

# Uddevalla

FRITIDSGUIDE 2024



## Dela med dig av ditt trygga liv

Bli familjehem för Uddevalla kommun

Hör gärna av dig till: 0522-69 68 00  
familjehemsgruppen@uddevalla.se



# Välkommen till din kyrka!




**BOKENÅSETS FÖRSAMLING**  
[www.svenskakyrkan.se/bokenaset](http://www.svenskakyrkan.se/bokenaset)

**HERRESTADS FÖRSAMLING**  
[www.svenskakyrkan.se/herrestad](http://www.svenskakyrkan.se/herrestad)

**LJUNGSKILE FÖRSAMLING**  
[www.svenskakyrkan.se/ljungskile](http://www.svenskakyrkan.se/ljungskile)

**UDDEVALLA PASTORAT**  
[www.svenskakyrkan.se/uddevalla](http://www.svenskakyrkan.se/uddevalla)

Svenska kyrkan 

# En aktiv fritid

– för ditt välbefinnande

Vår fritid är den tid som är kvar när vi har gjort våra nödvändiga sysslor som skola, arbete, matlagning, tvätt och så vidare. Denna viktiga tid av vårt liv kan vi fylla med vilka intressen och aktiviteter vi vill, det kan vara föreningsliv, natur, idrott, musik eller kultur.

Det har visat sig ha en stor betydelse för vår hälsa och vårt välbefinnande att vi har en aktiv fritid. Nedan följer några exempel på vad ett aktivt fritidsliv kan ha för betydelse för dig.

**Fysiologiskt** – Ger dig välmående och en god hälsa.

**Psykologiskt** – Det ger en känsla av glädje, utmaning, tillfredställelse och frihet.

**Socialt** – Du får träffa andra med samma intresse vilket ger stimulans och uppskattning.

**Förkovrande** – Du kan lära dig nya saker, till exempel genom att vara med i en studiecirkel.

**Avslappnade** – En rolig aktivitet ger avkoppling från spänning och stress.

**Estetiskt** – Du får uppleva konstnärliga värden som dans, musik, teater och konst.

Därför är det viktigt att du hittar en fritidsaktivitet vilket du trivs med och som känns meningsfull. Det kan ge dig livslust och välbefinnande som har en stor betydelse för din hälsa. Givetvis är detta minst lika viktigt för våra barn och ungdomar, låt dem prova på många olika aktiviteter så att de kan hitta sin favoritsysselsättning.

Vi hoppas att du med hjälp av denna guide ska hitta en förening som kan berika din fritid i många år framöver.

Producerad av:



Lidaholmsgatan 3 • 503 38 Borås  
Boxadress: Box 55 157 • 501 14 Borås  
Hemsida: [www.kommunmedia.se](http://www.kommunmedia.se)  
E-post: [info@kommunmedia.se](mailto:info@kommunmedia.se)  
Tel: 010-160 55 20 • Fax 010-160 55 99

Tryck:

Eskils Tryckeri AB  
2023

Miljö och kvalitetssystem  
ISO 9001 - ISO 14001



Annonsförsäljning:

KommunMedia  
Upplaga: ca 27.790 ex.  
Distributionsansvarig: SDR

Denna guide är tryckt med vegetabiliska färger på ett miljövänligt returpapper som inte är klorblekt.

Utgivaren ikläder sig ingen ersättningskyldighet på grund av möjligen förekommande utslutning, oriktighet eller ofullständighet i guiden.



# Föreningslivet

Föreningslivet är en viktig del av samhället och ger möjligheter att delta i allt från idrott, kultur, friluftsliv till politik, utbildning, umgänge m.m. Ett stort antal barn, ungdomar och vuxna deltar dagligen i olika föreningsaktiviteter i kommunen och ambitionen är att ännu fler ska hitta till föreningarnas aktiviteter och på så sätt bli en del i föreningsgemenskapen.

I denna guide, samt på kommunens hemsida [www.uddevalla.se](http://www.uddevalla.se) finns information om vilka bidrag som finns att söka, om hur man startar och driver en förening samt annan värdefull information om föreningsarbete.

*Registret, som bygger på uppgifter som föreningarna själva lämnar, är hämtat från kommunens hemsida 2023-10-04. Ändringar inkomna efter det finns inte med i guiden.*

## A

### ABF Fotoklubb

info@abffotoklubb.se  
www.abffotoklubb.se

### ABF Fyrbodal

Tfn .....361 90  
info.fyrbodal@abf.se  
www.abf.se

### Afasiföreningen i Uddevalla

Tfn .....070-221 60 38  
getha.olsson@gmail.com

### Alfadi

soniatchamoun@hotmail.com

### Astma- och allergiföreningen i Bohuslän

Tfn .....070-697 60 52  
info@aaib.se  
www.aaib.se

### ATSUB/GBG

Tfn .....031-20 99 49  
jeanette@atsubgbg.nu  
www.atsubgbg.nu

### Attention Uddevalla

Tfn .....073-055 69 96  
info@attention-uddevalla.se  
www.attention-uddevalla.se

