

Lokal AKTUELLT

Heja
Sundsvall!



Jubileum för bandyhjältarna

► VINN KONST! ► DAGS ATT PLUGGA! ► RUT & ROT ► KROGKOLLEN
► 10 FRÅGOR TILL JONATHAN DAHLÉN ► MASSOR MED LÄSNING OM SUNDSVALL OCH TIMRÅ

NMT
— BALKONGER —

Er lokala entreprenör när det gäller
BALKONGER FÖNSTER FASADER

070-101 60 05 | info@montageteknik.se | montageteknik.se | [@nmt_balkonger](https://www.instagram.com/nmt_balkonger)

- 4** Enklare att söka stöd för investering i solel
- 6** Nytt samarbete vässar LokalAktuellt
- 8** Lunchtestet och Krogkollen
- 10** Caroline har blivit Vemdalens ambassadör
- 12** Klassiska kompositörer möter popartister
- 14** Dubbelt bandyjubileum för Selånger
- 18** Rutavdrag för att frakta saker till second hand
- 22** Ny karriär väntar för Angelica
- 23** Sju utbildningar på Yrkehögskolan Mitt
- 24** Hotellprogram startar på Altinska
- 28** Fler poliser utbildas för att arbeta på hemorten
- 32** Jonathan Dahlén laddar för slutspel
- 34** Vinn Moas konst!



6 LokalAktuellt i nytt samarbete



8 Lunchtestet: Lunchlådan



14 40-årsjubileum för Selånger bandy



28 Fler poliser utbildas



34 Vinn konst!



32 10 frågor till Jonathan Dahlén

Nytt spännande år

Vi på Lokalaktuellt inleder nu ett nytt samarbete för att producera tidningen. Vi kommer att arbeta med "Heja Sundsvall!" som idag berättar vad som händer i vår region via sociala medier. Det vi på Lokalaktuellt vill med detta är att få ut ännu mer lokala reportage från närområdet. Vi ser i dessa tider när många jobbar hemifrån att vår tryckta tidning får en ännu större roll när det gäller spridning av intressant läsning. Lokalaktuellt med sina över 30 år på marknaden har en given plats hos många hushåll med allt från sina intressanta reportage till tävlingar och korsord. Vi kommer såklart att behålla mycket av detta samtidigt som vi kompletterar med mera lokala reportage om människor i vår närhet.

Tyvärr går det inte en dag utan att man pratar om corona, men det är bara att fortsätta vara försiktig och hålla avstånd, tvätta och sprita händerna. Så var rädda om varandra allihopa. Jag hoppas att ni gillar den nya Lokalaktuellt!

Janne Glasberg



Med **invest**

Heja
Sundsvall!

REBETSKY



Stefan Sahlberg
070-347 04 00
stefan@mediainvest.nu



Janne Glasberg
070-347 03 00
janne@mediainvest.nu



Jesper Sahlberg
060-57 21 50
jesper@mediainvest.nu



Mikael Genym
060-57 21 50
mikael@mediainvest.nu



Anders Lövgren
070-300 37 19
anders@heja-sundsvall.se



Katarina Lövgren
073-049 21 19
katarina@heja-sundsvall.se



Lotta Kempe
070-763 14 33
lotta@mediainvest.nu

Lokaltidning för Sundsvall och Timrå kommuner.
Grundad 1990. Politiskt och religiöst obunden.
Adress: Lokal Aktuellt, Terminalvägen 12, 861 36 Timrå
Tel: 060-57 21 50 **Upplaga:** Cirka 50 000 ex

Ansvarig utgivare: Janne Glasberg

Tryckeri: V-TAB

Produktion: Kilo Kommunikation/Heja Sundsvall!

Grafisk formgivning: Lotta Kempe,
Rebetsky kommunikation och design

Distribution: SDR

Annonser och redaktionellt material i LokalAktuellt får ej användas i andra sammanhang utan särskilt medgivande från representanter för tidningen. För insänt material ansvaras ej.

50%

på ett par glasögon

För fullständiga villkor
kontakta butiken.

3 för 1

Alltid hos Direkt Optik

Köp ett par glasögon och få två par
extra, helt kostnadsfritt.

**DIREKT
OPTIK**

Av Socialstyrelsen Leg. Optiker.

Hudiksvall, Västra Tullgatan 11, 0650-41 65 65, vard 10-18, hudiksvall@direktoptik.com
Sundsvall, Esplanaden 10, 060-17 62 60, vard 10-18, sundsvall@direktoptik.com
Gävle, N. Kungsgatan 1, 026- 12 82 20, vard 9:30-18, gavle@direktoptik.com

 **BOKA TID** direktoptik.se/boka



Birgitta Persson, JN Solar, gillar den nya enklare skattereduktionen för privatpersoner som installerar grön teknik.

Enklare att söka stöd för investering i solex

Från årsskiftet gäller nya och enklare regler gällande stöd för den som ska installera solex.

– Intresset för solex har vuxit under flera år och de här nyheterna tror vi ökar trycket på marknaden ytterligare, säger Birgitta Persson, regionansvarig för Västernorrland på JN Solar i Timrå.

TEXT: ANDERS LÖVGREN, FOTO: KATARINA LÖVGREN

När LokalAktuellt intervjuar Birgitta Persson har hon just skickat iväg tre offerter på anläggningar för solex till villaägare. Marknaden är het för solex och JN Solar som startade redan 2010 har vuxit stadigt sedan dess

och har nu 30 anställda. JN Solar har hela kedjan med egna montage-team, elektriker, säljteam och projektledare i regionen.

– Att intresset för klimatsmart el ökar är förstas mycket positivt och det känns roligt och me-

ningsfullt att få jobba i branschen, säger Birgitta som tidigare bland annat arbetat som bygglov-handläggare och energirådgivare i Härnösands kommun.

Att söka olika bidrag för en investering i solex har inte varit så enkelt, och inte minst har handläggningstiderna varit långa. Från 1 januari 2021 gäller nya regler, se faktaruta.

– Skillnaden jämfört med tidigare är att en djungel av regler och stödnivåer har ersatts med en rak och enkel modell. Det största skillnaden för privatpersonen som ska satsa på solenergi är att stödet precis som för ROT och RUT räknas av direkt av företaget som gör jobbet. Tidigare var det långa ledtider efter att vi gjort ett hembesök

SKATTEREDUKTION FÖR GRÖN TEKNIK GES FÖR

1 Installation av nätanslutet solcellssystem.

Skattereduktion ges med 15 procent av kostnaden för arbete och material.

2 Installation av system för lagring av egenproducerad elenergi.

Skattereduktion ges med 50 procent av kostnaden för arbete och material.

3 Installation av laddningspunkt till elfordon.

Skattereduktion ges med 50 procent av kostnaden för arbete och material.

Skattereduktionen för grön teknik är högst 50 000 kr per person och år. För att ge rätt till skattereduktion för grön teknik ska installationen vara både utförd och betald tidigast 1 januari 2021.

Källa: skatteverket.se

hos en kund och en handläggning hos länsstyrelsen kunde på grund av krånglig bidragsstruktur ta ända upp till ett år innan beslut. Nu är det Skatteverket som hanterar ärendena, säger Birgitta.

Hon berättar att de som visar intresse för solel är alla typer av privata husägare, men att några saker ofta förenar dem

- Intresse och nyfikenhet på ekonomisk och klimatsmart egenproducerad energi.

Det är inte ovanligt att man ska byta tak och att det då blir ett bra läge att samtidigt investera i den gröna tekniken och kanske bli självförsörjande på klimatsmart el.

UTNYTTJA
ROT-AVDRAGET

Vi hjälper er med allt inom byggnadsplåtslageri

Våra plåtslagare har yrkesbevis!

MITT PLÅT

Tel: 070-3798838 Mail: info@mittplat.se
www.mittplat.se

UTNYTTJA
ROT-AVDRAGET!

VI BORRAR FÖR VÄRME & VATTEN

Vid beställning lämnar vi alltid en tidsgaranti för när borrhningen ska vara färdig.

Behöver du hjälp med att borra efter vatten eller bergvärme är du varmt välkommen att kontakta oss för offert.

GEOTEC
Grunds Boretsgrävarens Branschorganisation

Brunns Borrhning AB

BORRARE

Tel 060-916 80 • Fax 060-916 90
www.jwbrunnsborrning.se



Här är hela gänget som med start i detta nummer gör nya LokalAktuellt: (från vänster) Katarina Lövgren, Heja Sundsvall, Mikael Genym, Mediainvest, Lotta Kempe, Rebetsky Kommunikation & Design, Janne Glasberg, Mediainvest, Jesper Sahlberg, Mediainvest, Stefan Sahlberg, Mediainvest, Anders Lövgren, Heja Sundsvall

Nytt samarbete vässar LokalAktuellt

Nu startar ett nytt samarbete för att producera LokalAktuellt. Mediainvest tar hjälp av Heja Sundsvall för att producera allt innehåll i tidningen. Målet med samarbetet är att ge er läsare mer och bättre lokalt innehåll!

Som du säkert redan sett när du öppnat tidningen, så har den förändrats vad gäller innehållet. Från årsskiftet så har Anders och Katarina Lövgren från Heja Sundsvall kommit in och levererar artiklarna.

– LokalAktuellt har funnits i mer än 30 år och lever ett bra liv. Med det här nya samarbetet tror vi att det blir ännu bättre. Anders och Katarina har mycket bra koll på vad som händer i både Timrå och Sundsvall och vi ser fram mot att sprida

ännu mer lokalt förankrat innehåll till våra läsare, säger Janne Glasberg, Mediainvest.

Heja Sundsvall berättar på sociala medier om allt möjligt som händer i Sundsvallsregionen och har drygt 23 000 följare på facebook, instagram och linkedin. När nu LokalAktuellt och Heja Sundsvall samarbetar så blir det förstås också ett samarbete mellan den tryckta tidningen och de sociala medierna.

– Det här samarbetet känns riktigt roligt. Att

vid sidan av de sociala medierna få göra en tidning har länge varit vår dröm. Vår styrka är att producera artiklar och leverera bra läsning och intressanta bilder. Det känns så bra att andra som är duktiga på annonsförsäljning och tidningsdesign sköter de bitarna, säger Anders Lövgren, Heja Sundsvall.

LokalAktuellt trycks i ca 50 000 ex och delas ut till hushållen i Sundsvall & Timrå kommun 6 ggr per år.



Vi levererar färdig betong till stora och små projekt, till både privatpersoner och företag.

Kontakta oss på 060-16 80 80 eller kom in till oss på Birstavägen 13 så hjälper vi dig med ditt projekt!

Vill du veta mer? swerock.se

SWEROCK

Välkommen att besöka våra gudstjänster och andra träffar i vår!



