



Utflykt till Rödön sommaren 2016

Foto: S. Berg

Medlemsblad från **PRO**Frösön

**PRO**filen 2016

## Styrelsen 2016

Ordförande	Tapani Bergbacka	070-3696842	
mail: <a href="mailto:vtapanib@outlook.com">vtapanib@outlook.com</a>			
Kassör	Gunnar Bergman	070-2137447	
mail: <a href="mailto:gunnarbergman1@gmail.com">gunnarbergman1@gmail.com</a>			
Sekreterare	Elsy Walter	070-5213163	063-103880
Studieorganisatör	K.G Brygg	070-3920367	
Ord ledamot	Solfriid Bäckman	070-3427935	063-43327
Ord ledamot	Maritta Ohlsson	070-2263764	063-121811
Ord ledamot	Ingrid Hagström	072-5429100	063-512396
Ersättare	Peo Wikström	070-5737847	
Ersättare	Gurli Söderström	073-0370559	

## Ordföranden har ordet:

Hösten närmar sig även i år och visar hela sin färgsprakande klädedräkt för oss.

Våra sommarverksamheter är avslutade förutom boule som vi spelar på Lövsta idrottsplats.

Från och med i år har bouleverksamheten varit öppen verksamhet där även icke PRO medlemmar har deltagit. Vårt PRO erbjuder er medlemmar ett varierande utbud av verksamheter under hösten, där ni medlemmar och i vissa fall även andra kan delta.

Som ni säkert vet, så blir ingenting gjort om det inte finns ledare, lokaler och övriga förutsättningar att göra det vi vill. Hjälp oss med detta!

Vi i styrelsen diskuterar fortlöpande möjligheter för att förändra och genomföra verksamheten så att både gamla och nya deltagare känner sig "hemma" i vår förening.

Förutom trivselverksamhet, utbildningar, informationer och övriga aktiviteter för er medlemmar, vill vi påverka samhällsutvecklingen så att vi pensionärer inte blir bortglömda och undantagna redan i planeringsskedet varken på kommunal-, regional- eller på riksnivån.

Vår möjlighet att påverka är i första hand i kommun- och regionnivån (landstinget). Detta sker genom Kommunala Pensionärsrådet (KPR) och Regionala Pensionärsrådet (RPR) där vi har representanter.

För att vi skall kunna påverka utvecklingen i "rätt riktning" bör ni, våra medlemmar, vara aktiva och tala om för oss vilka frågor vi skall driva i vår organisation och att ni under kampanjerna även påverkar opinionen i er egen omgivning så att vi får mer styrka för våra argument.

Kom och delta i våra möten och verksamheter. Det är Ni som är vår förening.

Vi i styrelsen hoppas att ni haft en trevlig sommar.

Tapani Bergbacka



## Kontaktombud 2016

83251 – 83253	Karl Gustav Brygg	070-3920367
83254 - 83255	Gudrun Strömstedt	063-43518
83254 – 83255	Solfrid Bäckman	063-43327
83241 -	Sonja Edlund	063-518891
83241	Karin Högberg	063-43838
83242	Elsy Walter	063-103880
83242	Maritta Ohlsson	070-2263764
83243	Tapani Bergbacka	070-3696842
83243	Ingrid Hagström	063-512396
83244	Sylvia Berg	063-519618
83130–31–32–33–34	Maud Johansson	063-106722
83171 t.o.m 83175	Anita Bergkvist	063-23166



För övriga postnr hänvisas till Solfrid Bäckman tel 063-43327

Att vara kontaktombud har sina trevliga stunder som att gratulera när någon av våra medlemmar fyller 80 år och jämna däröver.

Det är alltid uppskattat och här är bilder från ett par av dessa tillfällen:



En bild på Ruth och Haldor Westman på Ruths födelsedag i januari.



Dagny Ling gratuleras på sin dag.

Foto:Elsy Walter.

## Trippelskraplotteriet

Kassören uppmanar medlemmarna att i första hand gynna den egna föreningen genom att köpa 'Trippelskraplotter' direkt från PRO Frösön (gäller även prenumerationer).

