

LUNDEXPRESSEN

**BEBOERBLAD FOR RESENLUND OG DARUPLUND
2660 Brøndby Strand**

41. årgang · Nr. 9 · November · 2013



Foto: Miss B Foto

Lejerbo skaber rum for liv



Redaktørens side

Lundexpressen nåede aldrig at blive trykt i sidste måned. På trods af at det var ude af mine hænder, beklager jeg selvfølgelig dybt at noget sådan kan ske.

Afdelingsbestyrelsen vil fremover udsende vigtige informationer med korte tidsfrister, der ikke altid kommer før deadline på Lundexpressen, via nyhedsbrev til jer.

Det årlige Afdelingsmøde bliver afholdt 4. februar i Brønden. Mød op og hver med til at tage de vigtige beslutninger!

I sidste måned modtog jeg et læserbrev fra Allan Boe Petersen, og et svar fra Afdelingsformanden, som jeg valgte **ikke** at bringe, før i dette nummer af Lundexpressen. Der var simpelthen for mange faktuelle oplysninger i begge, som jeg var nød til at gennemgå og verificere, før jeg kunne bringe det. I dette nummer kan i læse både læserbrevet, et svar fra Lejerbo, og svaret fra Afdelingsformanden. Jeg håber på denne måde at få belyst sagen på en god og konstruktiv måde.

Det er vigtigt, at I sender indlæg m.m. inden deadline – **som normalt er den sidste fredag i hver måned kl. 16.00** - med mindre andet er aftalt. Ellers kan I ikke regne med, at det når at komme med i bladet. Er indlægget noget, der skal svares på, så send det gerne i god tid, så svaret kan nå at komme med.

Indlæg afleveres på kontoret **senest D. 29. november**, eller sendes på mail til en af disse adresser:
redaktionen@lundens.net eller sanne.bentsen@lundens.net

Med venlig hilsen
 Sanne Bentsen
 Redaktør

Kan du se forskellen på denne bygning



Foto: Ludvig Blomberg Daruplund 35, 2.th



Foto: Ludvig Blomberg Daruplund 35, 2.th

Vores lokale kiosk



Har et rigtig godt udbud af dagligvarer, aviser og ugeblade. **Hver** morgen er der frisk brød fra bageren og friskbrygget kaffe på kanden. **Husk at bestille dit morgenbrød hvis du vil være helt sikker på at der ikke er udsolgt!**

Som en ekstra service bringer Kiosk 17 varer ud!

Hvis du ringer eller mail'er inden kl. 18, vil varerne blive bragt ud efter butikkens lukketid kl. 20. Du kan selvfølgelig også bestille til en anden dag. Telefonnummeret er 69 60 45 17, e-mail er kiosk1517@gmail.com

Du kan desværre stadig ikke købe din Tips og Lotto kupon her, da opsætning af maskinen i kiosken er udsat lidt fra Danske Spils side.





Kiosk 17

1 Kop frisk kaffe

+

1 Rundstykke med ost

25 kr



Læserbreve

Som nogen måske kan huske havde jeg i sidste nummer af Lundexpressen et indlæg om vores husleje.

Som altid valgte Tommy i sin besvarelse at gå efter manden i stedet for at fokusere på bolden. Egentlig er det mærkeligt at Tommy, som jo selv blev meget ophidset over en harmløs bemærkning på Facebook, så ensidigt forsøger at latterliggøre alle der rejser et uønsket spørgsmål.....

Og det er dobbelt ærgeligt når spørgeren har ret og rejser et relevant problem....

Men lad os prøve igen. Herunder er 3 helt klare og ret simple spørgsmål som jeg og andre beboere gerne vil have besvaret. Man skal ikke være bogholder for at forstå dem, almindelig fornuft er rigeligt.

Vi har fået 2 ting at vide af bestyrelsen omkring renoveringen - nemlig at vores leje ikke ville stige før renoveringen var afsluttet og at den har kostet 110 kr / m² /år. Men det tvivler jeg på er korrekt.

Og her er grunden til at jeg tvivler:

Bestyrelsen har selv fortalt os at der er renoveret for mere end 1 million pr. lejemål. Vi har 309 lejemål i Lunden – altså har renoveringen kostet mindst 309 millioner. (før renteudgifter) 309 millioner fordelt på 32.518 m² giver 9.502,43 kr/m², som vi så kan afskrive over f.eks. 30 år. Det svarer til en omkostning på **317 kr/m² / år** (og hertil skal så lægges renter). Afskriver man over 20 år som nok ville være mere rimeligt ud fra forventet levetid giver det **475 kr/m²/år**. Enhver beboer der vil regne efter kan bare tage antallet af m² i sin lejlighed og gange det med 110 kr og derefter gange med 20 eller 30 – hvis man får et tal der er større end 1 million tager jeg fejl.

