

Ditt Bate

Magasin for våre medlemmer og boligselskap

Nr. 3
2026



Kan rydding
være magisk?

Finn ditt lesegull

3 gode råd
for unge som
drømmer om
egen bolig

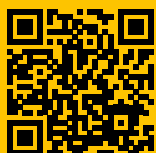
Medlemsfordel

fasett

Ha det, for lite benkeplass

På tide å oppgradere boligen din?

Drømmer du om å pusse opp badet, kjøkkenet, stuen eller kanskje hele boligen din? Vi hjelper deg med finansieringen.



Finn ut mer på
våre nettsider.

Priseksempel: Effektiv rente 4,97 %. 2 millioner over 25 år.
Kostnad 1.456.523, totalt 3.456.523 kroner.



**Rogaland
Sparebank**



- 5 Leder
- 7 Sølvberget i endring
- 11 Spør advokaten
- 17 Ta tiden til hjelp når du innreder
- 24 Mindre rot, mer trivsel
- 28 Bankens beste tips til deg som vil inn på boligmarkedet

↑ 13 – Grendamyrå

Gløtt mot gårdsutsalget

Annelin og Jacob forteller om hverdagen på Randaberg.



↑ 20 – Sett gjestene i sving Lav terskel, tre retter

Vennekveld med oppskrifter!

@bateboligbygg

Ansvarlig utgiver
 Bate boligbyggelag
 Zetlitzveien 2
 4017 Stavanger
 Telefon 51 84 95 00

Postadresse
 Postboks 88 Sentrum
 4001 Stavanger

Redaksjon
 Redaktør: Joar Time,
 dittbate@bate.no

Publiseringsbyrå
 Impress Publisering

Designmal
 Aldente / al-dente.no

Forsidefoto
 Marie von Krogh

Opplag
 42 670

Annonser
 impresspublisering.no
 918 94 538

BATE
 Bygger gode hverdager



Skal du selge bolig?

Medlemmer i Bate får gratis boligfoto og interiørveiledning ved salg av bolig via Aktiv Eiendomsmegling.

Husk å oppgi at du er Bate-medlem når du tar kontakt, slik at rabatten blir aktivert før du inngår kontrakt.

Aktiv Sandnes



Mona Mork
95 89 61 03



Joveig Junge
93 21 19 20



Thomas Skjæveland
95 08 65 90



Thomas Walde
93 68 63 83

Aktiv Stavanger



Christoffer Værstad
97 09 36 30



Gerry Carlmark
97 54 83 58



Monica Thomassen
41 51 96 15



Geir Helgeland
45 00 77 62



Kurt Inge Nybru
91 52 30 26

Aktiv Sola

Aktiv Sauda

Aktiv Jørpeland



Helene Byberg
90 62 32 72



Marion Espedal
90 01 98 66

**Rabatten kan ikke kombineres med andre tilbud. Det forutsetter at medlemskapet i Bate er gjort kjent for megler før signering av oppdragsavtale. Gjelder ved inngått salgsoppdrag med Aktiv Eiendomsmegling Rogaland. Aktiv Eiendomsmegling Rogaland har kontor i Sandnes, Stavanger, Sola, Jørpeland og Sauda.*

aktiv. + BATE
Eiendomsmegling
= sant



Framtiden flytter inn litt etter litt

Vi tenker ofte på fremtiden som noe som ligger langt framme. Men hver gang et område utvikles, et boligselskapsstyre tar en beslutning eller en familie flytter inn i en ny bolig, er fremtiden allerede i ferd med å ta form.

Det er lett å tenke på fremtiden som noe som kommer senere.

Når rentene går ned. Når boligene står ferdige. Når prosjektene er gjennomført. Når vi får bedre tid.

Men fremtiden begynner sjelden med et stort øyeblikk. Den blir til gjennom mange små valg underveis.

Det ser vi hver dag i Bate.

Vi ser det i styrene som prioriterer vedlikehold før problemene blir større. Vi ser det når borettslag investerer i uteområder som skal brukes av barn som ennå ikke har flyttet inn. Og vi ser det når mennesker kjøper sin første bolig og tar et valg som skal prege livet deres i mange år framover.

Noen ganger kan det være krevende å tenke langsiktig. Verden rundt oss gir oss mange grunner til å være opptatt av det som skjer her og nå. Samtidig tror jeg noe av det viktigste vi kan gjøre, er nettopp å løfte blikket.

For gode boliger, gode nabolag og gode hverdager oppstår ikke av seg

selv. De er resultatet av mennesker som er villige til å investere i noe som varer.

Det er også slik boligbyggelagene ble til.

For over 80 år siden var det mennesker som så et behov og bestemte seg for å gjøre noe med det. De bygget ikke bare boliger. De bygget muligheter for generasjonene som skulle komme etter.

Det ansvaret kjenner vi fortsatt på.

Boligbyggelag har alltid handlet om mer enn boliger. Det handler om å skape gode steder å bo og leve, og å kjenne at du hører hjemme der du bor. Tilhørighet er viktig for mennesker i alle aldre, og mange opplever at hverdagen blir bedre når de kjenner menneskene rundt seg. Enten det er naboen i oppgangen, andre beboere i nabolaget eller styret i boligselskapet. Derfor må vi ikke bare utvikle gode boliger. Vi må også legge mer til rette for at mennesker kan møtes, hjelpe hverandre og oppleve at de er en del av et fellesskap. Når

vi bygger for fremtiden, handler det også om å bygge slike muligheter.

At dette fortsatt betyr noe for mange, ser vi også i medlemsutviklingen. I sommer passerte vi en milepæl: Bate har fått 70 000 medlemmer. Det er et tall vi er stolte av, men først og fremst er det en påminnelse om hvorfor vi er her. Bak tallet finnes 70 000 ulike historier, behov og planer for fremtiden. Unge som skal inn på boligmarkedet. Familier som trenger mer plass. Eldre som ønsker å bo godt og trygt lenger. Det er for dem vi må fortsette å utvikle oss.

For meg er kanskje framtidstro nettopp det. Ikke å tro at alt kommer til å gå bra av seg selv, men å ta ansvar for det som kommer.

Framtiden er ikke noe vi venter på. Den flytter inn litt etter litt.

Merete Eik
Administrerende direktør





Lydhøre for leserne

Stavanger bibliotek er byens trofaste hjerte. I likhet med de mange brukerne er det likevel i stadig endring.

– Det hadde vært gøy å finne ut hvor mange kilo bøker vi har flyttet rundt.

På besøk i Stavanger bibliotek får vi høre mye om lånere i alle aldre, litt om lesetrender og enda litt om rakeringer på huset. Avdelingsleder publikum, Tone Larssen Rogne, og bibliotekar Sofie Birgitte Andersen geleider oss. Mye planlegging ligger bak når for eksempel voksne igjen har fått sin egen avdeling, og barn og unge skal få mer plass.

– Hyller må telles! Du kan ikke bare begynne å flytte. Du må vite at det er plass, smiler Tone, og fortsetter: – I fjor var over halvparten av vårt utlånstall til barn og unge. Og når vi ser tilbake på tidligere toppår, var både film og CD veldig populære. Men nå er det bøkene som er i sentrum. Det er jo fantastisk.

Leselyst og fornyelse

Temaplanene som ble politisk behandlet for få år siden, definerer en målsetting om at barn og unge skal lese mer. Biblioteket er med andre ord forpliktet til å satse på barn og unge, og det gjør de til gagns. Det fornyede og større barne- og ungdomsbiblioteket holder fortsatt på å ta form:

– Vi jobber med å få oppgraderingen fullfinansiert. Vi ønsker å få oppgradert ting rundt logistikk, garderobes, toaletter ... Vi er jo et hus fra 1987, og

har som mål at biblioteket skal være bra både for besøkende og for de som jobber her. Ikke minst vil vi lage et leseunivers for barn og unge. Da ønsker vi blant annet å ha flere scenografiske elementer, forteller Tone.

Besøkende i et barne- og ungdomsbibliotek har ulike behov, og flere brukergrupper har uttalt seg om hva de ønsker. – Vi har snakket med ungdommen, med helsestasjonen, vi har snakket med foreldre, hatt pappatreff og i det hele tatt. Hva er det de sjøl har som behov? Det er ulike ting vi må ta hensyn til.

– Målet er at biblioteket blant annet skal bli et sted der både barn og foreldre har en plass å sette seg ned og få lest bøkene. Sann at ikke bøkene bare blir noen slags byggeklosser eller en lekeplass, men at barnefamilier får det leseuniverset og en god leseopplevelse når de kommer inn her, sier Tone.

Dedikert ungdommen

Tidligere ungdomssatsinger har vært preget av å foregå rundt om på hele huset, med egne rom og diverse.

– Ungdommen har på en måte ikke fått lov til å være der bøkene 'deres' er. Det har bare vært plass til bøkene, og ikke ungdommen, forteller Tone. – Men de vil selvfølgelig også ha en plass å bare være. Så det er noe vi må få til i denne runden her.

↓ Tone Larssen Rogne forteller om grep for hele befolkningen, i endringene på biblioteket.



Mye skjer raskt rundt dagens unge, lesetrender intet unntak. Greier biblioteket å henge med i svingen?

Raske trender

– Jeg tror ingen får med seg alt. Heller ikke ungdommene sjøl. Det er så utrolig mye å ta av, sier Sofie.

– Men vi får litt gratis gjennom lånerne våre, for når noe er stort på TikTok er det plutselig veldig mange som spør etter bestemte bøker. Eldre titler inkludert – formidlere på TikTok snakker ikke bare om det som kom i går.

Sofie er ikke på TikTok sjøl, men på Bookstagram, og mye av det samme innholdet kommer der.

– Venner som er aktive på TikTok, kan oppdatere meg. Og så har vi noen unge medarbeidere som ofte er kjempeoppdaterte. Så det går an å følge litt med.

Elever som har arbeidsuke på biblå får dessuten alltid i oppdrag å finne sine favoritter. – Da plukker vi opp litt ting



og tang der. Hva de ser, og hva de liker. Vi tar de populære titlene opp og fram på ei hylle, så er vi med, smiler Sofie.

For mye engelsk?

Under klassebesøk er det tydelig at bøker på engelsk er populære. Ungdomsboksamlingen har vokst det siste tiåret, sammen med bøker på engelsk. Er det utelukkende positivt med så mye engelsk mellom permene?

– Vi har alltid med norske bøker og norske ungdomsbøker i våre klassebesøk og vår formidling. Med mindre besøket foregår i forbindelse med engelskfaget og de skal ha engelske bøker. Men ja, det er noe vi må ta på alvor. For vi vil ikke at ungdommene skal slutte å lese og oppleve litteratur på sitt eget språk.

– Hvis man hele tida ser det som skjer i New York og store, kule byer, så kan man kanskje få en litt vridd forventning til hvordan livet skal se ut. Vi er et lite land med små forhold. Ting er annerledes her. Derfor er det viktig å satse på ungdomslitteratur som er norsk. Som ikke er opprinnelig engelsk, oversatt til norsk, understreker Sofie. – Det har en ekstraverdi å lese bøker på originalspråket hvis man kan det.

Færre klassikere

Skoleklasser har alltid hatt stor spennvidde med tanke på hvilke bøker biblio-

teket må ha tilgjengelig, men tidligere stod klassikere ganske fast på agendaen under klassebesøk. Hvor gode vi er på å lese lengre tekster er imidlertid i endring – og lesemotivasjonen er ikke på topp hos alle.

