

# SEPTEMBERTRÄFF PRO Stuvsta-Snättringe

Torsdagen den 14:e september  
14.00-16.00 i Stuvstakyrkan



## Välkommen till höstens första PRO träff

**Underhållning:** Helén och Lars Lind Jaktlund pratar om "tickande bomber" och ramar in föreläsningen med musik och då främst Elvis.

**Inträde, kaffe och bulle:** PRO bjuder

**QUIZ** denna gång blir det lite blandat med lite dagsaktuellt

**Gunnels** spaning!

**Ordförande** har ordet och informerar

**Lottdragning och dragning på inträdesbiljett**

**Quiz svar och prisutdelning**

**Välkommen!**

*Kommande månadsträffar,*

- 12/10, Två röster, en gitarr och en fiol - Enez Ziga och Mona Rosell sjunger sånger från Sverige och Bosnien.

- 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, 0703-88 88 91, [kjall@jarvliden.com](mailto:kjall@jarvliden.com) eller Kent, 070-574 82 36, [kentrkotte@gmail.com](mailto:kentrkotte@gmail.com)

Aktiviteterna sker i samarbete med 

## Ordförande har ordet

Hoppas du haft en skön sommar. Vi har bjudits på varierande väder, varmt och torrt i början och blött och ruggigt på slutet, men i genomsnitt har det varit rätt bra. Själv har jag byggt på en liten stuga på landet.

Vi har 2 nya aktiviteter i höst, nämligen Bowling och Snickarverkstaden. Läs mer under rubriken "Studiecirklar" nedan.

Hösten första medlemsrekryterings aktivitet blir Långsjörundan, söndag 3 september, 10.00-15.00. Vi kommer att stå på position 6 och tanken är att vi skall sälja in oss till alla seniorer som tar en runda. Läs mer under "På gång" nedan.

Föreningens ekonomi är fortfarande mycket god, så vi fortsätter med gratis kaffe i stationshuset, 500:-/termin i bidrag till alla cirklar och gratis inträde på våra månadsmöten.

Kjäll (0730-88 88 91)

## Studiecirklar

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, 10.00-11.00	15/9	Hjördis Mattsson	070-763 14 17
Vinprovning	Tisdag, 18.00-21.00	26/9	Göran Larsson	070-627 83 15

Kontakta alltid cirkelledaren om du vill delta.

**Bowling** - Sonja Areskär drar igång bowling. Närmare bestämt torsdag 24 augusti 14.00. Om du är intresserad kontakta Sonja: [sonja@areskar.se](mailto:sonja@areskar.se) eller 070-710 35 01.

**Snickeri/verkstad** - På Solvägen 2 nära Paradistorget, finns en snickarverkstad klar för att ta



emot er som är intresserade av att snickra eller laga trasiga saker. När du vill börja ha tillgång till verkstaden, skickar du ett SMS med ditt namn, adress och telefonnummer till – Björn Eder, som äger villan med verkstaden, 073 040 47 83 eller [bjorneder@hotmail.com](mailto:bjorneder@hotmail.com). Björn ger en introduktion och kompletterande villkor för nyttjande av

**Kontakt:** Kjäll, 0703-88 88 91, [kjall@jarvliden.com](mailto:kjall@jarvliden.com) eller Kent, 070-574 82 36, [kentrkotte@gmail.com](mailto:kentrkotte@gmail.com)

Aktiviteterna sker i samarbete med 

verkstaden och maskinerna. **Kostnad:** Avgift 10 kr/tim + eventuellt material. Den som nyttjar verkstaden gör det på egen risk. Kolla upp att du har en olycksfallsförsäkring!

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

**Gymmix** drar igång höstterminen 28 augusti. Här hittar du [schema, priser, osv.](#)

**Långsjörundan** söndagen den 3:e september 2023. Start mellan 10.00-13.00 och rundan avslutas senast 15.00. För 21:a året i rad anordnar ett stort antal föreningar en tipspromenad runt Långsjön. Alla kan vara med. Det kostar ingenting och ingen föranmälan behövs. Det finns frågor för både barn och vuxna. Du väljer själv vid vilken av de 13 stationerna du vill starta. Målet blir där du startade. Du hittar en [karta med alla stationer här](#). I menyn överst hittar du också "Ljudfiler" där du kan lyssna och läsa om alla avsnitt av rundan.

**MåBra** drar igång tisdag 5 september. Här hittar du [programmet](#) för hela hösten.

**Film på ABF i Huddinge** varannan onsdag 14.00. Det startar med "Där kräftorna sjunger" 6 september. Det är fri entré! Här hittar du [programmet](#). Då antalet platser är begränsat krävs föranmälan till, info.huddinge@abf.se eller ring 08-774 02 70.

Prova på **Linedance**, fredag 8/9, 11.15-12.00. Majsan Engblom guidar oss till att prova på Linedance som är en dansform som härstammar från USA. Du behöver ingen partner då dansarna står på rader, så kallade "lineup". Vi ses på Folkes konferens, Huddinge centrum, Sjödalsstorget 1, Gula rummet. Det är gratis. Detta är en av aktiviteterna under [seniordagarna](#). Majsans **Linedance** kurs startar tisdag 12 september 15.30-17.00. Det är 12 ggr och kostat 1300:-. [Läs mer och boka.](#)

Årets **seniordagar** kommer att hållas på Folkes konferenscenter i Huddinge centrum, 7-8 september. Temat i år är Friskt åldrande i gemenskap, som handlar om hälsa, delaktighet, rörelse, kultur, välbefinnande, återhämtning, kost, skapande, ny kunskap och kreativitet. Seniordagarna är till för alla seniorer som bor i Huddinge kommun och anordnas i syfte att skapa dialog, delaktighet och samvaro med er seniorer. Här hittar du hela [programmet](#) i utskriftsformat, det finns massor av spännande aktiviteter att välja på.