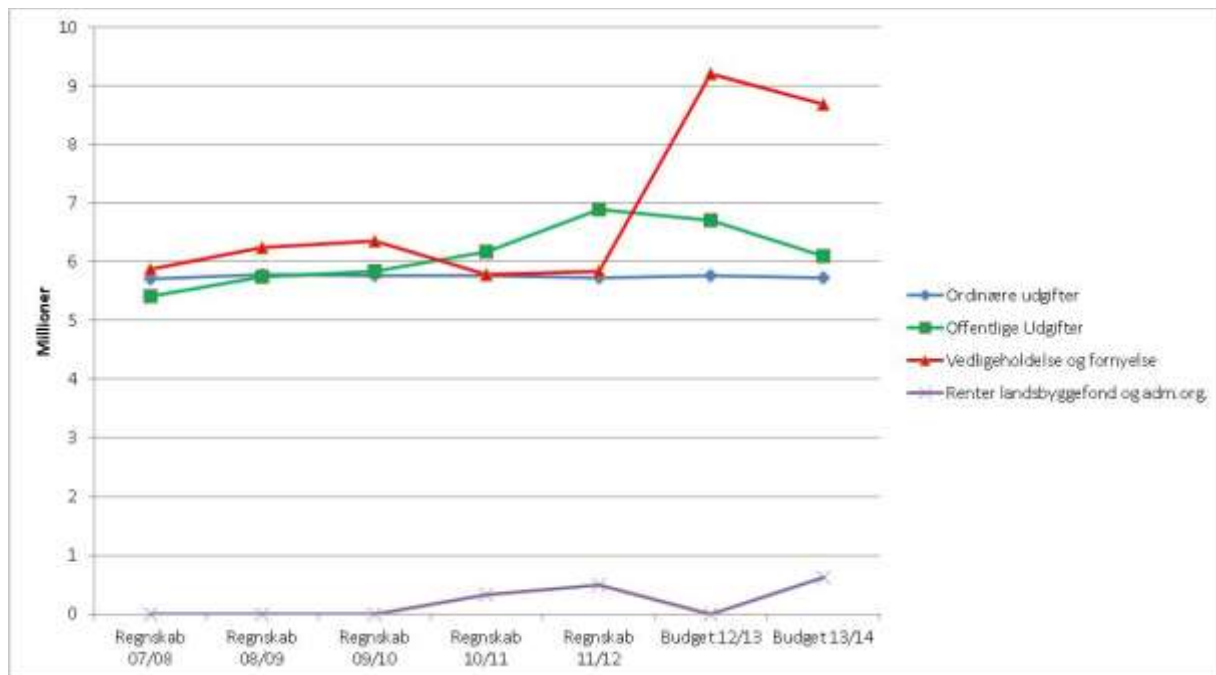
Så når bestyrelsen og Lejerbo kan udregne så lavt et beløb som de gør, må det være fordi hovedparten af udgifterne for

renoveringen allerede indgår andre steder i det normale driftsbudget. Det er der også meget der tyder på – blandt andet:

- Konto 120 Planlagt vedligeholdelse, steg med 1,2 millioner fra regnskab 2011/2012 til budget 2012/2013 – en stigning på 27,5 %. Lidt sært i en hel nyinstandsat bebyggelse, ikke ? Man ville vel snarere tro at beløbet skulle falde.
- Konto 115 almindelig vedligehold, stiger støt men desværre ikke roligt.....16% stigning fra budget 2012/13 til budget 2013/14
- Konto 116.1 Planlagt og periodisk fornyelse, blev mere end fordoblet fra budget 2011/12 til budget 2012/13 – igen i en helt nyistandsat ejendom. Denne post bliver ganske vist dækket af tidligere hensættelser, men så er hensættelsen jo brugt og det vedrører stadig vedligeholdelse af ting der blev fornyet under renoveringen, jvnf Note 9.
- Renteudgifter på støtte fra Landsbyggefonden kom ind som en ny post på konto 131 med 555.000 i budget 2013/2014
- Vi afdrager også 950.000 på konto 127 i de kommende år vedrørende lån til renovering af tage og vinduer – men det vedrører de gamle vinduer der nu er skiftet ud....

Ingen af disse beløb og stigninger indgår i de 110 kr/m² /år og det er på grund af disse stigninger, som bestyrelsen aldrig har kommenteret, at det virker som om vi ikke har fået reduceret vores leje da vi gik over til individuel vandafregning.

Herunder kan man se udviklingen:



I budgettet for 2012/13 har man glemt renterne til landsbyggefonden – men de kommer jo nok ind som et underskud vi også skal betale.....

Her kommer spørgsmålene:

1. Er det rigtigt at en årlig stigning på 110 kr/m² ikke alene kan betale en renovering til mere end 309 millioner excl. renter i løbet af 20-30 år ?
2. Er det rigtigt at der allerede før renoveringen blev afsluttet er blevet opkrævet beløb som f.eks. renter over huslejen som kan henføres til renoveringen og finansieringen af den ?
3. Hvorfor må vi beboere dog ikke se det rigtige og komplette regnskab for renoveringen og hvordan tallene indgår i vores budget og husleje – det er jo trods alt os der skal betale ?

Og kære Tommy, svar nu bare på de stillede spørgsmål uden at gå efter manden.....der er ingen i Lunden (incl. mig) der interesserer sig for hvad du mener om mig – men vi er sikkert allesammen meget interesseret i at forstå hvad renoveringen kommer til at koste os.

Hvis vi stadig ikke får svaret, har vi ikke andre muligheder end at nedstemme næste års budget med de problemer det giver.....så kære bestyrelse, stå nu ved jeres ansvar og indkald til det infomøde!

Redaktørens bemærkning:

Da sidste nummer af Lundexpressen skulle sammensættes valgte jeg at udelade både dette læserbrev og svaret fra formanden. Grunden var at jeg ønskede et svar direkte fra Lejerbo.

Svar 1:

Svar på de 5 punkter i brevet fra Allan Boe Petersen samt min forklaring omkring nedsættelsen af vandudgiften i budget og regnskab.

1. Konto 120 stiger som Allan beskriver det men dette er en opsparing til planlagt vedligeholdelse. Pengene indgår på konto 401 som er den opsparing afdelingen har til fremtidig planlagt vedligeholdelse. Herunder eksempelvis de nye komfurer afdelingen netop har fået. Det dækker altså langt mere end de ting som er istandsat ved renoveringen.
2. Enig, den stiger med ca. 16% fra budget 12/13 til budget 13/14. Men begge tal er budgettal og det realiserede tal for 12/13 er kr. 784.000 og tallet for 13/14 kender vi ikke da regnskabsåret startede her 1. oktober 2013 og går til 30.09.2014.

3. Konto 116.1 planlagt vedligehold stiger fra 2011/12 til 2012/13 men det skyldes primært at loven er ændret, således at der skal henlægges/opspares til fraflyttelejligheder på denne konto. Beløbet der henlægges årligt til dette formål er kr. 794.000 og så er der ydermere en post på kr. 1.545.000 til komfurer i 2012/2013. Så det er altså ting som intet har med renoveringen at gøre.
4. Posten 131 har også været i regnskabet 2011/2012 med kr. 487.188 og er renter på mellemregning til Landsbyggefonden i forbindelse med renoveringen. Når man får penge fra Landsbyggefonden skal der betales renter af disse løbende mens renoveringen står på.
5. Afdrag på kr. 950.000 til renovering af tage og vinduer – det er korrekt at der fortsat afdrages på dette. Da udskiftningen i sin tid blev besluttet havde man en forventning om at de ville holde længere, hvilket afspejler lånets løbetid. Dette har dog vist sig ikke at holde stik men lånet skal fortsat betales tilbage.

