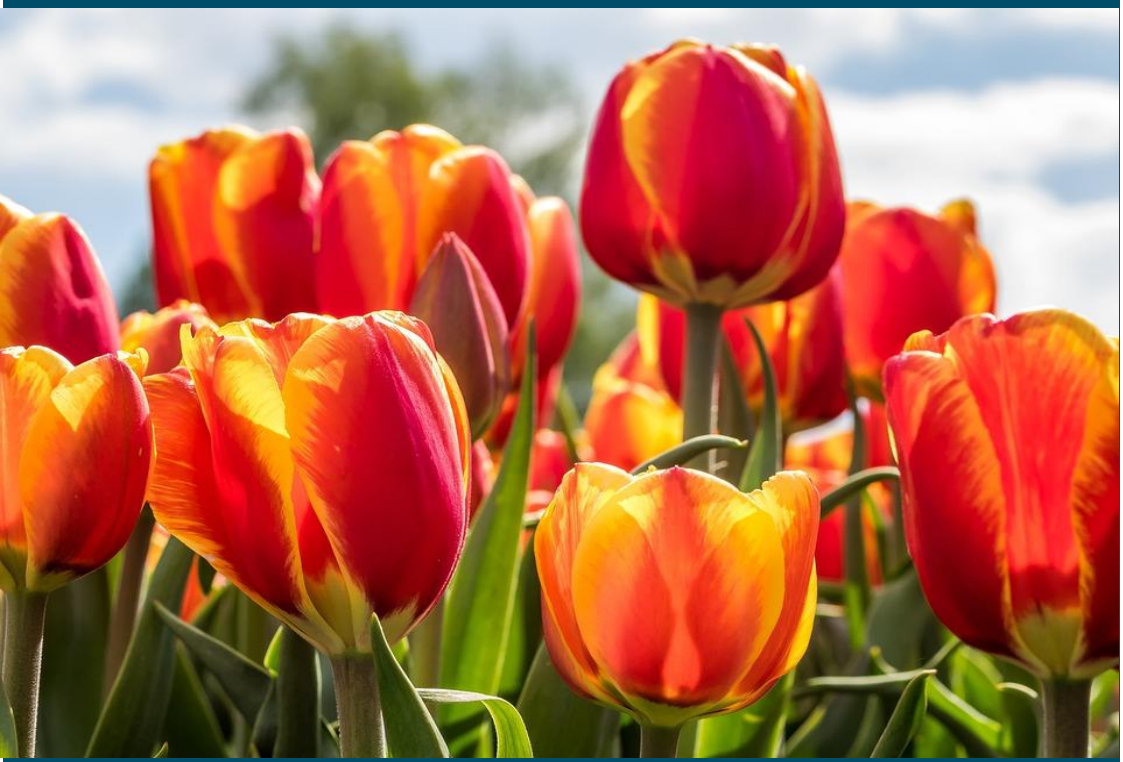




TIDAHOLMS
KOMMUN

Social- och
omvårdnadsförvaltningen

Vårprogram 2025



Innehåll

Välkommen	3
Arrangemang i höst	4
Frivillig- och föreningsverksamhet.....	8
IT och smarttelefoner	24
Intressegrupper.....	25
Anhörigstöd.....	26
Synpunkter & Felanmälan	30
Trafik.....	30
Kontaktuppgifter	32

Tidaholms Kommun

Tel kontaktcenter. 0502-60 60 00 www.tidaholm.se

2025 01 29

Välkommen

Här presenteras ett urval av de aktiviteter som bedrivs i Tidaholms kommun. Tillsammans med frivilliga, föreningar, församlingar och organisationer anordnar Stödformer/Social- och Omvårdnadsförvaltningen olika aktiviteter som främjar din hälsa.

Besök oss på Disponentvillan, Biblioteksvägen 2 eller ring oss på telefonnummer 0502-60 64 65. Du kan också besöka oss på www.tidaholm.se.

Följ Stödformer på www.facebook.com/stodformer

Varma hälsningar



Arrangemang i vår

Att träffas på olika mötesplatser mår vi bra av.
Vi finns till för dig!

Drop-in café Villan, Biblioteksvägen 2

Kontakt 0502-60 64 34

Välkomna till gemenskap i höst. Där kan du träffa
vänner över en kopp kaffe, kanske sitta och läsa eller
spela ett spel. Du som besökare bestämmer!

