



# PRO Nacka

Medlemsblad hösten 2020

**PRO Nacka**  
BESÖKSADRESS  
Furuvägen 2  
Nacka

073-081 33 11  
(telefonsvarare)

POSTADRESS  
Tallidsvägen 1  
131 37 Nacka

E-POST:  
[nacka@pro.se](mailto:nacka@pro.se)

PLUSGIRO  
58 26 57-3

SWISH 123-143 73  
26

Exp 2020-09

## En annorlunda höst

Vi har en annorlunda höst framför oss med fortsatt social distansering. Verksamheten i vår förening har varit begränsad för att Covid-19-smittan inte skulle sprida sig. Under hösten kommer PRO Nacka att anordna aktiviteter där det är möjligt att värna om vår hälsa och möjlighet att hålla avstånd. Vi följer Folkhälsomyndighetens råd och möblerar så att det är möjligt. I lokalen kommer det att finnas tvål och handsprit så att vi alla kan hålla en god handhygien.

Ett mindre antal resor blir det också, se program längre fram i bladet. Välkommen att vara med i verksamheten hösten 2020!

**Kommunens Seniorråd** är ett rådgivande, samordnande och opinionsbildande organ samt en remissinstans i övergripande frågor som berör äldre personers situation i kommunen. PRO Nackas representanter är Jan-Kåge Wallin och Monica Andersson. Seniorrådet träffas fyra gånger per år, tillsvidare kommer mötena äga rum digitalt.

Ytterligare aktiviteter kan dyka upp under hand. Vi rekommenderar dig att nu och då besöka vår hemsida [www.pro.se/nacka](http://www.pro.se/nacka)

Har du e-post men är osäker på om du har meddelat oss om den? Hör av dig per e-post till [nacka@pro.se](mailto:nacka@pro.se) eller tala in ett meddelande på vår telefonsvarare 073-081 33 11.

Hälsningar styrelsen för PRO Nacka



## Café Kontakt öppnar tisdagar

Hjärtligt välkommen följande tisdagar till Café Kontakt. Vi öppnar tisdagen **15 september (13.00-ca 14.30)** i vår lokal på Furuvägen 2 i Finntorp.

<b>15 september</b>	<b>3 november</b>
<b>22 september</b>	<b>10 november</b>
<b>29 september</b>	<b>17 november</b>
<b>6 oktober</b>	<b>24 november</b>
<b>13 oktober</b>	<b>1 december</b>
<b>20 oktober</b>	<b>8 december</b>
<b>27 oktober</b>	<b>15 december</b>

---

*Har du förslag på  
caféprogram  
eller vill du själv  
medverka?  
Kontakta oss  
på telefon  
073-081 33 11  
(tel.svar)*

### Onsdag Lyssnar/läsecirkel

Start onsdagen den 23 september kl. 13.30. Vi börjar terminen med att lyssna på en underhållande ljudbok. Anmälan till Monica Whybrow 073-072 86 29.

### Torsdag Stågympa

Varje torsdag mellan kl. 13.00-14.00. Anmäl dig till Jouko Lehtinen 070-980 13 64.

### Promenader

Så länge vädret tillåter träffas vi på torsdagar kl. 11.00 för att promenera tillsammans. Vi ses utanför PRO-lokalen och avslutar med gemensam lunch för den som vill. Ingen anmälan krävs och blir vi många delar vi upp oss i mindre grupper.

### Höstmöte

I enlighet med PROs stadgar ska föreningarna vid ett höstmöte besluta om medlemsavgift, verksamhetsplan och budget. Då vi inte vet hur höstmötet ska genomföras kommer vi att återkomma i den här frågan så snart PRO Riks kommer med direktiv.

# Resor

Som alla känner till så var vi tvingade att ställa in alla våra planerade resor under hela 2020 beroende på pandemin.