Föreningen får ett stort antal lotter per säsong som vi måste hjälpas åt att sälja. Behållningen går ju till vår egen folkhögskola i Gysinge, så köp eller prenumerera på lotter direkt från din förening! Kassören har lotter. Ibland går några förtroendevalda ut på allmänna platser för att värva nya medlemmar till vår förening och även sälja 'trippelskraplotter'.

Hjälp till att stödja PRO Frösön!

Gunnar Bergman

## Glöm inte att besöka vår hemsida.

Den uppdateras kontinuerligt och är mycket informativ och rikligt med bilder.

Allt som händer i föreningen och info om PRO-aktiviteter finns där.

Meddelande om våra aktiviteter finns på hemsidan några dagar innan annonsen publiceras i ÖP och LT. Adress PROFrösöns hemsida: [www.pro.se/frosön](http://www.pro.se/frosön)

Hemsidesansvarig:

Sylvia Berg tel 063- 519618

mail: [sberg8945@gmail.com](mailto:sberg8945@gmail.com)



## Gökotta den 5 maj

Efter den långa vintern gick vår första utflykt till Skidleken för att fira Gökotta och vårens ankomst. Fortfarande låg snödrivorna kvar men solen och brasan som hade tänts värmdde gott.

Vi firar ju gökotta med förhoppningen att få höra göken gala men tyvärr var den inte på humör denna morgon. Vi fick nöja oss med våra mobiler där några av oss hade hittat den digitala varianten.

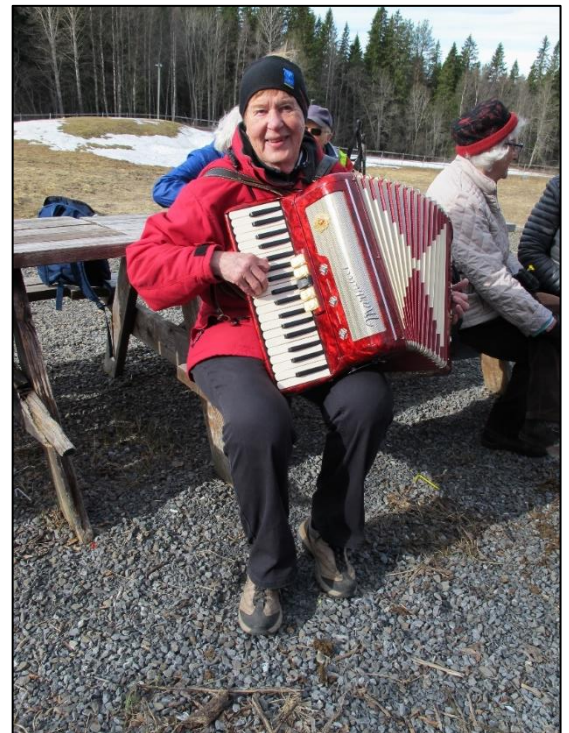


Så här tidigt på våren är det ju lite kyligt i luften men vi var ändå ganska många som hade samlats.

Som start på vårens utflykter var det perfekt väder, klart och soligt. Riktigt önskeväder även för fortsättningen av säsongen.



Margareta Nilsson stod för den musikaliska underhållningen med sitt dragspel



medan Tapani drog en rolig historia med stor inlevelse.

## Upplevelseutflykten den 16 juni

Det har under våren talats och skrivits mycket om alla nybyggen på stadsdel Norr.

På utflykten denna gång åkte vi därför på ett slags 'sightseeing' till Stadsdel Norr och Sånghusvallen för att se med egna ögon.

Det var mycket intressant och husen hade lite modernare stil än vad vi sett tidigare. Efter det fortsatte vi vidare till Sånghusvallen, ett naturskönt område med riktigt fin utsikt. För oss som inte har tillgång till bil så är det väldigt roligt att se 'på riktigt' det man bara får läsa om i tidningen.

Vi avslutade med ett besök i Fröjas café i Ås för en kopp fika eller en skål soppa. Det gick förstås inte att motstå den fagra blomsterprakten i växthuset så många av oss köpte med sig några blommor till rabatter och balkonger.



## Torvalla konststig den 9 juni

Ett av många bra förslag till utflyktsmål denna sommar blev utflykten till Torvalla konststig. Det var lite kyligt den här dagen men det blev en mycket intressant utflykt.



