

# RINGBO

magasinet



NY SESONG PÅ KISTEFOS

nr. 2 • 2023

## Borniljø og trivsel 14



**10** FREMTIDSRETTET  
ENERGIMIKS

**18** LITT BEDRE RÅD  
I SOMMER

**20** RINGBO  
BOSERVICE



# På nett. For gode opplevelser.

Med Altibox får du lynrask fiber og underholdningen du vil ha. Velg den tv- og internettpakken som passer akkurat deg, uavhengig av hva naboen velger!

Styret kan enkelt be om et tilbud fra oss, hvis du som beboer spiller det inn.

[vikenfiber.no/boligselskap](http://vikenfiber.no/boligselskap)

## altibox

LEVERES AV  
**VIKEN**FIBER

leder

## MØTEPLASSER I NÆROMRÅDET ER VIKTIG

Styret i borettslaget Hønegaten Terrasse er, som man kan lese i dette magasinet, opptatt av å skape arenaer der beboerne kan møtes. Dette er en innsats som vi vil løfte frem og heie på. Erfaring viser at boområder som makter å skape gode møteplasser, som bidrar til det sosiale med liv «mella husan» (eller leilighetene), bidrar positivt til folkehelsen. Ikke minst viser det seg viktig å gjøre møteplassene lett tilgjengelige, ofte kan kun en enkel godt plassert benk skape denne plassen, som man møtes på med kaffekanne og noen kopper. Tilsvarende kan en godt tilrettelagt lekeplass, med en hyggelig

plass for foreldre til å møtes, være det som skal til.

### BOSERVICE TIL NYTTE FOR STYRENE

Ringbos viktigste oppgave er å bidra til at forvaltede boligselskap (borettslag og sameier) driftes og utvikles på best mulig måte. Basert på behov som mange av styrene har formidlet til oss har vi etablert en tjeneste der styrene enkelt, trygt og til riktig kostnad kan få utført mindre vedlikeholdsoppgaver. Dette foreløpig som en pilot med testperiode ut 2023. Du kan lese mer om tjenesten i en egen artikkel.

Vedrørende Ringbos forvaltnings-tjenester er det ellers fint å kunne fortelle at vi i løpet av 2023 har inngått avtaler som innebærer en økning på mer enn 500 boliger i ca. 20 boligselskap. Ved utgangen av 2023 vil vi ha mer enn 160 boligselskap, noe som er en dobling siden 2016. Ikke minst er det hyggelig å ønske velkommen de nybygde sameiene på Benterudstranda som nye kunder fra 1. juni. Dette etter en fin prosess med Tronrud Eiendom som har anbefalt Ringbo som ny forretningsfører.

Med ønske om en fin sommer!

Jens Veiteberg  
Daglig leder



## innhold

Gode møteplasser.....	s. 5
Ny sesong på Kistefos.....	s. 8
Fremtidsrettet energimiks.....	s. 10
Leie-til-Eie.....	s. 11
Tema: Bomiljø.....	s. 14
Bedre råd i sommer.....	s. 18
Ringbo Boservice.....	s. 20
Jus: Trær til besvær.....	s. 22
Ny medlemsfordel med Nextory.....	s. 24
RINGBOaktuelt.....	s. 25
Tankedryss.....	s. 26
Morosider.....	s. 27
Mat: Koriander.....	s. 28
Medlemsfordeler.....	s. 30



5



10



14

28



Gode møteplasser



Sommerfest 2022

## DET SOSIALE ER DET VIKTIGSTE

Helt siden Borettslaget Hønegaten Terrasse ble ferdigstilt i 2021, har styret vært opptatt av å skape samhold og godt naboskap blant beboerne. Derfor har de prioritert å skape gode møteplasser for at naboene skal bli bedre kjent med hverandre.

TEKST: LARS-JOHAN SOLHEIM GRANN • FOTO: SVEIN EYSTEIN LINDBERG

– Når man flytter inn i et helt nytt borettslag, starter man jo med blanke ark, og det ga styret en gyllen mulighet til å få på plass noen tradisjoner som bidrar til å forsterke fellesskapet

i blokka, forteller Svein Eystein Lindberg som er styreleder i borettslaget.

Dermed ble det bestemt at borettslaget skal gjennomføre to dugnader i

året, men det viktigste med dugnadene, er ikke nødvendigvis å få jobben gjort.

– For oss er det sosiale det viktigste.



MEDLEMSBLAD FOR RINGBO BBL - NR. 2 - 2023

ANSVARLIG REDAKTØR  
Jens Veiteberg, Ringbo BBL

RINGBO BBL  
Hvervenmoveien 49,  
3511 Hønefoss  
Tlf. 32 11 36 00  
E-post: firmapost@ringbo.no  
Hjemmeside: www.ringbo.no

REDAKSJONELL PRODUKSJON  
Ringbo BBL, Tanja Reine

ANNONSESALG  
Arnt Erik Isaksen  
arnt.erik.isaksen  
@flexkommunikasjon.no

PROSJEKTLEDELSE  
OG GRAFISK UTFORMING  
H-Design - Hege Svennevig  
H-Design@altiboxmail.no

TRYKK  
Trykk-Service AS

FORSIDEBILDE  
123rf.com



Svein Eystein Lindberg,  
styreleder i borettslaget.

- Det er ingen tvil  
om at gode møteplasser  
bidrar til å skape et  
bedre bomiljø!



Selvfølgelig har vi alltid noen oppgaver som må utføres, og det er hyggelig at vi sammen kan bidra til å skape fine rammer rundt oss, men det er ikke det som står fremst når vi samles til dugnad, forteller han.

#### VEL SÅ MYE ET BEBOERMØTE

En dugnad i Hønegaten Terrasse er vel så mye et beboermøte. Et sted hvor man samles i hyggelig selskap og blir bedre kjent med hverandre.

– Derfor legger vi alltid opp til en pølsefest etter endt dugnad, og i år, når vårdugnaden ikke kunne gjennomføres på grunn av et plutselig snøfall endte vi opp med å sitte i garasjen i en stor sirkel, spise pølser, drikke kaffe og skravle i vei, forteller styrelederen.

For det er ikke noe alternativ å avlyse en dugnad. Er det dårlig vær går man

bare rett til pølsefesten. Lindberg er også opptatt av å inkludere alle. Er det noen som ikke er i form til å stå med rake eller kost, så er de allikevel hjertelig velkommen.

– Her krever vi ikke noe annet enn godt humør, men vi har også eksempler på de som har valgt å bidra gjennom å bake en kake. Hva man gjør er imidlertid ikke så farlig, det viktigste er at man deltar, sier han.

#### ÅRLIG SOMMERFEST

Etter initiativ fra en beboer ble det i fjor også startet en ny tradisjon med sommerfest i borettslaget. Noe som ble en ubetinget suksess. Nesten 20 beboere ble med når styret inviterte til grillfest, og Lindberg kan avsløre at planleggingen av årets grillfest allerede er i gang.

– Vi er så heldige at vi har en i styret

som er en kløpper på grillen, så han stiller opp som grillkokk for hele borettslaget. I fjor gikk det i pølser og burgere, men i år har han hintet om at det blir en litt mer avansert meny, forteller han.

#### HYGGELIG STED Å BO

Strategien for å skape et godt bomiljø ser ut til å ha lyktes for borettslaget, for jevnlig får styreleder Lindberg tilbakemeldinger om at det er veldig hyggelig å bo i Hønegaten Terrasse.

– Det setter jeg veldig pris på, og jeg opplever jo selv at det er enklere å komme i prat med naboen i gangen, og det er også en lavere terskel for å ta opp ting med oss i styret, så det er ingen tvil om at gode møteplasser bidrar til å skape et bedre bomiljø, avslutter han.



# Albjerk Bil Ringerike

**Vi har leveringsklare biler for deg som ønsker bil med en gang!**

Albjerk Bil Ringerike i Hønefoss er forhandler av Audi, Skoda, Volkswagen Personbil og Volkswagen Nyttekjøretøy.

Vi har et komplett, ISO sertifisert og topp moderne bilanlegg med verksted og delelager der våre ansatte alle jobber mot samme mål; At våre kunder skal trives hos oss og være svært fornøyd med den service vi yter, enten de besøker verkstedet, deleavdelingen eller salgsavdelingen. Vi tilbyr en rekke tjenester innen salg, service og reparasjon, enten du trenger service på bilen, EU-kontroll, reparasjon, rutereparasjon, ruteskift, dekkskift, bilvask, bulkfiks med mer.

Vi gleder oss til å ta deg imot.  
Velkommen til Albjerk Bil Ringerike!

Albjerk Bil | [albjerk.no](http://albjerk.no)



# VELKOMMEN TIL EN NY SESONG PÅ KISTEFOS

29. april åpnet Kistefos dørene til årets sesong. Kulturdestinasjonen som ligger midt i skogen på Jevnaker frister med opplevelser til alle, tre helt nye utstillinger og arkitektur i verdensklasse.

TEKST OG FOTO: LARS-JOHAN SOLHEIM GRANN

– Kistefos er en totalopplevelse og en unik kulturdestinasjon hvor du kan oppleve kunst av internasjonal kaliber og arkitektur i kombinasjon med industrihistorie og natur, noe som gjør det til en unik opplevelse, forteller Kristin Gamme Helgaker

som er leder for utvikling og partnerskap ved Kistefos.

Ringbo-magasinet fikk lov til å bli med inn i «The Twist» like før den offisielle åpningen. Her kunne Helgaker begeistret fortelle om en utstil-

ling som for første gang kun består av skulpturer.

– Dette er den første soloutstillingen i Norge av den britiske skulptøren Tony Cragg, som er kjent for å eksperimentere med mange ulike



Kristin Gamme Helgaker

materialer og skape verker fulle av dynamikk og energi, forteller hun.

