Gårdstensbladet

Information från Gårdstensbostäder

Nr. 8 / Augusti 2019

Ett spadtag för framtiden

Spaden i marken – nu kan den spännande utvecklingen av nya Gårdstens Centrum starta. En markering för fortsatt expansion i hela området.

Det var den 13 juni som ceremonin med första spadtaget ägde rum. Företaget Serneke kommer att bygga cirka 300 bostadsrätter samt ett nytt torg med möjligheter för restauranger, caféer, apotek, butiker och kontorslokaler.

Ledamöter i Gårdstensbostäder styrelse, som också är boende i Gårdsten samt representanter från Serneke såg till att det togs ett första spadtag.

Höghuset Utsikten får 15 våningar och innehåller 74 bostadsrätter. Försäljningen av dessa pågår för fullt.
- Vi vill vara med och bidra till hela Göteborgs utveckling. Här i Gårdsten har vi verkligen möjligheter att bidra till en positiv utveckling genom att bygga både ett nytt centrum och bostäder, säger Patrik Lindström som är vd för Serneke Projektuveckling.

Gårdsten är inne i en mycket positiv och expansiv utveckling och i det sammanhanget har ett nytt torg stor betydelse.

- Det är jätteviktigt att detta bygge kommer igång. Nu är manegen krattad för hela centrumutvecklingen, säger Mohamed Hama Ali som är Gårdstensbostäders styrelseordförande.

- Här får vi ett riktigt centrum med rikligt utbud. Det bäddar för en livskraftig blandstad med utökad service till gårdstensborna och även till omkringboende. Det blir ett lyft för hela Gårdsten, förklarar han.

Om allt går som beräknat kommer de första inflyttningarna att äga rum under 2021.

Boutställningen är öppen onsdagar

Öppettider: 16.30-18.00. Var: Utställningslokalen i Gårdstens Centrum
Vi bjuder på kaffe, välkomna!

Information om samtliga nybyggnadsprojekt i Gårdsten hittar du på:
https://www.gardstensbostader.se/leva-i-gardsten/nya-bostader-pa-gang/

OBS! VIKTIG INFORMATION!

Din hyra ska du betala in på bankgiro 5430-2781.

Adnan gillar ordning och reda

Adnan Gradisic blev vald till Årets Gårdstensbo.

-Det är viktigt att det är rent och fint där man bor, tycker han.

Det är Adnan själv som bidrar till att det är så rent och snyggt på gården, ordning och reda i grovsoprummen samt kring molokerna.

Adnan bor på Salviagatan sedan fyra år tillbaka efter att tidigare haft lägenhet på Kanelgatan.

- Jag har bott i Gårdsten sedan januari 2009 och trivs mycket bra, säger han och delar ut beröm till huschefen Omar som i sin tur är tacksam för den hjälp han får.

För Adnan blir det minst ett par rundor varje dag för att se att det är ordning och snyggt på gården. Först en sväng på förmiddagen innan han åker till jobbet i Mölnlycke och sedan en koll på kvällen när han kommer hem.

- Nu är det rent och fint. Det gör mig jätteglad, förklarar Adnan.

En stor anledning till detta är att han fått många att tänka i samma banor som han själv. Framför allt har barnen på gården ändrat attityd. De slänger inte skräp omkring sig längre.

Det var på Gårdstensdagen som Adnan Gradisic fick ta emot utmärkelsen Årets Gårdstensbo av huschefen Omar Shawki och Gårdstensbostäders vd Michael Pirosanto.

Juryns motivering:

Adnan har hjälpt till med att hålla rent och snyggt på gården. Han håller koll på både grovsoprum och moloker och ser till att det är ordning och reda. Adnan har varit en stor hjälp till huschefen under året och han är en av anledningarna till varför det har blivit renare på gården.

Vi är stolta över att ha Adnan som hyresgäst hos oss.

Salviagruppen – Årets eldsjälar

På Gårdstensdagen utnämndes Salviagruppen till Årets eldsjälar för sina insatser på Salviagatan.

Juryns motivering:

Gruppens närvaro och engagemang har lyft Salviagatan. Det har blivit renare och tryggare på gatan. De inspirerar andra hyresgäster att vara mer delaktiga i sitt boende. Gruppen har varit ett stort stöd till huschefen och utan deras hjälp så hade det varit svårt att lyfta Salviagatan. Gruppen har tagit Gårdstensbostäder med storm och vi är stolta över att ha er som hyresgäster hos oss.

