

VILLA NYTT

BYGGNATION
INREDNING
LIVSSTIL

NR 8 AUGUSTI 2026
PRIS 79 KR

GOLF
RESOR
ut i världen

PLANTERA
träd för allas
FRAMTID

VÄLJA
RÄTT
VÄRMEPUMP

SEPARERA?
Så enas ni
om huset

160 sidor
villaglädje

Hitta din drömvilla på
SOLIGA MARBELLA

SÅ FÅR DU MYCKET MER NJUTNING OCH MINDRE SKÖTSEL

TERRÄNGGÅENDE ELRULLSTOL VARFÖR INSPEKTERA HUSETS RÖR? LEVA I MODERNT TIMMERHUS

TÄNK PÅ GAMLA PROBLEM OCH GLÄDS

tidningsvärlden säger man ofta att glada nyheter inte säljer. Rubriker som rapporterar om faror och många dödsfall skakar om oss. Men löpsedlar som säger ”allt är tryggt och ingen dog” fångar knappt våra blickar och medvetanden. Och vi husägare är lika blinda för positiva förändringar. Vi förväntar oss att problemfrihet är normalstillståndet, och märker knappt när tidigare irritationsmoment minskar. Ett kliande myggbett gör oss frustrerade - men när kliandet avtar två dagar senare noterar vi inte förändringen. Personligen så skäms jag över att det dröjde långt in på sommaren innan jag insåg att mördarsniglarna var borta. Plötsligt blev jag medveten om att de knappt syntes alls i år, i vår trädgård. Tidigare vårar och somrar har varit en ständig strid mot sniglarna som förstört allt vi planterat. De har varit så många att det kändes som att gå barfota i köttfärs när man klev ut på gräsmattan. Alla i grannskapet har kämpat med fällor, vapen och medel mot snigelinvasionen som varit det hetaste diskussionsämnet över staket och häckar. Men när den här våren kom så var de betydligt färre i vårt och många andras områden. Men det omnämndes knappt, och ingen firade fiendens reträtt med fest, konfettiregn, dans eller skumpa.

En annan fiende som drivit oss till vansinne alla tidigare somrar har varit blom- och fruktflugor. Kring fruktskålen i köket har moln av småflugor svärmat och gett sig på frukten så att den blivit oätlig. Stora mängder av läcker frukt har snabbt förvandlats till geggig kompost. Och våra ömt omhuldade basilikaplantor i köksfönstret har varje sommar invaderats av miljoner blomflugor. Alla tips, sprayblandningar, flugfällor och påstådda lösningar har provats - men slutligen har allt fått kastats. Men inte i år, insåg jag märkligt sent! Nu är basilikan lika obebodd som sydpolen, och våra nyplockade plommon, körsbär och björnbär blänker i skålarna likt stilleben av Rembrandt. Lycka! Vägen till glädje är nog att oftare tänka på gamla problem och inse att de är borta.

TOM SWALES, REDAKTÖR

VILLA
NYTT



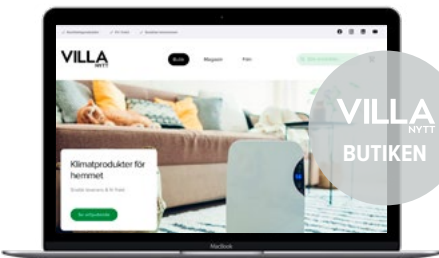
OMSLAGSBILD
3SA ESTATE

REDAKTION & KONTAKT

ADRESS Skårs led 3, Göteborg
TELEFON 031-382 32 01
E-POST hej@villanytt.se
HEMSIDA www.villanytt.se
NÄSTA NUMMER 27 september 2026

VILLANYTT

VD & ANSVARIG UTGIVARE Joachim Blomdahl
GRAFISK FORM Quality Media i Sverige AB
REDAKTÖR Tom Swales
SKRIBENTER Tom Swales, Eva Rydinger,
Tobias Christoffersson, Carola Linde
DISTRIBUTION Tidsam AB Produktion



Upptäck Butiken på villanytt.se

Under år av reportage och intervjuer med tillverkare, experter och leverantörer så har vi byggt upp kunskaper som kunderna tryggt ska kunna lita på. I vår butik hittar du massor av produkter inom hem och trädgård.

Välkommen in!



ALLT LJUS PÅ DITT PROJEKT

Låt ditt projekt börja i rätt ljus. Våra erfarna ljusdesigners hjälper dig hela vägen – från idé och produktval till ljusberäkningar och genomtänkt ljusdesign.

Skicka in ditt projekt till oss helt kostnadsfritt och upptäck hur rätt ljus kan göra skillnad.



20
*Se över värmepumpen
innan vintern kommer*



20 SE ÖVER VÄRMEPUMPEN INNAN KYLAN KOMMER
Att en värmepump fungerar betyder inte alltid att den arbetar effektivt. Inför vintern är det därför klokt att se över anläggningen och planera ett eventuellt byte i tid. Martin Lugnberg på Comfortzone berättar vad villaägare bör tänka på och hur den nya tekniken kan påverka både energiförbrukning och kostnader.

24 DET MÄNSKLIGA MÖTET ÄR DEN NYA LYXEN
Vi lever i en tid när utbudet av digital kommunikation och AI-genererat innehåll är ändlöst. Människans egen tid, närvaro och uppmärksamhet är däremot fortfarande begränsade. Marie Lasota på eventbyrån Liwlig berättar om varför det mänskliga mötet är den nya lyxen och om det spännande fältet Experience Economy.

26 KONSTEN ATT GÅ SKILDA VÄGAR MED VÄRDIGHET
För många är den gemensamma villan en av livets största investering, både ekonomiskt och känslomässigt. Men vad händer med drömhuset om livet förändras? För Villanytt berättar Helena Kumblad och Therese Gerdin på juristbyrån Verahill hur du säkrar både fastigheten och relationen – och om fördelarna med medling om ni går skilda vägar.

36 SYSTRAR GÖR SKILLNAD MED NÄRINGSRIK MAT
Tvillingsystrarna Emma och Evelina Sköld har alltid haft ett stort intresse för att bygga välmående och hälsa i livet. De är utbildade kostrådgivare och driver Roots of Happiness, salladsbarer som serverar lika mycket matfilosofi som matiga sallader. Motivationen hittar de i passionen för att människor ska må bra och bli medvetna om sin hälsa.

8
*Så hittar du hem
till soliga Marbella*



40 TA KONTROLL ÖVER DET DIGITALA ARVET
Det digitala arvet är inget vi går och tänker på. Inte förrän något händer i vår närhet blir vi påmind om vad vi lämnar efter oss, detta trots att vi ständigt lever sida vid sida med sociala medier. På Sveriges Begravningsbyråers Förbund är man van vid att hantera dessa frågor och följer utvecklingen nära.

76 PIANON ÅTER HETA I HEMMET
På sjuttiotalet stod ett akustiskt piano i varannat hem, följt av en epok då de stora instrumenten avvisades, men nu trendar de i ny tappning. Smäcka digitalpianon i modern design och läckra färger välkomnas både som instrument och smycke i hemmet.

97 VILLANYTTS "BYGG & FIXA"-DEL
Värdefull kunskap och kloka råd för ett smartare villaliv.

98 SÅ BYGGS FRAMTIDENS ENERGIEFFEKTIVA VILLOR
När allt fler villaägare vill minska sin energiförbrukning har intresset för energieffektiva hus ökat. Men ett hus som håller energikostnaderna nere handlar om betydligt mer än tjock isolering. Val av byggmetod, material och konstruktion spelar en avgörande roll för både komfort och långsiktig hållbarhet.

102 ODLARENS ROLL FÖR VÄXTENS HÅLLBARHET
Att få en växt att hålla sig fin länge är en kedja där både odlaren, transporten och skötseln hemma spelar roll. Josefine Wallin på Solgården berättar vad som påverkar växtens hållbarhet och varför det kan vara klokt att tänka på vem som har odlat den.