Det er Kistefos sin egen kurator Kate Smith som har kuratert utstillingen som består av 25 verk, og som viser flere viktige arbeider som utforsker samspillet mellom materialer og former.

– Jeg syns dette har blitt en fantastisk utstilling som passer perfekt til «The Twist». Her får vi virkelig vist mangfoldet til kunstneren i et galleri som er så tett knyttet til naturen, med elva og skogen rett utenfor, forteller hun entusiastisk.

## ET KINDEREGG AV OPPLEVELSER

Men det er ikke bare kunst og arkitektur som trekker besøkende til det tidligere fabrikkområdet til Kistefos Træsliberi. Helgaker liker å beskrive et besøk i parken som et skikkelig kinderegg med opplevelser for alle.

– Vi er opptatt av at alle skal få en flott opplevelse når de besøker oss, så for barna har vi også laget en egen aktivitetspark og vi har aktivitetshefter som gjør utforsking av parken til en lek. Dermed kan barna boltre seg mens de voksne nyter det rike kulturtilbudet eller slapper av på den fine kafeen vår, forteller hun.

## LEVENDE FABRIKK

Industrihistorien går igjen som en rød tråd gjennom hele parken.



Maskinene og bygningene fra den gamle tremassefabrikken er bevart. – Dette er Skandinavias eneste intakte tremassefabrikk, og de besøkende får et unikt innblikk i moderne industrihistorie. Vi forsøker å gi publikum en følelse av å trå tilbake i tid, og har en levende fabrikk hvor gamle maskiner og industrielt inventar er satt i drift igjen, forteller hun.

Flere av maskinene kan startes av besøkende med et knappetrykk. Noe som ifølge Helgaker er spesielt morsomt for de yngste gjestene.

## PERFEKT FOR EN DAGSUTFLUKT

Kistefos er et stort naturområde på 250 mål, så ifølge Helgaker er det lurt å sette av litt tid når man først besøker parken.

– Det er ingen tvil om at man får den beste opplevelsen av parken dersom

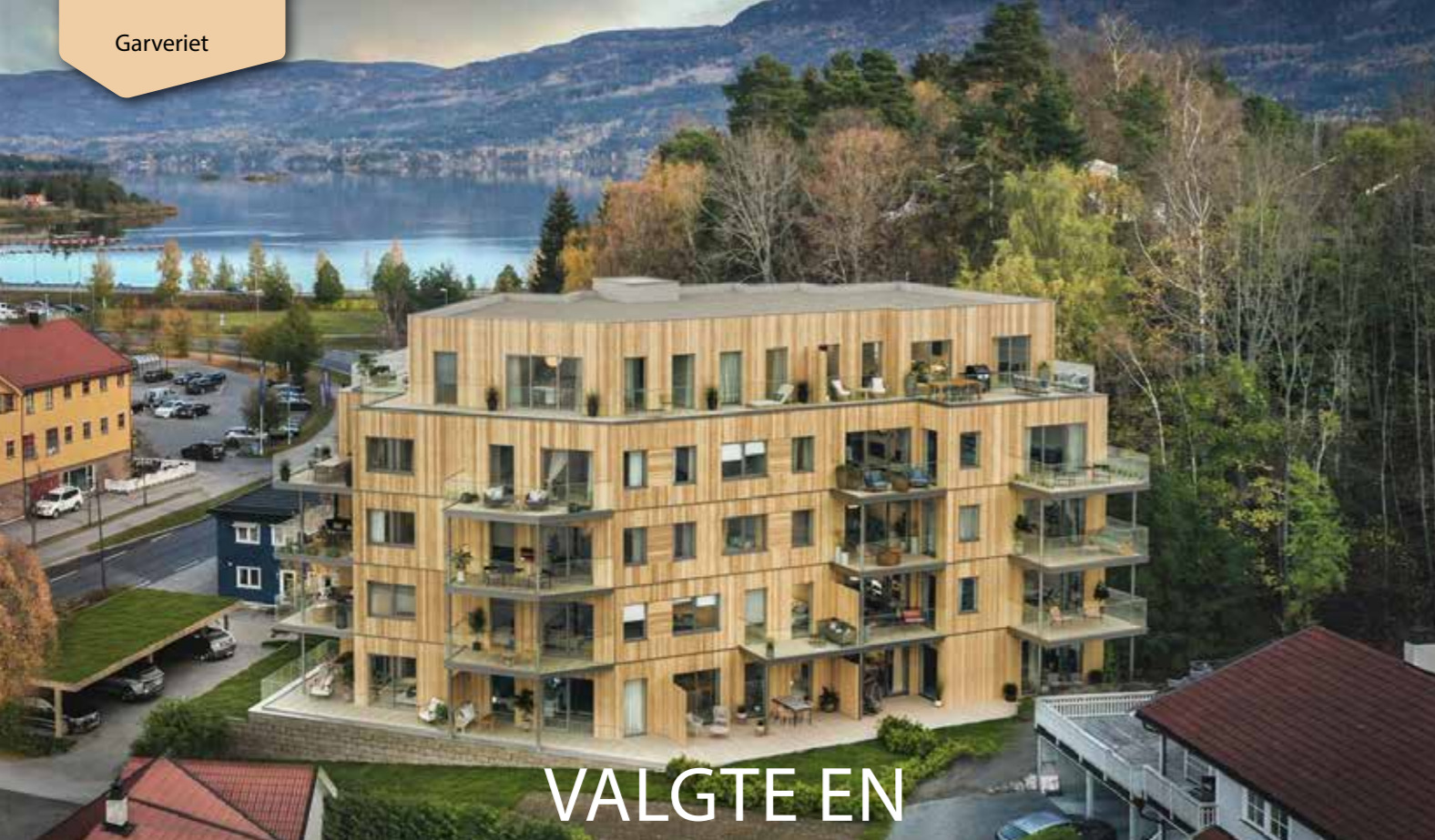
man har god tid, og mulighet til å utforske alt den har å by på. Selv syns jeg det er et perfekt mål for en dagsutflukt. Jeg anbefaler lokalprodusert mat fra Øvre Kjekshus Gård på kafeplassen, oppfordrer hun.

## Medlemstilbud

20 % rabatt på inntil to inngangsbilletter per medlem. Husk å vise medlemsbeviset når du kjøper billett for å få rabatt.

Barn til og med 16 år har gratis inngang, uavhengig av medlemskap.





VALGTE EN

# FREMTIDSRETTET ENERGIMIKS

Når Cura Eiendom skulle velge energiløsning for Garveriet som er under oppføring i Røyseveien på Vik, falt valget på en kombinasjon av bergvarme og solceller. Dette er ifølge utbyggeren to systemer som fungerer godt uavhengig av hverandre, og som bidrar til å sikre borettslaget en økonomisk og fremtidsrettet oppvarmingskilde.

TEKST: LARS-JOHAN SOLHEIM GRANN • FOTO: PROSPEKTILLUSTRASJONER

– Som utbygger er vi opptatt av å bygge boliger som er tilpasset den nye energihverdagen, og vi ønsker å etablere fremtidsrettede løsninger som står seg over tid. Derfor har vi valgt å benytte bergvarme i alle våre fremtidige prosjekter, og i kombinasjon med solceller der det er hensiktsmessig, forteller Martin Bræmnes i Cura Eiendom.

Garveriet som består av 20 kvalitetsrike leiligheter, ligger kun en kort gåtur fra Vik Torg, på en tomt med gode solforhold. Dermed ble det

naturlig å inkludere solceller på taket til prosjektet.

– Det som er spesielt for dette prosjektet, er at energiløsningen ble valgt etter at mange av leilighetene allerede var solgt. Så man kan jo se på denne løsningen som en gavepakke til kjøperne, sier Bræmnes.

## NESTEN SELVFORSYNT

Han forteller at det på Vik er boret to energibrønner på 250 meter. Disse brønnene påvirkes lite av temperaturen i uteluften og gir en stabil og

effektiv tilførsel av bergvarme, selv om vinteren er lang og kald. Dette fører til at borettslaget får en jevn og pålitelig energikilde.

– I tillegg bidrar solcellene med ren elektrisitet som brukes til drive pumper til bergvarmeanlegget, noe som jeg anslår vil dekke ti måneders strømforbruk. Så om man setter det litt på spissen, så kan man si at borettslaget nesten er selvforsynt med energi ti av tolv måneder i året, forteller han.

## UKOMPLISERT LØSNING

Løsningen som er valgt er ifølge Bræmnes forholdsvis ukomplisert. Den krever lite vedlikehold og har en lang teknisk levetid.

– Vi har valgt å etablere en enkel løsning uten avanserte og fordyrende styringssystemer. Det gjør at oppfølgingen og vedlikeholdet av anlegget over tid blir både enklere og rimeligere for borettslaget, sier han.

## GOD KOMFORT

Et bergvarmeanlegg gir også god komfort i alle leilighetene. Varmen fordeles i form av vannbåren varme i alle gulv, med unntak av badrom.

– Vannbåren gulvvarme er en svært behagelig og komfortabel varmeløsning. Man slipper å oppleve at det er gulvkaldt og det er også en løsning som gir et sunnere inneklima

sammenlignet med andre løsninger, forklarer Bræmnes.

## INNFLYTTING TIL HØSTEN

I skrivende stund er det kun seks leiligheter igjen i prosjektet som står klart for innflytting i august.

– Vi hadde et godt salg i starten, men

har valgt å ikke markedsføre så mye under byggetiden. Av erfaring vet vi at det er enklere å selge når leilighetene begynner å ta form, og man får mulighet til å se bygget, og jeg har stor tro på at de siste leilighetene går i løpet av sommeren, avslutter Bræmnes.



Leie-til-Eie

# NÅ KOMMER DET FLERE LEIE TIL EIE LEILIGHETER

I løpet av 2023 vil Ringbo kunne tilby flere Leie til Eie leiligheter i Ringeriksregionen.

