



Kontaktformulär

Företagare -

vill du nå alla i Kalix?

Välkommen att kontakta oss på Kalix Gratistidning så hittar vi på en bra lösning!

Nästa utgivning - Vecka 21

Monica Stubé
070-515 80 07

Åke Tapani
070-330 50 67



Gratis till alla hushåll i Kalix • Årgång 5 • annons@gratistidning.com • tipsa@gratistidning.com • kalix.gratistidning.com

Innehåll

- Familjesidan..... sid 4
- Bostadsblocket..... sid 6-7
- Jobb & Karriär..... sid 8-9
- Motorblocket..... sid 10-13
- Nöje & Evenemang... sid 14-15



Tankar inför helgen
Vägen till livet.

sid 4

BOSTAD



Bostadsblocket

- i Kalix Gratistidning.

sid 6-7

BUSINESS
NORRBOTTEN

sid 8-9

MOTOR



Motorblocket

- i Kalix Gratistidning.

sid 10-13



Mat & Dryck

Erik
Grödahl

sid 14



Krönika

Tina
Persson

sid 15



Deltagande industrier, elnätsbolag, Energimarknadsinspektionen, diskuterade regelverk, kommunikation och nya arbetsätt. Foto: Länsstyrelsen

Elnätsbolag, stora industrier och myndigheter kraftsamlar för energiomställning i Norrbotten

Den 14 april samlade Länsstyrelsen Norrbotten elnätsbolag, stora industrier och Energimarknadsinspektionen inom arbetet med Norrmodellen. Gruppen träffas för att genom konstruktiv dialog och samverkan gemen-

samt hitta vägar framåt för en långsiktig och konkurrenskraftig energiomställning i Norrbotten.

Läs mer på sidan 9.

Autoexperten

BILVERKSTAD



PILKEMASTER®

EVO
B6HC



SCAN ME

AUTOMOWER®
INSTALLERAT & KLART
Från 14.990 SEK



LORRIES
No worries!



CFMOTO



MASKINER-KUNSKAP-VERKSTAD



AHLMARKSV. 1 +46 922-141 50



BILAGA I
TIDNINGEN



Suicide Zeros kommunbarometer 2026:

Så klarade sig Norrbottens län

Vid årsskiftet beslutade regeringen att satsa miljoner på kommunal suicidprevention. Satsningen kommer i ett läge där kommunernas självmordsförebyggande arbete tycks ha mattats av. Det visar Suicide Zeros nya kommunbarometer.

År 2024 tog 39 människor i Norrbottens län sina liv (statistik för 2025 publiceras i september). Genom närheten till medborgarna har varje kommun stora möjligheter att bidra till att förebygga självmord. I Norrbottens län är det endast fem av

elva svarande kommuner som har över 15 poäng i Suicide Zeros kommunbarometer och därmed kan anses bedriva ett utvecklat arbete med suicidprevention. Övriga kommuner fick färre än poäng och behöver vidta åtgärder för att förbättra arbetet.

Poängen ger en indikation på hur långt en kommun kommit i sitt självmordsförebyggande arbete. Höga poäng behöver dock inte betyda att en kommun i alla avseenden lyckats med sitt jobb. På samma sätt kan en kommun som fått låga betyg göra bra insat-



För fjärde gången undersöker Suicide Zero kommunernas självmordsförebyggande arbete. Foto: Suicide Zero

ser inom områden som kanske inte fångas upp i undersökningen.

– Det är positivt att flera kommuner i Norrbotten har tagit steg för att arbeta mer systematiskt med suicidprevention. Samtidigt ser vi stora skillnader mellan kommunerna och flera kommuner behöver utveckla sitt arbete, säger Linn Enheim, regionansvarig på Suicide Zero.

Det är fjärde gången (första gången sedan 2024) Suicide Zero publicerar sin kommunbarometer, där landets kommuner fått svara på frågor om sina insatser för att förebygga självmord. Årets resultat

visar att drygt två av tre av Sveriges kommuner (156) får ihop 16 poäng eller mer vilket talar för att det i många av de kommunerna finns en struktur för arbetet och insatser inom flera olika förvaltningar. Samtidigt skvallrar barometern om att utvecklingen inte gått nämnvärt framåt sedan 2024 års undersökning.



Här kan du läsa hela artikeln:

Källa: Via TT

REDAKTIONEN
redaktion@gratistidning.com

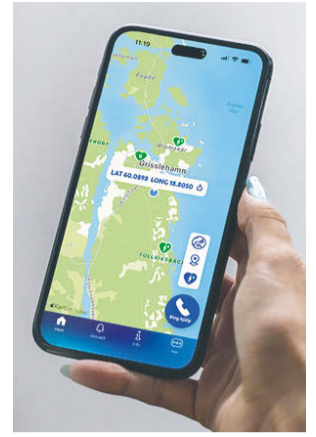
112-appen visar nu var närmaste hjärtstartare finns

Med start denna vecka kommer de 1,8 miljoner användare som har 112-appen att kunna se var närmaste hjärtstartare finns. Det här blir möjligt genom ett samarbete mellan SOS Alarm och HLR-rådet.

Vid ett plötsligt hjärtstopp är varje sekund viktig för den drabbades chanser att överleva. I ett akut läge ska man alltid ringa 112 och följa operatörens instruktioner. Som ett komplement införlivar SOS Alarm tillsammans med Svenska rådet för hjärt-lungräddning (HLR-rådet) nu också ett kartlager i 112-appen som gör det möjligt att lokalisera närmaste hjärtstartare.

– Genom att göra publika hjärtstartare lättare att hitta, hoppas vi att fler ska vara bättre förberedda vid ett hjärtstopp. Förhoppningen är att det ska bidra till snabbare hjälpinsatser i ett tidigt skede så att fler liv går att rädda, säger Rebecka Andreasson Lindin, tjänsteansvarig för 112-appen på SOS Alarm.

I praktiken fungerar det så att alla de hjärtstart-



Vid ett plötsligt hjärtstopp är varje sekund viktig för den drabbades chanser att överleva. Foto: SOS Alarm

are som är registrerade i Hjärtstartarregistret, i och med den här uppdateringen blir synliga direkt i 112-appen. Den nya kartvyn blir tillgänglig för användare av 112-appen genom den uppdatering (version 1.18) av mobilappen som skickas ut till Android och iOS fram till och med nästa vecka.



Läs hela artikeln här:

Källa: ViaTT

REDAKTIONEN
redaktion@gratistidning.com

Placering (1 - 232)	Kommun	Poäng 2026	Poäng 2024	Poäng 2023	Poäng 2022
14	Bodens kommun	27	24	19	15
20	Luleå kommun	26	14	14	10
74	Piteå kommun	21	14	17	12
74	Övertorneå kommun	21	5	12	Deltog ej
106	Överkalix kommun	19	Deltog ej	Deltog ej	Deltog ej
183	Gällivare kommun	13	9	Deltog ej	Deltog ej
183	Haparanda stad	13	Deltog ej	Deltog ej	5
183	Kiruna kommun	13	6	Deltog ej	Deltog ej
190	Kalix kommun	12	14	7	4
213	Arvidsjaurs kommun	8	7	Deltog ej	Deltog ej
224	Arjeplogs kommun	5	4	5	Deltog ej

För fjärde gången undersöker Suicide Zero kommunernas självmordsförebyggande arbete. Foto: Suicide Zero

KALIX GRATISTIDNING

POSTADRESS

Kalix- och Norrbotten Gratistidning
Hermelinsgatan 1
972 34 LULEÅ

Vxl: 0920-40 72 20

Boka via E-post: boka@gratistidning.com

Boka via Webb (Självservice): bokagt.se

Manus: annons@gratistidning.com

Tipsa: tipsa@gratistidning.com

Webb: kalix.gratistidning.com

ANSVARIG UTGIVARE

Peder Gidlund, 070-590 95 69
peder.gidlund@gratistidning.com

PRIVATANNONSDOITYOURSELF

Webb: privat.gratistidning.com



Vi ger ut lokala gratistidningar i Norr- och Västerbotten. De delas GRATIS ut varje vecka (några en gång/månad) till hushåll och den totala upplagan är över 206 000 ex.

Vi ger även ut specialtidningar som Glad Sommar för turister och fokus på näringslivet genom Business Norrbotten (fyra gånger/år).

BOKA ANNONSERING

Boka annons eller frågor - välkommen att kontakta oss!



Peder Gidlund
070-590 95 69
peder.gidlund@gratistidning.com



Monica Stubé
070-515 80 07
monica.stube@gratistidning.com



Åke Tapani
070-330 50 67
ake.tapani@gratistidning.com



Urban Wallton
070-495 30 40
urban.wallton@gratistidning.com



Maria Salonen
070-620 99 22
maria.salonen@gratistidning.com



Anette Holmqvist
070-190 15 91
anette.holmqvist@gratistidning.com



Anders Långström
070-190 15 90
anders.langstrom@gratistidning.com



Victoria Timander
070-543 33 35
victoria.timander@gratistidning.com

Ni kan även gå in på www.gratistidning.com eller skicka e-post till boka@gratistidning.com

GRATISTIDNINGEN - KAN DU LITA PÅ

LOKAL

HÖG RÄCKVIDD

GER EFFEKT

VÅRA MANUSSTOPP

för garanterad korrektur
torsdagar kl. 12.00

Tryckfärdiga annonser
måndagar kl. 15.00

Maila gärna in era
bokningar och manus på:
annons@gratistidning.com

– skanna QR-kod!
Direktlänk till
bokningssida på webben.



