

## Medlemsmöten

Det har äntligen blivit vår. Skönt att gatorna blivit sopade. Under våren återstår bara ett medlemsmöte den 11/5 (OBS! anmälan krävs). Våra traditionella medlemsmöten kommer även fortsättningsvis att vara andra lördagen i månaden kl. 13:00 i Segeltorps skolans gamla matsal.

Det betyder att höstens möten planeras till 14/9, 12/10, 9/11 och 14/12.

### Gratulationer

Här i PRO-Nytt uppmärksammar vi de som fyller 75, 80, 85, 90, 95 eller 100 år under tiden maj till augusti.

Aktiviteter sid 1-4

Ordföranden har ordet på sid 2

Adresser sid 5

Resor sid 4-5

Aktiviteter hos andra aktörer sid 5-8

### Måndagscaféerna fortsätter kl. 13:00

Måndagscaféerna håller på alla helgfria

Måndagar hela sommaren i Torpet.

Föreningen bjuder på kaffe/te med dopp (hembakat).

Lotteri blir det om vi är tillräckligt många.

Välkommen!

### Trivselträff 29 maj kl. 12:00 vid Magasinet



Det blir korb och bröd, kaffe med dopp, tipspromenad och (all)sång och musik.

Lagom med sol och värme hoppas vi på.



### **Hipp, hipp hurra!**

#### **Stort GRATIS:**

Agneta Forsbäck  
Håkan Lövgren  
Kristina Abrahamsson  
Gun Rosvall  
Kaj Carlberg  
Britt-Marie Norling  
Birgitta Folke  
Sylvia Sköld  
Gunbritt Löfling  
Anne Upphagen  
Markus Wirkstedt  
Birgitta Rydell  
Lilian Jensen  
Solveig Blomster  
Monica Corlin  
Gun Ringgaard  
Ingegerd Wallinder  
Inger Eriksson  
Kjell Lindblad  
Gunnel Boberg  
Viveca Wallonius  
Maj Britt Söderström  
Bernt Kallin  
Lourdes Filipsson

## Vår ordförande har ordet:

Tack till dig som kom till vårt årsmöte och gav oss i styrelsen ansvarsfrihet för vårt verksamhetsår 2023! Tyvärr så fick vi inte en komplett styrelse vald då vi saknar minst en ledamot. Styrelsen fick också fortsatt uppdrag (2017) att agera som en valberedning vilket inte heller är optimalt. Vi kommer nu i styrelsen att tillsammans med de ansvariga se över vilka aktiviteter vi kan fortsätta/komma igång med som täcker främst fram till nästa utgåva av vårt blad som utkommer i slutet av augusti.

För att kunna fortsätta att påverka kommunen och vara en stark röst behöver vi bli flera medlemmar. Tipsa dina kompisar som ännu inte är medlem hos oss vad vi gör och vill uppnå för 65+ gruppen.

Känner du att du har tid och lust över nu när du har lämnat arbetslivet och har framtiden framför dig och då bidra till att utveckla PRO Segeltorp till att vara en aktiv och attraktiv förening för alla pensionärer i Segeltorp? Hör av dig till mig eller till någon annan i styrelsen om du vill hjälpa till eller starta något nytt som gynnar och gläder våra medlemmar.

Sociala kontakter är fortfarande viktiga och jag uppmanar dig 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, Jan-Eric 073-916 61 90, Rune 070-667 73 30.

Har du tillgång till en dator/smartphone/surfplatta så kolla då på vår hemsida, [www.pro.se/segeltorp](http://www.pro.se/segeltorp), som vi uppdaterar mellan våra utgivningar av tidningen.

Väl mött på vårterminens sista möte den 11/5!

Nästa nummer av PRO-Nytt utkommer i slutet av augusti.

Ha också en skön och avkopplande sommar!

//Kaj

### Medlemsmöte lördag 11 maj kl. 13:00



Den 11 maj är vårens sista möte. Caroline Langenheim kommer och spelar och sjunger. Det kommer att serveras landgång så du behöver anmäla dig så att vi köper in lagom många. **Anmälan senast 4 maj** antingen på vår webbplats eller till Margaretha på e-post [m.w.pettersson@outlook.com](mailto:m.w.pettersson@outlook.com) eller på SMS/telefon 070-427 04 41

### Boule tisdagar kl. 12:00.

Vi spelar boule utomhus på bouleplanen vid Lövkärsvägen/Jakobslundsvägen. Ta med fika. Ansvarig är Hans Brunfeldt, [brunfeldt@gmail.com](mailto:brunfeldt@gmail.com) eller 070-274 86 50. Medansvarig är PO Hallgren 0708-97 21 60.



