

Gård & Villa

SKARABORG | Nr 10 | december 2020

I Lindas hem
föds ständigt nya idéer

12-13

Trion som älskar att
vinterbada

16-17

Satsa på D-vitamin-
rika ägg i jul

I SAMARBETE MED

 villaägarna

SKARABORG



FORTSÄTT HANDLA LOKALT. Julhandeln är företagens viktigaste försäljningsperiod och kommer inte de pengarna in går vi mot en vår utan många av Skaraborgs fina butiker och restauranger.



OMTANKE. Låt oss tillsammans fortsätta balansgången mellan att förhindra smittspridning och handla lokalt.



I TID. Sprid ut tiden för julshopping.

Förnya dina **shoppingvanor** och fortsätt handla lokalt

Gå på digital visning i butikerna, boka egentid, låt handlaren ta över to-do-listan och få cateringmaten levererad hem. Genom nya kreativa sätt att shoppa går det att handla lokalt utan risk för trängsel. Och ditt val att julhandla lokalt kommer att ha en stor betydelse för handeln i Skaraborg.

Julhandeln är många företags viktigaste försäljningsperiod. I år mer än någonsin när en stor del av handeln redan fått sig en rejäl ekonomisk snyting under våren och tvingats vända på varenda krona. Det finns inte längre något sparat i ladorna. Den lokala handeln i Skaraborg behöver dig alltså mer än någonsin. Men julhandeln blir inte som den brukar. Självklart inte. Det handlar istället om att skapa nya shoppingvanor och ytterligare kreativa sätt att handla julklappar på. Ett sätt är att shoppa lokal-digitalt. Alltså be handlaren att visa dig runt i butiken via en videochatt. På så sätt har du fortfarande kvar din personliga relation till butiken. Den där personalen vet vem du är och vad du gillar och tar hand om dig på samma sätt som du är van vid.

Föredrar du att besöka butikerna så har många handlare sedan tidigare en vana att coronasäkra sin verksamhet. Många lokala handlare har också e-handel i någon form. Och känner du dig det minsta lilla osäker så hör av dig till butiken. Många handlare bokar in personliga enskilda besök.

Ett annat tips är att efter överenskommelse maila din köpa-julklapps-lista till butiken och berätta på ett ungefär vad du söker och till vilken person. På så sätt kan du få ett färdigt förslag på ett antal julklappar som du sedan kan hämta utanför en del butiker och betala med swish. Eller kanske få hemlevererat.

Det finns förstås många andra kreativa lösningar på årets julshopping i Skaraborg. Det viktigaste är att du tar kontakt och visar att du vill handla lokalt och frågar: Hur kan ni hjälpa mig? Det finns många

lösningar på det både när det gäller butiker och restauranger.

Det är en balansgång mellan att hindra smittspridning och samtidigt värna om den lokala handeln i Skaraborg. Och bästa sättet att klara detta är genom att samarbeta. Precis som i alla andra sammanhang.

Vi på Gård & Villa önskar dig en God Jul och Ett Gott Nytt År!

Vi ser fram mot nästa år och kommer tillbaka med full kraft.



Uno Hufvudsson
Marknadsansvarig
för Gård & Villa

Om Gård & Villa

Gård & Villa är ett elegant inspirations- och nyttomagasin för människor som vill bo i eget ägt boende i Skaraborg. Tidningen ger idéer och kunskap om att leva och bo i hus. Och roar, inspirerar och förenklar för husägare. Gård & Villa samarbetar med Villaägarna Skaraborg.

Redaktör
Marie Pallhed
marie@gardochvilla.se

För annonsering kontakta:

Marknadsansvarig i Skaraborg
Uno Hufvudsson: 0708-56 11 99 eller
uno@gardochvilla.se

Anette Sjöman: 0703-63 92 24
nettan@gardochvilla.se

Tryck: V-TAB, Vimmerby

Distribution: SDR, Svensk Direktreklam

Ansvarig utgivare:

Uno Hufvudsson
Telefon: 0708-56 11 99
Info@gardochvilla.se,
Postadress: Gård & Villa,
Varola prästgård 1, 541 94 Skövde

Layout och grafisk form:
Reko Reklam, Lennart Danling

Följ oss på **www.gardochvilla.se**

Vi finns även på



Dé blir som dé blir när det **inte** blir som de skulle

I år drar jultraditionerna igång tidigare än annars. Likt tidigare år har vi planerat in en mellandagsrening. Det är bara det att den börjar innan jul. Vad annars ska man göra 2020? Något spring på stan är det ju inte tal om, direkt. Ska vi inte fira stort så kan vi lika gärna fira fint. En uppdatering av köket står på agendan. Under dryga 20 år har flera uppdateringar skett. Först målning av luckor, byte av bänkar och diskbänk. Nästa gång det var dags åkte alltihop ut. Nytt, nytt, nytt. Många skåp blev det att skruva ihop. Men totalt var köket ur funktion under en enda lunch. Allt var dock inte nytt. Inte diskbänken. En majestätisk pjäs på 240 cm och dubbla hoar. Ingen kompromiss som alla diskbänkar under 200 cm är enligt farbror rörmokaren här inte. Därefter följde under åren en rad uppdateringar där jag och diskbänken höll ihop. I vått och torrt. En ny blandare kostade jag på den. Kändes som en fin föryngring.

Vid senaste köksuppdateringen blev vi med köksö. En stor svart solitär intog köket. Fick riva en vägg för att den skulle få plats. Den

blev jättebra och är flitigt använd men med en bänkskiva som inte stämde med de övriga . . . Ja ni anar vart åt det lutar.

Under nästan 20 år har vi hållit ihop. Jag och den majestätiska diskbänken. Men nu går det inte längre. Ny bänkskiva som är likadan som köksön ska in. 240 cm äkta rostfritt stål ska ut och ersättas med en 480 cm svart bänkskiva med underlimmad ho. En kompromiss.

När vi så står där med beslut taget om kompromissen så ska vi självklart byta kakel i köket också. Det tycker jag verkligen. Där har jag inga känslomässiga band alls. Kan du ta hem några prover, frågar jag försynt. Prover kommer hem, kakel väljs men ett kakel tycker jag känns udda. Det passar liksom inte in. Kära frun frågar om inte det här passar bättre på golvet... att jag aldrig lär mig. Visst skulle det passa perfekt som entrégolv i hallen? Men det behöver ju vara klart till jul.

Så mellandagsrenoveringen blev ett adventsprojekt. Men hur går det då med mellandagsrenoveringen? På samma sätt som en födelsedagspresent överlämnad en annan dag än

på födelsedagen är att betrakta som en gåva (som i och för sig tacksamt tas emot) men inte räknas som just födelsedagspresent, som man ju får den dagen man fyller år, är inte ett adventsprojekt en mellandagsrenovering. Det förstår ju alla.

Det är inte lätt att leva ihop med intelligenta kvinnor. Därför har sista hemmaboende hyresgästen i sega förhandlingar fått igenom en "mindre" renovering av kontor/gästrum. Hon har varit konsekvent, mångordig och detaljrik. Det är inget hafsjobb som ska göras, det kan jag lova. Men det får anstå till just mellandagarna. God Jul och

 Gott Nytt År!



