

NYinflyttad

En tidning för alla nya i Umeå kommun



Välkommen till Umeå – en nära storstad!



Foto: Fredrik Larsson/Visit Umeå



Foto: Fredrik Larsson



Foto: Oskar Norberg/Visit Umeå

Nyinflyttad
Utgivare: Tidningshuset Storstadspress AB. Bolaget grundat 1898
Ansvarig utgivare: Alexander Eriksen
Annonssavdelningen: Peter Svedlund
Adress: Box 55157, 501 14 Borås
Telefon: 010-160 09 00
E-post: info@storstadspress.se
Hemsida: www.storstadspress.se



Text: Tidningshuset Storstadspress AB och Umeå kommun
Foto omslaget: Fredrik Larsson/Visit Umeå.
Övriga bilder: Umeå kommun och Shutterstock

Nyinflyttad distribueras till samtliga nyinflyttade varannan vecka under perioden maj 2023–maj 2024 i Umeå kommun.

Grafisk form: Malin Hamberg, Tidningshuset Storstadspress AB
Tryck: Bold Printing Mitt, Sundsvall, 2023. Papper: Miljöcertifierat enligt ISO 9001 och ISO 14001.

Som nyinflyttad har du fått tidningen med posten, dina adressuppgifter har vi hämtat från SPAR. Vill du veta hur vi hanterar dina personuppgifter hittar du denna information i vår integritetspolicy som finns på www.storstadspress.se/dataskydd.



Foto: Fredrik Larsson



Foto: Anna Flåtholm



Foto: Hans Lindberg

Välkommen till Umeå!

I Umeå möter du ett attraktivt utbud av kultur och fritid i en storstad som präglas av närhet både i avstånd och mellan människor. 25 mil gång- och cykelvägar gör det enkelt att cykla vart du än ska. Jag är säker på att du kommer att trivas här!

Umeå växer hela tiden, här bor i dag drygt 132 000 invånare. Befolkningsstillväxten ger en stark och varierad arbetsmarknad och därmed större möjligheter att bo och investera i staden. Umeå är också en öppen, tillåtande och framåtsträvande stad, den stadiga inflyttningen bidrar till ett kreativt klimat. Umeå kallas i folkmun för "björkarnas stad". Det kommer från tiden efter den stora stadsbranden 1888 som ödelade i stort sett hela Umeå. Umeåborna byggde upp staden igen och planterade björkar som brandskydd längs breda esplanader i centrum. Det skulle hindra elden att sprida sig mellan husen.

Utbildning och forskning med kvalitet

Umeå universitet är Sveriges femte största med över 37 000 studenter. Flera generationer från Sverige och utomlands har utbildat sig vid Umeå universitet sedan det invigdes 1965. I Umeå finns också Sveriges lantbruksuniversitet och flera högskolor. Utbildningarna är kända för att hålla hög kvalitet. Inom några områden är Umeå världsledande, till exempel design och bioteknik. Forskning vid Umeå universitet utmärker sig särskilt inom växt- och skogsbioteknik, infektionsbiologi och åldrandeforskning. Konstnärligt campus är ett kreativt centrum med Designhögskolan, Konsthögskolan, Arkitektshögskolan, Bildmuseet och Humlab.

Mötesplats för kultur och idrott

2014 var Umeå Europas kulturhuvudstad, den nordligaste kulturhuvudstaden hittills. Väven, en mötesplats på kajen, spelar en central roll i kulturlivet och rymmer bland annat stadsbibliotek, Kvinnohistoriskt museum och olika kulturlokaler. 2022 firade Umeå 400 år, ett jubileumsår med många spännande aktiviteter. Umeå är också värd för stora evenemang, bland andra Svenska rallyt, Brännbollsyran och SM-veckan sommaren 2023.

Hållbarhet i sikte

Umeå arbetar för hållbar utveckling tillsammans med företag och organisationer för att minska utsläpp och klimatpåverkan. Vi har också skrivit ett klimatkontrakt med andra städer och myndigheter och är en av flera städer utvalda av EU att vara föregångare för klimatomställningen i Europa.

Du och alla människor som bor här utvecklar tillsammans vårt gemensamma Umeå. Öppenhet för intryck och mångfald av uttryck är Umeås styrka.

Välkommen!

Hans Lindberg (S), ordförande, kommunstyrelsen

Welcome to Umeå!

In Umeå you'll find an attractive range of culture and leisure activities in a city where everything's close and it's easy to get to know people. 250 km cycle paths make it easy to ride a bike wherever you are going. I'm sure you will like it here!

Umeå is constantly growing, today over 132,000 inhabitants live here. Population growth offers a strong and diverse labor market and great opportunities to live and invest in the city. Umeå is also an open, tolerant and progressive city, everyone moving here contribute to a creative climate.

Umeå has Sweden's fifth largest university with more than 37,000 students, high quality education and eminent research in many areas. Umeå was also European Capital of Culture 2014, the northernmost so far. Väven, a meeting place in the city center, plays a central role in cultural life and the building includes the City Library, the Women's History Museum and various cultural facilities. In

2022 Umeå celebrated 400 years, an anniversary with many exciting activities.

Umeå works for sustainable development together with companies and organizations to reduce emissions and climate impact. We have signed a climate contract with other cities and authorities and is one of several cities selected by the EU to be pioneers for climate change in Europe.

We are all contributing to the development of our city. Openness to impressions and diversity of expressions is Umeå's strength.

Welcome!

Hans Lindberg, mayor



Snyggt eller fult att blanda ny och gammal arkitektur vid Väven i centrum? I Umeå är det högt i tak och vi har åsikter om det mesta. Det är bra för samhället och demokratin.

Engagera dig, gör din röst hörd

Samtal, debatt, diskussion, synpunkter och förslag eller tjafs? I Umeå har vi alltid diskuterat öppet, vänt och vridit på argumenten, det är en del av stadens anda och det fortsätter vi med. Oavsett vad vi kallar det eller vad det handlar om bidrar det till att stärka demokratin och föra Umeå och världen framåt. Vi bygger Umeå tillsammans och du som är nyinflyttad är välkommen att delta!

Debatt och diskussion är mycket viktigt för kommunen och samhället i stort, det ger olika perspektiv och leder ofta till välgrundade beslut.

Som Umeåbo har du rätt till service från kommunen, men du har också stora möjligheter att engagera dig i vårt gemensamma samhälle. Som medborgare i en demokrati förväntas du också göra det. Det kan ske på många olika sätt; genom arbete eller studier, i en ideell förening, i kvarteret eller byn där du bor, kanske via politiskt engagemang, genom att rösta eller

genom att helt enkelt komma med synpunkter och förslag och delta i debatten.

Så, välkommen att engagera dig och göra din röst hörd!

På umea.se/engagemang hittar du olika sätt att engagera dig och tycka till. Där kan du också se en kort film som hyllar diskussion och debatt med några exempel från Umeås historia. Ta också del av tips från några Umeåbor om hur du kan gå tillväga för att göra din röst hörd.

Kontakta kommunen

Har du frågor till Umeå kommun? Behöver du göra en felanmälan? Har du synpunkter eller förslag? Kontakta kommunen på olika sätt:

- Kontakta Umeå kommuninformation, 090-16 10 10, och få snabba svar om service och tjänster.
- Ring växel, 090-16 10 00, när du vet vem eller vilken verksamhet du söker.
- Lämna synpunkter eller förslag och läs mer om kontaktvägar på umea.se/kontakt.
- Ställ frågor och diskutera i kommunens sociala medier via umea.se/socialamedier (lista med länkar).
- Gör felanmälan på webben eller via en app: umea.se/felanmalan.

Många av kommunens verksamheter (men inte alla) finns i stadshuset på Skolgatan 31A. Stadshuset har öppet vardagar under kontorstid. Välkommen!



Webbplatsen ger dig svar

På kommunens webbplats umea.se kan du läsa eller lyssna på nyheter, se aktiviteter i Umeå och ta del av kommunens service. Det finns många e-tjänster som underlättar för dig.

Du kan till exempel söka barnomsorgsplats, bygglov, skicka in felanmälan eller ansöka om försörjningsstöd och mycket mer direkt på webben. Utbudet av e-tjänster ökar hela tiden.

På kommunens officiella anslagstavla, www.umea.se/anslagstavla, berättar vi saker offentligt, till exempel att ett protokoll är justerat, att kommunfullmäktige sammanträder eller så bjuder vi in till samråd om en detaljplan.

På minabibliotek.se, webbplats för alla bibliotek i Umeåregionen, kan du söka, reservera och låna om böcker, låna e-böcker, lyssna på musik och mycket annat. Allt som behövs är ett länekort.

Om det händer något allvarligt, en händelse som berör många i Umeå, får du veta vad som har hänt, hur läget utvecklar sig och



vad du eventuellt förväntas göra via kommunens webbplats och sociala medier. Läs mer om kommunens och din egen beredskap på www.umea.se/beredskap.

Umeå växer – med hållbarhet i första rummet



Så här skulle en esplanad genom Teg kunna se ut efter ombyggnad av nuvarande motorväg.



Illustration: White arkitekter

Tomtebo strands läge är unikt; intill ett av Umeås främsta friluftsområden och nära till centrum och stora arbetsplatser.

Visionen är att 200 000 människor bor i Umeå 2050. Umeå växer hela tiden, men det är viktigt att det sker hållbart – ekologiskt, ekonomiskt, socialt och kulturellt.

Det byggs på många platser runt om i Umeå, både för vår växande befolkning och för att skapa förutsättningar för alla i Umeå att leva mer hållbart. Här kan du läsa om tre av de största stadsutvecklingsprojekten.

Samtidigt pågår också mycket annat arbete för hållbar utveckling som inte syns i den fysiska miljön. Mycket av det kan du läsa om på Umeå kommuns webbplats www.umea.se. Där lyfter vi både kommunens och andras insatser för ett mer hållbart Umeå.

Tomtebo strand

Tomtebo strand ligger strategiskt i Umeå – nära naturen, stora dynamiska arbetsplatsområden

och centrum. Här ska 7 000–8 000 människor bo och arbeta när stadsdelen är färdigbyggd. Det finns höga ambitioner för området, för social, ekologisk och ekonomisk hållbarhet, men också för medskapande och delaktighet. Tomtebo strand är ett samarbetsprojekt mellan Umeå kommun, sju byggaktörer och tre kommunala bolag. Planerad byggstart är 2024. Läs mer på www.umea.se/tomtebostrand.

Innanför ringleden

Ringleden runt Umeå tätort har en viktig roll för att styra om trafik som inte ska till stadskärnan. Under 2023 är ringleden färdig. Då kommer buller och trängsel att minska längs

vägarna i stadskärnan, och dessutom förbättras luftkvaliteten. Med en färdig ringled kan kommunen börja omvandla de tidigare europavägarna genom centrala Umeå och utveckla dem till gröna stadsgator som är mycket bättre för gångare, cyklister och kollektivtrafik – och som driver hållbart resande. Det knyter ihop våra stadsdelar och ger plats för nya bostäder och verksamheter. Dessutom får vi ytterligare en plats att mötas på.

Läs mer på www.umea.se/innanforringleden.

Norra Ön

I Umeälven, på Norra Ön i centrala Umeå, planeras en ny stadsdel med plats för verk-

samheter och cirka 2 800 nya bostäder. Det ska bli en livfull och välkomnande plats mitt i centrala Umeå, en urban, tät stadsdel med attraktiva, trygga boendemiljöer och gröna offentliga rum med parker och natur. Boende på Ön ska kunna leva ett praktiskt, rörelserikt och hållbart vardagsliv. Utbudet på Ön blir också mer tillgängligt för Umeåborna.

Tre nya gång- och cykelbroar och en bilbro innebär att östra och västra Umeå binds samman, vilket underlättar vardagen för många på ett hållbart sätt. Planerad byggstart är tidigast 2026.

Läs mer på www.umea.se/norraon.

Buerest! Hei! Hej!