– I år kom noen og spurte om vi heller kunne ha gjennomgang av tegneserie og manga. For nå finnes det klasser som kanskje ikke klarer klassikerne. Vi holder egne presentasjoner for videregående skoler på tegneserie og manga, for å få i gang lesemotivasjonen og lesegnisten, og skape en god leseopplevelse. Det å finne noe som kan passe til den enkelte, er det viktigste, mener Sofie.

Trekk deg tilbake

Den nye voksenavdelingen som nå har materialisert seg for første gang på lenge, har mange savnet.

– Det er et litt roligere sted på biblioteket. Hvis man har lyst til å trekke seg mer tilbake, har man en annen mulighet til å gjøre det nå. Så egentlig gjør vi noe for hele befolkningen med grepene vi tar, sier Tone, og forteller videre:

– Vi har nylig hatt storbyundersøkelse for de store bibliotekene. Den synliggjorde hvor viktig gratisprinsippet er. At dette er en plass som er gratis og tilgjengelig for alle. Og nummer to på lista var



↑ Sydney Mabelle (piano), Betül (bass) og Emy Alise (gitar) benytter seg av lydrommet, med lånt lydutstyr og instrumenter. De øver på et musikknummer til skoleavslutningen.

boksamlingen. Brede boksamlinger bidrar også til å gjøre biblioteket tilgjengelig for alle. Uansett hvem du er, vil det finnes en bok for deg på biblioteket.

Maksimalt utbytte

- *Hvordan kan den gjengse bruker få mest mulig ut av biblioteket?*
- Den gjengse bruker fins ikke! Sannheten er at dette er et hus for hele Stavanger og resten av verden. Det som derimot er sant for alle, er at de må ha bibliotek kort, enten et plastkort, i appen eller på nettsiden, sier Sofie.
- Men så gjelder det å snakke med noen som jobber på biblioteket. Fortell litt om deg sjøl. Hva er du inter-

sert i? Fortell ting du tror ikke er relevant og. Vi låner for eksempel ut ulike musikkinstrumenter. Vi har et podkaststudio du kan bruke. Og noter og musikk og film og alt mulig. Det kan være vanskelig for noen som ikke jobber her, å vite hvor mye vi faktisk har, forteller Sofie.

- Og ta forresten med deg ungene når du vil ha boktips til dem! Da kommer vi mye nærmere å treffe på rett bok til rett person.

– *Biblioteket fyller i dag flere funksjoner i samfunnet enn det gjorde før?*

- Absolutt. Samtidig har det gjort det ganske lenge, iallfall Sjølvberget. Sjølvberget er jo et bibliotek og et kulturhus.

Kapittel for 31. gang

Sofie minner oss på at Kapittel-festivalen fant sted for første gang allerede i 1995. – Mye av tilbudet vårt er kanskje blitt synligere, men det har jo vært der lenge. Og Sjølvberget har alltid vært mer enn bare bøkene.

Rundt 1,2 millioner besøkende i året gjør Sjølvberget til et av byens viktigste møtepunkt. – Vi er midt i sentrum, så vi er en hub for ganske mange. Om du bruker oss ved å lese aviser fordi du venter på å treffe noen, eller du skal inn på kino, eller du vil ut av din trange leilighet om du er student eller bor alene, så kan du komme her og sitte. I lag med andre. Og du blir ikke spurt om hvorfor du sitter der. Du kan bare bruke huset.

→ Sofie Birgitte Andersen er opptatt av å finne leseopplevelsen som passer til den enkelte.

Young adult også for voksne

Hallo, er du voksen? Les ungdomslitteratur! oppfordrer bibliotekar Sofie Andersen.

– Alle voksne har vært ungdommer. Ungdomslitteraturen handler om en gjennombruddsfase og en overgangstid. Det er alltid spennende.

– De skriver på en sånn måte at du kommer fort i gang, og det skjer noe hele tiden. Hvis du er litt støkk i ... 'Hva skal jeg lese nå?' sier mange: Ta en krim eller noe. Jeg sier, nei, ta deg en ungdomsbok. Vi snakker brodd og tempo. Alt er stort og følelsesladet og dramatisk.



Mest populære forfattere så langt i 2026

Barnelitteratur

Forfatter	Utlån	Nasjonalitet
Horst, Jørn Lier	3697	Norsk
Pilkey, Dav	3094	Amerikansk
Mæhle, Lars	2922	Norsk
Mugford, Simon	2067	Britisk
Bringsværd, Tor Åge	1790	Norsk
Våhlund, Elias	1708	Svensk
Dahl, Roald	1600	Britisk
Rørvik, Bjørn F.	1427	Norsk
Muncaster, Harriet	1384	Britisk
Griffiths, Andy	1265	Australsk

Voksenlitteratur

Forfatter	Utlån	Nasjonalitet
Horst, Jørn Lier	586	Norsk
Ravatn, Agnes	535	Norsk
Engman, Pascal	512	Svensk
McFadden, Freida	504	Amerikansk
Flatland, Helga	378	Norsk
Jæger, Jørgen	375	Norsk
Colgan, Jenny	355	Britisk
Seierstad, Åsne	334	Norsk
Nesbø, Jo	331	Norsk
De la Motte, Anders	327	Svensk

Spør advokaten



Kan styret nekte noen å kjøpe bolig i borettslaget hvis de er kjent for å skape uro eller problemer?



Kristine Edvardsen,
advokat i Bate. Er det noe du vil vi skal ta opp i «Spør advokaten»? Tips oss på dittbate@bate.no

Advokatens svar:

Vurderingen må ta utgangspunkt i vedtektene og de konkrete forholdene i saken. Styret kan ikke bygge på personlige meninger eller løse antakelser, men må vise til konkrete og kontrollerbare forhold.

Styrets vurdering blir om det foreligger omstendigheter som gir laget saklig grunn til å tro at vedkommende ikke vil oppfylle sine forpliktelser som andelseier.

Eksempler på forhold som kan gi saklig grunn til å nekte godkjenning:

Eksempel 1: Dokumentert, vesentlig mislighold fra tidligere boforhold

Dersom styret har konkrete og pålitelige opplysninger om tidligere alvorlig mislighold, som manglende betaling av felleskostnader eller gjentatte, dokumenterte brudd på ordensregler.

Eksempel 2: Kjøp av bolig som andelseier ikke skal bruke selv

Dersom styret har saklig og berettiget grunn til å konkludere med at en andel er kjøpt utelukkende med sikte på oppussing og raskt videresalg, og

ikke for egen bruk, kan dette inngå i styrets vurdering ved godkjenning av ny andelseier.

Det samme kan gjelde dersom kjøper allerede eier en bolig i borettslaget og ikke har planer om å selge eller flytte fra denne, slik at vedkommende i praksis vil eie to boliger i laget uten å ha til hensikt å benytte begge til egen bolig.

Det såkalte brukereieprinsippet står sentralt i borettslagsformen, og innebærer at andelene som hovedregel skal benyttes av andelseier selv. Andelene skal ikke benyttes som investeringsobjekter. Styrets vurdering må i slike tilfeller være konkret, saklig og basert på vedtektene, samt opplysninger som foreligger på kjøpstidspunktet.

Oppsummert:

Selv om eksemplene over viser at det i noen få tilfeller kan være grunnlag for å si nei, er hovedregelen at ny eier skal godkjennes. Hvis styret sier nei, må det bygge på klare og saklige grunner som kan forklares på en forståelig måte.

Kristine Edvardsen,
advokat i Bate

→ For Annelin Rygg Ersland er møte med dyr en fin start på dagen.



Grendamyrå: lite, ekte og fullt av liv

På Grendamyrå går familieliv,
dyr, ysteri og gårdsutsalg hånd
i hånd - med kort vei fra fjøs
til ferdige gårdsvarer.





→ Det er mye nytt på gården, men veggene viser også historien rundt byggingen til familien på Vistnes.



Jacob Espeland Ersland og Annelin Rygg Ersland driver Grendamyrå sammen med barna Martin, Signe Marie, David og Magnus, på Vistnes i Randaberg.

Da Jacob og Annelin første gang kom ned til Grendamyrå, var det ikke akkurat et glansbilde som møtte dem. Huset var mer eller mindre riveklart. Driftsbygningen var borte. Det lå søppel, bildekk, skrot og gamle bilvrak rundt omkring. For mange ville det vært nok til å snu i døra.

Men ikke for dem.

– Det rare var at vi begge to så hva det kunne bli, forteller Annelin.

Hun har vokst opp i området, men Grendamyrå var ikke et sted hun hadde gått og drømt om. Som barn hadde hun opplevd plassen som litt skummel og uvesom. Da foreldrene foreslo en tur

ned for å se, var hun ikke særlig lysten. Likevel ble besøket avgjørende.

Midt i alt det falleferdige så de for seg bygninger, tun, barn som sprang ute, dyr i fjøset og en gård med liv i alle hjørner. – Vi hadde ikke barn da, men jeg så dem nesten for meg likevel. Ungene som for rundt på tunet. Det har vært en drivkraft hele veien, sier hun.

Veien dit ble lang. De kjøpte gården i 2018, men før det lå flere år med arbeid, gamle eierskap, papir og mye tålmodighet. Flere ganger var de nær ved å gi opp.

– Heldigvis har vi aldri hatt lyst til å gi opp samtidig, sier Jacob.

I dag er det vanskelig å se for seg hvordan det en gang så ut. Grendamyrå framstår som en vakker, levende liten gård. Navnet passer også godt. Her ligger Grendahuset like ved, området

har gammel historie, og dette stedet var rett og slett Grendamyrå. Nå er det hjemmet og arbeidsplassen deres.

Hele familien er med

På Grendamyrå er det ikke bare Jacob og Annelin som driver gård. Martin, Signe Marie, David og Magnus er også en del av livet her, på hver sin måte.

– Det er gode dager og mindre gode dager, sier Annelin ærlig.

For det er ikke alltid barna er like motiverte. Slik er det i de fleste familier, og kanskje særlig når hjem og arbeid ligger på samme tun. Men foreldrene er tydelige på at barna er heldige som får vokse opp slik.

De får ansvar. De får være med. De får lære at ting ikke bare kommer av seg selv. – De lærer at en må yte for å tjene. Og de lærer vanvittig mye nyttig, sier hun.

↓ Travel hverdag på Grendamyrå. Det pakkes varer – og man tar seg også av en lettere skadet måke, når det er behov for det.



Dagen på Grendamyrå starter tidlig. Jacob er gjerne i gang halv seks. Kyrne skal melkes og stelles før resten av huset våkner til skole, barnehage og hverdag. Senere på dagen er det nye runder, nye oppgaver og nye praktiske ting som må løses.

Kyr med navn og personlighet

Det er mange dyr på Grendamyrå, og antallet varierer med årstidene. Her kan det være alt fra jersey-kyr og utegris til høner, kaniner, sau, hest og papegøyer.

Kyrne er av rasen jersey. Det valget handler først og fremst om melken. – Jersey-melken er veldig næringsrik, og siden vi lager produkter av melken, var det et enkelt valg, sier Jacob.

At kyrne er mindre og ser usedvanlig søte ut, skader heller ikke. De to eldste barna har allerede prøvd seg på melking og kjenner prosessen godt.

