

HÅLLBARA OCH  
INSPIRERANDE  
NYHETER FRÅN  
SEOM #2 2026

# En solskenshistoria I HJÄRTAT AV VIBY

FAMILJEN KLINTMALM PRODUCERAR  
OCH LAGRAR SIN EGEN EL.

- TA KONTROLL ÖVER DIN EL  
*Lagra och använd el smartare med hembatteri.*
- SPOLA RÄTT  
*Våtservetterna som orsakar stopp och problem.*

- EN BRO TILL FRAMTIDEN  
*Projektet som ger elever en inblick i arbetslivet.*



“Med ny teknik kan du både producera din egen el och välja när den ska användas.”

Sommaren är här och det är äntligen dags att lägga sig i hängmattan för att fylla på batterierna. Bokstavligt talat.

**MEDAN JAG NJUTER AV SOLEN** arbetar solcellerna på taket för fullt. Samtidigt laddas husets smarta batterisystem med energi som kan användas när det behövs – senare på kvällen, vid sämre väder eller när elpriset är högt.

**I DET HÄR NUMRET AV OM** tittar vi närmare på utvecklingen av hembatterier. SEOMs egen expert Anders Holm Melin berättar om hur tekniken fungerar och varför intresset växer just nu. Du får också följa med hem till Sollentunabon Ulf Klintmalm, som har gjort solceller och batterilagring till en naturlig del av vardagen.

**TA EN PAUS** och blanda till ett glas hemmagjord lemonad. Bläddra sedan till reportaget om hållbar vattenförbrukning på sid 12. Här berättar vi om vattnets resa innan det hamnar i din kran och varför vi alla har ett gemensamt ansvar för att använda det med omtanke.

Jag önskar dig en riktigt fin sommar!

JÖRGEN AUSTLER, VD.

# INNEHÅLL

## 02.2026

### 04. TA KONTROLL

Med hembatteri kan du styra din energi-användning smartare.

### 06. HÅLLBAR ELPRODUKTION

Familjen Klintmalm minskar sitt elinköp med solceller och batteri.

### 08. EN BRO TILL FRAMTIDENS YRKEN

Projektet SKAL ger elever en tidig inblick i arbetslivet.

### 10. SPOLA RÄTT

Våtservetter hör hemma i papperskorgen, inte i toaletten.

### 12. BAKOM VARJE DROPPE

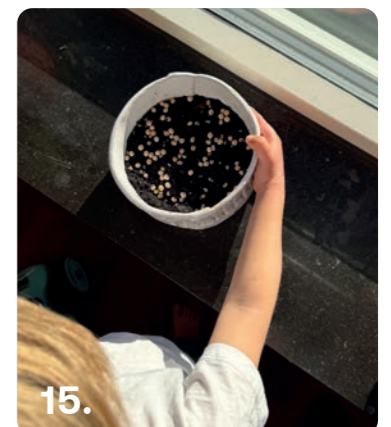
Ett osynligt system som får vardagen att fungera.

### 14. SOMMARENS VATTENUTMANING

10 enkla sätt att använda vattnet smart i sommar.

### 15. I KORTHET

Odling ärtskott hemma och upptäck vår nya hemsida.



## INFO

**OM** ges ut av Sollentuna Energi & Miljö, ett bolag ägt av Sollentuna kommun  
**ADRESS:** Sollentuna Energi & Miljö AB, Box 972, 191 29 Sollentuna  
**TELEFON VÄXEL:** 08-623 88 00  
**E-POST:** kundservice@seom.se  
**ANSVARIG UTGIVARE:** Carolin Iggström

**REDAKTÖR:** Pauline Cederblad  
**UPPLAGA:** 30 000 ex  
**FORM OCH PRODUKTION:** Bon Relations, bonrelations.se  
**TRYCK:** Stibo Complete via Scandinavian Printing Group  
**FOTOGRAF:** Anton Enerlöv



# Ta kontroll över elen MED HEMBATTERI

Allt fler börjar se på el på ett nytt sätt. Inte bara som en fast kostnad i vardagen, utan som något man själv kan påverka genom att styra, lagra och använda vid rätt tillfälle. Anders Holm Melin, Elhandelsansvarig på SEOM berättar om det växande intresset för hembatterier.

