hemmaplan

OKTOBER 2026 | EN TIDNING OM DIG, OSS OCH VÅRT SKARABORG



Bedrägerierna ökar
HENRIETTA BERÄTTAR

VINN BILJETTER! TILL **PAPPA KAPSYL**

FRÅN ORO TILL FRAMTIDSTRO

Julia fick rätt mattestöd av Destination Gymnasiet



LF Skaraborg

SKÖVDE | TIBRO | HJO

Magnus blev hjälpt av samtalsstöd i försäkringen

SID 8-9

Lilla Hemmaplan Brandsuperhjältar!

SID 14-15



Trygghet börjar ofta långt innan något händer

För oss på LF Skaraborg handlar trygghet inte bara om att finnas där när olyckan redan har varit framme. Minst lika viktigt är det vi kan göra innan något händer, både för våra kunder och för samhället vi lever och verkar i.

I det här numret av Hemmaplan möter du Julia, som genom Destination Gymnasiet fick stöd att vända svårigheter i skolan till framtidstro. Det är en satsning som kanske inte ligger allra närmast vår kärnaffär vid första anblick. Men för oss är engagemanget självklart. När fler unga klarar skolan, får möjlighet att gå vidare och etablera sig i arbetslivet bidrar det till ett starkare och tryggare Skaraborg. Och det som är bra för Skaraborg är på lång sikt också bra för oss som lokalt kundägt bolag.

Samma tanke finns i mycket av det förebyggande arbete vi gör. Som bank är bedrägerier en fråga vi ständigt arbetar med och behöver vara på tårna kring. Metoderna förändras snabbt, och därför är kunskap en viktig del i att minska risken att drabbas. I det här numret delar vi med oss av några konkreta råd om vad du kan vara uppmärksam på.

En annan sak som blir mer påtaglig när höstmörkret tränger sig på är risken för brand. Därför tipsar vi om något så enkelt som att brandöva hemma. Vi berättar också mer om vår smarta hemförsäkring, där du kan lägga till ett uppkopplat hemlarm som inte bara varnar vid brand, utan även kan upptäcka vattenläckor och inbrott. Även där handlar det om att upptäcka något i tid – innan konsekvenserna blir större.

Det är olika frågor, men för mig hänger de ihop. Att skapa trygghet handlar om att se lite längre fram, förebygga där vi kan och finnas där när vi behövs. Jag hoppas att du hittar både kunskap och inspiration i höstens Hemmaplan.

Jonas Rosman, vd



4 Rabatt på barnföräkringen



5-7 Reportage - Julia har fått tillbaka framtidstron



8-9 Så hjälpte samtalsstödet Magnus



10-11 Om det börjar brinna - så brandövar ni hemma



13 Kryssa och vinn!



14-15 Barnsidorna

Pengar tillbaka

Kundägt betyder återbäring.

I år fick våra kunder pengar tillbaka för sjunde året i rad.

Dags att byta till oss?

Här finns vi **Skövde** Rådhusgatan 8, Box 600, 541 29 Skövde, 0500-777 000 **Falköping** Storgatan 1, 521 42 Falköping, 0515-677 200 **Lidköping** Torggatan 8, Box 2187, 531 02 Lidköping, 0510-777 220 **Mariestad** Esplanaden 8, Box 32, 542 21 Mariestad, 0501-377 240 **Tidaholm** Gamla Torget 6, 522 31 Tidaholm, 0502-777 260 **Skara** Stortorget 1, 532 30 Skara, 0511-241 00 **Habo** Jönköpingsvägen 13A, 566 31 Habo, 036-172 400 **Vara** Stora Torget 4, 534 31 Vara, 0512-797 270 **E-post** info@LFskaraborg.se

Hemmaplan **Ansvarig utgivare:** Jonas Rosman, vd Länsförsäkringar Skaraborg.
Redaktion & Layout: Malene Falk. Sandra Moberg, Elin Antonius, Sven-David Malmesved på LF Skaraborg.
Vi reserverar oss för eventuella felskrivningar och villkorsändringar. För aktuell information om LF Skaraborgs produkter och tjänster, besök LFskaraborg.se.

Se upp för vanliga bedrägerier

Bedragare försöker ofta skapa stress, oro eller brådska för att få dig att agera utan att tänka efter. Här ger Henrietta Ödeen, projektansvarig förebyggande insatser hos LF Skaraborg, tips på hur du kan upptäcka vanliga bedrägeriförsök, minska risken att drabbas och agera om något verkar fel.



Klicka aldrig på länkar i sms utan sök istället upp företaget som sms:et säger sig komma ifrån. Gå in på deras officiella hemsida och ring nummret som står där.



Gör det till en vana att alltid ringa upp eller höra av dig till personen som du får sms:et av innan du swishar. Dubbelkolla att ditt barn, barnbarn eller kompis verkligen har bytt nummer.

