

Program för hösten 2024 och våren 2025



Foto: Pia Hällbom

Detta är PRO

Sveriges största mötesplats för pensionärer

Pensionärernas riksorganisation, PRO, är en av Sveriges största och mest aktiva folkrörelser med runt 260 000 medlemmar över hela landet.

PRO erbjuder många aktiviteter samt påverkar beslutsfattare och politiska organ i frågor som är viktiga för oss äldre.

PRO är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation som styrs demokratiskt av medlemmarna. Tillsammans verkar vi för ett samhälle där medborgarna har ekonomisk trygghet, där det finns bra vård och omsorg och där livsmiljön är trygg och stimulerande.



Ett brett samlat program för aktiv fritid i samverkan med våra PRO-grannar

PRO Liljeholmen samarbetar med grannföreningarna Hägersten, Fruängen-Västertorp, Kransen-Åsen, Solberga-Brännkyrka och Älvsjö-Herrängen i syfte att hämta idéer från varandra och att genomföra gemensamma aktiviteter inom områdena resor, studiecirklar, utbildningar, medlemsvärvningar, sociala kontakter och kampanjer.

Samverkan med grannarna i vår arbetsgrupp innebär att du kan delta i studiecirklar och prova de aktiviteter som erbjuds i gruppen utan krav på medlemskap i grannföreningen. Se utbudet på resp. förenings hemsida. Gäller i allra högsta grad resor och utflykter.

PRO Liljeholmen samverkar också med Intresseföreningen Varvseken i flera gemensamma arrangemang.

Resor och utflykter



Fyra dagar på Gotland den 13 aug. Säterdalsresan den 15 aug. Teater på Playhouse med "Sommaren 1976" den 9 okt. En resa till Miniature Kingdom och Eskilstuna den 16 oktober och en julbordsresa till Blommenhof den 11 dec är bokade för hösten. Fler resor är på gång både till hösten och till våren 2025. Se fyllig reseinformation på vår hemsida under fliken *Verksamheter/Resor*.

Boka resan hos Britta Svensson, 073-076 27 35, brittaproliljeholmen@gmail.com eller till Eva Sjöholm, 070-320 87 77, eva.sjoholm@outlook.com



PRO Liljeholmen samarbetar med ABF i all verksamhet.

Andra tjänster

Fixartjänst Ring 08- 508 23 587 så kan du få hjälp av fixa hemma
PRO IT-Support Ring 0771-171 171 för hjälp med IT-problem

Mer om programmet hösten 2024 och våren 2025

Månadsträffar

Alla möten hålls i Varvseken, Gröndalsvägen 190, alltid en torsdag kl 13. Buss 133 till Ekensberg stannar alldeles utanför lokalen.

På månadsträffarna erbjuder vi information om aktuella ting, något att äta och dricka, lotteri och underhållning på vissa träffar.

Den första månadsträffen under hösten 2024 sker den 22 augusti, den 19 september, 17 oktober, 21 november och den 5 december (julbord). Den 6 nov träffar vi årets nya medlemmar. Under våren 2025 startar vi den 23 januari och fortsätter sedan den 20 februari, 20 mars (årsmötet), 24 april, 22 maj och avslutar med sillunchen den 12 juni.

Trivselträffar

har vi planerat med två pub-kvällar under hösten 2024, den första puben den 5 sept och den andra den 7 nov. Under våren 2025 planerar vi tre pubkvällar, den 6 febr, den 3 april och den 15 maj. Vi arrangerar också vår Friluftsdag den 25 september och planerar en Räkfrossa den 10 okt och en Söndagsbio den 20 okt. Vi slår också ett slag för pensionärsdans till levande musik i Hägerstensåsens Medborgarhus en gång i månaden kl 13-16 med start den 12 sept. Besök också gärna Hälsodagen på Stockholms stadion den 4 sept.

Studiecirklar

Litteraturcirkeln samlas alla tisdagar i Kajutan kl 10 där vi läser och diskuterar kring en utvald bok. Kontakta Pirkko Larsson för mer info. På onsdagar kl 13-15 varvar vi Rockens historia med Pia Hällbom med en ny cirkel om klimatet med Ing-Britt Falk och Pirkko Larsson. Vi planerar också att erbjuda våra medlemmar den populära cirkeln Läs & Res.

Stadsvandringarna

Hösten stadsvandringar börjar med kick-off i Varvseken den 5 september kl 11 för att skapa ett nytt program i första hand för kommande hösten. Britta Svensson och Olle Larsson håller i aktiviteten. Tel 073-076 27 35 resp 070-562 63 91.

Boule

Ett gäng boulespelare rullar sina klot i Liljeholmshallen varje fredag kl 10. Säsongen fortsätter i Sannadalsparken på vårkanten 2025 när vädret tillåter. Gunnar Haag är bouleledare. Tel 070-314 81 96.

Canasta

Varje tisdag spelar ett gäng canastaentusiaster sina kort i Varvseken kl 11-15. Kontakta Birgitta Ridder på 073-386 30 27 om du vill delta.