Årets eldsjälar tillsammans med Omar och Adnan, Årets Gårdstensbo.

Skolavslutning i Gårdstensskolan

Torsdagen den 13 juni delade Gårdstensbostäder ut de årliga stipendierna till duktiga elever på den kommunala Gårdstensskolan.

Bästa klasser – 5c och 6b. Bästa prestation delades ut till en elev från 4:an, 5:an och 6:an.

Bästa prestation 7:an Kacper Dawid Wilczynski 7B, bästa betyg 9:an Aja Khairy (stipendiet togs emot av Aja's lärare Sevdije Kastrati) samt bästa betyg 8:an Yasmin Sinan Sami. Jehan Mansour och Salma Nazzal Gårdstensbostäder, delade ut stipendierna.

Öppet Hus om bostadsrätter på Saffransgatan

Tisdag den 10 september håller Egnahemsbolaget Öppet Hus i Utställningsloken om kommande bostadsrätter på Saffransgatan. De kommer bygga både radhus och lägenheter, och allt blir bostadsrätter. Du kommer få se skisser, tidplan och ungefärliga priser. Du kan ställa frågor om hur köpet går till, hur en bostadsrättsförening fungerar och annat du undrar över.

Varmt välkommen att titta på ditt kommande drömboende! Vi bjuder på fika till stora och små.

Gå in på **www.egnahemsbolaet.se** och anmäl ditt intresse för bostadsrätt hos Egnahemsbolaget.

När:

Tisdag 10 september, kl 16.00 – 18.30

Var:

Boutställningslokalen, Gårdstens Centrum

Köp bostadsrätt i Utsikten vid Gårdstens centrum

Se lediga lägenheter för bokning på www.sernekebostad.se eller Fastighetsbyrån www.fastighetsbyran.se.

Marken är nu förberedd för byggandet av det nya torget. Preliminär byggstart hösten 2019.

Besök på Återvinnings-centralen

För att komma in på återvinningscentralen - ÅVC:n - behöver du ett ÅVC-kort. Med ÅVC-kortet får du som är vuxen och folkbokförd i Göteborg sex fria besök per år på återvinningscentralerna.

Gör så här:

Ta dig till någon av återvinningscentralerna. Du måste ha med dig giltigt körkort eller annan fotolegitimation när du ska hämta ditt ÅVC-kort.

Närmaste återvinningscentral är Kretsloppsparken Alelyckan och Tagene Återvinningscentral. Mer information om öppettider mm finns på www.goteborg.se under rubriken Avfall och Återvinning.

Subventionerad TV-tjänst

Den 31 juli upphörde den tidigare subventionerade tv-tjänsten från ComHem och IP Sweden. Om du inte redan gjort ditt val av tv-tjänst kan du beställa subventionerad tv på följande sätt:

Beställ det nya kostnadsfria Bas-tv-paketet från iTux, vilket du kunde göra från och med den 3 juli 2019. Beställer gör du på **www.framtidensbredband.se** eller på **bastv@itux.se** eller på tel: 0751-79 20 05.

Följande kanaler ingår i iTux BAS-TV tjänst:

SVT1
SVT2
SVT Kunskapskanalen
SVT Barnkanalen
SVT24
TV4
TV6
TV8
Kanal 11
TV12

Har du frågor?

• All information du behöver finns på **www.framtidensbredband.se** och även på www.gardstensbostader.se.

• Har du frågor kring uppgraderingen kan du kontakta iTUX direkt på mejl: info@itux.se eller på telefon: 0771-40 70 77.

• Har du frågor kring bas-tv-tjänsten eller vill beställa iTux BAS-TV tjänst kan du kontakta iTUX kundservice på mejl: **bastv@itux.se** eller på tel: 0751-79 20 05.

• Har du problem med din bredbands- eller tv-tjänst, kontakta din tjänsteleverantör.

iTUX BAS-TV
FÖR FRAMTIDENS BREDBAND

Välkommen till din vårdcentral för hela familjen!

