



PRO-profilen Laila Törmä Vestman. Här på månadsmöte i Tyresö med sambon Lennart Fogelberg. Sid 4–5.

FOTO: BO TORESSON

FÖRENINGSNYTT

PRO-TYRESÖ PENSIONÄRSFÖRENING

Kallelse till årsmöte 2024

Datum: Onsdagen 27 mars kl.12.00

Plats: Föreningsgården kvarnhjulet, hus B, lokal Nyfors.

Handlingar delas ut före mötet och finns också tillgängliga på hemsidan www.pro.se/tyreso.

Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast 11 mars.

Välkomna!

Styrelsen

PRO på lokalradion

Sid 12

Frågesport

Sid 3



Promenera i vår

Sid 6

Läsarnas bidrag

Klokt och klurigt. Sid 14

Lös Bosses kluriga kryss

Miss inte chansen att vinna PRO-lotter. Sid 15



Ordföranden har ordet	2
Kalendarium och info	3
PRO-profilen	4–5
Friskvård, sport och hobby	6
Studiecirklar	7
Resor, reseberättelser	8–11
Lokalradio	12
Teater	13
Läsarnas bidrag	14
PRO Tyresös Styrelse	14
Korsord	15
Kontaktuppgifter PRO Tyresö	15
Redaktionskommitté	15





När ni sitter med tidningen framför er så har vi lämnat ett år bakom oss och nu kommer nya planer och aktiviteter för år 2024. Ett nytt år får mig att känna stora förväntningar på allt som kommer att hända. Vi kommer bland annat att fira vårt 70-årsjubileum lördagen den 23 november och det har vi ju fått allas ert godkännande på att låta kosta en slant.

Socialstyrelsen utannonserade förra året att föreningar kunde söka bidrag för att minska ofrivillig ensamhet hos äldre. Vi ansökte och väntade länge med spänning på att få ett besked. I höstas fick vi beskedet att vi fick 55 000 kronor. I ansökan beskrev vi att vårt mål var att erbjuda fler mötesplatser och aktiviteter för våra knappt 1300 medlemmar. Det har vi gjort med Digitala bryggan, lunch för de mest års-rika och ett par soppluncher. Vi beskrev att vi behövde pengar till frimärken. Att skicka brev till mer än 500 personer var mer än vad vår budget tålde. Vi saknade e-postadresser till drygt 400 av våra medlemmar vilket innebar att vi inte snabbt och billigt kunde nå dessa. Vi vet att vi når alla med vår medlemstidning och använde delar av pengarna för att ge ut ytterligare ett nummer. Vi köpte frimärken och skrev brev till samtliga där vi saknade en e-postadress. I brevet fanns en önskan om att få denna uppgift samt andra synpunkter på vår förening. Svaren skulle man skicka i ett frankerat svarskuvert. Till vår glädje fick vi in mer än tvåhundra svar och med detta nästan lika många e-postadresser som nu vår IT-ansvariga Gunilla Andersson har lagt in i vårt datasystem.

Många av de som fortfarande saknar e-post samt flera

andra skrev att de var nöjda med vår tidning som nu i framtiden kommer med fyra nummer per år. Några ansåg att de vill ha information som SMS och de angav sina telefonnummer. Vi fick en hel del beröm för det vi gör men även nya önskemål. Sådant är alltid roligt. Man önskade att vi ska bry oss mer om varandra i våra grupper, medicinsk yoga och chi gong. Det sistnämnda kommer att starta och du kan läsa mer i denna tidning. Någon ville ha Digitala bryggan två gånger varje vecka men då kan jag rekommendera ett besök på biblioteket på onsdagar. Där finns även digital hjälp att få. Någon önskade PRO-verksamhet i Trollbäcken och det enda vi har är Snickarglädjen. Det är en viktig synpunkt som jag tar med mig.

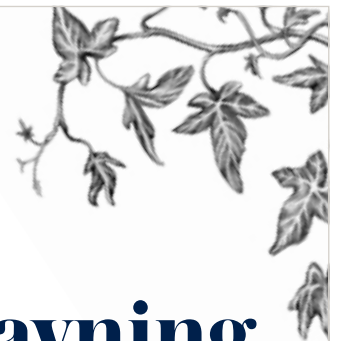
En del av pengarna har använts till att erbjuda sopplunch i Restaurang Utsikten på Bollmora allé nummer 7. Restaurangen har plats för drygt 40 personer och de som bjudits in är personer där vi saknade e-postadress. De personer vi trodde mer ensamma än andra. Då det blivit platser över har vi bjudit in alla via Facebook eller muntligt i möten. Dessa soppluncher har vi ordnat i samarbete med Tyresö kommun, som står för hyra, och Tyresö Väntjänst som bidrar med frivilliga samt gott kaffebröd. Vi hoppas kunna fortsätta med dessa omtyckta soppluncher och har ansökt om ytterligare pengar från Socialstyrelsen för år 2024. Håll tummarna för att vi får dessa slantar!



Anita Hildén
Ordförande

FONUS

ETT PERSONLIGT
AVSKED



Personlig begravning

Varje människa är unik. Det kan en begravning också vara. Ofta handlar det om små men viktiga detaljer för att skapa en både vacker och personlig ceremoni.

Som medlem i PRO får du 500 kr rabatt när du anlitar oss i ett begravningsärende och rabatt hos Familjens Jurist när du önskar juridisk hjälp.

Välkommen till Fonus i Tyresö!

Fonus | Myggdalsplan 5, Tyresö | 08-709 85 45 | Jour dygnet runt | fonus.se
Familjens Jurist | Rökerigatan 19, Johanneshov | 0771-77 10 70 | familjensjurist.se

Kalendarium januari–april

JANUARI

11. PUB-eftermiddag 15.00–17.30, Caf et Hus C, Musikkryss med trubadur Bengt Wilhelmsson som framför sånger och schlagers samtidigt som vi l ser korsord. Allt varvat med lite allsång.

31. Månadsmöte 11.30–14.00, Nyforssalen hus B. En jazzversion av operan ”Porgy and Bess”, George Gershwins älskade opera  r en av 1900-talets stora musikskatter. Med en gripande handling och örhängen som ”Summertime”, ”I loves you Porgy”, ”It ain’t necessarily so” och många andra har den tolkats i många olika sammanhang.

Nu sätter vi upp en förkortad konsertversion av detta verk i en minimal sättning – en jazztrio bestående av trumpet, gitarr och kontrabas. Den dramatiska handlingen berättas i korthet mellan varje musikstycke och dessutom kan publiken följa med i ett litet häfte.



Mats Dimming, kontrabas, Erik Palmberg, trumpet och flygelhorn, Fredrik Olsson, gitarr och berättande.

FEBRUARI

15. Pubeftermiddag 15.00–17.30, Caf et Hus C, Trubadur Lasse H ggis underhåller.

16. Resa till Restaurangskolan och Vikingamus et.

28. Månadsmöte 11.30–14.00, Nyforssalen hus B. Vi g stas av magikern Seth Engström, en av Sveriges mest bokade artister som har trollat professionellt på heltid i över 18  r. Han är internationellt ett av de mest respekterade namnen i branschen med sin häpnadsväckande arsenal av korttricks. Han har f rbluffat miljontals människor världen över.

MARS,

14. Pubeftermiddag 15.00–17.30, Caf et Hus C. Bernt Lind tolkar Allan Edwall. Du utmanas i ett musikquiz.

17. Jazzkryssning med Tyresö Hafsband.

21. Resa till Barkarby.

27.  rsm te och Månadsmöte 11.30–14.00, Nyforssalen hus B. Dagordning och samtliga handlingar kommer att finnas på vår hemsida pro.se/tyreso

Vi g stas av Pianisten och Countrys ngerskan Jessica Falk som i flera år har varit ansvarig för artistbokning i Tyresö och leder en gospelk r i Bollmoradalens kyrka. Nu har hon varit i Nashville och skapat ny musik och  r aktuell med EP:n ”Survivors” och säger så här om EP:n: Jag hoppas med min nya musik, kunna inspirera andra att ta vara på livet, njuta så mycket som möjligt, v ga testa sina inre drömmar och inte ångra någonting.



Jessica Falk.

APRIL

11. Pubeftermiddag 15.00–17.30, Caf et Hus C. Sture Karlsson spelar skivor och k serar om vårt 50-tal.

18. Resa till Eskilstuna

24. Månadsmöte 11.30–14.00, Nyforssalen hus B. Trollbäckens oratoriek r sjunger in våren.



Trollbäckens oratoriek r.