Dag	Tid
Tisdag	13.30-16
Torsdag	13.30-16



Promenad från Korallen, Dyckertsgatan 1

Kontakt 0502-60 64 65, 0502-60 64 21

Vi ses alla fredagar kl. 10. De som vill börjar med en
promenad sedan träffas vi för en enkel fika.

Promenader på Hellidsberget

Kontakt 0502-60 64 65

Måndagar under våren med **start den 7 april** promenerar vi ca klockan 9.30 från parkeringen. Kaffe och smörgås till självkostnadspris i Sisustugan. Sista promenaden i vår 9 juni.

Möjlighet till gemensam resa, buss enligt turlista.

Plats	Tid
Villan, S:a Kungsvägen 8	9.00
Stensiken/Stormsvalan, busshållsplats	9.00
Tidavallen, busshållsplats	9.05
Vulcan, busshållsplats	9.05
Resecentrum	9.10
Ramstorpsvägen, mitt emot Borgunda	9.20
Na. Kungsvägen, fd. Barnens hus	9.20
Handlarn, fd. JS Livs	9.25
Sisustugan	9.30
Hemresa	Ca.10.45

Reservation för ändringar.



Gympa

Kontakt Gitten 0502-60 64 34, Mari 0502-60 64 20

Gymnastik är toppen för kroppen!

Du är hjärtligt välkommen till terminens

lättympagrunder med stärkande rörelser till musik.

Vi tränar stryka, balans och rörlighet. Programmen kan göras både sittande och stående.

Dag	Plats	Tid
Måndag	Valstad skola	15–16
Tisdag	Ekedalens skola	9–10
Tisdag	Villan, Biblioteksv. 2	10.30
Tisdag	Fröjereds församlingshem	10.30–11.30
Torsdag Sittgymnastik	Villan, Biblioteksv. 2	10.30



Filmfredag med fika efter, Villans samlingsal

14 februari kl. 14 och den 4 april kl. 14.

Rollatorservice.

9 april kl. 9.30-12

Villan, Biblioteksvägen 2.

Kontakt 0502-60 64 20

Personal från Hjälpmiddelscentralen

servar din rollator. Fixar-Brandis Magnus, som utför säkerhetsservice för äldre, finns på plats. Frisk- och säkerhetsgruppen från PRO, SKPF, SPF finns behjälpliga. Kaffeservering.



Bio för daglediga.

Saga teaterbiografen, Torggatan 7

Kontakt 0502-60 60 71, 0502-60 64 65

20 februari kl. 15 - "Jönssonligan kommer tillbaka"

13 mars kl. 15 – *Information kommer senare*

17 april kl. 15 – *Information kommer senare*



Tidaholms Stadsbibliotek, Vulcans väg 5.

Kontakt 0502-60 61 87

Öppettider: måndag, tisdag, onsdag kl.10-18. Torsdag, fredag kl.10-17. Lördag kl.10-13. Tidningsrummet öppnar kl 8.30 på vardagar.

8 mars Kvinnodagen med författarbesök Leni Ekendahl och Emine Lundkvist ”*Money honey; din ekonomiska och juridiska guide genom livet*”. Quiz.

8 mars - 6 april Konstutställning på Tidaholms stadsbibliotek: Avanna Larsson och Fredrik Nyberg.

15 mars I I-kaffe med författarbesök: Avanna Larsson berättar om sin konst och böcker. Fika från kl.10.30

Frivillig- och föreningsverksamhet

Tidaholm har en fin tradition av samverkan mellan olika verksamheter. Här presenterar vi några föreningar, församlingar och organisationer vi samarbetar med.

Frivillig/volontär

Människor mår bra av att engagera sig och man kan ha olika skäl till sitt engagemang. Det handlar både om att behöva och vara behövd.

Som frivillig är du med och väljer vart du vill engagera dig. För frivilliga anordnas träffar, föreläsningar och utbildningar. Kontakt 0502 – 60 64 65

Telefonringen

Kontakt 0502-60 64 65, 60 64 20

Vill du bli uppringd varje vardag året om?
Varje vardag finns det frivilliga volontärer
som ringer från Villan mellan kl. 9-10.30
hem till dig som har anmält dig till
telefonringen. Det kostar inget att vara
med, volontärerna har tystnadsplikt. Du
är välkommen att ringa oss om du vill
veta mer!