Du scrollar på sociala medier när det dyker upp en annons med en investeringsexpert eller en kändis som tipsar om hur du kan tjäna stora pengar snabbt, enkelt och riskfritt.

Investera aldrig i saker du inte förstår dig på eller i erbjudanden som verkar för bra för att vara sanna. Du bör alltid kolla upp företaget hos Finansinspektionen eller ringa din bank innan du investerar pengar.

Hittat drömlampan eller mobil till fyndpris på Blocket, Tradera eller marketplace? Var vaksam erbjudandet kan vara ett annonsbedrägeri. Betala aldrig i förskott och använd plattformens betalningslösning och tacka nej till ovanliga betalnings- eller leveransupplägg.



Får du ett sms där det står ett nummer du kan ringa till vid frågor RING ALDRIG på det som står i sms:et utan sök upp numret via företagets hemsida istället.

Se upp när någon ”råkat” swisha dig fel. **Swisha ALDRIG tillbaka pengarna** utan att ta hjälp av banken. Detta för att säkerställa att du betalar tillbaka till rätt person.

Det är viktigt för att du inte ska bli indragen i ett eventuellt peningstvättsbrott. Överföringar med swish går snabbt och är därmed en kanal som används för denna typ av brott.

Har du blivit kär via Facebook? Vad härligt. **Men se upp om personen börjar be om pengar!** Då kan det handla om ett romansbedrägeri. I många fall använder bedragaren sig av en falsk identitet, stulna foton och påhittade historier för att luras. **Skicka inga pengar när du inte vet vem som är mottagare och ta inga lån.**

Om du misstänker att du blivit utsatt för ett bedrägeri:

1. **Kontakta din bank så snart du kan för att spärra ditt bankkort, bank-id, stoppa överföringar och informera om vad som hänt.**
2. **Kontakta polisen på 114 14. Och gör en polisanmälan.**

– Fler och fler banker har börjat med extra bedrägeriskydd. Hos oss på LF är det en funktion som du själv kan lägga till via appen eller på LF.se, när du önskar extra trygghet. Överföringar som går utanför ditt engagemang fördröjs och du har då två dagar på dig efter att överföringen är registrerad att avbryta den, berättar Henrietta Ödeen.



Henrietta Ödeen, LF Skaraborg

Läs mer om hur du skyddar dig mot bedrägerier på LFskaraborg.se



Även proffsbusare behöver en barnförsäkring.

Barn är ofta försäkrade genom förskolan eller skolan, men det skyddet är vanligtvis begränsat. En egen barnförsäkring kan ge ett bredare skydd vid både sjukdom och olycksfall och framför allt om något får konsekvenser längre fram i livet.

Hos oss på LF Skaraborg tycker vi varenda unge borde ha en barnförsäkring, därför ger vi 50 % rabatt på barnförsäkringen första året.*

Så kan barnförsäkringen hjälpa.
Läs konkreta exempel på vår webb.

**Erbjudandet gäller vid nyteckning av barnförsäkring under 2026 för barn folkbokförda i Skaraborg. Barnet får inte ha haft barnförsäkring hos LF Skaraborg de senaste 12 månaderna. Kan inte kombineras med andra rabatter eller erbjudanden.*

Ekonomisk trygghet för framtiden.

Barnförsäkringen handlar inte i första hand om sjukvård. Den ger ett ekonomiskt skydd om något händer som gör att ditt barn inte kan börja arbeta i framtiden.

För ett barn som får en funktionsnedsättning efter olycka eller sjukdom blir ersättningen från samhället låg om hen aldrig kan arbeta. Barnförsäkringen hjälper till att täcka en del av den ekonomiska förlusten.

Vinn biljetter till Pappa Kapsyl

TÄVLA!



Den 28 november kommer Pappa Kapsyl till Vara Konserthus med en fartfylld föreställning fylld av rockiga dinosaurielåtar, dinodans, allsång och roliga upptåg för hela familjen.

Nu har du chansen att vinna 4 st biljetter till föreställningen! Lördag 28 november kl. 13.00, Vara Konserthus. Vi lottar ut fyra biljetter var till totalt tre vinnare.

Vad heter dinosaurien med tre horn på huvudet?
A. Triceratops B. Tyrannosaurus rex C. Stegosaurus

Sista tävlingsdag är 9 november
Skicka ditt svar tillsammans med namn, telefonnummer och mejladress till marknad@LFskaraborg.se. Vinnaren kontaktas den 10 november.



Julia och pappa Pär utanför Raoul Wallenbergsskolan

Julia Fredriksson Beijer, Skövde. Deltog i Destination Gymnasiet för att nå godkända betyg i matte.
Skola: Raoul Wallenberg Klass: 9 Internationell
Pappa: Pär Fredriksson Beijer - Marte Meoterapeut
Mamma: Pernilla Fredriksson Beijer - Områdeschef
Lärare: Jumana Naser Rektor: Elin Schüler

Från oro till framtidstro

TILLSAMMANS FÖR SAMHÄLLET
Långsiktigt · Tryggt · Lokalt

Vi träffas på Raoul Wallenbergsskolan i Skövde. Julia Fredriksson Beijer strålar av stolthet när hon börjar berätta om sina framsteg i matematik. För bara några månader sedan såg framtiden helt annorlunda ut.

