

8 **PRO Högdalen-Bandhagen-Örby**  
grundades 1966 och firar på hösten 55-årsjubileum.



Styrelse från vänster: Karin Strandberg, Majlen Molin, Ralph Isaksson, Ulf Gran, Riffa Hänninen, Renate Olofsson och längst ner till vänster Barbro Steen.

e-post: [hogdalen-bandhagen@pro.se](mailto:hogdalen-bandhagen@pro.se)

Ordförande & studieorganisatör	Renate Olofsson	<a href="mailto:torsten.olofsson@telia.com">torsten.olofsson@telia.com</a> 070-770 94 66
Sekreterare	Karin Strandberg	<a href="mailto:karin.strandberg@telia.com">karin.strandberg@telia.com</a>
Kassör/medlemsansvarig/ styrelseledamot PRO STH-län	Ralph Isaksson	<a href="mailto:ralphisaksson9@gmail.com">ralphisaksson9@gmail.com</a> 070-672 35 99
Ledamot /ordf Enskede-Årsta- Vantörs Pensionärsråd	Ulf Gran	<a href="mailto:uffe@yo-yo.se">uffe@yo-yo.se</a> 0708-89 72 25
Ledamot	Majlen Molin	<a href="mailto:majsa166m@gmail.com">majsa166m@gmail.com</a>
Ledamot	Barbro Steen	
Ledamot/redaktör för hemsida, Facebook och medlemsbladet	Riffa Hänninen	<a href="mailto:riffa.hanninen@outlook.com">riffa.hanninen@outlook.com</a> 0708-99 91 98

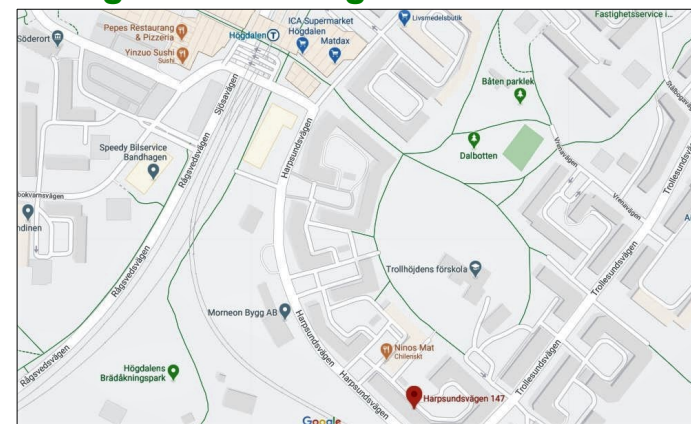
*Lämna in denna annons när du handlar för minst 500 kr hos MatDax i HÖGDALEN  
och få 10 % rabatt på ditt köp.*

**MatDax**  
HÖKARÄNGEN HAGSÄTRA HÖGDALEN [www.matdax.se](http://www.matdax.se)

**PRO**  
Högdalen  
Bandhagen  
Örby



Medlemsblad till PRO-medlemmar i  
Rågsved och Hagsätra våren 2021



PRO-lokal: **Harpsundsvägen 147**, ingång både från gården och Harpsundsvägen  
(buss 143, 165 och 167, hållplats Trollesundsvägen)

Postadress: PRO Högdalen-Bandhagen, Harpsundsvägen 147, 124 58 Bandhagen

E-post: [hogdalen-bandhagen@pro.se](mailto:hogdalen-bandhagen@pro.se)

Telefon: 070-770 94 66 (ordf Renate Olofsson)

Hemsida: [www.pro.se/hogdalen-bandhagen-orby](http://www.pro.se/hogdalen-bandhagen-orby)

Org-nr: 802018-0017

PG: 19 27 79-7

Swish 070-672 35 99 (Ralph Isaksson)

## Kära PRO-medlemmar i Rågsved och Hagsätra!

2

Jag vill hälsa er hjärtligt välkomna till vår förening. Tillsammans kommer vi att ha trevliga sammankomster, fester och olika sorters aktiviteter. Vi har en stor och trevlig lokal på Harpsundsvägen 147 i Högdalen som vi hoppas att ni också kommer att använda.

Lokalen ligger nära Högdalens centrum, med gångavstånd till Högdalens tunnelbanestation och med en hållplats för busslinjerna 143, 165 och 167 utanför lokalen, så att det är lätt för alla medlemmar att komma till lokalen oavsett om de bor i Rågsved, Hagsätra, Högdalen, Bandhagen eller Örby.

Besök gärna vår **hemsida** [www.pro.se/hogdalen-bandhagen-orby](http://www.pro.se/hogdalen-bandhagen-orby) och vår **Facebook-sida** "PRO Högdalen-Bandhagen-Örby", om du har en smarttelefon eller dator.