52
*Njut ännu mer
av din spahelg*



¡Hola! Så hittar du hem till soliga Marbella

Allt fler familjer packar sitt bohag, lämnar Sverige och flyttar till Marbella. Och det är inte svårt att förstå. Vardagen är helt enkelt enklare när solen lyser 320 dagar om året. Villanytt kontaktade Jimmy Widén, vd på mäklarbyrå 3SA Estate i Marbella och bad honom att berätta om hur det går till att köpa bostad i Spanien.

Text: Eva Rydinger





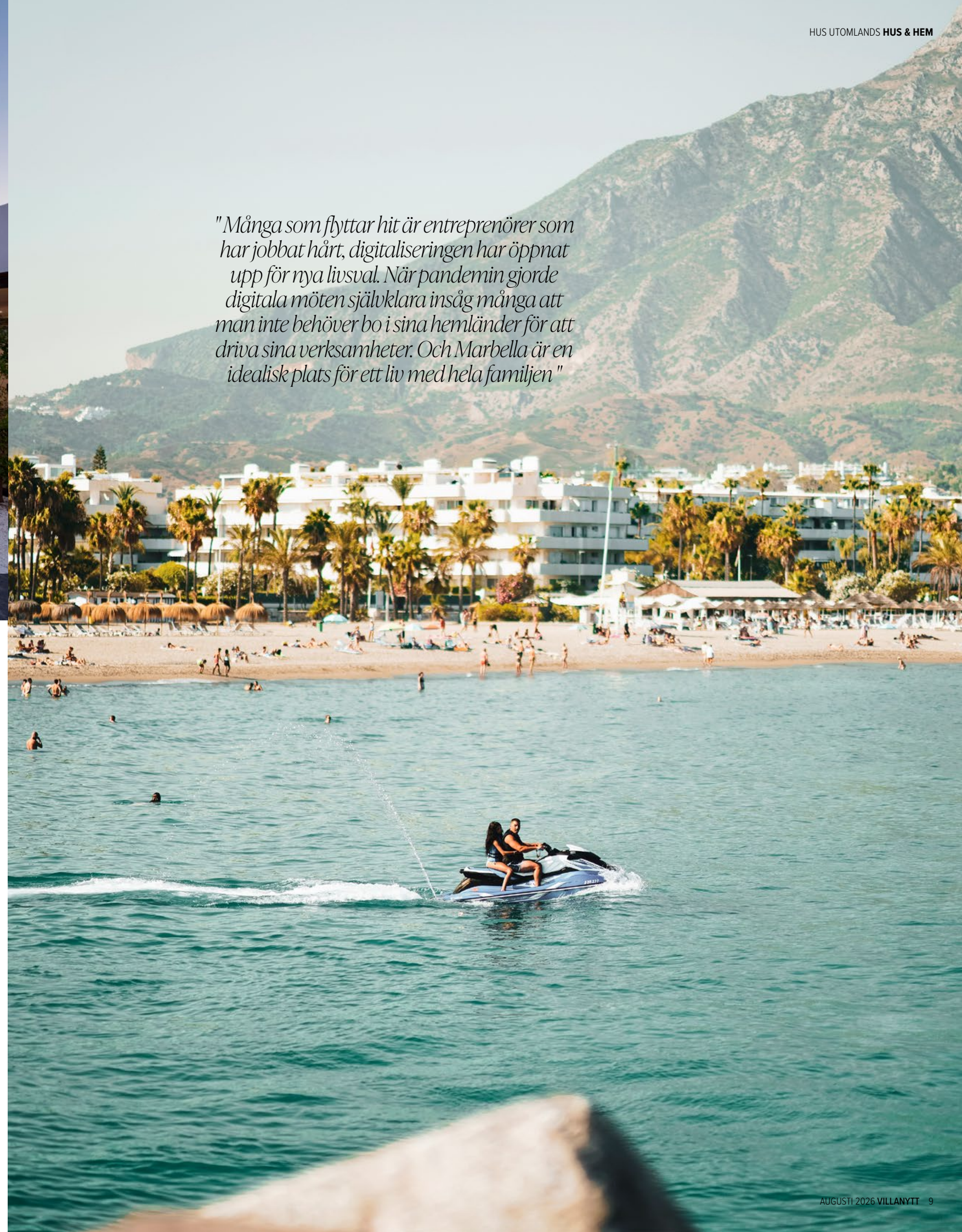
Jimmy Widén, vd på mäklarbyrån 3SA Estate

Marbellas historia som lyxdestination har lockat eliten och kändisar i årtionden. Men Marbella är inte bara glitter och glamour. Hit söker sig också familjer av mindre glamorösa skäl som bra skolor, rikt kulturliv och lägre boendekostnader. Jimmy Widén är vd på mäklarbyrån 3SA Estate och har allt sedan tio år tillbaka hjälpt svenskar och nordeuropéer att hitta sin nya vardag på Spaniens solkust. Och han vet vad som krävs för att våga göra den stora flytten och vilka fallgropar som man ska undvika.

"Marbella är inte bara glitter och glamour. Hit söker sig också familjer av mindre glamorösa skäl som bra skolor, rikt kulturliv och lägre boendekostnader"

– Många som flyttar hit är entreprenörer som har jobbat hårt, digitaliseringen har öppnat upp för nya livsval. När pandemin gjorde digitala möten självklara insåg många att man inte behöver bo i sina hemländer för att driva sina verksamheter. Och Marbella är en idealisk plats för ett liv med hela familjen.

"Många som flyttar hit är entreprenörer som har jobbat hårt, digitaliseringen har öppnat upp för nya livsval. När pandemin gjorde digitala möten självklara insåg många att man inte behöver bo i sina hemländer för att driva sina verksamheter. Och Marbella är en idealisk plats för ett liv med hela familjen"





Varför är Marbella en optimal plats att bo på?

– Det finns ett fantastiskt bra utbud och valmöjligheter att leva såväl ett kostnadseffektivt som ett lyxigare liv. Jag menar att en familj kan sänka sina kostnader med 40 procent och samtidigt höja livskvaliteten. Se bara på skillnaden mellan att stå i en busskur när regnet piskar eller att ta samtalet i en soluppgång i stället. Och i Sverige kan du inte kaka pizza på stranden den sjunde januari! När man upplevt det är det få som flyttar tillbaka.

Hur är skolorna i Marbella

– Många undrar över hur skolorna är och om det är viktigt att kunna spanska. Vad jag upplever är att vissa skolor visserligen kostar mycket pengar, men att den ”kommunala” spanska skolan också är väldigt bra. Jag brukar tipsa om att barnen ska lära sig spanska när de bor här.

Krävs det en mäklare för att köpa bostad i Spanien?

– Ja, det krävs både mäklare och advokat. Men det som är viktigt att tänka på är att du vänder dig till en initierad mäklare för att få en genomgående analys på din situation och dina förutsättningar. Vi är inte en traditionell mäklare som visar bostäder utan vi utvärderar kundens brief och hela familjens drömmar och utifrån detta letar vi efter en bostad som passar önskemålen och budgeten. Bostaden är snarare en konsekvens av att familjen ska kunna göra en livsförändring.

"Tänk på mäklaren som en rådgivare snarare än bostadsförmedlare. Mäklaren blir en förlängd arm som kan hitta de bästa hantverkarna och har kontakt med rektorerna på alla skolor"

Finns det några fallgropar att undvika om du ska köpa bostad i Spanien?

– Undvik att tro att du kan allt bäst själv. Hitta en bra mäklare som lyssnar från början. Gör man det, är det lite som kan gå fel. I genomsnitt tar hela processen ca 2–9 månader och jag rekommenderar att prata med mäklaren tidigt i processen. Det är vårt jobb att i ett tidigt stadium reda ut frågetecken om det är rätt beslut.

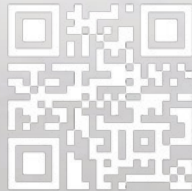
Till sist, hur väljer man rätt mäklare?

– Kolla runt och få referenser innan du väljer du väljer mäklaren du vill anlita, och välj någon som har bott här i minst fem år och som kan frågorna. Tänk på mäklaren som en rådgivare snarare än bostadsförmedlare. Mäklaren blir en förlängd arm som kan hitta de bästa hantverkarna och har kontakt med rektorerna på alla skolor. En partner som vet allt från vilka grannar man får till skolor i området, kvaliteten på arkitektens och byggherrens arbete och vad som är en bra investering. Kanske är vi en integrationsbyrå, snarare än en mäklare, skrattar Jimmy Widén avslutningsvis.

