



"Far och son" - staty av Olof Ahlberg i Badhusparken Foto:S.Berg

Medlemsblad från **PRO**Frösön

PRO*filen 2018*

Styrelsen 2018

Ordförande	Tapani Bergbacka	070-3696842	vtapanib@outlook.com
Kassör	Gunnar Bergman	070-2137447	gunnarbergman1@gmail.com
Sekreterare	Elsy Walter	063-103880 / 070-5213163	elsy.walter@gmail.com
Studieorganisateur	KG Brygg	070-3920367	kgbrygg@bahnhof.se
Ord ledamot	Solfrid Bäckman	063-43327 / 070-3427935	
Ord ledamot	Maritta Ohlsson	063-121811 / 070-2263764	
Ord ledamot	Gurli Söderström	073-0370559	
Ersättare	Peo Wikström	070-5737847	powikstrom@hotmail.com
Ersättare	Maj Britt Jakobsson		
Ersättare	Gulli Sundberg	073-8060302	



Ordförande har ordet

Hej på er alla våra PRO medlemmar!

Jag hoppas att ni har haft en bra sommar trots denna unika och enorma värmebölja som fortgått hela

sommaren. Jag personligen tycker att det är skönt med värme. Ändå tycker jag att vi borde fått mera regn, så kanske hade vi sluppit alla dessa skogsbränder och den förödande torkan som råder.

Vårt PRO har minskat i antal medlemmar under det senaste året. Just nu är vi strax över 500 personer.

Vi i styrelsen har funderat hur och om det är möjligt att vända denna trend. Jag tror att vi i vårt PRO och styrelsen trots torkan i naturen inte drabbats av idétorka. Jag tror att det är möjligt att vända denna nedgående trend. Här måste vi alla hjälpas åt.

Höstens program delades ut till alla som deltog i vårfesten. Den finns även att läsa i vår hemsida och i denna handling. Men jag vill ändå nämna att vi fortsätter med den verksamhet som vi bedrivit det senaste året. Tyvärr har vår litteratur- och läsecirkel inte varit aktiv. Jag efterlyser intresserade att ta tag i detta och sätta i gång. Vi har luckor på schemat i vår lokal på Lövstavägen 1. Har ni idéer som ni brinner för och vill att de skall förverkligas, så kontakta någon av oss i styrelsen. Vi hjälper gärna till att förverkliga nya idéer så långt vi bara kan.

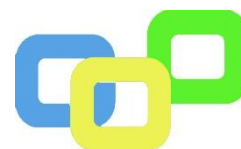
Till oktobermötet får ni ett förslag till verksamhetsplan för 2019(målbilden i stort), så att ni kan ge oss synpunkter innan Budgetmötet.

Ha en god och trevlig fortsättning!

Tapani Bergbacka

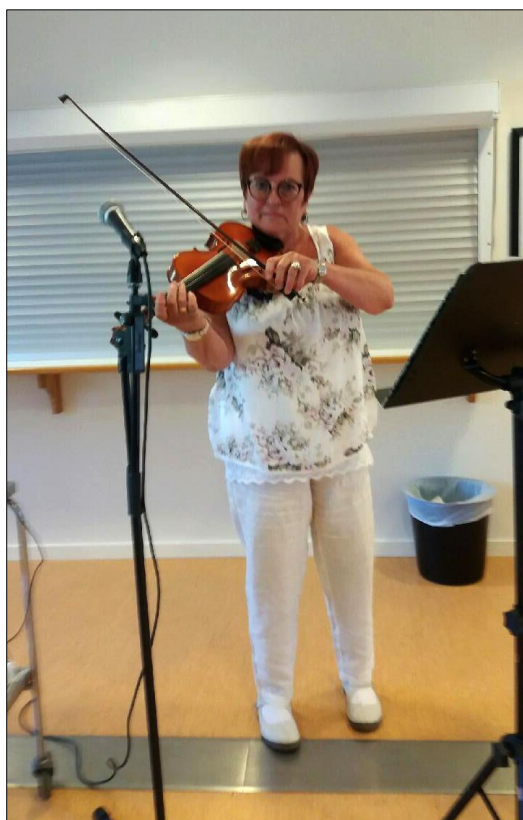
Kontaktombud 2018

83251-83253	Karl Gustaf 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	Ingrid Hagström	063-512396
83243	Tapani Bergbacka	070-3696842
83244	Sylvia Berg	070-3250979
83247	Ulla Yrefors	063-515765



För övriga postnr hänvisas till Solfrid Bäckman tel 063-43327

Verksamhet på Valla Servicehus



Fredagen den 25 maj bjöd vår förening de boende på Valla servicehus och övriga i närområdet på stort tårtkalas. Ulla Britta Johansson (bilden) stod för musiken och lättsamt prat mellan låtarna. Det fina vädret blev ytterligare ett plus den här dagen som blev en uppskattad avslutning på vårens aktiviteter på Valla Servicehus.