Boka annons i Gratistidningen via webben - snabbt och enkelt!



bokagt.se



Världsunika studier: OLIN-studierna följer människor över ett helt liv. Foto: Region Norrbotten

30 000 norrbottningar får enkät om astma och KOL

Nu skickas en omfattande enkät ut till 30 000 norrbottningar som en del OLIN-studierna. Syftet är att följa utvecklingen av astma, allergi och andra luftvägssjukdomar över tid. Kunskapen är viktig för framtidens förebyggande vård och behandling.

OLIN-studierna (Obstruktiv Lungsjukdom i Norrbotten) har pågått sedan 1985 och är unika både i Sverige och internationellt. Genom att återkommande, ungefär vart tionde år, följa samma personer kan forskarna se hur luftvägshälsan förändras över ett helt liv.

– Alla svar är viktiga,

både från dem som har luftvägsbesvär och från dem som inte har det. Det är först då vi får en rättvis bild av hur befolkningens hälsa faktiskt ser ut, säger Helena Backman, forskare inom OLIN-studierna vid Region Norrbotten och docent vid Umeå universitet.

Följer samma personer sedan 1990-talet

De som nu får enkäten har deltagit i tidigare undersökningar sedan 1996 och bjuds in igen för att forskarna ska kunna följa hälsoutvecklingen över tid. Även ett nytt urval av individer som tidigare

inte deltagit bjuds in. Studien omfattar frågor om bland annat astma, allergi, KOL och andra luftvägssymtom. Enkäten tar cirka 10–15 minuter att besvara och kan göras digitalt eller på papper.

– Den här typen av långtidsstudier ger oss kunskap som inte går att få på något annat sätt. Resultaten används både i forskning och som underlag för hur vården kan utvecklas och förbättras, säger Helena Backman.

Källa: Region Norrbotten

REDAKTIONEN
redaktion@gratistidning.com

H M HERMANSONS HANDELSHUS HAPARANDA

Porten mot öster

Den sista kringbyggda lanthandeln i hela Norrland med en butiksinteriör som minner om svunna tider.

Nytt och gammalt: Kläder och läder, LP-skivor och en stor loppis med unika, antika, nostalgiska rariteter!

Öppettider:
Torsdag 11-15
Fredag 11-15
Lördag 10-13
Eller enligt ö.k

Du kan boka en guidad rundtur hos oss!

Besök oss!
Storgatan 74, 953 37 Haparanda
073-513 89 19
infohmhermanson@gmail.com
f HM Hermanson

Res smartare!

Köp biljett i appen eller ladda ditt busskort online

APPEN 'LÄNSTRAFIKEN NORRBOTTEN'

Planera och köp din resa – direkt i mobilen!

- Aktuella avgångstider och hållplatser nära dig
- Betala med bankkort, Swish, Klarna eller företagsfaktura
- Köp biljetter för länsbuss eller för lokalbuss i Boden, Gällivare, Haparanda, Kalix, Kiruna, Luleå och Piteå
- Nyhet! 10-resorsbiljett över länsgräns med 10% rabatt
- 20 % rabatt vid köp av 2–8 enkelbiljetter samtidigt, oavsett ålder

*Gäller ej Fjällinjerna. Rabatten dras automatiskt i appen.

'MINA SIDOR' PÅ WEBBEN

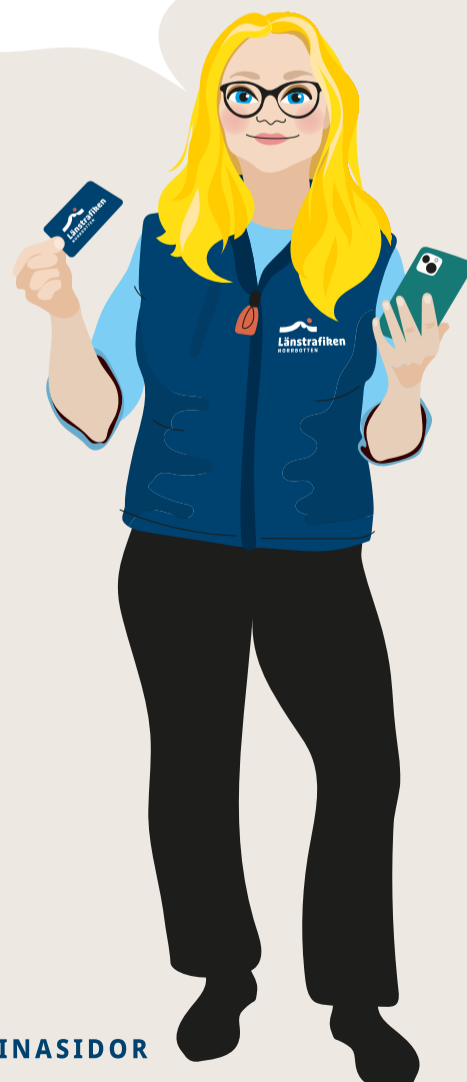
Ladda busskortet eller köp digital biljett – snabbt och enkelt!

- Biljetten blir redo direkt
- Välj mellan app eller busskort
- Hantera biljetter för dig och familjen
- Skicka biljetter till andra användare
- Samma betalalternativ som i appen



SCANNA QR-KODEN
FÖR ATT LOGGA IN
PÅ 'MINA SIDOR'

SKAPA ETT KONTO SÅ
SLIPPER DU OROA DIG
– BILJETTERNA FINNS KVAR
ÄVEN OM MOBILEN ELLER
KORTET INTE GÖR DET.





Drygt 50 personer kom till kyrkogården. Foto: Agnes Asker, Luleå stift

Återgravsättning på Hietaniemi kyrkogård

Den 16 april återgravsattes kvarlevor efter två barn på Hietaniemi kyrkogård. De begravdes runt år 1715 och hittades vid de arkeologiska utgrävningarna sommaren 2025.

Drygt 50 personer kom till Hietaniemi kyrkogården 16 april för att vara med då kvarlevor efter två små barn återgravsattes. Utgrävningarna har väckt stort intresse i bygden och inte helt osannolikt finns det ättlingar till dem kvar i närområdet.

Barnen tros ha begravts omkring år 1715 och togs omhand i samband med de arkeologiska utgrävningarna som gjordes förra sommaren, efter

den ödesdigra branden i september 2023.

Magnus Aasa, t.f. kyrkoherde i Övertorneå församling, berättade att Sverige befann sig i krig år 1715, freden kom inte förrän 1721.

– Befolkningen var märkt av livets och krigets umbäranden, många barn dog i tidig ålder. För 310 år sedan stod deras föräldrar här för att ta avsked av sina barn, sa han bland annat.

Omhuldade och inbonade i tyger

Efter röntgen på Kalix sjukhus kunde arkeologerna konstatera att barnen de hittat varit omhuldade och älskade. Kistorna är välgjorda och

barnen omsorgsfullt nedlagda, inbonade i tyger.

– Våra tankar får gå till föräldrar i vår tid som drabbas av samma sorg, sa Henrik Näslund, präst och arbetsledare i församlingen.

Efter bön på svenska och finska sänktes den intakta kistan och kartongerna där kvarlevorna förvarats av arkeologerna ned i den förberedda graven.

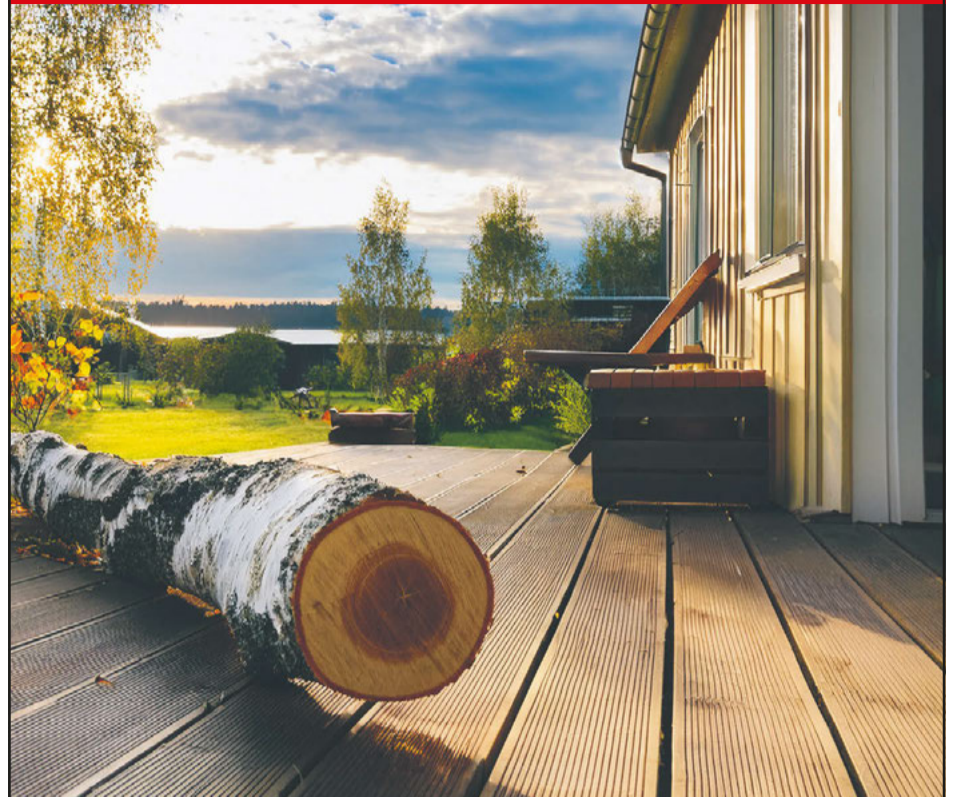
Källa: Svenska kyrkan

Läs hela artikeln här:



REDAKTIONEN
redaktion@gratistidning.com

TANKAR INFÖR HELGEN



FJÄRDE SÖNDAGEN I PÅSKTIDEN

VÄGEN TILL LIVET

Åånej, ropade jag halvhögt för mig själv när jag såg hur en gren av den stora björken föll och slog i altanfönstret. Jag hade blivit ombedd att fälla ut en stor björk som stod på min väns tomt. Det var mitt i ett villaområde med hus runt omkring.