Vet du att du som tillhör en nationell minoritet har speciella rättigheter? Sveriges fem nationella minoriteter är judar, romer, samer, sverigefinnar och tornedalingar, och de fem nationella minoritetsspråken är jiddisch, romani chib, samiska, finska och meänkieli. De nationella minoriteterna ska kunna behålla och utveckla sina språk och sina kulturer. Talar du finska, meänkieli eller samiska

har du också rätt till förskola och äldreomsorg helt eller till väsentlig del på ditt språk. Umeå kommun erbjuder förskola helt/till väsentlig del på finska och samiska och äldreomsorg helt/till väsentlig del på finska.

Läs mer på www.umea.se/minoriteter och på www.umea.se/suomeksi. Där finns också kontaktuppgifter.

Dáhta pláddie sáddetuvva dúnje gie leáh ádtjak juhttáme Ubmejissa.

Jus ih skeneh sisdáluob dáruongillije jah sijth dájdiddiet vihtties ássjieb, guvlath mijijine dán hárráje.

Tämä lehti lähetetään niille henkilöille jotka ovat Uumajan kunnan uusia asukkaita.

Jos et ymmärrä sisältöä ruotsin kielellä ja olet kiinnostunut jostakin erityisestä asiasta, ota yhteyttä (suomeksi tai meänkielillä), me autamme sinua.

Jag fick en andra chans!
-Leo

SVENSK INSAMLINGS KONTROLL
HUNDSTALLET
Hundstallet är en ideell förening som hjälper hundar som behöver en trygg plats och ett nytt kärleksfullt hem.

Leo är bara en av tusentals hundar som fått en andra chans i ett nytt hem genom Hundstallet.

Du kan göra skillnad genom att ge en gåva till Hundstallet som hjälper hundar som behöver en trygg plats och ett nytt kärleksfullt hem.

Umeå Simsällskap

Vi erbjuder:

- Babysim
- Minisim
- Simskola, teknikgrupper och simträning för barn, ungdomar och vuxna. Både för de som vill tävla och för de som enbart vill träna simning.
- Triathlon
- Vattenpolo

Vi har verksamhet på Ersbodabadet och på Navet. Ersbodabadet är ett mysigt och fräscht familjebad som är handikappanpassat med ledstänger och lyft. Bassängbotten är hög och sänkbar 0-160 cm och vattnet är 33° alla dagar. Utöver öppettiderna för allmänheten kan man boka hela badet och vi anordnar badkalas.

För mer information besök oss på våra hemsidor www.umesim.nu och www.badgym.se.



Foto: Samuel Pettersson

Fredrik Lindegren, kulturdirektör

Umeå är den kommun i Sverige som satsar mest på kultur per invånare. Varje år genomförs en mångfald av högkvalitativa festivaler, utställningar och arrangemang som bland annat omfattar jazz, europeisk film, pop, rock, dj, litteratur, dans, opera, västerländsk konstmusik, performance, bildkonst och teater. Det finns med andra ord ett stort utbud att ta del av, men också goda möjligheter att engagera sig i både föreningar och studieförbund för att själv utöva kultur eller på annat sätt vara aktiv. Utöver detta finns också en stark utskola och en prisbelönt biblioteksverksamhet som har uppmärksammats av både FN och EU.

Hoppas att du som är ny i Umeå ger dig själv tid och möjlighet att bli en del av kulturlivet. Ett utmärkt sätt att ta del av kulturaktiviteter på en samlad plats är att besöka Väven som är stadens kanske mest omtalade byggnad med ett lika omtalat kulturutbud.

Välkommen till kulturstaden Umeå!
Fredrik Lindegren, kulturdirektör



Guitars – The Museum

Upplev Umeå med alla sinnen

I Umeå finns ett rikt kulturutbud med scenkonsthus, ett stort antal festivaler och teaterföreställningar och spännande museer. Utanför staden finns många trevliga utflyktsmål som Holmön och Umeå energicentrum i Klabböle, omgivna av fantastiskt vacker natur.

Mötesplatser och museer

Väven

I Väven möts många olika konstnärliga uttryck, som litteratur, konst, musik, dans och teater. Här finns stadsbiblioteket på tre våningsplan, Kvinnohistoriskt museum, filmsalar och konsthall. Här finns dessutom Folkets bio Umeå, två hotell, en konferensanläggning och ett torg med glastak. Torget är en träffpunkt med restauranger och kaféer med uteserveringar i inomhusklimat.

Västerbottens museum

På Västerbottens museum på Gammlia avlöser utställningar och program varandra inom konst, kulturhistoria, dokumentärfotografi och mycket annat. I museets basutställningar visas bland annat världens äldsta skida, textilier, byggnadsvård och Umeås historia. På utomhusområdet finns ett stort antal typiska byggnader från Västerbotten, däribland samiska kåtor. Årligen arrangeras midsommarfirande, traditionell julmarknad, Samiska veckan, danskvällar, veteranfordonsträffar och mycket mer. Museet har också kafé, museibutik och skapande verkstad för barn, öppet året om.

Bildmuseet

Bildmuseet, på Konstnärligt campus vid Umeå-ens strand, visar utställningar med samtida internationell konst, fotografi, arkitektur och design tillsammans med konsthistoriska tillbakablickar. Utställningarna kompletteras av visningar, föreläsningar, seminarier och film. Bildverkstäder och

pedagogiska aktiviteter ska inspirera till eget skapande. Under de senaste åren har museet satsat på experimentella projekt och blivit uppmärksammat både nationellt och internationellt.

Kvinnohistoriskt museum

Kvinnohistoriskt museum i Väven invigdes 2014 och är det första kvinnohistoriska museet i Sverige. Museet har fri entré till utställningar och program och lyfter frågor om kön och makt, identitet och historia.

Guitars – The Museum

På Guitars – The Museum finns en av de största samlingarna i världen av klassiska och epokgörande gitarrer från bland andra Fender och Gibson. Här finns instrument som är tillverkade under 50-talet och som gjordes i väldigt liten upplaga. Guitars finns i Umeå folkets hus.

Umeå folkets hus

På Umeå folkets hus finns underhållning för alla smaker. Här blandas viktiga samtal med skratt och musik. I evenemangskalendern hittar du kommande evenemang. Det finns även möjlighet att hyra konferenslokaler. Läs mer på www.visitumea.se.

Konst och design

Vita kuben

Vita kuben är Norrlandsoperans/Umeå kommuns offentliga rum för ljud-, video- och per-

formancekonst. Här bestämmer konstnärerna själva innehållet och Vita kuben har genom åren gästas av både kända svenska och internationella konstnärer.

Umeå konsthall

Konsthallen i Väven har fokus på konstnärerna i närområdet tillsammans med ett urval av samtida svenska och internationella utövare. Här kan du ta del av upplevelser som speglar olika idéer och arbetssätt inom det samtida bild- och formområdet.

Konstvägen Sju älvar

Konstvägen Sju älvar är en 35 mil lång konstutställning som går från Holmsund, sydöst om Umeå, till Borgafjäll i södra Lapplandsfjällen. Totalt finns tretton olika konstverk längs vägen.

Umedalen skulptur

I Umedalen skulpturpark finns ett fyrtiotal permanenta verk av både svenska och internationella konstnärer. Skulpturparken är gratis att besöka och öppen året om, dygnet runt.

Musik, dans och teater

Norrlandsoperan

Norrlandsoperan sägs vara världens nordligaste operahus. Norrlandsoperan producerar varje år flera egna operor och gästas dessutom av turnerande föreställningar. Norrlandsoperan producerar även dansföreställningar, konserter och

festivaler och har en egen symfoniorkester som består av ett femtiotal professionella musiker.

Skuggteatern

Skuggteatern, i Kulturhuset Klossen på Ålidhem, gör teater för alla åldrar och i olika former. Teatern är bland annat känd för sina interaktiva och improviserade föreställningar. Teatern har två blackbox med sittplatser för upp till 90 personer.

Ögonblicksteatern

Ögonblicksteatern vill visa nya bilder av verkligheten genom att söka det hittills osynliggjorda och osedda. Förutom teaterföreställningar sker här konserter, föreläsningar, möten och mycket annat.

Profilteatern

Profilteatern är en av Sveriges största fria teatergrupper. Gruppen sätter upp föreställningar för barn, unga och vuxna med nyskriven dramatik, nyskriven musik, starka visuella uttryck och har ett feministiskt perspektiv i val av texter och iscensättning.

Tantteatern

Tantteatern är en teater som producerar och diskuterar scenkonst med fokus på kvinnan i övre medelåldern.

Spex

I Umeå ges två spex, en form av amatörteater av studenter med stark studentikos anknytning. Läs mer på www.umespexarna.se och www.medicinarspexet.se.



Foto: Fredrik Larsson/Visit Umeå



Gamla friluftsmuseum/Västerbottens museum

Foto: Anton Hjalmarsson/Visit Umeå



Umedalens skulpturpark

Foto: Philip Avesand/Visit Umeå



Brännbollsyran

Foto: Philip Avesand/Visit Umeå



Evenemang och festivaler

Umefolk

Umefolk är Sveriges största folkmusikhändelse vintertid. I slutet av februari varje år sjuder Umeå av konserter, dans och kurser. Umefolk är en samlingsplats för folkmusikintresserade från hela Europa där musiken lika ofta skapas i improviserade möten som på scen.

House of Metal

House of Metal är en tvådagars inomhusfestival med inriktning på metal i olika former. På flera scener spelar ett tjugotal band från Sverige och övriga världen.

Samiska veckan – Ubmejen biejvich

Umeå sameförening, Sáhkie, arrangerar en festival för samisk kultur. På programmet står samiska föreläsare, konserter, konst- och slöjdställningar, film, teater- och dansföreställningar med mera.

Littfest

Littfest är den största litteraturfestivalen i norra Norden och genomförs i mars varje år. Under några dagar erbjuder den internationella litteraturfestivalen seminarier, föreläsningar, utställningar och föreställningar.

Visfestival på Holmön

Varje sommar ordnas visfestivalen på Holmön. Festivalen vill synliggöra visan och höja dess status. Visfestivalen är mycket välbesökt och bjuder på det bästa Norden har i visväg.

Brännbollsyran

Brännbollsyran är en av Sveriges största musikfestivaler med fokus på modern och urban

musik. Festivalen arrangeras i slutet av maj varje år i samband med Brännbollsyrans cup – världens största brännbollscup med VM-status.

Umeå pride

Umeå pride är en årlig festival för hbtq+ och alla människors lika värde. Festivalen blandar nöje med allvar i form av parad, fest, föreläsningar, workshopar och pyssel.

Umeå jazzfestival

Umeå jazzfestival är en av Sveriges största och äldsta jazzfestivaler som ordnas i Umeå varje höst. Här möts människor, unga som gamla, med musiken som gemensamt intresse.

Umeå europeiska filmfestival

I slutet av november bjuder Umeå europeiska filmfestival på ett brett och varierat program med fokus på europeisk film. Festivalen arbetar med tre grundteman: jämställdhet inom filmbranschen, det lokala samt film och samtal.

Seajazz

Jazzfestival som arrangeras av Holmöjazzens vänner.

Rally Sweden

Sveriges största årligen återkommande sportevenemang, och tillika landets största rallytävling genomförs i Umeå.

SM-veckan

Dags för kampen om SM-gulden i månadsskiftet juni/juli 2023. Triathlon och klättring gör comeback på programmet och är tillsammans med bland andra truppgymnastik, simning, orientering och rallysprint grenar där medaljer står på spel.

Umeå Smakfestival

En årlig festival dedikerad till mat och dryck. Ta del av matinspiration, matförsäljning av Umeås restauranger, utställare av matprodukter och en festivalbar med goda drycker från närområdet.

Sevärdheter och utflyktsmål

Norrbykärs museum

Under sommaren visar Norrbykärs museum utställningar om öns storhetstid, då Europas största sågverk fanns här. På museet finns en stor skalamodell som visar hur det såg ut på ön och en utställning om Norrbykärs historia som visar hur människorna arbetade och levde. För barnen finns Lilla Norrbykärs med miniatyrer av byggnader på ön.

