

TIDAHOLMS- guiden

Nr 4 2019. Årgång 26

TEMA: ENERGI & MILJÖ, MAT & NÖJE

PROFILER

TIDAHOLMS-QUIZET

ETT SOLKLART VAL!

Nyckelfärdig installation

Beställ solceller från en lokal partner.

Se ditt pris på solceller.billingeenergi.se



En lokal partner i Skaraborg
www.billingeenergi.se



Billinge Energi

Klimatfokus

Hur klimatsmart är du egentligen?

I *tema: energi & miljö* har vi en boendekalkylator där du kan testa dina boendetsläpp och kanske få tips på hur du kan minska dessa. Läs även om hållbar produktion och konsumtion av mat. Där kan du testa matkalkylatorn så får du svart på vitt om du är klimatsmart. I *tema: mat & nöje* kan du läsa om vett och etikett när du äter på restaurang. Visste du att tandpetare helst inte ska användas direkt vid bordet? Då är det bättre att lämna bordet en stund.

Hösten är här

Nu har vi kommit långt fram på hösten och det är åter dags att boka julbordet, byta till vinterdäck eller kanske vaccinera sig mot influensan... Glöm heller inte Öppet hus på Rudbecksgymnasiet! Ni hittar som vanligt många erbjudanden och kuponger i tidningen från bland annat Eddies Pizzeria, Rossies Garukök, Möbelköp, Franséns Ur & Optik, Tyg & Ting, Sportringen, Borgunda Bygghandel med flera.

Nästa nummer – julnummer!

Årets sista nummer av Tidaholms-Guiden har utgivning 3-6/12 och manusstopp 14/11. Ta chansen att annonsera era produkter och tjänster inför julhelgerna. Hör av dig redan nu så planerar vi er annons!

Trevlig läsning!

Fredrik Nossler

3 Tema: Mat & Nöje

Hur betar du dig när du äter ute? Vett och etikett på restaurang är kanske inte det lättaste, på våra temasidor får du några tips.

12 Favoritrecept

På hösten äter vi gärna varma soppor och mustiga grytor. På sidorna 12-13 får du hela fyra stycken recept på värmande höstmat!

22 Familjesidan

Kommunens nyfödda tillkännages på våra familjesidor. Här ser du också alla nystartade företag.

26 Krönikan

Elisabet Östh funderar kring mobilanvändandet och hur det kan förändra vår syn på hur vi upplever olika saker.

34 Tidaholms-Quizet

Denna gång möts Peter och Kjell på P-G:s Rör i Tidaholms-Quizet. Får du fler poäng än vinnaren?

48 Profilen

Vi har ställt 17 snabba frågor till Kjersti Osflaten. Vilket tv-program skulle hon vilja medverka i?

51 Tema: Energi & Miljö

Vi berättar om två kalkylatorer där du kan se ditt eget klimatavtryck. Vi skriver även om solcellsteknik, en bra affär både för plånboken och miljön!



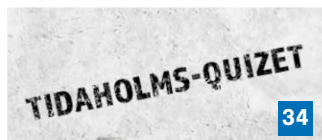
3



12



22



34



48



Är du intresserad av att annonsera eller få mer information? Ring 0502-106 00.

TIDAHOLMS-
guiden

Utges av: Tida Reklam, Ulvestorpsg. 1, Box 102, 522 23 Tidaholm.
Tel. 0502-106 00. Ansvarig utgivare: Fredrik Nossler

Vett och etikett: restaurang

Kanske blir du sugen på ett restaurangbesök när du bläddrar igenom vårt tema Mat & nöje? Här får du lite tips för att göra ett gott intryck på de andra på restaurangen, både gäster och personal.

Bekanta

Får du syn på goda vänner eller bekanta på restaurang behöver du inte kasta dig över dem för att hälsa. Det kan man avvakta med till lite senare. Par som sitter i ett hörn och ser på varandra kan man lämpligen lämna ifred. Det kan räcka med en nick eller ett leende om ni ser varandra. Även den som sitter ensam kanske inte heller känner sig social. Men du kan alltid fråga försiktigt om den personen vill ha sällskap.

Uppvakta diskret

Uppvakts någon genom ett tal, en skål eller hurrarop så görs det lite diskret. Att göra hela restaurangen tvungen att lyssna fungerar inte.

Fortsättning på sidan 4



CONTORET

Julstämning på VinContoret

Vi välkomnar dig till Julstämning på VinContoret, fyra kvällar där vi tolkat julens smaker på vårt vis. Du väljer själv om du önskar fyra- eller sexrättersmiddag.

När du tar steget in i julstämningen på VinContoret hälsas du välkommen med värmande **äpple- och kaneldryck**. Därefter serveras du en klassiker, VinContorets **sill- och snapsplanka**. Nästa rätt är en **fisk- och skaldjurstallrik**. **Julplankan** är vår tolkning av ett julbord i miniatyrformat. Den **varma tallriken** inspireras av julens klassiska smaker. Femte njutningen är utvalda **ostar**. Kvällen avslutas med oemotståndlig **desserttallrik**. Pris **995 kr** inkl. snapsar till sill- och snapsplankan. Exkl. dryck.

Vår fyrrätters består av välkomstdryck, sill- och snapsplanka, julplanka, varm tallrik samt dessert. Pris **865 kr** inkl. snaps till sill- och snapsbrickan. Exkl. dryck.

Till den som vill lyfta smakerna ytterligare rekommenderar vi vårt vinpaket med noga utvalda drycker. Pris **495 kr** för fem drycker eller **345 kr** för tre drycker.

Datum: 30/11, 7/12, 13/12 samt 14/12. Ankomst mellan 18.00 och 19.00.

Boka Julstämning via www.vincontoret.se/tidaholm eller på 0502-25 00 00.

Gruppbokning, julfest eller kanske vinterkonferens?

Vardagar perioden 25 november – 20 december välkomnar vi grupper om minst 15 personer till Julstämning. Kombinera gärna din middag med en konferens i vårt Gärdshus! Kontakta oss via telefon eller e-post för offert och bokning.



Stirra inte

Vrid inte på huvudet och stirra på andra. Om det är bråkstakar eller servitriser som tappar brickan kan man avstå från att snurra runt och kommentera.

Mobil och tidning

Läsa tidning och surfa på mobilen gör man inte vid bordet på restaurang. Men om man sitter ensam på en lunch eller frukost är det i sin ordning.

Tandpetare

Även om det står tandpetare framme skall de inte användas vid bordet. Försök ej heller att få loss matresten med tungan, inte ens om du döljer med handen eller något annat. Ta en tandpetare, res dig och lämna bordet en stund.

Rökning

På restaurang råder idag totalt rökförbud. Om det finns rökavdelning får man inte ta med sig mat eller dryck dit. Rökning sker inte före kaffet. Och under alla omständigheter skall man ändå fråga de övriga om det passar att man reser sig för ett bloss.

Makeup

Sminka dig inte vid matbordet. Du kan bättra på läpparna men där går gränsen. Detsamma gäller kamning.

"Vaktmästar'n!"

Det är fel att klirra i glaset, knäppa med fingrarna, vissla eller göra annat konstigt läte för att påkalla personalen. Høj handen och markera eller vinka, bättre restauranger ser direkt den signalen. Att diskret säga till exempel "ursäkta" är såklart artig. Det är inte heller fel att säga "vaktmästar'n" eller "fröken" (även om hon är gift), men det känns kanske för formellt i Tidaholm. I tredje person säger man servitör eller servitris. "Kyparen" ska man inte säga.

"Smakar det bra?"

Den frågan kan man räkna med att få av servitören/servitrisen. Ska man svara ärligt? Ja, men försök säga det på ett snyggt sätt. Se dock till att göra det med en gång, vänta inte tills du har ätit upp hela måltiden. Är du stor i maten kan du också prova att be om mer bröd, potatis eller ris. Skulle du vara bjuden av någon annan ska du vara mer försiktig med negativ kritik, är det någon som ska komma med anmärkningar är det värden.

Notan

Serveringspersonal brukar tycka att matgäster har bråttom med notan. De kan sitta länge och sipa på en dryck efter maten men när det väl ska betalas blir det plötsligt bråttom. Skulle det vara bråttom meddela personalen det i god tid. Det är också enklart om en nota är hel, inte delad. Att öppet kontrollera notan vid bordet är inget etiketsbrott. Misstag kan begås och det är bättre att påpeka det genast.

Dricks

Dricks bör vara ca 10 procent. Givetvis uppfattas det som småsnält att betala på öret. Men har det inte varit bra, då finns ingen anledning. Om det varit bra, då uppskattas alltid lite extra dricks.

Sällskapets vett och etikett

Tipsen här är generella när man äter ute. Om det finns fler oskrivna regler inom din bekantskapskrets kan vi såklart inte svara på. Det kan till exempel vara en känslig fråga om och när man får gå från bordet. Etikettregler kan faktiskt även gälla efter att bjudningen är slut. I vissa sällskap kan det vara kutym att tacka några dagar efteråt, inte bara i samband med att man åker hem. Är du osäker på hur du ska göra i en situation är det aldrig fel att försöka fråga, det är bättre att förekomma än att förekommas. Även den som bryter mot etikettregler ska behandlas

respektfullt, vill du påpeka något håll en vänlig ton. Att oskrivna regler finns blir man ofta varse först när någon bryter mot dem.

Är du värden?

Är det du som bjuder in är du värd och har lite mer att tänka på. Som vi skrev innan har du förmånen (?) att vara den som ger restaurangen negativ kritik. Att överge sitt sällskap för att umgås med några vid ett annat bord är oartigt. I yrkessammanhang har du rätt att neka människor beställningar men var därmed inte överdrivet snål.

Äter ni buffé tar du sist av alla, en regel att tillämpa även om du bjuder hem folk. Hur många gånger behöver du säga "varsågod" innan "blyga svenskar" börjar ta av maten? Känns inte otänkbart att det kan behöva sägas minst tre gånger.

Lite etikettregler

- Smackande och sörplande är aldrig accepterat oavsett sammanhang.
- Knuffande eller tränga sig före fungerar sällan bra.
- Behöver du gaspa, dölj detta med hand eller servett.
- Bäst är att undvika gaspa, eller ursäkta sig för lite frisk luft.
- Rapa, lägga in eller spotta ut snus eller liknande är direktäckligt.
- Pyssel med håret, smink eller peta tänderna avstår man ifrån.
- Inga armbågar på bordet, som handlar om utrymmet för övriga gäster.
- Förkyld, hosta eller nyser? Ta med en egen liten näsduk istället för servetten vid bordet.
- Inga väskor på bordet, inte heller snusdosor eller andra föremål. Bordet är till för det som dukats.
- Om du äter bröd kan du riva loss bitar av det, inte ta tuggor av brödet och lägga tillbaka det på assietten.

Källa: vett-och-etikett.com

JULBUFFÉ 299:-

Inkl. 1 timme bowling/shuffleboard.

29 november – 21 december.

Ring och boka bord 0502-125 67.



AFTER WORK 105:-/pers

Inkl. 1 timme bowling/shuffleboard och buffé.

Kommande datum: 25 oktober, 22 november, 24 januari.



SHUFFLEBOARD/BOWLING

Boka inför jul och nyår redan nu.

Öppet: juldagen 12.00-21.00, nyårsafton 11.00-19.00.

BARNKALAS 99:-/barn

Läs mer på vår hemsida.



FORSHALLENS BOWLINGCENTER



Forsgatan 7, Tidaholm • Tel. 0502-125 67

info@forshallensbowlingcenter.se

www.forshallensbowlingcenter.se



Fullständiga rättigheter för öl och vin.



Finns det nyttiga snacks?

Vi är inte ensamma om att bli sugna på något sött på dagarna, och då är det lätt att stoppa i sig saker som inte alltid är det bästa för oss. Här listar vi 10 goda och nyttigare snacks som du kan äta med gott samvete!

1. Mörk choklad

Riktig mörk choklad innehåller massor av antioxidanter och är därmed nyttigt! Kakao är det mest antioxidantrika livsmedel vi känner till. Väljer du choklad med en kakaohalt på 70-90% blir du mätt på bara några bitar, till skillnad från mjölkchoklad där man lätt kan stoppa i sig en hel kaka...