Med hjärtat i halsgropen tog jag mod till mig och sågade ner den stora björken och hoppades att det skulle gå vägen. Idag skulle jag definitivt inte göra om det utan i dag skulle jag ringt en arborist, en riktig auktoriserad skogshuggare för att vara säker på att allt skulle gå rätt till. En gren från den stora björken slog i altanfönstret men det blev ingen katastrof eftersom jag visste att i uthuset hemma hade jag ett likadant fönster som jag snabbt kunde byta ut. Husägaren blev mycket nöjd över resultatet med björken och fönsterbytet.

Varför jag skriver om min lyckade och misslyckade trädfällning är att jag fick några bilder från mågen som fällt ut några träd på sommarstugedomten. Han var klok och sökte hjälp av en kamrat som hade vanan inne att såga med motorsåg. Bilderna han skickade visade att efter trädfällningen blev hela tomten så mycket ljusare.

När jag fällde den stora björken mitt i villaområdet då upplevde jag en känsla av ett misslyckande mitt i att fällningen blev lyckad.

Misslyckande därför att en gren slog sönder altanfönstret och en känsla av lycka att det inte blev värre skada.

Helgens texter handlar om ”Vägen till livet.”

I den gammaltestamentliga texten för denna helg står det om hur

Israels barn blev vägleda av en eldpelare om natten och en molnsky om dagen under deras 40-åriga vandring genom öknen. De hade fixeringspunkter att följa. När man faller träd har jag lärt mig att det är viktigt att se hur trädet lutar, man ska hålla koll på vindriktningen och hitta en fixeringspunkt att fälla mot.

Israels folk följde eldpelaren om natten och molnsdyn om dagen. De hade en fixeringspunkt i de övernaturliga fenomenen till att komma rätt.

Paulus skriver i episteltexten att ”Gud har inte bestämt oss till att bli offer för vreden utan till att vinna frälsning genom vår herre Jesus Kristus.” Guds fixeringspunkt är att han vill att alla människor ska bli frälsta och komma till kunskap om sanningen.

Vi tänker att Guds kärlek till oss måste väl ha någons sorts gräns. Men nej. Nya testamentet vittnar om att Guds kärlek till dig och mig är korset. Det är själva fixeringspunkten i våra liv. Du och jag sviker honom gång på gång. Det blir ofta som min lyckade och misslyckade trädfällning. Gud ser våra lyckade dagar men också våra misslyckande. Gud möter oss i våra felprioriteringar och våra svek. När allt hopp är ute med oss kommer han som David så tröstande säger till oss i helgens psaltarsalm, ”Han ger läkedom åt de förtvivalade, han helar deras sår.”

En skön helg önskar jag dig
Allt gott
Gösta Degerman

Döda



Min älskade maka

Britta Alfhild Ek

* 11 maj 1944
† 2 april 2026

har somnat in

Svappavaara

STIG
Erik
Emil 🐾

*Frid susar träden kring
hemmet Du älskat
Farväl bugar
blommorna Du vårdat
så ömt
Tack viskar fågeln, som
var morgon Dig hälsat
Tyst sjunger vinden,
Vila i frid*

Begravningsgudstjänsten äger rum i Vittangi kyrka 30/4 kl 11:00. Efter gravsättningen på Svappavaara kyrkogård skiljs vi åt.

granmyrs.varaminnesidor.se

Låt din omtanke leva vidare på ssmf.se/testamente



SVENSKA SÄLLSKAPET FÖR
MEDICINSK FORSKNING

Döda



Vår älskade

Ulla Gustafsson

* 5 juni 1935

har stilla somnat in i sitt hem,
omgiven av sina närmaste

† 8 april 2026 Vittangi

KRISTINA och GÖRAN
Evelina och Björn
Alvin, Valdemar, Ingemar
Herman och Elsa
Klara, Oscar, Emma
Släkt och vänner

*Jag vandrar mot en strand,
där mina kära redan väntar.
Dom tar mig varligt i hand
och tillsammans vi gläntar,
på dörren till ett annat land.
Där finns ingen sorg, ej heller någon smärta.
Jag sluter mina trötta ögon,
nu vilar tryggt mitt hjärta.*

I kärt minne bevarad.

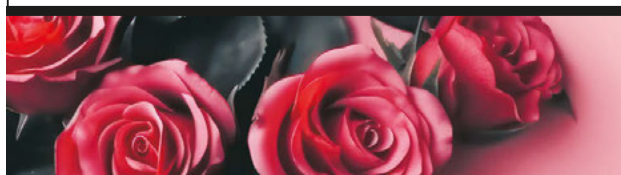
Begravningen äger rum i
Vittangi Kyrka fredag 8 maj kl.11:00

Efter gravsättning inbjudes till minnesstund
i församlingshemmet.

Svar om deltagande till Fonus 0980-16890 eller via Ullas
minnessida senast 27/4.

Kom i valfri klädsel.

Se fonus.se/minnessidor





Upplagekurvorna för morgontidningarna i Norrbotten, som ägs av Norrköpings Tidningar, pekar allt snabbare nedåt. Upplagan för den utdelade printupplagan för NSD och Kuriren är nere i 15 900 ex. vilket är en minskning med 3 100 ex. från ifjol. Mest har Kuriren minskat med nästan 30% procent färre tidningar.

Printupplagan för NSD och Kuriren störtdyker

Dagstidningarnas printupplagor har minskat drastiskt de senaste åren. Under 2025 fortsätter trenden och när tidningsstatistiken presenterades i mitten av mars visar det på ett fortsatt tapp för dagstidningarna. I Norrbotten minskar morgontidningarna Kuriren och NSD med 3 100 exemplar för printupplagan (exkl. digital och friex) i Tidningsstatistik (TS) senaste upplagemätning gällande 2025. För NSD + Kuriren tillsammans är den upplagan 15 900 exemplar.

Intresset för att prenumera på dagstidningar har stadigt minskat under flera år. Under 2025 har tappet varit betydligt större än tidigare och morgontidningarna i länet är inget undantag utan man tappar stort i sin printupplaga, det visar siffror från Tidningsstatistik.

Mest äldre som fortfarande har kvar dagstidningen i pappersformat
Det ökade tappet kan tillskrivas att hushållen ser över sina kostnader och prioriterar bort prenumerationer på tidningar och streamingtjänster. Bland de få som fortfarande prenumererar på pappersversionen av dagstidningen är kategorin inom åldersgruppen 65 till 80 år dominerande, cirka 50 procent.

I TS statistik där även den digitala upplagan är inräknad har NSD idag en upplaga på 23 700 ex. och Norrbottens Kuriren 13 300 ex. Siffrorna för printupplagan (digitala och friex exkluderad) är NSD 11 100 ex. och Kuriren 4 800 ex.

Piteå-Tidningen minskar också siffrorna för printupplagan (digitala och friex exkluderad) som 2025 har sjunkit till 5 100 ex. vilket är 1 200 ex. mindre än ifjol (-19%). Det är framför allt de senaste 10 till 15 åren som raset hos dagstidningarna tagit fart. Motsvarande

siffror 2005 var 40 600 ex. för NSD och 27 600 ex. för Kuriren. Gemensam upplaga 68 200 ex (att jämföra med 15 900 ex, 2025).

Print byter skepnad – den lokala gratistidningen tar över

Norrköpings Tidningar som äger NSD, Kuriren och Piteå-Tidningen genomför stora förändringar och det är osäkert om och hur printupplagorna av dagstidningarna i Norrbotten lever kvar. Senaste ändringen var halvering av dagar från sex till tre som papperstidningarna delas ut. Utöver vikande printupplagor har även presstödet gjorts om och de stora tidningshusen jobbar kraftigt med att ställa om sina affärsplattformar för att hantera kraftigt minskade bidrag i form av mediastöd från skattebetalarna.

Några som ser annorlunda på saken är de lokala gratistidningarna som känner medvind trots lågkonjunkturen

– Totalt har reklam-pengarna minskat men annonsörer väljer gratis-tidningarna i högre utsträckning. Det visar att vi är ett tryggt val och på en lokal marknad så blir effekten av annonsering bra. Vi går mer och mer till att bli ett förstaval och inte något som man väljer bort i tuffare tider, snarare väljer annonsörerna

bort annat, säger Peder Gidlund ägare på Norrbotten- och Västerbotten Gratistidning som finns i olika editioner runt om i Norrbotten och Västerbotten.

– Många annonsörer och reklambyråer styr om sin marknadsföring från print och refererar till "tidningsdöden". Det kan man förstå om man enbart har dagstidningarna i åtanke men den lokala gratistidningen finns kvar starkare än någonsin. Det får man inte glömma bort när man pratar om medial och marknadsföring. Inte minst visas det av en nyligen genomförd enkätundersökning av Gratistidningarnas förening där den lokala gratistidningen var i topp var kommun-medborgarna ville ta del av lokal information, betonar Peder Gidlund.

EU:s nya förordning EMFA Artikel 25 som styr hur offentliga annonspengar ska hanteras betonar vikten av att nå alla medborgare utan betalväggar och inloggningar. Det stärker print och lokala gratistidningar som öppna, tillgängliga kanaler där alla kan ta del av samhällsinformation. I en tid där mycket innehåll låses in blir det en tydlig konkurrensfördel för fria, lokala medier.

