



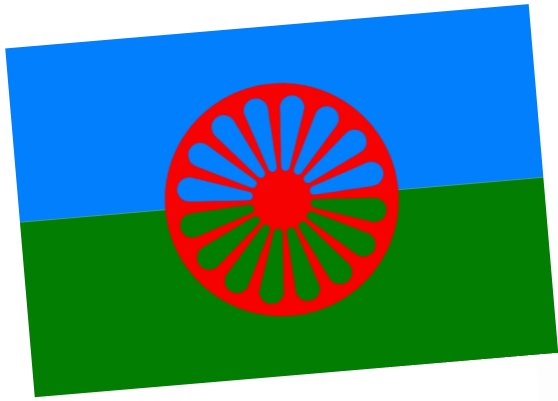
Minoritetslagen



Den svenska minoritetspolitiken har sedan den introducerades syftat till att ge skydd för de nationella minoriteterna och stärka deras möjligheter till inflytande, samt stödja de historiska minoritetsspråken så att de hålls levande.



Upplands-Bro
KOMMUNEN SOM GER PLATS





Innan Sverige
blev ett land



1920-talet



2000

- Sverige har aldrig varit ett enspråkigt land.
- Band annat tornedalsfinska, finska och samiska talades i Sverige långt innan Sverige blev en nation.
- Sverige skulle vara ett land och ha ett språk
- Olika raser skulle inte blandas, skallmätning skedde och människor delades in i kort och långskallar.
- Även finska böcker förbjöds i biblioteken. Ett förbud som upphävdes först 1957.
- På inrådan av Europarådet så lagstodgades minoritetsspråk i Sverige.
- Lagen (2009:724) om nationella minoriteter och minoritetsspråk (minoritetslagen) har gällt i Sverige sedan januari 2010.



Självddefinierings principen





Lagen (2009:724) om nationella minoriteter och minoritetsspråk (minoritetslagen)

Har gällt i Sverige sedan januari 2010.

Lagen beskriver vilka rättigheter som alla minoriteterna har i hela landet

- Samtliga kommuner och andra myndigheter är skyldiga att informera minoriteterna om deras rättigheter.
- De är också skyldiga att skydda minoriteternas språk och kultur och särskilt viktigt är barns och ungas rätt att få utveckla sitt språk och sin kultur.
- Dessutom är kommuner och andra myndigheter skyldiga att ge minoriteterna inflytande över frågor som berör dem.
- De ska anta mål och riktlinjer för sitt minoritetspolitiska arbete och dessa ska på begäran kunna lämnas ut till den myndighet som har uppföljningsansvar för lagen.

I förvaltningsområdena för finska, meänkieli och samiska gäller även

- Kommunerna är skyldiga att ordna väsentlig del av förskola och äldreomsorg på minoritetsspråken.
- De personer som vill använda sitt minoritetsspråk i kontakten med kommunerna har rätt att göra detta både muntligt och skriftligt.



Statsbidrag för merkostnader pga lagstiftningen om nationella minoriteter

Möjliga användningsområden är bland annat:

- dialog och samråd med minoriteter
- kartläggning
- handlingsplan
- informationsinsatser och översättningar
- organisationsöversyn och verksamhetsutveckling, tex inom förskola och äldreomsorg
- kultur- och språkinsatser
- synliggörande av minoriteter och minoritetsspråk, tex skyltning
- initiala mobiliseringsinsatser, till exempel inköp av litteratur, pedagogiskt material
- del av personalkostnader



Sammanfattning

- Förstå lagen om nationella minoriteter och vad det innebär.
- Tillsammans jobba mot samma mål där minoritetsspråken skyddas, stärks och hålls levande.
- Statsbidraget är till för merkostnader men det lagen kräver ska finnas med i varje verksamhetsplanering och grundbudget.
- Om vi inte följer lagen?
Finns inget exempel ännu men det är delvis därför uppföljningen nu ska ske, vi vill inte bli exemplet.





Lipplands-Bro
KOMMUNEN SOM GER PLATS



Datakurs på finska

Vi erbjuder åter datakurs på finska med Jaana Suorsa. Du behöver inte kunna något innan kursen, du kommer dit för att lära dig.

Ta med egen dator, mobiltelefon eller IPad. Vi går genom det du önskar och behöver.

Plats: Brohuset (lokal: Verkstaden men den sista träffen är i lokalen Julia)

Tid: 14:00-16:00.

Kostnadsfritt

Datum måndagar:

16 september

23 september

30 september

7 oktober

14 oktober

Viktigt!

Deltagare behöver ha egen utrustning med sig, det finns ingen att låna.
Jaana talar både finska och svenska.



Lipplands-Bro
KOMMUNEN SOMMER PLATS



Tietokonekursseja suomeksi

Tarjoamme syksyn aikana jälleen tietokonekursseja suomeksi. Kurssin ohjaaja on Jaana Suorsa. Sinulla ei tarvitse olla erikoistaitoja ennen kurssia, tulet sinne oppimaan.

Ota mukaan oma läppäri, puhelin tai iPad/tabletti. Käymme läpi sitä mitä sinä toivot ja tarvitset, sinun omissa tahdissa.

Paikka: Brohuset (verkstan mutta viimeinen on Juuliassa), Bro:ssa.

Aika: 14:00-16:00.

Kurssi on ilmainen

Maanantaisin:

16 syyskuuta

23 syyskuuta

30 syyskuuta

7 lokakuuta

14 lokakuuta

Tärkeää!

