



# Aktiva Seniorer i Kramfors

## Möten 2008-2009

### Referat från mötet den 18 november 2009

Onsdagen den 18 november fick cirka 90 medlemmar i Aktiva Seniorer en påminnelse om att julen snart nalkas.

En liten utställning av julsaker från förr besågs och dagens gästföreläsare Maggis Frisk från Öviks Museum berättade om jultraditioner.

Trots att föreningsmedlemmarna firat många jular, fick alla nog veta något nytt. Till exempel att Erling Persson, som senare startade klädkedjan Hennes och Mauritz var den som på 30-talet började tillverka den orangeröda adventsstjärnan i papper. Som mest hade han då 300 anställda.

Efter den intressanta föreläsningen tog ordförande Ralf Lundqvist vid. Han talade bl a om hur en kommitté ur föreningen arbetat med äldreboendet i Kramfors, pågående cirklar samt gav ett smakprov på vårens verksamhet.

Efter månadsmötet i oktober har föreningen gjort ett studiebesök vid Banverkets visningslokal i Härnösand. Där fick vi bland mycket annat veta, att när projektet är slutfört 2011 har vi fått 3 mil ny järnväg, 10 mil upprustad, 3 resecentra och 8 tunnlar på en sammanlagd sträcka av 14 km.

Efter gott fika blev det dragning i ett lotteri där vinsterna passande nog bestod av glöggflaskor. Närmast ser nu Aktiva Seniorer fram emot jullunchen på Hotell Kramm den 16 december. Sylvia och Ralf Lundqvist tar emot anmälningarna.

### Referat från mötet den 21 oktober 2009

Aktiva Seniorer höll onsdagen den 21 oktober sitt månadsmöte. Ett 80-tal medlemmar hälsades välkomna. Föreningen håller sina möten i Stenskolan i Bollsta. Skolan sköts av Stenskolans förening som arbetar helt ideellt. PG Wallin, en av Stenskolans förenings medlemmar, fick av Aktiva Seniorer motta en summa på 5000 kr som uppskattning för deras arbete och skötsel av denna kulturbyggnad.

Dagens dikt framfördes av Torsten Westerlund. Dikten var en slags reseskildring från vår höstresa till Grekland men med slumpmässigt insatta adjektiv, vilket lockade till många skratt.

Anki Hamberg, projektledare för Öppna mötesplatser, presenterade kommunens verksamhet för äldre och sökte bland oss personer till deras volontärverksamhet.

Erik Wiklund och Kerstin Molander redogjorde för fortsättningen av cirklarna: Musik och vinkunskap. Sylvia Lundqvist och Birger Söderström berättade om kommande resor. Ordförande Ralf påminde om jullunchen på Hotell Kramm den 16 december.

Berglunds trio, bröderna Anders och Ragnar Berglund förstärkta med Gerhard Andersson, underhöll med dragspelsmusik. Ett särskilt tack till fikagruppen för gott hembakat bröd.

Nästa möte blir den 18 november med Maggis Frisk från Öviks Museum. Hon talar då om julseder från förr.

### Referat från mötet den 18 september 2009

Fredagen den 18 september startade Aktiva Seniorer upp sin höstverksamhet med en surströmmingsfest i Finnmarkens Bygdegård.

Det hela började med en tipspromenad där Karin och Kurt Johansson lagt en bana med kluriga frågor.

Innan surströmmingsdoften började spridas hälsade ordf. Ralf Lundqvist välkommen och sjöng en visa om "Gammfolke" med en träffande text gjord av Finnmarkens egen textskrivare: Allan Karlsson. Birger Söderström informerade om Ådalsbanan den 26 oktober och Hans Gunnarsson om bowlingen i Nordingrå som startar 23 september.

Blandat med livliga samtal och sång till Bernt Erikssons ackompanjemang på dragspel var surströmmingsburkarna snabbt tömda. Efter kaffet var det dragning av lotteriet. Prisbordet lockade med höstens alla primörer och delikatesser som var skänkta av föreningens medlemmar.

När skymningen började falla var det dags att tacka varandra för en trevlig samvaro och påminna om att nästa möte blir den 21 oktober i Stenskolan.

