



PRO – Bulletinen



Nytta, Nöje och Hälsa

Medlemsinformation för PRO Sundbyberg
Nr 3/2020



Gökotta 21 maj i Tornparken

Foto: Inger Lindén

Utgiven av PRO Sundbyberg 2020-08-11 Org.nr: 815201-2202

Nästa utgivning: vecka 43, 2020 Ansvarig utgivare: Hans Johansson

Nästa sista dag för inlägg mm 2020-10-07

Expedition: Lötgatan 6, 172 74 Sundbyberg

Telefon: 076 - 889 00 51

E-post: sundbyberg@pro.se

Redaktör: Kicki Lehnberg

Bankgiro: 227 - 8026

Hemsida: www.pro.se/Sundbyberg

Swish nummer: 123 237 5525



Hej allesammans!

Ja, då har vi haft vår Corona i 4 månader med isolering, social distansering och massvis med handtvätt. Inget slut syns ännu. När jag skriver detta har 5639 personer avlidit.

Vi hade ju vårt årsmöte i mars precis när pandemin började. Det var tur att vi kunde genomföra detta. När Sundbybergs kommun stängde träffarna, tyckte jag att nu överreagerar dom, men det gjorde dom inte. Hela världen stängde ju igen. För många har det varit en prövning, svårt att träffa barn och barnbarn. Problem att handla mat. Plötsligt började folk hamstra toapapper, konserver, jäst mm. Självt är man lyckligt lottad, som

har ett sommarställe att åka till. Där ser man potatisen växa och jagar mördarsniglar morgon och kväll.

Stockholms Pro-distrikt har haft årsmöte, som genomfördes brevledes, verkligen annorlunda. Till ny ordförande valdes Curre Hansson. Andra nya ledamöter är Gun Häll, Alf Sandqvist, Britt Kärnström och Åke Allard.

Till slut vill jag påminna om mina gamla käpphästar. Inga banker eller polis ringer och frågar efter koder eller bankid, så lägg på luren om någon frågar.

Jag hoppas verkligen att vi snart kan ses igen.

Önskar Hasse

PRO Styrelse och funktionärer			
Ordförande	Hans Johansson	tel:	076 - 188 62 24
Sekreterare	Inger Lindén	tel: 583 570 91	hassenika@hotmail.com
Studieorg.	Ingrid Courtar	tel:	076 - 238 18 87
Kassör	Göran Brännbo	tel:	070 - 782 22 17
Ledamot	Kjell Sundin	tel:	070 - 281 24 12
Ledamot	Inger Idman Nilsson	tel:	079 - 332 95 53
Ledamot	Lena Abrahamsson	tel:	076 - 800 16 17
Suppleant	Göran Nogård	tel:	073 - 688 25 95
Suppleant	Solveig Larsson	tel:	073 - 330 43 36
Suppleant	Karin Öhrner	tel:	073 - 693 01 01
Suppleant	Karl Pearsson	tel:	070 - 795 37 40
Revisor	Eva Sjögren	tel:	076 - 768 35 88
Revisor	Jörgen Silén	tel:	070 - 575 67 42
Suppleant	Harriet Granberg	tel: 28 05 01	eva.k.sjogren@telia.com
Suppleant	Kjell Häll	tel:	jorgen.silen@telia.com
Valberedning	Karin Holmberg	tel:	070 - 712 67 74
Valberedning	Gunnel Sundberg	tel:	granbergharriet@gmail.com
Valberedning	Vakant	tel:	sumpmas@gmail.com
Hemsida	Kicki Lehnberg	tel:	072 - 240 66 80
Äldreombud	Karin Öhrner	tel:	073 - 339 87 12
			073 - 541 34 58
			gunnel-sundberg@hotmail.com
			mormorkicki@yahoo.se
			ohrnerkarin@gmail.com

Bildgalleri vår 2020

Gökotta 21 maj 2020



Foto: Inger Lindén

Vi var 14 morgonpigga som träffades 21 maj klockan 08.00 i Tornparken. Det blev en trevlig sammankomst i morgonsolen.

Sommarkaffe på onsdagar



Foto: Marianne Höckne



Foto: Marianne Höckne



Vi har börjat spela boule måndagar och onsdagar klockan 10:00 på Golfängarna.