Digitala Bryggan

Vi fortsätter med Digitala bryggan varje fredag mellan klockan 10.00–12.00. Vi träffas i Nyforssalen Du är varmt välkommen till en fikastund när vi berättar och visar mer om möjligheter med en smart telefon. Du kan vara helt nybörjare eller mer van användare. Tag med dig din telefon, det spelar ingen roll vilket fabrikat det är. Du kanske använder en l splatta, en padda. Den kan du också ta med och få hjälp med. Vi brukar ta upp gemensamt inneh ll, visa den på storbild och förklara nyttan med just det innehållet. Det kan vara att resa med SL och deras appar. Vi g r detta i samarbete med Tyresö kommuns digitala fixare Gustaf, SPF och SeniorNet och vi är flera som svarar på dina egna frågor.



Frågesport i vår

Fr gesporten kommer i  r att starta senare på dagen. Då kan även morgontrötta personer komma och visa sina inneboende kunskaper.

Vi m ts klockan 13.00–15.00, i F reningsg rdens café, hus C, fredagarna 6 februari och 12 april.

Vi tävlar i tremannalag i en lekfull kamp. 10 frågor med 3 delfrågor.

Env ldig domare avg r svarens riktighet. Fika i halvtid med Elsie's hembakta kanelbullar f r 20 kr.

Kontaktperson: Peter Inghe, tel 073-043 64 23

Whiskykunskap och whiskyprovning

Fredagen den 23 februari i Caf et, hus C klockan 14.00–16.00. Du f r berika dina kunskaper om whisky, tillverkning, sorter och smaker tillsammans med Lars-Göran Asplund som  r vår whiskyk nnare. Han guidar dig när du testar sex olika sorters whisky. Kanske du kommer att hitta din favorit.

Kostnad: 220 kr sätts in på Plusgiro: 26 91 01-2 eller Swish: 123 075 32 44.

Anmäl dig till Lars-Göran Asplund, helst via sms till 070-6726412 eller mejl holken.asplund@telia.com

Tyresö rena paradiset för Laila

I detta nummer får vi möta Laila Törmä Vestmans resa från ett litet torp i Sundsvall till Tyresö, Arboga och åter till sitt kära Tyresö.

Ingen ström, inget vatten eller avlopp. Huset där min familj bodde när jag föddes i maj 1937 var ett torpställe. Bostaden bestod av 1 stort kök och ett ouppvärmrt rum. Far och mor låg i en utdragssoffa i köket och jag och lillasyster låg i en säng i samma rum, berättar Laila om sin och familjens första år i Ljustorp utanför Sundsvall. Familjen levde under små förhållanden utan att vara fattiga. Barnaåren är inget Laila beklagar.

Mat fanns i huset tack vare att man kunde hålla sig med en ko, en get, höns. Dessutom fanns en katt i huset som dock inte bidrog till hushållet.

– Det var så och så med de sanitära förhållandena. Jag minns särskilt hur mor bar in en stor balja till köket till storheligerna. Den fyllde vi med varmt vatten och vi barn fick bada. Det hände inte så ofta. Kanske det var därför som jag minns det, säger Laila.

1930-talet väldigt avlägset

Laila berättar om en tid som känns väldigt avlägsen. Vilken resa, tänker jag där jag sitter i Lailas och Lennarts trevliga vardagsrum i Bollmora. Det har gått 80 år sen resan började i slutet av 1930-talet. Från torpstället i den norrländska skogsbygden. I Ljustorp i Timrå kommun, norr om Sundsvall för att vara mer exakt. De flesta invånarna var skogsarbetare, hästkörare, småbrukare med en mark som inrymde ett boningshus, ett uthus för djuren, förvaring av hö till kon och geten. Så var förhållandena.

Sundsvallstrakten var ju känd för sina stora sågverk som började etablera sig i slutet av 1800-talet. Folk flyttade till de stora sågverken och massafabrikerna vid kusten. Samt till städerna och bruksorterna söderut. Där väntade ett bättre liv. Men längre in i landet fanns småbruk och torpare kvar. De blev allt färre – och bortglömda.

I Lailas hem fick man ström först 1946. Samma år föddes en lillasyster.

– Vi blev kvar i Ljustorp till 1950, berättar Laila. Familjen utökades med ytterligare en syster. Far hade fått nog av



Laila på skogs promenad bland fäbodarna i Dalarna.

Och med två barnbarn.



slitet i skogen. Våra föräldrar hade släktingar i Stockholm och de hjälpte till med att skaffa jobb. Det råkade bli i Tyresö, där far fick jobb vid Tyresö slott som trädgårdsmästare. Vi bodde i ett av de bruna husen nedanför slottet. Det står fortfarande kvar. 1951 kom en fjärde syster till världen och vi var då fyra systrar.

Med skidor till skolan

I och med flytten blev det en väldig förändring i familjens levnadsförhållanden.

– I Ljustorp hade jag fyra kilometer vandring morgon och kväll till och från skolan, minns Laila. Där åkte jag skidor till skolan på vintern.

Inga skolskjutsar fanns i Ljustorp. Skolmåltider saknades. I Tyresö blev det en kort promenad till Bygdegården som då inrymde skolan. Kyrkskolan hette den på den tiden.

– I Tyresö fick jag lära mej simma. Det kom inte på fråga i Ljustorp med det kalla vattnet i ån. Vi fick plocka frukt i slottsparken. Det var rena paradiset. Tyresö var bättre på många sätt.

Vid Tyresö slott var det visningar på helgerna under sommaren. Laila fick ganska snart ”jobb” vid slottet. Såldes inträdesbiljetter. De kostade 1.50 för vuxna och 50 öre för barn.

Efter avslutade sju år i skolan 1951 var det dags att skaffa jobb.

– Min far hjälpte mej. Så vi åkte in till ASEA på Söder för att se om de kunde anställa mej. Jag fick jobb direkt som kontorselev. I två år jobbade jag där till en månadslön på 175 kronor. Sedan ökade lönen efterhand, säger Laila.

Hon har full koll över hur och när lönerna sakta ökade.

Kontorsbranschen – Lailas yrkesliv

Laila blev kontorsbranschen trogen resten av sitt yrkesaktiva liv. Hon tillhörde vad man kan kalla ”hålkortsgeneratio-

Törmä Vestman



Huset i Ljustorp. Lailas första hem.



Stansning av hålkort på Posten i Stockholm.



Far, mor, Laila
och gammelfarfar.

” Jag gifte mej 1961
i Tyresö kyrka och blev
utan att jag visste om
det den sista bruden
som bar Tyresös egen
brudkrona.



Dramatiska teaterns
lotteri. Det blev ingen
storvinst för Laila.

nen” – föregångaren till dataåldern. Hålkort skulle stansas för att sedan tas omhand av en dator, inte att jämföra med dagens. Det blev sedan flera år som kontorist på bland annat DN, KF och Postgirot.

– Jag bodde kvar hos föräldrarna vid Tyresö slott och åkte in till stan varje dag på en långsam och krokig väg tills bussen till slut stannade vid Skanstull. Jag gifte mej 1961 i Tyresö kyrka och blev utan att jag visste om det den sista bruden som bar Tyresös egen brudkrona. Min dåvarande make, Tage, kom från Haparanda, och i hans familj talade man tornedalska (meänkieli), ett lokalt språk som talades i Tornedalen. Vi tillbringade många semester där uppe, men jag lärde mej aldrig språket.

Tuffa år med jobb och små barn

Under åren 1965, 1967 och 1971 kom tre barn – två pojkar och en flicka. Den växande familjen lyckades skaffa en trerumslägenhet i ”nybyggarlandet” Bollmora i

Tyresö. Huset, som låg intill nuvarande centrum var det första flerfamiljshuset i Bollmora. Huset är kvar och ligger nu mitt i centrum. En son bor i Tyresö, den andra i Åseda. Dottern bor på Söder.

– Mina föräldrar bodde kvar ute vid slottet och ställde utan att knota upp som barnvakter när så behövdes. Jag skilde mej från Tage år 1982.

Det blev några jobbiga år för Laila när barnen var små. Tre kvällar i veckan jobbade hon på Konsum. Det blev sammanlagt tio år. Därefter jobbade hon hos LM Ericsson i Bollmora. Och på slutet blev det Nacka Strand dit Ericsson flyttade. 1998 blev Laila pensionär.