Matematiken hade länge varit Julias största hinder i skolan. Trots stort stöd hemifrån och många försök att förstå kändes ämnet mest omöjligt.

– Jag har aldrig fattat matte egentligen. Jag förstod inte vitsen med det och allt kändes bara svårt, berättar Julia.

Hemma märkte föräldrarna tidigt hur mycket hon kämpade.

MED RÄTT STÖD BLEV MATEMATIKEN INTE LÄNGRE ETT HINDER.

– Vi har signalerat detta sedan lågstadiet och verkligen fått fajtas för att Julia skulle få rätt stöd, säger hennes pappa Pär Fredriksson Beijer.

Familjen hade till och med börjat prata om en möjlig utredning för dyskalkyli. Samtidigt närmade sig gymnasievalet – och matematiken riskerade att stänga dörren till framtiden.

– Vi kallade till ett krismöte i skolan eftersom Julia riskerade att inte kunna söka till gymnasiet. Då berättade Elin (rektor på Raoul Wallenbergsskolan red.) om ett nytt initiativ – Destination Gymnasiet. Hon sa: *”Om Julia hoppar på det här så är jag nästan hundra procent säker på att hon blir godkänd i matte.”*

Ett stöd som fortsatte även utanför klassrummet

Destination Gymnasiet är en satsning för elever i årskurs 9 som riskerar att inte nå godkänt betyg i matematik. Genom små grupper och personliga mattecoacher får eleverna tid, lugn och möjlighet att ställa frågor i sin egen takt.

För Julia blev stödet snabbt avgörande – men också samarbetet mellan skolan och Destination Gymnasiet. Julias lärare Jumana Naser har varit ett stort och viktigt stöd genom hela processen.

– Det blev mycket bättre när jag fick Jumana som lärare. Hon trodde verkligen på mig från början, säger Julia.



Pär beskriver hur viktigt det varit att läraren och Destination Gymnasiet arbetat tillsammans.

– Det är superviktigt att läraren är en brobyggare till Destination Gymnasiet. Jumana har verkligen varit det.

Jumana skickade bland annat med extrahäften till träffarna med uppgifter anpassade efter det Julia behövde träna mer på. På så sätt kunde stödet fortsätta även utanför skolans vanliga lektioner.

– Kombinationen av att bli lyssnad på av Jumana och att lägga den extra tiden på söndagarna gjorde att jag jobbade i kapp i boken och kunde följa med mycket mer på lektionerna, berättar Julia.

> *”Nu fasen ska det lösa sig!*

En plats där man vågar fråga

Varje vecka träffade Julia sin mattecoach Alva tillsammans med två andra tjejer.

– Jag var lite nervös först eftersom jag trodde att jag inte skulle känna någon där. Men det visade sig att jag kände tjejerna sedan tidigare, så då blev det lugnt direkt.

Träffarna skiljde sig mycket från vanliga lektioner.

– Man har en och en halv timme där man bara fokuserar på matte. Gruppen är mycket mindre än i ett vanligt klassrum och man får mycket mer hjälp. Allt var väldigt individuellt anpassat, säger Julia.

Under träffarna jobbade eleverna i samma mattebok som i skolan, men i ett lugnare tempo och med direkt stöd från coachen när något blev svårt.

– På vanliga lektioner går man ofta vidare till nästa kapitel även om man inte riktigt har förstått. Här kunde Julia stanna upp, fråga och gå tillbaka tills hon verkligen förstod, säger Pär.

Den mindre gruppen gjorde också något annat möjligt – att våga fråga.

– Jag har märkt att Julia har vuxit genom att hon vågar fråga mer om allt. Det är en jätteviktig egenskap att ha med sig i livet, säger han.

”Hon sa att hon var stolt över mig”

Det som betytt allra mest för Julia är kanske ändå känslan av att bli sedd. Hon berättar att Jumana varit noga med hur hon uppmuntrat henne.

– Hon har sagt att hon är stolt över mig och glad över att ha mig som elev. Då känner jag mig värdefull och vill jobba ännu hårdare.

Destination Gymnasiet

I Skaraborg drivs satsningen av Balthazar Science Center och bygger på en metod som tidigare gett goda resultat i Borås, det går att läsa mer om initiativet på **destinationgymnasiet.se.**

Eleverna nomineras av sina skolor och träffar sin mattecoach varje vecka under en längre period.



LF Skaraborg är med och stöttar Destination Gymnasiet som en viktig del av vårt samhällsengagemang. När fler unga klarar skolan och fullföljer sina studier stärks både framtidstron och tryggheten i samhället, förklarar Amanda Östman Hållbarhetskoordinator LF Skaraborg.