Tapani hade läst på innan så han kunde berätta om de olika konstföremålen och vem som var konstnären.



På bilden t.v står vi samlade vid statyn 'Meditation' av Peter Linde. Från vänster: Ruth Olofsson, Gunnar Svensson, Tapani Bergbacka, K.G Brygg, Britta Svensson, Elisabeth Malmberg, Siv Brännström och Ingrid Hagström.

Det var bara en bråkdel av all den konst som finns i Torvalla som vi fick se denna gång. Många av föremålen var inspirerade av asatron och var finurligt inbäddat i naturen. En riktigt fin konstupplevelse blev det!

Vi avslutade med att åka upp till Sky Park och tittade på den fina utsikten därifrån.



En alldeles oemotståndlig liten hund slog följe med oss. Den var väldigt tillgiven och blev förstås glad när vi stannade för fikarast. När vi kom tillbaka till bilen sprang den hem till sig så det var nog inte första gången den var på rymmen. På bilden står den på toppen av ett av konstverken okänt vilket.



Fikapaus vid konstverket Himmelsljuset.



## Några rader om vad som händer på Västervik



På 'stora tårkalaset' i början på juni hade vi glädjen att välkomna Maj Lis Ek från Distr. och hennes två musikaliska döttrar Erika och Sofia. Det blev finstämd sång, många applåder och framför allt stor publik. Mycket trevlig början på sommaren!



## På Valborgsmässoafton

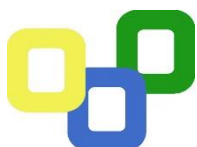
hade vi besök av Anna Brandt från kyrkan och hennes 12-mannakör. Det blev en väldigt rolig underhållning med dånande sång av kören och mycket spex av Anna som var en mästare i gamet. Många glada skratt blev det och vi hoppas att det inte är sista gången de kommer till Västervik.



Ovan på bilden: Anna Brandt (körledare i kyrkan) och Sven Erik Johansson vid pianot. Sven Erik men även Sylvia (nedan) är nya medlemmar i föreningen.



Bilden ovan Ann Britt Forslund och till höger Svea Johansson och Sylvia Landström. Alla har hjärtligt roligt som synes.



## Tibrandshögen den 23 juni

Dagens utflykt inledde vi vid Färjestället vid Rödöbron. Sedan blev det en kort promenad på den lilla skogsstigen fram till Tibrandshögen. Ingen hade lust att klättra upp på toppen så vi stannade nedanför där K.G Brygg berättade historien om den stora kullen. På den tiden fanns det en borg på platsen men den revs senare. Nu är endast kullen kvar. Det är också gott om fornynd i omgivningen.

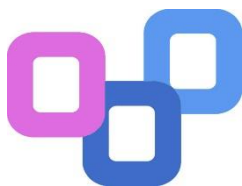


Vi åkte vidare till Undroms skogsområde. Där var det lätt att gå och rejält utlagda spänger. Där fanns också fornminnen och gravkullar.

Guckoskon blommade men vi var lite sent ute för de flesta var utblommade. Till vår lycka hittade vi i alla fall ett jättefint exemplar som vi alla kunde fotografera. Britta Svensson bilden t.v

Det blev en händelserik dag och nu började alla bli kaffesugna, därför åkte vi tillbaka till Färjestället vid Rödöbron. Där drack vi medhavt fika och njöt av solen och den fridfulla omgivningen.

Engagerad och kunnig guide på utflykten var KG Brygg som här pustar ut tillsammans med Siv Brännström och Maj Sjodin.



## Årets 80+resa genomfördes den 10 augusti

Ett 40-tal medlemmar var anmälda. Första stopp var Mus-Olles Museum i Ytterån. Vi blev fint mottagna av Jan Mattson och Leif Landin som agerade Mus-Olle i tidstypiska kläder. Efter en kort information blev det kaffe och stut i deras lilla mysiga café (bilden nedan från nätet), därefter en rundvandring bland dessa fantastiska samlingar som en enda man åstadkom, mestadels med cykel!  
Ett mycket intressant besök på Kalkmuséet i Åse, där vi fick ta del av kalkens användningsområden under årmiljoner tillbaka. En god lunch på restaurang Kalaskulan i Trångsvikens Bygdegård.  
På hemvägen ett stopp på Rödön, för inhandling av jordgubbar och potatis och en titt på alla vackra blommor.  
Hemma igen vid 16.00 -tiden efter en lärorik och trivsamt dag.  
Solfrid och Elsy samt vår chaufför Fredrik.



text: Elsy Walter

## Resa till Härjedalen 28 juni

I vanliga fall brukar det vara svårt att fylla bussen när en resa planeras men så icke denna gång. En hel månad innan sista anmälningssdag var det fulltecknat och tidigt på morgonen startade vi vår resa mot Härjedalen.



