

Medlemsmöten

Hösten har inte varit normal. Vi hoppas på våren, men tyvärr ser det ut som om vi måste ställa in mötena i januari och februari. Vi hoppas att situationen blir så pass bra att vi i mars kan dra igång verksamheten som vanligt. Under tiden var rädd om dig och håll avstånd.

Information

Vi kommer att gå ut med ytterligare information om aktiviteter och möten när vi vet mer. Tyvärr har vi bara möjlighet att göra detta med SMS resp. e-post. Så försäkra dig om att vi har korrekt mobilnummer och e-postadress till dig. Se sista sidan.

Gratulationer

Här i PRO-Nytt uppmärksammar vi de som fyller 75, 80, 85, 90, 95 eller 100 år under januari och februari.



Hipp, hipp hurra!

Stort GRATTIS:

Kerstin Pettersson-
Forsell

Ljubinka Camilovic
Conny Lofström

Gudrun Lindberg

Börje Frykenstam

Hubert Meyer

Sonja Røjder



Aktiviteter sid 3–4. Efterlysningar se sid 4. Aktiviteter hos andra aktörer sid 4–7.

Ordföranden har ordet på sid 2. Hur du ändrar dina uppgifter i medlemssystemet ser du på sid 8.

Vandringar

Fredagsvandringar till Gömmaren

Alla fredagar kl. 10:00 när temperatur och före tillåter samlas vi vid parkeringen i slutet av Tjädervägen för en gemensam vandring med grillning (medtag egen korb och matsäck). Oftast går vi till Gömmaren ca 3 km enkel väg. Kläder efter väder. Första vandringen 2021 planerar vi för fredag 8 januari. Förutsatt att det inte är halt. Kontakt Ellika Eriksson tel. 070 588 45 59.



Vår ordförande har ordet:

Hej alla medlemmar och hoppas att du mår bra trots det prekära läget!

När jag skriver ner dessa rader är Coronapandemin fortfarande i ett kritiskt läge. Regeringen och Folkhälsomyndigheten har, efter samråd med bland annat de regionala smittskydds-läkarna, beslutat att särskilda restriktioner och extra råd ska gälla i hela landet från den 15:e december. Utgångspunkten för detta nummer är därför väldigt svår att planera för årets två första månader. Möjligheten till fysiska möten under 2021 kan komma att vara starkt begränsade. Styrelsen har därför fattat beslutet på det digitala styrelsemötet den 14:e december att vi ställer in våra månadsmöten den 9/1 och 13/2.

Jag vill tacka de som ändå har lyckats att hålla igång utomhusaktiviteter då den sociala samvaron har varit ett måste i dessa tuffa tider. Alla har inte kunnat vara med på dessa aktiviteter och jag uppmanar er därför att fortsätta hålla kontakt med varandra. Du kan också vända dig till någon i styrelsen: Kaj 070-616 51 09, Sonja 073-074 67 05, Lilian 070-888 13 46, Margaretha 070-427 04 41 eller Jan-Eric 073-916 61 90.

En ljuspunkt är att vi åter går mot längre och ljusare dagar. En annan ljuspunkt är att vi kan komma att bli vaccinerade relativt snabbt nästa år. De aktiviteter som vi, ABF och biblioteket försöker hålla igång de kommande månaderna finner du i tidningen. Har du tid över? Om du vill vara med och bidra med någon aktivitet, cirkel eller vara med i styrelsen och på så sätt bidra med att våra 345 medlemmar blir ännu mer aktiva framöver och för att vi ska både synas och höras bättre, så hör av dig till mig eller någon annan i styrelsen. Allt så att vi kan leva livet hela livet och känna att vi är viktiga!

Har du tillgång till en dator så kolla då på vår hemsida, www.pro.se/segeltorp, som vi uppdaterar mellan våra utgivningar av tidningen.

Hoppas att vi kan ses i mars då planeringen är att vi ska kunna hålla ett fysiskt årsmöte och någon form av underhållning!

Se till att ni släcker ljuset när ni lämnar rummet, då får ni en roligare helg.

– Ernst Kirchsteiger

GOD JUL OCH ETT GOTT NYTT 2021!

//Kaj

När man går fram mot ytterdörren och har en krans i näshöjd, då ska det mycket till för att man inte fattar att det är jul. Och är den sen lite fin också – då förhoppningsvis tickar man i gång.