Bjarne Pettersson
ordförande
Villaägarna Skaraborg

MÖBELOUTLET I TIBRO

Möbler från Rixners gamla butik och lager

BLACK WEEK 50-80%

DECEMBER

1995:-

3995:-

SOFFOR FRÅN BR. ANDERSSON 50 ST. HALVA PRISET
ALLA SÄNGAR HALVA PRISET
ALLT KAN LEVERERAS FÖRE JUL
STÄLLBAR MOTORSÄNG 90X200 NU 3995:-
SOFFBORD FR. 200:-
SVENSKTILLVERKADE KONTINENTALSÄNGAR OCH
RESÅRMADRASSER - HALVA PRISET
SÄNGGAVLAR FR. 200:-
MATTOR FR. 300:-/500:-/1000:-/ST

595:- SVART
495:- VIT

3500:-
EKBORD MED 6 STOLAR

6995:-
FLERA STORLEKAR
KONTINENTALSÄNGAR
FRÅN 120-180

VÄRDHUSGATAN 4, TIBRO

Vardagar 11-15
Lördagar 10-14
Söndagar 11-15

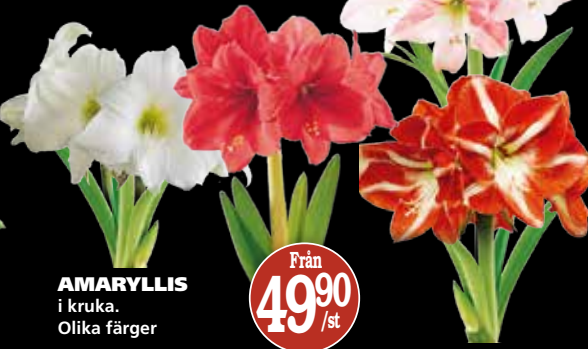
möbeloutleten i tibro

Besök även Rixners nya stora möbelhus på Mariestadvägen 28, öppet alla dagar.

Julstämning i butiken



JULSTJÄRNA ENKEL Vit eller röd
Från 19⁹⁰ /st



AMARYLLIS i kruka. Olika färger
Från 49⁹⁰ /st



JULSTJÄRNA GRENAD Vit eller röd
Från 29⁹⁰ /st



SNITT-AMARYLLIS Olika färger
35% /st



HYACINTER Olika färger
Från 14⁹⁰ /st

VÄXTHUSET
EN GRÖN OAS I SKÖVDE
GUSTAV ADOLFS GATA 40, SKÖVDE
0500-41 33 20
(intill Billinge Färg och Team Sportia)

ÖPPETTIDER:
VARDAGAR 09-19
LÖRDAG 09-16
SÖNDAG 10-16
Priserna gäller så långt lagret räcker.

Vaser och krukor på bilder ingår ej

För enskild handling utanför ordinarie öppettider ring oss **0500-41 33 20**



LINDHOME
KITCHEN & INTERIOR

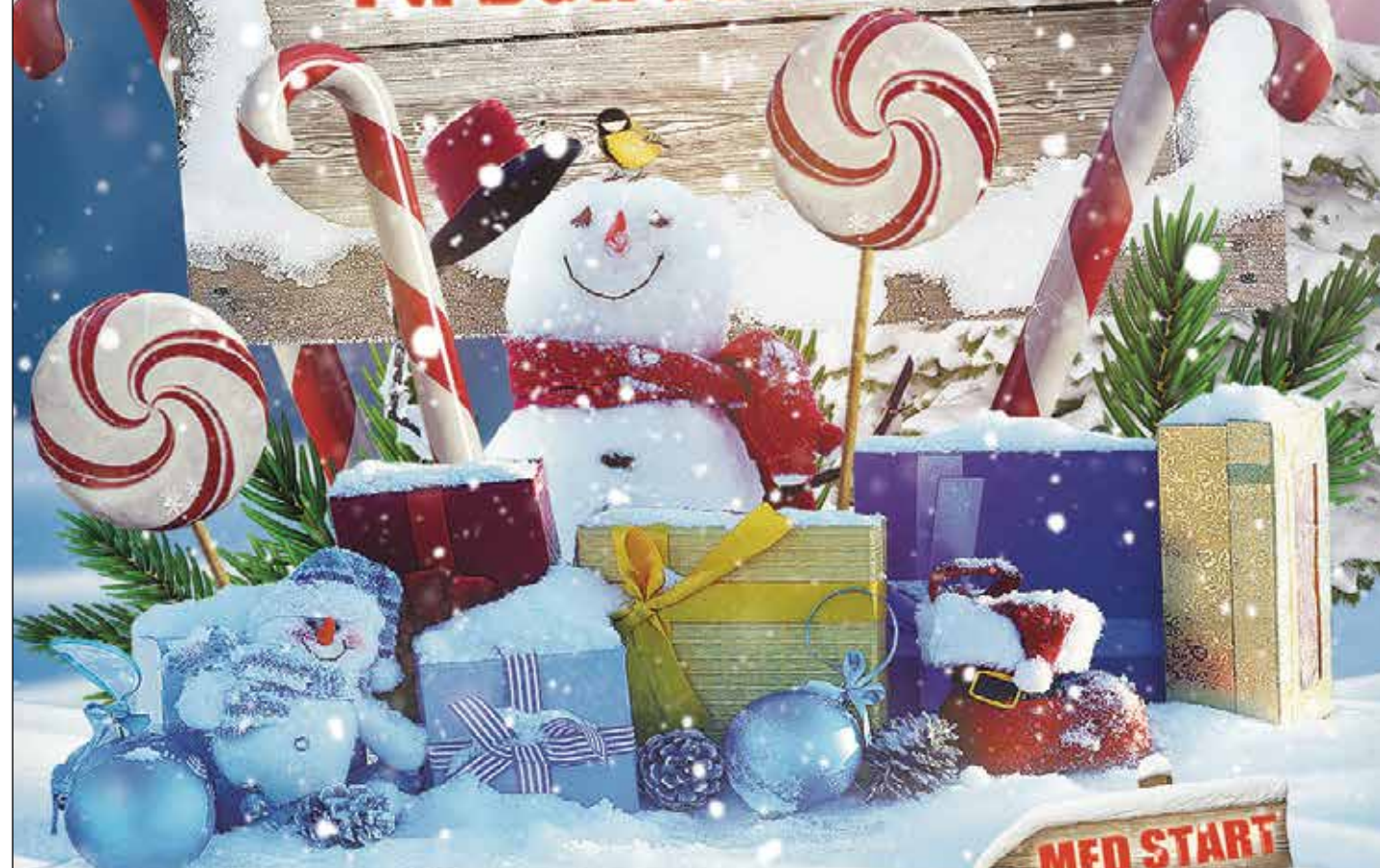
**NYTT KÖK 2021?
BOKA DIN TID IDAG**

info@lindhome.nu - 070-813 19 07 - www.lindhome.nu

LIDHULTS

**NYTT ERBJUDANDE
VARJE VARDAG**

**ÖPPNA LUCKORNA
PÅ BORGUNDA.SE**



BORGUNDA
BYGGHANDEL

**Med start
1 DEC**

THE POWER OF CONFIDENCE

SKÖNHET, PRESTANDA OCH KÖRGLÄDJE I PERFECT HARMONI



Njut av den perfekta balansen mellan kördynamik, design och teknologiskt nytänkande. Hos oss finns nya Alfa Romeo Stelvio och Alfa Romeo Giulia modellår 2020 med bland annat ny exklusiv interiör, ny interaktiv 8,8" pekskärm och förfinad förarassistans.