## B

### Bengalos Mc

Tfn .....397 20  
info@bengalos.com  
www.bengalos.com

### BK Västra

Danieldalberg79@hotmail.se  
Tfn .....076-259 71 27  
danieldalberg79@hotmail.se

### BMK Uddevalla

Tfn .....66 10 90  
info@bmkuddevalla.se  
www.bmkuddevalla.se

### Bohusläns Föreningsarkiv

Tfn .....65 65 03  
info@bohusarkiv.se  
www.bohusarkiv.se

### Bohusläns God Man och Förvaltarförening

Tfn .....072-570 55 44  
info@bgmf.se  
www.bgmf.se

### Bohusläns Klätterklubb

Tfn .....073-052 80 70  
ordforande@bohuskk.se  
www.bohuskk.se

### Bohusläns Taekwon-Do Klubb

Tfn .....073-515 57 00  
uddevalla\_tkd@hotmail.com

### Bokenäs Bygdegårdsförening

viktorssonmarifa@gmail.com  
bygdegardarna.se/bokenas

### Bokenäs Hembygdsförening

Tfn .....073-680 57 06  
strandhagen@hotmail.com  
www.hembygd.se/bokenas

### Bokenäs Idrottsförening

Tfn .....072-725 59 66  
info@bokenasif.se  
www.bokenasif.se

### Bokenäs Öppna

### Förskola Föräldraför.

Tfn .....070-636 12 72  
bokenasof@gmail.com

### Bokenässets Ådra

Tfn .....0733-72 72 85  
karin.isaksson@uddevalla.se  
www.bokenasetsadra.se

### Bollkramarnas

### Innebandyförening

Tfn .....073-183 49 44  
stefan.andreasson@uddevalla.se

### Bosnien och Hercegovina

Tfn .....073-676 77 87  
mumindalen73@hotmail.com

### Bowlingklubben Korp

Tfn .....070-623 19 23  
Lg.thuresson@gmail.com  
www.svenskalag.se/bkkorp

### Bowlingklubben Obelix

Tfn .....070-982 81 79  
teamobelix@telia.com

### Bris Region Väst

Tfn .....031-750 11 30  
bris.vast@bris.se  
www.bris.se/

### Brottsofferjouren Fyrbodal

Tfn .....070-820 40 44  
info@fyrbodal.boj.se  
www.fyrbodal.boj.se

### B bröstcancerföreningen

### Emelie Bohuslän

Tfn .....070-221 18 85  
beatejohansson1@outlook.com

### Byalaget Västra Forshälla

Tfn .....070-298 68 38  
sebastian.bleckert@  
esbprojektpartner.se

## C

### Civiltjänstförbundet

### Uddevalla

Tfn .....0705-70 22 66  
uddevalla@civil2.se  
www.civil.se

### Club Active Ljungskile

Tfn .....073-518 83 01  
clubactivejungskile@gmail.com  
clubactivejungskile.sportadmin.se

### Collegium Musicum

Tfn .....070-361 21 84  
klas.gerle@uddevalla.se  
collegiummusicum.se

## D

### Dansklubben Bohusbuggarna

Tfn .....070-532 24 05  
annsofi3@telia.com  
www.bohusbuggarna.com

### Dansvänner i Väst

Tfn .....070-620 87 23  
isakjontti@hotmail.com

### Demensföreningen i Uddevalla

Tfn .....070-798 14 90  
vindon@konsultkopia.se

**Det Fria Sällskapet  
Länkarna Uddevalla**

Tfn ..... 076-392 62 14  
svige@outlook.com  
www.uddevallalankarna.se

**DHB Västra**

Tfn ..... 0521-696 10  
info@dhbvastra.se  
www.dhb.se/vastra

**DHR Uddevallaavdelningen**

Tfn ..... 199 56  
uddevalla@chr.se  
chr.se/uddevalla

**Diabetesföreningen  
i Uddevalla**

Tfn ..... 076-005 18 25  
diabetesua@telia.com  
diabetesförbundet.se

**Djurens Vänner i Uddevalla**

Tfn ..... 64 30 43  
lindh.ame@telia.com

**DSF Väst kustbyggarna**

Tfn ..... 072-314 62 62  
ulrik@vastkustbyggarna.se  
www.vastkustbyggarna.se

**E**

**Elinorspelen**

Tfn ..... 070-258 84 60  
dawid@spray.se  
elinorspelen.se

**Epilepsi i Bohuslän**

Tfn ..... 070-756 35 34  
erland.wide@gmail.com

**F**

**Filmis**

filmis@filmstudio.se  
uddevalla.filmstudio.se

**Forshälla Hembygdsförening**

Tfn ..... 070-946 10 49  
gerd.i.jonsson@telia.com  
www.forshallahembygd.se

**Forshälla PRO-Förening**

Tfn ..... 070-657 35 34  
forshalla@pro.se  
pro.se/forshalla

**Forshälla-Herrestad-  
Torpskytteförening**

Tfn ..... 073-140 17 95  
runebackman@gmail.com

**Friluftsrådet Ljungskile  
lokalavdelning**

Tfn ..... 0700-871612  
styrelse.ljungskile@friluftsradet.se  
www.friluftsradet.se/ljungskile

**Friluftsrådet Uddevalla  
lokalavdelning**

Tfn ..... 070-718 23 25  
uddevalla@friluftsradet.se  
friluftsradet.se/uddevalla

**Frivilligcentrum i Uddevalla**

Tfn ..... 318 31  
frivilligcentrum@hotmail.se  
frivilligcentrum.se

**Funktionsrätt Uddevalla**

Tfn ..... 378 04  
kansli@funktionsrattuddevalla.se  
www.funktionsrattuddevalla.se

**Fyrbodals Fibromyalgiförening**

Tfn ..... 073-406 06 16  
fyrbodal@fibromyalgi.se

**Föreningen Folkets  
Hus i Uddevalla**

Tfn ..... 104 94  
info@folketshusuddevalla.se  
folketshusuddevalla.se

**Föreningen För Psykisk  
Funktionshindrade Vänkraft**

Tfn ..... 073-775 95 14  
vankraft@telia.com

**Föreningen för  
utvecklingsstörda barn**

www.fub.se/lokal/fub-uddevalla

**Föreningen Hvittelt**

Tfn ..... 070-672 69 76  
morgan.ohlsson@telia.com

**Föreningen Norden**

Tfn ..... 070-161 28 01  
alfgillberg41@gmail.com  
www.norden.se

**Föreningen Oliven  
Alzaytouna i Uddevalla**

hosam1963@gmail.com

**Föreningen Titan Gym**

Tfn ..... 076-176 75 23  
stefan.skoglund@uddevalla.se  
titangym.se

**Föreningen Uddevalla  
Open Parasport**

Tfn ..... 073-819 76 51  
info@uddevallaopenparasport.se  
uddevallaopenparasport.se

