

Medlemsmöten

Känns skönt att saker äntligen börjar likna det som en gång var normalt. Kvarvarande medlemsmöten under hösten är lördagarna den 12/11 och 10/12 kl. 13:00, inträde som vanligt 40 kr.

Vårens första möte blir lördag den 14 januari.

Gratulationer

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

Vår ordförande har ordet sid 2
PRO Almanackan sid 2
Aktiviteter sid 2–4. Resor sid 5.
Aktiviteter hos andra aktörer sid 5–7.

Inställda aktiviteter sid 7 och Efterlysning sid 8
Förslag till dagordning för höstmötet sid 8.

Förhållningsregler

Eftersom pandemin tydligen inte vill ge sig så gäller fortfarande, även om du är vaccinerad, att tvätta (30 sek) och sprita händerna både före och efter en träff, samt att hålla avstånd. Och stanna hemma vid minsta tecken på förkylning eller halsont.

Julmingel på J&J Public Bar måndag 12/12 kl. 17:00



Julmingel på J&J den 12/12 2022. Pris 250 kr för glögg, pepparkakor, klassisk julmat, bröd, smör, ostbricka, kaffe och kaka. Vi sjunger julsånger tillsammans med PRO-sånggruppen. Dryck betalas separat.

Anmälan senast den 1/12 till Ellika Eriksson på SMS till nr 070-588 45 59. Ange även om vegetariskt alternativ önskas.



Hipp, Hipp hurra!
Stort GRATTIS.
 Siri Bergström
 Arne Andersson
 Odette Lundin
 Mona Gustavsson
 Lena Anderberg
 Malihe Zarchi
 Benny Upphagen
 Agneta Svärd
 Inger Sjösten
 Erik Olof Rydén
 Ewa Björklund

PRO-almanackan 2023

De kompletta almanackorna säljs i fyra färger så länge lagret räcker; ljusgrön, blå, röd och brun, och levereras med en kalenderdel och ett telefonregister.

Går att beställa hos Lilian (tel.: 0708-881346) eller på månadsmöte/måndagscafé, senast 12 december för leverans före jul. Pris: 60 kr



Vår ordförande har ordet:

På vårt kommande månadsmöte den 12 november ingår också vårt höstmöte där vår verksamhetsplan och budget samt årsavgiften till föreningen för nästa år som du kan vara med att besluta om!

Ensamhet är ett gissel och därför är det styrelsens målsättning att du ska må bra och uppleva en social gemenskap genom våra aktiviteter och träffar.

Vi väntar nu på att se hur det politiska styret ska se ut för den kommande mandatperioden i kommunen. En uppföljning av de frågor som vi hade upp i Valsamverkan 2022 ska ske främst genom det kommunala pensionärsrådet (HPR) men också via våra månadsmöten. Vår förening behöver dessutom hjälp av en **valberedning** för att besätta de platser som PRO:s stadgar kräver samt hjälpa till att finna de ombud som styrelsen anser behövs för att bedriva en bra verksamhet. Hör av dig till mig eller någon annan i styrelsen för en diskussion om hur du kan hjälpa till! Om du har tillgång till en egen dator så kolla då ibland på vår hemsida www.pro.se/segeltorp som vi uppdaterar med nyheter mellan våra utgivningar av vår tidning.

Väl mött på våra två återstående möten i år, den 12 november och 10 december kl. 13:00!

//Kaj

PUB träff på J&J Public Bar måndag 21/11 kl. 16:00.

Vi ses alltså på vår lokala PUB i Segeltorps centrum.



Månadsmöte lördag den 12 november kl. 13:00

Detta är föreningens höstmöte så budget, medlemsavgift och verksamhetsplan



för 2023 ska beslutas. Information och lotterier utlovas. För underhållningen står "Josefins New Orleans Gang" – ett tradjazzband som spelar musik från 1920–30 talet av t.ex. Louis Armstrong, King Oliver, Bix Beiderbeck, Duke Ellington m.fl. Flera instrument trakteras: Trumpet, 2 st. klarinett, sång, banjo, tuba, trummor.

