

# Vårt Falun

NY TEKNIK  
TRYGGHET  
FÖR ÄLDRE

**Habiq  
lånade en  
svensk**

*Mål för  
maten*

"VI BEHÖVER  
ÄTA GRÖNARE"

*Så vill vi  
TEMA: BOSTAD  
helst bo*



*Evenemang  
mars-maj*



# /I detta nummer

Foto: Kerstin Lundin

**”Just nu byggs det för fullt i Lilla Källviken och framåt hösten hoppas vi kunna släppa fler tomter i Slättaskogen.”**



**Tema: Bostad. Sid 10–13**

Foto: Camilla Sandy



**Vikten av måltiden. Sid 14**

Foto: Agneta Barle



**Hibaq lånade Maud. Sid 5**

Foto: Ulf Palm



**Trygg och säker äldreomsorg. Sid 6**

Foto: Cia Embretsen



**Öppna ditt hem. Sid 17**

Foto: Fanny Hansson/Scandinavia



**Stort intresse för familjehem. Sid 19**





I snösäkra Sörskog norr om Bjursås brukar skidsäsongen sträcka sig ända in i april.

# Populärt med längdskidor

Vintern har snabbt gått över i vårvinter och snön är på väg att töa bort. Men än finns det chans att åka längdskidor. Om inte på natursnö, så i alla fall på Lugnets konstsnö. – Under kallperioderna har vi gjort mycket snö och vi hoppas kunna hålla säsongen igång flera veckor till, Jonas Boström, enhetschef med ansvar för kommunens skidspår.

TEXT: Kerstin Lundin. FOTO: Trons

■ **SKIDOR/** Falu kommun äger ett antal spår varav flera drivs tillsammans med lokala idrottsklubbar. Det finns också många andra skidspår som drivs av klubbarna själva eller av privata intressen.

– Utan alla eldsjälar som är ute och drar upp spår alla tider på dygnet skulle vi inte ha så fina spår som vi har. Dessa personer är verkligen guld värda, säger Jonas Boström.

En del skidspår är populärare än andra, till exempel Sörskog och Stångtjärn.

– Det är lätt hänt att man håller sig till ett favoritställe, att man åker dit där man känner igen sig, men jag tror det kan vara inspirerande att byta ibland. Runt om i kommunen finns många spår och det finns definitivt

plats för alla oavsett om du vill höja pulsen eller åka på utflykt med familjen.

## Motionärernas Lugnet

På Lugnet finns nio snökanoner och de flesta spår prepareras dagligen.

Lugneterrängen lockar skidåkare i alla åldrar, speciellt när det är ont om natursnö på andra håll i kommunen. Och att man numera behöver betala en spåravgift för att få åka på Lugnet verkar inte ha minskat intresset.

– Vi har hittills sålt över 1 500 spårkort, berättar Hampus Olofsson, kommunikatör på Lugnet.

En vanlig måndagskväll i slutet av februari fick skidåkarna på Lugnet en överraskning.

När de rundade hästsken nere på skidstadion möttes de av Hinsnorets vokalensemble som sjöng ”Tack för att du betalat din spåravgift” (lånat från Radiotjänst) och kvällsåkarna bjöds också på varm saft och apelsinklyftor.

– Vi tycker det är viktigt att visa vår uppskattning och tacka alla som betalar spåravgift. Det gör det möjligt för oss att fortsätta kämpa för spår i världsklass, säger Hampus Olofsson. ■

## /Kommunägda skidspår

Sköts ofta i samarbete med lokala idrottsklubbar

### ■ Aspeboda

- 1,5 km (elljus)

### ■ Bjursås, Sörskog

- 5 km (pulka)
- 1,5 och 4,5 och 5, 7, 13 och 18 km

### ■ Bjursås, Dössberget

- 3,2 km (elljus)
- 5,6 km

### ■ Enviken

- 3 km (elljus)
- 7 och 10 km

### ■ Norslund/Haraldsbo

- 4,6 km (elljus)

### ■ Hosjö, Pumpen

- 4,7 km (elljus)
- 8 och 11 km

### ■ Lugnet

- 0,7 och 3,3 km (elljus)
- 5, 7, 10 och 15 km

### ■ Samuelsdal

- 2,5 km (elljus)

### ■ Stångtjärn

- 2 och 8 km (elljus)
- 6, 8 och 13 km

### ■ Sågmyra

- 2,7 och 4,5 km (elljus)
- 8 km

### ■ Övriga spår i Falu kommun:

Bjursås Camping, Boda, Borgärdet (Svärdsjö), Danholnsskolan, Heden, Grycksbo, Karlsbyheden, Lensberget, Lingham, Lumsheden, Morbygden, Runn, Sundborn, Vika, Vintjärn och Vällan.

För aktuella snöläget och mer information, se [skidspar.se](http://skidspar.se).

Satsningen ”*Låna en svensk*” på Falu stadsbibliotek har blivit en framgång. Närmare 70 personer har hittills blivit utlånade av lika många nyfikna, nyanlända låntagare. Det som började i liten skala under september, växer och kommer att fortsätta.

TEXT OCH FOTO: Agneta Barle

# Låna en svensk

## – POSITIVT BROBYGGE MELLAN MÄNNISKOR

■ **SAMHÄLLE/** Idén kring ”Låna en svensk” dök upp i samband med föreläsningsserien ”Ett samhälle för alla”, som stadsbiblioteket och arbetsmarknads- integrations och kompetensförvaltningen (AIK) höll i.

– Jag visste att man jobbade så i Hultsfred, säger Ann-Sofie Köpmans, enhetschef för vuxenverksamheten. Kanske kunde vi göra något liknande i Falun? Vi pratade med Laila Edholm på AIK som var positiv.

### Rätt i tiden

Hösten var tuff, både politiskt och mänskligt. Många var på flykt och tog sig till Sverige under svåra förhållanden.

– Samtidigt märkte vi ett stort intresse från Faluborna att hjälpa till på olika sätt, säger Johanna Tangnäs, bibliotekarie. De ville avsätta tid och få kontakt med nyanlända människor.

– Vår satsning kom precis rätt i tiden, säger Ann-Sofie Köpmans. Vi hade förberett oss under våren så det var bara att köra när vi insåg hur väl det behövdes.

Låna en svensk tillhör inte ordinarie verksamhet, men bibliotekspersonalen ser till att det fungerar. På en anslagstavla sitter korta beskrivningar på dem som finns att låna.

– Vi tar med glädje på oss det jobbet eftersom vi tycker att det är viktigt, säger Ann-Sofie. Att låna en svensk är nästan lika enkelt som att låna ut en bok.

### Inga krångligheter

Bra saker är ofta enkla. Det finns inga regler för hur mötet mellan låntagaren och den utlånade ska vara. De bestämmer själva var och när de ska träffas och vad de ska prata om.

– Vi litar på att paren tillsammans väljer hur de vill göra, säger Johanna. De möts på lika



Biblioteket ett öppet, obundet rum för alla.  
– Därför passar Låna en svensk så bra här, säger Ann-Sofie Köpmans och Johanna Tangnäs på stadsbiblioteket.

villkor. Det kan bli korta, enstaka möten eller möten som leder till livslång vänskap och nya kontakter för båda inblandade.

### Självklar språkträning

Flera låntagare uttrycker just att de haft svårt att träffa vanliga svenskar.

– Men genom ”Låna en svensk” har de lyckats! Och svenskarna har sagt samma sak – äntligen har de fått kontakt med personer från andra länder.

**”Att låna en svensk är nästan lika enkelt som att låna ut en bok.”**

Ann-Sofie Köpmans

### /Hur gör jag?

■ **Om du vill bli utlånad:** Kontakta stadsbiblioteket, skriv en kort presentation av dig själv. Biblioteket sätter upp din beskrivning på anslagstavlan. När någon vill låna dig får du personens kontaktuppgifter av biblioteket. Sen är det du som kontaktar låntagaren för att bestämma träff.

■ **Om du vill låna en svensk:** Gå till stadsbibliotekets reception. De hjälper dig att hitta någon att låna. När du bestämt dig, fyller du i en blankett om vem du är och dina kontaktuppgifter. Vänta tills du blir kontaktad.

– Vem som är svensk definierar du själv. Den som känner sig som svensk kan ju ha bott här i hela sitt liv, kanske varit utbytesstudent eller kommit hit som flykting. Vill du träffa en nyanländ, har ett stort kontaktnät eller intressen du vill dela med dig av – hör av dig till oss.

### Ringar på vattnet

Samarbetet mellan stadsbiblioteket och AIK, nu tillsammans med Rättighetscentrum, fortsätter alltså. Själva lånandet sköts via bibliotekets reception och en ny anslagstavla med korta beskrivningar på dem som vill bli utlånade är på gång.

– Satsningen har fått genomslag på flera håll i landet, säger Ann-Sofie Köpmans. Många bibliotek har hört av sig för att höra hur vi har gjort. Det berättar vi gärna, Hultsfreds bibliotek hjälpte igång oss och nu vill vi göra likadant. ■





När det passar dem båda brukar Maud Hallmans och Hibaq Ali Omer ses på biblioteket. – Vi trivs ihop, man går alltid både gladare och nöjdare därifrån.

# Lånet blev till vänskap

**Två kvinnor sitter på stadsbiblioteket och pratar. De skrattar och det märks att de trivs ihop. Maud Hallmans och Hibaq Ali Omer hittade varandra i höstas tack vare Låna en svensk.**

TEXT OCH FOTO: Agneta Barle

■ **SAMHÄLLE/** Maud Hallmans skrev snabbt upp sig för att bli utlånad. Hon jobbar på Almi Företagspartner, är gift, har tre barn och bor i Falun. Hon hade hört talas om idén och blev glad när projektet dök upp i Falun.