Har du en e-postadress, vänligen mejla ditt namn och mobilnummer till [hogdalen-bandhagen@pro.se](mailto:hogdalen-bandhagen@pro.se). Om du har ett mobilnummer, men ingen e-postadress, skicka ett SMS med ditt namn till 0708-99 91 98 (Riffa Hänninen), så uppdaterar vi PRO:s medlemsregister. PRO Riks sänder sedan årsskiftet all information via e-post och utan mobilnummer eller e-postadress kan vi inte nå ut med information om våra aktiviteter.

Det senaste året har varit en stor påfrestning för oss alla. I dagens läge känner jag att vi kan se framåt, mörkret i tunneln har ljusnat. Tillsammans är vi starka och kan gemensamt bekämpa ensamheten och tristessen.

Än en gång varmt välkomna till vår förening!

Renate Olofsson  
ordförande PRO Högdalen-Bandhagen-Örby



## Balkan Deli

Hos oss hittar ni många produkter från Balkan samt även ett riktigt stort urval av delikatesser som är tillverkade i Sverige. Svenska råvaror och recept från Balkan ger oss en fantastisk kvalitet och närhet till produktionen som gör att vi kan erbjuda riktigt bra produkter till riktigt bra priser.

Stenkvistavägen 11	Mån-tor 10-18	0766-53 70 07
Högdalens centrum	Fre 11-19	Facebook: Balkan Deli
Bakom Högdalens simhall	Lör 10-17	<a href="http://www.balkandeli.se">www.balkandeli.se</a>
	Sön 10-15	

## Nya aktiviteter?

7

Har du förslag till nya cirklar eller andra aktiviteter? Du kanske vill leda en cirkel i engelska eller spanska, sjunga i en PRO-kör eller bara samlas med andra sångglada för att sjunga allsång i PRO-lokalen? Eller vill du släktforska alternativt börja bowla med andra PRO-are i Högdalens Bowlingpalatz?

Om du är intresserad av att spela schack- eller backgammon, finns det spelset för schack- och backgammon i PRO-lokalen.

Mejla dina förslag till [hogdalen-bandhagen@pro.se](mailto:hogdalen-bandhagen@pro.se) eller ring till vår ordförande Renate Olofsson, 070-770 94 66.

## Så länge sammankomster inomhus inte är möjliga ses vi utomhus

Sedan början av mars promenerar vi tillsammans varje torsdag, med start kl 13 vid Högdalskyrkan utanför tunnelbanan i Högdalens centrum. Så snart tillfälle ges kommer vi att börja med fika utomhus på gården utanför PRO-lokalen.

Aktuell information hittar du på [www.pro.se/hogdalen-bandhagen-orby](http://www.pro.se/hogdalen-bandhagen-orby) och på vår Facebook-sida



PRO Högdalen-Bandhagen-Örby

## Lokala förmåner:

### Högdalens Klippotek

Högdalsgången 10, T-banhuset  
08-647 00 84  
pensionärsrabatt vardagar kl 09.00 – 15.00

### Ingrids Fotvård – Marina Ekstrand

Skebokvarnsvägen 312, Högdalen  
08-99 78 00  
5 % PRO-rabatt



## ENGELBREKTS KONDITORI

Frukost, dagens lunch - bakverk, smörgåsar - VÄLKOMMEN!  
10 % rabatt för PRO-medlemmar

Högdalsgången 34  
mitt emot Coop  
Högdalens centrum

Mån-fre 07-19  
Lör-sön 09-18

08-99 47 52  
Facebook:  
Engelbrekts Konditori

## Forts... aktiviteter

Datum för aktiviteterna meddelas senare.

### Ärtsoppa eller våfflor

Torsdagar kl 12.30 – ca 14.00

Ärtsoppa med ostmacka, á 40 kr, och för den som vill, fläskpannkaka, á 20 kr, eller på våren och sensommaren våfflor med sylt, kaffe och kaka, á 40 kr.



### Filmvisning & seniorsurfarskola

Torsdagar efter ärtsoppa/våfflor



### Matlagning för herrar

Sista fredagen i månaden kl 11.00 - 13.30

Anmälan till Ralph Isaksson, 070-672 35 99, [ralphisaksson9@gmail.com](mailto:ralphisaksson9@gmail.com)

### Utomhus...

#### Boule

Onsdagar kl 11.00 – omstart snart

Boulebanan i Dalbotten-parken, Högdalen

Flera set bouleklot finns att låna i PRO-lokalen.



#### Promenader

Varje torsdag sedan mars, start kl 13 vid Högdalskyrkan utanför t-banan, Högdalens centrum.

## Fester

5

### Sommarfest

En söndag eftermiddag i juni, utomhus på gården utanför HSB-lokalen, Harpsundsvägen 147 i Högdalen, om pandemirestriktioner det tillåter. Grillat med sallad. Kaffe mm. Pris 150 kr.