Våre til nå 16 Leie til Eie leiligheter har vært populære, og vi er glade for å kunne si at nå er endelig muligheten her igjen for nye søkere. Frem mot nyttår vil vi kunne tilby leiligheter i fire nye boligprosjekter hvor flere av leilighetene er innflyttingsklare i september.

## MEN, HVA ER EGENTLIG LEIE TIL EIE?

Det kan være vanskelig, spesielt for unge mennesker, å komme inn på boligmarkedet. Mange har god nok inntekt til boligkjøp, men mangler egenkapital. For å hjelpe disse tilbyr

Ringbo Leie til Eie i enkelte nyboligprosjekter. Her får du mulighet til å spare opp egenkapital gjennom verdistigningen på boligen du leier. Du kan leie boligen i inntil 5 år, og du kan kjøpe den dersom du vil og kan i løpet av leieperioden. Prisen du kan kjøpe leiligheten for settes når du begynner din leieperiode og eventuell verdistigning på boligen i leieperioden vil tilfalle deg og bli vurdert som egenkapital den dagen du eventuelt skal kjøpe boligen. Boligen kan kjøpes når du måtte ønske i løpet av leieperioden.

## HVEM KAN SØKE OM LEIE TIL EIE?

For å få tilslag på en Leie til Eie leilighet, må du sende inn søknadsskjema knyttet til det enkelte boligprosjektet. Ikke alle kan søke om Leie til Eie, da det er visse kriterier som må oppfylles:

- Du må mangle egenkapital til boligkjøp.
- Du kan ikke eie bolig fra før.
- Du må ha inntekt til å dekke bokostnadene og en realistisk mulighet til å kunne kjøpe boligen du søker om å leie.
- Er du ikke medlem i Ringbo, må du melde deg inn før innflytting.

## GARVERIVEIEN BORETTSLAG PÅ VIK I HOLE

Garveriveien Borettslag er under oppføring på Vik i Hole, med Vik Torg rett over gaten. Her har du tilgang til dagligvare, legesenter, bank, apotek, Vinmonopolet og andre forretninger. I tillegg er det kort vei til barnehage, barne- og ungdomsskole og bussstopp til Hønefoss og Oslo. Prosjektet tilknyttes bergvarme, noe som gir lave kostnader til oppvarming. Det blir også solcelleanlegg på taket som vil bidra til lave strømkostnader for borettslaget.

Det er 20 leiligheter i Garveriveien hvorav Ringbo tilbyr tre 2-roms Leie til Eie leiligheter.

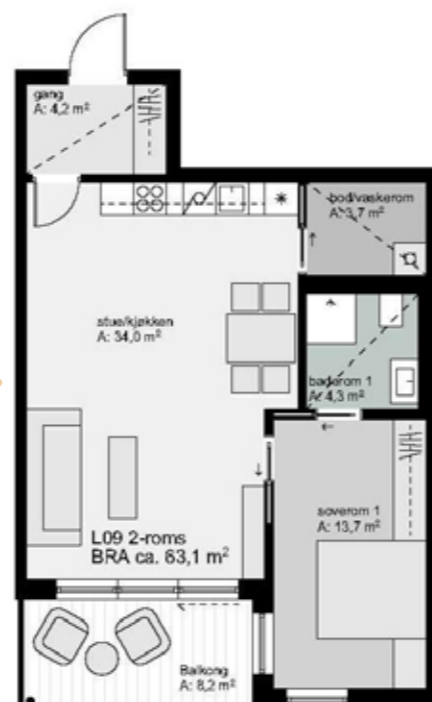
## FELLES FOR LEIE TIL EIE - LEILIGHETENE

Leilighetene består av åpen stue- og kjøkkenløsning, ett soverom, flislagt bad, vaskerom, entré og markterrasse / balkong, samt bod i underetasje og parkering i carport. Leilighetene er innflyttingsklare ca. 1. september og det kreves 4 måneders leie som depositum.

**LEILIGHET 3**  
2-roms leilighet i 2. etasje på 52 m<sup>2</sup> og markterrasse på 30 m<sup>2</sup>. Lys grå vegger og grått kjøkken fra Nybo. Månedsløse: Kr 12 500,-  
Kjøpspris: Kr 3 490 000,-

**LEILIGHET 4**  
2-roms leilighet i 2. etasje på 63 m<sup>2</sup> og markterrasse på 16 m<sup>2</sup>. Lys grå vegger og grått kjøkken fra Nybo. Månedsløse: Kr 14 500,-  
Kjøpspris: Kr 4 190 000,-

**LEILIGHET 9**  
2-roms leilighet i 3. etasje på 63 m<sup>2</sup> og balkong på 8 m<sup>2</sup>. Lys grå vegger og kjøkken fra Nybo med varm farge i trestruktur. Månedsløse: Kr 15 500,-  
Kjøpspris: Kr 4 290 000,-



## GLIMTSTUBBEN BORETTSLAG PÅ NESBAKKEN I JEVNAKER

Glimtstubben Borettslag er under oppføring på Nesbakken i Jevnaker sentrum. Med den sentrale plasseringen finner du alt du trenger innen kort avstand, både butikker, matbutikker og spisesteder, men også barnehager og skole. På torget utenfor bygget er det en flott lekeparks og det er kort vei til flere kulturtilbud.

Det er næringslokale i 1. etasje og ellers 18 leiligheter med vannbåren varme i Glimtstubben hvorav Ringbo tilbyr tre Leie til Eie leiligheter.

## FELLES FOR LEIE TIL EIE - LEILIGHETENE

Leilighetene består av åpen stue- og kjøkkenløsning, ett eller to soverom, flislagt bad, entré, bod og balkong. Parkering i garasjekjeller. Leilighetene er innflyttingsklare ca. 1. oktober og det kreves 4 måneders leie som depositum.



**LEILIGHET H0201**  
2-roms leilighet i 2. etasje på 52 m<sup>2</sup>. Lys grå vegger og kjøkken fra Nybo i en mørk gråfarge. Månedsløse: Kr 11 000,-  
Kjøpspris: Kr 2 940 000,-

**LEILIGHET H0202**  
2-roms leilighet i 2. etasje på 52 m<sup>2</sup>. Lys grå vegger og kjøkken fra Nybo i en lys gråfarge. Månedsløse: Kr 13 500,-  
Kjøpspris: 3 490 000,-

**LEILIGHET H0204**  
3-roms leilighet i 2. etasje på 55 m<sup>2</sup> med balkong. Lys grå vegger og kjøkken fra Nybo i en lys gråfarge. Månedsløse: Kr 12 500,-  
Kjøpspris: Kr 3 190 000,-



## KOMMENDE PROSJEKTER MED LEIE TIL EIE

I løpet av vinteren 2023 / 2024 vil Ringbo også kunne tilby Leie til Eie i Vassendruedeiet Borettslag i Krøderen og Ullerål Hage i Hønefoss. Det vil da være tilbud om 2-3 roms leiligheter med markterrasse / balkong og egen parkeringsplass.



Vassendruedeiet Borettslag



Ullerål Hage



# SÅ VIKTIG ER ET GODT BOMILJØ

Et godt bomiljø er avgjørende for å oppleve trygghet og tilhørighet i nabolaget, og det er heldigvis ikke så mye som skal til for å tilrettelegge for flere møteplasser i nabolaget.

– Bomiljøet kan forbedres med små grep, først og fremst krever det en bevisstgjøring, sier Oddvar Skjæveland. Han har doktorgrad i arkitekturpsykologi og har grunnlagt rådgivningsselskapet Mellomrom Arkitekturpsykologi.

– Det er summen av alle tiltakene som skaper følelse av trygghet og tilhørighet. Folk slapper mer av og får en opplevelse av å være hjemme, hvis bomiljøet er godt, sier Skjæveland.

Hans kjepphest er de enkle grepene man kan ta for å forbedre bomiljøet, som å holde omgivelsene rene og ryddige og godt vedlikeholdt.

– Søppel påvirker oss veldig negativt, så ta med deg det som ligger og slenger, og få graffiti fjernet raskt. Forskning viser at dette er avgjørende for at vi skal oppleve trygghet og felleskap der vi bor, forteller Skjæveland.

## PLASSER BENKENE RIKTIG

Hvordan benker plasseres i nabolaget er også viktig for det sosiale livet, og ifølge arkitekturpsykologen står de ofte feil. Han viser til den kjente danske arkitekten og byplanleggeren Jan Gehl som har skrevet boken *Livet mellom husene*. I boken beskriver Gehl blant annet hva som skal til for at folk skal sette seg ned.

– Enten det er en primær sitteplass, som en benk, eller en sekundær sitteplass, som en trapp, så er det i begge tilfeller noen tilleggskrav for at folk skal ønske å sette seg ned. Benken må ha ryggstøtte, eller stå inntil et tre eller en stolpe, og så må den stå et sted der det er noe interessant å se på, for eksempel en lekeplass eller et sted folk går forbi, forteller Skjæveland.

Sitteplassen bør også plasseres på et lunt sted, med mye sol, og kan gjerne suppleres med bord og grillmuligheter. Men prøv å unngå for mye innsyn fra naboene.

– Ingen liker å bli beglodd. Det er bedre å se uten å bli sett, enn å bli



Oddvar Skjæveland



Åshild Lappegard Hauge



sett uten å se. Det siste kan være svært ubehagelig og gjøre at møteplassene i nabolaget ikke blir så mye brukt, sier han.

Han trekker frem ildsjelene og understreker viktigheten av at noen tar litt ekstra ansvar for å bidra til et godt miljø.

– Kanskje har borettslaget en styreleder som er ekstra engasjert og til stede, eller noen som ikke er yrkesaktive, slik som pensjonister, som legger mer innsats i å holde det fint. For de som tilbringer mye tid hjemme er bomiljøet enda viktigere, så å spille på resurssterke pensjonister kan være svært positivt.

