

Ett inspirerande höstmöte # Påverka sjuk- och hälsovården # Locka med toner

Nyhetsbrev nr 8 december 2023

Nyhetsbrevet riktas till ordförande och andra förtroendevalda i föreningar inom PRO Stockholms län. Sprid informationen vidare till andra som berörs i din förening! Nyhetsbrevet finns att läsa i bifogad pdf. Länkade dokument finns under fliken Förtroendevald via [Distrikt Stockholms län - PRO](#)

Efter det intensiva höstmötet smälter vi alla intryck och funderar på hur vi går vidare. Många idéer presenterades under höstmötets samtal och aktiviteter. Tanken med att utveckla våra aktiviteter är att vi ska få gamla medlemmar att trivas och prova på nya aktiviteter. Men vi vill också få fler blivande pensionärer att upptäcka hur trevligt det är att vara med i en PRO-förening, och allt engagerande som man kan ägna sig åt till exempel att påverka i den högst aktuella klimatfrågan, att bli en medveten konsument och undvika bedrägerier eller att ta sig ut i naturen tillsammans med andra PRO-are. En viktig fråga i Stockholm är att påverka för att få tillgänglighet i boendet för äldre. Nytt är att två musikälskare från Farsta kör i gång PRO Musik, en aktivitet för dig som gillar musik eller kanske spelar något instrument. Men nu närmar sig julen, och där finns också en del att göra. Vi tipsar om några erbjudanden med förmånliga rabatter.

Ett höstmöte med inspiration, vinnare och framåtblickar



Konfettin haglade över Lena Nylöf och Lars Rawet som för PRO Katarina mottog pris i medlemsvärvartävlingen.

Tack alla ni som var med i årets intensiva höstmöte den 15 november i Hallunda Folkets hus! Och tack ni som ställde ut era fina föreningsaffischer!

Efter att budget och verksamhet snabbt klubbades igenom, var det dags för samtal om medlemsutvecklingen, hur vi ska vända på trenden mot sjunkande medlemmar i PRO. Därefter delades vinnarpriset ut i distriktets medlemsvärvtävling. Konfettin haglade över Lena Nylöf och Lars Rawet från PRO Katarina som vann medlemsvärvtävlingen.

Mer spännande från höstmötet som trevliga bilder, inklusive affischutställningen, presentationer från inspirationspassen finns att läsa och se på vår hemsida under [Aktuellt](#) och [Förtroendevald](#).

Ert engagemang från höstmötet stimulerar nu distriktet att gå vidare efter alla samtal, diskussioner, aktiviteter på mötet och knyta ihop säcken! Här är några förslag på hur vi tillsammans med PRO-föreningarna utvecklar idéerna till aktiviteter:

- Nätverksträffar för föreningarnas medlemsutvecklare.
- Inspirationsträffar för studieorganisatörer och aktivitetsledare för att dra i gång nya PRO-aktiviteter i samarbete med till exempel Korpen, Riksteatern, PRO:s folkhögskola och ABF-distriktet eller med andra PRO-föreningar.
- Utbildning i föreningsutveckling och ledarskap.
- En nystartad arbetsgrupp 2.0 ska föreslå konkreta idéer på hur PRO kan utvecklas.
- En kampanj om tillgängliga bostäder drar i gång.
- Nya studiecirklar om klimatet.
- Ny kurs startar för friskvårdsansvariga och aktivitetsledare.

I distriktets utbildningskalendarium kommer du att läsa mer om de olika aktiviteterna och utbildningarna. Kalendariet kommer att publiceras på hemsidan i slutet av januari 2024 och sms kommer att skickas till PRO-föreningarnas studieorganisatörer.

Du som är friskvårdsansvarig och aktivitetsledare:
Gå en Kurs i Natur och Friluftsliv

Två kurser i Natur och Friluftsliv är på gång nästa år. Den ena är distriktets kurs som planeras starta till hösten nästa år, i samarbete med PRO:s Folkhögskola. Den andra

är en nationell kurs under våren på PRO Folkhögskola, se mer information under nästa rubrik PRO:s folkhögskolas kurs i Natur och Friluftsliv.

Om du önskar gå distriktets kurs i Natur och Friluftsliv hösten 2024. anmäl ditt intresse redan nu till distriktet, Annika Lindblad Nieminen, e-post annika.lindblad-nieminen@stockholm.pro.se Observera att vi önskar att två från varje PRO-förening anmäler sitt intresse till höstens kurs.

Du som är ordförande: vi kommer att maila till alla friskvårdsansvariga om distriktets planerade kurs i Natur och Friluftsliv. Om din förening saknar friskvårdsansvarig – informera gärna styrelsen och andra intresserade om kursen.

