Fristad Runt

Aktuellt i Fristadbygden. Nr 1, 2026



Freetown Big Band Segrade i Stockholm

Orkestrarna från Fristad imponerade stort under årets Blue House Youth Jazz Festival.

Freetown Big Band tog hem segern i storbandskategorin, medan Jazz For Fun säkrade en fin andraplats.

Tävlingen och den efterföljande prisutdelningen ägde rum i Stockholms Konserthus, där unga jazzmusiker visade prov på både skicklighet och spelglädje.

Se sidan 9



Borgstena – en by med historia, gemenskap och möjligheter

Hembygdsgården en levande mötesplats

Knot 10 år på torget

FRIGYM i Fristad växer

Kyrkornas spännande sommar program

ICA CITY FIRAR 30 ÅR 15 MAJ

FRISTAD DAGEN 23 MAJ

FRISTADKRYSSET

Fristads bibliotek



Galleri Glasverandan

Öppettider
Måndag och tisdag 10-18
Onsdag, torsdag och fredag 10-16
Andra öppettider under sommaren
Med Meröppetkort 7-22 alla dagar.
033- 35 88 09
knallebiblioteken.se

Maj/juni Kristina Ekström akvarell
Sommaren Fristads Hembygdsförening
September Elisabeth Enqvist akvarell
Oktober Lisa Alerklang Blandade tekniker med miljötema
November Linda Norén Eriksson Olja, pastell, keramik
December Fristads folkhögskola Vävutbildningen

Babyöppet tisdag 12 maj kl. 9.00-12.00 i samarbete med Öppna förskolan Ålder 0-12 månader

Silent book club Torsdag 21 maj kl. 14.30-15.30 Ålder 13-19

Fristaddagarna Vi har lördagsöppet 23 maj kl. 10.00-13.00

Boktipsarcafé Måndag 1 juni kl. 17.00-18.00 För vuxna

Öppna förskolan och BVC Närhälsan hälsar på! Tisdag 2 juni kl.13.30 -16.00. Tema rörelse! Ålder 0-6 år

Sommarboken för dig som är 8-12 år. Årets tema: ”Mystiska gåtor och dolda spår”. Håll utkik efter aktiviteter under sommarlovet

Ljuset i Fristad

Det nordiska ljuset har man ju hört talas om, northern lights. Har vi det där speciella ljuset i Fristad? Efter månader av grå himmel och korta dagar smyger solen sig tillbaka. Den kommer med en värme och kraft som känns i både kropp och tanke.

Det är ett särskilt ljus här, i vår del av världen. Det reflekteras i Viskan, silas genom skogsdungarna och vilar över åkrar och gräsmattor som långsamt vaknar till liv. Det är som om strålarna bär på en stilla energi, en påminnelse om att allt som varit fruset och vilande nu får en ny chans. Knoppar spricker, fågelsången tar ton och marken börjar dofta av något nytt.

Men det är inte bara naturen som påverkas. Ljuset hittar in i oss människor också. Plötsligt känns stegen lättare. Fönster öppnas, damm syns – och tas om hand...



Det där som känts tungt under vintern blir hanterbart, nästan lustfyllt. Världen utanför Fristadbygden må vara mörk, bildligt talat, men här skiner solen – både bildligt och ofta bokstavligt.

Energin från solen är inte bara en känsla, den är påtaglig. Den laddar våra hus, våra sinnen – och ja, till och med våra bilar. Att låta solen bidra till att driva vardagen framåt är något fint i det enkla. Ett kretslopp av ljus och liv.

När solens strålar når jorden har de färdats i ungefär 8 minuter och 20 sekunder och avverkat en sträcka av 150 miljoner kilometer. Svindlande!

Vårsolen brukar ge mig en impuls att vilja gå ut i naturen. Jag brukar möta rätt många av er läsare av Fristad Runt därute på mina promenader eller löprundor. Ljuset drar oss ut ur våra vintergömmor och påminner oss om att världen är större än väggarna omkring oss.

Kanske är det just detta som är vårens största gåva: hoppet. Inte det stora, dramatiska – utan det stillsamma, som växer fram i takt med ljuset. Att det finns mer framför oss. Att det som spirar idag kan bli något vackert imorgon.

I Fristad märks det tydligt. Ljuset är tillbaka. Och med det – livet.

Önskar er alla en underbar vår och sommar.

Kjell-Ove Sethson
Vd på Fristadbostäder AB



Kjell-Ove Sethson
kjell-ove.sethson@fribo.nu

Alfred Nyberg är Equmeniakyrkans nya ungdomsledare

Det luktar fortfarande av lunch i korridoren på Fristadskolan. Skåpdörrar slår igen, ryggsäckar dunkar mot golvet och röster studsar mellan väggarna när eleverna lämnar klassrummen och rör sig mot nästa lektion.

I uppehållsrummet sitter ungdomsledaren Alfred Nyberg tillsammans med två elever. De lutar sig över en mobiltelefon och skrattar. När det är dags att gå vidare dröjer sig en av dem kvar en stund. Några tystare ord, nästan i förbifarten – sedan springer även han iväg.

– Det kan börja så där, säger Alfred Nyberg och ser efter honom. Ibland är det bara ett kort snack. Ibland märker man att någon vill prata lite mer.

Sedan den 7 januari arbetar han som ungdomsledare inom Equmeniakyrkan i Fristad, Vänga, Tämta och Borgstena. Rollen rör sig mellan kyrka, fritidsverksamhet och skola – men mycket av arbetet kretsar kring just de där små, spontana mötena i vardagen.

