



SAXNÄS...

...vem vet, kanske vi är där när du
läser detta för nu har vi semester.

Men håll ut!

Den 10/8 öppnar vi igen med förnyade
krafter och då är vi ivriga att ta emot
nya annonser från just **DIG!**

Första bladen efter semestern
delas ut torsdag 13/8.
Manusstopp 10/8 kl 12.00.



VARI-tryck

Tel: 0940-152 40

E-post: post@varitryck.se

Hemsida: www.varitryck.se

Välkommen till Åsele-Fredrika församling

Söndag 26/7 kl 11.00, Mässa, Fredrika kyrka.

Ronny Thellbro, Greger Jonsson.

Söndag 2/8 kl 11.00, Mässa, Åsele kyrka.

Ronny Thellbro, Greger Jonsson.

Söndag 9/8 kl 11.00, Gudstjänst, Fredrika kyrka.

Ann-Sofie Elveljung Johansson, Ulla Sjöblom.



Svenska kyrkan

Åsele-Fredrika församling

Vi önskar er alla en härlig sommar!

Filadelfia

VASAGATAN 10, ÅSELE

Söndag 9/8 kl 11.00 Bibel & Bön. Nattvard.

VÄLKOMMEN!



AA Åsele – Onsdagar kl 18.00. Träffpunkten, Finnpåls väg 10.

FÖLJ MED UT!



Välkomna att följa med på en gratis bussutflykt till Stockholmsgatorna söndag 16 augusti!

Avfärd från Kulturhuset kl 12.00.

Anmälan: Mejla till klippanasele@spfseniorerna.se eller telefon 0730-35 88 15. Anmäl dig till bussresan för säker plats. Det går också bra att komma som "drop-in" utan anmälan, i mån av plats.

Resan görs genom kommunens projekt "Följ med ut" och under denna resa står SPF Seniorerna Klippan som värd.

SPF bjuder på korv och dryck. Guide för dagen är Christian Ortner.

MED FINANSIERING FRÅN



ÅSELE KOMMUN
Sjeltien tjelte

SPF
SENIORERNA

**tillväxt
verket**

ÅSELE-NYTT Inlämningsställe Åsele: OKQ8.

Ansvarig utgivare: VARI-tryck, Vilhelmina, Mattias Ek. Bladet omfattas av varannandags-utdelning och utkommer tisdagar och onsdagar med några få undantag. Manusstopp onsdagar kl 17.00 om inget annat anges. Utdelas till samtliga hushåll i Åsele kommun.

Adress: VARI-tryck, Volgsjövägen 94C, 912 32 Vilhelmina. **Tel:** 0940-152 40.

E-post: post@varitryck.se **Hemsida:** www.varitryck.se

Bokade, ej inlämnade annonser faktureras. För stavfel i annonser där innehållet ändå framgår tydligt ansvaras ej.

www.varitryck.se



Cancerforsknings-
fonden i Norrland

www.cancerforskningsfonden.se • Tel. 090-785 28 54

**Stöd forskningen
med en gåva!**



**G
A
R
A
G
E** **Port**
Proffs Trygghet
& Kvalité

**Dags att byta garageport?
Boka ett kostnadsfritt mätbesök.**

Mail: vasterbotten@portproffs.se

Mobil: 070-278 36 46

STÄDSERVICE
RENTFIX (TIDIGARE STÅD
OCH ALLTJÄNST
I ÅSELE)

Klipp ut & spara ✂

Godkänd för
RUT- och
ROT-avdrag

 Flyttstädning  Hemstädning
 Trappstädning  Kontorsstäd

tatyana.karimova.1991@gmail.com
info@rent-fix.se | www.rent-fix.se
 www.facebook.com/Rentliv

 **RENTFIX**
072 941 64 55



Handelsbanken

Sommartider på banken

Vi vill önska alla våra kunder i Vilhelmina, Dorotea och Åsele en riktigt fin sommar!

Vårt kontor i Vilhelmina har öppet hela sommaren, vardagar 10.00–13.00.