Kvarterskaffe på Tändstickan, Västra Drottningvägen 13

Kontakt 0502 - 60 64 65, 60 64 21

Måndagar kl.10 med **start 3 mars**. 5 tillfällen.
Välkomna!



Kommunala pensionärsrådet (KPR), Kommunala rådet för funktionshinder (KRF)

Har du någon fråga du vill driva, ta kontakt med din förening. Råden sammanträder 4 gånger per år och protokoll finns uppsatt på Villans anslagstavla och på kommunens hemsida, www.tidaholm.se

Kontakt KPR Henrik Lennartsson tel. 0502-60 62 66
och KRF Marie Anebreid tel. 0502-60 60 43

Brottsförebyggande rådet (BRÅ)

Kontakt från Social och Omvårdnadsförvaltningen är Eric Tennevi, socialchef tel. 0502-60 64 01.



Skydda dig mot bedrägerier

Om du misstänker bedrägeri kontakta Polisen på telefonnummer 114 14. Prata gärna med någon i din närhet, anhöriga, grannar, din förening, om hur du kan skydda dig.

Ring 112 om brottet händer nu, eller om polisen behövs på plats snabbt.

Pensionärernas riksorganisation

PRO

Du pensionär! PRO verkar för dina intressen. På riksplanet med initiativ och bevakning av statliga beslut som gäller dig som pensionär. Vi är en vital förening som tillsammans skapar en mötesplats för gemenskap, personlig utveckling, glädje och hälsa. PRO:s expedition är öppet varje onsdag under slutet av september och hela oktober. I övrigt 1g/månad. Datum finns på hemsida och Facebook.

Programutbud och aktiviteter

Alla aktiviteter är på Villan, Biblioteksvägen 2, om inget annat anges.

Bingo, onsdagar jämna veckor kl.14.

Start 22 januari.

Smågrupper Bingo, Fridhem, Skolgatan 3.

Måndagar ojämna veckor kl.14.

Start 27 januari.

Canasta, tisdagar kl.16.10

Seniordans, varje torsdag kl.13.30

Hälsocirkel, anmälan till expeditionen.



Vårens månadsmöten

31 januari kl. 14

Trubadur Jimmy Andersson från Tidän underhåller.

28 februari kl. 14

Trubaduren Micael Saariken från Hjo underhåller

28 mars kl. 14

Pia och Magnus Hast från Hova sjunger mycket svenskt, som lockar till allsång.

25 april kl. 14

Lokalpolis Martin Johansson presenterar sig, Jonas Forsell, dansbandsmusiker som bjuder upp till allsång och dans om man så vill.

23 maj kl. 14

Magnus Sunden och Runo Johansson berättar och informerar om vad som händer i Kommunen.

17 juli Sommarfest på Villan.

Kontakt PRO

Expedition Villan, Biblioteksvägen 2

Öppet sista onsdagen i månaden kl. 9.30–11.30,
kaffeservering. Tel. 0502-60 64 68

Ordförande: Gunilla Hårdberg, tel. 0706-01 10 35

E-post: tidaholm@pro.se

Besök gärna vår hemsida, www.pro.se

[Följ oss gärna på facebook.com/PRO Tidaholm](https://www.facebook.com/PRO-Tidaholm)

SPF seniorerna

Välkommen i vår gemenskap!

SPF är en ideell och i partipolitiska

och religiösa frågor en obunden

organisation. SPF verkar för att ge pensionärer

möjlighet att påverka beslut i viktiga frågor. SPF

anordnar olika aktiviteter för att pensionärer ska

erbjudas trivsamt och meningsfullt samvaro i möten,

studiecirklar, resor mm.



Program våren 2025

Måndag 13 januari kl. 14.30, Villan

Gäst: Eva Eriksson / SPF:s förbundsordförande

Måndag 17 februari kl. 14.30 Årsmöte, Villan

Årsmötesförhandling / Parentation

Gäst: Herr och fru Hackspett, musikunderhållning

Måndag 10 mars kl. 14.30, Villan

Gäst: Nya avd.chefen för omvårdnadsenheten Annika Törner, nya enhetschef för biståndsenheten Jenny Brandt. Information om verksamheten inom vård och omsorg i Tidaholms Kommun.

