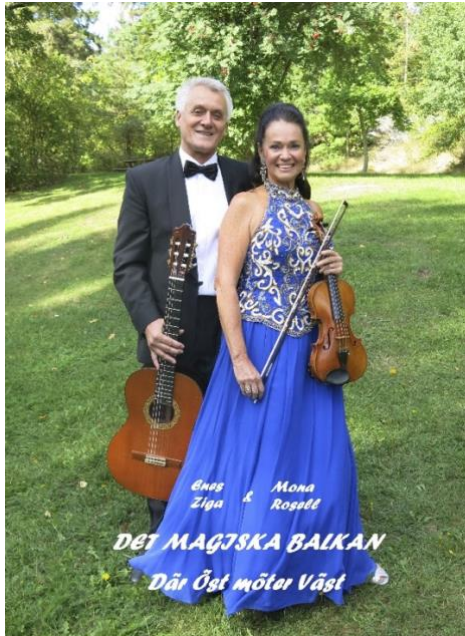


OKTOBERTRÄFF PRO Stuvsta-Snättringe

Torsdagen den 12:e oktober
14.00-16.00 i Stuvstakyrkan



Välkommen till Stuvstakyrkan för en PRO-träff

Underhållning: Enez Ziga och Mona Rosell

Enez med sitt bosniska arv och Mona med sitt värmländska temperament och dessutom silvermedalj från World Championship of Performing Arts i Hollywood. Det slår gnistor om Enez och Mona.

Inträde, kaffe och bulle: PRO bjuder

QUIZ som vanligt med blandade frågor från musik till svenska språket

Göran Larsson pratar om Ekonomi- och Vin-cirklarna

Gunnels spaning

Ordförande har ordet och informerar

Quiz svar och **prisutdelning**

Lottdragning och **dragning på inträdesbiljett**

Välkommen!

Kommande månadsträffar,

- 9/11, Nu blickar vi framåt - Trubaduren Eva Ljungman sjunger kända visor.

-14/12, En glad ton - En Huddingekör sjunger lucia- och julsånger.

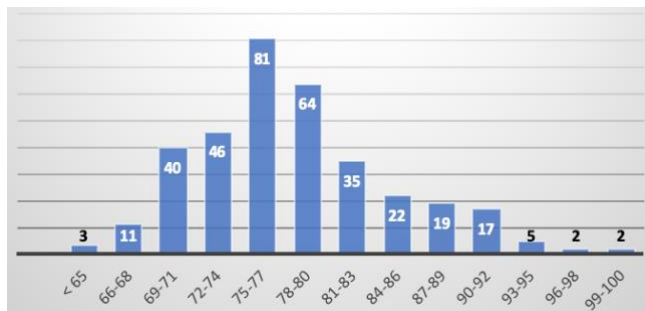
Kontakt: Kjäll, 0730-88 88 91, kjall@jarvliden.com eller Kent, 070-574 82 36, kentrkotte@gmail.com

Aktiviteterna sker i samarbete med 

Ordförande har ordet

Sitter å knåpar med denna text 21/9. Det är strålande sol och 22 grader varmt. Det är fortfarande 17 grader i vattnet utanför Torö ... otroligt!

Vi var ett gäng som representerade Stuvsta-Snättringe under Långsjörundan, söndag 3 september. Vi hade riggat bord, stolar, ett litet partytält, PRO-banderoler och massor med info-material. Det var kanonväder och massor av deltagare. Vi tror vi lyckades locka några nya medlemmar men vi vet ju inte säkert.



Kolla in denna graf. Här ser du åldersfördelningen i föreningen. Det var väl inga stora överraskningar förutom att drygt 80 medlemmar är födda på 1950-talet, dvs 1950-1958.

Mer än hälften av medlemmarna är mellan 72-80 år, vilket är helt naturligt.

Kjäll (0730-88 88 91)

Studiecirklar

Kontakta alltid cirkelledaren om du vill delta.