Ændringen i vandudgiften over 3 budget/regnskabsår:

Det er korrekt at nedsættelsen er lagt sammen med stigningen, da overgangen sker samme dag som Lunden starter nyt regnskabsår.

Udgifterne til vand har været som følger:

I regnskabet 2011/2012 var udgiften til vand på kr. 1.906.029.

I budgettet 2012/2013 er udgiften til vand nedsat til kr. 1.200.000.

I budgettet 2013/2014 er udgiften til vand nedsat til kr. 290.000.

Beboerne har fået nedsættelsen i deres husleje over 2 år i stedet for på en gang ved overgangen til individuelle målere. Den samlede nedsættelse på 1.616.029 (1.906.029-290.000)

svarer til kr. 49,70 pr. m² pr. år idet bebyggelsen er på 32.518,2 m².

Denne samlede udgift til både individuelt vand og fællesvand er faldet, med samme beløb som beboerne er nedsat via tidligere budgetter på kr. 1.616.029 – således at Lov om leje af almene boliger § 54, stk. 6 er overholdt.

Med venlig hilsen
Jeannette M. Larsen



Svar 2:

I september nummeret af Lundexpressen havde Allan et indlæg omkring det individuelle varmeregnskab (og ikke vores husleje, som han skriver), et indlæg baseret på en kæmpe regnefejl fra Allans side, og derfor aldeles forkert, hvilket jeg også påviste. Et sådan indlæg kan selvfølgelig ikke stå uimodsagt, I skal have de korrekte tal, det kan ikke være anderledes. Jeg vil anbefale jer at læse indlæggene igen, de kan ses i Lundexpressen på Lundens hjemmeside, www.lundens.net, for jer der ikke lige har september nummeret liggende.

Allan har lavet et nyt indlæg, og denne gang kommer jeg desværre igen til at rette på Allans postulater.

Bestyrelsen, eller andre, har ikke på noget tidspunkt påstået, at renoveringen har kostet 309 millioner kr., det er der ingen der ved noget om på nuværende tidspunkt. Budgettet er på 320 millioner kr., men budget er som bekendt ikke det samme som det endelige regnskab.

Endnu en gang må vi desværre konstatere, at Allan ikke har sat sig ind i tingene. Eksempelvis fortæller han os, at konto 115 stiger 16 % fra budget 2012/13 til budget 2013/14. I 2012/13 var der budgetteret med 865.000 kr. på konto 115, i budgettet 2013/14, der indeholder renoveringskonsekvens, er der budgetteret med 800.000 kr. Konto 115 er altså sat 65.000 kr. ned! Hvordan Allan får dette til en stigning på 16 %, må guderne vide.

Konto 116 er den konto, hvor vi sparer op til planlagte og nødvendige fornyelser. Den vil selvfølgelig svinge fra år til år, alt eftersom de opsparede midler flyttes til og fra kontoen, rent budgetmæssigt. De år, hvor der er store investeringer, eksempelvis nye komfurer eller nye maskiner i vaskeriet, vil konto 116 fremstå med stort indestående. Alle poster på denne kan ses i vedligeholdelsesplanen, som i øvrigt også gennemgås på afdelingsmødet som en del af regnskabet.

Allan undrer sig over at konto 120 er steget med 1.200.000 kr. Allan behøver ikke at være så forundret, han kan bare gå en tur ud i sit køkken. Der står et næsten nyt komfur, sådan et har vi alle fået. Det koster, men påvirker ikke huslejen, da det er et beløb vi har sparet op til på konto 116, og ved forbrug flyttes over på konto 120. Det er netop det man bruger konto 120 til.

Og minsandten om han ikke i negative vendinger fremhæver, at vi stadig betaler på en tidligere udskiftning af tage og vinduer på konto 127. Forventer Allan, at vi stopper med at betale vores gæld, fordi vi har fået nye vinduer?

Der er desværre mere endnu: Allans beregner er baseret på, at vi skal betale hele renoveringsudgiften, en helt uforståelig antagelse, som også denne gang gør hans tal ubrugelige. Vi skal selvfølgelig ikke betale hele renoveringsudgiften, Boligorganisationen, Landsbyggefonden og Brøndby Kommune har ydet betydelige tilskud.

Huslejestigningen udregnes ved at udregne forskellen på budgetter med og uden renoveringslån for Lunden, samt de af Landsbyggefonden krævede ændringer i budgettet. Denne forskel deles ud på det antal m², der i alt er i Lunden. Derved får vi den gennemsnitlige m² stigning om året.

Regnestykket ser således ud:

<u>Ændring af budget i forhold til indeværende /Nyt budget</u>			
		kroner	kr./m ²
Nettokapitaludgifter (beboerbetaling)	Mindre udg.	-35.000	-1,08
Ejendomsskat, vand, renov., forsikring, elforbrug m.v.	Mindre udg.	-586.000	-18,02
Bidrag til boligorganisationen (incl. dispositionsfondsbidrag)	Merudg.	116.000	3,57
Variable udgifter i alt	Mindre udg.	-52.000	-1,60
Henlæggelser i alt	Mindre udg.	-6.873.000	-211,36
SAMLEDE ORDINÆRE UDGIFTER	Mindre udg.	-7.430.000	-228,49
Ekstraordinære udgifter i alt	Merudg.	13.281.000	408,42
SAMLEDE UDGIFTER	Merudg.	5.851.000	179,93
Ordinære indtægter excl. husleje og renter	Merindt.	-1.092.000	-33,58
Renteindtægter	Merindt.	-505.000	-15,53
Ekstraordinære indtægter i alt	Merindt.	-608.000	-18,70
INDTÆGTER	Merindt.	-2.205.000	-67,81
SAMLET ÆNDRING I LEJEN	Merudg.	3.646.000	112,12
SAMLET ÆNDRING I LEJEN	Merudg.	3.646.000	112,12

Med gul markering ser I beløbet på gennemsnitligt 112 kr./m² år, og det beløb genkender I som det, vi hele tiden har meldt ud.