3SA
ESTATE

“Slow mornings,
sea views, and
a life well placed.”

— THE MARBELLA LIFESTYLE, BY 3SA ESTATE



AVAILABLE PROPERTIES

SE ÖVER VÄRME- PUMPEN INNAN KYLAN KOMMER

Att en värmepump fungerar betyder inte alltid att den arbetar effektivt. Inför vintern är det därför klokt att se över anläggningen och planera ett eventuellt byte i tid. Martin Lugnberg på Comfortzone berättar vad villaägare bör tänka på och hur den nya tekniken kan påverka både energiförbrukning och kostnader.

Text: Carola Linde



En frånluftsvärmepump tar tillvara värmen i den luft som ventileras ut ur huset och återanvänder energin till uppvärmning och varmvatten. Men precis som annan teknik kan värmepumpen tappa i prestanda med tiden.

– En värmepump som har några år på nacken behöver inte automatiskt bytas ut. Men det är klokt att fundera över hur gammal den är, när den senast fick service och hur den fungerade under förra vintern, säger Martin Lugnberg på Comfortzone.

EN SERVICE KAN MÅNGA GÅNGER VARA TILLRÄCKLIG

– Börja med att ta dit någon som ser över pumpen. Det kan vara en mjukvara som behöver uppdateras, en inställning som behöver justeras, ett filter som behöver rengöras eller en komponent som behöver bytas för att värmepumpen ska fungera så effektivt som möjligt.

NY TEKNIK KAN SÄNKA FÖRBRUKNING OCH KOSTNAD

Samtidigt har tekniken utvecklats snabbt, moderna värmepumpar kan vara betydligt mer energieffektiva än äldre modeller. Ett byte kan därför vara väl motiverat.

– Många äldre värmepumpar arbetar enligt on/off-principen: kompressorn går antingen på full effekt eller inte alls. Moderna varvtalsstyrda pumpar anpassar i stället effekten efter husets aktuella behov, vilket kan minska elförbrukningen, säger Martin.

Han berättar att branschen står inför ett teknikskifte. Nya lösningar med naturliga köldmedier, intelligent styrning och ännu mer effektiv energiåtervinning är på väg in. Värmepumpen blir också alltmer integrerad i det smarta hemmet. Nästa steg är system

som inte bara minskar mängden el huset använder, utan även anpassar förbrukningen efter belastningen på elnätet.

– Värmepumpen kan fungera lite som ett termiskt batteri.

I framtiden blir det möjligt att hjälpa till att balansera elnätet och därmed påverka inte bara energiförbrukningen utan även elkostnaden. Det är en väldigt spännande utveckling.

"En värmepump ska hålla länge, så skillnaden i inköpspris kan bli ganska liten utslagen över hela livslängden. Lägre elförbrukning är dessutom bra för både plånboken och miljön"

TITTA PÅ HELHETEN

Vid ett byte är det viktigt att inte enbart jämföra prislappar. Husets storlek, värmebehov och befintliga system avgör vilken lösning som passar bäst. En dyrare men effektivare pump kan enligt Martin vara en bättre investering över tid, särskilt med dagens elpriser.

– Ta hjälp, ställ frågor och räkna på olika alternativ. En värmepump ska hålla länge, så skillnaden i inköpspris kan bli ganska liten utslagen över hela livslängden. Lägre elförbrukning är dessutom bra för både plånboken och miljön.

Han tipsar om att planera ett värmepumpsbyte i god tid.

– När högsäsongen kommer kan både installatörer och leverantörer ha fullt upp. Nu är det fortfarande varmt ute och huset klarar sig utan värme under tiden bytet görs.



"Värmepumpen kan fungera lite som ett termiskt batteri. I framtiden blir det möjligt att hjälpa till att balansera elnätet och därmed påverka inte bara energiförbrukningen utan även elkostnaden. Det är en väldigt spännande utveckling"

DET MÄNSKLIGA MÖTET ÄR DEN NYA LYXEN

Vi lever i en tid när utbudet av digital kommunikation och AI-genererat innehåll är ändlöst. Människans egen tid, närvaro och uppmärksamhet är däremot fortfarande begränsade. Marie Lasota på eventbyrå Liwlig berättar om varför det mänskliga mötet är den nya lyxen och om det spännande fältet Experience Economy.

Text: Tobias Christoffersson

Marie är vd och partner på Liwlig Sverige, Nordens största byrå inom event och brand experience, och en av branschens tydligaste röster kring hur våra sätt att mötas håller på att förändras.

– Tekniken utvecklas just nu snabbare än någonsin, men samtidigt börjar vi se en tydlig motrörelse: Det fysiska, mänskliga och äkta får ett allt större värde. Jag är övertygad om att det mänskliga mötet är på väg att bli den nya lyxen, och att inse detta kommer att få stor betydelse för företag, arbetsgivare och varumärken, säger Marie.

DET MÄNSKLIGA OCH ÄKTA

Vad menar du med att det mänskliga mötet är den nya lyxen?

– Lyx har traditionellt handlat om sådant som är dyrt eller svårt att få tag på. I dag, när vi lever med ett nästan obegränsat utbud av digital kommunikation och AI-genererat innehåll börjar vår egen tid, närvaro och odelade uppmärksamhet bli just det. Därför tror jag att ett riktigt bra samtal, en middag, en konsert eller ett möte där människor faktiskt är närvarande kommer att få ett allt högre upplevt värde.

Hur kommer begreppet Experience Economy in i bilden?

– Experience Economy innebär att vi går från att främst konkurrera med produkter, tjänster och kommunikation till att också konkurrera om människors tid, känslor och minnen. Ju mer tillgång vi får till teknik, innehåll och effektivitet, desto attraktivare blir det som känns mänskligt och äkta och som faktiskt måste upplevas, i den analoga verkligheten.

UPPLEVELSEN EN DEL AV AFFÄREN

Vad kan Experience Economy betyda för ett helt vanligt företag?

– Betydligt mer än man kanske tror. Ett företag består ju egentligen av mängder av upplevelser: Första dagen på jobbet, kundmötet, konferensen, ledningsmötet, lanseringen eller middag- en efter ett stort projekt. Den intressanta frågan blir därför inte bara: Vad kommunicerade vi? Utan: Vad upplevde människorna och vad hände efteråt? Där går upplevelsen från att vara något trevligt runt affären till att faktiskt bli en del av affären. Det är hela skillnaden.

"Vad ska förändras mellan människorna som kommer hit? Vi talar om att göra moments till momentum, att upplevelsen fortsätter när mötet är slut. Det viktigaste är inte vad som händer under själva mötet, utan tre veckor senare"

Vad kännetecknar ett riktigt bra möte?

– Den viktigaste frågan är: Vad ska förändras mellan människor- na som kommer hit? Vi talar om att göra moments till momentum, att upplevelsen fortsätter när mötet är slut. Det viktigaste är inte vad som händer under själva mötet, utan tre veckor senare.

Vad händer med drömhuset om livet förändras?

Ett tips från oss jurister är att tänka på på juridiken som med hemförsäkringen. En försäkring har man sällan för att något ska hända, utan om något händer. Att vara eniga i vad som ska gälla i er relation ger er en trygg ekonomisk grund. Det handlar inte om brist på tillit – tvärtom.

Om ni inte är överens - medling bevarar värdet och värdigheten

Vid en eventuell separation kan en utdragen tvist bli kostsam - speciellt om ni inte är överens. Medling är ett smart sätt för båda parter att gå vidare med värdighet.

Professionell hjälp i tid

Att tidigt ta in en utomstående expert ger en objektiv bild och bra förutsättningar för lösning. Ta första steget mot ett tryggare ägande. Boka ett kostnadsfritt inledande samtal på 010-726 70 00 eller läs mer på verahill.se.

Varmt välkommen till oss!