Cirkel	Mötestid	Start	Cirkelledare	Telefon
Aktier	Tisdag, 18.00-21.00	24/10	Göran Larsson	070-627 83 15
Bokcirkel	Onsdag, 13.30-16.00	13/9	Britt-Marie Bodén	070-309 12 72
Boule i vår, - Skeppsmyrans - Björnkulla	Tis. + tors. 10.00-12.00 Tors. 09.30-12.00	2/5 7/9	Ingrid Björklund	073-643 51 48
Bowling	Torsdag, 14:00-ca16:00	24/8	Sonja Areskär	070-710 35 01
Canasta	Onsdag, 13.00-16.00	13/9	Hjördis Mattsson	070-763 14 17
Engelska	Torsdag, 10.00-12.30	7/9	Inger Nilsson	070-550 45 66
Fågel- och naturskådning	Fredag 9.00-ca12.00, i skog och mark	25/8	Ilse Borgström	070-669 71 19
MåBra	Tisdag, 11.00-ca13.00	5/9	Kerstin Bretton	073-552 15 91
Målarskola	Torsdag, 13.00-17.00	31/8	Emad El-Tai	070-769 68 02
Qi-gong	Tisdag, 11.00-12.30	19/9	Leena Molin	073-681 71 25
Släktforskning	Måndag, 12.00-16.00	11/9	Bernt Lövgren	073-810 90 40
Yoga	Fredag, 11.00-12.00	15/9	Hjördis Mattsson	070-763 14 17
Vinprovning	Tisdag, 18.00-21.00	26/9	Göran Larsson	070-627 83 15

Jag har hört rykten om att det finns intresse av **att bygga fågelholkar**. Vår snickeriansvarige Roland Svensson har lovat att ställa upp som handledare. Nu är det ju inte så bråttom, de sista fåglarna är väl på väg söder ut. Rolands förslag är att vi drar igång i januari. Gör en föransökan till Roland idag, ring eller SMS:a, 072-713 38 20.

Vår **Engelska-cirkel** behöver några fler medlemmar. Cirkeln läser ca en bok/termin. Vi läser högt för varandra, översätter och diskuterar. Kontakta Inger (se ovan) om du vill vara med.

Kontakt: Kjäll, 0730-88 88 91, kjall@jarvliden.com eller Kent, 070-574 82 36, kentrkotte@gmail.com

Aktiviteterna sker i samarbete med 

Yoga-gänget har problem med **CD-spelaren i sin stereo**. Finns det någon som har en gammal stereo (med fungerade CD) som står å skräpar i förrådet? **Skänk** den till PRO.

Tveka inte att höra av dig om du har förslag på nya cirklar. Det finns lediga tider i Stationshuset. Antingen saknar du en cirkel eller så vill du starta och leda en ny cirkel. Vi vill ha alla dina idéer. Olika typer av cirklar/träffar är möjliga. Att träffas en gång i veckan är det vanligaste men att ses bara några enstaka gånger är också möjligt. Kontakta Kjäll så diskuterar vi.

På gång

Höstterminen är i full gång på **Gymmix**. Från och med v43 får du terminskorten för halva priset. Här hittar du [schema, priser, osv.](#)

MåBra har dragit igång promenader, styrketräning, soppa och föredrag. Här hittar du [programmet](#) för hela hösten.

Film på ABF i Huddinge varannan onsdag 14.00. De kör "Bränn alla mina brev" 4 oktober. Det är fri entré! Här hittar du [programmet](#). Då antalet platser är begränsat krävs föransmälan till, info.huddinge@abf.se eller ring 08-774 02 70.

Lördag 30 september, klockan 11.00-16.00 drar **Huddinge Konst** igång, i Fullersta, i Skogås och på Kultopia/Huset (Sjödalsvägen 46). Du kan se utställningar, prova på olika workshops eller gå en konst- eller arkitekturvandring. [Se hela programmet.](#)

Missa inte **Seniormässan** 3-5 oktober på Stockholmsmässan! Kolla in PROs monter men framför allt Riksidrottsförbundets monter (C08:42) under parollen "Idrott för alla – hela livet". Här kan du prova på att kasta spö, yoga, stöta kula, spela pingis, balansera, gympa med stol, träna friidrott, skjuta mot mål och mycket mer. Inom idrottsrörelsen finns det ett stort utbud av idrottsaktiviteter som bidrar till båda rörelseglädje och gemenskap för seniorer. [Se mässans hemsida.](#)

