



PRO

Älvsjö-Herrängen

Medlemsblad hösten 2022

**Godtemplargården,
Trumslagargatan 10 Älvsjö**



Det finns en handikappvänlig ingång vid sidan av huset.

Tänk på att det är parkeringsförbud på den jämna sidan av gatan.

Närmaste hållplats för buss 144 är Skyttesplan och för buss 163 Långbrodalsvägen.

Aktuell information, kaffe och lotterier vid varje träff. På inträdesbiljetten kan du vinna ett pris.

Torsdagen den 1 september kl.13.00

Säsongsstart

Basset - från 40-talsmusik till dagens populärmusik

Inträde 50 kr



Torsdagen den 6 oktober kl. 13.00

Höstmöte med QUIZ



Torsdagen den 3 november kl.13.00

Musikresan – En spännande färd på musikens vingar

Inträde 50 kr



Torsdagen den 1 december kl 13.00

Säsongsavslut, barn från Långbrodalsskolan sjunger julvisor



Nationell friluftsdag

Torsdag 22 september 2022 kl 14.00

Plats: Älvsjö scoutlokal, Herrängsvägen 3, Älvsjö

Varmkorv, kaffe, tipspromenad och lotter.

Ingen anmälan



Räkfrossa

Tisdag den 18 oktober 2022 kl. 14.00

Räkor, bröd, tillbehör, 1 glas vin eller öl. Kaffe & kaka. Pris: 150 kr.

Plats: Älvsjö Scoutgård, Herrängsvägen 3, Älvsjö

Anmälan kan göras på månadsträffarna,

E-post: toriwestin@telia.com eller 0708-30 36 36



Pub eftermiddag

Tisdag den 22 november 2022 kl. 14.00

Öl, vin och tilltugg.

Pris: 100 kr

Plats: Älvsjö Scoutgård, Herrängsvägen 3, Älvsjö

Anmälan kan göras på månadsträffarna,

E-post: toriwestin@telia.com eller 0708-30 36 36



E-post

E-post, elektronisk post, även kallad *e-brev*, *e-mail*, eller *mejl*, är en av de ursprungliga typerna av meddelandebefordran över bland annat Internet.

Det kännetecknas av högre tillförlitlighet än andra typer av elektroniska meddelanden. E-post är en av de äldsta kommunikationstjänsterna på internet och har en dominerande ställning bland internetanvändares kommunikationskanaler.

I medlemssystemet Harald kan e-postadress registreras för varje medlem. Vi kan via e-post sända information direkt till alla om händelser, t.ex. möten eller aktiviteter. Därför är det viktigt att alla har rätt e-postadress inskrivet.

Resor

Information om våra resor finns på vår hemsida: pro.se/alvsjo-herrangen.

Du kan även kontakta vår reseorganisatör för information om våra resor.

Mordvandring i Nora

Rundvandring i Maria Langs fotspår.

Busresa, förmiddagskaffe i Arboga, lunch på Nora Stadshotell, eftermiddagskaffe i Nora.

Se mer information på PRO Älvsjö-Herrängen hemsida.

Resfakta: Pris 895 kronor. Avresa den 12 september 2022.

Avresa: Fruängen busstorget kl. 08.00 åter ca kl.18.30

Anmälan 2 augusti till Pia Hällbom Tel. 070-766 63 08

E-post: pia-kjell@telia.com

Eva Sjöholm Tel. 070-320 87 77

E-post: eva.sjoholm@outlook.com



Julbordkryssning med Rosella

Endags minikryssning med PRO sexan. I priset ingår bussresa, båtresa, julbord komponerat av Svenska Kocklandslaget.

Se mer information på PRO Älvsjö-Herrängen hemsida.

Resfakta: Pris 444 kronor. Avresa den 5 december 2022.

Avresa: Fruängen busstorget kl. 09.30

Anmälan 5 november till Eva Sjöholm Tel. 070-320 87 77

E-post: eva.sjoholm@outlook.com



Aktiviteter

De flesta aktiviteterna och cirklarna bedrivs på Scoutgården

Herrängsvägen 3 Älvsjö (Ingång från gården)

Buss 141 och 144 Långsjö torg.

Boule

På sommaren spelar vi varje tisdag kl. 10.00 på bollplanen vid Herrängens Gård.

Höst och vår spelar vi i Liljeholmshallen, Mejerivägen 4, på torsdagar kl. 13.00 - 15.00

För inomhusspel kontakta Daisy Hagman, tel. 08-86 69 66.



Sittgymnastik – Vi tränar för att förbättra hälsan, med stor vikt på koncentration och perception.

Tid: kl. 10.50, start mån x september 2022.

Ledare: Vakant

Avgift: 100 kronor för 12 gånger, även Qi Gong ingår i avgiften.

Bridge

Tid: kl. 10.30, start onsdag den 7 september 2022

Nybörjare är välkomna.

