

PRO

VAKSALA-DANMARK

PROGRAM 2023 – AUGUSTI - DECEMBER

VÄLKOMMEN TILL HÖSTENS AKTIVITETER

Styrelsen presenterar härmed höstens program, som vi hoppas ska innehålla något för alla.

Notera sista anmälningdatum för respektive aktivitet.

Meddela om du får förhinder. Akuta ändringar meddelas på vår hemsida www.pro.se/vaksala-danmark samt som sms och/eller e-post. Därför är det viktigt att föreningen får information om aktuell mail-adress och mobilnummer.

Alla betalningar för aktiviteter kan göras kontant eller Swish 123 374 09 25. Kom ihåg att Du som PRO-medlem har möjlighet att delta i andra PRO-föreningars aktiviteter. Ta kontakt först.



Vi samarbetar med



HÖSTENS VERKSAMHET

Onsdag 30/8 kl. 13.00

Surströmming utomhus på Danelid. Surströmming eller sill med tillbehör serveras. Kostnad: 120 kr.

Bindande anmälan senast 23/8 till Marit Färnlöf, 073-800 20 72, marit.farnlof@outlook.com



Torsdag 31/8 kl. 13.00 Studiebesök på Attendo Fortuna Onnela, Stenbrohultsvägen 6.

Bindande anmälan senast 27/8 till Carina Enedotter 076-283 10 72, enedotter@gmail.com

Vi blir visade runt i lokalerna och blir bjudna på grillad korv, hembakat och kaffe.



Trivselträff/Caféträff

Onsdagarna 13/9, 11/10, 22/11 kl. 13 är alla välkomna till Danelid på **Caféträff**, där vi umgås, dricker kaffe med tillbehör och ibland lyssnar på ett föredrag. Kostnad: 50 kr. Ingen föransmälan behövs. Ev. frågor till Carina Enedotter 076-283 10 72, enedotter@gmail.com.

Onsdag 11/10 "Håll koll på läkemedel" Kristina Bäckman-Neu – farmaceut, kommer och informerar oss genom ett samarbete mellan PRO och Apoteket för bättre läkemedelsanvändning hos äldre.

Mer information om caféerna kommer i förväg som e-post och sms.

Torsdag 21/9 kl. 13.00 Modevisning med Seniorshopen

Lokal: Kamratgården. Vi får ta del av höstmodet för både damer och herrar från Seniorshopen med hjälp av våra egna mannekänger. Försäljning på plats.

Kostnad: 50 kr. Kaffe/té med bröd ingår. Bindande anmälan senast 14/9 till Inger Olsson 073-579 35 45, isolsson@telia.com

Torsdag 28/9 kl. 12.30 -14.00

Biogasanläggningen på Kungsängens Gård, Östra vindbrovägen.

Visningen tar cirka 1,5 timme och sker till stor del utomhus. Tänk på att ha lämpliga kläder och skor.

Max. 15 deltagare. Kostnad: 50 kr. Bindande anmälan senast 21/9 till Inger Olsson 073-579 35 45, isolsson@telia.com

Cirka 30 000 ton matavfall blir biogas och biogödsel. Bakterier bryter ner matavfallet. Biogasen används till drivmedel för bilar och stadsbussar, och en mindre del till uppvärmning. Av det som blir kvar efter produktionen framställs biogödsel.

Säkerhetsregler:

Vi vill påminna om att ni besöker en arbetsplats där tung trafik kan förekomma. Det är viktigt att följande regler följs:

- Vi delar ut säkerhetsväst och hjälm som ska bäras under hela vistelsen på anläggningen.
- Ingen får avvika från gruppen under besökets gång.
- Fotografering och rökning är förbjuden på anläggningen.



Torsdag 28/9 kl. 18.30 Modevisning på JW Larsson, Drottninggatan 6

Max 15 deltagare. Kostnad: 50 kr. Vi blir bjudna på snacks och dryck.

Aktiviteten genomförs i samarbete med SPF Linné. Bindande anmälan senast 26/9 till Lena Matsson lena.karin.matsson@gmail.com,

070-798 33 95.

Onsdag 25/10 kl. 14.00 på Danelid

Följ med på ett bestigningsäventyr i Afrika, till Tanzania dess flora och fauna, dess kultur och språk

Håkan Färnlöf tar oss med och visar bilder, på väg mot toppen av Kilimanjaro, upplevelser av Tanzanias kultur och natur.

Ta med era egna erfarenheter, tankar och frågor om bergbestigning, Afrika, djur eller kultur.

Kaffe/té med något därtill. Kostnad: 70:-

Minimum 15 deltagare. Bindande anmälan

senast 18/10 till Märnit Färnlöf 073-800 20 72,

marit.farnlof@outlook.com.



Torsdag 16/11 kl 13.00 Sopplunch, Kamratgården, Bergsbrunna Villaväg 24

Vi äter en god lunch tillsammans. Underhållning.

