



Hopprep en sommarsport i alla väder

Gymnastik- och hopprebssektionen i Sävar IK ger fler möjlighet till rörelse under sommarsäsongen genom att hopprep nu är en sommaridrott. Välkommen! Läs mer på **SID. 4**

Lär känna Izabelle Bodin

ny ordförande i sektionsstyrelsen. **SID. 2**

Hela styrelsen för gymnastik och hopprep hittar du på SID. 9

Nya grupper i höst. SID. 5

Våra vänner Sävarådalens Trädgårdssällskap inspirerar alla som vill odla. **SID. 11**

Sävarcamp festival. SID. 8

Paddla i Sävarån i sommar! SID. 10

Aktiv skogsskötsel, ökad lönsamhet.

För att du och framtida generationer ska kunna njuta av en hållbar skog behövs planering av rätt åtgärd i rätt tid. Vi hjälper dig anpassa skogsbruket efter dina önskemål och gör det lätt för dig att vara aktiv i din skogsskötsel.

Vi erbjuder allt för ett tryggt, lönsamt och hållbart ägande.

Ring oss så guidar vi dig.

Andreas Ekegren-Hällgren 073-078 70 18,
Simon Öberg 073-097 91 97,
Rickard Brändström 076-125 94 97

**norra
skog**



Krönika Gymnastik- och hopprep

Ny ordförande i sektionen

Hej Izabelle Bodin, ny ordförande i gymnastik- och hoppseksjonen! Berätta lite om hur och när du blev engagerad?

- Det började med att jag sökte på Sävar IK:s hemsida om det fanns någon aktivitet som mina barn kunde börja med. Hittade bollkull och förstod att det behövdes föräldrar som engagerade sig, fick ett väldigt fint första möte med andra föräldrar som även de ville engagera sig för barnens skull och detta blev även mitt första möte med Maria Bergkvist. Hennes brinnande intresse för barn och idrott är svårt att inte smittas av och jag förstod att denna förening sätter barn och ungdomar först.

Mina barn ville prova hopprep och det var en idrott som båda fastnade för. Det behövdes ledare även där och då hade jag hunnit lära känna föreningen som ledare i fotboll och innebandy så det kändes inte konstigt att gå en utbildning i hopprep och ta mig an ledarrollen. Väl inne som ledare i hopprep- och gymnastiksektionen så fick jag frågan om jag kunde tänka mig att kliva in i sektionsstyrelsen och på den vägen är det.

Vad var det som fick dig att engagera dig i Sävar IK?

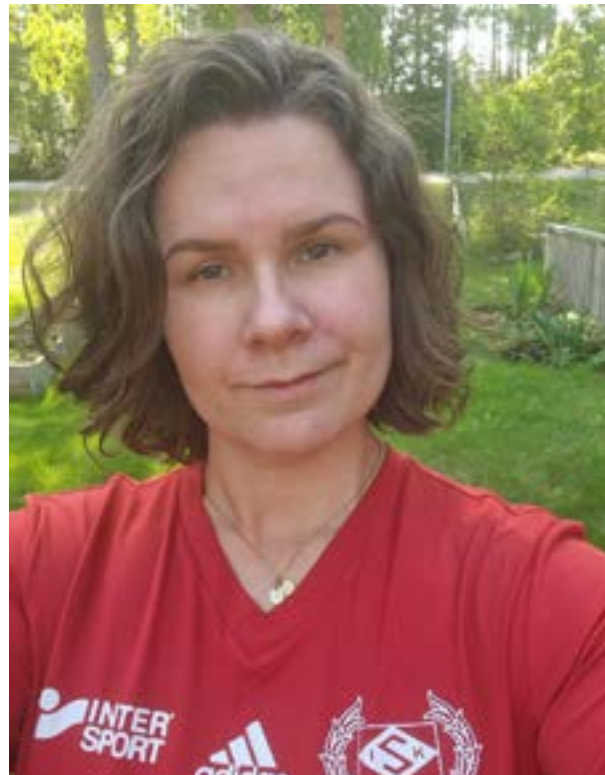
- Under hela min barndom har jag själv varit aktiv i en idrottsförening och jag har bara bra minnen från den tiden. Jag har som vuxen förstått att mina ledare och alla föräldrar runt de lag jag spelade i la ner väldigt mycket tid på oss barn varje vecka. Min önskan är att mina barn kan få uppleva liknande positiva känslor i en förening och jag förstår att det krävs engagemang från oss vuxna för att det ska bli verklighet. Om vi alla engagerar oss lite så tar vi oss väldigt långt.