PROFFSRÅD: VÄLJ EN PERGOLA SOM HÅLLER

Att pergolorna nu trendar på svenska altaner beror på att många älskar att kunna välja flexibelt mellan sol och skugga, vindskydd eller öppenhet och dessutom regnskydd. Men ingen vill drabbas av att färgen plötsligt flagnar, benen rostar, regnvatten droppar in och mekaniken strejkar. Villanytt ber Jamie Borg, kundrådgivare på Pergolux, om köpråd för att välja en kvalitativ pergola.

Text: Tom Swales



För din familjs skull, fyll i Livsarkivet

Att fylla i Livsarkivet är att bry sig om sina närmaste. Här kan du berätta var dina viktiga papper finns – och hur du vill ha din begravning – så att dina närmaste slipper sväva i ovisshet. Du är varmt välkommen till närmaste auktoriserade begravnings- och juridikbyrå så får du hjälp att fylla i och förvara ditt exemplar av Livsarkivet kostnadsfritt. Du kan också välja att fylla i direkt på livsarkivet.se

Sveriges Begravningsbyråers Förbund är en medlemsorganisation för ca 400 privatägda begravnings- och juridikbyråer vars medarbetare genomgått en omfattande auktorisationsutbildning. En auktoriserad byrå är alltid ansvarsförsäkrad och regelbundet kontrollerad av SBF:s auktorisationsnämnd.



Jamie, på Pergolux, tipsar om att kolla på materialen, ytskyddet och lacken.
– För att stommen, benen, ramen och även lamellerna ska tåla det nordiska klimatet så bör de vara av pulverlackad aluminium. Läs på produktförklaringen eller fråga leverantören som ska kunna ge dig svar, om de är seriösa. Helst ska det vara en UV-säker pulverlack på aluminium av klassen 6063T5, som i våra pergolor, för att klara de nordiska säsongernas temperaturskillnader. Särskilt utmed kusten krävs extra bra rostskydd, eftersom salt från havet angriper känsliga material.

En pergola ska se fräsch ut i många fler år, och därför är garantierna mycket avgörande.
– Tänk långsiktigt. Mitt råd är att sikta på 10 års garanti för lack och rostskydd, och fem års garanti på alla rörliga delars funktion. Det kan låta som höga krav, men är faktiskt standard hos oss.

MANUELLT ELLER FJÄRRSTYRT ELTAK?

Ett annat val många ställs inför är ”manuell eller eldriven styrning?”
– Tak som regleras manuellt, med vev, har ju fördelen att vara skonsammare för plånboken och den enkla tekniken är ju extremt hållbar. Men elstyrda tak har ju ännu fler fördelar via appen eller fjärrkontrollen. Man behöver inte springa ut i regnet för att stänga taket och skydda möbeldynorna. Dessutom kan man snabbare och enklare vinkla lamellerna med ett knapptryck på fjärrkontrollen, vartefter solen flyttar sig, så man hela tiden får önskad sol eller skugga. Använder man smart-hem-funktioner så kan man dessutom styra våra smart-uppkopplade modeller när man inte är hemma, berättar Jamie på Pergolux.

VIKTIGT MED TILLGÄNGLIG SUPPORT

På sociala medier och diskussionsforum finns många som förbannar dåliga monteringsanvisningar och användar-manualer för produkter de webbköpt beställt från fjärran länder.

"Mitt råd är att sikta på 10 års garanti för lack och rostskydd, och fem års garanti på alla rörliga delars funktion. Det kan låta som höga krav, men är faktiskt standard hos oss"

– Ja, det är ju dessutom svårt att reklamera, kräva garantiåtgärder eller få tydlig support om man beställt en lågprisprodukt från ett fjärran land, och vars produkter kanske tillverkas för ett annat klimat. Det blir alltså mycket enklare och tryggare om man väljer ett nordiskt märke, som Pergolux, med reservdelslager inom EU och svensk support som ger hjälp direkt, säger Jamie.
Även om man köper pergolan för soliga dagar, så är pergolans egenskaper i regn värdefulla. Vissa modeller är smartare designade för att avleda regnvatten, och då är det faktiskt härligt att sitta kvar därunder.
– Ja, det är mysigt. Från våra helt vattentäta tak leds vattnet ned genom kanaler inuti benen och ut genom fötterna, i riktning bort från dig och Pergolan, avslutar Jamie.

NU LAGAS MATEN OUTDOOR – ÅRET RUNT

Svenskarna har fått nya vanor. Nu lagas maten utomhus – gärna året om. Till buds finns en lång rad varianter av grillar, eldfat och till och med bålpanna. Villanytt kontaktade Nicklas Kloos på outdoor-företaget Espegård som berättar om skillnaderna.

Text: Eva Rydinger



Brinner du för att laga mat över öppen eld? Du är inte ensam. Pandemin lockade ut oss i skog och mark och vi upptäckte natur och vildmark igen. Och Nicklas Kloos på Espegård brinner för att folk ska vara mer ut och laga mat i det fria.

– Det är definitivt en trend med matlagning utomhus. Campare och vandrare har alltid lagat sin mat utomhus, men detta är en annan grej.

Nicklas menar att det finns två kategorier som lagar mat utomhus. De som vill komma ut i naturen och grilla en toast, lite korv eller väfflor, över öppen eld.

– Sedan finns de andra som lagar veckans middagar i ett rejält utekök i trädgården. Jag gör det själv, det är en härlig känsla. Det är väl lite vikingamänniskan i en också, att vakta en eld, skrattar Nicklas.

"Ska du myselda behöver du bara ved, själva grillen och kanske ett gnistgaller"

BÅLGRILLEN – ENKEL ATT TA MED

Så vad ska man välja för eldstad för matlagning utomhus? Nicklas menar att det beror på var den ska användas. För den som vill ta med sig eldstaden till en plats vid sjön eller stugan rekommenderar han en bålgrill.





Med bålgrillen kan man elda både med kol och ved. En bålgrill är robustare än en vanlig kolgrill och står stadigt på tre ben. Själva eldgrytan är emaljerad. På grillar i lackerat stål spricker ofta lackfärgen och trillar av och börjar då rosta.

– Ska du myselda behöver du bara ved, själva grillen och kanske ett gnistgaller. Men ska du laga mat kan det vara bra med ett vindskydd och ett sidobord som blir en bra avställningsyta. Jag brukar börja med lite kol och sedan lägger jag på lite vedpinnar. Gärna av björk, ek, bok eller al. På så sätt får man den lite rökiga smaken, något helt annat än smaken från kol och framförallt gas, berättar Nicklas.

BÅLPANNA FÖR STÖRRE PROJEKT

Den som vill ta outdoor-matlagningen till en högre nivå rekommenderas att titta på en bålpanna. Den har en iögonfallande, unik design och det finns många tillbehör för matlagning om man så vill. Den är också lite större i storleken, kan vara lite tung att plocka ihop, men man kan absolut ta med den i bilen om den ska med till sommarstugan till exempel. Med en bålpanna kan man hålla kaffet varmt i en kaffeanna som hängs i en kätting, ovanför grillen.

– Många väljer att ha den permanent på terrassen, där den kan användas både för matlagning och för mysfaktorn. Men man kan ha den stående på gräsmattan också. Jag har en stuga i Småland. Där har jag bålpannor både vid huset och ute i skogen för att kunna grilla på en viltbit när som helst. Bålpannan står ute hela året men jag har ett överdragsskydd mot löv, damm och regn, så att den håller sig fräsch.

"För den som vill ha en bålpanna och vill minimera röken – om man kanske bor i ett radhusområde – titta gärna på en bålpanna eller eldtunna med rentbrännande effekt"

Nicklas fortsätter:

– För den som vill ha en bålpanna och vill minimera röken – om man kanske bor i ett radhusområde – titta gärna på en bålpanna eller eldtunna med rentbrännande effekt. En modul inne i eldgrytan gör att förbränningen är mer effektiv och du slipper röklukt i hår och kläder.

ELDFAT – FÖR SKÖNA KVÄLLAR

Eldfat är ett annat alternativ som börjar synas i trädgårdarna. Att samlas kring elden en sommarkväll skapar minnen att ta med sig in i hösten.

– Ja, de står lite överallt. Fördelen med eldfat är att de är låga, och det blir enkelt att få upp värmen i kroppen. Men även en bålpanna kan du få ner lågt mot marken och njuta av, avslutar Nicklas Kloos.



