

Välkommen till oss på Expeditionen

Borgmästargatan 1. Tel. 079-010 00 38

Vi har öppet under perioden 8/1 – 10/6 2026

Måndagar & Onsdagar 10.00 - 12.00

e-post: sala@pro.se, hemsida: www.pro.se/sala

Bankgiro: 5519-0896 Swish: 1230774083 lägsta belopp 50: -

PROGRAM - Våren 2026

Januari

Onsdag 7 januari – Expeditionen öppnar

Onsdag 14 januari 14.00 - Tematräff - Malmen

Upptaktsmöte

Kostnad: 50: -

Onsdag 21 januari 14.00 – Trivselträff – Malmen

Musikcafé

Kostnad: 50: -

Fredag 23 januari 14.00 – Veterantävling – Malmen

Anmäl lag till expeditionen.

Onsdag 28 januari 14.00 – Tematräff – PROexp.

Våra **Nya medlemmar** bjuds på kaffe och information om våra aktiviteter mm

Februari

Onsdag 11 februari 14.00 – Tematräff – Malmen

Johnny Ekman berättar om Sala konstnärer

Kostnad: 50: -

Onsdag 18 februari 14.00 – Trivselträff – Malmen

Musikcafé

Kostnad: 50: -

Onsdag 25 februari 14.00 – Trivselträff – Malmen

Underhållning Bo Senter (Elvis-musik mm)

Kostnad: 150: -



Vid våra träffar
ingår kaffe och
bröd!

**Tillsammans skapar vi
en vardag fylld av
gemenskap och glädje.**

Tack för att du är med i
vår förening i Sala!



Mars

Onsdag 11 mars 14.00 – Årsmöte - Malmen

Eva-Lena Trondstedt ordförande

Onsdag 25 mars 13.00 – Påsklunch – A-salen

Underhållning

Anmälan senast 16/3

Kostnad: 300: -

April

Onsdag 8 april 14.00 - Trivselträff –

Samling Pro-exp.

Skräpplockardag

Våfflor serveras efter aktiviteten!

Kostnad: 50: -



Fredag 17 april 18.00 - Knytis – Malmen

Underhållning, kaffe och kaka serveras.

Kostnad: 50:-

Onsdag 22 april 14.00 - Trivselträff – Malmen

Quiz – "April" "April" kluriga frågor

Kostnad: 50:-

Maj

Tisdag 19 maj 14.00 – Båtresa Eckerö

Avresa från Resecentrum kl. 12.45. Kostnad buss och båt 185:-, buffé 295:- Anmälan görs till Tobbes resor 0226-67130.

Nytt namn – samma lokal!

Caféet heter nu **Malmen**, enligt Folkets Hus.

Lokalen är densamma som förut, i gamla Folkets Hus med ingång från Kungsgatan.

Du har väl laddat ner "Mitt PRO"?

Appen är fylld med nyheter och aktiviteter från vår förening – direkt i mobilen!



**Aktiviteter som förenar nytta med nöjen. Vill du vara med?
Anmäl dig till respektive ledare.**

Aktivitet	Dag	Tid	Ledare	Telefon
Kortspel	Må	12.30	Sonja Bäckgren	076-319 43 43
Linedance *	Må Må Må	11.00 13.00 14.00	Anmälan till MaiBritt Frank Ledare: Kerstin Söderstedt	070-537 35 97
Snickeri	Ti	09.00	Nils-Erik Hägglund	073-905 31 00
Silversträngarna	Ti	09.30	Inger Åkerblom	073-945 00 30
OBS! Nytt Prova på konst	Ti	17.00	Aija Speville Varannan vecka jämn vecka	070-559 85 45
Slöjd	On	17.00	Bernt Linnman	070-155 38 38
Snickeri	To	09.00	Bo Lindell	073-157 22 00

Friskvård som främjar kropp och själ från topp till tå.



**Anmälan görs till respektive ledare som meddelar startdag och plats.
Ansvariga för friskvården är: Lars Johansson och Inger Dahlberg**

Aktivitet	Dag	Tid	Ledare	Telefon
Qigong	Må	10.00	Gunilla Norgren	073-050 71 32
Biljard	Ti	09.30	Bengt Strandberg.	070-645 68 60
Bordtennis	On	09.00	Lars Johansson	073-937 47 71
Boule	On	10.00	Gullan Kalldin	073-936 00 21
Vattengympa *	On	13.00	Anmälan till Mai-Britt Frank	070-537 35 97
Vattengympa *	On	14.30	Anmälan till Mai-Britt Frank	070-537 35 97
Cirkelträning	To	10.00	Monika Asplund/Ulla Eriksson	070-289 49 60
Bangolf	To	11.00	Lars Johansson	073-937 47 71
Biljard	To	10.00	Britta Larsson	070-204 00 08
Innebandy	To	17.00-18.00	Curt Sundberg (Idrottsh 3)	070-728 65 68
Boule	Fr	10.00	Robin Holm	073-528 05 20
Yoga	Fr Fr	10.00 11.30	Karin Nordin	070-634 38 28
Bowling *	Fr	10.00	Margreth Kilholm	070-219 23 38
Bowling *	Fr	11.00	Laila Müller	073-029 79 08
Mattcurling	Lö	09.30	Kurt Jansson	070-587 52 15

Våra aktiviteter kostar 100:-/termin. Deltar du i flera aktiviteter betalar du högst för tre aktiviteter. Gäller inte de * -märkta aktiviteterna som har en högre kostnad och inte ingår i rabatten!

VIKTIGT! Anmälan till vattengymnastiken **tidigast 10 januari** görs till Mai-Britt Frank 070-537 35 97. Alla måste anmäla sig. Först till kvarn gäller! **OBS!** Endast telefonanmälningar!
15 ggr Pris: 800: -