Julias lärare Jumana Naser berättar



När Julia började hos oss kom hon med en stor osäkerhet och rädsla inför matematik, men samtidigt såg jag tidigt en stark vilja och en dold styrka hos henne. Redan under de första veckorna märkte jag att hon hade god förmåga att förstå matematik – det som saknades var framför allt självförtroende och trygghet att våga fråga.

Julia är en seriös, intelligent och målmedveten elev. Hon behövde få känna att det är okej att fråga, att göra misstag och att få förklaringar flera gånger. Jag brukar alltid uppmuntra mina elever att våga ställa frågor och be om hjälp, även om man behöver höra samma förklaring många gånger. När Julia började tro mer på sig själv såg vi också hur hennes utveckling tog fart.

Det här har varit en resa där många viktiga personer samarbetat runt Julia. Bland andra Caroline Eriksson, specialpedagog på RWS Skövde, som varit ett viktigt stöd, samt Julias föräldrar som hela tiden funnits där med sitt engagemang. Jag är otroligt stolt över Julia och allt arbete hon lagt ner. Det har varit en utmaning både för henne och för oss, men tillsammans klarade vi det, berättar Jumana Naser, lärare 7-9 Ma & NO.

För Julia har det gjort stor skillnad att få höra just ordet stolt – och inte bara att hon är “duktig”.

– Hade hon sagt att Julia är duktig istället så hade det nog blivit mer press. När någon säger att de är stolta känns det mer som att de ser allt jobbet man lägger ner, funderar Pär.

Den positiva återkopplingen gjorde att självförtroendet började växa i takt med förståelsen för matematiken.

– När matten började fungera tänkte jag: ”Nu fasen ska det lösa sig.” Jag blev mycket gladare och mer självsäker. Pär märkte också en stor förändring hemma.

– Hon har verkligen vuxit. Inte bara i matematiken utan som person.

> *”Jag har aldrig vågat tänka på framtiden*

Från oro till framtidstro

Efter lång tid med F i matematik kom det stora genombrottet under vårens nationella prov.

– Jag fick godkänt, säger Julia och ler stort.

– Vi vågade nästan inte hoppas på det. Det var hemskt att se hur stressad hon varit inför nationella proven och sedan ringde hon hem och berättade att hon klarat det, säger Pär.

I dag har Julia kommit in på gymnasieutbildningen hon drömt om – Realgymnasiet i Skövde med inriktning häst. Men kanske är den största förändringen att hon nu vågar tänka framåt.

– Jag har aldrig riktigt vågat tänka på framtiden tidigare eftersom jag inte visste om jag skulle komma in på gymnasiet. Nu känns framtiden positiv och jag har börjat tänka mycket mer på vad jag vill göra, säger Julia.

Pär håller med.

– Tidigare vågade hon inte tänka så långt fram. Men när den här processen startade började hon tänka mer långsiktigt och tro på att framtiden faktiskt är möjlig.

Till andra elever som tycker att matte känns svårt har Julia ett tydligt råd:

– Ge aldrig upp. Om man får rätt hjälp så går det faktiskt. Destination Gymnasiet är en väldigt bra lösning med fasta rutiner, fullt fokus på matten och en liten grupp där man vågar fråga. ”**Ta chansen att få ett E i matte!**” Avslutar Julia

Reportaget gjordes i våras och Julia är nu 16 år och går på gymnasiet.



Redaktionell bild.
Tjejen på bilden är inte Julia.



Så hjälpte samtalsstödet Magnus

Detta är en redaktionell bild och mannen på bilden är inte Magnus från artikeln.

Att söka hjälp i tid kan göra stor skillnad. Det vet Magnus, 56 år, som använt samtalsstödet i sjukvårdsförsäkringen. När utmaningarna i privatlivet började påverka hans mående tog han steget. Här berättar han hur samtalsstödet hjälpte både honom och familjen.

Enkel väg till samtalsstöd

Magnus arbetar som resande säljare i norra Sverige och lever i en stor familj med gemensamma barn och bonusbarn. Under en period ökade pressen och han började må dåligt.

– Vi är en stor familj och det blev ganska spretigt ett tag. Jag märkte att jag inte riktigt mådde bra, säger Magnus.

Han hade för sig att det gick att få stöd genom sjukvårdsförsäkringen och tog kontakt med oss på Länsförsäkringar, som tipsade om samtalsstödet. Han beskriver vägen till hjälp som enkel och smidig.

– Det som betydde mycket för mig var att jag fick prata med någon där personkemin stämde. När den första kontakten inte kändes rätt, fick jag enkelt hjälp att byta. Det var aldrig några problem.

Bemötandet beskriver han som professionellt och lyhört. Samtalen handlade inte om att få färdiga svar, utan om att förstå vad som låg bakom det dåliga måendet och hitta sätt att hantera det.

– Jag pratar så klart med min fru om saker, men det blir på ett annat sätt. Här fick jag prata med någon utifrån, som såg saker annorlunda. Det var värdefullt för mig.