LJUSTORPS KYRKA

Söndag 21 februari 11.00
Musikgudstjänst, J From, A Granlöf

Söndag 21 mars 11.00
Gudstjänst, A Lannstål, A Granlöf



TYNDERÖ KYRKA

Söndag 14 februari 11.00
Gudstjänst, A Lannstål, C Bergendal,
Sång Linda Nordström

Söndag 7 mars 11.00
Gudstjänst, J From, C Bergendal



HÄSSJÖ KYRKA

Söndag 28 februari 11.00
Gudstjänst, A Lannstål, A Granlöf

Söndag 14 mars 11.00
Gudstjänst, J From, C Bergendal

Palmsöndagen 28 mars 11.00
Gudstjänst, A Lannstål, A Granlöf

VARDAGSGUDSTJÄNSTER

Torsdag 17 februari 14.00
A Lannstål, Tynderö kyrka

Torsdag 25 februari 14.00
A Lannstål, Ljustorps kyrka

Torsdag 4 mars 14.00
A Lannstål, Tynderö kyrka

Torsdag 11 mars 14.00
A Lannstål, Hässjö kyrka

Torsdag 18 mars 14.00
A Lannstål, Tynderö kyrka

Torsdag 25 mars 14.00
A Lannstål, Ljustorps kyrka

PASSIONSANDAKTER I STILLA VECKAN

Måndag 29 mars 18.00
A Lannstål, Ljustorps kyrka

Tisdag 30 mars 18.00
A Lannstål, Hässjö kyrka

Onsdag 31 mars 18.00
A Lannstål, Tynderö kyrka

I dessa osäkra tider följer vi naturligtvis gällande bestämmelser och rekommendationer från Folkhälsomyndigheten, planerade event kan därför ställas in med kort varsel. Aktuell information om våra verksamheter finns på www.svenskakyrkan.se/hassjo och på vår facebook sida www.facebook.com/svenskakyrkanhassjo. Du kan även ringa pastorsexpeditionen på **telefon: 060-408 20**.

sensus

Svenska kyrkan 
HÄSSJÖ, LJUSTORP OCH
TYNDERÖ FÖRSAMLINGAR



LUNCHTEST: Lunchlådan

Victoria Mohlén (bilden) och Emma Backberg tyckte att det saknades ett ställe som sålde fräscha sallader i Timrå. Sagt och gjort så öppnade de Lunchlådan på Köpmangatan.

TEXT OCH FOTO: LUNCHPATRULLEN

Läget: Ligger centralt i Timrå vid rondellen i korsningen Järnvägsgatan-Köpmangatan. En ny bra skylt skulle dock behövas, Lunchlådan lever ett lite anonymt liv i kvarteret i dag.

Restaurangen: De allra flesta besökare köper maten som take away, vilket också namnet Lunchlådan signalerar. Men det finns några platser för den som vill slå sig ner och äta. Miljön är luftig och ljus med färger som signalerar sydliga breddgrader.

Lunchen: Menyn känns modern och fräsch med fokus på sallader, wraps och baguetter. En salladsbowl kan varieras på massor av sätt, med till exempel bulgur och räkor eller lax som bas och olika tillbehör och såser. En nyhet är tacgoo som är en varm taco med grillad kyckling, cheddarost, jalapeños, tryffelmayo och nachochips.

Priset: Finns luncher från 70 kr för pastalådor som takeaway till salladsbowl för 120 kr.

Öppettiderna: Vardagar 10-14.

Vårt samlade omdöme: Victoria Mohlén är också konstnär och ställer tillsammans med Emla Fotograf som också har sitt företag i lokalerna, ut tavlor i lokalen. Soft loungemusik ger en skön atmosfär och konsten och fotografierna ihop med musiken känns som en egen och bra stil för Lunchlådan. Maten superfräsch och smakrik de gånger vi testat. Men du som blir besviken om lunchen inte består av stadig husmanskost ska nog välja något annat.

Krogkollen

LokalAktuellt berättar i varje nummer om vad som sker bland krogar, restauranger och kaféer. Dessutom tipsar vi om en trevlig lunchrestaurang.



QBAR I TOPP

När gästerna hos 60 hotell i Quality Hotels nordiska kedja sade sitt under 2020 så fick Quality i Sundsvall bästa betyget av samtliga i tre kategorier: mat, service och bar. Pokalen pryder nu den populära hotellbaren som i vanliga fall, utan pandemi, skämt bort oss med många artistframträdanden utan att ta entré.



BABIANEN I BIRSTA

Daniel Sandström driver redan restaurangerna APA, Kung Louie och Herr Nilsson på Storgatan i Sundsvall. Vad är då mer naturligt än att starta Babianen i Birsta, i fastigheten där Berners tunga fordon håller till? Klassisk husmanskost står på menyn.



ITALIENAREN PÅ TORGET

Nu har Basta kommit på plats i södra hörnet av Stora torget. Kedjan som sedan tidigare finns i Borlänge, Falun och Gävle lockar med spännande interiör och en neonskylt som heter duga.



INNERGÅRDEN RUSTAR UPP

Efter 20 års drift behöver Innergården 1891 i In:galleryan en renovering. Ägarna Malin Andersson och Perolov Sölvestål och fastighetsägaren Diös kommer att rusta upp interiör, kök, inredning och toaletter och ser fram emot nystart i mitten av mars. Högt i tak och luftig atmosfär hoppas vi dock att man behåller!

Hassela

Ski Resort

BOKA
TRYGGT

Upplev aktivt SPORTLOV

En familjär pärla

På Hassela Ski Resort i norra Hälsingland finns trivsel för alla skidåkare. Kom som ni är och njut av ett aktivt sportlov med skidåkning på längden och tvären. Personlig service och genuin atmosfär skapar en familjär pärla, överraskande nära.

Må bra av en aktiv semester

Kom bort från vardagen och fyll på med energi. Ta det lugnt, få frisk luft och umgås med nära och kära.

SKI HOTEL 2+1 bäddar

7-11/3 fr. **1540:-**/vuxen i dubbelrum inkl. frukost.
11-14/3 fr. **1680:-**/vuxen i dubbelrum inkl. frukost.
Förmånliga priser för barn i extrabädd!

STUGA 4+2 bäddar

7-11/3 fr. **2570:-**/stuga.
11-14/3 fr. **2775:-**/stuga.

Boka nu!

hasselaski.se 0652 - 56 56 00



Caroline Fredin njuter av livet i Vemdalen.



**Caroline har blivit
Vemdalens ambassadör**



Många naturbilder från Vemdalen sprids på kontot. FOTO: Caroline Fredin

Caroline Fredin i Vemdalen kan sin fjällort utan och innan och driver det populära kontot @vemdalen på instagram.

- Jag berättar om allt möjligt, men särskilt kul är det att sprida information om hur bra det är att bo här. Många som börjat följa mig har sedan flyttat hit, säger hon.

TEXT: ANDERS LÖVGREN, FOTO: @VEMDALEN

På Carolines instagramkonto med drygt 8000 följare hamnar bilder och filmklipp som alla årstider på året visar storslagen natur och tipsar om aktiviteter och saker som händer i byn. Hennes målsättning är att dela tankar kring livet i fjällen, och det är uppenbart att hon lever som hon lär. Utelunch på fjället tillsammans med sonen blir ett inlägg liksom hennes tankar när hon ser vacker frost på en gran.

- Jag vill inspirera att besöka området året runt. Många tänker bara på skidåkning när det gäller Vemdalen, men det är så mycket mer. Det gäller att öppna upp tankesättet, säger hon.

Tidigare drev hon en inredningsbutik i byn men det blev en stressig tillvaro och hon blev till

slut utbränd och sjukskriven, sålde ifrån sig allt och började om med något nytt.

- Jag hade redan hållit på en del med sociala medier och berättat om Vemdalen, och det kunde jag fortsätta med eftersom det ger mig energi. Att ta en skön promenad i naturen och fotografera och berätta om Vemdalen är ett jobb jag gärna gör som influencer, även om det än så länge inte ger en stabil inkomst. Dessutom jobbar jag halvtid på restaurangen Härjedalspizza, berättar Caroline.

Hennes konto tog riktig fart när byns skola var nedläggningshotad och hon berättade på olika sätt om det för sina följare. Nu är skolan räddad och inläggen handlar mer om vardag och natur.

Många i Sundsvall och Timrå väljer Vemdalen för skidåkning. Här är Carolines tre bästa sportlovstips:

- › Testa alla 4 skidområden.
- › Testa isfiske. En av vår familjs favoritaktivitet på vintern.
- › Gynna lokalt. Handla av de lokala företagarna som finns här året om.

Följ @vemdalen på instagram om du vill hålla koll på byn. Caroline driver också bloggen livetivemdalen.se

Caroline är född och uppvuxen i byn och bor sin man och sonen Felix på farmor och farfars gård. När LokalAktuellt undrar hur Vemdalen skiljer sig från andra fjällbyar som lockar turister har hon svar direkt.

- Dels är själva byn, där de flesta av de drygt 500 bofasta bor, avskilt från skidområdena, hotellen och annat vilket gör att det fortfarande är en bykänsla och gemenskap. Lite som att det bofasta livet pågår parallellt med turismen. Det är en väldigt familjär känsla i Vemdalen och många uppskattar det genuina.

Pågående repetitioner av
Norrlands nya föreställning.



Klassiska kompositörer möter popartister

Norrdans tar nu hjälp av Kulturskolan i Sundsvall. Eleverna ska skapa affischer till föreställningen "Pianofavoriter med Norrrdans".

- Jättekul att vara med på en så kreativ idé, säger Emma Edlund.

TEXT: ANDERS LÖVGREN, FOTO: ANNA THORS OCH EMMA EDLUND

Samarbetet mellan Norrdans och Kulturskolan är färskt och har ett kreativt och annorlunda innehåll.

Norrdans kommer att göra en dansföreställning till klassisk pianomusik, verk som till exempel För Elise, Månskenssonaten och Aria från Goldbergvariationerna. Verken är mycket välkända och i samtliga fall skrivna av mästare som Mozart och Beethoven för att nämna ett par av musikhistoriens giganter, och samtliga är män.

– Uppdraget går ut på att vi elever ska illustrera kompositören men lägga till ett attribut från en nutida artist, gärna en kvinnlig, för att skapa en twist, berättar Emma Edlund som läser på estetiska programmet på Hedbergsgata.

I hennes fall blev det en mix av franske kompositören Claude Debussy och den amerikanska artisten Billie Eilish som blev motivet.

– Jag gillar att teckna och måla ansikten så för mig passade det här bra. Det känns kul att bilderna kommer att användas och att de hamnar i ett större sammanhang, säger Emma.

Från Kulturskolans håll är man glada och tack samma över samarbetet.

– Fantastiskt att vi fick frågan att vara med, och det har blivit så bra respons från våra elever. Det är våra äldsta fördjupnings elever som går på gymnasiet som är med och eftersom det är studier hemma nu så skickade vi ut brev med tusch-



Emma Edlund med sin illustration.

pennor till dem när uppgiften delades ut, säger Sara Norlin, bildlärare på Kulturskolan.

