

Viggby Ängar 4

Stockholm | TÄBY

Bostadsform
Radhus

Boendeform
Bostadsrätter

Bostadsfördelning
15 st om 5-7 rok,
ca 125-167 kvm

Inflyttning
Preliminärt från
sommaren 2026



BESQAB

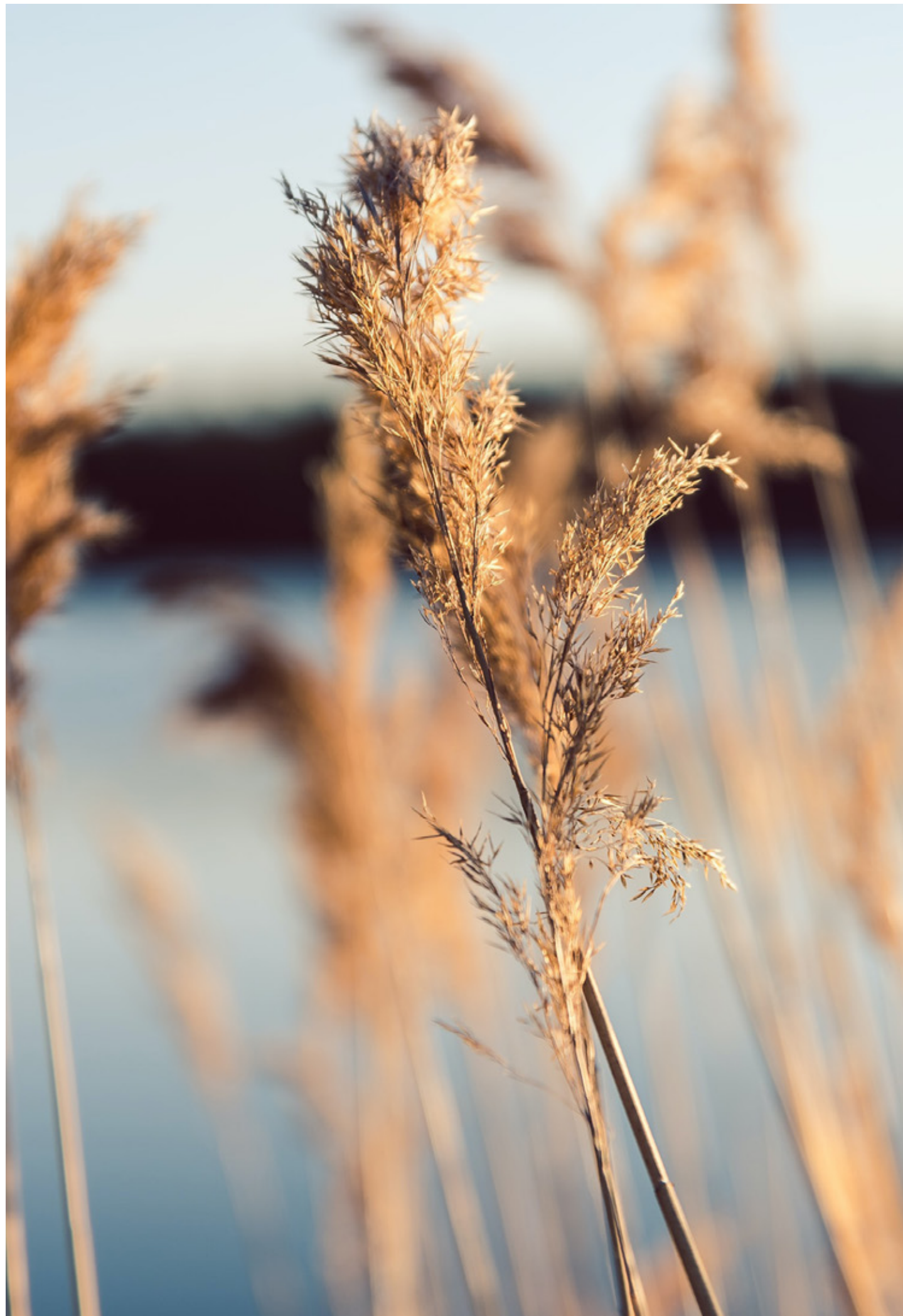
Viggby Ängar 4

Stockholm | TÄBY



SVANEN OCH GRÖNT BOLÅN

Visste du att Svanenmärkningen av våra projektet innebär att du kan söka Grönt bolån? Det ger dig ränterabatt hos nästan alla banker. Kontakta din bank för att ta reda på vilka villkor som gäller hos dem.



Viggby Ängar är ett naturskönt område på sjösidan i Viggbyholm. Flera kvarter är redan klara och får nu sällskap av 15 ovanligt rymliga och välplanerad radhus med plats för hela familjen. Här finns allt för dig som vill leva nära vatten, skogar och ängar. När vädret inte står på naturens sida så finns rackethallar, ridbanor och gym runt hörnet. Och för de dagar du längtar efter något annat är det bara drygt 20 minuter in till stan.