Måndag 14 april kl. 14.30, Villan

Gäst: Stickan Carlsson som berättar och visar bilder om hur han blev Elvisfan då han bodde i Tidaholm.

Måndag 12 maj kl.14.30, Villan

Gäst: Bengt-Åke Öhgren, präst, berättar bl.a om sina resor med hjälpsändningar till Ukraina.

Varmt välkomna, ta gärna med vän eller släkting.

Reservation för ändringar i programmet.

Anmälan till månadsträffarna senast torsdagen före träffen, meddela ev. matallergi.

Agneta Hendrikson,

070-794 15 15 agneta.hendrikson@gmail.com

Lisbeth Persson, 076-112 47 57

E-post: nyskogen@gmail.com

Kontakt SPF

Expedition Villan,

Biblioteksvägen 2

Ordförande C/o:

Agneta Hendriksson

Norra Kungsvägen 78

522 31 TIDAHOLM

Tel. 0707-94 15 15

E-post: agneta.hendrikson@gmail.com

Besök gärna vår hemsida www.spfseniorerna.se



Svenska kommunal- pensionärernas förbund

SKPF
pensionärerna

SKPF är sedan 1996 öppen för alla pensionärer oavsett vilket yrke du haft eller var du arbetat. SKPF har som mål att vara verksam på samhällets alla områden. För att hävda de äldres rätt till delaktighet i samhällsutvecklingen

Medlemsträffsträffar

15 januari Falköping, Julgodisplundring, luffarslöjd.

26 februari Falköping, Årsmöte, Tre Gubbar underhåller.

12 mars Tidaholm, Muséet i Tidaholm

9 april Falköping, Bo Bernhardsson

14 maj Tidaholm, Apoteket informerar

Juni, Resa till Kinnekulle



Kontakt SKPF

Ordf. Kerstin Belfrage 0706- 87 73 78 Exp. 0761- 26 90 06. **E-post:** falkoping.avd19@skpf.se

Barbro Westergren tel. 0706-09 12 43

Åke Nordström tel. 0766-36 64 97

Demensföreningen Skaraborg

Kontakt Christina Brinkemo 0738-55 30 99,
Yvonne Bergman Lundin 0703-52 27 09

E-post: demensforeningenskaraborg@gmail.com

Föreningen omfattas av alla 15 kommuner och arbetar för att förbättra förhållandena för personer med demenssjukdom och deras anhöriga.

Reumatikerföreningen

Kontakt Lena Kjellgren, 0709-38 90 05

24 april Resa till Karlsfors, *anmälan*.

4 juni Vi går till Thaipalatset, *anmälan*.

8–10 september SPA-resa, *anmälan*.

Strokeföreningen Skaraborg

Nätverk Tidaholm/Falköping

Kontakt Gunnar Hedberg, 0706-53 27 77

Sista tisdagen i månaden kl.15.

28 januari Tidaholm

25 februari Falköping

25 mars Tidaholm

29 april Falköping.

27 maj Tidaholm

3 juli Sommarfest i Dimbo.

Kontakta Gunnar Hedberg för information.

Synskadades förening Tidaholm

Kontakt Maria Campbell 0734-34 59 93,

maria.m.campbell@tele2.se

Marianne Gustavsson 0733-86 87 77

Hörselskadades Lokalförening

Kontakt Annelie Aspensten 0793-40 55 45

11 februari kl.18, Årsmöte, Villan

8 april kl.14, Påskfest. *Anmälan*

10 maj, Resa till Lidköping. *Anmälan*



Hörselskadades Riksförbundet

Diabetesföreningen Falköping/Tidaholm

Kontakt Heléne K Svensson,

föreningstelefon 0723-94 90 66

E-post: falkoping-tidaholm@diabetes.se

27 februari kl.18.30. Årsmöte. Kjell-Åke Paulsson visar bilder. Vuxenskolan, Falköping

10 april kl.18.30. Medlemsmöte. Tidaholm, Villan.

31 maj Medlemsmöte. Info kommer.