Emmas och hennes kompisar på Kulturskolan kommer att få sina bilder tryckta på affischer som kommer att sättas upp där det blir föreställningar. Premiären var planerad den 11 mars, men den blev inställd på grund av pandemin. Nu kommer det i stället att bli föreställningar digitalt, men också en turné för skolor där affischer kommer att användas.

Förhoppningar finns på att kunna genomföra publika föreställningar till hösten.

I TRYGGA OCH KUNNIGA HÄNDER



VI HJÄLPER DIG med allt från att byta fönster till att förvandla ditt kontor till en ljus och inspirerande arbetsplats med ljudisolerade glasväggar. Ryds Glas tipsar gärna om specialglas som sänker värmekostnaden, stänger ute solvärmen eller skyddar mot inbrott, buller och brand.

För att tala i klarspråk älskar vi allt som rör glas:

- REPARATIONS- & NYGLASNING
- KONTORSVÄGGAR
- FÖNSTER & TAKFÖNSTER
- GLASTAK & GLASFASAD
- ENTRÉTAK OCH GLASDÖRRAR
- ENTRÉPARTIER
- STÅL/ALUMINIUMDÖRRAR
- YTTERDÖRRAR
- GLASRÄCKEN
- FASTIGHETSFILM
- INGLASNING & UTERUM
- SPEGLAR, DUSCHVÄGGAR & KÖKSGLAS
- BASTUGLAS
- SOLSKYDD

A large, three-dimensional, light blue sign with the word 'Entré' in a sans-serif font, mounted on the glass facade of a building.

A large, three-dimensional, light blue sign for 'Hedins Byggnads AB', featuring a stylized 'H' logo followed by the company name in a sans-serif font, mounted on the upper part of a building's glass facade.

RYDS GLAS I SUNDSVALL

Skönsbergsvägen 63, 856 31 Sundsvall
060-67 11 70, sundsvall@rydsglas.se
www.rydsglas.se



**GLASJOUR
DYGNET RUNT**
020-80 80 00



Dubbelt bandyjubileum för Selånger 40 år sedan de historiska SM-finalerna

För 40 år sedan var Selånger SK landets hetaste bandyklubb och spelade SM-final för både herrar och damer. Vi har träffat Lennart Lummi och Ing-Gun Hedin som båda minns upplevelsen med glädje och stolthet.

TEXT: ANDERS LÖVGREN, FOTO: KATARINA LÖVGREN



I mars 1981 inträffade en historisk händelse för lagidrotten i Sundsvallsregionen.

Selånger SK hade gått till SM-final på både herr- och damsidan. En historisk framgång för en klubb på våra breddgrader.

För Lennart Lummi som inför säsongen hade värvats till klubben från Haparanda blev det med andra ord final redan första året.

– Efter en trög start på säsongen fick vi sedan det mesta att stämma, men i finalen mot Boltic så gjorde vi inte vår bästa match, minns Lennart.

Selånger tog ledningen men Boltic vann till slut med 4-3. För Lennart som i unga år hade en offensiv roll i laget, blev finalen inte som plane-

rat. En lång rad utvisningar för Selånger gjorde att han fick täcka upp på olika platser i de bakre leden i stället för att anfalla.

– Utvisningarna gjorde också att vi inte fick igång vårt vanliga spel. Annars var vårt signum att vi aldrig blev stressade utan trummade på och vann innan det var klart. Vi kände oss oftast oslagbara i matcherna, säger Lennart.

– Men det var en stor upplevelse att spela inför den stora publiken med full fart på läktaren. Det var en upplevelse av här och nu som jag är glad att ha varit med om. Framför allt var det roligt att de äldre spelarna i laget fick uppleva en final, lägger han till.

Utöver dessa minnen så är det sparsamt med andra minnen av SM-finalen hemma hos Lennart. Inte ens silvermedaljen finns kvar.

– Den försvann redan i tumultet i omklädningsrummet efter finalen. Det blev väldigt rörigt när alla supporters som var på plats stormade in där och jag har än i dag inte en aning om vart den tog vägen. Det var väl jag själv som inte höll reda på den och kanske var det någon städare som hittade den, säger Lennart och skrattar.

– Nej, jag är allt annat än nostalgiker och har varken kvar matchtröjor eller annat, tillägger han.



Selånger 100 år

Selånger Bandy har inte bara finaljubileum i år utan fyller också 100 år som förening (bandyn startade dock 1924). Stort grattis! Föreningen har i dag cirka 200 aktiva. A-laget för herrar spelar i division I norra, som är tredje divisionen i seriesystemet. På ungdomssidan finns fem pojklag och ett flicklag samt skridsko- och bandyskola för de yngsta. **Mer info: selangerbandy.se**

◀ Selångers legendariske lagledare Kenneth Bodin kommer med i snacket och bidrar med skämtsamma anekdoter.

▼ Ing-Gun Hedin och Lennart Lummi minns finalåret 1981.

Lennart Lummi blev dock Selånger trogen hela sin karriär. Han gjorde 13 säsonger i klubben och blev med sitt spelsinne en av de mest omtyckta profilerna i laget. Men någon fler SM-final blev det inte.

För Ing-Gun Hedin var livet som bandyspelare helt annorlunda. Hennes bröder spelade bandy, och med en pappa som var ledare i Selånger var det närmast självklart att även hon skulle dra på sig rören och lära sig hantera klubba med krok. Men bandy för tjejer var något nytt på 1970-talet när hon började spela, vilket hon har starka minnen av.

– Det fanns inget ekonomiskt stöd till oss tjejer från föreningen Selånger. Vi fick i praktiken bara låna namnet och sedan sköta oss själva. Så min pappa ordnade stora fester där vi tjejer tjänade pengar genom att jobba med serveringen. Matchbyxor satt vi hemma i gillestugorna och sydde själva. Och när motståndare kom på långväga besök för att spela match så fick de bo hemma oss Selångertjejer, berättar Ing-Gun.

Trots det så utvecklades laget till ett av landets bästa och tog sig precis som herrarna till SM-finalen 1981. Även den avgjordes på Söderstadion, helgen innan herrfinalen. Storfavoriten i förhandstipsen, IK Göta som var dåtidens giganter blev dock en alltför svår motståndare och vann med 12-4 inför 110 åskådare.

– Det är klart det var jobbigt att det blev så stora siffror, men vi hade ändå ett kanonlag och en väldigt bra säsong bakom oss. Vi var stolta över det vi lyckats med, säger Ing-Gun som spelade back i finalen.

Hon berättar om det goda kamratskapet i gänget och att man ställde upp för varandra.

– Vi spelade match fast det var 25 grader kallt. De som frös fick värma sig på sidan, det var inte mer med det. Jag var van att spela med grabbar och var inte skotträdd, så jag var ofta målvakt. Men jag spelade också back och libero. Jag var kan man säga den sista vedhuggaren och såg med hårda tag till att de inte tog sig förbi, säger Ing-Gun och det är tydligt att hon minns dessa



bataljer på isen med glädje även om det blev många utvisningar.

Att det var stor skillnad mellan herrlaget och damlaget märktes på alla möjliga sätt. Mediebevaktningen av damernas bandymatcher var som Ing-Gun minns det blygsam, liksom ekonomiska tillskott från huvudföreningen. För damlaget slutade också historien på ett tråkigt sätt när laget fick lägga ner verksamheten 1984.

Ing-Gun upplevde det som oräddvist och att huvudföreningen hade kunnat göra mer för att stötta dambandyn. Men själv fortsatte hon ändå som ledare på barn- och ungdomssidan under många år, och i dag jobbar hon som fastighets-skötare hos Hedern Fastigheter.

För Lennart Lummi blev det ingen fortsättning på bandykarriären i någon ledarroll. I stället gav han sig in i it-branschen där han både drev egna företag och var anställd som konsult i olika bolag. Till slut snurrade hjulen för fort med

många resor och en stressig livsstil och hälsan började svikta.

– Min läkare som såg hur jag mådde gav mig rådet att fundera på vad som var viktigast i livet, och då kände jag att det kanske inte var värt att jobba så jag blev sjuk, berättar Lennart.

Han satt då i damfotbollsforeningen SDF:s styrelse, mycket tack vare att hans dotter var aktiv i klubben. Lennart hade god insyn i damfotbollen och såg hur svårt klubbarna hade att svårt att både få igång nya kullar av spelare och behålla tjejerna en bit upp i åldrarna.

Det var lätt att se var man borde satsa tyckte han, nämligen i bostadsområdena Nacksta och Bredsand där det fanns ett stort underlag av unga tjejer, de allra flesta med invandrarbakgrund. När han lyckades få med sponsorer och dra igång SDF Plus som bygger på fotboll och integration blev det en framgångsrik satsning.

Sedan 2015 är Lennart heltidsanställd i pro-



Namn: Ing-Gun Hedin

Ålder: 63

Familj: Sambo med Åke Engblom

Bor: Villa, Sallyhill

Övrigt: Ett av Ing-Gun Hedins stora intressen har varit motorcyklar och amerikanska bilar av äldre modell.



Namn: Lennart Lummi

Ålder: 61

Familj: Sambo med Maria Sillström, utflugnen dotter

Bor: Villa, Sidsjö

Övrigt: Blev utsedd till KÖNG 2020, framröstad av Sundsvallsborna. Här tillsammans med Nanne Grönvall och Gottfrid Krantz vid Sundsvall Bjunders event, där han fick motta sitt pris.

jektet och har vid flera tillfällen fått pris för sitt arbete som gjort att hundratals flickor börjat spela fotboll. Sommaren 2020 blev han också av Sundsvallsborna utsedd till stadens köng, en årlig utmärkelse till den som bäst representerar staden.

Varken Lennart eller Ing-Gun har i dag någon direkt koppling till bandysporten. Ing-Gun har dock brorsdottern Anna Hedin som är en av veteranerna i Söråker Bandy och som Ing-Gun gärna skryter om.

Till nya SM-finaler är det en lång väg att skрина för Selånger. Tills vidare får bandyvännen på våra breddgrader leva på minnena.



Selångers damer 1981. Fotograf okänd.

SM-final damer 14 mars 1981

IK Göta - Selånger SK 12-4 (6-1)

Söderstadion, Stockholm. Publik: 110.

Målskyttar Selånger: Susanne Åhlén, Lena Westling, Maria Lindfors, Karin Ödlund.

Selångers lag: Ann Christine Nylander (mv), Ing-Gun Hedin (mv), Maria Lövkvist, Karin Ödlund, Vayola Idh, Susanne Åhlén, Eva Andersson, Lena Westling, Ingrid Andersson, Maria Lindfors, Ann-Louise Ulander, Anna-Lena Andersson, Jeanette Åhlén. Tränare: Kay Hedin, Eje Lindkvist, Lennart Lindfors, Ingvar Hedin (lagledare).



