



**SKARPE SKUD
I KULTURKANONEN**

DEN GLADE PLADE
- GRAMMOFONPLADEN LEVER STADIG

**INTERAKTIV
DANSEFORESTILLING**
- KNUD ROMERS ABC BLIVER LEVENDE

BOLIG OG MENNESKER

REDAKTION



Christian Dan Jensen
Kommerciel redaktør
cj@mitsvendborg.dk
chdaj@jfmedier.dk
Mobil: 27 83 10 80

SKRIBENTER



Susanne Riber
Børn og familie
gsriber@gmail.com



Susanne Linnet Aagaard
susanne@linnet-aagaard.dk



Susanne Gregersen
Sundhed & Velvære
susanne.gregersen@gmail.com



Trine Lønfeldt
trinelonfeldt@gmail.com
www.trinelonfeldt.dk /
www.matematikboost.dk



Allan Bojsen
allan@bojsen.dk
Fra IT-nordens lænestol



G02Green
info@g02green.dk
www.g02green.dk



www.sydfynskulturforening.dk
#sydfynskulturforening
sydfynskulturforening@gmail.com



Svendborg Erhvervsråd
erhverv@svendborg.dk

ANNONCESALG



Freddy Højby
Mediekonsulent
fh@mitsvendborg.dk
Mobil: 52 14 79 00



Dorte Hansen
Mediekonsulent
dorte@jfmedier.dk
Mobil: 24 92 62 77



Christian Dan Jensen
Kommerciel redaktør/
mediekonsulent
cj@mitsvendborg.dk
Mobil: 27 83 10 80



INDHOLD



Minder, oplevelser og identitet
Hussalg handler også om følelser

29



'Jeg vil også på ferie i Oure'
Menneskets bedste ven trives
godt i Ærtebjerg Hundepension

18



Prydhaven på Fattiggården gør gavn
Engang tvangsarbejde
- nu nytte og fællesskab

39

De mange facetter

Hvad er den gode historie? Er det den videnbaserede, undersøgende og perspektiverende en af slagsen. Den sensationelle og opsigtsvækkende historie. Historien der som udgangspunkt forholder sig kritisk, spørgende og objektivt. Eller er det den inspirerende, underholdende og fængende historie, som gør os interesserede i at vide mere, om den verden vi lever i. Historier som gør os klogere, gladere og med bredere udsyn.

Siden det første mitsvendborg.dk – MAGASIN kom på gaden i oktober 2010, har den redaktionelle linje været, at give læserne gode og positivt vinklede historier fra Svendborg. Ikke lalleglade ligegyldigheder, men historier med kant, skrevet med såvel hovedet som hjertet. Vores mission er ikke kritisk, konstruktiv og debatskabende journalistik. Den opgave ligger i trykke hænder hos kollegaerne ved Fyns Amts Avis, som hver eneste dag holder os opdateret og sikrer vores nærdemokrati med lokale nyheder fra hele Sydlyn.

"Vi er sat i verden for at skrive og formidle gode værdiskabende historier, som kan kvalificere læserne med et bredere billede af virkeligheden"

For blot ganske få år siden blev vi ajourført med verdenssituationen fra Radioavisen, dagbladene og nyheder på tv. I dag får vi informationsstrømme ind alle steder fra, som vi skal forholde os til og gøre vores betragtninger ud fra. Det er derfor vigtigt med nuancerne i mediebilledet, som i denne tid er i rivende udvikling. Andre og tidssvarende former for journalistik er en uundgåelig del af denne udvikling, som vi på mitsvendborg.dk har valgt at være en aktiv del af.

mitsvendborg.dk er ikke et sensationshungrende medie og bliver det aldrig. Vi er sat i verden for at skrive og formidle gode værdiskabende historier, som kan kvalificere læserne med et bredere billede af virkeligheden - bl.a. vores rige kulturliv og senest også af ejendomsmarkedet på Sydlyn. Vi støtter op om erhvervslivet, og skriver gerne den levende firmaprofil - kommercielt forankret i mitsvendborg.dk konceptet.

Og så bidrager vi stadig til saglig og kærlig debat.

CHRISTIAN DAN JENSEN
Redaktør, mitsvendborg.dk



mitsvendborg.dk
MAGASIN

Udgiver

Jysk Fynske Medier
Sct.Nicolai Gade 3
5700 Svendborg

Ansvarshavende chefredaktør
Troels Mylenberg

Tryk og grafisk design
STEP
Ryttermarken 17A
5700 Svendborg

Webside

www.mitsvendborg.dk

Oplag

Ca.17.000 stk.
Husstandsomdele i
5700 Svendborg
5762 Vester Skerninge
5771 Stenstrup
5874 Hesselager
5881 Skårup
5882 Vejstrup
5883 Oure
5884 Gudme
5892 Gudbjerg

Distribution

FK Distribution
mitsvendborg.dk

Forsidefoto

Art Jongsma

Fotografer

mitsvendborg.dk
Julie Marie Nielsen
Art Jongsma
Jesper Petersen
Jesper N. Spatzek

Næste magasin udkommer
November 2017

LUNDEBORG PLANKEBORDE

Vi har siden 2010 lavet borde i den højeste kvalitet af forskellige træsorter såsom egetræ, røget egetræ, valnød, elmetræ.



**Altid 30 borde klar til salg
i vores flotte udstilling
i pakhuset på
Svendborg havn.**

Åbningstider

Hverdage: 14:00 – 16:00

Torsdage: 14:00 – 17:30

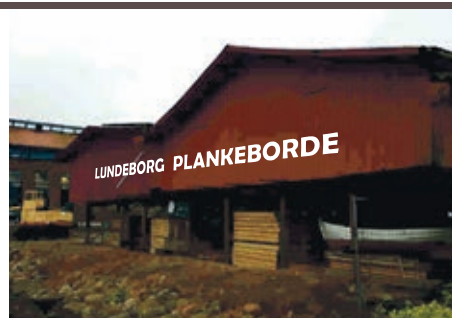
Første lørdag i måneden: 10:00 – 13:00

Der kan også træffes aftale på andre tidspunkter.

**Kæmpe afdeling med
ovntørrede planker til
gør det selv folket**



**www.egeplankeborde.dk
Tel.: 62 25 24 25 / 62 25 18 28
post@lundeborgtrae.dk
Kullinggade 29
5700 Svendborg**





Oplev Svendborgs kulturkanon

Kend din kulturkanon – både online og 'live'

Svendborg Kommune har for sommerferien holdt et arrangement for turismeaktører, hvor kunstner Mai-Britt Schultz og Nils Valdersdorf fra Svendborg Museum fortalte flere af de gode historier fra kulturkanonen. De gentog succesen til SVEND Kulturnatten 2. september 2017, hvor et halvt hundrede mennesker var til 'Kend din Kulturkanon' arrangement på Svendborg Bibliotek. På Svendborg Kommunes hjemmeside www.svendborghvorellers.dk – kan man få et samlet overblik over kulturkanonens indhold inden for temaerne: Det historiske, det kunstneriske og det rekreative og maritime Svendborg. Se også film om Svendborgs kulturkanon på www.svendborghvorellers.dk/film. Men allerbedst – kom ud og oplev kulturkanonen – tag en flyer på bl.a. biblioteket eller se adresserne på hjemmesiden.

I Svendborg har vi meget at være stolte af. Vi har et rigt og sprudlende kulturliv, og det er ikke engang for at prale, når vi kalder Svendborg for Fyns kulturhovedstad. Kulturlivet taler sit eget sprog. Det mærkes med blandt andet ca. 700 koncerter, og måske kender du også byens imponerende kulturkanon?

I 2017 har Svendborg Kommune i hvert fald arbejdet for, at endnu flere af kommunens borgere skal få øjnene op for den kulturelle skatte-kiste, som kulturkanonen er.

- En kulturkanon giver mulighed for at sætte nogle pejlemærker i en tid, hvor den historiske bevidsthed ikke er så stærk. I den sammenhæng står Svendborg stærkt som en by, der har sat spor i verden samtidig med, at verden er i Svendborg, udtalte professor ved Kunstakademiets Arkitektskole, Carsten Thau, ved et kulturkanon-debat-arrangement på Svendborg Bibliotek sidste år. Og hvor ellers har vi 70 kulturelle perler, som vi er både stolte af og glade for. I Svendborg – hvor ellers.

De 70 kulturelle perler er del af kommunens identitet og kulturelle dna, og er med til at gøre Svendborg til Svendborg. Med en stolt maritim historie, samt en enestående natur- og kulturrigdom til lands, til vands og i byerne, har Svendborg et fantastisk udgangspunkt for det gode liv.

Kender du din kulturkanon?

Birgitte Skriver er kulturkonsulent ved Svendborg Kommune. Og er der nogen som ved, hvad der rører sig i kulturlivet, så er det hende. - Mange borgere har været med til at bidrage til kulturkanonens sammensætning, og den indeholder både det kendte og det mindre kendte. Der er også nogle af de mere kendte ting, der har en mindre kendt historie, som vi gerne

vil fortælle, siger Birgitte Skriver og opfordrer til at gå på opdagelse i kulturkanonen.

- Den må gerne blive en inspiration for oplevelser hele året rundt – på den måde bliver kulturhistorien aktuel og levende, siger hun.

Pæreskuderne og Æbleræs – rendyrket kulturhistorie

Det traditionsrige Æbleræs er et godt eksempel på en begivenhed med rod i områdets kulturhistorie. Tåsinge var et af de første steder i Danmark, hvor æble- og frugtavler blev indført. Det skete i 1700 tallet, hvor kammerherren på Valdemars Slot tvang sine fæstebønder til at plante æbletræer. Pæreskuder er de gamle sejlskibe, som helt op i 1940'erne sejlede frugt til blandt andet København. Hvert år fredag før efterårsferien lastes de smukke, gamle skibe fra hele øhavet med æbler fra Troense. Lørdag sejler de i samlet flok til Sejlskibsbroen og Maritimt Centers pakhus i Svendborg, hvor æblerne sælges over skibssiderne. Hele lørdagen er der marked med produkter fra øhavet og aktiviteter, der alle har med æbler at gøre. I år kan Æbleræs opleves den 14. oktober.

Bokseklubben Rollo – en del af det rekreative Svendborg

Bokseklubben Rollo med mottoet ”hellere et ringhjørne end et gadehjørne” er også en del af Svendborgs kulturkanon. Rollo er Svendborgs stolte bokseklub med et stort socialt ansvar og sammenhold. Bokseklubben Rollo blev grundlagt i oktober 1923 af smed David Svensson, der arbejdede på Svendborg værft. Klubben har gennem årene haft mange gode bokseklubbet, og trods skiftende adresser er Rollo kendt for en stærk klubånd. Klubben har gennem hele sin levetid sat en ære i at afholde boksestævner. De seneste par år har Rollo samlet et stort bokseentusiastisk publikum i det rå værftmiljø i Rundbuehallen på Frederiksovej til Fight Night. I år kan Fight Night stævnet opleves d. 3. november.

Sådan blev Svendborgs kulturkanon til

Mange mennesker har været involveret i at skabe Svendborgs kulturkanon. I efteråret 2015 kunne borgerne nominere og sidenhen stemme på forslag til Svendborg Kommunes kulturkanon. I løbet af 2016 blev debatten udfoldet i kolvandet på afstemningen. Et fagkyndigt udvalg fik ved samme lejlighed til opgave at kvalificere forslagene fra borgerafstemningen. Det resulterede i et udvidet forslag til en kulturkanon på 70 emner. Disse forslag har været debatteret i offentligheden, og i oktober 2016 besluttede Erhvervs-, Beskæftigelses- og Kulturudvalget den endelige sammensætning af kulturkanonen.



P.H.

Limited Edition

14. oktober til 31. december

PH 3½-3 Ravfarvet Glas Pendel

Design: Poul Henningsen

**louis
poulsen**

Schiang Living

DESIGN-MØBLER & KØKKEN-DESIGN

Svendborg - Vestergade 5 - tlf. 62 20 50 35
www.schiang-living.dk

Den Glade Plade er med på beatet

Foto: Jesper Petersen

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Det knaser lidt i højttalerne fra tonerne til Nina Simone, der kommer mig nænsomt i møde i det øjeblik jeg træder ind i Skoværkstedet i Brogade. Og det er præcis som det skal være. Alene det, at jeg er fritaget for tju-bang støjende radiokanaler, med køns-løse reklame-afbrydelser midt i musikken, gør mig i rigtig godt humør. Den analoge fornemmelse af varme og autensitet er i perfekt match med den hyggelige forretning og fremmer min købelyst. Og når alt kommer til alt, så er det jo derfor, at jeg er her i butikken.

LP'en lever stadig

Selvom kvadratmeterne i Skoværkstedet dårligt giver plads til at skifte mening om noget som helst, så kan man uden problemer

bruger timer i den unikke specialforretning. Her findes et helt enestående udvalg af sko, af den slags man ikke ser andre steder, Stetson hatte og sixpence, stokke, bælter og gode læder-pleje-produkter. Og så er det her man køber sin nye vinylplade - altså de her sorte nogen med én rille på hver side.

I en tid hvor alting digitaliseres, streames og up- og downloades, så er den gode gamle LP-plade til grammofofonen på ingen måde uddød. Tværtimod. Salget af grammofofonplader sætter nye rekorder og flere kunstnere vælger i dag kun at udgive på streamingtjenester som Spotify og på vinyl.

Hos Skoværkstedet er de med på tidens trend. Ikke kun fordi det er in og oppe i tiden, men fordi

lyden og stemningen på en LP bare er bedre.

Ideén til at sælge vinylplader i butikken og på vores webshop dengladeplade.dk, er udelukkende opstået af kærlighed til musik på vinyl. Samtidig vil vi gerne udbrede budskabet om vinylplader og gøre det mere tilgængeligt for folk. Vi elsker Arne's 'Vinylen' på toppen af Møllergade, hvor du både kan købe nye og brugte grammofofonplader, så vores bidrag til byen er altså alt det nye som udgives på vinyl, siger Jesper Petersen som sammen med Lotte Baunbæk driver Skoværkstedet og Den Glade Plade.

Sælger plader hver dag

Hos Den Glade Plade har man et så bredt sortiment som muligt indenfor genrerne blues, jazz, rock,

folk, country og motown. Ofte er det reproduktioner af gamle indspilninger men også nyudgivelser er at finde.

- Vi har som regel kun ét eksemplar af hver plade på lager, og der kan naturligvis være plader som er udsolgt. Men vi får dem hjem så hurtigt som det er muligt. Faktisk sælger vi plader hver eneste dag, siger Jesper Petersen og fortæller, at det er kæresten Lotte der har fundet på navnet Den Glade Plade. - Logoet har Trine Kirketerp fra GrafLab lavet, og vi har fået lavet gennemsigtige poser, så man kan flashe gennem byen, at man lige har købt en LP, smiler Jesper Petersen.

dengladeplade.dk
skovaerk.dk

**BILLIGT KOMPATIBELT
PRINTERBLÆK**

CLICK
Svendborg

**520/525/521/526
TIL CANON**
49,- pr.stk

364XL til HP
79,- pr.stk

550/551XL til CANON
79,- pr.stk

**LC970/980/985/1000/
1100 TIL BROTHER**
39,- pr.stk

**Se også vores store udvalg af
ORIGINALE printerpatroner**

ASIA RESTAURANT

I UTROLIGT MODERNE OMGIVELSER



KÆMPE AFTENBUFFET

- Suppe
- Velkomstdrik (min. 10 kuv.)
- Mongolian barbeque
- Kinesiske retter
- Frisk frugt- og salatbar
- Fri kaffe og te
- Udvalgte sushi

**Der er mere end
40 varme retter**

Buffet

Mandag til torsdag kr. 128.-
Fredag til søndag kr. 148.-
Børn 1/2 pris

TAKE-AWAY SUSHIMENU



10% rabat
på alle menuer,
undtaget frokostmenu



20%
RABAT
på kinesisk mad (nr. 1 - 76)

FROKOSTBUFFET

Fra kl. 11.30 - 15.30

Alle dage

- Der er mere end 20 retter
- Stor salat- og frugtbar
- Udvalgt sushi
- Frisk kaffe og te

KR. 88.-



Vi tager forbehold for trykfejl!