– Det gick så fort! Först blev jag utlånad ett par gånger och det kändes bra, men så träffade jag Hibaq och då tog samtalen en annan vändning.

## Spännande steg

Hibaq Ali Omer är 25 år och kom från Somalia för två år sedan. Hon fick uppehållstillstånd förra året och bor i Falun hos en kusin. Dagarna är fyllda av SFI och hennes språkutveckling går snabbt.

– Hibaqs svenska har utvecklats enormt, säger Maud. I början tog vi hjälp av engelskan och det kändes som om jag var där mest för hennes skull. Nu har det svängt, hon ger mig så mycket tillbaka. Det är intressant att få en

inblick i en annan människas liv och kultur.

– Min lärare på SFI uppmanade oss att gå till biblioteket och låna en svensk, säger Hibaq. Jag gick dit direkt, läste igenom allas beskrivningar och fastnade för Maud. Hon talade engelska och det var bra, särskilt i början. Mina klasskamrater var mer avvaktande men nu vill de veta allt. Nu försöker jag få dem att göra samma sak.

– När jag såg Hibaqs namn trodde jag att jag skulle träffa en man, säger Maud. Och så kom du! Våra möten ger mig mycket på många plan. Mina barn tycker det är spännande och vill också träffa Hibaq. Nu har min svärmor skrivit upp sig för att bli utlånad och min man säger att han också tänker hänga på.

## Handfasta råd

Första gången berättade Hibaq att hon vill lära sig cykla. Hon bad Maud ta reda på om det fanns sådana kurser och det gjorde det. AIK startar nya i vår.

– Jag vill också lära mig simma, det gör man inte i Somalia. Alla killar spelar fotboll, men flickorna sitter mest hemma. I Sverige finns så mycket vi kan göra – jag längtar efter yoga och alla sorters träning.

Några nackdelar kan ingen av dem komma



**”Hibaqs svenska har utvecklats enormt”**

Maud Hallmans

på. Det är enkelt och man bestämmer ju själv hur mötena ska vara och vad man vill prata om. Maud har blivit utlånad flera gånger och till en kille gav hon rådet att låna igenom hela listan.

– Då får han ju många olika perspektiv på Falun och alla vill prata svenska med honom.

## Rätt plats

Båda tycker att det är toppen att biblioteket håller i projektet.

– Här finns mycket som även nyanlända kan ha nytta och glädje av. De kan ta med sig sina barn, de kan fika och hitta böcker både på sina hemspråk och på lätt svenska. Miljön är så öppen och gemytlig.

Att Maud och Hibaq kommer att fortsätta träffas är ett som är säkert. De har olika bakgrund, ålder och livssituation men det är mycket som förenar dem. Mellan mötena håller de kontakt via sms.

– Jag vill snabbt skaffa mig en yrkesutbildning så att jag kan börja jobba, säger Hibaq. Gärna som tolk eller förskollärare.

Maud nickar instämmande:

– Det kommer att gå så himla bra för dig. Det är spännande att få följa med dig på din resa. ■





Kommunen arbetar på flera plan för att skapa trygghet för alla seniorer. (Personerna på bilden har inget samband med artikeln.)

# Så kan du som äldre få

I Falu kommun har antalet vårdplatser varit på samma nivå de senaste åren och man satsar bland annat på **ny teknik** för att skapa trygghet och bidra till ett självständigt liv i det egna hemmet.

TEXT: Peter Dahlkvist.

■ **OMSORG/** Våra äldre blir allt fler, både i Falu och i övriga landet. En av kommunernas stora utmaningar, är att skapa trygghet för alla, oavsett hur och var individen vill leva och hur

mycket stöd den behöver. Fler boenden anpassade för äldre behövs, men det måste också finnas stöd för de som vill bo kvar i hemmet.

– Antalet vårdplatser på vård- och omsorgsboenden i Falu har varit konstant runt 500 platser i många år. Skillnaden om man tittar 10 år tillbaka, är att kunderna som hade vårdplatserna då inte var så sjuka som de som har platserna idag. Idag bor de äldre hemma eller i andra boendeformer längre, säger Lena Halsius som är utbildare och systemadministratör på omvårdnadsförvaltningen i Falu kommun.

## Stöd och hjälp för dig

Behöver du hjälp med exempelvis hemtjänst, leverans av matlådor, hjälp i hemmet, anhörigstöd eller plats på ett vård- och omsorgsboende så är det kommunens biståndshandläggare du ska kontakta. De gör sedan en prövning och kontaktar dig med ett beslut. Tycker du att bedömningen är fel så kan du överklaga.

**Du som kund betalar bara för den tid hemtjänsten varit hos dig, genom att de stämplar in och ut med den lilla dosan vid ytterdörren.**

Kontaktuppgifter och biståndsenhetens öppettider finns här bredvid.

## Hjälp som du kan få utan beslut

I Falu kommun finns 6 stycken så kallade träffpunkter, mötesplatser för dig som pensionär, anhörig eller närstående. Till träffpunkterna är alla välkomna och här finns aktiviteter som stimulerar och håller alla sinnen igång. Träffpunkterna är också viktiga för närstående eller anhörigvårdare med gemensamma aktiviteter under lättsamma former.

Behöver du hjälp med att till exempel sätta upp gardiner eller byta glödlampor så kan du kontakta Kommunfixaren, som fixar praktiska saker i hemmet.

## Teknik kan ge trygghet och ett självständigare liv

Falu kommun har under en tid provat ny teknik som ett komplement för att underlätta och skapa trygghet för de äldre. Det handlar bland annat



En så kallad "giraff" är en rörlig Tv-skärm som kan köra runt i hemmet. Genom bildskärmen och kameran kan hemtjänsten, anhöriga och den äldre ha kontakt.



Nyckelfria lås har monterats på flera ställen runt om i Falu kommun. Låsen styrs via behörighet i hemtjänstens arbetsmobiler och på det sättet behövs inga nycklar.

# hjälp och stöd

om fjärrtillsyn där du själv väljer när någon ska titta till dig på natten, via en kamera i ditt hem. Nattsömmen blir då inte störd som den eventuellt kan bli när hemtjänstpersonal kommer på natten.

– De här tekniska hjälpmedlen är ett komplement som kunden själv kan välja. Men trygghet kan betyda så mycket olika saker för olika personer, säger Lena Halsius.

Enligt en undersökning som Falu kommun gjort så är de flesta som provat kamerorna jättenöjda och vill ha dem kvar.

## Mobil fjärrtillsyn

Mobil fjärrtillsyn eller den så kallade "giraffen" är ett annat tekniskt hjälpmedel som provats i Falun. Man kan likna den vid en rörlig Tv-skärm som åker runt i hemmet där hemtjänstpersonalen kan kommunicera i ljud och bild med de äldre.

Med mobil fjärrtillsyn finns också möjligheten för den äldre att exempelvis dricka kaffe tillsammans med barnet som bor på annan ort, utan att

behöva sätta sig in i teknik som datorer eller telefoner. Kommunen ser nu över behovet av "giraffer".

## Mobiltelefonen som arbetsverktyg

Under mars månad går hemtjänsten i Falu kommun över till mobil dokumentation. Det innebär att hemtjänstpersonalen får information i mobiltelefonen eller läsplattan, och kan uppdatera den direkt.

– Personalen kan läsa på vad som har hänt den senaste tiden vilket är säkrare för kunden, underlättar vårt arbete och ger mer tid för det viktiga vi ska hjälpa till med, säger Lena Halsius.

I många hem i Falun används också nyckelfria lås som styrs via behörighet i hemtjänstens arbetsmobiler. Det underlättar arbetet för hemtjänstpersonalen.

Du som kund betalar bara för den tid hemtjänsten varit hos dig, genom att de stämplar in och ut med den lilla dosan vid ytterdörren. ■

## /Kontaktuppgifter

### För dig som är i behov av stöd, omvårdnad och för dig som vårdar någon:

#### Biståndshandläggarna

Måndag–fredag kl. 09.30–11.30 och 12.30–14.00. Telefon 023-877 80 eller via kommunens växel telefon 023-830 00. Du kan också få information via mejl: [omvardnadsforvaltningen@falun.se](mailto:omvardnadsforvaltningen@falun.se)

#### Kommunfixaren

Hjälper dig med praktiska saker i hemmet. Telefon 023-826 57, vardagar kl. 08.00–09.00.

#### Träffpunkter i Falu kommun

- Träffpunkt Britsarvsgården, telefon 023-877 14,
- Träffpunkt Hosjögården, telefon 0246-815 30,
- Träffpunkt Sandtäktsgården, telefon 023-827 06
- Träffpunkt Smedjan, telefon 023-827 06,
- Träffpunkt Svärdsjö, telefon 0246-815 30.

Läs mer om stöd för äldre på: [falun.se/stodomsorg/aldre](http://falun.se/stodomsorg/aldre)





Många i Grycksbo är engagerade i bandyn och spel på Tansvallen, en bättre ismaskin kommer att innebära ett rejält lyft. Föreningen har också planer på att ordna konstfrusen is för att förlänga säsongen. Bilden är hämtad från ett möte i damallsvenskan tidigare i år där Grycksbo IF vann över Stockholm United.

# Idrottsföreningar i Grycksbo fick kommunalt bidrag

När kultur- och fritidsnämnden i december fattade beslut om "föreningsbidrag för övriga ändamål" så var det Grycksbo som blev den stora vinnaren. Grycksbo IF OK fick 288 000 kronor för inköp av 4-hjulning och spårreggat och Grycksbo IF BK beviljades 240 000 kronor till en ismaskin på Tansvallen.

TEXT: Peter Dahlkvist  
FOTO: Kerstin Lundin

**FÖRENING/** – Det här är första gången vi får ett sådant här bidrag och det betyder väldigt mycket för föreningen. Vi har inga stora sponsorer och är beroende av stöd från kommunen. En ny ismaskin kostar minst de dubbla mot vad vi fått i bidrag, så vi letar nu med ljus och lykta efter en begagnad, säger Pär Uhlin från Grycksbo IF BK – Bandy.