Passa på!
Alfa Romeo Stelvio Super, pris från 379 900 kr*

Bränsleförbrukning vid blandad körning fr 5,3-9,5 l/100 km och CO2-utsläpp fr 140-214 g/km enligt WLTP. Miljöklass Euro 6D-Temp. Bilarna på bilden är extrautrustade.

La meccanica delle emozioni



HANTERA FRAMTIDEN MED OMSORG

Nya Jeep® 4xe plug-in hybrid



UPP TILL 43 KM HELELEKTRISK KÖRNING. VÄGSKATT 360 KR/ÅR.



Kampanj!
easyWallbox på köpet
- värde 4 475 kr

Ladda snabbt med easyWallbox, en smart kontakt som du installerar hemma utan elektriker.

Lanseringspris!

Compass 430 900 kr (ord.pris fr. 449 900 kr)
Renegade 390 900 kr (ord.pris fr. 409 900 kr)

Klimatbonus utgår med upp till 26 442 kr

Gäller Compass LIMITED 190 HK AT6 4WD (ord.pris fr 449.900 kr) klimatbonus utgår med upp till 26 442 kr, och Renegade 4xe LIMITED 190 HK AT6 4WD (ord.pris fr 409.900kr) klimatbonus utgår med upp till 26 442 kr. EasyWallbox ord.pris 4 475 kr. Bränsleförbrukning vid blandad körning fr 2,1-2,4 l/100 km och CO2-utsläpp fr 47-55 g/km enligt WLTP. Miljöklass Euro 6D-Temp. Bilarna på bilden är extrautrustade. Med reservation för sedvanlig kreditprövning, eventuella tryckfel och lokala avvikelser. Lanseringserbjudandet gäller t.o.m. 31/12 2020 och i mån av tillgänglighet. Jeep® is a registered trademark of FCA US LLC.

Jeep

HRM
Henrik Roos Motorsport Bil AB

HRM Bil AB - Traversgatan 16 - 53140 Lidköping
0510 604 00 - www.hrbil.se
Ordinarie öppettider: Mån-Fre 9-18, Lör: 10-14

*Priserna gäller på utvalda lagerbilar med omgående leverans. Med reservation för slutförsäljning.

Handla i butik och få goda råd till rätt pris!



LAGER-TAPETER

25%

HEL-TÄCKNINGS-MATTOR, FRÅN

395:- /kvm

ALCRO
STIL SUPERMATT
VÄGGFÄRG
HELT NY PÅ
MARKNADEN



INREDNINGSSUGEN? På Colorama i Tibro finns massor med inspiration hämtad från säsongens trender på golv och väggar. – Vi hjälper dig att hitta den inredningsstil som du trivs med, säger inredaren Pia Årebo.

TARKETT
BÄCKASKOG
299:- /kvm

Tibro Färgekonomi AB
Norra vägen 7 A, 543 35 Tibro
Telefon: 0504 - 102 58

ÖPPET måndag-fredag kl. 07-18 | lördag kl. 10-13

colorama



FÖR ÖGA OCH GOM. I den stora festsalen står köpmansdisken i centrum. Här serveras allehanda godsaker och drycker. Trädslöjden på vägghyllan har Linda gjort själv.

Ett kreativt hus med egen vaktpost

Hur många kan mer eller mindre bära sitt flyttgods över gården till nytt boende?

Det gjorde Linda Svensson när hon flyttade från "lillstugan" bredvid föräldrahemmet, när grannhuset blev till salu.

TEXT OCH FOTO **Anita Johansson**

En bit in från vägen mellan Mariestad och Skövde ligger ett rött hus som inte ser ut som andras. Intill står en traditionell vaktpost målad i svart och gult och bakom huset står ett sexkantigt utedass. Och på gaveln finns troligen områdets minsta men charmigaste dansbana. - Jag bodde i lillstugan vid mitt föräldrahem när huset blev till salu, berättar Linda. Huset byggdes 1968 eftersom dåvarande ägaren bodde i ett intilliggande garage och behövde något bättre. Senare tog sommargrannen över huset och 1999 frågade de mig om jag var intresserad av att köpa det. Sagt och gjort, Linda bar över sina saker och flyttade in. I början fanns det inga större behov av att bygga om eller bygga till. - Jag målade mest om för att få det som jag ville och "boade" in mig, för att känna efter hur jag skulle förändra saker och ting i huset och runt omkring. Det första projektet blev sedan att föränd-



SÄLLSKAPLIGT. I detta färgglada rum kan man slå sig ner i den leopardmönstrade soffgruppen. Tända ett ljus och invänta julaften. Stilen påminner om art deco fast på svenskt manér.

ra carporten till en verkstad. Linda som sedan barnsben haft ett textilt intresse behövde nu en verkstad där allt kunde stå framme och vara mer lättillgängligt. Med en kreativ själ finns det ständigt nya idéer att förverkliga. Det hela började med att Linda studerade till dekoratör och blev klar 1989. På 90-talet kom dippen och inga arbeten fanns

att söka. Då fick hon en praktikplats på kulturenheten i Mariestad och sedan dess har det blivit många olika utbildningar parallellt med arbete. Hon har även hållit i kursverksamhet. En av utbildningarna var att läsa till möbelpetsör, vilket avslöjas i hemmet. Den leopardmönstrade rokokomöbeln har Linda klätt om själv. - Jag strävar alltid framåt. För att utvecklas och bli bättre. Nöjdläge genererar ingen huvudvärk visserligen, men det blir kanske inte så roligt? Jag får energi av att göra saker, säger hon och fortsätter: - Jag tittar sällan på tv. Varje sommar under semestern schemalägger jag minst en timme om dagen i solstolen, annars blir det inte av att jag sitter stilla. Runt om i huset och trädgården kan man se Lindas olika verk. De olika byggnaderna har alla sin funktion för spännande events. Vid julsmytning och andra händelser bjuder Linda vanligtvis in till sin festsal



Traditionell julgran. På given plats står granen klädd för att skapa rätt stämning. Matsalsgrupp och skåp har Linda inhandlat på sekund hand och varsamt renoverat.



STILFULLT BAD. För Linda som älskar att bada var det självklart med ett badkar med stil. De vackra lampetterna för levande ljus skapar härlig SPA känsla.

där takhöjden är hög som känslan av en kyrka. Här kan man bli bjuden på popcorn på samma sätt som på bio, från en riktig popcornmaskin. På den gamla köpmansdisken bullas det upp med egenproducerade chokladpraliner som Linda och hennes syster lärt sig göra under en kurs i Nora. Eller så träffas man i den nygjorda bakstugan som kom till då värmepannan slängdes ut från pannrummet. - Man skulle kunna säga att jag brukar producera olika slags föreställningar i form av events. Jag älskar att testa nya idéer tillsammans med andra och det är också något vi gör på jobbet. Min grundprincip är; hur svårt kan det vara? Om man aldrig testat innan så vet man ju inte. För vad kan hända? Man måste våga prova. Nu står hela huset i julskrud och granen är pyntad som man gjorde under sent 1800-tal och tidigt 1900-tal. Julkulor ligger dekorativt i stora glasburkar. I vardagsrum-



TRÄDGÅRSDIMMA. Efter egen design lät Linda skapa en vattenfylld damm med växter runt omkring. Med en rökmaskin i dammen sprids magi innan mörkret faller.