Med ett hembatteri kan du lagra el när den är billig och använda den när behovet är som störst. Det gör det lättare att styra elanvändningen smartare över dygnet.

– För bara några år sedan låg mycket fokus på att välja rätt elavtal. Det är fortfarande viktigt, men beteendet håller på att förändras. Idag vill många förstå och påverka hur elen används i hemmet, säger Anders Holm Melin, Elhandelsansvarig på SEOM.

**BAKOM FÖRÄNDRINGEN** finns flera drivkrafter. En mer osäker energimarknad, ett växande elberoende i takt med nya tekniska lösningar i hemmet och en ökad vilja att leva mer hållbart och minska sin klimatpåverkan. Men den tydligaste faktorn är fortfarande priset.

– Elmarknaden svänger kraftigt. När elen är billig är den riktigt billig, och när den är dyr märks det direkt. Det gör att fler vill ha bättre koll, eftersom det faktiskt går att påverka kostnaden.

## SÅ, HUR FUNGERAR ETT HEMBATTERI EGENTLIGEN?

Anders tar ett exempel från sin egen vardag och regntunnan hemma i trädgården. När det regnar samlas vatten i tunnan som sedan kan användas när det är torrt.

– Ett hembatteri fungerar på samma sätt. Du lagrar energi när det finns gott om den, till exempel när elen är billig eller när dina solceller producerar mer än du förbrukar. Sedan använder du den lagrade energin när efterfrågan, och ofta priset, är högre.

På så sätt kan du minska behovet av att köpa el när förbrukningen i samhället är som högst, vid så kallade effekttoppar, ofta på morgnar och kvällar när många använder el samtidigt.



## FÖRDELAR MED HEMBATTERI

### • Lägre elkostnader

Ladda batteriet när elpriset är lågt och använd elen när elpriset är högt.

### • Jämnare förbrukning

Jämna ut din elanvändning över dygnet och minska kostnader kopplade till effekttoppar.

### • Skattereduktion

50 procent avdrag för installationen.

### • Reservkraft

Ger el till hemmet även när elnätet ligger nere, vid t ex strömavbrott.

### • Stödtjänster till elnätet

Sälj lagrad el till elnätet när elpriset är högt och bidra till elsystemets balans.

Läs mer på [seom.se](https://seom.se)



**FRAMÅT SER ANDERS** en snabb utveckling. Batterier blir större, smartare och mer integrerade i hemmen. Samtidigt växer möjligheterna där energi kan styras och optimeras på nya sätt, bland annat med AI som lär sig hushållets beteenden och anpassar förbrukningen automatiskt.

– Det går snabbt just nu och vi kommer se ännu fler smarta lösningar framöver. En intressant utveckling är att EU tittar på regelverk som kan öppna för nya sätt att dela och använda energi, till exempel mellan grannar. Det kan på sikt förändra hur vi ser på hela energisystemet.

I en tid där både väder och omvärld skapar större osäkerhet kan ett hembatteri även ge ökad trygghet i hemmet. •

# Hållbar elproduktion EN SOLSKENSHISTORIA

Vårsolen gassar över enplansvillan i Viby och sätter fart på husets egen elproduktion. Hemma hos familjen Klintmalm arbetar solcellerna för fullt, och med batterier på plats kan överskottet tas tillvara i stället för att gå förlorat.

## ULF KLINTMALM

**Ålder:** 62 år  
**Bor:** Villa i Viby  
**Sysselsättning:** Pensionär  
**Hållbara val i hemmet:** solceller, hembatterier, nytt tak och elbil

**ATT PRODUCERA SIN EGEL EL**, lagra den och använd den när det passar bäst – det låter tekniskt. Men för Sollentunaborna Ulf och Karin Klintmalm har det blivit en naturlig del av vardagen. Med solceller, hembatteri och ett nytt tak har de minskat sin elkostnad och fått en större känsla av kontroll i hemmet.