– Efter många år träffade jag Lennart Fogelberg, en skåning från Österlen, men boende i Arboga. Han jobbade inom flygindustrin. Vi träffades på en Ålandskryssning med Birka Princess, ett av de populära kryssningsfartygen på Östersjön. Så kan det gå.

Förhållandet höll i sig. Laila flyttade till Arboga, men efter tre år ville hon tillbaka

till Tyresö så paret flyttade åter till kommunen 2004.

De gick förstås med i PRO. En av de intressanta saker som PRO Tyresö hade på sitt program var så kallade landskapscirklar. Man läser och lär om ett landskap och gör en avslutande resa till det land eller landskap som de studerat.

– Den första som vi ledde var en cirkel om Skottland och sedan Italien, minns Laila. De var föregångare till landskapscirklarna. Sen gick vi över till studier om och resor till svenska landskap. Lennart och jag har varit ledare för studiecirklar kring ett 15-tal landskap. Lappland var det mest intressanta säger båda två.

En ny cirkel är på gång. Nu blir det ett landskap som ligger närmare till, nämligen Västmanland. Men fortfarande saknas några landskap. De blir säkert hemsökta av Laila och Lennart och deras cirkeldeltagare. Resandet genom åren och geografien tar liksom aldrig slut. Det låter lärorikt och spännande.

Bo Toresson

Promenaden är:

- En motionsform som inte kräver någon gymnastiksal.
- Ett recept utan medicin.
- Ett bantningsmedel utan diet.
- Ett lugnande medel utan droger.
- Ett skönhetsmedel som inte finns i någon affär.
- En terapi utan psykoanalytiker.
- En ungdomskälla som inte är en myt.
- En semester som inte kostar ett öre.

Eivor Einarsdotter



Promenad kring Rudasjön.

FOTO: GUN SALANDER.

Våra promenader våren 2024

Vi som vandrar är ett trevligt gäng som ställer upp oavsett vad vädrets makter ställer till med. Vi går cirka 6 – 7 kilometer och avslutar någonstans där vi kan köpa mat eller fika.
Gamla och nya traskare hälsas väl-

komna att hänga med. Mötestid klockan 10.30 vid Pressbyrån i Tyresö centrum.

Väl mött!

Eivor Einarsdotter
08 7700252

Promenad 1

21 februari. Gudö–Kumla Herrgård (buss 840 kl 10.35).

Promenad 2

6 mars. Stadshuset–Karlbergskanalen.

Promenad 3

20 mars. Djurgården (buss 840 kl 10.23).

Promenad 4

10 april. Strandkyrkogården (buss 816 kl 10.30).

Promenad 5

17 april. Tyresö Centrum–Älta Centrum.

Promenad 6

8 maj. Dalens sjukhus–Hammarby Sjöstad (buss 816 kl 10.30).

Promenad 7

15 maj. Nyfors–Albybron (buss 873 kl 10.33).

Eventuellt egen matsäck

Vårens aktiviteter

Boule

På måndagar och onsdagar kl 10–12 spelar vi i Amaryllis-parken så länge vädret tillåter. Vintersäsongen startar den 22/2 inomhus i Huddinge. Nya deltagare är välkomna.

Har du frågor: Pentti Tranberg, tel. 070-496 44 74 och Björn Tufvasson, tel. 070-496 20 50.

Bowling

Plats: Vi spelar i Tyresöhallen på Pluggvägen.

Tid: Måndagar och torsdagar kl.10.

Nya spelare är välkomna. Ring om vilken tid som är lämpligast. Vi hjälper dig med instruktion. Vi tävlar också mot andra lag i en pensionärsserie för herr- och damlag.

Har du frågor ring Leffe Ljungqvist tel. 076-028 80 04.

Avgift: Grundavgift 200 kr/år + banhyra.

Gåfotboll

som vi har i samarbete med Tyresö FF på Bollmoravallen. Aktiviteten är i gång på tisdagar och som avslutning serveras fika. Kontakta TFF Simon, 073-467 37 34 för info/anmälan.

Samba-canasta

TISDAGSGRUPPEN

Föreningsgården Kvarnhjulet, kl. 13.00–16.00, start 9/1.

Kontaktperson: Monica Ekestam, tel 070-714 68 04.

ONSDAGSGRUPPEN

Föreningsgården Kvarnhjulet, kl. 10.00–13.00, start 10/1.

Kontaktperson: Anita Buske tel: 070-546 61 24.

TORSDAGSGRUPPEN

Föreningsgården Kvarnhjulet, kl. 13.00–16.00, start 18/1.

Kontaktperson: Berit Holm tel. 072-330 87 57.

Snickarglädjen

Du som gillar att snickra, hör av dig till oss. Du bestämmer själv vad du vill göra. Vi reparerar även stolar, bord m.m.

Det finns plats för fler.

Kerstin Stål, tel. 070-349 65 24 (grupp 1).

Bengt Israelsson, tel. 070-239 33 86 (grupp 2).

Bo Magnusson, tel. 072-2282950 (grupp 3).

Lokal: Alléplan 6, 1tr ned.

Tid: Måndagar och onsdagar kl. 9.00–12.30.

Tisdagar och torsdagar kl. 9.00–16.00.

Avgift: 1200 kr/termin.



Teatergrupp

som vi har i samarbete med SPF.

Kontaktperson: Anita Buske

tel: 070-546 61 24.



Studiecirklar våren 2024

Välkomna till vårens studiecirklar. Många cirklar är pågående sedan hösten 2023, men det finns plats i flera av dem.

En nyhet i vår är att vi startar Qigong, en välgörande aktivitet som passar alla kroppar. Det blir även en nystart för cirkeln om Söder i Stockholm. Ny dag som kan passa er bättre.

Anmälan görs till respektive cirkelledare och kostnaden är 15 kr per studietillfälle, materialkostnad tillkommer.

Vi får många förslag på nya cirklar som ofta inte går att genomföra, Anledningen är brist på nya cirkelledare. Fundera på om du skulle vilja bli cirkelledare eller biträdande cirkelledare. Ansvaret kan då delas på två och du blir inte så uppbunden.

En cirkel kan pågå tre gånger eller fler. Cirkelledaren är ingen expert utan den person som åtagit sig att hålla samman cirkeln och att ansvara för ett antal praktiska frågor.

Vi hoppas på en fin vår med många cirkeldeltagare.

Lennart Fogelberg
Studieorganisatör

AKVARELLMÅLNING

Anita Hildén tel 070-776 76 80, anita.hilden@outlook.com
Onsdagar kl 13.00-16.00 med start 17 januari.
Lokal Uddbyfallen.

QIGONG – EN NY CIRKEL

Rose-Marie Lyberg som är utbildad idrottslärare.
Du kan anmäla dig till Björn Persson pbjorn45@gmail.com eller tel 073-247 29 35.
Start torsdagen 11 januari kl 11.00. Deltagaravgift: 600 kr per termin för 15 tillfällen.
Lokal Follbrinken.
Det behövs ingen speciell utrustning. Barfota eller en sko med tunn sula. Det finns möjlighet att deltaga sittande om någon behöver det.

DISKUSSIONSCIRKELN

ALLT MELLAN HIMMEL OCH JORD
Olle Holmström tel 070-229 08 90, o.holmstrom@telia.com
Torsdagar kl 13.00–15.15 varannan vecka med start 11 januari.
Lokal Uddbyfallen.

FINLAND

Ingrid Nord tel 070-338 49 85, ingrid.nord@live.se
Tisdagar 9.30–12.00 varannan vecka med start 6 februari.
Lokal Uddbyfallen.

KONSTCIRKEL

Bo Carlberg tel 073-646 16 74, bossebuss67@gmail.com
Måndagar 13.00–15.30 varannan vecka med start 22 januari.
Lokal Björkbacken 37.

LANDSKAPSCIRKEL 1

NÄRKE OCH VÄSTMANLAND
Lennart Fogelberg tel 070-637 42 15,
fogelberglennart455@gmail.com
Måndagar 13.00–15.30 varannan vecka med start 29 januari.
Lokal Uddbyfallen.

LANDSKAPSCIRKEL 2

NÄRKE OCH VÄSTMANLAND
Lennart Fogelberg tel 070-637 42 15,
fogelberglennart455@gmail.com
Måndagar 13.00–15.30 varannan vecka med start 5 februari.
Lokal Uddbyfallen.

LEK MED LAPPAR, GARN OCH BAND.