EGENGJORDA TAVLOR. Under sin tid på hemslojden i Skövde skapade Linda dessa motiv. Här pryder de ena väggen i festlokalen.

met finns en matsalsgrupp i mahogny från 40-talet som Linda inhandlat billigt och låtit renovera. Överallt brinner levande ljus och skapar magisk julstämning. I festsalen hänger Lindas samling av julvepor i papper som hängde i var mans hus förr och här och var hänger dekorationer Linda gjort själv. - Man kommer långt med fina papper. Alla kan skapa något litet, säger hon och fortsätter: - Plåt är ett annat material som man kan göra roliga saker av. En vanlig konservburk kan man till exempel bli vackra ljuslyktor. Det bor ju en liten skata i oss alla och jag tror vi går igång på glitter så här års. Det blir nog en ursäkt för allt vi inte får göra resten av året. Man kan göra saker för sin egen skull men jag vill gärna dela med mig till andra, summerar Linda Svensson.



RETRO. På väg till Lindas verkstad passerar man "retrorummet". En omklädd kontorstol i vitsvarta rutor bryter läckert av mot de övriga tonerna i rummet.



DEKOR I PAPP. På en lina och fastsatta med vanlig klädnypor i trä samlar Linda gamla julkort.



SOM PÅ BIO. Popcornmaskinen sprider härlig doft i rummet. Detta är en given succé under Lindas events.

Vi besöker Linda Svensson
Bor i: Ett hus byggt 1968 utanför Mariestad.
Gör: Arbetar inom kultursektorn.
Kuriosa: Anordnar under normala omständigheter Sveriges minsta julsmytning hemma.

Anlita alltid en certifierad

VI BORRAR FÖR VÄRME OCH VATTEN

Utför även horisontell borrning, mark-, rivnings- och flisarbeten

Jan Lundblad AB

Tfn. 0503-400 75 | Korsberga, Hjo
www.janlundblad.se

Vi köper stål och metallskrot, alltid till högsta dagspris!

ÖPPETTIDER VARDAGAR 7.00-16.00

UTSTÄLLNING AV CONTAINERS

Nu finns vi även i Töreboda igen!
Industrigatan 14, tel 0506-790179

För mer info: **0501-75 98 00**

SEVERIN ÅTERVINNING AB

Forsvägen 36, Mariestad
email: info@severinrecycling.se

AQUA LINE PIPE SYSTEMS

GROSSIST INOM MARK/VA-PRODUKTER

DRÄNERING / PORDRÄN / GEOTEXTIL
PEM-SLANG / KOPPLINGAR / VENTILER
KABELSKYDDSSLANG & RÖR / AVLOPPSRÖR & DELAR
ELSVETSDELAR / SLAMAVSKILJARE / RENINGSVERK OCH MYCKET MER

KONTAKTA OSS PÅ 0511-400 700

Rent, renare, Ecoboxrent!

- Robust byggd för vårt nordiska klimat
- Fritt från kemikalier
- För normal och hög skyddsnivå
- Inbyggd bakterierening

Ecobox minireningsverk är ett robust och kemikalfritt verk som ersätter slamavskiljare, infiltrationer och markbäddar.

Välkommen in och träffa oss på vår anläggning i Skara eller ring oss, 0511-400 700 och diskutera ditt avlopp med oss. Vi hjälper både entreprenörer och privatpersoner med lösningar för det enskilda avloppet.

Aqua-Line Pipe Systems AB | Erik Järnåkers Gata 5, 532 37 SKARA
0511-400 700 | info@aqu-line.se | www.aqua-line.se

Husqvarna
READY WHEN YOU ARE

BOKA VINTERSERVICE OCH FÖRVARING NU!

Gör din Husqvarna Automower® redo för nästa säsong.

Vi rengör den, byter knivar, kollar batteriet och uppdaterar mjukvaran. Vill du, så förvarar vi den över vintern.

LIDKÖPINGS Skog & Trädgård

Sockerbruksgatan 13
Telefon 0510-29898
E-post info@lidskogtradgard.se

ÖPPETTIDER VARDAGAR 7-18 LÖRDAG 10-13

SKJUTDÖRRSGARDEROBER

Letar du efter eleganta och praktiska garderoblösningar? Då ska du besöka oss i Falköping. I över 20 år har vi varit det självklara valet som leverantör av skjutdörrsgarderober av hög kvalitet och till rätta priser. Välkommen in till oss!

Garderob Specialisten

Göteborgsvägen 12 Falköping Tel 0515-80310
Butikstider: Ons-Fre 14.00-18.00 Lör 10.00-13.00

Nu med egen webshop www.garderospecialisten.com

B-UNIQ
www.b-uniq.se

Följ oss på
@b-uniqstylingochmakeup

Välkommen att inspireras i min webbshop!

Du hittar

- Mist Makeup
- ME Hudvård
- Styling,
- Nettan tipsar m.m.

Poncho i flera färger NU 299:- (ord.399:-)

Anette Sjöman
info@b-uniq.se

Renovering och inredning av kök

Måttanpassade kök eller bara luckbyte:

- 30 % ROT-avdrag på arbetet
- 20 % rabatt på Cylinda vitvaror
- 10 % rabatt på Intra diskbänkar/hoar
- Nu även stänkpanel istället för kakel

MARIESTADS KÖKSCENTER
KÖK OCH VITVAROR

Götene E20 Lugnäs Mariestad

Björnsättersvägen 1
542 74 Mariestad
Tel. 0501-40074, 0707-616 609
www.mariestadskok.se

För öppettider, se hemsidan:
www.mariestadskok.se

Ni vet väl om att vi kan

serva & reparera din bil?

Vi servar helt enligt fordonstillverkarens rekommendationer.
Vi använder alltid originaldelar eller minst motsvarande – helt enligt era önskemål.
Ring eller maila för förslag på tid och kostnad.

- Vi kan serva och reparera din BMW (vi hanterar condition based service och mjukvara). Välkommen in så läser vi nyckeln!
- Släcker anmärkningar (tvåor) från bilprovningen
- Däckhotell och däckservice
- AC-service

SKÖVDE BILRINGAR

Servicevägen 5, 541 41 Skövde • Tel 0500-414 414
kundservice@skovdebilringar.se



BARA DAMER – Efter ett kallt dopp känner man sig både pigg och varm, kommenterar badtrion Maj-Britt, Solveig och Viive.

Nya hälsotrenden – iskalla bad

Frostkrisp i gräset, tre grader i luften och sex grader i sjön . . .

– En perfekt dag för ett bad, solen skiner ju! Allt fler hakar på trenden med iskalla bad och vid Simsjön hittar vi tre pigga damer, Maj-Britt, Solveig och Viive. Alla tre nyfrälsta kallbadare.

TEXT OCH FOTO **Ulf C Nilsson**

För skövedtrion började det här med corona-viruset och alla restriktioner det förde med sig. Det var bara att stryka alla resor från listan och ”hemestra”. Så vad gör man då med all ledig tid som nu så att säga blir över?

– Vi började vandra i naturen runt om i Skaraborg istället, det blir någon mil ett par gånger i veckan, berättar Maj-Britt.

Och när man går blir man varm, så att runda av med ett dopp är aldrig fel. Första doppet för säsongen var 22 maj och då var vattnet 14 grader varm.

– Men det var skönt ändå! Sedan har vi bara fortsatt.

Vandringsleder finns överallt och att börja och sluta vid en badsjö har blivit den här trions signum. Ett problem när sommaren tog slut är att många bryggor tas upp.