Första stoppet blev bussfika utanför Klövsjö. därefter fortsatte vi till det som var huvudmålet för resan: Myskoxcentrum i Tännas.

I ett visningshägn med höga ramper stod de stora djuren. De hade under våren fått tillökning så där fanns också två som endast var någon månad gammal. Guiden var mycket noga med att vi inte skulle störa eller skrämja dom. Vi fick veta att det är en av världens äldsta djurarter och det såg verkligen ut som ett urtidsdjur. Man kan använda ull och spinna garn men det är väldigt exklusivt och mycket dyrt. Den har inte så lång livslängd, endast 16-19 år.

Därifrån fortsatte vi till Fjällmuseet i Funäsfjällen. Vi fick se en film om Härjedalen och därefter blev det visning av museet.

Till sist stannade vi kraftigt försenade på Åtgårdens café i Vemdalen. Det gjorde att hemkomsten blev någon timme senare än planerat. Trots det var alla mycket nöjda med resan och reseansvarig Elsy fick varma och välförtjänta applåder när vi kom hem igen.

## Brunflo kyrka och Kastalen den 30 juni



Ovan en närbild av den stora besten. Modig fotograf var Britta svensson.



Säkrast att hålla sig på respektfullt avstånd.



Vi hade gott om tid när vi startade så vi stannade till vid den fina träkyrkan i Marieby. När vi kom till Brunflo kyrka stod guiden och vaktmästaren Martin beredd att ta emot oss.

Vi fick börja med guidning i Kastalen en imponerande fästning från 1100-talet. Den 30 meter höga byggnaden används numera som klocktorn. Några av oss klev de 90 trappstegen upp där man hade en fantastisk utsikt långt ut över Frösön.

Efter att ha sett kyrkan och gravplatsen åkte vi till Brunflo Hembygdsgård där sommarcaféet var öppet och serverade kaffe och våfflor med hjortronsylt. En trevlig och minnesvärd tur!

Vid ingången till Kastalen.



## Ny cirkel.



Under våren startade KG Brygg en studiecirkel om Frösöns historia. Under en av våra allra sista träffar innan sommaruppehållet togs ovanstående bild. Till hösten planeras en cirkel om Storsjöns öar.

## Utflykt till Andersön den 2 juni



Det blev också tillfälle med lite massage under fikat. Här visar Elisabeth oanade talanger som massös och Siv njuter i fulla drag.

Sommaren 2016 har varit den varmaste och soligaste på många år. Vi hade enligt SvT:s Solligan hela 427 soltimmar sedan midsommar. Inte illa även om Visby vann det hela med 536 timmar.

Ibland kommer det upp en diskussion om att det är så få 'gubbar' som deltar på våra utflykter och verksamheter. Vi vill förstås ha en jämnare fördelning så därför hälsar vi speciellt alla 'gubbar' i föreningen men givetvis också alla 'tanter' ett varmt välkommen till våra trivsel-träffar och övriga verksamheter.

Vi ser fram emot en ny händelserik höst!

Text och foto i detta nr av PROfilen:  
Sylvia Berg (om inte annat anges).



Ovan en fin sommarbild av damerna samlade på Andersöns brygga. Fr.v: Ingeborg Karlsson, Siv Brännström, Elsy Walter, Gurli Söderström, Ingrid Hagström, Ewa Wedberg och Maj Sjödin.

På bilden t.h ses vår leverantör av tipsfrågor Reidar Engström och Elisabeth på promenad i sommarvärmen.