## GRØNNE OG SOSIALE TAK

Skjæveland anbefaler å invitere til åpne aktiviteter som samler naboene, gjerne gjennom å arrangere grillmiddager eller informasjonskvelder, der poenget er å samle folk. Han slår også et slag for å etablere grønne tak, hvis nabolaget skal oppgraderes og man ønsker flere gode møteplasser.

– Takterrasser, eller takhager, er sterkt ønsket fra myndighetene fordi det kan løse problematikken med overvann. Samtidig får man en sosial og usjenert møteplass for alle beboere, det kan plantes trær og busker, eller

etableres en grønnsakshage. Det skal ikke mer til enn et par pallekarmen, sier arkitekturpsykologen.

Han anbefaler å etablere grøntområder for dyrking også der takhager ikke er aktuelt, fordi det er en lavterskelaktivitet som kan involvere mange.

– Du kan syssle med salaten samtidig som du har mulighet til å slå av en prat med naboen, og det er fint, sier Skjæveland.

## STORSTUER OG HOBBYROM

– Estetisk sett er særlig natur viktig for mental helse, fordi naturen har en restituerende effekt. Det å ha noe vakkert rundt seg gir glede. Sosiale møteplasser kan også skape glede, sier miljøpsykolog Åshild Lappegard Hauge. Hun er førsteamanuensis ved Psykologisk institutt på Universitetet i Oslo.

– Fellesområder, som hobbyrom, storstue eller verksted, kan også være en fantastisk måte å bidra til et godt bomiljø på. Denne typen arealer tilrettelegger for sosiale møteplasser, og felleskapet vet vi er viktig for livskvalitet og mental helse. Felles-

områder kan dermed være med på å forebygge ensomhet, forteller hun.

Tilgang til hobbyrom og verksteder kan gi muligheter for å dyrke interesser eller lære nye ting, som også fremheves som viktig for livskvalitet. – Fellesområder legger også til rette for deling av ting og arealer, og det er sentralt for et lavere forbruk og en miljøvennlig livsstil, forteller Hauge.

## SPESIELT VIKTIG FOR BARN

Ifølge miljøpsykologen er det lokale bomiljøet særlig viktig for barn og unge, som ikke kan velge å oppholde seg andre steder, slik som voksne kan.

– Natur og friområder i nærheten har noe å si for om barna har muligheter til å leke trygt ute. Jo nærmere disse friområdene er hjemme, jo tryggere vil de voksne være på å la barna være ute. Det er også forskning som viser at tilgang til naturområder gir bedre fysisk og mental helse, forteller hun.

Videre er det av stor betydning for barna i et bomiljø at naboene kjenner hverandre og bryr seg om hverandre.

– Kultur og sosial kapital i et nabolag påvirker mental helse, for eksempel gjennom felleskapets framtidshåp og mestringstro, sier Hauge



## LEGG TIL RETTE FOR ET GODT NABOSKAP

Det fysiske miljøet i nabolaget kan bidra til økt livskvalitet og mental helse. Her er noen tips til hvordan du kan legge til rette for flere møteplasser der du bor.

### INVITER PÅ AKTIVITETER

Samle alle naboene til en prat om strømsparing, delebil-løsninger eller kanskje bomiljø? Poenget er å møtes og ha det hyggelig sammen, samtidig som man kanskje får glede av informasjonen som deles.



### ETABLER FELLESROM

Verksted, hobbyrom eller biljardbule. Fellesrom der naboer kan møtes gir grobunn for vennskap og trivsel. Med et verksted kan naboer dele på verktøy og lage noe til felleskapet. Og ikke minst ha et møtested der man kan hjelpe og lære av hverandre.

### DYRK MAT SAMMEN

Dyrking er i vinden, også i urbane strøk. Det skal ikke mer til enn et par pallekarmar, litt jord og noen frø, så er dere i gang. Dyrking er en perfekt aktivitet der alle kan bidra og slå av en prat samtidig.



### SETT UT ET SJAKKBRETT

Har dere stor plass kan dere anlegge et område for kjempesjakk, med store brikker som spilles på bakken. Alternativt fungerer det godt med et bord med påmalt sjakkbrett der de som ønsker kan spille en runde eller ti.



### FYR OPP GRILLEN

En lavterskel grillkveld med naboene er enkelt å få til. Etabler et lunt og koselig sted med bord og stoler, fyr opp grillen og be alle ta med maten de ønsker å spise. Kanskje blir det en fast tradisjon med sommergrillkveld eller bakgårdsfest.



### LAG EN BOULE-BANE

Boule er en kjempepopulær aktivitet i Frankrike og spilles av alle aldre. Etabler en flat sandbane i nabolaget som noen får ansvaret for å vedlikeholde. Invester i et sett med boule-kuler og inviter til en hyggelig avduking av den nye naboaktiviteten.

### PLASSER BENKER PÅ RIKTIG STED

Stikkordene er lunt, usjenert og solrikt, med utsikt til lekeplassen, eller en gangvei der folk ferdes. Kanskje kan dere snekre benken sammen, hvis dere allerede har etablert et felles verksted?

### FORVANDLE TAKET TIL EN GRØNN TERRASSE

Tenker dere stort så vurder muligheten for å etablere en hyggelig takterrasse. Den vil gi en usjenert og fin uteplass som gir rom for mange felles aktiviteter. La den være grønn, med planter, trær i krukker og kanskje noen pallekarmar med gulrøtter eller poteter.



kjøkken • bad • garderobe

## FABRIKK PÅ TYRISTRAND

på samme sted gjennom tre generasjoner Tangen



” Tre generasjoner Tangen i tre-bransjen: 70 år har gått siden Leif Tangen startet opp møbelproduksjon på Tyristrand. Nå er det barnebarnet, Frode, som står for driften av fabrikken som tilbyr et bredt utvalg av kjøkken, bad og garderobe.

• Berit Heggeseeth, kjøkkenkonsulent NYBO

**NYBO**  
KJØKKEN

Skjærdalen 2 • Tyristrand • 91 99 20 86

[nybokjokken.no](http://nybokjokken.no)

NYBO KJØKKEN har tett samarbeid med RINGBO

# LITT BEDRE RÅD I SOMMER

Har du fått høyere lønn etter årets lønnsoppgjør, og årets feriepenger? Hvordan bruker du disse pengene smartest?



TEKST/FOTO: SPAREBANK 1 RINGERIKE HADELAND

Torbjørn Kjerstadmo (45) fra Hønefoss har over 20 års erfaring som rådgiver i bank, og er nå leder for privatmarkedet i SpareBank 1 Ringerike Hadeland. Han råder deg til å ha litt is i magen før du bestemmer deg, for de virkelig gode planene er individuelle.

- Start gjerne med å tenke gjennom hva du ønsker deg. Så er det viktig å sjekke hva som er viktig for deg. Det er ikke alltid det samme. Vi kan ønske oss en ny sykkel, men det som er viktigst er kanskje at vi har økonomi til å tåle en uforutsett kostnad, eller at inntektene stanser, sier Torbjørn.

Han minner om at grunnen til at lønnstillegget blir såpass stort, er at alle varer og tjenester har blitt dyrere det siste året. I gjennomsnitt er det slik at det som kostet 100 kroner i fjor, nå koster 105 kroner. Derfor vil det ekstra lønnstillegget ofte være nok til å betale for det samme du kjøpte i fjor, men kanskje ikke så veldig mye mer heller. Likevel finnes det rom til å sikre seg mer for pengene.

- For de aller, aller fleste, finnes det måter å få litt mer ut av pengene vi tjener, selv i en periode som er både usikker og krevende. Vår jobb i banken er, sammen med kunden,

å finne mulighetsrommet i den enkeltes økonomi, slik at usikkerhet blir til trygghet, legger han til, og oppfordrer:

- Vi er her for kundene i både med- og motgang, og om du ønsker litt bedre råd, oppfordrer vi til å ta kontakt.

De aller beste rådene er individuelle, men noen er også ganske så generelle. Derfor deler vi:

## TOPP 10 TIPS FOR SOMMEREN 2023

1. Betal med kort når det er mulig: Det er som oftest billigere enn å ta ut penger og betale kontant. Ta med Mastercard i tillegg til det vanlige bankkortet, og husk å sjekke regionsperren på kortet ditt i mobilbanken eller nettbanken.
2. Trenger du kontanter? Ta de ut på reisemålet: Her i Norge koster det mer. Har du Mastercard fra SpareBank 1 kan du ta ut kontanter i utlandet uten gebyr.
3. Unngå vekslingskontorer: Vekslingskontorene har vanligvis høyere gebyrer enn minibankene.
4. Velg lokal valuta når du betaler med kort: Det lønner seg oftest å velge lokal valuta når du bruker

kortet i utlandet. Da får du den beste kursen.

5. Utnytt fordelene i kredittkortet ditt: SpareBank 1 sitt kredittkort har både reise- og avbestillingsforsikring. Bruk det også til netthandel og betaling i utlandet. Da er du litt tryggere om du blir utsatt for svindel.
6. Husk å sjekke forsikringene dine før ferien.
7. Bestill europeisk helsetrygdekort, og ta det med på turen.
8. Utsett kjøp til du har råd: Bruk gjerne kredittkort i sommer, men ikke for å kjøpe det du ikke har penger til akkurat nå. Å utsette betaling betyr bare å bygge usikkerhet, og det kan fort bli dyrt. Gled deg heller litt lenger – mens du sparer til det du trenger eller ønsker deg.
9. Planlegg sommerferien: Legg en økonomisk plan for ferien. Bestem deg for hvor mye du kan bruke. Med en god plan i sommer, kan også tiden etter ferien bli god.
10. Bygg en bufferkonto: Prisene og rentene vil trolig øke en stund til. Har du mulighet for å sette av noen kroner fra lønnsoppgjør og feriepenger, er det lurt å sette dem på en bufferkonto.