"Den som vill ta outdoor-matlagningen till en högre nivå rekommenderas att titta på en bålpanna. Den har en iögonfallande, unik design och det finns många tillbehör för matlagning om man så vill"

Tvillingsystrar gör skillnad med **NÄRINGSRIK MAT**

Tvillingsystrarna Emma och Evelina Sköld har alltid haft ett stort intresse för att bygga välmående och hälsa i livet. De är utbildade kostrådgivare och driver Roots of Happiness, salladsbarer som serverar lika mycket matfilosofi som matiga sallader. Motivationen hittar de i passionen för att människor ska må bra och bli medvetna om sin hälsa.

Text: Eva Rydinger



Allt fler inser värdet av att äta hälsosam kost och är medvetna om hur maten har en påverkan på människan – både fysiskt och mentalt. Tvillingparet Emma och Evelina Sköld har tagit denna vetskap ett steg längre genom Roots of Happiness, salladsbarer i Ängelholm och Halmstad, där de serverar näringsrika och mättande sallader.

– Vi har alltid haft ett stort intresse för att bygga välmående och hälsa i livet och kosten är en viktig grund i måendet. Men det är inte hela sanningen. Du måste ta hand om hela dig, allt hänger ihop. Vi lever i ett samhälle som vi inte är riktigt gjorda för, vilket påverkar vår mentala hälsa genom bland annat ett stressat nervsystem. Dessa är saker som vi gärna pratar om i mötet med våra kunder på salladsbaren, berättar Emma.

VÄLJ "BRA" MAT TILL 80 PROCENT

Evelina menar att den mat som gemene man äter är en grogrund för diabetes och hjärt- och kärlsjukdomar. Inflammatorisk mat, det vill säga mat som ger mycket energi men lite näring, höjer blodsockret. Den som däremot väljer bra fett och goda proteinkällor får ett jämnare blocksocker.

– Äter du 80 procent bra mat i grunden räcker det. Men många är inte medvetna om detta utan har en kosthållning som är precis tvärtom. Kroppen är visserligen tålig och kan ta hand om dålig kost i många år, men sedan kommer besvären. Detta måste man vara medveten om. Välj i stället att fylla på med bra mat i kroppen. Då får du en stark kropp och ett starkt immunförsvar. Vi försöker själva leva som vi lär.

"Vi preppar allt från grunden och är noggranna med våra råvaror. Många män är skeptiska, men när de väl har testat kommer de tillbaka och berättar att det är både matigt och gott"

MÅLTIDER BYGGDA PÅ LOKALA RÅVAROR

På frågan vad som salladerna på Roots of Happiness bygger på svarar Emma att de gärna jobbar med lokala leverantörer som till exempel Bjärekyckling och kombuchan görs också ute på Bjäre. En av deras bästsäljare är salladen Ginger beef, grunden är romansallad och spenat, som byggs på med långkokt högrev, ingefärspicklad morot och rödkål, broccoli, salladslök, rostade jordnötter, lime och en smakrik, röd currydressing.

– Vi preppar allt från grunden och är noggranna med våra råvaror. Många män är skeptiska, men när de väl har testat kommer de tillbaka och berättar att det är både matigt och gott.

– Vi inspireras av mat som skapar god hälsa. Den kost vi tror på är den vi åt förr i tiden och på stenåldern som till exempel rotfrukter, grönsaker, nötter och bär. Som människor har vi inte förändrats på insidan, därför jobbar vi med den mat som vi är gjorda för att äta. Men grunden är att det ska vara en riktig smakupplevelse! avslutar Evelina.



"Du måste ta hand om hela dig, allt hänger ihop. Vi lever i ett samhälle som vi inte är riktigt gjorda för, vilket påverkar vår mentala hälsa genom bland annat ett stressat nervsystem. Dessa är saker som vi gärna pratar om i mötet med våra kunder på salladsbaren"

TA KONTROLL ÖVER DET DIGITALA ARVET

Det digitala arvet är inget vi går och tänker på. Inte förrän något händer i vår närhet blir vi påmind om vad vi lämnar efter oss, detta trots att vi ständigt lever sida vid sida med sociala medier. På Sveriges Begravningsbyråers Förbund är man van vid att hantera dessa frågor och följer utvecklingen nära.

Text: Eva Rydinger

Begravningar är ett facit på hur samhället ser ut och branschen är därmed föränderlig. Nya familjekonstellationer har stor påverkan och den digitala närvaron gör det inte enklare. I en rapport som Internetstiftelsen har tagit fram, framgick att endast 1 av 10 svenskar har funderat på hur man ska hantera det digitala arvet. Det berättar Ulf Lernéus, förbundsdirektör och vd för Sveriges Auktoriserade Begravnings- & Juridikbyråer.

– Alla är aktiva på nätet men vi vet inte hur vi vill ha det den dag vi inte lever längre. För att agera behöver det hända att någon går bort i vår närhet. Först då blir vi varse.

LÄGG INTE ANSVARET PÅ ANHÖRIGA

En viktig sak att ta ställning till är den digitala närvaron på sociala medier. Ska konton sparas eller släckas ned? Ulf Lernéus berättar att det inte är en enkel fråga för de anhöriga att ta ställning till och han upplever att många är tveksamma. Och vill man ta del av anhörigas privata bilder, texter och privata chattar? Vill man se andras dagböcker? Det finns så klart många värdefulla texter och bilder, men också sådant som man hellre hade valt bort att se.

– Särskilt hos föräldrar ser vi att man vill radera konton hos barnen. Och omvänt, barnen vill inte radera föräldrars konton. Det man bör ha klart för sig är att ansvaret läggs över på de anhöriga. Att skriva ner vad som ska ske är därför verkligen att visa omtanke för de efterlevande, menar Ulf Lernéus.

Så hur gör man om man vill ta beslut över hanteringen av de digitala spåren som man lämnar efter sig? Ulf Lernéus tycker att man ska kartlägga vilka sociala medier man har och kommunicera hur man vill ha det. I Livsarkivet kan man också dela sina lösenord för inloggning till dator och molntjänster. Men detta är en gråzon, rent juridiskt är det inte tillåtet att logga in med andras lösen.

– Och rent juridiskt är det inte bindande vad som skrivs i Livsarkivet utan endast en önskan från den avlidna. Men ta dig tid och skriv ner i Livsarkivet vilka konton du har. Då har du ett dokument och är en bra genomgång för en själv. Du ser vad du har och kanske kan du avsluta något redan nu.

SÅ KAN BEGRAVNINGSBYRÅN HJÄLPA TILL

Begravningsbyrån kan också hjälpa till med att släcka ner konton som Facebook, Instagram, LinkedIn och Snapchat och detta kan göras från en dag till en annan. Man kan också konvertera Facebook-sidan till en minnessida som sedan rullar på av sig själv. Byrån kan även hjälpa till med att släcka ner hemsidor och att anmäla till Google om att radera personen från deras söktjänst. Men sådant tar däremot lång tid innan det går igenom.

– Avslutningsvis vill jag säga att det är ren omtanke till de anhöriga att ta ställning till dessa frågor. Hur vill jag leva vidare i digitala medier? Och vad vill jag lämna efter mig? Gör det till en vana att rensa regelbundet! Och se över Livsarkivet var tredje år, kanske när du deklarerar, avslutar Ulf Lernéus.

Träd ger friska jordar!

När träd och buskar får växa tillsammans med grödor ökar den biologiska mångfalden, både ovan och under jord. Luften fylls av fåglar och insekter. Marken myllrar av liv. Här frodas näringsrika grönsaker, baljväxter och fruktträd med goda skördar.

De bönder som Vi-skogen samarbetar med planterar ett träd var åttonde sekund. Stötta dem att plantera ännu fler.

Plantera träd i Vi-skogen!



9005083

Plantera träd nu!



VI-SKOGEN

TRÄDPLANTERING FÖR ALLAS FRAMTID

Var åttonde sekund planteras ett träd, finansierat av givare till Vi-Skogen. Varje planta har sin tydliga uppgift på platser med hotade jordbruksförhållanden. Träden ger nämligen förbluffande positiva effekter på skördar, människors levnadsförhållanden, miljön och den biologiska mångfalden. Varje gåva för en ny trädplanta kan avgöra vår egen tillgång till kaffe, kakao och andra älskade grödor.