### Referat från mötet den 13 maj 2009

Aktiva Seniorers sista månadsmöte under våren blev den 13 maj med en resa till Borgsjö. Birgitta Gärdlund hade tillsammans med Byberg och Nordin arrangerat en mycket trevlig resa med många upplevelser: Gösta Sundins trämuseum. Gösta Sundin snidade under 30 års tid "gubbar" och föremål och satte in dem i arbetssysslor typiska för småbrukarsamhället under tidigt 1900-tal t ex miljöer från skogsbruket och fäbodlivet. Sedan besökte vi Naturum med bildspel och utställning, fick en guidad visning av Borgsjö kyrka med alla dess gamla skatter. Ett besök på Kickis och Dicks galleri blev nästa anhalt.

Efter det gjorde vi en tur till Sveriges mittpunkt Flataklocken och beundrade den storslagna utsikten. Allra sist avslutades dagen med middag på Torpshammars herrgård. Förutom god mat blev vi till kaffet helt oväntat underhållna av herrgårdens värd PO Jönis vid pianot som tillsammans med en gitarrist sjöng och spelade gamla evergreens. Något som verkligen uppskattades.

Våra cirklar: Klassisk musik, Må bra samt Grekland är nu avklarade.

Tunnbrödsbakningen fortsätter ännu någon gång. Vi har innan sommarupphållet att se fram mot utflykt till Allsta och Hans Öhman den 27 maj samt besök hos Arnold Sundström den 3 juni.

### Referat från mötet den 22 april 2009

Till månadsmötet den 22 april kunde ordf. Ralf Lundqvist hälsa ett 90-tal medlemmar välkomna. Ett speciellt välkommen önskades föreningens två nya medlemmar. Efter det att Ralf traditionsenligt läst dagens dikt var det dags att lämna till mötets gäst: Lars T Johansson.

Att Lars T är en mångfasetterad estradör visade han sannerligen. Han lockade till många hjärtliga skratt med sin berättarkonst. De lustiga historierna band han ihop med finstämda visor till gitarr. Att den timme han underhöll oss gick alltför fort var vi alla överens om.

Efter kaffet fortsatte mötet: Ulla-Britt Örjestål vår kontaktperson med Medborgarskolan informerade. Ralf läste upp ett brev från en klass på Skarpåkersskolan. Eleverna tackade för vår hjälp i ett miljöarbete de genomfört. Birgitta Gärdlund talade om att det ännu finns några platser kvar till resan mot Borgsjö den 13 maj. Vidare har vi att tänka på utflykten till Arnold Sundström den 3 juni, surströmmingsfest i Finnmarken den 18 september samt att några bord finns kvar till Loppis den 27 juni i Finnmarkens Bygdegård. Kontakta U-B Lycksell om du är intresserad.

Mötet avslutades med att ordf. tackade kaffekommittén samt önskade medlemmarna en riktigt skön sommar.

### Referat från mötet den 18 mars 2009

Onsdagen den 18 mars hade Aktiva Seniorer i Kramfors årsmöte. Ordf. Ralf Lundqvist hälsade 88 medlemmar välkomna. Det konstaterades att föreningen under året som gått ökat sitt medlemsantal med 20 %.

Till att leda årsmötet valdes Vidar Sjödin och till sekreterare Ingemo Sahlén. Verksamhets- kassa- revisionsberättelser föredrogs och godkändes. Styrelsen beviljades ansvarsfrihet. Sittande styrelse blir oförändrad 2009. Nya i valberedningen blir Bernt Eriksson och Sven-Erik Sundström.

Efter kaffe och tårta visade Åke Lönn en av SR inspelad film på 70-talet i Bollsta gamla Folkets Hus. Filmen visade bilder från Ådalens 20-30 tal, varvade med tidstypiska melodier framförda av dåvarande Sollefteå regementsmusikkår, där Åke som ung klarinettist både spelade och berättade i filmen.

Birgitta Gärdlund meddelade att det ännu finns några platser kvar till såväl resan till Borgsjö som till Antikens Grekland. En studiecirkel i ämnet Grekland kommer att starta den 27 april. Sylvia redogjorde för kommande trädgårdscirkel och kurs i tunnbrödsbakning. Slutligen framfördes ett speciellt tack med en ros till Barbro och P-G Wallin samt Glenn Setterqvist för allt arbete de gör inför och efter varje möte vi håller i Stenskolan. Nästa möte blir den 22 april med Lars T Johansson.

## Referat från mötet den 18 februari 2009

Under veckan som gått har Aktiva Seniorer verkligen levt upp till föreningens namn. Veckoslutet 13-15 februari var ca 50 medlemmar på en mycket trevlig resa till Stockholm och My Fair Lady. Måndagen den 16 februari hade föreningens hälsocirkel inbjudit dr Annika Dahlqvist att hålla en föreläsning i församlingssalen. Hit var även allmänheten inbjuden så ca 150 personer deltog. Vi fick bland mycket annat veta att fett är bara nyttigt.. Det visar sig nog i att grädde och smör kommer att ha en strykande åtgång i ortens mataffärer framledes.