Kyrne har navn, og de har personlighet. Kviga Katrine, som Martin har gitt navn til, er en av dem som gjerne vil ha kos. En morgen stoppet Katrine midt i veien da Jacob skulle ta kyrne inn. De andre gikk videre, men hun stod igjen og ville ha oppmerksomhet. Først litt kos framme. Så løftet hun bakfoten for å vise hvor det klødde.

– Da var det bare å klø henne der hun ville, sier Jacob.

Slike øyeblikk sier mye om forholdet mellom folk og dyr på Grendamyrå. Samtidig er dette store dyr, og en må vite hvor en står. En kvige på 400 kilo er ikke noe en bare dytter på. – Jeg har bristet et ribbein også. Da stod jeg på feil plass, sier han.

Utegris og pølser uten snarveier

Grisene er på gården fra sommeren til vinteren. De går ute, springer, graver og bruker kroppen. Jacob og Annelin ser tydelig forskjell på egne utegriser og vanlige slaktegriser.

En gang slaktebilen kom med andre griser på bilen, fikk de se kontrasten.





Lite, men bra

At gårdsutvalg har blitt populære, tror Jacob og Annelin handler om avstand. Avstanden mellom den som lager maten og den som spiser den er blitt stor. Mange vil finne tilbake til noe nærmere.

– Folk vil vite hvor maten kommer fra, sier Annelin.

På Grendamyrå er det lagt til rette for nettopp det. Fra butikken kan kundene se inn til melkingen og inn i ysteriet. De kan handle, men også få et glimt av arbeidet bak produktene.

De drømmer også om gårdsturisme. En gammel hytte skal bygges opp igjen, og kanskje kan folk en dag våkne på gården og få med seg melkingen om morgenen.

Om ti år håper de på et ysteri som går godt, litt mer avlastning og en gård som fungerer – uten å bli for stor.

For målet er ikke å vokse mest mulig.

– Det er ikke noe poeng å bli rik. Det skal gå rundt. Det skal være lite, men bra, sier Annelin.

Det er kanskje en god beskrivelse av hele Grendamyrå. Lite, men bra. Og fullt av liv.

– Våre kom gående om bord som bodybuildere, sier Annelin og ler.

Når smågriser som aldri har vært i mold før kommer ut, tar det ikke lang tid før trynet er nedi bakken. – Det går ikke et minutt før de begynner å grave, sier hun.

Av grisen lager de kjøttprodukter, og særlig pølser har blitt viktig. De har testet og solgt mange tusen pølser allerede. Målet er å lage et skikkelig godt produkt, uten unødvendige tilsetninger.

– Vi vil vite hva som er i, og hva som ikke er i, sier de.

Melk, rømme, smør og ghee

I tillegg til kjøttproduktene er melk og meieriprodukter en viktig del av Grendamyrå.

Her lager de helmelk, proteinmelk, sjokolademelk, rømme, smør og ghee.

Ghee er smør som varmes opp slik at en sitter igjen med rent fett, uten melkeprotein. Det er et av produktene Annelin har begynt å lage etter hvert som ysteri- og meieridelen har vokst fram.

Det har vært mye å lære, med kurs, bøker, fagmiljø og gode råd fra andre. Og likevel kommer dagene der alt går galt. – I går hadde jeg tidenes blåmandag. Da skjønnte jeg ikke hvorfor jeg hadde fått den idiotiske ideen om å begynne med dette, sier hun og smiler.

Men hun gir seg ikke. For når det lykkes, er det dette som er kjekt: Å ta melk fra egne kyr og lage noe folk kan ta med seg hjem.

Åtte trivelige gårdsutvalg i Sør-Rogaland, fra Eigersund til Randaberg

Gårdsutvalg	Hvor	Hva de selger / er kjent for
Seglem gårdsutvalg & bakeri	Eigerøy, Eigersund	Gårdsutvalg og bakeri med lokalmat, bakervarer og sesongvarer.
Bogsdalen gård	Sirevåg/Hå	Saft, syltede grønnsaker, chutney, gelé, salat, squash, gresskar og andre gårdsvarer.
Jerseymeieriet	Bryne/Time	Jerseymelk, melk på automat, meieriprodukter og lokale gårdsvarer.
Line gard	Bryne/Time	Melk, egg, havregryn, kjøtt og lokalmat fra egen og andre produsenter.
Erga gårdsutvalg	Orre/Klepp	Egg, melk, kjøtt, poteter, grønnsaker, saft, syltetøy og kortreiste varer.
Hole gårdsutvalg	Voll/Klepp	Melk, kjøtt, kylling, yoghurt, ost, egg, honning, grønnsaker, saft, sjokolade og is.
Grendamyrå	Vistnes/Randaberg	Jerseymelk, rømme, smør, kjøttvarer, ysteriprodukter og gårdsvarer.
Slettå gårdsutvalg	Randaberg	Selvbetjent utvalg med grønnsaker, egg, poteter, ost, honning og gresskar i sesong.



Gi hjemmet tid

Farger, møbler og materialer skal ikke bare være fine hver for seg, de skal fungere sammen i et hjem du trives i. Interiørdesigner Hanne Bergsaker fra Totum Interiør mener vi har mye å vinne på å bruke god tid på valgene våre.

✓ Et interiør tar form.
Kontraster er en viktig bestanddel: lyst mot mørkt, varmt mot kaldt, blankt mot matt og mykt mot hardt.

En farge kan se helt riktig ut på et bilde eller i butikken, men få et annet uttrykk når den møter lyset, gulvet og møblene hjemme. På samme måte kan et møbel være fint alene, uten at det nødvendigvis passer inn i helheten.

For Hanne Bergsaker handler gode interiørvalg om å bruke tid på å finne ut hva som faktisk fungerer hjemme hos deg.

– Stikkordet er «god tid», ta deg god tid til valgene.

Det gjelder allerede når malingen skal velges. Hanne anbefaler å hente inspirasjon, samle fargeprøver og male opp større flater før man bestemmer seg. Fargen man ser i butikken, er ikke nødvendigvis den samme man møter hjemme.

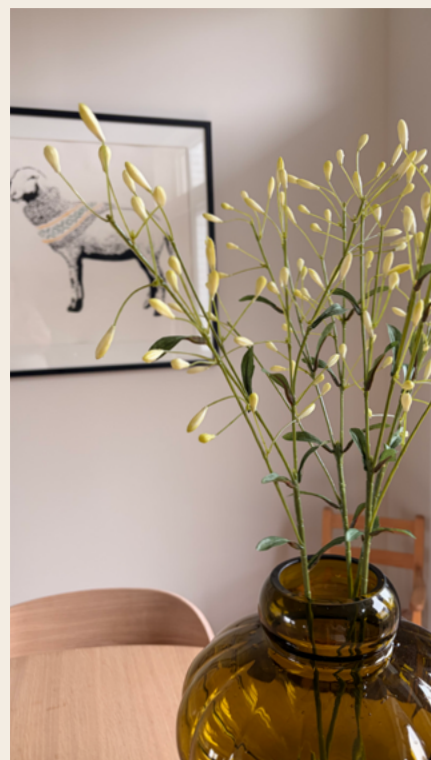
– Lys generelt, både naturlig og tilført, er like viktig som fargen du velger.

Lyset er en del av helheten, på samme måte som gulvet, møblene og materialene som allerede finnes i rommet. Hanne peker på at det norske lyset er blått store deler av året, og at farger derfor ofte oppleves kaldere her. Det er ikke nødvendigvis én bestemt farge som skaper et godt rom. Det er hvordan farger, materialer, lys og møbler virker sammen.

– Et rom uten farge er ingenting, så alt du tilfører av farge, tekstur og materialvalg, er det som setter stemningen i rommet ditt.

Du trenger ikke bli ferdig med alt på én gang

Tålmodighet er nøkkelen også når hjemmet skal fylles med møbler og ting – det hjelper når man skal ta gode, langsiktige valg. Det er bedre å vente på noe man virkelig ønsker seg, enn å kjøpe noe bare fordi en plass står tom.



Alle interiørfoto: Silje Norheim Torgersen

– Vær heller uten spisebord et halvt år, og kjøp deg noe som virkelig stemmer, fremfor å bare «få det gjort».

Hun oppfordrer til å velge ordentlige materialer, kjøpe brukt og investere i ting man ønsker å beholde. Selv flytter hun heller rundt på ting hun allerede er glad i enn å stadig kjøpe nytt. Det trenger heller ikke å være smått bare fordi boligen er liten. For eksempel kan større og færre elementer skape tydeligere soner og blikkfang.

Det handler heller ikke om å få alt til å matche. Hanne trekker frem kontraster som noe av det viktigste i et rom: lyst mot mørkt, varmt mot kaldt, blankt mot matt og mykt mot hardt.

– Det skal ikke være perfekt, det skal være ditt.

Dette tar vi med oss inn i høsten

Når Hanne ser mot høsten 2026, tror hun varme og lyse grunnfarger vil få større plass. Hun trekker blant annet frem krem, vanilje, burgunder, olivengrønt, brunt og andre naturtoner. Lyseblått i litt kjølige nyanser som en kontrast til det varme tror hun også vi kommer til å se.

Det svarte og hvite uttrykket tones ned, tror hun, mens materialene får mer oppmerksomhet. Treverk står sterkt, men alt trenger ikke være i samme tone. Eik kan møte valnøtt, og stål kan blandes med messing. Hun tror på mer dybde og kontraster, fremfor at alt skal være likt.

Hjemmet skal passe deg

Et hjem handler til syvende og sist om den som bor der. Man kan gå inn hos noen andre og tenke at de har det utrolig fint, uten å ønske det samme uttrykket selv. Man trenger heller ikke å begynne helt på nytt hver gang man ønsker en forandring.



Foto: Siri Seljeskog, Impress

– Ta alltid med deg noe av det gamle videre, ikke ha totalutsiftning hele tiden.

Et hjem som føles riktig, vil ta litt tid. Ting kan alltid flyttes på, noe nytt kan komme til, og noe gammelt kan få bli med videre. – Man må bli glad i valgene sine! avslutter Hanne.

↑ Interiørdesigner Hanne Bergsaker har oversikt over trender – og valg som står seg over tid.



Tre retter, gode venner og en lun kveld hjemme

Ute er det smått mørkt og høstlig,
men inne er det stemning for vennemiddag
– uten at lommeboken tømmes.

✓ Gabiya, Silje og Siri er klar for en helaften.

→ Suppebasen klar for ovnen.

Stearinlysene er tent, bordet er dekket og tre retter står på kveldens meny. Planen er enkel: Inviter noen venner hjem og lag noe som føles litt ekstra. Sammen tilbereder vi ovnsbakt tomatsuppe, pulled kylling med potetmos, og varm eplecrumble. Tre retter som kler mørkere kvelder, og som gir mye god mat for pengene.

↓ Vi pynter selvfølgelig bordet litt ekstra.

Forrett: Ovnsbakt tomatsuppe (42,- per person)

Varm, litt spicy og perfekt å starte med mens resten av middagen blir klar! (Denne kan også fint spises alene som en enkel middag.)