Det som började som en lös idé växte steg för steg fram till ett konkret beslut.

– Vi ville minska beroendet av köpt el och samtidigt ta tillvara den energi som ändå produceras av solen, säger Ulf.

**VALET BLEV ATT INSTALLERA** både solceller och hembatteri i samband med att taket ändå behövde bytas efter 40 år. För Ulf var det viktigt att förstå helheten innan beslutet togs. Han var därför med på en kundträff som SEOM ordnade, för att få en tydligare bild av både möjligheter och förutsättningar.

– Efter mötet fick vi en kalkyl baserad på vårt hus, vår förbrukning och hur solen faktiskt träffar taket här. Förutsättningarna visade sig vara goda, utan skuggande träd och med ett bra takläge.

Samtidigt spelade de ekonomiska förutsättningarna in, med både ROT-avdrag och grönt avdrag som gjorde investeringen mer fördelaktig.

Därefter gick det snabbt. Taket byttes och samtidigt monterades solcellerna och batteriet. Ulf uppskattade att slippa hålla ihop alla delar själv, och istället få hjälp genom processen från start till mål.

**SYSTEMET RULLAR NU PÅ** i bakgrunden, men i början krävdes lite tid för att förstå hur allt fungerade.

– Första tiden lärde jag mig hur man ska tänka kring laddning och förbrukning. Har man lite förkunskap kan man förbereda en del redan från start och ställa in rätt parametrar i apparna.

Särskilt under vintern, när solproduktionen är låg, krävs mer planering.

– Då får man justera mer och tänka på när man använder el. Men när solen och ljuset kommer tillbaka framåt våren, behöver man nästan inte göra något alls.

Idag tar tekniken betydligt mindre tid. Ulf lägger bara några minuter om dagen på att följa systemets utveckling; när det laddar, exporterar och köper.

– Det är intressant att se hur allt hänger ihop och en skön känsla när solen skiner och batterierna fylls på.

**SNART HAR DET GÅTT ETT ÅR** sedan anläggningen togs i drift, och resultaten börjar bli tydliga i vardagen. Ulfs egna beräkningar visar att hushållet, på 9 månader, har minskat sitt elinköp med ungefär 3 200 kilowattimmar, vilket motsvarar runt 22 procent jämfört med tidigare år. Både det nya taket och solcellsanläggningen bidrar till resultatet, men på olika sätt.



← I batteriet i garaget lagras dagens solsken till kvällens elbehov.

– Det är en kombination, men solcellerna står för ungefär en tredjedel av besparingen.

Totalt uppskattar Ulf att omkring 3 700 kronor av besparingen kommer från takbytet och cirka 1 800 kronor från solceller och batteri.

– Trots att elpriserna varit högre under våren har vår kostnad gått ner. Det hade sett helt annorlunda ut utan anläggningen.

**FÖR ULF HANDLAR INVESTERINGEN** inte bara om ekonomi, utan också om en större helhet.

– Det känns bra att använda energi som faktiskt kommer från solen. Lite som med elbil, det är en annan känsla än att köra på fossila bränslen. Kan jag göra något själv, vill jag gärna göra det. För nästa generation också. •

# Framtidens jobb BÖRJAR HÄR

Behovet av teknisk kompetens väntas öka kraftigt de kommande åren. Samtidigt börjar många unga forma sina framtidsdrömmar redan i högstadiet. Genom SKAL-projektet (Skola ArbetsLiv) vill SEOM därför möta elever tidigt och ge dem en inblick i yrken som samhället kommer att behöva fler av i framtiden.