2. Nötter

Nötter är ett jättebra naturgodis såvida du väljer torrostade eller naturliga varianter. Håll dig till ungefär en handfull, ca 40 gram, så riskerar du inte att få i dig för mycket kalorier (40 gram motsvarar ungefär 200 kcal).

3. Torkad frukt

Mango, aprikoser och fikon är några torkade favoriter som är helt naturliga. Mullbär, goji och physalis är andra mer exotiska varianter med högt innehåll av antioxidanter. Se däremot upp för naturgodis i sockerlag eller torkad frukt som doppats i yoghurt – de är rena sockerbomberna! *Fortsättning på sidan 10*



Hotellets eventkalender

Fre 25/10	Fisk- & skaldjursafton
Ons 6/11	Quiztime
Ons 8/11	Klassisk Gåsamiddag
Ons 27/11	Quiztime
Tor 5/12	Julbuffé med Quiztime
Fre 6/12	Jul-after work
Lör 7/12	Julmarknadsbuffé
Tor 12/12	Julbuffé med Quiztime
Fre 13/12	Jul-after work

Quiztime 17.30-22.00 (Quiztime startar 19.00)

Julbuffé med Quiztime 18.00-23.00
(Quiztime startar ca 19.30)

Jul-after work från 18.00

Julmarknadsbuffé 11.30-14.30



Klassisk Gåsamiddag 8/11 18.00-23.00

Är ni sugna på att äta en riktigt klassisk gåsamiddag? Kanske ni ändå planerar en middag denna höstkväll? Då är detta ett riktigt trevligt alternativ!

Nu är det dags att planera årets julfest!

Vi har traditionella och nyskapande julbordsrätter. Välkomna in att äta och dricka gott, värma er framför brasan och mysa i en skön miljö!



Boka gärna bord 0502-123 90
Hjärtligt välkomna!

Tidabolms
STADSHOTELL

www.stadshotellettidaholm.com

Rossies GATUKÖK

Hägnelundsvägen 1, Tidaholm
Tel. 0502-108 61 Välkommen!



I alla menyer ingår
Coca Cola, Fanta eller Sprite



Hamburgare
valfri meny

**10:-
rabatt**

Gäller t.o.m. 24/11 2019
med kupong

Valfri
korvmeny

**10:-
rabatt**

Gäller t.o.m. 24/11 2019
med kupong

Valfri
barnmeny

**10:-
rabatt**

Gäller t.o.m. 24/11 2019
med kupong

Köttbulle-
meny

**10:-
rabatt**

Gäller t.o.m. 24/11 2019
med kupong

Hamburgare
valfri meny

**10:-
rabatt**

Gäller t.o.m. 24/11 2019
med kupong

Valfri
korvmeny

**10:-
rabatt**

Gäller t.o.m. 24/11 2019
med kupong

Valfri
barnmeny

**10:-
rabatt**

Gäller t.o.m. 24/11 2019
med kupong

Köttbulle-
meny

**10:-
rabatt**

Gäller t.o.m. 24/11 2019
med kupong



ANSLAGSTAVLAN

23/10	Torgdag på Gamla torget.	28/10	Bingo i Bibliotekshuset. (måndagar t.o.m. 9/12).	6/11	Quiztime med buffé på Tidaholms Stadshotell.
23/10	Kulturskolans höst-konsert på Sagateatern.	28/10	Barngymnastik 0-5 år i Ekedalens skola. (måndagar t.o.m. 25/11).	7/11	Föreläsning av Micke Gunnarsson i Bibliotekshuset.
23/10	Torgcafé i Kyrkans hus.	28/10	Höstlovsmys med pizza- och filmkväll i Hångsdalagården.	8/11	Fredagslunch med underhållning på Festvåning 4:an.
23-31/10	Barnens utställning på Tidaholms museum.	29/10	Promenad för kropp och själ med start vid Sunktaks sockenstuga.	8/11	Quizkväll i Mobackens bygdegård.
24/10	IT-café på Studieförbundet Vuxenskolan. (torsdagar t.o.m. 5/12).	30/10	Matlagningskväll för herrar i Fröjered's Missionshus.	8/11	Gåsamiddag på Tidaholms Stadshotell.
25/10	Fredagspromenad vid Fröjered's Missionshus.	30/10	Filmvisning med Eje Holm i Kulturladan Parhuset.	9/11	Whisky- och romprovar-kväll på VinContoret.
25/10	"Ord på Väg(gen)" – föreläsning med Margareta Rosvall i Acklinga församlingshem.	1/11	Musik och lyrik av Gergana Andersson, Linnéa Haglind och Lars Sandström i Norra kapellet.	9/11	Spökpromenad i Fröjered.
25/10	Fisk- och skaldjursafton på Tidaholms Stadshotell.	1/11	Disco med halloween-tema 0-15 år i Holma-Baltaks bygdegård.	9/11	Musikteaterföreställning i Dimmehus.
25-26/10	"Billes café... å lite te" – musikalisk fars på Sagateatern.	1/11	Stilla orgelmusik i kommunens kyrkor.	10/11	Farsdagsbuffé på Festvåning 4:an.
26/10	Halloweendisco på Festvåning 4:an.	1/11	Bowlingkväll med Vättaks byalag i Tidaholms bowlinghall.	13/11	Kulturskolan live – konsert med elever och personal på Kulturskolans torg.
26/10	Underhållning i Klämmesbo Missionshus.	2/11	Gåsalunken - aktivitetspromenad i Fröjered.	14/11	Dagledigcafé i Parhuset Daretorp.
26/10	Kvinnofrukost i Fröjered's Missionshus.	3/11	Tipspromenad på Hellidsberget. (söndagar t.o.m. 1/12).	15/11	Sista ansökan för yrkesutbildning på Kompetenscentrum.
26-27/10	Litografisk konstutställning på Konstlitografiska museet.	4/11	Föreläsning om svenska skogsbränder med Lars Carlsson i Kulturladan Gälleberg.	15/11	Aktiviteter med Naturskyddsföreningen.
27/10	Tipspromenad i Daretorp.	4/11	Lövgrens - motionsdans i Folkets park.	16-17/11	Julmarknad i Sagnernas Hus.
27/10	Söndagscafé i Härja Hembygdsgård. (söndagar t.o.m. 24/11).	5/11	Odlingscafé på Hellidens trädgårdar.	16/11	"Mousse en masse" – gourmetkväll på VinContoret.
27/10	Sparbankspromenaden på Hellidsberget.			16/11	Loppmarknad i Hångsdalagården.
27/10	Café Villan i Disponentvillan. (söndagar t.o.m. 8/12).			16/11	Skrattfest i Sunktaks sockenstuga med Mats Löwing och Bengt-Åke Öhgren.
27/10	Jubileumskonsert med Vulcans Musikkår i Bibliotekshuset.				

- | | | |
|--|--|---|
| <p>16/11 Pingiskväll i Holma-Baltaks bygdegård.</p> <p>18/11 Humbles - motionsdans i Folkets park.</p> <p>18/11 "Brevbäraren som byggde ett palats" - filmvisning ur filmserien 2019 på Sagabiografen.</p> <p>19-22/11 Vaccinering på Närhälsan.</p> <p>21/11 "Maja och Bobbo" – barnteater i Folkets park.</p> <p>21/11 Öppet hus på Rudbecksgymnasiet.</p> <p>22/11 Fredagslunch med underhållning på Festvåning 4:an.</p> <p>22/11 After work på Forshallens Bowlingcenter.</p> <p>23/11 Ficklampspromenad i Daretorp.</p> | <p>22-24/11 Julmarknad i Sägnerhus.</p> <p>24/11 Tomtepromenad i Madängsholm.</p> <p>25/11 "YAO" – filmvisning ur filmserien 2019 på Sagabiografen.</p> <p>26/11 Promenad för kropp och själ med start vid Suntaks Sockenstuga.</p> <p>27/11 Matlagningskväll för herrar i Fröjereds Missionshus.</p> <p>27/11 Torgdag på Gamla torget.</p> <p>27/11 Torgcafé i Kyrkans hus.</p> <p>29/11-1/12 Traditionellt julbord på Festvåning 4:an.</p> <p>30/11 Julhandel i Gälleberg Daretorp.</p> <p>30/11 Jul-afterwork med buffé på Tidaholms Stadshotell.</p> | <p>30/11 Musik och lyrik av Agneta Junnergård och Marianne Holst i Mobackens kapell.</p> <p>30/11 Julcafé på Valstad Café.</p> <p>30/11 Julstämning på VinContoret.</p> <p>30/11-1/12 Julbord och Show på Festvåning 4:an.</p> <p>1/12 Ljustöpning i Östra Gerums bygdegård.</p> <p>1/12 Adventskoncert i Dimbo-Ottravads kyrka.</p> <p>2/12 Skåningarna - motionsdans i Folkets park.</p> <p>3/12 Odlingscafé på Hellidens trädgårdar.</p> |
|--|--|---|

www.tidaholm.se

Vi förbehåller oss rätten att välja ut de arrangemang vi anser ha störst allmänintresse. / Tida Reklam



Västra Drottningvägen 15, Tidaholm
073-053 62 14



BOKA CATERING!

Vi hjälper dig att fixa catering till skolarvslutningen, studentfirandet eller födelsedagen!

Ring 073-053 62 14 för pris- och menyförslag



Swedish Match.



4. Kokosflarn

Köp kokosflarn på påse eller i lösvikt så får du i dig massor av fibrer. Undvik dock sorter som är torkade i sockerlag. Allra bäst för hälsan är att äta färsk kokos som du skivar i bitar.

5. Oliver

Oliver innehåller massor med nyttiga fetter och E-vitamin. Välj mellan stora gröna varianter och kalamati. Undvik många av de svarta oliver som säljs på burk - ofta är det billiga, gröna oliver som färgats.

6. Lufttorkad skinka

Vill du vara lite kontinental passar små rullader med lufttorkad skinka och salami utmärkt som snacks. Toppa med en oliv eller soltorkad tomat så förhöjer du smaknivån ytterligare.

7. Smakrika ostar

En ostbricka är både ett lyxigt och gott alternativ. Kalcium, som det finns rikligt av i ost, kan dessutom bidra till att minska fettupptaget

i tarmen. Köp gärna mer av de smakrika, hårda ostarna och lite färre av de mjuka varianterna som brie, camembert och mozzarella – då äter du en mindre mängd.

8. Grönsaksstavar

Snackssuget beror ofta på en inlärd vana av att vi vill tugga på något. Om du förbereder morötter, selleri eller gurka och skivar i stavar som du har i kylan, finns det alltid något nyttigt att tugga på när suget slår till.

9. Cocktailtomater

Numera hittar man många olika tomatorter i praktiska munsbitsstorlek. Varva olika färger och testa dig fram! Små plommontomater är en favorit som är perfekt som tv-godis.

10. Rostade kikärter

Ett utmärkt snacks med högt proteininnehåll är kikärter. Krydda med chiliflakes eller cayennepeppar så får du en riktig smakexplosion i munnen!
Källa: ellematovin.se



Hellidens folkhögskola
522 94 Tidaholm
www.helliden.se

Välkommen till vår

VÄLLAGADE JULLUNCH

Torsdag 19 december
Fredag 20 december

Kl. 12.00–13.30, pris 200 kr
Ring och boka!
0502-178 00



JULBORD & SHOW!

Henrik, Sören, Peder och Tina från Gasen i botten-
gänget bjuder på julsjalsad krogshow!



Efterfest i baren med DJ Tidakompaniet fredagar och lördagar.

Showdatum: 30/11 18.30
1/12 17.00

6/12 18.30
7/12 18.30

Varm glögg i baren och traditionellt
julbord med lättdryck, dessert och kaffe

495:-

Fullständiga rättigheter finns.



Vi har olika våningar och varianter på vårt julbord; med eller utan show, litet eller stort,
helg eller vardag. Hör gärna av Er för att skraddarsy vad som passar Er och Era gäster bäst!

ONSDAGSLUNCHBUFFÉ 100:-

Serveras varje onsdag 11.30-14.00.
Varmrätt, sallad, dricka, kaffe och kaka.

LÖR HALLOWEENDISCO

26/10 DJ på två plan. 22-02. Entré 120:-.

SÖN FARSDAGSBUFFÉ

10/11 Smörgåsbord med småvarmt inkl.
dricka, kaffe och tårta. 13.00. 225:-/kuvert
(endast förbokning).