De resor som enligt vårens reseprogram finns kvar är Julbordsresan med Cinderella och Teaterresan till Helsingfors med föreställningen "Mary Poppins", båda med ändrade datum.



## Julbordsresa – Gourmet med Viking Line M/S Cinderella 4-5 december

Begränsat med platser , så först till kvarn gäller.

Pris 775:-/person i dubbel A-hytt

Pris 865:- /person i enkel A-hytt

Tider: Samling i Vikingterminalen senast kl 16.30, båten avgår kl 17.30

Julbord kl 19.30

Brunch kl 10.30

Ankomst Stockholm kl 14.30

i priset ingår resa, 1 glas bubbel, julbord, exkl dryck och brunch i **rest. Seaview**

Bindande anmälan snarast Laila Ledder tel 070-899 15 93, sms eller e-mail [lmledder@gmail.com](mailto:lmledder@gmail.com)

*Glöm inte ange namn, adress, telnr, födelsedatum*

*Researrangör: Resekompaniet Eskilstuna, som fakturerar resan.*



## Svenska Teatern Helsingfors

### Musikalen Mary Poppins 21-23 april 2021

*Mary Poppins flyger igen över hustaken i London, men det är inne i Svenska Teaterns vackra salong vi får uppleva det hela som magisk teater i en färgsprakande och fantasifylld värld. Svenska Teatern presenterar stolt en aldrig tidigare skådad musical med oerhört vackra dräkter och detaljrik dekor. En förtrollande historia, oförglömliga låtar och bländande dansnummer!*

*Mary Poppins regisseras av Markku Nenonen som fått förtroendet att skapa en alldeles egen version av originaluppsättningen. I huvudrollen som Mary Poppins ser vi Josefin Silén.*



#### Program:

**21 april** avresa Vikingterminalen M/S Gabriella kl 16.30

2-rätters skeppsmeny inkl 2 glas vin samt kaffe och kaka i restaurang A la carte

**22 april** frukost i restaurang A la carte. Ankomst Helsingfors kl 10.10

Kl 12.00 matinéföreställning Svenska Teatern

2-rätters skeppsmeny inkl 2 glas vin samt kaffe och kaka i restaurang A la carte

**23 april** frukost i restaurang A la carte Ankomst Stockholm kl 10.00

Pris 2.195:-/person dubbelhytt, 2.695:-/person enkelhytt

I priset ingår kryssning Helsingfors med A-hytt utsides, 2x2-rättersmiddag inkl 2 glas vin per gång, 2x2 a la carte frukost, teaterbiljett Svenska Teatern.

Fullständigt program med bekräftelsen och faktura skickas från Resekompaniet i Eskilstuna.

Anmälan snarast till Laila Ledder tel 070-899 15 93 eller e-mail [lmledder@gmail.com](mailto:lmledder@gmail.com) senast 15 jan.

*Glöm inte ange namn, adress, telnr, födelsedatum*

Här är några punkter från Viking Lines dokument  
"Välkommen ombord på en trygg, säker och verifierad resa"

- \*Som första rederi i världen har Viking Line verifierats av klassningssällskapet DNV GL i covid-19-hantering enligt My Care-metoden
- \*Vi tar för närvarande endast emot ett begränsat antal passagerare ombord. På så vis säkerställer vi att avståndet mellan alla resenärer alltid kan hållas.
- \*Vi begränsar och kontrollerar alla passagerarflöden vid terminalerna och vid på- och avstigning till fartygen
- \*Vi begränsar antalet gäster i restauranger och butiker. Du kan även handla take away eller beställa room service till din hytt. •
- \*Utbudet ombord är begränsat. Vi har inga större artistuppträdanden, bollhaven är tömda och våra bastu- och spaavdelningar håller stängt. •
- \*Incheckningsdiskar, informationsdiskar och kassor är utrustade med plexiglasskydd. •
- \* Endast kortbetalningar tillåts tills vidare av hygienskäl.

