

Medlemsmöten

Kvarvarande medlemsmöten under våren är 15 april och 13 maj kl. 13:00 i Segeltorpsskolans gamla matsal. Alla är välkomna och inträdet är 40 kr. Första mötet till hösten blir den 9 september.

Gratulationer

Här i PRO-Nytt uppmärksammar vi de som fyller 75, 80, 85, 90, 95 eller 100 år under tiden april till och med augusti.

Ordföranden har ordet på sid 2

Aktiviteter sid 1, 2, 4, 5.

Vandringar sid 3

Adresser sid 5

Resor sid 5-6

Verksamheter det finns önskemål om 8

Aktiviteter hos andra aktörer sid 7-8

Trivselträff onsdag 24 maj kl. 12:00

Vi träffas vid magasinet. Det blir tipspromenad, korv, kaffe, lotteri och underhållning. Vackert väder beställt! Ingen anmälan.

PUB-träff måndag 24/4 kl. 16:00

I vår lokala PUB i Segeltorp centrum. Kom och mingla med våra trevliga medlemmar. Kalle kommer och spelar. Mat och dryck på egen bekostnad. Välkommen!



Hipp, hipp hurra!

Stort GRATIS:

Arne Borell

Britt Marianne Hobiger

Karl-Erik Nordlund

Alice Wirenfalk

Brita Sjöström

Birgitta Breitholtz

Marianne Dufvenberg

Inga-Lill Tuborg

Inger Bondesson

Rolf Nilsson

Monica Berglin

Emmy Marie Louise Ahlström

Gun Nordin

Erling Bäckström

Inger Karlsson

Bo Nilsson

Tycker du om att sjunga? I så fall gå med i vår sånggrupp! Vi sjunger för att det är roligt och man mår bra av det. Nya deltagare är välkomna.

Vi har inga krav på notkunskap eller så.

Måndagscaféerna fortsätter kl. 13:00

Så länge intresse finns fortsätter vi med fikaträffarna på måndagar (utom annandag påsk) i Torpet. Föreningen bjuder på kaffe/te med dopp (hembakat). Lotteri vid tillräckligt antal besökare. Välkommen!

Vår ordförande har ordet:

Tack till dig som kom till vårt årsmöte och gav oss i styrelsen ansvarsfrihet för vårt verksamhetsår 2022! Tyvärr så fick vi inte en komplett styrelse vald då vi saknar en studieorganisatör och en ledamot. Styrelsen fick också i uppdrag att agera som en valberedning vilket inte heller är optimalt. Vi kommer nu i styrelsen att tillsammans med de ansvariga se över vilka aktiviteter vi kan fortsätta/komma igång med som täcker främst fram till nästa utgåva av vårt blad som utkommer i slutet av augusti.

För att kunna fortsätta att påverka kommunen och vara en stark röst behöver vi bli flera medlemmar. Tipsa dina kompisar som ännu inte är medlem hos oss om vad vi gör och vill uppnå för 65+ gruppen.

Känner du att du har tid och lust över nu när du har lämnat arbetslivet och har framtiden framför dig och då vill bidra till att utveckla PRO Segeltorp till att vara en aktiv och attraktiv förening för alla pensionärer i Segeltorp? Hör av dig till mig eller till någon annan i styrelsen om du vill hjälpa till eller starta något nytt som gynnar och gläder våra medlemmar.

Sociala kontakter är fortfarande viktiga och jag uppmanar dig därför att fortsätta hålla kontakt med varandra. Du kan också vända dig till någon i styrelsen: Kaj 070-616 51 09, Sonja 073-074 67 05, Lilian 070-888 13 46, Margaretha 070-427 04 41, Jan-Eric 073-916 61 90, Rune 070-667 73 30.

Har du tillgång till en dator/smartphone/surfplatta så kolla då på vår hemsida, www.pro.se/segeltorp, som vi uppdaterar mellan våra utgivningar av tidningen.

Väl mött på vårterminens två återstående möten den 15/4 och 13/5!

//Kaj

Vandringar

Vandring på Kungsholmen onsdag 31/5.