Välkommen hem till Viggby Ängar.

Innehåll

Arkitektens ord.....	9
Området.....	11
Husen.....	17
Bostäderna.....	23
Att köpa bostad av Besqab.....	35
Bostadsfakta.....	49
Karta över området.....	50
Mina anteckningar.....	54



Modernt hållbara radhus i harmoni med naturen

—
ARKITEKTENS ORD



Ljusa och rymliga interiörer, energieffektiva lösningar och en mysig gemenskapskänsla. De 15 radhusen är arrangerade i två längor med en informell gångväg emellan.

Denna gångväg skapar en trivsamt miljö där barn och grannar enkelt kan umgås och lära känna varandra. Radhusen är utvändigt putsade i en ljus kulör mot gaturummen medan trädgårdsfasaderna är klädda i träpanel för ett naturligt möte med omgivande grönska. Stora fönster och skjutpartier släpper in rikligt med dagsljus och skapar en ljus och luftig atmosfär inomhus. Interiören är genomtänkt och rymlig,

med många rum som passar olika livsstilar och behov. Särskilt takvåningarna erbjuder unika utrymmen med fina kvaliteter. Varje hus är utrustat med energieffektiv uppvärmning och byggs utan betong i grundläggningen för att minimera miljöpåverkan. Som kronan på verket har varje radhus en braskamin vilket skapar en varm och inbjudande atmosfär under kalla höst- och vinterkvällar.

RACHEL BELATCHEW
Belatchew arkitekter

Naturen är inte allt

Men vissa dagar räcker
den mer än väl.

Eftermiddagar, kvällar, helger och semestertider; naturen finns där för långa promenader i skogen, utflykter med båten eller vila på ängar. När du vill ha mer finns fotbollsplaner, ruckethallar, ridskola, gym och mycket annat i närheten. Täby Centrum med butiker, restauranger, mataffärer, bio och service ligger på cykelavstånd.

Du når Viggby Ängar enkelt både med bil från E18 och allmänna kommunikationer i form av flertalet busslinjer och Roslagsbanans station Viggbyholm.

Skolor med låg- till högstadium ligger 5–10 minuters promenad bort.

Lite kuriosita är att Viggby Ängar var en populär boplats redan för 1500 år sedan. Under planeringen av vårt bostadsprojekt upptäcktes resterna av en förhistorisk gård, som arkeologerna tror gick under namnet Vikby. Vid utgrävningen påträffades stolphål och stenkonstruktioner samt pilspetsar och amulett-ringar.





Ett naturnära boende med hållbarhet i varje detalj

Bo miljövänligt utan att kompromissa med komfort och estetik.



De 15 radhusen är varsamt designade för att smälta in i den omgivande naturen och samtidigt ge ett hållbart och modernt boende. Mellan huslängorna löper en charmig liten gångväg, där barn kan springa omkring och leka medan grannarna enkelt kan stanna till för att prata en stund. Fasaderna som vetter mot gatan är utförda i ljus stilen puts, medan baksidan med sina trädgårdar har en vacker träpanel som smälter fint ihop med grönskan runtomkring.

Inomhus flödar ljuset in genom de stora fönstren och skjutpartierna, vilket skapar en härlig ljusbild och luftig känsla. Husen är byggda med ett stort fokus på miljön, med genomtänkta materialval och energieffektiv uppvärmning.

För att minska klimatpåverkan är materialen är noggrant valda, för att hålla över tid och fungera i livets olika skeden.

Här bor du med naturen precis runt hörnet, i ett hem där hållbarhet är en självklar del av arkitekturen. Du behöver inte välja mellan att leva miljövänligt och att bo bekvämt – här får du båda delarna i ett och samma paket.





De stora skjutdörrarna leder direkt ut till den privata uteplatsen och blir om sommaren en naturlig förlängning av vardagsrummet. De bidrar också till ett naturligt och fantastiskt ljusflöde året om.

Familjeliv i två storlekar

Välplanerade ytor för alla sorters liv.

Radhusen finns i två olika storlekar: 125 kvm och 165/167 kvm. Båda varianterna har fyra sovrum, två badrum, öppen planlösning på entréplan, braskamin samt en privat uteplats.

Stor omsorg har lagts på att skapa ett naturligt och luftigt flöde mellan rummen; här finns utrymme för både rymd och funktionalitet. På det ljusa och luftiga entréplanet möts kök, vardagsrum och matplats i en öppen planlösning med plats för både umgänge och avkoppling, samtidigt. Stora fönster släpper in rikligt med ljus och öppnar upp mot utsidan, naturen och årstidernas växlingar. Som en extra mysfaktor har alla husen en

braskamin som värmer upp huset året om, men kanske extra härligt framåt hösten? På övervåningen finns fyra rymliga sovrum samt ett badrum, ytor omsorgsfullt planerade för familjer och liv i olika storlekar, faser och behov.