Bandyföreningen har funnits i över 100 år och har fostrat flera stora namn genom



Pär Uhlin är en av de drivande bakom Grycksbo IF BK – Bandy. På bilden syns även tränar-kollegan Jonny Grönoset.

tiderna. Föreningen engagerar mycket folk och isrinken används flitigt, vilket också kultur- och fritidsnämnden bekräftade i sin motivering till bidraget.

## Vad har ni för utvecklingsidéer i föreningen?

– Det har ju varit flera dåliga vintrar så vi har bland annat en idé om att få till konstfrusen is på Tansvallen. Kanske går det sedan att köra aggregatet bara de dagar det är plusgrader, så blir det inte så stor kostnad. Vi ska ta en diskussion med kommunen om det, säger Pär Uhlin.

Kultur- och fritidsnämnden ger bidragstypen "övriga ändamål" för saker som de vanliga bidragen inte täcker. Enligt rutin så beviljar nämnden bidrag som rör vinteraktiviteter på vintern, och bidrag till föreningarnas sommaraktiviteter på sommaren. Nämndens budget för år 2015 för den här typen av bidrag, var på 1 153 000 kronor. ■

## /Bidrag ni kan söka

### ■ Kommunala bidrag

En förening kan söka mängder av olika kommunala bidrag inom följande huvudgrupper:

- Fritids- och idrottsverksamhet
- Kulturverksamhet
- Pensionärsverksamhet
- Evenemangsstöd
- Kommunalt lönebidrag för föreningar

För mer information vad som gäller och hur ni ansöker om föreningsbidrag, gå in på [falun.se](http://falun.se) och sök på "bidrag, stöd och stipendier". Det går också att ringa kommunens växel, telefon 023-830 00.

### ■ Bidrag för att utveckla landsbygden

Har er förening verksamhet eller projekt som kommer att utveckla landsbygden? Då kan ni söka EU-pengar via Dalälvarnas utvecklingsområde. Projekten kan exempelvis handla om utbyten mellan stad och land, näringslivsutveckling, innovationer, arbetsmarknadsprojekt, jordbruk, mötesplatser, turism, idrott och hälsa.

Mer information finns på [falun.se](http://falun.se), sök på "landsbygdsprojekt". Eller kontakta Hanne Stenback för mer information, telefon 023-868 76.



## Två snabba frågor till politikerna i kultur- och fritidsnämnden

- 1 Hur tänker du när det gäller urvalsprocessen/fördelningen av föreningsbidrag?
- 2 Hur ska man som förening skriva ansökan för att ha störst chans att få bidraget beviljat?

### Kenth Carlson (MP), 1:e vice ordförande

- Vi borde hjälpa föreningarna att synas mer, de är en stor resurs som gör väldigt mycket bra. Men bidragen går efter budget och det finns en viss summa att fördela.
- Det gäller att skriva utförligt och skicka med en budget och tidigare årsbokslut. Beskriv vad bidraget skulle betyda för föreningen. Många gånger behövs en komplettering av ansökan.

### Åsa Nilser (L), 2:e vice ordförande

- Dagens regler är inte bra. Bidragssystemets nuvarande urvalsprocess måste synliggöras för medborgarna och utföras i dialog med föreningarna.
- Syftet och nyttan är avgörande. Projekt som främjar tillgänglighet, jämställdhet och jämlikhet samt barn och ungdomar ska gynnas.





Att skotta åt grannen som är på semester och därmed minska risken för inbrott – också en form av grannsamverkan.

## /Grannsamverkan

### Intresserad av grannsamverkan? Gör så här:

- Ta kontakt med kommunpolisen, samla ihop dina grannar och boka tid för information.
- Kommunpolis Hans-Erik Rehnstam kommer ut till er och informerar. Ett försäkringsbolag kan också delta om så önskas. Informationsmötet är gratis och tar max en halvtimme.
- Hans-Erik Rehnstam nås på telefon 010-567 21 23, hans-erik.rehnstam@polisen.se



## TRYGGARE MED

# grannsamverkan

**Grannsamverkan** är en metod som sänker brottsligheten och stärker tryggheten och trivseln i ett bostadsområde. Nu erbjuder kommunens lokala brottsförebyggande råd (BRÅ), tillsammans med polisen, informationsträffar till alla som är intresserade av grannsamverkan.

TEXT: Agneta Barle. FOTO: Justem Johnsson, Scandinav

■ **TRYGGHET/** Hans-Erik Rehnstam tillträdde en nyinrättad tjänst som kommunpolis i december 2015. I den rollen är han förbindelselänken mellan polisen och kommunen. Han har ett nära samarbete med Ulrika Gustafsson-Lindberg, kommunens BRÅ-samordnare. De har flera projekt på gång kring brottsförebyggande arbete.

*Vilka brott ökar i Falun? Vilka minskar? Vad vill medborgarna att de ska lägga krutet på?*

– Enligt BRÅ:s statistik från 2010 till 2014 ökade antalet bostadsinbrott i hela landet, så även i Falun, säger Ulrika Gustafsson-Lindberg. Vi har en förhållandevis låg brottslighet i Falun men ett inbrott är inte bara kränkande för den som drabbas, utan skapar också allmän otrygghet i området.



Ulrika Gustafsson-Lindberg, Hans-Erik Rehnstam och Susanne Norberg.

### Många fördelar

Ulrika och Hans-Erik hävdar att grannsamverkan är ett enkelt och effektivt sätt att minska antalet inbrott i villor och flerfamiljshus:

– Enligt nya forskningsresultat kan inbrott, bilstölder och skadegörelse minska med upp till 26 procent. Det är bra siffror. Det ger också andra bo-

nuseffekter: Känslan av trygghet ökar, gemenskapen i området stärks och många äldre som är hemma dagtid kan få en meningsfull uppgift på dagarna.

– Det handlar om att grannar samarbetar i ett nätverk, håller uppsikt och utser en kontaktperson som i sin tur har kontakt med polisen. Vi kommer gärna och informerar. Jag har redan varit ute i Övre Guvriset och i Sundborn, säger Hans-Erik.

– Hittills har det mest funnits i villaområden, men nu vill vi gärna sprida informationen till de som bor i flerfamiljshus, säger Ulrika. Våra kommuninvånare ska känna sig trygga var de än bor.

### Konkreta tips

Att polisen finns med är mycket viktigt. Det ger en tyngd åt verksamheten

och man undviker risker med eventuella medborgargården som kan ta lagen i egna händer.

– Du ska inte ingripa själv eller sätta dig i en situation som du inte klarar av. Däremot ska du iakttä, gärna fotografera och ringa polisen. Skriv gärna upp bilnumret om det skulle det dyka upp en okänd bil i området.

### Avskräckande effekt

– Vi i kommunen ser mycket positivt på att fler bostadsområden startar grannsamverkan, säger Susanne Norberg, kommunstyrelsens ordförande och ordförande i lokala BRÅ. Grannsamverkan har bevisligen en avskräckande effekt, det skapar trygghet och är ett enkelt och bra sätt att jobba på. ■



Ett brett utbud av attraktiva bostäder.

Det är en av förutsättningarna för att en kommun ska kunna utvecklas och blomstra.

– I Falun jobbar vi med bostadsfrågan på flera fronter. Vår vision är ”Ett större Falun” och att Falun ska vara en plats för alla, säger **Margaretha Åslund**, chef för kommunens miljö- och samhällsbyggnadsförvaltning.

TEXT OCH FOTO: Kerstin Lundin

## SÅ BOR VI I FALU KOMMUN

Totalt: 25 548 hushåll

Källa: SCB 2014.

# Så vill vi bo

## STOR EFTERFRÅGAN PÅ VILLATOMTER OCH CENTRALA LÄGENHETER

263

Bostadsrätt, småhus

287

Hyr småhus

■ **TEMA: BOSTAD/** Faluns politiska majoritet vill öka antalet bostäder med 200 per år perioden 2016–2018.

För de kommande två åren ser målet ut att uppfyllas med råge. Prognosen för 2016 är 270 nya bostäder och för 2017 är siffran 260.

– Vi räknar med att ungefär hälften av dessa kommer att vara nya hyresrätter, men man ska samtidigt komma ihåg att det här är en uppskattning och inga exakta siffror, säger Karin Eliasson, exploateringsstrateg.

### VM har ökat intresset för Falun

De senaste åren har Falu kommun arbetat intensivt för att knyta kontakt med investerare, fastighetsbolag och andra företag som skulle kunna göra satsningar i Falun.

– Vi har bland annat varit på fastighetsmässor och i Almedalen. Det handlar om att lyssna in vad de är på jakt efter, bjuda in dem hit och kunna svara upp mot deras behov, förklarar Margaretha som bedömer att intresset för Falun är stort.

– Större stöder och universitetsstäder har starkast utveckling i Sverige, men bland de medelstora städerna ligger vi väldigt bra till.



Anna Islén och hennes familj byggde nytt på Galgberget för sex år sedan. De trivs bra och ser bara fördelar med att området växer.

Magnus Fridsén är exploateringschef. Han menar att närheten till Borlänge är en av Faluns styrkor:

– Tillsammans med Borlänge och de kringliggande mindre kommunerna har vi 165 000 invånare och det bara tio minuter att resa mellan stadskärnorna, det är ganska unikt. Dessutom har vi låg arbetslöshet, under riksnittet. Det visar också på en tilltro till regionen.

Både Margaretha och Magnus tror att skid-VM har bidragit till att öka intresset för Falun. Dels för att investerare känner till Falun och har en färsk referens, dels för att det lyckade evenemanget visar på kompetens.