Åbent alle dage kl. 11.30-22.00 - Bestil bord i god tid!



Parkering lige ved døren • Legeplads til børnene • Specielle rygerum • Handicapvenligt

Vestergade 167 k • (lige ved KVICKLY storcenter) • 5700 Svendborg • Tlf: 55 38 55 55 • www.asia-restaurant.dk

Bogstavsafari for hele familien



Foto: Art Jongsma

'Det er så kikset at rime, og netop derfor skal man gøre det'

Knud Romer

'Næsehornet lyder godt, når det snyder snuden. Det er altid snottet nok til et trut i tuden'.

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Sådan lyder et af rimene i forfatteren Knud Romers ABC, som udkom i sommeren 2014 med illustrationer af John Køner, og som et nyere bud på børnenes ABC, som vi kender den fra Half-dans Rasmussens udgave fra 1967. Knud Romer debuterede med romanen "Den som blinker er bange for døden" i 2006, og har også en karriere som reklamemand og kulturanmelder i tv-magasinet Smagsdommerne på DR2. Nu kan den kendte forfatter og kulturpersonlighed også tilføje en teaterforestilling til cv'et. Det sker i samarbejde med BaggårdTeatret, sART Dansteater og Den

Fynske Opera, som præsenterer forestillingen: Knud Romers ABC.

Et musikalsk dansealfabet

Forestillingen er baseret på Knud Romers ABC, John Køners billedkunstneriske dyreunivers og en af vor tids største nulevende klassiske komponister Bent Sørensens nykomponerede musik. Tilsammen skaber de en smuk koreograferet scenisk sangleg for alle fra 7 år. For 'ABC' er i virkeligheden meget mere end en bog, der skal prøve på at lime alfabetets enkelte enheder fast til en hjerne, der har til gode, at løse læsningens gåde. Teaterdirektør ved BaggårdTeatret,

Jakob Bjerregård Engmann, læste Knud Romers 'ABC' højt for sin datter inden hun var knapt et år. Hun forstod ikke ordene endnu, men der var så god musik i sproget, at han fik den idé, at den kunne blive en danseforestilling.

- Gennem længere tid har BaggårdTeatret haft et godt samarbejde med Sofie Christiansen fra sART Dansteater, så det lå lige til højrebenet at udvikle videre på ideen sammen med Sofie, fortæller Jakob Bjerregård Engmann, som efterfølgende ringede til Knud Romer og fortalte ham om ideen. - Vi ville lave en gennemgribende og interaktiv danseforestilling, hvor

publikum er i bevægelse som en del af forestillingen og scenografien. Vi inviterer simpelthen publikum med på scenen, forklarer teaterdirektøren og tilføjer, at Knud Romer straks blev ellevild med ideen.

Danseforestilling med kant

Det er en bred skare af kulturelle personer som står bag den nye forestilling.

Sofie Christiansen har tidligere arbejdet sammen med BaggårdTeatret som koreograf på forestilling Carl og er nu iscenesætter på forestillingen. Sammen hyrede de Luise Midtgaard ind som koreograf og fik etableret et tæt samarbejde med Den Fynske Opera. Billedkunstner John Køner, som er manden bag illustrationerne i Knud Romers ABC, fungerer som kunstnerisk konsulent, og gennem sART Dansteater har man fået midler fra Statens Kunstfond til projektet. Og som kirsebærret på toppen er det med kompositioner af Bent Sørensen. - Det er først og fremmest en danseforestilling fra seks år og for hele familien. Vi har plads til 60 mennesker, som med udgangspunkt i Knud Romers poetiske bogstavfabler, bevæger sig rundt midt i koreografien, forklarer Jakob Bjerregaard Engmann.

Knud Romers ABC har urpremiere på BaggårdTeatret den 14. oktober kl. 14, og har herefter forestillinger frem til den 18. oktober. I 2. halvdel af efterårsferien spilles den i Den Fynske Opera i Odense, hvorefter turneen i november går til Dansekapellet i København. Så fortsætter turneen ud på skolerne i hele landet med målgruppen 1.- 3. classes elever.

Billetter kan købes på baggaardteatret.dk



MUSIK og MENNESKE

MUSIKKOMPASSET: FØLG MUSIKKEN

Vi arbejder med stemme og musik for at styrke selvbevidsthed, udtryk og væren, og pejle efter det indre billedekompas.

Lørd. d. 11. nov. kl. 10 - 16 Filippahuset
Jette Gundestrup Gunna Strange

SANG 1. Gang: Mand. d. 9. okt. 13.00-14.30 og 14.45-16.15
Filippahuset Jette Gundestrup

Følg os på [f](#) og web: www.musikogmenneske.dk

info@musikogmenneske.dk tlf. 42569602

botex[®]

hjem til dig

SVÖB **Signe** håndklæde

Garnfarvet i 100% blød bomuld

Fås i flere farver

50 x 100 cm **109,-**

70 x 140 cm **199,-**

SVÖB **Ester** badeforhæng

Fås i flere flotte farver

170 x 200 cm

~~499,-~~ **399,-**

STIL OG STEMNING

SVÖB

SVÖB er produceret med omtanke for miljøet, og langt størstedelen af boligtekstilerne er derfor **Oeko-Tex certificerede**. Tekstilerne indeholder ikke sundhedsskadelige stoffer og kemikalier. Du kan derfor både sove trygt og godt om natten med boligtekstiler fra SVÖB.



SVÖB
BY LISBET PRIIS

SENGESÆT TURIFORM

140x200 cm
fås i flere farver

499,-

Vejl. 599,-

**SPAR
100,-**

BOOK

Gardinbussen
gratis - og få et
uforpligtende
besøg

Tlf. 66 17 28 00

GARDINER

Smukke dobbelte
gardinlængder i sandfarvet
velour bredde 140 cm, pr. m. **239,-**
samt lette undergardinerne,
der skærmer for solen uden
at lukke den helt ude.

Bredde 280 cm,
pr. m. **409,-**

botex[®]
hjem til dig

Botex Odense
Bondovej 6
odensesv@botex.dk
Tlf. 66 17 28 00

Åbningstider 9.00 - 17.30
Fredag 9.30 - 18.00
Lørdag 10.00 - 13.00

Botex Svendborg
Centrumpladsen 20
svendborg@botex.dk
Tlf. 62 21 15 56

Åbningstider 9.30 - 17.30
Fredag 9.30 - 18.00
Lørdag 10.00 - 14.00

Botex Nyborg
Torvet 3
nyborg@botex.dk
Tlf. 65 31 28 56

Åbningstider 10.00 - 17.30
Lørdag 10.00 - 13.00

Det skal være en god oplevelse af få en sund krop

Solo Fitness er meget mere en stramme balder og store overarme



Foto mitsvendborg.dk

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Et af byens højeste dørrtrin er det vi skal over, når vi første gang træder ind i fitnesscentret.

Vi kommer med en forventning om at få det bedre med vores krop, at smide nogle overflødige kilo, få større muskler og en bedre kondition. Det er mange ting på én gang, så der kan være en risiko for, at vi stiller for store forventninger til os selv. Men det behøver langt fra at være sådan. Først og fremmest handler det om, at være i balance og have det godt med sig selv.

Det hele menneske

I 20 år har Lars Christoffersen beskæftiget sig indenfor fitnessbran-

chen. Han har været med til at starte flere centre op både i og udenfor Svendborg, og i dag er han manden bag rorpinden i Solo Fitness i Midtbyhallen på Johannes Jørgensensvej. Et hus som rummer meget mere end store overarme og stramme balder.

- Jeg er meget bevidst om, at min målgruppe er de mennesker vi går blandt til daglig. Mennesker som du og jeg. Alle er vi forskellige med individuelle behov. Jeg ser derfor på det hele menneske - både udenpå og indeni, siger Lars Christoffersen, som har en målsætning der rækker længere og favner bredere end blot at bøje armen x antal gange med øget vægt.

- Når vi holder os i form, så har vi det også bedre med os selv. Og skulle vi være så uheldige at pådrage os en skade af den ene eller anden form, så er det vigtigt, at man naturligvis får den rette behandling - og at man efterfølgende får trænet og opbygget de muskelgrupper, som kan styrke ens krop, og således reducerer risikoen for en skade igen, forklarer Lars Christoffersen.

Solo Sundhed

Lars Christoffersen har en vision om at bygge bro mellem Solo Fitness og de etablerede genoptræningsforløb. Vi bliver ældre og ældre, og det sker derfor hyppigere, at vi får skiftet

eksempelvis hofter og knæ. Solo Fitness giver mulighed for forebyggelse ved efterfølgende at holde kroppen i vedvarende form. Sammen med Solo Fitness' egne fysioterapeuter er der etableret en fysioterapeutisk holdtræning, med test og screening af den enkelte hver 3. måned, så man er sikker på, at få den helt rigtige træning og professionelle hjælp. Man kan tilkøbe forløbet på ens medlemskab af Solo Fitness, med mulighed for at søge tilskud fra Sygesikringen Danmark.

- Vi har nogle rigtig dygtige medarbejdere, som kan give den helt optimale vejledning til den enkelte. Og så har huset netop fået fysioterapeut René Sørsborg ind med sin egen praksis. Det giver os endnu flere muligheder i at kunne samarbejde og bygge bro mellem Solo Fitness' nuværende fysioterapeut Marie Svendsen og de øvrige spidskompetencer vi har tilknyttet med en massør, akupunktør, kostvejleder og psykoterapeut, forklarer Lars Christoffersen som er af den helt klare overbevisning, at det handler om at skabe gode oplevelser for de, som kommer i huset.

- Vi vil gerne have at folk kommer igen, så derfor gør vi en dyd ud af at alle skal have en god oplevelse ud af at komme her. Det gør vi blandt andet ved at sikre alle en bred faglighed fra personalet og hjælp til lige netop det, som passer til den enkelte, siger Lars Christoffersen.

mitsvendborg.dk sætter i de kommende udgivelser fokus på krop og sundhed i et samarbejde med Solo Fitness i Svendborg. Næste gang kan du læse om hvordan du styrker motivationen til at holde din krop i god form, sætter din egen personlige målsætning, og hvilke redskaber du kan bruge i hverdagen - også udenfor fitnesscentret.

solofitness.dk

MatematikBoost giver dit barn et fagligt & mentalt løft. Book en prøvetime hos Trine M. Lønfeldt

Se mere på **matematikboost.dk**

Stort udvalg af gravsten

Stenhuggeren Tåsinge

Vi skaber kvalitet til gode priser

V/Torben Jørgensen
Vesterballevej 5, 5700 Svendborg
Træffes bedst efter aftale på Tlf. 21407560
mail: info@stenhugger-fyn.dk - www.stenhugger-fyn.dk

DIT VIGTIGSTE VÆRKTØJ.

XXXL Movano Serviceleasing

1.999 kr.*

pr. md. inkl. service
og vedligeholdelse

XXL Vivaro Serviceleasing

1.699 kr.**

pr. md. inkl. service
og vedligeholdelse

XL Combo Serviceleasing

1.349 kr.***

pr. md. inkl. service
og vedligeholdelse

OPEL VAREBILER

Prøv Opels komplette Serviceleasingprogram

Alle håndværkere ved, hvor vigtigt det er, at man har sit værktøj i orden. Med masser af plads, styrke og fede designdetaljer er vores Opel Vivaro en god start. Og så får du endda en køreglæde så god, at du vil glæde dig til at komme på arbejde igen. Servicelease den med Opels nye komplette Serviceleasingprogram fra kun 1.699 kr./md. – inklusiv serviceaftale.**

opel.dk

Tilbuddene har en løbetid på 36 mdr./15.000 km / år og dækker service i samme periode. Serviceaftale dækker service og reparationer som følge af slid, men ikke dæk og brændstof.

*Tilbuddet gælder for Movano L2H2 145 hk ecoflex. Førstegangsydelse er 40.000 kr. inkl. finansieringsomkostninger. Brændstofforbrug for Opel Movano ved blandet kørsel 14,5 km/l. CO₂-udslip: 179 g/km. Energiklasse: **D**

Tilbuddet gælder for Vivaro L1H1 Edition 120 hk. Førstegangsydelse er 35.000 kr. inkl. finansieringsomkostninger. Brændstofforbrug for Opel Vivaro ved blandet kørsel 15,4 km/l. CO₂-udslip: 170 g/km. Energiklasse: **D

***Tilbuddet gælder for Combo L2H1 95 hk ecoflex og dækker service i 36 mdr. og max. 15.000 km pr. år. Førstegangsydelse er 25.000 kr. inkl. finansieringsomkostninger. Brændstofforbrug for Opel Combo ved blandet kørsel 21,3 km/l. CO₂-udslip: 123 g/km. Energiklasse: **A**

Tilbuddene er gældende så længe lager haves/eller frem til 30.06.2017. Gælder kun via Opel Finans og er baseret på variabel rente. Positiv kreditgodkendelse forudsættes. Bilerne er vist med ekstraudstyr. Alle priser er ekskl. moms, forsikring og grøn ejerafgift. Der tages forbehold for trykfejl, pris-, afgifts- og rentecændringer.



SVENDBORG MOTOR CO. A/S
Odensevej 26 - 5700 Svendborg
Tel: 63213232 Mail: info@smoc.dk



Foto: mitsvendborg.dk

Christina river murene ned for kunderne

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

En af de mest karakteristiske ejendomme i Gerritsgade får nyt liv. Det er den tidligere Brandts Boghandel, som blev opført i 1907 af den kendte

arkitekt Magdahl Nielsen, og med sin solide granitfacade og de røde mursten gav den travle forretningsgade et fornemt præg. Nu er murene slået ned indeni

bygningen og hele facaden bliver indgangen til én forretning.

Bag ideen står Christina Eriksen som har drevet kvindetøjforretningen Laundry i samme bygning siden august 2015.

- Det er vigtigt for mig, at fortælle historien videre. Derfor har jeg i samarbejde med min nabo Brian Bang fra Click Svendborg, fået lavet nogle print af gamle billeder af den flotte gamle bygning indeni og udenpå, som kunderne vil kunne se på væggene i den 'nye' butik, fortæller Christina Eriksen som med ombygningen nu får i alt 200 kvadratmeter at boltre sig på.

- Jeg ændrer ikke på konceptet, men tilføjer noget nyt, som skaber mere sjæl i butikken. For eksempel præsenterer vi nye mærker som Five Units og det ret populære Mos Mosh, som på rekordtid er blevet et kæmpe hit i Danmark og i udlandet, fortæller Christina Eriksen.

Som noget helt nyt vil Laundry også have en smule interiør i butikken. Og det er der en ganske særlig grund til.

- Jeg har mange rigtig gode og loyale kunder, som jeg gerne vil kunne tilbyde noget mere. Derfor tager jeg nogle spændende værtindegaver ind som lanterner, duftpinde og små lykkedyr i metal

fra COZYroom by Sika Design, siger Christina Eriksen.

God planlægning er vejen frem

De færreste er i tvivl om at detailhandlen i disse dage er under pres. Webhandel, Black Friday og andre slagtilbudskampagner giver nye udfordringer og kan for nogen være svær, at håndtere. Men for Christina Eriksen handler det rigtig meget om planlægning. Og i de to år hun har haft Laundry har det ikke været et problem. Tværtimod er det kun gået én vej - fremad.

- Branchen er i en enorm udvikling. Vi skal være omstillingsparate og klar til at følge kundernes efterspørgsel. Det betyder, at vi må tilpasse vores indkøbsmønstre efter kundernes behov. Jeg jubler ikke over for eksempel Black Friday, men i stedet vender jeg det til noget positivt og tilrettelægger herefter. Vi ved alle, at det er den ene dag om året i november, og så har man jo hele året til at indkøbe og planlægge herefter, lyder det fra Christina Eriksen som glæder sig til at byde helt indenfor i den 'nye' Laundry, som i skrivende stund er under kraftig støj fra murhammeren, som føres af Guldfeldt Tømrer og Snedker, der står for hele ombygningen.