Du trenger

- 1 rød paprika
- 3 store tomater
- 1 rød chili
- 1 sjallottløk
- 1 rød løk
- 3 hvitløksfedd
- 1 boks kokosmelk
- 1 bunt basilikum
- 1 boks tomatpuré
- 1 terning grønnsaksbuljong
- Litt olivenolje
- Salt og pepper
- Hvitløksbrød til servering
- Gjerne parmesan eller pinjekjerner på toppen



Slik gjør du

Sett ovnen på 200 grader. Skjær paprika, tomater, chili, løk og hvitløk i grove biter og ha alt i en ildfast form. Krydre med salt og pepper og bak grønnsakene i omtrent 40 minutter, til det dufter herlig i rommet!

Ha litt olivenolje og tomatpuré i en stor kjele på medium varme, og tilsett de ferdige grønnsakene fra formen. Ha i kokosmelk og buljong og la det småkoke. Husk å sette hvitløksbrød i ovnen hvis du ikke har gjort det enda! Tilsett basilikum og kjør suppen glatt med stavmikser.

Server med varmt hvitløksbrød. Topp gjerne med parmesan eller pinjekjerner for å få restaurantfølelsen ved servering.





Slik gjør du

Skrell potetene, skjær dem i biter og kok dem sammen med hvitløken til de er møre. Mens potetene koker, settes ovnen på 220 grader. Krydre kyllingen med salt og stek den i ovnen i 17-19 minutter, til den er gjennomstekt.

Be gjerne den ene gjesten din om å finhakke løk og gulrot, og grovhakke soppen. Den andre kan ta ansvar for potetene og kyllingen.

Når kyllingen er ferdig, river du den enkelt fra hverandre med to gafler.

Stek grønnsakene i litt olivenolje i 6-8 minutter. Ha tomatpuré, litt sukker og hvitløkskrydder i pannen med grønnsakene og stek i omtrent ett minutt. Tilsett vann, worcestersaus, kyllingbuljong, rødvinssaus og smør, og la sausen putre noen minutter. Vend inn kyllingen helt til slutt.

Når potetene er ferdig kokt, heller du av vannet og moser dem sammen med melk, salt og pepper. Ha gjerne i en ekstra klatt smør for ekstra kremet mos.

Server gryten med alle de gode smakene over potetmosen, og du får den herligste høstretten du har smakt på lenge!

Hovedrett: Pulled kylling med potetmos (95,- per person)

Dette er skikkelig comfort food. Kremet potetmos, pulled kylling og masse smakfull saus.

Du trenger

- 800 g kyllingbryst
- 3-4 bakepoteter
- 1 løk
- Gulrøtter
- En pakke med sjampinjong
- En håndfull hvitløksfedd
- Rødvinssaus (pulver)
- 1 boks tomatpuré
- Kyllingbuljong
- Hvitløkskrydder
- Worcestersaus
- 1 dl melk
- 1 dl vann
- 1 ss olivenolje
- 1 ss smør
- Litt sukker
- Salt og pepper
- Bladpersille



→ K for matkoma.

← Snart hovedrett og knipsing underveis.



Noe søtt til slutt: Eplecrumble med vaniljeis (33,- per person)

Epler, kanel og varm crumble med kald vaniljeis. Mer høst blir det nesten ikke. Denne søte desserten er superenkel, og kan bare settes inn i ovnen og godgjøre seg mens middagen nytes.

Du trenger

- 4 epler
- 2 ts sukker
- 2 ts kanel
- Mandler
- 200 g smør
- 200 g hvetemel
- Vaniljeis til servering

✓ Gabiya er ikke vertinne men serverer likevel!



Slik gjør du

Sett ovnen på 200 grader. Skrell eplene og skjær opp i små biter. Bland eplene med sukker og kanel, og hakkede mandler. Fordel dem i bunnen av en ildfast form.

Kna smør og hvetemel sammen (enklest med hendene) til du får en smuldrete deig. Fordel den over eplene i små biter.

Stek i 30–40 minutter, til toppen er gyllen. Serveres varmt med en god kule vaniljeis – og gjerne litt ekstra kanel på toppen. Dette er en superenkel dessert, med masse god smak!

Etter tre retter var både vi og lommebøkene våre ganske fornøyde. Middagen endte på kr 170,- per person, og det var likevel nok igjen til at alle tre kunne ta med seg rester til dagen etter. (Suppen er forresten super å bruke som en pastasaus, for variasjon.)

En ganske god påminnelse om at en hyggelig vennekveld verken trenger restaurantbord eller et stort budsjett. Bare noen gode råvarer, et kjøkken og god stemning!

En liten advarsel – det er stor sjanse for matkoma.



➤ Mmm crummmble!



Ryddemagi i rotete tider

Rot handler sjelden bare om ting som ligger feil. For Bjørg Anita Sætendal handler rydding om å gi slipp, finne hverdagsro – og skape et hjem som er lettere å leve i.

Det finnes mange grunner til at vi leter etter ting. Noen ganger ligger nøklene på et logisk sted. Andre ganger er de borte i en skuff, under en bunke papirer, bak noe vi skulle fikse, eller i et system som fungerte fint i teorien – men aldri i praksis.

For mange er rotet mer enn litt hverdagskaos. Det kan gi stress, dårlig samvittighet, krangling og en følelse av at hjemmet aldri spiller helt på lag.

Det er nettopp her Bjørg Anita Sätendal og Ryddemagiklubben kommer inn. Fra sitt hjem i Tromsø driver hun den digitale medlemsklubben, der folk fra ulike steder kan rydde sammen, lære sammen og heie hverandre videre – hver på sin kant av landet.

I klubben arrangerer hun ukentlige livesendinger, ryddetreff, månedlige fokustema, ryddebingo og ryddeutfordringer. I tillegg har medlemmene uker der de øver på daglige ryddevaner.

Det høres både praktisk og strukturert ut, og det er det. Men bak alt dette ligger også noe mer menneskelig: behovet for støtte, fellesskap og litt drahjelp når ryddeprosjektet føles større enn overskuddet.

For noen handler det om å få kontroll på et helt rom. For andre kan det være nok å starte med én skuff, én hylle eller én kategori. Rydding er sjelden et trylleslag. Ofte er det mer som å nøste opp i en litt for stram knute: Man må begynne i én ende.

Fra kurs til klubb

Ryddemagiklubben ble ikke til over natten. Først lanserte Bjørg Anita et online ryddekurs som gikk over åtte uker, med Facebook-gruppe og ukentlige livesendinger. Hun så at deltakerne kom godt i gang og at mye skjedde underveis. Men da kurset var ferdig, sto mange plutselig alene igjen med resten av jobben.

– Det var veldig kjekt å se prosessen hos deltakerne, men når de åtte ukene

var over, var de brått alene om ryddejobben. Ofte stoppet det opp når de var på egen hånd, sier hun.

Dermed vokste ideen om en klubb fram. Ikke som en rask løsning, men som en støtte- og læringsportal folk kunne være med i så lenge de hadde behov for det. Navnet er heller ikke tilfeldig.

– Klubb er et minne fra barndommen og viser til en møteplass hvor vi hadde det kjekt i lag. Ryddemagi er det magiske som skjer når vi gir slipp på det vi ikke trenger mer, sier Bjørg Anita.

Og det er kanskje en fin måte å se det på. For det er lite hokus pokus i selve ryddejobben. Skuffer må åpnes. Ting må sorteres. Valg må tas. Likevel kan resultatet oppleves ganske magisk når hjemmet blir lettere å leve i.

Den mentale ryddejobben

En av de vanligste grunnene til at folk ikke kommer i gang, eller stopper halvveis, er ifølge Bjørg Anita at det snakkes for lite om den mentale delen av ryddingen. For en god opprydding handler om å gi slipp. Og det å gi slipp kan være krevende.

Noe var dyrt. Noe var en gave. Noe var arv. Noe tilhørte barna. Noe minner om en tidligere versjon av oss selv. Noe var planlagt brukt til et prosjekt som aldri ble noe av. Da blir rydding både fysisk og mentalt arbeid: – Jeg pleier å si at rydding er 20 prosent fysisk og 80 prosent mentalt, sier Bjørg Anita.

Hun er også opptatt av at folk ikke skal føle seg mislykket hvis de stopper opp. Ofte handler det ikke om latskap, men om at man går tom for energi. Da kan en pause være akkurat det man trenger før neste økt.

– Små økter er like gode som lange økter. Jeg er fan av korte økter, sier hun.

Det kan være godt nytt for alle som har stått foran et fullt rom og kjent at hele jobben virker umulig. Man trenger

Mer enn å sette ting på plass

Mange tenker at rydding handler om å legge ting tilbake der de hører hjemme. Bjørg Anita mener det bare er den enkleste delen.

Før den jobben kommer nemlig forarbeidet: alle valgene, sorteringen og reduseringen. Det handler om å gi slipp på gjenstander – noen enkle, andre langt vanskeligere.

Det kan være gaver som er stuert bort, klær som er kjøpt men aldri brukt, ting som skulle repareres, arvegods, minner fra barndommen eller alle de små og store tingene vi en gang trodde vi skulle få bruk for. Tingene har gjerne en historie. Noen ganger har de også dårlig samvittighet hengende ved seg.

Hun skiller derfor mellom **tre former for rydding**. Den første kaller hun **grunnrydding**. Det handler om å sortere gjennom tingene og ta bevisste valg om hva som skal bli og hva som skal ut. Den andre delen er **organisering**, altså å lage et system og gi tingene en fast plass. Den tredje er **hverdagsryddingen** – som å rydde kjøkkenbenken etter dagens bruk.

– På engelsk har vi ordet 'declutter', som vi mangler på norsk. Derfor har jeg tatt i bruk ordet grunnrydding, forklarer hun.

Dette skillet er viktig. For hvis man hopper rett til organisering, kan man ende med å lage fine systemer for ting man egentlig ikke trenger.

Kort sagt: Det hjelper lite med pene bokser hvis boksene er fulle av rot.



← Bjørg Anita Såtendal mener at et ryddig hjem er lettere å leve i. Foto: Privat.

Hvor skal jeg begynne?

– Hvor du starter er egentlig ikke så nøye, bare du starter og deler den store jobben i mindre oppgaver, sier Bjørg Anita.

Hun har likevel et konkret råd: Begynn gjerne på badet.

Det er et rom vi bruker hver dag, men som vanligvis ikke er altfor stort. Del jobben opp i mindre biter: én skuff, én kategori eller ett lite område.

ikke tømme alt på gulvet og rydde hele livet før middag. Det er lov å ta en rydderunde som varer et kvarter. Det er lov å ta én skuff. Det er lov å stoppe før man blir tom.

Når hjemmet roper «jobb, jobb»

Rot kan påvirke oss mer enn vi liker å innrømme. Bjørg Anita møter ofte mennesker som kjenner på stress, skam, dårlig samvittighet og frustrasjon.

– Det er vanskelig å finne roen hjemme når det roper jobb, jobb fra alle overflater, skuffer og skap, sier hun.

Dårlig samvittighet kan handle om bomkjøp, om at barna ikke vil ha besøk med hjem, eller om følelsen av at man burde klart dette selv. Frustrasjonen kan også slå ut i krangling med dem man bor sammen med.

– Å rydde opp hjemme er ingen quick fix. Det er en jobb som må gjøres, sier Bjørg Anita.

Likevel trenger ikke jobben være hard og streng hele veien. Noen ganger starter ryddemagien med at man finner fram en pose til gjenbruk, setter på kaffe og bestemmer seg for at i dag tar vi bare den ene hylla. Det er ikke sikkert hele huset jubler etterpå, men kanskje gjør akkurat den hylla det.