Foto: Gurli Söderström

Glöm inte att besöka oss på vår hemsida och Facebook. Vår hemsida och Facebooksida är alltid uppdaterad med det senaste. Meddelande om aktiviteter annonseras även i ÖP och LT på onsdagar.

Adress till PRO Frösöns hemsida: www.pro.se/frosön
Hemsidesansvarig:
Sylvia Berg tel: 070-3250979 mail: sberg8945@gmail.com

Bild:nätet



Andersön den 14 juni

Den allra första utflykten efter en ovanligt varm försommar gick till Andersön. Just den här dagen var det mer normalt Jämtlandsväder med lite hotfulla moln som gav några stänk ifrån sig men trots det blev det en riktigt fin utflykt.



På bilden t.v ser vi hur Ingeborg och Birgitta med gemensamma krafter försöker få fason på Ingeborgs rullator som varit hopfälld på resan dit. Det lyckades till slut och vi kunde fortsätta vidare till det tilltänkta raststället.

Där var några som arbetade med renoveringen av området. Det hade blivit någon ny bänk och gamla hade reparerats. Den gamla bryggan hade ersatts av en helt nybyggd (se bilden) som verkligen var så fin. P.g.a blåsten fick vi dock fika på andra sidan udden men visst är det positivt att de ordnar och gör fint på våra rastställen.



Undromskogen Rödön 21 juni



Dagens utflykt började med ett besök i Jordgubbslandets blomsterodling. De hade inte öppnat än men vi smög oss in i alla fall och fick njuta en stund av den fina blomsterprakten.

På bilden t.v ses Maj Sjödin och Solveig Palm få en glad pratstund i blomhavet.



Därefter fortsatte vi till Undromskogen där KG berättade om Rödöurnan från 400-talet som hittats där och alla forngravar som finns på platsen. Undromskogen är ett fint utflyktsmål som är mycket lättillgängligt med en gåramp som sträcker sig runt området. Det blev en skogs promenad som bjöd både på grandoft och fågelsång.

En jättefin utflykt avslutades med fika vid Tibrandshögen.



Och så var det...

en försäljare som ringer på dörren i en förortsvilla. Dörren öppnas av en nioåring som blossar på en lång svart cigarr. Försäljaren blir lite chockad, men låtsas inte om någonting, utan frågar:

- Hej. Har du din mamma hemma?

Pojken tar ut cigarren ur munnen och askar nonchalant på mattan:

- Vad tror du?

Marieby ruin och Stenbrottet 28 juni



Vi blev helt överraskade när vi kom till brunkullans äng i Marieby och fick se det ovanligt stora antalet brunkullor. Följderna av den varma våren syntes också i den övriga blomstermängden.

Där hade de också renoverat och ställt ut nya stadiga bänkar men på bilden t.v med Anna Lisa Birgitta och KG är det de gamla bänkarna som gäller.

Därefter åkte vi till Hembygdsgården och Marieby ruin. Ruinen är från 1300-talet med ett litet utrymme för kyrka och andakt. Intill fanns en promenadväg till en hälsokälla inne i skogen, men tyvärr saknade vi muggar. Vi insåg att vi får försöka bevara hälsan på annat sätt.

Vi fikade under tak vid caféet och åkte därefter till Stenbrottet. Vädret var perfekt med lagom värme men lite åska i luften. Regnet kom precis när vi steg in i bilen för att åka hem



Hara brygga och Sunne kyrkoruin 12 juli



Hara brygga var utflyktsmålet den här gången. I väntan på att caféet skulle öppna åkte vi till Sunne kyrkoruin. Där fick vi återigen lyssna på historien om Sverre Sigurdsson som på 1100-talet byggde kyrkan som fästning och överlistade jämtarna i ett stort slag vid Storsjö skans. Hans eskapader i Jämtland på den tiden är ofta med när vi talar om Jämtlands historia. Bilden t.v är hämtad från nätet och föreställer Sverre från en byst i Nidarosdomen. Inte så fager kanske men då vet vi ungefär hur han såg ut. Han var Norges motsvarighet till vår kung Gustav Vasa och blev sedermera norsk kung. Han levde åren 1151-1202.