En härlig promenadtur den 31/5, på bl. a Kungsholmen som avslutas med grillning av egen medhavd korv på en kolonilott i en av Stockholms äldsta koloniföreningar, grundad 1909. En mycket intressant guidad visning av koloniföreningens alla kolonilotter kommer att ske av en av innehavarna. Vi träffas kl. 10:00 i Fruängens T-banestation för gemensam resa. Ingen anmälan. Information och ansvarig Ellika Eriksson tel. 070 588 45 59.



Vandring på Öja (Landsort) onsdag den 7/6.



En vandring (ca 5 km totalt) med militärhistorisk anknytning på Öja. Möjlighet att besöka och gå in i den sista moderna kanonen (12/70) Avgift ca 140:-. Guidning av ön och övriga militära lämningar samt fyren och andra sevärdheter. Medtag matsäck. Start Segeltorp med egen bil ca 7mil (samåk gärna) senast kl. 8. Samling vid Torö kyrka kl. 9.00. Båt från Herrhamra brygga. Begränsat antal deltagare. Sista anmälningsdag 13 maj. Anmälan är bindande och görs på lista på månadsmöte eller till Rune Skyllberg Tel 070 171 34 33

Fredagsvandringar till Gömmaren kl. 10:00



Alla fredagar kl. 10:00. När temperatur och före tillåter samlas vi vid parkeringen i slutet av Tjädervägen för en gemensam vandring med grillning (medtag egen korv och matsäck). Oftast går vi till Gömmaren ca 3 km enkel väg. Kläder efter väder.

Ansvarig: Ellika Eriksson tel. 070 588 45 59.

Det är OK om några inte gillar dig. Alla kan inte ha god smak.



Medlemsmöte lördag 15 april kl. 13:00

Föreningens egen sånggrupp kommer och sjunger vårsånger samt leder oss i allsång. Lotterier med trevliga vinster.



Medlemsmöte lördag 13 maj kl. 13:00

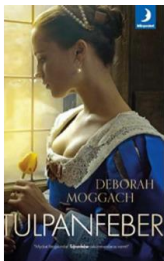


Vårens sista möte. Då kommer Sandman sisters med svängig show och musikunderhållning med inslag av musik från 50-, 60- och 70-talen. Som vanligt information och lotterier med trevliga vinster. Landgång serveras,

anmälan senast den 6 maj till Margaretha (070-4270441 eller m.w.petterson@outlook.com)

Bok & film-cirkel vissa tisdagar kl. 10:00 på Segeltorps bibliotek

OBS! Att bok, film, tider och datum är förändrat från tidigare publicering.



Boksamtal: 4/4 kl. 10:00 boken *Tulpanfeber* av Deborah Moggach

Film: 16/5 kl. 13:00 filmen *Tulpanfeber*.

Anmäl till Sonja för bokträffarna (0730-74 67 05 e-post

sonja.kvaal@telia.com) och till biblioteket för filmvisningen den

16/5 (<https://www.huddinge.se/pa-gang/2023/filmklubben-segeltorp3/>) eller på telefon 08-535 330 60

Boule.



Boule utomhus (start 4 april) tisdagar kl. 12:00-14:30 på bouleplanen vid Lövkärrsvägen/Jakobslundsvägen. Tag med fika. Om vädret är otjänligt i början av april kan boule flyttas inomhus. Kontakta ansvarig för besked.

Ansvarig är Hans Brunfeldt, brunfeldt@gmail.com eller 070-274 86 50. Medansvarig är PO Hallgren 08-97 21 60.

Bridge i Magasinet onsdagar kl. 12:00

Sista Bridge för våren är onsdag 10 maj. Ansvarig är Lennart Rydberg tel. 070-669 16 14.



Sommarbridge i Torpet onsdagar kl. 11:00-ca 14:00

Vi träffas och spelar bridge. Onsdagar mellan 21/6 och 19/7. Ansvarig Sonja Kvaal tel.: 073-0746705, e-post sonja.kvaal@telia.com

Vi sjunger tillsammans måndagar 11:00-13:00



Sista träffen för våren blir måndag 8 maj. Kontakta: Rose-Marie Djupsjö (08-646 98 46 eller 070-204 88 66) för mer information.