– Publiksuccén i vintras visar att vi är kompetenta att genomföra ett jätteevenemang. Den positiva känslan ”spiller över” på Falun som helhet, säger Magnus.

### Liv och rörelse i centrum

I den gemensamma översiktsplanen för Falun och Borlänge står det att Falun ska växa åt Borlänge till och att en förtätning ska göras.

Förtätning innebär att det ska byggas mer där det redan finns bebyggelse – ett mål som kommer att bli tydligt i den fördjupade översiktsplan för Falu tätort som nu ska göras.

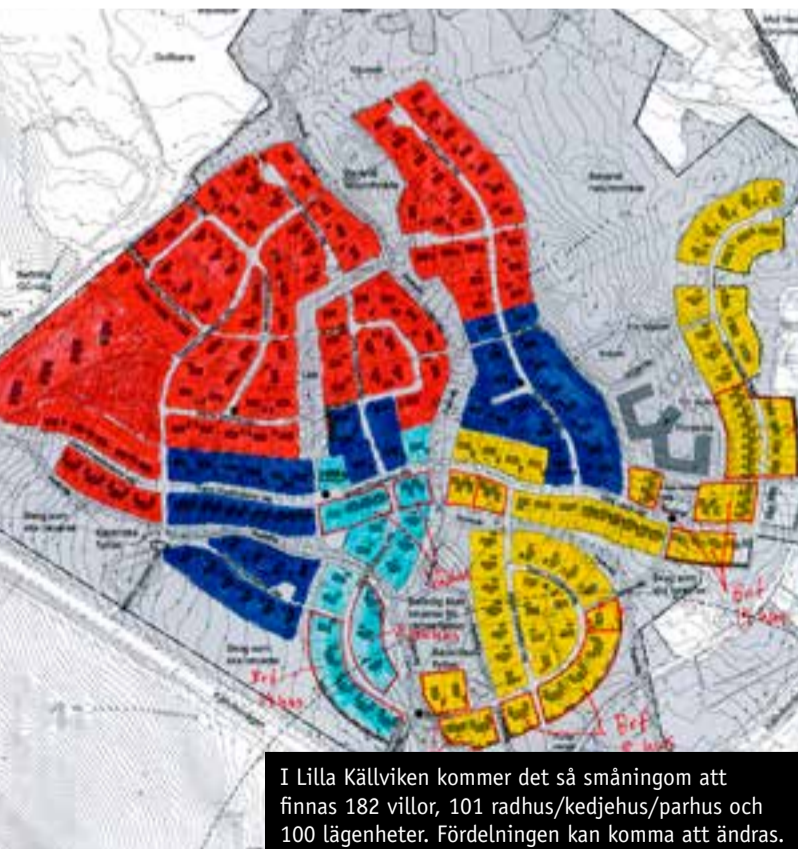
– I Falun finns det goda förutsättningar att förtäta, det är inte särskilt trångt som det är och vi har väldigt mycket grönyta per invånare. Med fler bostäder i centrala Falun får vi också mer liv och rörelse, vi får en trevligare stad där fler människor rör sig olika tider på dygnet, säger Margaretha Åslund och tillägger att det kommer att finnas chans att lämna synpunkter

”I Falun finns det goda förutsättningar att förtäta, det är inte särskilt trångt som det är och vi har väldigt mycket grönyta per invånare.”

Margaretha Åslund, chef för kommunens miljö- och samhällsbyggnadsförvaltning.



Nybyggt i Lilla Källviken, Faluns nyaste bostadsområde.



I Lilla Källviken kommer det så småningom att finnas 182 villor, 101 radhus/kedjehus/parhus och 100 lägenheter. Fördelningen kan komma att ändras.

på den fördjupade översiktsplanen:

– Förslaget kommer att ställas ut och det blir såklart också informationsmöten och samråd. Förändringar i stadsbilden är inget som händer över en natt.

#### Här byggs det

Intresset för att bygga en egen villa är fortsatt stort och kommunens tomtkö är lång.

De senaste åren har det byggts mycket i Slätta och på Galgberget.

– Just nu byggs det också för fullt i Lilla Källviken och framåt hösten hoppas vi kunna släppa fler tomter i Slättaskogen. Utöver det jobbar vi också ständigt för att skapa fler tomter i befintliga bostadsområden runt om i Falun. Vi vill ha en bra spridning, säger Karin Eliasson.

När det gäller nya hyresrätter har Koppastaden nyligen börjat bygga fem hus på Glimmerstigen på Galgberget. Totalt ska det bli 115 lägenheter på 1–4 rum med kök.

– De är inte så stora till ytan, men smart planerade. Det gör att hyran hamnar på en rimlig nivå, säger Elke Herbst, Koppastadens marknadschef. ■



## Tuff bostadsmarknad

På många håll runtom i Sverige råder bostadsbrist och även i Falun är situationen tuff.

Speciellt för den som söker en lägenhet med låg hra.

– Bristen på boende märks av för alla medborgare och vi jobbar för att hitta lösningar, säger Christina Knutsson (S), ordförande i socialnämnden.

TEXT: Camilla Sandy

■ **TEMA: BOSTAD/** När bostadsbolagen blir tuffare i sina krav på hyresgäster blir bostadsmarknaden hårdare. Grunden är bristen på bostäder som råder sedan flera år tillbaka. Och för de som inte har råd med höga hyror eller har möjlighet att köpa sin bostad blir pressen större. Den 1 februari i år ändrade kommunalägda Koppastaden AB sina regler för uthyrning för att underlätta för hyresgästerna.

– Dels har vi förändrat inkomstkraven och dels godkänner vi andra typer av anställningar än enbart fasta. I dag jobbar många i projekt eller har visstidsanställning och vi måste anpassa oss till hur samhället ser ut, säger Elke Herbst, marknadschef på Koppastaden.

#### Samarbetet fungerar bra

Falu kommun och Koppastaden har ett nära samarbete både inom integration, för att ordna boende till nyanlända, och så kallade kommunala kontrakt via socialtjänsten där hyresgästerna hyr i andra hand med socialtjänsten som hyresvärd.

– Samarbetet med kommunen funkar exceptionellt bra, säger Elke Herbst och får medhåll av Christina Knutsson:

– Vi har ett bra samarbete och jobbar ständigt för att förbättra situationen.

I fjol invigdes Brigaden där 40 lägenheter var ettord riktade till den vanliga bostadskön som gör det möjligt för unga att hitta ett första boende till rimlig hyra.

Men behovet av lägenheter med billigare hyror fortsatt stort och under våren ska vi träffas för att diskutera vidare och titta på olika lösningar. ■



## Politikerna vill öka byggandet

Vi frågade oppositionsrådet Mikael Rosén (M) och kommunalrådet Jonny Gahnshag (S) om deras syn på bostadssituationen. Här är deras svar.

1 Vad betyder bostadsbyggandet för utvecklingen av Falu kommun?

2 Vilken typ av bostäder behövs allra mest i Falu kommun?

3 Hur kan Falun bli bättre på att möta den efterfrågan på bostäder som finns?

### Mikael Rosén (M)

● Bostadsbyggandet betyder oerhört mycket! Folk måste kunna flytta hit, dels för att företag och offentlig sektor ska kunna växa men också för att kunna ersätta pensionsavgångarna. Det måste också vara möjligt för unga vuxna att bo kvar i Falun, och för unga från andra håll att kunna komma hit för att studera.

● Vi har bostadsbrist inom alla sektorer, och behöver därför bostäder av alla typer: hyresrätter, bostadsrätter och egna hem. Vi behöver dessutom olika former av äldreboenden.

● Först nu, efter flera år, börjar den rödgröna kommunledningen ta sitt ansvar men väldigt mycket återstår. Tiderna för att få fram detaljplaner, bygglov och politiska beslut måste kortas rejält. Hållbarhets- och tillväxtaspekter måste samordnas betydligt bättre, och på ett tidigare stadium i processerna. Det måste finnas en bättre planberedskap. Samarbetet med länsstyrelsen måste förbättras.

### Jonny Gahnshag (S)

● Det ger fler möjlighet att hitta en bostad som passar behov och önskemål. Med nya bostäder ökar omsättningen vilket också frigör fler äldre bostäder. Alla tjänar alltså på att det byggs nytt och kommunen får fler invånare som bidrar till att samhällsservice och kommersiell service stärks. Bostadsbyggande skapar dessutom jobb i bygg- och serviceföretag.

● Alla typer av boende efterfrågas, men jag bedömer att efterfrågan på bekväma lägenheter är allra störst, både i stan och i de mindre tätorterna. Många vill lämna stora hus för något mer lättkött och ungdomar och studenter är ständigt på jakt efter mindre lägenheter. Det är viktigt med en balans mellan hyres- och bostadsrätter så att både de som vill hyra och köpa har alternativ. Radhus som ett storleksmässigt mindre och mer ekonomiskt alternativ till villa har fått ett uppsving.

● Tillgången på byggbar mark behöver bli ännu större. Tolv detaljplaner togs fram 2015, det arbetet måste fortsätta. Den fördjupade översiktsplanen som påbörjats blir viktig för att få fram nya lägen, men också för att få in synpunkter från faluborna vart det passar bra och mindre bra med nya bostäder. Parallellt med det här fortsätter vi att ha kontakt med olika bostadsbyggare för att mångfalden av olika boendeformer och utbudet ska bli ännu bredare.

Har du tänkt bygga en carport i sommar eller kanske en veranda? Eller planerar du att byta fönster eller sätta upp ett plank? I så fall kan det vara dags att söka bygglov.

– Hör av dig så kan vi berätta vad som gäller för just din fastighet, säger **Susanne Svärdröm**, myndighetschef för bygg- och miljöfrågor.