#svendborghvorellers



SVS 0120



- det gode liv



Svendborg
Kommune

A portrait of Bo Hansen, a man with short dark hair, wearing a dark jacket over a blue patterned shirt. He is smiling slightly and looking towards the camera. The background is a blurred city street with buildings and a green bus.

BO HANSEN

Borgmesterkandidat i Svendborg

Bo Hansen er borgmesterkandidat i Svendborg Kommune for Socialdemokratiet ved Kommunalvalget i november 2017.

Ansvar for fællesskabet

- Vi vil skabe et samfund, hvor der er plads og brug for alle mennesker
- Vi vil bringe Svendborgs økonomi i en sund balance og skabe råderum til investeringer
- Vi vil løfte investeringsniveauet i vores bygninger. Det gælder især skoler og ældrecentre
- Kultur og natur er Svendborg Kommunes stærkeste brand og med den rette markedsføring vil det forløse vores enorme turismepotentiale
- I en gensidig aftale med erhvervslivet vil vi nedsætte byggesagsgebyret imod at virksomhederne skaber flere lærepladser til de unge
- Essensen af Socialdemokratiet er: Social bevidsthed og økonomisk ansvarlighed



SOCIALDEMOKRATIET

Læs mere her: www.socialdemokratiet.dk/politiker/bo-hansen



Dialog er vigtig

AF PER NYKJÆR JENSEN, formand Svendborg Erhvervsråd

Så kom den årlige DI-Analyse. Den har som mission, at give et billede af erhvervsklimaet, og rangerer 96, ud af de 98 danske kommuner. Svendborg er kravlet støt og roligt frem, fra plads nr. 95 i 2010 - til nu i 2017, plads 53. Det er en stabil, men lidt for lang-

som fremgang. Man kunne give karakteren "godt plus" "for den acceptable, men ikke imponerende præstation".

Placeringen i analysen gives som et resultat af kommunens placering på tre målepunkter.

Det ene er det som kaldes de statistiske faktorer, eller kommunens rammevilkår. Her indgår en række forhold, såsom arbejdsstyrkens gennemsnitsalder, uddannelse, kommuneskatten, erhvervsbygninger, infrastruktur, osv. Her ligger Svendborg tungt, med en placering som nr. 54. Resultatet indgår med en vægt 33,33%, i det samlede resultat.

Den næste er det som DI betegner som den kommunale service. Her indgår 22 spørgsmål, om alt fra jobcenter til sagsbehandlingstider, udbudsregler og kommunikation. Det er her kommunen selv kan arbejde med at opnå bedre resultater. Resultatet er nu en placering som nummer 35, der ligeledes vægter med 33,33%.

Den sidste trediedel udgøres af ét eneste spørgsmål, og kan sammenlignes med de "Smileystandere" man møder i udgangen i de store forretninger. I butikken Svendborg dasker lidt for mange kunder på den røde smiley. Fra en placering som nummer 95, i 2010, er vi dog nu kommet til en plads som nr. 60. Dette spørgsmål vægter også med 33,33%.

Den samlede placering, når alle kommuner rangeres på de tre hovedspørgsmål, gør os nummer 53.

I år har vi set Nyborg og Langeland storme frem i DI-Analysen, fra bundplaceringer, har de begge nu langt overhalet Svendborg. Jeg anerkender naturligvis resultatet, og siger tillykke, men det undrer hvad der kan rykke en kommune fra en placering i den nederste fjerdedel, til topplaceringer 40 pladser længere oppe - på ét år?

En af de ting man først bemærker er at undersøgelsen på Langeland bygger på kun 17 svar? Det kendetegner også analysen, at alle de store byer med mange hundrede virksomheder, ligger lavt. Mange af de kommuner som ligger højest, har relativt få virksomheder. Der er således noget som tyder på, at det at være i tæt kontakt med de virksomheder der svarer, har stor betydning for resultatet. Det vil vi, i Svendborg Erhvervsråd, tænke over her det næste års tid - kommunikation er givetvis nøglen til forbedring, og måske er det ikke helt tilfældigt, at netop kommunikation er et af de punkter, som Svendborg scorer for lavt på.

GASTROPUB BØRSEN

Bestil bord på 62 22 41 41

HOLD ÅRETS JULEFROKOST PÅ

JULEN PÅ MATADORSTUEN

Matadorstuen huser 70 julefrokost-gæster, og du sidder i lokalet sammen med andre glade julefrokostgæster
Julefrokost på Matadorstuen på følgende datoer: 24/25 nov. - 1/2 dec. - 8/9 dec. - 15/16 dec.

Velkomst: Cava

- Vores egen julesild m. hjemmerørt karrysalat
- Hjemmelavede stegte sild m. kaperscreme
- Pandestegt fiskefilet m. hjemmerørt remoulade
- Rimmet torsk m. sprødstegt bacon, rødbede og grov sennep
- Voulevant m. »Høns i asparges«
- Letrøget lam fra Fuglehave - toppet m. peberrodsflødecreme og myntegele
- Pulled Duck Slider m. hjemmelavet rødkål og sprødt skind
- Stegt flæsk på krydret grov æblekompot
- Julemedister fra husets slagter på sønderjysk grønlangkål - hertil brunede kartofler og brun sovs
- 2 slags oste - m. Amarena kirsebær og karamelliserede kvæder
- Ris a la mande m. råsyltede kirsebær
- Efter maden serveres kaffe/ te m. hjemmebagt kransekage

Hit på Hit og dansegulv efter julemaden

PRIS PR. COV. KR. 395,-

Ønskes ad libitum på øl, vand og vin i tidsrummet 18-01, er merprisen 245,- pr. pers. (Ad libitum skal tilkøbes til alle i selskabet)

JULEN PÅ MARTHA

Marthalokalet huser 18 spisende gæster min. 10 personer - book i dag, der er rift om julefrokosterne på Martha

- Vores egen julesild m. hjemmerørt karrysalat
- Hjemmelavede stegte sild m. kaperscreme
- Pandestegt fiskefilet m. hjemmerørt remoulade
- Letrøget lam fra Fuglehave - toppet m. let peberrodsflødecreme og myntegele
- Voulevant m. »Høns i asparges«
- Stegt flæsk på krydret æblekompot
- Julemedister fra husets slagter på sønderjysk grønlangkål - hertil brunede kartofler og Marthastuens brun sovs
- 2 slags oste - m. Amarena kirsebær og karamelliserede kvæder
- Marthastuens Ris a la mande m. råsyltede kirsebær

PRIS PR. COV. KR. 355,-

På Martha er der egen ølhane med Albani Classic

NYHED

Julen på Mogensen Stuen.
Min. 20 pers.

SMØRREBRØDS-JULEFROKOST

- HELT I JOHNS ÅND!

- Små Sildehopsere m. hjemmerørt karrysalat
- Koldrøget laks m. rævedressing

HØJTBELAGT

- Æg, smække rejer, mayo og lakserog
- Ribbensteg, sprød svær og hjemmelavet rødkål
- Roastbeef m. hjemmerørt remoulade, smørstistede løg og frisk peberrod
- 2 slags oste - m. Amarena kirsebær og karamelliserede kvæder
- Ris a la mande m. kirsebær i rom

PRIS PR. COV. KR. 385,-

Der er egen ølhane i John Mogensen Stuen



Byens bedste hjørne

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Ingen af de tre kvinder, som har Kahlo, er i tvivl; butikken ligger på byens bedste hjørne. Den inspirerende forretning, med modetøj til den modebevidste og voksne kvinde, ligger nemlig på hjørnet af Brogade og Korsgade og med starten af Møllergade lige skråt over vejen. Så alle forudsætninger er tilstede i at fange de mange butikshandlendes opmærksomhed som hver dag færdes lige uden for døren.

- Vi har mange lækre mærker i butikken til fornyelse til klædeskabet. Herudover vil vi gerne skabe en stemning, som gør det til en anderledes oplevelse at besøge os. Det gør vi blandt andet ved at finde sjovt og inspirerende interiør til butikken - som for eksempel de her gamle stole i jern, som vi har købt hos en malermester. Der er malerpletter på og har ganske sikker været i en skurvogn på en byggeplads en gang, så de fortæller en historie, siger Karina Strøm som sammen med Mai-Britt Strøm og Bettina Harsbo Pedersen driver Kahlo.

Cittaslow-gade

Navnet Kahlo kommer efter en mexikansk kvinde ved navn Frida Kahlo, der trods en invalidering efter en trafikulykke som 18 årig, gjorde hende til en stor kunstmaler. Hendes malerier var som oftest kvindemotiver med en personlig symbolik med grafiske, anatomiske referencer. I dag pryder hendes navn gavlen på Kahlo på byens bedste hjørne.

De tre kvinder i forretningen har en plan. De vil skille sig ud og gøre en forskel. Og det skal blandt andet handle om samarbejde med de nærmeste naboer og butikker.

- Kahlo er ikke en kædeforretning, så derfor har vi meget flere individuelle muligheder for at sætte vores eget præg på butikken - og på gaden vi ligger i, siger Mai-Britt Strøm og fortsætter: - Korsgade er en gade for specialforretninger, så hvorfor ikke lave gaden til byens første Cittaslow-gade, smiler hun med en tydelig opfordring i blikket. - ja, bryder Karina Strøm ind, og så fjern bilerne fra Korsgade om

lørdagen, så alle butikkerne kan rykke ud i gaden og skabe mere liv i byrummet.

Mere samarbejde

Det lille torv foran Kahlo, med busten af billedhugger Cai Nielsen i hjørnet, indbyder til mere liv. Og pigerne fra Kahlo er allerede i gang. Sammen med genboen Blomster på Strøget, udstiller de, på en nydelig og

æstetisk måde, udvalg af deres produkter i butikken. Blomster pryder gadebilledet på begge sider af vejen, og man kan kun blive i godt humør i at færdes i området.

- Vi vil gerne åbne op for mere samarbejde mellem os butiksdrevende. Det er oplevelserne og den gode stemning som gør handelslivet i midtbyen inspirerende, siger Mai-Britt Strøm.



Bilforum Svendborg Autoriseret Citroën værksted



Der er visse jobs, der kræver specialister

Din Citroën fortjener den service og ekspertise, som kun et autoriseret Citroën-værksted som os kan tilbyde

Vores erfarne, dygtige og veluddannede personale hører til blandt et af **Danmarks absolut bedste Citroën værksteder.**

Værkstedet udfører service og garanti-reparationer under bilens garanti periode på alle Citroën modeller, **også på biler der ikke er købt hos os.**

Husk vi har gratis opbevaring af dæk i vores dækhotel i forbindelse med sommer/vinterdæk udskiftning.

Vi er også leveringsdygtige i Citroën reservedele samt tilbehør



BILFORUM SVENDBORG
KURT CHRISTIANSEN SVENDBORG APS • GRØNNEMOSEVEJ 11
5700 SVENDBORG • TELEFON 62 21 34 50

-TILLIDEN TIL FORSKEL



Vores dygtige værkfører igennem 14 år, Jes Hansen, står klar til at modtage kunder

Sociale medier - ikke til at komme udenom

Man bliver aldrig for gammel til at lære nyt

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Facebook, LinkedIn, Instagram og Snapchat... det kan være næsten en uoverskuelig opgave at finde hoved og hale i de mange digitale platforme der er at kommunikere sit budskab på. Ikke mindst hvis man er selvstændig erhvervsdrivende og gerne vil være opdateret på udviklingen. Lars Vermo har specialiseret sig i professionel rådgivning og opsætning indenfor sociale medier. Med sin baggrund i marketing management ved han, hvad der virker for den enkelte. For selvom man er en veletableret virksomhed, med en stabil fast kundedrejs i ens lokalområde, så er det svært at komme udenom de digitale medier.

Kan man lære en gammel hund nye kunster?

Der er rigtig mange eksempler på hvordan begivenheder på ingen tid kan sprede sig via sociale medier. Som regel er det små sjove videoer der deles, og inden man ser sig om, så er der titusinder - ja, i nogle

tilfælde millioner af mennesker, som har set det. Det fortæller, hvilken gennemslagskraft sociale medier har. Small Business, hedder Lars Vermo's forretning, og forretningskonceptet er virksomheds- udvikling med hjælp til at skabe en stærkere og skarpere profil gennem rådgivning, opsætning og valg af de sociale medier, der passer lige præcis til den enkelte.

- Min far har en vognmandsforretning på Tåsinge og er nok af den lidt gamle skole. Alligevel fik jeg ham overbevist til at, vi oprettede en virksomhedsside på både Facebook og LinkedIn. Hvor vi med kontinuerligt indhold opnåede 600 følgere på under 10 måneder, bl.a. med en film fra 1:30 Kommunikation som viste, hvilke opgaver Kim Vermo kan udføre. På under 14 dage havde filmen haft mere end 22.000 visninger, fortæller Lars Vermo og tilføjer, at hans far, Kim Vermo, i dag - med stor succes, bruger både Facebook og LinkedIn som sine primære markedsføringskanaler i sin vognmandsforretning.



Vognmand Kim Vermo A/S blev i 2017 nomineret til årets transportvirksomhed, hvor årets emne var "optimering af forretningen ved brug af de sociale medier".

I trygge hænder

Small Business hjælper mindre virksomheder med at udarbejde en strategi for deres markedsføring på sociale platforme, og Lars Vermo møder kunderne fuldstændig i øjenhøjde.

- Det er vigtigt, at kunden føler sig tryk. Derfor følger jeg opgaven helt til dørs. Sociale medier er nyt land for mange, så det handler om at skabe tillid og tryghed. Ofte mødes jeg med en vis skepsis, men når kunden mærker, at de er i trygge hænder hos mig, og at det faktisk virker, så oplever jeg stor glæde og tilfredshed, siger Lars Vermo.

smallbusiness.dk

SALG OG REPARATION AF ALLE BILMÆRKER

Revnet frontrude eller stenslag bemærk vi har måske dk billigste priser på kvalitets rudeskift



Årg 97 VW Passat 1,6 Limousine 4 dørs Km 186.000 Pris 18.500 kr



Årg 08 Nissan Note 1,4 5 dørs km 113.000 Pris 46.800 kr



Årg 12 Chevrolet Spark 1,0 Ls 5 dørs Km 66.000 Pris 44.800



Årg 11 Peugeot 107 1,0 active 5 dørs km 101.000 - Pris: 42.800 kr



Årg 07 Nissan Almera 1,5 Acenta 5 dørs km 155.000 Pris: 36.800 kr



Årg 12 Nissan micra 1,2 visia 5 dørs km. 66.000 Pris 54.800 kr



Årg 10 Fiat Panda 1,2 5 dørs km 158.000 Pris 34.800 kr



Årg 04 Volvo V70 2,4 st.car Km 171.000 Pris 84.800

Alle biler leveres nysynet & nyserviceret lev.omk. 2,200 kr. Læs mere om bilerne eller se flere biler på guloggratis.dk & gratis skriv Tåsinge Biler i søgefelt

Bilsalg: Melbyvej 25 Tåsinge
Tlf : 21452593, info@taasingebiler.dk
Bemærk nye åbningstider:
Mandag til fredag 9.00 - 17.00
Lørdag og Søndag efter aftale.

TÅSINGE BILER
Ved Kim Trøjborg Jensen

Værksted: Nørregårdsvej 22 Stenstrup
Tlf. 21452593

Gratis afhentning, levering og eller lånebil i forbindelse med reparation



Venstre i Svendborg stiller med et stærkt hold kompetente kandidater til kommunalvalget d. 21. november.

Vi er repræsenteret fra alle dele af kommunen!

Se hele holdet på www.venstre-svendborg.dk

VENSTRE

Svendborg - En kommune i bevægelse

49 % af vælgerne angiver, at det har "stor betydning" eller "nogen betydning", at den kandidat, de stemmer på til kommunalvalget, kommer fra samme del af kommunen, som de selv.

Dermed er geografi vigtigere for vælgerne end kandidatens uddannelse, job, alder og køn.