Umeå energicentrum

År 1899 startade turbinerna i Klabböle kraftverk på den södra sidan av Umeälven. Här finns i dag Umeå energicentrum med en energiutställning i kraftverksmuseet, experimentverkstad och äventyrslekpark för barn samt kafé, fina picknickytor och en scen för musikuppträdanden.

Holmöarna

Holmöarna är en ögrupp cirka en mil utanför fastlandet. Holmöarna har en rik kulturhistoria och under sommaren finns mycket att uppleva, som postrodd och visfestival. Här finns ett båtmuseum som visar ögruppens speciella historia. Från Holmön har du möjlighet att åka båt till naturreservatet Stora Fjäderägg, där du kan övernatta i de gamla fyrvaktarbostäderna.

Mickelbo gård

På Mickelbo gård i Mickelstråk, cirka fyra mil utanför Umeå, finns kafé, gårdsbutik och en minidjurpark. I djurparken finns cirka 30 olika djurarter och du kan få träffa bland annat kameler, alpackor, lamor och jakar.

Arboretum norr

Arboretum norr vid Baggböleforsen är en skogsträdgård med träd och buskar från när och fjärran. På cirka 16 hektar finns över 2 000 exotiska vedartade växter fördelade på cirka 350 olika arter eller sorter. Genom arboretet löper mer än tre kilometer iordningställda stigar.

ZIP Adventure Park

Här erbjuds fartfyllda och utmanande aktiviteter oavsett ålder, tillsammans med familjen, företaget eller kompisgänget. Förflytta dig mellan trädtopparna, utmana dig själv och njut av både spänningen och utsikten.

SCA arena

SCA arena i Obbola är en multiarena med plats för aktiviteter som cykling, styrketräning, trailrunning, längdskidor och boule. Det finns också knattebana, dirtpark och cross country-slingor.

Curiosum

Upptäck vetenskap och teknik med hela familjen på Curiosum, Umeå universitets science center. Experimentera, bygg, skapa, spela, lös kluriga problem och följ med på hisnande filmäventyr i domteatern. Läs mer på www.visitumea.se.



Foto: Fredrik Larsson

Frizon i Årstidernas park är en jämställd mötesplats utvecklad av unga tjejer.

Upptäck allt kul som händer på fritiden – eller skapa det själv

I Umeå har du som är ung stora möjligheter att påverka din egen fritid. Här finns flera mötesplatser där du kan träffa vänner och få hjälp att ordna aktiviteter och evenemang för dig själv och dina kompisar.

I Umeå kommun finns tretton mötesplatser för unga: tio fritidsgårdar för dig mellan 13 och 17 år samt Hamnmagasinet ungdomens hus och Ersboda ungdomens hus som vänder sig till dig i åldern 16–23 år. I Umeå finns också en mobil mötesplats som flyttas mellan områden där det är långt till en fysisk fritidsgård. På mötesplatserna är det dina och andra ungdomars intressen som styr verksamheten och fritidsledarna finns där för att stödja och hjälpa er att förverkliga era idéer. Det finns självklart också möjlighet att bara umgås med kompisarna och ta del av det stora utbudet av aktiviteter som finns.

Evenemang hela året

I Umeå arrangeras aktiviteter för dig som är ung flera gånger i veckan. Det är allt från konserter och skapande aktiviteter till idrottsarrangemang och föreläsningar. På www.umea.se/ung kan du läsa mer om vad som är på gång. Alla aktiviteter är givetvis alkohol- och drogfria.

Under året arrangeras också flera större evenemang som discon, festivaler och läger. Några exempel på större arrangemang är Snowjam med fartfylld kvällshäng i centrala slalombacken Bräntberget och 2 Days in Umeå som är en tvådagarsfestival med massor av olika aktiviteter som arrangeras varje höst för och med ungdomar.

Parker för häng och aktivitet

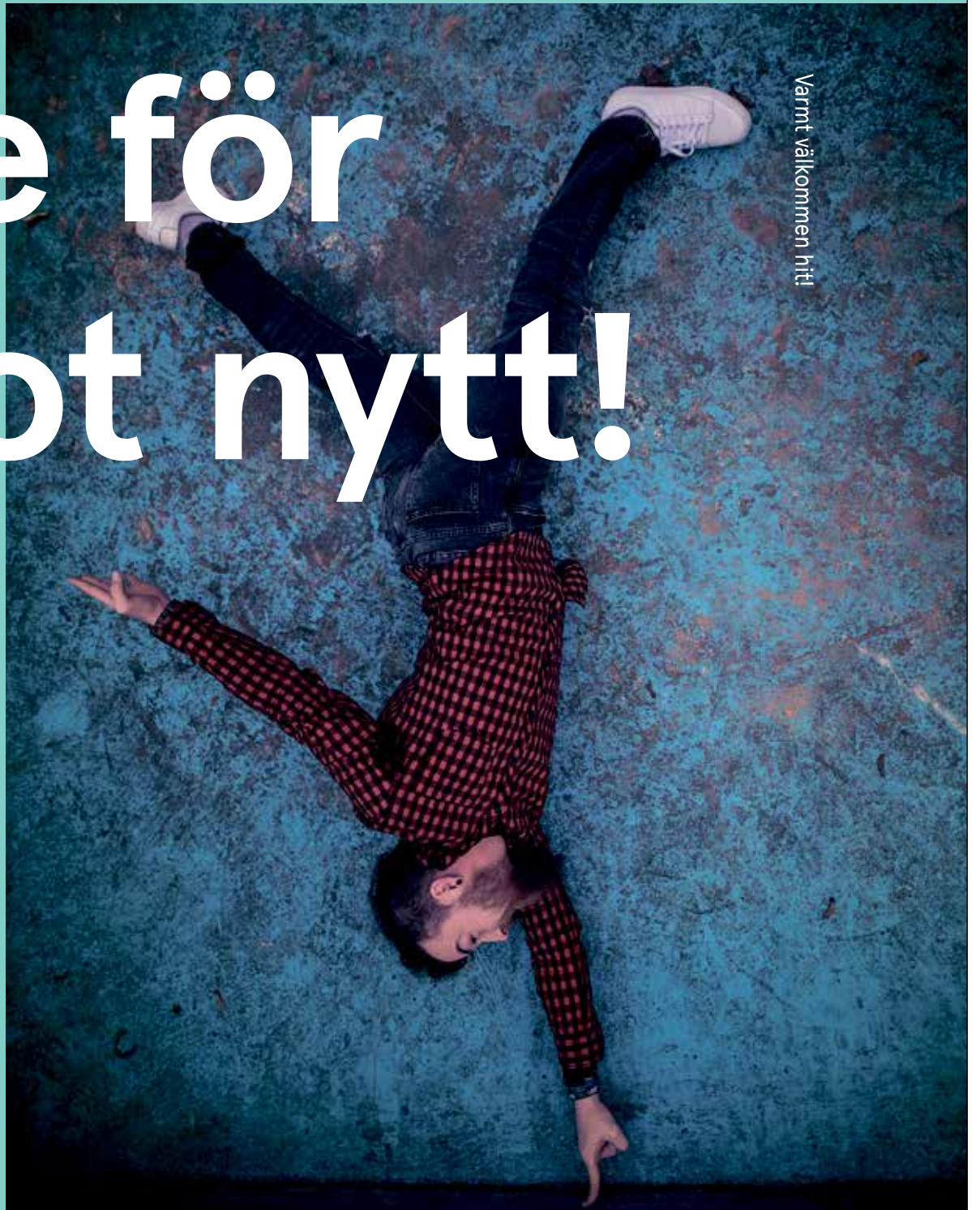
I närheten av Hamnmagasinet i centrala Umeå ligger Broparken och Sparken. Sparken är en av Sveriges största skateparker för skate, inlines och BMX och bjuder på utmaningar för både nybörjare och proffs. I Broparken finns en parkourpark och ytor för framträdanden, lek och stadsodling. Frizon i Årstidernas park är en mötesplats gjord av tjejer för tjejer.



Här får du full koll på skoj

I kalendern på www.umea.se/kalender hittar du upplevelser, sport, kultur och andra aktiviteter på ett och samma ställe. Du får snabbt koll på vad som är på gång i och omkring Umeå. Du som är arrangör kan också själv bidra med tips!

Läge för något nytt!



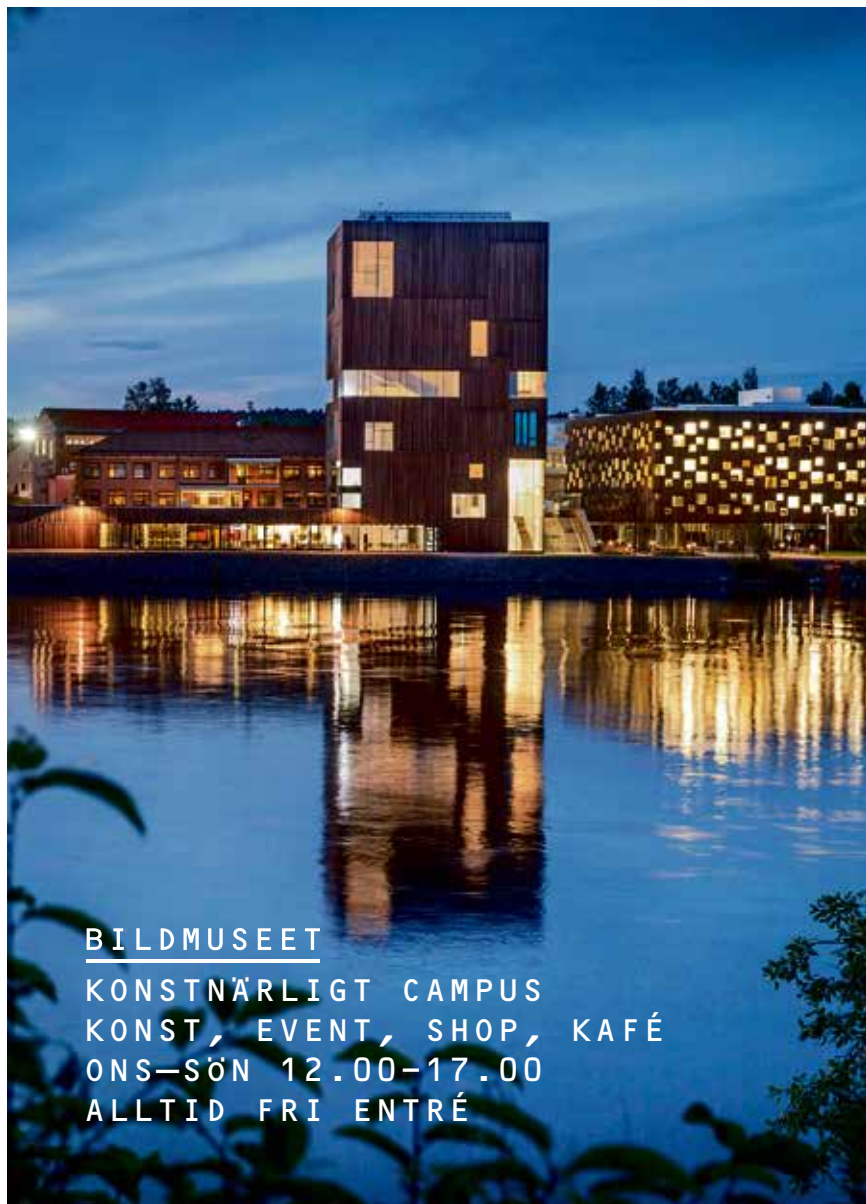
Varmt välkommen hit!

VÄLKOMMEN I ALLA LÄGEN.

Kvarteret Utopia är mitt, ditt, allas kvarter. Det är här vi möts. En bit av Umeå, med bra läge för nästan allt: äta, sova, träna, shoppa, spana, jobba, spela, bruncha, dansa, umgås och bara vara. Varmt välkommen hit!

WWW.KVARTERETUTOPIA.SE

Kvarteret
Utopia



BILDMUSEET
 KONSTNÄRLIGT CAMPUS
 KONST, EVENT, SHOP, KAFÉ
 ONS-SÖN 12.00-17.00
 ALLTID FRI ENTRÉ

Välkommen till biblioteket!