Kostnad: 150 kr. Bindande anmälan senast 9/11 till

Märnit Färnlöf 073-800 20 72,

marit.farnlof@outlook.com.



Onsdag 6/12 Julbordskryssning med Eckerölinjen. Buss från Uppsala Resecentrum Stationsgatan kl.13.00. Deltagaravgift 520 kr.

Min. 30 deltagare. Bindande anmälan senast 25/11 till Leif Näsén

076-199 76 80, brillinge88@gmail.com och betalning senast 25/11 till

pg 861157-6 eller swish 123 374 09 25 (OBS! ange namn). Vid anmälan skall namn och födelsedatum anges.

Onsdag 10/1 kl 13.00 2024 Efterjulsgröt i Sävja kyrka

Underhållning.

Kostnad: 100 kr. Bindande anm. senast 3/1 till Lena Nyström

070-961 61 15, lana.lillinge@telia.com

Studiecirklar

Bokcirkel

Välkommen till bokcirkeln vi har i samarbete med Sävja kulturcentrum. Vi läser olika böcker som vi sedan diskuterar.

Vi träffas en gång i månaden på torsdagar kl. 14.00 - 16.00

i Sävja kulturcentrum, programrummet.

Datum för höstens träffar: Torsdagarna 7/9, 5/10, 9/11, 14/12

Anmälan senast 1/9 till Ann-Christine Karén, a.karen@telia.com, 073-042 85 59.

Kom med i **Handarbetsklubben på Sävja bibliotek** **måndagar kl. 13-15 samt lördagar kl. 13-15 med start 28/8 resp. 2/9**. Vi träffas och handarbetar med våra egna projekt. Sista tillfällena 11/12 och 16/12.

Släktforskning för nybörjare

Lokal: Danelid Tisdagar kl. 09.30 med start 12/9. Egen laptop.

Kostnad: 300:-. Min. 4 deltagare Max. 6 deltagare

Anmälan senast 1/9 till Marit Färnlöf 073-800 20 72, marit.farnlof@outlook.com (helst).

Släktforskning för fortsättare

Lokal: Danelid Tisdagar kl. 13.00 med start 12/9. Egen laptop.

Kostnad: 300:-. Anmälan senast 1/9 till Marit Färnlöf 073-800 20 72, marit.farnlof@outlook.com (helst),

Studiecirkel i användning av smarta telefoner i ABF´s regi

Åtta träffar med start måndag 4 september kl 10.00 – 12.15 på Sankt Persgatan 22 B

Nybörjare eller redan användare: Varmt välkommen att delta och lära dig mer om olika aspekter av smarta telefoner, inklusive grundläggande funktioner, navigering av appar, kommunikation, underhållning, säkerhet och mycket mer. Varje tillfälle kommer att vara interaktivt och anpassat efter våra behov och frågor, för att säkerställa en givande inlärningsupplevelse.

Avgift: 300 kr per deltagare

Min. 8 deltagare. **Anmälan senast 21/8** till Carina Enedotter 076-283 10 72, enedotter@gmail.com

Friskvård

Boule

Vi har en mycket livlig verksamhet med ett drygt 40-tal medlemmar (f n något fler män än kvinnor) som spelar boule. Från april t o m oktober träningspelar vi två dagar i veckan,

måndagar kl. 13.00 och onsdagar kl. 13.00, vid Sävja IP, där vi har fina banor. När vädret inte tillåter spel utomhus, har vi träningstid på tisdagar kl. 09.00 i nya Boulehallen vid Fyrislundsgatan 68. Därutöver så deltar vi i pensionärstävlingar runt om i länet.

Kom och pröva – klot finns att låna.

Har du frågor och funderingar – tveka inte att kontakta Ulf Jansson 070-545 96 10, ulfja44@gmail.com eller Leni Larsson 073-322 54 22.



Onsdag 27/9 kl. 13.00 Prova-på-boule. Plats: Boulebanan vid Sävja IP. Klot finns att låna. Ingen anmälan. Eget fika.

Bowling

Bowling på Fyrishov tillsammans med PRO Södra Hagunda.

Fredagar kl. 11.00 fr o m 25/8. Kostnad: 100 kr /gång.

Ta kontakt med Henry Öhrstedt, 073-836 01 70

Vandring till Lunsentorpet

I slutet av september eller i oktober tar Roger Sundin med oss på vandring. Från Flottsund till Lunsentorpet och åter är det ca 10 km. Vi återkommer med datum. Intresseanmälan till Carina Enedotter 076-283 10 72, enedotter@gmail.com

Hemsidan

Vår hemsida, www.pro.se/vaksala-danmark blir viktigare och viktigare för medlemskontakterna. Besöker man den regelbundet blir man alltid informerad om verksamheten i föreningen. Där finns också referat och bilder av det som har varit. Evenemang som tillkommit efter det att medlemsbladet skickats ut, finns att läsa på hemsidan. Vår web-redaktör är Bill Dagérus, 070-522 78 47, bill@dagerus.se.