FRE TRADITIONELLT JULBORD

29/11 Julbord med dessert och kaffe.
19.00. 375:-/kuvert.

LÖR JULMARKENBUFFÉ

7/12 Inkl. dricka, kaffe och pepparkaka.
11.30-14.30. 180:-

LÖR
7/12

JULMARKENDISCO

22-02. Entré 100:-.

FRE-LÖR
13-14/12

TRADITIONELLT JULBORD

Julbord med dessert och kaffe.
19.00. 375:-/kuvert.

SÖN
15/12

TRADITIONELLT JULBORD

Julbord med dessert och kaffe.
13.00. 375:-/kuvert.

ONS
18/12

LITEN JULLUNCHBUFFÉ

Inkl. dricka, kaffe och pepparkaka. 120:-.

ONS
25/12

JULDAGSDISCO

22-02. Entré 150:-.

Hjärtligt välkomna med frågor och bokningar! Angela & Fredrik



Alla programuppdateringar finns på vår hemsida och Facebooksida (gilla oss!)

Tel. 0502-711 17

fyranhuset.se



RECEPTET

Alla har något recept på en maträtt, dessert eller kaka som är en absolut favorit. Det kan vara ett recept som blir otroligt gott, eller är väldigt enkelt och som folk alltid frågar om receptet till.

Skicka in ditt favoritrecept till oss:
info@tidareklam.com

Snabb torskcurry

4 portioner

- 1 pkt torskfilé
- 1 msk olivolja
- 1 morot, tunt skivad
- 1 röd paprika, skuren i bitar
- ½ gul lök, hackad
- 1 äpple, skuret i bitar
- 2 msk röd currypasta
- 1 burk (400 g) kokosmjölk light
- 2 msk citronsaft
- ½ tsk salt
- Till servering: ris

Tina fisken och skär i bitar. Fräs grönsakerna i lite olja, tillsatt currypasta, kokosmjölk och citron. Låt sjuda i 5 minuter. Lägg i fisken, rör om och låt koka upp. Sjud i 2 minuter. Smaka av med salt. Servera med ris. *Källa: Findus*



Höstgryta

4 portioner

- 1 fläskytterfilé
- 1 msk olivolja
- 1 tsk salt
- ½ tsk svartpeppar
- 120 g bacon, strimlad
- 250 g svamp, delad (t.ex. champinjoner)
- 1 gul lök, hackad
- 1 vitlöksklyfta, riven
- 2 dl vatten
- 1 köttbuljongtärning
- 1 morot, slantad
- 2 dl crème fraiche
- 1 tsk kinesisk soja
- Till servering: matvete eller ris



Putsa och skär köttet i 1 cm skivor. Hetta upp en stekpanna och bryn på båda sidor i olja. Salta och peppra. Lägg köttet åt sidan. Stek bacon tills

det fått färg. Tillsätt champinjoner, lök och vitlök. Stek under omrörning någon minut till. Lägg tillbaka köttet med dess saft och häll på vatten. Lägg

i buljongtärning, morot, crème fraiche och häll i soja. Låt sjuda under lock i ca 20 minuter. Smaka av med salt. Servera med matvete eller ris. *Källa: Coop*

Fläskkarré med vinbärssås

4 portioner

4 skivor fläskkarré
1 tsk salt
1 krm mald svartpeppar

Sås:

2 ½ buljong
4 msk röd vinbärsgelé
1 msk fransk senap
½ tsk mald ingefära
1 tsk soja
1 dl grädde
1 msk vetemjöl
Ev. hela vinbär
Till servering: potatis, sockerärter
och ev. vinbärsgelé

Koka upp buljong, gelé, senap, ingefära, soja, grädde och mjöl under omrörning. Låt såsen koka i 3 minuter.

Grilla eller stek karréskivorna i ca 3-4 minuter per sida. Salta och peppra dem. Servera karrén med vinbärssås, kokt potatis och sockerärter. Vinbärsgelé och hela vinbär kan också serveras till.

Källa: Dagens Nyheter



Kantarellsoppa

4 portioner

1 liter färsk kantareller
1 gul lök
3 msk smör
2 msk vetemjöl
1 dl torrt vitt vin
7 dl vatten
1½ msk kantarellfond
2 dl vispgrädde
½ tsk salt
2 krm svartpeppar

Ansa och skär svampen i mindre bitar. Skala och finhacka löken. Fräs lök och svamp i smör i en gryta. Rör i mjölet och häll på vinet, låt koka 2 minuter. Tillsätt vatten och fond. Koka soppan på svag värme under lock ca 10 minuter. Blanda ner grädden och smaka av med salt och peppar.

Källa: arla.se



Hållbar produktion av mat

FN:s generalförsamling har enats om Agenda 2030 som består av 17 globala mål för hållbar utveckling. Jordbruket och tillgången till mat ligger i kärnan av det globala hållbarhetsarbetet.

Utan mat, odlingsbar mark och vatten faller även de andra hållbarhetsmålen. Det finns totalt sett ingen brist på mat på jorden idag. Orsaken till att många svälter är att de inte har råd att köpa mat eller att maten inte når fram till dem. En stor utmaning i framtiden kommer vara att producera mat till en växande befolkning, både genom att det krävs mer jordbruksmark och en effektivare produktion.

Nationell strategi

Regeringen har tagit fram en nationell strategi för hela livsmedelskedjan fram till år 2030. Strategin ska bidra till en ökad och hållbar produktion av mat, samt leda till högre tillväxt och fler jobb i Sverige. Den ska också leda till en ökad andel närproducerad mat och

ekologisk produktion och konsumtion av mat. En viktig del av strategin är att bidra till bättre möjligheter för konsumenterna att göra medvetna val.

Hållbar produktion av mat

Produktionen av mat är livsviktig, men innebär också ett slitage på vår planet. För att uppnå en hållbar försörjning i framtiden måste produktionen av mat bli mer resurseffektiv samtidigt som miljöbelastningen på jord, vatten och luft hålls så låg som möjligt.

Användningen av energi, vatten, växtnäring, växtskyddsmedel och antibiotika måste vara ansvarsfull. Andra viktiga aspekter är ett gott djurskydd som ger friska djur, att den biologiska mångfalden bevaras och att jordbrukaren, vattenbrukaren eller

djuruppfödaren får en rimlig ersättning för sitt arbete.

Hållbar konsumtion av mat

I en vanlig livsmedelsbutik finns i dag produkter från hela världen. De matvaror du lägger i din korg har under sin resa dit gjort avtryck på både miljön, människor och djur. Det kan vara svårt att göra välgrundade val som främjar en utveckling som är både miljömässigt, ekonomiskt och socialt hållbar. Men med kunskap och genom att ställa rätt frågor kan du göra val som gynnar värdefulla naturområden, klimatet, vattenförsörjningen, människans och djurens hälsa och andra hållbarhetsfrågor. De olika märkningarna som finns på mat kan hjälpa dig på traven.

Källa: Jordbruksverket

JULMARKNAD

Museum, hantverk, julklappstips,
pysselhörna och ponnyridning för barnen.
Mat och julfika framför brasan.

Lördag 23/11: Marknaden håller kvällsöppet
till kl. 21.00 med julmys framför brasan.

Kristin-Fornfela-Svensson
bjuder på en tomteshow.

16-17/11, 22-24/11 kl. 10.00-16.00

Entré: 60 kr för vuxna,
barn under 15 år gratis.

Linda
Gail Lewis
JULSHOW
14/12

Sägnernas Hus

Sandhem • info@sagnernashus.se
mobil 0736-99 09 02

www.sagnernashus.se



Studie
främjandet



Tre år i rad

Ladies Pizzeria



Betala med kort eller



PIZZA • KEBAB • SALLAD

0502 - 146 46

Stallångsvägen 13, Tidaholm

ÖPPETTIDER mån-tors 11-22, fre 11-23, lör 12-23, sön 12-22

NYHET!
Nu har vi även nötkött och kycklingkebab!

DAGENS LUNCH 85:-

Måndag-fredag kl. 11.00-14.30 • Pizza, kebab, sallad • Inkl. sallad, dricka och kaffe

HÖSTERBJUDANDEN!



10:- RABATT

PÅ VALFRI PIZZA, KEBAB, SALLAD

Gäller t.o.m. 10/11 2019. En pizza/kupong.
Gäller endast avhämtning och ej under lunchtid.



20:- RABATT

PÅ VALFRI FAMILJEPIZZA

Gäller t.o.m. 10/11 2019. En pizza/kupong.
Inkl. stor dricka. Gäller endast avhämtning.



10:- RABATT

PÅ VALFRI PIZZA, KEBAB, SALLAD

Gäller t.o.m. 10/11 2019. En pizza/kupong.
Gäller endast avhämtning och ej under lunchtid.



20:- RABATT

PÅ VALFRI FAMILJEPIZZA

Gäller t.o.m. 10/11 2019. En pizza/kupong.
Inkl. stor dricka. Gäller endast avhämtning.



10:- RABATT

PÅ VALFRI PIZZA, KEBAB, SALLAD

Gäller t.o.m. 10/11 2019. En pizza/kupong.
Gäller endast avhämtning och ej under lunchtid.



20:- RABATT

PÅ VALFRI FAMILJEPIZZA

Gäller t.o.m. 10/11 2019. En pizza/kupong.
Inkl. stor dricka. Gäller endast avhämtning.



10:- RABATT

PÅ VALFRI PIZZA, KEBAB, SALLAD

Gäller t.o.m. 10/11 2019. En pizza/kupong.
Gäller endast avhämtning och ej under lunchtid.



20:- RABATT

PÅ VALFRI FAMILJEPIZZA

Gäller t.o.m. 10/11 2019. En pizza/kupong.
Inkl. stor dricka. Gäller endast avhämtning.

Vid stora beställningar kan utkörning ordnas

Husmorstipset Smart vardag



Tips med CITRON

Att ha en skål citroner hemma är inte bara snyggt. Förutom mat- och bakingrediens är det även husmorstipsens frukt nummer ett.

Smutsig vittvätt

I årets första nummer skrev vi att salt kan fräscha upp solkig vittvätt. Även citronen kan komma till användning om textilierna är hårt smutsade eller solkiga. Gör så här: koka eller sjud textilierna i en kastrull med vatten plus en skivad citron i 5 minuter. Tvätta därefter som vanligt.

Rödvinsfläckar

Har du spillt rödvin på linneduken eller din vita skjorta? Ta direkt fram en citronhalva och gnid på fläcken. Direkt ser du hur fläcken försvinner. Tvätta textilen därefter som vanligt.

Braständare

Visste du att torkade citrusskal är perfekt som braständare då de innehåller oljor som brinner bra?

Naturlig deodorant

En delad citron kan fungera som deodorant. Raka dock inte armhålan efteråt så syran irriterar din hud.

Lindra myggbett

Dela en citron och badda en halva på ditt myggbett.

Fotvårdsprodukt

Citronhalvan funkade även utmärkt som fotvårdsprodukt. Gnid in dina torra fötter med citronsaften och sätt skalet på hälen. Trä på en strumpa och vänta i 30 minuter. En annan metod är att blanda aspirin, vatten och pressad citronjuice. Badda blandningen på hälen och täck över med plast. Vänta i tio minuter, ta bort plasten. Kanske blir dina fötter som nya efter något av dessa tips?

Rengör micron

Fyll en skål med cirka 2 deciliter vatten. Pressa i en halv citron i vattnet och lägg sedan citronen i skålen. Värm citrontvattnet i mikron på full effekt i 4 minuter. Ta ut skålen, låt svalna något och torka sedan ur mikron med en fuktad trasa. Källa: brightside.me (Facebook), skonahem.com



I förra numret hade vi ett annat tips med citron. Du vet väl att du kan läsa våra tidigare nummer på tidaholmsguiden.se?

Riskerar du att bli allvarligt **SJUK AV INFLUENSA?**

Om du vaccinerar dig får immunförsvaret hjälp att skydda kroppen bättre mot viruset.

Du har större risk att bli allvarligt sjuk och bör vaccinera dig om du:

- Har fyllt 65 år
- Har någon av dessa sjukdomar, oavsett ålder:
 - kronisk hjärt- eller lungsjukdom
 - svårbehandlad diabetes
 - kraftigt nedsatt immunförsvar på grund av sjukdom eller medicinering
 - kronisk lever- eller njursvikt
 - extrem fetma
 - neuromuskulär sjukdom som påverkar andningen
- Är barn med flerfunktionshinder eller svår astma
- Är gravid



Smittskydd Västra Götaland

I år har vi en öppen mottagning för vaccinering.