Umeå stadsbibliotek
 Väven, Storgatan 46 A
 090-16 33 00

Ersbodabiblioteket
 Ersboda Folkets hus
 Byttgränd 13
 090-16 45 38

Grubbibiblioteket
 Lagmansgatan 37
 090-16 33 89

Holmsunds bibliotek
 Frejavägen 17
 090-16 35 86

Hörneforsbiblioteket
 Industrivägen 9
 0930-291 96

Mariehemsbiblioteket
 Bräntbergsskolan
 Törnskatevägen 18
 090-16 55 98

Obbola bibliotek
 Södra Obbolavägen 11
 090-16 35 88

Sävarbiblioteket
 Drottningvägen 7
 090-16 40 60

Tegsbiblioteket
 Målargränd 15
 090-16 53 32

Umedalens bibliotek
 Aktörgränd 29
 090-16 50 86

Ålidhemsbiblioteket
 Lärarstråket 1
 090-16 48 98

Biblioteksbusen
 090-16 33 32, 070-216 26 98

Du hittar biblioteksbusens
 turlista, öppettider,
 arrangemang, boktips,
 e-böcker, e-film och mycket
 annat på vår webbplats.

**UMEÅ
 KOMMUN**

www.minabibliotek.se

Välkommen hem!

En ny plats i livet ger nya
 möjligheter att prova på något
 nytt eller kanske fortsätta med
 något du gjort tidigare.

Välkommen till våra kyrkor och
 mötesplatser runt om i Umeå.

Läs mer på webben

svenskakyrkan.se/umea/det-hander-i-kyrkan



Svenska kyrkan 
 UMEÅ

Staycation, vacation, whatever the occasion.

Mån-Fre 10-20 | Lör-Sön 10-18

Hos oss hittar du allt i från sport, teknik och heminredning
till mode, skönhet, hälsa och självklart något gott att
äta eller dricka. Välkommen!

Psst!
IKEA ligger
just bredvid.

www.avionshopping.se

AVION[®]
SHOPPING



Foto: Mattias Pettersson

Vid Umeå universitet gjordes den banbrytande upptäckten av gensaxen CRISPR-Cas9 och det gav Nobelpriset i kemi.

Umeå universitet – för alla som älskar kunskap

Umeå universitet är ett av Sveriges största lärosäten med över 37 000 studenter och ungefär 4 300 medarbetare.

Vid universitetet finns en mångfald av utbildningar av hög kvalitet och världsledande forskning inom flera vetenskapsområden. Här gjordes den banbrytande upptäckten av gensaxen CRISPR-Cas9 och det gav Nobelpriset i kemi. Ett sammanhållet campus gör det lätt att mötas, samarbeta och utbyta kunskap, något som gynnar en dynamisk och öppen kultur med en stark känsla av samhörighet.

Nära till centrum

Campus Umeå och Konstnärligt campus ligger nära Umeås centrum och intill ett av Sveriges största universitetssjukhus. Vid Umeå universitet finns den högt rankade Designhögskolan, den miljöcertifierade Handelshögskolan och Arkitektshögskolan med konstnärlig profil. Där finns också Bildmuseet och Umeås science center, Curiosum. Umeå universitet är ett av Sveriges riksdrotsuniversitet och har ett internationellt ledande Arktiskt centrum.

Forskning i ett samhälle i omvandling

Samhällsomvandlingen och de stora industriinvesteringarna i norra Sverige skapar enorma möjligheter och komplexa utmaningar. För Umeå universitet handlar det om att bedriva forskning om – och mitt i – ett samhälle i omvandling, men förstås också om att leverera utbildningar för regioner som behöver expandera fort och hållbart. Det krävs många perspektiv i det gemensamma arbetet för en hållbar framtid, och för det är Umeå universitet en viktig aktör.

Att lära genom hela livet

Umeå universitet ger möjlighet till utveckling och lärande genom hela livet. Här kan du skaffa ny kunskap för att till exempel bredda dina yrkeskunskaper, öka chanserna att få jobb eller byta karriär. Eller du kanske vill ha ny spännande kunskap för din personliga utvecklings skull. Det finns alternativ både genom ordinarie utbildningsutbud och genom skräddarsydda uppdragsutbildningar. Flera populära utbildningar går också att läsa på distans.



Foto: Mattias Pettersson

Universitetet anordnar olika evenemang för alla nyfikna. Kom på välbesökta "Vetenskapsluncher" eller "Fika efter en forskare", ät lunch eller ta en fika och lyssna på en forskare. För aktuella evenemang, läs mer på www.umu.se.

90 SVENSK
KONTO INSAMLINGS
KONTROLL

NÄR BARN BERÄTTAR FINNS DET HOPP.

Det är första steget till förändring.

Ge fler barn möjlighet att berätta. Swish: 9015041 | Plusgiro: 90 15 04-1

BRIS

Hitta läslusten på biblioteken

På Umeås bibliotek finns böcker som lockar till läsning och lärande, på många språk och för alla åldrar. På biblioteken kan du också delta i författarbesök, bokcirklar och skapande aktiviteter och se inspirerande utställningar.

Biblioteken i Umeå är mötesplatser som är öppna för alla. Här finns trevliga och tillgängliga miljöer som väcker inspiration till att läsa.

På biblioteken kan du läsa, låna, bläddra, titta, fråga, söka, hitta, plugga, mejla och mötas. Du kan sitta länge och läsa tidningar och småprata med andra besökare om du vill. Här finns även datorer, kopiatorer, skrivare, trådlöst internet och grupprum som du kan låna. Nästan allt är gratis.

Bibliotekarierna kan ge boktips, hjälpa dig att komma i gång med e-böcker, ladda ner talböcker och hjälpa dig att söka svar på allt möjligt. Våga fråga, bibliotekarierna finns därför din skull.

Sagor och bokklubbar

En av bibliotekens viktigaste uppgifter är att ge barn och unga nyckeln till

läsande, lärande och språk. På de flesta bibliotek ordnas därför ett stort utbud av evenemang för barn och unga, som bok- och läseklubbar, sago- och musikstunder och skaparverkstäder.

Biblioteken erbjuder också bokcirklar med olika teman, språkkaféer och svenska med baby.

Alltid nära dig

I Umeå har du alltid nära till ett bibliotek. Här finns elva folkbibliotek, ett centralt och de andra i stads- och kommundelarna.

Det betyder att du har nära till gemenskap, skratt, skräck, gråt, kunskap, nyheter och massor av annat.

Dessutom kan du beställa från alla biblioteks utbud och få det levererat till just ditt bibliotek.

Biblioteksbussen, det rullande biblioteket, besöker områden i kommunen

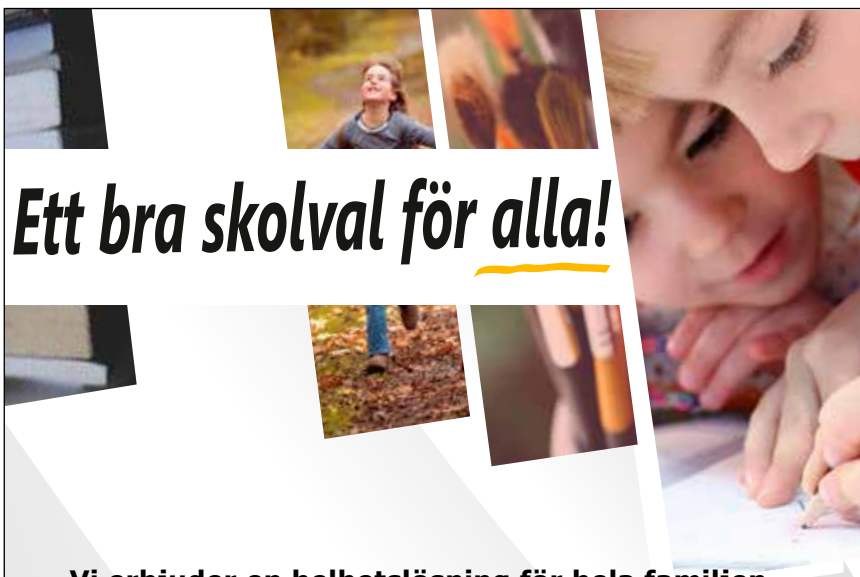


där det är långt till ett vanligt bibliotek. Utöver böcker och ljudböcker, finns det sällskapsspel, tidskrifter för vuxna samt musik och film för yngre barn. Alla är välkomna att låna på alla hållplatser.

Låna e-böcker och tidskrifter

På www.minabibliotek.se finns information och

bibliotekstjänster samlade på ett och samma ställe. Det är öppet dygnet runt, året om. Där kan du också låna e-böcker och strömmande e-ljudböcker, och läsa tidningar och tidskrifter från hela världen, var du än befinner dig. På www.minabibliotek.se finns också digitala uppslagsverk och databaser att söka i.



Ett bra skolval för alla!

Vi erbjuder en helhetslösning för hela familjen med förskola, grundskola åk F-9 samt fritidshem.



HANNASKOLAN
www.hannaskolan.se



LÖFTET
Hannaskolans förskola

Vi arbetar med en pedagogik som har följande fokusområden:

- Rörelse & fysisk aktivitet
- Kreativitet & estetiska lärprocesser
- Kunskap & inläring
- Relationer & kommunikation

Kontakt förskola: rektor.forskola@hannaskolan.se, 072-737 23 53
Kontakt grundskola: rektor@hannaskolan.se, 072-737 23 52

Varmt välkommen till oss!
Vi finns på Umedalen och Ersboda.



Mariaskolan är en grundskola med kristen profil. Vi har ambitionen att erbjuda våra elever de absolut bästa förutsättningarna för vidare studier på gymnasium och universitet, i en trygg och ordnad lärmiljö.

Under sommaren 2019 flyttade skolan in i nya lokaler på Sockenvägen 31. Sedan dess har antalet elever på skolan ökat kraftigt.

Vi har plats för fler och kan ta emot elever från förskoleklass upp till årskurs 9



*Välkommen att besöka oss!
Kontakta rektor Johannes Axelsson
rektor@mariaskolan.se 073-9357631*



Lärandet börjar i förskolan

I förskolan grundläggs det livslånga lärandet. Förskolan ska vara rolig, trygg och lärorik för alla barn. Barnen ska få möjlighet att lära och utvecklas genom att leka, skapa och utforska – på egen hand, i grupp och tillsammans med vuxna.

I förskolan ska omsorg, utveckling och lärande bilda en helhet. I Umeå kommun finns förskoleverksamhet med hög kvalitet. Om du arbetar eller studerar, och ditt barn är folkbokfört i Umeå kommun, kan du få plats från att ditt barn är ett år. Du kan tidigast ställa dig i kö sex månader före önskat placeringsdatum. Pedagogiska placeringsenheten handlägger ansökningar och kan svara på frågor; 090-16 66 50, ppeforskola@umea.se.

I kommunen finns ett stort utbud av förskolor, ett nittio kommunala förskolor och cirka tjugo enskilda och några dagbarnvårdare för barn från ett till fem år. Det finns något som passar alla barn. Umeå kommun är förvaltningsområde för samiska, finska och meänkieli. Det innebär att kommunen också kan erbjuda förskola på finska och samiska, i framtiden även på meänkieli om det finns efterfrågan.

Om du arbetar kvällar, helger eller nätter och därför har behov av omsorg även då finns en verksamhet som vänder sig till barn 1–13 år.

Vill du ha ett jobb som skapar mening och framtidstro?

Här möts du av engagerade och välutbildade kollegor som med gemensam kraft vill skapa de bästa förutsättningarna för alla barn och elever att växa.

Välkommen till för- och grundskolan!



UMEÅ
KOMMUN

www.umea.se/ledigajobb



Foto: Victoria Henriksson (Scandinav)

Skola för alla

Umeå växer. I kommunen väntas antalet barn och elever öka kraftigt under den närmaste tioårsperioden i takt med att Umeå får allt fler invånare, det byggs fler bostäder och nya stadsdelar växer fram.