Selångers herrar 1981. Fotograf okänd.

SM-final herrar 22 mars 1981

IF Boltic - Selånger SK 4-3 (2-2)

Söderstadion. Publik: 14 233.

Målskyttar Selånger: Ingemar Aava 2, Royne Sjödin.

Selångers lag: Thomas Fransson (mv), Anders Nilsson (mv), Tommy Runesson, Keith Sahlin, Östen Sundin, Anders Uhlin, Greger Örjestål, Jan Lindholm, Bernt Lindh, Sture Sandström, Royne Sjödin, Leif Lundberg, Ingemar Aava, Lennart Lummi. Tränare: Hans Jonsson och Göran Persson, med assistans av spelarna Keith Sahlin och Östen Sundin.

◀ Hans Lindén får hjälp av Alireza Mahmodi och Jonas Jonsson från TSC Allservice med att frakta bland annat en gammal radiogrammofon till Erikshjälpen.



Rutavdrag för att frakta saker till second hand

En ny regel gör att du nu kan få rut-avdrag för att frakta bort möbler och saker till secondhandbutiker. Dessutom har sammanlagda nivån för rut- och rotavdrag höjts till 75 000 kronor. Vi har träffat Hans Lindén som är glad över det nya avdraget.

TEXT: ANDERS LÖVGREN, FOTO: KATARINA LÖVGREN

När Hans Lindén blev änkeman bestämde han sig för att flytta från lägenheten i Bergsåker till en mer central adress i Stenstan. Då behövde han hjälp med transporter och kontaktade TSC Allservice i Birsta som bland annat tar sig an sådana uppdrag.

– Jag hade en del grejer som jag ville få iväg till Erikshjälpen. Då fick jag veta att det nu är rutavdrag på de jobben, så det var en positiv överraskning, säger Hans.

Några möbler och ett par kartonger med överblivet husgeråd fick därmed lämnas till återbruk.

– Det är fina saker som jag inte har plats för och jag tycker det är synd att kasta bort, bättre att skänka dem, säger Hans.

För TSC Allservice som har sin bas i Birsta är den nya rutregeln välkommen.

– Rutreglerna skapar mer jobb på privata sidan för oss. Fler köper tjänsterna och fler rut-tjänster kan sammankopplas vid till exempel en flytt, säger Lars Nilsson Böös, TSC Allservice.

Rut- och rotjobb ökar generellt för företaget berättar Lars, och allra mest ökar flytt och transport till secondhand samt flyttstäd.

Tips från TSC Allservice inför flytt

Packa inte fulla flyttlådor, det blir tungt. Bättre flera kartonger med mindre innehåll. Använd gärna säckar till mjuka saker. Sätt namn på kartonger/säckar, så det kommer till rätt rum.

Planera att vi antingen tar last till secondhandaffären först eller sist. Samla ihop så det är på ett ställe, märk tydligt.

Snabbgenomgång av rut- och rotregler från och med 2021

Rotavdraget och rutavdraget räknas ihop och är högst 75 000 kronor per person och år. Av den summan får högst 50 000 kronor vara rotavdrag (byggnationer, renoveringar). Du kan få rotavdrag med som mest 30 procent av arbetskostnaden och rutavdrag (hushållsnära tjänster) som mest med 50 procent av arbetskostnaden.

Fyra nya områden har tillkommit inom rut

- 1) Vattentvätt av kläder och hemtextil vid tvättinrättning, inklusive transport av tvätten.
- 2) Möblering av bostad, inklusive montering av möbler. Inredningstjänster ingår dock inte.
- 3) Transport av bohag dels till andrahandsbutiker, loppmarknader och liknande där bohaget kan komma till återanvändning, och dels till och från magasinering.
- 4) Enklare tillsyn av en bostad, exempelvis ta in post, vattna blommor, spola kranar och toaletter.

Mer info: skatteverket.se

Vi hjälper dig att ta hand om

din bostad



BRUNNSBORRNING



Tel: 070-264 11 71
www.jwbrunnsborrning.se

EL, TELE & DATA

HARTUNG
EL-TELE-DATA



Utför elinstallationer och service.
Har både företag och privata som kunder.
Utför rot-jobb.
www.hartungel.com • kenneth@hartungel.com
070-2245802

MASKINUTHYRNING

HYR DIN
UTRUSTNING
HOS CRAMO

CRAMO

Läringsvägen 15, Sundsvall
| 060-52 41 40 | sundsvall@cramo.com

GRUS, SINGEL OCH MATJORD



060-56 24 95 | www.msgk.se

MÅLERI



Tel: 070-399 94 93
Mail: granlomaleri@outlook.com

RADON

VI HJÄLPER DIG MED FRÅGOR
OCH PROBLEM MED RADON

MÄTNINGAR, BESIKTNINGAR, ÅTGÄRDER



RADON
KONSULT
NORRLAND

Anders 070-266 49 00 Alexander 070-109 37 04
060-17 16 00 www.rkn.nu

RADON

Förhöjda radonvärden?
Kontakta oss så hjälper vi er!



Tel: 060-17 47 00 www.ahlavent.se

SKADEDJUR & BRAND



Skadedjursbekämpning, brandskydd,
livsmedelshygien, fågelsäkring

060-15 33 20 www.nsbmitt.se

SKORSTENAR & KAMINER



Kaminer - Skorstenar - Snickeri

Daniel: 070-629 48 12
Leif: 070-637 52 80
www.eldstaden.com

STÄDNING



Hemstäd - fönsterputs - flyttstädning
060-12 17 00 - www.teamheffners.se

ANNONSERA
HÄR MED DITT
FÖRETAG

RING
060-57 21 50!



När fastighetsbolaget Lilium skulle renovera trapphuset på Nybrogatan 6 i Stenstan upptäcktes ett originalmåleri i taket. Huset som ingår i de så kallade Blombergska husen är ett byggnadsminne och då kontaktades målaren Peter Lundell som jobbar i företaget Mästarna och som är en av ett fåtal i regionen som har kunskande att restaurera äldre dekormåleri.

- Jag har arbetat i drygt 30 år med den här typen av måleri, ofta i Stenstan och på ställen som Merlo slott och herrgårdar. 70 procent av min arbetstid ägnar jag åt dekormåleri. Det lustiga är att när jag utbildade mig på 80-talet så fick jag måla element i just det här trapphuset, berättar Peter.

Färgen som används till dessa takmålningar är en så kallad limfärg som består av krita, cellulosalim och torra pigment. För att återskapa ett så autentiskt resultat som möjligt utifrån originalmålningen så har kulörerna skapats på plats tills de stämmer överens med originalet.

Inblandad i projektet har även Anette Lund, certifierad sakkunnig i kulturvården varit. Under de 2,5 månader som det tagit att restaurera taken i trapphusets tre våningar har Peter även haft hjälp av kollegan Olle Wikholm.

FOTO: KATARINA LÖVGREN



▲ Angelica Reis har god hjälp av lilla Molly när hon pluggar hemma. Snart är matte utbildad medicinsk sekreterare.

Ny karriär väntar för Angelica, 43

När Angelica Reis fyllt 40 år började hon fundera på hur yrkeslivet skulle se ut i framtiden.

- Då tog jag mod till mig, sökte in på Yrkeshögskolan och bytte spår, säger den blivande medicinska sekreteraren.

TEXT: ANDERS LÖVGREN, FOTO: KATARINA LÖVGREN

Hemma hos Angelica Reis i Bergforsen lyser flitens lampa vid köksbordet. Hon är inne på fjärde och sista terminen i sin utbildning till medicinsk sekreterare och vårdadministratör. På grund av pandemin har en stor del av utbildningen skett på distans.

- Jag är så glad och stolt över mig själv att jag tog steget och utbildade mig. Jag är 43 år nu och har många år kvar att jobba, jag ville prova något annat innan det är för sent och insåg att det då krävs en utbildning, säger hon.

Tidigare har hon jobbat inom kundtjänst i en rad olika företag i Sundsvall, vilket hon till slut tröttnade på.

- Det blev för mycket av att bara sitta i telefon hela dagarna. Jag kände att jag ville fördjupa mig i något och få en bra yrkesutbildning. Många tycker att jag var modig som tog steget, och jag ångrar mig inte en sekund, säger Angelica.

Som medicinsk sekreterare handlar jobbet om att skriva journaler och hålla ordning på allt administrativt inom en enhet i vården. Angelica

säger att hon gillar både att skriva och att ha rollen som en spindel i nätet.

- I utbildningen har det självklart varit mycket om till exempel anatomi, medicin och journal-skrivning som är grundläggande för yrket. Men det mest intressanta tycker jag nog har varit att lära sig mer om psykologi och gruppdynamik, vilka olika roller vi kan ha på en arbetsplats.

- Det är en bredare utbildning än man tror, vi har även haft kurser i ergonomi på jobbet och bokföring, tillägger hon.



Namn: Angelica Reis.

Ålder: 43.

Bor: Villa i Bergforsen.

Familj: Maken Markus, barnen Nova, Neo och Nora.

Fritidsintressen: Läsa, umgås med familj och vänner, fotboll och slalom.

Det bästa med att studera som vuxen: Jag har många livserfarenheter att basera mitt studieval på.

Redan innan Angelica är klar med utbildningen så har hon fått jobb. Efter examen i vår tar hon plats som medicinsk sekreterare på röntgenavdelningen på Sundsvalls sjukhus, där hon också praktiserat under utbildningen.

– Det känns väldigt bra och tryggt. Jag har tagit studielån för att plugga och har familjens ekonomi att tänka på också, så visst gäller det att få jobb. Jag visste också när jag började att det var goda framtidsutsikter inom yrket.

Vi hejar på och önskar Angelica lycka till!

Sju utbildningar på Yrkeshögskolan Mitt

I stenhård rikstäckande konkurrens, med 35 procent fler ansökningar till Yrkeshögskolemyndigheten än de senaste två åren, har Yrkeshögskolan Mitt (YH Mitt) den beviljats fem av sex sökta Yrkeshögskoleutbildningar, varav en helt ny utbildning som utarbetats i nära samarbete med arbetslivet: Arbetsmiljöingenjör.

YH Mitt beviljades också att återigen få starta utbildningarna Paralegal, Säkerhets-samordnare, Medicinsk sekreterare och Specialistundersköterska inom barnsjukvård. Tillsammans med de redan pågående utbildningarna Specialistundersköterska inom akutsjukvård och Redovisningsekonom med lönekompetens har YH Mitt nu sju sökbara utbildningar, vilket är fler än någon gång tidigare.