**Föreningen Villa Efkullen**

Tfn ..... 072-511 00 63  
bengt.alm13@gmail.com

**Föräldraföreningen Mot  
Narkotika Göteborg**

Tfn ..... 031-12 89 01  
info@fmngoteborg.com  
www.fmngoteborg.com

**G**

**GF Kroppskultur**

Tfn ..... 079-341 30 68  
info@kroppskultur.com  
www.kroppskultur.com

**Godisgood**

godisgood.uddevalla@gmail.com

**Groheds Idrottsförening**

Tfn ..... 070-694 44 03  
lelj@telia.com  
www.grohedsif.com

**Gymmix Uddevalla GF**

Tfn ..... 300 61  
leifsvensson222@gmail.com

**H**

**Hantverksglädje På Bokenäset**

Tfn ..... 070-490 34 65  
yvonne.brandt@telia.com

**Herrestads Allmänna  
Idrottsförening**

Tfn ..... 883 75  
kansliet@herrestadsaif.se  
www.herrestadsaif.se

**Hjärnkraft Fyrbodal**

Tfn ..... 076-023 99 79  
hjarnkraft.fyrbodal@telia.com  
www.hjarnkraft.se

**Hogstors Idrottsförening**

Tfn ..... 073-031 37 33  
info@hogstorp.se  
www.laget.se/HogstorsIF

**Huvudvärksföreningen Trestad**

trestad@huvudvarksforbundet.se  
huvudvarksforbundet.se/trestad

**Hälle IF**

Tfn ..... 070-684 32 38  
christian@skolutveckling.com  
halleif.nu

**I**

**IBN Rushd Studieförbund**

Tfn ..... 070-247 07 20  
info.vastra@ibnrushd.se  
www.ibnrushd.se

**Ideella föreningen**

**Friskis & Sveffis**  
Tfn ..... 335 20  
info@uddevalla.friskissveffis.se  
uddevalla.friskissveffis.se

**IFK Lane**

Tfn ..... 070-696 96 85  
ifklane@outlook.com  
www.laget.se/IFKLane

**IFK Uddevalla**

Tfn ..... 070-422 82 20  
info@ifkuddevalla.nu  
www.ifkuddevalla.nu

*Tips på aktivitet!*

**Strandpromenaden**

Strandpromenaden är en gång- och cykelväg som går från Skalbankarna ut till Lindesnäs. Promenaden är 9,3 kilometer lång och längs sträckan får du bland annat uppleva en vattennära promenad med både hängbro och träbrygga som löper längs med berget.





## Fritidstips!

# Kulturskolan

Vill du odla ditt musikintresse? Kommunens Kulturskola har ett stort utbud som lockar många elever! På Kulturskolan går omkring 1200 elever som lär allt från att spela instrument, sjunga, dansa till att göra film, spela teater, teckna, måla och skulptera. Huvuddelen av eleverna går i grundskolan men man kan även börja ännu tidigare.

### IFK Veteransupporters i Uddevalla

Tfn ..... 070-569 60 77  
hakan.kragnert@telia.com

### IFS Fyrbodol

Tfn ..... 070-645 59 68  
lasse.candler@hotmail.se

### IK Oddevold Grunden

Tfn ..... 073-819 76 51  
parafotboll@oddevold.se  
laget.se/ikogrunden

### IK Orient

Tfn ..... 135 33  
info@ikorient.se  
www.ikorient.se

### IK Rössö Uddevalla

info@ikrosso.se  
www.laget.se/IKrosso

### IK Svane

Tfn ..... 700 85  
iksvane1@gmail.com  
www.laget.se/iksvane

### Islamiska Centret - Uddevalla

Tfn ..... 073-610 39 18  
isc-uddevalla@hotmail.com  
isc-uddevalla.se

## J

### Jarl Gregorius Dagson Historiska förening

Tfn ..... 070-269 85 14  
aj@intred.se

### Jf 290 Framtidshoppet IOGT-NTO:s Juniorförbund

Tfn ..... 070-190 84 29  
junisgbg@gmail.com  
goteborg.junis.org

### Jägareförbundet Bokenässets Jaktvårdskrets

Tfn ..... 070-556 10 13  
kretsni4@hotmail.com  
www.jagareforbundet.se/goteborg\_och\_bohuslan/bokenasets

### Jägarnas Riksförbund Forshälla

Tfn ..... 070-727 64 66  
jorgen.listaskogen@hotmail.com  
www.jrfforshalla.se

## K

### Kaprifolkören

Tfn ..... 070-756 45 04  
evahellman53@gmail.com

### Karlsberg United Football Club

Tfn ..... 073-043 17 51  
karlsbergp03@gmail.com  
www.laget.se/KUFC

### KF Länken

Tfn ..... 181 65  
kf.lanken.uddevalla@gmail.com

### KFUM scout Ljungkile

Tfn ..... 073-986 28 24  
KFUMljungkile@gmail.com

### Korpehåla Judoklubb

Tfn ..... 070-237 18 46  
Info@korpehalajudo.se  
www.korpehalajudo.se

### Kulturens Bildningsverksamhet

Tfn ..... 08-470 24 45  
info@kulturens.se  
www.kulturens.se

### Kulturens Hus

Tfn ..... 073-839 14 16  
kurt.ridell@gmail.com  
www.kulturenshus.se

### Kulturföreningen Uddevallakassetten

Tfn ..... 073-754 40 20  
lars.wallin@uddevallakassetten.se  
www.uddevallakassetten.se

### Kören Fräknarna

Tfn ..... 076-888 99 53  
annaclara.olofsson@gmail.com

## L

### L´ Jazz Ljungkile

Tfn ..... 072-724 18 99  
info@ljazz.se  
www.ljazz.se

### Lane-Ryrs Bygdgårdsförening UPA

bokalane@garden@gmail.com  
lanegarden.se

### Lane-Ryrs Hembygd förening

Tfn ..... 070-401 55 30  
anders.j.eliasson@svenskakyrkan.se  
www.laneryrshembygd.se

### Lane-Ryrs Pensionärsförening

Tfn ..... 070-353 75 03  
info@laneryrspensionarsforening.one  
laneryrspensionarsforening.one/

### Livbojen Räddningsmission

Tfn ..... 072-552 88 82  
ulf@bohuslantv.se

### Ljungkile bridgeklubb

Tfn ..... 070-515 98 22  
pege.schelander@gmail.com  
www.svenskbridge.se/ljungkile-bk

### Ljungkile Dansare och Spelmän

Tfn ..... 070-656 21 76  
sonia.conny@gmail.com  
www.ljungkiledos.se

### Ljungkile Filmstudio

Tfn ..... 070-232 87 19  
info@ljungkilebio.se  
www.ljungkilebio.se

### Ljungkile Friluftsklubb

Tfn ..... 070-271 34 50  
ordf@ljungkilefriluftsklubb.se  
ljungkilefriluftsklubb.se

### Ljungkile Innebandyförening

Tfn ..... 073-618 78 28  
ljungkile.innebandy@gmx.com

### Ljungkile Innebandyklubb

Tfn ..... 076-315 57 71  
jdah@kth.se

### Ljungkile padelklubb

Tfn ..... 073-511 31 61  
mattias.orust@gmail.com  
www.svenskalag.se/  
ljungkilepadelklubb

