

Ordförande har ordet!

Nu drar det ihop sig till årsskifte igen. Styrelsen har planerat vårens verksamhet. Lite gammalt och lite nytt. Något om detta kan vi läsa om i detta blad, annat återkommer vi till i januari.

Under december hoppas vi kunna starta en studiecirkel om stroke, ett angeläget ämne. Även den som ännu inte drabbats har stor nytta av att känna igen symtomen och kunna hjälpa en medmänniska i en akut sjukdomssituation. Att ha förståelse och kunskap om rehabiliteringsprocessen är också viktigt. En cirkel för alla.

Vi har också pratat om de smarta mobilerna. Du vet de där moderna telefonerna för att lyssna på musik, se på film i Youtube eller SVT-play, höra på all världens radiokanaler, sköta e-posten, ha som kalender, få väderprognoser, spela spel, spela in och titta på videofilmer, surfa på nätet, ha som GPS eller använda som kamera. Jag skulle kunna fortsätta att räkna upp användningsområden hela sidan ner. Jag glömde en viktig sak: man kan ringa med dem också.

Finns intresse så hör av dig. Kanske kommer en cirkel för noveller igång till våren.

"**Sociala medier**" är ett annat område som känns nytt för många av oss. Har du intresse drar vi igång en cirkel för nybörjare nästa år. Vi lär oss hantera Blogga, Twitter och Facebook. Hör gärna av dig redan nu så vi kan kartlägga intresset.

För övrigt finns det utrymme för fler som engagerar sig i seniordansen, "Gnällspikarna", snickeriet, cirkeln om statsministrarna, Boulen och den intressepolitiska gruppen. Hör av dig, fråga eller notera på enkäten att du vill bli uppringd!

Vi ser framåt, visserligen har mycket hänt under det gångna året, men det är jul- och nyårshelgen och kommande år som är intressanta nu. Vi har några möten kvar i år men detta är sista bladet. Därför önskar styrelsen redan nu Dig och alla medlemmar en God Jul, ett gott slut på 2011 och framför allt Ett Gott Nytt 2012.

Kans Bergström

Studiecirkel om "Sveriges statsministrar under 100 år".

Förra året har det publicerats en bokserie kallad "Sveriges statsministrar under 100 år". Böckerna är samlade i en box och omfattar 22 volymer om c:a 120 sidor vardera – en för varje statsminister från den liberale Karl Staaff, som blev statsminister år 1905, fram till sittande Fredrik Reinfeldt.

Kom med i studiecirkeln! Du får perspektiv på dagens politiska liv!

Torsdagar kl 9.30 – 12.00. Start i februari. Cirkelledare: Lars Bergendahl

”Gnällspikarna!” Vi har startat en ny grupp som skall gå ut och titta på olika saker som gör att det inte är **”Tryggt och Snyggt”** i Kungsängen. Vi tittar på sådant som vi vill ändra på och förbättra i vår närmiljö och lämna förslag till politiker och kommunen. Intresserad? Ta kontakt med Krister Norling på mobilen 073-205 60 53 eller mejla honom på svartviken17@bredband2.com .
Vi träffas vid PRO-expen i Dagcentralen. Dag och tid bestäms vid träffarna.
Nästa träff den 5/12 klockan 10.00 – 12.00. Välkomna! Krister.

Schema över verksamhet för våra medlemmar under våren 2012.

Ämne	Dag/Tid	Plats/Lokal	Ledare
Seniordans	Tisdagar 10 – 12	Dagcentralen	Birgitta/Inger
Boule	Onsdagar 10 – 12	Boulbanan Svartviken	Hans Bergström
Fotogruppen	Olika dagar	Dagcentralen	Jan Westin
Sånggruppen	Fredagar 9.30 – 11.30	Dagcentralen Bro C	PRO i Bro
Snickeri	Tis/tors 9.30 – 12.00	Dagcentralen	
Cirkel om Statsministrar under 1900-talet.	Nästa cirkel? Ring Lasse på 581 726 42	Dagcentralen	Lars Bergendahl
Cirkel om Stroke	Kontakta Lasse	Dagcentralen	Lars Bergendahl
Släktforskning Nyb	Start 5 december	Dagcentralen	Christina Bergman
Datorkunskap	Mån, Tors, fred	Dagcentralen	Jan Westin/Lillo
Cirkel om Stroke	Dag bestäms senare	Dagcentralen	Lars Bergedahl

Datorkunskap våren 2012

Nybörjare i Windows med filhantering samt skriva i **ordbehandlaren MS Word**

Dag: 5 Måndagar **Tid:** 13.00 – 15.30. **Planerad start:** Ring Jan-Erik för mer info

Ledare: Jan-Erik Ryd Stålhammar.

Internet med e-post samt söka information på ”Webben” (www).

Hur man betalar räkningar över Internet, säkerhetsfrågor, Facebook mm.

Dag: 4 Torsdagar **Tid:** 13.30 – 16.00. **Planerad start:** Ring Janne för mer info!

Ledare: Jan G. Westin/Jan-Erik Ryd Stålhammar

Digitalt foto. Hur fotar man med digitalkameran, hur får man bättre bilder samt enklare **Bildbehandling i datorn med PhotoShop Elements mm**

Dag: 5 Fredagar. **Tid:** 9.00 – 11.30. **Planerad start:** Ring Janne för mer info!

Ledare: Jan G. Westin

Anmälan: Ring och prata med ledaren för att höra när nästa grupp startar i höst!

Jan Westin **Mobil:** 070- 719 11 43 E-post: jan.westin@globalnet.net

Jan-Erik Ryd Stålhammar. **Tel:** 581 724 18 E-post: staalhammar@bredband.net

Gunilla Lövmärk ABF **Tel:** 505 868 61 E-post: gunilla.lovmark@abf.se

Cirkel om Stroke.