För frågor, kontakta distriktets friskvårdsansvarige Agneta Enbom Holz, e-post agneta.enbom.holz@stockholm.pro.se

PRO:s folkhögskolas kurs i Natur och Friluftsliv

Du som är friskvårdsansvarig eller aktivitetsledare i en PRO-förening får under denna nya kurs Natur och Friluftsliv inspiration, friluftsglädje och nya idéer på hur du kan utveckla naturaktiviteter i din förening. Kursen ordnas av PRO:s folkhögskola och är digital med en frivillig vecka i april på skolan i Gysinge.

Kursen startar den 22 februari och avslutas den 30 maj. Sista anmälningdag är den 15 december.

Läs mer om kursen, kursledare och anmälan i [informationsbladet Natur och Friluftsliv](#).



Diskutera dina idéer i kommittén för medlemsutveckling

Du som har idéer på hur vi ska få fler medlemmar till PRO, var med i vår kommitté för medlemsutveckling. Eller känner du någon medlem som är intresserad?

Du som är ordförande: Informera om det viktiga arbetet med medlemsutveckling, och uppmuntra medlemmar och förtroendevalda att anmäla sig. För frågor, kontakta Annika Lindblad Nieminen, e-post annika.lindblad-nieminen@stockholm.pro.se

I början av 2024 kommer vi från distriktet att kontakta dig som är medlemsutvecklare i en PRO-förening. Vi vill veta vilket stöd ni i föreningen behöver i att utveckla verksamheten för att få fler medlemmar. Vi ringer eller mailar dig under följande tider:

- den 23 januari – 25 januari kl. 10.00 – 12.00
- 30 januari – 1 februari kl. 10.00 – 12.00

Diskutera klimat och hållbarhet i vår hållbarhetskommitté

Vi söker förtroendevalda/medlemmar till en Klimat- och Hållbarhets kommitté. Du som är ordförande kan även här uppmuntra medlemmar/förtroendevalda att delta. Distriktsstyrelsen kommer att diskutera frågan på styrelsemötet den 7 december. Vi återkommer med mer information efter mötet.

För frågor, kontakta Annika Lindblad Nieminen,
e-post annika.lindblad-nieminen@stockholm.pro.se

Du som vill påverka - gå en ny kurs om intressepolitiken



Intressepolitisk kurs – i samverkan med PRO Stockholms Län START VECKA 8 2024

Du som vill påverka och bilda opinion för PRO:s viktiga frågor för äldre i samhället, nu har du möjlighet att lära dig mer om PRO:s intressepolitik i en ny kurs. Den ordnas av PRO Stockholms län i samarbete med PRO:s folkhögskola.

Utbildningen sker digitalt och i ABF:s lokaler i Huddinge.

Kursen riktar sig till alla medlemmar som vill lära mer om och medverka i arbetet för att stärka PRO lokalt för påverkan och opinionsbildning. Det är en bred och grundlig kurs, som kan ge dig mycket, och genom den kan du vara med att stärka PRO.

Läs [kursbeskrivningen med anmälan från PRO:s folkhögskola](#). Antalet kursdeltagare blir max 25 så dröj inte med anmälan. Kursen är avgiftsfri!

PS. Du som är ordförande: Uppmuntra förtroendevalda och medlemmar att gå på en intressepolitisk utbildning!

Sökes: Du som vill påverka Regionens sjuk- och hälsovård

Du som vill göra din röst hörd om Stockholmsregionens sjuk- och hälsovård samt fastigheter, anmäl ditt intresse till oss. Följande platser finns att anmäla sig till:

1. En plats i RPR, regionstyrelsens pensionärsråd. Där vi möter alla partier.
(Där sitter i dag från PRO Stockholms län: Alf Anderson, Alf Sandqvist och Suzanne Lindqvist.)
2. En plats i samverkansrådet för Locum. Regionens fastigheter.
(Där sitter i dag från PRO Stockholms län: Åke Ekstrand, Kenneth Sjökvist och Kari Nortemo.)
3. En plats i pensionärsrådet för SLSO, Stockholms läns sjukvårdsområde, Regionens egenägda vård utanför sjukhusen, det vill säga bland annat 40 procent av alla vårdcentraler och geriatrik.
(Där sitter idag från PRO Stockholms län: Alf Andersson, Kaija Nopola och Ingrid Hjalmarson.)

Vi ser fram emot att du, som vill påverka i Regionen, anmäler ditt intresse för något av dessa uppdrag! Anmäl dig till Alf Andersson, e-post alf.andersson@stockholm.pro.se

Sökes: Du som vill utbilda dig till att handleda styrelser

Vi söker dig som vill utbilda dig till att handleda föreningarnas styrelser att utveckla ledarskap och verksamhet. PRO Folkhögskola i samarbete med distriktet ansvarar för utbildningen. Den startar vintern 2024.