Text: Tom Swales Bild: Eyeris Communication



På organisationen Vi-skogen förklarar Emma Larsson för Villanytt hur viktigt det är att plantera fler träd. – Träd har fantastiska förmågor inom så många områden. De binder koldioxid och bromsar då klimatförändringen. Rötterna binder ihop jorden så den inte eroderar bort i översvämningar. Träden hindrar även odlingsjord att torka ut genom att skugga och vindskydda den. Dessutom magasinerar träden mängder av vatten som släpps ut sakta och då utjämnar omgivningens fuktighet. Och den ökade växtligheten ger möjlighet för flera viktiga insektsarter.

Trädplanteringen ingår i metoden agroforestry, även kallad skogsjordbruk. Träden kan exempelvis ge foder till boskap eller biologisk massa för kompostering som göder odlingsjorden. Beroende på vilka trädarter man väljer så kan de ge också ge frukt, bränsleved och virke till eget behov eller till försäljning, samtidigt som träden kan skydda odlingen eller inhägna boskap. Träd är alltså nyckeln till så många förbättringar för både människorna, livsmedelsproduktionen och miljön.

"Stabilare skördar hos östafrikanska jordbrukare, säkrar också vår tillgång till grödor och livsmedel som inte produceras i Norden"

HJÄLP 2,5 MILJONER MÄNNISKOR

När man ger ett bidrag, eller ansluter sig som månadsgivare, till Vi-skogen så skapas konkreta resultat. Enligt organisationen har de 165 miljoner träd, som hittills planterats, hjälpt fler än 2,5 miljoner människor till stabilare försörjning och bättre levnadsförhållanden.

– Men när vi svenskar bidrar, så är det inte bara för andras trygghet och förbättring utan även för oss själva. Stabilare skördar hos östafrikanska jordbrukare, säkrar också vår tillgång till grödor och livsmedel som inte produceras i Norden. Tänk dig annars en framtid utan kaffe, choklad, te, vanilj, avokado, tropiska frukter och kryddor. Vi har ju även ett gemensamt behov av att begränsa klimateffekterna och miljöproblemen, berättar Emma.

Även den som bara tänker egoistisk, nationellt eller till och med främlingsfientligt kan se fördelar med att skapa hållbara levnadsmöjligheter på andras hemmaplan så de inte behöver emigrera.

HUNGRANDE FAMILJ – NU LYCKADE FARMARE

Emma på Vi-skogen visar Villanytt flera exempel på hur givarnas bidrag till trädplantering och agroforestry har lyft bönder, jordbruk, familjer och deras omgivning. Jotham Njutuku och hans familj i Kenya såg länge hur klimatförändringen utarmade och torkade ut odlingsjorden. Barnen gick hungriga och hur hårt familjen än arbetade så blev skördarna bara sämre, som om jorden gett upp. Men när Vi-skogen började hjälpa familjens lilla gård att ställa om till agroforestry så vände allt. Nya träd planterades som både förbättrade jordkvaliteten och platsens mikroklimat. Idag växer där saftiga frukter och grönsaker, familjen Njutuku äter goda och näringsrika måltider dagligen och driver nu ett stabilt och hållbart jordbruk. Emma tillägger:

– De är bara ett av jättemånga bevis för att gåvor till Vi-skogens trädplanteringen verkligen leder till bestående förbättringar.



"Träd har fantastiska förmågor inom så många områden. De binder koldioxid och bromsar då klimatförändringen. Rötterna binder ihop jorden så den inte eroderar bort i översvämningar"

SÅ FÅR DU UT MER AV DIN SPAHELG

En spa-helg behöver inte handla om att fylla kalendern med behandlingar och aktiviteter. Tvärtom kan det vara klokt att lämna utrymme för att bara vara. Sigrid Persdotter på Gränsö Slott berättar om miljöns betydelse och hur du kan tänka för att få en spa-helg med både vila och upplevelser.

Text: Carola Linde



När man åker i väg på en weekend med sin partner eller vänner är det lätt att vilja hinna med så mycket som möjligt. Men om målet är återhämtning kan det vara värt att tänka tvärtom. Själva miljöombytet kan vara minst lika viktigt som vad man faktiskt gör under vistelsen.

LÅT MILJÖN BLI EN DEL AV UPPLEVELSEN

På Gränsö Slott utanför Västervik möter spaet inte bara slottsmiljö och trädgårdar, utan också hav och natur. Anläggningen ligger på en halvö med naturreservat, vandringsleder och klippor, och redan vägen genom allén ger en aning om vad som väntar under helgen.

"Miljön och naturen är jätteviktig. Redan när man kör genom allén och ser klipporna och det öppna havet börjar upplevelsen"

– Miljön och naturen är jätteviktig. Redan när man kör genom allén och ser klipporna och det öppna havet börjar upplevelsen, säger Sigrid Persdotter.

För den som planerar en spa-helg kan det därför vara värt att titta lite extra på omgivningarna: Vad finns utanför själva spaavdelningen? Finns det natur, vatten och utsikter att njuta av?





För många är miljöombytet viktigt för återhämtningen, att man får uppleva andra vyer än man möter i vardagen.

"Till Gränsö kommer både par och kompisgäng och ibland flera generationer tillsammans. Vissa vill vandra eller spela golf, medan andra helst tillbringar större delen av tiden med avkoppling"

LÄMNA UTRYMME FÖR ATT BARA VARA

Till Gränsö kommer både par och kompisgäng och ibland flera generationer tillsammans. Vissa vill vandra eller spela golf, medan andra helst tillbringar större delen av tiden med avkoppling.

– Det finns lite för alla, oavsett om man är yngre eller äldre och om man är mer eller mindre aktiv.

Spaet ligger vid havet och erbjuder flera olika pooler, bastur och en isländsk källa. För den som vill går det lätt att fylla hela helgen med behandlingar och aktiviteter. Men det kan vara klokt att lämna utrymme för att vara spontan och för att få vila och umgås. Sigrid berättar att många tillbringar lång tid i spaet med att bara prata med varandra.



"Spaet ligger vid havet och erbjuder flera olika pooler, bastur och en isländsk källa. För den som vill går det lätt att fylla hela helgen med behandlingar och aktiviteter. Men det kan vara klokt att lämna utrymme för att vara spontan och för att få vila och umgås"



– Vi ser många som sitter och pratar i flera timmar i vårt umgänges-
spa. Det handlar inte bara om att uppleva behandlingar och bad,
utan lika mycket om att få kvalitetstid tillsammans, säger hon.
Även måltiderna kan få bli en del av avkopplingen. På Gränsö
läggs stor vikt vid frukosten, med lokalproducerade råvaror, hem-
bakat bröd, hemlagade marmelader och hemrökt lax. Att slå sig ner
tillsammans och låta måltiden ta tid blir ytterligare ett tillfälle att
umgås, prata och faktiskt vara närvarande med varandra.

*"För att få en lyckad spahelg kan det i slutändan räcka
långt att välja en miljö som skiljer sig från vardagen,
planera in det man verkligen längtar efter och sedan
lämna resten öppet. Då får både naturen, samtalen
och återhämtningen möjlighet att ta plats "*

För att få en lyckad spahelg kan det i slutändan räcka långt att välja
en miljö som skiljer sig från vardagen, planera in det man verkligen
längtar efter och sedan lämna resten öppet. Då får både naturen,
samtalen och återhämtningen möjlighet att ta plats.

NYHET! ALICANTE ÅRET RUNT!

Fyra gånger i veckan under sommaren och två gånger
i veckan under vintern. Läs mer på smalandairport.se.

VÄXJÖ SMÅLAND AIRPORT - ENKLARE UT VÄRLDEN!



VÄXJÖ

**SMÅLAND
AIRPORT**

Med kulturkrockarna i sikte och HUMORN SOM VAPEN

En av Sveriges största ståuppkomiker är tillbaka med en ny show, som drabbar landet under hösten från Luleå i norr till Malmö i söder. För Villanytts läsare berättar Mårten Andersson om varför han älskar att driva med kulturkrockar.