– Att vada ut i det kalla vattnet är lite tufft, så vi har börjat sikta in oss på de ställen där bryggorna med badstege ligger kvar, säger Solveig.

– Men ledstängerna är kalla, så man får nog börja med vantar också snart, konstaterar de.

Mössa på har det blivit de senaste veckorna, för det är ju trots allt genom huvudet den mesta kroppsvärmen försvinner.

Köldchocken när man hoppar i stänger ju av övrigt

”värmeläckage”.

Men, bastu då?

– Det är skönare att gå sig varm före doppet, menar Maj-Britt.

Snart kan man anta att isen lägger sig, tar badsäsongen slut då?

– Nej, då tar vi med en ishacka bara. Man behöver ju ingen stor vak för att bada.

Bästa badställena nu?

– Allra bäst är det nya vinterbadet vid Vättern i Hjo och Karlsborg. Simsjön i Skövde, Flämsjön, Vänern vid Mariestad funkar också fint. Däremot är det väl mycket fåglar och vad det för med sig på bryggorna vid Sjötorpssjön i Skultorp och Karstorpssjön i Skövde. Och vid Örlenbadet utanför Tibro har de ju tagit upp bryggorna och botten är ganska stenig, så den får vara över vintern för oss.

Och fördelarna med det här?

– Man blir både pigg och glad. Och det håller i sig länge efteråt.



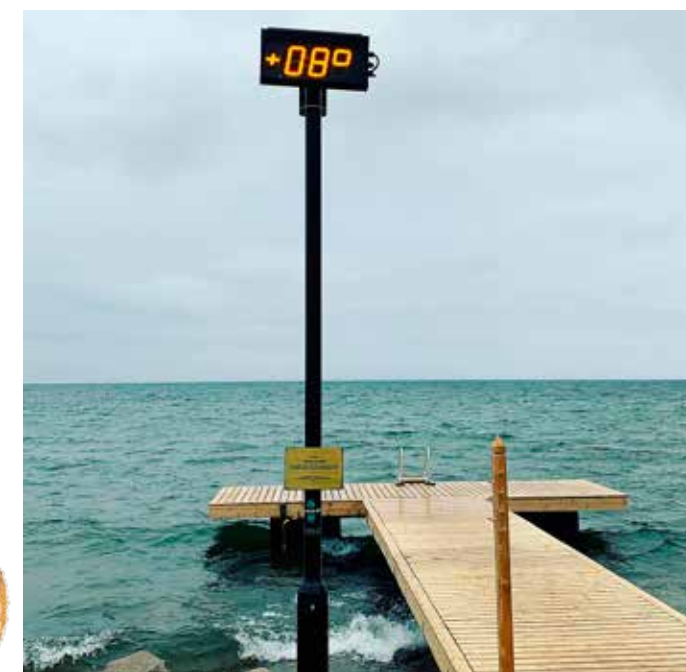
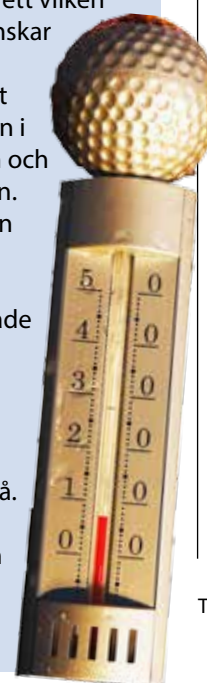
PERFEKT BADDAG. Soligt, tre grader varmt och sju grader i vattnet. Trion från Skövde har märkt att allt fler nu njuter av kalla bad.

Hälsofördelar med kallbad

- Först och främst gör kallbad att blodkärlen snabbt drar ihop sig för att hålla kvar värmen. Blodtrycket stiger för att motverka nedkylning och chocken utlöser massor av adrenalin och även endorfiner som motverkar depression och gör att man mår bra. Och - att man klarar av utmaningen ökar självförtroendet.
- Du blir pigg eftersom hjärtat slår snabbare och även andning stimuleras (så det gäller att vänja sig vid att fortsätta andas trots chocken). Trötthet försvinner.
- Spänningar minskar och återhämtningen efter muskelsmärta går snabbare. Sammandragningarna i blodkärlen sägs ha en antiinflammatorisk effekt och minskar alltså eventuell inflammation i vävnaderna.
- Kalla bad aktiverar produktionen av brunt fett vilken genererar värme i kroppen och samtidigt minskar närvaron av det skadliga vita fettet.
- Kylan ger också en mental boost genom att utsöndringen av stresshormonet noradrenalin i hjärnan stimuleras. Det ”sätter igång” hjärnan och ger ökad reaktionsförmåga och koncentration. Dessutom bidrar det till att minska depression och andra negativa känslor. En undersökning med en grupp som led av diagnostiserad reumatism, fibromyalgi och astma konstaterade att vinterbad hade lindrat smärtan.

Inte för alla

Vinterbad är inte för alla. Har man kroniskt högt blodtryck eller är hjärtsjuk ska man avstå. För diabetiker rekommenderas badskor på eftersom deras fötter lätt domnar bort i kylan och risken att göra illa sig därmed ökar.



BRA BADPLATS. Vinterbadet i Vättern vid Hjo får högsta betyg. Finns till och med en digital termometer som visar badtemperaturen där.

Tips för lyckade vinterbad:

1. Bada inte ensam.
2. Värm upp musklerna innan du går i vattnet.
3. Ta bara ett snabbt dopp första gången.
4. Klä dig varmt efteråt.
5. Gå aldrig i vattnet om du är berusad eller sjuk.
6. Bär gärna en mössa.
7. Dyk inte i.

TEMP. Dagsnoteringen i badvattnet: 7 grader. Klart varmare än i luften.



20%
på komplett pool
Läs mer på folkpool.se

Lev livet softare

Folkpool Lidköping
Skogvaktarevägen 13

Folkpool.

Behöver du ett extra rum?



Vill du inte spika i golv och tak?

- Snabb montering!
- Patenterad lösning!
- Snabb leverans!

TM Innervägg
Läs mer och beställ:
www.tibromobelindustri.com

TMINTERIOR
Fabriksgatan 7, Tibro
Tel: 0504-150 50

**GULD ELLER ANDRA VÄRDESAKER
SÄLJ, BELÅNA ELLER KÖP**

PANTBANKEN
VÄNERSBORG - TROLLHÄTTAN
SKÖVDE



www.panta.nu

Residensgatan 5, Vänersborg 0521-100 64
Nygatan 2, Trollhättan 0520-41 11 96
Lögegatan 4A, Skövde 0500-48 11 96

Lions hjälper. Vi hjälper till
vid katastrofer.

Lions Sverige
Sveriges Lions Hjälpfond

Pg 90 1948-0
www.lions.se



renta
MASKINUTHYRNING



Moderna kök
Smartast på luckor

Vinterkampanj, 25% rabatt
Boka ett gratis hembesök idag!

Var smart – var lokal. Prata kök med aktören från Hova.
Ring 073-2625508. Kampanjen är giltig t.o.m 31 januari 2021.
www.modernakok.com | info@modernakok.com

Nöjd kund garanti
* Nya luckor & lådsystem
* Bänkskivor, stänkskydd mm

* Stort urval av produkter
* Snabbt, smidigt, enkelt
* Lokalt företag



30%
BORÅSTAPETER
OCH MR. PERSWALL
FOTOTAPETER
14/12-30/12

Hämta och betala i januari!
Tapeterna kan hämtas tidigare, leveranstiden är ca. 1-5 dagar.