Han bor i Vårgårda och kommer från Lagmansholm. Vägen till yrket har inte varit självklar. Efter gymnasiet arbetade han i fyra år inom industrin innan han valde att studera vid Södra Vätterbygdens folkhögskola, där han kombinerade bibelstudier med idrott.

– Idrotten har betytt mycket för mig. Den har lärt mig lagkänsla, ansvar och hur man fungerar tillsammans med andra, säger han.

Tidigare arbetade han som ungdomsledare i Falkenberg, en erfarenhet som gett honom trygghet i mötet med olika grupper och situationer. I dag är arbetet spritt över flera orter. Han leder tonårssamlingar, är engagerad i scoutverksamhet och finns två dagar i veckan på Fristadskolan som kamratstödjare.

Där rör han sig i korridorer och gemensamma utrymmen, ofta utan fast punkt – just för att vara tillgänglig.

– Det handlar om relationer. Att vara närvarande, lyssna och ibland våga ta svåra samtal.



Alfred Nyberg är Equmeniakyrkans nya ungdomsledare

Han beskriver sig själv som strukturerad och planeringsinriktad, men vet också att arbetet kräver flexibilitet.

– Jag vill vara en trygg vuxen och en bra förebild. Relationer tar tid – men målet är att unga ska känna sig sedda och trygga, oavsett var de är.

Vill du ha fler tidningar?
De finns att hämta hos FRIBO och Biblioteket

FRIBO kör på el – och har gjort det i över ett decennium

Hos FRIBO är elbilar inget framtidsprojekt. Sedan elva år tillbaka drivs fordonsflottan med el – utan undantag.

– Alla våra bilar körs på el. Vi har lång erfarenhet av hur det fungerar, säger vd Kjell-Ove Sethson.

I dag består flottan av fem fordon: fyra hantverkarbilar och en mindre lastbil. Den äldsta bilen är över fjorton år gammal och används fortfarande dagligen.

– Den går som en klocka.

För personalen är eldriften självklar. Bilarna upplevs som tysta, driftsäkra och enkla att använda. De laddas vid arbetsdagens slut och är redo nästa morgon.

Att använda fordon länge är ett medvetet val.

– Det är en miljöinsats i sig. Ju längre vi använder våra bilar, desto mindre resurser krävs.

Medan många företag fortfarande kombinerar el med fossila alternativ har FRIBO redan ställt om helt.

– Det fungerar, säger Kjell-Ove Sethson.



Välkommen

Fristad-dagen med marknad och invigning av Skateparken

Lördag 23 maj
10-14 Marknad på Fristadtorget
11-14 Aktiviteter i skateparken
12:00 Invigningstal
11:00 Parkvandring
13:00 Parkvandring

Under dagen bjuds det på:
- Plantering av fröer och sticklingar
- Skateföreningen visar upp sina skills
- Prova utegym med Madeleine Rybeck
- Vi bjuder alla barn/ungdomar på festis och godis



Borgstena – en by med historia, gemenskap och möjligheter



I centrala Borgstena har FRIBO sex hus med totalt 66 hyresrätter. Bebyggelsen består av ett-, tre- och fem tvåvåningshus, med lägenheter från ett till fem rum och kök. De flesta bostäder ligger nära markplan, vilket är uppskattat av de boende. Området erbjuder goda gemensamma faciliteter, såsom två tvättstugor och en trivsam lekplats mellan husen. De välskötta grönytorna hålls i fint skick med hjälp av robotgräsklippare, och dessutom har ätbara växter och träd planterats för de boendes glädje.

Här finns även full förpackningsinsamling, vilket gör det enkelt att källsortera.

En viktig trygghetsfaktor i området är den hjärtstartarkiosk som är tillgänglig dygnet runt, året om.

För de som handlar på nätet finns paketboxar från PostNord placerade i området, vilket gör det smidigt att hämta sina leveranser nära hemmet.

– Värt att lyfta är att hyresnivån i Borgstena är bland de lägsta i Sverige, vilket känns fantastiskt, säger FRIBOs vd Kjell-Ove Sethson.

Borgstena har rötter i medeltiden, och namnet tros komma från ordet borg, som syftar på en befäst plats i området. Under denna tid dominerades bygden av jordbruk, och kyrkan från 1400-talet hade en central roll i bylivet.

Under 1900-talet blev Borgstena en del av textiltraditionen kring Borås. Mest känt är företaget Borgstena Textile, grundat 1949, som utvecklades till en internationell aktör inom bilinredningstextilier.

Idag erbjuder Borgstena en vardag som fungerar – på riktigt. Här bor du nära naturen utan att ge upp tillgången till arbete, service och goda pendlingsmöjligheter. För barnfamiljer finns trygga miljöer och närhet till skola och fritidsaktiviteter, samtidigt som vuxna kan utvecklas i arbetslivet eller driva eget. Kombinationen av lugn, gemenskap och praktiska förutsättningar gör det enkelt att både flytta hit och trivas långsiktigt.

Näringsliv och företag

Borgstena har flera företag, från små till stora aktörer. Vida AB är den största arbetsgivaren och en viktig del av Vidakoncernen. Sågverket specialiserar sig på konstruktionsvirke i gran och tillverkar bland annat komponenter till takstolar. Cirka 110 personer arbetar här, och varje dag lämnar omkring 36 billass virke samt 40 lass flis för energiproduktion. Exporten är omfattande: 60 % går till Storbritannien, 25 % till andra länder och 15 % säljs inom Sverige.