## PLANERADE MÖTEN OCH TRÄFFAR HÖSTEN 2016

(se annons i ÖP och LT onsdagar)

15 september – Surströmming  
13 oktober -  
10 november - Budget- och verksamhetsmöte  
8 december - Julmöte

## FRISKVÅRDSAKTIVITETER

### Söndagspromenader

PRO lokalen Lövsta kl 13.00:

25 sept, 2 okt, 9 okt, 16 okt, 23 okt, 30 okt, 6 nov.  
(Skriv gärna upp dig som fikaansvarig i lokalen)

### Vattengymnastik

Start söndag den 18 sept: Östbergsskolan kl 10,00 (info Solfrid tel 063-43327)

### Motionsgymnastik

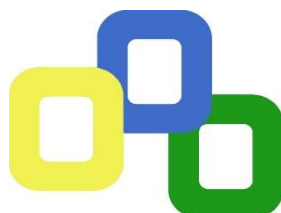
Start måndag den 19 sept: Kul och Buslokalen kl 13.30.  
(Info Solfrid Bäckman 063-43327). Öppen verksamhet.

### Friskvårdsdag

Lördag den 17 sept: PROlokalen Lövsta kl 12-14.00.

### Motionsdans

Varje söndag mellan kl 19 – 22.30 träffas föreningsmedlemmar från Östersund, Körfältet, Oden och Frösön till motionsdans med levande musik på OSD/Folkets Hus. Fika och smörgås finns at tillgå i serveringen. Inträde: 100 kr.  
Överskottet går till bl.a den nyligen genomförda 80-årsresan



## VÅRA STUDIER I HÖST

### PROlokalen i Lövsta:

Akvarell: Ingeborg Karlsson tel 063-122843  
Hälsa: Ingeborg Karlsson och Maritta Ohlsson tel 070-2263764.  
Storsjöns öar: K.G Brygg tel 070-3920367

### RödaKors-lokalen Hornsgatan 20, Frösön:

Handarbete: Sari Olsson tel 063-125374  
Filet och pinnspets: Sari Olsson  
Litteratur: Evy Lundström tel 063-85131

Startdatum för cirkelna meddelas i god tid innan i våra annonser i ÖP och LT.



# PROfilens korsord 2016



	Mat-expert	Beröm	Armé	Grannort → Irland																
Musiköra						Ett av fyra														
Slott																				
↓				Bank-träd																
Gutepåg →																				
Spel-företag																				
			General Motors	Ost-kryp Skoj på slutet																
Skänk från ovan					Både bokstav o kurva															
Lägger jägaren		Fredags aktualitet			Skall tas på allvar	Föremål för dyrkan							Start på dator Uppslags verk		Aktuellt hos optiker	På kafferep →		Hon-hund		← På cykel o häst Sy-lön
↓		Portugisisk klago-sång	Vatten drag → Arna Eriksson	Existerar Blaska i Götet												Renons →		7		
Genom-skinliga		4						Grannlän Bihäle- Inflamma tion		När det roliga är slut										
Dirigent							Luftmast på U-båt Vassbåt													
	Medlem i Mumin familjen		Evolution teorins fader		5 augusti Militärt godnatt						Syrad mjölk	Gammal skiva Nerv-sjukdom								
Får man inte tappa							År väl hemlig Coop		2				8							
↓ Utsikt																				
		Sinatra-brud				Fack-ord		FN förr			Vid matlag-ning			Rovfågel						
Just-ombuds-man	Stålmannens fasa f.d Stor-marknad											TV-progr. TV-Fröken förr →		9						
		Salmo Salar						l adress Italienskt bilmärke			På huligan Tröja									
Varda förr i tiden										Osis Före tiden				Fågelns rede						
														6						
Är nog myren		5				Har väl Tarzan														
			Lättar vid börda			Matris						Kunga-stol								

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Reidars kluriga fråga denna gång: Vad är Östersund exempel på?

Skriv ditt svar i de gröna rutorna ovan eller om du inte vill klippa i tidningen skriv på ett kort (Glöm inte namn o adress) och sänd in lösningen senast den 25 oktober 2016 till: Sylvia Berg, Södra Strandvägen 20, 832 44 FRÖSÖN

Tre vinnare erhåller:  
1:a pris: Citykort värt 100 kr  
2—3:e pris: Trisslotter.

Lycka till