Boka in **PUB-kväll** torsdag den 26:e oktober kl. 17.00-20.00. Förra gången var vi ett gäng (Ammi, Inger och Göran) som jobbade med planering, inköp, dukning, städning, osv. Det funkade bra men vi behöver vara några fler som hjälper till. Om du vill ställa upp? Kontakta Ammi (070-771 12 41) eller Göran (070-553 25 27).

Aktiviteter under hösten

Nedan presenteras de kultur-, rese- och friskvårdsaktiviteter som är spikade just nu. Fler aktiviteter kommer att presenteras i kommande kallelser.


Vandring runt Lissma Kvarnsjö - torsdag den 5:e oktober



Följ med på en jättefin vandring runt Lissma Kvarnsjö, nära Vidja. Vi går på stigar med både rötter och lite berg. Det behövs bra skodon, gärna kängor. Man får lön för mödan då en förtrollande vacker sjö gömmer sig i en nästan norrländsk miljö. Ta med matsäck, turen är ca 10 km. Vi är tillbaka ca kl 14.
Samling kl. 09:30 på Stuvsta torg för samåkning till Ågesta värmekraftverk.

Anmälan görs till Monica på SMS eller telefon, 070-278 61 76.

Kontakt: Kjäll, 0730-88 88 91, kjall@jarvliden.com eller Kent, 070-574 82 36, kentrkotte@gmail.com

Aktiviteterna sker i samarbete med 

Ernst Josefsson på Waldemarsudde - onsdag den 18:e oktober



Onsdag den 18:e oktober åker vi till Waldemarsudde för att bl.a. se utställningen av Ernst Josefssons verk (1851-1906). Han var för sin tid en av Sveriges mest nyskapande konstnär. Vi samlas vid Stuvsta station, vid spärrarna kl.10:15, tåget går 10:23.

Anmälan görs till Maggan 0760-10 33 52 eller Monica 070-278 6176 via SMS senast den 16:e oktober alternativt på anmälningsslapp på månadsträffen (12/10).

Kunde jag följa dig - onsdag 25:e oktober kl. 14.00



En teatermusikal om Karin Boyes liv med tonsatt poesi. Föreställningen öppnar en reva i tiden, då när Karin levde. Vad var det som hände? Publiken lotsas genom 1900-talet och ett livsöde som under flera decennier följdes av skammens tystnad. Karins skrivna brev och mest kända dikter ges nytt liv.

Detta är en **ABF PRO-akademi** aktivitet. Vi träffas på ABF Huddinge i Blå salen. Det är **gratis** inträde. **Anmälan till:** info.huddinge@abf.se eller 08-774 02 70

Julbord med Viking Line - måndag 4 december



Från Stockholm 7.45 med m/s Grace.
Båtbyte i Mariehamn till m/s Glory.
Tillbaka i Stockholm 18:55

Pris: 687 kr

För mer information: Kathrine Hultman Eriksson, 076-236 26 68, PRO Huddinge Resesamgrupp.

Julbord vid Sågbäcksgymnasiets Restaurangskola



I december, vid Lucia-tid är det dags igen för Sågbäcksskolans fantastiska julbord i restaurangskolan. Dag för evenemanget är inte bestämd ännu, men vi räknar med att det blir i luciaveckan mellan 11 och 15 december klockan 12.00. Vi har bokat bord för 30 personer. Priset är ännu okänt, men ca 450 kr kommer det troligtvis att kosta, inklusive bordsvatten och kaffe.

Vill du ha starkare drycker, så serveras det mot särskild ersättning.

Betalning sker i restaurangen av var och en. Garderobsavgift betalas separat.

Kontakt: Kjäll, 0730-88 88 91, kjall@jarvliden.com eller Kent, 070-574 82 36, kentrkotte@gmail.com

Aktiviteterna sker i samarbete med 