Det större radhuset på 165/167 kvm erbjuder dessutom en extra våning som rymmer ett allrum samt en rymlig takterrass. Här finns även möjlighet att välja till två extra sovrum för den stora familjen. Båda radhusevarianterna har en härlig uteplats, med plats för avkoppling, långluncher och middagar – allt omgiven av vackra planteringar.





Vy mot takterrassen i de större radhusen där skjutdörrarna och takfönster tillsammans bidrar med väldigt fina ljusinsläpp.



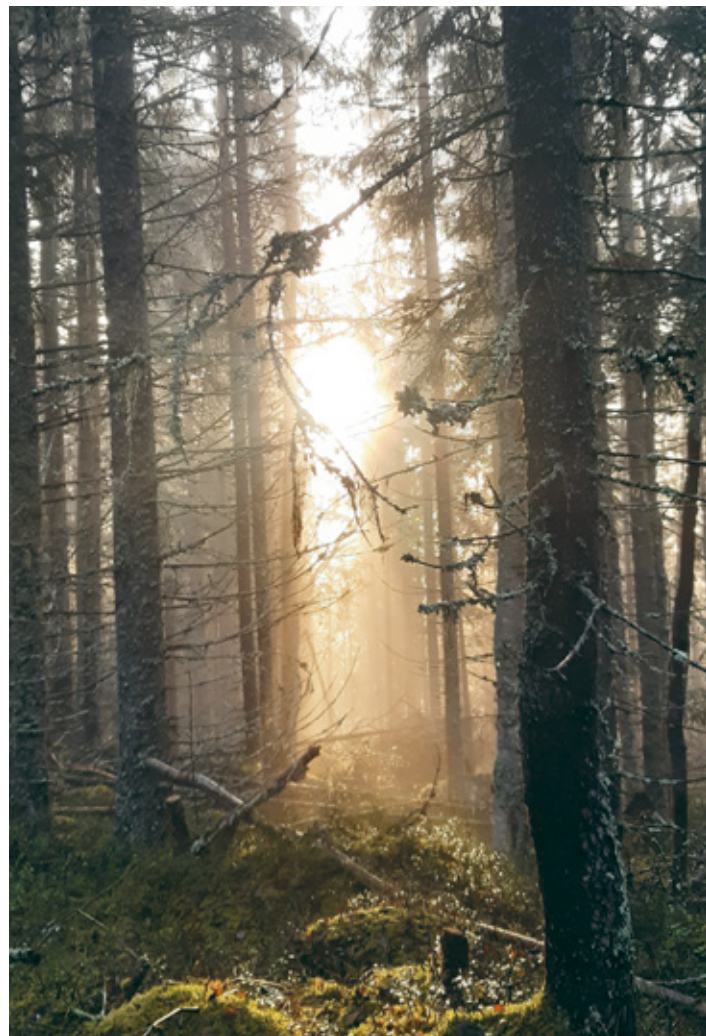
Ljuset från de väldiga glaspartierna bakom oss sprider sig in i den öppna planlösningen.

Braskaminen delar kök och vardagsrum och kan avnjutas från alla delar av entréplan.



Den fasta inredningen i kök och badrum går i ljus gråbeige nyanser vilket ger en lugn bakgrund till möbler, gardiner och dina egna inredningsdetaljer.

Badrummen är inredda med tåliga material i tidlös stil. Här ska det vara enkelt att leva - länge.



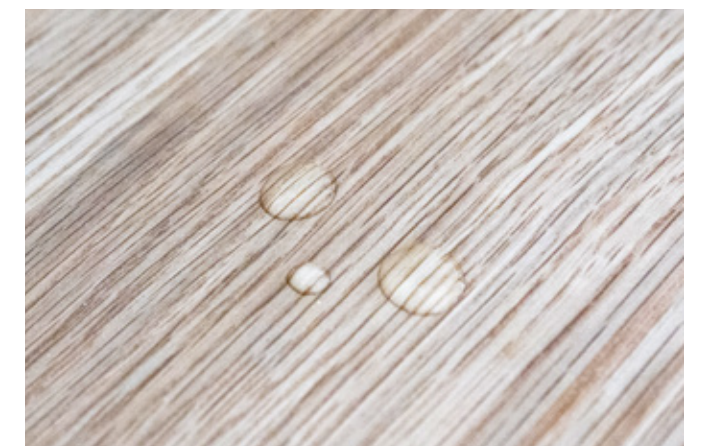
Design är inte bara färg och form utan upplevelsen av en funktion



Enkelhet, tidlöshet, kvalitet och funktion är begrepp som förknippas med skandinavisk design. Det är också temat för den fasta inredningen i våra bostäder. Vi har lagt mycket tid och omsorg på att välja material och färger som håller för ett aktivt liv, och som fortsätter vara vackra över tid. Ett hem ska tåla generationers användning, från morfars bullbak på köksbänken till barnens leriga stövlar i hallen.

