptäcks. Tecken kan vara:

- Du kan bli trött och kraftlös.
- Du kan bli mer törstig.
- Du kan kissa oftare och mer.
- Du kan få försämrad syn och se dimmigt.
- Du kan få klåda i underlivet.

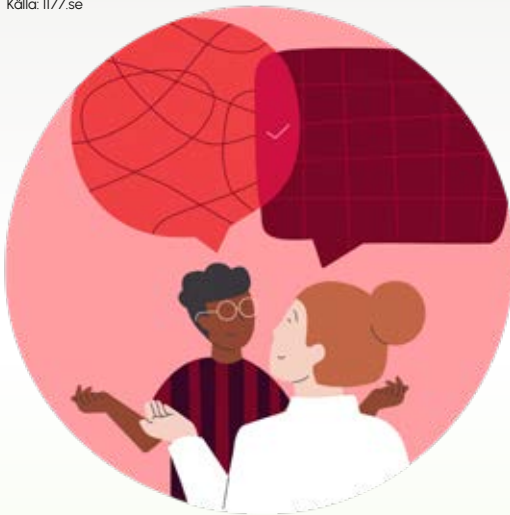
VAR SÖKER MAN HJÄLP OM MAN ÄR OROLIG?

Vänd dig till din vårdcentral om du är orolig att du har fått diabetes.

VAD KAN MAN GÖRA FÖR ATT MINSKA RISKEN FÖR ATT DRABBAS?

Ärftlighet kan vi inte göra något åt, men med hälsosamma levnadsvanor kan risken att utveckla sjukdom helt förhindras eller fördröjas. Det handlar till exempel om att röra sig varje dag, äta mat med mycket grönsaker och fullkorn, minska mat som är näringsfattig men energirik så kallade »tomma kalorier«, inte röka eller dricka alkohol, minska stress och hålla en hälsosam vikt.

Källa: 1177.se



DIABETESSKOLA PÅ ARABISKA OCH SOMALISKA

Region Jönköpings län erbjuder en Diabetesskola för dig med typ 2-diabetes. Utbildningen ges på arabiska och somaliska och leds av en interkulturell hälsokommunikatör med läkarutbildning. Diabetesskolan är en gruppinsats som erbjuds via din vårdcentral. Syftet är att öka kunskapen om diagnosen och ge stöd i hur du kan ta hand om din hälsa på ett bra sätt, för att må så bra som möjligt i vardagen. Är du intresserad? Kontakta din vårdcentral för mer information.

Bakluckeloppis



I garaget under Råslätts affärscentrum. Lördag den 25 april klockan 13–16.

Vill du boka en p-plats för att sälja så boka plats på telefon 036-19 94 71 eller mejl till raslatt@vatterhem.se. Först till kvarn när det gäller p-plats.

Vi kommer att anvisa plats vid ankomst till de som bokat att de vill sälja från sin baklucka.

Välkommen både du som vill sälja eller bara komma och fynda!

Allt om ditt boende samlat på Mina sidor

Du vet väl om att du som hyresgäst kan skapa ett serviceärende och följa det via Mina sidor på vår hemsida?

I menyn på Mina sidor hittar du även Mitt boende, din digitala boendepärm med allt som är bra att veta om inflytt, avflytt, partering, trivsel, avfall med mera. Informationen uppdateras löpande för att alltid vara aktuellt och relevant för dig.

Släck ner under Earth Hour 28 mars 20.30!

WWF – Världsnaturfondens – Earth Hour är världens största klimatmanifestation som 2026 arrangeras för tjugonde året. Earth Hour 2026 infaller den 28 mars kl 20.30–21.30.

Syftet med Earth Hour är dels att skicka en stark signal till världens beslutsfattare att agera och ta klimathotet och hotet mot den biologiska mångfalden på allvar, dels att öka medvetenheten om klimatförändringarna och att göra förändringar på lång sikt för att anamma en mer hållbar livsstil.



Genom att släcka under Earth Hour sänder du en signal till alla makt-havare att det är dags att agera för planeten. Släckningen är en symbol för detta. Det handlar inte om att spara el – alls. Om man inte vill använda släckningen som en symbol för att agera för planeten, så behöver man inte, men för många skickar det en tydlig och synlig signal att NU är det dags att AGERA. Det viktigaste är inte släckningen, utan att du faktiskt tar dig denna timme som en funderare på hur du själv också kan agera mer hållbart för vår planet.

Rensa kalendern! Här är Vätterhems områdesdagar 2026

- **Vätterhems Citydag** med Pyjamashjältarna på besök – 9 maj.
- **Öxnehagadagen** med Bamse och lova – 23 maj.
- **Råslättsdagen** med besök av Paw Patrol – 5 sept.
- **Österängsdagen** med självaste Greta Gris – 12 sept.



Gratis TV-kanal tillbaka i Vätterhems tv-utbud!



Sedan några månader tillbaka finns Jönköpings Lokal TV åter med i TV-utbudet. Kanalen finns på kanalnumret 500, men även i Telias App och på webben, där du hittar kanalen på föreningens hemsida – Jönköpings Lokal TV.

Lokalkanalen var inte med i grundutbudet vid skiftet från Kalejdo till Telia – men är alltså nu tillbaka i grundutbudet. Kanalen startades redan 1987 av bl a Vätterhem, i syfte att sända lokala program och lokal information.

Kanalen drivs ideellt av föreningsmedlemmarna, och sändningsförordnande förlängdes av statliga Mediemyndigheten senast december månad 2025. Villkoren är nästan identiskt med det som SVT har – dvs med ansvarig utgivare och reklamfria sändningar. Sponsring kan i vissa fall vara tillåtet – ser då ut som i SVT:s sändningar – innan och efter ett program. Föreningen har idag 15 medlemmar, bl a Vätterhem, Hyresgästföreningen i Jönköping, Jönköpings kommun, Unga Örnar på Råslätt, Underground och Högsolan i Jönköping m fl.

Just nu sänder Jönköpings kommun (fullmäktige möten), Föreningen Demos, Jönköpings Läns Museum, Pingstkyrkan (Programserie som heter Torget – och söndagsgudstjänster), Grännö Media, Immanuelskyrkan och Motormännen, regelbundet. Historiska lokala filmer sänds också regelbundet, från diverse olika föreningar, samt från Stadsarkivet i Jönköping.

