

PRO Frötuna-Rådmansö



PROgram

Våren 2021

Spara programmet!

Styrelse (aktuell lista gäller fram till årsmötet 2021)

Ordförande	Alf Sandqvist	0176-26 91 59 / 070-558 99 88 e-post alf.sandqvist@hotmail.com
Sekreterare / Kontaktansvarig	Vakant	
Kassör Resekommitté	Eva Jansson	070-3049748 e-post evajansson13@hotmail.com
Vice ordförande / Medlemsansvarig / Kontaktansvarig / Dataskyddsbud	Tommy Gustafsson	076-028 80 45 e-post tommy.gustafsson@tgiw.se
Ledamot / Studieorganisatör/ Säkerhetsombud	Mille Petersson	076-049 80 11 / 0176-35 00 79 e-post millepetersson99@gmail.com
Ledamot / Friskvårdsansvarig	Hasse Björkman	0176-23 9013 / 076-047 19 49 e-post hassebjorkman@hotmail.com
Ledamot	Tuula Willén	073-614 06 27 e-post tus.willen@icloud.com
Ledamot	Jan-Erik Jansson	0176-400 40 / 070-634 85 17 e-post ann-brittkarin@hotmail.com
Ledamot / Hemsida/Facebook	Lena Carlson	070-589 00 22 e-post lenacalson@outlook.com

Adress	PRO Frötuna-Rådmansö c/o Eva Jansson Gräddö Skolväg 4 760 15 Gräddö
Hemsida	www.pro.se/frotuna-radmanso
E-Mail	pro-frotuna-radmanso@hotmail.com
Facebook	PRO Frötuna-Rådmansö
Bankgiro	147-6316
Swish	123 447 27 18 (gäller inte resor)

Önskar du samåkning
till medlemsmöten?
Hör av dig till Hasse
Björkman, se ovan

Medlemsmöten Våren 2021

Tid för medlemsmöten är klockan 12.30 om inget annat angivits i programmet

Plats för medlemsmöten är Rådmansö Bygdegård Gräddö

- 13 januari** **Medlemsmöte**
Rudi Eggers spelar skivor och berättar om artisterna
Skinksmörgås, kaffe och kaka serveras. Lotterier
Pris 60 kr förtäring inkl. dryck samt underhållning
- 24 februari** **Medlemsmöte Årsmöte**
Frågesport och bakgrundsmusik. Smörgås, kaffe och kaka serveras. Lotterier
Fritt inträde
- 3 mars** **PUB-afton**
16.00 Frågesport och bakgrundsmusik.
Vin och starköl finns att köpa till självkostnadspris. Lättare förtäring serveras.
Buss sponsras från Norrtälje. Går via Björknäs, Gummarö, Spillersboda och
Södersvik. Lotterier.
Pris: 100 kr för medlem, 150 kr för medföljande icke medlem.
Anmälan är bindande senast den 19 februari och görs till
Eva Jansson på tel 070-304 97 48
Sista betalningsdag den 26 februari.
- 31 mars** **Påsktallrik**
Underhållning ej klart vid tryck
Påsktallrik, kaffe och kaka serveras. Lotterier
Pris: 200 kr för medlem, 250 kr för medföljande icke medlem
Anmälan är bindande senast den 12 mars och görs till
Eva Jansson på tel 070-304 97 48
Sista betalningsdag den 24 mars.
- 28 april** **Medlemsmöte**
Mannekänguppvisning
Smörgås, kaffe och kaka serveras. Lotterier
Pris 60 kr förtäring inkl. dryck