Har du -, känner du någon som - eller är du rädd att drabbas av stroke? Då är detta cirkeln för dig. Vilka är i riskgruppen? Hur förebygger man? Hur känner man igen symptomen? Vad gör man när det händer? Vilka svårigheter stöter man på under rehabiliteringen?

Frågorna är många. Vill du veta mer är studiecirkeln om stroke något för dig.

Frågor och anmälan gör du till Lars Bergendahl tel 08-581 726 42 eller e-post

larske.bergendahl@telia.com. Vi behöver namn, adress, personnummer och önskemål om veckodag.

Endast kostnad för kursmaterial.

Strokeföreningen i Stockholm skall bilda en förening i Norrort för att verka närmare medlemmarna i vårt område. Är du intresserad kan du ta kontakt med Anna Rubin tfn: 076-295 42 88

Släktforskarcirkel.

Cirkeln startar **måndag 5 december kl 10.00** i studierummet, Dagcentralen i Kungsängen. Alla välkomna. Vi diskuterar vad vi vill lära oss och eventuellt delar vi upp oss i två olika grupper. Från januari 2012 blir det regelbundna cirkelsammankomster var 14:e dag. Ledare Christina Högmark Bergman. Kostnad endast för material.

Slöjd i "Snickeboa" i Dagcentralen! Vill du vara med och slöjda under våren 2012 i Dagcentralen. Anmäl dig till: Jan Westin 070-7191143 **Dag: Grupp1** Måndagar och/eller Onsdagar. **Grupp 2** Tisdagar och/eller Torsdagar kl 9.30 – 12.00. Vi har fått en ny ledare så vi kan erbjuda 1 – 2 grupper till på tisdagar och/eller torsdagar. Materialkostnad tillkommer.

PRO-resor under våren 2012.

Första resan är ett studiebeök på Återvinningscentralen Högbytorp samt till Bro Glasbruk. **Dag:** Tisdagen den 31 januari. Buss hämtar vid Kungsängens Dagcentral 13.00 och vid Bro centrum kl 13.20. Vi beräknar vara tillbaka vid ca 16.30.

Pris: 225 kr. I priset får Du bussresa, guidad visning samt kaffe med dopp!

Anmälan till Bo Björnell på telefon **Bost: 581 713 20 Mobil: 070-649 51 38**

E-post: bo.bjornell@bredband.net eller till Agneta Skott tel: 582 400 89

Resegruppen planerar flera resor under 2012.

Läs mer på vår hemsida www.prokungsangen.se. Om du inte har dator så kan du få hjälp med att hitta resa och skriva ut infoblad till den resa du är intresserad av på vår expedition. Öppettider ser du nedan. Endagsresor finns under våren. Kom gärna med idéer om vilka resor du skulle vilja ha. Hör av dig till Bosse på Tfn: 070-649 51 38 eller Marianne på Tfn: 073-8078452!

Möten som är kvar under hösten 2011. Vi samarbetar med ABF NSS.



Månad	Dag	Datum	Tid	Möten mm
November	Onsdag	30	16.00	Medlemsmöte. På dagordningen: Budget för 2012, medlemsavgiften för 2012 Bingo med fina priser. Lokal: Samlingssalen
December	Måndag	12	9.30	Styrelsemöte
December	Onsdag	14	16.00	Medlemsmöte. Luciafirande med barn från Bergaskolan

Möten för PRO-Kungsängen Våren 2012 Vi samarbetar med ABF NSS.



Månad	Dag	Datum	Tid	Möten mm
Januari	Måndag	9	9.30	Styrelsemöte
Januari	Onsdag	25	16.00	Medlemsmöte lokal information samt musikunderhållning. Medlemmar har ordet i "Medlemskvarten"
Januari	Måndag	30	9.30	Styrelsemöte
Februari	Måndag	6	13.00	Temamöte: Gratis hörseltest. Ett samarrangemang med Hörselskadades Förening i Järfälla och Upplands-Bro Kommun
Februari	Onsdag	15	13.00	Möte Nya medlemmar. Program kommer!
Februari	Tisdag	21	16.00	Pub-afton i Marina föreningshuset vid Svartviken
Mars	Måndag	5	9.30	Styrelsemöte
Mars	Onsdag	14	13.00	Temamöte. Från släktforskningen: Mansbot utdömdes, kvinna våldtogs, dömdes till döden och andra berättelser. Medverkan: Christina Högmark Bergman
Mars	Onsdag	28	16.00	Årsmöte
April	Måndag	2	9.30	Styrelsemöte
April	Måndag	16	13.00	Temamöte: Om August Strindberg 100 år efter hans död. Föreläsare Anita Persson Strindbergskännare
April	Onsdag	25	16.00	Medlemsmöte Program ej klart!
Maj	Måndag	7	9.30	Styrelsemöte
Maj	Tisdag	22	12 – 15	Medlemsmöte Sillunch i Hembygdsgården Föranmäla till PRO-expeditionen
Maj	Måndag	28	9.30	Styrelsemöte

Alla **temamötena** är i Dagcentralens **samlingssal** och alla **medlemsmötena** är i **Restaurangen** om inget annat meddelas. Boka in alla möten i din kalender redan nu så missar du inga möten!

PROs Expedition i Kungsängens Dagcentral Torget 4, Tel: 08-581 705 57

Öppettider: Måndag och Torsdag 10 – 12. Övrig tid: Telefonsvarare.

E-post: prokungsangen@telia.com. **Hemsida:** www.prokungsangen.se