Mad, kærlighed og klap



Foto mitsvendborg.dk

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Hunden er menneskets bedste ven. Det vil de fleste hundeejere næppe være uenige i. Så når familien skal på ferie kan det være en udfordring,

at finde pasning af vores firbenede ven. Heldigvis behøver det ikke at være et problem. I Oure ligger nemlig Ærtebjerg Hundepension, og

er man hund, så er stedet det rene slaraffenland.

ideelle forhold for hunden

Man bliver budt kærligt velkommen af diverse bjæf i det øjeblik, man går ind på gårdspladsen til den gamle gård på Boelsmosevej 8 i Oure. Tidligere havde man kvæg i staldbygningen, men i dag er det bygget om til bokse for hunde i alle størrelser. Udenfor er her indhegnede løbegårde hvor alle hunde - mellem træer og i naturlige landlige omgivelser, har 50 kvadratmeter hver at boltre sig på. Og sådan har det været i 24 år. Hundepensionen drives af Birgitte Frederiksen, og man finder næppe større hundeesker end hende. Det mærker man straks. Hun er oprindeligt uddannet apoteksassistent, hvilket betyder, at hun har et godt kendskab til medicin - som mange hunde får mod forskellige skavanker. Det var i forbindelse med hendes tidligere arbejde på Svendborg Dyrehospital, at hun fik ideen at starte en hundepension.

- Det var faktisk dyrlæge Søren Nielsen som opfordrede mig til at starte min egen hundepension, så det gjorde jeg, smiler Birgitte Frederiksen. I dag har hun et tæt og godt samarbejde med Svendborg Dyrehospital og er i jævnlig kontakt med rigtig mange dyrlæger på Fyn.

- Når folk afleverer deres hund hos mig, så kan de altid føle sig helt trygge. Man skal huske på, at en hund lever der, hvor den er. Her får hundene mad, kærlighed og klap. De er i helt trygge hænder, siger Birgitte Frederiksen som uden at rynke et bryn, taler på hele personalets vegne.

- Vi er et rigtig godt team af gode medarbejdere. I højsæsonen er vi tre og ellers er det Karina Frandsen, som er udlært dyrepasser, og jeg, som passer hundene, siger hun.

Kom på visit

Der er plads til 30 hunde i Birgittes hundepension. Ingen hunde går sammen, men de kan se og fornemme hinanden i den indhegnede løbegård. Alle hunde er velkommen og det er kun i ganske særlige tilfælde, at Birgitte Frederiksen må sige nej til at have en hund i pension. - Hunde som er enten meget aggressive eller nervøse må vi pænt sige nej til. Vi starter derfor altid med at invitere hunden og dens ejer ud på et visit, så vi alle kan hilse på hinanden inden hunden kommer i pension. Det er sådan en herlig måde at starte på, siger Birgitte Frederiksen og smiler igen.

Du kan læse mere og se priser på aertebjerg.dk

Sydfyns Byggefirma ApS.

Din lokale tømrer & snedker 42 42 66 66
Færgesgårdsvej 45 - Taasinge - 5700 Svendborg



Færgesgårdsvej 45 - 5700 Svendborg - 42 42 66 66 - www.sydfynsbyggefirma.dk - mail@sydfynsbyggefirma.dk

Vandtæt virksomhed med glimt i øjet

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Ligesom vi tager vandtætte støvler og tøj på, for at beskytte vores krop mod vind og vejr, så er det en rigtig god idé med samme tankesæt, når det handler om bilen. Regn og sne pisker direkte op i undervognen, ind i huller og åbninger, og inden vi kan nå at sige TekTrol, så er rusten sat ind.

Lars Juel Hansen har specialiseret sig i undervognsbehandling og driver TekTrol Anti Rust Svendborg på Nordre Ringvej 123. Siden 1990 har han opbygget en erfaring indenfor rust- og undervognsbeskyttelse og har i dag en af Danmarks bedst indrettede rustbeskyttelsesanstalt. Så din bil er i helt trygge hænder hos Lars Juel Hansen.

Rustbeskyttelse i mindst fire år

Det er ikke kun rustbeskyttelse de er gode til hos TekTrol i Svendborg. I receptionen bliver jeg taget særdeles smilende imod af Lars

Juel Hansen's hustru Ann Mette, som sammen med sin mand og fire ansatte udgør virksomheden. Og det med smil og god service-attitude er tydeligvis et varemærke for TekTrol i Svendborg. I hvert fald kommer kunderne igen, når bilen skal have en kærlig hånd til det våde klima.

- Vi undervognsbehandler hele året - ikke kun her i efteråret op til vinteren, hvor der ganske vist er rigtig travlt på værkstedet. Så det er en god idé at booke i god tid, siger Lars Juel Hansen og tilføjer, at man naturligvis har mulighed for en lånebil i de to dage det tager for en undervognsbehandling. En undervognsbehandling med TekTrol skiller sig ud fra mange af de andre rustbeskyttelsesprodukter. Der går nemlig minimum fire år imellem, at bilen skal en tur forbi værkstedet på Nordre Ringvej, hvor behandling med andre produkter kun holder mellem to og tre år.

- TekTrol er et olie og voks produkt, som gør, at det aldrig tørrer helt ind, men hele tiden holder en fugtighed og elasticitet. Tørre rustbeskyttelsen i undervognen ind, så er der risiko for en krakelering, og er der revner, så kan vandet også trænge ind. Det sker ikke med TekTrol, forklarer Lars Juel Hansen som også klargøre bilen med vask og kraftig tørring inden selve undervognsbehandlingen.

- Vi har et virkelig effektivt tørreanlæg, som sikrer, at bilen er helt tør i undervognen inden

behandlingen. Så afmonterer vi alle inderskærme mv. og tager en video både før og efter undervognsbehandlingen. Kunden får så tilsendt links til begge videoer, som dokumentation på, at vi har haft tingene afmonteret, og dermed har været inde i alle kroge. Det synes vores kunder rigtig godt om. Vi sælger tillid og godt håndværk, og skal til enhver tid kunne se vores kunder i øjnene - selvom vi jo desværre kun ser dem hver fjerde år, smiler Lars Juel Hansen.

tektrolsvendborg.dk



Foto mitsvendborg.dk

NYE MÆRKER

FIVEUNITS

MOS MOSH

minu

REDEFINED SCANDINAVIAN

NU MED INTERIØR
FRA COZYROOM
BY SIKKA DESIGN

LACINDRY

GERRITSGADE 20A • 5700 SVENDBORG • +45 2422 6111
MAIL@LAUNDRYSHOP.DK • LAUNDRYSHOP.DK

The advertisement features three ornate, metallic lamps with intricate cut-out patterns. They are arranged on a wooden surface in front of a dark wooden wall and a white metal lattice screen. The overall aesthetic is modern and Scandinavian.

Når penge vinder over idyllen

AF SUSANNE LINNET AAGAARD

Svendborg er en meget smuk by med historie og sjæl. Det er en by som mange svendborgensere ånder og lever for og ikke kunne drømme om at flytte fra. Og for en tilflytter som mig, er det en by, man let taber sit hjerte til.

Når vi møder folk udefra, er det tydeligt at byen har et godt renommé, og at vi i Svendborg ikke er alene om at mene, at byen er noget særligt. Svendborg kaldes jævnligt 'Danmarks mindste storby', og når det sker jævnligt i forskellige medier er det fordi, det har genklang i virkeligheden.

Det er skønt at tage ind og shoppe i Svendborgs centrum med smukke huse i gader, der snor sig og går

op og ned. Det sammenhængende købstadsmiljø skaber en særlig stemning i byen, og Svendborg blev sidste år kåret som Danmarks hyggeligste handelsby. Det må den gerne forblive med at være.

Men når det kommer til investeringer og forretning, så bliver idyllen presset. Senest har vi set det i Møllergade, hvor Jørgen Lundsgaard vil åbne et værtshus. Facaden er skrigende rød, da størst mulig opmærksomhed er godt for forretningen. At facaden er stik imod lokalplanen generer ikke Jørgen Lundsgaards forretningsdrømme – en lokalplan, som Jørgen Lundsgaard i øvrigt selv har været med til at vedtage i 1999. Jeg er overbevist om, at Jørgen



Det sammenhængende købstadsmiljø skaber en særlig stemning i Svendborgs handelsgader

Lundsgaard var gået til kamp, hvis andre havde lavet en tilsvarende facade på havnen.

At Erik Skærbæk gerne vil bygge moderne lejligheder med glaspar-

tier og altaner på Baagøe & Riber grunden er velkendt og omdiskuteret. Og der er næppe nogen tvivl om, at byggeriet skal give et pænt afkast. Og netop derfor ser Erik Skærbæk og ES Ejendomme store

5 gode grunde til at vælge TekTrol som din fortrukne rustbækæmper

Videodokumentation på ALLE biler.

En behandling holder i minimum 4 år.

30 års rustgaranti.

Fejlfri kontrol fra Teknologisk Institut

Vi tilbyder lånebil.



For yderligere info og tidsbestilling ring på 62 80 00 48



**TEKTROL ANTI RUST
SVENDBORG**

Nordre Ringvej 123 | 5700 Svendborg | Tlf. 62 80 00 48



Foto mitsvendborg.dk

bevist om, at fokus på at finde de rigtige løsninger i sidste ende også viser sig at være en god investering.

Det er nemt at forfalde til at ville have mest muligt ud af sin ejendom. Min familie har netop købt en landejendom i udkanten af Svendborg, og når ejendomsretten sætter sig i kødet på mig, så skal andre heller ikke bestemme over vores ejendom. Heldigvis er herligheden med fredede træer, vandhuller mm beskyttet af nogle regler, der forhindrer mig i at blive grisk, og som sikrer, at jeg skal tænke mig grundigt om, inden jeg forgriber mig på ejendommen.

Selvfølgelig skal Svendborg være en by i udvikling, men lige her vil jeg meget gerne have, at byen gør det i bedste Cittaslow ånd. Lad os gøre det langsomt, så vi når at gøre det rigtige, og ikke smider babyen ud med badevandet for ussel mammon.



SUSANNE LINNET AAGAARD
- Tidligere fabrikschef på Fremtidsfabrikken.
Måske kommende iværksætter.

problemer ved en mulig fredning af det særlige miljø. Jeg tror, en fredning vil give mulighed for at bygge noget exceptionelt, hvis man tager sig tiden til at finde de rigtige løsninger. Og jeg er over-

Æbleræs 2017

14. oktober

kl. 9 - 15

Salg af æbler over skibssiderne
Friskpresset æblemost
Høstmarked på kajen
Glaserede æbler til børnene
Ærøske pandekager
Æbleflæsk, musik og hygge i pakhuset
Sildebord kl. 13



**SVENDBORG
EVENT**

Fødselsdag for
designelskere

Op til 75%
på designer-
briller

TOMMY HILFGER
EYEWEAR

GANT
EYEWEAR

DIESEL
EYEWEAR

REDGREEN
EYEWEAR

TIGER
OF SWEDEN

BRUUNS BAZAAR
COPENHAGEN

Nu fra
374^{kr}
Før fra 1495 kr.

Enkeltstyrkeglas
er med i prisen



Svendborg Møllergade 6 Tlf. 9632 5208
Bestil synstest på **louisnielsen.dk**

Sku' ha' gået til **Louis Nielsen**

Op til 75% rabat på briller fra prisgruppe 1495 kr. og op (udvalgte designerbriller). Enkeltstyrkeglas (indeks 1,5) er med i prisen. Kan ikke kombineres med 2for1, 60+ eller andre tilbud. Gælder indtil 19. november 2017 eller så længe lager haves. ©2017 Specsavers.

Hvad gør du for fællesskabet?

AF TRINE LØNFELDT

Fællesskab handler om sammenhold blandt en gruppe mennesker. Fællesskabet kan ligge i at have samme synspunkt, have en fælles interesse man mødes om eller der kan være en ydre ramme, der gør at mennesker skaber et indhold, de kan være fælles om.

Et eksempel på sidstnævnte kunne være en skoleklasse. Vi kender det: En gruppe unge samlet i en specifik klasse, hvor rammen er skolen og klasselokalet og indholdet fyldes af lektioner, frikvarterer og muligvis samvær i fritiden. Desværre er der ofte 3-4 unge i hver skoleklasse, der ikke føler sig som en del af dette fællesskab. 1-2 føler sig endda enormt ensomme.

Kronprinsesse Mary sagde for nylig i sin velkomsttale til Mary Fondens 10-års jubilæumsmiddag: "...i det øjeblik, vi tør blande os i hinandens liv og spørge ind – også til det, der er svært, så vokser vi som mennesker og som fællesskab."

Start med dig selv. Og smalltalk.

I mine øjne er der mange ting, der gør sig gældende for at man trives i et fællesskab og føler sig som en del af en gruppe. En selv. Og så alle de andre. Dig selv kan du arbejde med. Alle de andre omkring dig kan du ikke rigtig kontrollere.

Hvis du skiller dig ud fra gruppen ved fx ikke at "leve op til de

interesser eller normer", der er i fællesskabet, kan du få følelsen af ikke at høre til, især hvis der ikke er en accept fra andre. To veje til at blive en større del af fællesskabet kan være at tage ja-hatten på og gå mere med, selvom du er genert og usikker. Eller det modsatte; Nemlig at stå fast ved den du er og samtidig vise omverdenen, at du hviler i dig selv. Vis din styrke. Det kan du bl.a. gøre med dit kropssprog. Vi er heldigvis ikke ens, men jeg anerkender, at det som ung kan være ekstra svært at skille sig ud fra en gruppe.

Smalltalk er også en uhyre vigtig (og overset) måde at skabe et succesfuldt fællesskab på. Er du i stand til at tage initiativ til smalltalk og stille nysgerrige og undrende spørgsmål, så forbinder du dig til andre. Og er du imødekommende, når andre henvender sig med store som små ting, så viser du, at du vil andre og derved også fællesskabet. Så øv dig i at smalltalke.

Når du har følelsen af at være en del af fællesskabet, så er det ofte, når du selv gør en indsats. Du kan øve dig i at være dig selv ved at



radikale
Det handler om mennesker



MÆRKESAGER

1. Sundhed for alle
2. Glade børn - flere pædagoger i vuggestue og børnehave
3. Den gode skole - mere frihed og flere lærere
4. Flere uddannelsesmuligheder i Svendborg kommune
5. Seniorliv og ældrepolitik



**Hanne Ringgaard
Møller**



være så naturlig som muligt. Så start med dig selv - også selvom det er svært. Hvad kan du gøre i morgen for at bidrage positivt til fællesskabet? Og hvordan kan du vise det på en selvssikker måde?

"FÆLLESSKABER // For piger der føler sig alene."

Er du en af dem, der kan genkende noget af ovenstående? Føler du dig ofte eller engang imellem alene og

uden for fællesskabet? Så inviterer jeg til fællesskab. Det er for unge piger fra 8. klasse og op til ca. 20 års alderen. Begivenheden finder du på facebook. Den hedder: "FÆLLESSKABER // For piger der føler sig alene." Udgangspunktet vil være te, hygge og en lille aktivitet, som kan skabe tryghed, samhørighed og give følelsen af fællesskab. Mere skal der ikke til. Jeg glæder mig til at se dig.

Trine M. Lønfeldt er Coach, Mentor og Underviser.
Hun hjælper unge med at tro på sig selv.
Læs mere på www.trinelønfeldt.dk // www.matematikboost.dk



Velkommen hos Frisør KISS



I min salon går hyggelig afslappet atmosfære og et højt fagligt niveau hånd i hånd.

Jeg laver alt indenfor hår og makeup og skaber helhed mellem trend og personlighed.

Strandhuse 2 . 5700 Svendborg
Tidsbestilling: Tlf. 31 39 90 06

DEN
glade
PLADE

dengladeplade.dk

NYE VINYLPLADER - BROGADE 27A - SVENDBORG

Riesling fra Californien og rug-øl fra en baggård i Vestergade



Foto mitsvendborg.dk

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Det var med en vis stolthed i blikket, at Simon Styrup fra Vinspecialisten i Korsgade i starten af september kunne overrække en flot check på

18.650 kr. til Svendborg Museum. Pengene kommer fra en donering på 25 kr. for hver solgt flaske Svendborgsund rom fra Vinspecialisten,

og går til et maritimt projekt under Svendborg Museum.