Borgstena of Sweden grundat 2020, är en mindre godisfabrik med ett femtontal anställda som tillverkar konfektyr och choklad till företag och återkommande försäljning för allmänheten. Verktygsboden, etablerad 2007, har 40 anställda och arbetar med produktutveckling och e-handel.

Kyrkor och gemenskap

Byn har två aktiva kyrkor. Equmeniakyrkan erbjuder gudstjänster, barn- och ungdomsaktiviteter, seniorträffar och samtalsgrupper. Svenska kyrkan arrangerar bland annat öppen förskola, gympa och mötesplatser som välkomnar alla åldrar. Kyrkorna fungerar som viktiga samlingspunkter för bygemenskapen.

Idrott och föreningsliv

Borgstena Idrottsförening, grundad 1945, erbjuder aktiviteter inom fotboll, bordtennis, skidor, motion och discgolf. Klubben präglas av lokal gemenskap, socialt fokus och låg tröskel för deltagande.

Allhallen, invigd 2008, byggdes med stor ideell insats från byborna och är en central plats för sport, motion, möten och evenemang. Hallen, cirka 20 × 40 meter, är utrustad för flera idrotter, bland annat innebandy, badminton, volleyboll, fotboll och basket.

Skola och service

Borgstenaskolan har cirka 60 elever från förskoleklass till årskurs sex. Skolgården ligger i lantlig miljö med skog för uteklassrum och aktiviteter. Fokus ligger på kunskap, trygghet, glädje och samarbete. Äldre elever går ofta vidare till skolor i Fristad eller Borås.

Byn har även en självbetjänad livsmedelsbutik, öppen dygnet runt, där kunder får tillträde via app eller BankID.

Med sin kombination av historia, företag, natur, skola och föreningsliv erbjuder Borgstena en trivsam och funktionell vardag för hela familjen.

Blåklinten uppdaterar sina utegårdar



Förskolan Blåklinten i Borgstena har i dag 40 barn inskrivna och åtta pedagoger som arbetar i verksamheten.
Nu planerar förskolan att uppdatera sina två utegårdar för lek och aktiviteter.
De två gårdarna kommer att vara uppdelade efter barnens ålder. Genom projektet vill man skapa ännu bättre möjligheter för lek, rörelse i en trygg miljö.
Utemiljön är en central del i förskolans pedagogiska arbete, där barnen får möjlighet att utveckla både motorik, fantasi och sociala färdigheter genom lek och gemensamma aktiviteter.
Med en uppdatering av gårdarna hoppas förskolan kunna erbjuda fler varierade lek- och aktivitetsytor som stimulerar barnens utveckling och nyfikenhet.
Förskolan Blåklinten fick 2023 ett särskilt erkännande när den utsågs till Borås bästa förskola i en föräldraenkät. I undersökningen fick verksamheten höga betyg av barnens vårdnadshavare, som uppskattade både bemötandet, tryggheten och den pedagogiska verksamheten.
Rektor Madeleine Höglund är glad över uppskattningen från vårdnadshavarna och ser utvecklingen av utemiljön som en del i arbetet med att fortsätta hålla en hög kvalitet i förskolan.
– Vår strävan är att fortfarande vara den bästa förskolan med nöjda barn och vårdnadshavare, säger Madeleine Höglund.

Discgolfen lyfter i Borgstena

– ny bana öppnar sporten för fler

Intresset för discgolf i Borgstena ökar. Föreningen har över 50 aktiva spelare och satsar även på träning och skola för barn från sex år.
Mitt i Borgstena, vid Borgstena Idrottsförenings fotbollsplan, finns en av ortens snabbt växande idrottsverksamheter – Borgstena Discgolf. Här har föreningen byggt upp en komplett anläggning med en 18-hålsbana och projekterar en ny 9-hålsbana som dessutom blir handikappanpassad.



Den nya banan gör sporten mer tillgänglig för fler och är ett viktigt steg i föreningens arbete med att öppna upp discgolfen för alla, oavsett förutsättningar.

Föreningen har i dag en omfattande verksamhet med drygt 50 aktiva spelare i olika åldrar. Discgolfen i Borgstena har vuxit stadigt de senaste åren och lockar både nybörjare och mer erfarna spelare.
– Vår framtid är positiv då vi får nya medlemmar till föreningen och intresset för spel och att medverka i styrelsen är toppen, säger Emil Bolin som själv började spela discgolf 2020.

Utöver spel på banan bedrivs även träning och gemensamma aktiviteter. På måndagar tränar man inomhus i Allhallen, där teknik och kast tränas oavsett väder. På söndagar arrangeras veckogolf, där alla möter alla i en social och tävlingsinriktad form som blivit mycket uppskattad bland medlemmarna.
Föreningen satsar även på återväxten. För barn från sex år och uppåt ämnar man starta skola och träning för att hjälpa nya spelare att komma in i sporten.

Genom att tidigt introducera barn och unga till discgolf hoppas man både skapa spelglädje och säkra föreningens framtid.

Med växande medlemsantal, nya banor och ett stort ideellt engagemang ser framtiden ljus ut för discgolfen. Föreningen fortsätter att utveckla verksamheten och välkommnar nya spelare som vill prova på sporten.

Vill du ha fler tidningar?
De finns att hämta hos FRIBO och Biblioteket



Stig Ehrstedt

Infarten till Borgstena räknas som mycket vacker, med Nosse källa, kyrkan och ett landskap som öppnar sig och får många att stanna upp.
Stig Ehrstedt, som bott här sedan 1968, bor i ett av Fribos hyreshus i centrala Borgstena. Han lyfter fram den goda omsorgen om både boende och byggnader och beskriver Borgstena som ett samhälle som inte har gett upp.