Parkinson Skaraborg

Kontakt Sören Hovler, ordförande, 0702-64 64 39

www.parkinsonskaraborg.se



Parkinsonförbundet

Motionsdans, Tidaholmsparken, Egnahemsvägen 59
Kontakt Karl-Erik Johansson 0702-87 34 08 Varannan
måndag ojämna veckor. Kl.18-21.30. Sista datum 29
december 2025. www.tidaholmsparken.dinstudio.se

Tidaholms Idrottshistoriska förening

Stallängsvägen 4. Kontakt Roland Samuelsson,
ordf. 0760-34 19 58 www.tidaholmsihf.se

Öppettider måndag kl.9-11.30 Torsdag kl.16-19



Tidaholms Golf, Gamla GiFFares

torsdagsträffar kl.9. Klubbstugan, Ulvesborg

Kontakt Jan Jacobsson, 0730-43 44 17

13 februari Jonas Åsberg, Ambulansen i
Skaraborg

20 februari Jesper Carlman, Fångvården

27 februari Vakant

6 mars Vakant

13 mars Sandra Bylund. FN polis i Syd Sudan.

20 mars Hökensås Sportfiske

27 mars Kristian Nylund, Dometic

Kommande datum och gäster presenteras löpande.



Tidaholms Tennisklubb, Malmhultsvägen 3

Kontakt Per Svensson 0703-02 66 19

Vill du vara med i en seniorgrupp som spelar tennis på studs. Vi är en grupp som träffas en gång i veckan. För mer information kontakta Per Svensson.

Tidaholms bouleförening, Hantverksgatan 9

Kontakt Ann-Catrine Gustavsson Nyström,

0705-46 90 24, Tore Gustavsson, 0706- 40 18 80

Är du intresserad av att prova på boule? Hör av dig! Det finns också möjlighet att hyra hallen för fester, födelsedagar, företagsträffar med mera



Allträffen, Pingstkyrkan, Nya Torget 9

Kontakt Martin Johansson 0760-34 32 90

Första torsdagen i månaden kl 15.

6 februari Eva-Britt och Gitt

6 mars Kamilla Thor

3 april Sångskatten

Tisdagar kl.17 Kreativ mötesplats

Fredagar kl.9 Frukost och gemenskap

Immanuelkyrkan, Karlavägen 1.

Kontakt C-G Falk, 0706-18 28 85

E-post: immkan.tidaholm@gmail.com

Gudstjänst söndagar kl.10.30.

Fridhem, Skolgatan 3

Kontakt Jenny Young Zayed, 0761-61 58 62

Torsdagsträff kl.10. Fika och bibelsamtal.

Cafékväll kl.17.00, söndag

23 februari, Levande musikkryss, leds av Bo Landestedt och Jenny Young Zayed

27 april, Håkan Johansson – ”Jorden är designad för människan”

22 mars lördag kl.18, Konsert med Norrtälje Gospel

Second hand, Vasagatan 3

Öppet tisdagar 16–18, lördagar 10–13, servering.

Röda Korset Kupan, N: a Kungsvägen 5

Kontakt 0709-81 02 70

Öppettider tisdag, kl.14-18 onsdag kl.10-18, torsdag och fredag kl.10-14, lördagar 10–13 vid mån av personal.

Reservation för ändringar. Är flaggan uppsatt har vi öppet.



Svenska Kyrkan Tidaholm

Träffpunkten Svenska kyrkan, Norra Kungsvägen 9

Kontakt Annica Svensson, 0502-197 76

11 februari kl. 14 – Peder Sveder spelar och sjunger.

11 mars kl. 14 Lena-Maria Vendelius(f.d. Klingvall)
sjunger o berättar om sitt liv (i Tidaholms kyrka)

8 april kl. 14 – Sextetten bjuder på sång och musik.

6 april kl. 14 – Hemlig gäst.

Torsdagsmiddag

Anmälan till Sara Strömberg 0502–19788

23 januari, 20 februari, 20 mars

Drop-in från kl. 17, maten står framme till kl. 18.