Osallistujat kuuluu ottaa mukaan omat tekniikat koska meillä ei ole lainattavaa.

Jaana puhuu suomea sekä ruotsia.



Upplands-Bro

KOMMUNEN SOM GER PLATS



Välkommen på finsk-svenska filmkvällar

Under hösten och vintern 2019/20 anordnar Upplands-Bro kommun finsk-svenska filmkvällar. Alla filmer har finskt tal och svensk textning. Åldersgränsen på alla filmer är 15 år, om inget annat anges. Fritt inträde.



En heavy resa (komedi)

Datum: Tisdag 17 september

Tid: 19:00 i Florasalen

Längd: 1h 32 min

Turo bor i en liten by i finska Lappland och är sångare i ortens tuffaste – och enda – heavy metalband. Bandet, som har tränat i 12 år men inte haft ett enda gig än. En dag får bandet en unik chans att förverkliga sina drömmar och uppträda på Norges största hårdrocksfestival. Då börjar en absurd och fartfylld roadtrip som inkluderar gravskändning, vikingahimlen och en beväpnad konflikt mellan Finland och Norge.



Det egna landet (historisk drama)

Datum: Tisdag 22 oktober

Tid: 19:00 i Florasalen

Längd: 109 min

Anni kommer från en välställd familj och lever ett tryggt liv. Veikko har vuxit upp i en arbetarfamilj i Norra-Karelen och skadats i kriget. Trots de olika bakgrunderna blir Anni och Veikko kära i varandra. Anni lämnar allt bakom sig för att slå sig ner i den karelska obygdan där ett hem så småningom ska se dagens ljus. Efter den rosiga början sätts dock Annis kärlek till Veikko på prov.



Glada tider, Kverulanten 2 (komedi)

Datum: Tisdag 26 november

Tid: 19:00 i Florasalen

Längd: 115 min

Kverulanten (Heikki Kinnunen) har mist sin hustru och bestämt sig för att sätta punkt för det egna livet. Det är ju liksom ingen poäng med någonting längre. Nyheten om den planerade egna hädangången faller dock inte i god jord hos sönerna som tycker att pappa slutgiltigt tappat den sista skruven. Återstår alltså bara en lösning: åldringshemmet. Men då har sönerna inte räknat med att 17-åriga barnbarnet Sofia, som bär på en stor hemlighet själv, har helt andra planer för farfars närmaste framtid.



Upplands-Bro

KOMMUNEN SOM GER PLATS



Tervetuloa syksyn elokuvailtoihin!

Upplands-Bro kunta tarjoaa edelleen suomalaisia elokuvia syksyn aikana.

Kaikissa elokuvissa on Suomen puhe mutta ruotsalainen tekstitys. Kaikissa elokuvissa on ikäraja K-15. Sisäänpääsy on ilmainen.



Hevireissu (komedia)

Päivämäärä: Tiistai 17 syyskuu

Klo: 19.00

Pituus: 92 min (**Paikka:** Florasali, Bro:ssa)

Turo asuu pienessä syrjäkylässä Suomen Lapissa ja johtaa seudun kovinta – ja ainoa – hevibändiä. Yhtyeen ura on muuten hyvässä vauhdissa, mutta siltä puuttuu vielä nimi, ensimmäinen keikka ja omat biisit. Eräänä päivänä bändi saa ainutlaatuisen tilaisuuden toteuttaa unelmansa ja soittaa Norjan suurimmilla hevifestareilla. Tästä saa alkunsa absurdi roadtrip, joka pitää sisällään hautarauhanrikkomista, viikinkilaivoja ja aseellisen konfliktin Suomen ja Norjan välillä.



Oma maa (historiallinen draama)

Päivämäärä: Tiistai 22 lokakuuta

Klo: 19.00

Pituus: 109 min (**Paikka:** Florasali, Bro:ssa)

Oma maa kertoo ajanjaksosta sodan päättymisestä vuonna 1945 olympiavuoteen 1952. Turvattu elämää elänyt Anni (Jussi-palkittu Oona Airola) rakastuu jatkosodassa haavoittuneeseen Veikkoon. Suorasanaainen Pohjois-Karjalan murrettua vääntävä Veikko on Annin äidin sanoin ”tukkijätkä”. Erilaisista taustoistaan huolimatta Anni ja Veikko rakastuvat. Anni jättää kaiken taakseen ja lähtee uudisasukkaaksi Pohjois-Karjalan umpimetsään raivaamaan asutustilaa. Ruusuisen alun jälkeen kohtalo iskee Annin unelmat pirstaleiksi ja rakkaus Veikkoon joutuu koetukselle.



Ilosia aikoja, Miелensäpahoittaja 2 (komedia)

Päivämäärä: Tiistai 26 marraskuuta

Klo: 19.00

Pituus: 115 min (**Paikka:** Florasali, Bro:ssa)

Mielensäpahoittaja (Heikki Kinnunen) aikoo kuolla, koska kaikki hommat on tehty ja elämästä kadonnut tarkoitus. Mutta juuri kun oma arkku on valmistumassa, Miелensäpahoittajan luo saapuu uusi elämä. Lapsenlapsi, 17-vuotias Sofia on ongelmissa ja tarvitsee isoisänsä jääräpäisyyttä, viisautta ja takan lämpöä. Miелensäpahoittaja taas saa elämänsä tarkoituksen ja suuren salaisuuden. Vanhan jäärän ja nuoren kaupunkiläistytön yhteiselämässä kahdesta puolikkaasta kasvaa enemmän kuin yksi kokonainen.