Marit Engensbakken  
Eiendomsmeidler MNEF  
e: [marit@em1ringerike.no](mailto:marit@em1ringerike.no)  
m: 900 50 297



EiendomsMegler **1**

SpareBank **1**  
RINGERIKE HADELAND

## Skal du selge bolig i borettslag?

“Jeg har 35 års erfaring fra borettslag. Lurer du på noe, om det er salg eller kjøp, så kan jeg hjelpe deg.”

- Marit Engensbakken

## Leter du etter en ny bolig?

Vi hjelper deg med finansiering, forsikring og rådgivning

Vi er her for deg.

Vil du se hvor mye du kan låne til et nytt hjem?  
Sjekk ut: [rhbank.no/låne](http://rhbank.no/låne)



Marit Haneborg Kullerud  
Rådgiver  
e: [marit.h.kullerud@rhbank.no](mailto:marit.h.kullerud@rhbank.no)  
m: 928 20 819



Det har  
fungert smertefritt  
hver gang!

Tor Ove Hamborg, Olav Sletbakk og Arild Berg

# LANSERER NYTT SERVICETILBUD

Ringbo ønsker å gjøre hverdagen så enkel som mulig for styrene i forvaltede borettslag og sameier, og har derfor lansert en ny tjeneste som de har valgt å kalle «Ringbo Boservice». Tjenesten har som mål å gjøre det enklere for styrene å få gjennomført enkle vedlikeholdsoppgaver på en god og trygg måte.

TEKST: LARS-JOHAN SOLHEIM GRANN • FOTO: MARIANNE SELTE

– Dette er en tjeneste som vi har testet ut siden i fjor høst, og som har blitt godt mottatt av de som har vært våre pilotkunder, forteller Tor Ove Hamborg som er teknisk leder i Ringbo.

Kort forklart går Ringbo Boservice ut på at styrene kan ta kontakt med Ringbo for å få gjennomført mindre vedlikeholdsoppgaver. Deretter innhenter Ringbo pris, og ved en eventuell aksept fra styret på tilbu-

det, står Ringbo for oppfølgingen av entreprenør og kvalitetssikringen av jobben.

– Hovedpoenget er at styret kun trenger å forholde seg til Ringbo. Vi

ordner alt det praktiske og har også erfaringen som skal til for å vurdere riktig kostnadsnivå. Dermed kan styret føle seg sikre på at de ikke betaler for mye, samtidig som de slipper å forholde seg til ulike entreprenører selv, forklarer Hamborg.

#### GUNSTIG SAMARBEIDSAVTALE

Det er imidlertid ikke Ringbo selv som utfører jobben. Det gjøres av en samarbeidspartner.

– Vi har inngått en gunstig samarbeidsavtale med Bergs Byggtjenester AS, som leverer de fleste tjenester innenfor vedlikehold av bygninger. Dermed kan vi hjelpe med alt fra utskifting av dører til utbedring av taklekkasjer, forteller Hamborg.

Hittil i år er et gjennomført 20 prosjekter for totalt tolv kunder, og styreleder Olav Sletbakk i Veigin Borettslag er en av kundene som har testet ut den nye tjenesten.

– Vår bygningsmasse er fra 1986, og da kommer man ikke utenom at det kreves jevnlig vedlikehold. Det dukker hele tiden opp nye ting som styret må ta tak i, og det er ingen tvil om at dette er tidkrevende prosesser, spesielt for en som ikke har den rette kompetansen til å vurdere behov og omfang, forteller han.

#### RESSURSKREVENDE

Sletbakk som har vært styreleder i to år, har selv stått for innhenting av tilbud og oppfølging av håndverkere tidligere, og kjenner godt til hvor ressurskrevende det er.

– Styret er ansvarlig for pengesekken, så man føler jo på et ansvar for å gjøre de riktige vurderingene underveis, og man bruker kanskje litt ekstra tid på å hente inn flere tilbud for å være sikker på at man betaler riktig pris, forteller han.

Når han ble kjent med den nye tjenesten til Ringbo, syntes han derfor at det virket forlokkende å kun måtte forholde seg til en part.

– For oss i styret har dette fungert veldig bra, og vi har allerede benyttet oss av tjenesten fire ganger. Det har fungert smertefritt hver gang. Så Ringbo Boservice er noe jeg trygt kan anbefale alle styrer som ønsker en litt enklere styrehverdag, sier han.

**BERGS BYGGTJENESTER AS** ble etablert av Arild Berg i 2003 og har i dag 13 ansatte. Firmaet har egne tømrere, murere, taktekkere og malere, i tillegg til gode partnere innen andre håndverksfag. De jobber hovedsakelig med vedlikehold- og oppussingsoppdrag.

BEHOV FOR ELEKTRIKER I DIN BOLIG ELLER NÆRINGSBYGG?

**KONTAKT OSS I DAG!**



BRØDRENE  
**HELGESEN**



KVALITET SIDEN 1917

32 14 01 40 | post@brhelgesen.no | brhelgesen.no

# TRÆR TIL BESVÆR



TEKST OG FOTO: ADVOKATFIRMAET DAHL | WALLØE



Det er vår. Bjørka spretter, og vi flytter oss fra vinterdvalen og ut i hagen.

Blader på trær og busker blir grønne. Vi kjenner sola varme og hører lyden av humla suse.

Det høres idyllisk ut, men med dette oppstår det ofte også situasjoner hvor trær og busker mellom nabogrenser kan bli til besvær. Ikke sjelden oppstår det tvister mellom naboer om dette, og overraskende nok ender flere av disse i retten. Vi ser nærmere på hvilke regler som gjelder; hva du som nabo har rett til og hva du rett og slett må tåle.

## NABOLOVEN REGULERER FORHOLDET MELLOM NABOER

Naboloven regulerer forholdet mellom naboer. Loven har en generell tålegrense i § 2 som sier noe om hvilke skader og ulemper en eier som utøver råderett på egen eiendom kan påføre en naboeiendom. Loven har i tillegg en særbestemmelse om trær i § 3. Begge bestemmelsene brukes hyppig i forbindelse med krav om fjerning av trær. Men, hva skal egentlig til for at man kan kreve at naboen fjerner treet/trærne sine, og hvordan bør man eventuelt gå frem?

## DISSE AVSTANDSKRAVENE GJELDER

Vi starter med særbestemmelsen i § 3. Av denne følger det at det ikke er adgang til å ha trær nærmere hus, hage, tun eller dyrka jord enn en tredjedel av høyden på treet, dersom treet/trærne påfører naboen «skade eller særlig ulempe», og det er ikke «nemnande om å gjera» for den som

eier trærne at disse fjernes.

Gjennom rettspraksis er det slått fast at det ikke skal foretas noen interesseavveining mellom naboen og eier av treet. Vilårene skal vurderes hver for seg.

At treet/trærne må være til «skade eller særlig ulempe» på naboeiendommen for at de skal kunne kreves fjernet, innebærer at det må foreligge en virkelig skade eller ulempe. Forhold som at treet/trærne stenger for utsikt eller for sol kan spille inn, men det skal nokså mye til. Dersom naboen har god utsikt og gode solforhold andre steder på eiendommen, skal det mer til for at disse forhold vil være avgjørende.

Det kan videre være av betydning om treet/trærne fører til nedfall av løv og kvister, men også dette skal en del til. Er det fare for at treet/trærne kan velte og gjøre skade, vil dette klart innebære en ulempe som det

kan legges vekt på.

Dersom vilkåret «skade eller særlig ulempe» er oppfylt, må det videre vurderes om det er «nemnande om å gjera» for den som eier trærne om disse fjernes. Det må altså vurderes om det foreligger avgjørende grunner for eieren av treet/trærne som innebærer at de bør få stå. Hensynet til at eieren opplever treet/trærne i seg selv viktige kan spille inn, men det kan også dreie seg om treet/trærne sin funksjon i forhold til annet biologisk liv i området. Er det for eksempel en reirplass for en sjelden fugleart i det aktuelle treet/trærne, eller disse har stor betydning for kulturlandskapet, vil dette være momenter som tilsier at det er avgjørende om å gjøre å skulle fjerne disse.

## HVA MÅ DU TÅLE FRA NABOEN?

Til tross for at man har en særbestemmelse om trær i granneloven, vil ikke dette hindre at § 2 vil gjelde for disse tilfellene. Er ikke vilkårene i § 3

oppfylt, kan likevel skaden/ulempen treet/trærne medfører innebære at den generelle tålegrensen er overskredet.

Grannelovas § 2 fastslår den sentrale og allmenne regelen om grensen for hvilke ulemper eieren av en fast eiendom må finne seg i fra en naboeiendom. Det går frem av bestemmelsen at ingen må ha, gjøre eller sette i gang noe som «urimelig eller uturvande er til skade eller ulempe» på naboeiendom.

For at noe skal være ulovlig etter urimelig-kriteriet, må skaden eller ulempen overstige en viss tålegrense. Denne tålegrensen fastsettes etter en konkret vurdering, hvor man tar hensyn til karakteren av det området eiendommen ligger i.

I bestemmelsen er det i andre til fjerde ledd listet opp flere momenter som det skal legges vekt på ved vurderingen av om noe er urimelig. Det skal blant annet legges vekt på hva som er teknisk mulig å gjøre for å hindre skaden eller ulempen. Det skal tas hensyn til naturmangfoldet på stedet. Videre skal det legges vekt på om det er vesentlig etter forholdene på stedet, og om det er verre enn det som pleier å være vanlig på slike steder.

Selv om noe må anses påregnelig, kan det regnes som urimelig dersom det fører til en vesentlig forverring av bruken, og dersom dette bare eller i særlig grad rårer en avgrenset krets av personer.

## KONSEKVENSENE AV BRUDD PÅ NABOLOVEN

Dersom en tilstand strider mot bestemmelsene i § 2 og 3, har naboen som et utgangspunkt krav på at denne tilstanden blir rettet. Nærmere bestemmelser om retting finner vi i § 10.