Senaste programmet som Vätterhem var med och bidrog till var historiken kring Vilhelmsro, då med lokala historikern Nils Hjort. Detta program kommer att repriseras under februari månad. Programtablå kan du hitta på kanalen nr 500 när det är sändningsuppehåll, eller i Jönköpings-Posten varje tisdag.

Alla föreningar och/eller företag kan söka medlemskap i föreningen. Sändningstid är »gratis« och ingår då i medlemsavgiften, men varje medlem får stå för sina egna produktionskostnader. Som exempel sände Unga Örnar och Underground program producerade av ungdomar inför EU-valet 2024. Du som är med i en förening eller driver företag kan få mer information eller söka kontakt via mejladressen;

styrelsen@jonkopingt看.se

Nya samarbeten i ditt område

Under hösten har vi sett över upplägg och kriterier för våra samsarbeitsavtal med föreningar. Syftet är att ytterligare stärka våra samsarbeitsavtal och skapa ännu bättre förutsättningar för trygga bostadsområden, ökad gemenskap och meningsfulla aktiviteter för våra hyresgäster.



I linje med Vätterhems vision vill vi bidra till hållbara och trygga stadsdelar där alla känner trivsel, delaktighet och framtidstro. Våra samsarbeitsavtal är ett viktigt verktyg i detta arbete genom att uppmuntra lokal närvaro och erbjuda kostnadsfria och meningsfulla fritidsaktiviteter i våra områden. En stor del av de aktiviteter som genomförs under bland annat sommaren finansieras av Vätterhem genom dessa samsarbeitsavtal och möjliggörs i nära samsarbete med föreningar och organisationer.

Vi erbjuder olika nivåer av samsarbeitsavtal där kriterierna framför allt bygger på graden av lokal närvaro samt vilka och hur många aktiviteter som genomförs. Resultatet blir fler aktiviteter nära hemmet, ökad trygghet och en mer meningsfull vardag för våra hyresgäster.

På vår hemsida kan du läsa mer om våra samsarbeitsavtal och ta del av en lista över befintliga avtal med föreningar inklusive länkar till deras respektive hemsidor.

Har du frågor eller vill veta mer?

Kontakta Steven Yako

Hållbarhetsstrateg – Social dialog@vatterhem.se

Våren är på gång på Öxnehaga!

Jo, det är faktiskt sant.

För även om termometern visar minus och snön ligger tjock så är det spännande grejer på gång. Det har nämligen Lina Åkerberg, Gunilla Börjeson och Agnetha Flodin med kollegor sett till.

Redo för vår under snön!

Det är under snötäcket som vårens grönska och blomning vilar. Redo när värmen kommer.

– Under oktober planterar vi vårlökarna. I år har vi bland annat testat planteringsmaskin på några större ytor. Vi sätter tusentals lökar varje år, berättar Gunilla.

– Sedan har vi blommor till urnor och planteringar. De brukar vi beställa strax efter semestern och leverans sker lagom till vi kan plantera ut dem när värmen kommer, berättar Lina.

– Och på lite längre sikt planterade vi förra året äppelträd, päron, plommon med mera som vi ser fram emot att kanske se första blomningen i april-maj, säger Agnetha.

OLIKA LAGER

Inför varje säsong görs gemensam planering.

– Vi brukar ju vilja variera oss så att det blir spännande för hyresgästerna, säger Agnetha.

Kan ni avslöja något vad som väntar i år?

– Vi har fokuserat mycket på att de olika lökarna och blommorna ska komma i olika lager och blomma i olika perioder, säger Lina.

– Och i urnorna kommer det bli mycket färg, lovar Gunilla.

SMIDIG SKÖTSEL

När snön smälter väntar slutfinishen.

– Ogräset kommer alltid snabbt. Så det är en av de första åtgärderna när vi går in i växtperioden att rensa rabatter och planteringar, berättar Lina.

– Det är också en viktig planeringsdel när vi väljer växter – att skötseln av den aktuella växten ska vara rimlig och hinnas med. Så utöver estetiska val är det också arbetsmässiga, berättar Agnetha.

Är det några speciella ytor som ni är extra nyfikna på när våren kommer i år?

– Ja alltså det är några nya rabatter på Union i Huskvarna och Fagerslätt

där vi testat lite nytt och kommer ha blomning i olika lager och perioder, berättar Lina.

”

Vi har fokuserat mycket på att de olika lökarna och blommorna ska komma i olika lager och blomma i olika perioder.

– Den stora gräsytan på övre Öxnehaga som vi satt med planteringsmaskinen kommer jag hålla ögonen på, skrattar Gunilla.



Äntligen invigning Hemköp Strandängen öppnar 19 mars

– Vi är förväntansfulla och ligger i fas för invigning. Vi vill skapa en naturlig mötesplats där man gillar att vara, säger butikschef Nathalie Nero.

När Vi i Vätterhem besöker butiken på Strandängen ungefär en månad innan invigningen pågår montering av butiksinredning för fullt.

– Vi fick också de första varuleveranserna i veckan så det är redan varor på väg in i hyllorna.

19 mars ska allt vara klart. 10.00 öppnas portarna med bandklippning och massor av premiärerbjudanden.

– Efter det håller vi öppet varje dag 7–22.

Vad kan kunderna förvänta sig av butiksupplevelsen?

– Först och främst är det en stor Hemköpsbutik; 1.400 m² butiksyta. Sedan satsar vi mycket på färskvaror och jag slår gärna ett extra slag för att testa delikatessdelen med manuell chark, färsk frallor, lunchrätter med mera.

Direkt från start kommer det också finnas e-handel med skåp att enkelt hämta varorna i utanför butiken. Det kommer också finnas post med paketutlämning.

BUTIK ATT TRIVAS I

Ungefär 20 anställda kommer jobba i butiken.

– De kommer genomgå utbildning fram till öppning för vi vill verkligen skapa ett trevligt kundbemötande. Vi vill vara en butik som du vill återvända till, som du trivs i. I det har personalen en central roll.

Och i takt med att de första varorna hamnar i hyllorna lägger hon till:

– Vi kommer lyssna på vad kunderna vill ha för utbud och anpassa oss. Men den höga servicegraden och lokala förankringen kommer hela tiden vara tydlig.

” 10.00 öppnas portarna med bandklippning och massor av premiärerbjudanden.

Vi vill skapa en naturlig mötesplats där man gillar att vara, säger butikschef Nathalie Nero.