Allan fremhæver i rødt 3 spørgsmål. De 2 første er besvaret i ovenstående, det sidste blev besvaret i september nummeret af Lundexpressen, men jeg kan godt gentage det her: Der kommer et møde om det endelige byggeregnskab, det såkaldte Skema C, når det er revideret og godkendt af Landsbyggefonden og kommunalbestyrelsen.

Et er, at tallene i Allans indlæg er så meget forkerte, men langt det værste er dog, at Allan insinuerer, at der med fortsæt er skjult renoveringsudgifter i driftsregnskabet i ovenstående konti. En grov og uhyrlig påstand, som mistænkeliggør kommunalbestyrelsen, Lejerbo's regnskabsafdeling og de frivillige kræfter som bruger masser

af fritid i beboerdemokratiet. Det er ikke simpelthen ikke i orden, at fremkomme med sådanne påstande, baseret på tal der er grebet ud af luften.

Når man har skruet så voldsomt op for retorikken, kan man i det mindste gøre sig den ulemphed, at sætte sig ordentligt ind i budgetterne.

Ingen kan sympatisere med de udtalelser, Allan kommer med. Ingen af os beboere i Lunden, har brug for denne form for dialog. Det er der i det hele taget ikke nogen der har.

Tommy Rex Mortensen
Afdelingsformand



Så kom efteråret og vinteren lure lige om hjørnet.

Synes I skulle have et stemningsbillede fra Frederiksberg Have af egen produktion.

Denne årstid er kold, men også super smuk!

Sanne Bentsen
Redaktør

JULETRÆSFEST

SØNDAG DEN 8. DECEMBER
KL. 14 - 17 I BRØNDEN

DØRENE ÅBNES KLOKKEN 13

Pris: Børn 25 kroner og voksne 35 kroner.

Prisen inkluderer sodavand, gløgg eller kaffe, æbleskiver, underholdning og en stor slikpose til børnene.

ARRANGØRER:
T15, T13, BB605,
BB606, BB607, BB608,
PAB8 og Lunden.

UNDERHOLDNING

Julemanden kommer, der bliver dans omkring det store juletræ, musikalsk underholdning, børnecirkus samt lotteri og ansigtsmaling!

BILLETTER SÆLGES FRA:

Ejendomskontoret, Daruplund 29, st (altansiden)

Hver dag i kontorets åbningstid.

Café 13, Kisumparken 2

NetværksKontoret, Kisumparken 2, tlf. 43542275

Eventuelt resterende billetter sælges i indgangen.



~~Vild-~~og VEJLEDNING

i Mediehuset

Har du brug for hjælp til

- at surfe på nettet, oprette NemID, modtage mails,
- oprette et budget eller lignende?
- at skrive en pressemeddelelse?
- at layoute en pjece?
- at lægge dokumenter op på en hjemmeside?

Vi er ikke eksperter, men vi kan en del - og vi vil rigtig gerne hjælpe!

Vi er i Mediehuset, Tranumparken 3A

hver torsdag kl. 17-18

Det er ikke nødvendigt at bestille tid - du kommer bare forbi!



NABOHJÆLP

fra Det Kriminalpræventive Råd og TrygFonden

[Opret profil](#)
[Log ind](#)
[Om kampagnen](#) | [Kontakt](#) | [Presse](#) | [Spørgsmål og svar](#)
[VELKOMMEN](#)
[OM NABOHJÆLP](#)
[TRYGHED I
NÆROMRÅDET](#)
[SIKRING AF DIN
BOLIG](#)
[SIKKERT SYSTEM](#)
[BESTIL
MATERIALER](#)
[DIN
NABOHJÆLP](#)
[OM NABOHJÆLP](#)
[DET VIRKER](#)
[SÅDAN NABOHJÆLPER DU](#)
[BESKEDER](#)
[ADVARSLER FRA NÆROMRÅDET](#)
[APP](#)
[SPØRGSMÅL OG SVAR](#)

NABOHJÆLP KAN FOREBYGGE HVERT 4. INDBRUD

Mange danskere nabohjælper allerede. Og det med god grund, for nabohjælp er en effektiv måde at skabe mere tryghed og nedbringe risikoen for indbrud.

GØR NABOHJÆLPEN MERE EFFEKTIV

Nabohjælp fungerer endnu bedre, hvis I skaber faste rammer for nabohjælpen. Faktisk viser undersøgelser, at op til hvert 4. indbrud kan undgås med organiseret nabohjælp.

DET NYE NABOHJÆLP

Nabohjælp blev lanceret første gang i 1986 af Det Kriminalpræventive Råd, og de kendte skilte og klistermærker, har siden da hjulpet danskere med at undgå indbrud og skabe større tryghed i deres nærområde. Nu har vi suppleret ordningen med et system, der gør det nemmere for dig at organisere og planlægge din nabohjælp – i hverdagen og i forbindelse med ferier.

**TILMELD DIG
NABOHJÆLP** >

SÅDAN NABOHJÆLPER DU

Gør det svært for tyven at se, om der er nogen hjemme. Det er hurtigt klaret, hvis du som nabohjælper husker disse fire råd.

Danmark ligger på førstepladsen i EU, og har en europæisk andenplads, når det gælder indbrud. Det er en rigtig kedelig statistik, som der nu sættes ind på, også i Brøndby Kommune.

Bestyrelsen var repræsenteret ved et Nabohjælp seminar i Brønden den 10. oktober, hvor der, ud over Brøndby Kommune, også var repræsentant fra Politiet til stede. Hun kunne i øvrigt fortælle, at en af grunden til at Danmark ligger på disse lidet flatterende topplaceringer, er at strafframmen i langt lavere end i de andre europæiske lande, men også at vi er rigtig dårlig til at imødegå indbrud. Det første kan vi beboere ikke gøre noget ved, men det kan vi ved det andet.