Du behöver ej ringa före.

För riskpatienter: 100 kronor.

För icke riskpatienter: 210 kronor.

Vi erbjuder även vaccination mot lunginflammation.

Kostnad: Pneumovax 380 kronor.

Prevenar 680 kronor.

DROP IN

19-22 november 10.00-17.00

Ha gärna kortärmad blus/skjorta.

Gärna kontant betalning. Välkomna!

Följ skyltningen!

BREDBAND

Har du just fått fiber indraget eller letar du efter en ny leverantör?

Leta inte längre, vi är den lilla operatören med den personliga kontakten.

	Villa	Lägenhet*
10/10 Mbit	278:-	228:-
30/30 Mbit	313:-	263:-
100/100 Mbit	368:-	318:-
500/100 Mbit	523:-	473:-
1000/100 Mbit	788:-	738:-

Tjänsterna levereras i Bredband Östra Skaraborgs nät och inkluderar grundavgift från stadsnätoperatör.

*Grundavgift kan skilja mellan olika stadsnätleverantörer, kontakta oss för mer information.

30 minuter installationshjälp över telefon ingår vid anslutning.

KAMPANJ!

Halva månadsavgiften under de första tre månaderna
Gäller ej grundavgiften

Använd RUT-avdraget!

Halva priset på arbetskostnaden!
Pris: 295:-/tim efter rutavdraget.

DATORSERVICE

Har du problem med din dator eller kringutrustning?

Kontakta oss så hjälper vi dig.

SpaceDump IT AB

Öppettider: måndag–fredag 08.00–17.00 • Telefonnummer: 0502-653 100 • Hemsida: www.spacedump.se

Dubbat eller dubbfritt?

Vi hjälper dig att välja rätt – i alla prislägen!

5% bonus på alla inköp när du betalar med Superdäck-kortet!

Spar tid – ansök om kortet på vår hemsida.

5 års däckskadegaranti

Köp vår 5-åriga däckskadegaranti och kör tryggt och säkert. Läs mer på vår hemsida.

5 månader räntefritt

Dela upp betalningen på 5 månader med Superdäckkortet utan ränta och avgifter.



KOLLA PRIS MED OSS FÖRST. DET LÖNAR SIG!



Tida Däck & Bilrecond
V. Ringvägen 8, 0502-107 68
Öppet 08.00-17.00

Beställ dina däck på www.sds.nu

Betala när du får dem monterade hos närmaste Superdäckverkstad. Bekvämt och tryggt!

Super Däck Service - ett säkert val

Super Däck Service är en kedja av fristående återförsäljare som har en gemensam målsättning: Vi ska förse bilägare över hela landet med däck, fälgar, olja och batterier av förstklassig kvalitet till mycket fördelaktiga priser. Kör därför tryggt och säkert med produkter från Super Däck Service - fackfolk i samarbete för tryggare trafik.

400

Super Däck Service-stationer i Skandinavien!



5% på alla dina inköp med Superdäckkort. Dela upp betalningen på 5 månader. Ingen ränta, inga avgifter. Även längre kredit till förmånlig kostnad. Ansök i lugn och ro på vår hemsida www.sds.nu



TIDAHOLM



Följ oss på Facebook och Instagram
@Rudbecksgymnasiettidaholm

ÖPPET HUS

- Träffa våra elever och lärare
- Besök våra program
- Se vår fantastiska naturshow
- Tävla om fina priser
- Cafeterian bjuder på kaffe och kaka
- Detta och mycket mer

Varmt välkomna!



Missa inte Rudbecksgymnasiets

Öppet hus

21 november 18.00-20.00

kvalité utveckling trivsel

rudbecksgymnasiet.se



RUDBECKSGYMNASIET



Ändring och reparationer av alla sorters kläder. Även gardiner!

Öppet: tisdag-torsdag 10.00-18.00,
fredag 15.00-18.00 (lunchstängt 12.30-14.00)



V. Drottningvägen 1B • Tel. 0502-136 40
andningsateljjen.se



Söker ni lager, förråd, möbellager eller lägenheter?

TIDAHOLMS
FASTIGHETSFÖRVALTNING
awen.se

*Allt från byggnation och
renovering till förvaltning!*

A&W
Förvaltning

Tel. 0502-784 184, 0739-400 334

info@awen.se

Dags för VINTERSKOR!

sport
ringen



North Winnipeg

Varm vintersko med foder.
Finns i flera färger och
storlekar:
svart (stl 38-46),
beige (stl 36-40, 43-45),
rosa (stl 36-41)

499:-



TrueNorth Snowball

Vattentät barnkänga i
svart. Finns i stl 22-35.

449:-



Viking Eldr Goretex

Svart rejäl känga. Finns i
stl 36-46.

1199:-

(ord. pris 1499:-)



TrueNorth Mount

Svart sko i stl 36-46.

629:-



Marine Koster High

Brun sko med dragkedja.
Finns i stl 36-46.

699:-



TrueNorth Hike

Vattentät barnsko i svart/
rosa och svart/gul. Finns i
stl 28-35.

369:-



North Winnipeg

Svart sko med drag-
kedja. Finns i stl 35-37.

499:-



Leaf Holse

Svart sko i stl 40-45.

599:-



Merell Yokota Goretex

Svart sko i stl 36-47.

1049:-

Familjesidan

Medverkan är gratis!

Mejla en bild och bildtext till oss senast 17/11 för att komma med i nästa nummer familjesidan@tidareklam.com

Fira en jubilar eller nyfödd?

Nyfödda



Nils

Märta Widhja och Andreas Håkansson fick den 6 september en pojke, Nils. Vikt 3720 g, längd 50 cm. Stolta storasyskon är Tyra och Einar.



Haylie

Louice Nilsson och Charlie Abrahamsson, Tidaholm, fick den 5 augusti en flicka, Haylie. Vikt 3855 g, längd 52 cm.

Nya Företag

Johans industriteknik AB	27/8
MÅ Gräv & Rep	28/8
Petra Lennéer Samtal &Handledning	28/8
Kronvall's Frisör	28/8
Filip Antonsson enskild firma	3/9
Tida Städ och fönsterputs	12/9
ByPearl	16/9
Adler & Ernst Handelsbolag	17/9
JZR Media AB	26/9

Försäljning och inläggning av:

- altanmattor
- vinyl/plastmattor
- heltäckningsmattor
- badrumsgolv
- väggmattor
- trägolv (slipning och lackning)

Många av våra kunder använder

**ROT-
AVDRAGET**

Gör det du också!

 **ljungbergs**
allt inom golv

Industrigatan 2, Tidaholm
Tel. 0502-123 85 Mobil: 0707-87 31 14
Öppettider: måndag, torsdag kl. 15.00-18.00



Joakim Ljungberg

DÄCKHOTELLET

Tel 0502-404 37, 070-54 404 37



Låt oss ta hand om dina däckbyten!
Vi förvarar dina sommarhjul.

Nu även försäljning och programmering av TPMS-ventiler!

Hankook

Winter W429 dubbdäck

195*65*15 95T XL	850:-
205*55*16 94T XL	1045:-
205*60*16 96T XL	1095:-
215*55*16 97T XL	1240:-
225*50*17 98T XL	1495:-

ALUTEC
Leichtmetallfelgen

ALUMINIUMFÄLGAR

15 TUM	Fr. 750:-
16 TUM	Fr. 795:-
17 TUM	Fr. 940:-
18 TUM	Fr. 1195:-



VINTERDÄCK TILL RÄTT PRIS!

Dubbdäck

LAUFENN WL71	185*65*15 92T	700:-
GOODYEAR UG ICE ARCTIC	185*65*15 88T	960:-
LAUFENN WL71	195*65*15 95T XL	695:-
GREENMAX WINTERGRIP	205*55*16 94T	882:-
LAUFENN WL71	205*55*16 94T	850:-
GOODYEAR UG ICE ARCTIC	205*55*16 94T	1263:-
CONTINENTAL ICE CONTACT 3	205*55*16 94T XL	1495:-
NOKIAN HAKKAPELIITA 9	205*55*16 94T XL	1518:-
LAUFENN WL71	205*60*16 96T XL	860:-
GOODYEAR UG ICE ARCTIC	205*60*16 96T	1224:-
NOKIAN HAKKAPELIITA 9	205*60*16 96T XL	1485:-

Friktdionsdäck

LAUFENN LW51	185*65*15 88 T	670:-
NOKIAN HAKKAPELIITTA R3	185*65*15 92T XL	1032:-
LAUFENN LW51	195*65*15 95T XL	680:-
HANKOOKWINTER W616	195*65*15 95T XL	780:-
LAUFENN LW51	205*55*16 91T	790:-
MICHELIN X-ICE XI3	205*55*16 94H XL	1488:-
HANKOOK WINTER W616	205*55*16 94T XL	1025:-
CONT. VIKING CONTACT 7	205*55*16 94T XL	1394:-
GREENMAX WINTER ICE 1-15	205*60*16 96T	840:-
HANKOOK WINTER W616	205*60*16 96T XL	1035:-
LAUFENN LW31	205*50*17 XL 93 V	955:-

Priserna gäller monterat och balanserat med ny ventil på kundens egen fälg. Det tillkommer 240:- vid hjulskiftning på bil (60:- per hjul)

Ring för pris på övriga dimensioner och märken

Se mer på www.dackhotell1.se

Gör som vi! Studera som vuxen



Mer info och sökdatum: tidaholm.se/kompetenscentrum



Följ oss på Facebook @KompetensCentrum

- **Gymnasial yrkesutbildning:**
 - Vård och omsorgsutbildning
 - Yrkesförarutbildning, buss/lastbil
 - CNC-operatör
 - Kock, restaurang- & storkök
- Grundläggande vuxenutbildning
- Gymnasial vuxenutbildning
- Lärlingsutbildning
- Utbildning i svenska för invandrare (SFI)
- Särskild utbildning för vuxna
- Uppdragsutbildning

SÖK NU!

15 november är sista ansökningsdag
för yrkesutbildning, start Januari -20

10 december är sista ansökningsdag
för enstaka kurser, start Januari -20

Studie- och yrkesvägledning, Studieekonomisk rådgivning



TIDAHOLMS

KOMPETENSCENTRUM

Tel: 0502-60 62 60 0502-60 63 45 0502-60 60 61 73



Läs vad våra kunder tycker om oss på **reco.se**
4,9/5 i betyg av **71** omdömen

"Mäklaren är helt enastående, hjälpsam och väldigt engagerad. Hade höga förväntningar och de levde hon verkligen upp till. Supernöjd!"
/ Susanne J

"Proffsigt bemötande och agerande genom hela processen. Serviceminded, rak och tydlig. Vi är mycket nöjda med vårt val av mäklare."
/ Anna L

"Köpte en friliggande villa, mäklaren var kunnig och hade väldigt bra bemötande. Var inte för påträngande utan lät oss gå och kika i vår egna takt. Duktig på att förklara för oss 'vanliga' människor vad allt betydde och gjorde husköpet väldigt enkelt för oss."
/ Nathalie L

"Jag köpte ett litet 1900-talstorp. Jag blev väldigt bra bemött och fick mycket fin hjälp och förståelse hela vägen då detta var första gången jag köpt en bostad. Långt över förväntan var bemötandet jag fått."
/ Karolina S

SVENSK FASTIGHETS-
FÖRMEDLINGS BOBUTIK I

Tidaholm
80 år



EMELIE
Mäklarstuderande/
mäklarassistent

THERESE
Fastighetsmäklare
(Föräldraledig)

ANNA-LENA
Fastighetsmäklare

SVENSK 
FASTIGHETS
FÖRMEDLING

GAMLA TORGET 10, TIDAHOLM
TEL. 0502-108 25
SVENSKFAST.SE/TIDAHOLM



Elisabet Östh: Med Rembrandt i luren

Jag satt nyligen på bussen från Tidaholm mot Skövde. Bredvid mig satt en ung kvinna. Hon såg på en TV-serie i sin dator. Det surrade ofta till i hennes telefon. Hon satt nämligen även upptagen i en chattkonversation under tiden hon såg på TV-serien.