För att erbjuda alla elever plats i den kommunala skolan har politiker beslutat var investeringar i skollokaler behöver göras för att säkerställa att yngre barn ges möjlighet att gå i skola nära hemmet.

– Vi tar ansvar för att alla barn ska få plats på en skola och att alla elever ska ha likvärdiga förutsättningar att klara sin utbildning. Den viktigaste faktorn för en utbildning av hög kvalitet är att vi fortsätter ha en hög andel behöriga lärare och en tillgänglig elevhälsa, säger Ann-Christine Gradin, utbildningsdirektör.

Umeå kommun investerar i ny- och ombyggnationer av skolor för att kommunens elever ska kunna ha skolor inom rimliga avstånd från hemmet. I Bullmark och Sörfors invigs nya skollokaler. Tegs centralskola är om- och utbyggd med fritidsgård, bibliotek och idrottshall. På Carlslund ska en ny hög-

stadieskola och anpassad grundskola för elever i årskurs 7–9 byggas tillsammans med en ny idrottsanläggning. De kommande åren ska även Berghemsskolan, Mariehemsskolan och Hedlundaskolan få nya och ombyggda skollokaler. Gymnasieskolan fortsätter också att växa och en ny skola behövs för tusen nya elever. Läs mer på www.umea.se/skola.

Söka skola inför flytt

Pedagogiska placeringsenheten handlägger alla ansökningar till kommunal grundskola. Du som är på väg att flytta till Umeå och ska söka skola ska vid ansökan ange önskat startdatum och sedan komplettera med boendekontrakt som visar din nya adress och inflyttningsdatum. Mer information: www.umea.se/sokaskola, eller kontakta Pedagogiska placeringsenheten, 090-16 66 50, ppeskola@umea.se.



Foto: Astrakan Images AB (Scandinav)

Har du inte slutfört gymnasiet?

Du som är 16–19 år och har gått grundskola, men inte fullföljt gymnasiet, kan få stöd och hjälp av kommunen att komma igång att börja plugga igen. Kommunen har ansvar för att hjälpa dig med information, vägledning och andra insatser. Skicka ett mejl till aktivitetsansvaret@umea.se, så kan vi fundera tillsammans!

Här får du växa hela livet

Centrum för vuxenutbildning erbjuder dig kurser på olika nivåer och med olika studiemoder, till exempel schemalagd undervisning och distansundervisning. Du kan även söka flera yrkes- och lärlingsutbildningar. Om du är skriven i Umeå kommun, gör din ansökan via www.umea.se/komvux. Där finns också mycket av den information du behöver för att hitta rätt vuxenutbildning och kontaktvägar till studie- och yrkesvägledare.

Mer information: www.umea.se/komvux, eller kontakta Centrum för vuxenutbildning, 090-16 17 20, syvkomvux@umea.se.

**Även den som är rädd
vill göra sin röst hörd.**

BRIS
BARNENS RÄTT I SAMHÄLLET

Stöd BRIS! Medlemskap 250 kr, eller gåva. Pg 90 15 04-I

Det var
inte ditt fel.

Vi lyssnar, stöttar och tror på dig.

kvinnojoureniumea.se

090 77 97 00



Vi tror att liv kan bli förvandlade

Välkommen på gudstjänst
söndagar klockan 11.00

Kungsgatan 83

pingstumea

www.pingstumea.se

Pingst Umeå

CHURCH OF
HOPE UMEÅ

VÄLKOMMEN HEM

LÄS MER HÄR:

Hemsida churchofhope.se Instagram [@hopeumea](https://www.instagram.com/hopeumea)
Facebook [@churchofhopeumea](https://www.facebook.com/churchofhopeumea) Youtube [@churchofhopeumea](https://www.youtube.com/channel/UC...)

Christ
CHURCH

VÄLKOMMEN TILL GUDSTJÄNST

SÖNDAGAR 14.00

www.christchurchumea.com
[@christchurchumea](https://www.instagram.com/christchurchumea)

En aktiv röst

Vårt mål är att skapa en opinion stark nog att långsiktigt förändra och förbättra människors villkor och att samtidigt ge stöd till dem som drabbas här och nu. På www.amnesty.se finns många möjligheter för dig att vara med och påverka och bli en aktiv röst för de mänskliga rättigheterna.


amnesty

📍 Gamla Bron

TILLSAMMANS FÖR UMEÅ.

Allt vi gör, gör vi för Umeå.
När du väljer el, värme och bredband från
oss kan vi tillsammans fortsätta jobba för att
världens bästa region ska bli mer hållbar,
enkla att bo i och roligare att leva i.
För alla.



umeaenergi.se

 UMEÅ ENERGI



Foto: Fredrik Larsson



Foto: Calle Bredberg/Visit Umeå



Bad på Holmön

Foto: Calle Bredberg/Visit Umeå

Stort utbud av idrotts- och fritidsaktiviteter

Umeå ligger mitt i vacker, varierad natur som ger en mångfald av upplevelser, oavsett årstid. Här kan du ägna dig åt praktiskt taget vilken idrott du vill, hitta ett andningshål i vardagen och fylla på med kraft.

Bad

Umeå är det nära till både hav och sjö. Vid västra Kvarkens strand ligger de fina havsbaden Bettnessand, Fläse, Norrmjöle och Simphamn med lina sandstränder, omklädningsrum, toaletter, grillplatser och servering. Några av stränderna är tillgängliga för dig med funktionsnedsättning. För dig som föredrar sötvattensbad finns fina naturbad i Stöcksjö och Nydalasjön. Vid natursköna Bölesholmarna längs med Umeälven finns en familjevänlig badvik med sandstrand.

Simhallar

I Umeå finns simhallar för både träning och lek. Mitt i stan ligger Navet med en 50-metersbassäng för alla tänkbara vattensporter, upplevelsebad med vattenrutschbanor och strömkanal, bubbelpool och relaxavdelning. I Holmsund finns Storsjöhallen med ett upplevelsebad som passar hela familjen. Under sommaren har det tempererade utomhusbadet Umelagun öppet. Det finns förstås fler badhus att välja på, både inomhusbassänger och tempererade utomhusbassänger, utspridda i kommunen.

Båtliv

Umeås närhet till Kvarkens underbara skärgård erbjuder stora möjligheter till trevliga

upplevelser med båt. I skärgården kan du upptäcka alla vackra öar med lugna havsvikar, vackra stränder och rik kulturhistoria.

Fiske

För dig som är fiskeintresserad finns goda möjligheter till napp i Umeå. I kustområdena finns ett av landets bästa gäddfisken, framför allt i åarna och älvarnas mynningar. Vid strandpromenaden i centrala stan rinner Umeälven, här finns möjlighet att fånga abborre, gädda, id, brax, lake, sik, harr, havsöring och lax. Harr, havsöring och lax finner du i de mer strömmande områdena av Umeälven. I Hörnån och Sävarån finns också havsöring och lax. Glöm inte att kolla upp vilka regler som gäller för respektive vatten eller område innan du fiskar.

Golf

I Umeå finns tre golfanläggningar för både proffs och amatörer. Vissa av klubbarna erbjuder Pay and play för dig som ännu inte är medlem i någon klubb.

Cykling

En cykeltur i Umeås vackra omgivning är stärkande för både kropp och själ. Kommunen har tagit fram en cykelkarta över Umeå tätort med omnejd.



Foto: Daniel Frank

Naturupplevelser

Umeå har en vacker skiftande natur och naturreservaten ger storslagna upplevelser året runt utan att det kostar något. Bara inom några mils radie kan du göra utflykter till skärgård, vandra i skog, promenera längs märkta leder, paddla i fina vattendrag, klättra bland grottor och upptäcka ovanliga växter på ängar.

Vandringsleder och motionsspår

I Umeå finns ett stort antal spår och vandringsleder för upptäcktsfärden, söndagspromenaden eller träningsrundan. Vandringslederna går genom vacker natur, förbi historiska minnesmärken och kulturhistoriska miljöer. Du kan till exempel vandra i naturreservaten Strömbäck-Kont och Grössjön, eller på den 42 km långa Tavelsjöleden som har en startpunkt vid Väven i centrala stan. I Umeå finns också ett stort antal motionsspår som under vintertid är skidspår, många av dem har elbelysning.

Sport och idrott

I hela kommunen finns ett stort utbud av

idrottsanläggningar. Här finns till exempel stora sporthallar, friidrottsanläggningar både inom- och utomhus, specialhallar för både gymnastik och kampsport, konstgräsplaner samt badminton- och tennishallar. Flera av anläggningarna har så kallade allmänhetens tider där vem som helst får besöka anläggningen utan att boka tid.

Ridning

I Umeå finns flera ridklubbar som erbjuder lektioner för både barn och vuxna, tränings- och tävlingsmöjligheter och möjlighet att ställa upp egen häst.

Vintersport

Det finns massor av möjligheter för vinteraktiviteter i Umeå. Du kan åka slalom och snowboard på Bräntberget, pulka i någon av våra backar eller skidor i något av alla skidspår som prepareras på vintern. Flera av spåren har elbelysning och det finns också ett konstsnöspår på Nydala. Bandyplanen på Nolia och ishallarna har öppet för allmänhetens skridskoåkning särskilda tider och vid många skolor finns isbanor utomhus.



Foto: Shutterstock

Ögonlaser för synkorrigering

25.900 kr för båda ögonen

- Modern ögonmedicinsk utrustning för synkorrigering och ögonvård.
- Du träffar alltid samma ögonläkare Dr Timo Koskela och leg. optiker Anna-Clara Koskela
- Ögonsjukvård i Umeå & Åsele
- Besök utan remiss (200 kr, frikort)
- Kort väntetid

Läs mer på koskela.se

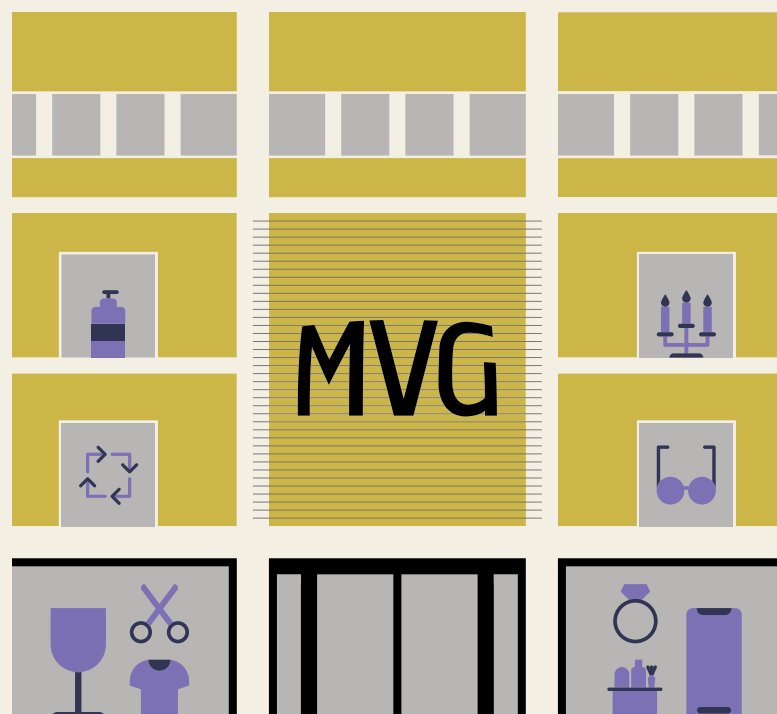
Umeå: 090-14 24 00

Åsele: 0941-107 10

E-post: umea@koskela.se

KOSKELAS
ÖGONKLINIK

DIN GALLERIA MITT I UMEÅ CENTRUM! #FÖRDETDUBEHÖVER



KUNGSGATAN 52-54 | @MVGUMEA | MVGUMEA.SE



Kulturskolan – för alla Umeås barn och unga

Kulturskolan är Umeås främsta kulturverksamhet för barn och unga upp till 25 år. Verksamheten erbjuder ett brett utbud av fritidsaktiviteter med estetisk inriktning som leds av välutbildade pedagoger.