Eva Jonsson

Att bo i Borgstena är att ha naturen nära och samtidigt tillgång till stadens möjligheter.
I FRIBOs välskötta område bor vi med trevliga grannar och en trygg gemenskap.
Tågstationen ger smidiga resor och Borås nås på ca 20 minuter.
Föreningslivet är aktivt med aktiviteter för alla åldrar.
Paketboxar och Facebookgrupp förenklar vardagen och stärker gemenskapen.



Mikael Carlsson

Redan 1998 flyttade Mikael Carlsson med familj till Borgstena och de har inte ångrat sig.
Naturen ligger nära, idrottsföreningen är på gångavstånd och barnen har vuxit upp här.
Med egen affär och smidig tågpendling till Borås är livet i byn både praktiskt och tryggt, med balans mellan vardag, natur och gemenskap.



Anna-Sara Widlund Kihl

Vi flyttade till Borgstena 2007 och trivs utmärkt. Här möts bygemenskapen och lugnet på landet. På våren blommar blåklockorna vid husknuten, och sommaren fyller ängen med doft och färg – små tecken på naturens närhet.
Borgstena är lagom stort med en varm, trygg känsla. Fotbollsplanen på gångavstånd är byns hjärta, där barn och vuxna möts spontant.



Petra Sund

Vi trivs i Borgstena, säger Petra Sund. När vi flyttade hit för femton år sedan möttes vi av öppna armar, och sedan dess har byn blivit så mycket mer än bara ett hem.
Här kan barnen springa fritt, leka, och växa upp tryggt tillsammans med både sina egna och grannars barn.
För oss vuxna skapar den nära gemenskapen lugn och ro, och familjelivet får utrymme att blomstra i en varm och trygg miljö.

Borgstena Hembygdsgård
en levande mötesplats året runt



En gång i månaden vaknar bakugnen till liv på Hembygdsgården i Borgstena. Doften av nybakat bröd sprider sig över gården när Hjalmar Mara, Lena Johansson, Lars Lorén, Helen Skoglund och Anett Björklund kavlar, knådar och gräddar tillsammans. I dag är det deras tur att hålla traditionen levande – och ugnen varm.

Vackert belägen längs den gamla Borgstenavägen i Örlanda by är Borgstena Hembygdsgård en plats där historia och gemenskap möts. Här arbetar Borgstena Hembygdsförening aktivt för att bevara traditioner och skapa aktiviteter för alla åldrar.

En gång i månaden fylls gården av doften från den vedeldade stenugnen, där bröd bakas enligt gamla traditioner.

– Idag bakar vi över 100 bröd i vår ugn, säger ordföranden Helen Skoglund.

Verksamheten pågår året runt med sommarcafé, gudstjänster, loppmarknader och evenemang som Nationaldagsfirande och julaktiviteter för barn. Gården kan även hyras och fungerar som en naturlig samlingsplats i bygden.

Föreningen värnar också om historien genom böcker om Borgstenas utveckling från 1500-talet till idag. Böckerna visar hur samhället har vuxit fram.Tillsammans gör aktiviteterna och historieberättandet hembygdsgården till en levande plats där traditioner förs vidare mellan generationer.

Skatepark, Fristaddag och lokaldebatt
– Framtid Fristad satsar framåt



Framtid Fristad går in i ett nytt verksamhetsår med flera spännande projekt. Niclas Jiseborn är återvald som ordförande och ser fram emot en aktiv verksamhetsperiod.

Vid årsmötet på Fristad Folkhögskola fick Jiseborn fortsatt förtroende som ordförande. Just nu ligger fokus på skateboardparken, som ska invigas den 23 maj.

– Den stora utmaningen är att få allt klart i tid, säger han. Parken är efterlängtad, framför allt av de yngre i Fristad.

Invigningen sammanfaller med Fristaddagen på torget, med marknad, aktiviteter och möten mellan bybor.

– Det blir en dag med mycket liv och rörelse, säger Jiseborn.

Föreningen fortsätter sitt arbete med trafik- och skolfrågor, och i september hålls den traditionella politikerdebatten i Idrottshallen där bybor får möta lokala politiker.

Efter årsmötet fortsatte samtalen i skolans matsal över smörgåstårta.

Den nyvalda styrelsen består av Mats Johansson, Linda Bodén, Magnus Olofsson, Niclas Jiseborn, Frida Hellsing Ohlsson, Petra Sund och Lars-Erik Johansson. Nadja Törnblad saknas på bilden.

Med skatepark, folkfest och traditioner på agendan går Framtid Fristad nu in i ett nytt år med engagemang och framtidstro.

Pensionshorisontens paradox

Förra sommaren gjorde jag en djupdykning i hur min pensionshorisont ser ut.

Jag kollade det orange kuvertet, stämde av mitt bankkonto och tittade på minpension.se.

Jag började att simulera för att ta pension vid 65 års ålder. Det kändes tidigt och pengasumman blev ändå alldeles för låg. Jag provade med 68, det blev bättre, men ändå inte så bra som jag ville. Höjde pensionsåldern till 70 och där kändes det faktiskt ok.

