

# MÖT

Nr 3 2019 Årg 21  
Utg. av Överlida Byalag  
[www.overlida.se](http://www.overlida.se)  
och Mjögåcks byalag  
[www.byalagetmjogack.se](http://www.byalagetmjogack.se)

# Höst

*Foto: Elske*

# Årets Cykelfest!

Augustis evinnerliga regnande övergick på sista dagen i en närmast tropisk kväll för årets cykelfest i Överlida. Solen gassade ikapp med alla 26 anmälda par när välkomstdrinken delades ut på samlingsplatsen Långehäll. Pst... den var alkoholfri märkte ni det?

Det är roligt att få höra att cykelfesten skapar trivsel och gemenskap i byn. Här kan du träffa gamla trojänare så väl som nya bekantskaper. Tänk dig att dessutom få bli bjuden på läckerheter som räksoppa... lax med mandelpotatis... ostbricka. Inte undra på att cykelfest anordnas i allt fler byar. Nytt för i år var att även Mjöbäck anordnade cykelfest. En fin förstärkning på ytterligare 14 par anlände därför till vår efterfest där de emottogs av vår eminenta barpersonal Rasmus och Lotta. Musiken anordnad av Inquiry Events AB och DJ Sanna resulterade som vanligt i allt från bugg till golvad breakdance.

I vanliga fall är vi minst tre par i cykelfestkommittén. Vi figurerar då som så kallade "extrapar" och snyltar in oss på samtliga rätter hos vänliga själar med tillräckligt av både hjärterum och stjärterum.

Tro inte att vi för den delen slipper städa och laga mat. Vi är nämligen i egenskap av extrapar alltså också reserver. Så länge alla anmälda par deltar enligt plan så får vi inga gäster hem till oss och vi kan då snylta in oss som planerat. Men om något par uteblir med aldrig så kort varsel så står vi redo med dukade bord och lagad mat.

Antalet anmälda par måste också gå jämt upp på tre. Detta för att lottningen av vem som ska få besöka vem ska bli korrekt. I år var vi ett par kort i kommittén och antalet anmälda utöver kommittén var 24. Vi hade då att välja på att antingen låta ett anmält par bli endast extrapar, eller att chansa och fylla ut med oss själva även som ordinarie par. Vi valde det sistnämnda alternativet. Detta innebar lite pusslande. Eva Berntsson, en legend inom cykelfestkommittén, ställde upp och inhandlade extra

många fina kräftor ifall något annat serverande förrättspar skulle utebli. Roxana ökade på sin ananaspaj så den hade räckt till hela byns barnvakter och undertecknad fick planera varmrätt för upp till åtta gäster istället för fyra.

Så föll det sig så att ett varmrättspar fick förhinder. Specialpusslet som vi i kommittén lagt innebar vidare då att det ju helt plötsligt saknades ett par hos förrättarna Eva och Jan, och även hos efterrättarna Lina och Mattias. Och hos mig och Tobias skulle det nu istället dyka upp fyra par på varmrätt. Skam den som ger sig. Roxana fick ringa runt och tigga och be. Tillslut fick vi napp. Bengt och Lotta som var på väg hem från Oslo fick vackert ställa upp, och inte var väl det så svårt när det vankades äppelpaj med toscatäcke och hemgjord glass hos Lina och Mattias. Jag och Tobias

splittade på oss. Han fick äran att besöka Berntssons och jag trampade glatt vidare till Calle och Rebecka på en fantastiskt god skaldjurscheesecake. Eftersom undertecknad aldrig tycks bli vuxen så hade min snälla mor handlat åt oss i all vår stress och råkat köpa extra mycket kött, så portergrytan räckte gott till de fyra par som dök upp hos oss.

Kommittén tackar Överlida byalag för sponsring och ser fram emot nästa år då det är 20-årsjubileum. Har du tips och idéer på eventuellt tema eller liveband så tipsa oss gärna.

Mvh cykelfestkommittén.

Vid pennan  
Sofie Ljung





**Köp  
bingolotter på  
Monicanders  
och stöd  
Överlida IK  
Vi är  
tacksamma  
att Conny och  
hans personal  
säljer "våra"  
lotter.**

## MÖT - Information och kontaktuppgifter

### Redaktion:

Eva Berndtsson	070-636 33 10	evaberndtsson@telia.com
Jeanette Kristensson	076-116 19 17	jmariakristensson@gmail.com
Marie Mårtensson	070-622 81 87	mariemartensson1972@gmail.com
Elske Teppema	070-214 60 15	elske.teppema@telia.com

### Grafisk form:

Jan Cocked	0325 - 138 55
------------	---------------

### Tryck:

DS-Tryck	0703-47 60 86	info@dstryck.se
----------	---------------	-----------------

### Distribution:

Eva Berndtsson	070-636 33 10	evaberndtsson@telia.com
Håkan Carlsson	070-377 93 79	

### Annonsansvarig:

Marie Mårtensson	070-622 81 87	mariemartensson1972@gmail.com
------------------	---------------	-------------------------------

Annonsera i denna tidning MÖT - Mjöbäck och Överlida Tillsammans  
 Annonnsformat: Helsida (1200 :-), halvsida (750:-), kvartssida (450:-), 1/8-delssida (250:-).  
 Annonser för privatpersoner, t. ex. köpes/säljes, kvartalets ros, m.m är gratis.  
 Färdigt annonsmaterial e-postas till [mariemartensson1972@gmail.com](mailto:mariemartensson1972@gmail.com)  
 Tidningen kommer ut 4 ggr/år, den 15/3, 15/6, 15/9 och 15/12.

Prenumeration på MÖT: 150 kronor per år inom Sverige.

# VästkustStugan Byggvaror en byggvaruhandel för alla!

Vi erbjuder ett stort  
sortiment inom bygg  
med kvalité och priser  
som tål att jämföras!

Välkomna!



Nu har vi  
även riktigt bra  
bilvårdsprodukter  
i butiken!



## VästkustStugan Byggvaror

Öxabäcksvägen 9, Mjöbäck Tel: 0325-18616

### Psst!

Vi har hus för: kloka praktiker,  
flinka akademiker, levnadsglada  
poppare, dansanta gourmeter,  
frukostälskande bonusbarn och alla  
andra er som håller med om att  
borta förvisso är bra men  
HEMMA i slutändan ändå är... BÄST



Husmodell:

**Nova 3**

Smarta planlösningar och vackra exteriörer. Borohus anpassar alla hus efter behov och önskemål. Tillsammans tar vi fram det optimala huset för just dig och din familj.

# Borohus

# -Bli din egen arkitekt!



Med Väst kustVillan kan du bli din egen arkitekt. Klipp och klistra, rita till och dra ifrån eller varför inte börja med ett helt tomt ark? Med dina idéer och vår erfarenhet skapar vi ditt drömhjem. Precis så som du vill ha det.

På hemsidan [www.vastkuststugan.se](http://www.vastkuststugan.se) hittar du närmsta försäljningskontor. Du är även välkommen att ringa oss, tel. 0325-18600.



**Väst kustVillan**

- Våra hus är som våra kunder, alla olika!

# -Välj fritidshus och bo där jämt!



Ett fritidshus är en plats utan måsten. Det är långa kvällar, lugn och ro framför braskaminen och härliga kvalitetsstunder med familj, vänner och barnbarn. Idag är det allt fler som gör fritidshuset till sitt permanentboende vilket ställer höga krav på komfort och kvalitet.

På hemsidan [www.vastkuststugan.se](http://www.vastkuststugan.se) hittar du närmsta försäljningskontor. Du är även välkommen att ringa oss, tel. 0325-18600.



**Väst kustStugan**

- Våra hus är som våra kunder, alla olika!

# Mjöbäckprofilen

## Namn:

Anna-Karin Sunnerdahl

hennes fotbollsresa är bara så kul. sänker snittåldern i byn lite.

## Familj:

Min man Fredrik och våra tre barn Oscar, David och Wilma, två katter och en kanin.

## Favoritmat och favoritdryck:

Har så många favoriträtter och drycker.

## Om du vann mycket pengar, vad är det första du skulle göra då:

Då skulle jag ta med hela tjocka släkten på en drömresa & köpa min DYRA hund.