Onsdagen den 18 februari hölls månadsmöte. Vice ordf. Åke Molander hälsade reportern Ulla Öhman från Radio Västernorrland välkommen. Hon berättade intressant om händelser från sina 27 år vid Radion. Många frågor fick hon och något som verkligen intresserade var frågan om musikvalet. Nu vet vi att av musiken som spelas ska hälften vara svensk och att hälften ska innehålla musik från de två senaste åren.

Sylvia påminde om resorna och att till Borgsjöresan den 13 maj ska anmälan vara inne i början av april. Om intresse finns för cirklar i trädgård och tunnbrödsbakning anmäler man sig snarast till Sylvia. Mötet avslutades med lotteridragning och gott fika som kaffegruppen tackas. Föreningens årsmöte blir den 18 mars.

## Referat från mötet den 21 januari 2009

Ralf hälsade oss välkomna till årets första möte. Ett femtiotal medlemmar hade bänkat sig i Stenskolan trots att influensa grasserade och snön yrde i luften och på vägen. Ralf läste som vanligt en dikt och hälsade därefter Gunnar Henriksson välkommen. Gunnar underhöll oss med sång och musik på ett sätt som uppskattades av alla. Vi fick också själva sjunga med i många av sångerna.

I musikpausen var det fika, information och det sedvanliga lotteriet. Ralf avslutade mötet med frasen ”Kör försiktigt och var rädda om er”.

## Referat från mötet den 10 december 2008

Aktiva Seniorer höll årets sista möte med julbord på Hotell Kramm. Vid glöggen som serverades i foajén hälsade ordförande Ralf Lundqvist 80 medlemmar välkomna.

När vi satt oss till bords bjöds vi på underhållning av en klass 2 från Skarpåkersskolan. Det var tredje året i rad som denna klass med lucior, stjärngossar, tomtar och pepparkaksgubbar gav oss en fin julstämning.

Därefter var det dags för att njuta av ett läckert julbord som innehöll allt och mer därtill. För många blev lutfisken särskilt lockande. Vid kaffet läste Åke Fällström Tomten av Viktor Rydberg.

Ordförande Ralf Lundqvist avslutade med att tacka för ett trevligt år och önskade God jul och Gott Nytt År.

## Referat från mötet den 19 november 2008

Aktiva Seniorers månadsmöte den 19 november inleddes som tradition nu är att ordf. Ralf Lundqvist läste en dikt. Han hälsade sedan ett 60-tal medlemmar välkomna. Ett särskilt välkommen riktades till de för dagen 5 nya. Under lottförsäljningen underhölls vi en stund av Ådalsduon, Bert Holmsten och Sven-Olov Grönberg, som spelade "gamla godingar".

V.ordf Åke Molander redogjorde för våra försäkringsvillkor och om möjligheter att teckna ytterliga försäkringar. Ev. intresserade vänder sig till Åke.

Resansvariga Birgitta Gärdlund presenterade en 1-dagsresa till Borgsjö i maj och en resa till Antikens Grekland i sept.

Sylvia Lundqvist gav förslag till vårens studiecirklar: Trädgård och Äta rätt- må bra. Båda dessa cirklar hade många intressanta underrubriker med föreläsare och studiebesök. Dessutom kan det bli en kurs i Tunnbrödsbakning. Sylvia L är nu den som i samarbete med Medborgarskolan ansvarar för cirkelverksamheten.

Efter gott kaffe och lotteridragning fick vi åter njuta av Ådalsduon. Nu hade de även ett melodikryss. Krysset vanns av Sven-Erik Sundström.

Nästa gång Aktiva Seniorer träffas blir på Hotell Kramm den 10 dec. kl.14.00 där vi äter julbord. Anmälan senast den 4 dec till Sylvia eller UllaBritt.

## Referat från mötet den 15 oktober 2008

Till oktobermötet hälsade ordf. Ralf Lundqvist välkommen samt presenterade 6 nya medlemmar. Efter att ordf. läst en höstdikt riktades ett speciellt välkomnande till dagens gäst polisinspektör Kenneth Magnusson. Kenneth informerade om nya vägmärken och polisens arbete. Därefter följde en livlig frågestund där många funderingar fick ett svar. Alla aktiva seniorer vet nu bl. a. hur man betar sig i en rondell.