Bara för att testa, så provade jag att simulera hur det skulle bli om jag tog ut pension vid 72 års ålder. Där kändes det som en lotterivinst. 72 år verkar vara en bra ålder att ta pension just för mig.
När jag därefter började räkna på hur lång tid jag har kvar till 72 år blev summan 16 år. Oj, 16 år det är lång tid. Orkar jag verkligen i den här takten fram tills jag är 72? Ponera att jag blir 89 år gammal och jobbar tills jag är 72, då har jag yrkesarbetat i 53 år, varit barn och under upplärning i 19 år, och pensionär i 17 år. Men, borde man inte få vara pensionär lika länge som man är under upplärning?

Simulationen gör mig stressad. Jag har ju inte alla variabler, ingen har ju alla variabler. Tänk om jag bli uppåt 100 år och fortsätter jobba tills jag är 85 då kanske jag blir miljonär.



Anna-Karin Ryberg
www.akryberg.se

Knot firar tio år – ett landmärke på torget i Fristad



Skulpturen Knot på torget i Fristad firar i år tioårsjubileum.
Bakom verket står Eva Hild, som ser positivt på hur skulpturen har blivit en del av platsen.

Skulpturen Knot på torget i Fristad firar i år tioårsjubileum. Bakom verket står Eva Hild, som ser positivt på hur skulpturen har blivit en del av platsen.
– Jag tycker att det är roligt att se Knot på torget. Den gör nytta och har verkligen hittat sin roll, säger hon.

Enligt Eva Hild fyller skulpturen en viktig funktion i det offentliga rummet. I mindre samhällen behövs tydliga landmärken som skapar igenkänning och bidrar till en känsla av identitet.
– Den står där på den öppna ytan och blir en samlande punkt, nästan som något som vakar över platsen.
Tillkomsten av Knot präglades av ett starkt lokalt engagemang. Projektet genomfördes i samarbete med bland andra Annika Lilja och föreningen Framtid Fristad.
– Det var verkligen en gemensam satsning, och det tror jag har haft stor betydelse för att det kändes så positivt från början, säger Eva Hild.
I dag fungerar Knot som en naturlig knutpunkt i Fristad – ett konstverk som både samlar människor och stärker platsens identitet

– Invigningen av Knot den 29 april 2016 var en fantastisk händelse för oss i Fristad, säger Annika Lilja från Framtid Fristad.
Projektet började med en omfattande enkät bland Fristads invånare, där flera hundra personer, inklusive barn i skolan, fick svara på vad de ville se i centrum. Bland önskemålen fanns utsmyckning av torget, lekplats och andra förslag.

Kommunen kunde inte bidraekonomiskt, men gav sitt godkännande för att placera en skulptur på torget. Framtid Fristad tog då saken i egna händer och samlade in totalt 1,2 miljoner kronor från privatpersoner och företag. Alla bidragsgivare finns idag listade på sockeln som Knot står på.

– Jag tog kontakt med vår lokala konstnär Eva Hild, och hon var mycket positiv. Vi utvecklade idén tillsammans, vilket blev en både intressant och spännande process, berättar Annika Lilja.

När insamlingen var klar ordnade Borås Stad elindragning och Fristad Bygg skänkte sockeln. Transport och montering sköttes med en jättebil från ateljén i Sparsör.

Under tio år har skulpturen hållit sig fri från skadegörelse och graffiti, och lokala ungdomar har varje år hjälpt till att hålla den ren.

– Knot har blivit mer än en skulptur. Den är en samlande punkt och ett tydligt uttryck för gemenskap och framtidstro i Fristad.

– Vi är en liten vägknut där Knot vrider sig i sin egen form mot framtiden och utstrålar styrka, menar Annika Lilja.

Nyförvärvet **Tove Lorén** siktar på toppplacering med Elfsborg



Bild Elfsborg

Tove Lorén är klar för IF Elfsborg inför säsongen 2026. Hon kommer närmast från Alingsås IF där hon även spelat i Allsvenskan. Efter Elfsborgs förfrågan valde hon att lämna Alingsås för att bidra till klubbens mål att etablera sig i toppen av Elitettan.

– Vi startade året med ett träningsläger i Spanien, och det var perfekt för att lära känna både lagkamrater och ledare. Det var riktigt roligt, berättar Tove. Hon fortsätter: Vi har flera unga, positiva tjejer i laget som vill mycket, och det ger energi.

Tove bor och arbetar i Alingsås och pendlar till träningar och matcher. Hon ser fram emot säsongen och kallar den både spännande och utmanande.
– Det är ett intressant år som väntar oss. Vi vill utmana i toppen och satsa på en topplacering 2026.

Som allroundspelare kan hon användas på flera positioner i laget vilket ger flexibilitet. Toves erfarenhet från Allsvenskan och mångsidighet på planen blir viktiga när IF Elfsborg siktar mot toppen.

Med Toves inställning och lagets unga drivkraft ser framtiden ljus ut för Boråslaget, som vill göra 2026 till ett starkt år.

CITY i Fristad firar 30 år
– bjuder på fest och smaker på torget

Fredagen den 15 maj fylls torget i Fristad av dofter, musik och feststämning när CITY firar sitt 30-årsjubileum. Mellan klockan 10 och 19 bjuds besökarna på en dag där mat, gemenskap och upplevelser står i centrum.

– Vi vill fira tillsammans med våra kunder, säger butikschef Anna Englund.

Utanför butiken väntar streetfood, pizzavagn och grill, och som jubileumsöverraskning serveras en imponerande 30 meter lång tårta.

– Det är vårt sätt att säga tack, säger områdeschef Oscar Grindemark.

Dagen bjuder också på korvätartävling, blommarknad och underhållning från scenen.

Lokala föreningar som Sparsörs AIK, Fristad GoIF och Fristads Drill deltar med aktiviteter och lotterier.