## Arbete:

Receptionist på Västkuststugan AB

## Vad är det bästa med att bo i Mjöbäck:

Närheten till naturen, lugnet, fantastisk företagsanda och trevliga människor.

## Favoritcity/motto:

Le och världen kommer le tillbaka.

## Intressen:

Älskar att resa, fixa i trädgården och inredning, Just nu tillbringar jag all min lediga tid med att köra Wilma på träningar/matcher 4-5 ggr/veckan, men det är också ett av mina stora intressen, så att följa

## Vad kan bli bättre i Mjöbäck:

Promenad/motionsspår runt Korrasjön skulle vara toppen. Fler lägenheter så vi kan behålla våra ungdomar, så vi

## Övrigt:

Jag tycker att det behöver hända lite roliga saker i byn. Vi behöver umgås mer. Cykelfesten som vi startar upp i år är en bra början. Börja använda området runt



dammarna till t.ex. marknader eller till musikunderhållning. Varför inte börja med tipspromenader igen.

Marie

## Sophantering

Ljuskällor, batterier och småelektronik kan lämnas i den röda elboxen. Förvara boxen inomhus tills den behöver tömmas. När du vill ha boxen tömd hänger du den på kärl 2 på tömningsdagen. Det du lägger i elboxen räknas till farligt avfall. Farligt avfall tas om hand för att inga ämnen som kan vara farliga för naturen ska släppas ut.



Föreningens profil ska sammantaget utgöra en väl förankrad lokal kraft i stora och små frågor för aktiva företagare, till gagn för vår bygd.

### Föreningens mål är att:

- Aktivt lyssna av och samla upp viktiga frågor från medlemsföretagen.
- Aktivt följa upp och driva företagsrelaterade frågor.
- Aktivt medverka i forum som gynnar våra medlemsföretag.
- Aktivt samverka i former som påverkar tillväxt och inflyttning.

### Styrelsen

Stefani Dänhardt - Rundis AB, Ulf Aronsson - Aronsson Bygg AB, Helene Jansson - Intuagera AB, Jörgen Arvidsson - Arvidhus AB, Fredrik Johansson - Mjöbäcksvillan, Daniel Larsson - Överlida El AB, Reima Mattila - Västkuststugan AB.

E-post: [helene@instuagera.se](mailto:helene@instuagera.se) | [www.hogvad.org](http://www.hogvad.org)

# MJÖBÄCKS BYALAG

I skrivande stund är sommarvärmen tillbaka, men det märks ändå på kvällarna att hösten är i antågande. Det är mycket på gång under hösten inom kommunen som byalagen är delaktiga i.

## Översiktsplan

Kommunen håller på att arbeta fram en ny översiktsplan för Svenljunga kommun. ”Översiktsplanen uttrycker kommunens långsiktiga och strategiska vilja för hur mark och vatten ska användas, utvecklas och bevaras. Översiktsplanen ska ge vägledning i beslut och visa på kommunens prioriteringar för att främja en hållbar utveckling av kommunen.” Under hösten kommer kommunen att ställa ut förslaget till översiktsplan, så då kan vi kommuninvånare vara med och tycka till. Ta chansen och vara med och påverka.

## Skolutredning

Parallellt med översiktsplanen

pågår också arbetet med en ny skolutredning. Här ska man ta fram förslag på hur skolverksamheten i Högvad ska se ut framöver. När utredningen är klar kommer byalagen att få ta del av den och lämna våra synpunkter.

## Gamla järnvägen

Äntligen ska gamla järnvägen mellan Västkost-Stugan och Draglycke rustas upp. Kommunens entreprenör Sandhs kommer under hösten att påbörja arbetet med detta och tanken är att det ska vara klart innan årsskiftet. Den nya cykelvägen från Draglycke och in mot Överlida får vi dock vänta lite på. Men förhoppningsvis kan det arbetet påbörjas under 2020. Den sträckan är det

Trafikverket som ansvarar för.

## Melodikryss

Ihop med Byddegårdsföreningen kommer vi den 12 oktober anordna Melodikrysset igen. Vi börjar med frukost kl 9 och sedan lyssnar vi på och försöker med gemensamma krafter lösa radions Melodikryss.

## Pantinsamling

Byddegårdsföreningen har vid några tillfällen anordnat pantinsamlingskvällar. Detta har slagit väl ut och är ett välkommet tillskott till föreningen. Vi har nu utökat detta genom att nere vid bygdegårdens gavel (mot affären) ställa ut en grön soptunna där ni kan skänka er pant när det passar er. Vi tar

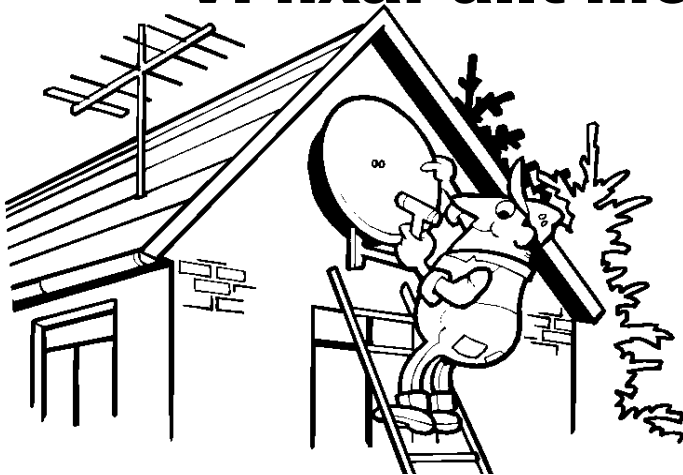
emot svenska och utländska burkar samt Petflaskor. Välkomna med ert bidrag.

Marie



## Behöver Ni hjälp med digital-TV?

### Vi fixar allt inom branschen



Vänd Er med förtroende till:

# Radio & TV Teknik AB

Rune Gustavsson

Nödinge Storegård 1, HAJOM 0706-85 22 45

Auktoriserad för: Canal Digital, Viasat och Boxer

# Ö G T

## ÖVERLIDA GRUS & TRANSPORT



### **MJÖBÄCKS SPARBANK 115 år**

Vi firar att Mjögäckssparbank fyller 115 år och det vill vi göra med er kunder! Under hösten kommer vi att erbjuda lite olika evenemang så håll utkik på vår hemsida och Facebook.

[www.mjobackssparbank.se](http://www.mjobackssparbank.se)    0325-327 000

Mjögäckssparbank





Café  
Tostatorpet



Vi tackar alla våra gäster för denna sommaren.

Det har varit många nya besökare men även gamla trogna och återkommande gäster.

Det blir ingen julmarknad i år. Hoppas vi ses nästa sommar igen.

Carina, Christian o Lisa.

Lindsbo 2 Mjöbäck

Tel 0706-757070

## Sagorocken

Towe Lindblom



Foto: Johan Fransson

Sagorocken - en sagoföreställning. Vad gömmer sig i Sagorockens fickor? Vilka sagor är det som vill ut? Följ med in i sagornas land tillsammans med sagoberätterskan Towe.

**Välkomna till Mjöbäcksgården på barnteater lördagen 26 oktober kl. 13.00.**

**Föreställningen vänder sig främst till barn mellan 4-12 år.**

TEXXREP

ÖMT önskar både läsare och annonsörer  
en riktigt härlig härlig höst!

**AsserBO**  
FASTIGHETER

**Motionsdans**

Älvsereds Bygdegård  
hösten 2019 Söndagar  
klockan 18-21

Söndag 29/9 Kalle o Stefan  
Söndag 20/10 Kenneth o  
Classe  
Söndag 17/11 Mogna Män  
Söndag 15/12 Cedrix

Entré 100 kr, fika ingår.

Alla välkomna!

**Birgitta och Sture**  
0707/154660

*Furulids Snickeri & Åkeri*

[www.furulids-snickeri.se](http://www.furulids-snickeri.se)

0325-186 80



# Passion för dahlior

Bengt och Lottas färggranna, blomstrande trädgård är mycket speciell, särskilt med tanke på alla vackra dahlior som förgyller tillvaron på sensommaren. Bengt Jacobsson i Överlida delar gärna med sig av sin berättelse och sina kunskaper.