TEXT: Kerstin Lundin

# Sök bygglov i god tid

■ **TEMA: BOSTAD/** Om det finns en detaljplan för området är det i första hand den som bestämmer vilka förändringar du får göra på ditt hus.

– Den säger bland annat var du får bygga, hur mycket du får bygga och hur högt du får bygga, men det kan också gälla rent estetiska kriterier, som hustyp, utseendet på fönster eller kulör på fasaden, förklarar Susanne.

Om din fastighet ligger i ett område som saknar detaljplan tillhör den istället någon av kategorierna ”sammanhållen bebyggelse” eller ”utanför sammanhållen bebyggelse”.

– Vi har nyligen lagt ut en karta på falun.se där du kan se hur olika områden är klassificerade, berättar Susanne.

### Kompletteringar tar tid

Flest bygglovsansökningar får kommunen under våren då många förbereder sommarens projekt. Vanligast är ansökningar som gäller tillbyggnader av villor och fritidshus, carportar, uthus, uteplatser, skärmtak och uterum.

– Det bästa sättet att snabba på processen är att komma in med tydliga handlingar. Ju bättre handlingar du skickar in, desto snabbare går det. Att skynda på ärendet genom att



Susanne Svärdröm

själv fråga grannar om tillstånd går inte. Det måste skötas av kommunen – av juridiska skäl.

– Men det är alltid bra att förbereda grannar och berätta om olika byggplaner i ett tidigt skede, tipsar Susanne.

### Bygglovsfritt

Alla byggen kräver inte bygglov. På en vanlig villatomt kan du bygga fristående byggnader på sammanlagt 15 kvadratmeter utan att fråga kommunen om lov.

– Då ska man komma ihåg att 15 kvadratmeter är den sammanlagda ytan och att höjden får vara max tre meter från marken. Har du redan utnyttjat de 15 bygglovsbefriade kvadratmetrarna behöver du alltså bygglov om du vill sätta upp ett cykelförråd eller en red-

skapsbod, förklarar Susanne.

Det finns även en rad åtgärder som inte kräver bygglov, utan istället en anmälan.

– Hit räknas till exempel vatten- och avloppsinstallationer, eldstäder och rökkanaler och ingrepp i bärande huskonstruktioner, men också Attefallshus.

Bor du utanför sammanhållen bebyggelse kan du bygga både mindre tillbyggnader och komplementbyggnader, exempelvis garage, utan bygglov. Däremot finns begränsningar för hur stora tillbyggnader och komplementbyggnader får vara.

### Vanliga missuppfattningar

Bygglovsprocessen är komplex och omfattar många främmande begrepp och regler. Kanske är det skälet till att det finns många seglivade missuppfattningar om vad man får och inte får.

– En del tror till exempel att man alltid har rätt att bygga 4,5 meter från grannens tomt, men i praktiken finns många olika faktorer att ta hänsyn till.

– Om du planerar någon slags byggåtgärd, hör med oss först. Det kan finnas många faktorer som skiljer från fastighet till fastighet, säger Susanne. ■



Foto: Trons

## /Läs mer

■ På [falun.se/bygga-bo](http://falun.se/bygga-bo) finns mycket information, bland annat Bygglovsguiden och kartor som visar både om du bor inom detaljplanerat område och gränsen för ”sammanhållen bebyggelse”.

■ Du kan även ringa och prata med en bygglovshandläggare. Ring direkt till växeln, tfn 023-830 00. Telefontid vardagar kl 10–12.





Det finns många saker att tänka på när du ska anlita hantverkare, till exempel att ta in offerter från flera olika håll.

### Här hittar du mer information:

■ **omboende.se**  
Konsumentverkets och Boverkets webbplats för boendefrågor. Här hittar du bland annat avtalsmallar, checklistor och svar på vanliga frågor.

■ **falun.se/konsument**  
Falun kommuns service för dig som är konsument eller näringsidkare. Opartisk och kostnadsfri rådgivning, tfn 023-838 00. Telefontid kl 10-12 och 14-16 på måndagar, tisdagar och torsdagar.

## RENOVERING PÅ GÅNG?

# Viktigt att teckna avtal

**Blev snickarens räkning högre än du hade tänkt dig eller tog målaren för lång tid på sig?**

**Det är du inte ensam om att tycka.**

**– Många kunder är missnöjda med hantverkstjänster, men det är sällan det går att skylla allt på hantverkaren, säger Ellen Gräfnings, konsumentjuridisk rådgivare.**

TEXT: Kerstin Lundin

FOTO: Trons

■ **TEMA: BOSTAD/** Hantverkstjänster är det vi svenskar klagar allra mest på. Det visar Konsumentverkets årliga sammanställningar. 2015 är hantverkstjänster återigen i topp – för tionde året i rad.

### Kvalitet och pris

Också hos Falu kommuns konsumentjuridiska rådgivare är det just hantverkstjänster som flest frågar om.

Arbetet kan till exempel ha tagit längre tid än kunden trodde, blivit dyrare eller utfört på ett sätt som kunden inte är nöjd med.

– När ett jobb gått snett visar det sig ofta att

ett skriftligt avtal saknas eller att kommunikationen mellan kund och hantverkare varit dålig, säger Ellen Gräfnings.

Innan du anlitar en hantverkare bör du ta in offerter från flera olika så att du kan bilda dig en uppfattning om priset och vad som ingår. Referenser är också viktiga.

– Har den firma du tänker anlita gjort liknande jobb? Hur var kvaliteten? Fråga runt bland kompisar och kollegor eller googla. Ofta handlar det om att väga samman kvalitet och pris. Lägst pris kan vara lockande, men kanske blir dyrare i slutänden, säger Ellen.

Andra saker att kolla upp är att företaget eller hantverkaren har F-skattsedel, försäkringar, rätt behörighet för jobbet och att det inte finns några betalningsanmärkningar eller obetalda skulder.

– I de flesta fall finns det inga problem här. Mer vanligt är att det är problem med dialogen mellan kund och hantverkare under arbetets gång, säger Ellen.

### Skriv avtal

När du hittat en hantverkare och ni är överens om omfattning och pris är det dags att skriva ett avtal.



Foto: Sara Mostofzadeh

**”När ett jobb gått snett visar det sig ofta att ett skriftligt avtal saknas ...”**

Ellen Gräfnings, konsumentjuridisk rådgivare

– Med ett skriftligt avtal kan du gå tillbaka och se vad som är överenskommet och det är enklare att få rätt i efterhand. Ett muntligt avtal gäller lika mycket som ett skriftligt men är mycket svårare att bevisa.

En annan fördel med att skriva ett avtal är att du som kund behöver tänka igenom vad du beställer. Jobbet blir både smidigare och billigare om du inte ändrar beställningen efter hand.

– Visst kan du ändra dig efter det att arbetet är påbörjat, men kom då ihåg att även priset och tiden för arbetet kan komma att ändras. Det är därför viktigt att avtalet också omfattar tilläggsarbeten och ändringar.

Ellen tycker att hantverkare generellt sett får oförtjänt mycket skäll, till exempel för att inte städa upp efter sig.

– Det är ett vanligt klagomål. Kunden kan tycka att städning är en del av tjänsten, men allt handlar om vad man har avtalat. Städning är inte något som är gratis och som automatiskt ingår, säger Ellen som också påpekar vikten av att ha regelbunden kontakt med hantverkarna under arbetets gång:

– Titta till arbetet då och då. Finns det frågetecken, så försök lösa dem efter hand. ■



God mat i all ära, det finns fler aspekter som bidrar till att måltiderna blir en av dagens höjdpunkter. Sällskapet, kvalitén på maten, lokalen du äter i och påverkan på klimatet. – Alla berörs av mat, säger **Mathilda Strand**, projektledare och legitimerad dietist på kostavdelningen.

TEXT OCH FOTO: Camilla Sandy

# Vikten av måltiden

## – GRÖN, TRIVSAM, SOCIAL OCH NJUTBAR

■ **KOST/** I Falu kommun serveras över 2 miljoner måltider per år. 2013 fattades beslutet att ta fram Faluns vision och övergripande mål för hur arbetet med mat och måltider inom förskola, skola, fritids, äldreomsorgen och andra enheter ska gå till. Sedan våren 2015 har projektledare Mathilda Strand jobbat med det kostpolitiska programmet, Faluns övergripande policy för måltider, tillsammans med representanter från olika enheter i kommunen.

– Det är väldigt roligt. Alla är positiva och intresset är stort. Många yrkesgrupper är inblandade och vi såg ganska snabbt att det finns ett behov av mer styrning och ett gemensamt mål för vår mat. Alla måste ta sitt ansvar, säger Mathilda Strand.

### Alla bör äta mer grönt

Måltiden lägger grunden för en bra hälsa och för att du ska orka jobba eller gå i skolan och tillgodogöra dig kunskap. Barn behöver bra mat för att växa och utvecklas. För äldre handlar det mycket om att bibehålla en god hälsa och motverka undernäring.

– Många kanske fokuserar på att gå ner i vikt men man glömmer det grundläggande. Vi behöver äta bra för att ha en god hälsa på lång sikt, säger Mathilda Strand.

Den psykiska aspekten på hälsa, där måltiden är matglädje och trivsel, är minst lika betydelsefull som maten. I det kostpolitiska programmet jobbas det mycket med att öka medvetenheten om vikten av måltidens helhet.

– Vi jobbar både med kvalitén på maten men även med hur måltiderna organiseras och hur pedagogerna jobbar. Måltiderna är optimala tillfällen att lära sig socialt samspel, öva sig att använda sina sinnen och sätta ord på sina upplevelser. Att få prova ny mat och lära sig vilken mat som är hälsosam och klimatsmart skapar också ett självklart samarbete mellan pedagoger och personal i köket, säger Mathilda Strand.

I dag handlar mycket också om hållbarhet. Alla bör tänka på att äta mer vegetariskt eftersom en ökad köttkonsumtion har stor inverkan på miljön.