### Ljungkile Ridklubb

Tfn ..... 0760-22 47 57  
ljungskileridklubb@hotmail.com  
ljungkile-rk.se

### Ljungkile Samhällsförening

Tfn ..... 0709-22 94 88  
info@ljungkile.se  
www.ljungkile.se

### Ljungkile Segelsällskap

Tfn ..... 0703-92 20 72  
info@ljss.se  
www.ljss.se

### Ljungkile Sportklubb

admin@lsk.se  
lsk.se

### Ljungkile Tennisförening

Tfn ..... 073-508 79 12  
www.ljungkiletennis.se

### Ljungkileortens Hembygd förening

Tfn ..... 070-642 54 33  
info@ljungkileorten.se  
www.ljungkileorten.se

### Lokal-TV Uddevalla

Tfn ..... 070-527 23 33  
christer@lokaltvuddevalla.se  
www.ltvu.se

### Lycorna Golfklubb

Tfn ..... 201 76  
info@lyckornagk.se  
lyckornagk.se

## M

### Mag- och Tarmföreningen i Fyrbodol

Tfn ..... 072-237 13 33  
fyrbodol@magotarm.se  
www.magotarm.se/fyrbodol

### Medborgarskolan Fyrbodol

Tfn ..... 0520-301 20  
uddevalla@medborgarskolan.se

**MF Musikhuset**

Tfn ..... 070-091 78 69  
 mfmusikhuset@gmail.com  
 facebook.com/mfmusikhuset

**Mollöns Vänner/Gård**

Tfn ..... 070-259 19 98  
 barbro.hellberg@telia.com  
 mollonsgard.se

**Motorklubben Trophy**

info@mktrophy.tk  
 www.mktrophy.tk

**Musikföreningen Adrian**

Tfn ..... 070-759 67 06  
 sonny.eskilsson@telia.com  
 www.mfadrian.com

**Målarföreningen Kasen 27**

Tfn ..... 073-066 94 32  
 ylva.wilenius@telia.com

**N**

**NBV väst**

Tfn ..... 070-396 16 93  
 emma.ekblom@nbv.se  
 www.nbv.se/vast

**Neuroförbundet Uddevalla**

Tfn ..... 070-145 56 04  
 uddevalla@neuro.se  
 www.uddevalla.neuro.se

**Norra Älvsborgs förening för frivilliga samhällsarbetare**

Tfn ..... 070-984 01 80  
 info@gbgfs.se

**O**

**Oddevold idrottsklubben**

Tfn ..... 64 56 50  
 info@oddevold.se  
 www.oddevold.se

**Oddevold kamrat och supporterklubb**

Tfn ..... 070-674 07 25  
 kontakt@ikosupport.se

**Onsdagsbriden 7nt Uddevalla**

Tfn ..... 072-717 21 28  
 hovhult@gmail.com

**P**

**Parkinson Norra Älvsborg-Bohuslän**

Tfn ..... 070-966 56 91  
 parkinson.nu@hotmail.se  
 goo.gl/SBnrO3

**PRO Skredsvik**

Tfn ..... 070-383 78 66  
 algjakt166@gmail.com  
 pro.se/skredsvik

**Psoriasisförbundet**

**Muskot Lokalavdelning**  
 Tfn ..... 070-770 62 71  
 lisolo441@gmail.com  
 www.psoarisisforbundet.se

**R**

**R.P.C Rescue the Poor Child**

Tfn ..... 076-328 57 52  
 rpc@rpsaid.org  
 www.rpsaid.org

**RBUI i Uddevalla med omnejd**

Tfn ..... 0767-79 59 00  
 info@rbubohuslan.se  
 www.bohuslan.rbu.se

**Reinos Vänner**

Tfn ..... 070-165 71 90  
 info@reinosvanner.se  
 reinosvanner.se

**Reumatikerföreningen i Uddevalla**

Tfn ..... 072-317 80 53  
 reumatikerfua@msn.com  
 uddevalla.reumatiker.se

**RF-SISU Västra Götaland**

Tfn ..... 070-926 59 11  
 Thomas.Franzen@vgjdrott.se  
 www.rfsisu.se

**Riksförbundet HjärtLung Uddevalla**

Tfn ..... 076-280 53 85  
 info@uddevalla.hjart-lung.se

**Rock ´ N Roll West**

Tfn ..... 070-608 52 55  
 roger.elcity@telia.com  
 www.rocknrollwest.se

**Rock ´ N Row Linedance**

Tfn ..... 073-589 73 41  
 camlas98@hotmail.com  
 rocknrow.se

**Rosseröds Idrottsklubb Uddevalla**

Tfn ..... 072-229 57 69  
 rosserodik@gmail.com  
 laget.se/RosserödiK

**S**

**Saronhuset**

Tfn ..... 070-461 42 12  
 erik.johansson@kristdemokraterna.se  
 www.saronhuset.se

**Segelsällskapet Viken/Ägir**

Tfn ..... 070-495 41 85  
 info@vikenagir.se  
 www.vikenagir.nu

**Sensus Studieförbund Region Västra Sverige**

Tfn ..... 998 60  
 uddevalla@sensus.se  
 sensus.se

**Skansens Ridklubb**

Tfn ..... 070-773 21 40  
 skansensridklubb@hotmail.com

**Skogslyckans PRO-förening**

Tfn ..... 302 88  
 skogslyckan@pro.se  
 pro.se/skogslyckan

**SKPF Svenska Kommunalpensionärernas**

**förb Avd 33**  
 Tfn ..... 123 34  
 uddevalla.avd33@skpf.se

**Skredsvik Herrestad och Högås Hembygdsförening**

Tfn ..... 070-362 28 95  
 gunilla.magnusson@vattenmiljo.se  
 www.hembygd.se

**Skredsviks Samhällsförening**

Tfn ..... 070-298 60 59  
 e.oscarsson@telia.com  
 skredsvik.info

**Skredsviks Sportklubb**

Tfn ..... 076-840 63 98  
 joares\_88@hotmail.com

**Somaliska Föreningen HILAC**

Tfn ..... 076-206 59 04  
 luulhasan9@hotmail.com

**SPF Fräkne**

Tfn ..... 070-689 80 92  
 per.schwartzman@gmail.com  
 www.spfseniorena.se/distrikt/  
 bohusedistriktet/foreningslista/frakne

**SPF Seniorerna Hafsten**

Tfn ..... 070-672 17 74  
 inger.e.olsen@gmail.com  
 spfpension.se/hafsten

**SPF Viken Uddevalla**

spfviken@outlook.com

**Sportfiskeklubben Härvan**

Tfn ..... 072-251 32 85  
 tommy@jungsgard.se  
 www.harvan.se

**Sportstugan Förening UPA**

Tfn ..... 10616  
 uddevalla.sk@telia.com  
 www.uddevalla-sk.se

**SRF Uddevalla**

**Synskadades Förening**  
 Tfn ..... 070-769 04 85  
 stalejakobsson@gmail.com

**Stenshults Idrottsförening**

Tfn ..... 66 20 88  
 stenshultsif.uddevalla@gmail.com

**Strandbynäs Gårds Intresseförening**

Tfn ..... 070-637 27 80  
 info@strandbynas.com

**Strokeföreningen Fyrbodol**

Tfn ..... 070-66 144 07  
 ingridohakan@hotmail.com

**Studieförbundet Fyrbodol**

Tfn ..... 072-402 74 80  
 gabriela.konig@studieforamjandet.se

**Studieförbundet Bilda Sydväst**

Tfn ..... 070-526 79 00  
 sydvast@bilda.nu  
 www.bilda.nu/region/bilda-sydvest

**Studieförbundet Folkuniversitetet**

Tfn ..... 031-10 65 00  
 regionkansli.goteborg@  
 folkuniversitetet.se  
 www.folkuniversitetet.se/