Bengt berättar att det var hans farfar som odlade dem på släktgården Djupasjö. Han var noggrann och hade samma rutiner varje år. ”Jag var alltid med. De rötter som inte fick plats i trädgården skulle grävas ned ute på ön. Det var ett spännande äventyr när vi åkte över i en murken eka med rötter, koskit och grep. Och sedan dess har jag hållit på med denna förtjusande blomma. Men de gamla sorterna frös bort för mig en kall vinter för 25 år sen”.

Förr var dahlian en viktig växt som odlades på varje gård fortsätter han. Blev man bjuden på kalas fanns inget finare att ha med sig än en bukett dahlior. Och på årets mörkare månader kunde man ju byta rötter.

Jag undrar hur många sorter dahlior som finns. Bengt vet att det finns hur många som helst. Men själva har de aldrig mer än sju eller åtta sorter. Vi har heller inte som målsättning att ha många olika sorter. Lotta gillar att testa någon ny sort varje vår. Kriterierna är

att de ska blomma bra, inte lägga sig för lite vind, och tåla vinterförvaring.

Har ni mycket jobb med dessa blommor, frågar jag. ”Nej”, säger Bengt, ”inte så jättemycket jobb, om de rätta förutsättningarna finns. Vinterförvaringen fungerar bäst inne hos kossorna i ladugården. Där är det lagom varmt, lagom fuktigt och lagom ljust. Sätter man sen ut dem i ett soligt läge och vattnar lite då och då sköter de sig själva. Men tänk på att de älskar gödsel”, poängterar han.

Lite nyfiket frågar jag Bengt om han har fler intressen än att hålla på med sina vackra blommor. Han skrattar till och svarar: ”mitt intresse för längdåkning har alltid varit enormt. När stafetterna går brukar jag smita från jobbet. I vintras skylldes jag på att jag måste skjutsa svärmoder till doktorn”.

Och jag säger Tack Bengt och Lotta för en trevlig pratstund och för en vacker bukett dahlior som jag fick med mig hem!

Elske



## Lenas kost & träning

info@lenaskostochtraning.se • Tel. 070-54 33 487

- **Gymavtal (Lenas gym i Holsljunga)**
  - **Personlig träning**
  - **Styrketräning i grupp**
  - **Kostrådgivning**

# Kyrknytt!

Vi välkomnar nya medarbetare i Mjökäck-Holsljunga- och Kindaholms församlingar.

**Vår nya församlingspedagog Ann-Louise Karlsson:** Här kommer en kort presentation av mig. Jag bor i Östra Frölunda, det har jag gjort nästan hela mitt liv. Där finns min man och två döttrar som är vuxna och utflugna numera. Jag gillar djur och natur och har samlat

på mig några därhemma. Det finns mycket som intresserar mig, men ibland räcker inte tiden till. Sjunger gärna i kör, rider gärna en tur i skogen när tillfälle ges. Jag har jobbat i Sexdrega församling i 10 år och de senaste tre åren har jag varit runt på lite förskolor med mera

i bl.a. Tranemo kommun. När jobbet efter Marie blev ledigt, fick jag en tanke att det ska jag nog söka. Och nu är jag här och det känns så otroligt bra.

Jag ser fram emot många möten, med äldre såväl som med unga.

**Vår nya präst Hans Leander:**

Jag heter Hans Leander och börjar från 1 september jobba som präst i Kinds pastorat. Jag kommer vara mest i Holsljunga-Mjökäcks församling, men även i Kindaholm.

Hur jag hittat hit? Jag är inte själv från trakten men är gift med Emma Hedin, som är uppväxt i Holsljunga. När vi nu fått två små barn, Jonatan och Klara, tyckte vi det var bra att få komma närmare Emmas föräldrar.

Jag kommer närmast från Lundby församling i Göteborg där jag jobbade i Biskopsgårdens kyrka. Steget därifrån ut till Kind känns spännande. Från stad till land. Men även om mycket blir nytt för mig är det ändå samma stift.

Och utmaningarna är på många sätt de samma. Att vara präst handlar för mig mycket om att hjälpa människor att förstå att vi inte är ensamma. Att vara nära den Gud som är nåd och kärlek och som inte gör skillnad på människor. Att bygga upp gemenskap och

samhörighet som ger oss hopp att leva, glädje att tjäna andra, och mod att en dag få dö. Det glada budskapet, evangeliet, helt enkelt.

Jag är också en samhälls-engagerad person och ser fred och demokrati som ledstjärnor, både lokalt och globalt. Jag tycker om musik i olika former, är en hejare på basket och så gillar jag att dreja.

Jag ser mycket fram emot att få börja jobba här, och framförallt att få lära känna er som bor i bygden.

**TACK**

Vi tackar Marie Hansson Nyman för hennes arbete som församlingsassistent här i Mjökäck-Holsljunga församling nu när hon går i pension.

Marie Terol, som varit vaktmästare här går vidare till andra uppgifter och vi säger tack till henne för det hon gjort i våra kyrkor.

Våra präster Ann Fagerlund och Tobias Bäckström har slutat hos oss och gått in i nya uppgifter och vi säger tack och önskar dem lycka till.

Vill du veta vad som händer i våra kyrkor och församlingshem så läs vårt pastoratsblad som kommit i era brevlådor "Livsviktigt" och annonserna i STT.

**Annika Lindman, diakon**

**Vi tillverkar trappor och övriga snickerier!**

**TORSTRÖMS  
SNICKERI**

**Mjökäck, tel. 0325-341 27**

*Mjökäcksbaren  
Du & Jag*

**Mitt i Mjökäck**  
tel.0325-34444

**LUNCH, LAGAD MÉ**



**Vardagar 11 - 14  
PIZZA**

tisd - fred 11-20  
lörd - sönd 12 -20

**Välkomna!**



[www.karles-smide.se](http://www.karles-smide.se)

[www.karles.se](http://www.karles.se)

Skenevägen 4  
512 60 Överlida

[kaminer@karles.se](mailto:kaminer@karles.se)

tfn.0346-310 11

[smide@karles.se](mailto:smide@karles.se)

mobil: 0739-839355

[info@karles.se](mailto:info@karles.se)

# ÖVERLIDA BYALAG

Sommaren är till ända, höstkänslan börjar ta vid och byalaget har haft lite semester, men nu drar det igång igen. Vad har vi då på gång och vad händer framöver?

- Näsetprojektet har tagits över av en entusiastisk grupp Överlida bor som driver frågan vidare. Tillstånd är klara och upphandling pågår just nu. Sponsornpaketet har gått ut och all sponsring är varmt välkommen. Mer info finns under aktuellt på [www.overlida.se](http://www.overlida.se)

- Vi har beställt nya skyltar till Kärleksstigen som kommer sättas upp nu i höst.

- Tillsammans med Mjögäcks Byalag har vi bjudit in Julia Lindahl som är samhällsstrateg på Svenljunga kommun. Hon kommer besvara frågor om kommunens nya översiktsplan. (Planen finns att läsa i sin helhet på kommunens hemsida).

- Vi vill påminna om att vi vill ha in fler bilder över vackra Överlida. 2020 kommer vi trycka upp en almanacka med bilder över Överlida. Till detta samlar vi in bilder, gärna från olika årstider och även på aktiviteter och människor. Har du en bild så tveka inte att e-posta den till [info@overlida.se](mailto:info@overlida.se). Fotografens namn står alltid med, och bilderna kan komma att användas även i andra sammanhang som reklam för vår by.

- Nya välkomstskyltar är på gång till vår by.

- Glöggmys kl 18 första advent när vi tänder granen kommer att ske i år igen.

- Banvallsprojektet bör dra igång nu i höst och vara klart innan årsskiftet.

- Cykelväg från Överlida till banvallen kommer inte igång nu i höst 2019 som vi hade

hoppats på, utan tidigast våren 2020 enligt Vägverket.

- Ideellt jobb ihop med markägare och med företagshjälp så har Överlida röjgrupp sett till att det nu finns en vandringsled förbi campingen i riktning mot Gräne Gruva. Så nu kan vi gå säkert bakom räcket. Här vill vi tacka markägarna Knut Andersson på Campingen och Jan Vilhelmsson som ställt upp med sin mark. Knut som har lagt både tid, kraft och material - för att skapa en stor del av sträckan. Överlida Grus som har sponsrat med material och maskinhjälp. Martin på Kvarnerlinds Gräv som har sponsrat med lastbilstransporter. Christer Johansson, Star Trading, som sponsrat med material. Givetvis tack till de ideella krafter som utgör just röjgruppen. Stort tack till er alla!