Det er verdt å merke seg at man i utgangspunktet kun kan kreve retting slik at tilstanden blir lovlig. Dette innebærer at man ikke kan kreve hele treet/trærne fjernet, dersom fjerning av kun deler av treet/trærne vil være tilstrekkelig for at tilstanden blir lovlig.

## IKKE FORSØK Å HUGGE NED TREET SELV – DET KAN KOSTE DEG DYRT

Noen faller for fristelsen for å ta saken i egne hender og felle trær på naboens eiendom. Dette anbefales ikke, da det finnes mange eksempler i rettspraksis på at man kan bli dømt til å betale store summer i erstatning for ha saget ned naboens tre. Av samme årsak bør man sjekke grensemerker og kart nøye før man går i gang med felling av trær i nærheten av nabogrensen. Har naboen gitt deg lov til å utføre fellingen, bør du sørge for å få tillatelsen skriftlig.

## HVORDAN BØR DU EVENTUELT GÅ FREM?

På generelt grunnlag vil det alltid være å foretrekke å ha en dialog med naboen, og gjennom dette kunne komme til en løsning i saken. Dette vil gjelde i alle saker, men er kanskje spesielt viktig i saker som blant annet nabotvister, hvor man på en

eller annen måte vil måtte forholde seg til hverandre i fremtiden. Man må huske på at begge skal fortsette å bo side om side, og det vil være i begges interesse å ha en grei tone. Det vil derfor alltid være lurt å starte en slik sak med å snakke sammen, og i felleskap se om det vil være mulig å finne frem til en løsning på det man evt. tvistes om.

Oppnår man ikke enighet, vil det være mulig å bringe saken inn for domstolene for å få en rettslig prøving, og dermed en dom. En rettslig prosess vil ofte innebære store kostnader, og det vil være en risiko for resultatet. Før man velger å forfølge en slik sak rettslig vil det derfor være lurt å få en nærmere vurdering av saken, risiko og kostnader.

## Medlemstilbud

Advokatene Dahl Walløe har god erfaring med både tvisteløsning, forhandlinger og ulike nabo-rettslige problemstillinger og tvister, og kan bistå deg med dette. Til deg som Ringbomedlem tilbys det medlemspris.

Medlemspris per time kr 1 950,- inkl. mva. (ordinær pris kr 2 500,- inkl. mva.)

Har du behov for juridisk bistand kan Advokatene Dahl | Walløe kontaktes på e-post [post@dahlwalloe.no](mailto:post@dahlwalloe.no) eller på tlf. 909 17 922 (Dahl) / tlf. 473 17 238 (Walløe)

## Hva kan vi hjelpe deg med?

Vaktmestertjenester Hønefoss er en totalleverandør, som kan hjelpe deg med det meste. I 25 år har vi jobbet hardt for å få fornøyde kunder. Grøntanlegg, vinterdrift og tilsyn og vedlikehold av eiendom er våre hovedområder. I tillegg tilbyr vi et bredt spekter av tjenester, som gravning, tak- og fasadevask, varetransport, flyttekjøring og mye mer. Ta kontakt for en hyggelig prat, gratis befaring og tilbud.



**VAKTMESTERTJENESTER**  
**HØNEFOSS**

32 17 85 00

[www.vmt-honefoss.no](http://www.vmt-honefoss.no)

[vaktmester@3500.no](mailto:vaktmester@3500.no)



Grøntanlegg  
Snø og strø  
Tilsyn  
Vedlikehold  
Graving  
Tak og fasadevask  
Varetransport

Mot Blomman!  
Hun er vår gartner, som vi ansatte i 2022. Hun reiser rundt og holder grøntareal flott.

NY MEDLEMSFORDEL MED NEXTORY:

## 6 UKERS GRATIS PRØVEPERIODE OG DERETTER 5 % BONUS PÅ ABONNEMENTET



TEKST: FRANK GUDBRAND MO, BBL PIVOTAL. FOTO: NEXTORY

Appen ble grunnlagt i 2015 og siden da har selskapet utviklet seg til å bli en raskt voksende plattform som muliggjør ubegrenset spredning av historier og kunnskap i ulike digitale formater. I dag er Nextory en av Nordens største abonnements tjenester for lydbøker og e-bøker. Appen er også tilgjengelig i andre europeiske land. Med Nextory er det enkelt å finne de riktige bøkene til telefon eller nettbrett. Det er flere hundre tusen bøker å velge mellom.

### STØRST PÅ NORSKE BOKTITLER

Appen har markedets største innhold av norske boktitler og inneholder alt av kategorier. For å nevne noen så finner du barnebøker, tegneserier, romaner, krim, poesi, erotikk, fakta, samfunn og debatt. Sammen med brukerne, deler Nextory en stor lidenskap for alle typer litteratur og jobber for å være en uavhengig og en selvsagt plass, der alle enkelt kan finne sin neste historie. Dette går hånd i hånd med Nextory sin visjon om å øke lesingen rundt om i verden for å berike menneskers liv.

### MEDLEMSFORDELEN

Avtalen innebærer at medlemmene får tilgang til 6 uker gratis prøveabonnement. I tillegg får medlemmene 5 % bonus hver måned på det abonnements de velger.

### TRE ULIKE ABONNEMENT

Medlemmene kan velge mellom tre ulike abonnement med 6 ukers gratis prøveabonnement:

#### Sølv:

- Les og lytt inntil 30 timer i måneden
- 4 profiler
- Kun 1 profil kan bruke appen til enhver tid
- Kr 139 per måned

#### Gull:

- Les og lytt så mye du vill
- 4 profiler
- Kun 1 profil kan bruke appen til enhver tid
- Kr 189 per måned

#### Familie:

- Les og lytt så mye du vill
- 4 profiler

## Medlemstilbud

6 ukers gratis prøveperiode og 5 % bonus på betalt abonnement hver måned!



- Inntil 4 profiler kan bruke appen til enhver tid
- Kr 239 per måned

### REGISTRERING AV KUNDE

Medlemmene kan logge seg inn på "Min side" og fra den gå videre til Nextory. På denne måten vil medlemmet ta med seg medlemskortnummer, 9 siffer, over til Nextory. Medlemmene kan også gå inn via Ringbo sine medlemsfordeler og velge Nextory, for deretter å legge inn medlemskortnummer, 9 siffer. Ved betaling etter prøvetidens utløp hos Nextory vil du som medlem dermed være identifisert og bonus fra Nextory vil bli beregnet.

### ÅPNINGSTIDER OG SOMMERSTENG KONTOR

Frem til 15. september holdes kontoret åpent hverdager mellom kl. 08:00 - 15:00. I uke 30, 24. - 30. juli, vil kontoret holdes stengt for ferieavvikling. Ved skadesaker kan Jonny Fjellstad kontaktes på tlf. 947 93 990. Ved andre hastesaker kan daglig leder Jens Veiteberg kontaktes på tlf. 971 83 937.

### NYTT STYRE I RINGBO ETTER ÅRETS GENERALFORSAMLING

Etter årets generalforsamling 10. mai består styret i Ringbo av følgende:

Svein Eystein Lindberg	- styreleder (ny)
Eivind Bjørntvedt	- styremedlem (ny)
Kristin Ranem Rønsdal	- styremedlem (ny)
Knut Johansen	- styremedlem
Bente Westmo	- styremedlem
Hilde Myrhagen	- styremedlem (ny ansattrepresentant)
Harald Farstad	- varamedlem (gjenvalg)
Hilde Mette Nylund	- varamedlem (gjenvalg)
Trygve Martinsen	- varamedlem (ny)
Katrine Amundsen	- varamedlem (ny ansattrepresentant)

## RINGBO

magasinet



Ta kontakt!

### Neste utgivelse kommer i september 2023!

Ta kontakt for bestilling av annonseplass eller for å få tilsendt annonseinformasjon for 2023.

Utgivelse: uke 39 • Annonsefrist: 11.09.23

ANNONSEANSVARLIG: ARNT ERIK ISAKSEN - TLF. 411 61 619  
arnt.erik.isaksen@flexkommunikasjon.no

## Behov for oppgradering av borettslaget?

Som hovedbankforbindelse til borettslagene tilbyr vi finansiering til oppgradering eller nye investeringer.

Ta kontakt med meg direkte:  
Bjørn Nilsen  
tlf: 415 37 435  
e-post: bjorn.nilsen@rhhbank.no



SpareBank 1  
RINGERIKE HADELAND



# Si det som det er - eller la vær

Ikke helt regelmessig, men noen ganger i året, pleier jeg å ta en time hos en hudpleier. Jeg har brukt den samme, skjønnedamen i flere år. Hun er mild, flink, grundig, varsom og tydeligvis sannferdig.

Det starter helt vanlig. Hun vasker, renser, skrubber, damper og smører. Pensler på en velduftende ansiktsmaske som får virke dypt inn i huden, og renser av. Hun jobber opp en øyemaske som strykes varsomt rundt øynene og et lett klede oppå så blikket får hvile og øynene er lukket.

Jeg hører hun skylle og vri opp utstyr som har vært brukt eller skal brukes, og ingen ting gir meg større ro og lavere puls enn lyden av andre som pusler og arbeider.

Jeg merker at hun triller seg selv inn til behandlingsbenken på arbeidsstolen sin, og stålsetter meg fort at øyekledet skal fjernes og at hun skal rigge seg til med lupe og skarpt lys for å effektivt nappe over brynene. Jeg er rutinert og den stingende smerten som følger hvert lille brynhår som blir nappet ut, nummes ut av nappesfrekvens.