Lista dig!
Välkommen att lista dig och din familj på Gårdsten vårdcentral. Det gör du lättast genom att besöka oss på vårdcentralen eller gå in på nätet via 1177 Vårdguidens e-tjänster. Personalen pratar förutom svenska även kurdiska, somaliska, arabiska, persiska, spanska och engelska.

Distriktsläkare & BVC
Muskotgatan 10
Öppet måndag-fredag 8.00-17.00
Drop-in eller bokning
www.gardstenvardcentral.se
info@gardstenvardcentral.se

Vi svarar alltid på ditt samtal!
Telefon: 031-396 00 60

Vårdcentral Gårdsten

Hyr lokal för fester och andra arrangemang

Är du hyresgäst hos Gårdstensbostäder kan du hyra två olika lokaler i området. Lokalerna är för max 50 personer. I hyran ingår bord och stolar, ett enklare kök för varmhållning, diskmaskin, kyl och frys, micro och kaffebryggare. Lokalerna kan till exempel användas till barnkalas, fester och informationsträffar.

Timjansgården, norra Gårdsten
Adress: Mellan Saffransgatan och Timjansgatan

Salviagården, östra Gårdsten
Adress: Salviagatan 33

Lokalhyra: 1.500 kr samt en deposition på 1.000 kr. För barnkalas gäller: hyra 500 kr och deposition 500 kr.
För bokning och ytterligare information om Timjansgården och Salviagården kontakta Karin Burö:

Gårdstensbostäder, Kastanjgården 3, telefon 031-332 60 00 på vardagar.

Gårdstens öppna mötesplats, Muskotgatan 5

Öppna förskolan, Muskotgatan 47

Program för hösten presenteras i septemberbladet!

Kontaktuppgifter:

Gårdstens öppna mötesplats,
Muskotgatan 5, Telefon; 070-281 07 66
Öppna förskolan,
Muskotgatan 47, Telefon; 070-612 32 68
helena.nilsson@forskola.goteborg.se
Facebook: Gårdstens öppna mötesplats

Pianokurs i Musikstudion

Pianokurs med ABF startar igen på lördagar den 7 sep. kl. 14.00. Kursen är för barn och ungdomar som är hyresgäster hos Gårdstensbostäder.

Avgift: 150 kr/termin. Kontakta Salma om du har några frågor och vill anmäla ditt barn.
Tel. 031-332 60 07, växel 031-332 60 00.

Plats: Musikstudion, Gårdstens Centrum.

Ta hand om din katt

Gå med i facebook-gruppen **Gårdstenskatterna**. Så kanske du både hittar din katt och kan anmäla en som du hittar.

Ska hålla gitarrkurs för unga

En gitarrist som upptäckte att det finns en musikstudio i Gårdstens Centrum - vad blir det då? Gitarrkurs så klart.

- Jag har sett skylten Gårdstens Musikstudio och blev intresserad, säger Wilhard Lang som bor på Muskotgatan 10 och har sysslat med musik sedan barnsben.

Wilhard började spela i band redan när han var tolv år, har jobbat inom kommunala musikskolan och bland annat drivit egen studio. Han är numera pensionär men spelar fortfarande.

Han tog kontakt med Salma Nazzal på Gårdstensbostäder som visade studion som ligger i Gårdstens Centrum. Där finns ett par elgitarrer och lite annan utrustning. Salma frågade Wilhard om han kunde tänka sig att vara ledare för en gitarrkurs som riktar sig i första hand till unga nybörjare.

Wilhard är egentligen basist, men visst kan han tänka sig att hålla i en sådan kurs.

I lokalerna anordnas det sedan många år tillbaka pianokurser för barn och ungdomar och de kommer att rulla vidare i höst.

- Det är jättebra om musikstudion används på fler sätt, förklarar Salma.

Intresserade som vill veta mer om gitarrkursen kan kontakta Salma Nazzal på telefon 031-332 60 07 eller ringa till Gårdstensbostäders växel 031-332 60 00. Starten sker under hösten.

Musikern Wilhard Lang är beredd att vara ledare för en gitarrkurs som riktar sig till unga nybörjare.

HÄLSOSTUGAN GÅRDSTEN

Träning och aktiviteter varje vecka!