Hon hade två set med hörsnäckor. I ena örat hörde hon sin mobiltelefon och i det andra örat hörde hon vad som pågick i TV-serien. När jag såg mig omkring i bussen var de flesta andra resenärerna också upptagna av sina mobiltelefoner. De vare sig hörde eller såg att det utanför bussfönstret pågick en vacker solnedgång. När vi passerade infarten till Kungslena förändrades landskapet dramatiskt. Ljuset förändrades, färgskalan drevs upp och kontrasterna likaså. Himlen över landskapet hade mörka moln men den varma kvällssolen hade en snarast orange ton. Att en helt vanlig stubbåker kan vara så vacker! Vid sådana tillfällen får jag en sådan lust att kliva av, både bussen och ekorrhjulet. Jag vill dröja kvar i upplevelsen, vara mitt i den och inte tvingas rusa förbi. Ofta gör vi det. Rusar förbi. Vi har åtaganden, ansvar och tider att passa. Det som jag var med om och upplevde går inte i repris och finns inte att se på Netflix dygnet runt. Det erbjöds mig där och då.

För att koppla av tar vi paradoxalt nog ofta upp våra mobiltelefoner. Det gör även jag. De ger oss bara en tillfällig distraktion och väldigt sällan något av varaktigt värde. Vi stänger inte av våra telefoner ens när vi slutat jobbet. Skillnaden mellan privatliv och arbete flyter ihop. Man svarar på mejl från sjuksängen. Och det är inte arbetsgivarens fel, snarare arbetstagarens. För vem vill få det än värre hektiskt när man väl är

tillbaka? Eller är det just denna ständiga uppkoppling och ständiga tillgänglighet via våra skärmar och mobiler som gör att vi avskärmar oss? Vi kanske rent av genom att vara så tillgängliga blir otillgängliga och oemottagliga för viktiga upplevelser i livet. Upplevelser som skulle få oss att bli mer levande och närvarande och få oss att må bra på riktigt?

Att vistas i natur och ta del av kultur kan innebära upplevelser som förändrar oss. De är så att säga "larger than life". Vi får inte sådana upplevelser av att se på t.ex. den amerikanska humorserien "Friends" eller genom att surfa runt på Facebook. Det är helt enkelt så att vi sällan skakas om, förundras och får bestående upplevelser via våra mobiltelefoner eller datorer. De får oss inte att gå ur vår egen bubbla och se världen, på riktigt. Det paradoxala är att trots att hela världen får plats i din mobiltelefon och att du kan googla dig till nästan vilken information som helst så begränsar den din upplevelse och din närvaro. Den är ett hjälpmedel men också en plingande tingest som får dig att plocka upp din telefon som en lydig hund. Betingad på plinget! Bokstavigt talat. Det eviga pockandet på uppmärksamhet från din telefon gör att du tappar fokus på ditt eget liv och dina egna upplevelser. Du är inte längre den som styr vad du vill ta in och uppleva. Telefonen och aviseringarna styr dig. Idag tittar

gemene man på sin mobiltelefon i genomsnitt tre timmar per dag och vi plockar upp vår mobil ungefär var tionde minut! Många kan inte ens klara natten utan att kolla av telefonen och ser till att ha den tillgänglig då också. Ungdomar tittar än mer på sin telefon, upp mot 4-5 timmar per dag.

” Vi kanske rent av genom att vara så tillgängliga blir otillgängliga och oemottagliga för viktiga upplevelser i livet.”

Åter till min busstur. Det verkade inte vara någon annan än jag som såg det fantastiska ljusfenomen i landskapet genom bussfönstret. Tankarna vandrade. Hur såg landskapet ut här för låt säga för tusen år sedan? Hur levde människorna då sina liv? Hur såg de på arbete? Hade de någon fritid? Vilken lycka, sorg och vilka umbäranden hade människor som levt här innan mig upplevt? Några av dem upplevde kanske liksom jag, någon slags sällhet, när landskapet plötsligt badade i ett gyllene ljus en vacker oktoberkväll?

Nu när hösten är ett faktum finns möjlighet att göra utflykter till olika museum i vår trakt. Färden på väg till t.ex. Tidaholms museum eller andra museum i våra trakter är vacker. Skaraborg har ett varierat och vackert kulturlandskap med mycket gamla kyrkor och fornminnen som kan

utgöra spännande fikastopp. I landskapet finns en rik och spännande historia att upptäcka. Museerna är de institutioner som levandegör historia och kulturarv. Många turister åker till en specifik stad enbart för att besöka dess museum. Museerna genererar tillväxt, stadens entreprenörer och turistnäringen drar in stora pengar på hotellnätter och restaurangbesök. Har du en gång börjat att gå på museum kommer du ha svårt att sluta. Men allt handlar förstås inte bara om de pengar som museerna tack vare besökare och turister lockar till sig. Museer är i sig värdefulla mötesplatser där människan får möjlighet att ta del av sin historia och sin samtid. Hon får därmed också möjlighet att känna sammanhang i ett historiskt förlopp. Genom utställningar och med fördjupande guidningar kan man bilda sig en uppfattning om hur världen är konstituerad. Det ger människan välbefinnande och i bästa fall också, om utställningen är vacker, en skönhetsupplevelse.

Ingenting går upp mot ett museibesök IRL (in real life). Har du fastnat för en målning eller blir nyfiken på ett museum via internet vill du ingenting hellre än att uppleva målningen eller museet på riktigt. Det är därför turister flockas på Rijksmuseum i Amsterdam och på Nationalmuseum i Stockholm. Att gå på museum är ett sätt att umgås över generationer. Ta med era barn och barnbarn. Eller kom ensam! Riktiga museibesök innebär möten med konst, historia och såklart med oss som arbetar här.

Skulle verkligheten bli överväldigande på museet och du får skärmabstinens så finns det en lösning på det. Många museum har digitaliserat sina föremål och samlingar och om du vill kan du ta del av dem utan att lyfta blicken från din mobiltelefon. Det är dock svårt att få samma närhet till något av Rembrandts mästerverk i din telefon som när du står framför originalet på Rijksmuseum. Rembrandt lär själv ha varit väldigt restriktiv med sitt mobilanvändande...

När jag kliver av bussen i Skövde konstaterar jag att vissa saker inte går att uppleva via en mobiltelefon, de går inte att ladda ner eller streama. Så tillåt dig att vara närvarande och vara huvudpersonen i ditt eget liv, speciellt en vacker oktoberkväll när solen färgar landskapet gyllene. Du kommer inte att ångra dig.



Elisabet Östh
Intendent och chef för Tidaholms
museum



GARDINER • SÖMNAD • HEMINREDNING



**Nya gardiner till advent?
Beställ nu!
för leverans innan jul!**



**Syr gardiner på beställning,
efter dina önskemål!**

ANNLIE NYMAN TEL: 0768-66 98 26

ÖPPET ONS-TORS 14-18, LÖR 10-13

TRÄDGÅRSGATAN 30 (VID STADSPARKEN)

Annonsera i vårt **JULNUMMER!**

Nästa nummer delas ut 3-6/12. Manusstopp: 14/11.

Ring 0502-106 00 om du vill vara med och annonsera!



ELSTÄNGSEL

Tryckimp. NTRA stolpar
High Tensil
2,0 & 2,5 ring 25 kg



Aggregat • Band • Rep • Tråd • Nät
Uppsättning av staket

Sundells
tängselservice

Allt inom
stängsel
0502-33 009
070-66 12 836

TIDAHOLMS-
guiden

Henke's BILVERKSTAD

Volvo – Renault

Volvo närservice

Verkstad **Volvo Originaldelar** Bildelar **Bilvård** Fyrhjulsmätning



Tel. 0502-140 30 **Mån-Fre: 7.00-17.00 Lunch: 12.30-13.00** Ramstorpsv. 6



Tillsammans Tidaholm

Tillsammans-veckorna pågår den 1 november till 4 december 2019. Syftet är att uppmärksamma och sprida ett budskap om medmänsklighet och gemenskap.

Under veckorna arrangeras olika föreläsningar och aktiviteter som utmanar normer, lyfter engagemang och hyllar olikheter.

#tillsammanstidaholm

Ur programmet:

1 november **Föreläsning, Kicki Borhammar**

Föreläsningen hålls för tjänstepersoner i Tidaholms kommun

5 november **Från klimatångest till handlingskraft**

Två separata tillfällen: kl. 14.30 på Hellidens Folkhögskola samt kl. 18.00 hos ABF, Torggatan 6C – öppet för alla

13 november **Smaker från olika länder**

Kl. 17.00-20.00, Familjecentralen – öppet för alla

13 november **Guldkväll för ideella**

Kl. 17.00-20.00, Familjecentralen – för inbjudna

20 november **Aktiviteter på Torget**

Mer information kommer senare – öppet för alla

22 november **Skeva berättelser – Queerpoesi**

Plats & tid: kl. 18.00-19.00 på Konditori Mekka – öppet för alla

28 november **Företagarfrukost, Kicki Borhammar**

Föreläsningen hålls för företagare i Tidaholms kommun

3-4 december **Föreläsning, Maria Dufva**

Föreläsningen hålls för pedagoger och vårdnadshavare

För mer info och fullständigt program: tidaholm.se/tillsammans



Föreläsning med Micke Gunnarsson

Torsdag den 7 november kl. 18.30-20.30
i Stadsbibliotekets stora sal

"I mötet med dig mötte jag mig"
– en inspirerande helkväll med Micke Gunnarsson som fokuserar på mötet med oss själva och våra barn.

- Hur blir man den där "perfekta" föräldern? Ska man ens försöka?
- Vad ska ungarna bli när de blir stora?
- Hur ska man orka med sig själv i allt?

Micke Gunnarsson är föreläsare, författare och stor inspiratör på sociala medier. Välkommen till en föreläsning som blandar gapskatt med allvar och djup som berör. Föreläsningen är gratis och öppen för alla!



TIDAHOLM

För mer info kontakta Alexandra Hermansson 0502-60 63 18

SPARBANKSP



ROMENADEN

Njut av en skön promenad och umgås med familj och vänner!

Söndagen den 27 oktober kl. 09.00-11.30
Start vid SISU-stugan, Tidaholm

Banken bjuder på korv med bröd och festis.

Startavgift för barn 10 kr och vuxen 20 kr.
(Barn- och vuxenfrågor).

Det är många fina vinster och förstapris är en resecheck värde 5000 kr. (Ev vinstskatt betalas av vinnaren).

I samarbete med Tidaholms SOK Sisú.

min
bank!

Tidaholms Sparbank



Växel 0502-185 00 • info@tidaholms-sparbank.se • www.tidaholms-sparbank.se



Auktoriserad Citroënverkstad

Vi servar och reparerar alla märken

Ny fyrhjulsmätning hos oss med senaste tekniken!

Fyrhjulsmätning/hjulinställning innebär att man justerar hjulvinklarna på bilen. Att ha korrekt hjulinställning påverkar både komfort och säkerhet men även bränsleekonomin och livslängden på dina däck.



Dags för vinterdäck!

Välkommen att boka tid för däckskifte

ENDAST 200:-

**Vi säljer och monterar vinterdäck
– välkommen att höra av dig!**



Hos oss hittar du både nya och begagnade bilar

**KÖP
din bil
lokalt!**

TIDAHOLMS
autocenter ab

BILVERKSTAD BILRESERVDELAR BILFÖRSÄLJNING

Egnahemsvägen 52
0502-100 37

Mån-fre 08.00-17.00
Lör 10.00-13.00



CITROËN



CALVIN KLEIN

NO TIME LIKE THE FIRST. #MYCALVINS

Smyckeskollektionen från
Calvin Klein snart i vår butik!

fransens
Ur & Optik

www.fransensoptik.se • 0502-102 36

Måndag-fredag 09.30-18.00 • Lunch 13.00-14.00

Följ oss på Facebook och Instagram!   • Delbetala räntefritt

TIDAHOLMS-QUIZET

Denna gång bjuder vi på en match mellan Kjell och Peter på P-G:s Rör. De får endast svara en gång per kategori. Hur många poäng lyckas du få? Facit hittar du längst ned.



