

PRO Vantör



Hösten 2024 & våren 2025

Medlemsblad för PRO-medlemmar i Högdalen,
Bandhagen, Örby, Rågsved och Hagsätra



PRO Vantörs webbsida
pro.se/vantor

PRO Vantörs Facebook-sida



(använd din mobilkamera för att läsa av QR-koderna och klicka på texten som visas)

Kära medlemmar i PRO Vantör!

Välkommen till en ny säsong! Den här gången gäller medlemsbladet både hösten 2024 och våren 2025. För startdatum för de olika aktiviteterna och kontaktpuppgifter till aktivitetsansvariga vänligen se sidorna 6-7. Aktiviteterna kan ha olika sluttider inför julhelger, men fortsätter i januari efter juluppehållet.

Vi är öppna för förslag till nya aktiviteter, men behöver fler aktivitetsansvariga, då styrelsen inte har resurser att ansvara för fler aktiviteter.

Tre gånger i veckan har vi **Öppet hus (2 x PRO Café och Ärtsoppelunch)** i PRO-lokalen som man inte behöver anmäla sig till. För övriga aktiviteter behövs en anmälan till de ansvariga aktivitetsledarna.

PRO:s webbsida får ett nytt utseende efter sommaren. För att ni ska hitta lättare både till webbsidan och Facebook-sidan, finns det QR-koder som leder direkt till sidorna på bladets första sida.

Medlemsavgiften är fortsatt 390 kr per kalenderår. Av dessa 390 kr går 200 kr till PRO Riks, 60 kr till PRO Stockholms Län och 130 kr till PRO Vantör.

Medlemskortet och inbetalningsavin för medlemsavgiften för 2025 får ni tillsammans med februarinumret av PROpensionären. Det är viktigt att använda OCR-numret som finns på avin vid betalning av medlemsavgiften för att betalningen ska kopplas till ditt medlemskap.

Hoppas vi ses på våra aktiviteter!

Med vänlig hälsning

Riffa Hänninen, ordförande PRO Vantör

PS: Vänligen spara detta medlemsblad tills ni fått nästa medlemsblad.

*Vi tackar våra sponsorer **Ingrid och Marinas fotvård, Five Senses Skincare och Andra varvet** som bidrar till tryckkostnader av detta blad.*



INGRID OCH MARINAS FOTVÅRD

5 % PRO-rabatt på fotbehandling

Skebokvarnsvägen 312
Högdalen

Mån-fre 09.00 - 17.00

Tidsbokning
08-99 78 00
marina.ekstrand@live.se

PRO Vantör är en mycket vital förening med ca 420 medlemmar i Högdalen, Bandhagen, Örby, Rågsved och Hagsätra, alltså hela Vantör utom Stureby som har en egen PRO-förening.

Att vi kan ha så många aktiviteter beror på att vi har en egen föreningslokal på Harpsundsvägen 147, Högdalen, där de flesta aktiviteter ordnas.

Medlemmarnas åldersspann är brett – från 60-talister till vår äldsta medlem Alice Sander som fyllde 104 år i mars. En fantastiskt pigg och vital dam som blev medlem i PRO Rågsved-Hagsätra redan 1986 och har förblivit föreningen, i dag PRO Vantör, trogen sedan dess i 38 år! Här en bild från födelsedagen i mars.



För aktuell information om cirklar, möten och andra aktiviteter se vår webbsida www.pro.se/vantor & Facebook-sida **PRO Vantör** (använd QR-koderna på första sidan)

STOCKHOLMS STÖRSTA SECOND HAND

Gåvor mottages tacksamt!