Följ oss också på  

Bli medlem i vår kundklubb - du får alltid cashback på dina köp.

Gustav Adolfs gata 53
541 45 Skövde
Tel. 0500-412210
Öppet 9-18, lörd. 9-15, sön. 10-15

Flügger färg
Måleriets leverantör



HANDLA DINA LJUDKLAPPAR HÄR!

hifi-punkten.se

WWW.HIFI-PUNKTEN.SE

TROLLHÄTTAN
STORCATAN 21
0520 - 147 40

SKÖVDE
LÄNGGATAN 11
0500 - 41 06 40

Gör julbordet extra näringsrikt:

Ägg är naturligt rikt på D-vitamin

Mycket forskning bedrivs just nu för att undersöka om brist på D-vitamin är en potentiellt ökad riskfaktor för att bli svårt sjuk i covid-19. Något orsakssamband är ännu inte bevisat men mätningar visar att nästan 20 procent av den svenska befolkningen kan lida av D-vitaminbrist.

FOTO OCH KÄLLA EFFIE TRIKILI/SVENSKA ÄGG

Vi i norr behöver få i oss extra D-vitamin via kosten nu under det mörka vinterhalvåret och genom att äta ett enda ägg får du i dig en fjärdedel av det dagliga behovet av D-vitamin. Det är en av de bästa källorna för solskensvitaminet, säger Marie Lönneskog Hogstadius, verksamhetsledare på branschorganisationen Svenska Ägg.

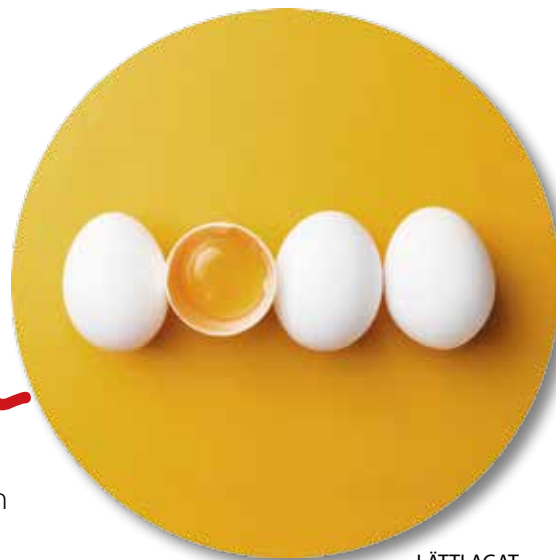
Nyligen höjde Livsmedelsverket äggets D-vitaminvärde i livsmedelsdatabasen till 3,700 mikrogram D-vitamin per 100 g ägg. Höjningen av värdet beror på att man upptäckt att äggulan innehåller ytterligare en form av D-vitamin; 25(OH)-vitamin D. Kunskapen om att denna form av vitaminet finns i livsmedel är ny och forskning visar att den varianten av vitaminet har fem gånger så hög aktivitet jämfört med vitamin D3, den form som anges för livsmedel och som används i vitamintillskott.

– Det här innebär att ägg är dubbelt så nyttigt mot vad vi tidigare trott, säger Christer Rosén, näringsexpert på CHR Food & Health.

D-vitamin bidrar till immunsystemets och musklernas normala funktion och är viktigt för starka tänder och skelett.

Dagsbehovet av vitamin D anses enligt evidens ligga på mellan 10–20 mikrogram men det finns också förespråkare för betydligt högre dagsdoser, upp till 50 mikrogram per dag för att kunna behålla den D-vitaminnivå som kroppen har i slutet av sommaren och som behövs för att stärka vårt immunförsvar menar forskaren Mats Humble. *

VITALISERANDE. Ägg, som är en utmärkt källa till D-vitamin, har visat sig vara dubbelt så nyttigt mot vad man tidigare trott.



LÄTTLAGAT.
Finns det ägg så finns det mat.
Det är ett perfekt livsmedel för att snabbt och smidigt tillaga en fullvärdig måltid.

Mycket forskning bedrivs nu för att undersöka om brist på D-vitamin är en potentiellt ökad riskfaktor för att bli svårt sjuk i covid-19. Än så länge har forskningen visat att det finns en överrepresentation av de som lider av D-vitaminbrist bland dem som blivit svårt sjuka av covid-19. Men något orsakssamband är ännu inte bevisat.

– Däremot visar studier att D-vitamin kan ha betydelse för mottagligheten av luftvägsinfektioner, och därmed kan en brist av vitaminet innebära en ökad riskfaktor, särskilt under mörkare årstider och för riskgrupper, säger Christer Rosén och Marie Lönneskog Hogstadius fortsätter:

– Många som medvetet ser till att få i sig extra D-vitamin under höst och vinter använder kosttillskott. Men ägg är en naturligt rik källa till D-vitamin. Det är ett fantastiskt livsmedel som innehåller alla näringsämnen vår kropp behöver förutom C-vitamin. Ägg har både ett högt näringsvärde och dessutom ett lågt klimatavtryck.

En färsk livscykelanalys som forskningsinstitutet RISE gjort på uppdrag av Svenska Ägg visar att ägg är det mest näringsstötta livsmedlet bland andra proteinrika livsmedel som ingick i studien (nötkött, fläskkött, hårdost, kyckling, lax och kokta bönor) samt har det lägsta klimatavtrycket, efter bönor.

**Källa: "Så mycket D-vitamin ska du äta" - Malou Efter tio (TV4) med forskaren Mats Humble.*



Ladda julbordet med D-vitamin

Tapas med äggtema passar bra när såväl få som många samlas vid julbordet. Här några rätter som kan serveras i äggförpackningen.

Ägg, bacon och kantarellmuffins

16 port. tilltugg eller 8 port. buffé
5 st. ägg
1 dl grädde
70 g riven lagrad ost
½ dl vetemjöl
1 tsk bakpulver
100g kantareller (förvällda)
½ st. gul lök (medelstor)
10 g persilja

Sätt ugnen på 175 grader. Grovhacka svampen, lök och persilja. Stek svampen och lök i smör och låt den fräsa en stund tills vattnet dunstat. Salta och blanda i persilja. Vispa upp äggen i en bunke, blanda i grädde, ost och svampblandningen. Sikta i mjöl och bakpulver och krydda med salt och peppar. Smörj muffinsformarna och lägg i fyllningen. Grädda muffinsen i ugnen 15 minuter eller tills de fått fin färg.



PLOCKMAT. Svenska ingredienser på julbordet och att välja klimatsmarta proteinkällor som ägg är två sätt att göra julbordet mer hållbart.



NÄRINGSLOADAT. Genom ägg får du i dig nästan alla näringsämnen som kroppen behöver.

Ägg toppat med sill- och potatisröra

8 st. äg
200 g potatis (fast)
150 g matjessill
20 g gräslök
½ dl gräddfil
10 g dill

Brödchips

200 g mörkt bröd (gärna halvfrost)
2 msk rapsolja
salt
Skär brödet tunt, spraya lite olja och salta brödet. Torka i ugnen på 100 grader i 30 minuter.

Rågchips (krustader) fyllda med ägg- och spenatcrème

4 st. ägg
30 g färsk spenat
½ gul lök
25 g brynt smör
1 tsk vitvinsvinäger
1 påse rågchips
25 g pepparrot (eller efter tycke och smak)
salt och svartpeppar
Koka upp vatten. Lägg ner äggen och koka äggen i 8 min, spola i kallt vatten och skala. Finhacka lök och fräs löken och spenat, i lite olja. Mixa alla ingredienser och smaka av med brynta smöret, salt och svartpeppar. Riv pepparrot och strö över ägg och spenatcrème, efter tycke och smak.