Text: Tobias Christoffersson Bild: Marcus Frenell

Mårten Cetkovic, Mårtens förra show, sågs live av mer än 40 000 människor över hela Sverige under 2023 och 2024 och har sedan dess hunnit ses av många, många fler på tv. Den bejublade och prisbelönta föreställningen kretsade mycket kring kulturkrocken mellan Mårtens bas i svensk mjukiskultur och hans fästmörs stenhårda machokultur från Balkan.

Men varför driva med bara en kulturkrock när det finns oändligt många fler?

– I min nya show Mårten Cetkovic 2 skojar jag med kulturkrockarna mellan oss svenskar och andra nationaliteter, väldigt många andra faktiskt. Från självsäkra greker och snusande somalier till verklighetsfrånvända finnar och högljudda araber som älskar fågelfrön och inte kan ha på sig lurar på tunnelbanan... och så vidare, säger Mårten.

MÅNGA FÅR SIG EN KÄNGA

Han lovar att väldigt många folk och kulturer kommer att få sig en känga liksom även förstås jantelagen och den svenska fyrkantigheten, och att en del skämt kan verka hårda – men att utgångspunkten därför också är viktig.

– Jag brinner för mångkultur och den kärleken gör att jag ser det roliga i alla kulturkrockar. Jag skämtar med alla olika invandrare och svenskar, inte om, det är skillnad. Min publik ser också ofta ut som en blandning av golfklubbens årsmöte och väntrummet på Migrationsverket, och då funkade det. Vi lever i en tid nu där många människor verkar störa sig så jävla mycket på våra olikheter, istället för att se dem som tillgångar. Genom att skämta om dem istället vill jag så små frön av medmänsklighet. Lite pretentiöst kanske, men så är det.

"Att stå på scen, se och höra folk skratta, ibland så de gråter, det är en otrolig känsla. Känslan av att alla problem försvinner och att ett rum liksom förenas. Vad vi vet så lever vi bara en gång"

KÄNSLAN NÄR ETT RUM FÖRENAS

När Villanytt når Mårten, med några veckor kvar till premiären i Gävle den 24 september, är han strängt upptagen med att... skura köksgolvet. Det kanske inte är en slump.

– Jag har alltid velat bli komiker och älskar att tänka fram skämt, skriva och researcha till en show, men att repetera materialet är bland det tråkigaste som finns, så då... händer det att jag gör annat istället för att slippa.

Bit för bit håller likväl Mårten Anderssons nya föreställning på att falla på plats, och han längtar efter att möta publiken igen i höst.

– Att stå på scen, se och höra folk skratta, ibland så de gråter, det är en otrolig känsla. Känslan av att alla problem försvinner och att ett rum liksom förenas. Vad vi vet så lever vi bara en gång. Jag tror att den som har skrattat mest har vunnit, inte den som har mest pengar.



Komikern Mårten Andersson är aktuell med sin nya show Mårten Cetkovic 2 i höst.

Steni Colour

Marknadens bästa fasadskiva

Steni Colour är ett flexibelt fasadsystem i som finns i många format, färger och glanstal.

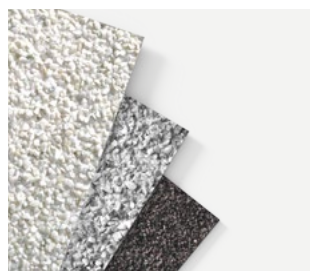
Skivorna kan monteras året om och kräver minimalt med underhåll. De är robusta, tidlösa och enkla att arbeta med.

60^y
warranty



Steni Terra

Förnya din sockel med Steni Terra, en sockelskiva av glasfiberarmerad stenkompisit med en yta av krossad natursten. Perfekt för att klä in socklar, vindskydd, carportar, garage, stödmurar med mera.



BÄSTA
GARANTI
25Y

-  Tidlös design
-  Robust och slagfast
-  Enkel montering
-  Enkelt underhåll

steni.se

STENI®

VÄRDEFULL KUNSKAP OCH KLOKA RÅD FÖR ETT SMARTARE VILLALIV

BYGG & FIXA

Byggnation, trädgård och renovering



Så byggs framtidens *energieffektiva villor*

När allt fler villaägare vill minska sin energiförbrukning har intresset för energieffektiva hus ökat. Men ett hus som håller energikostnaderna nere handlar om betydligt mer än tjock isolering. Val av byggmetod, material och konstruktion spelar också en avgörande roll för både komfort och långsiktig hållbarhet.

TEXT RUNE FOSSBERG



Den som planerar att bygga nytt står inför många val. Planlösning, fasad och inredning får ofta stort fokus, men bakom ett bekvämt och energieffektivt boende finns också en rad tekniska faktorer som påverkar resultatet. Enligt Goran Stevic på STC Hus är det viktigt att se till helheten redan från början.

– Ett energieffektivt hus handlar inte bara om tjock isolering, utan om precision. Ett modernt hus behöver ett välbalanserat klimatskal där värmeförluster minimeras och inomhusmiljön hålls stabil året runt, säger han.

MER ÄN BARA ISOLERING

Faktorer som energieffektiva fönster, god täthet och ventilation med värmeåtervinning bidrar till att minska energianvändningen samtidigt som komforten ökar. För den som bygger nytt handlar det därför om att tänka långsiktigt och prioritera kvalitet i de delar som påverkar husets funktion under många år framöver.

Valet av byggmetod kan också ha stor betydelse för slutresultatet. Prefabricerade byggelement tillverkas i en kontrollerad fabriksmiljö innan de transporteras till byggsplatsen för montering. Enligt Goran Stevic ger det flera fördelar.

– När vi bygger i fabrik får kunden en kvalitet som är svår att uppnå på en byggarbetsplats, säger han.

BYGGT FÖR FRAMTIDEN

Tillverkningen sker skyddad från väder och fukt, vilket bidrar till jämn kvalitet och hög precision i varje del av konstruktionen.

Samtidigt kan byggtiden på plats förkortas, vilket gör processen mer effektiv. För villaägaren kan det innebära både bättre energi-effektivitet, högre byggkvalitet och ett hus som står emot tidens tand på ett bättre sätt.

När man planerar sitt framtida boende rekommenderar Goran Stevic att man ser huset som en investering för flera generationer.

"Ett energieffektivt hus handlar inte bara om tjock isolering, utan om precision. Ett modernt hus behöver ett välbalanserat klimatskal där värmeförluster minimeras och inomhusmiljön hålls stabil året runt"

Det handlar inte bara om dagens energipriser utan också om framtida driftkostnader, komfort och hållbarhet.

– Trä är ett hållbart och klimatsmart material som ger ett sunt inomhusklimat, säger han.

Han menar att de bästa resultaten uppnås när alla delar samverkar, från konstruktion och materialval till ventilation och energilösningar.

– Ett genomtänkt hus kan ge både lägre energiförbrukning och hög boendekomfort under lång tid, samtidigt som det skapar goda förutsättningar för ett hållbart boende i framtiden, avslutar Goran.



Möt BEN

En modern frånluftsvärmepump

Värme, varmvatten och ventilation i ett komplett system – med smart styrning via app.

- ✓ Allt i ett system
- ✓ Smart styrning via app
- ✓ Kompakt och flexibel installation

Se om BEN passar ditt hus
Scanna QR-koden och läs mer





UPPTÄCK RÖR- PROBLEMEN I TID

Problem med avloppet kan lätt bli dyrt och besvärligt. En rörinspektion ger en tydlig bild av rörens skick och gör det möjligt att förebygga framtida problem. Jörgen Åkerman på Svensk Röranalys berättar fördelarna med att inspektera rören regelbundet.

TEXT CAROLA LINDE

En rörinspektion innebär att man undersöker insidan av avlopps- eller dagvattenrör med en speciell kamera. Det kallas därför också att filma avloppet.

– Med kameran kan man bland annat upptäcka hål, sättningar, svackor och skador, berättar Jörgen Åkerman på Röranalys som utför alla typer av avloppsrelaterade tjänster i Mälardalen.

Genom att tidigt upptäcka problemen kan man planera för en renovering eller ett rörbyte i lugn och ro, i stället för att behöva hantera en akut skada.