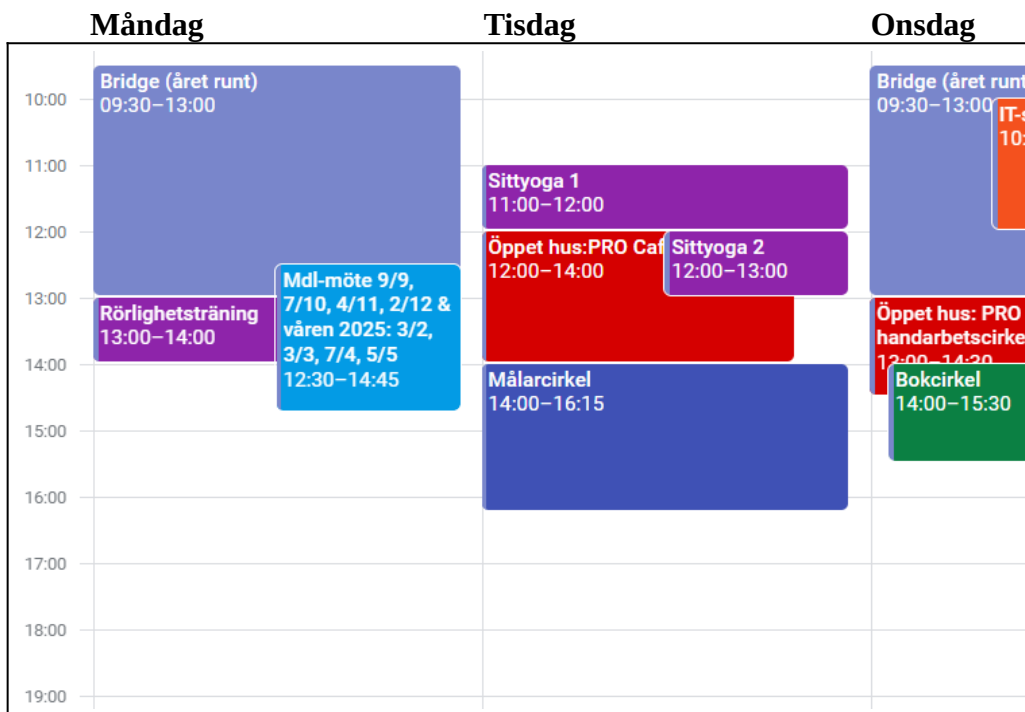
Prydnadssaker, möbler, husgeråd, teknik, kläder m.m.
Överskottet går till barn- & ungdomsverksamhet samt seniorverksamhet.

Personal med lastbil kommer och hämtar utan kostnad!

ANDRA
SECOND HAND **VARVET** i Högdalen

Högdalsgången 17 • Tel. 08-727 67 73 • Öppet måndag–fredag 10–19, lördag 10–16
www.andravarvethogdalen.se • Gilla oss på facebook

Aktivitetskalender måndag-fredag hösten 2024 och våren 2025



För kontaktuppgifter till ansvariga för de olika aktiviteterna se sid 6-7.

Alla aktiviteter i PRO Vantörs lokal, Harpsundsvägen 147, Högdalen, om inget annat uppges.

E-post: vantor@pro.se

Webbsida: www.pro.se/vantor

Facebook: PRO Vantör

Telefon: 0708-99 91 98 (Riffa Hänninen)
070-672 35 99 (Ralph Isaksson)

PG: 19 27 79-7 - OBS: ej medlemsavgifter,
vänta på inbetalningskort från PRO Riks

Swish: 123 133 28 73



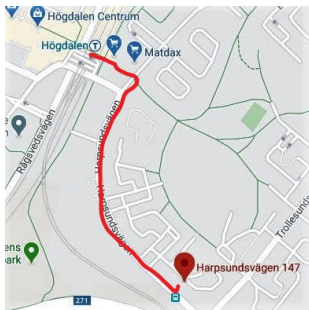
PRO Vantör

Torsdag

Fredag

support 10:00–12:00	Läsecirkel 10:30–12:30	Ev. Släktforskning 10:00–12:15
Boule maj-sep 10:30–12:30	Öppet hus: Ärtsoppelunch (alt. våfflor på våren) eller bara fika 12:30–14:30	Matlagning för herrar sista fredagen i jan-apr & sep-nov 11:00–13:00
Café - med I	PROmenad (året runt) 13:30–15:00	
	After PROmenad 15:00–16:00	
	Vinprovning x 5 (1 cirkel/termin) 17:00–19:00	PROpub 15/11, julfest 13/12 & 2025: PRO-pub 14/2, påskfest 11/4 16:00–19:00