Råslätt – utsatt eller

När polisen presenterade sammanställningen över utsatta områden 2025 var Råslätt fortsatt med på den. Det fick bland andra Befrin och Mohamad som är samordnare på Underground Råslätt att reagera:

– Vi delar inte bilden fullt ut. Vi ser så mycket trygghet och goda initiativ. Självklart också utmaningar. Men i grunden skulle vi vilja kalla Råslätt för utmärkt snarare än utsatt, säger de.

I ett samtal med kommunpolis Maja Karlsson och Vätterhems vd Raymond Paska stakade de ut riktningen bort från utsatt – mot utmärkt.

– Ur polisens perspektiv är det viktigt att betona att utsatt område inte är något som tas fram godtyckligt utan föregås av noggrann analys och lägesbild. Vi tittar bland annat på kriminell påverkan, narkotikarelaterad brottslighet, låg anmälningsgrad som tyder på tystnadskultur med mera. Råslätt har tagit flera positiva kliv genom goda initiativ, men vi ser fortfarande att det finns jobb att göra, säger Maja Karlsson.

– Med alla ungdomar som vi regelbundet möter på Underground märker vi såklart att det förekommer att man inte vågar berätta, inte vågar kontakta polisen. Det kan jag relatera till själv, säger Mohamad och fortsätter.

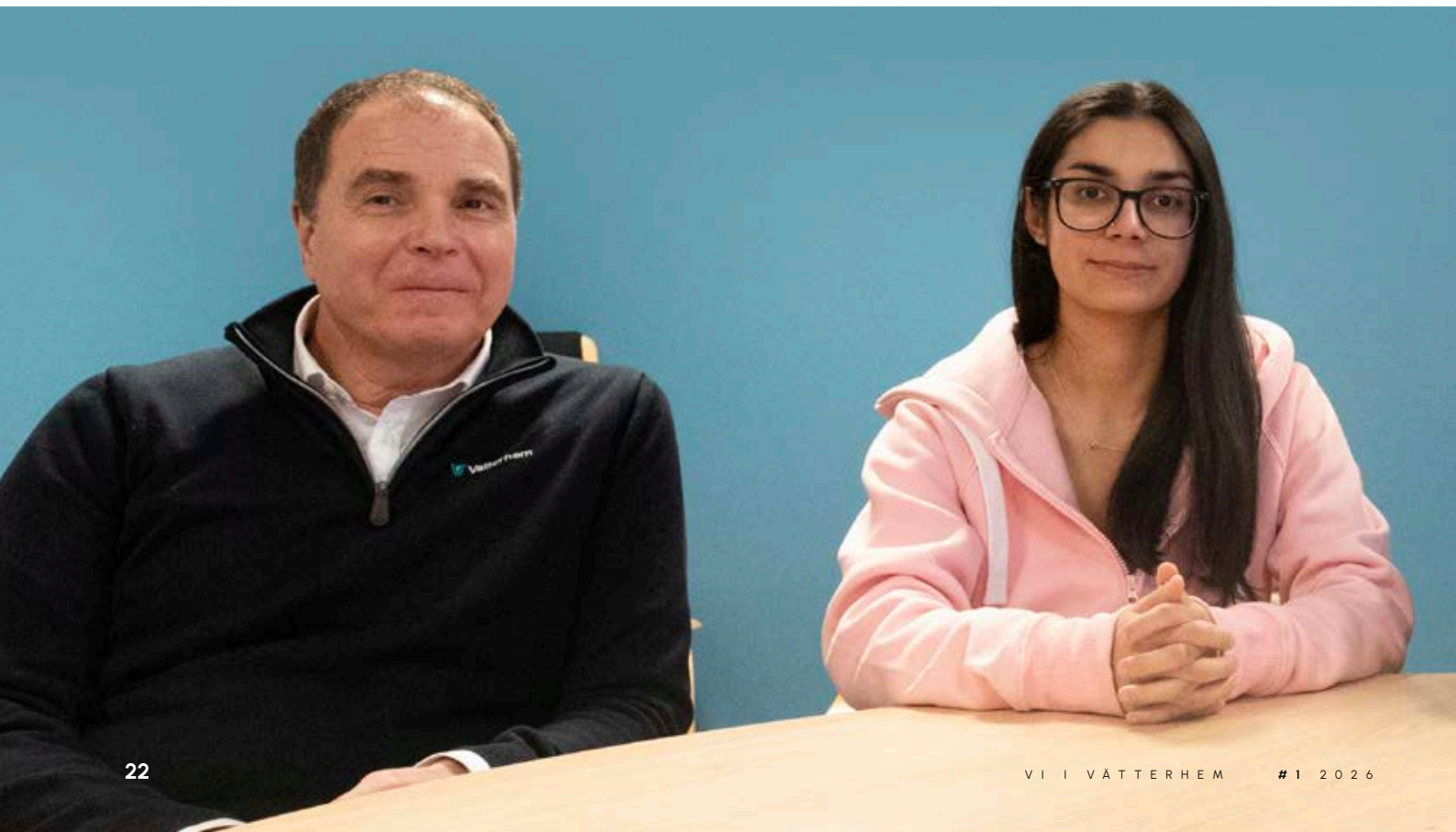
– Där får vi på Underground en viktig roll och att informera om riskerna med rekrytering av unga till kriminell verksamhet och vi har också ett speciellt ledarprogram för unga i riskzon.

– Där ser vi redan nu efter att ha kört det i drygt ett år positiva effekter, bekräftar Befrin.

– Och det är precis sådana initiativ som är så viktiga. För från polisens håll ser vi inte någon enskild, enkel lösning. Det är tillsammans med många som det kan bli bättre, säger Maja.

ATTRAKTIVT ATT BO PÅ RÅSLÄTT

– Råslätt är ett attraktivt område. Det visar söktrycket på lägenheter här. Och så har vi Råslättsandan med starkt nätverk mellan församlingar, föreningar, skola, samhällsaktörer, myndigheter och Vätterhem. Så ur vårt perspektiv på Vätterhem står det klart att vi tillsammans ska verka för att Råslätt ska bort från listan. Men vi har också en acceptans för att det här inte löser sig med en quickfix. Att förändra samhällsstrukturer tar tid, men det får inte nedslå oss utan snarare motivera oss ännu mer att fortsätta, säger Raymond Paska.



utmärkt område?