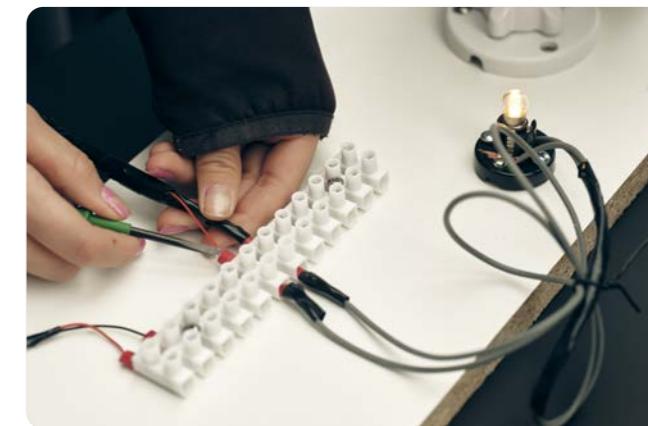
## EN BRO MELLAN SKOLA OCH ARBETSLIV

SKAL är ett samarbetsprojekt där skolor och lokala verksamheter tillsammans ger elever en inblick i olika yrken och branscher. Initiativet finns i flera kommuner och syftar till att hjälpa elever att förstå sina möjligheter och göra mer medvetna val inför framtiden.

För SEOM är projektet också en viktig framtidsfråga. Genom att möta elever tidigt vill man väcka nyfikenhet kring yrken och roller som kommer att bli allt viktigare framöver.

– Studier visar att många elever börjar forma en bild av vad de vill jobba med redan i sjuan. Därför är det viktigt att möta eleverna tidigt och visa på fler möjligheter, säger Camilla Mir från HR på SEOM.

Genom att öppna dörrarna till verksamheten får eleverna inte bara lära sig mer om hur samhället fungerar, utan också upptäcka jobb och vägar de kanske aldrig tidigare hört talas om.



## VIKTIGA YRKEN MED STORA FRAMTIDSBEHOV

När femteklassarna från Sofielundsskolan besöker SEOM står el i fokus. Under dagen får eleverna lära sig mer om hur el produceras, vad som påverkar elanvändningen och själva testa olika praktiska moment kopplade till energi och hållbarhet. Genom att arbeta med bland annat solceller och energiförbrukning blir det tydligt hur många olika yrkesroller som krävs för att samhället ska fungera.

– Det var ju ganska enkelt när man väl förstod hur det hänger ihop, säger en elev under en av övningarna.

Samtidigt får eleverna en inblick i en bransch där behovet av teknisk kunskap och erfarenhet väntas öka kraftigt framöver. Enligt prognoser från SCB och Energimyndigheten väntas flera yrken inom energi, drift och underhåll bli allt viktigare de kommande åren – samtidigt som färre söker sig till branschen.

I takt med att samhället elektrifieras blir energi- och infrastruktursektorn allt viktigare. För SEOM handlar engagemanget därför också om att inspirera nästa generation att upptäcka yrken som kommer att spela en avgörande roll i framtidens samhälle.



↑  
Niklas Jerbrant,  
Mätartekniker på SEOM



↑  
Camilla Mir  
från SEOM

## ETT FRÖ FÖR FRAMTIDEN

Det som kanske framför allt fastnar efter dagen är elevernas nyfikenhet. När teori får möta praktik väcks frågor, resonemang och nya tankar om framtiden.

– Det var som att ett ljus gick upp för dem, säger läraren Marika Diurson med ett leende.

SKAL-projektet är fortfarande i ett tidigt skede i Sollentuna, men ambitionen är långsiktig. Genom samarbetet mellan skola och arbetsliv hoppas man kunna öppna nya dörrar och inspirera fler unga att hitta vägar in i samhällsviktiga yrken.

Och kanske var det just där, bland solceller, frågor och nya insikter, som någon tog sitt första steg mot ett framtida yrke inom energi eller samhällsbyggnad. Kanske satt en av SEOMs framtida energitekniker i rummet. •

## Närsorterat gör det ENKLARE ATT SORTERA HEMMA

Snart blir det möjligt att sortera sina förpackningar direkt vid huset. Med det nya systemet, som vi i Sollentuna kallar Närsorterat, får varje hushåll nya kärl med flera fack för olika typer av avfall inklusive förpackningar.