Studieförbunden i Tidaholm

Studieförbundet Vuxenskolan, 010-68 21 90

Studieförbundet Blida i Sydväst, 031-730 35 10

Studiefrämjandet Skaraborg, 0515-194 66

Medborgarskolan Region Väst, 0500-48 25 15

Sensus studieförbund, 0500-42 49 50

ABF Skaraborg, 0735-18 73 02

NBV Väst, 0733-79 94 74

RF-SISU Västra Götaland, 0709-17 06 27

IT och smarttelefon



Digidel

Biblioteket, Södra Kungsvägen 8

Kontakt Stadsbiblioteket 0502-60 61 87

På **tisdagar kl. 10-12** har vi ett tillfälle med **drop-in** för frågor om konsumentteknik på Tidaholms stadsbibliotek. Det kan exempelvis handla om hjälp med mobiltelefon, e-post, appar, surfa på nätet mm. Kostnadsfritt.

Studieförbundet Vuxenskolan,

Södra Kungsvägen 8.

Kontakt SV:s kundtjänst 010-682 1090

IT-café med Drop in. 10 tillfällen 35kr/gång. Ledare Kjell Erixon, med start 23/1kl.9.30-ca:11.15.

ABF, Torggatan 6C. Kontakt 0735-18 73 02

E-post: marina.taube@abf.se

Studiecirkel Smartphone för seniorer. 5 träffar som leds av Sören Frid med start vid tillräcklig många anmälda. I samarbete med Västra Götalandsregionen. *Anmälan.*

Digitalhjälp

Ger tips på digitala tjänster, tips på kurser och inspiration och guider för digitala tjänster.

<https://www.pts.se/sv/digitalhjalpen/>

Fixar-Brandis

Du kan få hjälp av Magnus Thorsell med exempelvis byta glödlampor, sätta upp eller ta ner gardiner i syfte att förebygga fallskador. Insatsen är gratis. Materialet står du för själv. Du kan även få en säkerhets rond utförd i hemmet.



För beställning ring: 0515-88 58 04 vardagar kl. 8–12. Servicen utförs av Magnus Thorsell från Samhällsskydd mellersta Skaraborg.

Syn och hörselinstruktör

I Tidaholms kommun finns det en Syn och hörselinstruktör som kan ge råd o tips.

Kontakt Mari Lundberg tel. 0502-60 64 20

Besöksadress, Biblioteksvägen 2,

mari.lundberg@tidaholm.se



Grattis alla som fyller 80 år 2025!

Omvårdnadsförvaltningen erbjuder ett förebyggande hembesök/samtal för dig som under året fyller 80 år och inte har hemtjänst.

Du kommer få ett brev hemskickat och efter ett par dagar ringer vi upp för ett samtal. Vi samtalar bland annat om hälsa, fysisk aktivitet, digital teknik och vad kommunen har att erbjuda i stöd och utbud av olika aktiviteter.

Vi är tacksamma om du vill medverka.

Kontakt Gitten 0502- 60 64 34

Till dig som fyller 75 år 2025

Du är välkommen på informationsträff i november.

En inbjudan kommer till dig i höst.

Kontakt Christina 0502-60 64 65



Intressegrupper våren 2025

Att träffas i en intressegrupp är hälsosamt. Kom och var med! Det finns olika former av intressegrupper som träffas regelbundet. Det finns möjlighet att starta en ny grupp om intresse finns!

Jakt och naturgrupp. Villan, Biblioteksvägen 2

Vi träffas varannan onsdag e.m. jämna veckor i Villan.

Canastagrupp. Villan, Biblioteksv.2

Träffas tisdagar på kl. 16.10

Hembygdsföreningens Bilgrupp

Kontakt Björn-Åke Axelsson 0702-10 87 66

Träffas måndagar kl.18-21, Vulcanön C-magasin.

Parkinsongrupp, Villan Biblioteksvägen 2

Kontakt Fanny 0502-60 64 21.

Gruppen är till både för dig med Parkinson och anhöriga.

Grupp för dig med kognitiv svikt

Kontakt Anna-Karin 0502-60 64 30

Vill du vara med i en mindre grupp med andra i samma situation. Vi provar på olika aktiviteter, åker på utflykter och studiebesök. Vi träffas varannan måndag ojämna veckor. Du som anhörig är också välkommen.