– Ernst Kirchsteiger

Förhållningsregler

Vid alla träffar inomhus gäller att tvätta (30 sek) och sprita händerna både före och efter träffen, samt att hålla avstånd. Och stanna hemma vid minsta tecken på förkylning eller halsont.

Boule.



Vi hoppas kunna starta spel inomhus 12/1 kl. 12:00-15:30 i hallen vid Björnkulla.

Ansvarig är Hans Brunfeldt, brunfeldt@gmail.com eller 070-274 86 50. Medansvarig Gun Ericsson tel. 08-88 14 54 och PO Hallgren 08-97 21 60.

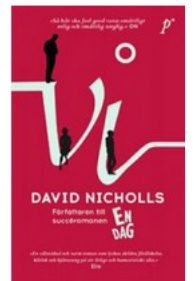
Släktforskning på Segeltorps bibliotek vissa torsdagar 12:30-15:30



Tyvärr står vi f.n. utan ledare för släktforskningen. Om du kan tänka dig att hålla ihop gruppen så kontakta Sonja 0730-74 67 05 e-post sonja.kvaal@telia.com.

Bok & film-cirkel vissa tisdagar i Torpet

Vi har inte planerat våren riktigt. Det som är planerat är en digital träff 19/1 kl. 9:30. Då tänker vi diskutera boken "Vi" av David Nicholls. Den går också som serie (4 avsnitt) i SVT1 (finns på SVT Play till juni) och den blir en del av samtalet. Anmäl till Sonja för både film- och bokträffarna 0730-74 67 05 e-post sonja.kvaal@telia.com.



Bildväv i Torpet måndagar 13:00-16:00

I dagens situation är det oklart när vi kan starta i Torpet. Kontakta Titti Rappmark (08-646 85 98 eller 073 646 82 60).



Torpet är f.d. Biblioteket/Fritidsgården (samma hus som skolans gymnastiksal), adress Chronas Väg 12 (eller 14 enligt Eniro)



Vi sjunger tillsammans måndagar

I dagens läge är det oklart när vi kan starta. Kontakta: Rose-Marie Djupsjö (08-646 98 46 eller 070-204 88 66) för information.

Öppet hus – Data för dej.

Vi hoppas kunna starta efter månadmötet i mars. Kontaktperson: Hans Brunfeldt, brunfeldt@gmail.com eller 070-274 86 50.

PRO har en datasupport öppen för alla medlemmar: tel.: 0771 171 171

Bridge i Magasinet

Vi hoppas kunna starta bridgespelet i magasinet i mars. Ansvarig är Lennart Rydberg tel. 070-669 16 14.



Resor

P.g.a. pandemin finns just nu inga resor planerade.

Efterlysningar!

I föreningen behöver vi fler som engagerar sig. Vill du, eller känner du någon som kan tänkas vilja bidra till föreningens verksamhet så kontakta föreningen på e-post segeltorp@pro.se eller Kaj (tel. 070-616 51 09) eller Sonja (tel. 0730-74 67 05). Det vi söker är:

- Konsumentombud 2 st.
- Studieorganisatör
- Trafik- och säkerhetsombud (området är stort så 2 behövs)
- Valberedning
- Cirkelledare för släktforskning

För seniorer på Fitness World:

Tisdag o torsdag kl 10:00: Utomhus i Tranparken tills vidare.

Funktionell träning (allsidig träning, styrka, balans, kondition).

Inomhusträning tills vidare med grupper om max 8 är det tisdagar och torsdagar kl. 8:00 och 8:45. För att vara säker är det bäst att kontrollera med gymmet.

På gymmet i centrum kan du som är medlem i PRO träna för 250 kr/mån. Årsavgiften är gratis första året. Det ger tillgång till gymmet hur mycket som helst.

PRO Huddinge samorganisation och ABF har ett gemensamt program med föreläsningar, musik och studiecirklar



ABF har såväl fysiska som digitala träffar.

För ABF-PRO akademins aktiviteter nedan gäller om inget annat anges:

Plats: ABF Huddinge, Kommunalv. 26, Blå Salen. Arrangemangen sänds digitalt om Coronarestriktionerna kvarstår. Länk fås efter anmälan.

Föranmälan är obligatorisk (antal deltagare begränsat) och görs till: info.huddinge@abf.se eller 08-774 02 70

Om inget annat anges är arrangemanget kostnadsfritt.