Mathilda Strand är legitimerad dietist och projektledare för kommunens kostpolitiska program.

## /Måltidsmodellen



Livsmedelsverket har tagit fram den så kallade måltidsmodellen som visar på sex olika områden som alla är viktiga för att den som äter ska må bra av maten och känna matglädje. Modellen blir ett bra verktyg för att utveckla de offentliga måltiderna. Illustration: Livsmedelsverket





– Så är det. Det håller inte miljömässigt att äta så mycket kött som vi gör i dag och vi måste börja lära våra barn att tänka grönt. Som en ren bonus är det dessutom mer hälsosamt.

#### Klart till årsskiftet

Efter en presentation för politikerna i serviceutskottet i februari går det kostpolitiska programmet ut på remiss till den 18 mars och sedan tillbaka till utskottet för beslut i april. Därefter vidare till kommunfullmäktige. När programmet väl är antaget börjar sedan arbetet med mer detaljerade riktlinjer för de olika verksamheterna. Tanken är att allt ska vara klart till årsskiftet men redan till hösten kommer det att märkas av vid de olika måltiderna som serveras i kommunen.

– Det kan handla om planering av matsedel, hur lokalerna ska se ut, om medarbetarnas arbetsuppgifter och annat som gör att kvalitén på maten och måltiderna ökar och i sin tur bidrar till hälsosamma matvanor och en god hälsa hos Faluborna. Dessutom bidrar det till ekologisk, ekonomisk och social hållbarhet, säger Mathilda Strand. ■

# Många synpunkter på träd

Varje vecka får Falu kommun in önskemål från privatpersoner om gallring, röjning och trädfällning på kommunens mark.

– Vi kan tyvärr inte åka ut och ta hand om enstaka träd. För att använda våra resurser på bästa sätt jobbar vi i första hand områdesvis, säger LarsOlov Winge, skogsförvaltare på Falu kommun.

TEXT: Kerstin Lundin

FOTO: Johanna Carlsson

■ **SKOG/** Skötseln av kommunens skog och mark har varit eftersatt under lång tid och det finns ett stort behov av gallring, både bostadsnära och i andra områden, berättar LarsOlov.

– Nu planerar vi att öka takten i vår skogsskötsel. Vi kommer inte att kunna utföra allt på en gång, vår mark gränsar

mot cirka 3 800 villatomter.

De områden där behoven är störst har högst prioritet, men det finns även andra faktorer som påverkar, till exempel hur många boende som berörs, ekonomi och tillgänglighet för transporter.

– Gallring i bostadsnära områden är kostsamt och måste balanseras av intäkter från andra skogsområden, förklarar LarsOlov.

#### Riskträd tas om hand

Om ett träd har många stora döda grenar, sprickor, håligheter, svampar eller avbrutna grenar kan det vara ett så kallat riskträd. Det innebär att trädet kan vara en fara för människor och egendom. Var trädet står har också betydelse för om det räknas som ett riskträd eller inte, till exempel om det står nära en byggnad, en trafikerad väg eller en gång- och cykelväg.

– Träd som vi bedömer som riskträd tar vi ner, säger LarsOlov.

#### /Gallring och riskträd

■ Har du synpunkter på kommunens träd, fyll i ett formulär på [falun.se](http://falun.se) där du beskriver dina önskemål.

Du kan även ringa vår växel på tfn 023-830 00.

■ Du får inte själv röja sly eller ta ner träd på kommunens mark, men i vissa fall, och efter överenskommelse med kommunen, kan du få anlita en godkänd entreprenör för arbetet och då på egen bekostnad.

■ Läs mer på [falun.se](http://falun.se) Här kommer du under våren att kunna ta del av vår skogsskötselplan och planering av skötselåtgärder.







Halkskydd och bra belysning är ett par exempel på åtgärder som kan göra hemmiljön säkrare.

## /Fakta

### Äldre överrepresenterade i fall och bränder

- Fallolyckor är den vanligaste skadeorsaken i Sverige och ett stort folkhälsoproblem, särskilt bland äldre.
- Två tredjedelar av dem som avlider till följd av fall är 65 år eller äldre, liksom hälften av alla som vårdas på sjukhus till följd av skada.

Falu kommuns folkhälsoprogram

- Under 2015 omkom sex personer i bränder i Dalarna.
- Bland de omkomna är de flesta äldre, ofta över 80 år.
- Många har varit ensamma i sin bostad när branden startat och har inte själva kunnat släcka den eller ta sig ut ur bostaden.

Källa: Brandskyddsföreningen

Läs mer: [falun.se/stod-omsorg](http://falun.se/stod-omsorg)

# Säkrare vardag för äldre

## KUNSKAP SKA FÖRHINDRA FALL- OCH BRANDOLYCKOR

Fallolyckor är en av de olyckstyper som ökar mest och som leder till flest dödsfall, sjukhusvistelser och besök på akuten. Äldre personer drabbas ofta. De är också särskilt utsatta när en brand inträffar.

– Nu har Falu kommun och Räddningstjänsten börjat jobba tillsammans för att minska olyckorna, berättar Kristina Knutsson Sjölund, enhetschef på kommunrehab.

TEXT: Ewa Brobäck. FOTO: Scandinav

■ **SÄKERHET/** När Räddningstjänsten började prata om att samarbeta med omvårdnadsförvaltningen för att minska fall- och brandolyckorna gick allt snabbt. Idén föddes under våren och när den nybildade arbetsgruppen möttes igen efter sommaren blev det snart dags att genomföra den första grundutbildningsomgången och en checklista var färdig.

– Våra politiker var mycket positiva och fick snabbt fram pengar för att vi skulle kunna trycka checklistan, kombinerad med information och bra tips, som är grundstommen i arbetet, fortsätter Kristina.

### Checklista

Den två timmar långa grundutbildningen

Foto: Ewa Brobäck



**Bakre raden:** Helena Sandberg, Tina Berg, Kristina Knutsson Sjölund, omvårdnadsförvaltningen samt Thomas Gruhs, Räddningstjänsten Dala Mitt. **Främre raden:** Anna Hägglund (C), Mats Tollsten, Räddningstjänsten Dala Mitt och Maria Björklund, omvårdnadsförvaltningen.

riktar sig till informatörer inom omvårdnadsförvaltningen, pensionärsorganisationerna och Räddningstjänsten Dala Mitt. Checklistan kommer att skickas ut med posten till alla Falubor över 75 år som inte har någon hemtjänst. Den kommer även att spridas på träffpunkter för äldre, genom pensionärsorganisationer samt inom räddningstjänsten och bland berörd personal inom kommunen.

Checklistan innehåller 15 frågor som de äldre svarar anonymt på.

– Svaren bidrar till statistiken och hjälper

**”Fysisk aktivitet, kost, belysning och läkemedel är också faktorer som kan bidra till att göra tillvaron säkrare för de äldre.”**

Kristina Knutsson Sjölund

oss i vårt fortsatta arbete för att göra de äldres hemmiljö säkrare, säger Kristina.

### Enkla åtgärder räcker långt

Syftet är att Faluns seniorer, deras anhöriga och personal som möter de äldre i sitt arbete, ska bli mer medvetna om riskerna att drabbas.

– Att arbeta förebyggande handlar om mycket mer än att lägga halkskydd under mattor och i badkaret, säger Kristina. Fysisk aktivitet, kost, belysning och läkemedel är också faktorer som kan bidra till att göra tillvaron säkrare för de äldre.

– När det gäller brandskydd behöver det inte vara dyrt eller krångligt. Ofta handlar det om enkla åtgärder som att tänka på hur man snabbare ska ta sig ut ur huset eller ordna med spisvakt eller rökförkläde. Men det saknas kunskap.

– Det vill vi göra något åt. Vi ser värdet i att arbeta gränsöverskridande, för att stötta och lära oss av varandra, säger Johan Björklund från Räddningstjänsten Dala Mitt som är ansvarig för utbildningen.

Anna Hägglund (C) ser fram emot fortsättningen.

– Genom att agera tillsammans när vi ut till så många fler. Som ordförande i kommunala pensionärsrådet är jag glad över intresset och engagemanget från pensionärsorganisationernas sida. ■



# De öppnade sitt hem för Yassin

Projektet ”**Öppna ditt hem**” börjar ta fart. Målet är att hitta 20 nya boenden för flyktingar i privata hem under 2016.

– Många av oss bor stort och har extrarum som vi kan hyra ut, säger projektledaren Cia Embretsen.

Här kan du följa med henne hem till några som redan tagit steget.

TEXT OCH FOTO: Cia Embretsen

■ **INTEGRATION/** Bland de allra första att öppna sitt hem var Ingemar och Caroline Hjort. De bor i en trea och kände att de hade möjlighet att hyra ut ett av rummen.

Nu bor Yassin Al Masri från Syrien i det extra rummet och alla tre är rörande överens om att det hela fungerar mycket bra.

– Jag trodde att jag skulle offra mycket mer av min fritid och att det skulle vara en viss påfrestning, men nu känner jag att det snarare tvärtom. Jag känner att jag vinner på det här och att jag mår bättre, säger Ingemar.

## Det kunde ha hänt oss

Yassin tycker det går bättre att vara inneboende än vad han hade föreställt sig.

– Jag trodde att det skulle vara svårt att vara inneboende eftersom svenskar är så ordningsamma, men nu märker jag att det inte är någon större skillnad.

Det svåraste har varit att kommunicera med varandra. Yassin, Ingemar och Caroline har använt sig av svenska, engelska och Google translate.

– Men samtidigt känns det inspirerande och som en stor vinst när vi lyckas förstå varandra, säger Ingemar och berättar stolt att han även lärt sig ord på arabiska.