**Studieförbundet Vuxenskolan Väst Uddevalla**

Tfn ..... 010-330 09 10  
 vast@sv.se  
 www.sv.se/vast

**Stödför Studio 32**

styrelsen@studio32.nu  
 www.studio32.nu

**Sveriges Ensamkommandes Förening Uddevalla**

Tfn ..... 070-735 59 37  
 sef.uddevalla@gmail.com

**Sällskapet Lelångenbanan**

Tfn ..... 070-633 24 06  
 egers2@gmail.com  
 www.lelangebanan.se

**Södertullskyrkans RPG Uddevalla**

Tfn ..... 073-821 12 30  
 ruben.maxvall@gmail.com  
 www.sodertullskyrkan.se

**T**

**Tehus Fyrbodol**

Tfn ..... 073-509 48 53  
 karin.i.johansson@uddevalla.se

**Tojang Taekwondo Klubb Uddevalla**

Tfn ..... 070-109 60 58

**Trestads Allmänna Idrottsklubb**

david.stockenberg@gmail.com  
 www.svenskalag.se/trestad

**U**

**Uddevalla Atletklubb**

Tfn ..... 070-734 05 63  
 uddevallaatletklubb@yahoo.com  
 www2.idrottonline.se/  
 default.aspx?id=259048

**Uddevalla Badmintonklubb**

Tfn ..... 070-844 38 01  
 ordforande@uddevallabadminton.se  
 www.uddevallabadminton.se

**Uddevalla Bangolfklubb**

Tfn ..... 170 71  
 info@uddevallabangolf.nu  
 uddevallabangolf.nu

**Uddevalla Basket**

Tfn ..... 070-664 62 73  
 postmaster@uddevallabasket.com  
 www.uddevallabasket.com

**Uddevalla Beachvolley club**

Tfn ..... 070-471 39 76  
 uddevallabc@hotmail.com

**Uddevalla Bluesförening**

Tfn ..... 070-597 22 45  
 christer.bassman@hotmail.se  
 www.uddevallablues.se

**Uddevalla Bordtennisklubb**

Tfn ..... 072-308 86 29  
 uddevallabtk@telia.com  
 www.laget.se/uddevallabtk

**Uddevalla Botaniska Förening**

Tfn ..... 070-626 96 15  
 bobie2.bo@gmail.com

**Uddevalla Boxningsklubb**

Tfn ..... 073-533 69 24  
 girlsout\_66@hotmail.com

**Uddevalla Bridgeförening**  
 uddevallabf@gmail.com  
 www.svenskbridge.se/uddevalla-bf

**Uddevalla Brukshundklubb**  
 Tfn ..... 169 78  
 info@uddevallabhk.com  
 www.uddevallabhk.com

**Uddevalla Bågskytteklubb**  
 Tfn ..... 076-210 59 53  
 ubsk@hotmail.se  
 uddevallabagskytte.se

**Uddevalla Cykelklubb**  
 Tfn ..... 070-527 21 77  
 uddevallack@gmail.com  
 www.uddevallack.se

**Uddevalla Finska Förening**  
 Tfn ..... 357 47  
 salme.kankaala@gmail.com

**Uddevalla FN-Förening**  
 Tfn ..... 070-960 29 36  
 uddevallafn@gmail.com  
 www.facebook.com/  
 uddevalla.fn?locale=sv\_SE

**Uddevalla Folkdansgille**  
 Tfn ..... 070-368 63 01  
 miaollenyqvist@gmail.com  
 uddevallafolkdans.se

**Uddevalla Futsal club**  
 Tfn ..... 073-181 24 53  
 nannis69@hotmail.com

**Uddevalla Försvarshistoriska Förening**  
 Tfn ..... 072-143 52 37  
 anders.lofstrom.66@gmail.com  
 www.uddevallafhf.se

**Uddevalla Golfklubb**  
 Tfn ..... 825 01  
 info@uddevallagk.se  
 uddevallagk.se

**Uddevalla Gubbhockeyförening**  
 Tfn ..... 072-545 10 01  
 lars.goran.ahren@gmail.com

**Uddevalla Gymnastik och Parkour**  
 Tfn ..... 072-732-36 22  
 kansliet@uddevallagp.se

**Uddevalla Gymnastikförening**  
 Tfn ..... 073-613 01 60  
 susanne.evander@telia.com  
 www.uddevallagf.se

**Uddevalla Handbollklubb**  
 Tfn ..... 070-958 98 30  
 johanna@uddevallahk.se  
 www.uddevallahk.se

**Uddevalla Hembygdsförening**  
 Tfn ..... 070-915 45 25  
 uddevalla.hembygdsforening@telia.com  
 uddevallahembygd.se

**Uddevalla Highjump Academy**  
 Tfn ..... 070-209 10 21  
 m\_an\_76@hotmail.com

**Uddevalla Hockey Club**  
 Tfn ..... 073-031 11 81  
 kansli@uddevallahc.se  
 uddevallahc.se

**Uddevalla Humanistiska Förbund**  
 Tfn ..... 070-689 80 92  
 per.schwartzman@gmail.com  
 www.uddhum.se

**Uddevalla Idrottssällskap Orientering**  
 Tfn ..... 073-627 95 21  
 janerik.palsson@gmail.com

**Uddevalla Idrottsällskap Gamla Sällskapare**  
 Tfn ..... 073-627 95 21  
 janerik.palsson@gmail.com

**Uddevalla Jiujitsuklubb**  
 info@ujjk.nu  
 ujjk.nu

**Uddevalla Judoklubb**  
 Tfn ..... 073-956 05 80  
 jensai@uddevallajudo.se  
 www.uddevallajudo.se

**Uddevalla kallbadare**  
 kallbadare@telia.com

**Uddevalla Kammarorkester**  
 Tfn ..... 070-200 99 93  
 pergh.malmstrom@gmail.com

**Uddevalla Karting klubb**  
 info@uddevallakarting.se  
 uddevallakarting.se

**Uddevalla Konstförening**  
 Tfn ..... 070-223 82 51  
 uddevallakonstforening@gmail.com  
 uddevalla.konstforeningar.se