Ring och anmäl er till Inger Idman telefonnr: 076 - 800 16 17. Det går även bra att skicka mail: pling45@hotmail.com

Sommarkaffe

Vi har även börjat med sommarkaffe. Vi träffas varje onsdag klockan 13:00 på Nybergs Torg, Cafe Bon Bistro.



Restaurangkvällar

Ingen föranmälan behövs



onsdagen den 23 september klockan 17.00, ses vi på Restaurang Fågelboet, Tulegatan 14

onsdagen den 21 oktober, klockan 17.00, ses vi på Restaurang Avenyn, Esplanaden 18

måndagen 23 november klockan 17.00, ses vi på Restaurang Fågelboet, Tulegatan 14

PICKNICK

Hamngatan strandpromenaden vid Restaurang Brassieriet. Torsdag 13/8-2020. Kl. 13.00 om vädret tillåter. Medtag matsäck för eget bruk.



Hur får vi information om vad som händer i vår kommun och kan vi påverka?

Under de senaste fem månaderna har mycket varit annorlunda. Coronapandemin har påverkat oss alla, på olika sätt. Rädsla, oro, saknad, ensamhet, tristess, inköps svårigheter etc har vi lärt oss att hantera.

De vanliga vägarna till informationsutbyte med kommunen har inte fungerat sedan i början av mars. Det innebär inget Handslag sedan 20/2, inget Sundbybergs Stads Pensionärsråd sen 5/2. Vi representeranter i dessa forum har varit hänvisade till Äldrenämndens protokoll, lokalpressen och vad som "sägs på byn". Två informationsskrivelser har förmedlats från Äldreförvaltningens chef till Pensionärsrådets ledamöter efter att vi efterlyst information.

Men så småningom kommer mötena börja igen och vad är då Handslaget och Sundbybergs stads pensionärsråd.

Sundbybergs stads pensionärsråd. Tidigare kallat KPR (kommunala pensionärsrådet). Ett reglemente från 2012 ersattes 2019 av en instruktion för rådet, vilket beslutades av kommunfullmäktige(KF). Rådet väljs på fyra år from 1 jan året efter det år då val har hållits till KF. Kommunstyrelsen(KS) utser åtta ledamöter (politiker) och åtta ersättare och utser bland dem en ordförande, en förste ordförande och en andre vice ordförande. Ordf är Anna-Lena Hammarlind, L. Pensionärsorganisationerna (PRO och SPF) är representerade med två ledamöter och två ersättare var. Rådet är knutet till KS. Nytt är att det är fler politiker i rådet, sexton mot tidigare tio. Tidigare var varje nämnd representerad genom adjungerad tjänsteman och rådet hade rätt att kalla berörda förtroendevalda eller tjänstemän till sammanträdet. Dessutom var det tidigare inskrivet att Fastighets AB Förvaltaren skulle utse representant i rådet. Nu är det ordf som har rätt att kalla berörda förtroendevalda och tjänstepersoner till sammanträdet. Tidigare skulle pensionärsrådet träffas minst sex gånger per kalenderår, nu är inriktningen fyra till sex gånger per år. Äldreförvaltningen är alltid representerad av olika tjänstemän. Syftet med pensionärsrådet är detsamma som tidigare:

- verka för pensionärernas jämlikhet och fulla delaktighet i samhället,

- vara organ för ömsesidig information mellan pensionärsorganisationerna och kommunen,
- säkerställa att pensionärerna ges medinflytande och insyn i kommunens verksamhet,
- ge kommunen information om pensionärernas behov i olika frågor.

Återkommande är att Äldreförvaltningen ger information och vi har möjligheten att tre veckor innan mötet lämna in frågeställningar. Konstateras att det blir en brist på informationsutbyte när inte andra förvaltningar numera deltar i rådet kontinuerligt.

PRO representeras av: Gunnel Sundberg och Karin Öhrner är ordinarie och Lena Abrahamsson och Kaija Nopola är ersättare.