- Vi har solgt mere end 450 flasker af den gode navy-rom, som fremstilles i Trinidad og herefter sejles til Bornholm, hvor den bliver tappet på flaske, forklarer Simon Styrup og tilføjer, at flaskerne er nummererede. Svendborg Museum har stillet et ældre maleri af Svendborgsund til rådighed, som pryder etiketten på den ret så populære rom.

Kraftige efterårsretter kræver gode drikke

Rom blev ikke drukket på én dag, kunne man spøgefuldt sige. Og med udsigt til efterår og køliger vinde, som snart fejer ind over os, så kan det godt anbefales, at gå på opdagelse hos Vinspecialisten efter en god rom.

Efterår er også mere bastante og kraftigere retter på middagsbordet. Rodfrugter og gode supper hører til nogle af de lækkerier, som vi kan se frem til i den kommende tid. Græskarsuppen hører til en af favoritterne. Og hertil hører en god flaske vin – eller øl.

- Til en krydret græskarsuppe vil jeg anbefale en halvtør hvidvin med en ganske let sødme. Ikke for sød. Det kunne for eksempel være en Riesling fra Californien fra Fess Parker vinproducenten i Santa Barbara's vindi-

strikt. Men det kunne også være en god øl, man serverer til græskarsuppen, siger Simon Styrup og henter en øl ned fra hylden.

- Vi er netop blevet forhandler af øl fra Kunstbryggeriet Far & Søn, som ligger oppe i den gamle kunstbygning i Vestergade. Det er virkelig øl med kant, og brygget efter rigtig gamle ølbrygningsmetoder. Jeg kan varmt anbefale en rug-øl, brygget på rug, og med en dybde og fylde i smagen, som er helt fantastisk. Du smager toner af rugbrød, og den er enestående til kraftige efterårsretter, fortæller Simon Styrup med en overbevisende kraft i stemmen.

Côtes du Rhône – mere vin for pengene

De gode kødretter er ofte koblet på en god rødvin – med smag. Men det kan være svært, at ramme i plet hos alle, når den rigtige vin skal trækkes op.

- Er der en kraftig kødret på bordet, så går man aldrig galt i byen ved at servere en Côtes du Rhône vin fra det sydlige af Rhonedalen i Sydfrankrig. Her får man virkelig meget vin for pengene. Den kan serveres for langt de fleste mennesker, da det er en vin med en behagelig og afbalanceret smag, siger Simon Styrup som har flere spændende Côtes du Rhône vine i butikken.

Book en
synsprøve på
nytsyn.dk



ZEISS DriveSafe Trafiksikre hverdagsbriller, der kan reducere ubehag ved blænding

Nu kan du få hverdagsbriller, der optimerer dit syn i trafikken – også i mørke og dårligt lys. ZEISS har udviklet DriveSafe, som er et brilleglas, du kan bruge både nat og dag. Brilleglassene har tre fordele: De skærper

dit syn i mørke, de reducerer ubehag ved blændinger, og de gør det lettere for dig at skifte fokus mellem vej, instrumentbræt og sidespejle. Kig ind i butikken og få en uforpligtende snak om ZEISS DriveSafe.

Hos NYT SYN er der ingen udbetaling, når du køber briller på abonnement. Og du betaler heller ingen renter og gebyrer. Kom ind i butikken og hør mere om fordelene ved NYT SYN Abonnement – f.eks. at vi dækker 50% af eventuelle skader ud over garantien. Vi vil nemlig gerne gøre det nemt og trygt for dig at få den helt rigtige brilleløsning.



nyt syn.



NYT SYN Svendborg - Wichmann Optik | Kattesundet 4 | 5700 Svendborg | Tlf. 62 22 30 01 | nytsyn.dk/svendborg

Elever vandrede 4.000 km. for rent vand i Malawi



AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Elever og lærere fra Vester Skerninge Friskole har god grund til at være stolte. Det er nemlig lykkedes dem at indsamle ikke mindre end 70.000 kr. til bedre drikkevand i landsbyer i Malawi i det sydøstlige Afrika. Hver eneste dag må kvinder og børn vandre langt for at hente vand i Malawi. Ofte i mudrede vandhuller, hvor vandet kan være direkte sundhedsskadeligt. Men nu gør Vester Skerninge Friskole noget for at hjælpe landbyerne i Malawi. Som grønt-flag-skole peger Vester Skerninge Friskoles miljøråd hvert år på et tema, som alle skolens 230 elever skal arbejde med i undervisning og aktiviteter. Sidste år var temaet VAND og miljørådet besluttede at gøre en helt særlig indsats for at afhjælpe vandsituationen i nogle af Malawis landsbyer.

En vandredag blev planlagt for alle på skolen, og familie og venner fik muligheden for at sponsorere med et selvvalgt beløb pr. vandret

km. I grupper satte eleverne deres vandremål – under indtryk af beretningerne om vilkårene for dagligt at skaffe vand i Malawi.

Resultatet fra den store vandring 24. maj er nu gjort op og diplomet for indsatsen er modtaget: 4.000 km blev der vandret og 70.000 kr. blev indsamlet til nye brønde i Malawis landsbyer.

At der blev vandret så langt, er måske kommet bag på nogle sponsorer, men det er blevet mødt med både stolthed og glæde, at børnenes samlede strabadser er med til at gøre en så stor forskel, hvor der er et stort behov.

Udover elevernes erfaringer med at udfordre sig selv ift. store mål, har det givet stor faglig indsigt i vand-temaet – at man andre steder i verden er langt fra så privilegerede, som vi er i Danmark med rent drikkevand overalt.

Den 24. Blev maj en uforglemmelig naturoplevelse, hvor det skønneste sydfynske forår langs Øhavstien mv. kom helt under huden. Godt gået!

Stemning og oplevelser



Julefrokost på Kroen

Jule buffet 1 med 4 serveringer ved bordet

Kr. 315,-

Jule buffet 2 med 5 serveringer ved bordet

Kr. 395,-

Se mere på vores hjemmeside

Vester Skerninge Kro

Krovej 9 · 5762 Vester Skerninge Tlf. 6224 1004
www.vesterskerningekro.dk

Den Røde Tråd

Systue og -Skole

- Omforandringer
- Nysyning
- Slæde knapper og bæltter
- Reparationer

Karin Lauritsen

BEKLÆDNINGSGIVER

Strandvej 38 - 5700 Svendborg

Tlf. 2029 1487 - karinlauritsen@msn.com

åbningstider: tors. + fre. 9-12.30 og 13.30-16 ellers efter aftale

BESØG MIN FODPLEJEKLINIK I VESTER SKERNINGE

HJEMMEBESØG TILBYDES

Ring og bestil tid
28 94 73 44

LUKKET
FREDAG



Fodplejer Berit Hansen
Kærvej 37 · V. Skerninge
berithansen69@hotmail.com



ØKOLOGISK JULEMENU

RØGET LAKS hokkaidocreme med hvidløg, svitset fennikel, chili, urter og rugbrødschips

LANGTIDSBRAISERET ØKO GRIS I RISE VALNØDDEØL med frisk timian
eller **VEGEJULEPATE** med salvie og valnødder

CONFITERET AND med frisk timian og havsalt
eller **VEGEDELLER** med svampe, parmesan og hasselnødder

KARTOFFELSALAT vendt i grov sennep med grønt og tyttebær

RÅMARINERET RØDKÅL med valnødder og frisk presset blodgrape

GRØNKÅLSALAT med granatæble og ingefærvinaigrette

JULESALAT med pærer i ovnen med appelsin, fish sauce og sesamolie

OVNSTEGTE SØDEKARTOFLER med havsalt og krydderurter

SALAT AF BAGTE RØDBEDER med ristede kerner og brøndkarse

HJEMMELAVET ØLANDSBRØD

RIS A LA MANDE med kirsebærsauce og sukkerristede mandler

315,-
pr. kuvert
Min. 10 kuverter

295,-
pr. kuvert vegetar
Min. 10 kuverter



ØLAND.NET

Lune fondsmidler til ildsjæle bag fjernvarmeprojekt

De lokale ildsjæle, der arbejder for fjernvarme i Ollerup, Vester Skerninge og Ulbølle, har nu modtaget en kontant belønning på 25.000 kr.

Siden 2013 har en gruppe lokale ildsjæle fra Ollerup, Vester Skerninge og Ulbølle arbejdet intenst på at få godkendt et nyt fjernvarmeværk, der skal levere fossilfri varme til de tre landsbyer i Svendborg Kommune. Nu ligger det endelige projektforslag til godkendelse, og det er en milepæl, Fjernvarmens Informationsfond har valgt at belønne ved sin årlige fondsuddeling:

- Mere end to ud af tre husstande i Danmark har allerede fjernvarme, men i dag er det sjældent, vi ser nye fjernvarmeværker skyde op på lokalt borgerinitiativ. Og den indsats vil vi gerne belønne, fortæller direktør i Fjernvarmens Informationsfond, Eva Rasmussen. Fonden

uddeler prisen til en aktør, der gør en særlig indsats for at synliggøre og fremme kendskabet til fjernvarme, og her sprang det sydfynske initiativ i øjnene.

- Selvom olie- og gaspriser har været faldende de sidste par år, og konkurrencen fra andre opvarmningsformer er hård, er det lykkedes at mobilisere en stor lokal opbakning til fjernvarmen i de tre byer. Der er virkelig lagt et stort arbejde i at nå hertil fra initiativtagernes side, og det tager vi hatten af for, siger direktøren.

Fondsmidlerne luner i økonomien

I dag kan Fjernvarme Ollerup-Vester-Skerninge-Ulbølle tælle over

400 kontrakter med individuelle boliger. Potentielt kan de lokale storforbrugere bidrage med en volumen i samme størrelsesorden, og selskabet er også i en god dialog med kommunen.

For at dække de allermost presserende udgifter har de nye andelshavere hver betalt 100 kroner. Alt arbejde med projektet har været frivilligt, mens rådgivere, bank og trykkeri velvilligt har stillet op uden garanti for betaling.

- Derfor falder de 25.000 på et meget tørt sted. Selv en simpel ting som porto forsøger vi at undgå og får i stedet vores lokale ambassadører til at køre ud med foldere og kontrakter, fortæller Erik Stoumann. Han har været med i projektet fra



starten og er i dag bestyrelsesformand for Fjernvarme Ollerup-Vester-Skerninge-Ulbølle.

Penge at spare med fjernvarme

Selvom olie- og gaspriserne er faldet, er det stadig en god forretning at skifte fra både olie og gas.

- Vores beregninger viser, at et almindeligt parcelhus på ca. 100 kvadratmeter kan spare omkring 3.000 kroner om året ved at skifte



Bestil årets julefrokost på Tranekær Slotskro

Her får du en nostalgisk oplevelse udover det sædvanlige.

I restauranten tilbyder vi god traditionel julefrokost, lavet af de allerbedste råvarer, men vi kan også anbefale vore afrikanske menu som vi også er kendt for.

Kuverter fra. kr. 249,-
Ring og bestil bord på tlf. 50 33 49 44 / 22 47 23 24

Vi tilbyder også ophold incl. morgenmad se mere på booking.com

Slotsgade 74 | 5953 Tranekær | Telefon 50 33 49 44

PLETTER PÅ TÆPPET???

LEJ EN TÆPPERENSER



Pris
(inkl. moms og sæbe):
Pr. dag: **kr. 280,00**
Weekend **kr. 480,00**
(fredag kl. 12.00 til mandag kl. 8.00)
Depositum **kr. 500,00**

Maskinen afhentes og afleveres mellem kl. 8.00 og kl. 14.00. Eller lad os rense dit tæppe...

CLEAN-up SERVICE A/S
EN REN FORNØJELSE

Tvedvej 199 · 5700 Svendborg
Telefon 62 21 68 12 · www.clean-up.dk





fra gas til fjernvarme. Besparelsen er lidt større, hvis man bruger olie i dag, fortæller Erik Stoumann. Hvis projektet bliver godkendt i Svendborg Kommune ved byrådsmødet i oktober, er planen at levere fjernvarme fra varmesæsonen 2018/2019. Varmen vil primært blive produceret på en 3 MWh halmkedel suppleret af to varmepumper.

- I bestyrelsen er vi meget taknemmelige for den opbakning, der ligger i fondens uddeling til os. Det er både et skulderklap til borgerne i landsbyerne og de leverandører, der har troet på projektet. Samtidig er det en anerkendelse af det arbejde, vi har lagt i at udbrede fjernvarmen til nyt område. Så nu er der blot tilbage at håbe, kommunen tager godt imod det, slutter Erik Stoumann.



Den Gamle Kro i Oure

Velkommen til Majorgaarden



Vi kan tilbyde alt inden for selskaber - så har du festen - ja så har vi de praktiske rammer, lige fra kroens store parkeringsplads til vores hyggelige selskabslokaler med plads fra 10 til 100 personer.

Herudover har vi en hyggelig a la carte restaurant samt gårdhave.

Vi har også mulighed for overnatning.

Desuden tilbyder vi alt i
"mad ud af huset"
fra smørrebrød til
festmenuer.

MAJORGAARDEN . 5883 OURE
TLF. 62 28 18 19
WWW.MAJORGAARDEN.COM



IKKE KUN EN KLIPNING, MEN EN OPLEVELSE AF VELVÆRE OG FORKÆLELSE, MED UDSØGTE VARME OG KOLDE DRIKKE TIL!

Prøv vores behagelige massagestole til ryggen eller vores nye massageapparat til fødder og lægsmassage. Prøv det mens du venter. Men kom i god tid, du vil ikke fortryde det.

SALON
Office

v/ Shandie Kim, Tvedvej 199, Svendborg
online booking: salonoffice.dk
Telefon 3046 3110



Foto: mitsvendborg.dk

Der er mange følelser forbundet med et hussalg

En god ejendomsmægler evner kunsten at lytte mere end at tale

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Langt de fleste tilfælde handler hushandel om følelser. Det er ikke 'bare' mursten som sælges. Det er også minder, oplevelser og identitet. Stuen, hvor lille Emma tog sine første skridt i påsken 1973. Duften af juleanden fra køkkenet, som hvert år var det første, man blev mødt af ved bryggersdøren. Værkstedet, hvor farfar røg pibe og satte pap på forgæffen af vores cykel mod egerne, så det lød som en knallert, når vi susede ned af villavejen med de andre børn i kvarteret. I dag er farfar her ikke længere, men vi tænker på ham hver gang vi er på værkstedet - ja, faktisk kan vi stadig dufte tobakken fra hans pibe.

God ledelse er at lytte

Home er landets mest kendte ejendomsmæglerkæde. Det viser en helt dugfrisk Gallup-analyse. På landsplan er der 160 home-forretninger fordelt over hele landet. De tre af dem er med Jens Storm som indehaver. De ligger i Fåborg, Ringe og Svendborg. Jens Storm har været i ejendomsmæglerbranchen i mange år. I 1998 kom han til home i Svendborg, hvor han startede forretning op i huset i Viebæltet, som ligger i forlængelse af biblioteket. Senere blev det til forretninger i både Ringe og Fåborg, og i dag står Jens Storm bag rorpinden i alle tre forretninger.

For Jens Storm er ejendomshandel en kombination af fagkompetence, købmandsskab og ordentlig ledelse. Og så handler det en del om at lytte.

- Vi er et godt team her i forretningen i Tinghusgade og har gode medarbejdere i Ringe og Fåborg som er selvkørende. Min rolle som leder er at skabe de bedste rammer for alle, så vi matcher hinanden og kunderne. Det opnår vi kun ved at lytte til hinanden, siger Jens Storm.

Evnen til at fange signaler

I Jens Storm's home-forretninger er der en fælles overskrift: tingene skal gøres ordentligt.