– Ofta märker villaägaren inte själv att det är något fel förrän det har gått ganska långt, men genom att filma rören regelbundet har man större chans att undvika framtida fuktproblem.

ÄLDRE HUS KAN BEHÖVA EXTRA KOLL

Jörgen förespråkar en underhållsspolning ungefär vart fjärde eller femte år och att man i samband med spolningen även filmar avloppen. Efteråt får villaägaren dokumentation såsom bilder, filmer, egenkontroller och garantier tillsammans med rekommendationer för eventuella åtgärder.

– Villaägaren får svart på vitt hur rören ser ut och ett konkret underlag för att planera underhållet. Då blir det lättare att ta ställning till vad som behöver göras och när.

Vid en filmning kan man även se olämpliga rördragningar som kan orsaka framtida problem och öka risken för stopp.

– När man vet statusen på rören kan man passa på att utföra förebyggande åtgärder, till exempel i samband med en planerad renovering, i stället för att behöva riva upp väggar och golv när skadan väl är skedd.

Den tekniska livslängden på avloppsrör är cirka 40-50 år, vilket innebär att hus byggda före 1980 är bra att ha extra koll på.

– Men rörens livslängd påverkas också av hur många som bor i huset, hur rören används och inte minst vad man spolar ner. Fett, frityrolja, matrester, våtservetter och kaustiksoda är sådant som inte hör hemma i rören och som ställer till problem.

"När man vet statusen på rören kan man passa på att utföra förebyggande åtgärder, till exempel i samband med en planerad renovering, i stället för att behöva riva upp väggar och golv när skadan väl är skedd"

DOKUMENTATION GER TRYGGHET

Inspektionen är även värdefull om ett problem uppstår utanför den egna tomtgränsen. Dokumentationen kan då visa hur ledningarna ser ut och ge ett bättre underlag att reda ut ansvaret mellan kommun och villaägare.

– Även inför en försäljning är det en fördel att rören nyligen är inspekterade. På Röranalys utvecklar vi just nu en tjänst där man får ett intyg på utförd inspektion, vilket är en trygghet för både köpare och säljare vid husförsäljning, berättar Jörgen.

Till sist betonar Jörgen att det är viktigt att komma ihåg att en inspektion visar statusen på rören vid just det tillfället den görs.

– Man kan inte förutsäga allt, saker kan fortfarande hända. Men med kameran kan vi ändå se mycket och förebygga en hel del som annars är dolt under golv och mark.



TRÄFIBER-ISOLERING

– biobaserat och behagligt

För dig som ska bygga eller renovera därhemma: Har du övervägt träfiberisolering? Niklas Norén hos Hunton berättar om isolering gjord ett förnybart material med goda ljuddämpande och värmelagrande egenskaper som är lätt att jobba med.

TEXT TOBIAS CHRISTOFFERSSON

Byggbranschen krtiseras ofta för att vara konservativ och förändringsobenägen, vilket är problematiskt för en bransch som står för cirka 20 procent av våra koldioxidutsläpp. Ett exempel är isoleringsmaterial, där det allra vanligaste sedan länge är glas- eller stenull, en lösning som är effektiv men baserad på icke-förnybara råvaror. Niklas Norén hos träfiberföretaget Hunton är dock försiktigt optimistisk.

– Det har hänt något de senaste 3-5 åren. Intresset för biobaserade material har ökat, och vi märker hur allt fler börjar ge träfiberisolering en chans. Det är förstås glädjande, säger han.

Träfiberisolering görs av flis från sågverkens virkesproduktion och finns som lösull eller skivor.

LJUDDÄMPANDE OCH VÄRMETRÖGT

Förutom att vara en förnybar lösning som lagrar kol under hela sin livslängd har träfiberisolering flera värdefulla egenskaper rent funktionellt. De tre viktigaste har med ljud, värme och fukt att göra.

– Träfiberisolering väger mer per kubikmeter än traditionell isolering, densiteten är högre. Det ger den bra ljuddämpande egenskaper både mellan rum och mellan våningar. Det innebär också en större värmetröghet: Ju tätare väggar desto längre stannar värmen i rummet under den kallare årstiden, och desto bättre skydd

har du från värme utifrån på sommaren. Träfibrets naturliga förmåga att minska luftströmlar i isoleringen skapar även bra tätning i skarvar och hörn, som till exempel runt fönster. Med färre köldbryggor minskar uppvärmningsbehovet och inomhusklimatet förbättras.

ANDAS OCH TORKAR UPP

– Många kunder som vid renovering har bytt ut traditionell isolering mot träfiberisolering upplever att de får ett liksom lugnare hus, tystare med behagligare inomhusklimat.

Med träfiberisolering följer också väggar som andas mer.

– Vår isoleringsskiva Nativo har så kallade hygroskopiska egenskaper, vilket innebär att den upptar och avger fukt i takt med luftens relativa fuktighet. Den kan användas med en fuktadaptiv ångbroms med variabelt ångmotstånd, som även ser till att oönskad överskottsfukt kan torka upp inne i rummet, och bidrar därmed till snabbare upptorkning av oönskad överskottsfukt. Det är bra inte minst i säsongs- och fritidshus som står oupp-

värmda under långa perioder. Och, slutligen, för den som ska montera själv: träfiber kliar inte och irriterar inte huden.



ETT TRASIGT AVLOPP GER HUVUDVÄRK!

Avloppssystemet är en livsnerv i huset. Om det brakar ihop blir vardagslivet väldigt jobbigt och konsekvenserna kostsamma.

SÅ HÄR FÖREBYGGER DU OVÄLKOMNA PROBLEM!

1 STAMSPOLNING - en viktig underhållsåtgärd. Vi spolar rent rören med högtrycksvatten från en spolbil eller en minispol. Regelbunden spolning av rören - minst vart femte år - håller rören i trim och kan förbygga att beläggningar uppstår. Rörens livslängd ökar och risken för problem och trista skadeärenden minskar

2 RÖRINSPEKTION - med kamerautrustning filmar och undersöker vi rörens kondition och funktion. Beläggningar, sprickor och andra problem kan upptäckas innan det är för sent.

3 RELINING - vi skapar ett nytt rör i det gamla när slitaget på röret gått för långt och underhåll inte längre räcker till. Vi relinar med strumpa, arbetet är tids- och kostnadseffektivt och genom att återanvända det befintliga röret blir avfallet mindre och miljöpåverkan låg.

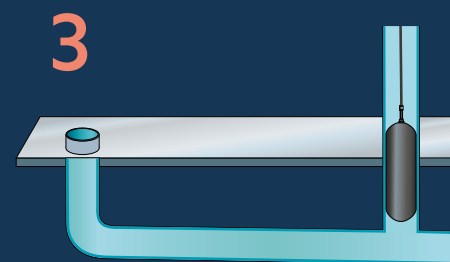
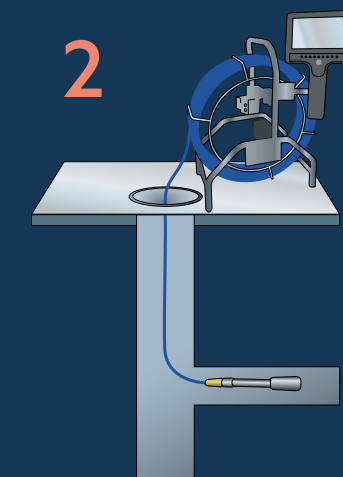
I alla våra tjänster ingår dokumentation såsom bilder, filmer, egenkontroller, garantier samt annan värdefull information. Du kan också teckna ett **SERVICEAVTAL** - då blir det vår uppgift att hålla koll på när nästa stamspolning ska utföras. Till sist - vi har **JOUR** dygnet runt - läs mer på vår hemsida **WWW.RORANALYS.SE**.

SVENSK RÖRANALYS

Vi har arbetat i branschen i 25 år, vi är ISO-certifierade i kvalitet och miljö och medlemmar i Branschföreningen Relining i Fastigheter (BRiF) samt Sveriges Auktoriserade Rörinspektörer (STVF).



08-599 098 00 • info@roranalys.se
www.roranalys.se



Crafting the Art of Time



VERA
CLOCKS

www.veraclocks.com