Idag är de tre vänner och Yassin vill gärna fortsätta att hålla kontakten även om han skulle få hit sin fru och sina barn och de då behöver flytta till något större.

– Yassin har visat oss foton på hur hans hus såg ut innan kriget. Det är helt borta nu och allt som fanns då är förstört nu. Att se huset och att se att det påminner mycket om husen här får mig att tänka att det lika gärna hade kunnat vara vi, säger Caroline.



Ingemar, Caroline och Yassin spelar gärna kort tillsammans. De kommunicerar med en mix av engelska, svenska, lite arabiska och gester.

## Gör slag i saken

Innan paret öppnade sitt hem hade de inte träffat på speciellt många invandrare. Deras tips till andra som funderar på att hyra ut, är framförallt att inte fundera för mycket och inte dra sig för att göra slag i saken.

– Är man fler som bor ihop måste man stå tillsammans i beslutet att öppna sitt hem, det kanske inte passar alla att öppna sitt hem.

**”Jag känner att jag vinner på det här och att jag mår bättre”**

Ingemar Hjort

Man kan ju göra andra saker istället, till exempel ge pengar, gå på språkcafé, bli god man eller vara flyktingguide, säger Caroline.

– Men något som jag tror är väldigt viktigt är att ge av sin tid och sig själv, tillägger Ingemar. ■

Läs mer: [Falun.se/oppnadithem](http://Falun.se/oppnadithem)



Motions- och träningscyklister gillar Falun. Här finns Sveriges enda velodrom och mängder av bra leder och stigar för skogscyklning, inte minst MTB-lederna på Lugnet. Men alla som cyklar är inte ute efter maxpuls och adrenalinkickar. Idag finns en växande grupp cyklister som söker en helt annan sorts upplevelser, som att ljudlöst glida fram i ett vackert landskap och njuta av natur- och kulturupplevelser eller stanna till och äta gott.

TEXT: Kerstin Lundin. FOTO: Ulf Palm

# Nu vill fler semestra på cykel



■ **CYKLA/** Just nu finns flera parallella projekt som alla har som mål att öka cykelturismen i Dalarna.

Visit Dalarna har sedan några år tillbaka konceptet "Biking Dalarna" där sju destinationer ingår, varav Falun är en. Biking Dalarna omfattar över 130 mil uppmärkta leder.

Ett annat projekt "Cykelleder i Dalarna" drivs av Region Dalarna. Här är målet att skapa cykelleder för både rekreation och pendling, på många platser i länet. Borlänge kommun och Falu kommun har beslutat att gemensamt ansöka hos Trafikverket om att få skylta en regional cykelled runt sjön Runn. Beslut väntas i vår.

## Världsarvet och cykel – en bra kombination

Den tredje aktuella cykelsatsningen i Falun kallas "Cykla i världsarvet". En förstudie pågår

på Världsarvskansliet och för att kunna göra verklighet av planerna söker Falu kommun nu EU-medel.

Bodil Ljungberg arbetar med förstudien och vet mer om det planerade projektet.

## ■ Studien handlar om "leisurecyklning". Vad är det? Finns det ett svenskt begrepp?

– En del kallar det cykelkorgscyklning, andra semestercyklning eller nöjescyklning. Det handlar helt enkelt om cyklning med fokus på njutning och upplevelser till skillnad från exempelvis träningscyklning.

## ■ Vad krävs för att vi ska bli en cykeldestination att räkna med?

– I dag är det här en stor aktivitet ute i Europa. Många vill också komma till Sverige på

cykelsemester, men de hittar inte det de söker. Vi har varken tillräckligt bra paketerbjudanden eller den servicenivå de förväntar sig och många gånger är cykelrutterna för ointressanta. Vi behöver helt enkelt jobba med det, utbilda oss och hitta samarbeten så att vi kan erbjuda riktigt bra cyklning i kombination med upplevelser, mat och logi.

## ■ Hur är Faluns förutsättningar för att locka cyklande turister?

– Till att börja med har vi ju världsarvet. En oslagbart vacker och intressant arena med gruvan och bergsmansbygden och alla besöksmål utspridda på cykelavstånd. Dessutom har vi mycket kompetens om cyklning i Falun och en vilja att genomföra det här hos lokala föreningar och företag. Alla som kan bidra får gärna vara med, det finns mycket idéer och engagemang och det är en bra förutsättning.

## ■ Varför ska vi satsa på det här? Vilka är möjligheterna?

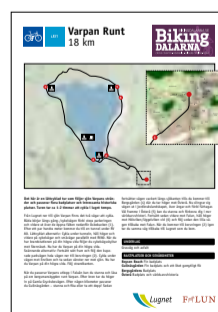
– I förlängningen ska det här innebära arbetstillfällen i turistföretagen, men även gynna andra typer av företagande som lokal handel, livsmedelsproduktion och så vidare. Det här är en hållbar turism som är bra både för landsbygden och staden och för Falubornas rekreativmöjligheter.

## ■ Vad händer nu?

– Falu kommuns världsarvskansli söker EU-medel för det här via Leader Dalälvarnas utvecklingsområde. I april kommer beslutet och om vi får pengar sätter arbetet igång efter sommaren.

## ■ När kan rutter vara uppmärkta och klara?

– Senast till sommaren 2018 ska allt vara på plats. Då ska det finnas genomtänkta världsarvsrutter och bra cykelpaket som lockar både svenska och internationella turister. ■



På [bikingdalarna.se](http://bikingdalarna.se) finns massor av tips för dig som vill cykla i Dalarna.





Över 50 anmälningar har kommit in när kommunen gick ut och sökte fler familjehem till bland annat ensamkommande flyktingungdomar. Nu jobbar socialförvaltningen med att kontakta alla som anmält sitt intresse.

## Stort engagemang för familjehem

Fantastisk respons! Så summeras Falubornas engagemang när kampanjen för att rekrytera fler familjehem pågått sedan december. – Vi är oerhört tacksamma för alla nya kontakter och vill tacka för engagemang och intresse, säger **Lena Lundh Pettersson**, enhetschef på resurs- och familjerättsgruppen.

TEXT: Camilla Sandy. FOTO: Fanny Hansson/Scandinav

**FAMILJEHEM/** Inför jul startade socialförvaltningen tillsammans med arbetsmarknads- integrations- och kompetensförvaltningen en kampanj för att rekrytera fler familjehem. Behovet var stort, bland annat med anledning av det ökade antalet ensamkommande flyktingbarn som kommit till Falun, men även för andra familjer och barn som behöver stöd i en svår livssituation. Och responsen från Faluborna lät inte vänta på sig. Kampanjen resulterade i över 50 intresseanmälningar till olika uppdrag som

kontaktperson, kontaktfamilj och familjehem.

– Vi är oerhört tacksamma för alla nya intresseanmälningar vi får in. Samtidigt ber vi om förståelse för att det kan dröja lite innan alla blir kontaktade men vi jobbar på så fort vi bara kan, säger Lena Lundh Pettersson.

### Skapa bäst förutsättningar

Nu väntar alltså ett gediget jobb för resursgruppen på socialförvaltningen för att

**”Att hitta rätt familj eller person till varje barn är ett utmanande men angeläget arbete”**

Lena Lundh Pettersson, enhetschef, resurs- och familjerättsgruppen

personligen kontakta alla som anmält sitt intresse och se vilka som vill gå vidare med uppdraget och därefter starta upp familjehemsutredningar.

– Att hitta rätt familj eller person till varje barn är ett utmanande men angeläget arbete och många omständigheter ska stämma. Då kan också uppdragstagarna göra en god insats och skapa de bästa förutsättningarna för de barn som behöver hjälp, säger Lena Lundh Pettersson.

### Fantastisk insats för barnen

Sedan årsskiftet har betydligt färre ensamkommande ungdomar anlänt till Falun men det kan snart ändras. Och det går fortfarande att anmäla sitt intresse för att bli familjehem, kontaktfamilj eller kontaktperson.

– Vi tar emot alla intresseanmälningar och tar kontakt så fort vi kan. Det kan som sagt dröja lite men varje nytt familjehem och kontaktperson är oerhört viktig och kommer att göra en fantastisk insats för barn som är i behov av stöd så stort tack för just ditt engagemang och stöd, säger Lena Lundh Pettersson. ■



Läs mer och anmäl ditt intresse: [falun.se/familjehem](http://falun.se/familjehem)



# /Kalendariet



Foto: Trons

## Mars/

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <p>7 <b>Kostnadsfri föräldrakurs.</b> Dialogen</p> <p>9 <b>Föreläsning om Albert Engström.</b> Carl Larsson-gården</p> <p>9 <b>Fjällets siare – Sagan om nåjden Nahkergöörnje.</b> Dalateatern</p> <p>10 <b>I skuggan av Falubränderna, 10 mars–16 apr.</b> Kulturhuset tio14</p> <p>11 <b>Kultursoppa – Brorslotten.</b> Dalateatern</p> <p>11–12 <b>Berättardagar.</b> Dalarnas museum</p> <p>11–12 <b>Grotesco.</b> Lugnet</p> <p>12–13 <b>Lilla SS – Lilla Skidspelen.</b> Lugnet</p> <p>12 <b>Mora Träsk.</b> Lugnetkyrkan</p> <p>12 <b>Anna Ternheim.</b> Magasinet</p> <p>13 <b>Dalasinfontiettan Sjörovar-Malin &amp; jakten på musikskatten.</b> Kristinehallen</p> | <p>13 <b>Flickkörfestivalens avslutande musikgudstjänst.</b> Kristine kyrka</p> <p>15 <b>Familjens resa till Iran och bröllopfesten – Café Samvaro.</b> Vika församlingshem</p> <p>16–17 <b>En druva i solen.</b> Dalateatern</p> <p>17 <b>Rissskaldagen i Dalarna.</b> Näringslivets Hus</p> <p>17 <b>Föreläsning om Selma Lagerlöf.</b> Carl Larsson-gården</p> <p>17 <b>Stig Linds Little Big Band.</b> Gamla Elverket</p> <p>18 <b>Dragspelsmusik &amp; Allsång – Musikcafé.</b> Aspeboda församlingshem</p> <p>19 <b>Barnens skidspel.</b> Lugnet</p> <p>19 <b>Dalarnas Bokmessa.</b> Dalarnas museum</p> | <p>19 <b>Tjuderuttan, sa räven – en sängleksföreställning.</b> Arenan</p> <p>19 <b>Nyinflyttad tur – guidad tur i Falun.</b> Rådhustrappan</p> <p>19 <b>Dalasinfontiettan Maria Norrfalks önskekonsert.</b> Kristinehallen</p> <p>19 <b>The Nordic Baltic Ballet Competition 2016.</b> Kulturhuset tio14</p> <p>20 <b>Johannespassionen av J S Bach.</b> Kristine kyrka</p> <p>23 <b>Drömmen om Ester.</b> Dalarnas museum</p> <p>24 <b>Påsklov vid Falu Gruva. 24/3–3/4</b></p> <p>24 <b>Dalecarlia Music Awards 2016.</b> Magasinet</p> <p>31 <b>123 Shtunk – Rid i Natt – Inspirerad av Vilhelm Moberg.</b> Kulturhuset tio14</p> |
|--|--|--|