Hälsningar från  
Överlida Byalag  
genom Markus  
Johansson

## KONTAKTINFO

Överlida Byalag –  
[styrelsen@overlida.nu](mailto:styrelsen@overlida.nu)  
Hemsida [www.overlida.se](http://www.overlida.se)  
Facebook –  
[www.facebook.se/overlida](http://www.facebook.se/overlida)  
Bankgiro 5267-5899  
Swish 123 091 98 29



BLOMMOR & PRESENTER

BLOMMOR & PRESENTER

Till vardag och fest,  
i glädje och sorg

Öppet: Måndag 15-17.30

Tisd-Fred. 10-17.30

Lördag 10-13 Söndag Vilodag

Vi finns på  
facebook och  
Instagram  
- gilla oss där!

Tel.0325-321 00  
[www.susanns-blommor.se](http://www.susanns-blommor.se)



Försäljning och  
reparation av bilar!

**Petterssons Bil AB Mjögäck**

Tel. 0325-340 19, 343 05



**ELSKEs**

Yoga, samtalsterapi,  
healing

[www.healyourheart.se](http://www.healyourheart.se)  
070-214 60 15

# Bidra med din bild av vår by!

Överlida byalag samlar in bilder tagna i Överlida, som vi vill använda i en blivande almanacka.

Bilderna kan också komma att användas i andra sammanhang som reklam för vår by, till exempel Trivselbygdens turistbroschyr, tidning eller i sociala forum. Fotografens namn står alltid med. Önskvärt är bilder från

olika årstider och gärna med aktiviteter och människor.

E-posta din bild till [info@overlida.se](mailto:info@overlida.se)

Trevlig höst!



## Våra öppettider:

Måndag-fredag

**8-20**

Lördag-söndag

**9-18**



Öxabäcksvägen 7, 512 65 Mjöbäck

**ICA**  
nära  
Monicanders

## Mjöbäcks Bokförings- & Revisionsbyrå AB

Älekullavägen 1, MJÖBÄCK  
[mjoback.rev@telia.com](mailto:mjoback.rev@telia.com) • [www.btac.se](http://www.btac.se)  
0325-341 70

Medlem i **FAR**

Medlem i **bakertilly**

- ALLT INOM BRANSCHEN -

**Överlida Plåtslageri AB**

**Tel. 0325-32300 Fax 0325-32020**  
**[www.overlidaplat.se](http://www.overlidaplat.se)**

# BOKTIPS

## Boktipset - Att finna en pärla av Maria Soukka

Malik har återvänt till sin hemby efter flera år i armén. Han lämnade byn kuvad och misshandlad, och kom tillbaka som en världsvan och hård man. Men mardrömmarna river sönder hans nätter. En dag finner han en pärla i en åker. Den liknar inget han tidigare har sett. Ljuset från pärlan träffar honom i hans innersta, öppnar upp delar som tidigare har varit stängda. Pärlan får Malik att börja se världen och människorna omkring sig med en ny blick. Långt bort från Maliks by brinner kriget och två föräldralösa barn ger sig ut på en mödosam resa. Även över

deras väg lyser ljuset. En dag sammanflätas deras öde med Maliks.

Att finna en pärla är en berättelse full av tidlös visdom, skildrad med en intensiv närvaro och glöd. Det är en rik och förtrollande historia om att lära sig leva helhjärtat. Maria Soukka är språklärare och lingvist. Under många år arbetade hon med bistånd i form av språkutveckling i Västafrika. Att finna en pärla är hennes debutroman.

Jeanette



## Att gå Kärlekens väg!



Under hösten kommer vi, Iréne Olsson och Iréne Dagmarsdotter att hålla träffar i andlig personlig utveckling.

Med utgångspunkt från En Kurs I Mirakler, samtalar vi om livet, och Iréne Olsson håller i en kraftfull kanaliserad meditation.

Varannan tisdag med början den 17 september.

Kl. 18.30 – 21.00

Regnbågsvägen 24 i Mjölby.

## Varmt välkommen! Iréne och Iréne

Pris: 50 kr per person och tillfälle. Inklusive fika.

Föranmälan senast dagen innan till

Iréne Dagmarsdotter, 0732 48 75 16

Max 12 personer.

Butiken med egen tillverkning!

# Överlidaljus



Stearinljus med personlig och unik design, framtagna och hantverksmässigt framställda för särskilda tillfällen...



Tor - Fre:  
16.00 – 18.00  
Lördag:  
10.00 – 14.00

Telefon:  
070-561 06 95

Ljus i olika varianter, både som present och förbrukningsvara! Lagerförsäljning av heminredningstyger - stor sortering!

*Låt dig inspireras! Välkomna! Helena & Thomas*

# Gruvans dag

Den första söndagen i augusti är det som vanligt Gruvans dag. Förra året invigde vi den första vandringsleden vid gruvan och nu var det dags för etapp två.

Christer Johansson inledde och berättade om utvecklingen sedan förra året, samt om allt arbete som lagts ned. Den nya vandringsleden, som inleds med en fantastisk bro över maderna, är 3.6 km lång. Utmed denna vandringsled kan du se både getryggar och

dödisgropar som är spår efter istiden.

Även i år hade vi tur med vädret och uppslutningen var god; mellan 600-700 personer besökte gruvan denna dag! Mjögäcks sparbank bjöd på korv, Sydved serverade kaffe

och Hasse Davidsson med flera musikanter, höll konsert i gruvan.

Enligt Christers tradition, och därmed lite högtidligt, fanns där en lång rad sponsorer/bidragsgivare och engagerade personer som klippte invigningsbandet:

Per Andersson, Sydved  
Bernt Kärrdin, STF kind som har ordnat skyltningen till den nya leden

Göran Nergården, Västkuststugan / Mjögäcksvillan / Borohus, som bidragit till den nya bron

Knut Andersson, en av våra bidragsgivare  
Per-Olof Hygren, Sparbanksstiftelsen Sjuhärad som vi fått bidrag utav till den fina bron

Jörgen Johansson, Johansson & Ljunggren som har byggt taket till vår skottkärra och rännen till järnvägsvagnarna

Lennart Holm, Risten-Lakviks museijärnväg som hjälpt till att hitta de fina järnvägsvagnarna och rälsen vid gruvan

Jerker Lindqvist som har historisk anknytning till gruvan

Det fanns ytterligare några bidragsgivare som tyvärr inte kunde finnas på plats.

Efter invigningen blev det vacker musik i gruvan med Hasse Davidsson och en liten blåsorkester. Det spelades "gruvmusik": "Hej hå nu vi till gruvan gå"....

Gruvan har en fantastisk akustik och musiken var mycket uppskattad!

Nu siktar vi mot nya utmaningar och redan nästa år kommer vi bl a att bygga ett tak över grillplatsen och anlägga en trollstig för barnen.

Vi som utgör "Gräne Gruvgruppen" vill tacka alla som kom på Gruvans dag och ser redan framemot nästa Gruvans dag. Finns det några som känner att de vill vara delaktiga i arbetet kring gruvan så går det bra att höra av sig till oss.

**Linda Lundin  
Holsljunga  
hembygdsförening  
Gräne  
Gruva-gruppen**

**Foto: Elske**



Firma Martin Andersson  
0702-49 37 33  
Skogsarbetare Grovarbetare  
Spakar det mesta!  
grevabon@hotmail.com | Moghult Berghem 1  
Innehar f-skatt | 512 65 Mjögäck



# Välkommen in och låt dig inspireras av våra nya tapetkolektioner!

Vi har alltid 20% på färg, lim, spackel, verktyg, tapeter (gäller även beställningstapet).

Tapeter från Eco, Boråstapet, Fiona, Decor, Maison, Duro, Midbec m.fl.

## **GU**NNEMARS **MÅ**LERI

Falkenbergsvägen 30, Östra Frölunda Tel. 0325-303 76

ÖPPET: Måndag-torsdag 16-18, fre-sön stängt

Vi säljer Flügger färg [www.flugger.se](http://www.flugger.se)



Synvillan AB är ett byggföretag som utför nybyggnationer, renoveringar och monterar prefabricerade hus. Huvudinriktningen är monteringsfärdiga hus, men vi kan lika gärna bygga till, renovera eller byta kök.