Samtidigt erbjuds kunderna extra förmånliga priser i butiken.

– Vi hoppas på en dag med mycket folk och fint väder. Välkomna att fira med oss, hälsar Anna Englund.



Du är hjärtligt välkommen att fira med oss när vi firar ICA 30 år i Fristad, hälsar, från vänster: Sandra, Ida, Melker, Ludvig, Oscar, Anna, Niklas, Micke och Erik.

FRIGYM i Fristad har vuxit till över 800 medlemmar

FRIGYM i Fristad fortsätter att växa stadigt sedan starten 2010. Gymmet, som grundades av Peter Magnuson, har gått från en mindre anläggning till en etablerad träningsverksamhet med över 800 medlemmar.



När verksamheten startade omfattade lokalen 370 m². År 2017 utökades ytan till 650 m², och medlemsantalet har ökat kontinuerligt.

– Vi är idag drygt 800 medlemmar, och utvecklingen har varit stabil genom åren, säger Peter Magnuson.

Gymmet har öppet varje dag mellan klockan 05.00 och 22.00, med bemanning mellan 09.00 och 18.00. Under obemannade tider använder medlemmarna en personlig passagebricka.

Enligt Peter utmärker sig gymmet av en jämn könsfördelning och stor spridning i åldrarna.

– Det är ungefär 50/50 mellan kvinnor och män. Våra medlemmar är mellan 14 och cirka 90 år. Alla tränar utifrån sina egna förutsättningar.

FRIGYM är utrustat med maskiner från Life Fitness och Hammer Strength.

– Vi har valt dem för deras ergonomi, kvalitet och hållbarhet, vilket uppskattas av medlemmarna.

Gymmet ligger centralt i Fristad. För besökare som kommer med bil finns möjlighet att parkera gratis i två timmar på torget.

FRIGYM arbetar löpande med att hålla anläggningen välskött, samtidigt som man följer utvecklingen inom träningsutrustning.

– Vi vill hålla en hög standard och samtidigt utveckla gymmet i takt med nya behov, säger Peter Magnuson.

Fristads unga storband och jazzmusiker glänste i Stockholm



Glädjen var stor när elever från Musik i Fristad klev av scenen i Stockholms Konserthus efter årets Blue House Youth Jazz Festival den 20–22 mars. Ingrid Säll som spelar trumpet i både Freetown Bigband och Jazzensemblen Jazz for Fun visar stolt upp diplom och pokal tillsammans med lärarna Annika Baetge och Ulf Holmestrand.

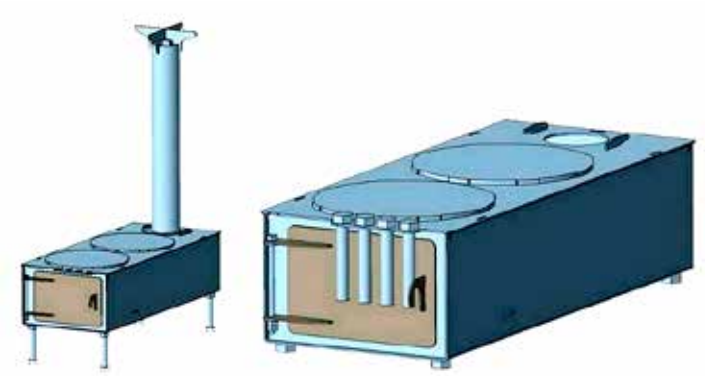
Mot över 450 deltagare från hela landet spelade de hem både en förstaplats och en andraplats. Freetown Big Band tog hem segern i storbandskategorin, medan Jazz For Fun knep andraplatsen bland 21 jazzensembler.

– Det här betyder mycket för våra elever. De jobbar hårt tillsammans och stöttar verkligen varandra, säger musiklärarna Annika Baetge och Ulf Holmestrand.

Resan till Stockholm blev mer än bara en tävling. För många var det också en chans att möta andra unga musiker och delta i workshops med internationella deltagare.

– Vi vill gärna bli fler, särskilt på trumpet och trombon. Det finns plats för fler i gemenskapen, säger Ulf Holmestrand.





LIONS i Fristad skickar värme till Ukraina

Engagemanget i Fristad fortsätter att göra avtryck långt utanför bygden. Nu skickar Lionsklubben 100 kaminer till krigsdrabbade Ukraina – ett konkret bidrag för att hjälpa människor att klara kylan kommande vinter.

I Fristad har arbetet vuxit fram genom ett nära samarbete mellan lokala krafter och näringsliv. Materialet kommer från företag i Småland, medan tillverkningen sker tillsammans med elever på Viskastrandsgymnasiet i Borås. Transporterna till fronten i Ukraina sköts av Tyrone Eliasson, som redan kört sträckan ett trettiotal gånger med lastbilen fylld av förnödenheter.

De första 50 kaminerna har tillverkats med hjälp av skänkt material. De resterande, liksom transporterna, finansieras genom insamlade medel. LIONS har under de senaste åren även samlat in stora mängder bistånd – från sängkläder och vinterkläder till köksutrustning och hygienartiklar.

– Kaminerna och övriga gåvor har en väldigt stor betydelse för de behövande i krigets Ukraina, säger Sune Ström från LIONS i Fristad.

Föreningen riktar ett varmt tack till alla som bidrar – och hoppas att ännu fler vill vara med. Ingen gåva är för liten.

123-064 77 92

Ukraina Kaminer

swish

Equmeniakyrkan
FRISTAD

Sommaren för alla på Solviken

Alla är välkomna till sommarens aktiviteter på Solviken vid sjön Ärtingen.
Med start 15 juni är gården öppen för alla som vill ta ett bad, leka eller ta en tur på sjön.