Upplands-Bro
KOMMUNEN SOM GER PLATS



Öppet samråd för finskt förvaltningsområde

Välkommen till samråd för Finskt förvaltningsområde med Kommunstyrelsens ordförande Fredrik Kjos (M), Kommundirektör Ida Texell och representanter från kommunen.

Upplands-Bro är ett finskt förvaltningsområde vilket bland annat betyder att kommunen ska ge möjlighet till inflytande i frågor som berör minoritetsgrupper i kommunen.

Därför är du som Upplands-Brobo med finsk anknytning varmt välkommen till att samtala om vad kommunen gör och kan göra inom ramen för det finska förvaltningsområdet. Du har även möjlighet att ge förslag på kommande insatsområden för 2020.

Plats: Florasalen, Bro centrum

Datum: onsdag 23 oktober

Tidpunkt: klockan 18.30-20.30.

Vi bjuder på fika.

Det finns pysselbord för barn.

Frågor? Kontakta kommunen:

08-581 690 00

kommun@upplands-bro.se

Tervetuloa avoimeen neuvonpitoon koskien Suomen hallintoaluetta

Tervetuloa neuvonpitoon kunnan puheenjohtajan kanssa, Fredrik Kjos (M), Ida Texell kunnanjohtaja ja muita edustajia kunnasta.

Upplands-Bro on suomalainen hallintoalue, joka tarkoittaa sitä että meillä on velvollisuus tarjota vähemmistöryhmille mahdollisuus vaikuttaa kunnan päätöksiin koskien aihetta.

Jos olet asukas Upplands-Brossa niin olet lämpimästi tervetullut kokoukseen, jossa keskustelemme tulevia tapahtumia. Kokoukseen osallistuu kunnan edustajia ja he vastaavat kysymyksiin koskien heidän alueitansa. Sinulla on myös mahdollisuus antaa ehdotuksia/ideoita tuleville toiminta alueille vuodelle 2020.

Paikka: Florasali, Bro centrum

Päivämäärä: keskiviikko 23 lokakuuta

Aika: kello 18:30-20:30

Tarjoamme kahvia/teetä

Lapsille löytyy puuhapöytä.

Kysymyksiä? Ota yhteyttä kuntaan:

08-581 690 00

kommun@upplands-bro.se



Upplands-Bro

KOMMUNEN SOM GER PLATS



**Förebyggande enheten för äldre
Upplands-Bro kommun
September 2019 – januari 2020**

www.upplands-bro.se

Förebyggande enheten

Vi blir allt äldre i Sverige. För många kommer tiden som pensionär att bli den längsta fasen i livet. Förebyggande enheten finns för att skapa förutsättningar för att allt fler äldre i Upplands-Bro kommun skall kunna vara aktiva längre upp i åldrarna.

Förebyggande enheten erbjuder träffpunktsverksamhet för alla 65 +, stöd vid demens och hjälp vid syn- och hörselproblem.

Förebyggande enheten arbetar även med volontärverksamhet och erbjuder stöd till anhöriga.

Förebyggande enheten strävar efter att ge ut en ny upplaga av broschyren vid varje årstid, där våra aktiviteter uppdateras löpande för att möta våra deltagares intresse.

Vill du veta mer, delta, eller anmäla dig till en aktivitet, kontakta

Förebyggande enheten
08-581 690 00 eller besök
www.upplands-bro.se/aldre



**Alla medarbetare har
tystnadsplikt**

Alzheimer- och anhörigdagen

Program för dagen 2 oktober

13:00-16:30 Utställare, Kulturhuset, plan 2 och Kontaktcenter, Kungsängen

På plats erbjuds fika

14:00-17:30 Stora scenen, kulturhuset plan 1, Kungsängen

Moderator: Elisabeth Lauritzen, FOU nu.

Officiellt välkommande – Tina Teljstedt, ordförande
vård- och omsorgsnämnden och Helena Åman, socialchef.

Förebyggande enhetens aktiviteter 2019.

Föreläsning med Elisabet Söderström – om att vara anhörig till
en person med demens.

Föreläsning med Lisbeth Zachrisson – om dans som
hälsofrämjande aktivitet.

Seniorkampen – information om tävlingen och prisutdelning till
vinnare.

Konstutställning med auktion.

Mingel och musik med Anhörigföreningen, Röda Korset,
Svenska kyrkan.

Avslutning

Kungsängen seniorträffar för dig 65+

Plats: Torget 4, 196 30 Kungsängen (om inget annat anges).

På aktiviteterna erbjuds fika till självkostnadspris.

Aktivitet som kräver anmälan kontakta Förebyggande enheten, telefon 08-581 690 00.

Aktiviteter

Måndag

11:30-14:30 Drop-in gym

Tisdag

11:30-14:30 Drop-in gym

Onsdag

11:30-13:00 Drop-in gym

13:00-13:45 Sittgympa/
promenad

13:45-15:00

eftermiddagsfika

Torsdag

11:30-14:30 Drop-in gym

Fredag

09:30-10:15 Sittgympa

10:30-12:00 Teknikgrupp
Juluppehåll (13/12-17/1)

11:30-14:30 Drop-in gym

13:30-15:00 Bingo

Teater för äldre!

Teatergruppen anordnas i samarbete med Kulturskolan. I den här gruppen får du chansen att uppleva kultur på ett nytt sätt i form av teater, där du uttrycker dina känslor och glädje genom skådespeleri.