– Det här är självklart otroligt roligt för oss, men också för berörda företag och organisationer som engagerat sig i våra ansökningar och som nu får den kompetens

de behöver för att utveckla sina verksamheter. Platserna vi har, på de utbildningar vi erbjudit sedan tidigare, är eftertraktade. Jag tror att även den nya utbildningen, arbetsmiljöingenjör, kommer att bli lika populär och jag ser fram emot många sökande, säger Tove Palin rektor vid Yrkeshögskolan Mitt.

Tove Palin skickar också en hälsning ut till näringslivet i regionen. Alla relevanta praktikplatser är av stort värde, och företag som vill vara med och samarbeta för att stärka regionen är varmt välkomna att höra av sig.

SKOGSMASKINFÖRARE VUXENUTBILDNING SUNDSVALL



dillegard.se

HOTELL- OCH TURISMPROGRAMMET

I timplanen ingår bland annat kurserna service och bemötande, hållbar turism, logi, konferens, frukost och bufféserving, guide och reseledare samt marknadsföring.



◀ Kia Berg och Martin Eriksson ingår i det team på Altinska skolan som kommer att ta emot elever som vill utbilda sig för att jobba i hotellbranschen.

Hotellprogram startar på Altinska

Nu är det comeback för det gymnasiala hotell- och turismprogrammet på Altinska skolan i Sundsvall. Efter 2018 har programmet inte haft något intag, men nu görs en ambitiös omstart i helt nyrenoverade lokaler.

TEXT: ANDERS LÖVGREN, FOTO: KATARINA LÖVGREN

Besöksnäringen har under pandemin genomgått ett stälbad och hotellen står i dagsläget med många tomma rum, men trots det startar nu Sundsvalls gymnasium upp sitt hotellprogram igen. Och det är inte så konstigt. Branschen har under många år haft en stark utveckling i Sundsvall med ökade besökstal och flera nya hotellprojekt är i olika grad igång. Nyheten om återstart av hotellprogrammet får därför positivt mottagande.

– Väldigt roligt att programmet kommer tillbaka, vi behöver talanger om kompetens till besöksnäringen och ser också behov att förändra och utveckla utifrån det läge vi nu befinner oss i, säger Anna Borggren, ansvarig för besöksnä-

ringsfrågor på Näringslivsbolaget i Sundsvall.

– Programmet är viktigt av många anledningar, inte minst för att stärka statusen för yrken inom branschen, säger Ralph Lindberg, hotelldirektör, Quality Hotel.

Från skolans håll är man mycket nöjda med den renovering som gjorts i fastigheten och att programmet startar igen. I de nyrenoverade lokalerna finns bland annat konferensrum och mötesrum där det går att praktiskt öva kring konferenser i hotellmiljö.

– Det här känns väldigt roligt. Jag är i kontakt med många hotelldirektörer i stan som ser mycket positivt på att vi får igång utbildningen och kan förse branschen med arbetskraft. Vi har

också många tankar på hur vi ska samarbeta med olika aktörer, till exempel att bjuda in inspiratörer och föreläsare, säger Kia Berg, rektor för yrkesprogrammen vid Sundsvalls gymnasium där Altinska skolan ingår.

Sedan tidigare driver Altinska skolan också restaurangprogrammet, där Martin Eriksson är ansvarig.

– Utbildningarna är besläktade och vi kommer att ha stor samverkan i praktiska delar mellan de som läser hotell och de som läser restaurang, säger Martin.

Programmet går att söka nu och startar till hösten med 16 platser per årskull.



Vård- och omsorgsutbildning för ungdomar och vuxna

I Västernorrland samarbetar länets sju kommunerna, Region Västernorrland, privata vårdföretag, fackliga organisationer och utbildningsanordnare på ungdomsgymnasium och vuxenutbildningen. Vård och omsorgscollege Västernorrland är en certifierad samverkan som arbetar med att utveckla utbildningen och höja kvaliteten, så att utbildningen motsvarar framtidens krav och behov.

Arbetsliv och utbildning samverkar kring:

- Kompetensförsörjning
- Arbetsplatslärande
- Handledare och handledarutbildning
- Validering
- Arbets- och studiemiljö
- Kompetensutveckling
- Inkludering och jämlikhet

Ingrid Säterberg, Processledare Vård och omsorgscollege Västernorrland
ingrid.saterberg@kfvn.se

KONTAKTA OSS

- Örnsköldsvik** Vuxenutbildningen: vuxenutbildningen@ornskoldsvik.se
Nolaskolan: anna.wiberg@ornskoldsvik.se
- Sollefteå** Vuxenutbildningen: reveljen@solleftea.se
Gymnasiet: gb@solleftea.se
- Kramfors** Vuxenutbildningen: Christina Garneij, christina.garneij@kramfors.se
Ådalsskolan: adalsskolan@kramfors.se
- Härnösand** Vuxenutbildningen: Eva Falk, eva.falk@harnosand.se
Härnösands Gymnasium: gymnasiet@harnosand.se
- Timrå** Vuxenutbildningen: Maria Kling, maria.kling@timra.se
- Sundsvall** Västermalms skola: Helena Sjökvist, helena.sjokvist@edu.sundsvall.se
Vuxenutbildningen: vuxenutbildning@sundsvall.se
- Ånge** Bobergsgymnasiet: info.bobergsgymnasiet@ange.se

Varför samverkar vi?

För att utbildning ska leda till jobb och möjlighet till vidare studier

För kvalitet och status

För tydlighet och ett gemensamt synsätt

För att elev och medarbetare ska ha förutsättning att göra ett bra jobb och utvecklas



**VÅRD OCH
OMSORGS
COLLEGE**
VÄSTERNORRLAND

www.vo-college.se



Så väljer du en bra yrkes- utbildning som ger jobb

Du kanske har börjat titta dig om efter ett nytt, attraktivt jobb som bättre passar dig som person. Eller rätt och slätt funderar på att helt byta karriär. Det finns en riktigt smart väg att ta sig dit: sök en riktigt bra yrkesutbildning.

Myndigheten för Yrkesutbildning gör uppskattningen att 80-90 procent av de studenter som går en YH-utbildning får jobb direkt efter utbildningen. Men det finns också utbildningar där det i princip går att utfärda en jobbgaranti.

Attraktiva praktikplatser

En faktor som spelar in och som stärker din position på arbetsmarknaden är det som i YH-sammanhang kallas LIA. Det står för Lärande i Arbetslivet och är praktik. Yrkehögskolorna har ett tätt och utvecklande samarbete med näringslivet och kan därför erbjuda praktikplatser hos attraktiva arbetsgivare.

Godkända YH-utbildningar

Alla YH-utbildningar är framtagna för att passa in på arbetsmarknadens behov. Och innan utbildningen kan starta har den utvärderats och godkänts av Myndigheten för yrkehögskolan. En godkänd utbildning är därmed anpassad efter vad arbetsmarknaden söker efter för typer av jobb.

Yrkehögskolor finns i hela Sverige och på det här uppslaget kan du läsa mer om Yrkehögskolan Höga Kusten, Yrkehögskolan Härnösand, Yrkesakademien, Stiftelsen Yrkehögskolan Sverige och Reveljen Yrkehögskolan Sollefteå som erbjuder utbildningar i vårt område.

Plugga med CSN

En kvalificerad yrkesutbildning ger dig en snabb och smidig väg in i branscher där jobben finns. Dessutom har du möjlighet att finansiera dina studier med hjälp av CSN. Längden på utbildningen varierar, men vanligtvis är en ettårig eller tvåårig yrkesutbildning. En del av utbildningarna sker på distans. Det som är särskiljande för yrkesutbildningar är kopplingen till arbetslivet och att utbildningarna har mycket praktik inlagt i studieplanen.

Så väljer du rätt

Vill du utbilda dig på arbetsmarknadens villkor är en yrkehögskola ett säkert kort. Till skillnad från universiteten har yrkehögskolorna ett mer intimt förhållande till arbetsmarknaden. Grundtanken med en YH-utbildning är att den ska matcha det aktuella yrkesbehovet inom olika branscher.

Behörighet

Den som söker till yrkehögskola måste uppfylla kraven på grundläggande behörighet, vilket innebär gymnasieexamen eller motsvarande. Innan du bestämmer dig för vilken väg du vill gå kan det vara bra att se hur yrkesbehovet ser ut.

YRKESHÖGSKOLAN HÖGA KUSTEN

Mätningstekniker

415 YH-poäng. Utbildningen startar v.36 2021 med samling Campus Kramfors.

Specialiserad undersköterska i demensvård

200 YH-poäng. Distans
Utbildningen startar v. 36 2021
med samling Campus Kramfors.

Psykiatrispecialiserad undersköterska/vårdare

200 YH-poäng. Distans
Utbildningen startar v. 35 2021
med samling Campus Kramfors.

Möbelsnickare-historiskt hantverk

400 YH-poäng. Utbildningen startar v. 36 2021 med samling Campus Kramfors.

Specialiserad möbel- snickare med inriktning mot gesäll

Utbildningen startar v.36 2021
med samling Campus Kramfors.

Byggnadsvård-Interiör & Hantverk

400 YH-poäng. Utbildningen startar v. 36 2021 med samling Campus Kramfors.

Möbeltapetserare- Historiskt Hantverk

400 YH-poäng. Utbildningen startar v. 36 2021 med samling Campus Kramfors.

**Sök senast 15 maj
för samtliga utbildningar.**

Kontakt:

Agnetha Fredriksson
0612-801 17
agnetha.fredriksson@kramfors.se
www.yhk.se



YRKESHÖGSKOLAN HÖGA KUSTEN

YRKESHÖGSKOLAN MITT

Arbetsmiljöingenjör

400 YH-poäng. Distans. 100% studietakt. Utbildningen startar v 35 i Sundsvall.

Redovisningsekonom med lönekompetens

425 YH-poäng. Platsbunden. 100% studietakt. Utbildningen startar v 34 i Sundsvall.

Säkerhetssamordnare

300 YH-poäng. Distans. 75% studietakt. Utbildningen startar v 35 i Sundsvall.

Paralegal – juridisk handläggare

400 YH-poäng. Platsbunden. 100% studietakt. Utbildningen startar v 36 i Sundsvall.

Medicinsk sekreterare/vårdadministratör

400 YH-poäng. Distans. 100% studietakt. Utbildningen startar v 34 i Sundsvall.

Specialistundersköterska inom akutsjukvård

200 YH-poäng. Distans. 100% studietakt. Utbildningen startar v 35 i Sundsvall.

Specialistundersköterska inom barnsjukvård

210 YH-poäng. Distans. 100% studietakt. Utbildningen startar v 34 i Sundsvall.

Sök senast 16 maj för samtliga utbildningar.

Kontakt:

060-19 47 20, www.yhmitt.se
vagledningscentrum@sundsvall.se



STIFTELSEN YRKES- HÖGSKOLAN SVERIGE

Vatten- och miljötekniker

2-år. Utbildningen startar i september 2021 i Sundsvall. Sök senast 23 maj.