På Kulturskolan kan barn och unga gå kurser i musik, teater, nycirkus, bild och film, eller delta i den öppna verksamheten i centrum, på ett fritidshem eller närbibliotek under helger och lov. Kulturskolan är helt enkelt till för barn och unga som vill fördjupa sig inom konsten, pröva något nytt, utveckla sina talanger eller träffa nya vänner. Du hittar mer information om kurser, öppen verksamhet och andra projekt på www.umea.se/kulturskolan.

Musik

Kulturskolan kan du lära dig spela på över 20 olika instrument. Undervisningen anpassas efter elevens förutsättningar. Undervisningen är oftast individuell, men det finns också möjlighet att spela i ensemble eller orkester. Kulturskolan arrangerar ständigt stora och små konserter och eleverna deltar och bidrar till Umeås rika kulturliv. Om du till exempel är med på den årliga folkmusikfestivalen Umefolk får du inte missa allspellet. Där är Kulturskolan medarrangör och eleverna deltar som artister tillsammans med folkmusiker från hela världen. Det är en sprakande konsert med över 300 artister på scenen samtidigt! Musikundervisningen sker både på Midgårdsskolan och på ett drygt 30-tal grundskolor runt om i Umeå. Om du önskar finns det möjlighet att hyra instrument.

Teater och drama

Kulturskolan har en lång tradition av teatergruppsverksamhet och på Hamnmagasinet i centrala Umeå har deltagarna tillgång till blackbox och ett stort kostym- och rekvisita-förråd. Varje år har grupperna möjlighet att efter egna idéer och intresse arbeta fram föreställningar att visa vid terminsavslutningar.

Kurser i bild, film, cirkus och annat

Kulturskolan har även kurser i film, nycirkus, bild och form. Det är relativt nya ämnen inom Kulturskolan men har snabbt blivit populära och en självklar del av vårt utbud. Vissa kurser pågår en hel termin och andra i form av kortkurser.

Skapande lördag och öppen verksamhet

Varje höst och vår arrangerar Kulturskolan "Skapande lördagar". Det är ett unikt koncept som innebär att barnfamiljer helt gratis kan använda Kulturskolans fina lokaler och prova på skapande i många olika former, med stöd av skickliga pedagoger. Deltagare kan prova på scenkonst, skapande i ateljén, dans, musik och mycket mer. Skapande lördag passar främst barn från 2 till 8 år, men även äldre kan ta del av utbudet. Under lov arrangerar Kulturskolan läger, workshops och kortkurser i olika ämnen, ofta på platser runt om i Umeå och i samarbete med bibliotek.



Edward satt hos oss i 210 dagar. Nu har han nytt hem.

Edwards historia fick ett lyckligt slut. Men för att vi ska kunna fortsätta ge underbara hundar, som precis som Edward blivit vanvårdade, en ny chans, så behövs mycket stöd. Ditt stöd.

Ge ditt bidrag på PG 90 05 57-0 eller gå in på vår hemsida WWW.HUNDSTALLET.SE.





Foto: Fredrik Larsson

Umeå fortsätter att växa och stärka sin roll som tillväxtmotor i norra Sverige.

Stark tillväxt i Umeå

Umeå växer i snabb takt och på många områden. Här är näringslivet lönsamt och utvecklingen hållbar. Det sista är helt avgörande.

Umeå satsar på grön tillväxt och hållbara värdekedjor – med god tillgång till förnybar energi som möjliggörare. Den gröna elen i kombination med kontinuerlig forskning och utveckling skapar en miljö som verkligen har en hållbar framtid framför sig.

Lönsam tillväxt

Ett lönsamt näringsliv och cirka 20 miljarder kronor i investeringar under de närmaste åren vittnar om ett spännande och attraktivt ekosystem i Umeå. Här väntar välutbildad arbetskraft, i en stad med två universitet och världsledande utbildningar, och här finns även fristående forskningsinstitut i ett innovationssystem som vinner priser internationellt. Lägg därtill stora satsningar på infrastruktur och ett starkt fokus på hållbara lösningar. Låter det utopiskt? Tvärtom, det här är en sammanfattning av Umeås starka näringslivsklimat.

Bra förutsättningar för företagande

Umeå kommuns näringslivskontor, Näringsliv, hjälper till att skapa bra förutsättningar för företagande, innovationsmiljöer och utvecklingsförutsättningar för det lokala näringslivet, och för att öka intresset för Umeå som investeringsort.

– I tillväxt- och utvecklingsfrågor arbetar vi oftast i partnerskap. Städer med hög grad av samverkan har en bättre tillväxt, det är därför vi lägger stort fokus på att länka samman företag, universitet och kommun. Vi vet att stora företagsetableringar tittar på tre saker: kompetensförsörjning, befolkningsutveckling och infrastruktur – där står vi oss väldigt starkt. Det är tack vare alla starka samarbeten, säger Peter Juneblad, näringslivschef, Umeå kommun.

Stora investeringar

Intresset för att investera i Umeå märks inom flera olika områden. SCA:s investering på 7,5 miljarder i ett nytt kraftlinerbruk och Komatsu Forests bygge av en ny helt koldioxidneutral fabrik är några av industrisveriges största satsningar i närtid. Tillväxten syns också genom de många byggkranar som omformar och stärker stadsiluett. Umeå är Sveriges femte mest attraktiva fastighetsmarknad, vilket behövs, för Umeå har aldrig tappat befolkning. Att allt fler väljer att bo i Umeå innebär att det måste till nya bostadsområden, nya skolor och servicelokaler, kommersiella ytor och såklart verksamhetslokaler.

Högre lönsamhet och effektivitet

Företagen i näringslivet visar både en högre lönsamhet och ett bättre förädlingsvärde än Sverigesnittet. I mätningar kan man också se att företagens effektivitet ligger i Sverigetoppen. Det är positiva siffror som delvis kan förklaras av den höga graden av automatisering. Ytterligare satsningar på till exempel AI och maskinläring vid Umeå universitet och vid RISE kommer att fortsätta stärka företagens konkurrenskraft, och stadens. Innovationsklimatet har redan gott renommé i världen, Umeå rankas högt i EU Innovation Scoreboard.

Umeå är en stark industristad och de största privata företagen är Volvo Lastvagnar, Ålö, Komatsu Forest, Cyvita och Norrmejerier. I regionen finns också det intressanta Skogstekniska klustret. Flera av företagen är sprungna ur lokala innovationer.

Stark IT-sektor

I Umeå finns en stark IT-sektor. Grunden lades för över tre decennier sedan med lika delar stark bredbandsutbyggnad, framstående IT-forskning på Umeå universitet och med kunder som Swedbank och Ericsson nära Campus. Ett tydligt tecken på att framtiden

digitaliseras i Umeå är att bland annat Nasdaq's utvecklingsavdelning är förlagd här.

Stora infrastruktursatsningar

Med ett växande näringsliv och en växande befolkning krävs en utvecklad infrastruktur. Genom investeringar i vägnätet, i Umeå hamn och längs Norrbotniabanan förstärks Umeås logistik. Umeå ligger sedan urminnes tid i en vägkorsning mellan de stora transportlederna i norr-sydlig och öst-västlig riktning. En viktig led är den horisontella, med goda transporter till de isfria norska hamnarna och en ny färja till Umeås närmaste stad Vasa i Finland.

I Umeå skapas varje år cirka 600 nya företag, främst inom den privata tjänstesektorn. De stora investeringarna skapar en efterfrågan på företagstjänster och många av de nya företagen är verksamma här. Samtidigt är de fyra inkubatorerna i Umeå framgångsrika och skapar nya företag inom olika områden. Umeå Biotech Incubator är Sveriges bästa inom life science.

– Alla pågående investeringar i stadsutveckling, nya vägar och nya företagsetableringar innebär att Umeå kommer att fortsätta växa och stärka sin roll som tillväxtmotor i norra Sverige, säger Peter Juneblad.

Tips till nyblivna Umeåbor

Välkommen till Umeå! Kul, du kommer säkert att trivas alldeles utmärkt!

Att flytta till en ny stad innebär en del utmaningar: oskrivna regler, egenheter och dialektala variationer som kan te sig obegripliga för den oinvigde. Här listar vi två Umeåfenomen som hjälper på traven att smälta in:

Fikarumssnacket som bryter isen

Memorera följande tre öppningsfraser så kommer samtalen att gå av sig själv: "Det

var ju riktigt kul/oroväckande att se Lövens senaste match. De har ju goda/obefintliga chanser att gå upp i år", "Jag hörde något om att de ska bygga om Rådhusstorget igen ...", "Stämmer det att Teg kallas 'fel' sida av älven?".

Så bor vi i Umeå

Oavsett om du bor i en trång andrahands-

tvåa på Ålidhem eller en arkitektritad tvåplansvilla med älvsläge finns enkla knep för Umeås Hemnet-look: Olle Leksells "ögontavla", väggfärg crème-vit, Eames-stol (kopia duger fint), ljusgrå soffa och vitt fårskinn slarvigt slängt över en Ikea-fotpall. För fler tips, besök www.umea.se/flytta.



Trygghet och service genom livet

Konsumentrådgivning

Kommunens konsumentrådgivare ger dig tips och råd inför ett större köp, om du är missnöjd med en vara eller tjänst eller om du har frågor om dina rättigheter som konsument. Kontakt och mer information: www.umea.se/konsument, 090-16 34 34, konsument@umea.se.

Budgetrådgivning

Kommunens budgetrådgivare ger dig tips och råd för en stabilare ekonomi, de ger dig även hjälp med budgetering, skulder och stöd vid skuldsanering. Kontakt och mer information: www.umea.se/budgetrad, budgetrad@umea.se, 090-16 10 00.

Energi- och klimatrådgivning

Kommunens energi- och klimatrådgivare ger tips och råd om hur du kan spara energi och bli mer klimatsmart i hemmet. Kontakt och mer information: www.umea.se/energirad, 090-16 10 00, energi@umea.se.

Familjerådgivning

Par och vuxna med samlevnads- och relationsproblem erbjuds familjerådgivning på Renmarkstorget 6 i centrala Umeå. Varje besök kostar 200 kronor. Boka tid på telefon 090-16 36 70.

Familjecentraler

På familjecentralerna får föräldrar träffa personal från barn- och mödravård, gå på öppen förskola och vid behov prata med personal från

socialtjänsten. Familjecentraler finns på Backen, Teg, Ersboda och Ålidhem och i Holmsund och Hörnefors. Läs mer på www.umea.se.

Ungdomshälsan i Umeå

Till ungdomshälsan kan ungdomar upp till 22 år vända sig för samtal om relationer, sex och preventivmedel eller tester för könssjukdomar, men också för samtal om studier, arbete, hälsa, droger eller psykisk ohälsa. Ungdomshälsan finns på Rådhusplanaden 3B och har både drop-in och bokade tider. Läs mer på www.umo.se. Telefon: 090-785 91 52.

Alkohol- och drogrådgivning för unga

Ungdomar som känner oro för sig själv eller andra när det gäller alkohol eller droger kan få stöd och hjälp hos alkohol- och drogrådgivningen för unga. Även anhöriga kan vända sig hit. Telefon: 090-16 53 50.

Alkohol- och drogmottagning för vuxna

Vuxna som har frågor om eller missbrukar alkohol eller droger och deras anhöriga kan få stöd och behandling av alkohol- och drogmottagningen. Telefon: 090-785 47 00.

Stöd för personer med funktionsnedsättning

Du som lever med en fysisk eller psykisk funktionsnedsättning har rätt till stöd och hjälp för att kunna leva ett aktivt och självständigt liv. Socialtjänstens mottagningsenhet ger mer information, telefon: 090-16 10 02.

Färdtjänst

Kommunal färdtjänst är en anpassad form av kollektivtrafik som finns till för dig som har särskilda behov och inte klarar att resa med bussar och tåg. Läs mer på www.umea.se/fardtjanst eller kontakta tillståndsenheten för färdtjänst: fardtjansten@umea.se, 090-16 10 14, måndag–torsdag, klockan 10–11.