**Allt är möjligt!**

**SYNVILLAN**  
BYGG & VILLAMONTAGE AB

Synvillan Bygg och Villamontage AB | Hallavägen 8, 512 60 Överlida  
Magnus Larsson | 0703-44 67 79 | [magnus@synvillan.se](mailto:magnus@synvillan.se)  
Mathias Sandblom | 0703-44 67 78 | [mathias@synvillan.se](mailto:mathias@synvillan.se)

Den gamla zenmästaren Osho sa så här:

"I det ögonblick då du börjar betrakta livet som icke allvarligt dit lekfullt, försvinner ditt hjärtas bördor. All rädsla för döden, livet, för kärleken - allt försvinner. Du börjar leva med ett lätt tryck över hjärtat eller helt utan. Du blir så tyngdlös att du kan flyga mot skyn."



*Paulines  
Hemservice*

## Behöver du hjälp med städningen i hemmet eller på företaget?

Få lite tid över i livet och låt mig ta hand om ditt hem eller arbetsplats

Glöm inte att som privatperson får du utnyttja RUT-avdraget och betalar endast 50% av kostnaden för arbetet

Tveka inte att höra av dig till mig så skräddarsyr jag insatser som passar just dig. Boka ett hembesök så lägger vi upp städningen efter dina önskemål och behov.

Kontakta mig på  
**0703 54 24 18**  
eller skriv ett mail till  
[paulineshemservice@gmail.com](mailto:paulineshemservice@gmail.com)

Företaget har f-skatt



## Mjögabcks Pallindustri AB

Nygårdsvägen, 512 52 Mjögabck  
Telefon 0325-343 02



**CLAESSON**  
ENGINEERING

Lindsbovägen • 512 65 MJÖBÄCK  
Telefon 0325- 331 10 • Fax 0325-331 12  
[claessonengineering.com](http://claessonengineering.com)

# Fotbollsturnering

Mjögabcks Sparbanks årliga fotbollsturnering gick som vanligt av stapeln första helgen i augusti.

Sedan några år hålls turneringen på Hagavallen i Öxabäck. Trots semesterdagar var det en stor publik som hejade på sitt favoritlag. Vinnande lag i år blev Högavads BK som vann 12.000 kr. Resterande lag BK Viljan, Öxabäck IF samt Torrestorp/Älekulla FF fick även dom en välkommet tillskott till klubbkassan. Förutom fotbollsturnering hölls supportertävling för både damer och herrar som gav ytterligare pengar till föreningarna.



*Vinnare supportertävling dam:  
Anna Eriksson, Susanne Blomster och Fanny Björendahl*



### Marie

*Vinnare supportertävling herrar: Dennis Åkesson, Robin Jakobsson, Viktor Karlsson och Jörgen Bengtsson.*



*Carolina Skogsberg, Linus Hellgren, Jesper Sunnerås, Alfred Johansson, Albin Wilson och Camilla Persson*



*Turneringens lirare: Albin Wilson får pris av Carolina Skogsberg*

## Lida Yttres gårdsbutik

Butiken är öppen för självbetjäning varje dag mellan 10.00 - 20.00. Vi har potatis och ägg.

Bamse 0706-45 01 67

Madde 0735-42 41 93

Överlida Ekbacken

Överlida Ekbacken Välkommen!

## Melodikrysset



Lördag 12 oktober löser vi radions  
Melodikryss i Mjöbacksgården!

Pris: 50kr/pers



Vi bjuder på enklare frukost.  
Utlotning av vinster bland er som lämnar in  
krysset.

Frukost från kl 9:00  
Krysset startar kl 10.00

Föranmälan till Marie på 070-6228187

Varmt välkomna!



Arr. Mjöbackes Byalag och bygdegårdsförening



Vi har semesterstängt!  
9-25 september!  
Öppnar åter  
26 september  
Måndagar stängt  
Öppettider:  
tis - fre 10-18  
Lördag 10-15  
Välkomna!

## Mjöbackes Blommor

*Ulf Aronssons  
Bygg AB*



070-860 34 99  
ÖVERLIDA

***Enkel och miljövänlig värme***  
***Fjärrvärme i Överlida AB***



Adress: Köpmansvägen 2, 51260 Överlida  
Service: Peter Lofström, 070-3336682

Vi har  
hyreslägenheten  
du söker!

Solidhus erbjuder dig en bostad i  
enfamiljshus, radhus, parhus samt  
flerfamiljshus i trivsamma miljöer.

Vill du också bo bra?  
Kontakta oss för mer information.

**Solid Hus**

ett fastighetsbolag i Mjöbackesgruppen  
Tel 0325 - 61 82 50 [www.solidhus.se](http://www.solidhus.se)

# Böcker och boklån

Redaktionen diskuterade nedläggningen av biblioteket i Överlida och utifrån den diskussionen ställde vi några frågor till vår nya kulturchef Karin Ryberg Manhem.

Hon skriver så här till oss angående biblioteksverksamhet i Svenljunga kommun.

Under året som gått har det skett ganska stora förändringar inom biblioteksverksamheten i Svenljunga kommun. Samhällsbyggnadsnämnden har fattat beslut om att köpa in en bokbuss och även om att lägga ner de kvarvarande utlåningsstationerna. Huvudbiblioteket i Svenljunga har haft en turbulent tid med oroligheter i lokalen och som en följd därav väktarnärvaro under närmare ett halvår. Dessutom har undertecknad tillträtt som ny kulturchef, vilket såklart också påverkar verksamheten.

Biblioteket är en viktig mötesplats i samhället, kanske en av de viktigaste som finns kvar. En plats dit alla är välkomna, där inget krävs av dig (mer än att följa våra ordningsregler) och där grundfunktionerna är avgiftsfria. En plats för bildning, för möten, för avkoppling och nöje.

Tyvärr finns inte resurserna idag för att ha kvar alla bibliotekslokaler. Det är jag en av de första att beklaga.

Med den kommande bokbussen (av den mindre sorten) hoppas vi dock kunna serva och möta fler kommuninvånare än vad vi har kunnat göra med de få kvarvarande utlåningsstationerna. Under hösten vill vi undersöka intresse och önskemål om bokbussens kommande rutt ifrån orterna runt om i Svenljunga; från kommunala verksamheter, från byalag och föreningar, från boende och besökande. Vi hoppas att bokbussen till viss del kan fylla luckan som uppstår efter att utlåningsstationerna stängts. Ambitionen är att bokbussen ska vara ute så mycket som möjligt runt om i kommunen på planerade rutter, men att det också ska

vara möjligt att den kan närvara vid aktiviteter och händelser. På biblioteket i Svenljunga så förstärker vi bemanningen för att kunna ta hand om våra besökare på bästa sätt och samtidigt ge personalen så bra arbetsförhållanden som möjlig.

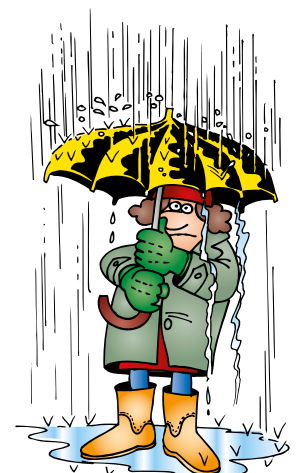
Tyvärr är leveransen av bokbussen fördröjd och vi har i dagsläget inget klart datum för när den är på plats. Förhoppningen är att den ska börja köra i början på 2020, men det är inget som vi kan garantera i nuläget. Under tiden tar vi tacksamt emot era synpunkter och önskemål om hur bokbussen kan användas.

Vi förstår också att det kan vara svårt att få låna böcker under en period. Vi hjälper gärna till med att reservera eller förlänga lån så mycket som möjligt.

Hör av dig genom besök, via telefon eller mail.

Vi vill också passa på att tacka för alla trevliga möten med er besökare! Vi inom biblioteksverksamheten hoppas att vi får se många av er igen, på biblioteket i Svenljunga eller på bokbussen. Alltså; på återseende!

**Karin  
Ryberg Manhem  
Kulturchef  
Svenljunga kommun**



"Allt från visitkort till fasadvepor"

Det är vi som trycker ÖMT!