Datum: torsdagar

Tid: 13:00-14:00

Plats: Ekhammarscenen

Anmälan krävs



Kungsängen seniorträffar för dig 65+

Plats: Torget 4, 196 30 Kungsängen (om inget annat anges).

På aktiviteterna erbjuds fika till självkostnadspris.

Aktivitet som kräver anmälan kontakta Förebyggande enheten, telefon 08-581 690 00.

Speciella aktiviteter

Surströmmingsfest

Datum: ons 11 sep

Smörgås 50kr

Tid: 13:00

Anmälan krävs senast
ons 4 sep

Musikunderhållning

Datum: fre 11 okt

Tid: 14:00

Särskild inbjudan krävs

Höstfest

Datum: ons 16 okt

Tid: 13:00

Speciella aktiviteter

Hygienvecka

Datum: vecka 38

SPA-dag

Datum: ons 6 nov

Tid 13:00

Julpyntning

Datum: ons 27 nov

Tid: 13:00

Nobelfest

Datum: ons 11 dec

Anmälan krävs

Julsmörgås

Datum: ons 18 dec

Anmälan krävs

Bro seniorträffar för dig 65+

Plats: Blomstervägen 9, 197 31 Bro (om inte annan plats anges).

På aktiviteterna erbjuds fika till självkostnadspris.

Aktivitet som kräver anmälan kontakta Förebyggande enheten, telefon 08-581 690 00.

Aktiviteter

Tisdag

10:00-10:45 **Nyhet!**

Seniorgympa med rörelseglädje i centrum (1/10-3/12)

13:30-14:00 Sittgympa/
promenad

14:00-15:30

eftermiddagsfika

Torsdag

10:30-12:00 Teknikgrupp

Plats: Biblioteket,

Bro centrum 1

Juluppehåll (12/12-16/1)

Nyhet seniorgympa!

Här står rörelseglädjen i centrum, på köpet blir du mer rörlig, starkare och får bättre kondition. Vi rör på oss till musik och använder endast kroppen som redskap.

Datum: tisdagar (1/10-3/12)

Tid: 10:00-10:45

Plats: Bro, Blomstervägen 9,

Florasalen

Anmälan krävs



Bro seniorträffar för dig 65+

Plats: Blomstervägen 9, 197 31 Bro (om inte annan plats anges).

På aktiviteterna erbjuds fika till självkostnadspris.

Aktivitet som kräver anmälan kontakta Förebyggande enheten, telefon 08-581 690 00.

Speciella aktiviteter

Surströmmingsfest

Datum: tis 10 sep

Smörgås 50kr

Anmälan krävs senast 3 sep

Hygienvecka

Datum vecka 38

Musikunderhållning

Datum: tis 8 okt

Tid: 14:00

Särskild inbjudan krävs

Höstfest

Datum tis 15 okt

Tid: 13:00

Anmälan krävs

Speciella aktiviteter

SPA-dag

Datum: tis 5 nov

Julpyntning

Datum: tis 26 nov

Nobelfest

Datum: tis 10 dec

Julsmörgås

Datum: tis 17 dec

Volontärverksamhet

Volontärverksamheten i Upplands-Bro kommun har funnits sedan 2008. Under åren har många haft glädjen att vara volontär och många har haft möjligheten att få stöd och hjälp av en volontär. Idag pågår volontärverksamhet på flera av våra äldreboenden, servicehus, träffpunkter, bibliotek och besöksverksamhet i hemmiljö. Vi samarbetar med andra kommunala verksamheter, frivilligorganisationer och ideella föreningar för att stärka det frivilligarbete som görs i kommunen.

Om aktiviteterna

Volontärträffar

Välkommen om du vill veta mer om volontärverksamheten eller vill träffa andra volontärer. Målgrupp: Volontärer och personer intresserade av volontärverksamheten

Högläsning

Välkomna till högläsning där volontärer läser högt för dem som är intresserade. Tipsa gärna om böcker och teman som du är intresserad av. Målgrupp: Alla intresserade är välkomna.

Aktiviteter

Volontärträff

Datum: tor 24 okt
Tid: 17:00-18:00
Plats: Aktivitetsrummet, Torget 4 i Kungsängen.
Anmälan krävs till Volontärsamordnare telefon 08-581 690 00.

Högläsning

Datum: varje tisdag
Tid: 14:00
Plats: Vardagsrummet, Torget 4 i Kungsängen.

Volontärverksamhet

Om aktiviteterna

Språkcafé

Vi fikar och pratar om olika ämnen på lätt svenska.

Målgrupp: Alla som vill träna på att prata svenska är välkomna och det är gratis. I samarbete med Upplands-Bro volontärer, Skogakyrka och Röda Korset.

Vill du bli volontär eller vill ha besök av en volontär kan du kontakta kommunens volontärsamordnare via Kontaktcenter 08-581 690 00.

Aktiviteter

Språkcafé

Datum: varje tis,
(10/9-10/12)

Tid: 11:45-12:45

Café Chris, Kulturhuset,
Kungsängen

Tid: 15:00-16:30

SFI (Kyrkvägen 6) plan 2.

Datum: varje tis, sep-nov

Tid: 17:00-18:30, Nyfiket,
Brohuset, Broplan 1.