Vad ser du mest fram emot i rollen som ordförande?

- Att få lära mig ännu mer om Sävar IK och lära mig hur det är att vara ledamot i föreningsstyrelsen. Att få arbeta tillsammans med alla som engagerar sig.

Vad ser du som den största utmaningen?

- För gymnastik- och hoppseksjonen är halltider en stor utmaning (precis som för



handboll och innebandy). Vi ser en stor efterfrågan på plats i våra redan befintliga grupper men också behov av att starta nya grupper för de yngsta barnen och vi begränsas av att vi inte har oändligt med halltider/hallar.

Vad gör du när du inte är ordförande?

- Då arbetar jag som sjuksköterska och på min fritid tränar jag en hel del. Jag föredrar löpning, cykling och styrketräning.

Har du någon oväntad talang?

- Det måste nog vara att jag kan spela fiol.

Vad är på gång inom gymnastik- och hoppseksjonen i år?

- Vi fortsätter med hopprep som en sommaridrott och vår förhoppning är att kunna starta upp en ny grupp i gymnastik för barn födda 2018 samt parkour för barn födda 2015 - 2014.

Tack Izabelle!

På sidan 9 kan du lära känna hela gymnastik- och hoppseksjonen.



Svenska kyrkan

Tända ljus, musik eller *nybakade bullar*

Upptäck sommarkyrkan – hemma eller på semesterresan. Ladda ner appen Kyrkguiden.

Sommarfika i Klockargården

Onsdagar 11.00–12.00 i juni, juli och augusti

Sommarandakter i Sävar kyrka

Tisdagar 18.00, 25 juni –20 augusti.

Klockarbackens dag

Söndag 25 augusti 12.00–16.00.



Sävar IK:s idrotter Gymnastik och hopprep



Hopprep

För andra året i rad går hopprep som sommaridrott. Vi hoppar utomhus vilket gick väldigt bra förra året. Det var några träningar då det blåste starka vindar och några då solen värmd lite väl mycket, då fick vi ledare vara lite kreativa, när det blåste som mest var det svårt att snurra hopprep då passade vi på att utnyttja skogshinderbanan där vi hoppade på många andra sätt än bara med hopprep. När solen sken och svetten lackade fick vi ta till en hel del vattenlekar för att svalka oss.

Vad denna säsong bjuder på för utmaningar återstår att se. Då vi har våra träningar på Skogsvallen har vi stor yta att tillgå, vi hoppar på olika underlag (konstgräs, naturgräs och grus) och nu ser vi fram emot utomhusgolvet som snart kommer på plats.

I hopprep krävs ingen förkunskap för att kunna delta. Tanken denna säsong var att starta minihopp (2018–2014) och mellanhopp (2013 och äldre). Vid start kom vi igång med minihopp men vi hade för få barn anmälda i mellanhopp. Får vi ihop några fler barn i mellanhopp så startar vi igång den gruppen i början på augusti. I minihopp finns det fortfarande platser kvar, så är ditt barn sugen på att börja hopprep, gå in och anmäl! Ingen förkunskap krävs för att delta i någon av grupperna.

Text: Izabelle Bodin



Höstens grupper i gymnastik och parkour

I höst öppnar vi upp för nya barn i våra befintliga och nya grupper. För befintliga grupper öppnas de endast upp för nya barn i mån av plats.

I vår förening har vi inte nivåindelade utan vi har helt åldersbaserade grupper, detta för att skapa en trygghet hos barnen. Vi utmanar varje individ efter sin egen förmåga och vill bygga självförtroende och självkänsla genom att få barnen att känna att de klarar allt.