Här ligger PRO Vantörs lokal:



Medlemsmöten i Vantörs kyrkas församlingsal,
ingång Önskehemsgatan 21, Högdalens centrum
Pris: 50 kr för smörgås med kaffe/te. Lotterier.

Hösten 2024

Måndag 9/9 kl 12.30

Måndag 7/10 kl 12.30

Måndag 4/11 kl 12.30

Måndag 2/12 kl 12.30

Våren 2025

Måndag 3/2 kl 12.30

Måndag 3/3 kl 12.30 årsmöte

Måndag 7/4 kl 12.30

Måndag 5/5 kl 12.30

Anmälan (och avanmälan om du får förhinder) till
vantor@pro.se

0708-99 91 98 (Riffa Hänninen)

070-672 35 99 (Ralph Isaksson)

Cirklar och övriga aktiviteter

i PRO-lokalen, Harpsundsvägen 147, Högdalen, om inget annat uppges.

Bridge (året runt)

Måndagar och onsdagar kl 09.30–13.00

Nya deltagare välkomnas – anmälan: Ulf Gran, 070-889 72 25.

Vid intresse för kurs i bridge kontakta Sven Sundin, 070-380 33 57



Rörlighetsträning (höststart 16/9 & vårstart 13/1)

Måndagar kl 13.00 grupp 1 & kl 13.30 grupp 2

Ledare: Pia-Lena Pettersson, 073-704 86 20 eller

Helena Broberg, 073-988 81 00

Videoledd sitt yoga/-gympa (höststart 3/9 & vårstart 14/1)

Tisdagar kl 11.00–12.00 med Doris Idén, 076-316 14 64

och kl 12.00-13.00 med Birgitta Gustafsson, 070-277 33 28



Öppet hus: PRO Café (höststart 3/9 & vårstart 14/1)

Tisdagar kl 12.00-14.00

Värd: Anita Eliasson, 076-836 32 90

Målarcirkel (höststart 3/9 & vårstart 14/1)

Tisdagar kl 14.00–16.15

Cirkelledare: Solveig Wilhelmsson, 070-155 53 87

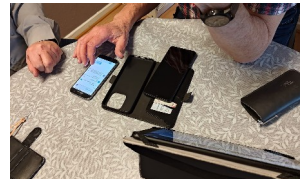


IT-support (höststart 4/9 & vårstart 15/1)

Onsdagar kl 10.00-12.00

Behöver du hjälp med din mobil, platta, dator, e-post mm?

Anmäl dig till cirkelledaren Ralph Isaksson, 070-672 35 99, eller Bengt Karlsson, 073-516 71 68 & Pär Grandin, 070-652 23 13.



Öppet hus: PRO Café – med handarbetscirkel

(höststart 2/10 & vårstart 15/1)

Onsdagar kl 13.00-14.30

Cirkelledare: Ami Pettersson, 070-864 66 80



Bokcirkel (höststart 21/8 och vårstart 15/1)

Onsdagar kl 14.00–15.30

Vi träffas en gång i veckan och samtalar kring en bok vi valt tillsammans och läst hemma inför varje träff..

Cirkelledare: Elisabet Lindberg, 070-885 74 12,

eli.lindberg56@gmail.com

Boule (maj-september)

Onsdagar kl 10.30 - 12.30 på Dalbottens boulebana i Högdalen – säsongslut på PRO:s friluftsdag 25/9. Vårstart i april-maj 2025.



Läsecirkel (höststart 5/9 & vårstart 16/1)

Torsdagar kl 10.30–12.30

Vi träffas en gång i veckan och högläser ur en bok som vi gemensamt valt och diskuterar boken tillsammans.