- Vi bestræber os på altid at have en ordentlig tilgang til kunderne. Det vigtigste element er, at man trygt kan overlade sit hussalg til os. Og så handler det om, at vi ser vores kunder, der hvor de er. Kommer der eksempelvis et ungt par ind som 1.gangskøbere, så kan det være, at det er vores yngre mægler Mark, som skal tage opgaven. Er det et ældre menneske som måske lige er blevet enlig, og skal have huset solgt, så kan det være Jeanette Dubourg Hansen, som kan være den rette, siger Jens Storm. Når man har boet i sit hus i årtier er der mange minder og følelser forbundet med ens hussalg. Kunsten som ejendomsmægler er at kunne sætte sig i både sælger og købers sted.

- Vi ejendomsmæglere har ofte ry for at snakke en del, men i virkeligheden handler det meget mere om at lytte. Vi skal evne, at kunne fange signalerne, og sige det, som skal siges, på de rigtige tidpunkter. Det kan være svært at skulle tage afsked med sit hjem gennem mange år, og det kan være vanskeligt at skulle forholde sig til noget nyt, og her kan det nogen gange være en hjælp, om vi finder de rigtige løsninger for kunden. Vi skal kunne afkode kundens mavefornemmelse og hjælpe med at træffe de rigtige beslutninger - og det skal gøres ordentligt, siger Jens Storm som oprindeligt kommer fra Fåborg, men som med så mange andre fik kærligheden ham til Svendborg, hvor han i dag bor med sin Pia og deres tre børn. - Jeg flytter aldrig fra Svendborg. Her er alt man behøver og helt fantastisk at bo. Byens mangfoldighed og rige kulturliv er et kæmpe aktiv for bosætningen. Det er meget vigtigt, at virksomhederne i området bakker op og støtter kulturlivet, så vi fortsat kan tiltrække flere udefra til at flytte til Svendborg, lyder opfordringen fra Jens Storm.

home.dk/svendborg

BO GRØNT

SVENDBORG TLF. 62 22 53 85

MØD OS PÅ
FACEBOOK





Lemmy Fialin

lf@advokathuset-svendborg.dk



Claus Olsen

co@advokathuset-svendborg.dk



Verner Sørensen

vs@advokathuset-svendborg.dk



Anne Mette C. Knutzen

ak@advokathuset-svendborg.dk

Huskøb?

Kontakt os **FØR**
underskrift på en købsaftale.

Hushandler fra kr. 5.000,- inkl. moms.

Testamenter fra kr. 2.500,- inkl. moms



Lemmy Fialin (H) – Claus Olsen (H) – Verner Sørensen - Anne Mette C. Knutzen (L)

Krøyers Stræde 3, 5700 Svendborg
info@advokathuset-svendborg.dk
www.advokathuset-svendborg.dk

Filosofgangen 21, 1, 5000 Odense C
info@advokathuset-odense.dk
www.advokathuset-odense.dk

Tlf.: 62212124



Trådløs musik i hjemmet

AF ALLAN BOJSEN, bojsen.dk

Mange opfatter mig nok som lidt af en it-nørd, som bruger mange timer på at konstruere hjemmesider og optimerer virksomheders tilstedeværelse på nettet, men jeg skal betro læserne endnu en hemmelighed: jeg er også musik-nørd. Musik er en stor del af mit liv, og jeg befinder mig oftest bedst, hvis der er musik omkring mig. Dertil kræves en form for system, der kan afspille musikken.

I de gode, gamle dage bestod sådan et system typisk af en radio eller forstærker. Man koblete herefter båndoptager, gramofon og cd-afspiller til systemet, og straks efter strømmede lyden af højttalerne. Sådan er det ikke nødvendigvis i dag. I dag spiller musikken stadig i stuer, værelser, baderum og køkkener, men forskellen er til at få øje på. Folk spiller nemlig i højere grad musikken trådløs fra rum til rum.

Det sker typisk via en eller anden form for Bluetooth eller wifi forbindelse, som er i stand til at forbinde de enkelte musikalske apparater, der er installeret i hjemmet. Tidens teknik gør, at du på ganske få minutter er i gang med at høre din yndlingsmusik i stuen, uden at du skal bruge tid på at finde bånd, cd'er eller vinylere frem fra gemmerne. Dagens store kodeord er nemlig streaming.

At streame musik betyder at du henter musikken ned fra en musik-tjeneste via din internetforbindelse. Internet er jo noget de fleste husstande efterhånden har, og hvis du så samtidig abonnerer på en musiktjeneste som eksempelvis Spotify eller Yousee Musik, har du adgang til millioner af musiknumre – adgang her og nu, hvor du via få klik kan høre lige netop den musik, som du er i humør til.

Det foregår sædvanligvis på forskellige måder. Lad mig nævne et par populære af slagsen:

Anlæg med Bluetooth

Du har et musikanlæg med indbygget Bluetooth-forbindelse. Du kan herefter styre hele molevitten via en app på din smartphone eller tablet.

Anlæg med wifi

Alternativet kan være et anlæg, der er koblet til hjemmets internetforbindelse. Dette kan ske med kabel eller helt trådløst. Herefter kan du styre dit musikvalg direkte igennem anlægget. De enkelte løsninger er meget fleksible, og du kan vælge at installere højttalere i hele hjemmet og styre musikken i de enkelte rum. En anden genial løsning er de transportable højttalere, hvor du fodrer højttalerne med musik fra din smartphone eller tablet.

Slutteligt skal jeg huske at fortælle, at vi derhjemme desuden har fået genfødt vores LP-plader. Ny musik henter vi fysisk nede i Svendborg hos Vinylen eller Den Glade Plade.



Allan Bojsen driver virksomheden Bojsen IT, hvor han hjælper virksomheder med hjemmesider og Google optimering. Desuden holder Allan kurser i at oprette hjemmesider. www.bojsen.dk



ALT I MURER- ARBEJDE UDFØRES

Tlf.: 40741992 · Vestergade 113A, 5700 Svendborg
www.murermesterjonasbay.dk · jb@murermesterjonasbay.dk



GØR DET ORDENTLIGT

VI HOLDER ÅBENT
ALLE HVERDAGE KL. 9.00-17.30
SAMT LØR-, SØN- OG HELLIGDAGE KL. 9.00-16.00

XL-BYGGECENTER · NYBORGVEJ 2 · 5700 SVENDBORG
TILBUDDENE GÆLDER FRA DEN 5.-13. OKTOBER 2017

Vi tager forbehold for udsolgte varer og trykfejl



NORDLUX
Udendørslamper Birk

DOBBELT
VÆGLAMPE
100,-

BEDLAMPE
550,-



EGLO FUEVA
Indbygningsspot
I hvid alu 2,5 w LED

PR. SÆT
100,-



2,5 LTR.
NATUR
300,-

TRIP TRAP Trægulv olie



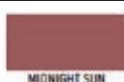
2,5 LTR
EKSTRA HVID
280,-

BERRY ALLOC Trendline laminatgulv
Fås i 3 stav eller plank i Ask eller Eg
Str. 8x186x1285 mm

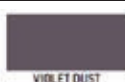
PR. M²
80,-

TRÆNGER DIN BOLIG TIL NYE FARVER?

DE MEST POPULÆRE FARVER LIGE NU



MIDNIGHT SUN
B6 30 40



VIOLET DUST
Y6 09 34



TWILIGHT GREY
08 00 33



MOROCCAN BEACH
04 04 71



FROZEN
R9 06 73



ROSY MIST
C4 01 83



FRENCH PINK
A8 07 78

PEACH PASSION
06 24 75



290 ML
40,-



DANA SEAL Interiørfuge 421



2,5 LTR.
300,-

SADOLIN
Vægmaling xtramat
KAN TONES Glans 5



10 LTR.
375,-

SADOLIN BASIC
Vægmaling
KAN TONES



BERRY ALLOC Trendline laminatgulv
Fås i 3 stav eller plank i Ask eller Eg
Str. 8x186x1285 mm

PR. M²
80,-



PERGO Laminatgulv
Patineret Pine plank
Str. 8x190x1200 mm

PR. M²
240,-

Børneliv i børneværelset

AF SUSANNE RIBER

Da jeg var barn delte jeg værelse med min lillesøster, jeg lå i øverste køje, hun i nederste, lillebror havde et lille kammer og den mindste delte værelse med mor og far. Vi havde seng, bord og stol på værelset og legetøj som mest bestod af dukker, bamser, spil og lego. Alt var et mix af genbrug, nyt og arvestykker. Fritiden foregik mest udenfor; efter skoletid smed jeg skoletasken i entreen og så var det ellers ud at lege med de andre på vejen. Fritidsaktiviteter var der ikke så meget af, men vi kom i den lokale filmklub, spillede lidt blokfløjte på skolen og mon ikke vi gik i den lokale danseskole.

Sådan et børneliv vil mange af min generation sikkert kunne genkende, men på bare få generationer har dette børneliv ændret karakter. I 60'erne, da antallet af

typehuse eksploderede, var et børneværelse omkring 10-12 m², i dag bygger vi huse med børneværelser på 15-20 m². Børnene har dejlige værelser med børnemøbler, mor og far har egen afdeling med eget badeværelse og familien mødes i køkken-al-rummet.

Børneværelset i dag er ikke et tilfældigt mix af nyt og gammelt; til de små købes der særlige børnemøbler i specielle børnemøbel butikker og der tænkes i farveskalaer og dekorationer. Teenageren har eget værelse med pc og tv, egen iPad og iPhone, og underholder sig mest med elektronisk gadgets.

Googler jeg "teenageværelset" popper det op med: "25 bedste ideer til teenageværelse", "smarte møbler til teenageværelset", "Tips til det ultimative teenagevæ-



relse" osv. Til barneværelset kan jeg hente inspiration i "Børn og Bolig", "Eventyrlig børneværelser", "Dekoration til børneværelset", "Fantasifulde Børneværelser" osv. Inspiration er der nok af og det slår mig at det materielle prioriteres.

Måske du tænker- sikken en træt skribent, som ikke kan se fremskridtet. Jo, jeg kan se udvikling og fremskridt, og jeg ser boligindretning som både giver mulighed for at familien mødes og er sammen om aktiviteter, men også risiko for at familiemedlemmerne gemmer

Svendborg
MØBELTRANSPORT OG
FLYTTEFORRETNING



Svendborgs ældste flytteforening
grundlagt 1924
Fra slot eller hytte....
brug os når du skal flytte
TLF. 62 21 12 75
Sundbrovej 46, Tåsinge, 5700 Svendborg



www.svendborg-moebeltransport.dk

Kun fagfolk
Levering af flyttekasser til selvpak
Pakning af glas, porcelæn m.m.
Klaver- og flyggetransport
København min. 1 gang ugentlig
Specialister i Skandinaviensflytninger

Oversøisk containerflytning/forsendelse
Containeropbevaring
Flyttehejs 21 meter
Kontorflytninger
Møbeltransport (nye møbler)
Transport og ansvarsforsikring

3 forretninger – kun 1 salær

Skal du også have solgt?

Så kontakt en af vores
forretninger allerede i dag
og få en personlig og
professionel salgsvurdering
– så klarer vi resten!



home v/ Jens Storm

Svendborg tlf. 62 21 42 00
Ringe tlf. 62 62 46 46
Faaborg tlf. 63 21 27 00

home



sig i hver deres rum med hver deres aktivitet bag hver deres

skærm. Hvad prioriterer du i din familie?

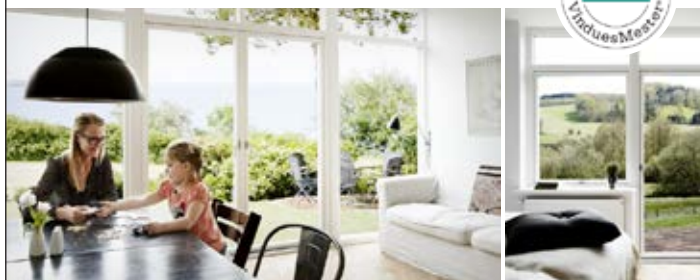
SUSANNE RIBER

Sygeplejerske og sundhedsplejerske samt underviser inden for sundhedsplejen. Skribent i mitsvendborg.dk – MAGASIN om familie og børn.



VINDUER FOR LIVET

– MONTERET AF SPECIALISTEN



Går du i tanker om nye vinduer?

Book et gratis og uforpligtende besøg. Du får gode råd om vinduer start til slut. Vi er certificeret VELFAC VinduesMester - din garanti for kvalitet hele vejen.

Telefon: 30 50 44 55
Mail: lg@lander-gerlach.dk



Kend dit hus

Foreningen By og Land-Sydfyn har netop udgivet en informativ og let forståelig bog om den sydfynske bygningskultur. Bogen præsenterer en række hustyper i Svendborg, og er omdelt i en række kulturmiljøer. Bogen kan desuden fås på kommunens biblioteker.

I bogen finder du nemt den hustype, du selv bor i. Du kan blive klogere på husets byggestil og baggrund, og får anbefalinger til hvordan huset bedst efterisoleres – uden at skade hustypens arkitektur. Bogen er på 44 sider.

Bogen er udgivet af Foreningen By og Land-Sydfyn, med støtte af Svendborg Kommune og Sydfyns Elforsynings Almennyttige Fond.



www.byogland-sydfyn.dk



BOGEN ER GRATIS. Ønsker du den tilsendt: Indsæt 49,50 kr. (til administration og forsendelsesomkostninger) på foreningens konto. Regnr. 0815, kontonr.: 3531217550. Husk at skrive navn og adresse.

Informations- og debatmøde: Kulturmiljøer og bevaringsværdige huse i Svendborg Kommune

2. oktober kl 19.00 i Guldalen i Borgerforeningen. GRATIS ADGANG



Toppolitikere fra Socialdemokratiet, Radikale Venstre, Konservative og Venstre diskuterer kulturmiljøer og Bevaringsværdige Bygninger.

Mødet indledes med et fagligt indlæg om **Kulturmiljøer og deres værdier**, af Karen Margrethe Olsen, formand for Landsforeningen By og Land.

Mødet arrangeres af By og Land-Sydfyn, og støttes af Fonden for Fynske Bank.



Grafisk design: courage-design.dk

Handl lokalt, tænk globalt!



AF NIELS CHRISTIAN NIELSEN, projektleder i GO2Green

Mange i Svendborg og Langeland kommuner bruger heldigvis dygtige, lokale håndværkere og

leverandører, når de skal have energirenoveret og vedligeholdt deres boliger; og det giver rigtig god mening, både for den

enkelte boligejer og for de lokale kommunekasser.

Hvis du eksempelvis investerer 100.000 kroner i at energirenovere din bolig, hvor arbejdet bliver udført af en håndværker, så modtager det offentlige i alt 44.200 kroner, som fordeler sig med 20.000 kroner i moms, 12.000 kroner i kommuneskat, 9.000 kroner i statsskat og 3.200 kroner i selskabsskat. Nok så interessant, så skabes der 0,05 årsværk i det lokale håndværkerled, hvis boligejeren vel at mærke bruger en lokal håndværker.

Dvs. at hvis f.eks. 20 boligejere i den samme kommune investerer i snit 100.000 kroner i at energioptimere deres bolig ved hjælp af lokale håndværkere, har de så at sige sikret en håndværker fuldtidsarbejde i et år. Samtidig tilføres kommunekassen 1,2 millioner kroner, som måske igen bliver brugt på at energioptimere børnehaver, skoler og plejehjem.

Det kan undre lidt, når nogen entrerer sig med håndværkere og leverandører, som ikke er lokale, da de jo tager kommuneskatte-kronerne og jobskabelsen med til deres hjemkommune.

Et ungt menneske søger ikke mod en håndværkeruddannelse på en lokal erhvervsskole, hvor der ikke er gode muligheder for en efterfølgende læreplads. Hunden bider sig selv i halen. Færre lokale praktikpladser betyder færre elever på erhvervsskolen. Brug af lokale håndværkere skaber derimod grobund for, at håndværkerfirmaerne ansætter og uddanner lærlinge, så vi også i fremtiden har fagligt dygtige håndværkere, som kan deres kram.

Ved at bruge lokale håndværkere, leverandører og produkter, medvirker du desuden til, at CO₂-udledningen bliver væsentlig mindre, da transporten begrænses.

I GO2Green kan vi bare ikke få nok af lokale, grønne jobs.