Kontakt:

Kjell Bergman
070-980 16 72
Kjell.bergman@bluepeak.se
www.skys.se

Rörnätstekniker, Ledningsnät VA(Distans)

Utbildningen startar i slutet av augusti. Sök senast 23 maj.

Kontakt:

Anders Bergman
Tele: 070-675 27 77
anders.bergman@avt-ab.se
Läs mer om utbildningen på:
www.skys.se



REVELJEN - YRKES- HÖGSKOLAN SOLLEFTEÅ

Behandlingsassistent

400 YH-poäng. Utbildningen startar i augusti 2021 i Sollefteå, på distans. Sök senast 15 maj.

Stödpedagog

200 YH-poäng. Utbildningen startar i augusti 2021 i Sollefteå, på distans. Sök senast 15 maj.

Socialadministratör

300 YH-poäng. Utbildningen startar i augusti 2021 i Sollefteå, på distans. Sök senast 15 maj.

Processtekniker inriktning krossning, asfalt och betong

370 YH-poäng. Utbildningen startar i november 2021 i Vilhelmina och Sollefteå, på distans. Sök senast 8 september.

Kontakt:

Magnus Davidsson
070-7143555
magnus.davidsson@utb.sollefte.se



Sollefteå kommun

HETA UTBILDNINGAR YRKESHÖGSKOLAN I HÄRNÖSAND

Drifttekniker Kraft och värme

400 YH-poäng. Utbildningen startar 6 september i Härnösand på distans. Sök senast 17 maj.

Drifteningenjör Elkraft

400 YH-poäng. Utbildningen startar 6 september i Härnösand på distans. Sök senast 17 maj.

Ingenjör VVS och energi med 3D CAD-, BIM- och solenergikompetens

450 YH poäng. Utbildningen startar 6 september i Härnösand och är platsbunden. Sök senast 17 maj.

Kyl- och värmepumps-tekniker

300 YH poäng. Utbildningen startar 6 september i Härnösand på distans. Sök senast 17 maj.

Montageledare Solel

100 YH poäng. Utbildningen startar 30 augusti i Härnösand på distans. Sök senast 17 maj.

Kontakt:

0611-34 86 03
info@hetautbildningar.se
www.hetautbildningar.se

HETAUTBILDNINGAR
YRKESHÖGSKOLAN I HÄRNÖSAND



Yrkeshögskolan

Du kan läsa mer om yrkeshögskoleutbildningar på yrkeshogskolan.se



▲ Josef Wiklund, lokalpolisområdeschef i Medelpad, gillar nya grepp inom polisutbildningen.

Fler poliser utbildas för att arbeta på hemorten

En nyhet i polisutbildningen gör det möjligt att ansöka och vara garanterad aspirantutbildningsplats inom länet efter examen.

– Det här är en del i att både modernisera vår rekrytering och att vi behöver bli många fler poliser, säger Josef Wiklund, lokalpolisområdeschef i Medelpad.

TEXT OCH FOTO: ANDERS LÖVGREN

Tidigare har det riktats kritik mot att den som utbildat sig till polis inte alltid kunde räkna med att få jobb på hemmaplan, i alla fall inte direkt efter avslutad utbildning.

– Tjänstgöring på annan ort har varit alternativet, för att sedan söka sig hemåt för den som så önskat. Det här har lett till en rörlighet som inte alltid är så bra. Med den nya modellen ser vi fram mot att både få fler sökande och att fler ska få jobba där man helst vill, säger Josef Wiklund.

Polismyndigheten gör efter politiska beslut med bred förankring, en stor kraftsamling och ska fram till 2024 öka antalet anställda med 10 000 personer, för att sammantaget bli 38 000

anställda.

För Västernorrlands del betyder det en ökning av antalet antagna per termin som kommer från länet och som kommer att veta att det väntar ett jobb på hemmaplan efter avslutad utbildning.

– Jag tror det här får stor effekt och ökar intresset för att bli polis. Vi vet att det tidigare funnits ett orosmoment under utbildningen, många har funderat över vart de ska ta vägen, säger Josef Wiklund.

Utbildningen bedrivs i Umeå, Växjö och Södertörn och det går i dag också att göra en stor del av den på distans.

I början av året har SVT:s serie Den tunna blå linjen väckt stor uppmärksamhet och blivit omtyckt. Serien är fiktion men utger sig för att spegla vardagen för en grupp poliser i Malmö.

Kanske kan serien ytterligare bidra till att ansökningar trillar in.

– Ja, många pratar om den här serien nu och tycker att den är verklighetstrogen. Generellt har vi inom Polisen blivit bättre på att berätta om vår vardag, på sociala medier och i andra sammanhang, och det är bara positivt, säger Josef Wiklund.

Ansöka till polisutbildningen kan man göra året om på plikverket.se



Polisen

DET FINNS EN STÖRRE UPPGIFT

Att arbeta inom polisen är ett av de finaste uppdrag man kan ha.

Att skydda och hjälpa, förebygga och klara upp brott för att skapa trygghet i människors liv. Att peka med hela handen, men också erbjuda en hand att hålla i.

Allt efter vad situationen kräver.

Nu söker vi fler kollegor för att kunna möta morgondagens utmaningar.

Inom polisen ser man delar av verkligheten som många aldrig ser.

Det gör att vi utvecklas som människor och ger oss erfarenheter för livet.

Vi arbetar i glädje och sorg, tillsammans med kollegor vi aldrig glömmer.

Det är inget lätt jobb och det passar inte alla, men är du redo är möjligheterna många.

Att vara polisanställd ger otroligt mycket tillbaka.

För var och en av oss. Och för samhället i stort.

Bli en del av något mycket större!

Läs mer om polisen och våra jobberbjudanden på www.polisen.se

Sök till polisutbildningen idag på polisen.se/blipolis

Kryssa och vinn trisslotter

[illegible]

Skicka in ditt svar senast den 20/3 2021 så har du chansen att vinna trisslotter. Skicka din lösning till: Lokal Aktuell, Terminalvägen 12, 861 36 Timrå eller maila till tidning@mediainvest.nu
1:a pris: 5 trisslotter, 2-3 pris: 2 trisslotter

Namn

Postadress

Postnr och ort

Tel (dagtid)

1. Eva Sjöberg
2. Elsa Berglund
3. Krister Aronsson

ANNONSPUSSEL

Leta reda på vilka annonser klippen kommer ifrån.

Ange hos vilken annonsör (som annonserar i detta nummer av Lokal Aktuell) presentkortet på 300 kronor ska gälla. Skicka kupongen till: LokalAktuellt, Terminalv.12, 861 36 Timrå. Märk kuvertet "Annonspussel" eller maila svaret till tidning@mediainvest.nu. Svaret vill vi ha senast den 20/3 2021.
Vinnare i förra numret:
Arne Christoffersson vill hämta sin vinst hos Fröbergs Bilservice.

Vinn 300 kr hos valfri annonsör



1.



2.



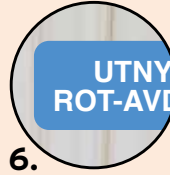
3.



4.



5.



6.

Klippen finns i följande annonser:

1.
2.
3.
4.
5.
6.
NAMN
TELEFON

LÅNA AV DIG SJÄLV

ALTERNATIVT FÖRVARA DINA VÄRDESAKER
HOS OSS NÄR DU RESER BORT!

Se våra kommande internetauktioner:

22-28 februari 22-28 mars 12-18 april 24-30 maj

Välkommen in till oss så berättar vi mer!

ÖPPETTIDER: Mån: 9.30–18.00 Tis-fre: 9.30–16.00 Storgatan 56B, Sundsvall
Tfn. 060-17 54 50 www.sundsvallspantbank.se info@sundsvallspantbank.se



Dags för service på luftvärmepumpen!!!

Vårerbjudande!

Beställ service till din luftvärmepump
22 mars - 31 juli så betalar du endast

1.495:-
inkl. moms
ord 1.895:-



Följande ingår i en service:

Innedel:

- Demontering av skyddskåpa och fläkthjul.
- Dammsugning, rengöringsmedel och sköljning av alla delar samt innanmäte
- Läcksökning
- Mätning av luftflöde och utblåsttemperatur
- Funktionsprov • Serviceprotokoll

Utedel:

- Demontering av skyddskåpa
- Dammsugning, våtrengöring av kondensor & innanmäte
- Kontroll av lager i fläktmotor
- Kontroll av vibrationsdämpare till kompressor och konsol
- Kontroll av dränering (lutning)
- Trycktest • Funktionsprov

Välkommen att kontakta oss!



JB Värmepumpservice AB

JB Värmepumpservice • Sundsvall Timrå • 076-847 44 60 • www.jbvarmepumpservice.se • info@jbvarmepumpservice.se



Namn: Jonathan Dahlén

Ålder: 23

Familj: Singel (föräldrarna i Östersund)

Bor: Lägenhet på Norra kajen, Sundsvall

Aktuell: Timrå IK:s poängkung, i blickfånget när hockeyallsvenskans slutspel drar igång i mars.

Jonathan laddar för slutspel

Det drar ihop sig till slutstrid om platserna i SHL. Vi har tagit pulsen på Timrås stora stjärna Jonathan Dahlén, och då pratar vi inte bara hockey.

TEXT: ANDERS LÖVGREN, FOTO: KATARINA LÖVGREN

Vad är det som gör att Timrå i år tar steget upp i SHL?

– Att vi håller uppe det spel vi visat hittills och att vi kryddar det med slutspelsattityd. Det är något jag tror kommer automatiskt, alla i laget gillar den situationen och flera har varit med i liknande situationer.

Hur ser du på din fortsatta utveckling som hockeyspelare, är Timrå ett bra alternativ?

– Hoppas att vi först och främst löser det här vi har framför oss. Att sedan få en fortsättning i Timrå är definitivt ett bra alternativ.

Vad var det egentligen som avgjorde att du hamnade i Timrå?

– När jag kom hit först på besök så var jag bara 16 år, men jag kände direkt att det skulle vara ett bra ställe för mig. Fick ett bra intryck av hockeyn och skolan och därefter har Timrå och Sundsvall vuxit fram som mitt hem.

Om du får gäster från annat håll, vad tar du med dem på för lokal rundtur?

– Jag tycker om utsikten både från norra och södra berget och att ta promenader och gå och fika någonstans. Det finns många bra restauranger och på kvällen blir det nog mat på First Hotel eller Invito om jag ska lyfta fram två favoriter.

Vem är din största förebild?

– Då får jag nog säga pappa (tidigare hockeyproffset Ulf Dahlén, red:s anm). Han kan mycket hockey och har alltid funnits där för mig. Jag hade också förmånen att som grabb få vara med i omklädningsrummen i NHL i både Washington och Dallas. Sedan har jag alltid sett upp till Henrik Zetterberg som jag också under åren haft lite kontakt med.

Hur är du som hemmafikare?