Cirkelledare: Helena Broberg, 073-988 81 00, georginabroskan@gmail.com

Öppet hus: Ärtsoppelunch*) eller bara fika (höststart 5/9 & vårstart 16/1)

Torsdagar kl 12.30–14.30

Ärtsoppa med ostmacka, á 40 kr, inkl. kaffe och kaka, och för den som önskar, fläskpannkaka, á 20 kr.

Värd: Ralph Isaksson, 070-672 35 99.

*) på våren väffellunch

PROmenad & After PROmenad (året runt)

Torsdagar med start kl 13.30 vid Högdalskyrkan utanför (T)-Högdalen. Efteråt "After PROmenad" på Restaurang Yin.

PROmenadledare: Ulf Gran, 070-889 72 25, ulfg90@gmail.com

Vinprovning (höststart 10/10)

Varannan torsdag kl 17.00–19.00 med start 10/10, om 6-9 deltagare anmäler sig. Kostnad: 500 kr/deltagare.

Anmälan snarast till

Lars Wallin, 073-440 23 00, larswallin615@gmail.com

Ev. Släkttforskning

Fredagar kl 10.00–12.15

Cirkelledare: Riffa Hänninen, 0708-99 91 98,

riffa.hanninen@outlook.com

Matlagning för herrar (höststart 27/9 & vårstart 31/1)

Sista fredagen i sep-nov & jan-apr kl 11.00–13.00

Cirkelledare: Ralph Isaksson, 070-672 35 99,

ralphisaksson9@gmail.com

NYTT: Bowling

i Högdalens bowlingpalatz, Rangstaplan 2, om intresse finnes. Start enligt överenskommelse med deltagarna.

Anmälan till Pia-Lena Pettersson, 073-704 86 20

Fester, PRO-pubar, resor

PRO-pub 15/11, julfest 13/12 och under våren 2025 PRO-pub 14/2 och påskfest 11/4.

Kryssning till Höga Kusten i september, julbordskryssning T/R Åland i november och ev. vårkryssning i mars 2025.



Hjärtligt välkommen!

Alla cirklar och kulturarrangemang i samarbete med



PRO Trippelskräpet-lotter

finns att köpa på möten och andra träffar av Anita Eliasson, 076-836 32 90 och Ralph Isaksson, 070-672 35 99.

Pris: 25 kr/lott.

Ta med en vän som blir medlem så bjuder vi på en PRO Trippelskräpet-lott.

PRO Vantörs styrelse



Riffa Hänninen
ordförande, webbsida, Facebook,
släktforskning, resor

riffa.hanninen@outlook.com
0708-99 91 98



Ami Pettersson
sekreterare, PRO Café onsdagar med
handarbetscirkel

ami.pettersson@outlook.com
070-864 66 80



Ralph Isaksson
kassör, IT-support, ärtsoppa/våfflor,
matlagning för herrar

ralphisaksson9@gmail.com
070-672 35 99



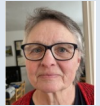
Ulf Gran
vice ordförande, bridge, PROmenader
& ledamot i Enskede-Årsta-Vantörs
Pensionärsråd

ulfg90@gmail.com
070-889 72 25



Anita Eliasson
ledamot, lotterier, PRO Café tisdagar &
ersättare i Enskede-Årsta-Vantörs
Pensionärsråd

anita.m.eliasson@gmail.com
076-836 32 90



Helena Broberg
ledamot, friskvård, rörlighetsträning,
läsecirkel

georginabroskan@gmail.com
073-988 81 00



Lars Wallin
ledamot, vinprovning

larswallin615@gmail.com
073-440 23 00



**Five Senses
Skincare**

Desirée Fossmo, Forsavägen 26, Bandhagen

Tidsbokning: 070-539 61 63, d.fivesenses@gmail.com, fivesenseskincare.se

OBS: 10 % rabatt på hudvård för PRO Vantörs medlemmar