Källa: Kantar/SIFO

REDAKTIONEN
redaktion@gratistidning.com

Tidningsstatistik 2025 (TS-upplagor)

Tidning	Upplaga	Ändring	Proc	Fullt bet.	Friex.	Digital	exkl dig	exkl dig+friex
NSD	23 700	-900	-3,9%	15 700	700	11 900	11 800	11 100
Kuriren	13 300	-500	-3,9%	8 700	700	7 800	5 500	4 800
Piteåtidningen	11 800	-200	-1,7%	8 700	300	6400	5 400	5 100
Haparandabladet	2 200	-100	-4,8%	1800	0	600	1 600	1 600
Norran	19 000	-400	-2,2%	14600	300	12400	6 600	6 300
Västerbotten-Kuriren	34 900	400	1,1%	29700	500	24600	10 300	9 800

Med reservation för felskrivningar.



I år har alla länsstyrelser fått ett nytt uppdrag – att lyfta ungas ideella engagemang genom någon form av pris och prisceremoni. Foto: Mostphotos

Länsstyrelserna ska lyfta ungas ideella engagemang

I år har alla länsstyrelser fått ett nytt uppdrag – att lyfta ungas ideella engagemang genom någon form av pris och prisceremoni. Syftet är att uppmärksamma och utveckla ungas ideella engagemang som en viktig del av civilsamhället.

Hur pris och prisceremoni kommer att genomföras är upp till varje länsstyrelse. Enligt uppdraget ska länsstyrelserna i samverkan med länets kommuner genomföra insatser, såsom till exempel prisceremonier eller annan form av aktivitet, för att uppmärksamma och sprida

information om unga eller ungdomsorganisationer som inom länet har gjort förtjänstfulla insatser genom ideellt engagemang.

Uppmärksamma och utveckla ungas engagemang

Syftet är att uppmärksamma och utveckla ungas ideella engagemang som en viktig del av civilsamhället. Erkännandet kan även stärka ungas sociala inkludering och möjligheter att bygga nätverk och skapa kontakter inför framtida arbetsliv eller studier.

– Vi ser mycket fram emot att ta oss an det här

nya uppdraget. Ungas ideella engagemang är betydelsefullt både för den personliga utvecklingen och för samhällsutvecklingen. Vi behöver ta väl vara på och uppmärksamma unga krafter i Norrbotten som bidrar till ett hållbart samhälle, säger Lotta Finstorp, landshövding i Norrbottens län.

Källa: Länsstyrelsen Norrbotten



Läs hela artikeln här:

REDAKTIONEN
redaktion@gratistidning.com

Politisk annonsering och transparensmeddelande hos Norrbotten Gratistidning

All politisk reklam/annonsering i tidningen märks med en ruta innehållande följande information; "Detta är en betald POLITISK ANNONS", betalare, gäller och målgrupp.

Norrbotten Gratistidning erbjuder ingen möjlighet att köpa politisk reklam i sina digitala kanaler.

Norrbotten Gratistidning samlar in information gällande varje politisk reklam/annons från den som, på uppdrag av avsändaren, bokar annonsplatsen. Informationen sparas i sju år.

Skanna QR-kod. Mer information om priser och kontaktformulär gällande politiska annonser i våra tidningar.

TTPA- EU:s förordning om politisk reklam

EU:s förordning om politisk reklam (Transparency and targeting of political advertising – TTPA) är en ny förordning som gäller från och med den 10 oktober 2025. Det övergripande syftet med förordningen om politisk reklam är att åstadkomma ökad transparens för sådan reklam samt att harmonisera reglerna för tillhandahållande av politiska reklamtjänster inom EU.



GÖR SOM
MÅNGA ANDRA



NORRBOTTNINGAR



Följ oss @kdnorrbotten

Bli medlem på kd.nu/blimedlem

NORRBOTTEN

Det här är en betald POLITISK ANNONS

BETALARE: Kristdemokraterna Norrbotten • GÄLLER: Valet 2026
MÅLGRUPP: Alla röstberättigade i Norrbotten.

Naturskador på fritidshus för 800 miljoner

BOSTAD 20 000 svenska fritidshus har under de tio senaste åren drabbats av så allvarliga naturskador, som översvämningar och bortblåsta tak, att de fått försäkringsersättning på över 800 miljoner kronor. Det visar en ny sammanställning som gjorts av LF Fastighetsförmedling baserad på data från Svensk Försäkring.

– Det som gör fritidshusen attraktiva – närheten till vatten, skog och öppna landskap – gör dem också mer sårbara när klimatet förändras. När extremväder som torka, stormar och kraftiga skyfall blir vanligare ökar risken för skador på stugor runt om i landet, säger Per Sangrud, hållbarhetschef på LF Fastighetsförmedling.

Sedan 2015 har 19 607 fritidshus i Sverige drabbats av så allvarliga naturskador att de fått ersättning från sin försäkring. Totalt uppgår skadeersättningen till 811 miljoner kronor under de senaste tio åren. Vattenrelaterade skador och skador som uppstått i samband med kraftig vind står för cirka 95 procent av fallen. Det visar en ny

sammanställning som gjorts av LF Fastighetsförmedling baserad på data från Svensk Försäkring.

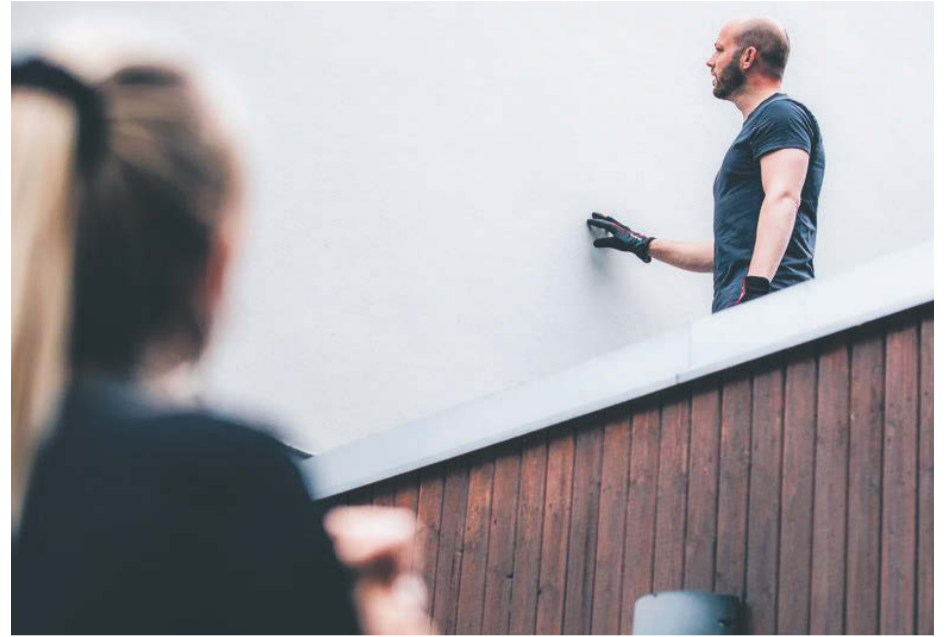
– Tiden när svenskarna inte behövde ta hänsyn till klimatrisker är över. Kommunerna har en viktig roll i klimatanpassningen, men även fastighetsägarna själva behöver se över hur deras stuga kan påverkas av exempelvis översvämningar, rasrisker och kraftiga stormar, säger Per Sangrud.

– När vårsolen värmer börjar många drömma om en egen stuga, och för dem blir klimatrisker en allt viktigare del av bostadsaffären. Den som ska köpa eller sälja ett fritidshus gör klokt i att prata med mäklaren om klimatanpassning. Kommunen har ofta bra underlag om risker för översvämningar, ras eller erosion som kan vara viktiga att känna till inför ett köp, säger Per Sangrud.

Fyra tips – så kan du skydda dig mot naturskador:

1. Ha en fritidshusförsäkring

En fritidshusförsäkring kan skydda din stuga om byggnaden utsätts för naturskador. I vissa fall ersätter försäkringen också skador på din tomt. Men under-



20 000 svenska fritidshus har under de tio senaste åren drabbats av så allvarliga naturskador, att de fått försäkringsersättning på över 800 miljoner kronor. Det visar en ny sammanställning som gjorts av LF Fastighetsförmedling. Foto: LF Fastighetsförmedling

sök vad som gäller för just din försäkring eftersom du normalt inte får ersättning för skador från vatten som rinner in i huset via tak, fasad eller dränering.

2. Minska risken för översvämning

Se över dräneringen kring fritidshuset så att den inte har några brister och kontrollera brunnar, ventiler och avlopp där vatten kan läcka in. Källarutrymmen är ofta extra utsatta vid översvämningar – försök

att täta dörrar och fönster, förvara saker på hyllor och skaffa en dräneringspump om din källare ligger i ett utsatt läge.

3. Stormsäkra stugan

Kontrollera om det finns stora träd kring huset och låt en expert besiktiga dem om du är osäker. Om du har flaggstång, se till att den är ordentligt förankrad och förvara lösa föremål som grill och utemöbler inomhus. Se över ditt tak så att inga takpannor, tak-

plåtar eller fasadbeklädnad är lösa.

4. Förebygg mögel

Säkerställ god ventilation i vind, källare och krypgrund och håll ventiler öppna. Håll utkik efter unken lukt, mörka fläckar eller missfärgningar som kan tyda på mögel. ■

Källa: LF Fastighetsförmedling

Tipsa oss: tips@gratistidning.com

VI MÖBLERAR NORRBOTTEN



DAKOTA RECLINER

Snurr, gung, elektrisk USB-uttag

7.990:-

ÅTER I LAGER!



LAGER VARA!

MARBELLA HÖRNSOFFA

230x230 cm EXTRA SITS: 4.190:-

14.990:-



COMPACT SWAY

Kontinental med förvaring

23.990:-

LAGER VARA!