– För det blir negativt och utpekande för oss som brinner för Råslätt varje gång listan kommer. Det är viktigt att alla bra initiativ och aktörer lyfts fram och får ta plats, säger Befrin.

– Samtidigt som det skapar en negativ bild att vara med på listan märker jag också att viljan att förändra Råslätt föds lite ur det där, alltså att det knyter de goda krafterna samman ännu mer, säger Mohamad.

TILLSAMMANS FÖR FRAMTIDSTRO

Vad ser ni som representerar olika delar av framtida lösningen som viktigast just här och nu?

– Tillsammans blir ju ett centralt ord. Vi ser många goda ini-

”

Råslätt är ett attraktivt område. Det visar söktrycket på lägenheter här. Och så har vi Råslättsandan med starkt nätverk mellan församlingar, föreningar, skola...

DEFINITION UTSATT OMRÅDE

På uppdrag av regeringen tar polisen löpande fram en nationell lägesbild över utsatta områden. Lägesbilden ligger till grund för det brottsförebyggande arbetet på lokal, regional, nationell och internationell nivå.

Polisens definition av ett utsatt område (enligt 2025 års uppdatering) är ett geografiskt avgränsat område med låg socioekonomisk status, där kriminella har en direkt inverkan på lokalsamhället. Detta omfattar ofta våldsbrott, öppen narkotikahandel, rekrytering av unga till kriminella nätverk och en tystnadskultur som försvårar rättsprocesser.

Områdena identifieras för att polisen ska kunna rikta resurser mot områden med störst problematik och där hotet mot rättssamhället är högst.

”

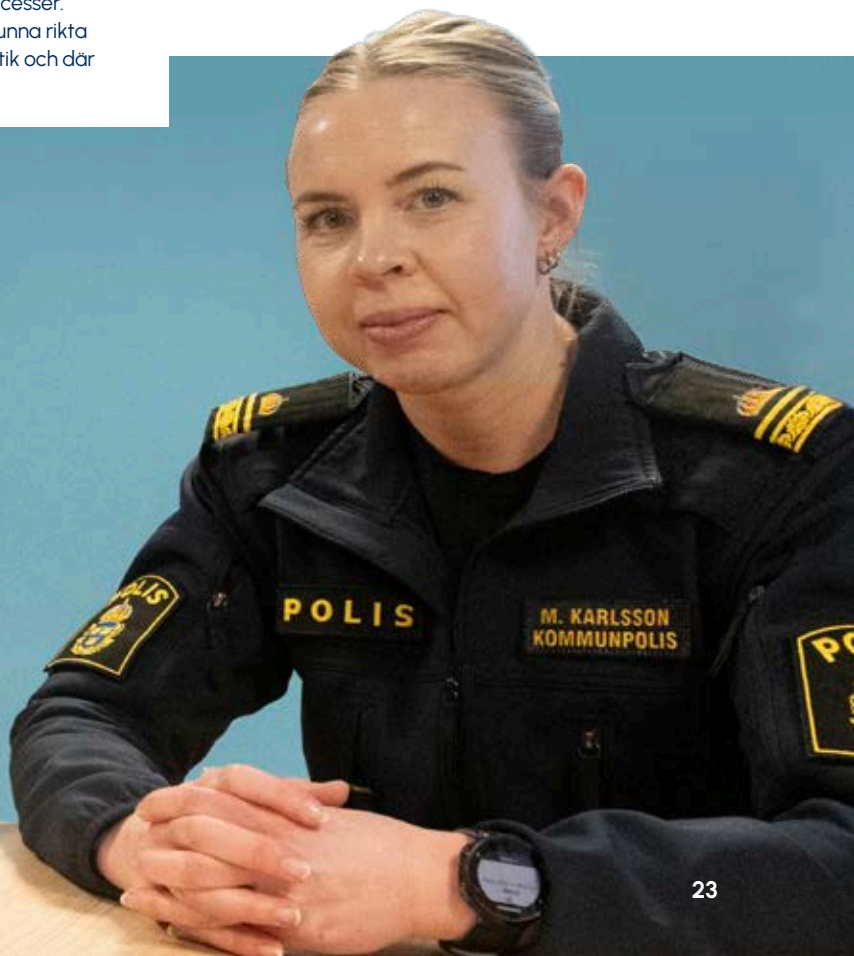
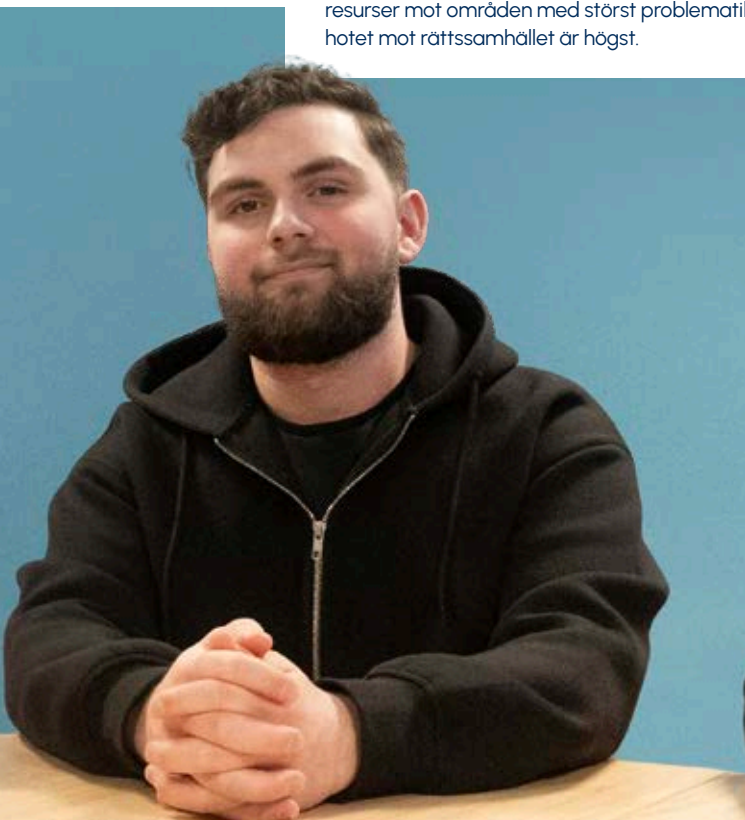
Polisens definition av ett utsatt område är ett geografiskt avgränsat område med låg socioekonomisk status, där kriminella har en direkt inverkan på lokalsamhället.

tiativ där olika aktörer samverkar med polisen som en viktig del, säger Maja.