Jeg tror hun nærmer seg ferdig. Hendene hennes vrir varsomt på ansiktet mitt så lys og lupe skal nå over

fra høyre til venstre. Så spør hun litt forsiktig: Skal jeg ta barten også? Asså – gi meg et sekund her ... Barten? Har jeg bart? Det trenger jeg tydeligvis ikke gruble for mye på all den tid hun spør, men jeg må jo svare noe. - Nei, du den sparer jeg ...? Hva tror du `a. Selvfølgelig skal du ta barten!

Det gjør litt vondere enn ellers å gjøre opp for meg etter denne timen. Jeg får jo ikke sjekket om jeg har bart heller, for den har jeg jo betalt henne for å fjerne. Samme kveld, til mannen min hjemme, forsøker jeg lage en litt artig historie ut av det hele, liksom for å eie det og by på hvor ukomplisert (not) jeg synes min nye identitet som Bartianne er.

Men da fikk husband bluss på lampa gitt. Og ikke på min bekostning til en forandring heller.

- HVA ER DET MED SLIKE SÅKALTE VELVÆREFOLK, buser han ut, og tar seg til sin etter hvert litt topptynne manke. Sist han var hos frisøren, og følte seg ganske bra etter drøyt ti minutter i stolen og like lang speiling av seg selv med ungdommelig, frisk klipp som tok form, hadde nemlig den drittkjerringa av en frisør avsluttet med å løfte opp et stort speil så han skulle få se bak - aka selveste måneledningen. - Hvorfor gjør de sånn – vil de ha betalt eller vil de ha en neve?, bulder han.

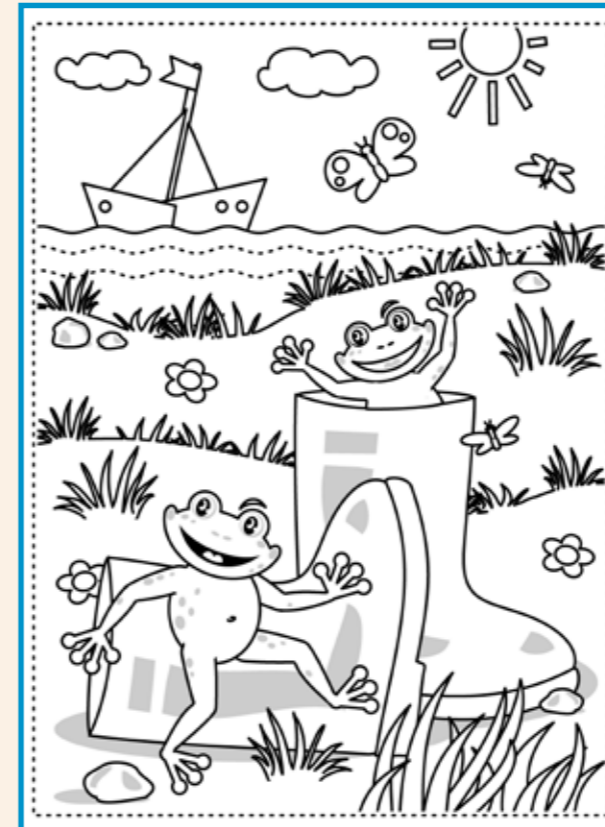
I et ekteskap lærer man seg, for husfredens skyld, at noen ting best bør ligge ukommentert.

Alt du sier skal være sant, men du trenger ikke si alt.

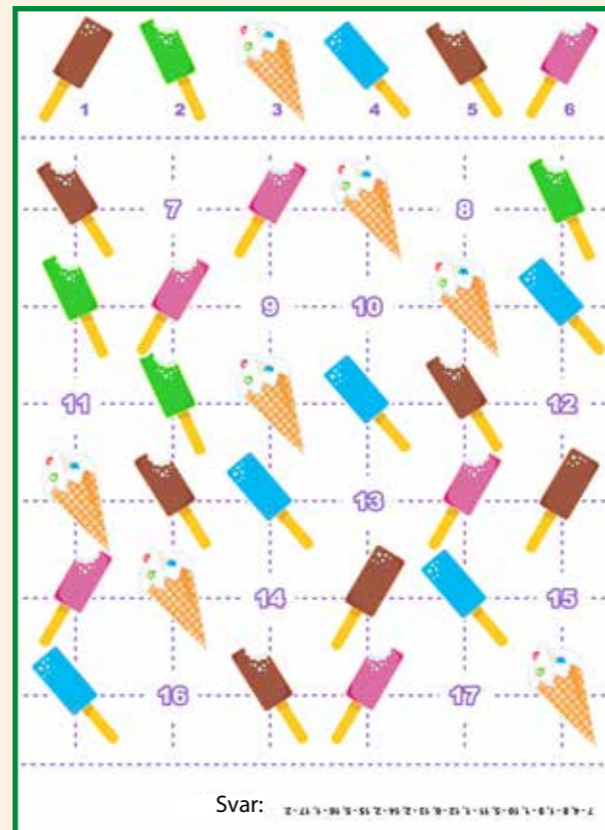
Bartianne Dancke

# Morosider

FINN TI FEIL! OG FARGELEGG GJERNE!

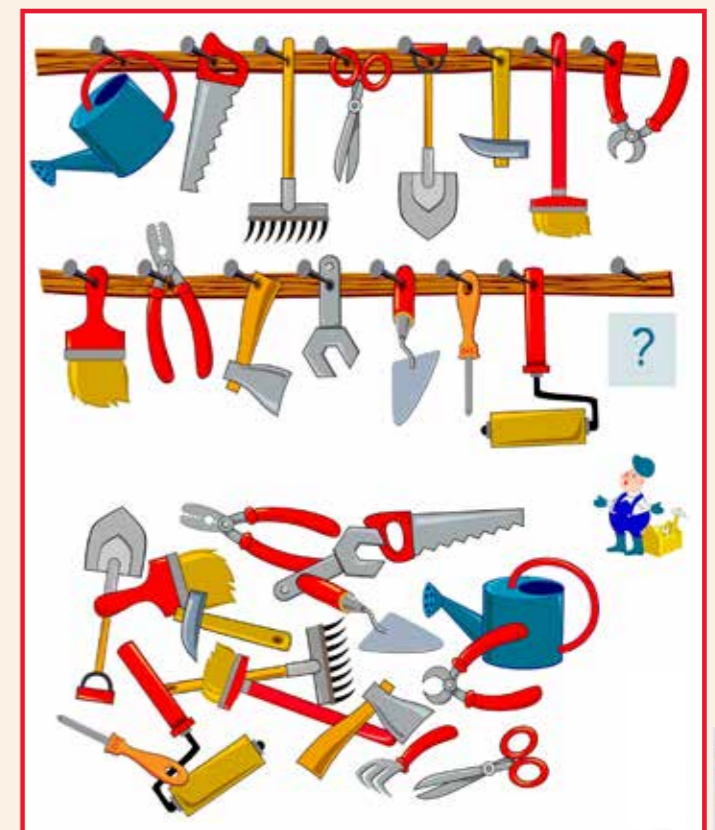


FYLL INN DE TOMME FELTENE MED RIKTIG IS. Det skal bare være én av hver type is i hver rad og kolonne.



Svar: 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20-21-22-23-24-25

HVILKET VERKTØY HENGER IKKE PÅ Plass?



Koriander har en særegen og spennende smak, og er helt uunnværlig i chutney og salsa. Lær deg urtens spesielle smaksegenskaper, og tryll fram helt nydelige retter.

# Koriander



## BRUK

Denne urten brukes gjerne i gryteretter, salater, kyllingretter, sauser, fiskeretter og salsa. Korianderfrøene kan også brukes.

## SMÅK

Koriander har en sitrusliknende lukt og smak. Korianderfrøene har en mye kraftigere smak enn bladene.

## TILBEREDNING

Du kan gjerne bruke hakket koriander som smakstilsetning. Frøene kan også brukes, men de bør knuses i en morter. Et tips er å tilsette urter mot slutten av varmebehandlingen. Det kan være lurt å smake seg fram med koriander, så tilsett litt og litt. Pass på at urtesmaken ikke blir for kraftig.

**DYRKES** i Vestfold og Telemark, Vestland, Rogaland og Viken.

## OPPBEVARING

Husk at krydderurter har ulik holdbarhet, avhengig av om de er avskåret eller på rot. Koriander på rot trenger mye lys og vann.

## NÆRINGSINNHold

Bruker du rikelig med koriander, kan du dra nytte av at den er rik på kostfiber, A-vitaminet betakaroten, vitamin K og vitamin C. Koriander er også en kilde til vitamin E og kalium.

## SESONG

Produseres hele året.

## LEMONADE MED KORIANDER OG GRØNN CHILI

Chili og koriander passer ikke bare i mat, men funker utmerket i drinker både med og uten alkohol. Denne lemonaden er nydelig som forfriskning etter en lang dag i solen.

### INGREDIENSER

4 PORSJONER  
2 stk. grønn chili  
0,5 potte liten frisk koriander  
4 ss lønnesirup eller brunt rørsukker  
1,5 dl sitronsaft  
4 skiver sitron  
0,5 l vann med kullsyre

### SLIK GJØR DU

1. Skjær chili i tynne skiver og fjern noe av frøene. Riv koriander grovt (ta av noen blader til pynt) med hendene og ha alt i en skål (eller aller helst en cocktailshaker) sammen med lønnesirup/sukker.



## KORIANDERPESTO

En god og anvendelig pesto med markant koriandersmak. Deilig som tilbehør til grillmat og fiskeretter.

### INGREDIENSER - 4 PORSJONER

1,5 dl mandler  
1 stk. sjalottløk  
1 bunt frisk koriander  
(en bunt tilsvarer to potter)

## TIPS!

- Skyll urten i kaldt vann.
- Bruk gjerne hele planten, med stilkene.
- Ha gjerne urten i supper, guacamole og ikke minst i salsaer.
- Tilsett gjerne koriander til slutt, for aller best smak.