LAGER VARA!

KANSAS DIVANSOFFA

Recliner funktion, USB Höger el. Vänster

15.990:-

Måste ses!

SVEA
EKONOMI

RÄNTEFRITT UPP TILL 24 MÅNADER

MÖBELHUSET

GÄLLIVARE 0970-128 00 KIRUNA 0980-151 70

LULEÅ STORHEDEN 0920-25 04 60

www.mobelhuset.nu

Instagram Facebook #mobelhuset.nu



mobelhuset.nu



25% rabatt på Markilux 1600
Gäller t o m 31 maj 2026

Kan inte kombineras med andra erbjudanden

Generös rabatt på vår exklusiva markis
Kampanjpris 40.846:- (ord. pris: 54.462:-)

Hantverksvägen 2a, Gammelstad Luleå
Öppet mån-fre 08:00-17:00 • Lunchstängt 11:30-12:30
Tel. 0920-20 30 60 • solarshade.se

Kungsgatan 46, Boden
Öppet mån & fre 12:30-16:00 • Butiken stängd tis-tors
Tel. 0921-147 65 • solarshade.se

SOLAR SHADE
VI SKUGGAR MED STIL

Fritidsboende i Riksgränsenfjällen!

Uthyras årsvis 4-bäddrum i Vassijaure.
Möblerad med gemensamt allrum/kök, fullt utrustat. Lugn och fridfull fjällmiljö med några minuter från skidbackarna i Riksgränsen. Fina jakt och fiskeområden och nära till Norska fjällen.
Pris 3.800 kr/månad.

Icke bindande intresseanmälan och ytterligare information på 0703-30 40 30, po@cab.net

Ha sängarna färdigbäddade och utrustningen på plats! Du slipper städa ur varje gång du åker hem.



**Ser du inte affären för alla träd?
Kontakta din lokala virkesköpare idag.**

Vi guidar dig genom alla steg till en trygg och enkel virkesaffär.

 **Johan Hjärpe**
Kalix älvdal
076-113 03 32

 **Jonathan Sandberg**
Kalix älvdal
076-145 92 13

 **Lars Nilsson**
Kalix älvdal
070-26 25 104

 **SCA**



Läs mer på sca.com/salja-virke

FÖRNYA MATPLATSEN

15% RABATT

MYNTA MATBORD
11.046:- 12.995:-
190x90 cm, vitoljad ek.
SNABB LEVERANS 1-3 VECKOR

10% RABATT

ÄNGÖ STOL
FR. 2.606:- FR. 2.895:-
Massiv ek eller bok, flera färger
SNABB LEVERANS 1-3 VECKOR

KÖP NU BETALA MED RESURS



PERSIENN FÖRVARINGSSERIE
FR. 13.171:- FR. 15.495:-
Oljad, vitoljad eller rökoljad ek.

15% RABATT

CASO



ELLA SIDEBORD
17.421:- 20.495:-
180x80x40 cm, massiv, varmvitoljad ask.

15% RABATT

FLOATING MATBORD
19.971:- 23.495:-
220x100 cm, massiv, varmvitoljad ask.

KRISTENSEN



KVALITET. UTVALT AV SVENSKA HEM

SVENSKA HEM WIKA MÖBLER

ADRESS
Möbelvägen 1
GAMMELSTAD
www.wikamobler.se

TELEFON
0920-25 30 30

ÖPPETTIDER
Måndag - Fredag: 10.00 - 18.00
Lördag: 10.00 - 15.00
Söndag: Stängt

Kampanjriser gäller t.o.m. 4/5 2026
Vi reserverar oss för ev. slutförsäljning, skrivfel och prisändringar. Kampanjriser kan ej kombineras med andra erbjudanden.

FÖLJ OSS
 
@WIKAMOBLER



TIPSA OSS:
tips@gratistidning.com

BUSINESS
NORRBOTTEN

Vill ni synas på
Business-sidorna
i Norrbotten?

Kontakta din lokala
Gratistidning!

Monica Stubé

Norrbotten Gratistidning
070-515 80 07
monica.stube@
gratistidning.com

Nato och gränsöverskridande samarbete i fokus under studieresa till Bodö

NORRBOTTEN NÄRINGSLIV

BUSINESS Under tre dagar i mars besökte en delegation från Sveriges civilområden och militärregioner Bodö för att lära sig mer om det norska totalförsvaret och deras erfarenheter som långvarig medlem i Nato.

Norra civilområdeskansliet, Norra militärregionen och Statsforvalteren i Nordland stod som värdar när civilområdeschefer, kanslichefer, länsråd och länsöverdirektörer samt chefer för Sveriges militärregioner träffades i Bodö. Delegationen fick under resan träffa medarbetare från olika delar av det norska totalförsvaret, bland annat norska Forsvaret, Direktoratet for Samfunnsikkerhet og beredskap (DSB), Statsforvalteren och Heimevernesstaben.

Det nordiska samarbetet har nog aldrig varit viktigare eller starkare än vad det är idag. Därför är det bra att företrädare för totalförsvaret från Norge och Sverige får träffas för att lära av



Delegationen från Sverige med civilområdeschefer, kanslichefer, länsråd/överdirektörer och chefer för militärregionerna tillsammans med representanter från olika delar av det norska totalförsvaret. Foto: Forsvarets operativa Hovudkvarter

varandra, men också knyta närmare och starkare kontakter över gränserna, säger Lotta Finstorp, landshövding i Norrbottens län och civilområdeschef för Norra civilområdet.

Syftet med den gemensamma resan var dels att lära och ta del av varandras erfarenheter, dels att fördjupa relationerna mellan norska och svenska företrädare för totalförsvaret. Nato var en av punkterna på programmet, där de norska deltagarna berättade om vad Natomedlemskapet

har inneburit för arbetet med totalförvarsfrågor i Norge samtidigt som de svenska deltagarna delade med sig av hur arbetet med dessa frågor sker i Sverige.

Delegationen fick även besöka en av Forsvarets Operativa Hovudkvarters (FOH) anläggningar, Bodin-Leir.

Dagarna i Bodö var bra och lärorika. Norge har varit Natomedlemmar länge och det finns många erfarenheter av det som vi kan ta med oss i vårt fortsatta samarbete mellan

civilområdena och militärregionerna i Sverige, säger Karin Börjesson, kanslichef vid Norra civilområdeskansliet, Länsstyrelsen Norrbotten.

Sveriges civilområden

Sveriges länsstyrelser är indelade i sex civilområden. Syftet med indelningen är att stärka landets motståndskraft under fredstida krissituationer, höjd beredskap och krig.

För varje område finns en utsedd civilområdesansvarig länsstyrelse

där landshövdingen är civilområdeschef. Civilområdeschefen leder arbetet med hjälp av ett civilområdeskansli, som är en enhet på den civilområdesansvariga länsstyrelsen.

I Norra civilområdet ingår länsstyrelserna i Jämtland, Västernorrland, Västerbotten och Norrbotten. Länsstyrelsen i Norrbotten är civilområdesansvarig länsstyrelse med uppdrag att samordna arbetet inom civilområdet. ■

Källa: Länsstyrelsen Norrbotten

BUSINESS NORRBOTTEN

Näringslivstidning och näringslivssajt från Norrbotten Gratistidning

MEDIA
LULEÅ

Urban Walltan ny mediasäljare på Luleå- och Norrbotten Gratistidning - sid 9

KONTAKTCENTER
PITEÅ

130 år har människor i Piteå hjälpt människor hela Sverige - sid 10

TANDLÄKARE
KIRUNA

Ny tandvårdsklinik etablerad på gamla Jägarskoleområdet - sid 7

YRKESTRAFIK
LULEÅ

Luleå Taxitar över på samtliga orter efter North Rides konkurs - sid 14

VETERINÄR
LULEÅ

Evidensia Djursjukhuset Gammelstad - en livsviktig resurs för djurägare i Norrbotten - sid 6

NÄSTA NUMMER KOMMER

Vecka 23

juni 2026

Monica Stubé
070-515 80 07
monica.stube@gratistidning.com

I Business Norrbotten lägger vi fokus på lokal handel, affärer, företagande och näringsliv med inspirerande läsning och bra erbjudanden från våra annonsörer.

Upplagan är 104 500 ex. (fyra gånger per år)

GRATISTIDNING
- det bästa lokala räckviddsmediet

Industritomt / Uppställningsyta uthyres i Pajala

1 hektar industriyta strategiskt belägen centralt i Pajala

Perfekt som uppställningsplats för maskiner, fordon, material eller som etableringsyta för entreprenörer inom gruv-, bygg- och skogssektorn eller turistföretag.

- Hårdgjord plan, lätt att nå med tunga transporter
- Möjlighet till korta eller längre hyresperioder
- Anpassningsbar yta – från delar av tomten till hela 1 hektar
- Närhet till Kaunis Iron och centrala Pajala

Mer info: pajala.gratistidning.com/industritomt

Kontakta oss för offert och visning!
Skanna QR-kod - till intresseformulär...





Skattemedel i rörelse – med EU:s nya regler i EMFA artikel 25 styrs offentlig annonsering bort från sociala medier och mot lokala medier med tydlig räckvidd, transparens och ansvar.

EMFA Artikel 25 styr om miljarderna – från globala plattformar till lokala medier

EU:s nya medielagstiftning förändrar spelplanen för offentlig annonsering. När transparens och objektiva kriterier blir krav, ökar trycket på kommuner, regioner och statliga aktörer att välja lokala medier framför globala sociala plattformar. Den 8 augusti 2025 trädde centrala delar av European Media Freedom Act (EMFA) i kraft. I fokus står artikel 25 – en bestämmelse som i praktiken ritar om kartan för hur offentliga annonsbudgetar får användas.