Erfarenheten har visat att den moderna människan inte väljer att slipa om ett repat golv, utan i stället lägger in ett nytt. Vi använder ett härdat trägolv som ger tio gånger så mycket yta från varje enskild stock och dessutom är tre gånger mer slag-tåligt än ett vanligt trägolv. Plankorna har en varm träkänsla och en ljus kulör som förstärker det naturliga ljuset från bostadens fönster. Det är ett smart val för både miljön och plånboken. Våra köksbänkskivor är gjorda av stenkompis eftersom det ger samma känsla som natursten, men står emot påverkan från exempelvis färgglada kryddor, vin och citrus. Handtagen på lådor och skåp är inte bara stilrena, utan har ett diskret räfflat mönster som ger bättre grepp för våta fingrar. Vi försöker helt enkelt tänka oss in i livets alla situationer och skapa bostäder som vi själva skulle vilja bo i.

Ibland får vi frågan om varför man inte kan välja inredning fritt när man köper sitt hem av oss. Svaret är att vi vill säkerställa att varje hem vi lämnar över motsvarar den användbarhet och gestaltning som Besqab står för. Vi vet att trender kommer och går. Med neutral och balanserad färgpalett på väggar och snickerier finns utrymme för varje boende att sätta en personlig prägel på bostaden, utan att tumma på långsiktiga värden.



Det här är Besqab

För drygt trettio år sedan, samma år som Globen stod klar och Berlinmuren föll, grundade Isidor Andersson och sju av hans vänner Besqab. Idén var då – precis som nu – att bygga bostäder utifrån människors behov och drömmar. Sedan dess har verksamheten vuxit. Vi har valt att i första hand koncentrera oss på de lokala marknaderna i Storstockholm och

Uppsala. Vi vet att det betyder mycket att ha en djup lokal förankring och att vara engagerade i den plats vi bygger på. Oavsett vad och var vi bygger utgår vi från samma målbild: vi ska vara bäst på att förstå människors behov och drömmar när det gäller boende – och utifrån den kunskapen skapa nya hållbara hem för ett bättre liv.





Hemma bäst, det har du bestämt

Att köpa en ny bostad är en härlig känsla, men förmodligen också en av de större och pirrigare affärerna du kommer att göra i ditt liv. Vi är väldigt stolta över förtroendet att få vara med och skapa ditt nya hem och kommer att finnas här för dig under hela resan.

Vi vet hur viktigt, spännande och roligt det är att planera för ett nytt hem som ingen bött i tidigare. Ambitionen från vår sida är att du ska känna att du köper och flyttar in i ditt drömhjem. Det är en av de stora fördelarna med att köpa en nyproducerad bostad.

Du kan vara säker på att du får ett långsiktigt hållbart hem som har sunda miljövänliga materialval och låg energiförbrukning. Vi jobbar hårt för att du ska kunna leva ett hållbart vardagsliv från start.

Miljöperspektivet är förstås viktigt, men att ha nära till motion och natur, kommunikationer, skolor och service är minst lika viktigt för att helheten ska bli bra.

En annan fördel som märks på en gång är att du köper din bostad till ett fast pris. Inga nervösa budgivningar med andra ord. Det kan kännas tryggt att veta att vi tänker långt fram i tiden när vi köper marken. Vi väljer alltid platser där människor ska kunna leva och trivas, både nu och när åren går, precis som man gör på en plats man tycker om.

När du väl har bestämt dig för en besqabbostad ser vi till att du får regelbunden information huvudsakligen via e-post och i vissa fall informationsmöten. Dessutom kan du alltid kontakta våra mäklare för att få svar på dina frågor.

Varmt välkommen till Besqab!

Besqabs trygghetspaket

Med vårt trygghetspaket i ryggen kan du vara säker på att det som kanske är ditt livs största affär också blir din tryggaste.

Förening med god ekonomi

Bostadsrättsföreningens ekonomiska plan granskas av två av Boverkets auktoriserade intyggivare, som därefter intygar att planen vilar på tillförlitliga grunder.

Föreningen är nybildad och har därför aldrig några gamla skulder. Vi ser även till att den har goda ekonomiska förutsättningar för framtiden.

Utbildning för styrelsemedlemma

När vi startar en ny bostadsrättsförening följer vi föreningen under den första tiden och utbildar de medlemmar som sedan ska ta över styrelsearbetet, så att de känner sig trygga.

Du kan sälja din nuvarande bostad i lugn och ro

Du får god tid på dig att sälja din befintliga bostad eftersom vi lämnar besked om definitivt tillträdesdatum minst fyra månader före inflyttning.

Tillträdesskydd

Om du behöver extra tid för att sälja din nuvarande bostad kan du efter prövning skjuta upp ditt tillträde med upp till tre månader.

Skydd mot dubbel boendekostnad

Om försäljningen av din nuvarande bostad drar ut på tiden kan du efter prövning använda vårt skydd mot dubbel boendekostnad. Skyddet täcker de faktiska kostnaderna för ditt gamla boende upp till 10 000 kr per månad i max sex

månader. Om du vill använda tillträdeskyddet eller skydd mot dubbel boendekostnad måste du anmäla detta till oss senast 30 dagar före tillträdet av din nya bostad.