För mer information:

Volontärsamordnare via
Kontaktcenter

08-581 690 00.alt

sprakcafe@upplands-bro.se



Anhörigverksamhet

Anhörigkonsulenten finns till för dig som på något vis hjälper någon inom familjen, släkten eller vänskapskretsen som på grund av sjukdom, ålder eller funktionsnedsättning inte längre klarar av vardagen på egen hand. Du som är anhörig har möjlighet att få råd och stöd. Vänd dig till kommunens Anhörigkonsulent via Kontaktcenter för mer information eller om du vill anmäla dig till en aktivitet, 08-581 690 00.

Om samtalsgruppen

Samtalsgruppen för anhöriga till personer med psykisk ohälsa leds av kommunens

Anhörigkonsulent och är till för att anhöriga kan träffas och dela erfarenheter med varandra.

Målgrupp: Anhöriga till personer med psykisk ohälsa.

Aktiviteter

Samtalsgrupp för anhöriga till personer med psykisk ohälsa.

Datum: måndagar, 16 sep, 30 sep, 14 okt, 11 nov, 25 nov, 9 dec,

Tid: 13:00-15:00

Plats: Röda Korset, Blomstervägen 5, Bro.

Anmälan krävs.

Anhörigverksamhet

Föreläsning om framtidsfullmakt

Framtidsfullmakt infördes 1 juli 2017. Pär Rahmström, ordförande för Demensförbundet berättar om framtidsfullmakt och vad det innebär i praktiken. Med en framtidsfullmakt kan du utse en person som ska ta hand om dina angelägenheter om du i framtiden inte längre kan ta hand om dem själv.

Målgrupp: Alla intresserade är välkomna.

Datum: tis 15 okt

Tid: 17:00-19:00

Plats: Florasalen,
Blomstervägen 7, Bro

Prova på mindfulness

Under hösten erbjuds tre kvällar där vi praktiserar mindfulness. Vi kommer att utgå ifrån olika teman för sinnen närvaro.

Kvällarna riktar sig till dig som är anhörig och hålls av kommunens anhörigkonsulent och hälsopedagog.

Målgrupp: kvällen riktar sig till anhöriga.

Lokal: Gymnastiksalen,
Torget 4, Kungsängen

Datum: onsdagar 11 sep,
9 okt, 13 nov

Tid: 17:00-17:45

Anmälan krävs



Anhörigverksamhet

"MÅ-BRA-CHECK"

Syftet med "må-bra-checken" är att minska den fysiska och psykiska belastningen för dig som anhörigvårdare. Pengarna är avsedda att användas till rekreation av något slag.

Målgrupp: för dig som anhörigvårdare

Ansökan om checken kan göras av dig som bor tillsammans med en person som:

- o är långtidssjuk
- o har en psykisk eller fysisk funktionsnedsättning
- o behöver omvårdnad på grund av hög ålder
- o eller har ett beroende av något slag

Blanketten finns att erhålla via kommunens hemsida (www.upplands-bro.se/mabracheck), Kontaktcenter eller Anhörigkonsulenten.

Sista ansökningsdag: 15 november varje år.

Ansökan skickas till Kontaktcenter eller kommunens Anhörigkonsulent.

För mer information: Anhörigkonsulent via Kontaktcenter 08-581 690 00.

Stöd vid demens i Bro

Adress: Dagverksamheten på Kvistaberg i Bro (om inte annan plats anges). Alla stödgrupper i Bro kräver anmälan till Förebyggande enheten, telefon 08-581 690 00.

Om stödgrupperna

Livslust för dig med demensdiagnos och närstående

Livslust är en kombination av kompetensträning och självhjälpgrupp som stärker livskvalité.

Tillsammans samtalar vi, gör aktiviteter, fikar och skapar sociala kontakter.

Demenscafé med musikunderhållning

Demenscafé är en öppen verksamhet som vänder sig till alla som är berörda av demens.

Möten med litteratur

I samverkan med biblioteket arrangeras träffar för dig som har en demensdiagnos och anhöriga tillsammans i en liten grupp.

Aktiviteter

Livslust för dig med demensdiagnos och närstående

Datum: 9 sep, 23 sep, 7 okt, 21 okt, 4 nov, 18 nov, 2 dec, 16 dec (julavslutning)

Tid: 15:00-16:30

Demenscafé med musikunderhållning

Datum: Vissa sammankomster besöks av musiker.

Datum: 10 sep, 23 okt, 20 nov, 11 dec

Tid: 14:00-15:00

Möten med litteratur

Datum: 5 sep, 23 sep, 24 okt, 18 nov, 12 dec

Tid: 10:30-11:30

Plats: Biblioteket, Bro centrum.

Stöd vid demens i Kungsängen

Adress: Torget 4, 196 30 Kungsängen (om inte annan plats anges)
Aktivitet som kräver anmälan kontakta Förebyggande enheten,
telefon 08-581 690 00.

Om stödgrupperna

Demenscafé

Demenscafé är en öppen verksamhet som vänder sig till alla som är berörda av demens.

Stödgrupp för dig som nyligen fått demensdiagnos

En kombination av kompetensträning och självhjälpgrupp som stärker livskvalitén. Varje tillfälle innehåller aktiviteter, samtal, fika och en möjlighet att skapa sociala kontakter.

Samtalsgrupp för anhöriga till personer med demenssjukdom

Det är viktigt att du som närstående känner dig delaktig. Vi erbjuder därför en samtalsgrupp.