Samtidigt har regeringen pekat ut Mediamyndigheten som ansvarig myndighet för att säkerställa att reglerna om transparens efterlevs i Sverige. Det innebär att myndigheten får en central roll i att följa upp, granska och skapa struktur kring hur offentliga aktörer redovisar sina annonsinvesteringar.

Kravet är tydligt: all offentlig annonsering ska baseras på öppna, objektiva och icke-diskriminerande kriterier. Dessutom ska varje myndighet, kommun och region årligen redovisa hur pengarna har fördelats – och till vilka medier.

Sociala medier tappar mark

Under många år har en stor del av offentliga annonsbudgetar styrts mot globala plattformar som Meta Platforms och TikTok. Men EMFA ställer helt nya krav. Det räcker inte längre att hävda att "vi når vår målgrupp" – det ska också gå att visa hur och varför valet av kanal gjorts.

Här uppstår en utmaning för sociala medier:

- Begränsad insyn i faktisk lokal räckvidd
- Svårigheter att verifiera exponering på geografisk nivå
- Brist på transparens kring algoritmer och annonsleveranser

Detta gör att många offentliga aktörer nu ser över sina strategier – inte minst i ljuset av att Mediamyndigheten kommer att följa upp efterlevnaden.

Medierna måste också anpassa sig

EMFA ställer inte bara krav på annonsörer – även medier omfattas av ökade krav på dokumentation och rapportering. För att kunna ta del av offentliga annonsbudgetar behöver medier kunna visa upp tydlig data kring räckvidd, distribution och effekt, samt bidra till den årliga redovisningen. Norrbotten- och Västerbotten Gratis-tidning har redan ställt om sina system och arbetssätt.

– Vi har följt vart utvecklingen var på väg och har därför ställt om i god tid. Genom att implementera vårt egenutvecklade tidningssystem Magnetic med EMFA-anpassad rapportering kan vi idag leverera den transparens som krävs. Att tidningarna delas ut till alla hushåll och det är gratis gör oss väl lämpade för offentlig information och myndighetskommunikation. Det gör att offentliga annonsörer kan känna sig trygga i sina val, säger Peder Gidlund ansvarig utgivare.

Från "billigt klick" till samhällsansvar

Förändringen handlar inte bara om teknik och mätning. EMFA markerar

också ett skifte i synen på offentlig annonsering.

Istället för att enbart jaga klick och kort-siktig räckvidd, ska skattemedel användas på ett sätt som:

- Säkerställer att viktig information når hela befolkningen
- Bidrar till ett funge-landskap
- Skapar insyn och ansvar i hur pengarna används
- Det innebär i praktiken att varje annonsköp blir en fråga om samhällsansvar.

Förflyttning från Sociala medier till Lokala medier Konsekvensen är tydlig:

en successiv omfördelning av offentliga annonsbudgetar är redan på gång. Lokala medier – inte minst gratistidningar med full hushållstäckning – står som tydliga vinnare.

För de globala tech-plattformarna innebär det motsatsen. Utan reell möjlighet att leva upp till kraven på transparens och lokal redovisning riskerar de att tappa en betydande del av de offentliga annonsinvesteringarna.

EMFA är därmed inte bara en lag – det är en gamechanger för medierna inom EU och offentligt finansierade verksamheters kommunikation. Och i dess spår flyttas nu miljarderna – från de globala techjättarna till lokalsamhället.

Källa: EU

REDAKTIONEN
redaktion@gratistidning.com



NTM:s titlar i Norr- och Västerbotten – däribland NSD, Norrbottens-Kuriren, Piteå-Tidningen och Norran – omfattas av beslutet att lämna Orvesto.

NTM lämnar Orvesto – väcker frågor om transparens och räckvidd

En av Sveriges största regionala mediekoncerner, NTM (Norrköpings Tidningar Media), har valt att lämna Orvesto – den branschgemensamma räckviddsundersökningen som länge fungerat som valuta för jämförelser inom svensk media.

Orvesto, som drivs av Kantar Media, används av annonsörer, byråer och mediehus för att mäta och jämföra räckvidd i både print och digitala kanaler. När en stor aktör som NTM nu kliver av innebär det att deras titlar inte längre kommer att finnas med i de officiella räckviddssiffrorna.

Beslutet väcker frågor kring transparens och

jämförbarhet på marknaden. För annonsörer blir det svårare att göra objektiva bedömningar mellan olika mediekoncerner när en betydande aktör står utanför den gemensamma mätvalutan.

Samtidigt menar NTM

att beslutet inte handlar om ekonomi. Lina Hedenström, affärsområdeschef inom koncernen, pekar i stället på brister i de digitala mätningarna: – Det har funnits exempel som har varit helt fel och jämfört med vår egen data så ser vi att det inte stämmer helt enkelt, säger Lina Hedenström till sajten Dagens Media.

Hon understryker att kostnaden inte varit

avgörande, utan att det främst handlar om tillförlitligheten i mätningarna.

Helena Bodén, affärsområdeschef på Sifo, reagerar negativt på beskedet:

– Vi tycker det är jättetråkigt så klart, och vi vill väldigt gärna att de kommer tillbaka. Branschen börjar visa sina transparenta siffror i större utsträckning och dagspressen har alltid varit bäst i klassen, så det är jättetråkigt, säger hon till Dagens Media.

Källa: Orvesto, Dagens Media

REDAKTIONEN
redaktion@gratistidning.com



Deltagande industrier, elnätsbolag, Energimarknadsinspektionen, diskuterade regelverk, kommunikation och nya arbetssätt. Foto: Länsstyrelsen

Elnätsbolag, stora industrier och myndigheter kraftsamlar för energiomställning i Norrbotten

Den 14 april samlade Länsstyrelsen Norrbotten elnätsbolag, stora industrier och Energimarknadsinspektionen inom arbetet med Norrmodellen. Gruppen träffas för att genom konstruktiv dialog och samverkan gemensamt hitta vägar framåt för en långsiktig och konkurrenskraftig energiomställning i Norrbotten.

Investeringarna som görs i vårt län just nu saknar motstycke. För att få en realistisk övergripande bild över effektbehovet och utmaningarna koppelade till stora effektuttag. Hos industrier med stora

effektuttag kan enstaka störningar få stor påverkan på elkraftsystemet. Därför är det viktigt att både industri och elnätsbolag samverkar aktivt med uppfyllnad av kravbilder för att hitta gemensamma vägar framåt.

– Att samla alla dessa aktörer i samma rum och öppna upp för dialog visar på viljan och ansvarstagandet som vi alla känner för att realisera omställningen i norra Sverige. Elektrifieringen är en väldigt viktig pusselbit i klimatarbetet, samhällsomställningen och totalförsvaret, säger

Jeanette Edlund Petersson, samordnare för energi och klimat, Länsstyrelsen Norrbotten.

Kravställning och nyanslutning

Under mötet diskuteras kravställningar kring större nyanslutningar samt nät- och anslutningsavgifter. Deltagande industrier, elnätsbolag, Energimarknadsinspektionen, diskuterade regelverk, kommunikation och nya arbetssätt.

Källa: Länsstyrelsen Norrbotten

REDAKTIONEN
redaktion@gratistidning.com

Det går att bygga bort trötthet i trafiken

MOTOR – Trötthet ligger bakom var femte dödsolycka i trafiken, säger Jacob Sidenvall från Riksförbundet M Sverige. Det måste uppmärksammas mer, och det går att bygga för att minska riskerna.

Trötthet i trafiken är en stor bakomliggande orsak till trafikolyckor med dödlig utgång. För att förstå problemet bättre har Riksförbundet M Sverige talat med Anna Anund, forskningschef på Statens väg- och transportforskningsinstitut (VTI).

– Det finns olika sorters trötthet när du sitter bakom ratten, säger Anna Anund. Du kan vara understimulerad, till exempel om du kör länge på E4:an och blir uttråkad av monotonin. Det kan också handla om överstimulans exempelvis om du är bussförare i tät stadstrafik eller en oerfaren förare som plötsligt måste hantera många nya trafiksituationer. Men den trötthet som är mest studerad är den som beror på sömnbrist, att det är mitt i natten eller att du har varit vaken för länge. Vi människor är biologiskt programmerade för att sova nattetid och behöver minst sju timmars

sammanhängande sömn – helst på natten.

Olika åtgärder hjälper mot olika sorters trötthet. Men forskningen visar att sömn är helt avgörande för säker körning.

– Ett effektivt sätt att bli piggare är att dricka kaffe eller en annan koffeindryck och sedan ta en tupplur på 10–15 minuter, säger Anna Anund. När du vaknar har koffeinet börjat verka och du får en tydlig vakenhets-effekt. Att öppna fönstret, spela hög musik eller prata med medpassagerare kan bryta monotonin vid understimulans. Men är det biologisk sömnhet mitt i natten finns det inget som ersätter sömn.

Förståelsen för hur trötthet påverkar förare måste spridas mer. Men det finns också fysiska anpassningar av fordon och trafikmiljö som kan bidra till säkrare och mindre trötta förare.

– Det första man måste titta på är rastplatserna, säger Jacob Sidenvall från Riksförbundet M Sverige. De behöver bli fler och trevligare att stanna vid. Våra undersökningar visar att det fortfarande finns bilister som uppfattar rastplatser som otrygga eller ofräscha. I synnerhet kvinnor upplever rastplatser som otrygga. Det ökar



Trötthet i trafiken är en stor bakomliggande orsak till trafikolyckor med dödlig utgång.

riskerna för att man undviker att ta paus även om man behöver det. Det behövs också fler ställplatser för yrkestrafiken, att släppa ut barnen på en parkering som domineras av långträdare känns ofta osäkert.

