

PRO Våren 2020

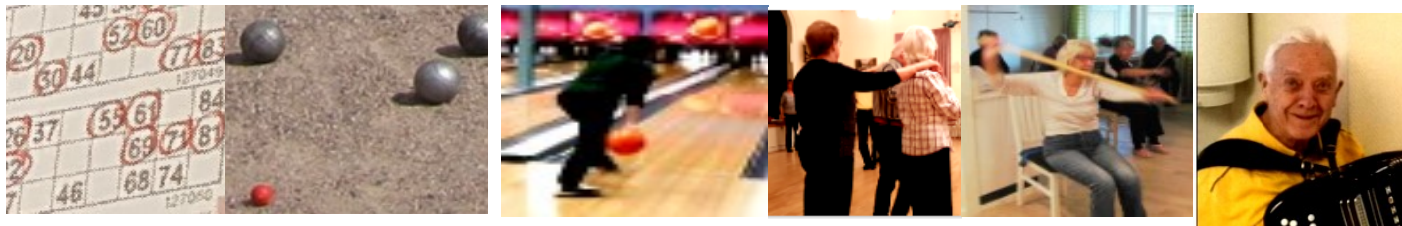
MALUNG



**Möten, dans, resor, studier, fester,
bridge, bowling, bingo, boule,
gymnastik, PRO Påverkar m.m.**

Spar programmet!

Varje vecka (utom helger)



Bingo: Kringlans matsal. Måndagar kl. 15.00 . **Start 27/1**

Ledare: Sven Wilhelmsson 0280-120 78.

Boule: Vintertid i Andriahuset i Hole och sommartid på sportfältet vid ishallen .
helgfria Måndagar & torsdagar kl. 10.00.

Ledare: Lars Lök 0280-136 20 och Bo Olsson 070-2159524.

Bowling: Bowlinghallen Onsdagar kl.: 14-15.00 **Start: 8/1**
Pris: 60:- /3 spel och kaffe .

Info. Morgan Haga 076-8333093

Bridge: PRO-lokalen. Onsdagar kl. 12.30 **Start: 8/1**

Ledare: Bo Olsson. Anm. 070-2159524.

Gymnastik : Kan utövas på TRIM .

Info: Morgan Haga 076-8333093.

Seniordans: IOGT-lokalen tisdagar kl.18.00. **Start. 21/1**

Ledare: Lilian Henriksson 070-2580814 och
Britt-Marie Olsson 0280-60002.

Sittgympa: Kringlan, måndag kl. 16.30 och Onsdagar 10-11.00

Ledare: Elisabeth Johansson 070-566 33 52 Start 20/1

Monica Tällberg 073-6483509 **Start: 20/1**

Sång-musik: PRO-lokalen tisdagar kl.10.00. **Start: 22/1**

Ledare: Lennart Persson 070-6363648



Studiecirklar m.m. i samverkan med

Matlagning herrar: Plats: Orrskogen.

Ledare: Thor-Leif Dahlesson.

Info: Folke Emilsson 070-3997231.

Engelska för nybörjare Kursledare: Berit Lundgren.

Anmälan: Berit Lundgren 070-2098120.

*Förslag på nya cirklar eller vill du leda en cirkel,
ring Berit 070-2098120.*

Öppet Hus i PRO-lokalen. Torsdag varje udda vecka

kl. 14. Vi fikar, handarbetar, spelar kort m.m.

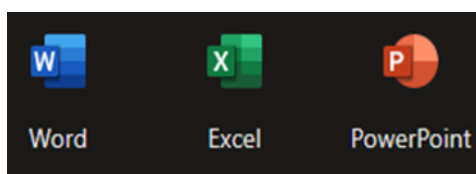
info. Birgitta Olsson 073-4131995



Ok/Q8 har biltvätt och Brusheds Åkeri på Hantverkargatan tvättar bilar med avfettning och högtryck

Kontakta "Mosjöfixarna" om du behöver hjälp med enklare göromål i hemmet. Arbetet är kostnadsfritt. Ring Lars 0280-18452 . Gäller alla över 70 år!

Datakafè PRO Malung våren 2020



Upplägg: Välj någon av nedanstående grupper! Gruppstorlek: 7–8 deltagare. Du bör ha med dig dator (helst Windows 10) eller surfplatta/telefon (Google Android). Vid tillfälle föreläsning eller annan gemensam aktivitet.
Avgift: 100 kr/termin. I avgiften ingår fika och inköp av gemensamt material.

1. Din dator- Inga förkunskaper krävs

Exempel på innehåll: Datorns delar, tangentbord, mus, skrivbordet, ikoner, startmeny, aktivitetsfält, filer, mappar, inställningar, säkerhet, underhåll, surfa och söka på internet.

2. Din telefon/surfplatta - Inga förkunskaper krävs

Exempel: ladda telefonen, hemknapp, stänga av, höja/sänka volym, använda pek-skärm, ringa och svara, komma ut på nätet, ladda ner appar, Googlekonto, kalendern, GPS och karta, klockan, lägga in nya kontaktuppgifter, fotografera, skicka foton, ta emot och spara bilder, läsa och skicka meddelanden, läsa e-post, skicka e-postmeddelande, m.m.

3. Foto-Bildhantering

Exempel: Organisera bilder i album, spara bilder från kamera, mobil och surfplatta till din dator och i molnet, använda appar för redigering, dela bilder med andra via e-post och sociala medier, skapa bildkollage, visa dina bilder på din tv, visa bildspel, spara och dela videoklipp, framkalla bilder eller skriva ut, filma, m.m...

4. Skrivarprogram (ex. Office, LibreOffice, Office Online)

Exempel: Skriva dokument, använda Excel, göra bildspel i PowerPoint, göra häfte eller broschyr, m.m.