För att börja gymnastik och parkour krävs ingen förkunskap, vi hjälper barnet utifrån deras egna nivå.

Träningsstider är ännu inte satta.

Följ oss på instagram och facebook för att se när vi öppnar upp för lediga platser.

NY! PÄRLOR 2018 och BÄRNSTENAR 2017: barn-gymnastik med fokus på grundmotorik och rörelseglädje.

OPALER 2016 och SMARAGDER 2015: barngymnastik med inriktning trupp, tränar på att tävla för de som vill, med fokus på rörelseglädje.

SOLSTENAR 2014 och MÅNSTENAR 2013-2011: trupp-gymnastik, tränar på att tävla för de som vill med fokus på rörelseglädje.

NY! PARKOUR 2015-2014 och PARKOUR 2013-2011: Grundmotorisk träning med hjälp av hinder, med fokus på balans, smidighet, kroppskontroll och rörelseglädje.



Vi finns på sociala medier



@SÄVAR IK - Gymnastik & Hopprep



@SavarIKGymnastikochHopprep



Pressade priser!

Vad är det bästa med att jobba i frukten?

Jag älskar frukt och grönsaker, det är ömtåligas saker som kommer i alla former och färger och måste hanteras varsamt för att de ska hålla sig färska och fina, inte som ett paket med pasta. Sen gillar jag att plocka fram frukter och göra det fint och se hur kunderna tar emot det jag gjort.

Vilken är den vanligaste frågan du får från kunderna?

Hur saker och ting smakar, om apelsinerna är sura så här års, om äpplena är mjöliga eller hur man vet att en melon är mogen.

Är det något speciellt i frukt & grönt avdelningen som är extra populärt i just Sävar?

Det beror helt på säsongen, men blodapelsin är något väldigt många köper under säsong.

Har kunderna märkt av dem sänkta priserna i din avdelning?

Ingen har sagt något till mig men kan höra kunder ibland säga "men det va ju billigt"

Topp 3 bästa frukterna och grönsakerna att köpa under sommaren?

Nektariner/persika, vattenmelon och även paraguayos-personlig favorit. Annars säljer vi mycket sparris, paprika och champinjoner (perfekt till sommaren att grilla)



Emelie

Mer frukt och grönt för pengarna

Handla hållbart på hemmaplan!

Välkommen till en lite närmare stormarknad. Här hittar du allt du behöver, på hemmaplan. Och hittar du inte det du är sugen på i hyllan, så fråga vår hjälpsamma personal.

**Nu pressar vi priserna på F&G
- Billigare och bättre för dig!**



Välkommen till en lite närmare stormarknad!

Tel 500 01, Tel chark 500 07.
Inspireras på ica.se/savar
Onlinehandeln kan ha skillnad i sortiment.



Du följer väl oss på
facebook & Instagram?

postnord

instabox

DHL

DB SCHENKER

bring

BUSSGODS

Öppet alla dagar 7-21

Vi är stolt
sponsor till
Sävar IK



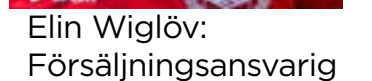
Bli gäst på din
egen fest med
vår catering!



ICA
Supermarket
SÄVAR

Tveka inte att kontakta oss via gymnastik@savarik.se

A large group of yellow rubber ducks, some with blue and red accents, are floating in a stream. The ducks are clustered together, and the water is turbulent as they flow over a rocky ledge. In the background, a stone wall and a wooden structure are visible.



Paddla i vackra Sävarån

Hej Linda och Henke! När startade ni Sävarkanot, och varför?

Hösten 2018 köpte vi 17 kanoter från ett konkursbo för att vi länge funderat på att starta friluftsföretag med inriktning mot naturturism och då tänkte vi att detta är en chans vi inte får missa! Idag finns vi på flera platser: Sävarån med Sävarkanot, Skeppsvik med uthyrning av småbåtar i ett av Sveriges bästa göddvatten, samt kanoter och kajaker på Skeppsviks herrgård. Vi finns också i Tavelsjö, Lycksele och Rovögn. Vi hyr ut släpvagnar och långfärdsskridskor, drar upp skidspår och lagar mat på isen för sällskap och företag.