**Uddevalla Konståkningsförening**  
 Tfn ..... 070-619 99 04  
 sara.ewert@uddevallakf.se  
 www.uddevallakf.se

**Uddevalla Lajvförening**  
 Tfn ..... 072-705 03 33  
 styrelse.ulf@gmail.com

**Uddevalla Motorbåtsklubb**  
 Tfn ..... 072-722 23 23  
 umk@uamotorbatsklubb.se  
 www.uamotorbatsklubb.se

**Uddevalla Muay Thai Klubb**  
 Tfn ..... 073-646 39 58  
 annacarin.wikblad@gmail.com

**Uddevalla Orienteringsklubb**  
 Tfn ..... 070-532 48 47  
 info@uok.se  
 www.uok.se

**Uddevalla Pensionärers Bowlingklubb**  
 Tfn ..... 072-736 22 92  
 thomas.j.lang@telia.com

**Uddevalla Radioflygklubb**  
 Tfn ..... 073-044 03 53  
 hymocomp@telia.com  
 www.uddevallarfk.jimdo.com

**Uddevalla Riksteaterförening**  
 uddevalla@riksteatern.se  
 riksteatern.se/uddevalla

**Uddevalla Roddklubb**  
 Tfn ..... 070-114 02 55  
 u.arodd@outlook.com  
 uddevallaroddklubb.se

**Uddevalla Rugby**  
 Tfn ..... 073-626 44 58  
 uddevallarugby@gmail.com  
 uddevallarugby.se

**Uddevalla Rytтарförening**  
 Tfn ..... 073-336 03 04  
 uddevallaryttarförening@gmail.com

**Uddevalla Schacksällskap**  
 Tfn ..... 073-704 28 31  
 uddevallaschack@hotmail.com

**Uddevalla Scoutkår**  
 Tfn ..... 072-206 01 99  
 nmarberg@gmail.com  
 uddevalla.scout.se

**Uddevalla Sim**  
 Tfn ..... 346 85  
 info@uddevallasim.se  
 uddevallasim.se

**Uddevalla Skateboardförening**  
 Tfn ..... 070-082 38 17  
 simon@uddevallaskate.se  
 www.uddevallaskate.se

**Uddevalla Skidklubb**  
 Tfn ..... 106 16  
 uddevalla.sk@telia.com  
 www.uddevalla-sk.se

**Uddevalla Skyttegille**  
 Tfn ..... 073-641 85 45  
 uaskytte@gmail.com  
 www.svenskalag.se/  
 uddevallaskyttegille

**Uddevalla Skyttekrets**  
 Tfn ..... 070-547 78 10  
 daniel\_olsson@yahoo.com

**Uddevalla Släktforskare**  
 Tfn ..... 073-639 35 23  
 webmaster@uaslekforskare.se  
 www.uaslekforskare.se

**Uddevalla Sportfiskeförening**  
 Tfn ..... 128 03  
 info@usff.org  
 www.usff.org

**Uddevalla Sportfiskeklubb**  
 Tfn ..... 070-833 79 90  
 lennart@johansson.com

**Uddevalla Stadsmusikår**  
 Tfn ..... 076-163 19 14  
 kicki.skarin@gmail.com  
 uddevallastadsmusikkar.se

**Uddevalla Taidoklubb Taikei**  
 Tfn ..... 070-210 89 18  
 bettil@hotmail.com  
 www.taikei.se

**Uddevalla Team Soft Hockey**  
 Tfn ..... 070-485 45 54  
 ag.t.skog@live.se

**Uddevalla Tennisklubb**  
 Tfn ..... 172 13  
 tennis.utk@gmail.com  
 www.uddevallatennis.se

**Uddevalla Varvs- & Industrihistoriska Förening**  
 Tfn ..... 0705-23 31 71  
 lindh.erik@telia.com  
 uddevallaindustrihistoriska.com

**Uddevallanejdens Biodlareförening**  
 Tfn ..... 072-506 70 48  
 abrahamssonjengemar@gmail.com  
 jan-olof@gronvik.se

**UIS Skidor och Skridsko**  
 uis.skidor@gmail.com  
 www.uisskidor.se

**Ultimate SC**  
 Tfn ..... 072-716 60 60  
 info@ultimategym.se

## V

**Vikingen logt/Nto**  
 Tfn ..... 073-066 56 65  
 jan.christer.gunnarsson@telia.com

**Vision Seniorer, Uddevallasektionen**  
 Tfn ..... 070-559 60 94  
 Aspekarr@gmail.com

## Ä

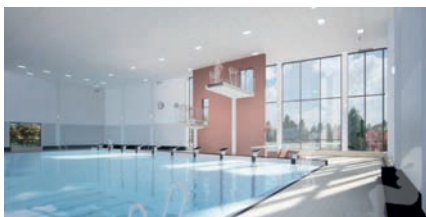
**Ängöns Vävstuga i Uddevalla**  
 Tfn ..... 073-229 85 34  
 mlbalkander@gmail.com



## Rimnersområdet, Uddevallas nya sport- och idrottscentrum

Rimnersområdet är under utveckling i syfte att skapa ett attraktivt sport- och idrottscentrum för alla som vill ha roligt, må bra och utvecklas i sitt idrottande.

Byggnationen av det nya Rimnersbadet samt tillgänglighetsanpassning och renovering av Rimnersvallen pågår för fullt. Kommunen arbetar också fram ett förslag om utveckling av hela Rimnersområdet



**Simhallen:** Håller tidplan och budget. Skall vara klart juni 2024.

50m bassängen skall hålla SM-standard för 25m. Bassängen är utformad så att det går att dela av den, en 25m del, en multi-del med höj- och sänkbar botten och en hoppdel.

På gång: Betongstommen monteras av Contiga. Bassängerna skall täthetsprovas med vatten i november. Täthus i april 2023.

**Rimnesvallen:** Håller tidplan och budget, skall vara klart aug/sept 2023.

Rimnersvallen skall hålla Superettan-standard i fotboll och SM standard i friidrott. Publikkapacitet för fotboll 4000 st och för friidrott 5000 st (det byggs provisorisk läktare vid SM)

På gång: Betongstomme på båda sittplats läktarna och betongplatta gjuts för ståplatsläktaren. Grundarbetet för löparbanorna pågår. Dränering och värmeslingor i fotbollsplanen.



## Nyföretagare?

Om du vill starta företag i Uddevalla kan kommunen hjälpa dig att hitta rätt i den kommunala verksamheten och vara ett stöd för dig som företagare.

De kan bland annat hjälpa till med kontakter, lokaler, tillståndsansökan eller allmän vägledning och Uddevalla kommun arbetar aktivt tillsammans med det lokala näringslivet.

Du hittar mer information på kommunens hemsida [www.uddevalla.se](http://www.uddevalla.se)



Alkstrand Markis & Persienn AB  
Kurödsv. 11, UDDEVALLA  
0522-138 26 | [www.alkstrand.se](http://www.alkstrand.se)

### Professionell telefonpassning

Prova oss under tre  
månader utan  
bindningstid och  
fasta avgifter.