Handslaget. Sundbybergs stad har sedan 2010 ett sk Handslag med kommunens pensionärsorganisationer. Under perioden 2010-2014 samverkades det kring områden: trygghet, goda matvanor, fysisk aktivitet och socialt liv. Under perioden 2015-2018 var de övergripande målet för Handslaget: Äldres möjlighet att leva ett aktivt, tryggt liv och att inflytande över sin vardag ska öka. Dec-18 beslutades om ett nytt Handslag för perioden 2019-2022. Under denna period skall parterna samverka och samarbeta utifrån följande utvecklingsområden:

•Hälsosamt och socialt liv •Trygghet •Teknik •Fysisk planering •Boendeformer för seniorer. Tidigare hade Handslaget två styrgrupper, en med enbart politiker och en med enbart tjänstemän. Nu är det endast en styrgrupp, bestående av ordförande från olika nämnder, förvaltningschefer och Handslagets arbetsgrupp och samordnare, som träffas en gång per år. Handslagets arbetsgrupp skall bestå av ordf i PRO och SPF, stadens äldreombud och ytterligare möjlighet till två representanter från varje pensionärsorganisation. Samordnare för arbetsgruppen är enhetschef för träffpunkterna, Karin Ankarudd och utvecklingsledare på stadsledningskont, Heli Kivimäki Hedin. Handslagets arbetsgrupp och samordnare träffas en gång i månaden. Återkommande frågor har varit seniorkollo, seniormässa, boendeformer för seniorer, maten på äldreboende/ träffpunkter/matlådor, teknikutveckling.

PRO representeras av: Hans Johansson, Karin Öhrner, Kaija Nopola, Gunnel Sundberg.

/ Karin Öhrner, äldreombud

Presentation av några styrelsemedlemmar

Ingrid Courtar

Född och uppvuxen i Bollnäs. Efter studentexamen utbildade jag mig till folkskollärare i Umeå. Min första anställning fick jag i Västerås, där jag träffade min blivande man. Via Täby en vårtermin flyttade vi till Visby och vidare utomlands 11 år tills vi var tillbaka i Visby. 1985 flyttade vi upp till Sundbyberg med våra 3 döttrar. Blev änka redan 1998 men har 6 barnbarn att glädjas åt.



Arbetade som lärare och de senare åren som biträdande rektor på Bredbyskolan i Rinkeby tills jag gick i pension 2007. 2010 gick jag med i PRO Sundbyberg och involverades i styrelsearbete kort därefter.

Är intresserad av bl a handarbete, musik och läsning och blir glad och lycklig om jag kan glädja andra.

Göran Nogård

Är född i Stockholm men uppvuxen i Saltsjöbaden. Arbetade i ett medelstort företag som elektriker.

I mitten av 80-talet övertog jag installationsdelen och drev den till pensioneringen 2003.

Sålde huset i Saltsjöbaden och flyttade till Mariehäll i Bromma 2008 Eftersom jag bor intill Bällstaån på Brommasidan är det Sundbyberg som är den naturligaste platsen att handla och vistas i.



Gillar fotboll och ishockey.

Presentation av några styrelsemedlemmar

Kjell Sundin

Idag 67 år och gick i pension fr.o.m. 2019. Spelar bridge 2-3 ggr i veckan med PRO.

F.d. verksamhetschef på myndighetssidan i socialtjänsten, de sista 15 åren i Sundbyberg.

Har två vuxna söner och två barnbarn. Numera också aktiv politiskt, sitter i en nämnd samt i tingsrätten. Har fem god mans uppdrag från Solna och Sundbyberg.

Bor idag på Hamngatan, har bott på Skolgatan, Mariagatan och Starrbäcksgatan tidigare.



Hans Johansson

Jag föddes 1951 på Sankt Eriks bb i en träbarack på Fleminggatan är uppväxt i söderort Bagarmossen, Rågsved, Hagsätra och Stuvsta.

Hamnade sedan i Hässelby och sedan 1997 är jag Sundbybergsbo.

Har jobbat på Posten, bokförlaget Liber, men mesta tiden har jag arbetat med fastighetsskötsel.

Mina intressen är släktforskning och korsord.

Har 6 år i styrelsen.



Inger Lindén

Född 1939 i oktober, just när andra världskriget bröt ut på Södra BB.

Uppvuxen i gamla Enskede på Sockenvägen vid Skogskyrkogården.

Blev folkskollärare 1963 på Lärarhögskolan i Stockholm.

Har försörjt mig som lärare mesta delen av mitt liv.