Det går stærkt, nu er vi 5 mand

De 4 områder vi lægger vægt på er:
Tillid - Dialog - Samarbejde - Fleksibilitet



Bodøvej 6, Svendborg



Jesper Mortensen
tlf. 26 71 89 43



Kuno Larsen
tlf. 27 24 13 39



Jeppe Andersen
tlf. 51 89 11 21



Kim Holm Thiemer
tlf. 53 38 01 21



Lennart Bønnelykke
tlf. 42 36 01 21

Hovedkvarter: Odense, Kratholmvej 41

Service afdeling: Svendborg, Bodøvej 6

Specialer:

Service - Entreprise - Energi optimering, LED Belysning, Bolig alarmer, Entreprise, Service, Overvågning, Data / Netværk og Rådgivning

www.el-fyn.dk



Vi har Danmarks
mest tilfredse kunder

Bente Skøtt Larsen, privatkundeforfatter

Bente skaber mere overskud til dig

I Middelfart Sparekasse har vi overskud til dig. Vi hjælper med at realisere dine mål og drømme, og vi er klar, når du har brug for det. Du får en personlig rådgiver, som du kan kontakte direkte, og du kan få rådgivning fra kl. 8 til 18.

Vi arbejder hver dag for at være bedst til kunder og er kåret som pengeinstituttet med de mest tilfredse kunder.

Vil du vide mere om, hvad Bente og kollegaerne i Svendborg kan tilbyde, så læs om os på midspar.dk/svendborg

Tinghusgade 22 · 5700 Svendborg · 88 20 85 80

 **MIDDELFART
SPAREKASSE**
Svendborg

Meget mere plads til flotte billeder

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Den flotte plakat i den rigtige ramme kan fuldende indretningen af vores hjem. Og når det kommer til farvesammensætninger, valget af glasset i rammen og hvilken type materiale den skal være i, så er hjælpen lige ved hånden hos Svendborg Indramning. Ja, faktisk er det den eneste specialforretning indenfor indramning på Sydfyn, beliggende lige i hjertet af Svendborg i Tinghusgade 34. Og nu får sydfynboerne mere at glæde sig til. Tonni Hansen, som ejer Svendborg Indramning, flytter i større lokaler blot 100 meter længere ned af vejen, hvor han omkring 1. november rykker ind

i bygningen hvor EDC Mæglerne tidligere havde til huse.

Stadig med åbent værksted

Tonni Hansen har i mere end 40 år arbejdet med indramning. Han blev udlært hos Glas Rasmussen i starten af 70'erne, og har siden opbygget en specialviden indenfor glarmesterfaget. Nu er tiden inde hvor efterspørgslen på det gode håndværk - og tiden til at nå både at passe butikken og værkstedet ene mand, ikke rækker indenfor normal arbejdstid.

- Jeg vil godt have mine aftener fri til at kunne beskæftige mig med



Svendborg Indramning flytter i større lokaler blot 100 meter nede af vejen

andet end indramningsopgaver, så derfor har jeg taget min datter Katja med ind i butikken, fortæller Tonni Hansen.

Katja Hansen er butiksuddannet og vil blive det nye ansigt bag disken hos Svendborg Indramning. Tonni Hansen vil primært være at finde

VI TAGER ANSVAR FOR HELHEDEN KVALITET TIL TIDEN



Leif Christiansen
Direktør og grundlægger
Tryggelev
20 22 19 62
tts@tts-langeland.dk



Claes Hansen
Daglig leder af
Tømrer- & snedkerafd.
Rudkøbing
40 43 03 15
claes@tts-langeland.dk



Jesper Jensen
Daglig leder af
murer- og betonafd.
Rudkøbing
29 49 39 86
jesper@tts-langeland.dk



Vi dækker hele sydfyn



TØMRER • SNEDKER • MURER • ENTREPRENØR

6256 1962 - tts@tts-langeland.dk - www.tts-langeland.dk - 6251 1964



på værkstedet, som også i de nye lokaler bliver et åbent værksted i sammenhæng med butikken.
- Man skal stadig kunne både se

og mærke værkstedet i butikken, og med de flere kvadratmeter, som vi får at boltre os på, bliver det en inspirerende butik at besøge, siger Tonni Hansen. Datteren er enig; - Det bliver rigtig spændende. Jeg kan godt lide den tætte kontakt med kunderne, og med godt og vel 60 kvadratmeter mere i de nye lokaler, bliver det en helt anden butik at komme ind i, siger Katja Hansen.

Meget større udvalg

En butik som Svendborg Indramning indbyder til at gå på opdagelse. Tonni Hansen oplever, at flere kommer ind i hans butik for at gå og lade sig inspirere. Men den trange plads gør, at de ofte hurtigt går igen.

- Vi får nu både en mere central placering med et langt udstillingsvindue mod facaden og en noget større butik. Det giver flere muligheder. For eksempel vil vi få mange flere færdig- indrammede plakater, et noget større udvalg af både retro-plakater samt plads til nye produkter. Vi gør en dyd ud af vores mange forskellige Svendborg-plakater, som nu vil komme meget mere til sin ret. Og så er det noget helt andet at kunne gå direkte fra gaden ind og ose billeder, end at opleve det på nettet, siger Tonni Hansen.

 LokalBolig

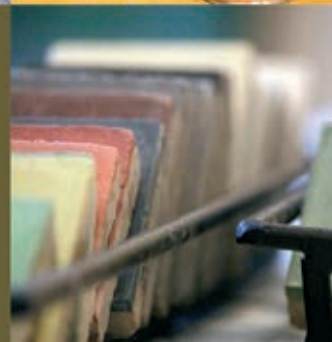
Tlf. 31 59 57 00 • Møllergade 57A • 5700 Svendborg • www.lokalbolig.dk



Guesthouse Danninghus

*Festlokale til 140 pers.
Billig overnatning til 40 pers.
(Book til 2018 nu)*

Sundbrovej 31
5700 Svendborg
+45 23457616



glas tæpper pavilloner mosaik borde stole fliser krukker
håndværk oliventræ lædervarer lanterner skåle kurveflet
lamper pufs tajiner... livsnydelse magisk smukt



by berwanger

sundbrovej 57 • bregninge • 5700 svendborg
åbent 10-17 • t: 2762 5229 • byberwanger.dk

Jeg skal låne et barn

AF LENE STRUCK MADSEN, gæsteskribent Baggårdteatret

Jeg har normalt intet imod at gå i teatret alene, men jeg har opdaget at mine trænede 32-årige teaterøjne til nogle forestillinger har brug for hjælp fra et par lidt yngre øjne på f.eks. 6 eller 7 år. De yngre øjne ser noget som jeg ikke ser, opdager finesser der er

skjulte for mig, og skaber forbindelse til den yngre og friskere hjerne som digter videre på de historier der bliver fortalt. Det sker så naturligt og legende let og imens kan jeg bare kan sidde og kigge på indtil jeg ganske langsomt giver slip og synker ind i legen og fortæl-

lingen. Forskellen på nye og gamle øjne og hjerner er stor, for vi ser og opfatter nogle helt forskellige ting, og netop derfor er det vigtigt vi får mulighed for at mødes og opleve kunst og kultur sammen.

Som det fremgår af forsiden på dette magasin så er vi i på BaggårdTeatret ved at producere familieforestillingen KUND ROMERS ABC. Det bliver en interaktiv danseforestilling hvor børn og voksne oplever forestillingen der hvor det hele sker: Midt på gulvet, midt i scenografien sammen med dansere, sangere og musikere. I en stor kreativ smeltedigel hvor ordet, musikken og bevægelsen får lov og fylde. Publikum kommer ikke til at sidde på stole, men kommer i stedet ud på en farverig bogstavssafari hvor de vil møde alt fra ildfluer til krokodiller.

Jeg er derfor begyndt at trævle mit netværk igennem for at finde et barn med et par 7 års øjne, som kan tage mig med ud på et teatereventyr hvor min 32 årige hjerne for en stund glemmer deadlines, telefonopkald og opvask, og i stedet giver sig hen til ildfluernes dans og jeg helhjertet synger med på sangen wallarooen (som egentlig bare er en kænguru).

KULTURPRISER 2017

Hvem skal hædres i år?

Du kan være med til at indstille kandidater

Kulturprisen

tildeles en person eller gruppe af personer bosiddende i Svendborg Kommune, der har ydet en ekstraordinær indsats for at sætte Svendborg på det kulturelle landkort. Det kan både være kunstnere og kulturpersoner.

Ungdomstalentprisen

tildeles en ung eller gruppe af unge mellem 15 og 25 år, der har vist et specielt talent inden for musik, billedkunst, litteratur, teater, dans eller film. Prismodtageren skal have boet størstedelen af sit liv i Svendborg Kommune.

Du skal benytte indstillingsskemaerne, der findes på kommunens hjemmeside www.svendborg.dk

Indstillinger mailles senest torsdag d. 12. oktober til

birgitte.skriver@svendborg.dk

Kulturpriserne overrækkes ved en åben festlighed i Borgerforeningen – Kulturhus Svendborg lørdag d. 2. december kl. 13.00, hvor alle er velkomne.

svb 3670



Svendborg
Kommune

KNUD ROMERS ABC
– et musikalsk danse-
alfabet, kan opleves på
BaggårdTeatret fra
d. 14. – 18. oktober.
Medbring børn fra
6 år og op.
Billetter kan købes på
baggaardteatret.dk



KNUD ROMERS

ABC

- ET MUSIKALSK DANSEALFABET

I EFTERÅRET
For hele familien
på BaggårdTeatret
14.-18. OKTOBER
billet: baggaardteatret.dk

2 VOKSNE
& 2 BØRN
KR. 300



Ö

SART
danseteater

B
BaggårdTeatret



Fattiggården – rig på haveglæde

AF LENE HANSEN – initiativtager og frivillig i Museumshavens Venner

På en tur rundt om Svendborgs gamle fattiggårds bygninger, som i dag huser Danmarks Forsorgsmuseum, finder man en ikke helt almindelig have. Der er der en etagedelt frodig nyttehø, hvor gamle stensætninger danner bede, der bugner med gulerødder, kartofler, løg, kål, bønner og ærter – alt af gamle frøsorter. Grusgange guider den besøgende forbi den gamle vandforsyning videre til den nyanlagte frugthø, hvor stikkelsbær, solbær og ribs og æbletræer gør

godt. Og går man på opdagelse under de gamle bøgetræer anes et stenbassin, som har været en del af inspektørens fine prydhø.

I Fattiggårdens storhedstid var høven meget større. Man lejede endda ekstra jord. Dengang var man stort set selvforsynende med grøntsager, og høvearbejdet indgik ligesom f.eks. brændekløvning, skærvslåning og måttearbejde i det tvangsarbejde, som de indlagte måtte udføre som modydelse for

kost og logi på Fattiggården. At høven igen i dag fremstår flot og velholdt skyldes, at frivillige for fire år siden tog initiativ til at genskabe nyttehøven – frivilligt og uden tvang! Hårdt arbejde og donationer har gjort, at bedene igen er egnede til nyttehøve og med midler fra Realdanias 'Underværker'-pulje vil prydhøven også blive forvandlet og dermed skabe en helhed i høven. Afgøderne fra høven gives bl.a. til Kirkens Korshærs lokale varmestue, som hver dag sørger for varm mid-

dagsmad til høens udsatte borgere. Høven og "Museumshøvens Venner" udvikler sig for hvert år og skaber nye relationer og spændende fællesskaber og samarbejder over temaer som f.eks. livsvilkår, det sårbare menneske, måltidet og planter. F.eks. har Sydfyns Fri Fagskole fremstillet marmelade, flygtninge har været med i høvearbejdet, Forsorgscenter Sydfyn har hentet grøntsager og Høveselskabet og Frøsamlerne har været behjælpelig med vejledning og frø af gamle plantesorter. Støtten og opbakningen fra borgere, opmærksomhed fra lokale aviser, banker og erhvervsliv i Svendborg betyder, at der tør tænkes visionært i arbejdet med gøre Nordens bedst bevarede Fattiggårds høve til en attraktion og noget helt unikt for høven. Museumshøven er et åndehø og fristed, hvor der er plads til eftertænksomhed, fordybelse og til at trække vejret dybt og nyde den smukke høve. Frivilligruppen "Museumshøvens Venner" kan mødes den første søndag i hver måned, hvor de gerne fortæller om høvens historie, fremtidsplaner, planter og dyrkningsmetoder. I efterårsferien markerer gruppen desuden FN's "Internationale dag for udrøddelse af fattigdom" ved at invitere hele høven i Museumshøven den 17. oktober.

Få varmen i Giant Steps



AF PIA BLOHM, Giant Steps

Det er efterår, og vinterkulden begynder at nærme sig – men fortvivl ikke – for Giant Steps er klar med masser af varme musikalske tilbud på Arne B i de næste måneder. Et af dem kan opleves torsdag aften d. 12. oktober, når en af jazzverdens mest elegante og inderlige fortolkere af jazzstandards den karismatiske canadiske crooner Denzal Sinclair kigger forbi. Sinclair, der også er en glimrende pianist, er kendt for sin varme, bløde og udtryksfulde stemme. Han kan om nogen få musikhjerter til at smelte og er ikke uden grund blevet sammenlignet med Nat King Cole. Hvert år turnerer Denzal Sinclair verden tynd bl.a. i selskab med Dee Dee Bridgewater, Patrice Rushen og The Count Basie Orchestra. Han har tidligere udgivet 3

prismnimerede- og belønnede plader på Verve/Universal Records i USA og modtog "Male Jazz Vocalist of the Year" pris i Jazz Report Magazine i 4 år i træk. Dette efterår har Graig Earle – den herboende fine, lydhøre canadiske bassist – inviteret Denzal Sinclair til Danmark og med på turen er desuden to danske musikere – allestedsnærværende Janus Templeton, der altid sprudler af kreativitet på trommerne og den yderst kompetente guitarist Mads Kjølby, som optræder i mange andre sammenhænge, ofte med bl.a. DR Big Band.

Hele efterårets koncertprogram kan hentes her: www.giantsteps.dk. Mød desuden Giant Steps på Facebook.

Folkemusik i oktober

AF JENS HOLGERSEN, Folk for Folk

3.10. er der ÅBEN SCENE og FÆLLESSANG V/ ERIK JAKOBSEN. En aften hvor der bliver god mulig for at synge, men man kan også selv optræde.

10.10. WORLD ON A STRING. Fire usædvanligt velspillende musikere, der blander irsk og nordisk folkløve med jazzede toner og verdensmusik. John Sund: 6 og 12 strengede guitarer Bjarke Falgren: Violin og viola. Morten Lundsby: Kontrabas. Mirwais Fedai: Tabla, percussion. Koncerten er støttet af Dansk Musikerforbund.

17.10. GUNNI TORP TRIO. Hun bor i en trailerpark. Er uddannet klovn. Skriver sange med politiske budskaber og er selvudnævnt feminist. Spiller flere instrumenter og er vokset op med Cornelis Wresvijk og sigøjnermusik. Det er måske ikke så underligt, hun ikke lyder som alle de andre. Det har nu heller aldrig været meningen. Simon Hebeltoft Hansen: Guitar, kor. Mathias Klein Arbo: Trommer,

percussion. Gunni Torp: Sang, harmonika, piano.

24.10. JANE & SHANE. (Uk/ Irl) Begavede underholdere i absolut særklasse. De dybe rødder i den irsk-britiske folkemusik fornægter sig ikke, når de med stor selvfølge bevæger sig rundt i stilarterne. Jane Clark (ENG): Violin, vokal. Shane Donnelly (IRL): Vokal, guitar, bodhran.

31.10. FLOATING SOFA QUARTET der fejre triumfer alle steder er et musikalsk samarbejde mellem fire unge nordiske spillemænd og -kvinder. De skaber et unikt musikalsk udtryk der fremstår både moderne, traditionelt og tidløst. Tag plads i sofaen og flyd med! Malte Zeberg [SE]: Kontrabas. Leija Lautamaja [FI]: Diatonisk harmonika, træorgel. Clara Tesch [DK]: Violin. Mads Kjølher-Henningsen [DK]: Træ-tværføjte, svensk sækkepibe. På Folk For Folk's nye hjemmeside kan du læse mere og finde links til musikken.