Föreningen bjuder på landgång så **anmälan krävs. Senast den 7/11**

till Margaretha (070-4270441 eller m.w.petterson@outlook.com)

Månadsmöte lördag den 10 december kl. 13

Sista mötet för året går i julens tecken. För underhållningen står vår egen sånggrupp som sjunger svenska julvisor och leder allsång. Information och lotterier blir det givetvis också.



Fikaträffar

Måndagar kl. 13:00 bjuder PRO Segeltorp på fika på baksidan av Torpet (mot fotbollsplanen, se sid 5), november ut förutsatt att intresse finns.

Kontakt: Kaj (tel. 070-616 51 09) eller Margaretha (070-427 04 41).

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 korv och matsäck).

Oftast går vi till Gömmaren ca 3 km enkel väg. Kläder efter väder.

Kontakt: Ellika Eriksson tel. 070 588 45 59.



Bridge i Magasinet onsdagar kl. 12:00

Sista dagen för hösten är 7/12. Ansvarig är Lennart Rydberg tel. 070-669 16 14.



Alla cirklar, kurser och all underhållning görs i samarbete med



Bok & film-cirkel vissa tisdagar i Biblioteket

Höstens sista träffar är:

- 15/11 kl. 10:00 Bok: Della Owens: *Där kräftorna sjunger*
- 22/11 kl. 10:00 Film: *Utvandrarna*. (Tyvärr kan vi inte visa filmen *Där kräftorna sjunger* i november så den kommer i januari.)

På träffen 15/11 kommer vi att besluta om tider, böcker och filmer för vårens träffar.

Anmälan till Sonja 0730-74 67 05 e-post sonja.kvaal@telia.com.



Boule.

Tisdagar kl. 12:00-14:30 blir det spel inomhus i hallen vid Björnkulla. Sista dagen för hösten är 20/12.

Medtag fika. Ansvarig är Hans Brunfeldt, brunfeldt@gmail.com eller 070-274 86 50.

Medansvarig PO Hallgren 08-97 21 60.



Vi sjunger tillsammans måndagar kl. 11:00-13:00.

I Segeltorps kyrka. Terminens sista dag är 5 december. Det enda kravet är att du tycker det är roligt att sjunga. Anmälan och information Rose-Marie Djupsjö (08-646 98 46 eller 070-204 88 66) som leder.



För seniorer på Fitness World:

Torsdag kl. 10:00: Utomhus i Tranparken tills vidare. Funktionell träning (allsidig träning, styrka, balans, kondition).

Inomhusträning finns flera pass i mindre grupper, se gymmets webbplats <https://www.fitnessworld.cc/>.

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.

PROIT Support

Du som medlem i PRO har möjlighet att få kostnadsfri hjälp med dina datorproblem. Vardagar 8:00-18:00 på tel. 0771-171 171

Resor

Julbordskryssning med M/S Rosella

Datum: Måndagen den 5 december Anmälan senast den 20 oktober till Kathrine Hultman Eriksson 076-2362668 eller kathrine.a.eriksson@gmail.com eller till Irene Berggren 073 -9442206 irene.berggren14@gmail.com eller Birgitta Breitholtz 070- 5614324 birgitta.breitholtz@telia.com

Avgångstider enligt nedan: - Skogås: 09:10 - Stuvsta, Segersminnev. 1C: 09:25 - Centrala Huddinge (Hpl 709): 09:30 - Segeltorp Centrum: 09:45

Aktiviteter hos andra aktörer-----

Segeltorps kyrka

Förutom musiklunch på onsdagar finns det i kyrkan aktiviteter på tisdagar som drivs i Huddinge kommuns regi, men som just nu inte annonseras.

Kaffe/te, bulle med påtår kostar 15 kronor, kaffe med påtår kostar 10 kronor Verksamheten är öppen tisdagar 09:00-15:00 t.o.m. 20/12. Avvikande öppettider: 8/11 och 6/12 öppet 9:00-12:00 (Mer utförligt program finns på pro.se/segeltorp under fliken Verksamhet hos andra aktörer)

Anmälan och frågor: Anmälan önskas senast dagen innan till frivilligsamordnare telefon 08- 535 312 06.