Et er den fysiske del af vores boliger, hvor man som beboer kan lave forbedringer, såsom ekstra lås og forstærkning af karme, men dette indlæg vil fokusere på **Nabohjælp**.

Nabohjælp begrebet har eksisteret i årtier, og har i år gennemgået en foryngelseskur. Der er kommet nyt logo, som i øvrigt er brugt i hele EU (og dermed genkendes af tyve i hele EU), og ikke mindst er Nabohjælp blevet elektronisk. Nu foregår nabohjælp også via din computer, din tablet eller din smartphone!

Det nye Nabohjælp er sat i system, og det har en positiv effekt. Erfaringer fra udlandet viser nemlig, at organiseret nabohjælp kan reducere antallet af indbrud, hærværk og fysisk vold med mellem 16 og 26 %.

Det nye projekt Nabohjælp er et ambitiøst samarbejde mellem Trygfonden og Det Kriminalpræventive Råd. Målet er at nedbringe kriminaliteten og øge trygheden i Danmark, bl.a. ved at engagere borgerne og ved at skabe ny viden om kriminalitet og forebyggelse, som styrker de professionelle i deres arbejde. Det står mellem linjerne, uden beboerengagement, intet resultat.

Så derfor: Klik ind på Nabohjælp, læs meget mere om dette glimrende initiativ, og ikke mindst: **Tilmeld dig!** Systemet er lige så sikkert som et banksystem, og jo flere vi er fra Lunden, des mere effektive er vi også.

Vi vil i øvrigt fra bestyrelsens side indkøbe Nabohjælp skilte, som opsættes på alle indkørsler til Lunden.

Gode links:

www.nabohjaelp.dk

www.stopindbrud.dk

www.dkr.dk (Det Kriminalpræventive Råd)

www.facebook.com/Nabohjaelp

På bestyrelsens vegne,
Tommy Rex Mortensen
afdelingsformand





HL Maler & Ejendomsservice

- lille firma, små priser, høj kvalitet.



Alt malerarbejde udføres, inde og ude i bedste kvalitet til små priser.

Bl.a. Reparation og Spartling af vægge & lofter.

Opsætning af væv, filt & tapet. Maling af vægge & lofter.

Maling af træværk, døre & vinduer.

*Ligeledes tilbydes totalentreprise på opsætning af nyt køkken,
i samarbejde med tømrer, murer, vvs & el.*



**Ring eller e-mail for gratis,
uforpligtende tilbud.**



42 66 19 33

hl@maler-ejendomsservice.dk

HL Maler & Ejendomsservice, v./ Henrik Lystbæk, Resenlund 10, 2, tv, 2660 Brøndby Str.

Miss B Foto

Sanne Bentsen

Ejer og fotograf

29 92 65 48

sanne.bentsen@lundens.net

Portfolio: <http://miss-b-foto.phosce.dk>



En lille knude er stor hjælp

Vores funktionærer oplever alt for tit, at skraldeposer smides i skakten uden at der er slået en lille knude på den, eller affald hældes direkte i skakten.

Det betyder ekstraarbejde, da skraldespandene skal spules oftere, og det betyder også en ulækker oplevelse for vores blå mænd, når de skal tømme en overfyldt skraldespand, hvor indholdet er løbet ud af poserne.

Sidst, men **absolut** ikke mindst:

Det koster 350.000 kr. at spule skakterne! Penge, som vi sagtens kan bruge mere fornuftigt.



En lille knude kan løse mange problemer, og spare os for store omkostninger.

Brug knuden!



Kræftens bekæmpelse afholder hvert år mange spændende arrangementer rundt om i landet. I år var jeg med da motionsløbet "Træd til Danmark" blev afholdt i København den 8. september 2013.

Motionsløbet arrangeres i samarbejde med cykelklubber i bl.a. København.

Start og målområde var i de dejlige omgivelser på Bryggerens Plads i Carlsberg-byen, hvor jeg fangede de første friske cykkelryttere der stod klar, samt mange af dem der kom glade over målstregen efter enten 25 km eller 65 km.



Motion og bevægelse er godt for både krop og sjæl. Fysisk aktivitet giver energi i hverdagen, og det øger ens mentale velvære. Hvis du skruer op for dit fysiske aktivitetsniveau, vil du hurtigt opleve, at du får det bedre.

Reducér risikoen for at få kræft

Motion og bevægelse er med til at nedsætte din risiko for at få kræft. De kræftformer, hvor der er observeret den største effekt af fysisk aktivitet, er tarmkræft, brystkræft og kræft i livmoderen. Jo mere fysisk aktiv du er, jo mindre er din risiko for at få disse former for kræft. Fysisk aktivitet har tillige en betydning, efter at en kræftsygdom er diagnosticeret.



Sanne Bentsen
Redaktør

Almindelige huskeregler i offentligt rum:

Takt og tone

- Udtryk dig med omtanke og formuler dig på en konstruktiv måde.
- Overhold god debatskik, det vil sige, afhold dig fra racisme, sexisme, nedsættende bemærkninger, injurier, grov slang og latrinære udtryk.
- Tag dig god tid til at skrive et godt svar.
- Læs svaret igennem en ekstra gang før du udgiver teksten.

Ophavsret

- Respekter ophavsretten og undgå at kopiere andres tekst og billeder med mindre ophavsmanden har givet tilladelse til det.
- Husk referencer til kilder. Kildehenvisninger gør din tekst mere troværdig og anvendelig og modvirker misforståelser.
- Offentliggør ikke billeder af personer uden deres tilladelse.

Med venlig hilsen
Sanne Bentsen
Redaktør

Vindere af opgaverne i sidste blad

Voksenopgaven:

2 flasker vin: John Tanesen, D41, 2th
1 flaske vin: Peter Thøgersen, D5, 2th



Børneopgaven:

100 kr.: Mathilde Frida Sorevik Møller, D33, 2th
60 kr.: Zafira Wigh, D3, 1tv
40 kr.: Kirstine Persson, D3, 1tv

Tillykke til vinderne!

Præmierne skal afhentes senest om 1½ måned på afdelingskontoret, mandag i lige uger, der er åbent fra 18 – 19.

Voksenopgaven

Kun for beboere i Lunden.