Alla våra resor i PRO Nacka planerar och genomför vi med övriga PRO föreningar i Nacka (Ektorp, Älta, Saltsjö-Boo, Saltsjöbaden och Fisksätra). För 2021 har vi planerat att i huvudsak anordna dagsresor och bussresor genomförs med möjlighet till halva antal platser fyllda. Allt är givetvis beroende på vad som händer med den pandemi som nu pågår.

## Resor planerade för 2021

Julita Gård, dagstur – senare delen av maj  
Göta Kanal dagstur – mitten av juni  
Tusen Öars kryssning dagstur - under första halvan av augusti  
Dagsutflykt – under andra halvan av augusti  
Krakow, långresa 5 dagars – mitten av september-  
Viltbordsresa med m/s Eckerölinjen dagstur –mitten av oktober  
Julbordsresa med Cinderella 2 dagars - början av december



Datum, pris och program för de planerade resorna kommer att presenteras i Medlemsbladet för våren 2021, som utkommer januari/februari.

Ha du/ni några tankar och önskemål om resor och utflykter, så tveka inte att kontakta Laila Ledder tel 070-899 15 93. Alla förslag är välkomna och ger oss möjlighet att diskutera och göra vårt program så brett vi kan.

## Avbeställningsregler för resor

### Endagsresor

Förhinder efter sista bindande anmälningdagen debiteras 10% av resans pris, dock minst 50 kronor per person.

### Flerdagarsresor

Researrangörernas avbeställningsvillkor gäller.

Den 25 maj 2018 trädde GDPR – lagen om dataskyddsförordningen in. För att våra samarbetspartner för resor skall kunna behålla alla personuppgifter, krävs ett medgivande från varje resenär. Därför har föreningarna i PRO Samorganisations resegrupp beslutat att när respektive resa är genomförd raderas alla uppgifter hos Researrangören

## Tryggve hjälper dig: en tjänst från Nacka Kommun

Du som fyllt 70 kan få hjälp av 'Tryggve' med sysslor som innebär tunga lyft, klättra på stege eller liknande. Servicen är avgiftsfri och syftar till att förebygga fallskador samt att erbjuda hjälp med sådant som kan vara riskfyllt för äldre. Även du som är under 70 år och har ett funktionshinder kan få hjälp. **Ring 08-718 80 00 idag och berätta vilken hjälp du behöver, så kontaktar 'Tryggve' dig snarast möjligt.**

## Äldrebedrägerierna – här är polisens tips för att undvika att bli lurad!

**Lämna aldrig ut** kortuppgifter, koder eller andra känsliga uppgifter till någon. Någonsin. Kortuppgifter och koder är nycklar till dina pengar.

**Använd aldrig** bankdosa eller bank-id på uppmaning av någon som kontaktar dig. Ingen seriös aktör skulle be dig om det per telefon.

**Om någon du inte känner ringer** och du blir osäker, lägg på luren eller be att få ringa tillbaka på ett nummer som du själv tar reda på. Detta gäller oavsett om personen säger sig vara en nära släkting, eller från banken, ett företag eller en myndighet.

**Lita inte på** den som kontaktar dig bara för att den har personliga uppgifter om dig. Bedragare kan hitta information på nätet för att lura dig.

**Om du drabbas eller misstänker** bedrägeri kontakta din bank omgående. Polisanmäl alltid och ta stöd av människor i din närhet.

**Hitta till oss** på Furuvägen 2, Finntorp Buss 469 hållplats Biet alt. bussar som går på Värmdövägen, hållplats Finntorp. Med bil: Värmdövägen, ta av vid Finntorp/Nacka kyrka efter centrum, sväng höger Gamla Värmdövägen mot Nacka kyrka, sväng första till vänster, som är Furuvägen.



Foto: Ann-Charlotte Knutsson



PRO Nackas möten och aktiviteter genomförs i samarbete med ABF Stockholm