### Bridge i Magasinet onsdagar kl. 12:00

Sista bridge i magasinet för våren är den 22 maj. Ansvariga: Marianne Marshall Olsson Mobil: 073 532 07 22, e-post:

[marianne.marshall@telia.com](mailto:marianne.marshall@telia.com) och

Bert Bender Mobil: 072 747 40 76, e-post: [bertbender52@gmail.com](mailto:bertbender52@gmail.com)

*Gillar du att spela Bridge? I så fall kom med. Vi är inga proffs och tar gärna emot ovana spelare. Det räcker om du har grundkunskaper.*

### Sommarbridge i Torpet vissa onsdagar kl. 11:00

I sommar spelar vi bridge i Torpet alla onsdagar mellan 3/7 och 14/8. Ansvarig är Sonja. E-post: [sonja.kvaal@telia.com](mailto:sonja.kvaal@telia.com) Mobil 073-074 67 05

Alla cirklar, kurser och all underhållning görs i samarbete med



### Vi sjunger tillsammans måndagar 11:00-13:00



Sista träffen för våren är 27 maj. Det finns inga kunskapskrav det räcker att du tycker det är roligt att sjunga. Sånggruppen träffas i Segeltorps kyrka. Kontakta: Rose-Marie Djupsjö (08-646 98 46 eller 070-204 88 66) för mer information.

### Bok & film-cirkel kl. 10:00 på biblioteket i Segeltorp

Boksamtal: 23/4 boken *Ninas resa* av Lena Einhorn

Film: 7/5 *Ninas resa* som bygger på boken.

Du behöver ha lånekort och vara registrerad för Meröppet. Anmäl antingen på vår webbplats eller till Sonja för både film- och bokträffarna e-post [sonja.kvaal@telia.com](mailto:sonja.kvaal@telia.com) eller mobil: 0730-74 67 05.



### Fredagsvandringar till Gömmaren kl. 10:00

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. Ansvarig och information: Ellika Eriksson tel. 070 588 45 59.



### Resor

Mer information om resorna finns hos våra reseombud (som du kan träffa på medlemsmöten) och på föreningens webbplats ([pro.se/segeltorp](http://pro.se/segeltorp) under Resor och utflykter).

Våra reseombud är:

Margareta Piper [mepiper@hotmail.com](mailto:mepiper@hotmail.com) tel. 073-9660199

Inger Olsson [inger.1949olsson@gmail.com](mailto:inger.1949olsson@gmail.com) tel. 073-0816981

Gerd Nyberg [gerddubai@hotmail.com](mailto:gerddubai@hotmail.com) tel. 070-6535150

Mer information på föreningens webbplats [Resor och Utflykter - PRO](#)

### Resa till Väddö och Albert Engström museet onsdag 15 maj

I priset ingår buss, besök på Väddö Gårdsmejeri, guidat visning vid Albert Engström-museet, lunch på Hotell Havsbaden Grisslehamn **Pris: 1.250:-** (min 25 personer). **Anmälan senast den 15 april.**

### Upplivedagar på till Åland torsdag 30 – fredag 31 maj

Resa med Viking Line till Mariehamn och guidning på Åland. I priset ingår buss till Stadsgårdsterminalen, buss med guide på Åland, middag, delat dubbelrum på 4-stjärnigt hotell inklusive frukost, frukost på utresa och buffémiddag på hemresan. Guidad tur på Övergårds äppelodling Bomarsunds fästning, dessutom kaffe och Ålandspannkaka hos Michael Björklund i Smakbyn. Pris per person 3795 kr (enkelrum tillkommer 615 kr) **Sista anmälningsdag 30 april.**



### Dagsresa onsdag 5 juni till Norrtälje Bränneri

I Resan Ingår Buss, Guidning, lunch inkl. måltidsdryck. Bränneriet erbjuder provsmakning av egenproducerade drycker av olika typer. Provsamakning betalas av var och en på plats. Alkohol fria alternativ finns.

**Pris: 855:- (Vid 40 st.) Sista anmälningdag 25 April.**

### Dagsresa torsdag 13 juni till 2 herrgårdar i Sörmland: Värskäl gård och Magdakullen



I Resan Ingår Buss, Guidning, lunch inkl. måltidsdryck.

**Pris: 855:- (Vid 40 st.) Sista anmälningdag 1 maj.**

### Dagsresa torsdag 22 augusti till Tumba bruksmuseum och Afternoon tea på Sturehovs slott.

Guidade visningar både på museet och på Sturehovs slott.

Pris 1075 kr. **Sista anmälningdag 17 juli.**

### Vårt grannland Norge. 6 dagar med buss 6-11- september 2024

I priset ingår: Bussresa i helturistbuss, logi 5 nätter del i dubbelrum, 5 x frukost, 6 x luncher inkl. bordsvatten, 5 x middagar inkl bordsvatten, reseledare, färje- och vägavgifter.

Pris per person: 13 375:- (Enkelrumstillägg 3 300:- 5 nätter)

**Sista anmälningdag 20 juni.**



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

Eniro)



**Magasinet** ligger på Mäster Lorenz väg 3

### För seniorer på Fitness World:

Måndag, tisdag o torsdag: Funktionell träning (allsidig träning, styrka, balans, kondition) för seniorer. Flera tider finns, se [Fitness Worlds webbplats](#)

På gymmet i centrum kan du som är medlem i PRO träna för 300 kr/mån. Det ger tillgång till gymmet hur mycket som helst.