Vi som vuxit upp i Sävar och Skeppsvik har alltid dragits till havet och Sävarån så det kändes som det mest självklara valet. Att vi köpte de första kanoterna för snart sex år sedan är det bästa beslut vi fattat! Vi älskar vad vi gör och stormtrivs. Att ha naturen och vattnet som arbetsplats är magiskt.

Berätta om sträckan Sävar till Skeppsvik!

Startplatsen är bakom Sävaråhallen, Drottningvägen 5. Nere vid Sävarån har vi kanoter och kajaker. Sträckan är 12,5 km och tar ca 3-4 timmar att paddla i lugnt tempo inklusive fikastopp på Gladhällarna.

Sävarån bjuder på en magnifik naturupplevelse och har man tur får man se djur. Bävern bjuder på paddelplask, uttern med sin lekfullhet, älg, fågelliv med stor chans att se örn och för all del ska man inte glömma fiskespöt. Den vackra jungfruslåndan är så vacker i sin blågröna färg. Naturen är bitvis som att paddla i djungeln med träd som hänger in. Ån strömmar i den riktning man ska, så det är en väldigt enkel paddeltur. Framme i Skeppsvik lämnar man sin farkost på vår upptagningsplats vid Skeppsviks herrgård där man kan avnjuta fantastisk mat i skärgårdsmiljö.

Behöver man ha paddlat förut?

Nej, sträckan passar alla. Kompisgäng, barnfamiljer, ung som gammal. Äldsta som paddlat är 90 år. Vi möter alltid upp alla sällskap på startplatsen och håller en genomgång, enklare paddelteknik, visar på karta samt hjälper alla iväg.

Bokning och pris?

Boka genom att slå oss en pling på: 070-2345665 eller på mail: savar.kanotuthyrning@gmail.com

Vi har många olika modeller av kanoter och kajaker och priser därefter. Pris från 300-450 kr per person. Till skolklasser och idrottsföreningar rabatterar vi med 20 %.

Hur jobbar ni med hållbarhet?

En av de viktigaste aspekterna med paddling i Sävarån är att värna om djurlivet och naturen vi färdas i och på. Vi lägger stor vikt i att informera om sträckan, naturreservat och ett hållbart fiske så att kunden vet vilka koder som gäller, bland annat att skräpet tas med hem och hur och var man får elda. Det är lätt att göra allemansrätt om rätt information ges!

För oss som sköter om naturreservat genom att hålla det städat och snyggt ser vi en enorm skillnad från innan vi startade paddlingen hösten 2018. Innan var det smutsigt och skräpigt längs hela ån samt på fikaplatsen Gladhällarna. Men tack vare ett fint samarbete med länsstyrelsen har vi lyckats göra sträckan ren och städat samt att det gynnar naturen och djurens hem.

/Linda och Henke, Sävarkanot

www.savarkanot.se

Facebook: Sävar kanotuthyrning

Instagram: @kanotuthyrning



Våra vänner Sävarådalens trädgårdssällskap



Inspiration och redskap för små och stora odlingar

Mycket mylla har fastnat under naglarna sedan 1936 då den dåvarande landshövdingen Gustav Rosén bildade Trädgårdssällskapet i Sävarådal. 1947 års medlemsavgift på 2 kronor slår vi med råge, men vi har slutat bekämpa skadedjur med DDT. Innehållsmässigt är mycket sig likt och vi skulle kunna göra reklam för oss genom en slogan som "lite dyrare, eventuellt bättre". Med 150 kr per år blir inte bara du medlem utan även alla som delar adress med dig. Du behöver inte ha en perfekt trädgård eller vara en nitisk rensare av ogräs. Du kanske bara har en balkong eller en fönsterbräda men är sugen på odling. Du behöver inte ens bo i Sävarådal.

Vad ingår i medlemskapet?