26 maj

Medlemsmöte

Kurt Wenner spelar och sjunger

Smörgås, kaffe och kaka serveras. Lotterier

Pris 60 kr förtäring inkl. dryck samt underhållning

Medlemsmöten Hösten 2021

25 augusti

Medlemsmöte

Underhållning ej klart vid tryck

Smörgås, kaffe och kaka serveras. Lotterier

Pris 60 kr förtäring inkl. dryck samt underhållning

8 september

Räkfrossa

kl 16.00

Buffé med räkor och många andra goda tillbehör samt dryck serveras

Vin och starköl finns att köpa till självkostnadspris

Frågesport och bakgrundsmusik. Lotterier

Buss sponsras från Norrtälje som går via Björknäs,

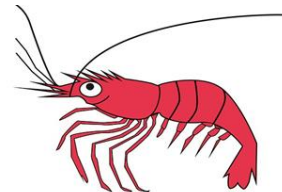
Gummarö, Spillersboda och Södersvik

Pris 200 kr för medlem, 250 kr för medföljande icke medlem

Anmälan, som är bindande, senast den 27 augusti som görs till

Eva Jansson på tel 070-304 97 48

Sista betalningsdag den 3 september



Anmälan kan göras till Eva Jansson på medlemsmöte eller tel 070-304 97 48

Resor och andra Evenemang Våren 2021

Anmälningar görs på medlemsmöte eller till Eva Jansson tel 070-304 97 48

7 april

Sparreholms slott och Bilmuseum

Buss avgår från Gräddö kl 07.00 och från Norrtälje kl 07.30.

Vi äter lunch på Fabriken, som ligger vackert belägen intill slottet och Sörmlands största sjö Båven.

Sen besöker vi Gråfors samlingar, som tar dig med på en resa genom tiden. Här finns också en unik samling av gamla motorcyklar, mopeder, cyklar och till och med en komplett bensinstation och en cykel- och mopedverkstad.

I lantboden finns saker från förr att köpa.

Åter i Norrtälje c:a kl 17.00.

Resan görs i samarbete med Boka Uppland.

Pris 720 kr

I priset ingår buss, bussfika, lunch samt inträden.

Anmälan, som är bindande, senast den 12 mars

Sista betalningsdag den 26 mars



19 maj

Dagsresa till Parkstaden Enköping och Grönsö slott

Vi åker en guidad tur med Parktåget och besöker Westerlundska gården som var doktor Westerlunds bostad och praktik med sina vackra planteringar. Guidning av Grönsö slott samt Utställningar. Lunch som består av husmanskost samt smör, bröd, sallad, dryck och kaffe.

I priset ingår buss, parktåget och Westerlundska gården med guider, lunch, eftermiddagskaffe och visning på Grönsö slott.

Pris 890 kr

Anmälan, som är bindande, senast den 12 april

Sista betalningsdag den 28 april

14 juni

Roslagen runt

Buss avgår från Gräddö kl 08.15 och från Norrtälje kl 08.45. Vi besöker Norrtälje Brenneri. Efter fika på den inglasade verandan, får vi en visning av bränneriet och berättat om vägen från jordbruk till dagens verksamhet.



Sen blir det ett besök på Bröderna Anderssons nostalgimuseum. De är tredje generationen lanthandlare. Hemma på gården har de byggt upp ett museum med bl.a. interiörer från deras föräldrars lanthandel, en Esso-mack samt en Formel 1-utställning med originalföremål, som har tillhört Ronnie Peterson.



Vi äter lunch på Samstorps Gård. Efteråt får ni en Safaritur samt kaffe och kaka. Det finns också En gårdsbutik, där ni kan köpa lokalproducerade varor.



Åter i Norrtälje c:a kl 16.45.

Resan görs i samarbete med Boka Uppland.

Pris 875 kr

I priset ingår buss, kaffe, lunch samt inträden.

Anmälan, som är bindande, senast den 21 maj

Sista betalningsdag den 4 juni

18 – 19 sept. Weeping Willows i Dalhalla



Vi åker från Rådmansö via Norrtälje upp till Falun, där vi kommer att övernatta på Scandic Lugnet och inta en 3-rättersbuffé innan vi far mot Dalhalla och kvällens höjdpunkt, Weeping Willows med vänner.

Det gamla kalkbrottet, eller draggångarna, som Dalhalla tidigare hette, är idag en akustisk utformad arena som kan jämföras med kända scener i antikens Grekland och Italien. Efter konserten väntas vickning bestående av fralla och kaffe/thé på hotellet. Efter en god natts sömn och lite sovmorgon beger vi oss hemåt efter frukost.