– Jag tror också mycket på att skapa informella möten mellan boende och polis, inte bara när det hänt något, utan avslappnade möten där man ser människan bakom uniformen. Det är så tydligt att våra områdespoliser gör ett viktigt jobb för de känner ungdomarna här. Så fler områdespoliser som är som de vi har här nu tycker jag, säger Befrin.

– Kanske även lyfta fram polisyrket och berätta om det för att rekrytera framtida poliser med varierad bakgrund, säger Mohamad.

– Jag lyfter gärna det breda arbetet – att allt hänger ihop. Initiativ som co-working som nu körts igång påverkar också till exempel. Får vi fler i arbete, fler som nätverkar och skapar framtid tillsammans bidrar de till att skapa ett tryggt område. Att skapa hopp och framtidstro är så viktigt för tryggheten.



Valspecial 2026

Hugo jobbar för demokrati

13 september är det val i Sverige. I en serie fram till dess kommer Vi i Vätterhem berätta om valprocessen och varför det är viktigt att du och alla andra röstar. Först ut har vi träffat Jönköping kommuns demokratisamordnare Hugo Ranerås.

– Mitt jobb handlar om att föra människor samman. Att underlätta olika processer genom att få folk att prata, att få många delaktiga i beslut och skapa förståelse för de demokratiska spelreglerna. Både inom vår förvaltning och våra avdelningar men också ute på till exempel fritidsgårdar, områdesgrupper, badhus och bibliotek.

VIKTIGA DATUM I VALET 2026

- 26 augusti – Alla som har rätt att rösta ska ha fått sitt röstkort och förtidsröstningen startar.
- 13 september – Valdagen. Val till riksdag, region- och kommunfullmäktige.

”

Förtroendet för demokratin sjunker över hela världen. Och det är såklart ytterst allvarligt ...



hårt tin



” Valet är det tillfället i demokratin när du som folkbokförd i Sverige har den yttersta makten, om än bara en bit av den. Men det är den ytterst beslutade makten. På valdagen är just du med och bestämmer. Och din röst är viktig.

Inför valet innebär rollen såklart också att på olika sätt göra kommuninvånarna uppmärksamma på att det faktiskt är val på gång.

– Vissa arbetsuppgifter blir väldigt hands on, alltså planering inför själva valgenomförandet. Medan andra är bredare, vi har till exempel en frivillig kvällskurs igång för ungdomar som handlar om hur man kan engagera sig för att påverka, en slags demokratiskola. All personal som ska jobba i vallokaler, men också t ex alla som jobbar på bad, fritidsgårdar och bibliotek får utbildning i hur röstandet går till, varför man röstar med mera för att kunna prata om detta. Alltså jag inser att mitt jobb väldigt mycket är att prata och att få andra att prata, haha.

Hugo nämner Österängen Talks som ett bra exempel.

– Det har ju fungerat väldigt bra och vi tittar på hur vi kan överföra det till andra områden. Kanske bjuda in allmänheten, politiker och skapa valprat som känns lokalt och nära.

DEMOKRATIN SATT UNDER PRESS

I rollen märker han att just få olika sidor att prata med varandra blir allt viktigare.

– Både världen och lokalsamhället blir alltmer polariserat. Sociala medier och algoritmen »hjälp« dig med att matas med information som matchar dina preferenser. Du går din väg i dina hjulspår. I det perspektivet blir dialogen så viktig. Att skapa forum där alla upplever att de är välkomna, närvarande, jämbördiga och ser varandra i ögonen. Att hitta en ton, att samtala respektfullt och lyssna aktivt.

Och han märker att demokratin är pressad.

– Vi kan inte ta den för given. Förtroendet för demokratin sjunker över hela världen. Och det är såklart ytterst allvarligt om fler tror på alternativa lösningar där makt flyttas över till färre. En nyckelfråga för demokratin är engagemang i samhället, och det kan vara politiskt men det kan också t ex vara i din lokala idrottsförening. Vi måste skapa återväxt i viljan att engagera sig i samhället. Så där landar mycket av aktiviteter och samtalen vi har också.

När känner du att du lyckas?

– När människor träffas och har givande dialoger. Det är en häftig kraft i det. Då stärks hoppet om demokratin.

”

Hugo Ranerås:

– Mitt jobb handlar om att föra människor samman. Att underlätta olika processer genom att få folk att prata, att få många delaktiga i beslut och skapa förståelse för de demokratiska spelreglerna.





DU HAR MAKTEN PÅ VALDAGEN

Varför är det viktigt att jag går och röstar 13 september?

– Valet är det tillfället i demokratin när du som folkbokförd i Sverige har den yttersta makten, om än bara en bit av den. Men det är den ytterst beslutade makten. På valdagen är just du med och bestämmer. Och din röst är viktig. I Sverige har vi en stolt tradition av högt valdeltagande så det handlar också om att bidra till att upprätthålla ett system.

Fram till valet kommer flera insatser att göras för att inspirera till ökad kunskap:

– Dels på bibliotek och skolor, men vi tittar också på olika pop-up-platser med information. Och när det sen bli dags för förtidsröstning är ju även dessa lokaler viktiga i ett informationsperspektiv. Förtidsröstningen ökar för varje val och det handlar om att göra det enkelt att rösta.

Vad är ditt bästa tips för att förbereda mig för valet redan nu?

– Det är ett halvår kvar, men det går fort. Fundera på vilka frågor som är viktigast för dig och var partierna står i de frågorna. Ju närmare vi kommer valet desto fler utspel blir det och då är det bra att veta vilka som i grunden bäst matchar dina värderingar. Det är perfekt att försöka ringa in nu och alltid bra att förbereda sig i tid, tipsar Hugo.

” Fundera på vilka frågor som är viktiga för just dig och vad de olika partierna står i de frågorna.



Källarkameror för ökad trygghet & minskad nedskräpning



Nedskräpningen har vuxit till ett arbetsmiljöproblem för bovärdarna.

– De får lägga otroligt mycket tid och kraft på att rensa källarna. Tid som de måste ta från något annat, någon av deras »riktiga« arbetsuppgifter. Och då har vi inte ens nämnt vilken brandrisk det innebär när det står möbler, kartonger och annat material i källarna.

Dessutom vill man skapa tryggare upplevelse.