Aktiviteter

Demenscafé

Datum: 5 sep, 3 okt, 7 nov, 5 dec

Tid: 14:00-15:30

Plats: Marina
föreningshuset,
Prästhagsvägen 21 i
Kungsängen

Stödgrupp för dig som nyligen fått demensdiagnos

Datum: 2 sep, 16 sep, 30 sep, 14 okt, 11 nov, 25 nov (avslutning)

Tid: 14:00-15:30

Anmälan krävs

Samtalsgrupp för anhöriga till personer med demenssjukdom

Datum: 4 sep, 6 nov, 4 dec

Tid: 17:00-18:30

Anmälan krävs

Stöd vid demens i Kungsängen

Adress: Torget 4, 196 30 Kungsängen (om inte annan plats anges)
Aktivitet som kräver anmälan kontakta Förebyggande enheten,
telefon 08-581 690 00.

Om stödgrupperna

Livslust för dig med demensdiagnos och närstående

En kombination av kompetensträning och självhjälpgrupp som stärker livskvalité.

Tillsammans samtalar vi, gör aktiviteter, fikar och skapar sociala kontakter.

Demensvänutbildning

Utbildningen är riktigar sig till dig som vill veta mer om demens, symtom och bemötande.

Anhörigutbildning

Riktat sig till dig som är anhörig till en person med demenssjukdom.

Aktiviteter

Livslust för dig med demensdiagnos och närstående

Datum: 17 sep, 1 okt, 22 okt, 12 nov, 3 dec, 16 dec (julavslutning, Dagverksamheten på Kvistaberg i Bro)

Tid: 15:00-16:30

Anmälan krävs

Demensvänutbildning

Datum: ons 25 sep

Tid: 17:00-18:30

Ingen anmälan krävs

Anhörigutbildning

Datum: ons 9 okt

Tid: 17:00-18:30

Anmälan krävs

Upplands-Bro kommun har drygt 28 000 invånare och är en växande kommun, både när det gäller invånare och företagsetableringar. Kommunen ligger vid Mälaren, ungefär två mil nordväst om Stockholm och pendeltåget tar ungefär 25 minuter till Stockholms central. Här finns två tätorter, Kungsängen och Bro, och en levande landsbygd.

Kommunens vision, kommunen som ger plats, sträcker sig till år 2035 och beskriver hur framtidens Upplands-Bro ska vara. Visionen förenar kommunens invånare, näringsliv, föreningsliv och anställda i kommunen för att skapa ett gemensamt Upplands-Bro.



Upplands-Bro
KOMMUNEN SOM GER PLATS

telefon: 08-581 690 00 • **organisationsnummer:** 212000-0100

postadress: Upplands-Bro kommun 196 81 Kungsängen

besöksadress: Furuhällsplan 1, Kungsängen

webbplats: www.upplands-bro.se • **e-post:** kommun@upplands-bro.se

PRO i Bro och i Kungsängen

Aktiviteter hösten 2019

I detta aktivitetsblad presenterar PRO Bro och PRO Kungsängen sina aktiviteter hösten 2019. Alla medlemmar är välkomna till samtliga aktiviteter!

Höstupptakt Kungsängen

Onsdag 4 september 14.30-16.30
Matsalen Torget 4 Kungsängen
Information om höstens aktiviteter och vårens långresa. Happy Tunes från Hässelby står för musikunderhållningen. Kaffe och lotteri.

Höstupptakt Bro

Torsdag 5 september 14.00-16.00
Florasalen Dagcentralen Bro
Information om vårens aktiviteter.
Musikunderhållning med New Generation.
Entré 30 kr inklusive kaffe med bröd. Lotteri.

Modevisning

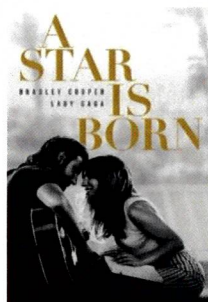
Torsdag 19 september 14.00-16.00
Florasalen Dagcentralen Bro
Sveriges Senior Shop visar kläder inför hösten.
Entré 30 kr inklusive kaffe med bröd.

Ålandsresa i skördetid

Fredag 20 september
Båtresa till Åland med guidning på olika gårdar.
Pris inklusive resa, guidning, brunch och buffé 750 kr. Betalning till bankgiro 372-371 eller Swish 123 233 9117.
Anmälan senast 20 augusti via PRO Bro:s anslagstavla.
För mer information, kontakta reseledaren Bengt Johansson, 070-11 35 85.

PRO-bio

Fredag 27 september 14.00
Ekhammarskolans aula



Filmen **A Star is born** visas. Detta är en musikalisk dramafilm från 2018, producerad och regisserad av Bradley Cooper. Huvudrollerna spelas av Bradley Cooper, Lady Gaga, Andrew Dice Clay, Dave Chappelle och Sam Elliott.

Längd: 2 timmar och 14 minuter.

Gratis för PRO-medlemmar.

Internationella äldredagen

Tisdag 1 oktober 15.00-16.30 (*obs tiden*)
Matsalen Torget 4 Kungsängen
Ledamöter från den kommunala äldre- och omsorgsnämnden informerar om sitt arbete för att göra Upplands-Bro till en bra kommun för oss äldre.

Skördefest i Bro

Torsdag 3 oktober 13.00 – 16.00
Florasalen Dagcentralen Bro
Medlemsmöte med ärtsoppa eller annan soppa. Alla deltagare tar med en grönsak eller annat som kan lottas ut.

Pub-kväll Kungsängen

Torsdag 10 oktober 18.00-21.00
Hembygdsgården Kungsängen
Vi umgås och dricker öl, vin eller något alkoholfritt. Kostnad 60 kr som betalas på plats. Ingen föranmälan.