Vi avslutade utflykten med att åka från ruinen till Hara brygga och fika på sommarcaféet.

Västerhus ruin och sockenstugan 5 juli

På en av årets varmaste sommardagar åkte vi till Västerhus kyrkoruin. Den är belägen endast ett hundratal meter från landningsbanan på flygplatsen så med särskild eskort fick vi tillträde till området. Ruinen är från 1000-talet och ligger på en av de vackraste platserna på Frösön.



Birgitta Håkansson fokuserar och siktar in sig på det perfekta motivet som var många på Västerhus-området. Milsvid utsikt med fjäll och sjö så långt man kan se.



I fältskärens hus berättade guiden Sören Karlsson om allehanda ruskigheter som hänt i huset. Inger Hamrin lyssnar uppmärksamt.



Det blev en jättefin sommarutflykt med många deltagare. Den avslutades med fika och våfflor i sockenstugan och med musik av kyrkans ungdomar.

På bilden t.v Ingrid Hagström, Kg Brygg och Gerd Lander i gemytligt samspråk i sockenstugans trädgård.



Bilder från olika aktiviteter i föreningen



En av de första regniga dagarna denna varma sommar åkte vår cirkel i minnes-träningskortspel med Thomée till Verkön. Självklart hade vi kortleken i bagaget.

På bilden delar av gänget: Gulli Sundberg, Sylvia Berg, Gurli Söderström, Karin Högberg och Solveig Palm. Saknas gör Berit Håkansson och Kristina Carlsson som inte kunde vara med den dagen.

80+resan till Glösa

Årets 80-årsresa gick den här gången till Glösa Friluftsmuseum. Där tittade vi på hällristningar vid Glösabäcken och sedan berättade vår guide Allan Borgsten om Älgklanens rike. Vi fick en spännande inblick i hur människor levde, bodde och jagade sin föda på platsen för 6000 år sedan. Han var också tidstypiskt klädd i skinnkolt och med rävsinn på huvudet.

När vi fått veta allt om älgklanen och dess vedermödor hann vi bli rejält sugna på mat så därför smakade lunchen på Vångens värdshus extra gott. Mycket god mat i verkligt trevlig miljö.

Mätta och belåtna åkte vi vidare upp till byn Helleberg för ett besök hos Tinas praliner. Där bjöds provsmakning av choklad i alla färger och former. Många av oss föll för frestelsen förstas och köpte med sig praliner hem trots att vi var mätta.

En lyckad resa tog alldeles för snabbt slut och det blev dags för hemfärd efter en givande dag i vårt vackra landskap.

Text: Elsy Walter och Solfrid Bäckman



Allan Borgsten berättar om älgklanens rike i Glösa för 6000 år sedan. Foto: Elsy Walter





Endagsresa Kallsjön runt längs Panoramavägen 26 juli

Det blev en fullastad buss som tog oss med på sommarens endagsresa.

Resan började med att vi åkte till Kolåsens restaurang där vi åt en god lunch på traktens råvaror. Utsikten därifrån var helt fantastisk och vi hade god tid på oss att strosa runt i området.

Anna (en av delägarna) berättade under lunchen om bygdens och hotellets historia. Bl.a om gäster av det mest skilda slag, vanliga turister, kungar och presidenter och nu har ju även PRO:are varit på besök där.

Med på resan fanns också några från andra PRO-föreningar t.ex Matts och Ulla Werner från PRO Oden (bilden t.h). På bilden ovan Dorith Sjöländer som fotograferar med mobilen.



På väg tillbaka besökte vi Njarka sameläger där vi fick en inblick i den samiska kulturen av föreståndaren Maud Mattsson. Vi fick veta hur de levde förr men också lite hur det är idag. Mycket intressant och lärorik föreläsning.



Och så var det..

Lille Olle som kom till skolans musiklektion, öppnade fiollådan och tog fram en k-pist.

- Men vad ska det här betyda? sa läraren.
- Att pappa står på banken med min fiol, svarade Olle.



Boule

Vi är nu en trogen skara på c:a 15-20 personer som spelar boule året runt. På sommaren spelar vi naturligtvis utomhus på boulebanan vid Lövsta idrottsplats och vinterhalvåret inomhus i vår lokal på Lövstavägen 1.