Kjell Ramén

Lokalt	5
Historia	0
Samhälle	0
Mytologi	1
Kultur/nöje	0
Summa	6



Peter Gunnarsson

Lokalt	5
Historia	0
Samhälle	0
Mytologi	2
Kultur/nöje	3
Summa	10

	5	4	3	2	1
Lokalt En produkt	Kaliumklorat, röd fosfor och aspträ är viktiga ingredienser.	Produktens föregångare har en stor betydelse i en tragisk HC Andersens-saga.	Industrimannen Ivar Kreuger kallades för en kung av detta.	Finns som konstverk i rondellen Egnahemsvägen-Ulvestorpsgatan.	På Vulcans fabrik tillverkades dessa och exporterades ut i hela världen.
Historia Ett årtal	I Tidaholm öppnar modebutik Look. Bostadsrättsföreningarna Trollet och Tuben bildas.	Indiens premiärminister Indira Gandhi mördas. Sovjetledaren Jurij Andropov dör av naturliga orsaker.	Ett OS-år, vinterspelen hålls i Sarajevo medan Los Angeles är värd för sommarspelen.	Herreys vinner Eurovision Song Contest med <i>Diggiloo Diggiley</i> .	Årtalet är också titeln på en mycket känd framtidsdystopisk roman där "storebror" bevakar alla.
Samhälle En politiker	Född 1964 i Mariestad. Till yrket lärare.	Skaraborgsk riksdagsledamot 1994-2018 som sågs som möjlig utrikesministerkandidat.	Socialdemokrat som gästade Tidaholm och första maj-talat.	Tidaholmaren Erik Ezelius kom in i riksdagen tack vare att denne mans riksdagsplats blev ledig.	Riksdagens talman 2014-2018. Delar efternamn med krögaren Nils-Emil och VB-panelisten Sara.
Mytologi Väsen i grekisk mytologi	En av de tre gorgonerna. Hennes systrar hette Stheno och Euryal.	Hade ormar istället för hår på huvudet.	Även ett utvecklingsstadium hos nässeldjur, till exempel maneter.	I Tidaholm tänker vi nog mest på Errol Norstedt när vi hör svaret...	...och hans artistefternamn: Eddie...
Kultur/Nöje En filmklassiker	Hade premiär 1960. Gus Van Sant gjorde en kritiserad nyinspelning 1998.	I huvudrollerna ser vi Janet Leigh och Anthony Perkins. Vann en Golden Globe och nominerades till fyra Oscars.	I Tidaholm hade vi tidigare Bates kiosk och restaurang. Ett motell med samma namn förekommer i filmen.	Går under genren psykologisk skräck. Regi av Alfred Hitchcock.	Den mest kända scenen är ett knivmord av en duschande kvinna.



Välkommen in och upptäck vår *Nyrenoverade Salong!*



HERRUMMET

Rakning, skäggformning, herrklippning.
Klippning i lugn och ro i eget rum
(även kvinnor är välkomna).



SCHAMPOFÅTÖLJER

med utfällbart fotstöd och inbyggd massage



Vi är återförsäljare för
Kevin Murphy

k KEVIN.MURPHY



Salong
Hon & Han

Tel. 0502-105 10

Dags att boka vinter- service till din robot

- även vinterförvaring!

SERVICE
av robotklippare +
**VINTER-
FÖRVARING**
1500:-

SERVICE
av robotklippare
1200:-



Besiktning - Försäljning - Installation

Vänd dig med förtroende till kunnig fackman.

JK SERVICE
30 år 1986-2016
Jan Bratt

För mer information kontakta Jan Bratt 0708-14 72 70, 0502-145 83, Kroksg. 5, Tidaholm



DAGS FÖR VINTERDÄCK!

Vi fixar dina däck!

Däckhotell 500:-/säsong

- Aukt. Saabverkstad / Meko Partner
- Vi lagar ALLA märken
- Vi byter bilglas
- Däck / däckhotell
- Släpvagnsreparationer
- Strålkastarpolering

VI REPARERAR OCH
SERVAR **ALLA** BILAR.



AUKTORISERAD
SAABVERKSTAD



BILVERKSTAD
MekoPartner



TIDAHOLMSBILAR



ROBIN SVENSSON AB

TIDAHOLMSBILAR

Skolgatan 26, 522 31 Tidaholm Tel. 0502-123 80
robin.svensson@tidaholmsbilar.se
Öppet vardagar 7-17



★ ★ ★

Köp dina julklappar på Tida Reklam!

Vår julutställning startar **måndag 28/10 kl. 10.00** med massor av julklappstips i olika prisklasser! Välkommen in och titta samt hämta vår stora julkatalog. Öppet för både privatpersoner och företag vardagar 07.30-16.00.

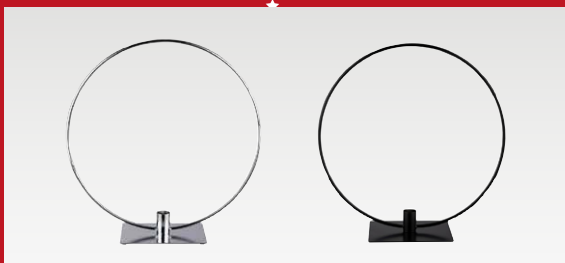
★

Välkommen!



**tida
reklam**
GRAFISK TOTALLEVERANTÖR





**Köp julklappar
från kända märken:**
Leif Mannerström, Sagaform, Orrefors,
Kosta Boda m. fl.

Populära gåvokort
360:- (+ moms)
450:- inkl. moms

Du väljer själv din bonusgåva och
sedan valfri produkt ur katalogen,
värde ca 800-1000:- (inkl. moms)



BARNSIDA

Finn fem fel! Fem saker fattas eller ser annorlunda ut på bilden längst ner!
Ringa in dem och skicka sedan in sidan till oss så är du med och tävlar om ett
presentkort hos Rossies Gatukök, värde 100 kr/st. Vi drar tre vinnare.



Namn: _____

E-post: _____

Adress: _____

Ålder: _____

Postnr, ort: _____

*Klipp ur sidan, märk kuvertet "Barnsida"
och skicka senast 14/11 till:
Tida Reklam, Box 102, 522 23 Tidaholm*

KÖR SÄKERT OCH SNYGGT I VINTER

AFTONBLADET



TESTVINNARE IGEN!



MICHELIN

MICHELIN
X-ICE NORTH 4

NU HAR VI
UTÖKAT VÅRT
**DÄCK-
HOTELL**
Välkommen!

DEZENT

DEZENT TD
silver, dark, graphite



DELBETALNING

Hos oss kan du alltid välja att delbetala
ditt köp kostnadsfritt i fyra månader.

EUROMASTER TIDAHOLM - PM däckservice Skaftgatan 2, tel 0502-134 08.

I GODA HÄNDER
euromaster.se





LÄGENHETER för uthyrning



Tel. 0502-141 79
www.sbbnorden.se

Gör hemmet höstfint!



Stella matbord
med klaff 125x85 eller 80x80 cm

TORKELSON



Nord byggbar soffa

Finns i skinn och tyg.

Ermatiko
SOFT FURNITURE

NYHET!

Above
Sofa för två till fyra

Paris Bäddsoffa

Pocket i över- och underbädd.
Bäddmätt: 195x80 cm.

Spigo soffbord

Välj höjd upp till 60 cm.
Finns i flera olika färger/träslag.

SIGNERA OF SWEDEN

Möbelköp
Fristående butik med unika produkter

Ramstorpsvägen 2,
Tidaholm
Tel. 0502-714 81

www.mobelkop.se

Fri hemleverans inom 6 mils radie från Tidaholm

Vardagar 09.30-18.00
Lunchstängt 13.00-14.15
Lördagar 09.30-13.00

Allt inom **MÅLNING & TAPETSERING!**



Dags att boka inomhusmålning och tapetsering!



Glöm inte ROT-avdraget!



Jansons Måleri

Kvalitet garanti =====

0739-80 14 02 • andersjanson71@gmail.com

Branschregister

ANHÖRIGSTÖD

Britt Nilsson.....	60 64 30
Ulla Darolf.....	60 64 21

ARBETSKLÄDER

Tida Reklam.....	106 00
------------------	--------

ASFALT, ASFALTBELÄGGNINGAR

Asfalterna.....	0708-36 65 44
-----------------	---------------

BANKER

Tidaholms Sparbank.....	185 00
www.tidaholms-sparbank.se	

BADRUUM

Br. Johnssons Rör / Monterra.....	123 10
-----------------------------------	--------

BELYSNING

Möbelköp.....	714 81
---------------	--------

BILFÖRSÄLJNING

LP-bilar (Återförsäljare KIA).....	0515-155 40
Tidaholms Autocenter (Återförsäljare Citroën).....	100 37

BILLACKERING

Tidaholms Bilplåt.....	404 70
------------------------	--------

BILPLÅTSLAGERI

Tidaholms Bilplåt.....	404 70
------------------------	--------

BILREPARATIONER

Däckhotellet.....	070-544 04 37
Henkes Bil.....	140 30
Mekonomen Bilverkstad.....	716 00
Tidaholms Autocenter.....	100 37
Tidaholmsbilar.....	123 80

BILVÅRD

Tida Däck & Bilrecond.....	107 68
----------------------------	--------

BREDBAND

SpaceDump IT AB.....	65 31 00
Tidaholms Energi.....	60 65 50

BYGGMÄSTARE, BYGGNADESENTREPRENÖRER

A&W Entreprenad.....	78 41 84, 0739-40 03 34
----------------------	-------------------------

CATERING

Ehns Kök & Catering.....	073-053 62 14
--------------------------	---------------

DATASERVICE

SpaceDump IT AB.....	65 31 00
----------------------	----------

DÄCK

Däckhotellet.....	070-544 04 37
Euromaster / PM Däckservice.....	134 08
Tida Däck & Bilrecond.....	107 68
Tidaholms Autocenter.....	100 37
Tidaholmsbilar.....	123 80

ELEKTRISKA INSTALLATIONER

Labbås El.....	0708-66 02 33
Walléns El.....	0738-18 19 59

ELFÖRSÄLJNING

Tidaholms Energi.....	60 65 50
-----------------------	----------

FASTIGHETSMÄKLARE

Svensk Fastighetsförmedling.....	108 25
----------------------------------	--------

FLYTTSTÄD

Marinas Städservice.....	0760-060 836
--------------------------	--------------

FÄRG - FÄRGHANDLARE

Färgstark i Daretorp.....	201 14
Toro Färg & Heminredning.....	121 11

FÖNSTERPUTS

Marinas Städservice.....	0738-40 65 92
Nolo Städ.....	070-379 90 91
Ny-Gus Städ & Fönsterputs.....	070-333 44 96

GLASMÄSTERI

Hellmans Glasmästeri.....	0515-105 95
www.hellmansglas.se	
Tidaholms Glasmästeri.....	0761-30 34 99

GOLVBELÄGGNING, MATTOR

Blanks Mattor.....	070-621 15 35
Ljungbergs.....	0707-87 31 14

GRUS, MATJORD, SINGEL

Klämmesbo Grus.....	0709-328 314
---------------------	--------------

GRÄSKLIPPARE/ROBOT

JK Service.....	0708-14 72 70
Robocare.....	0708-33 44 22

GYMNASIUM

Rudbecksgymnasiet.....	60 61 48
------------------------	----------

HEMINREDNING

Toro Färg & Heminredning.....	121 11
Tyg & Ting.....	0768-66 98 26

HEMSIDOR

Tida Reklam.....	106 00
------------------	--------

HUNDTRIM

Annikas Klipp & Trim.....	076-844 95 42
---------------------------	---------------

HÄLSOKOST

Oasen/Hälsokraft.....	715 29
-----------------------	--------

INRAMNINGSBUTIK

Malmbergs Inramningsbutik.....	073-439 74 44
.....	070-888 63 27

INREDNINGSLACK

Labbås Inredningslack.....	107 20
----------------------------	--------

KLOCKOR, URMÄKARE

Franséns Ur & Optik.....	102 36
--------------------------	--------

KONFERENSER

Hellidens Slott & Vandrarmhem.....	178 00
------------------------------------	--------

Branschregister

LIVSMEDEL

Coop Extra.....	010-741 57 00
ICA Kvantum.....	188 00

LÄGENHETER

SBB.....	141 79
Tidaholms Bostads AB.....	60 65 10
Tidaholms Fastighetsförvaltning.....	78 41 84