Konkreta verktyg att använda i vardagen

Med tiden förändrade samtalen Magnus syn på sin situation.

– Det största var att våga erkänna, för mig själv och andra, att jag har lite hjärnspöken. Det är lätt att fastna i huvudet, men samtalsstödet hjälpte mig ur det.

Magnus fick konkreta verktyg som han fortfarande använder i vardagen.

– Jag tänker ofta på de verktyg jag fick, nästan varje dag. De har hjälpt mycket, även om det kanske inte syns för alla runt omkring.

För Magnus handlade stödet inte bara om att må bättre själv. Det påverkade också hur han möter andra i vardagen – som partner, pappa och bonuspappa.

Tryggt och tillgängligt stöd för fler

Idag ser Magnus med uppskattning på samtalsstödet.

– Jag är tacksam för att det här stödet finns och att det ingår i försäkringen, säger han.

Han tror att fler kan ha nytta av samtalsstödet, men att många inte känner till att det finns, eller tror att de måste klara sig själva.

– Många, särskilt män, tänker att de ska klara sig själva eller tror att det inte gör någon skillnad att prata om problemen. Jag har tipsat både kollegor och personer i min närhet om samtalsstödet, och flera har tackat mig i efterhand.

Tillgängligheten spelade stor roll för Magnus, särskilt eftersom han bor på en mindre ort.

– Jag hade nog inte sökt hjälp i kommunen, där känner många varandra. Det kändes tryggt att kunna prata med någon utanför min vardag och dessutom göra det digitalt. Det blev neutralt, säger han.

Magnus råd: vänta inte

Magnus vill uppmana andra att söka hjälp tidigt.

– Tveka inte. Det kan kännas motigt i början, men det blir inte sämre – bara bättre. Gör det innan det känns för tungt. För oss män i 55-årsåldern är det extra viktigt att komma ihåg att ingen annan tar det steget åt en.

I dag känner Magnus att stödet har hjälpt både honom själv och familjen framåt.

– Det hjälpte verkligen. Och det känns bra att kunna prata om det.

Samtalsstödet ingår i försäkringen

Samtalsstödet ingår i LF´s sjukvårdsförsäkring, samt i Bo kvarförsäkringen. Här kan du få rådgivning kring det som känns tungt – oavsett om det gäller arbetet, vardagens ekonomi, familjelivet eller din hälsa. Du kan till exempel prata med en psykolog, jurist, ekonom, HR-konsult, ergonom eller hälsocoach, beroende på vad du behöver stöd kring. Du får snabbt kontakt. Samtalen sker digitalt eller via telefon, allt under sekretess.





Sjukvårdsförsäkring

Länsförsäkringars privata sjukvårdsförsäkring är ett bra komplement till den offentliga vården. Du minimerar väntetiden och får direkt tillgång till specialistvård.

- ✓ Snabb kontakt med kvalitetssäkrade vårdgivare
- ✓ Medicinsk rådgivning alla dagar, dygnet runt
- ✓ Rehabilitering efter skada eller sjukdom

Vad innebär det att ha en sjukvårdsförsäkring?

Har du inte en sjukvårdsförsäkring via din arbetsgivare kan du skaffa den privat. Vill du undvika långa vårdköer eller kunna träffa en specialistläkare utan remiss? Då kan en privat sjukvårdsförsäkring hjälpa dig.

Läs mer på LFskaraborg.se eller ring oss på 0500-777 000



Vet alla vad de ska göra om det börjar brinna?

Vi brandövar på jobbet och i skolan. Men hemma, där de flesta allvarliga bränder faktiskt inträffar, är det betydligt ovanligare. En brandövning behöver inte vara komplicerad. Några minuter kan räcka för att hela familjen ska veta vad ni ska göra om brandvarnaren börjar tjuta.

Brandöva hemma

- **Bestäm var ni samlas.** Välj en tydlig plats utanför huset där alla möts.
- **Hitta vägen ut.** Planera två olika vägar ut om det börjar brinna. Hur tar ni er ut om trappan är blockerad? Prata igenom det hemma.
- **Kolla utrymningsvägarna.** Dörrar och fönster ska vara möjliga att komma fram till och öppna.
- **Testa på riktigt.** Starta brandvarnaren och låt alla ta sig ut. Samlas och räkna in alla. Ingen går tillbaka in.

Fler tips för att brandöva hemma hittar du här.

Många bränder går att förebygga med enkla vanor

Ladda säkert. Ladda mobiltelefoner, datorer och andra batterier på ett hårt underlag, inte i sängen eller soffan.

Ha koll på större batterier. Elcyklar och elsparkcyklar har större litiumbatterier. Använd rätt laddare och ladda på en säker plats.

Byt skadade sladdar och laddare. Använd inte elektrisk utrustning som är trasig eller skadad.

Testa brandvarnarna. Se till att de fungerar och att alla hemma känner igen signalen.