## April/

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <p>1–2 <b>Clash of Nations.</b> Lugnet</p> <p>1 <b>Kultursoppa – Jag heter Mikael.</b> Dalateatern</p> <p>1 <b>Lunchdisco.</b> Dalarnas museum</p> <p>1 <b>Folkmusikcafé – Rydval &amp; Mjelva.</b> Lustgården, First Hotel Grand</p> <p>2 <b>Be Bop a Luba – Back to the 50's.</b> Kristinehallen</p> <p>2 <b>DAK – veteranmotormarknad.</b> Lugnet</p> <p>2 <b>Digitalsänd opera – Madama Butterfly.</b> Kulturhuset tio14</p> <p>5 <b>Hemslöjden i Dalarna – Café Samvaro.</b> Vika församlingshem</p> <p>5 <b>Föreläsning om Ottilia Adelborg.</b> Carl Larsson-gården</p> <p>6 <b>10 Märkeshus i Falun.</b> Dalarnas museum</p> <p>7 <b>Låtar från 50-talet – Hosjöträffen.</b> Hosjögården</p> <p>7 <b>Markus Krunegård.</b> Kristinehallen</p> <p>9 <b>Dressage Event of the Year med Minna Telde och Charlotte Haid-Bondergaard.</b> Svedens Gård</p> <p>9 <b>Irländsk session.</b> Kings Arms</p> | <p>9 <b>Dalasinfontiettan Dubbelkonsert för violin &amp; viola.</b> Kristinehallen</p> <p>10 <b>Snövit – The Musical.</b> Lugnet</p> <p>10 <b>En hyllning till Eva Cassidy med Caroline Larsson.</b> Kulturhuset tio14</p> <p>10 <b>Visst ska våren komma – sänger om hopp.</b> Grycksbo kyrka</p> <p>12 <b>Spelrum – Engelsk romantik och franskt sekelskifte.</b> Dalarnas museum</p> <p>13–15 <b>Existentiell Filmfestival Dalarna.</b> Mediehuset, Dalregementet</p> <p>13 <b>Öppet Hus.</b> DHR Centrum Falun</p> <p>15 <b>Kultursoppa – Isak Jansson löser alla världens problem.</b> Dalateatern</p> <p>16 <b>Byggnadsvårdsdag.</b> Falu Gruva</p> <p>16 <b>Dalarnas Orkesterförening – När knoppar brister.</b> Kristinehallen</p> <p>16 <b>Digitalsänd opera – Roberto Devereux.</b> Kulturhuset tio14</p> <p>16–17 <b>Silvana Imam tar Magasinet med storm.</b> Magasinet</p> <p>20 <b>Kerstin Bergman, konstnär</b></p> | <p>presenterar sin årsutgåva. Dalarnas museum</p> <p>20 <b>Melissa Horn.</b> Magasinet</p> <p>23–24 <b>MK Open 2016.</b> Lugnet</p> <p>23 <b>Polskor från Boda och Bingsjö – Danskurs.</b> Aspeboda Hembysgdsgård</p> <p>23 <b>Konsert i Folkmusikens tecken.</b> Stora Kopparbergs kyrka</p> <p>24 <b>Gospelmässa.</b> Kristine kyrka</p> <p>24 <b>Barn- och ungdomsspelmansstämma.</b> Arenan</p> <p>28 <b>CykelVasaläger med Emil Lindgren 28/4–21/5.</b> Lugnet</p> <p>28 <b>Kristoffer Appelquist är död.</b> Kulturhuset tio14</p> <p>29 <b>Kultursoppa – Alice och Gertrude – en kärlekshistoria.</b> Dalateatern</p> <p>29 <b>Folkmusikcafé – Lena Willemark &amp; Malin Foxdal.</b> Lustgården, First Hotel Grand</p> <p>29 <b>Freda – konsert.</b> Kulturhuset tio14</p> <p>30 <b>Valborgsfirande vid Falu Gruva</b></p> <p>30 <b>Dalasinfontiettan valborgskonsert Förklädd Gud.</b> Kristinehallen</p> |
|--|--|--|

## Maj/

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <p>3 <b>Tisdagsturer med MC.</b> The Twin Club</p> <p>4 <b>Gloriana – Elizabeth I av England &amp; hennes porträtt.</b> Dalarnas museum</p> <p>6 <b>Klart Sämsta Showen.</b> Kulturhuset tio14</p> <p>10 <b>Sång och blandad musik – Café Samvaro.</b> Vika församlingshem</p> <p>10 <b>Anders Zorn i musiken.</b> Dalarnas museum</p> <p>11 <b>Öppet Hus.</b> DHR Centrum Falun</p> <p>11 <b>Gamla Falufilmer i urval.</b> Dalarnas museum</p> | <p>13 <b>Lunchdisco.</b> Dalarnas museum</p> <p>14–15 <b>10Mila 2016.</b> Lugnet</p> <p>14 <b>Lördagsmusik.</b> Kristine kyrka</p> <p>14 <b>Arvbetagelse – Vernissage.</b> Dalarnas museum</p> <p>14 <b>Irländsk session på Kings Arms</b></p> <p>15 <b>Körkonsert.</b> Kristine kyrka</p> <p>15 <b>Vårkonsert.</b> Aspeboda kyrka</p> <p>17 <b>Spelrum – Ungt &amp; nyskrivet!.</b> Dalarnas museum</p> <p>19 <b>Föreläsning om Prins Eugen.</b> Carl Larsson-gården</p> <p>20 <b>Sånger du minns.</b> Lugnetkyrkan</p> <p>21 <b>Körkonsert.</b> Stora Kopparbergs kyrka</p> | <p>21 <b>Timo sjunger Ted.</b> Magasinet</p> <p>22 <b>Vårkonsert.</b> Grycksbo kyrka</p> <p>24 <b>Våravslutning med jubilarfest – Café Samvaro.</b> Vika församlingshem</p> <p>26 <b>Låtar från 60-talet – Hosjöträffen.</b> Hosjögården</p> <p>28 <b>Kaprod med kyrkbåtar.</b> Främby Udde</p> <p>28 <b>Slaggatans dag.</b> Centrala Falun</p> <p>28 <b>Lördagsmusik.</b> Kristine kyrka</p> <p>29 <b>Kopparrallyt.</b> The Twin Club</p> <p>29 <b>Gosskörsfestivalens avslutningskonsert.</b> Kristine kyrka</p> |
|---|---|--|

## Känner du din kommun?



Foto: Ulf Palm

Vet du var den här gång- och cykelvägen finns?

■ **TÄVLING/** Skicka svaret på ett vykort till: **Vårt Falun, Kommunikationskontoret, 791 83 Falun** eller mejla [redaktionen@falun.se](mailto:redaktionen@falun.se)

Vi vill ha ditt svar senast **15 april**. Tre vinnare belönas med ett presentkort på 200 kr hos Visit Södra Dalarna – vinsten kommer med posten. Rätt svar och namn på vinnarna presenteras i nästa nummer av Vårt Falun.

## Vinnare

Rätt svar i förra numret var rådhusgården – det var här fotografen stod när han tog bilden. Tack för alla rätta svar! Vinnare denna gång:

- Malin Bergman
- Anna-Stina Sahlqvist
- Johanna Andersson

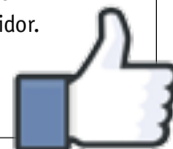
**Grattis – vinsterna kommer med posten.**



Foto: Ulf Palm

## Gilla oss!

■ **FACEBOOK/** Visste du att Falu kommun har en officiell Facebook-sida? Det har vi haft sedan 2009. Här hittar du information och kan ställa frågor. Gå gärna in och gilla oss – [facebook.se/falukommun](https://facebook.se/falukommun) Flera förvaltningar, fritidsgårdar och projekt har även egna Facebook-sidor. För mer information, se [falun.se/socialamedier](https://falun.se/socialamedier).



Kalendariet visar ett axplock av allt som händer runt om i kommunen. Vissa evenemang ges vid flera tillfällen. Vi reserverar oss för ändringar och eventuella felskrivningar. Detaljer och tider hittar du hos Visit Södra Dalarna på Trotzgatan 10–12 eller [www.visitsodradalarna.se](http://www.visitsodradalarna.se). För biljetter till flera av evenemangen, tfn 0771-62 62 62.

**Nästa nummer kommer i juni. Nyhetstips: [redaktionen@falun.se](mailto:redaktionen@falun.se) eller tfn 023-827 22!**