– Vi har märkt att hyresgäster ibland kan känna sig otrygga när de ska gå ner till tvättstugan eller förrådet och så ska det såklart inte vara.

BILD, MEN INGET LJUD

Hur ska kameror lösa detta?

– Vi spelar in bild, men inget ljud. Och vi följer inget löpande på skärmar. Men om t ex en bovärd upptäcker en soffa i en källare kan vi be den som har behörighet att kolla om det går att se vem som dumpar soffan i källaren. Den personen får i så fall betala en hanteringsavgift för bortforslingen av soffan. Kameror i p-husen på Råslätt har funnits lite längre och där märker man positiv effekt.

– Där är ju den brottsförebyggande faktorn viktigast. Att skydda värdet i egendom och göra det svårare för kriminell verksamhet.

POSITIVA REAKTIONER

Totalt innebär kameror och systemen för att lagra material med mera investeringar på uppemot två miljoner kronor.

Husen på Råslätt har sedan ett par månader tillbaka kameror i källarkorridorerna.

– Bakgrunden är att vi har problem med nedskräpning; det dumpas soffor, bokhyllor, sängar, mattor och skräp i källarna. Samt att vi har sett att det ibland blir lite oönskat häng av personer som inte har behörighet till fastigheterna och att man använder korridorerna till att gömma saker som inte ska vara där, berättar förvaltningschef Annika Vikström.

– Pengar vi gärna använt till något roligare såklart. Men det ger också en indikation på hur stort problemet varit och vilka kostnader nedskräpningen medför.

Vad är fördelen för hyresgästerna?

– Trevligare, säkrare och tryggare boendemiljö. Och renare.

Vilka reaktioner har ni fått?

– Positiva, alla ser att det negativa beteendet minskar. Skötsamma hyresgäster påverkas ju inte av att det finns kameror. Men det är klart att buset inte gillar det.



Kameror i p-husen på Råslätt har funnits lite längre och där märker man positiv effekt.

– Där är den brottsförebyggande faktorn viktigast...



” Vardagsrummet –
lokalen precis vid
torget på Öxnehaga
är redo.

– En flexibel mötesplats. Till Vardagsrummet är alla välkomna, säger Anna Lindekrantz, ny verksamhetssamordnare på Vätterhem. Eller ska vi säga Vardagsrumsföreståndare?

– Haha, ja det kanske är mer rätt. Jag ser verkligen fram emot att få öppna upp lokalen i mitten av mars, säger hon.

I mars öppnar Anna upp Vardagsrummet på Öxnehaga

Vardagsrummet på Öxnehaga har planerats under flera år. Just att skapa en plats där olika åldrar, aktiviteter och intressen kan mötas. Nu är alltså premiären nära. Lokalen precis vid torget på Öxnehaga är redo.

– Ett vardagsrum är ju skönt att vara i och du vill vara där länge. Lite sådär otvunget och varierat. Det har vi tagit fasta på. Öxnehagas vardagsrum kommer ha en stor köksdel där det till exempel går att ha matlagningskurser eller drop-in fika. Det kommer finnas en loungedel med soffor och mys och stor TV-skärm för t ex filmvisning. Liksom bord med många platser för t ex läxhjälp. Och vi kommer vara beredda att anpassa lokal och utbud utifrån önskemålen från hyresgästerna.



VÄLKOMMEN
PÅ INVIGNING
AV VARDAGS-
RUMMET
19 MARS,
17–19.

” Hyresgäst hos Vätterhem – vad vill du se för verksamhet i Vardagsrummet? Har du tips på någon aktivitet? Kontakta oss på vardagsrummet@vatterhem.se

»Ett vardagsrum är ju skönt att vara i och du vill vara där länge. Lite sådär otvunget och varierat.«

”

Föreningar kan använda lokalen för återkommande kurser med mera. Vi kommer att testa oss fram. Det här en långsiktig satsning, en verksamhet som kommer att fortgå och formas över tid utifrån hyresgästernas önskemål.

För det är precis så Vardagsrummet är tänkt att fungera, du som hyresgäst hos Vätterhem har möjlighet att påverka vad det ska innehålla.

– Har du en idé, hör av dig så lyssnar vi och försöker göra verklighet av den.

VALÅRET KOMMER MÄRKAS

Redan står det klart att läxhjälp är efterfrågat så det kommer att testats. Liksom idéer på nämnda matlagningsaktiviteter.

– Vi kommer också att ha möjlighet att köra filmvisningar och föreläsningar. Föreningar kan använda lokalen för återkommande kurser med mera. Vi kommer att testa oss fram – vad lockar många hyresgäster hit? Det gör vi mer av. Så det kommer vara väldigt levande. Det viktigaste är att vi får stor variation så att alla kan hitta hit.

Eftersom det är valår väntas också aktiviteter kopplat till det:

– Vi kommer att ha demokratitema under året. Det blir exempelvis förtidsröstning i lokalen, en studiecirkel om demokratiska principer som tydliggör valprocessen samt demokratiskola.

LÅNGSIKTIG SATSNING

En typisk drömdag i vardagsrummet – hur ser den ut?

– Kanske någon aktivitet för äldre, exempelvis hälsoinriktade pass under förmiddagen. Sedan öppna samtal och drop-in-fika för att stärka grannskapskänslan. Läxhjälp under eftermiddagen innan någon förening kör studiecirkel på kvällen, t ex något hantverk eller någon föreläsning. Det ska vara varierat och finnas något för alla. Och vi pratar med föreningar, skola, bibliotek och andra aktörer för att hitta samarbeten till aktiviteter.

Och Anna är noga med att betona att det här inte är något projekt eller test:

– Det här en långsiktig satsning, en verksamhet som kommer att fortgå och formas över tid utifrån hyresgästernas önskemål.



Hälsoåret 2026 på Vätterhem

Du som hyresgäst bjuds också in att delta och må bättre!

Just nu pågår Hälsoåret på Vätterhem.

– Det är inte bara ett projekt – det är en investering i oss själva. Tillsammans skapar vi en arbetsplats där vi mår bättre, presterar bättre och lever mer hållbart, berättar Mia Taipale, HR-partner på Vätterhem.

Bakgrunden är en önskan att minska sjukfrånvaron.
– Vi vill stärka medarbetarnas livsstilskompetens. Vi vill få fler att motionera regelbundet, men det handlar också om att inspirera till mindfulness, bättre sömnvanor, se över sin kost, minska sin skärmtid med mera.