Bio i Bro

Fredag 11 oktober kl. 14.00 – 16.00
Florasalen Dagcentralen Bro



Filmen **Under solen** med Rolf Lassgård, Helena Bergström och Johan Widerberg visas på tv-skärm.

Entré 30 kr.

Månadsmöte Kungsängen

Onsdag 16 oktober 14.30-16.30
Matsalen Torget 4 Kungsängen
Trubaduren Lars-Emil Öjeberget underhåller oss. Sedan informerar Bo Furugård från PRO-distriktet om PRO:s försäkringar. Kaffe och lotteri.

Musikunderhållning i Bro

Torsdag 17 oktober 14.00-16.00
Florasalen Dagcentralen Bro
Vi minns musik från 60- och 70-talen tillsammans med sångaren Rolf Larsson.
Entré 30 kr inklusive kaffe med bröd. Lotteri.

PRO-bio

Fredag 25 oktober 14.00
Ekhammarskolans aula



Filmen **Den siste gentlemanen** visas. En åldrande bankrånare som har lyckas fly från fängelse mer än ett dusin gånger sitter nu på ett äldreboende. Han vill krydda den tråkiga vardagen med ett nytt rån. I huvudrollen Robert Redford i sin kanske sista spelfilm.

Längd: 1 timme och 33 minuter
Gratis för PRO-medlemmar.

Medlemsmöte Bro

Torsdag 31 oktober 14.00-16.00
Florasalen Dagcentralen Bro
Bo Furugård från PRO-distriktet i Stockholms län informerar om PRO:s försäkringar. Vidare berättar han om distriktet och PRO centralt.
Entré 30 kr inklusive kaffe med bröd. Lotteri.

Pub i Bro

Fredag 8 november 18.00 – 21.00
Plats meddelas senare.

Höstmöte Kungsängen

Onsdag 13 november 14.30-16.30
Matsalen Torget 4 Kungsängen
Beslut om budget och verksamhetsplan för 2020. Sedan föreläser Johan Rapp runt temat ”Tank-spriddhet är en fin egenskap”. Många skratt och tips utlovas. Kaffe och lotteri.

Höstmöte Bro

Torsdag 14 november 14.00-16.00
Florasalen Dagcentralen Bro.
Medlemsmöte för att besluta om budget och verksamhetsplan för 2020. Vidare visas ett bildspel om PRO Bro:s verksamhet. Lotteri.

Pub-kväll Kungsängen

Torsdag 21 november 18.00-21.00
Hembygdsgården Kungsängen
Vi umgås och dricker öl, vin eller något alkoholfritt. Kostnad 60 kr som betalas på plats. Ingen föränmälan.

Musikunderhållning i Bro

Torsdag 28 november 14.00-16.00
Florasalen Dagcentralen Bro.
Sånggruppen Octavia sprider adventsstämning.
Entré 30 kr inklusive kaffe med bröd. Lotteri.

PRO-bio

Fredag 29 november 14.00
Ekhammarskolans aula
Val av film kommer att meddelas senare.

Lucia i Kungsängen

Onsdag 11 december kl 14.30-16.30
Matsalen Torget 4 Kungsängen
Luciafirande som traditionen bjuder.
Kaffe och lotteri.

Jullunch i Bro

Torsdag 12 december 13.00 – 17.00
Florasalen Dagcentralen Bro
Obligatorisk föränmälan senast fredag 6 december på PRO Bro:s anslagstavla eller per telefon 08-582 408 75 måndagar 10.00-12.00.

Långresa våren 2020



Följ med PRO Kungsängen
till vackra Wien!

6-14 maj 2020
9 995,- per person inkl halvpension

Inkluderade utflykter: Stadsrundtur i vackra Wien, traditionell afton i Grinzing, Praktfulla Schönbrunn, Vin i Wien, Båttur på Donau och vinprovning i Wachau, Hundertwasserhaus, Pratern och marknad, Äkta wienerschnitzel och Haus Meissen.

Utflykter att välja till:
En oförglömlig Wienerkonsert och Spanska Ridskolan.

Resan arrangeras av Scandorama för PRO Kungsängen. Kontakta Scandoramas gruppavdelning för att boka och uppge kod PROK20.

SCANDORAMA
Grupp • Konferens • Event
gok.scandorama.se 040-600 00 60 grupp@scandorama.se

Mer information om resan till Wien 6 – 14 maj 2020 lämnas på Kungsängens upptaktsmöte eller på PRO-expeditionen i Kungsängen. Anmälan görs direkt till Scandoramas gruppavdelning 040-600 00 60. Ange kod PROK20.

Övrigt i Kungsängen

PRO Kungsängens expedition

Måndagar 10.00 – 12.00

Terminsstart: 19 augusti

Café Kulturhuset

Torsdagar jämna veckor 14.00 – 16.00.

Planerad start 19 september då vi hoppas att en ny entreprenör kommit på plats i caféet.

Mer information ges på upptaktsmötet den 4 september,

Kortspel i Kontakten

Kom och ta en fika, umgå och spela kort. Vi kommer att träffas i Kontakten kl 13.00 följande måndagar:

September	9, 30
Oktober	14, 28
November	11, 25
December	9

Matlagningscirkel

Matcirkeln fortsätter med start onsdag den 18 september 16.30. Nya deltagare är välkomna. Kontakta då Anders Eklund 070-600 84 72. Det går också bra att anmäla intresse på upptaktsmötet den 4 september eller på PRO Kungsängens expedition.