DIGITALTRYCK | STORFORMAT

**DS  
TRYCK**

INFO@DSTRYCK.SE | 0703-47 60 86

Välkommen in till oss på  
Boråsvägen 31 i Svenljunga

Du vet väl att vi trycker åt både  
företag och privatpersoner?

Besök [www.dstryck.se](http://www.dstryck.se) för mer info.



**Pelletsdagar 27-28/9**

**Vinn en pall värmepellets**

Till alla som köper eller beställer värmepellets på pall eller i bulk är med i en utlottning om en pall på 832kg.

En pall på fredagen o en pall på lördagen.

Niklas från **SCANDBIO** är på plats fredagen och bjuder på tilltugg.

På lördagen serveras det kaffe med dopp.



Fylla på förrådet med kutterspån.

**85:-** per bal

vid köp av hel pall lämnar vi 10 %





**100**  
1919 - 2019

**Älvsered Lantmän**

Öppettider  
Mån-fre 7,30-17,30  
Lör 9-13

# Om traditionell kinesisk medicin

## Metall, ett av de 5 elementen

I tidigare nummer av MÖT har jag belyst de fem elementen och jag kommer framöver att berätta om obalanser i varje element. I detta nummer börjar jag med elementet Metall.

Element metall har fysiska kopplingar till följande organ:

- Tjocktarmen
- Lungorna
- Huden
- Bindväven

Detta innebär att vid någon obalans i metall-elementet så kan besvär med andningsvägarna, besvär med tjocktarmen, bekymmer med gaser, immunologisk obalans (allergier), hudproblem, såsom atopiska besvär, samt nasala problem förekomma.

Element metall har emotionella kopplingar till:

- Nedstämdhet

- Sorg
- Skuld känslor, känsla av fränstötning
- Ensamhet
- Förlust/separation

När vi bär och känner ovanstående känslor skapar det obalans i elementet metall och ger sig uttryck i fysiska symtom (se ovan).

Element metall har fysiska kopplingar till olika kroppsdelar:

- Axlar
- Armbågar
- Hand
- Fot
- Stortå
- C5, C6, C7 nedre nackkotorna
- Th2, Th3, Th4 övre bröstrygg
- L4, L5 nedre ländrygg

Smärtor på de ovanstående ställen är inte ovanliga. Ibland är det ett ställe och ibland är

det flera.

Element metall har också kopplingar till Ayurveda, som är det Indiska hälsosystemets holistiska synsätt på människan och hennes totala hälsa.

• Chakra 2 och 5 (Chakra är energihjul, eller olika energifält i kroppen, läs mer på nätet vid intresse eller läs den superintressanta boken: Livets hjul, av Anodea Judith)

• Doshor (handlar om vilken kroppstyp vi är och vi delas här in i någon av tre huvudkroppstyper). I detta sammanhang handlar det om kroppstypen: "Vata"

• Att vara "Vata" innebär bland annat: Liten, smal, lätt kroppsbyggnad, torr och hård exkretion, tendenser att få förstoppning, svag, snabb puls, aktiv, driven, osäker, problem med gaser.

Den indiska hälsoläran om vilken kroppstyp du är och vilken mat och motion som passar dig kan ge dig mer kunskap om hur du ska uppnå större balans i kropp, själ och hjärta. De olika chakran (energifälten) speglar vårt mående och påverkar vår utveckling under livets gång.

Det andra chakrat är kopplat till vår sexualitet, vår kreativitet, våra relationer och fysiskt sett till våra könskörtlar och de femte chakrat är kopplat till att göra sig hörd och är fysiskt sett kopplat till sköldkörteln.

Med nyfikenhet kommer nya möjligheter, så sluta aldrig upp med att vara nyfiken, är mitt råd.

**Markus Allerga**  
Hälsokliniken



**ArvidHus**  
Mjöbäck, tel. 0325-344 40  
*flexibla hus*





## Rådgivning till dig som driver företag på landsbygden!

I samarbete med Länsstyrelsen Västra Götaland erbjuder nu Intuagera rådgivning till dig som driver företag på landsbygden. **Du betalar endast 30 procent** av den totala kostnaden själv, 70 procent finansieras av landsbygdsprogrammet. Avtalet är tidsbegränsat, så skynda dig att boka!

Rådgivningen kan innehålla en eller flera av nedanstående punkter:

- Råd och förslag till åtgärder för fortsatt utveckling av företaget
- Information om företagskunskap, stöd, lagar och regler
- Ekonomianalys av företagets möjligheter och behov
- Drifts- och investeringskalkylering
- Resultatbudget i en handlingsplan med företagets ekonomi på lång sikt
- Marknadsföring och branschkännedom
- Produktutveckling och kvalitetsarbete inom bland annat besöksnäringen på landsbygden, grön omsorg, hästföretagande och livsmedel
- Serviceutveckling och kvalitetsarbete för att bland annat utöka antalet serviceslag inom grundläggande service (dagligvaror, drivmedel, betaltjänster, post/paket och apotek)
- Service och värdskap
- Att nå kunden – kommunikation och kundbemötande, i verkligheten och i sociala medier
- Att nå nya kunder och behålla de man har



Fundera igenom vad du behöver hjälp med för att utveckla din verksamhet och maila sedan oss på [info@intuagera.se](mailto:info@intuagera.se) eller ring Helene Jansson på 070-22 58 632, för att boka rådgivning!

*I samarbete med Länsstyrelsen Västra Götaland erbjuder Intuagera subventionerad rådgivning till landsbygdsföretag inom Affärsutveckling och ekonomi för landsbygdsföretag, Värdskap inom kommersiell service samt Företagsutveckling inom kommersiell service. Subventionen finansieras av Landsbygdsprogrammet.*



Europeiska jordbruksfonden för landsbygdsutveckling: Europa investerar i landsbygdsområden

# Hugo nyinflyttad till Mjöbäck

## Vad heter du och var bor du i byn?

Mitt namn är Hugo Jacobsson. Jag bor sedan juni i en lägenhet på Gårdsvägen som jag och min sambo (med "lite" hjälp) har fixat i ordning.

## Hur trivs du?

Jag trivs jättebra. Mycket bättre än jag först trodde då jag inte är van att bo på landet.

## Hur kommer det sig att du flyttade hit?

Jag och min sambo Carolina var i akut behov av en lägenhet då vi väntade barn tillsammans. Eftersom Carolina är uppvuxen i Mjöbäck och gärna ville vara nära sin familj och då det fanns en lägenhet ledig här, valde jag att flytta uppåt landet. Först bodde vi i en tvåa uppe på Regnbågsvägen men när det blev en trea ledig på Gårdsvägen valde vi att flytta för att få mer plats. I juli föddes även vår lilla dotter Lilly.

## Var har du bott tidigare?

Jag bodde innan i Falkenberg tillsammans med mina föräldrar och lillebror. Jag har även hela min släkt i Falkenberg.

## Hur har du blivit bemött här i byn och i trakten?

Jag har blivit väldigt bra bemött. Jag tror jag blivit bättre bemött som nyinflyttad här, då det är en liten by än om jag hade varit nyinflyttad i en stad. Här märker människorna i byn att man är ny och alla hälsar så trevligt när man möter dem. Eftersom min sambo är uppvuxen här och känner de flesta har det blivit naturligt att människor i byn engagerat sig och velat lära känna mig.

## Vad jobbar du med?

Då jag är utbildad barnskötare har jag precis börjat arbeta på en förskola i Svenljunga. Innan dess arbetade jag på en förskola i Ullared. Att arbeta med barn är något som jag tycker är väldigt givande så jag trivs bra med mitt yrkesval.

## Intressen?

Jag är träningsintresserad. Som barn höll jag på med fotboll men nuförtiden är det mest gymmet som gäller. Jag är ibland även med i olika tävlingar, sist var det Tough Viking. Utöver träning gillar jag att spela TV-spel. Men

sedan jag fick barn är även hemmakvällarna med familjen något jag värdesätter högt.

## Vad tycker du verkar vara bäst med Mjöbäck?

Jag är inte van vid att "alla känner alla" så som man gör i en liten by. Däremot tycker jag att det på så sätt blir en större gemenskap, vilket jag tycker om. Jag tycker om att det är litet och att det ligger

nära naturen. Sedan att det finns affär, skola, förskola och pizzeria nära är ett stort plus.