STOR FADØL ALTID KUN 29 KR

VENBAR

TORSDAG-LØRDAG 20.00-03.00



Festivalen på Skarø tænker nyt

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Der skal være endnu flere valgmuligheder og man skal kunne tage på festival, selvom man skulle lide af teltallergi. Sådan lyder et par af tankerne fra arrangørerne bag Festivalen på Skarø, der for tiden er ved at lægge nye planer for den lille øfestival.

- Man kan sige, at festivalen aldrig er gået bedre end i 2017 og det giver os muligheden og forspringet til at sætte nogle af alle de tanker, vi har gjort os i de seneste 6-7 år med festivalen, forklarer medarrangør Rune Kruse.

- Det er klart, at man høster en masse erfaringer og opdager bedre og sjovere måder at gøre tingene på, men vi må også indrømme, at vi har været forsigtige – og måske overforsigtige – med at lave for mange forandringer. For det har jo virket godt, som det har kørt, siger han.

Festivalen rykker i 2018 et par uger længere ind i sommeren – til den 2.-4. august. Det er især for at give bedre luft til øernes almindelige turisme og håb på bedre vejr. Samtidig følger der flere nye tiltag med:

- Vi vil på den ene side selvfølgelig tilgodese de trofaste gæster, der er glade for den opbygning og de rammer, festivalen har nu. Men vi vil også gerne udvide mulighederne for at gæsterne kan bygge sig præcis den festival, man ønsker sig. Vi forstår godt, at det kan blive for primitivt og ukomfortabelt at skulle have sit eget telt med og slå op på en mark, hvor naboerne

måske fester hele natten. Så i 2018 inddeler vi teltpladserne i en række områder efter gæsternes ønsker. Der kommer en stillecamp, et familieområde med gode faciliteter for madlavning. Campingvognene får også deres eget område, og så laver vi et større VIP-område, med plads til mere forkælelse. Her er der brunchbuffet hver morgen, bedre bade-faciliteter og her kan man endda leje sig en stor lækker tipi, der står færdig og klar, når man ankommer. Med senge og det hele, forklarer medarrangør Lasse Bekker.

De nye campingområder fordeler sig i højere grad på øen og der kommer i 2018 en helt ny festivalcamp, der indtil 1. november er gratis at booke sig ind på, hvis man køber en early-bird-billet til festivalen. Og netop tanken om, at flere arealer på øen tages i brug er ikke tilfældig: - Festivalen på Skarø handler helt centralt om at være til festival på en ø. Det er en helt unik oplevelse, som kun få andre festivaler kan matche. Det vil vi rigtig gerne gøre mere ud af. Så festivalen kommer i 2018 til at fokusere endnu mere på nogle af de unikke muligheder, øen giver, lyder det fra Lasse Bekker.

**Festivalen på Skarø,
2.-4. august 2018.**

**Early-bird-rabat med gratis
camping indtil 1. november
på www.lovein.dk.
Musikprogrammet offentliggøres i den kommende tid.**

Prøv poesimaskinen og skab skøn lyrik på dit bibliotek

Fra d. 1. oktober og to uger frem skal besøgende på Svendborg Bibliotek selv skabe ny, dansk lyrik ved at benytte Poesimaskinen.

AF CHRISTIAN DAN JENSEN

Poesimaskinen er en tekstgenererende computer, som Roskildebibliotekerne har udviklet i samarbejde med Aarhus Universitet og Søren Pold, lektor i Digital Design og Informationsvidenskab. Den er en slags interaktiv installation, hvor man som bruger selv kan være med til at skabe et digt ud fra 1000 sætninger, som forfatter Peter-Clement Woetmann har skrevet til maskinen.

Digitalt liv til lyrikken Maskinen får plads i bibliotekets område for skønlitteratur i selskab med bl.a. digtere som Tove Ditlevsen, Michael Strunge og Yahyah Hassan og bibliotekets litteraturformidlere glæder sig til at tænde for den digitale litteratur på Svendborg Bibliotek. *"Den digitale litteratur handler meget om proces og om selv at skabe- og fortælle med. Det bliver rigtig spændende at se mennesker og maskine give poesien liv på denne her måde."* Forklarer litteraturformidler på Svendborg Bibliotek, Tina Karina Mortensen, Alle er velkommen til at prøve poesikræfter med den store, gule

poesimaskine, men biblioteket tager også gerne imod elever og andre grupper:

"Det er helt oplagt at tage sine dansk-elever med, hvis man som lærer i udskolingen eller f.eks. gerne vil arbejde med digte på en sjov og anderledes måde"

siger Tina Karina Mortensen. Hun opfordrer dog større grupper til lige at ringe til biblioteket og lave en aftale i forvejen.

Fokus på maskiner Poesimaskinens besøg på Svendborg Bibliotek sker i forbindelse med, der i oktober og november er fokus på et overordnet tema, huset har valgt at kalde Kære maskine. I ugerne 40 – 48 kan bibliotekets besøgende gå på opdagelse i arrangementer, aktiviteter og udstillinger, der alle kredser om menneskets forhold til de kære, mægtige magiske maskiner.

Digtene som forfattes på maskinen bliver udgivet på bloggen <http://blaek.netlitteratur.dk/> De digte, der kommer ud af svendborgensernes nærkontakt med Poesimaskinen bliver udstillet i udlånet.



KULTUR & BIBLIOTEK SVENDBORG

DET
SKER

DET HANDLER OM: KÆRE MASKINE

GÅ PÅ OPDAGELSE I LITTERATUR, UDSILLINGER, ARRANGEMENTER OG ANDRE AKTIVITETER, DER ALLE TAGER AFSÆT I ET UDVALGT EMNE. I OKTOBER OG NOVEMBER HANDLER DET OM DE KÆRE, MÆGTIGE, MAGISKE MASKINER.

PRØV POESIMASKINEN

Søndag 1. oktober - søndag 18. oktober // Gratis
Giv dine digte digitalt liv! Alle kan prøve kreative kræfter med den interaktive lyrikinstallation.

IMRAN RASHID: SLUK

- KUNSTEN AT OVERLEVE I EN DIGITAL VERDEN

Torsdag 5. oktober kl. 19.30 // Kr. 80

// Nysgerrig Fyn Kr. 70

Hvordan får vi et sundere digitalt liv? Speciallæge Imran Rashid undersøger et af tidens store dilemmaer.

MIT DIGITALE SELVFORSVAR

Tirsdag 10. oktober, kl. 9.30-11.00 // Gratis billetter
Instruktion i Forbrugerrådets nye app, der hjælper dig med at sikre dine digitale oplysninger på din smartphone.

BYG DIN EGEN SKROT-ROBOT

- VÆRKSTED FOR BØRN

Mandag 16. oktober kl. 14.00-16.00 på Skårup Bibliotek

Tirsdag 17. oktober kl. 13.00-15.00 på Sv. Bibliotek

DEN ELEKTRONISKE HJERNE

Tirsdag 31. oktober kl. 19.30-21.30 // Kr. 60

// Nysgerrig Fyn kr. 50

Kunstig intelligens vender op og ned på vores verden. Tag med på opdagelsesrejse i fremtiden med PhD i robotteknologi Søren Tranberg.

PRINT DIN KROP

Mandag 6. november kl. 16.00-17.00 // Gratis

Et forskerhold fra SDU har med succes 3D-printet knogler, der kan leve i kroppen. Hør dem fortælle om det prisbelønnede projekt.

BLIV KLOG PÅ EN TIME: OVERVÅGNING

Torsdag 16. november kl. 16.00-17.00 // Gratis

Overvågningssamfundet er mere omfattende end Big Brother kunne drømme om.

LÆS MERE OM BIBLIOTEKETS ANDRE ARRANGEMENTER, KURSER, LÆSEKLUBBER, SKRIVEKLUBBER OG OM EFTERÅRSFERIEN PÅ:

www.svendborgbibliotek.dk





Rigtige vandmænd M/K svømmer ikke i takt - det behøver de ikke

AF SØREN ØRTING, Sydfyns Kulturförening

Vi havde ingen anelse om, hvad det var vi søsatte i vores lille projekt-gruppe dengang tilbage i foråret, da drømmen om en parade gennem Svendborg begyndte at tage form. Men vi vidste at havet er vores allesammens. Ligesom luften, men mere synligt og konkret, vådt og plaskende. Vi ville dele og tage del - og håbede vi kunne få mange

til at deltage. Vi ville ses og se på og alle skulle være sammen. Glade og så tillidsfulde som muligt; uden forsvarsværker og standardskepsis om "dem" og "os". Det var havet, der skulle være tema og give det hele mening med sine altomsluttende blå tråde. Så vi begyndte at trække net og aktivere netværkerne.

Uddrag fra min egen vandmands-logbog:

10.9.: Harder's/Møllergade. Lytter til eventyrlige skrøner. Det er Susi fra Lyø, der entusiastisk præsenterer bl.a. fake-skrumpehoveder og et kannibal-askebæger: En spøjssouvenir fra eksotiske Hamborg omkring 1910. Dengang det 2.tyske kejserrige hærgede "sine" afrikanske kolonier.

11.9.: Ristinge/Langeland. Nu kommer Bagenkopfiskerne over broerne til Svendborg og ind i udvalgte butikker! For vi fylder traileren med maleren Solveig Moa's 13 legemsstore malerier af erhvervsfiskere fra Sydlangeland. Hun har lånt Paraden sine respektfulde akrylportrætter, hver på 2x1m, men de levende modeller til malerierne er oppe imod tidernes ugunst: bl.a. iltsvind, kvotekonger og stigende brændstofpriser.

12.9.: Frederiksen/Svendborg. Mens vi tjekker lokalerne i Rundbuehallerne før Paradefesten kommer en engelsktalende kvinde forsigtigt hen imod os. Hun spørger til tidevandet og vil gerne sikre sig at strømmen bærer ud ad Sundet. Hvorfor? Jo, hun medbringer en urne med

asken fra sin afdøde mor, der har ønsket at blive strøet ud over øhavet. Da vi ikke kan svare præcist nok, beslutter hun at tage færgen til Ærø.

15.9.: Paraderuten/Svendborg. Aldrig har jeg set så mange samlet på Torvet i Svendborg - og alle vil de tage del i "Fortællinger om Havet"...

Fantastisk, entusiastisk og fyldt med energi, hvor der bliver skabt kontakter, forstærket netværk og tændt op for nye længsler og opdagerfærd. Sikke det risler ned ad ryggen da hundredevis af struber - bakket op af mangfoldig bandsupport - sender den nye sang om "Musikkens By" afsted og ud over Øhavet. Som en gigantisk lyst-raket. Så projektet holder vand! Vi glæder os allerede til næste gang uden helt at vide hvordan, hvornår og hvormeget. Så hold godt øje med Sydfyns Kulturförening.



www.sydfynskulturförening.dk
#sydfynskulturförening
sydfynskulturförening@gmail.com



Bente Sonne Glasblæseriet
 Salig Simons Gaard, Brogade 37, 5700 Svendborg
 Tlf: 6222 8373, www.glasblaeseriet.dk
 Åben tir.-fre. 10.00-17.30, lør. 10.00-13.00



Rigtige mænd mander sig op!

Er du en rigtig mand?
- ellers kender du nok en!
Sådan en mand, der er stærk
og rask. En der kan klare alt,
ikke er ked af det, aldrig syg
og som sjældent har brug for
lægebesøg, omsorg og støtte.



AF SUSANNE GREGERSEN

Der er rigtig mange mænd – og desværre også nogle kvinder – der bider smerter i sig, tilsidesætter lægebesøg og overhører kroppens symptomer.

Faktisk tager de fleste mænd sig bedre af deres biler end af deres egen krop og sind. Hvis bilen har en forkert lyd eller ikke har de kræfter den plejer at have, så kommer den på værksted og hver gang bilen har kørt omkring 20000 km kommer den til service...

Hvor ofte er du til "service", mand?

Kim Brorfelde, der er behandler i helhedsHUSET siger, at vi skal lytte til kroppens hvisken, så vi undgår at høre den skriger! Det er jeg helt enig i. Mand dig op, mand – mærk din krop og reager på det du mærker! Man bliver ikke sund og rask af "at tage sig sammen".

Ca. lige mange kvinder og mænd får psykiatriske sygdomme, ligeledes med kræft. I forhold til stress, er der flere kvinder end mænd, der oplever stress og pres, men det betyder ikke at mændene er fredet – langt fra. Faktisk er der flere og flere mænd, der mærker stressen på egen krop. Desværre ret sent i forhold til hvad, der vil være optimalt for geropretning af deres ressourcer.

I det hele taget ville mænd klare sig bedre, hvis de hurtigere søgte hjælp. For selvom der i mange sygdomme er lige mange mænd og kvinder der rammes, er der størst dødelighed hos mændene.

Uanset hvilke symptomer du oplever – træthed, smerter eller forandringer i hvordan du takler hverdagen og dine udfordringer – så er det kroppens måde at sige, at der er noget galt. Jo før du reagerer på symptomerne, jo hurtigere (og lettere) kommer du tilbage til dig selv og din sundhed.

Jeg tror gerne mænd vil at være sunde og raske, og endda at de gerne gør en indsats. Måske er vi alternative behandlere og til dels også sundhedsvæsenet bare ikke gode nok til at tale mændenes sprog.

I helhedsHUSET vil vi gerne invitere mændene til at tage vare på sig selv og deres krop. Vi opretter et mindfulnesshold kun for mænd "Mandehørm og Mindfulness", hvor du bl.a. kan lære at meditere og mærke hvordan kroppen har det. Vi starter også et stressforløb op, som går 360 grader rundt om din udfordring. Dette hold er både for kvinder og mænd.

Det er nu du skal mande dig op, mand!



Susanne Gregersen
Coach, hypnoseterapeut og mindfulnessinstruktør
Skriver om sundhed for krop og sind i mitsvendborg.dk – MAGASIN
www.facebook.com/helhedsHUS/susanne.gregersen@gmail.dk



I helhedsHUSET får du bl.a. individuelle behandlinger, foredrag, workshops og kurser for fysisk og mental sundhed.

Kommende aktiviteter:

WORKSHOP: bodyroll/stretch

for en sund krop 9/10 kl 18.30-21 - 250kr

KURSUS: hjælp til ord

Værktøjer t/voksne med læsevanskeligheder

10/10 kl 19.00-21.00

FOREDRAG: dit dyr - dit spejl

Dyb kontakt til dit dyr, hør hvordan.

18/10 kl 19-21 - 60 kr

KURSUS: mandagsboost

8 mandage fra 23/10 kl 9.30-12.00

Energi til ugen med Hui Chung Gong og mindfulness + kaffehygge-snak.

Intropris 1400 kr

Mandehørm og Mindfulness

9 mandage fra 26/10 kl 16.30-18.00

1850 kr incl. ugentlige mails, lydfiler og fastholdende opgaver - kun for mænd!

INFO OG TILMELDING I KALENDEREN PÅ

www.helheds-HUSET.dk

ELLER PR. SMS til 2080 9909

helhedsHUSET, Vievej 1, Bregninge
info@helheds-HUSET.dk
tlf 71 969 909

Få
telefonisk info
om forløbet -
ring/sms til
2080 9909

helhedsHUSET tilbyder nu et kursus, der går 360 grader om følelsen af udbrændthed, stress og pres, så du får mere glæde og overskud.

Et hold eksperter er klar til at støtte dig fra den 31/10 og 10 uger frem.



FAMILY TREE

749 KR.*



PANDÖRA

*Inkluderer armring (596477) i sterlingsølv og Family Tree-charm (791728CZ).

Samlet værdi ved køb af enkeltdele 948 kr.

Gyldig fra 31. august til 1. november 2017. Kan ikke kombineres med andre tilbud og rabatter.



Vi lægger vægt på godt håndværk

Pind J. Design Guldsmiede

Gerritsgade 44 · 5700 Svendborg

Tlf. 62 21 12 92 · www.pindj.dk

Se mere i vores webshop på www.pindj.dk