

# **PRO** *Liljeholmen*

## **Program för våren 2024**



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 270 000 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.

### Som medlem i PRO får du allt detta

**Gemenskap-** med många aktiviteter där du träffar nya och gamla vänner

**Politiskt inflytande-** du stöder och deltar i PROs påverkansarbete.

**Utvecklande studier-** via studiecirkel eller kurser i PRO-regi

**Medlemstidningen-** 8 gånger per år får du PROpensionären

**PRO Mervärde-** ta del av rabatter och förmåner

**PRO Försäkringar-** du kan teckna förmånliga försäkringar i PRO

**PRO Medlemsresor-** prisvärda resor via PROs egen resebyrå

### Alltid aktuella viktiga fokusområden för oss äldre

Högaktuell PRO-fokus under 2024 är också bostadsfrågan



# 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, studiecirkel, utbildningar, medlemsvärvningar, sociala kontakter och kampanjer.

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



Grannarna har bingo, biljard, Linedance, Qigong & Bowling

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

**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

# AktivitetsKalendern

## Januari

- 8 Silviakören startar, sedan varje måndag kl 11-12
- 9 Canastagänget startar sin säsong varje tisdag kl 11-15
- 12 Boulegänget börjar rulla kloten i Liljeholmshallen fredagar kl 10-12
- 17 Rockens historia startar, sedan varje onsdag kl 13.30-15
- 25 Månadsträff "Julgransplundring" kl 13
- 30 Läsecirkeln startar, sedan varje tisdag kl 10-11.30

## Februari

- 15 Pub-afton kl 17-20
- 22 Månadsträff Årsmöte kl.13
- 28 Kickoff i Varvseken för vårens Stadsvandringar kl 11
- 29 Teater på Playhouse kl 16

## Mars

- 12 Resa till Femörefortet och Öster Malma, Oxelösund
- 21 Månadsträff kl 13

## April

- 4 Pub-afton kl 17-20
- 10 Resa Hornborgasjön
- 25 Månadsträff kl 13
- 30 Valborgsgrillning i Varvseken kl.17

## Maj

- 8 Inbjudan till medlemmar som fyller jämt i år kl 13
- 16 Pub-afton kl 17-20
- 23 Månadsträff kl 13

## Juni

- 13 Månadsträff med silllunch kl 13

# Mer om programmet

## 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. Se AktivitetsKalendern Den första månadsträffen sker den 25 januari, sedan 22 februari med årsmöte, 21 mars, 25 april, 23 maj och 13 juni med sill-lunch.

## Trivselträffar

har vi planerat med tre pub-träffar under våren med den första puben torsdagen den 15 februari och sedan den 4 april och 16 maj. Tisdagen 30 april bjuder vi in till Valborgsgrillning i Varvseken.

## Studiecirklar

Litteratursirkeln samlas på tisdagar kl 10 med början den 30 januari där vi läser och diskuterar kring en utvald bok. Kontakta Pirkko Larsson för mer info. Rockens historia med Pia Hällbom fortsätter, liksom körsången med Silviakören och nya cirkeln Fågelskådning med Britta Svensson. Vi planerar också nya cirklar t.ex. Utflykter i naturen, Berättarcafé och Släktforskning.

## Stadsvandringarna

Vårens stadsvandringar börjar med kick-off i Varvseken den 28 februari kl 11 för att skapa ett nytt program för 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 med början 12 januari.. Säsongen fortsätter i Sannadalsparken på vårkanten 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 med start 9 januari. Kontakta Birgitta Ridder på 073-386 30 27 om du vill delta.

# Fler aktiviteter under våren

## Jubilarer med "jämna år", 75, 80, 85, 90 och 95

Medlemmar som fyller jämna år bjuds in till Varveken den 8 maj kl 13 med kaffe, tårta och ros.

## Övriga träffar

Teater på Playhouse Teater den 29 februari kl 16.00

## Vårens resor



Gemensamt arrangerade resor med våra samarbetspartner PRO:sexan till attraktiva till resmål och lokala utflykter till rimliga priser.

**Oxelösund "Femörefortet" den 12 mars**

**Hornborgasjön den 10 april**

Fylligare information om våra resor och utflykter hittar du på vår hemsida i fliken **Verksamheter/resor**

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

# Föreningens styrelse och funktionärer

## Styrelsen

Ordförande	Pia 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	hghaag@gmail.com
Ordinarie ledamot	Mia Stridh	073-3420906	miamlstridh@hotmail.com
Ordinarie ledamot	Annika Stridsberg	070-2118754	annika.stridsberg51@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 Pia Hällbom
Reseorganisatör	Britta Svensson
Trafikombud	Daniel Ekman och Anders Nordmark
Bouleledare	Gunnar Haag
Kultur	Britta Svensson
Webbredaktör	Gunnar Haag, Pia Hällbom, Lennart Sundin
Mötesvärdar	Birgitta Ridder, Louise Backman, Carin Nyman
Revisorer	Anders Nordmark och Roine Hangvar
Revisorssuppleanter	Britt Sundberg och Gertrud Schillén
Valberedning	Birgitta Ridder och Anders Nordmark
Resor	Boka resor: Britta Svensson, 073-076 27 35, <a href="mailto:brittaproliljeholmen@gmail.com">brittaproliljeholmen@gmail.com</a> Eva Sjöholm, 070-320 87 77, <a href="mailto:eva.sjoholm@outlook.com">eva.sjoholm@outlook.com</a>



## 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 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 hålls den 10 jan, 7 febr, 6 mars, 3 april, 8 maj och 5 juni.

Datum och information om månadsmötena 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 Pia Hällbom på tel 070-766 63 08 Även e-post till [miamlstridh@hotmail.com](mailto:miamlstridh@hotmail.com) och till [pia-kjell@telia.com](mailto:pia-kjell@telia.com)

Pensionärsrådet SPR träffar Hägerstens-Älvsjös stadsdelsnämnd regelbundet för att företräda pensionärernas intressen. Vår representant i rådet är Ing-Britt Falk. För information ring 076-628 31 22 eller maila till: [ing-britt.falk@hotmail.com](mailto:ing-britt.falk@hotmail.com).

## PRO Liljeholmen

Aktiviteterna sker i Varvseken, Gröndalsvägen 190 i Ekensberg.

Buss 133 stannar alldeles utanför lokalen.

Post: PRO Liljeholmen c/o Pia Hällbom, Vindragarvägen 16 B, 117 50 Stockholm.

E-post: [liljeholmen@pro.se](mailto:liljeholmen@pro.se). Hemsida: [www.pro.se/liljeholmen](http://www.pro.se/liljeholmen)

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