Under veckorna 28–32 har vi begränsad bemanning på grund av semester. Då kan vi hjälpa till med enklare vardagsärenden, men vi har inte möjlighet att erbjuda rådgivningsmöten. Handläggningstiden för låneärenden kan också vara något längre än vanligt. Tack för din förståelse och varmt välkommen!

Volgsjövägen 36, Vilhelmina
handelsbanken.se/vilhelmina

Skogsfastigheter sökes av danska investerare.

Svensktalande 0045-43 33 29 79. Mail: info@nord-net.dk

Ni missar väl inte att anmäla er till SPF:s

PUB-kväll med Jacke Sjödin

Torsdag 13/8 kl 18.30-22.00, Kulturhuset.

Anmälan till Bengt 0730-35 88 15 eller på BA:s senast 6/8.

Alla seniorer välkomna till en trevlig & framförallt



**Studieförbundet
Vuxenskolan**

rolig kväll på Kulturhuset!

**SPF
SENIORERNA**

**Klippan
Åsele**



**DIABETES
KAMPEN**

Stöd forskningen!

**Bli månadsgivare
eller swisha en
gåva till
123 90 07 741.**



**Svenska
Diabetesförbundet**

KONSERT ÅSELE KYRKA

**Fri
entré!**

Måndag 27 juli kl 19.00



Robert Pauker – Piano & orgel

It's a Grand Night For Singing

Sångaren Björn och organisten Robert tar oss med på en musikalisk resa i filmens och musikalens värld. Vi bjuds på sånger ur klassiker som "Les Misérables" och "Jesus Christ Superstar" samt episk filmmusik ur "The Lord of the Rings" och "Star Wars" i orgelversion...



Björn Larsson – Basbaryton



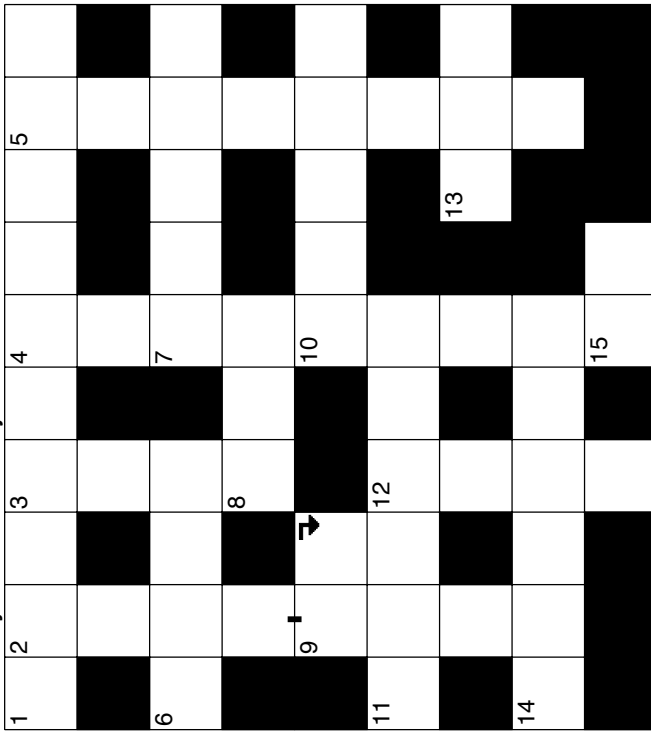
**Svenska
kyrkan**

Åsele-Fredrika
församling

Välkommen!

sensus

Melodikrysset v.30 - 25 jul 2026



Melodikrysset lördag kl. 10.03 i P4. Lösningen ska vara inne senast onsdag i nästa vecka