Hemtjänst

Hemtjänsten kan hjälpa till med till exempel personlig omvårdnad, inköp, städning och tvätt. Du som är i behov av stöd i vardagen kan ansöka om kommunal eller privat hemtjänst. Socialtjänstens mottagningsenhet ger mer information, telefon: 090-16 10 02.

Bostadsanpassning

Du som har en funktionsnedsättning kan få bidrag att anpassa din bostad för att underlätta ditt dagliga liv i hemmet. Sök bidrag hos kommunen. Mer information och kontakt: www.umea.se/bostadsanpassning, 090-16 23 06, bab@umea.se.

Vård- och omsorgsboende

I Umeå finns vård- och omsorgsboenden för dig som är äldre och som behöver omfattande vård och stöd. Behöver du kortvarig vård eller har anhöriga som behöver avlösning finns det möjlighet att ansöka om plats för korttidsvistelse. Socialtjänstens mottagningsenhet ger mer information, telefon: 090-16 10 02.

Seniortorget

Är du intresserad av framtidens seniorliv, hur du kan planera och agera för att leva ett självständigt och gott liv? Seniortorget erbjuder dig tips och guidning som kan berika ditt liv. Besöksadress: Renmarkstorget 15. Mer information: umea.se/seniortorget.

Mötesplatser för äldre

Det finns flera mötesplatser dit du som är äldre kan komma för en stunds sällskap och att ta del av aktiviteter. Mer information om mötesplatserna och utbudet där får du på www.umea.se/motesplatser eller genom att kontakta socialtjänstens mottagningsenhet, telefon: 090-16 10 02.

Akut socialt stöd

Socialjouren ger socialt stöd i utsatta situationer, till exempel våld och övergrepp, missbruk eller om du misstänker att ett barn far illa. Kontakta socialjouren: 090-16 10 02 (dagtid), 090-16 30 50 (kvällar och helger) eller 112 (nattetid).

Mottagningsenheten ger råd och information

Du som vill ha mer information eller rådgivning om individ- och familjeomsorg, äldreomsorg och funktionshinderomsorg kan vända dig till socialtjänstens mottagningsenhet, telefon: 090-16 10 02.

Tänk brand-säkert hemma

Visst har du brandfilt, brandvarnare och brandsläckare hemma? Med rätt utrustning kan du själv begränsa skadorna om det börjar brinna. Din insats är viktig.



På bara några minuter kan ett rum bli fyllt av giftig rök. Så snabbt kan inte räddningstjänsten vara på plats. En brand kan växa fort och därför är det viktigt att agera direkt. Alla bränder är små i början och när branden är liten kan du släcka själv. Tänk igenom före hur du

ska agera och hur du tar dig ut om det börjar brinna.

Du bör också ha en gällande hemförsäkring. Då kan du få ersättning för dina saker om de skadas i en brand- eller vattenskada.

Stärk din hemberedskap

Sveriges beredskap bygger på att alla tar ett gemensamt ansvar. Vid en större kris måste de flesta vara beredda på att kunna klara sig själva en tid. Du behöver ha vatten, mat och värme och kunna ta del av information från myndigheter och medier.

Läs om hur du kan förbereda dig på www.krisinformation.se.

Krisinformation på webben

Vid en allvarlig händelse kommer kommunens webbplats att användas för att informera om vad som har hänt

och ge råd till allmänheten. Du kommer att hitta informationen på förstasidan, www.umea.se.



Väntar du på magnetkameraundersökning?

Evidia i Umeå erbjuder vanligtvis tid för undersökning inom en vecka. Remiss behövs. För information om hur du kan komma till oss, ring 010-171 61 90 eller se vår hemsida.



Välkommen att kontakta oss

Evidia Umeå Röntgen
Renmarkstorget 12C • 903 26 Umeå
Tel: 010-171 61 90 • evidia.se/umea



En av Sveriges mest växande städer behöver dig.

Bli en del av #Teamumeakommun

Umeå är en av Sveriges mest spännande städer. Kommunen är en stor arbetsplats och har en viktig roll i stadens utveckling och tillväxt. Här finns en imponerande bredd på kompetensen. Hos oss arbetar lärare, ekonomer, personliga assistenter, bibliotekarier, rektorer, undersköterskor, ingenjörer och många fler. Vi söker alltid nya medarbetare inom olika yrkesområden.

Vill du bli en av oss?

Se alla våra lediga jobb på www.umea.se/ledigajobb

Umeå kommun är regionens största arbetsgivare. Med gemensamma krafter skapar vi välfärd och samhällsnytta för kommunens invånare. Med jobbet följer goda utvecklingsmöjligheter. Välkommen till Team Umeå kommun!

**UMEÅ
KOMMUN**

www.umea.se



För all tid.

Trygghet där du är, även om olyckan är framme.
Vi hjälper dig att försäkra både ditt hem och din familj.

Umeå: Rådhusplanaden 11, 090-10 90 00



Hans Lindberg, kommunalråd och Janet Ågren, kommunalråd

Fotograf: David Nordlund.

Välkommen till Umeå!

Du kommer till en stad med goda utvecklings-
möjligheter och stark framtidstro. Som medlem i
Socialdemokraterna har du stora möjligheter att
påverka din nya hemkommuns framtid.

På vår hemsida kan du läsa mer om oss, vad vi står för
och hur du blir medlem!

umesosse.se

Följ oss på Facebook via facebook.com/umesosse
och Instagram via [@socialdemokraterna_i_umea](https://instagram.com/socialdemokraterna_i_umea)



Var med och halvera antalet hjärtattacker.

Hjärt Lungfonden

HJÄRTSJUKDOMARNA SKA BESEGRAS

Ring 0200 - 89 19 00

eller pg 90 91 92-7 eller www.hjart-lungfonden.se

Jag söker dig som vill göra skillnad.

Lars Öberg, västerbottning

Att arbeta för västerbottningarna är både meningsfullt och omväxlande. Vi som arbetar här drivs av att hela länet ska vara en trygg och stark region som människor vill leva i, flytta till, besöka och samarbeta med.

I Region Västerbotten behövs du som, precis som vi, gör skillnad för människor och vet att vi är hållbara ihop.



Skanna mig för att läsa mer om Region Västerbotten!

Få en inblick i våra olika arbetsplatser på regionvasterbotten.se/vara-arbetsplatser



ALLEMANSRÄTTEN MEDFÖR OCKSÅ SKYLDIGHETER

Den underbara svenska naturen står öppen för oss alla – att njuta av dofter, fågelsång, blommande ängar och skogens tysta ro. Men! Vi får inte skada växter, störa djur eller förstöra andras egendom. Var vaksam mot naturen och visa hänsyn mot människor och djur.

Du får gå, jogga, cykla, rida och åka skidor över annans mark – men inte över tomt, plantering och växande gröda. Håll avstånd till boningshus. Du som rider måste vara särskilt försiktig så att du inte skadar marken.

Om du passerar genom betesmark måste Du stänga grinden efter dig. Du får inte störa djuren och inte skada stängsel.

Du får tälta i markerna. Men du måste ha lov för att tälta nära boningshus, i grupp eller flera dygn på samma plats.

Bilar, mc, mopeder och andra motorfordon är förbjudna i terrängen. Du får parkera ditt fordon och ställa husvagnen direkt intill vägen om du inte hindrar trafiken eller dem som arbetar i skog och mark.

Du får förtöja båten, gå iland och bada vid annans strand utom i närheten av boningshus eller där landstigningsförbud gäller.

Lämna djurens bon och ungar i fred. Håll alltid hunden under noggrann uppsikt. Håll hunden kopplad 1/3 till 20/8.

Fiska med spö och liknande kan du göra fritt vid kusterna och i landets fem största sjöar. I övrigt vatten krävs tillstånd. Stör inte yrkesfisket. Kasta aldrig fiskelinor och krokar utomhus – det kan bli dödsfall för djuren.

Du får inte fälla träd och buskar. Det är också förbjudet att bryta kvistar och grenar, att ta bark och näver eller skada växande träd på annat sätt.

Att skräpa ned är förbjudet. Både djur och människor kan skadas av krossat glas, rostiga burkar, m m. Lämna din rast-plats så som du själv skulle vilja finna den.

Om det är minsta risk för brand får du inte elda – du kan bli skadestånds-skyldig om elden sprider sig. Släck mycket noga. Elda aldrig på klippor – de spricker och får obotliga sår.

INTE STÖRA – INTE FÖRSTÖRA
— det är huvudregeln för oss som är gäster i naturen.



NATURVÅRDSVERKET

UMEÅ GARNISON OCH SKYDDC BIDRAR TILL ETT **STARKARE** FÖRSVAR

Totalförsvarets skyddscentrum, SkyddC, är ett försvarsgemensamt kunskapscentrum för skydd mot kemiska, biologiska, radiologiska och nukleära (CBRN) hot och händelser. Inom Umeå garnison finns också Västerbottensgruppen vars uppgift är att utbilda, utveckla och vidmakthålla Västerbottensbataljonen och stödja frivilligorganisationerna i Västerbotten.

LIVSFARLIGT ÖVNINGS- OCH SKJUTFÄLT

Norr om Umeå garnison finns ett närövningsfält med skjutbanor och ett skjutfält. Vi övar där dagligen och på skjutfältet övar vi ofta med skarp ammunition. Eftersom kulorna kan färdas flera kilometer avlyser vi fältet och fäller ner bommar när vi övar. Du får vistas på skjutfältet. Men bara när vi inte är där och övar. Du är själv skyldig att ta reda på när fälten är stängda för allmänheten.

Tänk på att det är livsfarligt att vistas på fälten när vi skjuter skarpt. Tänk också på att bara för att vi inte syns till – eller att det inte smäller – betyder inte att det är ofarligt att gå in på våra skjutfält. Det är faktiskt vårt jobb att varken höras eller synas. Skjutfältet är markerat med skyltar, bommar och informationstavlor om när skjutövningar och annan farlig verksamhet pågår. Information finns även under *Skjutfält och avlysningar på forsvarsmakten.se/skyddc*

FÖRSVARSMAKTEN VÄXER

Enligt rådande försvarsbeslut ska Försvarsmaktens krigsorganisation växa både personellt och materiellt. Varje år kommer dessutom allt fler unga vuxna från hela landet att genomföra en militär grundutbildning med värnplikt på SkyddC. Det är den säkerhetspolitiska utvecklingen i närområdet som ligger till grund för satsningen på det svenska försvaret och att Försvarsmakten växer betyder att vi kommer öva mer på våra skjutfält.

Besök gärna forsvarsmakten.se för att läsa mer om vad Försvarsmakten gör för att försvara Sverige och skapa säkerhet i vårt närområde.



FÖRSVARSMAKTEN
TOTALFÖRSVARETS SKYDDSCENTRUM



Häng med på resan mot ett hållbart Umeå

På Cykelstället på Kungsgatan i centrala Umeå finns både cykelgarage, uthyrning av lådcyklar, servicestation med rinnande vatten och väderskyddade cykelparkeringar.

Foto: Umeå kommun

Det ska vara lätt att bli en del av omställningen till ett mer hållbart Umeå. På det här uppslaget får du tips som kan göra livet lite bättre för både dig och planeten.

Cykelstället på Kungsgatan

Välkommen till Umeås knutpunkt för cyklisterna i korsningen Kungsgatan/Västra Esplanaden. Du kan hyra en plats i Cykelställets låsta och uppvärmda garage. På Cykelstället finns väderskyddade parkeringar som alla kan använda. Där finns också plats för lite större cykelekipage, till exempel lådcyklar eller cykelkärror.

Du kan tvätta och reparera din cykel vid cykelservicestationen. Där finns standardverktyg som passar de flesta cyklar, tryckluft för att pumpa däcken och vatten både för att tvätta din cykel och fylla vattenflaskan. Vattnet är avstängt under vintersäsongen.