Dag 1 11:00-11:30 Avresa från Gräddö/Norrtälje

16:30 3-rätters buffé inkl. kaffe serveras på hotellet

20:00 Konserten med Weeping Willows börjar

00:15 Vickning vid hemkomst till hotellet

Dag 2 Frukost och sovmorgon

10:00 Avresa från Falun - Rast för lunch/fika längst vägen hem

14:00 ca Åter Norrtälje och c:a 14:30 Åter Rådmansö

Pris: 2 395 kr, Tillval: Enkelrumstillägg: 265 kr

I resans pris ingår: Bussresa, del i dubbelrum, 3-rätters buffémiddag, konsertbiljett, fralla och kaffe/thé efter konserten på hotellet, frukost dag 2.

Finkläder i Dalhalla är bekväma kläder. Det blir lätt kallt i kalkbrottet framåt kvällen. Tag med varma och bekväma kläder och skor. Det är en liten bit att gå ner till scenområdet från parkeringen. En filt eller något skönt att sitta på är att rekommendera.

Anmälan, som är bindande, senast den 17 mars

Sista betalningsdag den 8 juni

Anmälan kan göras till Eva Jansson på medlemsmöte eller tel 070-304 97 48



Andra evenemang

Friluftsdag

5 maj kl 10.00–14.00 vid Rådmansö Schakt Arena

Det blir femkamp och tipsrunda. Grillad korv, dricka kaffe och kaka finns.

Pris: 20 kr, betalas på plats

Mer information kommer på medlemsmötena

Anmälan senast den 25 april som görs till Eva Jansson på tel 070-304 97 48



Friluftsdag

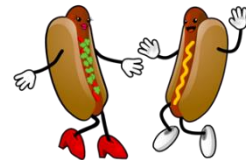
22 september kl 10.00–14.00 vid Rådmansö Schakt Arena

Det blir femkamp och tipsrunda. Grillad korv, dricka kaffe och kaka finns.

Pris: 20 kr, betalas på plats

Mer information kommer på medlemsmötena

Anmälan senast den 12 sept. som görs till Eva Jansson på tel 070-304 97 48



Avbokningsregler

(om inte researrangören har andra regler)

Ibland blir man sjuk och kan inte följa med på bokad resa. För sådana fall har Konsumentverket tillsammans med resebranschen utarbetat ett regelverk.

Kom ihåg att om Du har en reseförsäkring t.ex. i den vanliga hemförsäkringen, kan Du få ersättning för Din kostnad till PRO-föreningen från den. Läkarintyg krävs alltid.

Utflykter och studiebesök

Din anmälan är bindande och kostnader för guider osv. delas med antalet deltagare.

Avbokningskostnaden kan därför bli olika beroende på aktivitet.

I de fall enskilt bussbolag anlitas och resenären uteblir, oavsett skäl, ska kostnaden för bussen erläggas.

PRO:s Kollektiva föreningsförsäkring hos Folksam (100 180)

Premien betalas av riksorganisationen. Försäkringen gäller för olycksfall som inträffar när medlem deltar i PRO-organisationens verksamhet och vid direkt färd till och från verksamheten, samt uppdrag för föreningen, resor, möten, studiecirkelar, kurser m.m. förutsatt att beslut fattats av styrelsen.

Telefon till Folksam 0771-950950

PRO Försäkringar

Genom PRO Försäkringar kan du som medlem teckna fyra olika försäkringar som är skräddarsydda efter dina förutsättningar och önskemål.

Försäkringarna erbjuds av olika försäkringsbolag och går under den gemensamma beteckningen PRO Försäkringar.

Läs mer på PROs hemsida

I första numret av PRO Pensionären som kommer efter nyår kommer det att finnas information om försäkringarna.