God Jul och Gott Nytt År!, önskar styrelsen

**Tack för året 2023!
På återseende 2024!**

Föreningen

Föreningen bildades 1966. Vi är ca 290 medlemmar.

Föreningen tillhör PRO, som är Sveriges största pensionärsorganisation med ca 270 000 medlemmar. PRO är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation med uppgift att tillvarata pensionärernas intressen i olika samhällsfrågor. Vår förening skall verka på det lokala planet genom att bevaka och driva äldre frågor samt anordna verksamheter för medlemmarnas trivsel och gemenskap.

De flesta av våra medlemmar kommer från Bergsbrunna, Brillinge, Danmarks by, Funbo, Nántuna, Sävja, Vaksala, Vilan och Årsta.

Föreningen samarbetar med PRO-föreningarna i Uppsala samt SPF Seniorerna Linné.

Nya medlemmar är alltid välkomna, även förtidspensionärer.

Känner Du någon som vill bli medlem, så kontakta någon i styrelsen, så kan de hjälpa till.

Vi har vår expedition på Danelid IP, som vi hyr av Danmarks IF. Där har vi våra styrelsesammanträden, en del av våra medlemsmöten, olika fester och studiecirklar.

Adress: PRO Vaksala-Danmark, Danelid, 757 56 Uppsala,
vaksala-danmark@pro.se

Styrelsen 2023

Ordförande: Leif Näsén, 076-199 76 80, brillinge88@gmail.com

Vice ordförande: Inger Olsson, 073-579 35 45, isolsson@telia.com

Kassör: Christer Stangebye, 073-334 14 52, christer@stangebye.se

Sekreterare: Märith Färnlöf, 073-800 20 72, marit.farnlof@outlook.com

Studieorganisatör: Carina Enedotter 076-283 10 72, enedotter@gmail.com

Ledamot: Bill Dagéus, web-redaktör 070-522 78 47, bill@dagerus.se

Ledamot: Björn Mann, 076-021 63 89, bjorn.mann@hotmail.se

Ersättare:

Per-Mikael Lindberg, 073-056 04 71, lindpm6@gmail.com

Lena Nyström, 070-961 61 15, lena.lillinge@outlook.com

Valberedning

Sammanställande Sören Jonasson, 072-516 63 62, sorlis.jonasson@yahoo.se,

Jan Erik Göthlin, 073-829 26 32, jan-erik.gothlin@telia.com

Kjell Glimmerud 070-453 24 10, kglimmerud@gmail.com

Observera sista anmälningssdag

Augusti

Måndagar kl. 13.00 hela sommaren	Boule vid Sävja IP
Onsdagar kl. 13.00 hela sommaren	Boule vid Sävja IP
Fredagar kl. 11.00 fr o m 25/8	Bowling på Fyrishov
Måndagar kl. 13.00-15.00 fr o m 28/8	Handarbetsklubben på Sävja bibliotek Sista träff för året 11/12
Onsdag 30/8 kl. 13.00	Surströmming Sista anm. dag 23/8
Torsdag 31/8 kl. 13.00	Studiebesök på Attendo Sista anm. dag 27/8

September

Lördagar kl. 13-15 fr o m 2/9	Handarbetsklubben på Sävja bibliotek Sista träff för året 16/12
Torsdag 7/9 kl. 14.00 - 16.00	Bokcirkel första möte Sista anm. dag 1/9
Tisdagar kl. 09.30 fr o m 12/9	Släktforskning nybörjare Sista anm. dag 1/9.
Tisdagar kl. 13.00 fr o m 12/9	Släktforskning fortsättare Sista anm. dag 1/9.
Onsdag 13/9 kl. 13.00	Trivselträff/Caféträff
Torsdag 21/9 kl. 13.00	Modevisning med Seniorshopen Sista anm. dag 14/9
Onsdag 27/9 kl. 13.00	Prova-på-boule.
Torsdag 28/9 kl. 12.30-14.00	Biogasanläggningen på Kungsängens Gård Sista anm. dag 21/9
Torsdag 28/9 kl. 18.30	Modevisning på JW Larsson Sista anm. dag 26/9
I slutet av september eller i oktober	Vandring till Lunsentorpet

Oktober

Tisdagar kl. 09.00	Boule inomhus, när vädret inte tillåter spel utomhus
Onsdag 11/10 kl. 13.00	Trivselträff/Caféträff Håll koll på läkemedel
Onsdag 25/10 kl. 14.00	Ett bestigningsäventyr i Afrika Sista anm. dag 18/10

November

Torsdag 16/11 kl. 13.00	Sopplunch, Kamratgården Sista anm. dag 9/11
Onsdag 22/11 kl. 13.00	Trivselträff/Caféträff

December

Onsdag 6/12	Julbordskryssning med Eckerölinjen Sista anm. dag 25/11
-------------	--

Januari 2024

Onsdag 10/1 kl. 13.00	Efterjulsgröt i Sävja kyrka Sista anm. dag 3/1
-----------------------	---



God Jul och Gott Nytt År!, önskar styrelsen