Besqab ansvarar för föreningens osålda radhus

Månadsavgiften för eventuella osålda radhus vid inflyttningsdatum betalas av Besqab under sex månader. Skulle det finnas osålda lägenheter kvar efter den tiden köper Besqab dessa av föreningen. Vi tar ansvar för att bostadsrättsföreningens ekonomi inte påverkas.

Besiktningar av oberoende part

Innan inflyttning sker en slutbesiktning som görs av oberoende besiktningsmän. Två år efter det gör vi en garantibesiktning för att säkerställa att allt är fortsatt bra och att inga fel har uppkommit. Garantitiden på byggnadsarbeten i bostadsrätter är fem år.

Om du vill veta mer om våra försäkringsvillkor och skydd, eller har andra frågor om ditt bostadsköp, tveka inte att höra av dig till oss!





Så går din bostadsaffär till

Väntan på en nyproducerad bostad kan bli lite längre, men vi vågar lova att det är värt det. Så här går köprocessen till.

Bokningsavtal

När du bestämt dig för vilken bostad du vill köpa tecknar du ett bokningsavtal och betalar in en bokningsavgift om 25 000 kr.

Förhandsavtal

När förhandsavtalet skrivs betalar du ett förskott om 50 000 kr till bostadsrättsföreningen. Eventuell tidigare inbetald bokningsavgift avräknas. Det innebär att om du redan betalat en bokningsavgift om 25 000 kr så blir förskottet du ska betala till föreningen vid förhandsavtalet 25 000 kr. I detta skede tar vi normalt en personupplysning

Besök på byggarbetsplatsen

Du ges möjlighet att vara med vid ett eller flera byggarbetsplatsbesök under byggets gång. Vi visar dig runt på byggarbetsplatsen och du får gå in och titta i din bostad.

Upplåtelseavtal

Cirka 4-6 månader innan inflyttning ersätts förhandsavtalet med ett upplåtelseavtal. Här betalar du mot faktura, 10 procent av insatsen, minus tidigare inbetalt förskott.

Slutbesiktning och kundsyn

Cirka fyra veckor innan inflyttning sker en slutbesiktning av oberoende besiktningsman. I samband med det bjuder vi in dig till en kundsyn som vi rekommenderar att du deltar vid.

Slutlikvid

Senast tre bankdagar innan inflyttning ska slutlikviden betalas.

Kundundersökning

Efter inflyttning vill vi gärna att du tar dig tid att fylla i en kundenkät från analysföretaget Prognoscentret. Vi får veta vad du tycker om oss, om ditt bostadsköp och din nya bostad. Detta för att vi hela tiden vill förbättra oss. Ditt svar är anonymt.

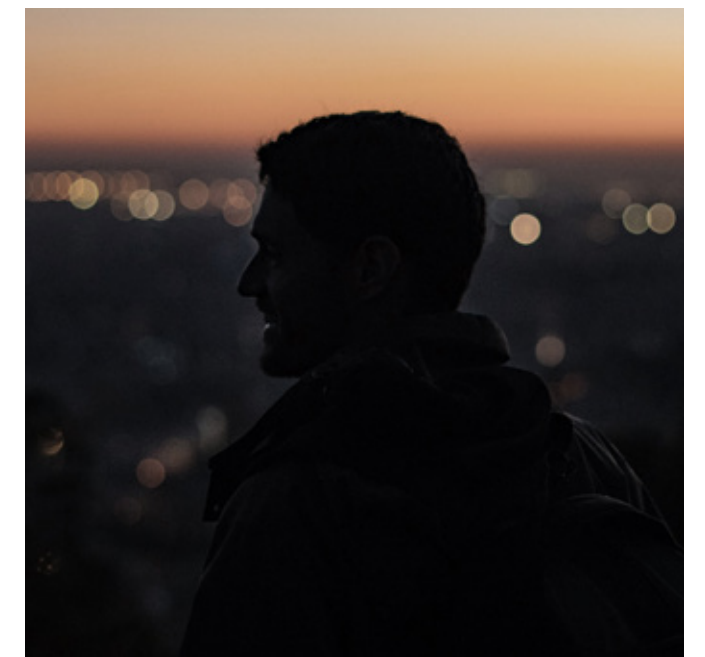
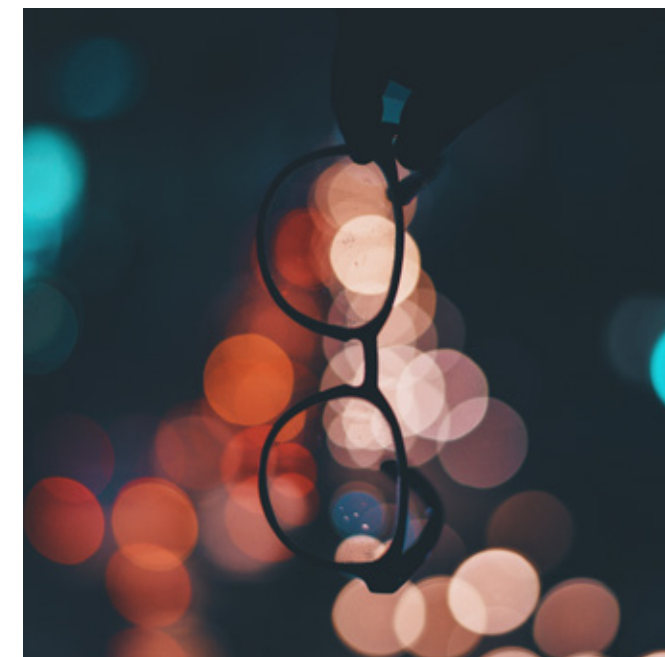
Överlämning av fastigheten till bostadsrättsföreningen