2. Bruk en sleiv eller annet egnet redskap til å knuse/klemme ingrediensene slik at de eteriske oljene i chili og koriander blir frigjort. Tilsett sitron- og limejuice og bland godt.
3. Ha isbiter i fire glass og fordel lemonaden på glassene. Legg i frisk koriander og sitronskive. Hell over kullsyrevann og server.
4. Du kan gjøre lemonaden om til en drink ved å tilsette litt tequila eller gin.

1 stk. grønn chili  
0,5 ts salt  
0,25 ts kvernet pepper  
1 dl olivenolje

### SLIK GJØR DU

1. Begynn med å skælde mandlene: hell kokende vann over mandlene og la stå 3-4 minutter, slik at skallet løsner. Klem mandlene ut av skallet med fingrene.
2. Hakk løken grovt.
3. Ha alle ingrediensene bortsett fra oljen i en hurtigmikser og kjør maskinen til alt er most. Tilsett oljen i en tynn stråle. Smak til med salt og pepper.
4. Tilsett mer olje om nødvendig.
5. Oppbevar pestoen i tett glass i inntil 10 dager.



## GUACAMOLE

Guacamole er obligatorisk tilbehør i det meksikanske kjøkkenet, men passer også perfekt til sommerens grillretter. Bruk modne avokado, de smaker mer og gir en god og kremet konsistens på guacamolen.

### INGREDIENSER

4 porsjoner  
2 stk. modne avokado  
saft av 1 stk. lime  
1,5 stk. tomat  
1 båt hvitløk  
0,5 stk. finhakket rød chili  
2 ss finhakket frisk koriander

### SLIK GJØR DU

1. Del avokado i to. Hakk forsiktig kniven i avokadosteinen, vri kniven til siden og ta ut steinen. Mos avokado med en gaffel og press over limesaft.
2. Vær forsiktig når du gjør dette. Føler du deg ikke helt trygg med kniven kan du også fjerne steinen med en liten skje.
3. Grillt kyllinglår med lun potetsalat 3a.jpg
4. Del tomat i fire og skjær ut frøene med en liten kniv. Del tomatkjøttet i små terninger. Finhakk hvitløk og chili.
5. Bland most avokado med tomater, hvitløk, chili og hakket koriander. Smak til med salt og eventuelt pepper. Dekk til guacamolen og sett den kaldt til den skal brukes.
6. Legg avokadosteinen i guacamolen, da beholder den sin fine grønnfarge.
7. Server biter av stekte tortillalefser til guacamoledippen, eller sett guacamole på bordet som en del av tacomiddagen.

## GRILLET SOMMERKÅL MED MYNTE OG KORIANDER-DRESSING



Norsk nykål er en av sommerens aller beste grønnsaker – sprø, smakfull og utrolig anvendelig, både rå, lett-kokt og grillt. Grillt nykål med spennende dressing er nydelig som en selvstendig vegetarisk rett, men kålen passer også sammen med all slags grillt sommermat.

### INGREDIENSER

1 kg nykål - sommerkål  
2 ss olje  
½ bunt(er) fersk mynte  
½ bunt(er) fersk koriander  
½ bunt(er) fersk bladpersille  
3 ss rødvinseddik  
4 ss olivenolje  
2 ss sriracha - asiatisk chilisaus

### SLIK GJØR DU

1. Fjern om nødvendig de ytterste grove bladene av kålen og del den i åtte båter.
2. Pensle lett med olje og legg kålen

- på grillen. Grill den i 3-4 minutter på hver side, avhengig av størrelse på båtene og varmen på grillen.
3. Fjern grove stilker fra urtene, ta eventuelt vare på litt mynte til pynt. Ha urtene i en hurtigmikser sammen med rødvinseddik, olivenolje og sriracha. Kjør mikseren til du har en jevn blanding. Hell den over i en skål og smak til med salt og pepper. Juster konsistensen med litt mer olje og/eller eddik.
4. Legg den grillete kålen på et fat og hell over dressing. Pynt med mynte.



## KORIANDEROLJE

En frisk og fargerik olje! Korianderolje passer ypperlig til grillt kjøtt, som dressing til en deilig salat, eller bare til å dyppe ferskt brød i når man har lyst på litt kosemat.

### INGREDIENSER

Gir ca. 2,5 dl  
2 båter hvitløk  
0,25 stk. grovhakket løk  
0,5 potte frisk koriander  
6 stilker bladpersille  
1,5 dl olivenolje  
saft av 0,5 stk. lime  
2 ts malt spisskummen  
2 ts malt koriander  
0,5 ts salt

### SLIK GJØR DU:

1. Kjør hvitløk og løk i en blender eller foodprosessor til det er grovhakket.
2. Ha i koriander og persille, kjør det raskt sammen og tilsett olje, limesaft, spisskummen, malt koriander og salt. Kjør til alt er godt blandet.

Oljen er holdbar i 2-3 dager.

## Elektrikertjenester utføres

# Lys og Kraft Installasjon AS

Vi gir Ringbos medlemmer rabatt!



Lys og Kraft Installasjon AS  
Hønengata 65, 3515 Hønefoss • Tlf. 32 10 99 70

[elfag.no](http://elfag.no) - Når du trenger elektriker

# Hva kan du spare på medlemskapet ditt?

**HUSK!** Rabatt gjelder ordinært prisede varer. Bonus får du i tillegg til rabatter og gjelder for alle kjøp, også tilbud og kampanjer. For å få bonus må du betale med betalingskort registrert på Min Side.

## LOKALE FORRETNINGER



Eikli, Dronning Åstas gate 14  
Tlf. 940 19 940



Søndre Torv  
Tlf. 32 10 98 00



Hønengata 69  
Tlf. 32 18 00 26



Hønefoss VVS, Osloveien 4  
Tlf. 32 13 91 00



Hensmoveien 28  
Tlf. 32 14 46 60



Skjærdalen 2, Tyrstrand  
Tlf. 91 99 20 86



Hvervenmoveien 2 A  
Tlf. 32 14 04 30



Kongens gate 10  
Tlf. 32 12 84 40



Risesletta  
Tlf. 405 24 000



Dronning Åstas gate 22,  
tlf. 32 18 16 66



Kartverksveien 5  
E-post: post@dahlwalloe.no



Samsmoveien 41N, 3520 Jevnaker  
Tlf. 61 31 03 83

## MEDLEMSFORDEL

10 % rabatt  
5 % bonus

2 gratis visninger  
Tilrettelegging kr 11 175,-  
E-takst kr 1 500,-

20 % rabatt  
5 % bonus

25 % rabatt på lagerførte rør og deler  
15 % på synlig VVS-utstyr som  
toaletter, kraner, etc.  
5 % på arbeidskostnad rørlegger  
5 % bonus

Opptil 50 % rabatt  
5 % bonus

5 % rabatt på møbel del til kjøkken  
5 % rabatt på garderobe

5 % bonus

Boligalarm med utvidet grunnpakke  
og montering til kr 0,-  
Alarmabonnement kr 399,-

Kr 1000,- pr sesong for dekkhotell  
Kr 400,- for omlegging på bil  
5 % bonus

3 – 7 % rabatt på nye biler  
10 % rabatt på service- og reparasjoner  
Rabatten regnes av listepris og fabrikk-montert  
utstyr. Kan ikke kombineres med andre rabatter/  
kampanjer.

Medlemspris kr 1950,- pr. time

20 % rabatt på inntil to inngangsbilletter til  
Kistefos per medlem.  
Husk å vise medlemsbeviset når du kjøper  
billett for å få rabatt. Barn til og med 16 år  
har gratis inngang til Kistefos, uavhengig av  
medlemskap.

## LOKALE FORRETNINGER



Barbroveien 7  
Tlf. 456 19 211

## ØVRIGE MEDLEMSFORDELER



Leveres av If.  
Forsikringformidlemmer.no  
Tlf. 22 42 85 00



hotellformidlemmer.no



Fordelerformidlemmer.no



Fordelerformidlemmer.no



Fordelerformidlemmer.no



Fordelerformidlemmer.no



Tilbords.no



Fordelerformidlemmer.no



Fordelerformidlemmer.no

## NETTBUTIKKER

### Du får bonus i utvalgte nettbutikker via Min side



#### Slik får du bonus i nettbutikkene:

1. Logg inn på Min side på web eller app
2. Klikk på nettbutikken under medlemsfordeler
3. Handle som vanlig i nettbutikken
4. Når du betaler med registrert betalingskort får du bonus

Bonus vises på bonuskonto i løpet av 30 - 90 dager  
pga. butikkens returordning.

Oversikt over nettbutikker finner du på fordelssiden og  
via Min side. Husk at alle kjøp må gjøres via Min side.



## MEDLEMSFORDELER

5 % bonus

Gode medlemspriser.  
2 % bonus på alle forsikringer.

Medlemspriser på hotell  
2 % bonus

Medlemspriser  
2 % bonus på ditt strømforbruk

10 % rabatt  
5 % bonus  
Avtalen gjelder utvalgte butikker.

5 % bonus

12 % rabatt på ordinær pris

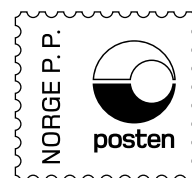
5 % bonus

10 % bonus i utvalgte butikker

Medlemspriser  
5 % bonus



Returadresse:  
Ringbo BBL  
Hvervenmoveien 49  
3511 Hønefoss



Gratis  
befaring

# Total- renovering av bad?

Vi hjelper deg med  
hele jobben.

Osloveien 4, 3511 Hønefoss | Telefon: 32 13 91 00  
honefoss@comfort.no | www.honefossvvs.no



Mudin  
avløpsåpner

“BEST I TEST”

Fast medlemspris

**Kr 99,-**



**Medlems-  
tilbud**

på arbeid og  
alt i butikk!

Man-fre 10-16  
Lørdag 10-13

**comfort**  
Hønefoss VVS AS