Du som är ordförande: Uppmuntra gärna medlemmar till att utbilda sig!

Mer information och anmälan till Annika Lindblad Nieminen, e-post Annika.Lindblad-Nieminen@stockholm.pro.se



Dags att redovisa och beställa lotter

Distriktets lotteriansvarige Els-Mari Eliasson vill påminna er om att det är dags att redovisa årets lotteriförsäljning och att beställa nya lotter för nästa år.

Men det är mycket viktigt att ni kontaktar henne innan redovisningen, meddelar hon. Se kontaktuppgifter nedan.

Ni kan redovisa och hämta nya lotter hos Els-Mari på PRO Stockholms läns kansli, Renathvägen 2, Johanneshov, under följande tider:

- 8 december klockan 11-15
- 13 december klockan 11-15
- 14 december klockan 11-15

Observera att ni måste kontakta Els-Mari innan besöket, och meddela henne att ni kommer och hur många nya lotter ni önskar. Els-Mari nås via e-post els-mari.eliasson@stockholm.pro.se eller tel 0730-74 55 99.

Om ni har förhinder under tiderna ovan, så finns det "reservtider". Dessa tider är den 18 och 20 december, klockan 11-15. Här måste ni också kontakta henne i förväg.

Rätt information till rätt person – uppdatera Harald

Det är viktigt att du som ordförande, tillsammans med styrelsen, tänker på att uppdatera Harald när ni utser ansvariga för verksamheter i föreningen. Registrera genast dessa personer som ansvariga för sina verksamheter i Harald. Därmed kan distriktets utskick nå rätt person. Vår önskan är att vi kan hjälpas åt med detta.

Du som vill locka med toner – gå med i PRO Musik



Två musikintresserade 50-talister från PRO Farsta, Lasse Bäck och Lena Wall, önskar bilda intresseföreningen PRO Musik. Den riktar sig till dig som diggar musik, vilket innebär att du är intresserad av att skapa musik, lyssna på musik, gå på konserter med mera.

Genom att bilda PRO Musik hoppas de slå håll på myten att vi pensionärer bara lyssnar på dragspel och äter gräddtårter utan även att många av oss lite yngre pensionärer lyssnade på Beatles, Rolling Stones med flera kända och band åren därefter. Och snart blir även punkarna pensionärer...

Tanken bakom att bilda PRO Musik är att locka nya yngre medlemmar till våra föreningar. Vi skulle även kunna ta chansen att värva nya medlemmar på utsålda konserter där en stor del av publiken är 50-plussare, menar Lasse och Lena.

Kontaktuppgifter och mer finns att läsa i [Lasses och Lenas brev](#).

Börja ta de första stegen mot PRO:s dansvecka i vår!



29 april – 5 maj är det dags för PRO:are i hela landet att svänga om och dansa loss i dansveckan. Men innan dess är det bra om ni redan nu kan ta de första stegen mot dansveckan, det vill säga börja planera om ni kan bjuda in till någon form av dans i er förening. Det finns många olika sorters dans, så det är bara att spåna idéer. Ni har förmodligen redan fått information från PRO om dansveckan men här kommer den igen: [Dansveckan PRO](#)

Erbjudanden & Events

Luciagalan den 10 december på Stockholm Waterfront

Du som är medlem i PRO får rabatt på biljetten till den stämningsfulla Luciagalan söndagen den 10 december på Stockholm Waterfront. För mer information och biljettköp, se [information om Luciagalan](#).



Julbord till specialpris för PRO:are på IKEA

IKEA Barkarby och IKEA Kungens kurva erbjuder specialpris för medlemmar i PRO. Mer om erbjudandet i [annonsblad från IKEA](#)

Dags att förbereda sig för bouletävlingen Viking Trophy

Den 12-13 juni är det dags för den årliga bouletävlingen Viking Trophy i Mariehamn, en tävling mellan medlemmar från PRO Stockholms län och från SPF Seniorerna. Mer information finns i [inbjudan till tävlingen](#).

Färgstarkaste bilden från höstmötet

Vi slutar detta Nyhetsbrev med den färgstarkaste bilden från höstmötet. PRO-graffittin är målad av Carin Strand, till vänster, och Lena Nylöf. Till sin hjälp hade de eventföretagaren Kenny.



Synpunkter på detta nyhetsbrev skickas till ragnvi.svard@stockholm.pro.se
PRO Stockholms län 08-411 04 55 info@stockholm.pro.se www.pro.se/stockholm
Besök: Renathvägen 2 Johanneshov Postadress: Nathorstvägen 21c 121 37 Johanneshov
Följ PRO Stockholms län på Facebook [@pro.stockholmslan](https://www.facebook.com/pro.stockholmslan)