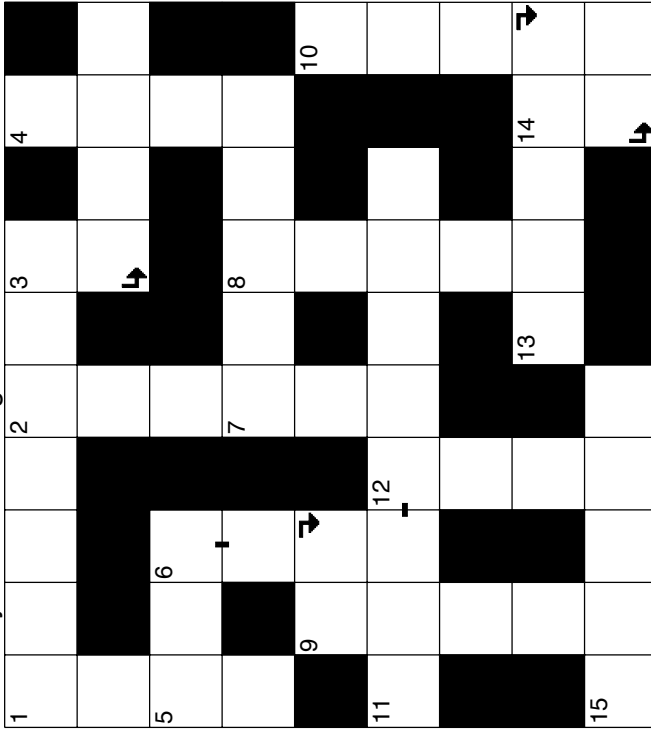
Adress: Melodikrysset, Sveriges Radio P4, 109 12 Stockholm

Namn:

Adress:

Postadress:

Melodikrysset v.31 - 1 aug 2026



Melodikrysset lördag kl. 10.03 i P4. Lösningen ska vara inne senast onsdag i nästa vecka

Adress: Melodikrysset, Sveriges Radio P4, 109 12 Stockholm

Namn:

Adress:

Postadress:

Reumatiker förbundet

Reumatikerföreningen
Södra Lappmarken

Inbjuder till HÄLSODAG

Onsdag 12/8, Vilhelmina Folkets Hus

Program:

09.30 Fika (Anmälan krävs) Information och vi startar försäljning av lotter.

10.00 Föreläsning Lyssna till John Skoog från Umeå Posturalklinik som berättar om postural träning!

Metoden syftar till att återställa kroppens naturliga balans och rörelsemönster genom individuellt anpassade övningar och behandlingstekniker. På plats kommer du lära dig hur metoden fungerar, vad som skiljer den mot andra träningsmetoder och själv få känna på hur hela kroppen hänger ihop. **Drop in.**

Vill man boka in en tid för en privat behandling med efterföljande träningsprogram finns ett fåtal tider ute på eftermiddagen den 12 augusti.

Läs mer och boka här: <https://www.bokadirekt.se/places/umea-posturalklinik-133540>

11.00 ➤ **Bad med fysioterapeut Elin Örnberg från Reumatologen Lycksele Lasarett.** ➤ **Bowling**

➤ **Sittgympa** ledd av Vivianne Svanlund. **(Anmälan krävs)**

12.00 Lunch (Anmälan krävs)

13.30 Föreläsning av Yngve Gustavsson Professor emeritus i Geriatrik vid Umeå Universitet. Specialist i åldrandet talar om "Kunskaper om åldrandet en förutsättning för en god vård och omsorg". **Drop in.**

15.00 RULLATOR-RACE (Anmälan krävs) Rullator är huvudfordonet, men vi tillåter även rullstol, käppar eller stavar. Klä ut dig och pynta din rullator/stavar/ rullstol.
Säkerhet: Bromsarna måste fungera och deltagarna ska hålla ett säkert avstånd till varandra. Det finns flera startgrupper där man kan delta i antingen gång- eller rulltempo.
Priser: Diplom och medalj delas ut till alla som fullföljer. Priser delas även ut i kategorier som "bästa utsmyckning" och "folkets jubel".

16.00 Fika, prisutdelning och lotteridragning.

➤ **OBS! Glöm ej att anmäla dej till aktiviteterna och fika, mat, allergi.** ➤
Vivianne 070-324 73 29, Kerstin 070-279 39 37, senast 2 augusti.

"Kan mat göra oss mindre sjuka"? Vid ett bord fås information om hämmande inflammatorisk mat, studiecirkel vi läser och om Förbundet.

Bussar ordnas från Åsele, Dorotea, Tärnaby, Storuman om tillräckligt många anmälningar inkommer.

VARMT VÄLKOMNA!

Allt är GRATIS!

hälsar styrelsen i samarbete med



Socialstyrelsen



region
västerbotten