MASSAGE, HUDVÅRD

Oasen/Hälsokraft.....	715 29
-----------------------	--------

MASSAGE, KIROPRAKTIK

HälsoCenter.....	133 50
------------------	--------

MATTOR

Möbelköp.....	714 81
---------------	--------

MOTORSÅGAR

JK Service.....	0708-14 72 70
-----------------	---------------

MÅLARMÄSTARE

Jansons Måleri.....	0739-80 14 02
Josefssons Måleri.....	0761-30 34 99

MÖBLER

Möbelköp.....	714 81
---------------	--------

NÄRHÄLSAN TIDAHOLM

www.narhalsan.se/tidaholmvardcentral	
<i>Boka en tid att bli uppringd mån-fre 8.00-17.00</i>	18 011
<i>Barnhälsovård/BVC mån-fre 8.15-9.00</i>	18 011
<i>Psykisk hälsa mån-fre 8.15-9.00</i>	18 020
<i>Medicinsk fotvård mån-tis 11.15-11.45</i>	18 017
<i>Laboratorium drop-in mån-tor 8-16, fre 8-12</i>	18 011
<i>Dietist</i>	0768-87 11 74

OPTIKER, OPTISKA ARTIKLAR

Franséns Ur & Optik.....	102 36
--------------------------	--------

PELLETS

Tidaholms Sotningsdistrikt.....	107 00
---------------------------------	--------

PIZZERIOR

Ricardos Pizzeria.....	122 28
Eddies Pizzeria.....	146 46

RAMAR

Malmbergs Inramningsbutik.....	073-439 74 44
.....	070-888 63 27

REDOVISNINGSKONSULTER

Ekonomikonsult.....	0515-124 66
LRF Konsult.....	197 33
Qvicks Bokföringsbyrå.....	712 29
Tidaholms Redovisningsbyrå.....	101 80

REKLAMBYRÅ

Tida Reklam.....	106 00
------------------	--------

RESTAURANG

Ehns Kök & Catering.....	073-053 62 14
Hellidens Slott & Vandrarmhem.....	178 00

SKOG OCH MARK

Pärs Skog & Mark.....	070-834 64 21
-----------------------	---------------

SKYLTAR

Tida Reklam.....	106 00
------------------	--------

SLÄPVGANSSERVICE

Däckhotellet.....	070-544 04 37
-------------------	---------------

SLÄPVGANSUTHYRNING

Tidaholms Autocenter.....	100 37
---------------------------	--------

SMYCKEN

Franséns Ur & Optik.....	102 36
--------------------------	--------

SOLENERGI, SOLCELLER

Labbås El.....	0708-66 02 33
----------------	---------------

SPEL & TOBAK

Direkten Isabelles Spelbutik.....	101 35
-----------------------------------	--------

SPRUTMÅLNING

Starks Sprutmåleri.....	201 14
-------------------------	--------

STEN, STENMONTERING

Bowenius Stenmontering.....	0708-24 13 34
-----------------------------	---------------

STÄDNING

Marinas Städservice.....	0760-060 836
Nolo Städ.....	070-379 90 91
Ny-Gus Städ & Fönsterputs.....	070-333 44 96

STÄNGSEL

Sundells Stängselervice.....	330 09, 070-982 33 10
------------------------------	-----------------------

TAPETSERING

Jansons Måleri.....	0739-80 14 02
Josefssons Måleri.....	0761-30 34 99

TRYCKERI

Tida Reklam.....	106 00
------------------	--------

TRÄNINGSANLÄGGNINGAR

HälsoCenter.....	133 50
------------------	--------

VANDRARHEM

Hellidens Slott & Vandrarmhem.....	178 00
------------------------------------	--------

VITVAROR

Br. Gustafssons vitvaror i Åsle.....	0515-361 63
--------------------------------------	-------------

VUXENUTBILDNING

Hellidens Folkhögskola.....	178 00
Kompetenscentrum.....	60 61 73

VVS

Br Johnssons Rör / Monterra.....	123 10
Holmlinds Rörledningsfirma.....	0706-48 84 80
P-G.s Rör Tidaholm.....	072-708 44 55

VÄRMEPUMPAR

Br. Johnssons Rör / Monterra.....	123 10
Br. Gustafsson i Åsle.....	0515-361 63
Holmlinds Rörledningsfirma.....	0706-48 84 80
P-G.s Rör Tidaholm.....	072-708 44 55



Vi reparerar plåt och lackskador

Vår verkstad är godkänd av alla försäkringsbolag och har många års erfarenhet i branschen!

Vi erbjuder:

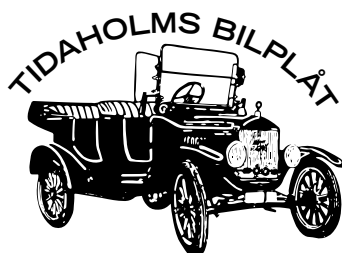
- Billackering
- Bilplåtslageri
- Försäkringsskador
- Krockskador



Vi finns i egna lokaler i Madängsholm. Här har vi möjlighet att lackera bilen i vår lackeringsbox. Vi kan även lyfta upp bilen för att måla lägre partier på den. Dessutom kan vi sänka ner bilen under golvnivå och på så vis lättare måla taket.

Om er vagnskadegaranti har gått ut är ni fria att gå till vilken verkstad ni vill. Då kan ni komma direkt till oss så hjälper vi er med er krockskada.

Allt från skadeanmälan - till färdig bil!



*Direkt samarbetsavtal med: Länsförsäkringar,
IF, Dina Försäkringar, Folksam, Tre Kronor,
Moderna Försäkringar m.fl.*

Madängsvägen 9,
Madängsholm
Tel. 0502-404 70



Funderar du på att SÄLJA DIN BOSTAD?

En lyckad bostadsförsäljning börjar hos oss.
Välkommen du också!



Mäklarbyrån
Andersson & Andersson

Torggatan 4, 522 31 Tidaholm Tel. 0502-594 59
info@mbaa.se www.mbaa.se

17 snabba med Kjersti Osflaten

Ålder: 39 år.

Familj: sambo och två barn.

Utbildning: gymnasieutbildning.

Yrke: lokalvårdare, äger Nolo Städ.

Hobby: umgås med familjen.



Bestämd bilresande domare

1 Fem beskrivande ord om dig i en platsannons?

Noggrann, social, bestämd, omtänksam och rolig.

2 Vad hade du för dröm som liten?

Då var drömmen att bli advokat.

3 Vad har du för dröm nu?

Att få utveckla mitt företag.

4 Vilken egenskap hos dig tycker du mest/minst om?

Den egenskap jag tycker mest om måste vara att jag tycker om att hjälpa andra, och den jag gillar minst måste vara att jag har ett stort kontrollbehov...

5 Vem skulle du vara om du fick vara en annan person/figur för en dag?

Superman, så jag kan flyga jorden runt!

6 Om du fick resa tillbaka i tiden och återuppleva en händelse, vilken skulle det vara?

Det skulle i så fall vara att resa tillbaka till våran bilsemester när vi bilade genom elva länder.

7 Drömsemester?

Australien.

8 Din värsta fobi?

Jag ogillar verkligen ormar...

9 Vilken är din favoritpryl?

Det måste i dagsläget vara min Sony Smartwatch.

10 Vilken är din favoritapp?

Viaplay.

11 Fem saker i skafferiet/kylen du inte vill vara utan?

Ost, chips, ägg, vatten och choklad.

12 Nämn tre saker du absolut inte kan göra?

Jag skulle verkligen inte kunna vara med i någon realityshow, jag kan heller inte nudda nästippen med tungan och inte äta får...

13 Har du någon udda/oväntad förmåga?

Inte vad jag vet...

14 Vilket TV-program skulle du vilja medverka i?

Jag skulle vilja medverka som domare i Masterchef Australien! Just Australien blir det för det är så

mycket andra råvaror de använder där än här i Sverige.

15 Vilket uttryck använder du för mycket?

"Absolut" och "ja, visst".

16 Främsta levnadsregel?

Prova innan du säger du inte kan/gillar!

17 Vad händer närmaste tiden på jobbet?

Nu börjar fönsterputtssäsongen inför jul, så vi får hoppas att kylan håller sig borta ett tag till!



Dags för VINTERDÄCK!



- Försäljning av däck från kända leverantörer t.ex. Michelin, Firestone, Bridgestone m.fl.
- Hjulskiften, ring och boka tid!
- Däckhotell
- Biltvätt

BIL- TVÄTT

- Maskintvätt
- Gör det själv

Kopparn Bensin



**Butik, Personbilsdäck, Släpvagnsservice,
Släpvagnsförsäljning**

Vi hyr ut:

- Bilar
- Flakvagnar
- Släpkärror
- Hästtransporter

BILUTHYRNING

AVIS®

**We try
harder.®**



Köpa bostad

Att köpa bostad är ett stort beslut.

Vi finns här både som rådgivare och bollplank.

Välkommen att kontakta oss.

Gamla Torget 6, Tidaholm
Tel 0502-235 90
handelsbanken.se/tidaholm
tidaholm@handelsbanken.se

Handelsbanken

Boendekalkylatorn

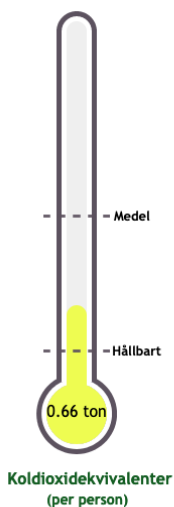
På bloggsidan klimatfokus.se kan du själv beräkna hur mycket koldioxid din bostadsuppvärmning genererar.

Så använder du kalkylatorn

- Radhus ingår i kategorin hus.
- Om du har berg/jord- eller sjövärmepump, välj ”ja”.
- Här ser du resultatet av tidigare poster. Om du redan känner till din energianvändning kan du fylla i den här.
- Bor du i lägenhet och har rör till elementen har du troligtvis fjärrvärme.
- Här används schablonvärden baserade på dina förutsättningar:

Låg – få elektriska apparater, noggrann med att fylla tvätt- och diskmaskin. Många personer i litet boende.

Fortsättning på sidan 52



Antal personer - 1 st

Typ av boende⁽¹⁾ ☒ Lägenhet ☐ Hus

Byggnadsår - 1950-talet

Boendets yta - 59 m²

Berg/jordvärmepump?⁽²⁾ ☒ Nej ☐ Ja

Energi - uppvärmning⁽³⁾ kWh

Uppvärmningstyp⁽⁴⁾

☒ Fjärrvärme ☐ Biobränsle

☐ Direktverkande el ☐ Biogas

☐ Biobränsle + el ☐ Olja

Hur stor är din elförbrukning?⁽⁵⁾

☐ Låg ☒ Mellan ☐ Hög

Har du förnyelsebar el?⁽⁶⁾ ☐ Nej ☒ Ja

Gå in på klimatfokus.se/klimatkalkylator/kalkylator-boende/ och gör din egen kalkyl

Behöver du en rörmokare?

Vi utför alla typer av VVS-arbeten, installation, service och reparationer. Våra kunder är såväl företag som privatpersoner och vill man så ombesörjer vi ROT-avdraget! Vi är en certifierad VVS-installatör och har tidigare arbetat på lokalt VVS-företag.



Andreas Holmlind
Holmlinds Rörledningsfirma

Kontakta oss på
070-648 84 80
så hjälper vi dig!

Mellan – vanlig användning av elektriska apparater. Varken särskilt stort eller litet boende.

Hög – många elektriska apparater, slarvig med att fylla disk- och tvättmaskin. Få personer i stort boende.

- Svara ja om du har egna solceller eller vindkraftverk.
- Jämföra dina utsläpp med en hållbar nivå på termometern.

Så minskar du dina utsläpp

För att minska boendeutsläppen kan man både göra ändringar i sin vardag, men kanske störst effekt har ändå beslut som vilket hus man bor och varifrån uppvärmningen kommer. Här kommer några tips som kan ha stor effekt:

- Bo tätt, många personer per boendearea är energieffektivt.
- Använd absolut inte olja för uppvärmning.
- I de fall det är möjligt, installera berg- eller luftvärmepump. Det kan minska elanvändningen avsevärt.