5. Allmänt om IT

Vi umgås i en grupp där vi tar upp frågor spontant eller från gång till gång. Exempel: Handla på internet, spela spel, sjukvårdsrådgivning, 112, 1177, vård på internet, Mobilt BankId, Swisch, aktuella internetfrågor, säkerhetsprogram eller vad du vill.

Lokal: IOGT-NTO gården.

Tider: Tisdagar 13.00-15.30, Start: 28/1-31/3

Anmälan/Frågor:

Ring eller sms:a till 073-0816909 eller skriv ett e-postmeddelande till promalit@outlook.com med ditt namn, telefonnummer och vilken grupp eller vilka grupper du helst vill ingå i eller om du vill fråga om något.

Välkommen med din anmälan!

/Kafèvärdarna

PRO-MÖTEN JÄMNA TORSDAGAR

Kl.14 i Lillmokyrcans bottenvåning om inget annat anges.

Gratis kaffe med fikabröd!



23/1

Skatteverket

Cittragruppen underhåller

6/2

Länsförsäkringar Bank

Underhållning av Joel Hermansson

20/2

Inkontinens

Underhållning med Stefan Per Kenneth

5/3

Malungs hem

Tur Åke underhåller

19/3

Årsmöte med PRO-Kören

2/4

Dietist

Bente Mellqvist berättar om Kvarnstenbrottet

16/4

Täpp Lars

Anne&Agneta underhåller

14/5

Bokhandeln. Marie Jernberg ger oss boktips

Lars Halvarsson berättar

28/5

Mats Ingels

Maria Granlund

Avslutning av Vårens PRO-möten.

Övriga evenemang!

PRO-Dans Jägra Bystuga

18 April: Kalle & Stefans

16 Maj: Stefans



PUB– Afton 14 Februari

Underhållning: Feelings

Plats. Hole Bystuga Tid. 18-21



PRO-KOCKARNAS lunch!

Plats: Orrskogen

PRO-kockarna serverar en trerätters

21 Februari kl. 1600



Sillfest Orrskogen 13 Mars

Remix spelar upp till dans

4 Juni

Resa till Borlänge och Hjälpmedelscentralen

Info kommer på Hemsidan & Malungsbladet



PRO Påverkar !

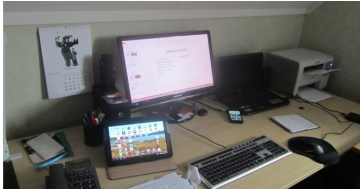
Några exempel på åtgärder i Malung-Sälens kommun:



Genomför en grundlig utredning om äldres framtida boende i kommunen.



Slutför kostutredningen! Närproducerad och bra mat inom hemtjänsten och i våra äldreboenden.



Utarbetar en handlingsplan för hur modern teknik kan bli till nytta för äldre.



Malungs kommun bör tillhandahålla isbroddar till pensionärer!

Några exempel på åtgärder i Sverige:



PRO kräver att tandvården ska föras in under hälso- och sjukvårdens hög kostnadsskydd



Vi äldre måste få använda kontanter!

Aktivitetsansvariga

Bingo	Sven Wilhelmsson	0280-120 78
Boule	Lars Löök	070-3534112
Bridge	Bo Olsson	070-2159524
Friskvård	Morgan Haga	076-8333093
Hemsidan	Folke Emilsson	070-3997231
Datagrupp	Folke Emilsson	070-3997231
Festkommitté	Bo Olsson	070-2159524
Programkommitté	Styrelsen	070-2497609
Resor	Birgitta Olsson	073-4131995
Seniordans	Britt Marie Olsson	0280-60002
Sittgympa	Elisabet Johansson	070-5663352
Studier	Berit Lundgren	070-2098120
Valberedning	Birgitta Örjas	076-1038274



Styrelsen 2019



Ordf.
Bengt Albertsson
070-2497609



Birgitta Olsson
073-4131995



Bengt Nilsson
070-6309871



Berit Lundgren
070-2098120



Pentti Suhonen
076-8299369



Birgit Ivarsson
070-2929700



Monika Tällberg
073-6483509



Lars Löök
070-3534112



Åke Strömbäck
070-6987388



Karin Peterson
073-0564008





Du som är ålderspensionär, förtidspensionär eller gift/sambo med sådan pensionär, är välkommen som medlem i vår pensionärsförening här i Malung.

PRO Malung bildades 1958 och ingår i Pensionärernas Riksförbund, Dalarnas distrikt. Med cirka 560 medlemmar är vi den största pensionärsföreningen i Malung.

Föreningens lokal ligger på Postgatan 14 78231 i Malungs centrum. Bingo och en del andra aktiviteter anordnas i Kringlans matsal och i Lillmokyrcans samlingsal..

Postmottagare är ordf Bengt Albertsson, Vintervägen 11, 78230 MALUNG

Intresserad att vara medlem i PRO-Malung

Kontakta Ordförande Bengt Albertsson 070-2497609 eller

Medlemsansvarig Monika Tällberg 073-6483509

Går även att sända e-post till malung@pro.se

Ändringar och tillägg meddelas på vår hemsida www.pro.se/malung och i Malungsbladet.

Om du vill få meddelande via e-post om vad som är aktuellt inom föreningen eller om du bytt e-post kan du maila till malung@pro.se eller ringa 070-3997231.

Om du vill anmäla dig till något eller har förslag på någon aktivitet kontakta: Ditt byombud (se nedan), styrelsen eller den som är aktivitetsansvarig.

Ditt byombud: _____

Tel.: _____

Läs mer på vår hemsida: www.pro.se/malung