Det finns en mängd aktiviteter att ta del av. På **vårvintern** brukar det vara föreläsningar – tipsa oss gärna om vad du vill veta mer om, eller om du vill komma och prata om något odlingsrelaterat. På **sommaren** bjuds det in till trädgårdsvisning med trädgårdssprat och under skördesäsongen har det hänt att vi ordnat konserverings-workshop. På **hösten** har vi haft svamptur för nybörjare och de som kan "ett par sorter". Vi har också gjutit i betong och byggt fågelholkar. Som medlem kan du också

låna en mängd redskap. På hemsidan www.savartradgard.se hittar du mer om hur du fixar ett medlemskap och lånar redskap.

Text och foto: Sävarådalens trädgårdssällskap genom Suvi Johansson



MARKLUNDS VVS & BYGG



VVS-installationer
Om & tillbyggnader
Renoveringar
Minigrävare
Mats Marklund - 070 578 29 73
m73.marklund@telia.com

BRÄNDSTRÖMS
BE
ELEKTRISKA AB
070-374 98 44/45

PÅSKLOVSV.16
918 32 SÄVAR

EL
-INSTALLATIONER
-REPARATIONER
-MATERIAL

Allt inom Byggbranschen

Jonsson Bygg AB
TEAM
www.jonssonbyggteam.se

Kontakt:

Martin 070 654 86 62

Anton 070 522 47 97

Lars 070 586 59 94

Fatvägen 2 Umeå
kontakt@jonssonbyggteam.se

BRÄNDSTRÖMS
GOLV
Mattläggning
Tätskikt före klinker
Flytspackning
Kjell Brändström
070 598 78 95
kjellb@live.se



Vi utför service och reparationer på alla bilmärken
www.lagabilenumea.se

Formvägen 9 b, Ersboda
Tel: 090-182144

Välkommen!
info@lagabilenumea.se

Österlunds
Skogs- & Trädgårdstjänst

- Försäljning av: ved, jord, grus och stenmjöl
- Trädfällning
- Stubbfräsning
- Røjning
- Traktor tjänster



Kontakta oss på 073 025 35 26
www.osterlundsskog.se

Flytta ditt bolån till oss

- Personliga råd
- Konkurrenskraftig ränta
- Trygga förmåner

Handelsbanken

Storgatan 48, Umeå, 090-18 54 60
handelsbanken.se/bolån



Garantin för rätt hjälp
i en svår stund.

Det är vi som hjälper Dig



Mårten, Annika, Kjell, Charlotte, Josefine, Clara.

Besök vår hemsida www.umeabegravningsbyra.se

**UMEÅ
BEGRAVNINGSBYRÅ**
Rodmark Åbergs

Ö. Kyrkogatan 85, 903 43 UMEÅ

Telefon
090-777 160
Dygnet runt!

Om vi ej svarar, lämna namn och
telefonnummer så ringer vi upp



Din lokala städfirma i Sävar
Våra tjänster:

- Hemstädning
- Flyttstädning med fast pris
- Kontorsstädning
- Vårstädning
- Fönsterputs
- mm



Anita D-Stenberg
070-538 98 08

savarhemservice@gmail.com
www.savarhemservice.se

DIN GOLVENTREPRENÖR

- ✓ PLASTGOLV
- ✓ KAKEL & KLINKER
- ✓ TRÄGOLV
- ✓ GOLVAVJÄMNING



Våtrumsauktoriserad

LUNDQUIST

PLATTOR & MATTOR

Mikael Olsson

070 598 11 21, 090 14 15 30



Din Målarmästare i Sävar
Traditionellt och modernt måleri
Invändig och utvändig målning
Fönster och trapprenovering



tel: 0706040914
Mail: master.kolmodin@gmail.com



Prisexempel
Barnkalas

Ej medlem SIK 500 kr
Medlem SIK 375 kr
Ledare SIK 250 kr

HYR KLUBBSTUGAN AV SÄVAR IK

Ska ni ha en stor födelsedagsfest, barnkalas eller något annat där ni behöver en stor lokal?

Vi hyr ut vår samlingslokal (med biutrymmen), i den kan ni vara upp till 75 personer. Sävar IK:s klubbstuga finns på Aspvägen 30 i Sävar.