AktivitetensKalendern hösten 2024

Augusti

6 Canastagänget startar sin säsong varje tisdag kl 11-15
15 Resa till Säterdalen
16 Boulegänget rullar kloten i Sannadalsparken fredagar kl 10-12
22 Månadsträff

September

5 Kickoff i Varvseken för stadsvandringarna kl 11
5 Pub-afton kl 17-20
19 Månadsträff kl 13
25 Friluftsdagen

Oktober

1 Läsecirkeln startar, sedan varje tisdag kl 10-11.30
9 Teater på Playhouse, kl 16
11 Boulegänget börjar rulla kloten i Liljeholmshallen fredagar kl 10-12
16 Resa till Miniature Kingdom och Eskilstuna
17 Månadsträff kl 13
20 Söndagsbio i Varvseken
23 Rockens historia startar, sedan varannan onsdag kl 13-15
30 Klimatcirkeln startar, sedan varannan onsdag kl 13-15

November

6 Vi träffar årets nya medlemmar
7 Pub-afton kl 17-20
21 Månadsträff kl 13

December

5 Månadsträff kl 16 med julbordet i Varvseken
11 Resa till julbordet i på Blommenhof

AktivitetsKalendern våren 2025

Januari

- 7 Canastagänget startar sin säsong varje tisdag kl 11-15
- 10 Boulegänget börjar rulla kloten i Liljeholmshallen fredagar kl 10-12
- 23 Månadsträff kl 13
- 29 Klimatcirkeln startar, sedan varannan onsdag kl 13-15

Februari

- 5 Rockens historia startar, sedan varannan onsdag kl 13-15
- 6 Pub-afton kl 17-20
- 20 Månadsträff kl 13

Mars

- 6 Kickoff i Varvseken för vårens Stadsvandringar kl 11
- 9 Söndagsbio i Varvseken
- 11 Läsecirkeln startar, sedan varje tisdag kl 10-11.30
- 20 Månadsträff kl 13 med årsmöte

April

- 3 Pub-afton kl 17-20
- 24 Månadsträff kl 13

Maj

- 15 Pub-afton kl 17-20
- 22 Månadsträff kl 13

Juni

- 12 Månadsträff med sillunch kl 13

Föreningens styrelse och funktionärer

Styrelsen

Ordförande	Katarine Hällbom	070-7666308	pia-kjell@telia.com
Sekreterare	Ing-Britt Falk	076-6283122	ing-britt.falk@hotmail.com
Kassör	Hans From	070-7693806	fromhans47@gmail.com
Studieorganisatör	Pirkko Larsson	070-7147988	pirkko.larsson@gmail.com
Ordinarie ledamot	Gunnar Haag	070-3148196	hg Haag@gmail.com
Ordinarie ledamot	Mia Stridh	073-3420906	miamlstridh@hotmail.com
Ordinarie ledamot	Anne-Catrine Carlsson	073-0212554	catrin.carlzon@gmail.com
Ordinarie ledamot	Lennart Sundin	070-8705160	sundinlennart@gmail.com
Ordinarie ledamot	Birgitta Ridder	073-3863027	birgitta@ridder.se

Funktionärer

Medlemsansvarig	Mia Stridh och Katarine Hällbom
Reseorganisatör	Britta Svensson
Trafikombud	Daniel Ekman och Anders Nordmark
Bouleledare	Gunnar Haag
Kulturansvarig	Britta Svensson
Webbredaktörer	Gunnar Haag, Katarine Hällbom, Lennart Sundin
Mötesvärdar	Birgitta Ridder, Louise Backman, Carin Nyman
Trippelskräpet	Hans From
IT-ansvarig	Katarine Hällbom
Revisorer	Anders Nordmark och Roine Hangvar
Revisorssuppleanter	Britt Sundberg
Valberedning	Birgitta Ridder och Anders Nordmark
Resor	Boka resor: Britta Svensson, 073-076 27 35, brittaproliljeholmen@gmail.com Eva Sjöholm, 070-320 87 77, eva.sjoholm@outlook.com

PRO Liljeholmen, sedan 1960

PRO Liljeholmen är en vital organisation med 270 medlemmar som verkar för pensionärernas intressen inom våra kraftigt växande stadsdelar i Ekensberg, Gröndal, Liljeholmen, Lövholmen, Nybohov och Årstadal.

Fokus för verksamheten 2024-2025 är att skapa gemenskap mellan medlemmarna där föreningen är en naturlig samlingsplats att trivas i, vara Brunnen På Torget med träffar och trivselaktiviteter. Vi ska utveckla och bredda verksamheten för att tillvarata medlemmarnas intressen och skapa nya aktiviteter och därigenom nå fler medlemmar. Vi ska bedriva attraktiva verksamheter med intressanta studiecirklar, lättsam friskvård och kulturell verksamhet och synas och höras i lokala evenemang av olika slag.



Våra styrelse- och månadsträffar sker i Varvseken

Kommande styrelsemöten under hösten 2024 hålls den 8 aug, 5 sept, 2 okt, 6 nov och den 4 dec, Under våren 2025 träffas vi den 8 jan, 5 febr, 5 mars, 2 april, 7 maj och den 4 juni.

Datum och information om **manadsmötena** finns i Aktivitetskalendern.

Medlemmar som vill diskutera något eller vill ha svar på frågor är välkomna att ringa Mia Stridh på tel 073-342 09 06 och till Katarine Hällbom på tel 070-766 63 08 Även e-post till miamlstridh@hotmail.com och till pia-kjell@telia.com

Pensionärsrådet SPR träffar Hägerstens-Älvsjös stadsdelsnämnd regelbundet för att företräda pensionärernas intressen. Vår representant i rådet är Ing-Britt Falk. Vår representant i Stockholms läns sjukvårdsområde SLSO är Pirkko Larsson.

PRO Liljeholmen

Aktiviteterna sker i Varvseken, Gröndalsvägen 190 i Ekensberg.

Buss 133 stannar alldeles utanför lokalen.

Post: PRO Liljeholmen c/o Katarine Hällbom, Gamla Södertäljevägen 3 C, 129 55 Hägersten

E-post: liljeholmen@pro.se. Hemsida: www.pro.se/liljeholmen

Org nr 802497-5453. Pg 78 76 83-2. Swish: 123 063 3297

PRO Liljeholmen



Foto: Pia Hällbom