Rapporter gavs av cirkelledarna om de pågående och blivande aktiviteterna.

Ett besök på Folke Bernadotteakademin på Svanö den 29 oktober är det som närmast står på schemat. Sylvia informerade om julbordet som serveras på Hotell Kramm den 10 december.

Ett särskilt tack riktades till Hans Gunnarsson som tillverkat namnskyltar till oss alla, nu över 100 medlemmar. Mötet avslutades med dragning av ett lotteri samt applåder till kaffekommittén som än en gång gjort ett strålande arbete.

## Referat från mötet den 17 september 2008

I Finnmarkens bygdegård samlades ons. den 17 sept. ett 50-tal medlemmar till surströmmingsfest. En trevlig tipsrunda med kluriga frågor ute i höstnaturen blev inledningen. Ordförande Ralf Lundqvist hälsade välkommen och tillsammans med andra ledamöter i styrelsen redogjordes för höstens pågående och nya cirklar. Erik Wiklund presenterade t.ex. en cirkel i

klassisk musik. Birgitta Gärdlund informerade om en kommande teaterresa till Sthlm och My Fair lady i februari. Intresset här var stort och många anmälde sig. Platser finns kvar och intresserade vänder sig till Birgitta.

Innan vi började ta för oss av bordets läckerheter sjöng Ralf en skämtsam visa accompanierad av Bernt Eriksson, föreningens duktige dragspelare, som också spelade till bordsvisorna. Vid kaffet var det dags för dragning av ett lotteri. Prisbordet var fyllt av höstens läckerheter som: grönsaker i alla former, äppelkakor, saft, sylt, bär, älgstek och hembakat bröd m.m. Vi skiljdes åt i höstskymningen efter en mycket lyckad fest.

Nästa möte blir ons. den 15 oktober då vi bl.a. blir informerade om det nya i trafiken.

## Referat från resan till Jämtland den 21 maj

Onsdag 21 maj åkte Aktiva Seniorer på den årliga endagsresan. I år åkte vi med Byberg&Nordins buss västerut – till Jämtland.

Första stoppet var vid Döda fallet. Där blev det kaffe och smörgås och beundran av den vridbara scenen och utsikten över den torrlagda älvfåran. Nästa besöksmål var Mus-Olles Museum i Ytterån. Där guidades vi runt i de olika husen och förundrades över alla 150 000 föremål som en ensam man samlat på sig under sin livstid. Mycket sevärt!

Arctura, Östersund, det höga tornet som invigdes 2005, erbjuder en god lunch i restaurangen 55 m över marken. Utsikten över staden och det nya skidstadion var enastående. Mätta och belåtna åkte vi vidare till Jamtli. Där tittade vi på fina utställningar och ett bildspel. Under resans gång fick vi historik om alla besöksmålen. Kaffe bjöds till de nöjda deltagarna invid Indalsälven, när vi åkte mot hemorterna.

Våren avslutas med en vårutflykt den 31 maj till Borgberget, Bollsta.

Trevlig sommar!

## Referat från mötet den 16 april

Aktiva Seniorer i Kramfors hade sin månadsträff den 16 april på Dannero Arena. 78 medlemmar började träffen med att äta en god lunch.

Ordf. Ralf Lundqvist hälsade välkommen och vände sig särskilt till fyra nya medlemmar. Efter mötets dikt lämnade han över ordet till Helena Bruhn, chef för Dannero. Hon berättade om den nya multihallen, dess användningsområden och kommande arrangemang. Hon berörde också travbanan och dess proffstränare och de lopp som ska köras den här säsongen.

Därefter tog Vidar Sjödin till orda och vi fick höra en historik om Dannero. För 1000 år sedan var det älvbotten där travbanan nu ligger. P.g.a. landhöjningen kunde marken så småningom nyttjas av bönderna i Bjarträ och Hammar. När travet i Ådalen startade 1928 kördes tävlingarna på isen i Nyland. Från början var det en tävling per år. I början av 1950-talet framkom önskemål om en bana på land. Edvin Frölander började avverka skog och bygga en bana. 1954 var en bankropp klar att tas i bruk. Tillsammans med Ådalens Travsällskap fortsatte utbyggnaden och den 28 februari 1954 kördes första loppet på Dannero.

Onsdagen den 21 maj är sista träffen före sommaren och då är det dags för en resa. Den går till Mus-Olles museum, Ytterån, mat på Arctura i Östersund och besök på Jamtli.