Äventyrsresor

Till hösten blir det fem äventyrsresor. Samling kl. 09.45 på Kungsängens station övre planet innanför biljettspärrarna, med undantag för utflykten till Medelhavsmuséet.



Glada äventyrare på väg mot Rosendals trädgård juni 2019.
Foto: Krister Norling

1. Tisdagen den 20 augusti resa med ångbåt till **Vaxholm**. Kostnad 58 kr.
2. Tisdagen den 17 september resa till **Drottningholms Slott**
3. Tisdagen den 22 oktober resa till **Medelhavsmuséet** på Gustav Adolfs torg. Muséet öppnar 11.00.
4. Tisdagen den 19 november resa till **Stadsmuséet** vid Slussen
5. Tisdagen den 17 december resa till **Julmarknaden i Gamla Stan**.

Seniordans

Tisdagar 10.00-12.00

Samlingssalen Torget 4 Kungsängen

Inga förkunskaper krävs. Medföljande danspartner ej nödvändig. Ingen föranmälan behövs.

Ledare: Inger Johansson, 08-581 707 82.

Terminsstart: 17 september

Styrketräning

Kungsängens sporthall Upplands-Brogymnasiet

Information om tider och terminsstart lämnas av kontaktpersonen Inga-Britt Johansson, 08-581 768 78.

Gymnastik

Måndagar 15.30-16.30

Gymnastiksalen Torget 4 Kungsängen

Nya deltagare bör föränmäla sig.

Ledare: Ulla-Britt Wiberg, 08-581 740 12 och Kerstin Holmberg, 08-581 728 76.

Terminsstart: 9 september

Introduktionskurs i släktforskning

Måndagar varannan vecka 13.00-15.00

ABF-lokalen Östervägen 68 Kungsängen

Fem kurstillfällen. Materialkostnad 50 kr samt elevabonnemang Arkiv Digital 395 kr tillkommer. Kursbok 120 kr. Anmälan görs direkt till cirkelledaren senast 25 september.

Ledare: Birgitta Holmström, 070-438 5761,

e-post b_holmstrom@comhem.se

Planerad terminsstart: 30 september.

Boule

Måndagar och onsdagar 10.00-12.00

Måndagar spelas boulen under järnvägsbron, Prästhagsvägen.

Kontaktperson: Hans Bergström 070-240 56 94.

Onsdagar spelas boulen på gamla idrottsplatsen (vid regn under järnvägsbron, Prästhagsvägen).

Kontaktperson: Ljubo Bubini 076-091 28 73.

Beroende på vädret flyttar boulen inomhus kring månadsskiftet september/oktober. Mer information lämnas av kontaktpersonerna.

Övrigt i Bro

Seniordans

Måndagar 10.00-12.00

Florasalen Dagcentralen Bro

Ledare: Gunilla Kron och Rune Jansson.

Terminsstart: 9 september

Pågår t.o.m. 10 december

Slöjd och snickeri

Måndagar 9.00-12.00

Fredagar 13.00-16.00 (*obs veckodag*)

Snickerilokalen Härneviskolan Bro

Ledare: Per-Göran Liljestrand, 070-730 70 62

Terminsstart: 2 september

Qigong

Onsdagar 10.00-11.00

Florasalen Dagcentralen Bro

Ledare: Erik Thölix

Terminsstart: 11 september

Pågår t.o.m. 11 december

Bingo

Fredagar 13.00-14.00

Dagcentralen Bro

Ledare: Kerstin Forslund

Bingon pågår hela sommaren.

Boule

Måndagar 14.00-16.00

Onsdagar 10.00-12.00.

Sommar och höst intill gräsplanen vid Lantmästarvägen i Bro

Vintertid Fotbollshallen Bro IP

Ledare: Roland Vendele

Ändringar: se PRO Bro:s anslagstavla

Läsecirkel CD-skivor

Tisdagar 10.30-12.30

Studierummet Dagcentralen Bro

Vi lyssnar på uppläsningar via cd-skivor.

Ledare: Agneta Scott

Terminsstart: 10 september

Målarcirkel

Fredagar 9.30-12.30

Studierummet Dagcentralen Bro

Ledare: Karin Karlsson

Terminsstart: 13 september

Handarbetscirkel

Onsdagar 10.00 – 12.00

Dagcentralen Bro

Ledare: Monika Sunnegård

Terminsstart: 11 september

PRO Kungsängen

Torget 6, 196 30 Kungsängen

Tel: 073-398 51 09; Bg: 5595-7096

E-post kungsangen.stockholm@pro.se

www.pro.se/kungsangen

Expeditionstid: måndagar 10.00-12.00.

I samarbete



NORRA
STOCKHOLMS LÄN

PRO Bro

Blomstervägen 9b, 197 30 Bro

Tel: 08-582 408 75

E-post pro-bro@telia.com

Expeditionstid: måndagar och torsdagar
10.00-12.00.

PRO i Kungsängen

PRO i Kungsängen inbjuder till en träff den 1 oktober till

Internationella äldredagen

Kom och träffa våra politiker som ansvarar för frågor som rör oss äldre i kommunen.

Vilka planer finns nu och för framtiden gällande ...

- Boendeformer
- Trygghet och gemenskap
- Friskvård och hälsa

Plats: Matsalen, Torget 4, Kungsängen Centrum

Tid: Tisdagen 1 oktober, kl. 15.00 - 16.30

VÄLKOMMEN