Genom en enkät har hälsostatusen mätts. Alla chefer har sedan utbildats i friskt ledarskap.

– Varje område har två utsedda hälsoinspiratörer som har genomgått en

speciell utbildning. Under året blir det inspirationsföreläsningar och diverse hälsoaktiviteter såsom t ex Blodomloppet. Alla medarbetare har också tillgång till appen PhysAct för träning i såväl fysisk som mental hälsa. Vi kommer också ha möjlighet att prova på aktiviteter såsom promenad, cirkelträning, padel, spinning, yoga, klättring med mera.

TESTA GRATIS PROVPASS!

Och Mia hoppas även involvera dig som hyresgäst:

– T ex Blodomloppet – alla våra hyresgäster har möjlighet att delta i augusti – Vätterhem står för anmälningskostnaden. Efter loppet samlas vi alla för gemensam picknick.

Du som hyresgäst har också tillgång till två olika erbjudanden från RunAcademy.

– Testa ett gratis pass på RunAcademy via www.runacademy.se/provtrana eller en hel månads fri tillgång till deras digitala träningsbank: ange koden VH2026 via www.runacademy.se/onlineatraning

Runacademys digitala träningsbank är fylld med inspirerande pass som hjälper dig att bygga både styrka, fläs och löpteknik.

– Så välkommen att stärka hälsan tillsammans med oss 2026! hälsar Mia Taipale.





Foto: Öppna förskolan Strandängen

Måndagar = Öppen förskola på Strandängen

När: Måndagar 14.00–15.30.

Vad: Öppen förskola med lek, fika, gemenskap och sång.

Var: Lokal Framtiden, våning 2, Strandängen.

På måndagseftermiddagar träffas föräldralediga med barn på Strandängen. Öppna förskolan är igång i nyrenoverade lokaler på våning två i Framtiden mitt på området. Pedagog Linda Fröding håller i »Kyrkans Öppen förskola« som blandar lek, gemenskap, sång och fika:

– Vi finns i hela Jönköpings församling. Våra aktiviteter är väldigt välbesökta och uppskattade. Det är ett tillfälle att träffa andra föräldrar och prata om livet med småbarn och allt annat mellan himmel och jord. Barnen får träffa andra barn; leka och sjunga tillsammans, berättar Linda.

Öppna förskolan är helt kostnadsfri och alla är varmt välkomna oavsett nationalitet eller tro.

– Då vi är relativt nya på Strandängen tror jag kanske att många inte känner till att vi finns. Men vi hoppas att fler och fler upptäcker oss och kommer på våra måndagsträffar. Jag hoppas det väller in goa barn och föräldrar nu framöver, så det blir fullt hus. Senare i vår när vädret tillåter kommer vi att vara ute vid lekparken.

Varmt välkommen!



Hallå där Maths Carlgren Vad är på gång i City!

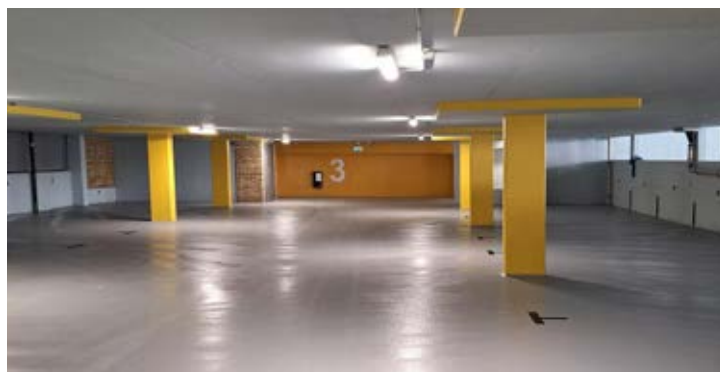


Foto Vätterhem

– Framåt planerar vi att genomföra stamreoveringar. För att säkerställa en effektiv och behovsstyrd process tar vi fram en prioriteringslista där vi påbörjar arbetet i de fastigheter som har störst behov.

På Södra Strandgatan pågår också ett stort arbete med klimatanpassningsåtgärder. Här gjuter vi upp en klack för att minska risken för att vatten rinner in på innergården. Vi ersätter gräsytor med sedum, som bättre tar hand om regnvatten, samt kompletterar området med nya dagvattenbrunnar. Målsättningen är att färdigställa projektet under 2026. Utöver detta planeras fler klimatanpassningar för att möta framtida skyfall, motsvarande hundraårsregn. Arbetet kommer genomföras parallellt med kommunens pågående VA-separeringar. Vi fortsätter även utvecklingen av Strandängen. Projektningen av kvarter E har inletts, vilket innebär ytterligare ett flerbostadshus som stärker området och bidrar till fortsatt stadsdelsutveckling.

VAD ÄR NI MEST NÖJDA MED ATT HA GENOMFÖRT I STADSDELEN UNDER FÖRRA ÅRET?

– Säkert resultatet i årets medarbetarundersökning. Att 100 procent av medarbetarna på City upplever Vätterhem som en bra arbetsplats visar på en stark gemenskap och en kultur där vi stöttar varandra i vardagen. Citys resultat i Great Place to Work, med ett Trust Index på 90, bekräftar den höga tilliten inom organisationen. Vi är också nöjda med reoveringen av parkeringshuset på Sandgatan. Projektet krävde en total tömning av samtliga 206 platser under fyra månader, men resultatet blev mycket lyckat. Den tidigare slitna anläggningen har nu fått nytt liv och erbjuder en tryggare och mer funktionell miljö för våra hyresgäster.

ÖSTERÄNGEN



Karolina Nordholm, vad är ni mest nöjda med att ha genomfört på Österängen under 2025?

– Vi har tagit viktiga steg för att stärka både gemenskap och trivsel i området. Ett av våra mest betydelsefulla projekt är omgestaltningen framför Birkagården. Arbetet har genomförts i nära dialog med boende och aktörer i området, vilket har resulterat i en helt ny yta som främjar aktivitet och gemenskap. På önskemål från PRO har en boulevard anlagts, och intill finns nu även en konstgräsyta som lämpar sig för lugna aktiviteter som yoga och andra rörelser. Dessa inslag har bidragit till att skapa en mer inkluderande och användbar miljö för både unga och äldre.