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN
ANGERED NÄRSJUKHUS

Höstens schema

MÅNDAG:
Yoga kl. 15–16

TISDAG:
Förälder – barn träning kl. 10:30 – 11:30

Gymmet öppet kl. 15-17:30

Zumba i Idéum. Datum: 17/9, 15/10, 12/11, 10/12 kl. 17:00

ONSDAG:
Gruppträning kl.17-18:30

TORSDAG:
Balans & styrka för seniorer (Muskotgatan 10) kl. 11- 12
Gymmet öppet kl. 16-19:30

Alla aktiviteter är kostnadsfria. Anmälningar lämnas på plats.

Hälsostugan drivs i samarbete mellan Angereds Närsjukhus och Gårdstensbostäder i på Kaneltorget.

Kontaktinformation:
Johanna Froode
0707-49 64 62
Gårdstensbostäders växel
031- 332 60 00.

Vill du lära dig cykla?

Anmäl ditt intresse till höstens cykelkurser

Kontakta: Fabienne Roux på 0761–420015

Kursstart: 19 augusti
Måndagar, tisdagar & torsdagar, 10 tillfällen
Kurs 1: 16:00 – 17:45
Kurs 2: kl. 18:00 – 19:45

Vill du lära dig simma?

Anmäl dig till höstens simkurser för vuxna i Angered Arena. Undervisningen genomförs av Svenska livräddningssällskapet.

Var: Angered Arena
Start: 2 september, vecka 36
Totalt 15 tillfällen.

Grupper att välja på:
- Måndagar kl. 8:40 - 9:20
- Måndagar kl. 12:00 - 12:40

Kontakt för anmälan och information:
Johanna Froode,
Gårdstensbostäder
0707-49 64 62

Hälsostugan tipsar!

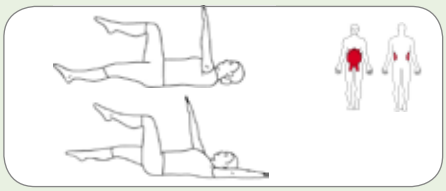
Att träna behöver varken ta tid eller vara svårt. All form av rörelse är bra för din hälsa. Nedan får du tips på ett kortare träningspass som du kan göra hemma. Värm upp minst 5 minuter så att du blir varm och mjukt i kroppen. Gör varje övning i 30 sekunder och vila 15 i mellan. Upprepa 3 – 5 varv.

1. Knäböj 1
Stå med fötterna i höftbredd. Håll ryggen rak med blicken framåt. Böj i knäna tills låren är parallella med golvet. Pressa upp och återgå till utgångspositionen.

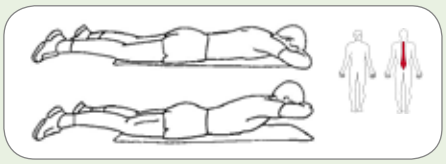
2. Jumping jacks 2
Stå med samlade ben och armarna längs sidan. Hoppa ut till bred benställning samtidigt som du flyttar ut armarna upp över huvudet. Hoppa tillbaka till utgångsställningen samtidigt som du sänker armarna. Repetera övningen.

3. Armhävning på knä 2
Ställ dig i armhävningsposition med knäna i golvet. Håll armarna brett isär. Spänn mage och rygg, samtidigt som du sänker kroppen mot golvet. Pressa tillbaka till startläget.

4. Dead bug
Ligg på rygg, tryck ner svanken mot golvet. Lyft upp benen till 90 graders vinkel i både höft och knä, samtidigt som du lyfter armarna rakt upp mot taket. Detta är utgångspositionen. Sänk ned motsatt arm och ben växelvis, upprepa på andra sidan.



5. Magliggande ryggresning
Ligg på mage. Spänn rumpan och lyft överkroppen från golvet. Håll i 3-5 sek. Sänk långsamt tillbaka och upprepa. Se till att hålla nacken rak och blicken riktad ned mot golvet under hela övningen.



På Hälsostugans gruppträningspass på onsdagar kl. 17 får du tips på flera bra övningar du kan göra hemma utan redskap.

Fotbollsträning med GAIS i Gårdsten

Fotbollsträningen startar tisdagen den 27 augusti kl. 17.00 i Dalen.

Ålder: Flickor och pojkar 6-12 år
Tider: Tisdagar kl. 17.00-18.30
Torsdagar kl. 17.00-18.30
Plats: Gårdstensdalen

OBS! Tag med kläder och skor för utomhusbruk. Glöm ej benskydd.