Berit Holm tel 072-330 87 57, holmberit38@gmail.com
Måndagar 09.30-12.00, med start 22 januari. Sikvägen 14.

LUFFARSLÖJD

Lennart Fogelberg tel 070-637 42 15,
fogelberglennart455@gmail.com
Tisdagar 13.00–15.30 med start 6 februari. Sikvägen 14.

PRATCAFÉ/HANDARBETSCAFÉ

Åsa Nyman tel 076-627 93 86, nysveden@gmail.com
Maria Björklund tel 070-288 97 08.
Torsdagar 10.00–12.00 med start 18 januari Ingen deltagaravgift. Kaffe och kaka kostar 20 kr.
Ingen föranmälan.
Välkomna till Sikvägen 14.

SPORTSNACK

Christer Wikman 073-0754566, christer@telia.com
Fredagar 10.00–12.00 med start 19 januari.
Lokal Björkbacken 37.

SVENSKA KUNGAR OCH REGENTER

Bo Carlberg tel 073-646 16 74, bossebuss67@gmail.com
Måndagar 13.00–15.30, varannan vecka med start 15 januari.
Lokal Björkbacken 37.

SÖDERMALMSCIRKEL

Fem gånger träffas vi inne och två gånger åker vi in till Söder.
Arne Kjäll tel 08-712 17 79, arne.kjell@bredband.net
Torsdagar 10.00–12.15 varannan vecka med start 1 februari.
Lokal Björkbacken 37.

Vi söker personer som vill vara cirkelledare!

Lennart Fogelberg, Studieorganisatör

Kulturevenemang och studiecirklar sker i samarbete med ABF.

**En motionsanläggning
för alla åldrar
Välkommen på ett besök!**



Vindkraftsvägen 6 • Tel: 712 18 00

Fredag 16 februari Flitiga Lisa och Vikingamuseet

Vi gör en resa i närområdet. Vi startar med lunch på Flitiga Lisa, restaurangskolan som ligger vid Globen. Där äter vi en tre-rätters lunch. Därefter tar bussen oss till Vikingamuseet på Djurgården. Där kan vi gå en guidad tur, åka in i vikingatiden och även gå runt på egen hand.

I priset ingår bussresa, tre-rätters lunch utom dricka och kaffe som var och en får betala själv, entré, allmän guidning och resan in i vikingatiden.

Avresa 10.45 från Regnbågsgatan 8, från Trollbäcken 10.55. Vi räknar med att vara hemma runt 16.00

Kostnad 520 kronor.

Anmälan till Inger Karlsson senast 30



januari. Helst på e-post inger@kretavandring.se eller sms 073-513 51 02.

Glöm inte att berätta om du har någon matallergi och om du vill stiga på bussen i Trollbäcken.

Betalning senast den 30 januari till PRO Tyresö, plusgirot 269101-2 eller Swish 123 075 32 44. Märk betalningen med "VIK" och ditt namn. Om du betalar för flera personer så måste SAMTLIGA namn stå på betalningen.

Torsdag 18 april Resa till Eskilstuna

Av olika anledningar så har vi inte programmet för resan helt klart i dagsläget men vårt mål är att besöka Munktelemuseet, Stadsmuseet och Re Tuna. Re Tuna är världens första Återbruksgalleria, så där kommer vi att kunna shoppa loss. Även Rademachersmedjorna finns med i tankarna och naturligtvis en lunch.

Verkar det spännande går det bra att göra en intresseanmälan till mig redan nu på mobil 070-626 59 61 (helst sms) eller på e-post till bert.ekergarn@gmail.com Om du undrar över något så hör du bara av dig.

När vi vet mer så kommer information angående resan att förmedlas på PRO:s hemsida, vår Facebook-sida och på våra möten.

Bert Ekergarn

Reseberättelser

Julbordsresan till Eskilstuna blev en fullträff

Att se alla adventsstakar och julstjärnor och ibland även en och annan julgran plockas fram och lysa upp alla fönster och offentliga platser väcker vår förväntan och glädje mitt i vintermörkret. I år är vi glädjande nog omgivna av pudersnö på träden och vita drivor på marken. Allt har blivit så ljusst och vackert och just då är det dags för PRO:s årliga julbordsresa som i år gick till Eskilstuna.

Under resan fick vi gnugga våra geniknolar med "kvisstiga" frågor om julens traditioner och höjdpunkter och de som lyckats bäst belönades med en stor applåd av oss andra och kanske någon liten vinst också, men det uppfattade inte jag som satt långt bak i bussen.

Väl framme i Eskilstuna och Munktelemuseet möttes vi av en fantastisk julmarknad fylld av goda bakverk och framför allt många exempel på vilken kreativ och skicklig hantverksstad Eskilstuna är. Där fanns mängder av alster som sockor, vantar och mössor, fårskinnsfällar, bordstalletter, bricker, brickbord och kuddöverdrag av fotokonst gjorda av en ung iderik konstnär. Vi såg broderade julkort och små konstverk i avancerad klippkonst, mängder av exempel på vilka duktiga smeder det finns i form av fint järnsmide, vackra julekransar och några unga pojkar som sålde små påsar av päronchips. Kanske unga blivande företagare.



Trötta och hungriga återvände vi så till vår varma sköna buss som skulle ta oss till Pihlkrog, som visade sig vara ett gammalt timmerhus från 1600-talet. Vi välkomnades av glögg (alkoholfri) i ett rum med vackra gamla takmålningar och balkar i taket. Dörrarna hade alla handsmidda gångjärn och lås. Så vackert!

Väl inne i matsalen möttes vi av ett dignande julbord, en fröjd för oss hungriga och förväntansfulla "panchisar". Där var flera sorters sillinläggningar, och olika typer av lax och stekt strömming, som ju blir mer och mer sällsynt. Där fanns naturligtvis skinka, syltor, korvar, Janssons frestelse och även lutfisk för de som älskar och orkade. Jag blev dessutom bjuden på en härligt isad GammelNorrlands till sillen och den gjorde minsann inte ont heller! Som avrundning bjöds vi på ett sortiment av ostar och en himmelsk färskost blandad med hjortron. En mycket fin smaksensation! Avslutningsvis kaffe med en hel del sötsaker som vit och mörk chokladmousse och Ris à la Malta med grädde. Verkligen ett riktigt gammaldags julbord med andra ord!

Mätta och belåtna drog vi oss ut till vår varma sköna buss för att mycket nöjda och belåtna låta oss transporteras hem till vårt Tyresö igen. En mycket trevlig utflykt. Tack alla som medverkat till denna härliga upplevelse! **Maud Nilsson**



Norra Djurgårdsstaden

Den 6 oktober var vi ett stort gäng som steg på bussen i Tyresö. Målet var norra Djurgårdsstaden. Vi åkte via Götgatan, Västerbron och norra Stationsområdet. Vår guide, Charlotte Andersson berättade om nybyggnationer och kommande planer. Tanken är att Stockholm och Solna byggs ihop genom ett stort grönområde som sträcker sig ända ner till Brunnsviken. Norra Djurgårdsstaden är ett spännande bostadsområde. Olika byggherrar har byggt så det fanns många modeller av hus. Stockholmshem har byggt bostadshus där man producerar mer el än man förbrukar. Bussfika intogs utomhus med kaffe och goda smörgåsar. Sen kom regnet.

Området med gasklockorna, som tidigare var ett stort industriområde, görs nu om till ett område för boende och nöjen. Gasklockorna ritades av arkitekt Ferdinand Boberg 1899 och en av dem görs nu om till ett nöjestempel. På den tiden satsade man på att även industribyggnader skulle vara vackra. Se bilden på gasklockan ovan. Att gas gjordes av kol var en nyhet för mig. **Inger Karlsson**

Torsdag 21 mars Resa Barkarby

Vi gör återigen en guidning i Stockholms omgivning. Målet denna gång är den nya stadsdelen i Barkarby. Vi har samma guide som förra gången.

Notera datumet. Mer information kommer på hemsidan och på månadsmöten eller via sms till Inger Karlsson telefon 073-513 51 02.

7/10 till 14/10 Gardasjön

Årets långresa kommer att gå till natursköna Gardasjön i norra Italien. Vi kommer att bo på samma hotell under hela vistelsen och därifrån göra utflykter till Venedig och andra intressanta platser.

Kontakta mig eller Birgitta Klement för att få mer information om resans utflykter, hotellet, flyget m.m.
Bert Ekergarn, 070 626 59 61, bert.ekergarn@gmail.com
Birgitta Klement, 070 664 73 77, bokklement@gmail.com

OBS! Viktigt vid bokning

Om du betalar för flera personer så måste **samtliga** namn stå på inbetalningen. Detta underlättar mycket för vår kassör.