Så får du koll även när du inte är hemma



Och om branden börjar när du inte är hemma?

En vanlig brandvarnare gör ett viktigt jobb, men du behöver vara hemma för att höra den. Med uppkopplade sensorer kan du få veta om något händer även när du är på jobbet, på träningen eller bortrest. Vi kallar det en smart hemförsäkring.

Hos oss på LF Skaraborg kan du komplettera din hemförsäkring med smarta brand- och vattensensorer som hjälper dig att förebygga, upptäcka och begränsa skador i hemmet.

Det kallar vi en smart hemförsäkring. Den smarta tekniken får du genom vår tilläggstjänst Alf. Med Alf kan du anpassa skyddet efter ditt hem och dina behov:

- **Brand** – smarta sensorer kan upptäcka risk för rökutveckling och varna dig.
- **Vatten** – vattendetektorer kan upptäcka läckage tidigt, innan en liten läcka hinner bli en större skada.
- **Frysskador** – temperaturövervakning kan varna om temperaturen blir så låg att risken för frysskador ökar.
- **Inbrott** – vill du stärka skyddet ytterligare kan du komplettera med uppkopplat inbrottslarm.

Läs mer och se vilket skydd som passar ditt hem på alf.se/skaraborg



*Vi bjuder på Alf kostnadsfritt under 3 månader. Därefter kostar tjänsten från 39kr/mån, beroende på vilket paket du väljer. Erbjudandet gäller dig som har hemförsäkring hos LF Skaraborg och ett begränsat antal kunder och kan inte kombineras med andra erbjudanden. Gäller baspaket, hemlarmspaket och larmpaket, ej smart lås eller styckköp.



Vi har öppnat kontor i Tibro

Just nu bjuder vi på Dolda-fel försäkringen

om du tecknar förmedlings-uppdrag med oss senast 2026-12-31.

Nu finns LF Fastighetsförmedling både i Skövde och Tibro. Vårt nya kontor i Tibro hittar du på Inredia by Bahnhof Cowork. Där möter vi dig från Tibro, Fagersanna, Ransberg och övriga delar av kommunen som vill prata om ditt nuvarande eller framtida boende.

Funderar du på ditt nästa boende?
Mer plats för familjen, mindre att ta hand om eller ett boende som passar bättre för livet du lever idag? Kanske vill du veta vad din bostad är värd, funderar på att sälja eller bara få bättre koll på dina möjligheter framåt.

Hos oss får du lokal hjälp genom hela bostadsresan, oavsett om du bor i Skövde eller Tibro.