Medlemsavgift: 100 kr 2019. Anmälan och avgift lämnas på plats för nya medlemmar.

Kontakt: Mikael Lindström, tränare GAIS 070-21 39 35 eller Salma Nazzal på Gårdstensbostäder 031-332 60 07, växel 031-332 60 00

Partners GAIS i Gårdsten 2019

1. H Fönstret i Lysekil AB
2. Marieholms Glas AB
3. W Konsult
4. Front Advokater
5. Landskap & Management i Sverige
6. Peab Byggservice AB
7. Låssmeden Sven Alexandersson AB
8. Energi & Miljöteknik i Göteborg AB
9. Babak kött & chark
10. Robert Dicksons stiftelse
11. Serneke
12. Assmundsons Golv
13. Mårtensson o Håkansson AB
14. HGF Norra
15. MAVAB

Filmvisning

Filmvisning på Fritidsklubben Diamanten har sommaruppehåll. Återkommer fredagar kl. 14.30 från den 6 september. Kommande filmer:

6/9 Draktränären 3
13/9 Kapten Marvel
20/9 Rutiga Ninjan
27/9 Shazam

Lindra Second Hand

Butik på Salviagatan 1.

Öppettider:
Tisdag-fredag kl. 11-18,
lördag kl. 11-15,
söndag-måndag, stängt.

Mamas Retro Gårdsten

Butik i Gårdstens Centrum.
Skänk barnkläder, mammakläder eller barnartiklar till Mamas Retro.

Kontakta:
Butik 0720-49 86 38 eller
kontor 073-983 48 30

Missa inte Bokbussen!

Onsdagar:
Gårdstens Centrum kl. 17.30-18.25

Mer information hittar ni på:
www.goteborg.se

"Lilla snickeriet"

Lindgården 37.
Kontaktperson George 0704-57 89 24

Gårdsten.se

Välkomna alla 55+

Program och öppettider, Seniorlokalen, Muskotgatan 10, Gårdsten Centrum

Måndagar: Öppet kl. 10-21

- Iranska Seniorföreningen håller öppet kl. 10-12

- Lär dig Spanska kl. 12-14

- Spel- och trivselkväll kl. 14.30-17.30

- House of Gospel kl. 18-21

Tisdagar: Öppet kl. 16-18.45

- Spela biljard & pingis kl. 16-18.45

Onsdagar: Öppet 10-12, 14-16

- Iranska Seniorföreningen håller öppet kl. 10-12

- Spela boule kl. 14-16

Torsdagar: Öppet kl. 13-18.45

- Lätt styrka och balansträning med Hälsostugan kl. 11-12

- Musikcafé med Gunnareds Församling Svenska Kyrkan, udda veckor kl. 14-16

- Spela biljard & pingis kl. 16-18.45

Fredagar: Öppet 10-14, 16-18.45

- Matlagning & Lunchservering 40:- med musik och kultur med Iranska Seniorföreningen. Udda veckor kl. 10-14 Ej lunch jämna veckor, kl. 10-12

- Spela biljard och pingis kl. 16-18.45

Söndagar: Öppet kl. 15-17

Öppert hus: Kafé med Anita för alla 55+ i Gårdsten. 20:-/person kl. 15-17.

Välkomna!
Önskar Aktivitetsguppen

Ring dygnet runt, besök eller e-posta

Har du frågor eller behöver anmäla eventuella fel som rör ditt boende, kontakta huscheferna via telefon, besök eller via hemsidan och Mina sidor.

Telefontid mån-fre kl. 10-11

Västra:

Adem 031-332 60 45, Alm-, Poppel-, Ask-, Lönn-, Oxel- och Kastanjgården

Zarif 031-332 60 52, Akacia-, Bok-, Lind-, Ek-, Syrén- och Aspgården

Östra:

Daliborka 031-332 60 71, Muskotgatan

Gabor 031-332 60 70, Muskotgatan

Omar 031-332 60 73, Salviagatan

Bashkim 031-332 60 10, Muskotgatan 10

Norra:

Berndt 031-332 60 67, Timjansgatan

Christer 031-332 60 68, Saffransgatan

Dygnet runt kan du tala in ett meddelande på telefonsvararen. Även för bokning av grovsoprum.