**Digitaliseringskurs för seniorer** - Lär dig att använda din smartphone, surfplatta eller laptop, tex ringa dina anhöriga med bildsamtal, använda Bank-ID och Swish, betala räkningarna digitalt, osv. Första tillfälle, fredag 8 september. [Ta en titt och anmäl dig.](#)

**Loppis i Skeppsmyreparken**, lördag 9 september, 10.00-15.00.

**Mindfulness** - Medveten närvaro är en metod och ett förhållningssätt till livet. Genom Mindfulness övar vi oss i att vara närvarande i nuet och utvecklar vår uppmärksamhet acceptans och medkänsla. Kursen startar måndag 18 september. [Läs mer och anmäl dig.](#)

Boka in **Seniormässan** 3-5 oktober på Stockholmsmässan i kalendern!

## Aktiviteter under hösten

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

---

### Polis fordonssamling - Tullinge (Hamringevägen 1) söndag 10 september



Passa på att se några av polisens mest ikoniska polisbilar genom tiderna som tex en Porsche från 1970, en Volkswagen "bubbla" från 1974 och några av polisens säkerhetsbilar och flera motorcyklar.

Aktuellt datum,  
- Söndag **10 september**

**Öppettid: 10.00-14.00** och det är **gratis inträde!**

Gör ett eget museibesök eller anmäl dig till Anders om du vill samåka, (1) jag har bil och kan ta passagerare eller (2) jag vill åka med dig som har bil. Ange vilket tillfälle du är intresserad av, så syr Anders ihop en samåkning.

**Anmälan till:** Anders Åhlfeldt, 070-797 02 00, [anders.ahlfeldt@outlook.com](mailto:anders.ahlfeldt@outlook.com).

---

### Carl Eldhs ateljémuseum – fredag 22 september



Följ med till Carl Eldhs ateljémuseum. Det är ett konstnärsmuseum vid Lögebodavägen 10 i Bellevueparken i Vasastaden i Stockholm. Museet var skulptören Carl Eldhs ateljé. Ateljén är bevarad som Carl Eldh en gång lämnade den. Anläggningen är sedan år 2010 ett statligt byggnadsminne. Ett fint museum som ligger vackert på en kulle och innehåller mängder av Carl Eldhs skulpturer.

**Tid:** fredag 22 september samlas vi 12.30 vid Stuvsta station för att ta tåget till Odenplan, därefter buss några hpl till Sveaplan. Vi går ca 850m genom den vackra parken. Det finns bara enkel fika, alternativt, ta med

fika. Man sitter utomhus. **Kostnad:** 100:-

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

---

### Fotografiska museet – tisdag 26 september



Vi besöker Fotografiska museet tillsammans tisdagen den 26:e september. **Tid:** vi samlas vid Stuvsta station kl 13.00.

Vi åker till centralen och tar tunnelbana till Slussen, därifrån går vi.

**Kostnad:** 100 kr, extra seniorpris på tisdagar!

Det finns ett fint café som också är värt att besöka.

**Anmälan:** görs till Suzanne SMS eller telefon, 070-787 17 06

---

## Reijmyre glasbruk – torsdag 28 september



Reijmyre Glasbruk, som ligger i Finspångs kommun i Östergötland, grundades och började tillverka munblåst glas redan år 1810. Det är ett av Sveriges äldsta och fortfarande aktiva glasbruk och på bruket tillverkas allting helt för hand. Reijmyre kännetecknas kanske främst av karaktäristisk glasdesign, kombinerat med form och funktion i fantastiska färger, framför allt rött, grönt och blått. [Se hela programmet.](#)

**Avresa från Stuvsta:** 07.55, Segersminnevägen 1C

**Lunch** serveras på Dufweholms Herrgård

**Åter på hemorten** ca kl. 18.00-19.00

**Kostnad:** 950:-/person.

**Sista anmälningdag:** fredag 8 september

**Anmälan till:** Anders Åhlfeldt, 070-797 02 00, [anders.ahlfeldt@outlook.com](mailto:anders.ahlfeldt@outlook.com)

---

## Vandring - torsdag 5 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

---

## 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

## ABF PRO-akademin

Föredrag på ABF Huddinge Blå salen

- **Kriget i Ukraina** - Början till slutet för Putins regim, 27 september kl. 14

- **Kunde jag följa dig** - 25 oktober kl. 14

Det är **gratis** inträde.

Anmälan till: [info.huddinge@abf.se](mailto:info.huddinge@abf.se), 08-774 02 70



---

### Kriget i Ukraina



Den ryske presidenten trodde på en enkel och snabb seger när han beordrade anfallet på Ukraina. Men kriget har inte utvecklats som Putin räknade med, och journalisten och författaren Stig Fredriksson tror att det här blir Putins sista strid.

---

### Kunde jag följa dig



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.

**Kontakt:** Kjäll, 0703-88 88 91, [kjall@jarvliden.com](mailto:kjall@jarvliden.com) eller Kent, 070-574 82 36, [kentrkotte@gmail.com](mailto:kentrkotte@gmail.com)

Aktiviteterna sker i samarbete med 