Uppgifter till PRO Tyresö:

Plusgiro: 26 91 01-2

Swish: 123 075 32 44

Bussen avgår alltid från Regnbågsgatan 8, om inget annat anges, och 10 minuter senare från Alléplan.

Resan till Apotea och Mel's garage

Jag såg ett reportage på Youtube från Apoteas enorma logistikcenter i Morgongåva och blev väldigt fascinerad av alla robotar och löpande band som de har där. Då man är ett stort fan av "Tomtens verkstad" så kom idén upp om att försöka få komma dit på ett besök med PRO. I slutet av mars började jobbet och efter lite turer fram och tillbaka fick jag kontakt med Elin och det blev en fullträff vill jag lova. Vi var sååå välkomna. Efter många mail och telefonsamtal kom vi fram till att den 9:e november skulle fungera för ett besök. Även denna resa blev fullteknad ganska fort, våra pensionärer är äventyrslystna vill jag lova.

Klockan 08:00 kör vår chaufför Aron iväg från Regnbågsgatan med en fullastad buss och plötsligt, efter en lugn och mjuk resa så står vi där utanför Apoteas dörr. Vi blev hälsade välkomna av Elin som under en kopp fika berättade lite om hur hon hade tänkt att besöket skulle gå till.

Först lunch i deras personalmatsal (60 riksdaler för en god och väl tilltagen lunch, rätt ok vill jag lova). Sedan blev det lite information om Apotea och deras verksamhet innan vi blev indelade i 4 grupper och guiderna Rebecca, Emil, Korwan och Kristian tog hand om oss. På med de gula västarna och så ner på det gigantiska golvet, med det i mina ögon

organiserade kaoset. Där lotsade Rebecca vår grupp mellan robotar och löpande band på ett väldigt professionellt sätt och visade oss hur processen går till från order till färdigt paket. Du beställer varor på eftermiddagen och får dem i lådan morgonen efter och undrar hur är det möjligt, nu vet iallafall 48 PROare hur det går till.

Det blev ett väldigt spännande och intressant besök där uppe i Morgongåva och innan tack och hej så fick alla med sig ett paket hem. Ska bli spännande på julafton och se vad det är i det.

Efter Apotea-besöket körde Aron oss till "Sveriges närmaste stad" och Mel's garage. Hos Mel's kan du äta fantastisk god glass, fika med diverse godsaker men framför allt beskåda skinnande, blanka äldre amerikanska bilar och där alla är till salu. En lite uppfräschad Ford 33:a för 1.850.000 kronor kan man få, så man får väl hoppas på lite pensionshöjning efter nyår.

Hemresan gick bra och trots att mörkret smög sig på oss var stämningen i bussen på topp. Härligt gäng som var med. Segrare i bussquizet blev Britt-Marie Sjöqvist och Anna-Karin Jonsson med bred marginal, grattis till er.

Tusen tack till er alla som var med och bidrog till att det blev en kanondag.

Vid pennan

Bert Ekergarn

Lite siffror från Apotea: Logistikcentrum 38.000 kvm (lika stort som Gröna Lund) ca. 850 anställda varav ca. 100 st. är farmaceuter, 46.000 st. artiklar i lager, skickar ut ca. 50.000 paket per dygn (27 köp görs per minut dygnet runt).

Måndag 19 februari och 11 mars Vinprovningar

Ytterligare två tillfällen till vinkunskap och vinprovning med Håkan Bystedt i Vinkällaren på Järntorget 85 i Gamla Stan mellan kl 14.00–17.00. Sydeuropeiska viner kommer att stå i centrum och en buffé serveras.

Kostnad: 350 kronor betalas på plats kontant eller via Swish.

Anmälan senast 6 februari till Christina Tallberg christinatallberg@outlook.com eller per telefon 070-393 03 83.

OBS Aktiviteten äger rum i en vinkällare från 1400-talet, som direkt vid entrédörren har en brant lång och smal trappa ner, räckle finns. Välkomna!



Håkan Bystedt bjöd på kunskap och goda viner.

Vinprovning i Gamla stan

I en vinkällare från 1400-talet, belägen på Järntorget i Gamla stan, deltog tolv PRO-medlemmar i en mycket givande träff den 6 november. Vår värd var Håkan Bystedt, en av delägarna till vinkällaren. Håkan bjöd på sina kunskaper och många goda läckerheter, flera viner avsmakades också. Träffen var så trevlig så vi var där längre än planerat. Vi hoppas kunna göra om detta besök under våren. Se notis här ovan.

Christina Tallberg



Avresa från Regnbågsgatan en mycket, mycket tidig morgon.



Efter 25 hårnålskurvor njuter Britt-Marie och Inger av utsikten över Budva.



Den nya bron förbinder Kroatien förbi Bosniens behövs således längre.

Montenegroresan i september – Bert's

Antligen avresedag för årets långresa som skulle gå till Montenegro, Albanien och Kroatien. Då bussen skulle hämta oss kl. 03:15 här i Tyresö så blev det lite ändringar i rutinerna, frukost kl. 23:45, sportnytt kl. 01:00 och dusch kl. 01:45.

Samling kl. 02:45 vid Vårdcentralen och ingen hade försovit sig. Imponerande. Vaken i 21 timmar. Väl framme i Arlanda började första dagens motgångar. Ingen assistans till de som hade beställt, långt att gå till incheckningen, långt till säkerhetskontrollen och ändå längre till gaten. Vaken i 24 timmar.

Landade i Dubrovnik i rätt tid och vår guide Anette, som visade sig vara en riktig pärla, hälsade oss varmt välkomna, +25 grader. Alla fick sina väskor, så ut till bussen och lastning för vidare färd till Herceg Novi i Montenegro. Vid tullstationen samlades alla pass in och försvann ett tag. En av deltagarna glömde ta ur sin 50 eurosedel som låg i hennes pass, den såg vi aldrig mer. En annan iakttagelse var att chauffören gick in till tullarna med ett antal flaskor och burkar, så går det fortfarande till i vissa länder som vill komma med i EU. Efter lite diverse problem hittade vi så småningom fram till hotellet. Vaken i 30 timmar.

Efter incheckningen skulle vi samlas för en liten promenad till den förbokade gemensamma lunchen. Cirka 1 000 meter låter inte mycket men med trötta och värkande kroppar kändes det som ett maratonlopp, men lite föda och några väl kyllda öl kan göra underverk så returpromenaden gick lite lättare. Hotellet Hunguest Sun Resort var ett litet trevligt ställe men för mycket trappor och nivåskillnader för

vår smak. Trevlig gemensam middag på hotellet och vid 22-tiden föll ögonlocken tungt ner. Då hade jag och min bo-iblandbo varit vakna i 40 timmar, nytt personligt rekord vid 72 års ålder, inte dåligt.

Dag 2

Dagens utflykt skulle vara en båttur i vackra Kotorbukten men vi var några som hade lite för värkande kroppar för ett sådant äventyr så vi stannade kvar på landbacken i stället och tog det lite lugnt. Vi bestämde oss därför att åka in till Gamla Stan och turista lite. Två taxibilar, samma bolag, samma sträcka, körde efter varandra. Taxi 1 kostade 2,5 euro och taxi 2 kostade 5 euro, märkligt. Det blev en lugn och skön dag där i Gamla Stan med lite shopping, fika och lunch. Nu var vi på G igen.

Gemensam utomhusmiddag vid hotellet med ett häftigt åskväder vid horisonten som tyvärr kom lite för nära till slut. Det smällde till bakom mig så tallrik och bestick gjorde en piruett och det sved till i lillfingret. Nära där, men nu var man iallafall riktigt uppladdad och ännu mer på G.

Dag 3

Vi lämnade Herceg Novi för färd till Budva. Vi stannade till vid Stari Grand (Gamla Stan) för fria aktiviteter, vilket verkade innebära lunch för de flesta. Spännande med handskrivna kvitton med diverse tillägg som ingen förstod vad det betydde men maten var god och väl tilltagen. Trevlig del av Budva med sina smala gränder och när alla hade hittat ut igen kunde vi fara vidare till Hotell Mediteran, beläget i Becici vid havet strax öster om Budva. Här skulle vi stanna i tre nätter.