Ryddebingo og fellesskap

Et av de mer lekne innslagene i klubben er ryddebingo. Hver måned får medlemmene 25 oppgaver. Gjør de oppgavene, skaper det fremdrift i ryddeprosessen. Da klesskapet nylig var tema, handlet bingoen om å sortere, få tingene helt ut og finne en garderobe som passer den personen du er i dag.

Det er kanskje et av de fineste poengene i hele ryddefilosofien: Skapet skal ikke nødvendigvis passe den du var for ti år siden, eller den du trodde du skulle bli. Det skal passe deg nå.

Fellesskapet er også viktig. Selv om klubben er digital, kan det å rydde sammen med andre ha stor betydning.

– Å rydde kan være en ensom jobb, og det er ikke alltid lett å finne forståelse blant dem man bor med. Da er klubben et nydelig alternativ, sier hun.

For det er noe eget med å vite at andre også står i det samme. Andre som sorterer sokker, vurderer gamle hobbyting, tar farvel med bomkjøp og forsøker å finne et system som faktisk tåler mandag morgen.

Ikke lenger flaut å få besøk

Bjørg Anita har fått mange fine tilbakemeldinger fra medlemmer. Det som gjør sterkest inntrykk på henne, er når folk kjenner mestring og ryddeglede.

De klarer endelig å gi slipp. De ser at det nytter. De blir stolte av egen innsats.

Noen blir mindre flau når det kommer besøk. Noen inviterer til middag igjen. Andre har forenklet flytteprosesser fordi de allerede har gitt slipp på mye

og blitt mer bevisste på hva de faktisk vil ta med seg videre.

Hun ser også tydelig at rydding hjemme kan påvirke både familieliv, økonomi, overskudd og hverdagsro.

– Rot får oss til å kjenne oss mislykket, irritable og oppgitte. Rot tynger helt klart, det løfter oss ikke, sier hun.

Etter en god grunnrydding blir mange mer bevisste på hva som får komme over dørstokken. Dårlige impulsjøp kan bli færre. Renholdet blir enklere fordi man har mindre å rydde først. Dermed frigjøres også tid.

Det er kanskje ikke ryddemagi på filmvis, med gnister i lufta og skap som sorterer seg selv. Men i hverdagen kan det være magisk nok å vite hvor ting er. Å slippe å kjøpe enda en ting man allerede har. Å åpne en dør uten å få dårlig samvittighet i retur.

Mange små beslutninger

Mange synes det vanskeligste er å kvitte seg med ting som fortsatt er fullt brukbare. Det forstår Bjørg Anita godt. Samtidig er hun tydelig på at vi må ta et valg.

– Vi kan velge mellom å få det ryddig eller å beholde alt og være lager for alt vi kanskje kan få bruk for en vakker dag, sier hun.

Ting som er fullt brukbare kan komme andre til nytte. Noe kan selges, men salg krever også tid og energi. Hun minner også om at pengene allerede er brukt i det øyeblikket kjøpet ble gjort.

Og kanskje er det akkurat der ryddeprosessen begynner. Ikke med et perfekt system, ikke med et helt hus på én helg, men med én liten beslutning.

Hva skal få bli? Hva kan få gå videre? Hva vil jeg egentlig gi plass til?

For det er kanskje dette som er ryddemagien: Ikke at hjemmet blir perfekt, men at det blir lettere å leve i. Ett rom, én skuff og én liten rydderunde om gangen.



Unngå problemer i etterkant ved å bruke ekspertisen i forkant

Med Rogaland som primærområde, utfører vi taksering av fast eiendom.

Teamet har både bredde- og spisskompetanse, og tilbyr følgende tjenester:

- Tilstandsrapport
- Verditaksering – privat og næring
- Innbo- og løsøretaksering
- Reklamasjonsrapport
- Byggelånskontroll
- Uavhengig kontroll for tiltaksklasse 1
- Termografering og trykktesting
- Auto- og båttaksering
- Energirådgiving

T: 51 50 24 30 | post@takst-team.no | takstteam.no

MEDLEMSFORDEL



10% rabatt på alle Tilstandsrapporter og Verditakster til privatbolig

DOLLY ♥ BATE

Vi er stolte av vårt samarbeid med BATE og håper det er til glede for alle BATE-medlemmer som er hekta på DOLLY DIMPLES pizza. *Dolly Dimples ble startet allerede i 1985. I 40 år har vi sørget for minneverdige smaksopplevelser og hverdagsgleder til generasjoner av pizzaelskende nordmenn!* Logg inn på Min Side hos bate.no og hent rabattkoden din, så får du 6% rabatt når du kjøper pizza og tilbehør fra DOLLY DIMPLES.



Slik kommer du nærmere boligdrømmen

Egen bolig kan føles uendelig langt unna når markedet er hett, renten høy og det virker umulig å spare opp egenkapital.

Men ifølge banksjef Konrad Kvitvær i Rogaland Sparebank er det sjelden bare én stor avgjørelse som får unge inn på boligmarkedet. Det er de små valgene du tar i dag som blir avgjørende for hvor raskt du kommer deg dit. Konrad vet hva han snakker om. Han har i flere år hjulpet unge førstegangskjøpere med å planlegge seg inn på boligmarkedet. Erfaringen hans er klar: Gode vaner slår skippertak hver eneste gang.

Så, hvor begynner jeg?

De fleste unge drømmer om egen bolig, men vet ikke riktig hvor de skal begynne. Kanskje med BSU? Fonds-sparing? Bufferkonto? Eller må du egentlig se deg om etter en ny jobb der du tjener mer?

– Det handler først og fremst om å komme i gang, sier Konrad. – Mange tror de må tjene så mye før det er noen vits å spare i det hele tatt. Men det viktigste er egentlig bare å begynne. Over tid blir små beløp mye mer enn folk flest tror. Sparer du 500 kroner i måneden, blir det 6000 kroner i året. Det viktigste er å få seg gode vaner.

BSU: Den smarteste kontoen du kan ha

Hvis du har hørt folk snakke om BSU uten helt å vite hva det er, er du ikke alene. BSU står for Boligsparing for ungdom. Det er en sparekonto som er laget spesielt for deg som ønsker å spare til bolig. Pengene er låst til boligformålet, men til gjengjeld får du bankens beste sparerente og skattefradrag i tillegg. Det er denne gullkantede kombinasjonen



↑ Banksjef Konrad Kvitvær i Rogaland Sparebank har flust av spareråd.

som gjør BSU til en favoritt blant økonomirådgiverne. Du kan spare opptil 27 500 kroner i året på denne måten, med en samlet sparegrense på 300 000 kroner.

Og hvis du tenker at du allerede er litt sent ute? Da har Konrad en oppmuntrende beskjed:

– Det er egentlig aldri for sent å starte. Jo tidligere du begynner, jo bedre. Men du kan ha BSU helt til du fyller 33 år.

BSU kan være starten på egenkapitalen du trenger. Og om du allerede har bolig, kan pengene fortsatt brukes til å nedbetale boliglånet. Eller til oppussing og vedlikehold. Ta kontakt med banken tidlig i prosessen, oppfordrer han. – Vi kan hjelpe deg med en plan, og i noen tilfeller finnes det løsninger folk ikke er klar over.

Den dyreste kaffen

Det er lett å tro at det er de store kjøpene som gjør det vanskelig å spare.

Hva er BSU?

BSU står for Boligsparing for ungdom, og er for deg som er under 34 år og ønsker å bygge startkapital til den dagen du skal kjøpe bolig.

Når du skal kjøpe din første bolig, må du ha 10 % egenkapital. De aller fleste må spare for å innfri dette kravet, og BSU er laget for å gjøre det lettere. Med BSU har du flere fordeler:

- Spar inntil 27 500 kroner hvert år
- Total spareramme kr 300 000
- 10 % skattefradrag på alt du setter inn på BSU-kontoen
- Bankens beste sparerente

Tips: Spar litt hver måned, så blir det enklere å fylle opp BSU-kontoen din.



Ny mobil. Ny TV. Sydenferie. Men oftest er det andre ting som spiser opp sparekontoen. – Den dyreste kaffen er den du kjøper hver dag, poengterer Konrad. – En kaffe til rundt 60 kroner hver ukedag blir faktisk over 22 000 kroner i løpet av et år. Det betyr selvfølgelig ikke at du ikke skal unne deg en cappuccino eller spise lunsj ute. Men slike småkjøp føles sjelden dyre og har en tendens til å bli vaner, og da blir de kostbare. Ikke dra på butikken når du er sulten! ler han.

Hvor blir egentlig pengene av?

– Et annet godt råd er å gå gjennom kontoutskriftene dine minst én gang i året. Hva bruker du egentlig penger på? Er det abonnementer du ikke trenger, har forbruket ditt endret seg? spør Konrad. – Mange betaler fortsatt for strømnetjenester de ikke har brukt siden den serien de «skulle se en dag». Eller et medlemskap de glemte å avbestille. Hver for seg er utgiften kanskje liten, men samlet blir det fort flere tusen kroner i året, understreker han.

Samtidig er banksjefen opptatt av at sparing ikke betyr at du må kutte ut alt som er gøy. Det er viktig å kose seg også, mener han. Men det kan være lurt å tenke litt fram i tid. Hvordan ønsker du at økonomien din skal se ut om fem år?

– Et enkelt budsjett er et godt hjelpemiddel. Sett av penger til sparing først, og så kan du planlegge hvor mye du ønsker å bruke på reiser, konserter, kino eller andre ting som gjør hverdagen litt kjekkere.

Bufferkontoen: din beste venn

Før du setter inn alle pengene du har på BSU, mener Konrad det kan være lurt å få en bufferkonto på plass.

– Bufferkontoen er kanskje den minst spennende kontoen du har, men kan fort bli den viktigste, sier Konrad.

Det er viktig å tenke langsiktig og spare til bolig, men alt det der ryker hvis du ikke har satt til side noen penger til den dagen bilen må på verksted, mobilen blir knust eller du får en uventet regning.

Fastrente eller flytende?

Når du en dag skal kjøpe bolig, møter du mange nye ord. Egenkapital, belåningsgrad, styringsrente. Et av de første valgene du må ta, er om du vil ha fast eller flytende rente. Kort fortalt endrer den flytende renten seg med styringsrenten som Norges Bank fastsetter. Går styringsrenten opp, blir boliglånet dyrere. Og går den ned, blir de månedlige kostnadene lavere.

Velger du fastrente, låser du renten for en bestemt periode, vanligvis tre, fem eller ti år. Da vet du nøyaktig hvor mye du skal betale hver måned. For mange gir det en ekstra trygghet, fordi de slipper å bekymre seg for renteendringer. Konrad synes alle førstegangskjøpere bør tenke gjennom om fastrente kan passe for dem.

– En renteøkning merkes godt på lommeboka, men med fastrente vet du hva boligen koster deg hver måned, og det gjør det enklere å planlegge økonomien, forklarer han.



Tre gode råd å ta med seg

1. Start tidligere enn du tror du trenger. Tid er en av de viktigste faktorene når du skal spare. Små beløp vokser seg store når du starter tidlig.
2. Ta vare på hverdagsøkonomien. Ha en bufferkonto. Vær bevisst på småkjøpene og lag et budsjett du faktisk klarer å leve med.
3. Spør om hjelp. Du trenger ikke kunne alt om renter, fond, boligkjøp og egenkapital før du tar kontakt med banken. En prat med banken kan gi deg en god plan, og gjøre boligdrømmen mindre fjern.