Caféet är öppet 11.00 -18.00 där du kan fika, äta enkel lunch, köpa glass mm.
Det finns också möjlighet att hyra rum för att sova över och fixa sin egen mat.
Caféet stänger igen 16/8.

Gudstjänster
Söndagar klockan 10.00 är det gudstjänst. Alla är välkomna!

Sommargympa
Onsdagar med instruktör kl. 17.30 – ingen föranmälan.

Midsommarafton
Klockan 15.00 bjuds alla in till ett klassiskt midsommarfirande där sommarkänslan står i full blom. Dans kring stången, skrattfyllda lekar och doften av nyplockade blommor sätter stämningen, och allt avrundas med saftig jordgubbstårta som smakar sommar i varje tugga.

Våfflor och musik
Onsdagar, med start efter midsommar, får en alldeles särskild sommarklang. Caféet håller öppet till kl. 21 och från kl. 18 sprider sig doften av nygräddade våfflor med sylt och grädde som hör sommaren till. Ibland fylls kvällen också av levande toner – ett varierat musikprogram som ramar in gemenskapen och låter ljuset dröja sig kvar lite längre.
24/6 Thornberg med band.
1/7 Ulf Holmestrand m.fl.
5/8 Esmeralda Frick
12/8 Musik-quiz med Lundins med vänner.

Stick-café
Måndagarna 22/6 och 10/8 är du välkommen till stick-café kl 18-20. Ta med ditt handarbete eller kom bara för att fika och dela gemenskapen.

Dagkollo
25–26 juni kl. 11–16 är det dagkollo på Solviken. Låg- och mellanstadiebarn bjuds in till lek och aktiviteter, med uppstyrda förmiddagar och friare eftermiddagar.
Mer information equmeniakyrkanfristad.se

Barnkalas
Lördag 15 augusti kl. 15.00 är alla barn och föräldrar varmt välkomna till ett glädjefyllt barnkalas. Det blir korv, lek och skratt – en eftermiddag fylld av bus och gemenskap.

Simskola
I slutet av sommarlovet drar den populära simskolan igång, där förväntan ligger i luften och plaskande skratt fyller vattnet när nya simtag tar form.

För mer information www.equmeniakyrkanfristad.se

Svenska kyrkan | Fristads församling

Sommarens aktiviteter

Öppen mötesplats i prästgården
Tisdagar kl. 15–18
Öppet för alla åldrar – fika, gemenskap, samtal och aktiviteter. Diakon finns på plats.

Allsångscafé Kyrkans Hus
6 maj kl. 10–12
Sång, musik och fika tillsammans.

Orgelmusik i lunchtid Fristad Kyrka
20 maj kl. 12.00
Tema: ”Romantiskt, roligt och rockigt” – med kaffe innan.

Sommarmusik - musikgudstjänster
Startar kl. 18.00.
7 juni - Fristads kyrka
”Kom sköna höga sommarsol”. Körmusik med orkester.
28 juni – Borgstena kyrka - jazz, visa, musikal, pop
2 augusti – Tärby kyrka - jazz
9 augusti – Vänga kyrka - stråkmusik
23 augusti – Tämta kyrka - allsång
30 augusti – Fristads kyrka - sensommartema

Friskvårdsdag
17 maj kl. 10–19
En heldag med fokus på välmående och olika aktiviteter.

Pilgrimsvandring
30 maj kl. 09.30. Samling vid Fristads folkhögskolas bortre parkeringen vid skogen
Ca 6 km vandring med fika, samtal och stillhet i naturen.

Grillkvällar Fristads Prästgård
25 maj & 15 juni kl. 18.00
Korvgrillning med tillbehör (75 kr). Föranmälan krävs.

Bibelstudium Fristads Prästgård
5 maj & 2 juni kl. 10–12
Samtal kring Markusevangeliet – inga förkunskaper behövs.

För barn & unga
Sommaröppet i Borgstena församlingshem
Vardagar de två första veckorna på sommarlovet
För barn från 7 år. Gratis att delta – aktiviteter, andakt, pyssel och ibland utflykt.

Tips
Blanda gärna lugna aktiviteter som vandring eller musik med sociala grillkvällar och tisdagsträffar.