**BAKOM FÖRÄNDRINGEN** finns ett nytt lagkrav som börjar gälla i hela Sverige 2027. Syftet är att mer material ska kunna återvinnas, istället för att nya resurser tas från naturen.

– När sorteringen finns precis utanför dörren blir det enklare att få in den som en naturlig del av vardagen, säger Klara Dalhielm, avfallsingenjör på SEOM.

**VARJE HUSHÅLL FÅR TVÅ NYA KÄRL** med flera fack, där du kan sortera åtta olika typer av avfall. Kärlen töms med specialanpassade sopbilar som håller materialen åtskilda hela vägen till återvinning.

– Den stora skillnaden är att du kan sortera hemma på tomten istället för att åka till en återvinningsstation.

**UNDER HÖSTEN** kommer SEOM att visa upp de nya kärlen på olika platser i kommunen och berätta mer om hur systemet fungerar i praktiken.

För de flesta husägare behövs ingen större planering redan nu. Men har du ett litet hus eller tak där du förvara kärlen kan det behöva anpassas för att de nya kärlen ska få plats, berättar Klara.

– Om du planerar att bygga om eller bygga nytt kan det vara bra att kontrollera med kommunen om det behövs bygglov, det gör du enkelt via [kontaktcenter@sollentuna.se](mailto:kontaktcenter@sollentuna.se).

Mer information om Närsorterat kommer under året. Läs mer på [seom.se/narsorterat](https://seom.se/narsorterat) •



### NÄRSORTERAT – SÅ FUNKAR DET

#### Om de nya kärlen

- Två kärl med fyra fack i varje
- Möjlighet att sortera åtta olika typer av avfall och förpackningar hemma
- Mått: 75 cm breda, 87 cm djupa och 112 cm höga

#### Tidplan

- Utrullning planeras till våren 2027

#### Kostnad

- Producenterna ska även fortsättningsvis vara med och bekosta insamling och återvinning av förpackningar. Ny taxa och abonnemang beslutas under hösten 2026.

#### Bra att tänka på!

- Kärlen ska stå vid tomtgränsen vid tömning
- Kärllus eller tak kan behöva anpassas till de nya kärlen
- Kontrollera med kommunen om bygglov behövs vid ombyggnad

#### Det här ingår i Närsorterat



## Sätt stopp för våtservetter I TOALETTEN



Det är lätt att tänka att det vi spolar ner bara försvinner. Men så enkelt är det inte. Särskilt inte när det gäller våtservetter, som är en av de vanligaste orsakerna till stopp i avloppen. Hamnar de i toaletten kan de snabbt ställa till problem.

**VÅTSERVETTER ÄR PRAKTISKA.** Till skillnad från toalettpapper är de däremot inte gjorda för att lösas upp i vatten. De består av starka fibrer som håller ihop, fastnar i rören och bildar tillsammans med fett och annat skräp stora proppar i ledningsnätet. Det kan i sin tur leda till stopp och översvämningar och i vissa fall att orenat avloppsvatten rinner ut i naturen. Har du otur kan det även innebära att vattnet stiger upp ur toaletten eller golvbrunnen hemma hos dig.

– En del våtservetter marknadsförs som nedbrytbara och då kan man lätt tro att de kan spolras ned. Men de bryts inte ner tillräckligt snabbt för att klara resan genom avloppssystemet, säger Anders Lundin, Rörinspektör på SEOM.

När fler engångsprodukter hittar in i våra hem ökar också belastningen på avloppssystemen. Det gäller allt från rengöringsservetter för städning till våtservetter för hygien. Konsekvenserna märks både lokalt och i plånboken.

– I Sollentuna läggs varje år stora resurser på att rensa stopp och underhålla avloppssystemet. Det är kostnader som i slutändan kan påverka hushållen genom en högre VA-taxa, menar Anders.