Besqab bildar bostadsrättsföreningen och vid första stämman väljs de boende in i styrelsen. Anmäl gärna ditt intresse för styrelsearbete.

Garantibesiktning

Efter cirka två år gör vi en garantibesiktning av byggnationen. Här skickar vi genom Prognoscentret ut ytterligare en kundenkät som vi gärna ser att du fyller i så att vi får veta vad du nu tycker nu när du bott i din bostad ett tag.

Reservation för ändringar



Hållbarhetsarbete som gör skillnad

För oss på Besqab är det viktigt att det hållbara livet också är det enkla. När vardagslivet fungerar smidigt kan vi göra långsiktig skillnad på riktigt. Därför börjar vi tänka hållbarhet redan när vi förvärvar marken och börjar planera våra bostäder.

Från tanke till handling, till bostad

Förståelsen för vilken påverkan vi har och vilka möjligheter som finns i vår verksamhet är central i vårt arbete mot en mer hållbar samhällsutveckling. Det förhållningssättet påverkar alla delar av vårt arbete, från idéarbete och produktion till inflyttning och användning av bostaden.

Hållbart nu och i framtiden

Våra bostadsmiljöer planeras för att främja en hälsosam och hållbar livsstil, för dagens och för morgondagens människor. Ett nytt hem ska hålla för många generationer och vara en plats där människor kan uppfylla sina drömmar, förväntningar och behov. Vi väljer ut platsen vi bygger på noga så att du har nära till grönområden och kan välja att gå eller cykla till skolan, jobbet eller till kollektivtrafik. Gårdarna utformas för både rörelse, träning, lek och avkoppling. Allt för din bostad ska bli en trygg och mysig plats att längta hem till.

Robust, smart och långsiktigt

Våra bostäder byggs med robusta material och beprövade tekniska lösningar. Vi väljer i första hand tidlösa material med

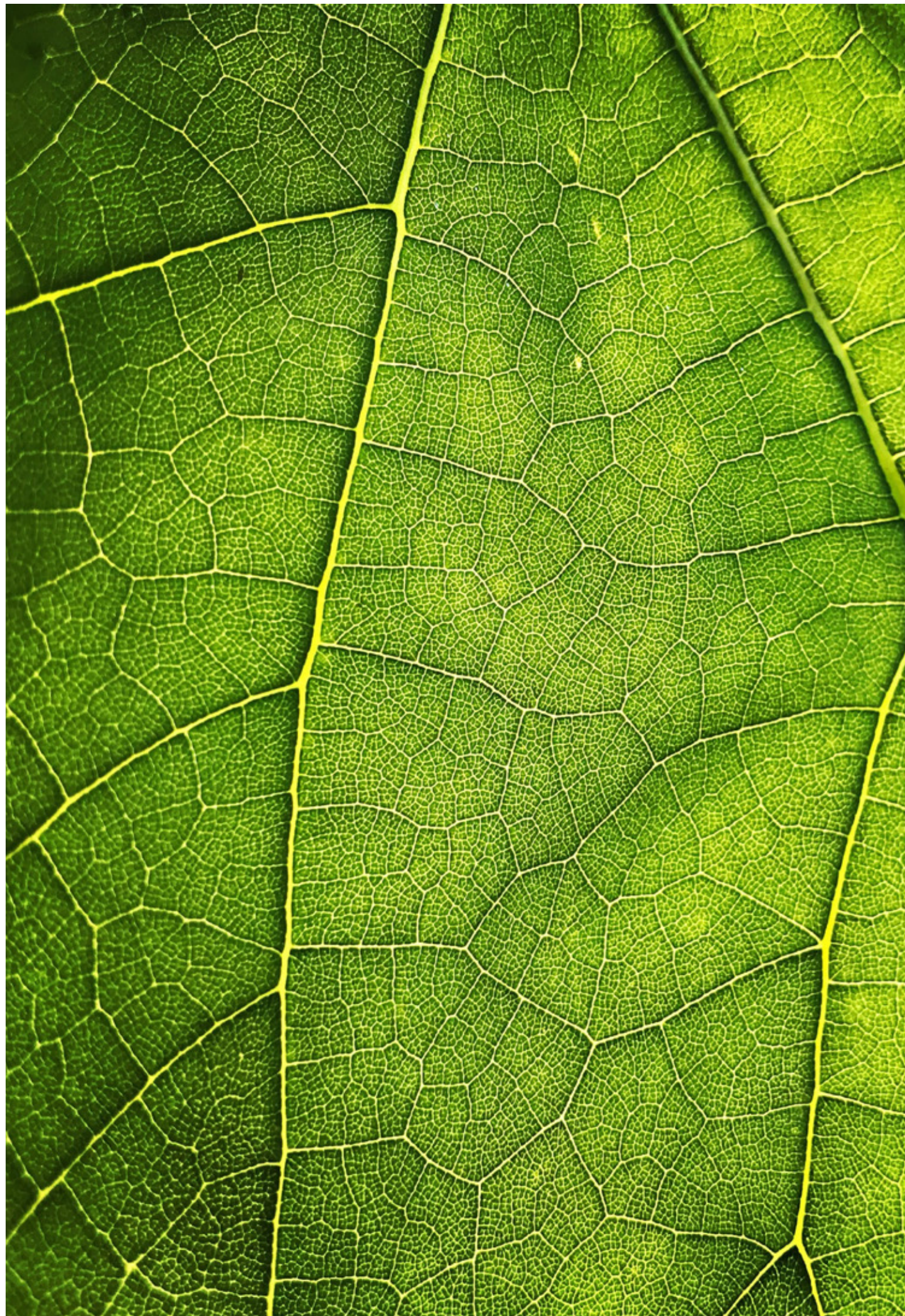
lång teknisk hållbarhet och som är relativt underhållsfria. Kvalitetskök från Vedum ger lång livslängd och genomgående miljöklassade vitvaror sparar energi.