Torpet är f.d. Biblioteket/Fritidsgården (samma hus som skolans gymnastiksal), adress Chronas Väg 12 (eller 14 enligt Eniro)

Magasinet ligger på Mäster Lorenz väg 3



Resor och utflykter

Mer information om resorna finns hos våra reseombud och på föreningens webbplats (pro.se/segeltorp under Resor och utflykter).

Våra nya reseombud är:

Margareta Piper mepiper@hotmail.com tel. 073-9660199

Inger Olsson inger.olsson1949@outlook.com tel. 073-00816981

Gerd Nyberg gerddubai@hotmail.com tel. 070-6535150

Öppet hus: Polismuseets fordonssamling i Tullinge

Inträdet är kostnadsfritt följande datum: 14 maj, 19 juni, 10 augusti eller 10 september.

Vi inbjuder till öppet hus 10:00-14:00 vid polisens fordonssamling i Tullinge i sommar. Där finns ca 50 polisfordon från år 1918 och fram till idag.

Transport till/från museet ordnas av deltagarna själva med samåkning i egna bilar. Lista för samordning kommer finnas på medlemsmöte.

Enköpings parker och Westerlundska gården fredag den 9 juni.



Avresa från Segeltorps centrum 10:30 (bussen går från Skogås via Huddinge C och Stuvsta)

Lunch på Best Western Park Astoria i Eskilstuna.

Guidad tur med **Parktåget** som kör oss runt i de gröna miljöerna och berättar om både parker och lite om stadens historia. Gruppen delas då ena gruppen får guidning med parktåget och den andra guidning av Westerlundska gården med byte efter en timme.

Hemresa efter besöken för att vara åter i Huddinge ca kl. 17.15 – 18.15

Pris per person: **795:-** I priset ingår: bussresa, lunch inkl. måltidsdryck, kaffe och kaka, besök Enköpings parker med guidning per tåg, guidad visning av Westerlundska gården

Sista anmälningsdag 7 maj, Anmälan sker till våra reseombud.

1-dagsutflykt till Lena Linderholm i Strängnäs tisdag den 15 augusti



08.30- 09.15 Avresa från Skogås, Huddinge C (buss hpl 709) via Stuvsta (Segersminnevägen 1C) och Segeltorps centrum (c:a 09.15).

Besök i paret Lena och Gösta Linderholms villa i Strängnäs med förmiddagskaffe i trädgården. Lunch hos Megs Kök och Trevligt (Malmby Vårdshus med sång och musik av Klasse Möllberg eller

Emma som tolkar Göstas musik. Lena Linderholms ateljé och

galleri, antingen i Stallarholmen eller i Strängnäs. Se mer info på pro.se/segeltorp under Resor och utflykter.

Pris 865,- kr/pers. Anmälan som är bindande, ska ske senast den 10 maj till våra reseombud och betalning ska vara Björcks resor tillhanda senast den 14 juni. Märk inbetalningen "Lena Linderholm den 15/8"

Rundresa ALBANIEN 9 - 15 oktober 2023

Nu har vi chansen att få uppleva Albanien. Det bästa det nya Albanien, från majestätiska berg till ett kristallklart hav. Det är nu man ska besöka Albanien när det gamla orörda ännu finns kvar och samtidigt har en turistnäring som ger oss komfort.

- Flyg Arlanda - Tirana via Warsawa t/r • Ciceron och guide Josif Papristo • Del i dubbelrum inkl. frukost (F) 6 nätter • 4 och 4 middagar inkl vin & vatten • Rundresa 7 dagar med buss • Guidade rundturer i Gjirokaster, Berat, Tirana, Shkoder & Durres • Besök till Butrint • Besök på vingård med vinprovning • Besök till etnogård • Guidad visning Bunkart

ORD PRIS: 15 450 KR (14 950 kr om vi blir minst 3 till) Reslängd: 7 DAGAR. Avresa: 9 OKT 2023
Anmälan till Jonas Ström PRO Fullersta Telefon: 0700-243433 e-post jonas_kista@hotmail.com
senast 31/5



Alla cirklar, kurser och all underhållning görs i samarbete med

För seniorer på Fitness World:

Måndag, tisdag o torsdag: Funktionell träning (allsidig träning, styrka, balans, kondition) för seniorer. Flera tider finns, se [Fitness Worlds webbplats](#)

På gymmet i centrum kan du som är medlem i PRO träna för 250 kr/mån. Det ger tillgång till gymmet hur mycket som helst.