Løs opgaven og deltag i lodtrækningen om 1 eller 2 flasker vin

SVÆR 154	AKTØR	FOR- NAVN	SLØ- SERI	KRAFT	FORTE	UD- BRUD	SKÆ- RES	GRUPPE	SELV	DANSE	ANNON- CERE
ER- HVERV											
FART					RAP- SANG SANGER						
DEMON- STRE- RES						ANES ORNA- MENT					
UBE- KENDT		NED- TUREN MANGE							ROMAN ANGER		
STAVNE			FUNK- LER USIK- KERHED								
SPISE							FLOD KLAR				
LAND				MIS- TEDE SÆLGER						UDLÆN- DING	
FØLGE								FOR- FATTER PLANTE			
FOR- NAVN						SANGER PLANTE- FORSKER					KØRE- TØJ
ÅG					BLANDE SANGER						
EN		BRØD- FØDTE RET							JORD- LAG BAG- VÆRK		
LILLE			FØLE- TRAD NEDBØR								
SNEG								DRIK KLUB			
OK							KØRER				
TONER					SKØNT						

Løs denne krydsord, udfyld navn og adresse og aflever opgaven i postkassen ved kontoret, Daruplund 29, altansiden, senest den sidste fredag i måneden kl. 16

Navn: _____

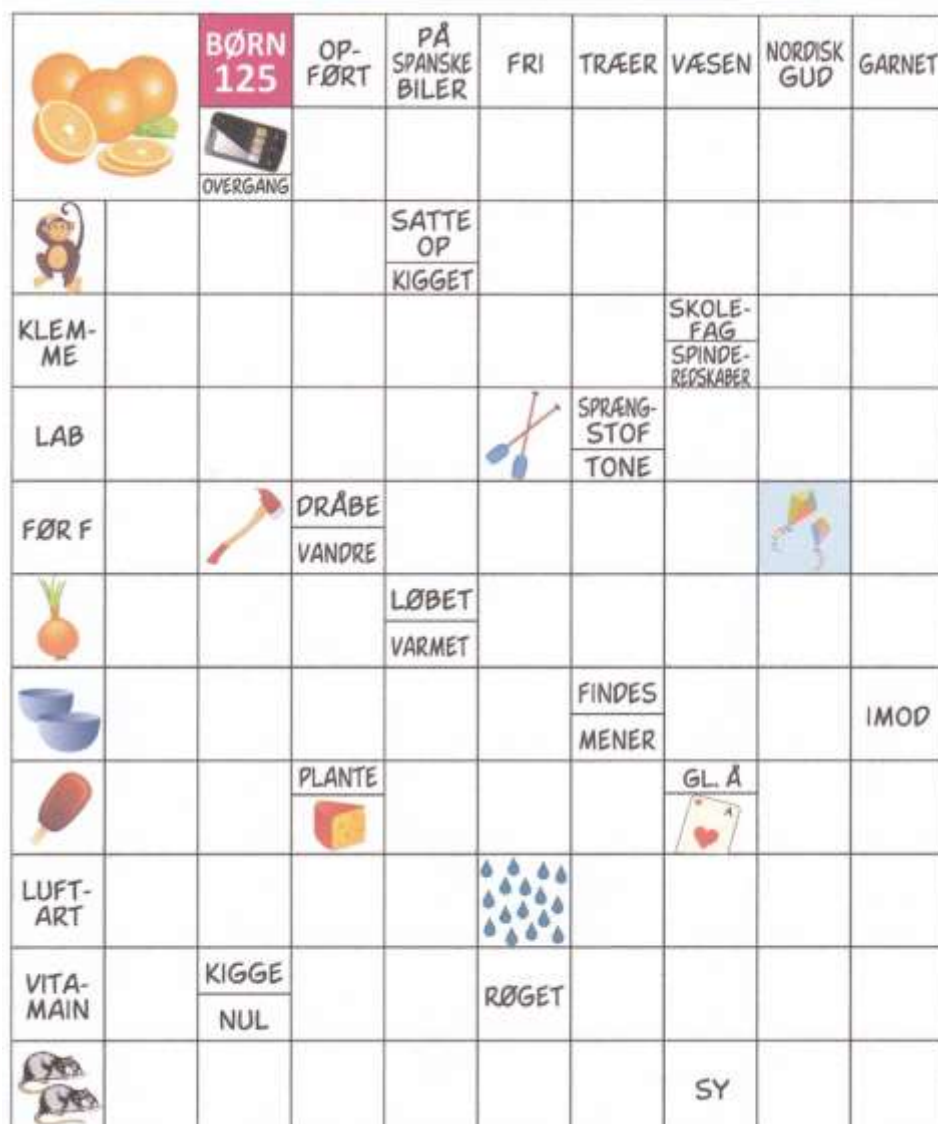
Adresse: _____

Børneopgave

Kun for Lundens børn under 15 år

Kan du løse denne opgave rigtigt, er du med i lodtrækningen om:

1. præmie: 100 kr., 2. præmie: 60 kr., 3. præmie: 40 kr.



Løs denne krydsord, udfyld navn og adresse og aflever opgaven i postkassen ved kontoret, Daruplund 29, altansiden, senest den sidste fredag i måneden kl. 16

Navn: _____

Adresse: _____

Vaskeriet

Pr. 1. februar 2013 er vaskeriets priser som følger:

Forvask	5 kr.
Maskine 6 kg.	17 kr.
Maskine 10 kg.	22 kr.
Tørretumbler	10 kr. pr. 10 minutter
Strygerulle	12 kr. pr. 25 minutter
Centrifuge	Gratis

Normale åbningstider:

Mandag – fredag	7:00 – 22:00
Lørdag, søn- og helligdage	7:00 – 17:00

Vaskeriet er lukket følgende dage:

Påskedag, 2. Påskedag
2. pinsedag

Med venlig hilsen
Afdelingsbestyrelsen



Generel info



Vaskeriets normale åbningstider

Mandag - fredag:

Kl. 07:00 – 22:00

Lørdag, søndag og helligdage

Kl. 07:00 – 17:00

Bore- og banketider

Der må kun bores og bankes
på følgende tidspunkter:

Mandag – fredag:

Kl. 09:00 – 19:00

Lørdag:

Kl. 09:00 – 14:00

Man må ikke bore og banke
på søn- og helligdage.