033-700 71 00  
[www.diatel.se](http://www.diatel.se)



DIAGONAL TELEFONPASSNING  
Box 55157, SE-504 04 Borås



## Lastväxlar Carlsson AB

Kranbilar från 18 till 92 ton/met,  
Kranbilar med korg och underbrojbb

[www.lastvaxlarcarlsson.se](http://www.lastvaxlarcarlsson.se)  
**Kontakta Rolf 070-346 40 41**



**FÖR ETT AKTIVT  
OCH ENGAGERANDE  
FÖRENINGSLIV**

Socialdemokraterna  
Uddevalla

[www.socialdemokraterna.se/bli-medlem](http://www.socialdemokraterna.se/bli-medlem)



Naturskyddsföreningen

**Stå upp för naturen!  
Bli medlem.**

[naturskyddsforeningen.se](http://naturskyddsforeningen.se)

90 SVENSK  
INSAMLINGS  
KONTRO KONTROLL

# EN VÄRD FÖR ALLA

 Uddevallahem



**Ammenäs**



*Hyr Ammenäs - en fritidsanläggning vid havet*  [ammenas.org](http://ammenas.org)



**UPPLEV MER PÅ  
BOHUSLÄNS MUSEUM**

FRI ENTRÉ • ÖPPET ALLA DAGAR I VECKAN • LÄS MER PÅ [WWW.BOHUSLANSMUSEUM.SE](http://WWW.BOHUSLANSMUSEUM.SE)



## Nära till vården

Din egen vårdcentral hittar du på narhalsan.se

Träffa oss även på Närhälsan Online  
Ladda ner vår app och träffa  
läkare i mobilen



<https://www.narhalsan.se/e-tjanster/narhalsan-online>

**Närhälsan**



## Nära till vården

Din egen vårdcentral hittar du på narhalsan.se

Träffa oss även på Närhälsan Online  
Ladda ner vår app och träffa  
läkare i mobilen



<https://www.narhalsan.se/e-tjanster/narhalsan-online>

**Närhälsan**



## Nära till vården

Din egen vårdcentral hittar du på narhalsan.se

Träffa oss även på Närhälsan Online  
Ladda ner vår app och träffa  
läkare i mobilen



<https://www.narhalsan.se/e-tjanster/narhalsan-online>

**Närhälsan**



## Kompassen öppenvårdsmottagning

erbjuder stöd och behandling för vuxna  
och ungdomar med missbruks- och  
beroendeproblematik, samt till anhöriga.

All rådgivning är kostnadsfri  
och vi har tystnadsplikt.  
Ring så berättar vi mer!  
Telefon: 0522 – 69 60 00



## Svenska Röda Korset

HÄR NÅR DU OSS!

---

**Bokenäs**  
Monica Jähne ..... 0702-55 90 82  
monica.jahne.se

**Forshälla**  
Maria Karlsson ..... 0768-63 22 86  
forshalla@redcross.se

**Högås**  
Renee Gullman ..... 070-662 29 14  
renee.gullman@gmail.com

**Ljungskile-Resteröd**  
Rolf Hermansson ..... 0522-298 12  
eva.korsviken@gmail.com

**Skafvö**  
Christina Palm ..... 0730-26 50 91  
christina.palm2@gmail.com

**Stenungsund**  
Irene Nilsson ..... 0702-29 86 76  
alfakola@outlook.com

**Uddevalla**  
Maria Karlsson ..... 0768-63 22 86  
maria.karlsson@redcross.se



## Har du frågor om

- solceller
- elkostnader
- uppvärmning

läs mer 

Din kommunala energi- och klimatrådgivare hjälper dig!



Läs mer på [uddevalla.se](http://uddevalla.se)

SCAN ME



## Redo för framtiden?

På vuxenutbildningen kan du komplettera dina **betyg**, läsa en **kurs** eller gå en **yrkesutbildning** som leder till jobb!

Skanna QR-koden för att se hela utbudet och våra ansökningsperider



Uddevalla  
Vuxenutbildning

[www.uddevallavuxenutbildning.se](http://www.uddevallavuxenutbildning.se)



Yh

## yh-utbildningar

som efterfrågas av

## arbetslivet

Kostnadsfria — 9 av 10 får jobb — Teori & praktik



Uddevalla  
Yrkehögskola  
[uddevallayrkehogskola.se](http://uddevallayrkehogskola.se)

Läs mer här



# Branschregister

## BILRESERVDELAR

### Autoexperten

Gräskärrsv. 15, UDDEVALLA .....163 88



[kundservice.udd@autoexperten.se](mailto:kundservice.udd@autoexperten.se)

[www.autoexperten.se](http://www.autoexperten.se)

### Kuröds Rostskyddcenter AB

Skalbanksv. 4B, UDDEVALLA .....354 58

[www.dinitrolcenter.se](http://www.dinitrolcenter.se)

## DELIKATESSER



### Bonanno Deli

Norr tullsg. 3, UDDEVALLA .....388 38

Ons - Fre 12 - 18, Lör 12 - 15. Välkomna!



## DJURSKYDD



### Djurens Vänner Uddevalla

c/o Gunilla Möller, UDDEVALLA

Tfn ..... 0707-99 57 52

[djurensvanneruddevalla@gmail.com](mailto:djurensvanneruddevalla@gmail.com)

[www.djurensvanner.se/uddevalla](http://www.djurensvanner.se/uddevalla)

Djurhem, Vi hjälper till med omplacering av djur i den mån vi kan. Kontakt för djurkyrkogården i Uddevalla.

## ENERGI OCH KLIMATRÅDGIVNING

### Energi- och Klimatrådgivning Uddevalla

[www.uddevalla.se](http://www.uddevalla.se)

Energirådgivare Pål Kindblom och Eva Ginstrup

Se även vår annons

## ENERGIBOLAG



### Uddevalla Energi AB

Strömberget, UDDEVALLA..... 58 08 00

[kundservice@uddevallaenergi.se](mailto:kundservice@uddevallaenergi.se)

[www.uddevallaenergi.se](http://www.uddevallaenergi.se)

## FASTIGHETSFÖRVALTNING



### Bostadsstiftelsen Uddevallahem

Norra Drottningg. 15, UDDEVALLA

Tfn ..... 65 35 00

[www.uddevallahem.se](http://www.uddevallahem.se)

Se även vår annons

## FÖRSKOLOR, FRITIDSHEM ENSKILDA



Förskolan

Lustträdgården

### Förskolan Lustträdgården

Åh Härbärgat 231, LJUNGSKILE .....253 10

[lustradgarden@telia.com](mailto:lustradgarden@telia.com)