– Jag tycker om att laga mat och äger en bra och smidig dammsugare. Hur jag är när det gäller byggnationer och renovering vet jag inte, har inte kommit dit än!

Om du var statsminister en dag, vad skulle du ändra på?

– Fullt fokus på klimatfrågan.

Hur ser den perfekta lediga dagen ut?

– Jag är en simpel människa med enkla vanor som trivs bäst på hemmaplan. Då sover jag till 9 eller 10 och tar sedan en brunch med ägg och bacon. Tar gärna en promenad, en fika och träffar kompisar och snackar lite. Avslutar med god mat ute på en restaurang.

Bästa film eller tv-serie?

– Måste vara Prison Break eller 24 med Jack Bauer. De har jag både sett och sett om.

Handen på hjärtat – är du mest surjämte eller klyktattare?

– Surjämte! Jag vet att jag sa att Sundsvall och Timrå är som hemma, men där kan jag inte ändra mig.

Vår villaspolning med kamerabesiktning berättar hur ert avloppssystem mår. Boka nu och bli tryggare!

Vi spolar avloppet med hetvatten under högt anpassat tryck. Sen gör vi en kamerabesiktning och funktionskontroll. Hittar vi några fel, lämnar vi en åtgärdsplan över hur problemen elimineras. Kontakta oss - vi löser dina problem.

swoosh

www.swooshsverige.se
Dygnnet-runt-jour Sundsvall - 060-606 68 60

Det som berör VVS - det rör MPL VVS & Montage

Vi säljer & installerar allt inom VVS för både företag & privatpersoner (ROT).

I sortimentet finns värme-pumpar, golvvärme & allt för ditt badrum.

MPL VVS & MONTAGE
SUNDSVALL AB
070 3824080
www.mplvvs.com



@ktuella www-sidor

Vill du annonsera här?
Ring 060-57 21 50

DÄCK & FÄLG

DÄCK PARTNER

www.dackofalg.se
Vi finns på Hovgatan 1, Sundsvall
TEL VÄXEL: 060-12 05 65

G.SÖDERSTRÖMS
MOTORVERKSTAD AB

Auktoriserad bilverkstad för Citroën och Peugeot
Videgränd 6, Sundsvall • Tel 060-15 51 50

BETALAR DU RÄTT SKATT?
MED VÅR EXPERTIS KAN DU
SKATTA DIG LYCKLIG!

contrado
Offertförfrågan hittar du på
www.contrado.se

R.T. ANDERSSONS
MÅLERI AB
Kent Widell
070-316 48 80

Allt inom branschen!

Sundsvall Timrå
Miljövård

Allt inom städ • Trädgårdstjänster • Rutavdrag
070-272 12 74 www.stmiljovard.se

SANDÅ
Hela Sveriges måleri.

Östra Långgatan 25 Sundsvall
Tel: 060-15 11 40
www.sanda.se

SKOG, PARK & TRÄDGÅRD

RAKET LASSE
LARS O. HÄLLEBERG AB

Östermalmsgatan 48, Sundsvall
060-12 39 70 www.raketlasse.se

Vill du ha fler kunder?
Kontakta oss så fixar vi det!

www.sdr.se
060-14 20 50, 070-516 80 99

Svensk Direktreklam

WIJKS BYGG AB

Traryd fönster
Robin: 073-092 34 93 Torbjörn: 070-510 89 76

VELUX

erfarenhet
självbestämmande
STIL
personlig assistans
stöd

Klippotek
HÄRLINJEN

www.harlinjen.nu

RECOND CONCEPT

Kraftigt reducerade
kostnader genom vård
och optimering av ert
befintliga energisystem
Läs mer på recondconcept.se

Kvalitativ och säker svetsning
hittar du på TwinWeld.

Kontakta oss för att få veta mer!

TWINWELD
Folketshusvägen 52, Ljungavärk
0691-32 000 | info@twinweld.se

När du söker
skydd för vital
utrustning
elkapsling.se

Elkapsling
SKYDDAR HJÄRTAT I DIN VERKSAMHET

Vill du annonsera här?
Ring 060-57 21 50!



Vinn Moas konst!

Konstnären och illustratören Moa Engblom skapar bilder av miljöer i Sundsvall och kryddar dem med inspiration från modemagasin. Nu kan du vinna tavlan på bilden.

Moa Engblom, 32, växte upp i Stöde och började tidigt intressera sig för bildskapande. På gymnasiet läste hon bild och form, men det skulle dröja innan skapandet blev ett jobb för henne.

– Jag hade kört fast inspirationsmässigt efter gymnasiet, men efter några år började jag lära mig illustrera med digitala verktyg och hittade min grej. Det var då det började lossna och jag fick olika uppdrag, berättar hon.

Hon säger också att hon "har ett extremt stort tålamod" och att hon nötte och nötte tills hon kunde hantverket bakom digital bildbehandling och program som Illustrator och Photoshop som hon på egen hand lärt sig behärska.

Hennes digitala grafik beställs av företag som behöver hjälp med förpackningar, logotyper, mönster och illustrationer. Hennes väggkonst, både fotografier och illustrationer, säljer hon både i en webbshop och i butiken Made in

Medelpad där hon är en av delägarna.

Sundsvallsmotiven som blivit något av hennes specialitet, har blivit mycket uppskattade.

– Jag har fått väldigt bra respons och det känns lite lyxigt med alla kunder som säger snälla och positiva saker. Många kommer också med önskemål och vill att jag ska måla speciella platser, säger Moa.

Mode- och gatufotografi är en stor inspirationskälla för henne och de personer som syns på tavlor har inte på sig vilka kläder som helst, utan kläder som Moa anser tillför bilden något.

Till sommaren är hon en av flera konstnärer som ställer ut på Hamnmagasinet i Mellanfjärden, och om allt går som det ska väntar också en konstvecka i Frankrike.

– Jag har fått ett stipendium och får åka till konstnärbyn Grez-sur-Loing, lite söder om Paris. Där var bland andra Carl Larsson och Bruno Liljefors och målade på sin tid. Problemet

Nyfiken på Moas konst?

Du som vill se mer av Moas fina illustrationer och foton hittar hennes produktion på lavli.se och i hennes webbshop lavlistore.se. Du kan också följa henne på instagramkontot [@ohsolavli](https://www.instagram.com/ohsolavli)

Tävla och vinn!

I vilken butik i Sundsvall kan du handla Moa Engbloms konst?

Mejla ditt svar till tidning@mediainvest.se, nu senast den 30 mars och var med i vår utlottning bland de som kan svaret. Priset är tavlan på bilden som är Moas allra senaste Sundsvallsmotiv som visar utsikt från Norra berget.

Namn på vinnaren kommer i nästa nummer då vi också tävlar ut alster av en ny konstnär.

just nu är bara att pandemin har rört till det och det är väldigt osäkert när jag kan åka och när de kan ta emot mig, säger Moa.

Tills vidare fortsätter hon att skapa i Sundsvall. Men hon sneglar även mot andra platser i landet och har bland annat gjort Stockholmsmotiv.

Viktiga telefonnummer att spara



Ring nödnumret 112 för att rädda liv och egendom. Men bara när det verkligen gäller.

Med ett samtal till nödnumret 112 når du:

- Ambulans / Flygambulans
- Jourhavande läkare/tandläkare
- Kommunal räddningstjänst
- Polis
- Fjällräddningstjänst
- Flygräddningstjänst
- Sjöräddningstjänst
- Miljöräddning till sjöss
- Räddningstjänst vid utsläpp av radioaktiva ämnen
- Socialjour
- Tullverket (narkotikatips)
- Giftinformation
- Jourhavande präst

Vi spolar rent i fastighet och villa.

Fungerar avloppssystemet som det ska?

Många gånger är en oro befogad eftersom rör och stammar oftast har en begränsad livslängd. Vi inspekterar med en särskild kamerateknik och vid skador ger vi råd och erbjuder lämpliga åtgärder. Vi har erfarenhet och kompetens för alla behov och situationer. Om allt redan är i toppskick vinner du den trygga vetskapen om just det. Vid försäljning av fastighet kan du presentera trygga fakta med ett dokumenterat felfritt avlopps- och dräneringssystem. Kontakta oss - vi löser dina problem.

swoosh

Dygnet-runt-jour: 060-606 68 60

www.swooshsverige.se

Har du blivit utsatt för våld?

Våld kan vara psykiskt, fysiskt, sexuellt, ekonomiskt, hedersrelaterat, försummelse och förtryck.

Vi lyssnar dygnet runt, ring 060-12 69 90

E-post: info@kvinnojourensundsvall.se



• Akutskada? •
JOUR
DYGNET RUNT
060-52 58 60



I samarbete med www.sundsvallsspolteknik.se

www.ocab.se

Har du Jourverksamhet och vill synas här?
Ring 060-57 21 50



Kört ihop sig på företaget?

– Dags att prova vår flexibla bemanningslösning:

- ✓ Alla yrkeskategorier
- ✓ Svårslagen erfarenhet
- ✓ Heltid, deltid eller per timme
- ✓ Ofta med kort varsel
- ✓ Utan startavgift eller bindningstid

VETERANPOOLEN

HEMMET | HANTVERK | TRÄDGÅRD | BEMANNING

☎ 060-744 53 00 • 0650-48 50 40 • fredrik.staaf@veteranpoolen.se



Vi krossar berg

med moderna transportabla verk och levererar grus från egna täkter i Binböle, Lagmansören, Kallsta och Torsboda.

Frölén Kross AB

www.frolenkross.se

Frågor och beställning till Maria:
Tel 0611-214 40, 070-654 72 70



Följ oss på
facebook och
instagram!





Kanada nästa för Bagar-Bertha

Anna-Karin Sjödin, Ingela Sjödin och Monica Cotter ligger bakom boken om Bagar-Bertha, deras mamma och mormor, som dog i fjol vid 105 års ålder och som älskade att baka. Boken som är en hyllning både till Bertha och till hennes hemort Njurunda har fått ett varmt mottagande, och nu siktar trion på en uppföljning.

- Vi vet att Bertha höll kontakten med släktingar som lämnade Njurunda och emigrerade till Kanada. Hon fick även besök därifrån. Nu vill vi forska och söka svar på frågor om vad som hände med dem, vår dröm är att åka till Kanada och träffa efterlevande. Vi har börjat med att skicka boken om Bertha till släktingar där, säger Anna-Karin Sjödin.

Till sin hjälp har trion också en släktforskningskarta som dykt upp inom familjens kretsar och som startar i Skrängsta på 1600-talet.



Gänget som brinner för skidspår

Här är gänget som fixar skidspår i världsklass i Sundsvall; från vänster: Rikard Eriksson, Thobias Björklund och Pessi Liukkonen, Friluftscentrum Södra berget.

Ni får mycket beröm för de fina spåren. Vad är hemligheten?