- För effektiv elanvändning, fokusera på att fylla tvätt- och diskmaskiner ordentligt. Få vitvaror och elektriska apparater hjälper.
- Är det möjligt att sätta upp solpaneler eller vindkraftverk för elproduktion, gör det!
- Huruvida grön el-avtal är ett bra sätt att minska sina utsläpp finns delade meningar om. Det innebär att man gynnar företag som satsar på förnyelsebar energi.

Däremot skulle inte alla kunna köpa den här typen av avtal då produktionen begränsas av andra saker. På grund av komplexiteten är detta inte med i denna kalkylator.

- Kalkylen tar heller inte hänsyn till vilken innetemperatur du vill ha. Bara någon grads lägre temperatur kan innebära en avsevärd energibesparing.

Källa: *klimatefokus.se*

DET HÄR FIXAR EN RIKTIG GLASMÄSTARE!

Hellmans Glas

BOKA
DIREKT PÅ
GLASKEDJAN.SE

Hellmans Glas AB
Trädgårdsgatan 34–36, Falköping
0515-105 95
falkoping@glaskedjan.se
www.glaskedjan.se



ÅSLE • STALLSIKEN

VI LEVERERAR
OCH INSTALLERAR
ÖVER HELA
SKARABORG

EN VITVARU-EXPERT NÄRA DIG!

Smidigt, tryggt och lokalt!

Med över 60 års erfarenhet har vi skapat ett unikt koncept baserat på kunskap, service och lokal närvaro. Som en del av ELON kan vi dessutom erbjuda bra priser. Vår kompetens får ni på köpet.



br. gustafssons
vitvaror
800 ÅSLE

Åsle Pilagården
tel: 0515 - 361 63, www.brgustafssons.se
Mån, Ons, Fre 10-18 Tis, Tors 10-19.30

thorssells
vitvaror
800 SKÖVDE

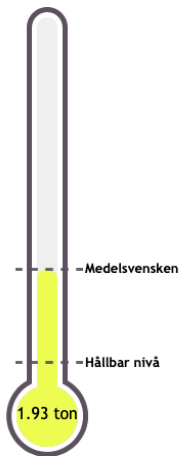
Norra Metallvägen 1A, Stallsiken
tel: 0500 - 41 73 80, www.thorssells.com
Mån-fre 10-18, Lördag 10-14

Matkalkylatorn

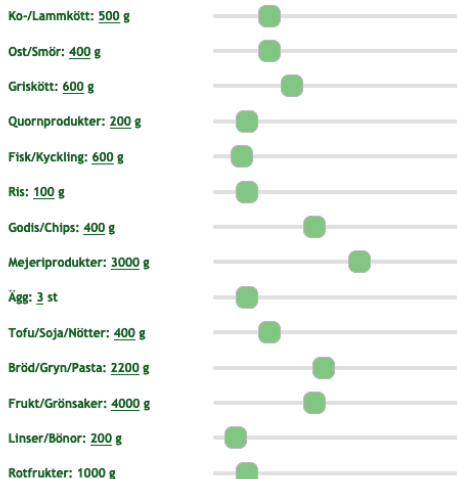
Vad vi äter har också stor betydelse för våra koldioxidutsläpp. På hemsidan klimatfokus.se kan du själv beräkna hur mycket dina matvanor påverkar miljön.

Så använder du kalkylatorn

- Fyll i hur många gram du tror du äter av respektive matkategori varje vecka.
- Du kan tänka att en portion är 100 g.
- För vätskor kan du tänka att en liter är 1 kg.
- Genom att dra i reglagen kan du se hur du kan ändra din kost för att hamna på en hållbar nivå (om du inte redan är det!).
- Vid inladdning av sidan ser du ungefär hur mycket medel-svensken äter av respektive matkategori.
- På termometern kan du se hur dina utsläpp förhåller sig till medelsvensken.



Hur mycket äter du i veckan?



Gå in på klimatfokus.se/klimatkalkylator/klimatkalkylator-mat/ och gör din egen kalkyl



SCANDBIO



Vi säljer Scandbio pellets

Förutom pellets och sotning utför vi ventilationsrensning av köksfläkt, takfläkt och värmeväxlare med ROT-avdrag.

Prisex: **Köksfläkt 490:-** efter ROT-avdrag.

Tidaholms Sotningsdistrikt AB • Industrig. 6
Tel. 0502-107 00 • 0708-85 91 91

Öppet: mån-fre 10-14

Utsläppsnivåer

Matens utsläpp är en väsentlig del av konsumenternas växthusgasutsläpp. Medelsvenskens utsläpp är 11 ton per person och år, av vilket maten står för runt 2 ton. Hållbar utsläppsnivå är baserat på det utsläppsutrymme vi har till 2050 för att vi inte ska överskrida tvågradersmålet, dvs. runt 2 ton per person och år (vilket innebär att enbart våra livsmedel står för lika stora utsläpp som vår totala budget!). Av de 2 ton som kan anses hållbart är 0.5-0.6 ton av utsläppen dedikerade till livsmedel. Detta är i linje med den procentuella andel av utsläppen livsmedel står för idag (25-30%).

Källa: klimatfokus.se



Vi är din mest lokala elleverantör!

Nu riktar vi oss till dig som har en annan elleverantör

Vi på Tidaholms Energi är måna om dig som kund och vill att du ska ha det bästa elavtalet. Som kund hos oss ser vi till att du gör en insats för miljön, all el vi säljer är förnybar.

Dessutom kan du köpa lokalproducerad el från vårt kraftvärmeverk. Eftersom det hittills varit förhållandevis varmt, har vi el att sälja till bra pris. Bättre skön, grön el kan du inte köpa!

Att du får allt på samma faktura är bara en extra bonus.

**Att byta till oss är enkelt.
Ring, mejla eller kom in till oss så
hjälper vi dig med hela leverantörsbytet.**

Välkommen till oss!
Annika, Agneta, Eva och Frida



ERBJUDANDE!

Besöksadress:	Mån-tor	08.00-16.00
Smedjegatan 18	Fre	08.00-15.00
Tel. 0502-60 65 50	Lunch	12.00-13.00



Läs mer på
www.tidaholmsenergi.se

Tidaholms



Ska jag skaffa solceller?

Att solenergi är miljövänligt vet vi alla men lönar det sig att investera i den? I denna artikel får du förhoppningsvis svar på dina frågor.

Solceller omvandlar solens strålar till elektrisk energi. När solen lyser på solcellen blir ovansidan negativt laddad och undersidan blir positivt laddad vilket genererar likström. För att kunna använda elen omvandlas den till växelström i en växelriktare. Man kopplar ihop ett antal solceller till en solpanel. En solpanel som är 1,0 x 1,65 m består av 60 solcellsmoduler.

Grovt räknat brukar man säga att en genomsnittsanläggning på ca 25 paneler (en yta på ca 43 m²) producerar ca 6 200 kWh på ett år, men detta varierar givetvis beroende på antal soltimmar, takets läge, lutning mm. *Fortsättning på sidan 58*



WALLÉNS
EL

0738 18 19 59

VI UTFÖR ALLT INOM EL, BÅDE TILL PRIVATPERSONER OCH FÖRETAG!



Installation, service och reparationer:

Värmepumpar • Pannanläggningar • Badrum • Kök • Nybyggnationer
Allt inom VVS • Även försäljning av material



P-G.s
Rör

Tel 072-708 44 55 • Tidaholm

"Inte tillräckligt många soltimmar i Sverige"

Det är lätt att tro att det behövs ständigt strålende solsken för att producera sol. Men egentligen är dagsljus allt som behövs för att generera el. För att installationen ska vara värd investeringen bör det vara minst 800 soltimmar per år. I södra Sverige ligger antalet soltimmar på 1100, vilket är lika mycket som i solcellstata Tyskland. Mest solstrålning är det längs kusterna och på Öland och Gotland. Så borde resten av Sverige strunta i sol? Nej tvärtom, eftersom det handlar om placeringen. En väl placerad anläggning i norra Sverige kan faktiskt producera mer än en sämre placerad i södra.

Även om produktionen av sol sjunker fungerar solceller också när det är mulet. Vid lättare molnighet kan solcellsanläggningen generera ungefär hälften av sin totala kapacitet, jämfört med 5 till 10% vid heltäckande moln.

"Solceller förstörs av kyla och snö"

Många solceller är anpassade för att klara av det svenska klimatet och mår till och med bättre när det inte är för varmt. De mörkaste vintermånaderna är det dock svårt att få ihop tillräckligt med soltimmar och därför behöver du komplettera solen med en alternativ energikälla. Det som kan skada panelerna är själva tyngden från snön och det är viktigt att de monteras så de står emot trycket. Skotta inte bort snön som täcker panelerna, det kan skada ytan.

"Alla tak skulle kunna vara solcellstak"

Det går att installera solpaneler på de flesta tak, från husvagnar och altantak till sommarstugor och ladugårdar, och på de flesta takmaterial – betong, tegel, papp och plåt. Enda undantaget är gamla eternittak på grund av arbetsmiljörisken. Bra att tänka på är att takets livslängd bör vara längre än solpanelens. Så om du ändå tänkt byta taket är det ett bra tillfälle strax

innan du installerar solpaneler. Håll koll på taklutning, väderstreck och skugga.

Förutom rätt taktyp finns det andra saker du behöver checka av innan du kan installera solpaneler på ditt tak. Det första är taklutningen, som bestämmer hur stor solelproduktion du får. Taklutningen är dock inte avgörande, det skiljer inte mycket i elproduktion om lutningen skulle skilja sig från det optimala.

Numera behöver du inte ens kunna Pythagoras sats för att mäta lutningen. Använd istället vattenpasset i kompassappen på din smarttelefon. Rekommendationen är en lutning mellan 20 och 70 grader.

Oavsett hur bra taklutningen är hjälper det inte om taket ligger i fel väderstreck. Det bästa väderstrecket för solceller är ett tak i söderläge. Men du kan också få ut en hög elproduktion från solpaneler i öst eller väst. Om taket ligger i norr är det däremot inte värt investeringen. Tänk också på om något skuggar solpanelen vilket ger mindre effekt, till exempel en skorsten.

Källa: *fortum.se*

5 skäl att skaffa solpaneler

Större frihet och lägre energikostnader

Du blir delvis självförsörjande och mindre beroende av elmarknadens upp- och nedgångar. Dessutom ökar du husets standard vad gäller energianvändning.

Producera el utan utsläpp och föroreningar

Solen är en miljövänlig och oändlig energikälla och produktionen av sol är helt utsläppsfri.

Sälj ditt överskott

Om du producerar mer el än du gör av med kan du sälja överskottet.

Extra förmånligt just nu

Höjt solcellstöd gör det extra förmånligt att skaffa solceller just nu.

Underhållsfritt

Väl på plats får du självgående och miljövänlig elproduktion, näst intill underhållsfritt.

KÖPT ELBIL ELLER HYBRID?

Laddar du elbilen hemma genom vägguttaget? Det är riskfyllt eftersom vägguttaget inte är gjort för så hög arbetsbelastning. Använd en laddbox, det går upp till fyra gånger så snabbt att ladda och det är dessutom enkelt och säkert!

Smart laddning i egna bostaden – välj en laddbox!



Bidraget till laddstationer för elfordon är tillbaka!
Ansök om Ladda-hemma stödet hos Naturvårdsverket.

- Smart laddbox som du kan styra i mobilen
- Upp till fyra gånger snabbare laddning än ett vanligt vägguttag
- Pålitligare och säkrare laddning än genom ett vägguttag
- En laddbox som är kompatibel med alla elbilar
- Säker och kontinuerlig uppkoppling med 3G/4G

Har du dessutom redan solceller på taket så blir elen till bilen gratis.

**Intresserad av solceller? Kontakta oss!
Vi hjälper dig från start till mål.**

Telefon

Kent: 0708-66 02 33

Butiken: 0502-149 09

Kontor: 0502-149 99

www.labbasel.se

Butiken öppen: mån-fre 08.00-12.00

LABBÅS EL

El inom hem och industri

FÖRVARING & SKJUTDÖRRAR FRÅN ELFA -25%

-25% GÄLLER PÅ SKJUTDÖRRAR OCH FÖRVARING FRÅN ELFA
GÄLLER 28/10 - 17/11 2019 PÅ SAMTLIGA AV BORGUNDAS ANLÄGGNINGAR
BESÖK BORGUNDA.SE FÖR MER INFORMATION OM KAMPANJEN



elfa®



BORGUNDA
BYGGHANDEL