Har bott i Stockholm lite varstans, Linköping och Kallhäll och numera i Sundbyberg.

Gick med i PRO 2009. Varit kassör och nu sekreterare. Är konsumentansvarig, med i veteranvetarlaget mm

Läser mycket böcker, löser korsord, älskar att dansa, har sprungit tjejmilen 17 ggr, spelat handboll mm

Har två vuxna söner och sex barnbarn.



Nya medlemmar mars 2020 – juni 2020

Susanne Andersson

Anette Bure

Kenneth Bure

Lena Engström

Yvonne Hollstrand

Kidane Kibbib

Antoinette Kinnander

Paula Mendelowitz

Anders Nordin

16 personer har avlidit

PRO-distriktets styrelse 2020

Ordförande Curre Hansson

Sekreterare Mona Rudenfeldt

Kassör Jean-Pierre Zune

Studieledare Bo Furugård

Ledamot Alf Sandqvist

Ledamot Britta Kärnström

Ledamot Åke Allard

Ledamot Alf Andersson

Ersättare 1:år

Gunvor Jonsson

Ralph Isaksson

Els-Marie Eliasson

Gerd Klang

Revisorer Ingvar Högström

Ann-Mari Rosén

Ersättare Sven-Olof Åkerlind

Harry Vikner

PRO Kärrtorp

PRO Nynäshamn

PRO Botkyrka

PRO Tyresö

PRO Frötuna-Rådmansö/Norrtälje

PRO Östermalm

PRO Handen

PRO Enskede

PRO Fisksätra/Nacka

PRO Högdalen-Bandhagen

PRO Tumba/Botkyrka

PRO Skogås/Huddinge

PRO Handen

PRO Upplands Väsby

PRO Huddinge

PRO Årsta

Från studieorganisatören

En annorlunda sommar har vi upplevt, en sommar man inte någonsin skulle ha tänkt sig. Jag hoppas att framtiden så småningom kommer att se betydligt ljusare ut.

Vår verksamhet inomhus fortsätter att ställas in tills vidare och vi lyssnar till rekommendationer från Folkhälsomyndigheten och vår Statsminister. Håll dig uppdaterad genom att gå in på vår hemsida!

Jag hoppas att ni kan träffa vänner och bekanta utomhus för en promenad, fika eller kanske bara sitta på varsin sida på en bänk och prata lite och njuta av naturen och vädret. Glöm inte att kontakta någon du inte sett eller hört ifrån på länge!

Vill också nu gärna att ni tänker på program vi kan starta med när saker och ting börjar öppna upp sig. Ha dessutom i åtanke att våra cirklar inte består av lärare och elever utan att lärandet sker genom att deltagarna lär av varandra. Tillsammans bidrar vi med våra erfarenheter och kunskap och ser till att träffen blir trevlig och gemytlig.

Vår styrelse längtar efter tips, som teaterbesök, bio, konserter, utställningar, promenader, träff i lokalen med ett tema

Boule på Golfängarna pågår. Kontakta ansvarig om du vill ha närmare information.

Hälsningar Ingrid

Mini Quiz

A. När grundades Tesla?

1. 1 juli 2003
2. 1 juli 1993
3. 1 juli 1983

B. Vad kallas det yttersta skalet på citrusfrukt med ett annat ord?

1. Sabayonne
2. Kvarg
3. Zest

C. Vad bryter man i gruvan i Kiruna?

1. Koppar
2. Järn
3. Silver

Svaren till ovanstående Mini Quiz hittar ni på sidan 15.



NÄRBUSSEN 951

kan du som har behov av att resa inom Sundbyberg måndag t om fredag ringa och boka minst

30 minuter före avgång.

Telefonnr: 08 - 556 688 15

Du som använder rullstol eller rullator reser gratis, övriga betalar som vanligt.

Har du frågor om äldreboende, hemtjänst, hjälpmedel eller något annat ?

Om du själv inte kan eller vill kontakta kommunen

finns äldreombud som för din talan.

Äldreombudet har tystnadsplikt och du behöver inte ha uppnått en viss ålder för att få hjälp.



Karin Öhrner, äldreombud för PRO

E-post: ohrnerkarin@gmail.com

Telefontid: måndag, tisdag och torsdag mellan 13:00 - 15:00

Telefon: 070 - 087 59 37

Trippelskrabet

Det går bra att köpa lotter och lösa in din vinst (max 100 kr) på onsdagarna, när det är sommarkaffe på Nybergs Torg, Cafe Bon Bistro.