- Utöver "kärleken för sporten" behövs nog en prestigelös, lyhörd inställning och en ständigt pågående dialog i arbetslaget. Att man brinner för sin sak och behåller fokus i varje arbetsmoment. Även om det "bara" är ett skidspår vi pratar om så är det tydligen väldigt viktigt för många. Dessutom kan jag tillägga att det för egen del är som en pojkdrom att få köra spårmaskin och få betalt för det, säger Pessi Liukkonen.

Till din tjänst

Vill du annonsera här?
Ring 060-57 21 50

BIL & MOTOR

OKO Bilverkstad
Timrå: 060-57 21 10 (Magnus Fröberg)

FÄRGHANDLARE

färg - tapet - golv
Nordsjö Idé&Design
Ejes Färghus
Verkstadsq. 4, Skönsberg

FÖNSTER

WIKS BYGG AB
Traryd Fönster **VELUX**
Robin: 073-092 34 93
Torbjörn: 070-510 89 76

GOLVENTREPRENÖR

GOLV ETTAN
060-14 17 70 - www.golvettan.se

LYFT OCH LASTHANTERING

Johnsson Materialhantering AB
Kätting, Lyftblock, Snökedjor m.m.
060-15 99 00

MARK OCH TRÄDGÅRD

SM & SCHAKT AB
Dräneringar - Väg, mark & diken
Skogsvägar - Vatten & Avlopp
Lastbilstransporter mm.
TIMRÅ Tord 070-512 23 60

PLÅTSLAGERI

AS Plåtslageri
060-57 73 12
www.as-platslageri.se

MEDIA

Mediainvest
mediainvest.nu
060-57 21 50

FÖRETAGSTJÄNSTER

BS kvalitet & miljökonsult
Projektledning fram till ISO-certifiering
• Interna revisioner • Rådgivning
Etablerad 1999
www.bjornsvard.se

TRUCKAR

MATFORS TRUCK SERVICE AB
Företaget med bara möjligheter
Anders Westin
070-570 25 24
anders.westin@matforstruck.se
060-15 00 01
www.matforstruck.se

VILL
DU
SYNAS
HÄR?

Ring
060-57 21 50!

VI ERBJUDER ALLT FRÅN LYXDELIKATESSESSER TILL VARDAGSMAT!



► ITALIENSKA
CHARKUTERIER



► FÄRSK FISK



► OSTAR FRÅN
HELA VÄRLDEN



► KÖTT FRÅN LOKALA LEVERANTÖRER



Stora COOP
BIRSTA GESÄLLVÄGEN 5 • SUNDSVALL • TEL: 060-515800

SKOTERFÖRARE

Det här måste ni veta

- Det är i lag förbjudet att köra i skogsförnygringar (hyggen) innan skogen nått 2 meter över snötäcket
- Skoterkörning är förbjuden på jordbruksmark om det inte är uppenbart att körning kan ske utan risk för skada på marken.
- Skoterbud gällande även inom tätort (Kontakta din kommun för info)
- Skoterkörning kan orsaka mycket stora och dyrbara skador
- Högsta tillåtna hastighet är 70 km/h
- För att få köra terrängskoter krävs förarbevis för terrängskoter **eller** att du har körkort eller traktorkort som är utfärdat **före** 1 januari 2000.
- Har du körkort eller traktorkort som är utfärdat **efter** 1 januari 2000 och vill köra terrängskoter, krävs alltså ett förarbevis för terrängskoter.

Använd befintliga leder i största möjliga utsträckning!

OBS! Var vänlig kör ej i mitten på oplogade skogsbilvägar (försvarar effektiv snöröjning) kör på vägkanten. **TACK!**



Länsstyrelsen
Västernorrland

Svenska kyrkan
Prästlönetillgångar i Härnösands stift



TIMRÅ KOMMUN



Sundsvalls
kommun



Essviks
BILSERVICE



Vi utför service och reparationer på bilar och husbilar. Även spolning och service på automatlåda

Autoexperter

Essviks Bilservice, Essviksvägen 17, 060-56 10 06
Pelle Ström, 070-647 06 85

Vi gör Ditt hundliv enklare!

Vi rastar hundarna i stora rastgårdar så de får utlopp för lek och behov.



Tinas Hundliv

HUNDDAGIS • PENSIONAT • HUNDSKOLA

070-266 18 12
www.tinashundliv.se

LK Golvvärme

Värme att längta hem till

LK Golvvärme passar perfekt både vid nybygge och renovering. Tryggt, miljövänligt med överlägsen säkerhet.

Vi har färdiga lösningar för:

- Uterum
- Enstaka rum
- Nyproduktion
- Renovering med krav på låg bygghöjd
- Varma badrumsgolv på sommaren



*Funderar du på att installera golvvärme?
Kolla in våra instruktionsfilmer på hemsidan eller
scanna koden för att se filmerna direkt.*



*Att välja LK Golvvärme blir din bästa investering –
den syns inte, men du kommer att längta hem till dess fördelar.*



LK Golvvärme
Värme att längta hem till



Häromdagen träffade jag en snubbe på gymmet. Jo, jag vågar mig dit. Det var bara han och jag där och han började prata om vaccinering. Av honom fick jag veta att vaccin förändrar vårt dna, att 80 procent av de amerikanska läkarna protesterar mot vaccinering och vägrar att delta i någon rikskampanj på området. Dessutom har minst 40 norska medborgare dött efter vaccinering sedan årsskiftet och denna

skandal mörkas av grannlandets myndigheter. Eftersom han hade överarmar som traktordäck gick jag inte i polemik med honom, även om jag nog ansåg att några av påståendena föreföll märkliga.

Efteråt gjorde jag dock en annan reflektion. Det här var långt ifrån första gången på sista tiden som ämnet vaccin dykt upp vid kallprat.

I stället för regn och rusk har alla infallsvinklar om corona tagit över och blivit det nya väderpratet. Hur mycket annat är det i vår vardag som blivit annorlunda det senaste året, funderade jag och slängde ut frågan på facebook till mina kamrater där. De upplevda förändringarna som kom i retur visade sig inte oväntat både vara positiva och negativa.

Tove skriver att renlighet och distans gör barnen mindre sjuka och att vabbandet gått ner.

Lars-Eric upplever att han nu utan att knorra äter trerätters middagar utomhus i tio minusgrader.

Anneli tycker att stressen minskat, livspusslet går plötsligt att få ihop tack vare att omgivningen accepterar när saker inte sker på sekunden längre. **Mariätha** är inne på samma linje och tycker att möten blivit kortare, mer effektiva och hon ser även hur bekanta är kreativa och hittar på enkla sätt att umgås utomhus.

Eva gör inga utflykter alls, utan tycker att den

nya lyxen är fredagskassen med hämtmat. **Pamela** firar helg en tisdag och onsdag och jobbar på den vanliga helgen eftersom hon ändå bara sitter inne. **Linda** tycker att digitala möten gjort att man på ett nytt sätt får bra och viktig ögonkontakt med andra.

Madeleine pratar mer med grannarna medan **Gustav** gillar att det inte krävs så starka argument för att slippa följa med frun på stan.

Maria oroar sig för att tonåringar som borde vara ute och göra roliga saker nu bara sitter och hänger. **Carl** tror att hela vår värdegrund har förskjutits och att demokratiska grundvärderingar inte värdesätts längre.

Evy och hennes kamrater har lärt sig använda appen messenger för att från hemmet utöva sin gemensamma orientaliska dans.

Andra skriver om deras stora saknad av kra-mar och plågan att inte kunna träffa sina äldsta familjemedlemmar eller att bristen på fysiska möten går dem på nerverna.

Tummen upp för digitala möten, de har utan tvivel räddat många av oss undan katastrof både på jobbet och privat. För mig som är en journalist av typen som trivs bäst att vara i farten och se och höra lite mellan raderna i möten, upptäcka det som finns i periferin och kanske träffa någon kul person i förbifarten så är tillvaron under en pandemi rena ökenvandringen.

Håll i och håll ut.

På återseende i nästa nummer!

Vill du
annonsera
i Lokalaktuellt?

Ring Mediainvest på 060-57 2150

**norrlands
BILINVEST AB**

Vi finns i Sundsvall i fräscha lokaler
i Nacksta industriområde
– bredvid bilprovningen

Tegelvägen 4, 853 50 Sundsvall
Telefon 060-56 27 30 • Mobil 070-311 73 99

Begagnat i toppklass

Se våra bilar på www.norrlandsbilinvest.se



Välkommen till PL BYGGS värld!

VI ERBJUDER:

Inomhusmålning - Utomhusmålning - Industrimålning
till privatpersoner som företag

Inget jobb är för **STORT** eller **litet** för oss!

**PL BYGG & FASTIGHETER
SUNDSVALL AB**

060-580 288 | 070-534 94 81 | info@plbygg.se | www.plbygg.se



Kom hem till doften av nystädat

Enklaste städningen är att låta oss göra jobbet!

Ange **Lokalaktuellt** vid bokning av städning så bjuder vi på fjärde städtillfället (värde från 900 kr), plus en tvåsidig fönsterputs.

Prisexempel: 350 kr för 6 st nyputsade fönster (efter rut). Vi drar av rutavdraget direkt på fakturan.

Ring för pris och bokning 070-282 12 74

Sundsvall Timrå
Miljövård

www.stmiljovard.se

FÖNSTERPUTS · VECKOSTÄD · STORSTÄD · FLYTTSTÄD · KONTORSSTÄD · TRAPPSTÄD

Öka värdet på din skog

Genom att utföra rätt åtgärder i rätt tid, begränsar du skaderisken i din skog. Det ökar också tillväxten av robusta träd och gör din skog ännu mer värdefull.

Vi hjälper dig med allt från planering till utförande. Kontakta oss så berättar vi mer!

norraskog.se

**norra
skog**



Den lilla järnhandeln med det stora utbudet i Hede!



Hos oss hittar du lite av det mesta, såsom vvs, byggmaterial, elmaterial, vitvaror, gasol, bastu-produkter, fiskegrejer och ammunition.

Prisexempel gasol - P11 415:-

sauna
SWEDEN

SUNWIND



Hede: Särvsjövägen 1

Tel: 0684-101 30

Öppet: Vard 7-17, Lör 10-14

www.jonnbua.se



Är du
senior och
vill arbeta?
Hör av dig
till oss!

Vi hjälper dig gärna att få ihop vardagen, både som privatperson och som företag.

Har du för lite tid till att städa? Behöver en kabel dras om eller ett nytt kök sättas in? Kanske är ni i behov av vikarier som snabbt kan börja jobba? Våra seniorer hjälper er gärna!

Områden vi är verksamma inom: lokalförvaltning, trädgård, omsorg, skola, fastighetsskötsel, el, snickeri, m.m. Även bemanning, rekrytering och omställning.

Kontakta oss: 070-17 30 960
sundsvall@goveteran.se

GOveteran
www.GOVeteran.se