Litteratur och dagens Sverige PRO Folkhögskola - online

Måndagar och onsdagar kl. 10.00-14.00

Vi studerar litteratur, samhällskunskap och konst ur ett modernt perspektiv. Alla deltagares erfarenheter kommer att vara en viktig del av kursen och vi har mycket diskussioner.

Kursstart 18 januari 2021. 15 veckor. Deltagaravgift: 250:-/termin.

Kom igång och skriv dagbok i lugnare tempo - online

16/2 + 23/2 kl. 10.00-11.00

Inga förkunskaper krävs. Alla åldrar och nivåer är välkomna. Kursen består av en entimmes genomgång + ett uppföljningstillfälle samt ett gratis abonnemang hos Picapen.

Kursen är kostnadsfri.

En strimma av hopp

Onsdag 24 februari kl. 13.00-14.00

Föreläsningen handlar om vad som måste göras och om allt som ännu är möjligt att ställa om i den klimatkris som nu rycker allt närmare. Vi vet det vi behöver veta och kan vad vi behöver kunna. Nu gäller det att handla. Omställningen måste bli snabb och leda till ett inkluderande postfossilt välfärdssamhälle.

Föreläsare: Staffan Laestadius, professor emeritus i industriell utveckling vid Kungliga Tekniska Högskolan och verksam i tankesmedjan Global Utmaning.

Pettersson & Ström

Fredagen 26 februari kl. 13.00

Med glimten i ögat minns de eleganta herrarna gångna tiders äventyr och tillkortakommande i ett glädjefyllt program. Vi får höra sånger av bland andra Tom Jones, Hasse & Tage, Maurice Chevalier, Lasse Berghagen och Jules Sylvain



Daniel Yngwe

Fredagen 19 mars kl. 13.00

Uppträder med fantastisk sång, varma saxtoner och ett ordentligt party. Han blandar opera, party och humor med jazz, rock och musikal. Från Wallmans i Stockholm och Oslo, Kasino i Kina och vinnare av Världsmästerskap i Hollywood så kommer han nu till Huddinge med showen "Showman".



Appar, smartphones och surfplattor

Tisdagar kl. 13.30-15.00

En kurs på plats i ABF-huset där du lär dig mer om alla funktioner och smarta lösningar som en smartphone eller surfplatta har: skicka och ta emot mail, betala räkningar, swisha pengar, boka biljetter, resor, lyssna på ljudböcker, ringa gratis via appar m.m.

Fem tillfällen. Deltagaravgift: 400:-

Filosofiskt café

Är du nyfiken på att filosofera tillsammans med andra? Du behöver inte kunna något om filosofi, bara kom med ett nyfiket och öppet sinne! Fika finns på plats. Fri entré men föransmälan krävs och görs till info.huddinge@abf.se eller 08-774 02 70.

**ABF Huddinge,
Kommunalvägen 26**

**Omdömet
Ons 24/2
kl. 17.30 – 19.30**

**Tid
Ons 24/3
kl. 17.30 – 19.30**

**ABF Skogås
Skogåstorget 17**

**Intuition
Mån 15/3
kl. 15:00-16:30**

Mer info om de filosofiska
caféerna hittar du på www.huddinge.abf.se

**Digitalt Filosoficafé
för vuxna**

**Lycka, well-being
och hållbarhet
Må 15/2
kl 17.30 – 19.00
via ZOOM**

Digitala studiecirklar hos ABF

Loppis, retro, vintage, antik och kuriosa. Tis. 16:00 6*90 min. Avgift: 1020 kr

Introduktion i journalistik. Ons 16.00 6x90min. Avgift: 1020 kr

Digitalfoto med systemkamera. Ons 18.00 6x90min. Avgift: 1020 kr

Moa Martinsson – liv och verk. Tors 16.00 5x90min. Avgift: 900 kr

Jane Austen – liv och verk. Tors 16.00 5x90min. Avgift: 900 kr

Raymond Chandler och den amerikanska drömmen. Tors 16.00 5x90min. Avgift: 900 kr

Google filmer hos PRO

PRO riks har i samarbete med Google lagt upp några små utbildningsfilmer under rubriken Digital fika med Google. Lär dig mer och följ länkarna på

pro.se/digitalfika

Alla cirklar, kurser och all underhållning görs i samarbete med



Håll huvudet kallt, hjärtat varmt och händerna rena och HÅLL UT!