Om du värvar en ny medlem får du en Trippelskrapslott som tack.



Nedan några boktips



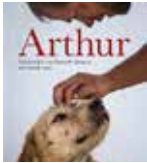
Gunilla Preisler, Hemligstämplat. Om arv, synd och starka kvinnor.

Matilda Gustavsson, Klubben. En undersökning.



Henning Mankel, Djup.

James Brown, Mitt liv med Bob.



Mikael Lindnord, Arthur, gatuhunden som lämnade djungeln och hittade hem.

Gunilla Thorgren, Guds olydiga revben.



Pernilla Lindros, Breven från E.

Emelie Schepp, Märkta för livet.



Sofie Sarenbrant, Tiggaren.

Jussi Adler-Olsen, Kvinnan i rummet.



Ewa Klingberg, Begravningsbyrå Tranan.



Där rosor faktiskt dör.
Blott en begravning.
Nu stormar det i dalens famn.
I denna ljuva villervalla.

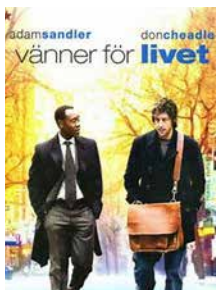


Aktuellt från Filmklubben

**Nu visar vi filmerna i Biografen på entréplanet,
i Allaktivitetshuset, Sturegatan 10.**

Torsdagen den 17 september visar vi

VÄNNER FÖR LIVET



Vänner för livet är en amerikansk dramafilm från 2007. Charlie Fineman, en trasig man som förlorat hela sin familj i terrorattackerna mot World Trade Center. Charlie spenderar dagarna med tv-spel, vinylsamlade och kinamat. Han är sorglös, men också i total förnekelse.

Filmen visas kl 14.00 och vi träffas kl 12.30 och äter wienerbröd och dricker kaffe/te till ett pris av 50 kr.

Lokalen är rymlig så vi kommer att kunna hålla avstånd.
Anmälan krävs till Inger Lindén 076 238 18 87 eller mail: ing-erlinden2@gmail.com

Nästa film 22 oktober

Välkomna!

Filmklubbskommittén

Kalendarium

Dag	Tid	Aktivitet	Plats
13 augusti	13:00	Picknick	Hamngatan
20 augusti	inställd	Kräftskiva	
17 september	14:00	Film	Aktivitetshuset
23 september	17:00	Restaurangbesök	Fågelboet
21 oktober	17:00	Restaurangbesök	Avenyn
22 oktober	14:00	Film	Aktivitetshuset
23 november	17:00	Restaurangbesök	Fågelboet

Varje onsdag sommarkaffe 13:00, ingen föransmälan behövs.

Måndagar och onsdagar Boule 10:00, anmälan till Inger Idman.

Öppet Hus 17 augusti är inställt

Även Senormässan i höst är inställd

Ni som betalt för trivselkväll och önskar få tillbaka pengarna, kontakta Göran Brännbo, 070 - 281 24 12 eller goran@brannbo.net.

Svar på mini quiz

A. 1 (1 juli 2003), B. 3 (Zest), C.2 Järn

ÖPPETTIDER LÖTGATAN 6

Stängt tills vidare

HÖRAPPARAT

Hörselexperten Sundbyberg • På Tvärbanans perrong Bällsta Bro • gå 10 meter • Välkommen

- Auktoriserad av Region Stockholm
- Vi erbjuder hörseltest och hörapparater
- Boka direkt utan remiss

- Öpper Hus - alla vardagar mellan 13-16
- Service - Försäljning - Batterier - Tillbehör

Väntetid
1-2 veckor



Lena Bäck Leg. Audionom - Verksamhetschef

BOKA 08-38 07 00
horselexperten.se

Sundbyberg - Landsvägen 73
vid Tvärbanans perrong Bällsta Bro
Vällingby - Angermannagatan 78
T-bana Buss 115 Vällingbyskolan



PÅ UPPDRAG AV
REGION STOCKHOLM



Vi har högt omdöme på Regionens kvalitetsregister - Hörselbron