

# Aktiva Seniorer – Fredagsvandringar våren 2026

## 27 mars – Upphärad

Vi var 30 glada vandrare, som i strålände vårsol tog oss till Tempo i Upphärad. Där hade Eva F och Bente B-J lagt upp en vandring:

Först berättade Bente om nybyggartiden då Trollhättans kommun delade ut ca 30 tomter i slutet av 1970-talet för nybyggnation. Evas och Bentes familjer och många andra byggde nytt och trivdes gott och samhället fick många nya invånare och blomstrade. Några som fortfarande bor kvar anslöt till gänget. Från Tempo gick vi förbi den nya fina skolan och förskolan och vidare upp i det ny-flisade motionsspåret. Sedan vek vi av vid kyrkstigen, tog en tur till kyrkan (en av tre i Rommele församling) och kikade runt lite där. De visade var Höljebacka brandmuseum ligger (stängt för säsongen, men någon vill kanske göra en egen utflykt dit.) Eva berättade om kyrkan och de



tidigare kyrkornas öde. Den första var från 1100-talet och den nuvarande invigdes 1724. Man kan gå och se var de första kyrkorna fanns när markerna torkat upp.



Höljebacka

Utanför kyrkan



Sedan gick vi tillbaka och fortsatte längs motionsspåret till Backstugan Kulla, den enda i Västra Götaland som är ett byggnadsminne. Eva berättade om backstugusittare, statare och torpare förr i tiden. Vi fikade i solskenet och njöt!



Det blev inte någon lång runda, kanske 4-5 km, det är så blött i skogen så vi var lite begränsade.

Vi tackade Eva och Bente för deras väl genomförda guidning och kände att vi upplevt något av denna Trollhättans södra förort! För många var det första



utflykten till Upphärad. Några länkar att titta på hemma i lugn och ro:

[Höljebacka museum](#) och [Upphärads kyrka](#) och varför inte denna översikt om [Trollhättans friluftsområden](#).

I april vandrar vi till Stubbered och Munthers Båtvarv, och i maj gör vi en heldag på Skaftölandet. Vi ses!

## 27 februari – Onsjö-Brinkebergkulle – Restad Gård

20 glada vandrare mötte upp vid Onsjö Golfklubbs parkering och leddes därifrån av Eva L längs med vägar och ibland stigar i lite fuktigt vindsvagt väder. Det blev en pratvänlig promenad, huvudsakligen utan några backar.



Vi såg bland annat kyrkogården som hörde till mental-sjukhuset på Restad (1905-1989), där avlidna personal fick ingraverade gravstenar, medan patienterna nämndes med nummer och kön (M/K). Det gav en del att tänka på. Vi kom till själva Restad gård där inte bara Migrations-



verkets förläggning finns utan också en mängd andra verksamheter, se <https://restadgard.se/>. Vi betraktade några av konstverken i Skulpturparken. Se <https://visitrestad.se/skulpturparken/> som ger mer information än det vi hann med. Notera att Aktiva seniorer senare i vår arrangerar en resa hit. Medtagen fika intogs i en smakfullt arrangerad "ring", där vi lätt kunde prata med varandra. Vägen tillbaka till bilarna gick bitvis längs kanalen på isiga partier. Det var tur att ingen ramlade.



Så samlade vi oss och tackade Eva för den fina vandringen!



**Resterande planerade vårvandringar – med reservation för förändringar:**

**27 mars** – Bente och Eva F leder oss i Upphäradstrakten

**24 april** – Anna-Karin tar oss till Stubbered och Munter's båtvarv

**29 maj** – Nisse E och Oskar J tar oss med till Skaftö för en heldag

Veckan före respektive vandring kommer uppdaterad information mail-ledes. //Anna-Karin