Fond: Tiden er på din side

Hvis boligkjøpet ligger noen år fram i tid, kan det være smart å la pengene jobbe litt for deg. Da kan fond være et lurt alternativ. – Skal du spare i aksjefond, bør du helst ha en tids-horisont på fem år. Du må tåle at fondet går litt opp og ned, og ha litt is i magen, sier Konrad. – Historien viser at du ofte får mer igjen for pengene dersom du sparer over tid og er villig til å ta litt risiko.

Men han understreker at fond ikke passer for alle. Hvis du skal bruke pengene om et år eller to, er en vanlig sparekonto det tryggeste valget.

Du trenger ikke kunne alt

For mange unge er terskelen høy for å kontakte banken. – Ikke vær redd for å snakke med banken om for eksempel boligkjøp og sparing. Vi forventer ikke at du kan alt. Det er derfor vi er her, sier Konrad. – Et møte med banken handler ofte om å legge en god plan. Kanskje

er boliglånet ett år unna, kanskje fem. Det er enklere å jobbe mot et mål når du vet hva som skal til for å nå det.

Noe av unges usikkerhet i møte med banken kan skyldes at personlig økonomi får lite plass i skolen, tror Konrad. Det er litt synd, for vi skal jo alle håndtere penger, betale regninger og ta økonomiske valg i livet. Derfor har foreldre en viktig oppgave:

– Snakk om økonomi hjemme, særlig før ungdommen fyller 18 år, da de blir myndige og får muligheten til å ta opp lån og kreditt.

Kjøpe bolig med en kompis?

Når boligprisene er høye, kan det være fristende å kjøpe bolig sammen med en venn. På papiret kan det virke som en god løsning, men det kan være lurt å tenke seg om.

– Livet forandrer seg. Kanskje får en av dere en kjæreste, ønsker å flytte til en annen by eller flytte til noe større.

Hvis den andre ikke har muligheten til å kjøpe ut den som vil videre, kan det fort bli en vanskelig situasjon, sier Konrad, som understreker at det ikke i seg selv betyr at det er en dårlig idé å kjøpe bolig sammen med en venn. – Jo mer dere avklarer på forhånd, desto mindre er risikoen for konflikter senere. Lag en god avtale fra starten av.

Én vane om gangen

Når du ser på dagens boligpriser, er det fort gjort å bli pessimist og tenke at løpet er kjørt. Men for å oppsummere: Sann er det nødvendigvis ikke. Det viktigste er ikke hvor stort det første steget er, men at du tar det. Det handler ikke om å si nei til alt som er gøy. Det handler om å ta noen bevisste valg og bygge gode vaner over tid.

– Ikke vent til økonomien er perfekt. Den dagen kommer kanskje aldri. Start med det du har, og bygg videre derfra, sier Konrad Kvitvær. – Boligdrømmen bygges én vane om gangen.



BATE

5% BONUS OG RABATT

Montér har alt du trenger til ditt bygge- og oppussingsprosjekt. Som medlem i BATE får du alltid 5% medlemsbonus. I tillegg får du 5% medlemsrabatt* på det du handler.

Merk: For å få BATE-rabatt viser du fram medlemsbeviset ditt, som du finner i BATE-appen. Det er ikke mulig å kombinere BATE-fordelen med andre fordelsprogram hos Montér.

Gå inn på BATE sin app for å finne ditt nærmeste Montér byggevarehus.

*Rabatt gjelder ikke kampanjevarer eller nettoprisede varer

Når resultatet teller

Montér

SE HVOR FINT DET HAR BLITT på Kleivane!

På toppen av Kleivane, 10 minutters kjøretur fra Sandnes sentrum, finner du Bates aller nyeste borettslag.



↑ Velkommen til Skogens ro! Begge byggene har parkeringsanlegg på bakkeplan, med parkering for både beboere og gjester.

Skogens ro består av to bygg på tre til fire etasjer med til sammen 60 leiligheter. Byggene ligger helt i skogkanten, med Melsheias fantastiske turmuligheter like utenfor dørstokken.

Første spadestikk ble tatt sommeren 2024, og i mai 2026 flyttet de første beboerne inn. Denne måneden ble også de siste leilighetene ferdigstilt, nå er borettslaget Skogens ro komplett.

Som i andre moderne borettslag, får også boligkjøperne i Skogens ro mulighet til å innfri fellesgjelden sin etter overtakelse. Da betaler de «kun» månedlige

driftskostnader til borettslaget, som de ville gjort om de hadde kjøpt leilighet i et sameie. Mange av boligkjøperne har allerede valgt å benytte seg ordningen, og betalt ned hele eller deler av fellesgjelden sin.

Det er kun få ledige leiligheter igjen i borettslaget, så her lønner det seg å være raskt ute hvis du vil ta en titt. Alle selges til fast pris uten budrunde – med parkeringsplass inkludert.

Kontakt megler:

Claire A. Lonsdale, 97 03 13 59 | claire.lonsdale@em1sr.no
Mads Kraft Fossmark, 97 08 62 40 | mads.fossmark@em1sr.no

Finn ditt nye hjem

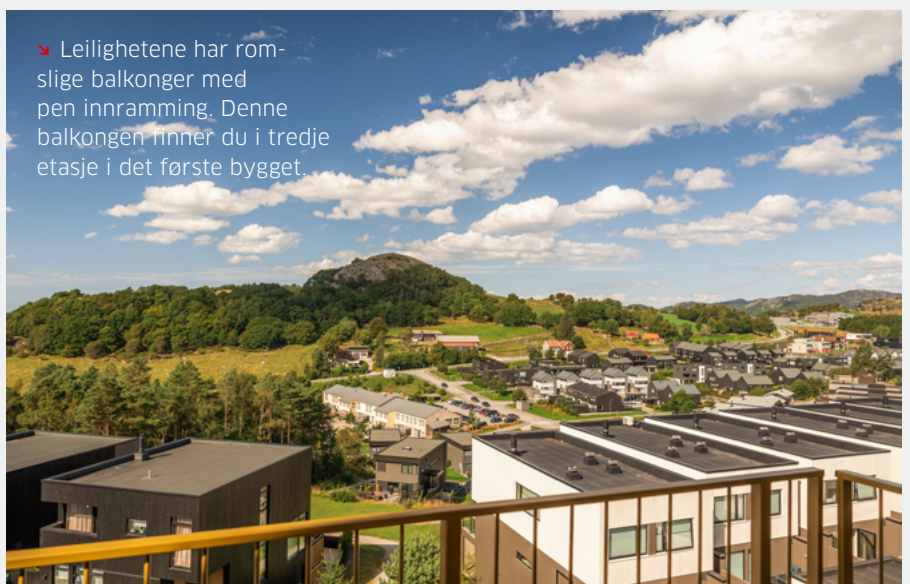


➤ De store vinduene rammer inn utsikten og slipper masse lys inn i leilighetene.



➤ Leilighetene er levert med kvalitetskjøkken fra HTH.

➤ Leilighetene har romslige balkonger med pen innramming. Denne balkongen finner du i tredje etasje i det første bygget.



Finn ditt nye hjem

Se hele menyen på bate.no/bolig



Støperiet Øst

Stavanger Øst

Sjarmerende leiligheter i et lunt og trivelig kvartal.
Estimert ferdigstillelse: 2. kvartal 2029.

Ledige boliger fra 46 til 127 kvm
Pris: 4 390 000–18 990 000 kr
Soverom: 1–3

støperiet-øst.no



Dvergsnesåsen

Dvergsnes, Kristiansand

Ekte sørlandsidyll: Lyse og luftige leiligheter med gangavstand til sjøen.

Estimert ferdigstillelse: 4. kvartal 2028.

Ledige boliger fra 40 til 120 kvm
Pris: 3 190 000–8 950 000 kr
Soverom: 1–3

dvergsnesåsen.no



Vabua Park

Vabua, Kristiansand

Lekre hjørneleiligheter tett på byens puls.

Ledige boliger fra 66 til 78 kvm
Pris: 5 470 000–7 890 000 kr
Soverom: 2–3

vabuapark.no



550

Bryne sentrum

Herlige, lyse leiligheter i perfekt avstand til Bryne sentrum.

Flytt inn i høst.

Ledige boliger fra 75 til 148 kvm
Pris: 5 198 000–11 998 000 kr
Soverom: 2–3

550bryne.no



Skogens ro

Kleivane, Sandnes

Trivelige leiligheter med nydelige omgivelser og fantastiske turmuligheter.

Innflytningsklart!

Ledige boliger fra 86 til 97 kvm

Pris: 5 190 000–6 990 000 kr

Soverom: 2-3

skogensrokleivane.no



Køhlerlåven

Hillevåg, Stavanger

Unike boliger i et historisk bygg – kun én igjen!
Flytt inn 1. kvartal 2027

Ledig bolig: 110 kvm

Pris: 8 740 000 kr

Soverom: 3

kohlerlaaven.no



Hageleilighetene på Kvitodden

Hundvåg, Stavanger

Leiligheter med store, private terrasser og skjermede hager – kun én igjen!

Estimert ferdigstillelse: Vinteren 2027/2028

Ledig bolig: 61 kvm

Pris: 4 290 000 kr

Soverom: 1

hageleilighetene.no



Strandhagen

Steinsnes, Horten

Varierte leiligheter i et nytt, familievennlig nabolag like utenfor sentrum.

Ledige boliger fra 41 til 136 kvm

Pris: 2 917 540–10 876 530 kr

Soverom: 0-3

strandhagenhorten.no

Konkurransesider

Klar for litt hjernetrim?
Finn løsningsordet i kryssordet.
Få med familien på quiz.
Og let etter fem feil.
Lykke til!



Høstquiz

1. Hvilke frukter er vanlig å kunne plukke om høsten i Norge?
2. Hva heter de 7 aller mest giftige soppene vi har i Norge?
3. Hva er de 6 hovedingrediensene i Norges nasjonalrett, fårikål?
4. I november kommer det enda en film i The Hunger Games – serien, med undertittel «Sunrise on the Reaping». Når kom den første filmen i filmserien ut?
5. Hva er det minste landet som har kvalifisert seg til og deltatt i herre-VM i fotball?
6. Hvilken by i landet har varmerekorden, og hvor mange grader ligger den på?
7. Konrad Kvitvær gir tips om å benytte seg av BSU-konto dersom man er ung og ønsker å spare opp til å kjøpe bolig. Hva står BSU for?
8. Hvilket år åpnet Sølvberget, kulturhuset i Stavanger?



Kryssord

Premie: 5 Flaxlodd.