Dag 4

Vi fick en busstur upp till den gamla huvudstaden Cetinje. Det var en resa med smala, slingrande serpentinvägar och 25 tvära hårnålskurvor. Tyvärr hade de glömt en viktig sak när de byggde vägen en gång i tiden. SKYDDSRÄCKEN. Bussen tog upp hela vägen och lite till så man satt ju och funderade på hur det skulle gå om vi fick något möte. Under denna bergstur hördes många ”oj, oj, oj, oj, oj, aj, aj, suck, suck, suck, ånej, ånej, ånej” men också ”Herre gud vad vackert”. Det var verkligen en spännande och oerhört vacker tur. Tack för den.

I den lilla byn Njegusi som är känd för sin skinka och sin ost fick vi på ett lite ställe provsmaka deras delikatesser. Besöket i deras rökeri med alla skinkor som hängde där var en häftig upplevelse och vilken doft, mums. Lunchen intogs även den på detta ställe och med några glas vin eller öl innanför västarna så hördes inte så många oj, oj, oj, på hemfärden.

Dag 5

Vi skulle besöka staden Shkoder i norra Albanien. Men först ska man ju passera tullen och naturligtvis samma procedur även här. Alla pass till tullkuren (men ingen eurosedel denna gång), flaskor och burkar till tullarna och sedan är det bra att ha gott om tid också, för det går inte fort precis. Tulltjänstemännen verkar vara väldigt törstiga i den här delen av världen.

Strax efter gränsen fanns en liten shop där man fick provsmaka och handla diverse drycker från regionen och det tackar ju inte en glad pensionär nej till. Vid detta stopp kunde man också beskåda en av de över 700 000 bunkrar som Alba-



landtungor ut i havet. Inga gränskontroller



Promenad i den vackra världsarvstaden Dubrovniks äldre delar.



Nybörjarna Ingemar och Bert smakar aningen tveksamt på ostron.

dagbok

niens f.d. big boss, Enver Hoxhas lät bygga 1960–1980. Dessa skulle skydda landet från fiender trodde han, men när han väl hade byggt färdigt alla dessa bunkrar så fanns det inga slantar kvar i statskistan.

Innan lunchen körde bussen runt lite i staden Shkoder och vi fick bland annat se två läger för romer, statslösa och inga rättigheter alls, väldigt deprimerande att se.

Bilbeståndet i Albanien består av 80 procent Mercedesbilar, varav 60 procent saknar chassinummer. Märkligt! En annan sak som slog oss var att invånarna är väldigt röksugna, det bolmades friskt. De kanske inte vill dö gamla.

Lunchen som vi fick på Muze-Bar var kanske den bästa på hela resan, kanongod. Tveka inte att beställa in den varma osten när ni kommer dit.

Dag 6

När vi tar vi farväl av Montenegro och åker till Dubrovnik i Kroatien. Gamla staden innanför murarna var häftig, många trånga gränder men också mycket trappor som bromsade oss lite, men att spendera några timmar där var inga problem. Även en dyr lunch hanns med och så lite shopping förstås. Incheckning på Hotell Komodor och sedan gemensam middag på hotellet, ganska torftig men med en glad och trevlig personal.

Dag 7

Båttur igen. Vi åkte ut på Peljesachalvön och mönstrade på en Ostronbåt. Familjen som ägde båten bjöd först på en liten välkomsthutt innan de lärde oss allt som är värt att veta om ostron, som till exempel att de behöver tre år på sig att växa till sig innan de tas upp och kan säljas för 1 till 5 euro/st. Vi skulle även få smaka på dessa blötdjur och när skeppa-

ren med van hand hade öppnat tillräckligt många så fick vi tre var på tallriken plus citron och lite bröd. Som tur var bjöds det på vin också, det underlättade intaget en hel del. Trots att det skulle vara världens bästa vatten för att odla ostron i, så tyckte nog en del av oss att dessa s.k. ”delikatesser” hade kunnat stanna kvar under havsytan. Men det var en väldigt trevlig utflykt med båten, solen gassade och varmt och skönt var det.

Efter ostronen tog bussen oss till den lilla staden Ston, en gång i tiden centrum för saltutvinning men denna gång struntade vi i saltet utan vi siktade in oss på en vingård i stället. Klimatet runt Ston är perfekt för att odla druvan Plavac mali. Vingården vi besökte drevs av två bröder varav en av bröderna hade dukat upp med diverse olika drycker åt oss. Skål och välkomna! Han berättade sedan en hel del om gårdens historia och om hur processen går till från druva till dryck. Sedan blev det vinprovning och det bjöds på rött, vitt och rosé och det var okej att backa också. Trevlig kille. Även här handlades det friskt i shopen.

När alla hade kommit in i bussen igen, vilket tog lite tid (det verkade som att klimatet även hade påverkat våra skosulor, de hade blivit lite runda, märkligt) så skulle vi åka in till Ston och ha lite egen tid. Så kort promenad som möjligt, lunch på första stället som dök upp och vilken fullträff det blev. God mat och glad och rolig kypare som till och med gav mig det tju-siga ölglaset som souvenir. Ibland behöver man inte gå över ån för att hitta vatten.

På kvällen åkte vi till Kroatiens sydligaste stad, Cavat. Där skulle det serveras en tre-rätters middag vid strandpromena-

den. Lite långt att gå från bussen kanske men maten var god, kvällen var varm och trevligt hade vi. Fin kväll.

Dag 8

Hemresedag, trist. Avfärd från hotellet kl. 08:00. Då vi skulle flyga hem från Split fick vi en underbar resa norr upp efter kusten. Vår chaufför som vi nu hade för tredje dagen i följd var ett riktigt proffs bakom ratten, kändes tryggt att åka med honom. Vi hann med att vandra runt lite i gamla Split innan den sista middagen med gänget skulle äga rum. Det blev en tre-rätters på en liten mysig restaurang i närheten av strandpromenaden, lite vemodigt. Avtackning av vår fantastiska guide Anette och så ett tjockt kuvert till vår bästa chaufför.

Så in i bussen igen för sista gången på denna resa, mot flygplatsen. Jag hade talat tidigare med Anette att om hon kunde få chaffisen att ta ett extra varv i en rondell så skulle hon få höra på jubel och vad händer i sista rondellen innan flygplatsen, jo, han bjuder på tre extra varv i den och snacka om vilket jubel i bussen. Vi kallar det att göra en ”Fredrik” och vill man veta historien bakom det så måste man åka med på nästa resa.

Incheckningen gick bra, planet lyfte i rätt tid, 20:50, och så landade vi vid terminal 5 på Arlanda ca. 23:30. Inte så lång väntan på bagaget men sedan blev det ett nytt maratonlopp. Bussen som skulle ta oss hem till Tyresö stod utanför terminal 4. Tyvärr hade chauffören käkat citroner till middag så han var inte på sitt bästa humör. Landade i sängen ca. 03:00.

Tack till er alla som var med och förgyllde denna resa.

Vid pennan **Bert Ekergran**

Tyresöradion 91,4 växer och utvecklas

I snart 40 år har tyresöborna kunnat ratta in 91,4 MHz på FM-bandet och lyssnat på sin närradio. Från början var det olika föreningar som själva direkt-sände på olika tider. 1995 startade Åke Sandin själv med sin tekniker en slinga som gick dygnet runt med intervjuer av olika Tyresöbor, kända som okända.

–Slingan går fortfarande, men numera är vi nio programmakare som regelbundet gör program i olika ämnen, säger Ann Sandin-Lindgren som är redaktör för Tyresöradion. Allt från sport, kultur, politik till program som handlar om Tyresös historia. Det finns program för alla smaker.

Det som har förändrats mest är tekniken som har gått från tung analog teknik till enkel digital. Tyresöradion har en modern utrustning som är lätt att lära sig och flera föreningar kan nu enkelt göra egna program.

–Dessutom har sättet man lyssnar utvecklats mycket under åren. Numera lyssnar ju många via sina mobiler, plattor eller datorer. Över 40 000 unika använ-



Programmakarna fr.v. Catarina Johansson Nyman, Carin von Walden, Ann Sandin-Lindgren och Lena Hjelmérus.

dare går varje år in på vår hemsida och lyssnar, berättar Ann.

På samma sätt som Sveriges Radio finns alla program också som poddar. En podd är ett sätt att prenumerera på en programserie på sin mobil/platta och då får man en notis när det kommer nya program.