På bilden ser vi Elsy Walter, Elisabet Brissler och Tapani Bergbacka som försöker komma så nära "lillen" som möjligt med sina klot.

Vi ser gärna att fler medlemmar kommer med och vi har ett antal klot man kan låna. Inga förkunskaper behövs eftersom vi alla är glada amatörer och ser det här som ett trevligt sätt att umgås.

Vill du prova så ring Gunnar tel 070-213 74 47 för info om tider m.m.

Foto o text: Gunnar Bergman

Tisdagsdax på Jamtli

Tisdagsdax anordnas som vanligt på Jamtli under juli månad av ett antal pensionärsföreningar. I år började det den 10 juli och då var det vi, PRO Frösön, som tillsammans med PRO Körfältet som stod för arrangemanget.

Förutom tipsrunda bjöds det på underhållning i Brunflologen av Linus Isander från Föllinge (bilden t.h) samt utlottning av priser bland dom som gått i tipsrundan.

Fri entré gäller mellan 11.00-13.00 för alla pensionärer samt funktionshindrade och deras följeslagare. Den fria entrén gäller hela Jamtli inklusive muséet.

Gunnar Bergman



Alla pensionärers dag på Jamtli

Efter juli månads tisdagar anordnas Alla pensionärers dag den första tisdagen i augusti. Då står kommunen som arrangör och då blir det lite mer påkostad underhållning. I år var det Rune Ågevalds orkester som bjöd på 50-60 tals musik innan scenen intogs av välkända Ann-Louise Hansson som framförde många av sina listettor från svensktoppen till ackompanjemang av sin man Bruno Glenmark. I det strålande sommarvädret hade c:a 3000 besökare kommit för att njuta och ibland även sjunga med. Även denna dag ställer vi upp från föreningarna och hjälper till med olika sysslor för att få det att fungera.

Gunnar Bergman

PLANERADE MÖTEN OCH TRÄFFAR HÖSTEN 2018

13 september – Höstmöte
11 oktober - Trivselträff
8 november - Budget och verksamhetsmöte
13 december – Julmöte

FRISKVÅRDSAKTIVITETER

Söndagspromenader

PRO-lokalen Lövsta kl 13.00

23 sept, 30 sept, 7 okt, 14 okt, 21 okt, 28 okt, 4 nov. Tipsrunda, fika och lottdragning.
(Skriv gärna upp dig som fikaansvarig i lokalen)

Vattengymnastik

Inställd tills vidare. Ledare saknas.

Motionsgymnastik

Inställd tills vidare. Ledare saknas.

Friskvårdsdag

Lördag den 15 september PRO lokalen Lövsta kl 12-14.00. Tipsrunda m vinster, förtäring serveras.
Inträde 40 kr.

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 att tillgå i serveringen. Inträde 100 kr.

Överskottet går till bl.a den nyligen genomförda 80+-resan. Startdatum meddelas i ÖP och LT i god tid innan.

OBS. Vi behöver nya ledare till både motions -och vattengymnastiken. Utan ledare kan vi inte fortsätta med den verksamheten och det måste vi på alla sätt undvika. Ring Solfrid 063-43327 för mer information.



VÅRA STUDIER I HÖST

PRO-lokalen Lövsta:

Akvarell: start må 17 sept kl 13.00 info Gullan Karlsson tel 073-0403040
Sy & Stickcafé: start må 17 sept kl 10.00 info Elisabeth Malmberg tel 070-6795416
Hälsa: start ons 19 sept kl 10.00 info Ingeborg Karlsson och Maritta Ohlsson tel 070-2263764
Frösöns historia: start tisd 6 nov kl 10.00 info KG Brygg tel 070-3920367
Minnesträning-kortspel: start fre 31 augusti kl 12.00 info Sylvia Berg tel 070-3250979
Litteratursirkel: start ons 12 sept kl 13.30. info Gurli Söderström tel 073-0370559

RödaKors-lokalen Hornsgatan 20, Frösön:

Handarbete: start fre 21 sept kl 09.30 info Sari Olsson tel 063-125374
Filet och pinnspets: Sari Olsson

Annons om våra verksamheter kommer i ÖP och LT samt på vår hemsida www.pro.se/frosen eller Facebook i god tid innan.

All vår kurs och kulturverksamhet arrangeras i samverkan med ABF. Det är också möjligt om plats finns att delta i andra PRO-föreningars verksamheter.