Kraven på byggnaders hållbarhetsprestanda ökar successivt och för att Besqab ska vara en del i utvecklingen tar vi hjälp av erkända miljöklassningssystem. Detta innebär bland annat att vi certifierar våra projekt enligt Svanen. För dig som bor i våra bostäder innebär det att vi förbereder för en bra källsortering inne i bostaden, att vi sorterar allt byggavfall under byggtiden, att vi har valt ut sunda material i bostaden och att vi väljer solenergi där det är möjligt.

GRÖNA BOLÅN

Visste du att Svanenmärkningsen av våra projektet innebär att du kan söka Grönt bolån? Det ger dig ränterabatt hos nästan alla banker. Kontakta din bank för att ta reda på vilka villkor som gäller hos dem.





Ett hem för framtiden

Vigby Ängar är ett projekt där omtanke om miljö och klimat har fått samverka och styra tillsammans med modern design. Vi har integrerat hållbarhet i varje steg av processen; i design och planering av bostäder och hus såväl som utformning av gård och gröna ytor.



Gröna tak

Våra gröna tak hjälper till att fördröja regnvatten och bidrar samtidigt till ökad biologisk mångfald. De skapar en naturlig miljö som gynnar både växt- och djurliv.

Solceller och grön el

Vi satsar på solceller för att producera egen förnybar energi. Utöver detta kommer föreningen att köpa in grön el, vilket ytterligare minskar vårt klimatavtryck.

Hållbara byggmaterial

Vi använder smarta miljöval i byggmaterialet, exempelvis träfiberisolering istället för glasull. Detta är både bättre för miljön och bidrar till ett bättre inomhusklimat.

Värmebehandlat trä

Vi använder värmebehandlat trä utan kemikalier. Det har samma underhållsfria egenskaper som tryckimpregnerat trä men är mer miljövänligt och ger en naturligt vacker yta.

Elbilsladdare

Varje hus är utrustat med elbilsladdare, vilket underlättar för boende att välja hållbara transportalternativ.



Effektiv ventilation

Med FTX-ventilation säkerställer vi bästa möjliga energiåtervinning. Detta system förbättrar komforten i hemmen genom att eliminera kallras och hålla en jämn temperatur.

Energiklass B

Byggnaderna har energiklass B, vilket innebär en hög energieffektivitet och låga driftskostnader.



Svanenmärkning

Projektet är Svanenmärkt, vilket garanterar att bostäderna uppfyller höga miljökrav genom hela livscykeln – från materialval till energianvändning.

Karta över området

TÄBY



Situationsplan

VIGGBY ÄNGAR 4



Bostaden

Beskrivning av inredning och standard i din bostad

Golv

Härdat golv i ljus ek (ej slipbart). Trösklar i liknande kulör.

Socklar och foder

Golvsocklar och foder i vitt utförande, grundmålade från fabrik.

Väggar

Väggar målas i NCS S 1002-Y (ljusgrå kulör).

Innerdörrar

Fabriksmålade i vit kulör NCS S 0500-N med dörrhandtag i rostfri kulör.

Fönster

Karm och båge på insidan i vit kulör. Fönsterbänkar i grå kalksten.