–Ja, det är ju så som många tittar på TV idag med olika Play-tjänster. Våra program finns i många olika appar på mobilen ”där poddar finns”. Radio Tyresö finns även på Spotify som de flesta nu använder för att lyssna på musik, avslutar Ann.

Hur hittar man PRO:s program på Tyresöradion?

Går man in på tyresoradion.se är det bara att skriva PRO högst upp till höger i sökrutan. Då hittar man ämnet PRO med 28 program. Det är intervjuer med aktiva PRO:are. Det senaste från PRO-puben i oktober. Vill man börja prenumerera på Radio Tyresö så finns det en rubrik som heter PODD. Där hittar man de appar som passar för de olika mobilerna och plattorna.

NYTORGS TRYCKERIET
www.nytorgstryckeriet.se

- Broschyrer
- Foldrar
- Kuvert
- Rollups
- Affischer

DITT LOKALA TRYCKERI

Tel 08-93 14 40 • info@nytorgstryckeriet.se

**TYRESÖ
BLOMMOR
& INREDNING**

Tel 712 54 40

Epost: info@tyresoblomsterhandel.se
Sunnagränd 1 • Tyresö C

JAZZKRYSSNINGAR

Dagskryssning till Åland med **TYRESÖ HAFSBAND 17 mars och 19 maj**. Direktbussar från Alléplan och Krusboda torg kl 12.00, Tyresö C vid Vårdcentralen kl 12.15. Åter Tyresö C:a 22.00. **Pris för båt och buss t.o.r.: 160 kr.** Anmälan sker direkt till Eckerölinjen www.eckerolinjen.se eller tel 0175-25 800 senast torsdagen före. Ange kod: TJAZZ24 och tala om var ni kliver på bussen. Arr: Tyresö Jazz & Blues Club



Vi erbjuder en trevlig och vacker mötesplats med fest- och möteslokaler att hyra nära Stockholm.

Bygdegården erbjuder privatpersoner, föreningar, kursverksamheter och företag att hyra våra lokaler. Lokalerna passar för fest, bröllop, minnesstunder, konferenser, kurser & styrelsemöten.

Konferens i natursköna Tyresö

Förlägg konferensen till Tyresö Bygdegård nära Stockholm i vacker natur för lugn och ökat fokus. Olika konferenspaket erbjuds.

Skicka en förfrågan till
konferens@tyresobygdgard.se

Bli medlem nu!

Få medlemsrabatter och erbjudanden.

Swisha 150 kr till 123 668 2520

Skriv: "Medlemskap"

Tyresö Bygdegård
Kyrkvägen 7, 135 60 Tyresö

E-post: info@tyresobygdgard.se

Plusgiro: 27 58 30-8

Swish: 123 668 2520

Boka lokal online
www.tyresobygdgard.se

Gilla och följ utbudet på Facebook
www.facebook.com/tyresobygdgard

 **Tyresö Bygdegård**

Teatererbjudanden våren 2024



Biljetter till nedanstående föreställningar är reserverade, men boka gärna snarast, då jag inte får hålla platserna särskilt länge, tack!

STADSTEATERN

HAMLET med Silvana Imam som Hamlet, musikteater, Peter Andersson, Annika Hallin m fl. 23 jan, 4 febr m fl datum.

SKUGGAN ÖVER STENBÄNKEN efter Maria Gripes bok, från 10 år. 21 jan, 27 jan m fl datum.

MATILDA the musical efter Roald Dahls bok. Årets stora teatersatsning. T ex 17 jan (enstaka biljetter), 31 jan, 10 febr.

KRETSEN om Hilma af Klint, spännande föreställning med

duktiga skådespelerskor dans och musik. 28 jan, 4 febr, 10 febr.

GENGÅNGARE av Henrik Ibsen. 18 febr, 25 febr.

TRE SYSTRAR, Tjechovs klassiska drama. 1 mars, 3 mars, 12 mars, 17 mars.

JUSSI om Jussi Björlings liv, med Mattias Nordkvist och Vanna Rosenberg. 13 mars, 16 mars, 17 mars, 21 april.

EN MIDSOMMARNATTSDRÖM Shakespeares komedi. 18 april, 24 april, 4 maj.

Välkommen att boka!

Margita Jansch

Epost: margita.jansch20@gmail.com

Tel. 070-910 50 08



TYRESÖSMYCKET

Finns hos:
TYR HEM & KÖK (Tyresö C)
Bollmoradalens Kyrka



Bra present till barnbarn!

Anita Engqvist
www.silverringen.se

Resan börjar hos **Björcks!**











Ring oss och beställ vår
Inspirationskatalog
2023/2024





JÄRNAGATAN 1 · SÖDERTÄLJE · 08-550 192 15 · www.bjorcks.se

Föreningsnyttets redaktion vill gärna ha bidrag till tidningen ifrån er läsare.

Det kan vara en dikt, en kort anekdot, ett skämt eller vad helst ni kommer på.

Skicka ditt förslag till Lennart Fogelberg: fogelberglennart455@gmail.com

Mot alla odds

Enligt dagens lagstiftare och byråkrater borde de av oss, som var barn på 50- och 60-talet inte ha överlevt. Våra barnsångar var målade med blybaserad färg. Vi hade inga barnsäkra medicinflaskor, dörrar eller skåp, och när vi cyklade bar ingen av oss hjälm.

Vi delade gärna en läsk med andra och drack ur samma flaska, utan att någon faktiskt dog av det.

Vi använde timmar på att bygga lådbilar av gamla skrotade saker, och körde i full fart ned för backen. Vi gick ut tidigt om morgonen för att leka ute hela dagen, och kom hem först när gatusbelysningen blev tänd. Ingen kunde få fatt i oss på hela dagen – ingen mobiltelefon.

Vi hade inget Playstation, Nintendo eller X-boxar – i det hela taget inga TV-spel, inga mobiltelefoner, hemdatorer eller chatrooms på

internet. Vi hade vänner. Vi cyklade och gick hem till varandra.

Kommer du ihåg olyckorna? Vi ramlade ned från träd, skar oss, bröt armar och ben, slog ut tänder, men ingen blev stämd efter dessa olyckor. Det var olyckor. Inga andra kunde få skulden – bara vi själva.

Vi hittade på lekar med pinnar och tennisbollar. Till trots för alla varningar, så var det inte många ögon som blev utstuckna.

Denna generation har fostrat några av de mest riskvilliga, de bästa problemlösare och investerare någonsin. De sista 50 åren har varit en explosion av nya idéer. Vi hade frihet, fiasko, succéer och ansvar, och vi lärde oss att förhålla oss till alltihop.

Och du är en av dem. Grattis!

Insänd av Monika Clevsjö

Fotogåtan

Sjörök och roddbåtar på rad i slutet av november. Vid vilket av Tyresös vatten befinner vi oss?

Skicka ditt svar till: rolf.stohr@gmail.com

Vinnaren får två PRO skraplotter.



FOTO: ROLF STOHR

Att åldras

*Vi börjar bli gamla
Och tänderna skramla
Och håret det grånar
Och minnet utplånas.
Men ännu vi kan
Säga skål till varann,
Ja, ännu vi kan
Säga skål till varann.*

Framförs sjungande till melodin ”Vildandens sång”

Lars Göran Asplund

Hjärtmedicin

Försök leva som en Golden Retriever, ta dagen som den kommer, bli glad av alla de små glädjeämnen i tillvaron, som att ta ett bad eller att umgås med vänner. Och händer något negativt så är man heller inte särskilt långsint.