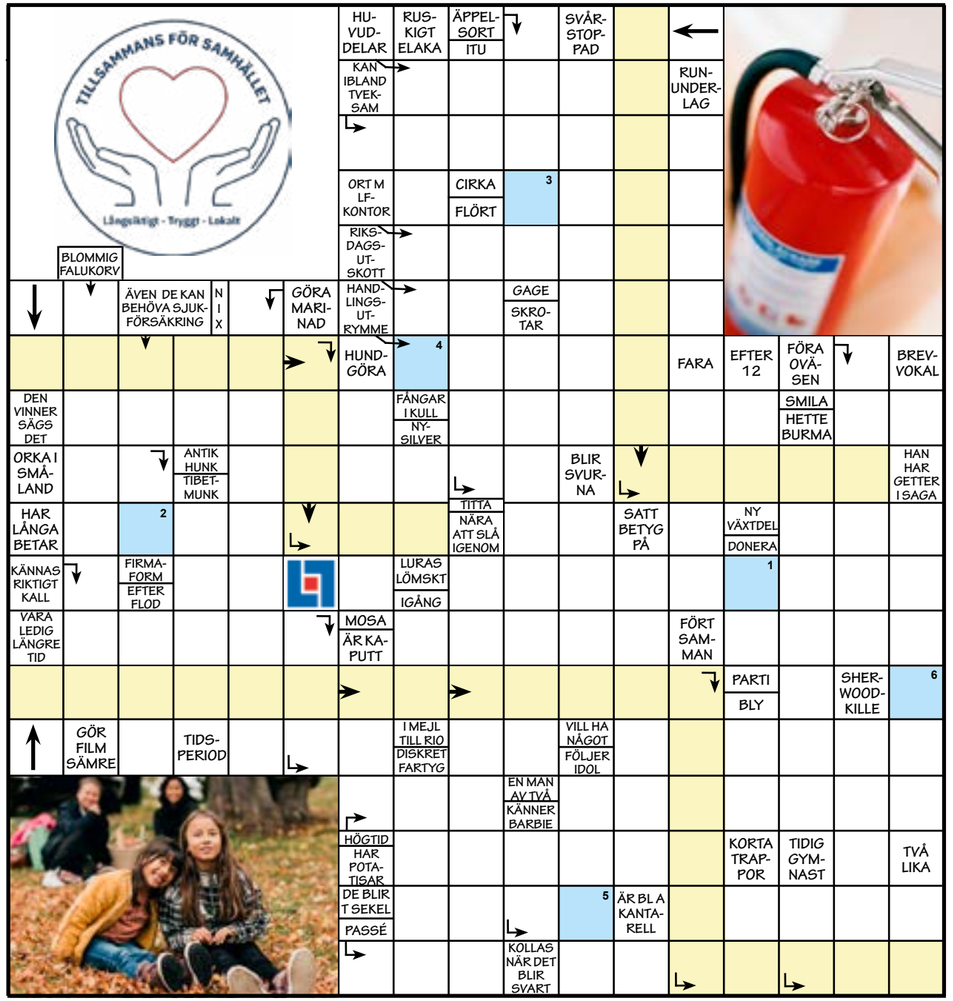


Funderar du på att sälja, köpa nytt eller bara vill veta var du ska börja?
Boka ett kostnadsfritt möte med en av våra mäklare.

Boka genom att skanna QR koden eller ring oss.

LF Fastighetsförmedling

Skövde | Hertig Johans torg 2 | 0500-77 40 80 | lansfast.se/skovde | skovde@lansfast.se
Tibro | Brogatan 26 | 0500-77 40 80 | lansfast.se/skovde | skovde@lansfast.se



Konstruktör: Helene Skott

Kryssa och vinn!

Svara rätt och var med i vår utlottning. Vi lottar ut vinster till fyra tävlande. Alla som vinner får två st biobiljetter vardera. Vinsten skickas till dig per post. Sista tävlingsdag är den 20/11 och vinnaren utses kort därefter och biobiljetterna skickas per post.

Lämna ditt svar på: **LFskaraborg.se/hemmaplan**
Du kan även skicka in korsordet till: Länsförsäkringar Skaraborg, Box 600, 541 29 Skövde. Märk kuvertet med *korsord.*

Rätt svar: Fyll i ordet du får från de blå rutorna här: .....

Namn: .....

Adress, postnummer, ort: .....

Mejladress vi når dig på: .....

På lansforsakringar.se/personuppgifter kan du läsa om hur vi skyddar och behandlar dina personuppgifter. Där hittar du också information om dina rättigheter.

LILLA hemmaplan

Välkommen till Lilla Hemmaplan – platsen där vi pratar om delar från vår LF-värld på ett enklare sätt.



Bli en reflexhjälte!

Syns du i mörkret?
När det blir mörkt ute kan det vara jättesvårt för någon som kör bil att se dig. Men med reflexer får du nästan superkrafter – plötsligt lyser du upp när bilens lampor träffar dig!



Superhjältetips:
Sätt reflexerna lågt och i rörelse, till exempel på armar och ben. Då är det lättare för de som kör bil att upptäcka dig.

Reflexkollen!

- ☐ Jag har reflex på jackan
- ☐ Jag har reflex på väskan
- ☐ Jag har reflex på båda sidor av kroppen

3 kryss = REFLEXHJÄLTE!

REFLEXUPPDRAGET
Ta med en ficklampa och några reflexer in i ett mörkt rum. Lägg reflexerna på olika ställen och lys med ficklampan på dem.

Kan du upptäcka vilken reflex som lyser starkast?



Kryssa och vinn!

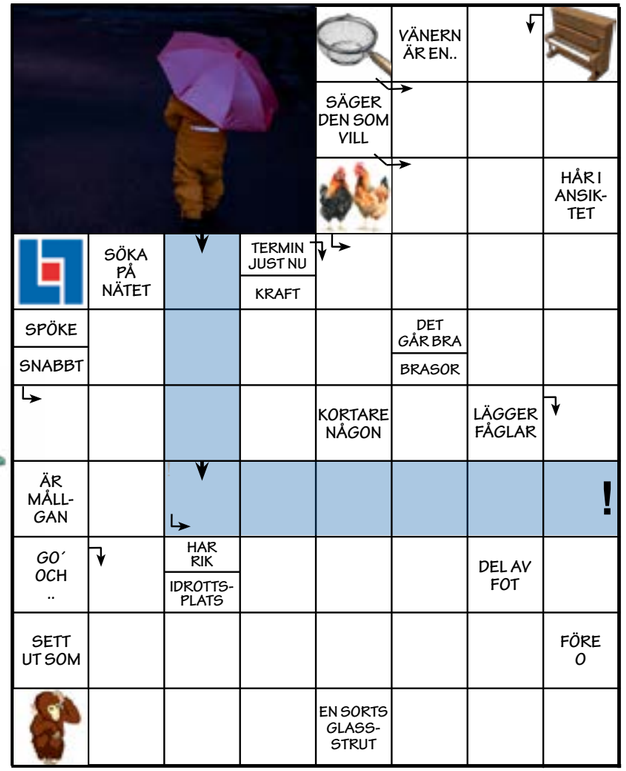
Lös korsordet och skicka in orden som bildas i de blå markeringarna. Då är du med i vår utlottning.