För priser och mer info klicka på QR-koden



www.savarik.se

kansliet@savarik.se

RESTAURERING - RENOVERING - REPARATION



BARTS ATELJÉ

Sävar

info@barts-atelje.se
076 009 69 24

ww.barts-atelje.se

BYGGKONSULT - BESIKTNING - FORMGIVNING

Välkommen till oss när det är dags för körkort!



Nu är det dags att boka AM-kurs
(För de födda 2009 som vill köra moped klass 1 & A-traktor)

säsongen 2024

Läs mer och boka på korkortsaklart.se



KÖRKORT Såklart
090-12 21 00

Sävaråkyrkan⁺

och  Sävar

Vi startar en Alphakurs!

på gemensam
jakt efter
livets
mening



du är inbjuden

På alpha utforskar du livet tillsammans med andra ur ett kristet perspektiv. Det bygger på gemenskap, lyssnande och samtal - alltsammans i en generös och öppen miljö.

när, var och hur?

Kursen startar den 8 september kl 17.00 i Sävaråkyrkan. Vi inleder med en gemensam måltid. Du behöver inte vara medlem eller ha några förkunskaper!

Frågor och anmälan till Frida Hägglund
frida@savarakyrkan.se

Sävaråkyrkan – Kyrkvägen 1 – Frida Hägglund, pastor: 070-320 89 93, frida.hagglund85@gmail.com
EFS Sävar – Sportlovsvägen 1 – Isak Samuelsson, pastor: 070-288 71 06, isak.samuelsson@efsvasterbotten.se

Telefonnummer i Sävar



Affärer

ICA Sävar	090 500 01, 500 07
Kronans Apotek	0771 612 612
LE:s TV-antenn & Parabol	090 509 20
Sävar Blommor	090 509 80

Bank

Handelsbanken	090 18 54 60
---------------	--------------

Begravningsbyrå

Umeå Begravningsbyrå	090 77 71 60
----------------------	--------------

Bilservice

Körkort såklart	090 12 21 00
Lube-Tools	090 521 78
Laga bilen i Umeå AB	090 18 21 44
Peters bil rostdoktorn	090 500 26

Frisörer

Frisörerna	090 507 90
Broklippet	070 600 65 52

Föreningar

Sävar IK	070 232 42 00
Sävaråns FVO	079 065 61 61
SävarNet (savar.se)	070 239 09 99
	070 322 40 80

Församlingar

EFS i Sävar, Isak Samuelsson	070 288 71 06
Sävaråkyrkan, Frida Häggglund	070 320 89 93
Svenska kyrkan, Sävar-Holmöns församling	090 71 25 00

Kommun / skola / vård

Bibliotek	090 16 40 60
Folktandvården	090 785 93 82
Sävar Hälsocentral	090 785 44 47

Skönhetsvård

Kabele skincare	070 686 36 77
-----------------	---------------

Företag

Barts Ateljé	076 009 69 24
Brändströms EI AB	070 374 98 44/45
Brändströms Golv i Norum	070 598 78 95
Kabelab AB, elektriker	070 744 44 96
Lundbergs Bygg AB	070 644 40 75
Lundquist	070 598 11 21
Marklunds VVS & Bygg AB	070 578 29 73
Mäster Kolmodins Måleri	070 604 09 14
Sävar Hemservice Ek. För.	070 538 98 08
Sävar kanotuthyrning	070 234 56 65
Sävaruthyrning & Skruvplint	070 299 55 51
Sävar sport- & reklamtryck	070 203 39 96
Österlunds skogs- & trädgårdstjänst	073 025 35 26

Annonsera i SävarNYTT så stödjer ni idrottsverksamhet för alla!

Information om SävarNYTT

Hör av dig om du vill annonsera eller få mera information.

Preliminär utdelningsvecka: 35, 39, 43

Sista dag för inlämning av underlag är den femte varje månad.

Tfn: **070 232 42 00**

Mejl: **kansliet@savarik.se**

Adress: **Aspvägen 30, 918 31 Sävar**