Vi har även anlagt en damm för att bättre hantera skyfall. Genom att skapa ett större fördröjningsområde kan mer vatten stanna innan det når centrum, vilket minskar risken för översvämningar. Responsen från hyresgästerna har varit positiv. Många uttrycker uppskattning och stolthet över hur området har utvecklats. Samarbetet med entreprenören har också varit bra, och de har själva beskrivit projektet som kul, då de fått testa mycket nya saker.



Foto Vätterhem

VAD PLANERAS FRAMÅT PÅ ÖSTERÄNGEN?

– Under 2026 fortsätter vi vårt arbete med flera långsiktiga projekt, däribland dränering och relining av avloppssystemen. Dessutom planeras reovering av taket på centrumfastigheten. I samband med dessa åtgärder installerar vi solceller, vilket stärker både energieffektivitet och hållbarhet i fastigheterna. Fönsterbytesprojektet på Polstjärnevägen, som inleddes 2018, har nu nått mer än halvvägs. De äldre fönstren från 1980-talet har ersatts med moderna, energieffektiva och lättskötta alternativ. Arbetet med det sista höghuset, Banérvägen 12, är nu klart. Hyresgästerna har varit positiva till fönsterbytet, trots att vi behövt arbeta inne i lägenheterna under en kortare period. Klagomål om drag har minskat och de nya fönstren ger både bättre ljudisolering och enklare underhåll.

För att stärka trygghetskänslan i området arbetar vi även konstant med att minska nedskräpningen. Djupbehållare för rest- och matavfall kommer att installeras för att minska oordning kring miljöhusen.



Hej Annika Vikström, hur planerar ni för framtiden på Råslätt?



Foto: Vätterhem

– Bland annat genom att påbörja renoveringen av köpcentrums entré som är mot torget och Stadsgårdsbadet. Det kommer att byggas om till en mer öppen och välkomnande yta. Den nya utformningen innehåller sittbara trappsteg och grönska som tillsammans skapar en inbjudande och naturlig mötesplats. Genom att öppna upp området stärker vi både tryggheten och trivseln i centrum. Vi arbetar också aktivt med att hitta en restaurangaktör som kan bidra till ökad service och attraktionskraft i Råslatts affärscentrum. Vi kommer även att se över de tidigare vårdcentralslokalerna på Tornfalksgatan 11. Under 2026 fortsätter vi planeringen för kommande tak- och fasadbyten på Fiskjusegatan 10, 12, 14 och 16. Vi kommer även inleda upphandlingen av ett nytt förvaltningshus. Detta är en viktig del i vår långsiktiga utveckling och ger oss bättre förutsättningar att möta framtidens krav på service och arbetsmiljö.

KORT KOLL I BACKSPEGELN FÖR 2025?

– Vi är stolta över genomförandet av årets tak- och fasadrenoveringar. Arbetet har slutförts med gott resultat och har mötts av positiv respons från våra hyresgäster.

Ett annat omfattande och viktigt arbete har varit avvecklingen av koloniområde Tomaten som låg på södra sidan mot Lockebo. Arbetet med koloniområdena var tidvis utmanande och krävde både tydlig kommunikation och hög närvaro, och det är skönt att arbetet nu är slutfört.

Arbetet med Sinnenas park har varit ett kul utvecklingsprojekt. På grönytan mellan Tornfalksgatan 4–12, Fiskjusegatan 2–8 och Råslätt affärscentrum bygger Vätterhem i samarbete med Jönköpings kommun som äger halva ytan, en ny park, Sinnenas park. Parken skapas som en plats för avkoppling, rörelse och umgänge. Projektet har tagits fram i nära dialog med seniorer i området, som har fått lämna synpunkter och önskemål. Arbetet med parken beräknas vara klart i april 2026.



Anette Fridsäll, berätta om framtidsplanerna för Öxnehaga:



Foto: Anna Hållama

– 2025 jobbade vi mycket med våra fastigheter, nu riktar vi fokus utåt. Nästa steg handlar om att utveckla våra utemiljöer och skapa ännu trivsammare gårdar. Detta vill vi göra i nära dialog med hyresgästerna, de som bor här vet bäst hur deras närmiljö kan bli ännu bättre. Genom att involvera dem stärker vi både engagemanget och delaktigheten.

Ett återkommande önskemål från hyresgästerna är minskad trafik på gårdarna. Vår plan är att kika på om det går att installera nedgrävda underjordsbehållare, så kallade moloker, vid parkeringarna. Genom att flytta avfallshandlingen kan vi stänga av infarten till gårdarna och skapa en tryggare och mer trivsam gårdsmiljö.

DET BÄSTA MED 2025?

– Det vi är mest nöjda med under året är hur Team Öxnehaga har utvecklats. Efter flera tuffa år har organisationen nu hittat en gemenskap och ett starkare medarbetarskap. Vi möts, pratar med varandra och planerar mer tillsammans. Parkvärdarna har höjt kvaliteten i den yttre skötseln, och fastighetsvärdarna gör ett bra arbete med sina ärenden.

Under året har vi även haft inflyttning i vår nyproduktion Slåttertiden, som omfattar totalt 108 lägenheter. Trots det attraktiva läget och en hög standard har uthyrningsprocessen varit utmanande, främst på grund av de höga hyror som ofta följer med nyproduktion. Förvaltningen tillsammans med uthyrningsteamet har arbetat målmedvetet och majoriteten av lägenheterna är nu uthyrda.



ANSÖK
SENAST
31 MARS!

Ansök nu: – Sommarjobba på Vätterhem!

Varje sommar anställer vi cirka 100 medarbetare. Hoppas att du vill vara en av dem.

Vi söker dig som är minst 18 år som vill ha ett varierande, socialt och fysiskt arbete. Service är viktigt för dig och du vill bidra till att hålla det fint och tryggt på våra förvaltningsområden. Hos oss blir du en del av en härlig gemenskap där alla bidrar genom att ta ansvar för sina arbetsuppgifter.

Vi söker dig som:

- Är minst 18 år (du ska ha fyllt 18 år senast det datum då anställningen startar).
- Är engagerad, ansvarsfull och kan arbeta självständigt.
- Har goda kunskaper i det svenska språket, både i tal och skrift.
- Har arbetslivserfarenhet och körkort (meriterande, inget krav).

Urval sker löpande så skicka in din ansökan så snart som möjligt, men senast den 31 mars 2026.

Mer info och ansökan hittar du på: vatterhem.seljobb