## Är det något du saknar här?

Bättre bussförbindelse. När jag flyttade hit hade jag inget körkort och det var svårt att ta sig till jobbet i Ullared. Annars tycker jag att det man behöver finns här.

Marie



EL | TELE | DATA | SERVICE | FIBERBLÅSNING | FIBERSVETSNING



Hallavägen 10, Överlida · info@overlidael.se · 0325-321 35 · www.overlidael.se

# En egen häst? Nej men fyra

I serien "hästarna i byn" träffar Sofie Ljung olika hästfolk. Denna gång är turen kommen till Katharina Halovanic, egenföretagare med fyra egna islandshästar.

"Han där är den brötiga" säger Katarina. Galdur går direkt mot mig med en blick som säger "hej vem är du kan vi hälsa?" Han börjar klia med sin mule på min mage. En viss busig dominans kan anas hos 23-åriga Galdur. Jag gillar Galdur.

Det lilla blackstoet Villiros är 31 år gammal. Hon har en mild framtoning och ställer sig mer försiktigt i position för att få nosa och hälsa. Det märks att hon är snäll och lugn och utan behov att ta så mycket plats. Skäcken Eyja är en så kallad femgångare vilket betyder att hon utöver skritt, trav och galopp också behärskar gångarterna tölt och pass. Eyja är nytillskottet i flocken och endast 5 år gammal. Den fjärde hästen Freja är iväg på betäckning.

Katharina Halovanic är sprungen ur Borås men bor idag med sina fyra islandshästar och make i Överlida. Hon arbetar på sitt eget företag Halovanic&Halovanic som konsult inom ledarskap och medarbetarutveckling. Hon är också utbildad coach via ICF och coachar chefer så väl som ryttare. "Det går ut på att ställa frågor och våga driva på i ämnen som kanske är lite obekväma medan relationen gradvis byggs upp", berättar Katharina. Coaching handlar om att ha en grundfråga eller ett problem varpå en coach kan hjälpa personen att få ett framåtperspektiv för att nå sitt mål eller sitt önskade läge. Att coacha ryttare kan också handla om att andas. "Här använder jag ibland Elskes yoga-kunskap, att andas in på fyra och ut på sex" säger Katharina. 2016 var Katharina mental coach för Sveriges Islandshästlandslag i samband med Nordiska Mästerskapen

i Norge.

## Men varför ska man ha fyra hästar?

Katharina fick som 16-åring sin första islandshäst. Hon har sedan dess aldrig hållit upp, inte ens under graviditeten. Att det blev just islandshäst beror på den nordiska mästerskapen 1980 då en tjej kom töltande förbi i solnedgången. Katharina har sedan dess själv varit på Island varifrån hon låtit importera några hästar. Att hon nu har hela fyra hästar beror på att de två äldsta hunnit bli så gamla som 31 och 23 år. "Och varför blev just du chef", undrar jag? "Hästvärlden föder många ledare - ofta kvinnliga", berättar Katharina.

Är då islandshästens lynne så lugnt och förnuftigt som ryktet säger? Det är såklart olika, menar Katharina. Det finns väldigt milda individer, som äldsta stoet. Valacken å sin sida är busig och tittig men snäll medan det 13-åriga stoet är svårare. Det senaste inköpet är dock fantastisk i lynnet enligt Katharina. Vissa är lämpliga barnhästar men inte alla då de kan vara mera känsliga och temperamentsfulla med mycket power. De hästarna används

ofta som tävlingshästar. Sedan finns det även tävlingshästar på hög nivå som hanteras utmärkt av barn.

Vad är det bästa med hästarna? frågar jag Katharina som blir fundersam en stund men svarar sedan: "Det bästa? Det vore tomt utan. Träningen och hästen som djur... det är något speciellt med kontakten och att man kan utvecklas tillsammans. Man får inte vara stressad. Det är långsamt. De lär en mycket, även som människa. Man får fundera en del. Det är min frizon."

Vi pratar en lång stund om attityden kring hantering av häst och hur den har ändrats över åren. Från att förr ha handlat mer om hårda nypor så har den på senare tid mjuknat och blivit mer på hästens villkor vilket vi är överens om i grunden är bra. Katharina sammanfattar: "Det är salsa nu istället för tango". Jag kan inte låta bli att tänka att en liknande utveckling nog har skett inom så väl barnuppfostran som arbetsliv.

God hästhållning enligt Katharina

• så naturligt som möjligt

- låt hästen vara oklippt
- utevistelse större delen av året, gärna på lösdrift där hästen tas in för att torka endast när det regnar väldigt mycket eller är snö eller när de behöver få komma undan knott och flugor.
- var noggrann med skoning
- var noggrann med avmaskning

Katharina är ordförande i Jör islandshästförening. Dess upptagningsområde är främst Marks kommun. För klubben blir det en hel del ideellt arbete då det hålls flera kurser per månad för ryttare som träffas och tränar ihop. Inte alla tävlar men alla brinner för träning och för att bli bättre ryttare, berättar Katharina. Klubben har ca 70 medlemmar.

## Skribentens tillägg:

\* Trots sin storlek som ju egentligen är ponny-mått så är den korrekta benämningen islandshäst och inget annat. Nyfiken på rasen? Sök gärna på islandshäst och turrindning. Det finns en hel del stall inom rimligt avstånd som tar emot alla nivåer av ryttare från nybörjare till erfaren.

## SofieLjung





# Vår hälsa - För mycket stillasittande och skärmtid?

Vi tittar ner, mer och mer. Ner på skärmarna. Och med tiden ger krämporna sig till känna. De kommer som ett brev på posten, Ögonen påverkas, hjärnan påverkas. Det är vanligt med trötthet till följd av att vara uppkopplad allt för länge. Händerna och fingrarna påverkas. Det är inte ovanligt med en sms-tumme.

Sällan tänker vi på att ett människohuvud som faktiskt väger ca 5,4 kilo, belastar ryggraden mera när vi böjer ner vårt huvud. Resultatet kan bli stora belastningsskador och korta, spända muskler i nacken. Dessa trycker i sin tur på nerverna vilket kan ge intensiva smärtor. Det är givetvis ingen fara om du bara läser ett meddelande då och då, men de flesta sitter med mobilen i handen flera timmar per dag samt arbetar vid en skärm. Det gör även våra barn och ungdomar.

”Läkare och fysioterapeuter rekommenderar pauser, rörelser många gånger per dag och vissa menar att vi borde börja ringa varandra igen i större utsträckning. Jag tycker också att alla borde ägna sig

åt någon idrott”, anser Mattias Hallström, legitimerad fysioterapeut i Örebro. ”Det bästa är alltid att välja något man tycker är riktigt kul!”

Vi pratar vidare om hur kroppen påverkas. Att sms-a eller sitta mycket vid datorn, kan också ge dålig hållning menar han. I värsta fall kan en s k gamnacke utvecklas, vilket sker när hakan skjuts fram så att huvudets vikt inte längre stötts upp av ryggraden. Även bröstryggen kollapsar vilket i sin tur påverkar andningen. Och när andningen inte sker som det är tänkt, påverkas hela kroppen negativt. Trötthet och värk kan bli en konsekvens. Även övervikt kan givetvis utvecklas av allt för mycket stillasittande, påpekar

Mattias.

Inom fysioterapi och yogan hittar du många tips och övningar som du kan göra många gånger varje dag. Du kan även använda dessa rörelser som en stunds kontorsgympa. Våra kroppar är ju inte gjorda för att sitta stilla. Den lilla tiden det tar att genomföra dessa rörelser kommer att ge positiv utdelning, menar Mattias. Kan du skicka med oss något mer att tänka på, undrar jag? Mattias säger så här: ”begränsa ditt användande av telefonen till en timma om dagen under någon veckas tid, och se vad som händer. Rikta istället blicken uppåt, var i nuet, se dina medmänniskor och ha kul!”

Elske

## JUL & HANTVERKSMÄSSA

PÅ

LÅNGEHALL ÖVERLIDA

SÖNDAGEN DEN 10 NOV KL. 11-15

HANTVERKARE FRÅN BYGDEN

VISAR OCH SÄLJER SINA ALSTER

FÖRSÄLJNING - LOTTERIER

KORV OCH KAFFESERVERING

FRITT INTRÅDE

VILL DU VARA MED OCH STÄLLA UT

KONTAKTA MIRJAM 0706349660

VÄLKOMNA!