Vis hensyn over for din nabo!



Ved fraflytning af lejemål

Et medlem af afdelingsbestyrelsen kan, såfremt dette ønskes,
deltage i forbindelse med syn af lejligheden.

Henvendelse til Afdelingsbestyrelsen, se bagsiden.

Hold opgangene pæne!

Cykler, barnevogne og klapvogne m.m. må ikke anbringes i indgangspartier og i opgange.

Det er ikke tilladt beboerne at sætte deres fodtøj og andet uden for lejemålets hoveddør.

Fjern gamle reklamer og opslag.

Rygning er ikke tilladt i opgangene.

Der skal så lidt til, at det er en fornøjelse at komme hjem.



Lejerbo Udlejning

Gl. Køge Landevej 26
2500 Valby

**Lejerbo har ændrede
telefonnumre**

Kontortid:

Mandag – torsdag:
Kl. 10:00 – 15:00



Telefontid:

Telefon: 70 12 13 10
Mandag – torsdag:
10:00 – 15:00
Fredag 10:00 – 12:00

Ændringen sker, fordi man er ved at indføre et nyt IT-system i Lejerbo. Det nye IT-system vil give endnu bedre muligheder for at servicere både kommende og nuværende lejere.



Via huslejen betaler vi for YouSee's grundpakke. Det er muligt at opdatere med andre pakker, det skal man selv sørge for.

Fejl på tv-signalerne

Hvis du har tjekket, at fejlen ikke er i dine kabler eller apparater, så skal du selv ringe til YouSee og fejlmelde på telefon 80 80 40 50.

Mail: tvsupport@yousee.dk

Regninger

Problemer med regninger fra YouSee, så kontakt regnings-service mellem kl. 8:15 og kl. 16:00 på telefon: 80 80 40 44

Ændring af programpakker

Ønsker du at ændre TV programpakker, så skal du kontakte: YouSee Kabel TV, Strandlodsvej 30, 0900 København C

Mail: kundeservice@yousee.dk

Fax: 80 80 40 88

Ændringer skal foregå skriftligt som brev, mail eller fax.



Lundens Klubber

Lunden har mange klubber, mere eller mindre velkørende og med mere eller mindre antal aktive. Vi præsenterer her nogle af dem, og opfordrer andre klubledere til at gøre opmærksom på deres klub. Klubberne er til for beboernes skyld, og har dermed et socialt ansvar i Lunden.

.....

GØR DET SELV KLUBBEN

Åbningstider: Onsdag kl. 15:00 - 18:00

Gør det Selv-klubben er klubben for alle i Lunden. Du kan komme og ordne cykel - male, slibe osv. Har du ikke selv værktøjet, kan vi måske hjælpe dig.



Vi har også et lokale, hvor du kan klippe mønstre - et stort bord i den rigtige højde - og du kan få lidt professionel hjælp, hvis snitmønstret ikke passer, eller hjælp til, hvordan du syr dit tøj ind eller ud samt oplægning af bukser m.m.

KOM IND og kik til os, eller ring hvis der er noget du vil spørge os om på telefon: 43 73 81 09.

Venlig hilsen
Gør Det Selv-klubben
Daruplund 45





Lundens Seniorklub

Daruplund 19

(indgang fra altansiden)

Åbningstid er: Torsdag fra kl. 13.00 til kl. 17.00.

Lundens Seniorklub er for alle seniorer, dvs. førtidspensionister, pensionister og efterlønsmodtagere, og dem som nærmer sig dette stadie, boende i Resenlund og Daruplund samt seniorer, som er bosiddende i området "De 9".

Der er mange aktiviteter, bla. bankospil der afholdes den første torsdag i måneden, og lotteri den 3. torsdag i måneden – dog ikke i sommermånederne. Desuden er der fælles spisning alt afhængig af medlemmernes ønsker.



Om sommeren kan man nyde den lille gårdhave. Der er borde og stole.

Der forefindes også lærebøger i internet og Office programmerne m.v.



Der betales et mindre månedligt kontingent.

Kig ind og se vores flotte lokaler og få samtidig information om alle vores aktiviteter og initiativer.

Yderligere oplysninger om klubben kan fås hos ansvarshavende:

Gert Andersson
Tlf.: 25 14 27 54
e-mail: gos@lundens.net

Aktivitetsklubben



Åbningstid er hver onsdag kl. 15:00 – 18:00

Kom ind i vores hyggelige lokaler hvor vi mødes til nogle fornøjelige timer. Vi har lokaler med mange sjove og spændende genbrugsting. Vi kan også tilbyde reparation af tøj, syning af gardiner m.m.

MEN – KIG IND TIL OS for at høre mere om hvad vi har gang i.

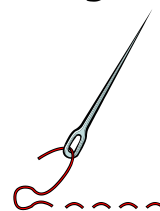


– SMID IKKE VÆK –

Hvem gemmer på hvad?

Tøj til voksne og børn, tasker, nips, porcelæn, glas, bestik, gryder, potter, pander, legetøj, småmøbler, strikkegarn og stof til syning.

*RING TIL ULLA PÅ TLF.: 51 97 42 10
SÅ HENTER JEG OMGÅENDE EFFEKTERNE*



På gensyn i

AKTIVITETSKLUBBEN

Daruplund 5 st.

Altansiden



Lundens selskabslokaler

Daruplund 71

Vi har nogle rigtig gode og billige selskabslokaler i Lunden. Udlejning sker kun til beboere i Lunden, og priserne er som følger:

(Bemærk nye priser pr. 1. november)

Weekend udlejning (ved helligdage, kontakt Tina):

Leje: 1500,- kr.

Depositum: 500,- kr.

Lejen er gældende 3 dage: Første udlejningsdag fra 16.00, den anden dag hele dagen og den efterfølgende dag til 16:00.



Reservation af lokalerne sker **kun** ved betaling af depositum.



Udlejning af lokaler på hverdage:

Leje 12 timer: 500,- kr.