Varningssignaler -tecken på att du bör ta en paus
Kroppen säger ifrån:

- Tunga, brännande ögon

- Långa blinkningar
- Svårt att hålla ögonen öppna
- Trötta, tunga armar
- Ökat kroppsfokus – du kliar dig, rättar till håret, gnuggar ögonen

- Färre men större rattkorrigeringar
- Bilen driver mot körfältets kanter
- Du kör på vägrenens räfflor ■

Körningen avslöjar dig:

- Du glömmer att blända av eller missar en avfart
- Svårt att hålla jämn hastighet

Källa: Riksförbundet M Sverige

Tipsa oss:
tips@gratistidning.com

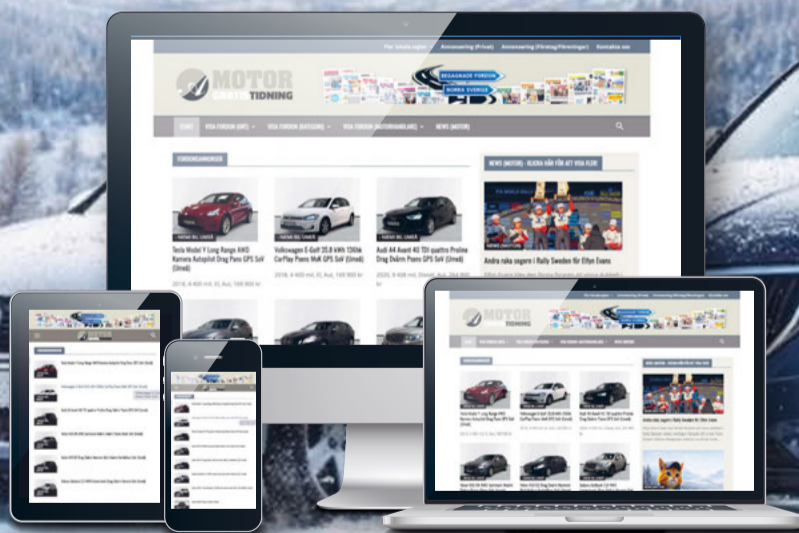
BEGAGNADE FORDON

NORRA SVERIGE

Mindre brus. Mer lokalt. Tryggare affärer. På **motor.gratistidning.com** hittar du begagnade fordon från lokala motorhandlare i norra Sverige. Samlat på webben – och publicerat i den lokala gratistidningen, både digitalt och i print.

NY WEBB
BEGAGNADE
FORDON

LOKALT
TRYGGT
NÄRA



– Skanna QR-kod.
Direktlänk till webb!



MOTOR
GRATISTIDNING

motor.gratistidning.com

Redo för säsongens mil med WIST

Vår med WIST

NORDENS
STÖRSTA
FRISTÅENDE
ÅTERFÖRSÄLJARE
AV VOLVO
LASTBILAR OCH
BUSSAR

Vårservice, däck, skadeverkstad, besiktning och underhåll – vi håller era lastbilar och bussar rullande

Vi erbjuder tjänster skräddarsydda för er verksamhet; service, reservdelar, jour och säsonganpassning.

En lastbil eller buss från Volvo ger dig en stark position redan från första dagen. Men vårt engagemang slutar inte när vi räcker över nycklarna. Själva överlämningen är bara början. Vi håller din lastbil på vägen och din verksamhet i rörelse. Mil efter mil. Dag efter dag. Vi lovar att ge dig bästa möjliga stöd under din lastbils hela livscykel – och därefter.

Wist Last & Buss – Nordens största fristående återförsäljare av Volvo lastbilar och bussar
wistlastbuss.se

WIST ^{PI}

Anläggningar i Norrbotten: Kiruna | Gällivare | Pajala | Kalix | Luleå | Boden | Piteå

SOMMARDÄCK OCH FÄLG NYHETER NU I LAGER



OSLAGBARA PRISER PÅ ÅRETS SOMMARDÄCK OCH FÄLG NYHETER



MASSOR AV STORLEKAR OCH MÄRKEN, KOLLA PRIS OCH BOKA DÄCKEN I WEBBSHOP

KM DÄCK SERVICE ^{0922 13177}
NORRA INDUSTRIVÄGEN
HAPARANDA

ÖPPET MÅNDAG-FREDAG 08-17

BRIDGESTONE ^{nokian} TYRES ^{HANKOOK} TRACMAX ^{MICHELIN} ^{PIRELLI}

WWW.KMDACK.COM

KRANMAN[®]



Välkomna på Kranmandag med demokörning i skogen tillsammans med LL skog

**Måndag 11 maj
kl. 10.00-13.00
Plats: Hertsön i Luleå**

För mer info 076-767 62 76

LL Skog & Skötsel
www.llskog.se



Hitta begagnade fordon från lokala motorhandlare i norra Sverige – lokalt, tryggt och nära!

**VOLKSWAGEN PASSAT ALLTRACK 2.0 TSI
4MOTION ALLTRACK B (KIRUNA)**



2018, 14 782 Mil, Bensin, Aut, 229 900 Kr - Niemi Bil Kiruna

**MERCEDES-BENZ C-KLASS C 250 T D BLUETEC
4MATIC (SKELLEFTEÅ)**



2015, 13 410 Mil, Diesel, Aut, 239 700 Kr - Logart Bil Skellefteå

AUDI A4 ALLROAD QUATTRO 4x4 2.0 (KIRUNA)



2020, 8 034 Mil, Bensin, Aut, 344 900 Kr - Niemi Bil Kiruna

AUDI Q5 2.0 TDI QUATTRO S TRONIC (LULEÅ)
Njemibil.se



2018, 16 350 Mil, Diesel, Aut, 249 900 Kr - Niemi Bil Luleå

**VOLKSWAGEN CC 2.0 TDI BLUEMOTION
4MOTION EURO 5 (LULEÅ)**



2015, 22 847 Mil, Diesel, Aut, 129 900 Kr - KL Bil & Motor Luleå

**VOLVO V60 CROSS COUNTRY B4 AWD DIESEL
PLUS (KALIX)**



2024, 4 085 Mil, Diesel, Aut, 449 000 Kr - Bilbolaget Kalix

**AUDI A4 ALLROAD QUATTRO 2.0 TDI DPF S&V-
DÄCK/M-VÄRM/DRAG/PSENS (KIRUNA)**



2014, 15 456 Mil, Diesel, Aut, 159 900 Kr - Niemi Bil Kiruna

**VOLVO XC60 RECHARGE T6 II INSCRIPTION
(KIRUNA)**



2022, 7 750 Mil, Bensin, Aut, 509 000 Kr - Bilbolaget Kiruna

**VOLVO V40 POLESTAR OPTIMERAD T5 AUTOMAT
CARBON EDITION R-DESIGN (KIRUNA)**



2016, 11 482 Mil, Bensin, Aut, 224 900 Kr - Niemi Bil Kiruna

**SKODA KODIAQ 2.0 TDI 4x4 DRAG DVÄRM
COCKPIT SKINN CANTON KAMERA SOV (UMEÅ)**



2019, 13 909 Mil, Diesel, Aut, 259 900 Kr - Niemi Bil Umeå

**SUZUKI S-CROSS 1.4 (126HK) BOOSTERJET
4WD M&K S&V (LULEÅ)**



2018, 6 360 Mil, Bensin/Gas, Man, 189 900 Kr - Bosses Bil & Motor Luleå

FORD FOCUS 1.5 1.5 ECOBOOST (SKELLEFTEÅ)



2020, 11 625 Mil, Bensin, Aut, 214 700 Kr - Logart Bil Skellefteå

VOLKSWAGEN CADDY VAN 2.0 TDI (LULEÅ)
KL BIL & MOTOR



2019, 19 351 Mil, Diesel, Aut, 149 900 Kr - KL Bil & Motor Luleå

**MAZDA MX-30 E-SKYACTIV R-EV
MOMSAD/KIRUNAKÖRD/KAMERA/GPS/S&V-
DÄCK (KIRUNA)**



2021, 7 354 Mil, Diesel, Aut, 459 900 Kr - Niemi Bil Kiruna

VOLVO V60 CROSS COUNTRY B4 AWD (LULEÅ)
KL BIL & MOTOR



2022, 19 218 Mil, Diesel, Aut, 279 900 Kr - KL Bil & Motor Luleå



Registreringsbevis behöver inte längre tas om hand vid inbyte till bilhandlare. Foto: Transportstyrelsen

Regelförenkling underlättar ägarbyten

Transportstyrelsen tar bort kravet om att bilhandlare måste omhänderta ett fordon's registreringsbevis i samband med inbyte via så kallad direktanmälan. Regeländringen bedöms innebära mindre administration och minskade kostnader, både för Transportstyrelsen och för landets bilhandlare.

Fram tills nu har bilhandlare alltid varit tvungna att omhänderta ett fordon's registreringsbevis (Del 2) i samband med inbyte. De nya reg-

lerna gör det möjligt att bara ange kontrollnumret från registreringsbeviset och den uppgiften kan säljaren även hämta på Mina sidor. Regeländringen träder i kraft den 1 april 2026.

– Det här innebär minskad administration och hantering av fysiska dokument för både kunden och för oss. Tidigare krävdes tillgång till registreringsbeviset för att göra ett ägarbyte och om beviset saknades behövde fordon'sägaren beställa ett nytt, säger Daniel Backéus, verksamhets-

utvecklare på Transportstyrelsen.

Förändringen är en del i Transportstyrelsens arbete mot en mer digitaliserad ägarbytesprocess och ligger i linje med EU:s föreslagna reglering om mobila registreringsbevis. Förändringen bedöms också minska Transportstyrelsens kostnader för registreringsbevis med cirka 2,5 miljoner kronor om året.