### Jubileumsfest – vår PRO-förening fyller 55 år!

I samband med medlemsmötet måndag 4/10 kl 12.30, i Vantörs kyrkas församlingssal, Önskehemsgatan 21-25, Högdalen.

Anmälan till festerna: [hogdalen-bandhagen@pro.se](mailto:hogdalen-bandhagen@pro.se), eller Renate Olofsson, 070-770 94 66.

Bussresan till Österfärnebo, Gysinge bruk och Tobo som fick inställas p g a pandemin, planeras att genomföras under hösten 2021 om covid-19-restriktionerna det tillåter.

## Välkommen!



Alla cirklar i samarbete med ABF

**ANDRA**  
SECOND  
HAND **VARVET** i Högdalen

Överskottet går till  
barn- & ungdomsverksamhet  
samt långtidsarbetslösa och seniorer.

Öppet måndag–fredag 10–19 · lördag 10–16 · söndag 11–16  
Högdalsgången 17 · Tel 08-727 67 73

GILLA OSS PÅ FACEBOOK!  [www.andravarvethogdalen.se](http://www.andravarvethogdalen.se)

STOCKHOLMS STÖRSTA  
SECOND HAND

**Gåvor mottages tacksamt**

**Prydnadssaker, möbler, husgeråd, teknik, kläder m.m.**

Personal med lastbil  
kommer och hämtar, utan kostnad.

## Medlemsmöten

i Vantörs kyrkas församlingssal, Önskehemsgatan 21-25, Högdalen  
nedanstående måndagar kl 12.00 – 14.00.  
Kaffe med smörgås, å 50 kr. Lotterier.

**Måndag den 6 september**  
**Måndag den 4 oktober**  
**Måndag den 8 november**  
**Måndag den 6 december**

**Program för medlemsmöten  
meddelas senare.**

**Vill du spela Wordfeud via  
mobil? Kontakta Renate  
Olofsson, 070-770 94 66**



**PRO Trippelskrabet-lotter kan köpas hos Ralph Isaksson, 070-672 35 99**  
Du har chans att skrapa fram upp till 1.000.000 kronor! Du kan prenumerera på lotten eller köpa styckvis, å 25 kr.

**VI VET ATT LIVET  
FÖRÄNDRAS**

*då är det skönt att ha  
juridiken på plats*

Behöver du hjälp med en  
framtidfullmakt, testamente  
eller bouppteckning? Kontakta oss.  
Vi hjälper dig med familjejuridiken  
genom hela livet.

Håll utkik, snart kommer vi till er  
och föreläser om familjejuridiken!

**VERAHILL FAMILJEJURIDIK**  
Sicklastråket 3, 113 54 NACKA  
08-556 580 00  
stockholm@verahill.se  
**WWW.VERAHILL.SE**



6

## Cirklar och övriga aktiviteter

PRO-lokalen, Harpsundsvägen 147, Högdalen  
Studieorganisateur: Renate Olofsson, 070-770 94 66, [torsten.olofsson@telia.com](mailto:torsten.olofsson@telia.com)

3

**Startdatum för aktiviteterna meddelas senare.**

### Bridge

Måndagar och onsdagar kl 10.00-13.00  
Anmälan till Renate Olofsson, 070-770 94 66



### Bingo med fika

Måndagar kl 14.00-15.00, 40 kr.

### Sittyoga

Tisdagar kl 10.00-10.45  
Anmälan till Renate Olofsson, 070-770 94 66



### Afternoon Tea

Tisdagar kl 13.30-15.00, 50 kr.

### Datakurs/-hjälp för PRO-medlemmar

Onsdagar kl 10.00-12.00  
Lär dig om bank-ID, sociala medier, e-post, smarta telefoner.  
Ledare Ralph Isaksson, 070-672 35 99,  
[ralphisaksson9@gmail.com](mailto:ralphisaksson9@gmail.com) & Bengt Karlsson, SeniorNet



### Datahjälp i samarbete med HSB

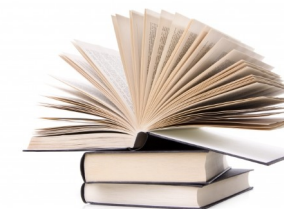
Onsdagar kl 14.00 – 16.00  
OBS: HSB-lokalen, Trollesundsvägen 157, Högdalen  
Ledare Ralph Isaksson, 070-672 35 99.

### Bokcirkel

Onsdagar kl 13.30-15.00  
Anmälan till Renate Olofsson, 070-770 94 66

### Läsecirkel

Torsdagar 10.00-12.00  
Anmälan till Majlen Molin, 070-552 87 46



forts på nästa sida...

**Ta med en vän som blir medlem så bjuder vi på en PRO Trippelskraplott!**