### FULSPOLNING – SKRÄPET SOM STÄLLER TILL DET

Här är exempel på sådant som ofta rensas bort i reningsverken. I genomsnitt handlar det om cirka 1 kilo skräp per person och år i Sverige.\*

- Våtservetter
- Hår
- Tops
- Mensskydd
- Kondomer
- Snus



\*KÄLLA: SVENSKT VATTEN

**MEN LÖSNINGEN ÄR ENKEL.** Det enda som ska spolras ner i toaletten är kiss, bajs och toalettpapper. Enligt Anders Lundin är det viktigt att få med alla i hushållet. Familjemedlemmar, gäster och andra som hjälper till med städningen hemma.

– Ett enkelt tips är att ha en papperskorg i badrummet. Där kan du slänga allt som inte hör hemma i toaletten, avslutar han. •

*Så mycket mer än*

# BARA VANLIGT VATTEN

Du skruvar på kranen och så rinner det – klart, rent och gott. Vatten är så självklart i vår vardag att vi sällan stannar upp och tänker på vad det faktiskt innebär. Men bakom varje törstsläckande glas finns ett omfattande arbete och ett system som behöver fungera dygnet runt, året om.

Vatten är vårt viktigaste livsmedel, men också en resurs som behöver användas klokt. Vi förbrukar i genomsnitt omkring 140 liter vatten per person och dygn. Ungefär 10 liter går till mat och dryck. Resten används till sådant som dusch, tvätt, disk och toalettspolning.

För att allt ska fungera behöver vattenverken och ledningsnäten rena och leverera stora mängder vatten varje dag, särskilt under perioder med hög förbrukning.

**ATT FÖRSTÅ VATTNETS RESA** är också att förstå dess värde. Dropparna som kommer ur din kran börjar sin resa i Mälaren. Därifrån leds det till Görvålverket där det renas och kontrolleras i flera steg av Norrvatten, som Sollentuna äger tillsammans med 13 andra kommuner.

Partiklar, bakterier och andra ämnen tas bort innan vattnet skickas vidare ut i ledningsnäten. När det når Sollentuna tar SEOM vid och ser till att vattnet kommer hela vägen hem till dig.

**VATTEN FÖLJER INGA KOMMUNGRÄNSER.** Det är ett gemensamt system där flera kommuner samverkar. Därför påverkas hela systemet när många använder mycket vatten samtidigt, till exempel under varma sommardagar när fler vattnar trädgårdar eller fyller pooler.

Det finns gott om vatten i Mälaren, men vattenverken och ledningsnäten kan bara rena, producera och leverera en viss mängd vatten åt gången. Under årets högsta

*“Utbyggnaden av Görvålverket är en viktig investering för att säkra tillgången på rent dricksvatten även i framtiden.”*

Andreas Thunberg,  
VD på Norrvatten

förbrukningstoppar kan det därför vara svårt att hinna producera vatten i samma takt som det används.

- Varma sommardagar kan vi se förbrukningen av dricksvatten öka med över 35 procent. En stor del av det går till bland annat bekvämlighet. Vissa perioder har vi legat väldigt nära maxkapaciteten för vad vattenverket hinner producera. Då finns det få marginaler om det skulle inträffa en störning. Där kan alla Sollentunabor bidra genom att använda vattnet klokt, förklarar Åsa Snith, affärsområdeschef för VA på SEOM.

Samtidigt ökar det vardagliga behovet av vatten i takt med att regionen växer och klimatet förändras. För att möta framtidens behov planerar Norrvatten nu en utbyggnad av Görvålverket.

- Utbyggnaden är en viktig investering för att säkra tillgången på rent dricksvatten även i framtiden, berättar Andreas Thunberg, VD på Norrvatten.

**OM ALLA HJÄLPS ÅT** att använda vatten smart när belastningen är som högst kan vi tillsammans bidra till ett mer hållbart system. Det är alltid bra att använda vatten med omtanke, men särskilt viktigt under varma dagar när många använder extra mycket vatten.

Att duscha lite kortare, stänga av kranen när du borstar tänderna, vattna på kvällen och undvika att fylla poolen under varma dagar är enkla sätt att hjälpa till. •



↑  
Visionsbild av Norrvattens nya vattenverk.  
Visualisering: Liljewall Arkitekter

På sida 12  
hittar du tips på  
hur du kan spara  
vatten i sommar!