Låna en eldriven lådcykel

U-bikes eldrivna lådcyklar är lösningen för dig som vill storhandla, skjutsa barnen eller göra en utflykt utan att använda bil. Lådcyklarna kan lastas med upp till 75 kilo och batteriet räcker i cirka 6 mil.

En av dem som flitigt lånar lådcykel är Mikael Lundbäck. Hans familj har visserligen en helt egen lådcykel som de använder varje dag, men det finns tillfällen då de behöver lite mer kraft.

– U-bike har bättre motor så när vi ska cykla längre eller skjutsa barnen till aktiviteter och kalas i andra stadsdelar lånar vi en lådcykel.

Mikael och hans familj bor centralt i Umeå och insåg att bilen mest bara stod still och kostade pengar under veckorna.

– När vi började tänka efter insåg vi att det är bättre att cykla, ekonomiskt, miljömässigt och hälsomässigt.

Mikael tror att det finns fler som skulle ha nytta av att låna en lådcykel från u-bike.

– Om du vill slippa köra runt bilen i stan är u-bike perfekt om du behöver handla eller skjutsa barn någonstans. Jag har också sett studenter som använder u-bike för att flytta. Testa att köra en eldriven lådcykel, det är billigt att gå med i cykel-poolen.

Läs mer på www.umea.se/u-bike.



En av elbussarna som rullar på Umeås gator för att minska buller och utsläpp. Sedan början av 2017 är Umeås lokaltrafik fossilfri.

Foto: Fredrik Larsson

Res smidigt och smart

App gör bussresan smidig

Med appen "Ultra" blir dina bussresor i Umeå lite enklare. Sök enkelt nästa avgång från närmaste hållplats eller spara dina viktigaste tidtabeller i appen. Köp enkelbiljetter, periodkort och besöksbiljett direkt i appen med Swish, Klarna eller betalkort. Läs mer på www.tabussen.nu.

Hitta vinterns bästa cykelväg

Hör du till dem som tror att det är omöjligt att cykla i Umeå på vintern? Det kanske inte är lika härligt som under sommarhalvåret, men det är faktiskt inte så svårt som det kan verka. Förutom att du får finfin vardagsmotion gör du också en viktig insats för att minska luftföroreningarna på vintern, när problemen är som störst. Några tips för en smidig och säker vintercykling:

- Skifta till vinterdäck.
- Klä dig lager på lager.
- Använd hjälm.
- Se till att du syns bra med cykellyse och reflexer.
- Ta reda på vilka vägar som plogas och sandas först på www.umea.se/cykel.

Få koll vid cykelöverfarten

På senare år har Umeå fått flera nya cykelöverfarter som ska

göra framkomligheten bättre för Umeås alla cyklisterna. Har du koll på vilka regler som gäller för cyklisterna och bilister vid en cykelöverfart och en cykelpassage med och utan väjningsplikt? Om inte, läs mer på www.umea.se/cykeloverfart.

Ta cykeln sista biten

Pendlar du med bil till Umeås centrala delar? Då kan "Park and Bike" vara något för dig. Det är en parkeringslösning där du parkerar en bit utanför centrum och cyklar sista biten. Du får billigare parkering, daglig motion och har din cykel tillgänglig för resor under dagen. Samtidigt bidrar du till att göra luften i Umeås centrum bättre. Läs mer på www.upab.umea.se.

Dela bil med andra

Står din bil oftast parkerad? Varför inte testa att dela med andra? I Umeå finns några olika möjligheter att dela bil istället för att äga en egen, till exempel Björkstadsens miljöbilpool och Rulla.

El-laddning

Det finns laddplatser på många ställen i Umeå. Ta hjälp av kommunens energi- och klimatrådgivningen om du ska installera en laddplats för din bil. Läs mer på www.umea.se/energirad.

Energitjuvar och möjligheter i hemmet

Råd om energi helt gratis

Energi- och klimatrådgivningen i kommunen erbjuder kostnadsfria råd om allt som har med energi att göra. Vilken värmekälla är bäst för miljön? Hur ska jag renovera för att minska energiförbrukningen i en villa? Vad ska jag tänka på inför en solcellsinstallation? Vad krävs för att sätta upp en laddstolpe för en elbil?

Du kan vända dig till energi- och klimatrådgivningen när du bygger nytt, byter bil, renoverar,

köper nya vitvaror eller bara vill se över energianvändningen i din bostad.

Läs mer på www.umea.se/energirad.

Bli energismart med grendosa

Den mest klimatsmarta kilowattimmen är den du aldrig använder. Dina apparater och laddare drar en hel del energi även när du inte använder dem. En grendosa med strömbrytare gör det enkelt att undvika onödig energianvändning.

Handla hållbart

Mer återbruk – mindre avfall

I Umeå och Sverige är vi väldigt bra på att sopsortera och återvinna, men samtidigt har vi aldrig slängt så mycket skräp som vi gör nu. Genom att återanvända, dela med andra och bara handla det du verkligen behöver kan du minska avfallet och spara på både ekonomi och miljö. Köp verktyg ihop med granarna, sälj det du inte längre använder och ta tillvara på det du redan har.

Tips för att minska avfall:

- Hitta verksamheter i Umeå där du kan hyra, byta, låna, ge och få genom smartakartan.se. Var gärna med du också och bidra till kartan genom att tipsa om ditt eget eller någon annans initiativ.
- Rädda mat med appar som "Karma" och "Too Good To Go" där restauranger, kaféer och butiker lägger ut överblivna produkter till försäljning.

- Låna sport- och fritidsutrustning gratis via Fritidsbanken, www.fritidsbanken.se.
- Hitta reparationsverkstäder och second hand-butiker på www.miljonär.se.
- Revolt återbruksgalleria i MVG-gallerian är en cirkulär marknadsplats med secondhand-butiker, plant- och klädbytdagar, barnkläder och leksaker. Läs mer på www.revoltumea.se.
- Hyr sport- och fritidsutrustning via till exempel Sareks friluftsboutik eller Naturkompaniet.

Handla lokalproducerad mat

- Handla från lokala producenter på www.marknader.bondensegen.com.
- Hitta gårdsbutiker på www.visitumea.se.
- Handla lokalproducerad mat utan mellanhänder via REKO-ring Umeå som du hittar på Facebook.







HÅLL SVERIGE RENT®

Skräpet finns överallt
– i staden, i naturen och i havet.

Ditt bidrag behövs för att hålla Sverige rent.

Plocka #ettskräpomdagen
Swisha till 90 02 817
PlusGiro: 90 02 81-7

www.hållsverigerent.se

Energi- och klimatrådgivningen Umeå kommun

Vi erbjuder kostnadsfri och opartisk energi- och klimatrådgivning till dig som är nyinflyttad Umebo. Nu har du chansen att både minska dina energikostnader samtidigt som du minskar klimatavtrycket och bidrar till ett mer hållbart Umeå.

Vi kan ge råd om bland annat:

- Solceller
- Laddplats för elbil
- Energirelaterade bidrag
- Uppvärmning och ventilation
- Tilläggsisolering och fönsterbyte
- Hur du kan sänka dina energikostnader
- Åtgärder för att minska ditt klimatavtryck

Kom i kontakt med oss och boka in en energirådgivning:

Telefon: 090-161000 och fråga efter energi och klimatrådgivarna.

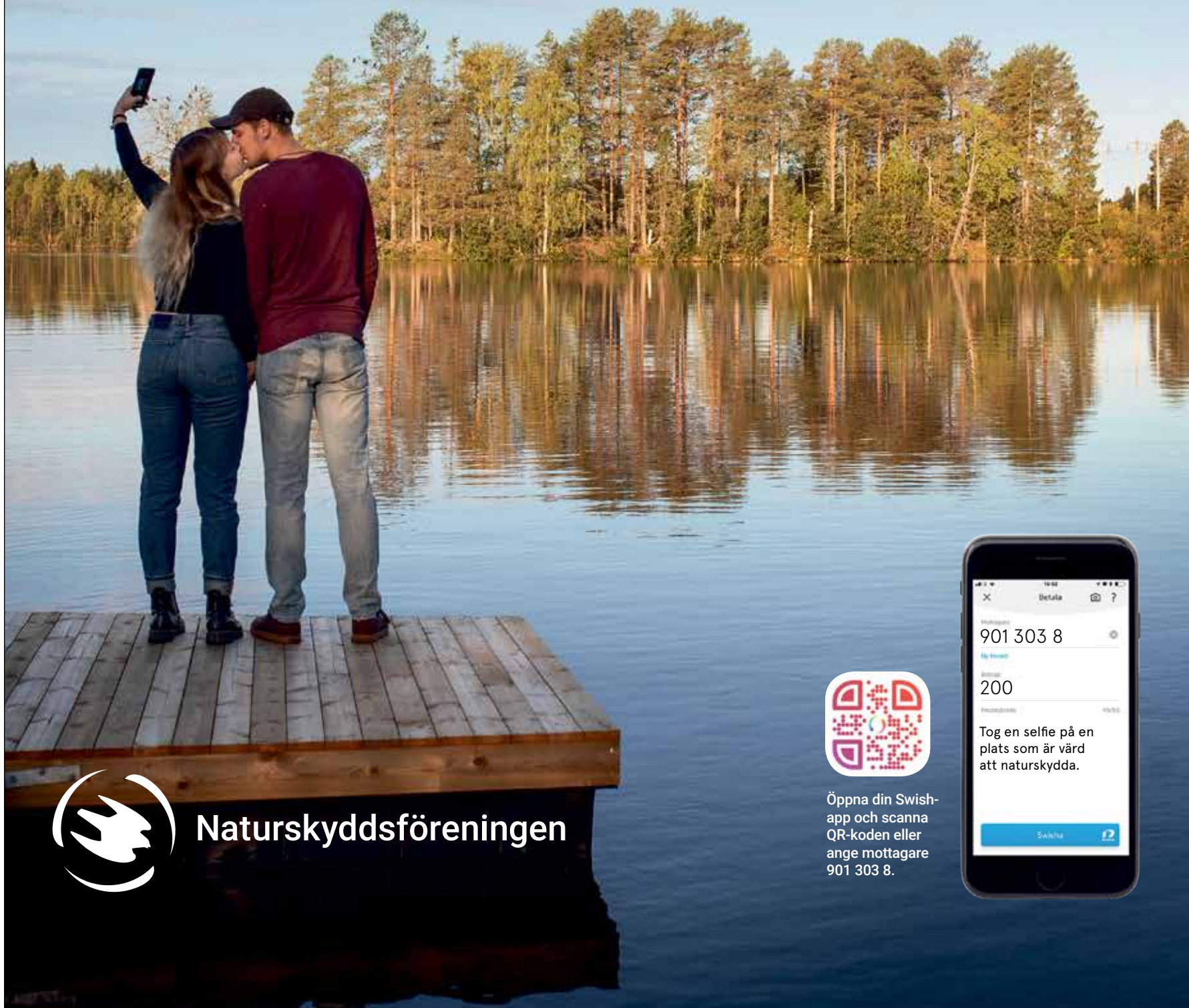
Mail: energi@umea.se

**UMEÅ
KOMMUN**



Vissa naturupplevelser gör att man bara måste ta fram mobilen

Swisha en stor eller liten gåva till Naturskyddsföreningen och stöd kampen för natur och miljö. Vilken upplevelse vill du naturskydda?



Naturskyddsföreningen



Öppna din Swish-app och scanna QR-koden eller ange mottagare 901 303 8.



Professionell telefonpassning

Prova oss under tre
månader utan
bindningstid och
fasta avgifter.

033-700 71 00
www.diatel.se



DIAGONAL TELEFONPASSNING
Box 55157, SE-504 04 Borås

Hållbara tillsammans.

Under marken finns det många mil rör. De behövs för att leda bort avloppsvatten från våra hem, regnvatten från våra gator och skicka dricksvatten till våra kranar. Vakin arbetar för att allt detta ska fungera - det gör vi dygnet runt, året runt.

Tack för att du använder vattnet klokt. Tillsammans med dig når vi en hållbar vattenanvändning.

vakin.se/sparavatten

#hållbarvattenanvändning



Tillsammans bygger vi det hållbara samhället