XORD .no	BEHAND- LINGS- METODE	LUFT- TRYKK- MALEREN	MARK	BRYTER- EN	KJØNN	KV- NAVN	MOTE- RIKTIG NUMERAL	↓	SIST	MUSIKK- FORM	UBE- STEMME- LIGHET	FANGE HÆR- SKARE	↓	NORM	LIDEN- SKAPEN	TEVLING	SERVISE- DELEN
HAKE VED NOE					PROSENT- SATSSEN	→					BØNN	→					
TYVEN					↓			RØYTER			↓		... 1000				
								KJØTT- MATEN					DRAMA				
MUSIKK- INSTRU- MENTER							ELEVEN									LOY- PRISING	
							BRED- BÅND										
SLETTE			DESS- UTEN AVFALLS- STOFF								ASIAT						
											EVENTYR- FIGURER						
MATET						PRON.				MESTER- SKAP			FERIEBY I TYRKIA				
						BLANDES				MODE- PLAGGET			VED- TEKTENE				
SJIKANE																	
→				FOR- NEMME					SETTE OPP DUSØR							GNISTRE	
				PÅSTAND					DYR								
SKOLE- LEDER							AVTOK					SPRUDLE					
							AMBOLT					KAN					
FLATE- MÅL			FOR- TÆRES					TRANG- SYN									
			FART					SKRIK									
VÆRELSE										KANTENE							
LYMF- KNUTEN						UKEBLAD					FANGST- UT- STYRET						

Løsning forrige nummer: Steinalderboplass. Gratulerer til vinner Elisabeth Davidsen!

Quiz-svar:

1. Epier, plommer og pærer
2. Spiss giftslørpopp, hvit giftslørpopp, flatklokkehatt, blek fluesopp, grønn fluesopp, buttt giftslørpopp, sandmørkel
3. Lammekjøtt, hodekål, salt, pepper, vann og poteter
4. 2008
5. Curacao
6. Nesbyen, 35,6 grader
7. Bolligsparring for ungdom
8. 1987



Finn fem feil

Premie voksne: 5 Flaxlodd.

Premie barn: Bate-bamse.

Gratulerer til Marita L. Eriksen og Wiebke Athmer som vant konkurransen i forrige nummer! Navn på vinnerne blir publisert i neste Ditt Bate-magasin. Lykke til!



For de voksne



For barna



Slik sender du inn svaret ditt

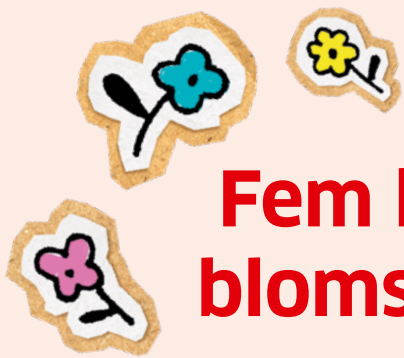
Finn fem feil: Finn feilene og send et bilde av svaret. **Kryssord:** Send en e-post med løsningsordet. Løsninger sendes til dittbate@bate.no innen 18. oktober 2026 for å bli med i trekningen av 5 Flaxlodd. Husk å legge ved navn. Du kan også rive ut siden og sende den inn per post til Bate boligbyggelag, att: Kommunikasjonsavdelingen, Postboks 88 Sentrum, 4001 Stavanger.



De heldige vinnerne

- Nøtteveien borettslag, Sandnes
- Teglverket sameie, Sandnes
- Sameiet Jørpeland Brygge, Jørpeland
- Strekkjvollen bolig-sameie, Bryne
- Myklabergtoppen borettslag, Røyneberg

← **Klare for blomsterdugnad:** Sammen med Rogaland Sparebank delte Bate ut blomster til fem borettslag og sameier før 17. mai.



Fem bomiljøer fikk blomstre før 17. mai

Over 70 borettslag og sameier ønsket seg et blomsterløft før nasjonaldagen. Fem av dem vant, og resultatet ble fargerike uteområder og ekstra trivsel for beboerne.

Sammen med Rogaland Sparebank fylte vi bilen med blomster og kjørte ut til fem heldige vinnere rundt om i Rogaland. Der ble blomster, ampler og plantekasser tatt imot av engasjerte styremedlemmer og beboere.

Noen uker senere kom resultatene: blomstrende inngangspartier, fargerike plantekasser og uteområder klare for vår og sommer.

En stor takk til alle som deltok, og til Rogaland Sparebank for et flott samarbeid.



← **Fra blomsterlevering til blomstring:** Vinnerne tok utfordringen på strak arm og skapte fargerike uteområder til glede for hele nabolaget.

Nye medlemsfordeler for deg

Lær å surfe med medlemsrabatt

25 % rabatt hos Boretunet

Har du lyst til å prøve surfing? Som Bate-medlem får du nå 25 % rabatt på surfekurs hos Boretunet på Borestranda.

Kursene passer både for nybegynnere og deg som vil bli tryggere på brettet. Borestranda er kjent som et av landets beste steder å lære å surfe, og kursene passer også godt for familier.

Slik får du rabatten:

Logg inn på Min side eller i Bate-appen og finn rabattkoden under medlemsfordeler.



Medlemsfordel: 25 % rabatt på surfekurs



Gjør det enklere å lære noe nytt

20 % rabatt hos NKI Nettstudier

Drømmer du om ny kompetanse, et karriereskifte eller bare å lære noe nytt?

Som Bate-medlem får du 20 % rabatt hos NKI Nettstudier. Du kan velge mellom enkeltemner og komplette utdanninger, og studere når det passer deg.

Fleksible nettstudier gjør det enklere å kombinere læring med jobb, familie og fritid.

Slik får du rabatten:

Logg inn på Min side eller i Bate-appen og finn rabattkoden under medlemsfordeler.



Medlemsfordel: 20 % rabatt hos NKI Nettstudier

Bonus hos Dive In Carwash

2 % bonus på abonnement og 5 % bonus på enkeltvask og produkter

Gjør bilvasken enkel, rask og miljøvennlig. Du finner anleggene på Forus i Stavanger, Raglamyr i Haugesund, Sørlandsparken i Kristiansand og Tiller i Trondheim.

Slik får du rabatten:

Logg inn på Min Side hos Dive In Carwash med Vipps og registrer medlemskortnummeret ditt for å aktivere fordelen.



Finn alle medlemsfordelene dine på Min side og i Bate-appen. Der finner du rabattkoder, tilbud og nye fordeler gjennom hele året.



Bolig og interiør



Gjør det fint hjemme

BOHUS: Spar penger på Forus, Bryne, Egersund, Lyngdal og Sørlandsparken med flere. Du får 5 % bonus på alt du handler og 5 % rabatt på ord. varer ved fremvisning av medlemsbevis.



Ditt byggevarehus

MONTÉR: Nasjonal avtale*: 5 % bonus på alt du handler. 5 % rabatt på ord. varer ved fremvisning av medlemsbevis (gjelder ikke nettoppriser og kampanjevarer).



Skandinavias ledende på fliser

MODENA FLISER: Nasjonal avtale*: 5 % bonus på hele kjøpet.



Til hverdags og fest

LYRECO: Du får 5 % bonus på alt fra kontorartikler, datarekvisita, kaffe og te, renholdsprodukter, alt til festen, tørkepapir og mye mer.



Solskjerming og garasjeporter

FASADEPRODUKTER: 45 % rabatt på inn- og utvendig solskjerming og garasjeporter (gjelder ikke montering).



Miljøvennlig oppvarming

ACSENTERET:

10 % rabatt på varmepumper (veil. pris) og 20 % rabatt på service og ventilasjonsanlegg (veil. pris). Gratis befaring.



Erfarne takstmenn

TAKST TEAM:

10 % rabatt på flere tjenester.



Din lokale ekspert på hvitevarer

SKOUSEN HVITEVARER: 5 % bonus på varer i butikk og 15 % rabatt på ord. pris på lagerførte varer i butikk i Rogaland. Gratis levering til fortauskant (les mer på bate.no).



Et blomstrende hagesenter

TRONSHOLEN HAGESENTER: 10 % rabatt ord. varer i butikk (gjelder ikke hagemøbler, drivhus, Biohort, BEDD).



En av distriktets ledende håndverkerbedrifter

NYSTED: 10-27 % rabatt på utvalgte varer. 3 % bonus på hele kjøpet.



Rabatt på interiørdesign

BOLIGKONSULENTENE: Velg mellom tre pakker: Basic interiørdesign, Medium interiørdesign og VIP interiørdesign. Sjekk bate.no/fordeler for priser.



Alt til oppussingen

RIGHT PRICE TILES FORUS: Alt innen baderom, fliser, laminat, lim og fug. Få 5 % bonus på alt i butikken på Forus.



Glass, belysning og interiør

HADELAND GLASSVERK: Nasjonal avtale*: 10 % rabatt på ord. varer i butikk (ikke mat/drikke, belysning eller Icon-serien). 5 % bonus på alt du handler i butikk (ikke mat/drikke).



Kvalitetsprodukter til hage

GARDENBOX.NO: 10 % rabatt på alle produkter, inkl. Vekst-serie av plengjødsele og gressfrø utviklet for norske forhold. For grønnere plen og frodigere hage.



Det du har på hjertet, levert på døra

INTERFLORA: Du får 5 % bonus på blomster bestilt og betalt på interflora.no. Gjelder også blomster kjøpt i fysisk butikk hos Aarrestad Blomster i Sandnes, Muségatens Blomster og Sølvberget Blomster i Stavanger.



Trygg lading av elsykkel

AMPLIUZ: 15 % rabatt på ladeskap. Lad elsykkelen trygt med et smart ladeskap med fokus på brannsikkerhet og tyveribeskyttelse.



Kjøkken, bad og garderobe

STRAI KJØKKEN: 25 % rabatt på møbler (kjøkken, bad, garderobe) og 10-20 % rabatt på benkeplater og skyvedørs-garderobes. Skreddersydde løsninger med kvalitet som varer.

Reise og fritid

SATS

Tren med oss

SATS: Kom i form – litt billigere enn alle andre. Som medlem får du 15 % rabatt. *Kan ikke kombineres med andre tilbud. Gjelder kun i Rogaland.



Hele regionens hockeylag

STAVANGER OILERS: 25 % på ord. billetter. Gjelder voksenbilletter i rød sone. Gjelder grunnserien. Begrenset antall. Bestill via bate.no/fordeler.

STAVANGER KONSERTHUS

Kulturopplevelser til medlemspris

STAVANGER KONSERTHUS: Rabatt på utvalgte konserter. Følg med på bate.no for nye tilbud.

KONGEPARKEN

Over 60 attraksjoner og opplevelser i magiske omgivelser!

KONGEPARKEN: Rabatt på overnatting, dagskort og sesongbilletter. Sjekk medlemsfordelen på bate.no.



Ut på tur

STAVANGER TURISTFORENING: Du får 20 % rabatt på utvalgte arrangementer.



Hotell og spa på stranden

SOLA STRAND HOTEL: Bestill en drømmeweekend nå. 10 % rabatt og 5 % bonus på overnatting inkludert frokost.



Stort utvalg av hoteller

THON HOTELS: 12 % rabatt på ord. pris, inkl. frokost. Fri kansellering til kl. 16 samme dag. Bestill via bate.no/fordeler.



Smaken du blir hekta på

DOLLY DIMPLES: Du får 6 % rabatt på all mat og drikke.



Norges største akvarium

AKVARIET I BERGEN: Krokodiller, pingviner og alt imellom. Få 20 % rabatt på billetter.



Sauna i Rogaland

BOOKSAUNA: Unike utendørs saunaopplevelser i Stavanger, Sandnes, Jæren, Sirdal og Hjelmeland. Se bate.no for Bate-pris.

ODEON

Film er best på kino

ODEON KINO STAVANGER/SANDNES: Du får 15 % rabatt per billett. Maks to billetter til medlemspris per visning.



BRYNE KINO

Kino på Jæren

BRYNE KINO: Du får 15 % rabatt per billett. Maks to billetter til medlemspris per visning.