Anhörigrupper, Villan Biblioteksvägen 2

Kontakt Monica 0502-60 63 44

Det finns ett antal anhörigrupper i Tidaholms kommun som vänder sig till dig som är närstående. Vill du vara med och träffa andra i samma situation under trivsamma former. Du välkommen att höra av dig!

Vill du vara med i någon grupp eller är du intresserad av att starta upp en grupp i något intresse? Kontakta oss på 0502-60 64 65

Anhörigstöd

Anhörig är den som hjälper eller stöttar en släkting eller närstående som på grund av sjukdom, ålder eller funktionsnedsättning behöver hjälp i sin vardag.

En anhörig kan exempelvis vara en partner, förälder, barn, granne, vän.

Du som anhörig kan själv behöva stöd. Det är viktigt att du får det stöd som du behöver.

Inom Tidaholms kommun arbetar vi med anhörigstöd.

Vi vill tillsammans med dig hitta ett stöd som underlättar din vardag. Vi kan gemensamt förbättra din situation som anhörig. Vilken typ av stöd man behöver är individuellt.

Erbjudande av olika stödfunktioner:

Biståndsbedömda insatser

- Avlösning
- Aktiviteter
- Dagverksamhet
- Hemtjänst
- Växelvård

Frivilliga insatser

- Kontakt med anhörigsamordnare och/eller minnessjuksköterska
- Enskilda samtal
- Anhöriggrupp/närståendegrupp
- Aktiviteter
- ”Må bra dagar” för anhörigvårdare
- Träffpunkter
- Information och utbildning
- Föreningskontakter

Insatser från Rehabilitering

- Hjälpmedel och tips som underlättar i vardagen

Kontakt Monica 0502-60 63 44,
Fanny 0502-60 64 21, Anna-Karin 0502-60 64 30,
Gitten 0502-60 64 34

www.Nka.se, nationellt kompetenscentrum anhöriga

Minnesproblematik?

Demens är en folksjukdom, som också benämns kognitiv sjukdom, och hör inte till det normala åldrandet. Sjukdomen innebär att hjärnan inte fungerar normalt på grund av sjukdom eller skada. Det är viktigt att göra en utredning för att utesluta andra sjukdomar och fastställa rätt diagnos för att också kunna ge rätt behandling.

Genom Närhälsan och kommunen kan man få hjälp och information om sjukdomen. Även information om hjälpmedel som kan förenkla vardagen.

Minnessjuksköterskan erbjuder råd och stöd till dig och din närstående.

På gång: Utbildning för anhöriga till personer med demenssjukdom sker återkommande.

Kontakt Anna Karin Lyreborg, minnessjuksköterska
tel. 0502-60 64 30, anna-karin.lyreborg@tidaholm.se

www.demenscentrum.se

www.unganhorig.se

www.demensforbundet.se

Våga tala om psykisk ohälsa!

Kontakt Monica 0502-60 63 44

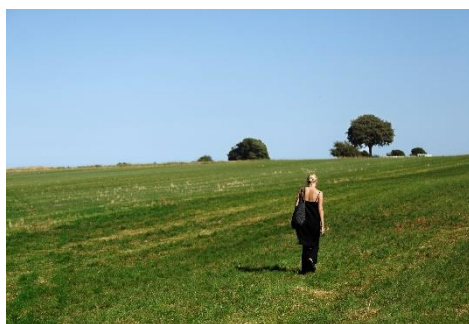
www.nsph.se Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa

www.mind.se

Psykisk hälsa handlar om välbefinnande om att må bra, fungera väl och att kunna hantera livets upp-och nedgångar.

Det går att stärka den psykiska hälsan. Några av de viktigaste sakerna för ett hälsosamt åldrande är:

- Fysisk aktivitet- att röra sig utifrån sina egna förmågor.
- Bra matvanor- att äta god o näringsrik mat.
- Social gemenskap, delaktighet och meningsfullhet- att ha regelbunden kontakt med andra människor och att känna sig behövd.



Synpunkter & Felanmälan

Om du vill lämna synpunkter eller felanmälan kan du välja mellan att skriva, ringa, skicka e-post eller besöka oss.



TIDAHOLMS
KOMMUN

Via vår hemsida www.tidaholm.se/synpunkter

Skriftligt, använd ett förtryckt kort

Muntligt, vänd dig till någon personal i kommunen, eller ring tel.0502-60 60 00.