Huddinge kommuns seniorträffar



Under rådande omständigheter är inga seniorträffar öppna. **Kontaktperson:** Avtandil Zhgenti

Telefon: 08-535 12 19 **E-post:** avtandil.zhgenti@huddinge.se

Biblioteket i Segeltorp

Tyvär har inte biblioteket några aktiviteter planerade f.n.

Information: tel.:08-535 330 60, eller

segeltorps.bibliotek@huddinge.se.



Om du inte fått information från oss ...

kan det bero på att vi inte har korrekt mobilnummer eller e-postadress till dig. I så fall ändra själv dina uppgifter (se nästa sida) eller hör av dig till i första hand segeltorp@pro.se i andra hand till Sonja (073 074 67 05 eller e-post: sonja.kvaal@telia.com)

Har du koll på dina personliga uppgifter i medlemssystemet?

1. Gå till webbplatsen minasidor.pro.se och klicka på **Logga in**



2. Då kommer du till en inloggningssida.

3. Alternativ 1: Om du har Mobilt BankId

klicka på **Inloggning med BankID**

Då öppnas en sida där du kan fylla i ditt födelsenummer klicka på Fortsätt och sedan loggar du in som vanligt med BankID.

4. Alternativ 2: Om du inte har BankId

- a. Ange din e-postadress (OBS du måste vara ensam om den annars förstår inte systemet vem det är som loggar in.

- b. Om det är första gången Klicka på **Glömt lösenord**

- c. I annat fall fyll i ditt lösenord


- d. Klicka på **Inloggning**.

5. Första gången du loggar in behöver du godkänna villkoren (GDPR) för att få tillgång till dina uppgifter.

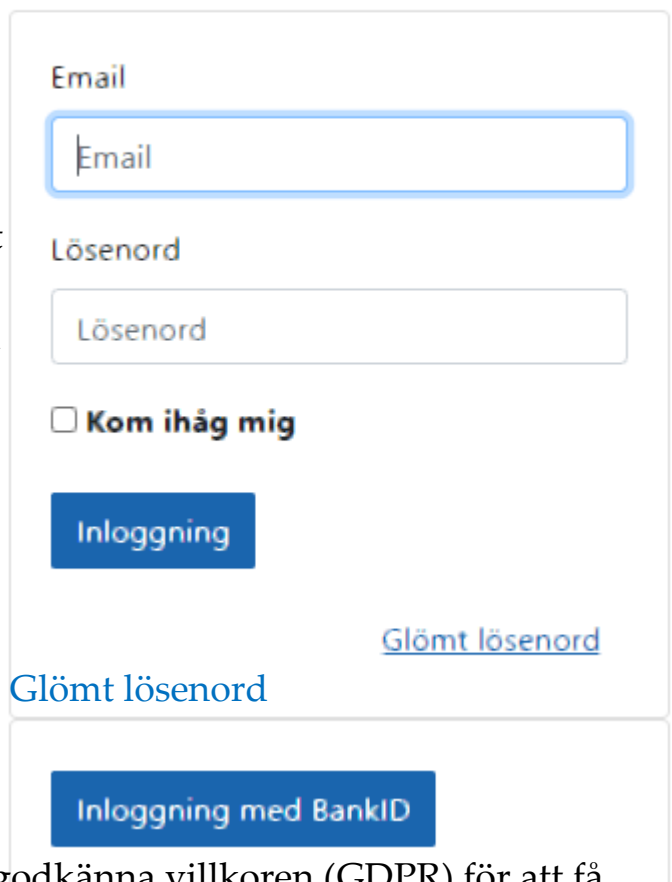
6. När du lyckats med inloggningen dyker dina uppgifter från medlemsregistret upp

7. Om du ser att du behöver ändra något klicka på **Redigera »**

8. Ändra det du behöver ändra. När du är klar Klicka på **Spara**

9. För att logga ut klickar du  på uppe till höger och väljer Logga ut i menyn som visas.

Om du inte lyckas kan du antingen kontakta Datasupporten 0771 171 171 eller föreningen (se annan plats)



Email

Lösenord

Kom ihåg mig

Inloggning

[Glömt lösenord](#)

Inloggning med BankID