Kontakt: Ola Klasson, tel. 070-972 50 37

Hans Andersson, tel. 070-730 53 45

Avgift: 100 kr för 10 gånger



Musiklyssning

Torsdagar (varannan vecka) start den 15 september

Kontakta Hildegard Hansing tel. 08-88 92 13

Avgift: 50 kr.

ABF

Alla kulturaktiviteter sker i samarbete med ABF i Stockholm



Studiecirklar

Qi Gong för nybörjare och de som vill repetera mer.

Tid: kl. 11.15, start mån. X september 2022

Ledare: Vakant

Avgift: 100 kronor för 12 gånger, i avgiften ingår även sittgymnastiken.



Älvsjös historia i bilder

Under våren/hösten 2022 anordnar vi en studiecirkel där vi kommer med utgångspunkt från ett bildspel med foton se och diskutera Älvsjös utveckling under 1900-talet.

Tid: kl 14:00, start måndagen den 19 september 2022, Scoutgården

Avgift: 50 kr för 5 gånger

Ledare: Thord Bergström och Sune Pettersson.

Anmälan: ePost: suneapettersson@gmail.com, mobil: 070-3232607



Styrelse och övriga förtroendevalda



Inger Forsman
Ordförande
072-200 82 88
inger195@gmail.com



Laila Ewmar
Sekreterare
073-583 43 88
ewmar@ownit.nu



Tori Westin
Kassör
070-830 36 36
toriwestin@telia.com

Studieorganisatör
Vakant



Sune Pettersson
Ledamot
070-323 26 07
suneapettersson@gmail.com



Eva Sjöholm
Ledamot
070-320 87 77
eva.sjoholm@outlook.com



Ann-Britt Stahre
Ersättare
070-577 57 17
annbrittstarhe@gmail.com



Ola Klasson
Ersättare
070-972 50 37

Revisorer

Daisy Hagman
08-86 69 66
Gerd Lundqvist
070-336 65 90

Boule

Daisy Hagman
08-86 69 66

Valberedning

Vakant

PRO Distrikt Stockholm

Inger Forsman

Kaffekommitté

Inga-Lill Gustavsson
08-716 41 71
Anne Kristine
Lindgren
070-229 46 35
Lena Westerberg
070-566 13 47

Medlemsansvarig

Sune Pettersson
070-323 26 07

PRO Samorganisation Stockholm

Inger Forsman

Konsumentombud

Daisy Hagman
08-86 69 66
Inger Forsman
072-200 82 88

Webbansvarig

Sune Pettersson
070-323 26 07

Reseorganisatör

Eva Sjöholm
070-320 87 77

Övrigt

Fixartjänst för 75+

Du som bor i Stockholms stad och har fyllt 75 år kan få hjälp med enklare vardagssysslor via vår vaktmästarservice.

Vaktmästarservice kan du få även om du har hemtjänst.

Exempel på sysslor

Vaktmästarservice omfattar vardagssysslor som kan vara riskfyllda för äldre personer, exempelvis tunga lyft, klättra på stege och liknande. Ett syfte är att förebygga

Bära upp och ner saker från vind eller källare. Fästa sladdar

Byta glödlampor, säkringar eller gardiner.

Vaktmästarservice omfattar inte trädgårdsskötsel, fönsterputsning eller arbete som kräver någon form av auktorisation. Personlig omvårdnad ingår inte heller.

Du kan få vaktmästarservice i högst 6 timmar per år och hushåll. Tjänsten är avgiftsfri.

Du bokar hjälpen genom att kontakta Mats Kölnäs 08-508 23 664, telefontid 08.00-10.00. E-post: mats.kolnas@stockholm.se

Kontakta PRO IT-support för kostnadsfri datasupport för PRO:s föreningar och medlemmar.

Supporten gäller exempelvis operativsystem, bredband, internet, brandväggar/säkerhet, Office-program och navigering på PRO:s webbplats.

Öppen vardagar 08.00-18.00. PRO IT - support, tel. 0771 171 171

Bor Du ensam?

I så fall kanske **Brännkyrka Veteranring** är något för Dig?

Vi erbjuder Dig att dagligen ringa till vår telefonsvarare och bara säga Ditt namn och telefonnummer.

Vi lyssnar av telefonsvararen varje dag, och om Du inte har ringt tar vi kontakt för att få reda på orsaken. Därigenom vet Du att någon reagerar om något skulle ha hänt Dig.

En trygghet för Dig – men också för anhöriga och vänner.

Eller vill Du hjälpa till att lyssna av telefonsvararen?

Kontaktperson Doris Santesson tel. 08-99 85 81

PRO Älvsjö-Herrängen

c/o Inger Forsman

Drögvägen 8

125 33 Älvsjö

Tel. 072-200 82 88

Pg 98 65 05-6

E-post: alvsjo-herrangen@pro.se

Webb: pro.se/alvsjo-herrangen