Huddinge kommuns seniorträffar



I Segeltorp äger dom rum tisdagar 9:00-15:00 i Segeltorps kyrka ingång genom förskolans entré. Varje träff startar med fika (10 kr eller 15 med bulle). Lunch betalar man själv eller har med sig. Dagen avslutas med Mindfulness. Anmälan senast dagen innan till frivilligsamordnare på telefon 08-535 312 06. Varje träff har också ett tema. Nedan några exempel på datum med teman Träffar om Segeltorps historia kl. 10:30-11:45: bl.a. den 11 april, 2 maj, 13 juni. Liana Danieliani, danspedagog träffar du bl.a. den 18 april, 16 maj, 20 juni

SeniorNet Huddinge SeniorNet Huddinge

Träffas i Huddinge biblioteks programsal Kommunalvägen 28

A en trappa ner (hiss finns). Alla tider är 13:00-ca 15:00.

2023-04-13	Polisen informerar kring bedragare m.m. på nätet. Årsmöte	Öppet hus
2023-04-27	Vi hjälper dig med dator, surfplatta och telefon	Supportverkstad
2023-05-11	Hörselskadades riksförbund informerar. + SeniorNet Sweden redovisar sin verksamhet	Öppet hus
2023-05-25	Vi hjälper dig med dator, surfplatta och telefon	Supportverkstad

PRO har en datasupport öppen för alla medlemmar: tel.: 0771 171 171

BIBLIOTEK HUDDINGE



Biblioteket i Segeltorp

Anmälan och Information: tel.: 08-535 330 60, eller

segeltorps.bibliotek@huddinge.se.

Filmvisning 16 maj kl. 13:00.

**ABF Huddinge**

Fri entré. Anmälan till info@abf.se eller 08-774 02 70

Handarbetscafé måndagar 18:00-21:00. Ta med eget handarbete. Inga förkunskaper krävs.

Studiecirkel på ABF: Motståndskraft mot katastrofer. 5 tillfällen 18:00-20:15 start 29 mars.

Föreläsning och workshop: Preppa tillsammans, solidarisk krisberedskap. 25 maj kl. 18:00

Filmvisningar på ABF i Huddinge onsdagar kl. 14:00

Kommunalvägen 26, Blå salen.

12 april Bohemian Rhapsody (134 min)

26 april Dag för dag (109 min)

10 maj Jag är Ingrid (113 min)

24 maj Monica Z (111 min)

Filosofi - Samarbete ABF och Huddinge bibliotek

2 maj 18:00-19:20 Filosoficafé på huvudbiblioteket: Horisonter – Framtiden är alltid bortom men också alltid här och nu. Hur är framtiden närvarande för oss nu i vår tid? Löfte, hot, eller ...?

30 maj 18:00-19:30: Filosofiskt samtal mellan filosoferna Julia Romanowska och Joakim Fuks. Blå Salen ABF.

Aktiviteter vi i PRO Segeltorp fått in önskemål om.

För att kunna starta någon ny aktivitet behövs någon som håller i den.

På höstmötet i november lade vi ut lappar där de som var på mötet fick möjlighet att framföra önskemål om aktiviteter. Några önskemål fick vi in:

- Bingospel
- Frågesport
- Pensionärsdans (men vi har ingen lämplig lokal i Segeltorp)
- Arbeta för att få en "vink"buss till Segeltorp. ("vink" buss = Närtrafiken, bussar som färdtjänsten driver, som kör i lugnt tempo och är speciellt anpassade för äldre. Finns idag i Stuvsta-Huddinge-Fullersta och i Fruängen-Axelsberg)

Lille Karl: Vi lever bara en gång, Snobben

Snobben: Fel! Vi dör bara en gång. Vi lever varje dag.