Friskvård

Gymnastik

Kontakta Birgitta Neveling tel 0176-481 33, 070-996 30 19

Tisdagar kl 10.00

Avgift 360 kr/12 gånger



Bowling

Kontakta Hasse Björkman tel 0176-23 90 13, 076-047 19 49

eller Irene Bergholtz tel 070-768 02 92

En fredag i månaden

Avgift 100 kr/gång inkl. lån av skor



Boule

Sommarsäsong vid Rådmansö Schakt Arena

Tisdagar och torsdagar kl 09.30

Ansvarig Gunnar Abrahamsson

Tel 0176-407 19, 070-556 60 24



Vintersäsong i Norrtälje Boulehall

Tisdagar och torsdagar kl 09.45

Avgift 20 kr/person och gång

Bangolf

Sommarsäsong vid Granparken

Tisdagar kl. 10.00–13.00

Ansvarig Bengt Holgersson

Tel 070-317 51 88

Avgift 30 kr/3 timmar



Vintersäsong på Baldersgatan 16 B

Tisdagar och torsdagar

kl 10.00–12.00 och 12.00–14.00

Avgift 50 kr/person och gång



Studier

Handarbetscafé

Kontakta Eva Jansson tel 070-304 97 48
Tisdagar kl 10.00–13.30 med start den 12 januari
Avgift 100 kr/deltagare och termin



Släktforskning

Kontakta Sven Mohlne tel 070-334 73 70
eller Tommy Gustafsson tel 072-723 93 45
Måndagar kl 10.00–13.00
Rådmansö Bygdegård Gräddö
Avgift 100 kr/deltagare och termin



Matlagning för herrar

Kontakta Mille Petersson tel 076-049 80 11
Varannan tisdag kl 10.00–13.15
Rådmansö Bygdegård Gräddö
Avgift 100 kr/deltagare och termin



Har Du tips eller önskemål om ämne för en cirkel, kontakta studieorganisatör
Mille Petersson tel 076-049 80 11

Ex. Gitarrkurs, datakurs

ABF har en filmklubb. Vill du gå med i den så hör av dig till ABF tel 0176-129 50

Föreningen samarbetar med ABF



Verksamhetsplan 2021

Värdegrund

- Alla äldre ska leva ett värdigt liv och känna välbefinnande och ej utsättas för åldersdiskriminering.
- Alla äldre har rätt att bli bemötta med respekt. Få ha kvar sitt ansvar för sig själv så länge som möjligt men också få hjälp när behov uppstår.

Vision och strategi

PRO Frötuna-Rådmansö är en religiös och partipolitiskt obunden förening. Som medlemmar välkomnar vi alla som uppstår pension eller motsvarande, samt den som är gift eller sambo med medlem.

- Vi tillvaratar medlemmarnas intressen på det lokala planet, t ex i KPR.
- Vi har en öppen, välkomnande och inbjudande atmosfär.
- Vi är öppna för utveckling och nya idéer.
- Vi erbjuder alla medlemmar aktiviteter för gemenskap och social samvaro.
- Vi verkar för ökad samhörighetskänsla, trygghet och trivsel bland medlemmarna.

Information

Vi använder dessa kanaler för att nå ut till medlemmar och övriga pensionärer:

- Programblad som direktadresseras till medlemmarna vår och höst.
- Medlemsmöten.
- E-mail.
- SMS.
- Hemsida.
- Facebook.
- Annonsering i lokalpress.
- Personliga kontakter.

Aktiviteter

- Styrelsen har möten 11 gånger under året.
- Informationsmöte för nya medlemmar hålls två gånger per år.
- Medlemmarna inbjuds till medlemsmöten en gång per månad perioden januari-maj och augusti-december.
- Styrelsens ledamöter deltar i möten och utbildningar anordnade av Riksorganisationen, distriktet, ABF eller annan samordnare.
- Styrelsen arbetar för ett utbud av aktiviteter som främjar personlig utveckling, hälsa och ett friskare liv som motion av olika slag, resor, utflykter, teater-, bio- och museibesök samt studier.

Sponsorer under år 2021. Gynna gärna våra sponsorer!



25 % på alla färg samt kakel och klinkers

PRO-medlemmar erbjuds däckbyten för 200:-



Roslagens Sparbank



DIN BYGGHANDEL!
RäfnäsSåg AB
0176-40265