Vi lottar ut vinster till fyra tävlande. Vinnarna får två biobiljetter vardera. Sista tävlingsdag är den 20/11 Vinsten skickas ut per post.

Lämna ditt svar tillsammans med namn, ålder och adress på: **LFskaraborg.se/hemmaplan**

På lansforsakringar.se/personuppgifter kan du läsa om hur vi skyddar och behandlar dina personuppgifter. Där hittar du också information om dina rättigheter.



Konstruktör: Helene Skott

Brandsuperhjältarna!

Superduper-megaviktigt!

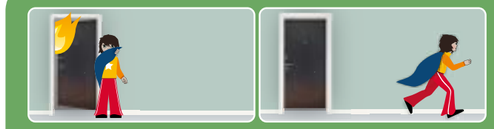
Har ni brandövat hemma?

Brandsuperhjältar har koll på hur man skyddar sig mot bränder och vad man gör om det börjar brinna. Bli en *Brandsuperhjälte* du också och gör en brandövning med din familj hemma. Det kan kanske kännas lite läskig, men det är bara en övning och den är superdupermegaviktig!

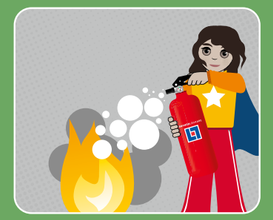


Gör så här tillsammans med din familj:

- Bestäm en plats utomhus som ni ska ta er till om det brinner.
- Kolla hur ni bäst kan ta er ut från varje rum. Hur tar ni er ut om trappan är blockerad?
- Se till att det inte står saker framför dörrar och fönster som gör att man inte kan komma ut.
- Testa larmet på *sverigesstorstabrandovning.se*
- Stäng dörrar och gå lugnt till samlingsplatsen.



Skulle det börja brinna i ditt hus eller lägenhet och du inte kan släcka elden själv, ta dig ut och stäng alla dörrar efter dig.



Det är viktigt att alla i familjen vet hur man använder brandsläckare och brandfilt.



Skulle det börja brinna på spisen, använt aldrig vatten att släcka med utan ta ett lock eller en brandfilt.

Ladda inte din telefon på natten eller när du inte är hemma. Dra ur laddaren när du inte använder den.





Alla behöver ha brandfilt, brandvarnare och brand-släckare hemma.



Kan du lösa rebusen?





LF Skaraborg

VI FIRAR 30 ÅR SOM BANK I SKARABORG.

JUBILEUMS DEAL

0 % ränta i 3 månader*

Binder du ditt bolån på minst två år och är eller blir Guldkund får du 0 % ränta de tre första månaderna.

***Villkor bolån**

Gäller för privatpersoner under perioden 1 nov 2026–28 feb 2027 som är eller blir Guldkund och som antingen:

- tecknar ett nytt bolån och binder det på 2–10 år, eller
- binder ett befintligt obundet bolån på 2–10 år.

Du får 0% ränta de tre första månaderna av bindningstiden. Därefter gäller ränta enligt överenskommelse. Erbjudandet gäller inte lån som redan är bundna. För att bli Guldkund behöver du samla bank- och försäkringserbjudanden hos oss enligt våra villkor.

Läs mer om erbjudandet och Guldkund på LFskaraborg.se

Kontakta oss på 0500-777 000 för att ta del av erbjudandet.

Räkneexempel bolån

Vid ett lån på 1 000 000 kronor med en amorteringstid på 50 år och rak amortering är räntan 2,71 procent, vilket motsvarar vår snittränta för tre månaders bindningstid i juli 2026. Den effektiva räntan är 2,75 procent, inklusive en uppläggningsavgift på 700 kronor. Det totala beloppet att betala tillbaka är 1 679 830 kronor, fördelat på 600 betalningar. Din första månadsbetalning blir 3 923 kronor. Tänk på att om du har lön i en annan valuta än svenska kronor kan det påverka hur mycket du betalar tillbaka beroende på hur växelkursen förändras. Krediten ges av Länsförsäkringar Hypotek AB (publ), 106 50 Stockholm, organisationsnummer 556244-1781. För att få låna behöver du ha ett konto hos oss och använda vår internetbank. Din bostad fungerar som säkerhet för lånet.

Här finns vi **Skövde** Rådhusgatan 8, Box 600, 541 29 Skövde, 0500-777 000 **Falköping** Storgatan 1, 521 42 Falköping, 0515-677 200 **Lidköping** Torggatan 8, Box 2187, 531 02 Lidköping, 0510-777 220 **Mariestad** Esplanaden 8, Box 32, 542 21 Mariestad, 0501-377 240 **Tidaholm** Gamla Torget 6, 522 31 Tidaholm, 0502-777 260 **Skara** Stortorget 1, 532 30 Skara, 0511-241 00 **Habo** Jönköpingsvägen 13A, 566 31 Habo, 036-172 400 **Vara** Stora Torget 4, 534 31 Vara, 0512-797 270 **E-post** info@LFskaraborg.se