[www.Lustradgårdens.se](http://www.Lustradgårdens.se)

Förskolan Äppeldalen, Fritidshemmet & Gränslandet

## KYRKOR OCH SAMFUND

### Bokenässets församling

Skredsviks församlingsgård, UDDEVALLA

Tfn ..... 50 64 50



[www.svenskakyrkan.se/bokenaset](http://www.svenskakyrkan.se/bokenaset)

Se även vår annons

### Herrestads församling

Klockarev. 4, UDDEVALLA

Tfn .....998 50



[www.svenskakyrkan.se/herrestad](http://www.svenskakyrkan.se/herrestad)

Se även vår annons

### Ljungskile församling

Vällebergsv. 24, LJUNGSKILE

Tfn .....999 70



[www.svenskakyrkan.se/ljungskile](http://www.svenskakyrkan.se/ljungskile)

Se även vår annons

### Svenska Kyrkan i Uddevalla

Kvarnbergsg. 2-4, UDDEVALLA

Tfn ..... 64 21 00



[www.svenskakyrkan.se/uddevalla](http://www.svenskakyrkan.se/uddevalla)

Se även vår annons

**LÅSMEDER**

**Rikstvåans Låsservice AB**

Göteborgsv. 12, UDDEVALLA .....231 00  
[www.rikstvanslas.com](http://www.rikstvanslas.com)

**MARKISER, PERSIENNER**

**Alkstrand Markis & Persienn AB**

Kuröds v. 11, UDDEVALLA .....138 26  
[www.alkstrand.se](http://www.alkstrand.se)  
 Se även vår annons

**PERSONLIG ASSISTANS**

**Frosunda Personlig Assistans**

Kungsg. 37, UDDEVALLA ..... 010-130 30 00  
[daniel.lisovski@frosunda.se](mailto:daniel.lisovski@frosunda.se)  
[www.frosunda.se](http://www.frosunda.se)  
 Se även vår annons

**POLITISKA ORGANISATIONER**



Socialdemokraterna

**Socialdemokraterna i Uddevalla**

Göteborgsv. 11, UDDEVALLA .....153 69  
[www.socialdemokraternauddevalla.se](http://www.socialdemokraternauddevalla.se)  
 Se även vår annons



**Sverigedemokraterna Uddevalla**

UDDEVALLA ..... 0707-74 87 70  
[uddevalla@sd.se](mailto:uddevalla@sd.se)  
[www.uddevalla.sd.se](http://www.uddevalla.sd.se)  
[www.facebook.com/sduddevalla](https://www.facebook.com/sduddevalla)  
 Facebook: Sverigedemokraterna Uddevalla  
 Instagram: sverigedemokraternauddevalla

**PSYKOTERAPEUTER – LEGITIMERADE**

**Psykoterapihuset**

Kålgårdsbergsg. 2, UDDEVALLA  
 Tfn ..... 51 15 03  
[www.psykoterapihuset.com](http://www.psykoterapihuset.com)

**RESTAURANGER**



**Pizzeria Napoli**

Norrtullsg. 3, UDDEVALLA  
 Tfn .....388 38  
[napoli.gastrogate.com](http://napoli.gastrogate.com)  
 Mån-Fre 11.30-22,  
 Lör 13-22, Sön 13-21  
 Välkomna!



**STUDIEFÖRBUND**



**Studiefrämjandet Fyrbodol**

Kungsg. 37  
 Tfn .....330 78  
[fyrbodol@studieframjandet.se](mailto:fyrbodol@studieframjandet.se)  
[www.studieframjandet.se](http://www.studieframjandet.se)  
[www.facebook.com/studieframjandetfyrbodol](https://www.facebook.com/studieframjandetfyrbodol)

**TANDLÄKARE - FOLKTANDVÅRDEN**

**Folktandvården Dalaberg**

Lövs kogsg. 8, UDDEVALLA  
 Tfn ..... 010-441 92 00  
[www.vgregion.se/folktandvarden/dalaberg](http://www.vgregion.se/folktandvarden/dalaberg)

**TRANSPORTFORDON OCH HUSBILAR**



**Lastvagnscenter AB**

Pukev. 6, UDDEVALLA .....172 00  
[www.lastvagnscenter.se](http://www.lastvagnscenter.se)

**UTBILDNING**

**Uddevalla Vuxenutbildning**

Kaserngården 1 A, UDDEVALLA ..... 69 78 00  
[www.vuxenutbildningen.uddevalla.se](http://www.vuxenutbildningen.uddevalla.se)  
 Se även vår annons

**VÅRD CENTRALER**

**Närhälsan Dalaberg Vårdcentral**

Lövs kogsg. 8, UDDEVALLA... 010-441 68 00  
 Ungas Psykiska Hälsa..... 076-134 62 84  
[www.narhalsan.se/dalabergvardcentral](http://www.narhalsan.se/dalabergvardcentral)



Se även vår annons

**Närhälsan Herrestads Vårdcentral**

Ling. 12, UDDEVALLA ..... 010-441 64 40  
[www.narhalsan.se/herrestadvardcentral](http://www.narhalsan.se/herrestadvardcentral)



Se även vår annons

**Närhälsan Skogslyckans Vårdcentral**

Sunnanvindsv. 8, UDDEVALLA  
 Tfn ..... 010-441 65 00  
[www.narhalsan.se/skogslyckanvardcentral](http://www.narhalsan.se/skogslyckanvardcentral)



Se även vår annons



## Trygg och flexibel hjälp i vardagen

Låt oss ta hand om dina hushållsuppgifter.  
Från hemstädning till trädgårdsskötsel.

**VETERANPOOLEN**

0522-122 08 • [uddevalla@veteranpoolen.se](mailto:uddevalla@veteranpoolen.se)



## RIKSTVÅANS LÅSSERVICE

PART OF PROSERO

**LÅS - NYCKLAR - PASSÉRSYSTEM  
DÖRRSTÄNGARE - KASSASKÅP**

Göteborgsvägen 12. Telefon: 0522-231 00 - [www.rikstvaanslas.com](http://www.rikstvaanslas.com)



*Vi finns här för dig!*

På vårt kontor i Uddevalla hittar du våra två erfarna kundinformatörer, Christian Wass och Mikael Andersson. De har egna erfarenheter gällande personlig assistans och kan förstå dig och din situation.

Christian och Mikael ser fram emot att besvara dina frågor och hjälpa dig att bli en del av Frösunda-familjen.

[personligassistans.se/uddevalla](http://personligassistans.se/uddevalla)  
[assistans.uddevalla@frosunda.se](mailto:assistans.uddevalla@frosunda.se)  
0522-65 12 90

**frösunda.**  
PERSONLIG ASSISTANS