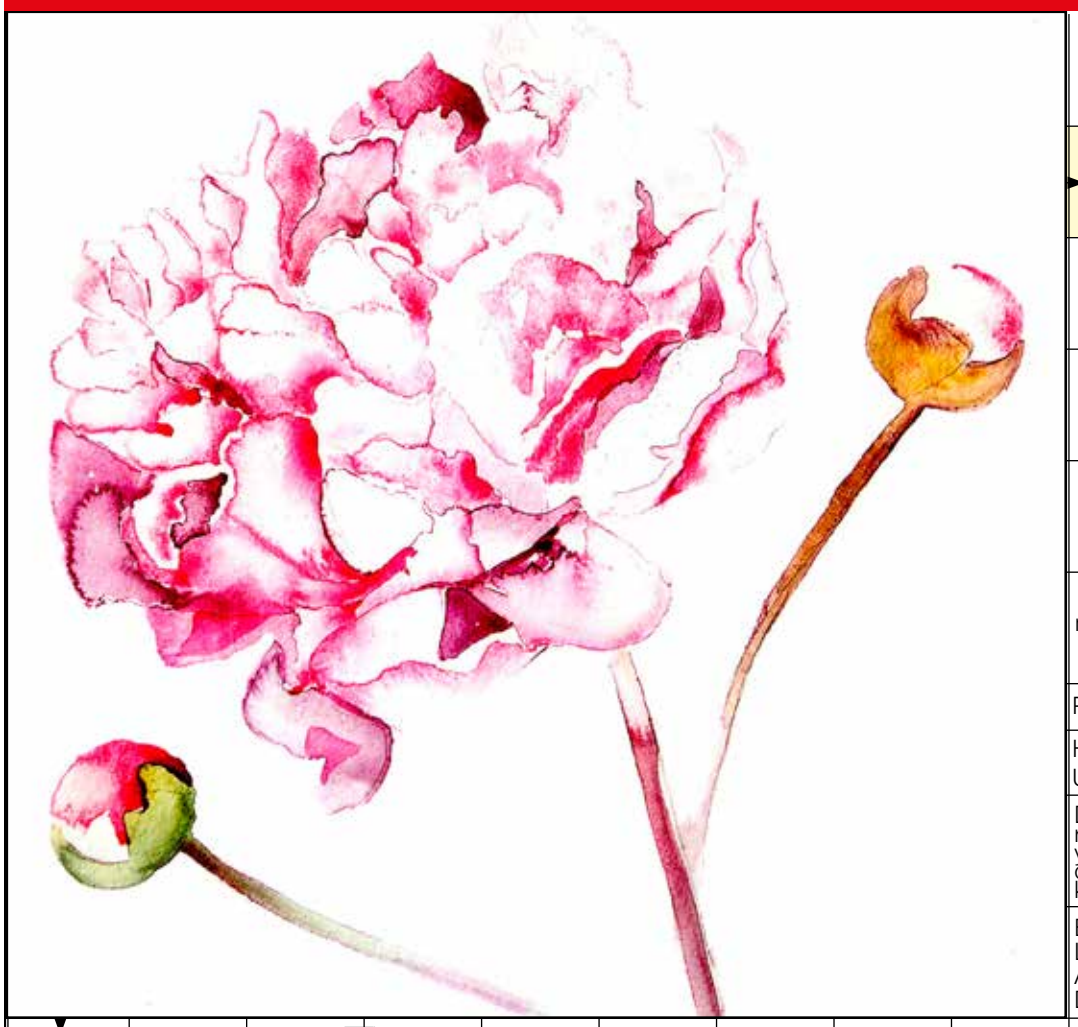
Sommarmusiken är perfekt som “lätta utflykter” under sommaren.

För barnfamiljer är sommaröppet och grillkvällarna extra uppskattade.

För mer information: www.svenskakyrkan.se/fristad

Vill du ha fler tidningar?
De finns att hämta hos FRIBO och Biblioteket

FRISTADKRYSSET



VAR-SAM
DÅ
STAD
3,14
Gå ITU
AMP 2026
FLOD
Poppis för barn
Dans i Engelska Parken
SLAG VERK
SKÅP
Ses i Valborg
Ka mel-djur
Flöde
På stam
HÖGT UPP
Ögonblick
Dryck
BLAD
Hjälp reda
TID
PÅ LATIN
RITAR FRIBOS HUS
Hyresgäst i norr
GIRIG
TYST!
Sen sommar blom
ÄVEN TYR
FINNS EN MORA
Stor lust
OAS
ROV DJUR
SLU KADE
Ametist
I rygg rad
Centrum
KÄRRAN
HAL
Skrin
KON
Skogs näva
PIGG
KNEP
Tuggade
LUKTAR
Dragit ut
DRICKS
TA SLUT
körväg
Knotsplats
Överdel
Fiskolja
YPPAD
Service jobb
FARA
På häst
Rövare
STAD
NÄSA
Hurtig
Gjorde Prosit
Med huvud
Dryck
Alltidback
Bollklubb
IOST
ÅR
Adelsmän

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Fyll i rutorna och skicka lösningen senast 23 juni 2026 till FRIBO, Stora Vägen 46, 513 33 Fristad.
Två pristagare får var sitt presentkort från Fristads Blomsteraffär.

Namn ..... Telefon .....

Adress ..... Ort .....

Vill du ha fler tidningar?
De finns att hämta hos FRIBO och Biblioteket

Grattis till våra vinnare!

Krysset i förra numret vanns av:
1:a pris: Inger Forsberg, Tärnavägen, Fristad.
2:a pris: Catharina Ljungqrantz, Skogsrydsvägen, Frufällan.

ODR Samhällsinformation
Delas ut till samtliga hushåll

Vi ställer upp för Fristadbygden

City ICA

ingo
Fristad Närbutik
& Bilvård

MALMLUNDS MÅLERI

Sparbanken Sjuhärad
Din lokala bank i Fristad!

FRISTAD RÖR AB
HÅRDARE ÄN STÅL

Fortinova

Svenska kyrkan | Fristads församling

OKQ8

Fristad
Fasad & Bläster

AB Fristad Bleck
& Plåtslageri
033-26 13 78

FRIGYM

SVEBA

uponor
a +GF+ brand

Handelsbanken

BOLIST FRISTAD

FRISTAD PLAST AB
EST. 1967

HMR

Stilo

FRIBO

BORÅS STAD

Fristad Runt utges av:
Borås Stad och FRIBO.
Ansvarig utgivare: Kjell-Ove Sethson, FRIBO, 033-22 25 50.
Produktion: Art Center, 079 341 02 54. Text & foto: Peder Persson, peder@artcenter.nu
Tryck: Markbladet AB, 0320-21 03 50