Gemensam lunch: Ta med dig det du vill äta det finns tillgång till mikrovågsugn. Program för november och december (mer fullständigt program på pro.se/segeltorp under fliken Aktiviteter hos andra aktörer).

1 november: Vi uppmärksammar alla helgonsdag (5/11)

8 november: Vi uppmärksammar farsdag och hattdagen. Ta på dig en slips och en hatt så vi kan anordna en slips- och hattparad.

15 november: Vi uppmärksammar Segeltorps historia och musikterapiens dag

22 november: Vi uppmärksammar första advent och brandvarnare dagen

29 november: Vi uppmärksammar andra advent och internationella volontärdagen

6 december: Vi uppmärksammar tredjeadvent och Nobeldagen

13 december: Vi uppmärksammar luciadagen och fjärtheadvent hur ser jultraditionerna ut världen över)

20 december: Dans och balans. **12:30 -15:00: Vi har knytkalas (du tar med dig det du vill äta) med julklappsspel** Man tar med sig om man vill en liten julklapp som är inslagen och kostar högst 25 kr.

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



SeniorNet Huddinge har sina träffar på huvudbiblioteket varannan torsdag kl. 13:00-ca 15:00

Program för resten av hösten:

20 okt	Vi hjälper dig lösa problem	Supportverksstad
3 nov	Kom igång med Sociala medier (samverkan Biblioteket)	Öppet hus
17 nov	Vi hjälper dig lösa problem	Supportverksstad
1 dec	Windows inställningar och rensning	Öppet hus
15 dec	Vi hjälper dig lösa problem	Supportverksstad

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



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

Plats: ABF Huddinge, Kommunalv. 26, Blå Salen.

Anmälan krävs och görs till: info.huddinge@abf.se eller 08-774 02 70

Betalning med Swish eller kort.

Fredag den 18 november kl. 13:00: Chuck Berry Mania

En kvintett mogna gentlemen som håller Chuck Berrys låtar levande, men även många andra rock-klassiker från 50- och början av 60-talet.

Entré: 100 kr för PRO-medlem: 80kr



Övriga evenemang på ABF i Huddinge:

Filmvisningar på ABF i Huddinge (nästa sida):

Entré: Gratis

Onsdagen den 21 september kl. 14.00 - "Mig äger ingen" (104 min)

Onsdagen den 5 oktober kl. 14.00 - "Nomadland" (103 min)

Onsdagen den 19 oktober kl. 14.00 - "Utvandrama" (148 min)

Onsdagen den 2 november kl. 14.00 - "Allt gick bra" (108 min)

Onsdagen den 16 november kl. 14.00 - "Captain fantastic" (114 min)

Onsdagen den 30 november kl. 14.00 - "En obekväm sanning" (95min)

Onsdagen den 14 december kl. 14.00 - "Mandela - vägen till frihet" (98 min)

Aktiviteter inställda t.v.-----

Data för dej och Datahörna på månadsmöten

Är tills vidare inställt.

Bildväv/Handarbete i Torpet

Tyvär har vi ingen som vill hålla i detta. Vi har ett skåp fullt med material – vävgarner, filt, m.m.
Synd om ingen vill använda sig av det.



Släktforskning på Segeltorps bibliotek

Vi har f.n. ingen som håller i släktforskningen, tyvärr.



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:

- Cirkelledare
- Konsumentombud 2 st.
- Trafik- och säkerhetsombud (området är stort så 2 behövs)
- Valberedning
- Fler som lyssnar av telefonsvararen behövs till Trygghetsringningen, kontakta Ulla Chressman tel. 073-936 37 48

Förslag till Dagordning höstmöte

Tid: 2022-11-12 kl. 13:00

Plats: Segeltorpsskolans gamla matsal

1. Höstmötet öppnas av föreningens ordförande
2. Fastställande av dagordning
3. Frågan om höstmötet är stadageenligtutlyst
4. Val av mötesfunktionärer:
 - a. Mötesordförande
 - b. Sekreterare
 - c. Två (2) protokolljusterare tillika rösträknare
5. Verksamhetsplan och budget för 2023
 - a. Beslut om verksamhetsplan för 2023
 - b. Beslut om medlemsavgift för 2023
 - c. Beslut om budget för 2023
6. Avslut