Eivor Einarsdotter

Styrelsen PRO Tyresö

Ordförande: Anita Hildén, Stensötegången 118, 070-776 76 80.
Epost: anita.hilden@outlook.com

Vice ordf. Björn Persson: Pärålröksgång. 127, tel. 073-247 29 35
Epost: bjornpersson1945@gmail.com

Kassör: Kristina Larson, Ranunkelgr.56, tel. 076-398 00 27.
Epost: kristina.lm.larson@gmail.com

Sekreterare: Yvonne Moberg, Granängsv. 11, tel. 073-789 84 80
Epost: y.moberg2023@outlook.com

Studieorg.: Lennart Fogelberg, Bollmorav. 87, tel. 070-637 42 15.
Epost: fogelberglennart455@gmail.com

IT-ansvarig: Gunilla Andersson, Lövskovsgv 5, tel. 070-357 42 59
Epost: gunilla-e.andersson@live.se

Kontaktkom.: Hans Moberg, Granängsv. 11, tel. 073-709 37 13
Epost: h.m.48@outlook.com

Kulturkom.: Bo Carlberg, Granängsringen 17, tel. 073-646 16 74
Epost: bossebuss67@gmail.com

Resekom.: Inger Karlsson, Bollmoravägen 28D, 073-513 51 02
Epost: inger@kretavandring.se

Övr. ledamöter: Maine Hedman, Bansjöslingan 5A, tel. 712 60 96,
076-088 46 02. Epost: minprosida@gmail.com
Lena Fenner, Målarprinsens väg 10, tel 070-753 10 88
Epost: fennerica2@hotmail.com

Adjungerade till styrelsen:
Berit Holm, Pärålröksgången 162, tel. 072-330 87 57
Epost: holmberit38@gmail.com

Revisorer: Inger Johnsson, Britt-Marie Sjöqvist

Ersättare: Bernt Lind, Olle Holmström

Valberedning: Anita Jonsson (smk), tel. 073-677 03 52
Ulf Wahlsten, tel. 076-811 27 17
Bo Toresson tel, tel. 070-517 53 55

Programkom.: Börje Eriksson (smk) tel. 070-516 84 70

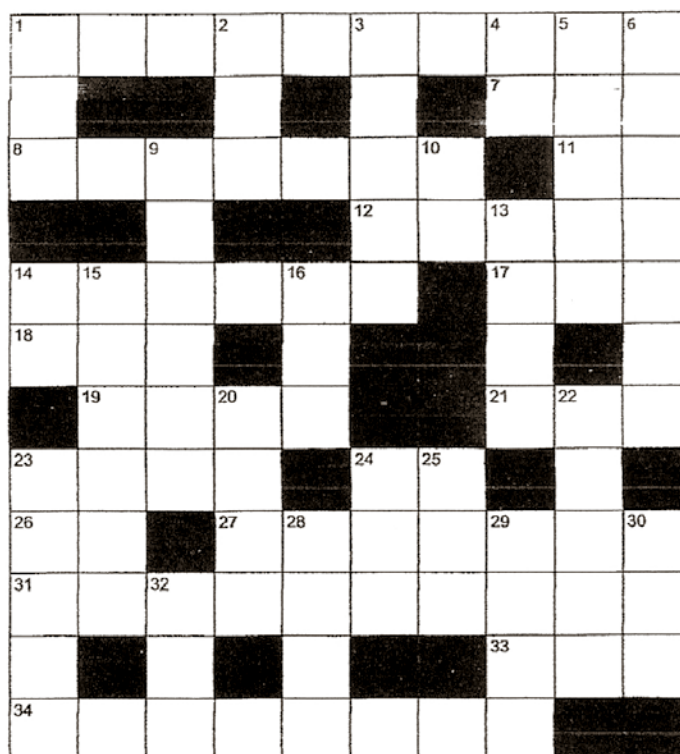
Lös Bosses kluriga kryss

VÅGTRÄTT

- 1 Mycket ful
- 7 Vak
- 8 Är Sverige
- 11 Är ej fast
- 12 Diffus
- 14 Oaktat
- 17 Ofta med allena
- 18 Koras
- 19 Med logi på hotell
- 21 På äng och i kyrka
- 23 Livets ord
- 24 Fotbollslag
- 26 Kring
- 27 Ett i nian
- 31 Planterar lax
- 33 Skede
- 34 Före mål

LODRÄTT

- 1 Segel
- 2 OD
- 3 Den glada av Lehar
- 4 Har borg
- 5 Början
- 6 Bestick
- 9 Innehåller Rosa på bal
- 10 Spelas utan Sverige
- 13 Besvär
- 14 Franskt fartyg
- 15 Guldmakeri
- 16 Vasa
- 20 I köket före jul
- 22 Roll i "Borta med vinden"
- 23 Möbel för Kronblom
- 24 Skjul
- 25 Rapduo
- 28 Öken
- 29 Snopen
- 30 Åk!
- 32 Hån



Namn:

Adress:

Telefon:

Nummer 1/2024

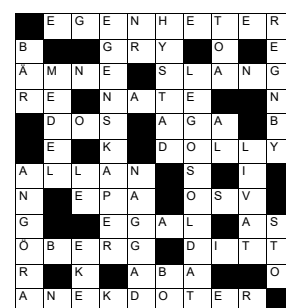


De tre vinnarna av Lennart Fogelbergs kryss i nummer 4/2023 är: Ann Persson, Axel Wennergrens väg 18, Monica Svensson, Gudöterrassen 331, Gunilla Andersson, Lövskogsvägen 5. Vinnarna får två PRO-lotter var. Vinsterna lämnas ut av ansvarig korsordskonstruktör.

Lösningen till mitt kryss ska ha kommit in senast 15 mars 2024.

Den kan som vanligt lämnas in på vår expedition, Björkbacksvägen 37 (gaveln) eller skickas med post till: PRO Tyresö, Björkbacksvägen 37, 135 40 Tyresö. Du kan även ta ett foto av den färdiga lösningen och skicka till tel 073-646 16 74. Lycka till!

Bosse Carlberg



Lösning nr 4/2023



PRO Tyresö Pensionärsförening

Adress: Björkbacksvägen 37, 135 40 Tyresö.

Expedition: Björkbacksvägen 37, ingång från gaveln.

Telefon: Ring någon i styrelsen, se föregående spalt.
Telefontid vardagar kl. 9–17.

Epostadress: tyreso@pro.se

Hemsida: www.pro.se/tyreso. Red. Gunilla Andersson, tel. 070-357 42 59, epost: gunilla-e.andersson@live.se

Facebook: PRO Tyresö

Betalningar: Sker till PRO Tyresös plusgirokonto 2691 01-2 eller till Swish på nummer 123 075 32 44.

Medlems/årsavgifter betalas till PRO Riks och ska INTE betalas till PRO Tyresö. Avin från PRO Riks skickas hem till Dig.

Föreningens organisationsnummer: 812400-9781

Redaktionskommittén informerar

I Föreningsnytt försöker vi få med all information som berör PRO:s verksamhetsområden. Vi hoppas också på bidrag från er läsare.

Anita Hildén, ansvarig utgivare. Tel. 070-776 76 80,
epost: anita.hilden@outlook.com

Bert Ekergrarn Tel. 070-626 59 61,
epost: bert.ekergarn@gmail.com

Börje Eriksson Tel. 070-516 84 70,
epost: borjeeriksson000@gmail.com

Lennart Fogelberg Tel. 070-637 42 15,
epost: fogelbergennart455@gmail.com

Yvonne Moberg Tel. 073-789 84 80,
epost: ywwe50@hotmail.com

Bo Toresson Tel. 070-517 53 55,
epost: btore33@gmail.com

Rolf Stohr Tel. 070-620 10 68
epost: rolf.stohr@gmail.com

Layout, produktion: Rolf Stohr, Stohrartad Design

Nästa nummer: 25 april 2024.

Annons- och manusstopp: 15 mars 2024.

Äldre Föreningsnytt hämtas på PRO:s hemsida: www.pro.se/tyreso

5%
seniorrabatt
varje tisdag*

* För dagvård eller 1/2 vecka (51 år & äldre) som inte har en annan kombi med andra % rabatter

Vår utsökta
Lax&räk-smörgåstårta

7-22
Alla dagar
icatyreso.se

Från kvantumköket
Visste du att våra kockar & kallsköttor lagar mat från grunden i vårt egna kök?
Klassisk catering & nya maträtter varje vecka!

**VARMT VÄLKOMMEN
TILL COOP
TYRESÖ CENTRUM!**

**FÄRDIGA RÄTTER
& CATERING.**

Vi har alltid färskas färdiga rätter i butiken med god mat av hög kvalitet!
Vi har även cateringmenyer med fantastisk mat att erbjuda.
Se även våra kanonpriser på vår Facebooksida.

**Våra
öppettider:
mån-fre 6-21
lör-sön 8-21**

Telefon: 010-741 86 30

Omsorg med guldkant

Liberalerna har varit med och styrt Tyresö kommun i 24 år. Vi kommer alltid att bekämpa all form av åldersdiskriminering och fördomar mot äldre. De sista åren i livet ska vara lika värdefulla som de första och innehålla lika mycket kärlek och omsorg.

Därför vill Liberalerna:

- Bygga minst två nya äldreboenden i kommunen och utöka vårdplatserna.
- Etablera en vårdcentral för äldre för att skapa trygghet och kontinuitet i vården.



Tony Thorén, Vice ordförande
i Äldre- och omsorgsnämnden