ÖVERLIDA HEMBYGDSFÖRENING



KVARNERLINDS GRÄV AB  
ÖVERLIDA

# TRIVAB "Nytt och vad händer"!

Trivselbygdens nya Turistbroschyr distribuerades ut i slutet av maj och det har varit många positiva kommentarer. Vi tackar samtliga Byalag med flera för hjälpen med att fördela ut broschyrer på våra besöksmål och serviceställen.

Som de flesta har noterat har det även satts upp nya Trivselbygdsskyltar vid respektive infart till våra samhällen vilket ger ett positivt och trevligt välkomnande.

Gruvans Dag i Gräne söndagen den 4 augusti var mycket välbesökt med ca 650 besökare under dagen. Besökarna fick lyssna till markägare och ciceron Christer Johansson berätta om årets arbete och investeringar samt invigning med bandklippning av personer och företag som möjliggjort följande projekt; ny gångbro över maderna, malmränna, malmvagnar med räls samt en ny vandringsled på 3,6 km mm. Besökarna fick uppleva en musikunderhållning av Svenljunga Symphonic Band i Gruvan med mäktigt akustik. Mjögäcks Sparbank bjöd på korv och bröd samt bjöds det på kaffe i Sydveds monter. Trivselbygden deltog med en monter och vi träffade många besökare och det delades ut ett stort antal Turistbroschyrer och Trivselbygdstidningar till intresserade.

Holsljungamarschen genomfördes lördagen den 17 augusti och är som alltid lika populär och välplanerad med många kluriga stationer. Det finns en hel del aktiviteter

under hösten att besöka i vår bygd i september ex, Kinds Motorveteraners Motor- och Veteranträff, Häcksviksdagarna och Holsljunga Marknad mm.

Vi ser en positiv trend i att ungdomar och yngre par stannar kvar alternativt flyttar eller kommer tillbaka till Trivselbygden vilket bidrar till en stark framtidstro. Vikten av att det finns bostäder ökar, det finns ett behov av både lägenheter och hus.

Det finns en framåtanda i vår bygd med goda arbetsmöjligheter i framgångsrika företag, närhet till naturupplevelser och rekreation. Bidragande till ett bra och trevligt samhälle är våra byalag, ett starkt föreningsliv och andra ideella grupper som ex arbetar med nya gång-cykelvägar mm.

TRIVAB vill uppmärksamma och gratulera vår delägare Älvsereds Lantmän 100 År vilket är mycket imponerande och vi önskar lycka till med fortsatt många framgångsrika år!

**TRIVAB och Trivselbygden önskar en fin höst!!**  
**Christer Everås**  
**Ordf.**



*Gympan i Mjögäcks bygddegård är nu igång igen efter sommaruppehållet.*

**Som vanligt träffas vi på måndagarna kl 14 fram till strax före lucia. Vi har enkel sittgymna med enkla rörelser i syfte att bibehålla rörlighet och smidighet i muskler och leder och för att hålla farbror doktorn borta.**

**Alla deltar på sina egna villkor och gör de rörelser och övningar som man vill och kan.**

**Vi håller på en halvtimme sisådär och sätter oss därefter och skramlar med kaffekopparna och ljuger för varandra ungefär lika länge.**

**Vi avslutar därefter med cirka 1 timmes bingo med finfina priser som presentkort till monicanders, stickade luvor eller virkade dukar mm samt böcker.**

**Hela kalaset kostar 20kr. Eget kaffe medtages. Vi brukar vara runt 20 pers i snitt och gympan är instruktionsledd med musik. Alla är hjärtligt välkomna och för mer information hänvisas till:**

**Carl-Robert Dolonius tel 32252 eller Ann-Marie Öhn tel 33454**



# FIRST CHOICE

Det kloka steget in i eget hus

FIRST  
CHOICE®

14 husmodeller  
Nyckelfärdigt från  
1 849 000 kr

## Smart, tryggt och smidigt!

First Choice är framtaget för alla er som vill ha maximalt med hus för varje investerad krona. Med First Choice får du en extra kvalitetsstämpel på ditt hus, utan att det kostar för mycket.

Läs mer om alla 14 husmodellerna på [mjobacks.se](http://mjobacks.se)

**MJÖBÄCKS®**  
VILLAN

# Höstterminen på våra förskolor, fritidshem och skolor

Nytt för i år är ett ökat samarbete och utbyte mellan alla förskolor i Högvads rektorsområde, Holsljunga, Överlida och Mjöbäck. Alla pedagoger har gemensamma Högvadskonferenser och Arbetsplatsträffar, ca en gång per månad. Förskolorna kommer också att ha ett gemensamt tema, bla för att få verksamheterna mera likvärdiga och för att öka det kollegiala lärandet.

När höstterminen startar kommer förskolorna att arbeta med värdegrundsfrågor. Vi vill att alla barn ska känna sig trygga på förskolan och våga ta plats i gruppen. Vi vill utveckla barnens förmågor att visa hänsyn för varandra samt respekt och förståelse för alla människors lika värde. (Lpfö, 18)

Vi kommer att ha ett gemensamt tema i Högvads förskolor och arbeta utifrån boken "Snick och Snack, vännerna i Kungaskogen". Denna berättelse ger oss möjlighet att under året väva in läroplanens olika områden; värdegrund, språk, matematik, miljö, naturvetenskap och teknik.

Överlida förskola har två avdelningar, Gullvivan 1-3 år och Violen 4-5 år. När höstterminen startar har vi 11 barn inskrivna på Gullvivan och på Violen är det också 11 barn i nuläget. Vi samarbetar mellan avdelningarna och har öppningar och stängningar på Gullvivan. Mellan kl. 7.00-15.00 är de äldsta barnen på Violen och vi håller till i ett klassrum på skolan.

Personal på Överlida förskola är Frida Nilsson, Hanna Kvarnerlind, Amanda Boström (går på föräldraledighet den 1 oktober), Elisabeth Källgren, Nina Andersson, Anders Ahnström Svensson och Madeleine Algebäck.

I Mjöbäck har det hänt en del den sista tiden. Skolan är nymålad och uppfräschad utvändigt. Under semestern kom en ny linbana och

en kompisgunga. Gamla Församlingshemmet byter namn till Lönneberga och i lilla salen finns nu förskolans femåringar och Jeanette med gruppen Snickerboa. I stora salen finns matsalen, där Anna-Kajsa huserar. Med diverse begagnade möbler och saker, och med hjälp av sponsring av Föräldraföreningen, börjar vi få lokalerna mysiga och ändamålsenliga. Mycket uppfinningsrikedom och arbete har krävts och det känns bra att det gett resultat.

Barngruppen på Mjöbäcks förskola består i nuläget av 20 barn, som vi delar in i grupperna Villekulla, Hoppetossa och Snickerboa. Snickerboa-gruppen är i Lönnerberga kl. 7.30-12.30 måndag-torsdag och äter också lunch i matsalen. Personal på förskolan är Ida Börjesson, Therese Kollgren-Fransson, Emma Sveibert och Jeanette Kristensson. En tjänst på förskola och fritids är fortfarande vakant. Vi samarbetar med fritids vid stängningar varje dag.

Högvads rektor är Monica Björzell, som nu fått tjänsten "på riktigt". Hon började som tf rektor i våras. Sonia Ramie är modersmåls lärare i hela rektorsområdet. Administratör är Helen Alesö.

Maten lagas av Nina Kärrander och Anna-Kajsa Henriksson och städar gör Johanna Bystedt och Anna-Kajsa.

På Överlida skola finns årskurserna 3-6 med 45 elever. Personal på skola och fritids

är Johan Andersson, Kicki Ivarsson, Jonas Adelsten, Agneta Ewerås och Marie Mathiasson.

På Mjöbäcks skola går 40 elever i förskoleklass, årskurs 1 och 2. Personal på skola

och fritids är Yvette Ottosson, Mariann Andersson-Norrmann, Malin Karlsson, Maria Larsson, Elisabeth Gustavson och Andreas Johansson.

**Jeanette och Madeleine**

