

MARMORNBLADET

NR 3 – ÅRGÅNG 18 – DECEMBER 2011



I lådan i köket faller en lucka ner och visar från vilket rum signalen kommer.

Marmorn förr

”Kan Hilda komma in med kaffet, tack?”

Det är något särskilt med Marianne Bergström Schatz lägenhet i 36A. Helt intakt bevarad från förr finns en rumsbetjäning. Ett system med ringklockor från olika rum in till köket. Är det någon mer i föreningen som har en sådan?

Vi är många som tycker Marmorn är charmigt och vackert. Vi gillar att så mycket av det ursprungliga finns kvar. Det är lite lustigt att tänka sig att vårt hus var toppmodernt när det byggdes. Det stod färdigt i funkisens genombrottsår 1930 och arkitekt Wallanders ritningar följde tidens nya tanke: ljus och luft skulle in i folkhemmet. Köken skulle vara så små att folk slutade att sova i dem. Badrum, gasspis och sopnedkast var moderniteter som många hade haft svårt att föreställa sig.

NY PORTKOD

Under vecka 2 byter vi portkod. Den nya koden är: **8753**



Marianne Bergström Schatz har rumsbetjäning i sin lägenhet.

De allra flesta av Marmorns lägenheter är ettor och tvåor. Marianne Bergström Schatz har en hörntvåa på 46 kvadratmeter med balkong på våning 3. Lägenheten har en märklig detalj som är både rolig och inte minst märklig. I badrum, sovrum och vardagsrum samt på balkongen sitter en knapp på väggen.

Forts nästa sida.

• ORDFÖRANDE HAR ORDET •

Hej!

Hösten i Marmorn började med en mycket trevlig gårdsfest. Tack alla ni som kom och gjorde kvällen så lyckad. Vi var färre i år jämfört med de senaste åren. Vet inte om det berodde på det fantastiska vädret eller på att vi flyttat festen från försommaren till slutet på augusti. Vi hoppas på fler deltagare nästa år, ju fler desto roligare. Vi som var där fick njuta av god mat och dryck, trevligt sällskap och trevlig stämning. En väldigt duktig underhållare sjöng och spelade och ledde oss igenom en musikalisk frågesport. Grattis till det vinnande laget som vann en stor burk godis!

Vi har även haft vårt årliga höstmöte. Det blev många frågor och diskussioner. HSB var där och berättade om medlemskap i HSB. Roligt att så många kom.

Det varma höstvädret ser ut att börja ge vika för vinter. Det ska bli spännande att se om vi kommer upp i förra årets snömängd och låga temperaturer.

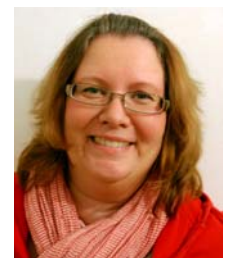
Om trottoarer och gångar blir hala och isiga finns det lådor med sand på gården. Hjälp gärna varandra och sanda så att ingen ramlar och gör sig illa.

Årsstämman går av stapeln 30 januari, glöm inte att boka in datumet i era kalendrar. Vi håller till i Kristinasalen på Kristinehovs Malmgård.

Jag önskar er alla

*En riktigt god jul
och ett gott nytt år!*

Ulrika Fält
Ordförande
Marmorn



Den här sortens rumsbetjäning fanns överallt i stora våningar förr. Herrskapet slapp att ropa på sin personal och kallade istället på dem via ringklockan. Frågan är vad som fick lägenhetens förste ägare att skaffa sig en sådan. Han hette Lambert Sievert och arbetade med att installera elektriciteten i Marmorn. Kunskapen hade han alltså. Men till vilken nytta en rumsbetjäning i en liten tvåa? Sievert hade inget hembiträde och avståndet från köket och till exempel badrummet är fyra meter...

– Jag vet faktiskt inte, säger Marianne. Mamma hyrde rum här och jag bodde också här som ung flicka, men minns inte att vi någonsin använde den.

Utom då Marianne var riktigt dålig i Hongkonginfluensan år 1969, då var det till hjälp att kunna påkalla uppmärksamheten när hon behövde något till sjuksängen. Idag har den en praktisk funktion i åtminstone ett fall:

– Det syns även i lådan när någon har ringt på ytterdörren. Det kan ibland vara bra att kunna se om jag har missat ett besök, säger hon.

Lambert Sievert blev änklings år 1941 och fick inte några barn. Han var alltså elektriker, ett yrke som i dåtiden sågs som ett finare arbetaryrke. Han reste mycket, till Indien och Egypten långt före charterresornas tid. Han var en av de första som fick välja en lägenhet åt sig i Marmorn. Varför tog han inte en med vidun-



Lambert Sievert med hustru Viktoria på balkongen, någon gång på 1930-talet.

derlig utsikt mot Riddarfjärden eller åtminstone en högst upp? Marianne vet:

– Han älskade solen. Här har vi den från morgon till kväll. Men han ville undvika snöskottningen på balkongen högst upp!