Brödchips och syrad lök är gott till! Koka upp vatten. Lägg i äggen och koka äggen i 8 min, spola i kallt vatten och skala. Skala potatis och koka i lättsaltat vatten tills dom är mjuka. Låt svalna.

Finhacka gräslök, matjessill och potatisen. Blanda i gräddfil och smaka av med salt och svartpeppar. Dela äggen och toppa med röran, dekorera med brödchips, syrad lök och dill.

Fler äggidéer till jul

Äggghalvor javisst, men ägg som julmat kan vara så mycket mer. Varför inte börja med en äggtoddy till fördrink, omelett med svampstuvning och laxpaté på buffén samt ostkaka till dessert. Blir det kokta ägg över är de goda även några dagar senare. Överblivna äggghalvor passar också bra i exempelvis gubbröra. Och med ägg i kylan skapar du nya rätter av gårdagens rester och gör en omelett.

Recepten är framtagna av Katarina Westlund, kocklärare på Dackeskolan i Mjölby.

OSTBUTIK • OSTLAGER • RESTAURANG • PRESENTBUTIK

EN OSTUPPLEVELSE VÄRD EN OMVÄG

OSTLAGER MED ALG
Falbygden's
OSTERIA

OSTPARADISET I FALKÖPING

www.falbygdenosteria.se

Horns Tegelbruk

Nordens enda tegelbruk som tillverkar äkta handslaget tegel som bränns i vedeldad flammugn. Tegel för golv, vägg, fasad m.m.

H

www.hornstegelbruk.se
070-54 99 038

renta

MASKINUTHYRNING

Skövdes starkaste köksteam

"Vi ritar köket som uppfyller dina drömmar och matchar din budget".

HTH Köksforum Skövde • Södra Metallvägen 2 • 541 39 Skövde • Tel. 0500 48 58 44 • hth.se
Öppet tider: Måndag - fredag 10-18 • lördag 10-15

KÖKSKÄRLEK
SOM HÅLLER

**JULENS GODASTE
KLAPPAR HITTAR
DU HOS RECORD
I SKÖVDE**

TREND & TRADITION
KAFFE, TE, CHOKLAD &
LAKRITS MM
PORSLIN & INREDNING

**Öppet ALLA dagar
fram till 23/12**

Vill du inte komma in i butiken så löser vi det.
För mer info www.recordskovde.se

Vi finns på  

**The Kaffe Choklad
Te och Kaffehandeln
Record**
Storgatan 13 Skövde
0500-41 55 26
Besöksadress: Storgatan 13, 541 30 Skövde

Julgranar i olika storlekar och pris från 225:-

**Amaryllis
dekorerad
i kruka
159:-**

mästers

ÖPPETTIDER
måndag - fredag 9-18
lördag 9-14

**Extra öppet inför jul,
se hemsida**

Handelsträdgård
Västerbyvägen 13, 533 32 Götene
Tel. 0511-503 51
www.mastersblommor.se

Här hittar du Gård & Villa:s hantverkare! Vill du också synas så här?

Uno Hufvudsson, 0708-56 11 99 | Anette Sjöman, 0703-63 92 24 | uno@gardochvilla.se | nettan@gardochvilla.se

Elinstallationer för både privatpersoner och företag

**LOKAL ANKNYTNING MED
BRED KOMPETENS**

ELCENTER I SKÖVDE AB
0500-409908
ELLER
0500-409907

DIN VVS LEVERANTÖR I MARIESTAD

Bad & Värme | **HJALMARSSONS RÖR**

Förrådsgatan 45, 542 35 MARIESTAD
0501-716 60 | www.bad-varme.se

Flera hundra profiler
Bröstlist, Foder, Golvlist, Fönsterunderstycke, Locklät, Midjelst, Panel och Taklist

**SÖRGÅRDENS
HYVLERI**

OLOFSBY SÖRGÅRDEN 1
543 93 TIBRO | Tel: 0504-300 50
Mail: kontakt@sorgardenshyvleri.se

**Kontakta oss när det gäller
solenergi, kaminer, pannor
och brännare mm.**

AGRONOLA
ENERGI AB

Tel 0511- 29344 www.agronola.se

**Sänk dina upp-
värmningskostnader**

Vi kan installationer och monteringar av:
Golvvärme, elvärmeslingor, värmepannor och värmepumpar m.m.

Berts Elektriska
Säckestad 18, 549 92 Moholm
070-782 20 45 | 0506-22044
bert@bertselektriska.se

UTFÖR ALLT INOM BYGG

PIGGATORPS BYGG AB

Kungsryd Furudal, 541 92 Skövde
Epost: Piggatorpsbygg@outlook.com
Mobil: Johan 0709-438244
Telefon: 0500-422010

Vi har golvläggare och är certifierade för badrum

colorama

Tibro Färgekonomi AB
Telefon 0504 - 102 58

ERIKSSONS
Snickeri & Inredning AB
ALLT INOM BYGG

Skövdevägen 44, Skultorp
tel. 0500-41 50 00 | mob. 0705- 62 56 40
mail. lasse@lidensberg.se
www.skovde.mobalpa.se

Vi kan fönster – Ring oss!

Boka ett gratis hembesök 0708-56 79 90
eller maila till ulf.beck@fonsterhusetab.se

FÖNSTERHUSET
www.fonsterhusetab.se

PAL-V är redo att lyfta

Det sägs att om Gud hade velat att vi skulle flyga så hade han gett oss vingar. Det var dock inget som bröderna Wright tänkte på när de öppnade dörren till himmelriket och gjorde den första motorflygningen 1903. Nu, 117 år senare, skrivs återigen högtflygande historia när produktionen av världens första flygande bil startar. Vi har fått en exklusiv titt på den flygande holländaren.

TEXT **Johannes Gardelöf och Jenny Nilsson** / © CNP AB | FOTO **CNP AB**

Låter namnet PAL-V bekant? Om inte kan vi berätta att förkortningen står för ”Personal Air Land Vehicle” och skapelsen är en korsning mellan bil, motorcykel samt gyrokopter. Själva förvandlingen tar mellan fem till tio minuter och kräver några få manuella ingrepp av säkerhetsskäl. Just nu är farkosten godkänd för väganvändning och 2022 förväntas PAL-V få grönt ljus av den europeiska flygsäkerhetsmyndigheten, EASA.

Dubbla motorer

Att stå still i rusningstrafik är knappast någon höjdare och kan få den mest tålmodige att tappa behärsknigen. Vore det då inte skönt att likt i filmens underbara värld kunna trycka på en knapp och vips så poppar vingar ut och du kan lyfta från marken? Nu är det faktiskt möjligt – om du har körkort och flygcertifikat vill säga. PAL-V är en hypermodern gyrokopter som drivs med hjälp av dubbla bensinfyror från österrikiska Rotax. Varje maskin är på 100 hästkrafter och arbetar som radarpar i luften men på fast mark så blir en sysslo-



lös. Eftersom tomvikten är 664 kilo så går det undan - noll till hundra rullar på nio sekunder medan toppfarten är 160 km/h.