Trafik

Flextrafik

- Är till för dig som fyllt 75 år eller har färdtjänst.
- Resa mellan 2 adresser inom Tidaholms centralort.
- Beställs senast **1 timma innan** turens tidigaste avgångstid på tel. 0771 91 90 90
- Kostar 44 kr för enkel resa.

Tidsintervall för Flextrafik, måndag-söndag

- Kl. 9-10
- Kl. 11-12
- Kl. 13-14
- Kl. 15-16
- Kl. 17-18
- Kl. 19-20
- Kl. 21-22



Närtrafik

- Är till för alla.
- Gratis för +70 åringar, med seniorkort
- Resa från landsbygden och intill tätorten eller tvärtom
- Beställs senast **1 timma innan** turens tidigaste avgångstid på tel. 0771 91 90 90

Tidsintervaller du kan resa inom:

- Kl. 9.00- 10.00
- Kl. 10.30-11.30
- Kl. 12.00-13.00
- Kl. 15.30-16.30
- Kl. 17.30-18.30
- Kl. 19.30-20:30
- Kl. 21.30-22.30

Hållplatser i Tidaholms kommun: **Forsen, Midgård, Solvik, Busstation, Von essens Väg, Ekedalen, Fröjered, Madängsholm, Valstad.**

Seniorbiljett

Gratis resor för dig över 70 år, gäller närtrafik och buss i hela zonen som din kommun tillhör. Tidaholm tillhör zon C. Information kommer personligt till dig via brev. Skickas ut kontinuerligt till 75-åringar.

Kontakt Västtrafik Kundservice 0771 - 41 43 00

Trafikansvarig 0502-60 60 75

Kontaktuppgifter

Sjukresor 020- 91 90 90

Anhöriglinjen 0200-23 95 00

Äldrelinjen- MIND

Längtar du efter någon att prata med? Vi är bara ett samtal bort. Ring Äldrelinjen på tel. 020-22 22 33, måndag-fredag 8–19 och lördag och söndag 10–16, för att prata med någon av våra volontärer.

Sjukvårdsupplysning 1177

Jourcentral Skövde 0500-47 80 76

mån-fre 17–22, helger 11–17

Närhälsan Tidaholms Vårdcentral

Västra Drottningvägen 11, 522 30, Tidaholm

Tidsbeställning och rådgivning

tel. 0502-180 11. Mån-fre 06.30–17

Psykisk hälsa 0502-180 11. Mån-fre 8–17

Rehabmottagning Hjälpmedel, sjukgymnastik, arbetsterapi 0502-180 80. Mån-fre 8.15-9

Diabetesmottagning 0502-180 35

Tisdag och torsdag 7.30-8



Recept

Apoteket Hjärtat, 0771-40 54 05 eller

www.apotekhjartat.se

DOZ Apotek, 0502-47 32 00 eller www.dozapotek.se

ApoDos Apoteket 0771–450 450

Bostadstillägg

Har du frågor om bostadstillägg? Ring

Pensionsmyndigheterna 0771 77 67 76 eller se deras

hemsida www.pensionsmyndigheterna.se

Hallå konsument!

Konsumentverket har en telefonservice under

namnet "Hallå konsument". Tjänsten är öppet

vardagar kl. 09.00-14.00. 0771–525 525

www.hallakonsument.se

**Stödformer,
förebyggande enheten** **0502 -**

Telefontid 7.30-16.30 fre. 7.30-15.30

Monica Staadig **60 63 44**

Fanny Winkler **60 64 21**

Anna-Karin Lyreborg **60 64 30**

Christina Blomqvist **60 64 65**

Gitten Ekwall **60 64 34**

Mari Lundberg **60 64 20**

Biståndsenheten **0502-**

Telefontid 8-9.30 via Kontaktcenter **60 60 00**

Handläggare boende, Rebecca Björk

Handläggare, Evelina Johansson

Handläggare, Ulrica Johansson

Handläggare, Anna Joelsson

Handläggare, Azam Liravian Heidari

Handläggare, Daniel Didriksson

Handläggare LSS, Hannela Johnsson

Handläggare LSS, Caroline Johansson



TIDAHOLMS
KOMMUN

tidaholm.se
kommun@tidaholm.se
0502-60 60 00