Varför valde Sievert att sätta in rumsbetjäning i sin lägenhet? Vi vet inte. Om det finns någon annan i föreningen som har en, hör gärna av dig. Eller kanske har din lägenhet en annan detalj som det är något speciellt med?

Information från Stockholm Gas

Framtidens stadsgas med bättre miljövärden och långsiktighet i fokus.

Den pågående utvecklingen av både stadsgasnät och ett helt nytt rörnät för biogas innebär att Stockholm Gas gör betydande investeringar för en långsiktigt hållbar gasförsörjning i Stockholm.

Tillsammans med bytet av gaskvalitet i januari 2011 innebär det att Stockholm får en gas med bättre miljövärden. Vår vision är att kontinuerligt fortsätta arbetet med att tillföra mer och mer grön gas i form av biogas, som är en förnybar energi. En naturlig och sund utveckling.

Gasen är giffri, trygg och säker

Gasen är lättare än luft och ventileras lätt bort, vilket medför att det inte kan bli explosiva koncentrationer under normala förhållanden. Idag tillsätts ett starkt luktämne som gör att man känner gaslukten redan vid små koncentrationer.

Merparten av nya gasapparater har idag också tändsäkring, som stryper gastillförseln om lågan slocknar.

Har ni frågor om gas eller är på väg att renovera? Kontakta gärna Stockholm Gas Kundcentrum på 020 – 46 00 00 eller besök www.stockholmgas.se

Ni vet väl också att vid nyinstallation av en gasspis erbjuder Stockholm Gas ett installationsbidrag på 1200 kr inklusive moms?

Cyklar

Tänk på att flytta era cyklar så att de inte står i vägen för snöröjningen. Om era cyklar skulle skadas av snöröjarna är de inte ersättningskyldiga. Tills utemöblerna ska ut i vår igen kan man ställa sin cykel på uteplatsen på 40:ans gård.

Soprummen

Vi har flyttat bytेशörnan in till grovsoprummet. På så sätt har vi kunnat ställa in ytterligare två kärl för pappersemballage. Observera att ni måste platta ut alla pappersförpackningar och kartonger innan de slängs.

Tidningar ska slängas i behållarna vid grindarna till Lundagatan.

Tänk på att det inte är tillåtet att slänga byggavfall i grovsoprummet. Som byggavfall räknas t.ex. köksinredning, murbruk och tegel.

Bild och Psykoterapi Södermalm

I lokalen mot gatan i 36:ans hus, intill Kolmårdsgränd, arbetar en grupp bildterapeuter. Det gamla talesättet att en bild säger mer än tusen ord kan sägas råda här. Genom att klienten sätter färg på ett papper växer insikter till liv. För många är metoden mer effektiv än enbart samtal.

– Hjärnforskning visar att när kroppen är med förstärks kunskapen, vi ser lättare svaren, känner dem i kroppen, säger Ulla Blohm.

Hon, Annika Alm och Ragna Sylwan har jobbat tillsammans i trettio år, de senaste tio åren på Lundagatan. Numera ingår också Mia Östlin i gänget. Alla är legitimerade psykologer och terapeuter. De pratar om hur positivt många upplever bildterapi.

– Många är lite rädda för att rita eller måla först, men det släpper alltid. Vi har alla en naturlig lust att skapa. En vanlig feedback vi får är att det är ROLIGT att gå i bildterapi, säger Annika.

Men de som kommer – och betalar hundralappar för en timme – har oftast ett problem de vill lösa. Det kan handla om att se hur man ska gå vidare efter en skilsmässa, vilken yrkesväg man ska gå eller en vilja att ta sig ur en deppighet vars orsak man inte känner till. Alla sorters frågeställningar lämpar sig i bildterapi, enligt Ulla.



Bildterapeut Ulla Blohm arbetar utifrån klientens målningar.

När klienten målar något på pappret, kan hon då läsa av henne eller honom som person, se dagsformen och eventuella själsliga smärtor personen har?

– Ja, jag har ofta tankar om vad det handlar om, men det intressanta är att klienten själv kommer på saker när vi pratar om bilden. Jag ställer frågor och kan säga något om min upplevelse, men klienten har alltid tolkningsföreträde, säger hon.

Hm, här finns likheter med den numera så kända coachningen, alltså. I utbytet med terapeuten guidas man till insikter som blir mer sanna och starkare för att man själv kom på dem.