Besökstid måndag, tisdag, torsdag kl. 11-12, onsdag kl. 11-12 samt kl. 16-18.30, fredag kl. 11-12.30.

Områdeskontor:
Kastanjgården 3 – För boende i västra Gårdsten (Peppar- och Kanelgatan)
Muskotgatan 16 – För boende i östra (Muskot- och Salviagatan) och norra Gårdsten (Timjans- och Saffransgatan).

Skicka e-post till huschefen (adress finns i ditt trapphus) eller skicka en felanmälan via hemsidan
www.gardstensbostader.se/Mina-sidor

Ring kvällstid
Efter öppettider kontakta först och främst:
Gårdstensbostäders Trygghetsgrupp
031-330 33 12
Söndag-torsdag 15.30-23.00, fredag 12.30-00.30 samt lördag 15.30-00.30.

I andra hand kontaktar du Jouren
031-331 07 39

Andra frågor dagtid
om din bostad, välkommen till Kastanjgården 3.
031-332 60 00

Öppettider: måndag, tisdag och torsdag 8.00-16.30.
Lunchstängt kl. 12-13.
Onsdag 8.00-15.30 samt 16.00-18.30.
Lunchstängt kl. 12-14.
Fredag kl. 8.00-12.30.

www.gardstensbostader.se

Gårdstensbostäder AB
Box 4, 424 21 Angered
Tel: 031-332 60 00
Besöksadress: Kastanjgården 3

GÅRDSTENS BOSTÄDER

Nyttiga kontakter

Tipstelefon till Polisen
Telefon: 114 14
Polisanmälan www.polisen.se

Servicetelefon Utemiljöer
Ring 031-368 00 00 eller
goteborg@goteborg.se

Flexlinjens beställningscentral
031-41 96 90. Trafikeras dagligen kl. 8.00-16.00, 1 gång per timma.

PRO-Vättle - Selvy Lyrberg telefon 0705-39 60 65. Muskotgatan 8, säkrast torsdagar kl. 11.00-13.30.

För tömning på Återvinningsplatser
0200-88 03 11 eller info@ftiab.se
Uppge följande nummer på återvinningsplatsen när du kontaktar för tömning:

- Kanelgatan 14 (utanför Akaciagården): 99024
- Kanelgatan 52 (utanför Aspgården): 99015
- Timjansgatan 27: 14674
- Saffransgatan 13: 14673
- Muskotgatan 21-23: 15494

Angered Arena
Öppettider, bokningslänkar och priser finns på www.goteborg.se/angeredarena

Fixarservice Angered
För dig över 67 år 031-365 22 00
epost: fixare@angered.goteborg.se

Problem med skadedjur? kontakta ANTICIMEX
075-245 10 00

Kläd- och textilinsamling

- Akaciagården 12-14, vid miljöstationen
- Lönngården 25, vid molokstationen
- Aspgården 57, vid miljöstationen
- Muskotgatan 23, vid miljöstation
- Salviagatan 47-51, vid taxifickan
- Salviagatan 31-35, vid taxifickan

www.humanbridge.se

Tv, bredband, telefoni
Beställ på
www.framtidensbredband.se
Frågor om specifika tjänster och felanmälan: Kontakta din leverantör

SDF Angered
Medborgarkontoren
Angered centrum, tfn 031-365 17 20
Hammarkullen, tfn 031- 365 29 00
www.goteborg.se/angeredsmedborgarkontor

Kulturhuset Blå Stället
Tel: 031-365 17 00
www.blastallet.goteborg.se

Grannsamverkans kontaktombud Gårdsten
Jan Karlsson 0705-73 41 02
Per-Arne Samuelsson 0703-43 49 50
Laila Karhu 0762-35 65 50
Göran Hellström 0733-21 29 41
Richard 0728-36 97 43
Ida Månqvist 0739-46 16 59 från Kryddhyllan
Vill du bli kontaktombud, kontakta Jan Karlsson eller trygghetsgruppen.

Hyresgästföreningen

Västra Gårdsten
Telefon: 0765-66 91 70
Öppet hus första torsdagen i månaden kl. 18-19.30.
Snickeriet, Bokgården 19, öppet för alla boende hos Gårdstensbostäder söndagar kl. 16-18.

Norra Gårdsten
Information om aktiviteter sätts upp på anslagstavlorna.