# Sommarens VATTENUTMANING

Hur många droppar kan du spara?

## 1. Bli en snabbduschare

Sätt på en favoritlåt på 3 minuter och försök vara klar innan den är slut.

## 2. Stäng av kranen

Borsta tänderna utan rinnande vatten och spara flera liter varje dag.

## 3. Fyll maskinerna fullt

Disk och tvätt? Vänta tills de är proppfulla.

## 4. Skippar du badet? Du vinner direkt

Ett bad = ca 200 liter vatten. Duscha istället!

## 5. Vattna smart

Vattna på kvällen eller tidigt på morgonen – då avdunstar mindre vatten i värmen.

## 6. Släck törsten med kallt vatten

Ha en kanna i kylen istället för att spola fram kallt vatten. Perfekt på sommaren!

## 7. Tvätta bilen rätt

Välj en biltvätt istället för trädgårdsslangen. På en biltvätt renas tvättvattnet, istället för att smuts, olja och kemikalier följer med dagvattnet ut i naturen.

## 8. Håll koll på dropparna

En läckande kran kan slösa tusentals liter varje år.

## 9. Samla regnvatten

Perfekt för törstiga blommor och rabatter.

## 10. Låt gräset bli lite brunt

Hoppa över vattenspridaren – gräsmattan återhämtar sig.

## Tips

Sätt upp listan på kylskåpet och se hur många punkter ni får in i vardagen tillsammans!



# Odla hemma: ÄRTSKOTT

Att odla hemma behöver inte vara svårt. Med vanliga gula ärtor från matbutiken kan du och barnen snabbt få gröna, krispiga ärtskott på bara några dagar. Ett roligt och lärorikt sätt att följa hur något växer – direkt i köksfönstret.

## 1. Blötlägg ärtorna

Lägg gula ärtor i en skål med vatten över natten (ca 8–12 timmar).

## 2. Förbered och så

Fyll en låg form med jord eller hushållspapper och fördela ärtorna tätt ovanpå.

## 3. Vattna försiktigt

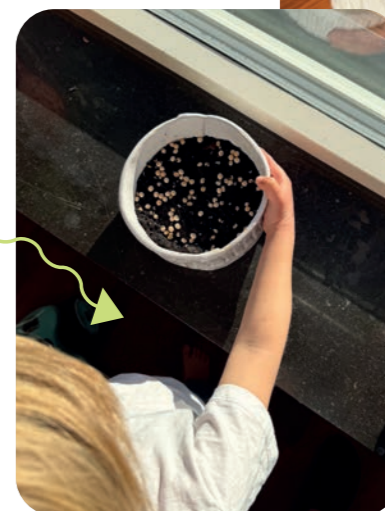
Håll fuktigt, men inte blött. Spreja gärna med vatten.

## 4. Placera ljus

Ställ i ett fönster – gärna med mycket dagsljus.

## 5. Skörda och njut

Efter 5–10 dagar är skotten redo att klippas av och ätas!



## Upptäck nya SEOM.SE

Nu har vår hemsida fått ett lyft. Enklare, tydligare och byggd för att göra din vardag lite smidigare. Här hittar du snabbare det du söker – oavsett om det gäller vatten, avfall eller energi. Bakom kulisserna är allt som vanligt, men för dig har vi gjort det enklare att ta del av det.

Kika in på [seom.se](https://seom.se) och se vad som är nytt

# *Skarpare TV-upplevelse inför* SOMMARENS MATCHER

Visste du att du som är ansluten till vårt fibernät nu kan få digital kabel-TV från SEOM? Med ett basutbud på 20 HD-kanaler får du skarp bild, bättre ljud och en stabil tv-upplevelse – perfekt för sommarens VM-matcher hemma i soffan. Läs mer på [seom.se/kabel-TV](http://seom.se/kabel-TV)

SEOM