Vi går in i rummet till höger. Här är genomtänkt avskalat, vitt och ljust. Inga bilder på väggarna som kan påverka tanke eller känsla. Ett enkelt bord med A3-papper ("A4 är förknipat med att skriva, kontor, kanske prestation", säger Ulla) och en mängd pastellkritor och flaskor med flytande färg. I skåpen finns akvarellfärger, kolkritor och akrylfärg. Och jättestora papper att sätta upp på väggen. Här sitter klient och terapeut och pratar om det som kommer ut på pappret. I personlig utveckling är det värdefullt att kunna se sina känslor som något man HAR och inte ÄR. En bild av en känsla på ett papper hjälper till att tydliggöra just det.



Annika Alm, Ragna Sylwan och Ulla Blohm är bildterapeuter med lokal i vår förening.

– Det är så skönt att kunna måla en prinsessa och så efteråt en häxa och se att ja, jag är både och, säger Ulla.

Hennes väg till bildterapi gick från barn- och ungdomsterapi där hon såg hur bra det var att få rita och måla sina känslor, sin längtan, sina upplevelser. Annika däremot gjorde tvärtom. Hon började som bildkonstnär. Det är förresten hon som har gjort skulpturerna som står på golvet och som vi kan se när vi kikar in i lokalen från gatan. Kan klientens terapibilder bli konst?

– Ja, det har hänt flera gånger att klienten sätter igång att måla och ställer ut efter att ha gått här, säger Annika.

Har de någon rabatt på bildterapi för medlemmar i föreningen Marmorn?

– Haha, det kanske vore en idé, det får vi fundera på. Hur som helst är alla välkomna! säger Ragna.

För den som vill läsa mer om bildterapi rekommenderas "Självbilder" av Annika Berg-Frykholm, på förlaget Bergsäker.

TRE RÖSTER: Brukar du hämta grejer från grovsopen?



Anders Rynnel, 36 F

Jag ärvde en spegel som jag gillade och hittade sen en likadan i recyclinghörnan, så nu har jag två. En i hallen och en i sovrummet. Möjligheten att byta saker med varandra tycker jag verkligen ger ett schysst mervärde till Marmorn. Vi har ställt ner en cd-spelare och kastruller bland annat och swisch, så var det borta. Jag vill gärna bidra till att minska slit-och-släng-samhället.



Ulrika Thorö, 36 A

Ja, jag tog ett par ljusstakar en gång som jag sedan ställde tillbaka igen. Någon annan tog dem genast. Mest har jag både lämnat och hämtat böcker i grovsopen. Ett av många fynd är Martina Haags Underbar och älskad av alla.



Nils Oppelstrup, f.d boende i 40 B

Ja, för ett par månader sedan hittade jag en bandyklubba därnere som var helt ny. Perfekt! Jag spelar ju innebandy med jobbet. Nu när jag flyttar så ställer jag ner en tv-bänk, lite tallrikar och en skohylla.

(Skohyllan står nu i en hall på vån 1 i 36 A. Red.anm.)

Besöks- och telefontid hos fastighetsskötaren

Föreningen har en fastighetsskötare på deltid från företaget Fastighets-skötsel AB. Expeditionen finns i hörnet vid 44C.

Besöks- och telefontid

Måndag - fredag 07.30 - 08.30
telefon 669 53 21.

Arbetstid

Måndag - fredag 07.00 - 11.30.

Felanmälan

Felanmälan sker till Fastighets-skötsel AB vardagar 08.00 - 12.00, tel 13 36 10. Ärendet vidarebefordras till fastighetsskötaren.

Övrig tid kan meddelanden lämnas på telefonsvarare 669 53 21.

Jourtelefon, vid AKUT skada efter kontorstid: 657 77 20.

Vid fel på hissen, kontorstid: 562 401 00. AKUT felanmälan på hiss dygnet runt: 0200 - 22 10 11.

Ohyra, ring Anticimex, 19 00 30
ange försäkringsnr 702001 - 4085.

Marmorns styrelse

Styrelsen är indelad i olika arbetsgrupper: Boende, teknik, ekonomi och information. Vill du adressera ett brev till någon specifik person i arbetsgruppen, skriv namnet i rubriken. Adress: styrelsen@marmorn.se

Ulrika Fält	36 E	08 - 80 81 16	Ordförande, boendemiljö, info, teknik
Thomas Kvaernå	44 C	08 - 84 12 39	Boendemiljö
Anna Elvander	44 C	070 - 244 10 68	Ekonomi
Lennart Ölmebäck	36 C	08 - 530 326 25	Miljö, boendemiljö
Anna Geiden	36 A	0708 - 60 00 23	Info
Mats Fredriksson	40 B	0735 - 93 43 22	Info, teknik
Anette Ekstrand	-	08 - 785 31 54	HSB-ledamot