## Huddinge kommuns seniorträffar

I Segeltorp äger dom rum tisdagar 9:00-15:00 i Segeltorps kyrka ingång genom förskolans entré. Se under [Aktiviteter hos andra aktörer](#).

Troligtvis är det sommaruppehåll i juli.

### **Anmälan och frågor**

Anmälan senast dagen innan till frivilligsamordnare på telefon 08-535 312 06.

### **Prova på Schack 3 torsdagar kl. 14:00-15:30**

Inga förkunskaper behövs – kom och spela. Följande torsdagar: 23 maj, 13 juni och 8 augusti. Serenadens seniorträff, Melodivägen 22, Skogås.

Anmälan senast dagen innan på telefon 08-535 548 90 eller e-post: [serenadenseniortreff@huddinge.se](mailto:serenadenseniortreff@huddinge.se)



Vill du veta vad Huddinge kommun kan erbjuda dig som senior?

Boka ett möte med Marie-Louise (biståndshandläggare). Telefon 08-535 312 38, e-post: [marie-lousie.arvidsson@huddinge.se](mailto:marie-lousie.arvidsson@huddinge.se)

### Biblioteket i Segeltorp

BIBLIOTEK



Anmälan görs på [bibliotek.huddinge.se/evenemang](http://bibliotek.huddinge.se/evenemang)

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

[segeltorps.bibliotek@huddinge.se](mailto:segeltorps.bibliotek@huddinge.se).

**Stick och virka:** kl. 16:00-18:00 tisdagarna 30/4, 7/5, 14/5, 21/5

**Bokcirkel, lätt läst:** kl. 14:00-15:00 onsdagarna 24/4, 8/5, 22/5.

**Filmvisning** på biblioteket den 7 maj kl. 10:00

## SeniorNet Huddinge

Vi träffas på huvudbiblioteket i Huddinge vissa torsdagar kl. 13:00. Äldre hjälper äldre med IT. Föreläsningar inom olika ämnen varvas med supportverkstad där du kan få hjälp med dator, telefon och surfplatta.

**Föreläsningar:** 16 maj: Konsumenträtt och Skydda dig från nätbedrägerier.

**Supportverkstad:** 25 april



## PRO:s folkhögskola i Huddinge

Vecka 35 startar kurserna som hålls på ABF i Huddinge. Följande kurser finns: Vandra tillsammans (tisdagar), Lugna strövtåg (torsdagar), Konst – prova på! (tisdag-onsdag), Samhället och det svenska språket (måndag-tisdag), Livskunskap – vad är det som formar oss? (torsdag-fredag), Världen (torsdag-fredag), Hållbarhet. Vad betyder det för människan och planeten (onsdag och fredag).

Mer information finns på [PRO Folkhögskolas webbplats](#). Information om kurserna i [Huddinge finns på undersidan "Kurser i Stockholm"](#)



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



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

### Darya och Månskensorkestern lördag 25 maj kl. 15:00



Obesvarad kärlek, tårdrypande texter och smäktande melodier i ett alldeles eget melankoliskt musikaliskt universum tillsammans med den finska tangons främsta ambassadörer i Sverige. Finska popörhängen och krigstidstangos framförda

med elegant tidlöshet utlovas och du bjuds upp till dans.

Avgift 80 kr för PRO medlemmar 100 kr för övriga.

### Andra evenemang på ABF i Huddinge

#### Följande filmer visas under våren:

Samtliga textade på svenska. Fri entré.

Onsdag 15 maj kl. 14:00 – Harold Frys oväntade vandring (108 min)

Onsdag 29 maj kl. 14:00 – Golda (100 min)

### Dansvecka 29 april till 5 maj

På med dansskorna och **anmäl** dig till [info.huddinge@abf.se](mailto:info.huddinge@abf.se) eller 08-774 02 70. Samarbete mellan ABF och PRO-föreningar i Huddinge.



## Seniordisco

Lördagen den 4 maj  
18:00-22:00  
Blå Salen  
Inträde: 50:-

## Linedance

Fredagen den 3 maj  
15:00-16:00  
Blå Salen

Kostnadsfritt men anmälan krävs



Putsa dansskorna och anmäl dig redan idag

**PRO**  
föreningarna i Huddinge

**ABF**  
Huddinge

## PROVA PÅ

### Bugg

Torsdagen den 2 maj  
13:00-15:00  
Dansstudion i Fullersta  
Kostnadsfritt men anmälan krävs



finsk

## Seniordans

Fredagen den 3 maj  
10:00-12:00  
Dansstudion i Fullersta  
Kostnadsfritt men anmälan krävs



## Squaredance

Fredagen den 3 maj  
13:00-14:30  
Blå Salen  
Kostnadsfritt men anmälan krävs