Flygande pionjär

PAL-V accelererar därmed som en trehjulig sportbil, tar kurvorna som en motorcykel och flyger fram i sann gyrokopteranda. Kupén är tvåsitsig och när det är dags att flyga så behövs en startsträcka på 180 meter. I luften kan man toppa 180 km/h och njuta av utsikten på maximalt 3 500 meters höjd i upp till 4,3 timmar innan det är dags att fylla tanken med 100 liter

bensin. Vad som krävs för att få flyga? Tja, ett gyrokopter-certifikat och PAL-V anordnar snabbkurser vid sin fabrik i holländska Raamsdonksveer. Det rör sig om sex tillfällen på fem dagar vardera och priset hamnar på 100 000. Naturligtvis tillkommer en PAL-V Liberty och just nu erbjuds fullsmetade Pioneer för 6,3 miljoner kronor medan den enklare Sport-utgåvan kostar 3,8. Ändå har redan sjuttio kunder valt att göra som Mikael Rickfors. De har köpt vingar för pengarna och tänker flyga ut över ängarna.



Tala om äkta flygtaxi

Nu har verkligheten kommit ikapp den tecknade framtidsfamiljen Jetsons flygande tefat från sextioalet och flygande taxibilar väntas bli vanliga i luften över Florida. Men inte som åkattraktioner hos Disney World eller Universal Studios utan som ett alternativ till bil, tåg och traditionellt flyg. Florida blir först i USA med eldrivna taxibilar som ska sväva högt i det blå.

TEXT **Carl-Ingemar Perstad och Johannes Gardelöf** / © CNP AB | FOTO **CNP AB**

”Ni kommer också att ha flygande taxibilar i Stockholm”. Det säger Daniel Wiegand som är medgrundare av tyska Lilium Aviations och står bakom satsningen som faktiskt har en svensk koppling. Skype-grundaren Niklas Zennströms riskkapitalbolag Atomico har nämligen pumpat in ett antal miljarder i bolaget som tar taxibilen till nya höjder.

Framtidens Uber

Dagens transportsystem fungerar illa och man pratar om trafikinfarkt runt de större städerna. Flygande taxibilar med plats för fem som kan starta och landa vertikalt kan vara en del av lösningen. Om fyra år ska Lilium Aviations första flygplats vara klar och utvecklarna ser det som framtidens Uber. Ett klick på mobilen och du blir upphämtad. Mellan flygningarna laddas batterierna som i sin tur driver 36 elmotorer på totalt 2000 hästkrafter som monterats i vingarna. Marschfarten ligger på 300 km/h och räckvidden uppskattas till 30 mil. Det betyder exempelvis Stockholm–Jönköping eller Stockholm–Sundsvall. Själva tekniken är relativt enkel och vid take off vinklas vingarna med fläktmotorerna mot marken och väl uppe i luften vinklas



kraften bakåt. På marken taxar man med ett separat batteri likt en vanlig elbil och underhållsbehovet är minimalt.

Snart verklighet

Drömmar om flygande bilar har funnits länge - men vad som gör Lilium Aviations unikt är att prototypen finns färdig och staden Orlando är villiga att investera i den första flygplatsen vid namn ”Lake Nona Vertiport”. Ett stenkast från Disney World ska det byggas två plattformar för vertikal start och landning liksom åtta laddstationer för flygtaxikön. Allt ska stå färdigt 2025 och liknande knutpunkter ska finnas i alla större städer i framtiden - även Sverige. Miljön är den stora vinnaren eftersom mo-

torerna är eldrivna och vid start är ljudnivån likvärdigt med en lastbil. Dessutom slipper man alla trafikstockningar och kan njuta av utsikten på 3000 meters höjd. Att flyga som familjen Jetson är snart verklighet.



GÄRE BYGG

Anlita en etablerad professionell BYGGFIRMA

**Nytt kök, badrum eller takbyte?
Om / tillbyggnad, nya fönster?
Drömmar om ett spabad?**

Vi utför allt inom bygg

Tel. 0500-471100
www.garebygg.se

SLÄTTE -EKEDÅLS SOLSKYDD
TÖREBODA - MARIESTAD 0501 400 22
www.slatteekedalssolskydd.se

MÖT VINTERN MED NYTT SOLSKYDD

MARKISER, SCREEN, PERSIENNER
RULL-, LAMELL-, PLISSÉ/DUETTGARDINER

ALLTID FRIA HEMBESÖK
ALLTID OFFERT DIREKT



Slätte Ekedals Solskydd
Stockholmsvägen 45
542 33 Mariestad info@slatteekedalssolskydd.se

BOKA GRATIS VÄRDERING!

Magnus Conradsson
Fastighetsmäklare & lantbrukare
0706-122 252
magnus@egendomsmaklarna.se

EgendomsMäklarna

VI KAN GÅRDAR OCH VILLOR PÅ LANDSBYGDEN

Vi skapar bättre villkor för villaägandet!

Hyr släpkärra gratis!

NY STATIONSVÅRD I LIDKÖPING
Colorama
Lindhagsgatan 1

Varmt välkommen!
Boka kärra online här!

För mer information
www.villaagarnaskaraborg.se

Kompletta lösningar

Boka ert tak redan nu!

TJTAK & FASAD

Ring för kostnadsfri offert
ROT-avdrag F-skatt

GÅLSTADS PLÅTSLAGERI

Gålstad 1 | Skånings-Åsaka | 0511-290 50 | Tjtak.se | info@tjtak.se

Missa inte TJ:s nya storsatsning!

STJÄRNFÖNSTER

Pvc, trä, aluminium & montage

DIN STÄLLNINGS-BYGGARE

STJÄRNFÖNSTER

www.stjarnfonster.se

**VÄLKOMMEN IN OCH HANDLA I VÅRAN BUTIK!
FÅ HJÄLP OCH GODA RÅD PÅ KÖPET!**

FOTO-BÖCKER, TACKKORT, KALENDRAR M.M.

VI GÖR FLERA METERS FÖRSTORINGAR PÅ CANVAS, AKVARELL, FOTOPAPPER M.M.

**• EGET FOTOLABB
• EXPRESSFRAMKALLING
• FRAMKALLARE PÅ FUJIFILMS BÄSTA FOTOPAPPER
• ID- KÖRKORT- VISUM- OCH PASSFOTO**

**• VHS OCH SUPER 8 TILL DVD ELLER USB-MINNE
• DIGITALISERING AV DIABLIDER**

VI HAR FUNNITS I 18 ÅR OCH ÄR NU ENDA BUTIKEN I STADEN SOM KLARAR DET

MESTA INOM FOTO!

BILDBUTIKEN ATELJE FOTOLAB BUTIK
FOTOCENTER

Granskagatan 4C, Skövde tel. 0500-41 13 29
NORMMALM

ÖPPETTIDER mån-fre 10-18 | lunch 12-13 | lör 10-14 | Beställ bilder på www.fotocenter.se

SKARABORGS

BREDASTE MÖBELSORTIMENT

RÄNTEFRI
AVBETALNING
24 MÅNADER



KAPLANSG. 32 MARIESJÖ SKÖVDE

Tel. 0500-41 19 00

WWW.A-MOBLER.SE

ÖPPETTIDER: Vardagar 10-18 | Lördag 10-14 | Söndag 11-16

RIXNERS

Räntefri avbetalning
med möbelkortet!



Följ oss också på



Sveriges möbelcentrum

Mariestadsvägen 28

Tel: 0504-130 60

www.rixners.se