Källa: ViaTT

REDAKTIONEN
redaktion@gratistidning.com

MISSA INTE VÅRENS STORA MASKINVISNING!

Exklusiva mässpriser och fina rabatter bara under visningsdagarna!

MASKINDAGAR I ERSNÄS

29-30 APRIL • KL 10-14

Kom och ta del av fantastiska erbjudanden under visningsdagarna!

• 15% på nya redskap från Avant • 20% på redskap från Ålö • Bra priser på begagnat
• 10% på reservdelar och oljor från John Deere • 50% på Expertcheck som bokas under visningarna
Träffa våra leverantörer, få svar på dina frågor kring våra produkter samt värdefulla tips, råd inför ditt köp.



www.norrmaskiner.se

NORRMASKINER

Ersnäsudden 35, Luleå • Vxl 0920-311 00 • Claes 070-661 02 67
Norrmaskiner finns i Luleå, Skellefteå, Umeå, Örnsköldsvik, Östersund, Hudiksvall

MAXUS T60 MAX

Från **389.900** kr
exkl. moms

MAXUS

Momskredit från **2 446 kr/mån****

**SNABB
LEVERANS
BILAR I LAGER**

➤

MAXPAKET PÅ
KÖPET VÄRDE
35.000 KR*

➤

➤

MAXPAKET:

- Dragkrok • Takrails
- Sidosteg • Skärmbreddare

➤

LOGART BIL

EST. 1931

Nålvägen 2, 931 57 SKELLEFTEÅ | 0910-711 660 | www.logart.se
Vardagar kl 09.00-17.00, lördagar 10.00-14.00

Se även våra begagnade bilar på www.logart.se

Clas Håkansson
0910-711 663

* Kampanjens värde är exkl. moms och gäller tom 30/4-26
** Kontakta oss för mer information och offert.



”Släpp alla gamla idéer helt och börja från noll

KRÖNIKA
Tina Persson

När ”boxen” blir problemet

”Think outside, no box needed”

Såg en keps med texten ”Think outside, no box needed” = ”Tänk utanför ramarna, ingen box behövs”.

Det kan också betyda ”Släpp alla gamla idéer helt och börja från noll”

Eller varför inte ”Lösningen kanske inte ens liknar något, du tidigare gjort”

Kort sagt enligt Chatgpt:

- ♥ Vanliga lösningar inte räcker
- ♥ Man vill uppmuntra till maximal kreativitet
- ♥ Regler och ramar ska ignoreras helt

Chatgpt vilket fusk så gick mina tankar för ett drygt halvår sedan, men så insåg jag något. Varför inte bolla mina tankar som ändå är utanför den vanliga boxen, för att utvecklas ytterligare.

Hur skulle jag kunna bli tydligare, men ändå inte tappa bort mig? Hur skulle jag kunna hitta fler sätt att förklara det som för mig är självklart, men som ännu inte landat hos dig som läsare?

Helt plötsligt hade jag ett bollplank, som jag kunde be dra åt pepparn eller be att skruva på det ytterligare eller kom igen det där var så tråkigt. Så det som kändes som fusk, fick mig att kliva utanför den box jag hade suttit i ett bra tag.

Det är så lätt att fastna i en box och en som många sitter fast i, som vi behöver släppa taget om. Det är om ämnet psykisk ohälsa, som många idag sitter riktigt fast i sen lång tid.

Här verkar vi alla tydligt och klart se vad som händer. Vi har också statistik och varningsflaggor som försöker få alla att förstå, men vad händer?

Jo, det är så klart någon annans fel och det är någon annan som ska fixa problemet. Det är inte din uppgift. Lite som ”glödlampan” som jag skrev om i förra krönikan. Där du avstår att lyssna på någon, för tänkt om ”glödlampan” går sönder.

För dig som inte läste krönikan, så tyckte jag att många är så rädda för att säga något fel och att personen kommer må sämre istället. Det vill du inte ha på ditt samvete, eller vad mer skulle kunna hända. Nä, usch.

Men där mitt svar var att allt du behöver göra, det är att lyssna. Det räcker PUNKT!

Så till våra samhällsproblem, som är mitt framför våra näsor idag. Vem har ansvaret? Vart kan vi börja? Vem kan ta ledartröjan? Enligt mig så är det du.

- ♥ Du har ansvaret för ditt liv
- ♥ Du börjar med dig själv
- ♥ Du tar ledartröjan för ditt liv

Det handlar om självledarskap, om att våga börja leda dig själv mer än du gör idag. Många idag är bra på att leda sig själv, men tyvärr så ser jag allt för många som lämnar över ansvaret till NÅGON annan.

Det är chefens fel, det är samhällets fel, det är politikernas osv. Tänker bara på under pandemin där vi fick rekommendationer, men det var ändå bara rekommendationer.

Att flera ville träffas och umgås, för det blev ju så tråkigt. Det hade du rätt till eller hur? Det som sedan hände var att ett flertal blev sjuka och vems var då felet? Nä, hur kunde det bli ditt fel, så orättvist!

Vi har idag så mycket fakta och statistik, men ändå så inser vi inte det egna ansvaret. Det är vad jag ser, så frågan är vad ser du?

Det som också gör mig ledsen det är alla regelverk, som fastnat i tränga boxar. För tänkt om ”glödlampan” skulle gå sönder.

Tänk istället, hur kan vi på fler sätt hjälpa människor som behöver hjälp?

Hur kan vi tillsammans hjälpas åt? Idag finns det så otroligt många duktiga aktörer, som skulle kunna bidra om dom fick chansen. Det finns så många aktörer som utgår utifrån sina bearbetade erfarenheter och praktiska kortare utbildningar, som skulle kunna komplettera samhället.

Jag använder ordet komplettera för det är något som jag verkligen tror på, men som samhället inte riktigt vågar.

Jo, jag vågar säga våga. För idag finns så många regelverk, som gör att resultatet inte ger dom resultat vi borde få. Så om vi kunde göra om och göra rätt, skapa något bättre.

Vad skulle då kunna ske?

Jag skulle kunna fortsätta vrida ut och in på ämnet, även utan Chatgpt. Då mitt tankesätt ofta hamnar utanför boxen och som gör många förvirrade. Så där kan du inte tänka och göra. Varför inte?

Så tänkt om samhället, du och jag valde att komplettera. För att vända en trend, som allt mer trängs ihop i en krympande box.

DU kan göra skillnad, börja med DIG själv.

Din mentala hälsoinspiratör
Tina Persson, numera Östersund

FILTERLÖST

med Micke & Sirpa

Lördag 23/5 kl: 19 Luleå Biljetter via Tickster (PREMIÄR)
Fredag 29/5 kl: 19 Övertorneå Folkets Hus Biljetter på plats
Lördag 30/5 Kiruna SPILL Biljetter via SPILL
Onsdag 24/6 kl: 19 Haparanda Folkets Hus Biljetter på plats

Mer info: 070 211 89 89

Fler shower på G följ Micke Blomberg, BanttariSirpa Instagram, Fb och TikTok.

NBV teatra

FREDAG 1/5 DISCO

BENGT DALQVIST KÖR PARTYMUSIK SOM SINGING DJ

MISSA INTE DE 50 FÖRSTA FÅR EN ÖVERRASKNING

Folkets Hus sista disco 2026 - 150 kr
 Dörrarna öppnas 21 och DJ Bengt Dahlqvist börjar 22
 Danssalen Folkets Hus Åkergatan 1 B Happyranda

EN KVÄLL MED JARI SILLANPÄÄ
 SÅNG, DANS OCH FREDAGSMYS!
 FRE 5/6 BAR OPEN

INSLÄPP FRÅN KL 18
 SHOWSTART KL 19
 NU KÖR VI! NYT MENNÄÄN!

HAPPIS LOPPIS
 SÖNDAG 3/5 KL 12

I DANSSALEN
 BOKA GRATIS BORD
 070-211-89-89

Säpo och Morjärvmannen

EXTRA FÖRESTÄLLNING
 KULTURENS HUS, LULEÅ
 SÖNDAG 7/6 kl. 16

Mer info: 070 211 89 89

NÅ KÖPSTARKA *norrmän med oss*

Dags att boka annons i norra Sveriges största specialtidning för den norska marknaden:

Velkommen til Sverige!

Du når norska läsare i NordNorge som får tidningen GRATIS utdelad i sin brevlåda hemmavid.

Velkommen til Sverige är en populär tidning som har getts ut i NordNorge sedan 1998 (uppehåll några år pga pandemi) och de norska gästerna betyder mycket för norra Sverige.

Våra norska grannar spenderar i dag över 10 miljarder på handel i Sverige. Trenden är ökande för 2026.

Velkommen til Sverige Sommar 2026

Utgivning: Vecka 21 - 2026

Manusstopp: Fredag 8 maj

Distribution: Till hushåll i NordNorge.
Narvik, Harstad, Bodö.



Skanna QR-kod
Bokning på webben
Självservice

UTGIVNING
vecka 21
2026



BOKA
ANNONS I
NORGETIDNING

#1

GUIDE TILL
SVERIGE!
SÖPA OCH
TÄMED.

Norra Sveriges egna tidning
för den nordnorska marknaden

NÅ HUSHÅLL
I NORDNORGE!

NORRBOTTEN
GRATIS
TIDNING

SKELLEFTEÅ **UMEÅ**
GRATISTIDNING **GRATISTIDNING**

MANUS
STOPP
8 maj

Välkommen att
kontakta oss!



Monica Stubé
070-515 80 07
monica.stube@
gratistidning.com

Ake Tapani
070-330 50 67
ake.tapani@
gratistidning.com

Urban Wallton
070-495 30 40
urban.wallton@
gratistidning.com