Leje 6 timer: 300,- kr.

Depositum: 500,- kr.

Dage der kan lejes tirsdag – torsdag

Der tages forbehold for prisændringer

Det er Tina Lundquist der står for udlejningen og Tina træffes på telefon 40 59 16 73.

Tina er også til stede hver mandag i selskabslokalerne mellem kl. 18:00 og 18:30, hvor man er velkommen til at se dem.

Ønsker du at sende en mail er adressen:
selskabslokalerne@lundens.net



**BYG
GARANTI
ORDNING**

Maler Steen ApS

v/ Steen Jørgensen

**Riggervej 7
2660 Brøndby Strand**

**Tlf./Fax 43 73 81 02
Mobil 40 62 81 02**

Dansk Kabel TV

Er der fejl på internettet eller telefonen, kontakt
kundeservice på:

Telefon: 69 12 12 12

Eller brug nedenstående link og udfyld kontaktformular:

www.danskkabeltv.dk

Åbningstider for abonnement, regninger mv.:

Mandag – torsdag kl. 8.00 – 17.00

Fredag kl. 8.00 - 16.00, Weekend & helligdage lukket

Åbningstider for teknisk support og installation:

Mandag – fredag kl. 8.00 – 20:30

Weekend & helligdage kl. 10.00 - 16.00

Hjertestartere

I et vellykket De 9 samarbejde, er der opsat 20 hjertestartere i Brøndby Strand.

To af disse er sat op i Lunden, nemlig i Daruplund 17 og 41, begge på altansiden og altså tæt på hovedstien.



De er indtil videre opsat i aflåste skabe, man skal bruge sin Salto brik for at komme til dem.

Mange hjertestartere bliver ikke brugt, fordi man ikke ved hvor de er. **Brug et par sekunder til at indprente dig hvor du kan finde dem: D17 og D41, altansiden, hovedstien.**

Vær ikke nervøs for at bruge en hjertestarter, den kan ikke fejlbetjenes. Man bliver ledt gennem processen af en elektronisk stemme, der også tjekker at man gør det rigtige.

Det er en rigtig god ide at klikke sig ind på hjertestarter.dk og se instruktionsvideo, trin-for-trin instruktioner og meget mere.

NØDSTILFÆLDE

Ved nødstilfælde eller akut opståede skader på hverdage i tidsrummet 07:00 – 15:00 (fredag kl. 13:00) ringes til varmemesteren på telefon 43 73 99 82. Der kan være telefonsvarer, men læg besked og der vil blive ringet tilbage hurtigst muligt, da den hele tiden bliver aflyttet.

Mellem kl. 15:00 (fredag kl. 13:00) og 07:00 på hverdage, weekends og helligdage ringes der direkte til håndværkeren på følgende numre:

EL	EL-Strøm	36 77 01 41
VVS	Byernes Varme	36 78 28 30
Kloak	Abak	70 26 64 66
Glarmester	LK Byg	20 95 82 35

Bemærk at der kun må ringes ved nødstilfælde!

Nødstilfælde er bl.a.: Vandskader, opstigende vand i kloak/vask, tilstopning af faldstammer/afløb for **begge** toiletter (ikke håndvask), ingen vand i **hele** lejligheden, brud på vand og varmerør, ingen strøm i hele blokken, ingen varme i hele lejligheden (ikke kun i et værelse), knuste ruder.

Brug tilkaldeordningen med omtanke!

Hvert tilkald øger udgifterne i afdelingen, hvorved huslejen påvirkes. **Ved misbrug af ordningen, videresendes fakturaen til den pågældende beboer.**

Bemærk: Såfremt man rekvirerer en håndværker, skal der gives besked til varmemesteren på mail: varmemesteren@lundens.net eller telefon 43 73 99 82.

Andre telefonnumre:

Brøndby Fjernvarme:	43 45 20 60	Brøndby Vandværk:	43 28 24 70
YouSee TV:	80 80 40 50	Dansk Kabel TV:	69 12 12 12
DONG EL:	72 10 20 30	Falck:	70 10 20 30
Glostrup Politi:	43 86 14 48	Falck abonnementsnr:	20135190
	Mobil: 114		

Hjertestarter: D17 og D41, altansiden, hovedstien.

DET ER DA RART AT BO I LUNDEN

Redaktionen:

Daruplund 29, altansiden, 2660 Brøndby Strand.

Ansvarshavende: Sanne Bentsen

Mail: redaktionen@lundens.net

Bud: Mia Due, Daruplund 59

Tryk: Eget trykkeri, oplag 385 stk.

Uddeles til alle beboere i Lejerbo afdeling 157 - Lunden. Indlæg optages under navn eller mærke. Ved mærke må navn være redaktionen bekendt.

Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte læserbreve.

Offentliggjorte indlæg behøver ikke at udtrykke redaktionens mening.

Lejerbo Afdeling 157, Lunden

Daruplund 29, altansiden, 2660 Brøndby Strand

Mail: lunden@lundens.net

Hjemmeside: www.lundens.net

Kontortid: Mandage i lige uger kl. 18:00 -19:00

Afdelingsformand: Tommy Rex Mortensen, Resenlund 10, 1. tv.

Mobil 42 300 306 (**modtager ikke SMS**)

Mail: formand@lundens.net

Sekretær: Birthe Ketterle, Daruplund 67, 3.th

Kasserer: Brian Taudahl Børgesen, Daruplund 33, 2tv

Bestyrelsesmedlem: Lillian Andersen, Daruplund 37, 2.th

Bestyrelsesmedlem: Søren Jensen, Daruplund 63, 1.th

Bestyrelsesmedlem: Verner Pedersen, Daruplund 31, 1.tv

Lokalinspektør: Mogens Nielsen, mogens.nielsen@net.lejerbo.dk

Varmemester: Jens Hammer

Daruplund 29, altansiden, varmemesteren@lundens.net

Kontortid hverdage: Kl. 08:00-9:00

Telefontid hverdage: Kl. 09:00-10:00 på tlf. 43 73 99 82

Telefonsvarer aflyttes løbende indtil kl. 15 (fredag kl. 13)