Likt og delt siden 1970

PEPPES PIZZA: Nasjonal avtale*: 5 % bonus på kjøp i restaurantene i Stavanger, Kristiansand og Trondheim.



Surfekurs hele året

BORETUNET: 25 % rabatt på surfekurs. Perfekt for nybegynnere, og passer like godt for familien som for vennegjengen.



Aktiv moro for hele familien

PLAYGROUND FORUS: Innendørs aktivitetspark med klatring, trampoliner, skatepark og mye mer. 15 % rabatt på medlemskap, drop-in og leie av utstyr og 10 % rabatt på bursdagsfeiring.



Ikke gå glipp av bonus

For å spare bonus må du sørge for at kontonummeret ditt er registrert på Min side. Handler du med kredittkort, må du også registrere kortnummeret.

Sjekk at alt er på plass.

Skann koden eller gå til minside.bate.no.



Trygghet og økonomi



Spar penger

ROGALAND SPAREBANK: Som Bate-medlem får du gode betingelser på alt fra barne- og ungdomsspar, BSU, sparekonto o/60 og boliglån.



Forsikring for medlemmer

IF FORSIKRING: Flere gode tilbud på forsikringer. Se bate.no for oppdatert informasjon.

ADIOUS

Advokatkontor i Stavanger

ADIOUS ADVOKATER: 20 % rabatt på veil. timepriser, og kostnadsfri telefonsamtale for å avklare et evt. engasjement av advokat. Les mer på bate.no.

Tjenester

aktiv.

Eiendomsmegling

Eiendomsmegler

AKTIV EIENDOM ROGALAND: Gratis fotograf, interiørveiledning, e-takst og verddivurdering ifm. boligbytte. Husk å informere om medlemskapet ved inngåelse av kontrakt. Se bate.no for hvilke avdelinger det gjelder.



Gjenvinning av avfall

WESTCO MILJØ: 20 % rabatt på transport og gratis leie i inntil 14 dager.



Ren bil til medlemspris

DIVE IN CARWASH: 2 % bonus på abonnement og 5 % bonus på enkeltvask og produkter. Få ren bil og bonus på kjøpet på Forus, i Haugesund, i Kristiansand og i Trondheim.



Boligsalg på Haugalandet

MEGLERHUSET RELE: Gratis fotograf (verdi 4 960 kr.) ved inngåelse av megleroppdrag på alle typer boliger.



Norges største trafikkskole

WRIGHT TRAFIKKSKOLE: Nasjonal avtale*: 5 % bonus med aktivert medlemskap på trafikalt grunnkurs, personbil, tilhenger, moped og MC.



Din lokale trafikkskole

GERDS TRAFIKKSKOLE: 5 % bonus med aktivert medlemskap på trafikalt grunnkurs, personbil, tilhenger, moped og MC.



Elektrikertjenester

RØNNING ELEKTRO: 15 % rabatt på timepriser, 20 % rabatt på materiell. Du får også gode priser på ladestasjon.



Ledende rørlegger

SIG. HALVORSEN: 10 % rabatt på ord. varer i butikk, 20 % rabatt på timepris rørlegger og 30 % rabatt på lagerført materiell (rør og rørdeler).



POLAR kraft

Bates strømvatle

POLAR KRAFT: Få 2 % bonus tilbake på strømforbruket ditt – etter at strømsøtte/Norgespris er trukket fra. Bestill på bate.no/fordeler

CityMaid

Rengjøring

CITYMAID: 5 % bonus på alle vaskeoppdrag – fra fast vaskeavtale til flyttevask og storrengjøring.



APR fikser flyttelasset

APR FLYTTING: 10 % rabatt på flytting, 5–25 % rabatt på utvask og lagring av eiendeler.



Gode priser på dekk

BESTDRIVE: Nasjonal avtale*: 5 % bonus på alle kjøp i varehus, 8 % rabatt på utvalgte dekk og 10 % rabatt på verkstedtjenester. Rabatt på dekkhotell.



Rask hjelp med din glasskade

HURTIGRUTA CARGLASS: Du får 5 % bonus og flere andre fordeler. Se mer på bate.no.



En enklere måte å lære på

NKI NETTSTUDIER: 20 % rabatt på samtlige fag og kurs. Velg mellom enkeltkurs eller full utdanning – og få personlig oppfølging hele veien.



Få alt du vil se på ett sted

Vi leverer Altibox til boligselskapet ditt!

Med Altibox TV får du både strømmetjenester og kanaler inkludert i abonnementet. Du velger enkelt hvilke du vil ha når, og kan bytte fram og tilbake alt etter hva du vil se.

Styret i borettslaget eller sameiet ditt kan ta kontakt med oss for et godt tilbud.

Kontakt oss på brl.fiber@lyse.no



VI LEVERER



lyse.no

Medlemsfordel



The **boss** in town!

99% av alt du kaster går til gjenvinning

**Bate-medlemmer får 20% rabatt
på transport av
8m³ og 10m³ containere.**

**Containeren kan du ha
i 14 dager uten leie.**

**Bestill i dag!
Tlf: 51 64 40 00**

 **WESTCO**
miljø
www.westco.no



Har du behov for elektrikertjenester?

Ring, så kommer du til vår hyggelige kollega **Mads!**



Som BATE medlem får du
15 % rabatt på timesats
20 % rabatt på varer

☎ 51 82 80 00

✉ ronningelektro@ronning-el.no

🌐 ronning-el.no

Medlemsfordel

Rabatt gjelder
ikke varer til
fast lavpris.

HØST- SALG

14.-26. SEPTEMBER

DUSJLØSNINGER,
KABINETTER, NISJEDØRER
OG HJØRNELØSNINGER

OPPTIL

-30%

BADEROMSMØBLER
FRA FLERE
LEVERANDØRER

OPPTIL

-30%

BADE-
OG MASSASJEKAR

OPPTIL

-30%

TRENGER DU MONTERING
AV SALGSVARENE?

-20%

PÅ TIMEPRIS RØRLEGGER

BLANDEBATTERIER
TIL BADEKAR, DUSJ,
KJØKKEN OG SERVANT

OPPTIL

-25%



SIG.HALVORSEN
EN DEL AV TEQVA



Adresse: Bedriftsveien 14, 4313 Sandnes | Epost: firmapost@sig-halvorsen.no | Tlf: 400 00 997



NYSTED
www.nysted.no

Fra høstplan til ferdig malt!

Start planleggingen av neste års maleprosjekt nå!

Klar for en langsiktig verdiutvikling for borettslaget – innendørs og/eller utendørs?

Vedlikehold av fellesareal og fasader er en investering i beboernes trivsel og eiendommenes verdi.

Vi hjelper gjerne med inspirasjon, produktveiledning og pristilbud. Profesjonelle malingssystemer og det som trengs til oppussingen? Ja det har vi!

Gjør jobben selv eller la oss gjøre jobben for dere!

Skann QR koden og send oss en forespørsel!



Bate varerabatt*

- Maling: 10%
- Tapet: 10%
- Gardiner: 10%
- Gulvteppe/Gulvbelegg: 10%
- Solskjerming: 27%

Bate Bonus
Alle varer
3%

*Gjelder ordinære priser

Velkommen til oss!

Som Batemedlem har du gode rabattavtaler hos oss. Besøk butikkene i Sandnes for inspirasjon, produktveiledning og personlige fargeråd!

Nysted Hoveveien 80 ~ Nysted Stokkamyrveien 3a

**FLYTTING
LAGRING
UTVASK
MONTERING**



STAVANGER - SANDNES - KRISTIANSAND

Adius Advokater ANS

- stolt samarbeidspartner med Bate

Samlivsbrudd – arv – reklamasjonssaker – fast eiendom m.m.
Ta kontakt på post@adius.no eller 51 50 11 00 for kostnadsfri
avklaring av hvorvidt det er behov for advokatbistand.
20% avslag på timerater for Bate-medlemmer.



ADIUS

KLAR FOR HØSTEN?

Hos oss får du medlemsfordeler som varmer!

-20%
PÅ SERVICE

BATE MEDLEMSTILBUD

-10%
PÅ VARMEPUMPE

Bestill gratis
befaring



AC senteret

Se betingelser på Bate sine medlemssider

Medlemsfordel



OPPTIL
45%

45% på inn- og utvendig solskjerming
og garasjeporter, 30% på gardinlengder



GRATIS oppmåling, gode råd og
uforpliktende tilbud – ring 911 50 200

Spar tusenvis med dine nye medlemsfordeler!

Medlemmer får ytterligere **5% BEST-PRIS-GARANTI** hvis produktet
er på kampanje ved bestilling, med lik eller høyere rabatt.

Se alle tilbud under medlemsfordeler på **bate.no**

 **FASADE**
PRODUKTER

Medlemsfordel



TANGEN7

Selskapslokaler ved bryggekannten



ROM FOR LIVETS STORE DAGER

Attraktive selskaps- og
konferanselokaler ved sjøkanten
på Randaberg – bare 10 minutter
fra Stavanger sentrum.

INTERESSERT?

Ta kontakt med Lene Bråten
på telefon 970 43 240 eller
lene.braten@brind.no

Tangen 7
4072 Randaberg
www.tangen7.no



BRYLLUP • KONFIRMASJON • JUBILEUM • MINNESTUND

KURS • KONFERANSE • MØTER • FIRMAFEST • JULEBORD

Du får
2 % bonus
på **hele** strøm-
forbruket

Spotpris +
3,63 øre/kWh
i påslag.
39 kr/md
i fastbeløp.

Medlemsfordel

Strøm til spotpris - time for time:

Spar penger på strøm

I dag kan det være vanskelig å følge med på alt rundt strøm. For våre medlemmer er det viktig å ha en trygg og stabil strømleverandør som gjør det enkelt for deg å være strømkunde.

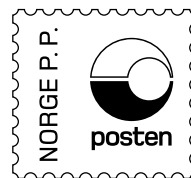
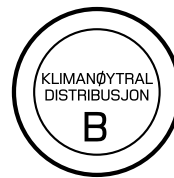
- Spotpris + **3,63 øre/kWh** i påslag. 39 kr/md i fastbeløp
- **2 % bonus** hver måned - etter at strømstøtte/Norgespris er trukket fra
- Du får alt på en faktura, strømstøtte og nettleie
- Ingen forskuddsbetaling og ingen binding
- I tillegg er appen gratis



Les mer om avtalen:
bate.no/fordeler/bates-stromavtale

Prisen følger strømmarkedet time for time. eFaktura gebyrfritt, 7,50 kr pr papirfaktura. Ingen bindingstid. Etterskuddsvis fakturering. Avtalen gjelder privatkunder og forutsetter godkjent kredittvurdering. Gratis app som gir deg full kontroll. Avtalen kan sammenlignes på Forbrukerrådets strømprisportal.





Returadresse:
BATE BOLIGBYGGELAG
Postboks 88, Sentrum
4001 Stavanger

STØPERIET ØST



**Priser fra
4 390 000,-**

Klar for ny bolig?

Se de lekre nye leilighetene i hjertet av Stavanger Øst

Ledige leiligheter fra 46 - 127 kvm | Solrike balkonger | Trivelige fellesrom



**Finn ditt nye hjem
på støperiet-øst.no**

Kontakt megler:
cecilie.grimsrud@emnorge.no | 95 89 32 90

BATE