Tak

Tak målas vita. Släta gipstak. Lokala nedsänkningar kan förekomma, se individuellt bofaktablad.

Kök

Kök i varmgrå kulör med slät lucka från Vedum. Stänkskydd och bänkskiva i ljusgrå stenkompst med diskho i rostfritt stål samt blandare i kromat utförande. Bänkskåp förses med utanpåliggande beslag i rostfritt utförande. Bänkskåp utförs mjukstängande med fullutdragslådor och med dämpande stängning. Väggskåp öppnas med push-to-open. Vitvaror från Electrolux med helintegrerad kyl och frys, helintegrerad diskmaskin, rostfri ugn och glaskeramikhäll med induktion. Inbyggnadsmikro i svart utförande. Belysning med infällda LED-spotlights under väggskåp i kök.

Dusch/badrum

Golv i ljusgrå/beige granitkeramik med ljusgrå fog. Väggar har vitt kakel. Vägghängd rund spegel med infälld belysning. Tak i vit kulör med spotlights. Gråbeige kommod med lådor. Duschplats med duschväggar förses med detaljer i kromat utförande. Tvättställs-, dusch- och badkarsblandare i kromat utförande. Handdukstork enligt bofaktablad.

Tvätt

Överskåp i varmgrå utförande enligt bofaktablad. Arbetsbänk ovan tvättmaskin och torktumlare i vit laminat. Vitvaror från Electrolux.

Garderober

Garderober med släta målade luckor i vit kulör från Vedum eller likvärdig leverantör. Luckor öppnas med ”push to open”.

Hall

Garderob/skjutdörrsgarderob och/eller hatthylla, se bofaktablad.

Ytterdörrar

Ytterdörr med Yale Doorman och tittöga. Dörrens insida är vit.

Installationer i bostaden

El- och mediacentral med automatsäkringar, jordfelsbrytare och undermätare för förbrukning i bostaden. Vattenskåp integrerat i vägg för individuell mätning av kallvattenförbrukning i bostaden. Vattenburen golvvärme. Klimatvärmepump med FTX för produktion av värme och varmvatten. Delvis utanpåliggande rör i badrum. Frånluftsventilation i badrum, kök, wc/dusch och klädkammare. Tilluftsventilation i övriga rum. Eluttag i samtliga rum, samt på terrass. Minst ett datauttag per plan. Batteridrivna brandvarnare.

Inspektionsluckor

Kan förekomma, företrädesvis i dolda lägen.

Byggnaden

Beskrivning av byggnad och allmänna utrymmen

Teknisk beskrivning

Husen byggs med trästomme med träfiberisolering. Mellanbjälklag i trä med infällda installationer. Fasad i ljus puts samt stående träpanel. Fönster och dörrpartier i trä med betsad/lackad eller målade utsida. Skärmtak i glas ovan entrédörr. Takbeläggning av sedum och solceller. Takterrasser med trätrall och målade pinnräcken. Utvändigt takavvattning. Utfällbar brandstege på alla hus med tre våningar.

Förråd

Till varje bostad hör ett externt kallförråd på ca 3-4 kvm.

Parkeringsplatser

1-2 parkeringsplatser per lägenhet på förgården. Ytterligare två platser som föreningen hyr ut till medlemmar. Möjlighet finns troligen att hyra plats i varmgarage i grannfastigheten.

Cykelplatser

Cykelplatser finns på respektive förgård utomhus.

Återvinning och sophantering

Sophantering och återvinning sker i gemensam miljöbyggnad

Installationer

Husets uppvärmning sker via en klimatvärmepump med integrerat FTX-ventilationsaggregat vilket innebär en väldig energieffektiv uppvärmning. Även varmvatten kommer från klimatvärmepumpen. Solceller bidrar till att minska föreningens elförbrukning.

Gemensam yta

Gemensam yta består av gångvägen mellan husen, miljöhuset samt två parkeringsplatser.

Mina anteckningar

Vill du veta mer om radhusen i Viggby Ängar 4?

KONTAKTA:

Besqab Kundkontakt

08-409 416 00, info@besqab.se

Besqab.se

På besqab.se/viggby-angar-radhus finns projektwebben för Viggby Ängar 4. Där hittar du bilder, beskrivningar, prislista och planlösningar, samt information om köpprocessen och vårt trygghetspaket, bland annat.

Anmäl dig som intressent

Genom att anmäla dig som intressent för radhusen i Viggby Ängar 4 på besqab.se/viggby-angar-radhus får du löpande nyhetsbrev med information om projektet.

Ett hållbart projekt

För oss på Besqab är det viktigt att det hållbara livet också är det enkla livet. När vardagslivet fungerar smidigt kan vi göra långsiktig skillnad på riktigt. Därför börjar vi tänka hållbarhet ur många perspektiv redan i det tidiga planeringsskedet.

3D-bilderna i denna broschyr är ett digitalt fotomontage. Rätt till ändringar förbehålles. Ytangivelser är preliminära.



Vi bygger för
ett hållbart liv

