



# Pik:s vårprogram 2020

(Personalföreningen i Haninge kommun)

## Bokningen öppnar kl. 07.00

tisdag	den 14 januari	Friskvård
onsdag	den 15 januari	Teater
torsdag	den 16 januari	Övrigt



Boka på Pik:s hemsida: [www.haninge.se/pik](http://www.haninge.se/pik)

Bästa värvare 2020  
Tävla om ett presentkort!  
2000kr på valfri  
upplevelse

### Medlemsvärkning

Värva en medlem och få en  
biobiljett till dig själv och den du  
värvar!





Hallå PIK:are

**Nu är det intensiva PIK-året 2019 till enda så dags för ett nytt spännande år 2020!**

**Vi tror oss vara Sveriges bästa personalförening med de bästa medlemmarna!**

Vi får ofta glada tillrop gällande vår verksamhet även utanför organisationen.

I årets två program har vi presenterat 54 olika aktiviteter exkl. stämman och höstfesten

(höstmötet).



Så kul att många av er följer oss över tröskeln under året och besökt våra glädjespridande och friskvårdande pass! Som Nadja med sin härliga Zumba som kommer att köra vidare under våren. Vi fortsätter även det stärkande samarbetet med Medfit (Haninge Fysiocenter) där vi erbjuder ett easyline-pass för en grupp om 12. Veteranen Eeva-Liisa fortsätter i vår med sina populära hälsofrämjande yoga- och yogalatespass. Vi gladdes hela hösten åt att vi lyckades få till 3 tillfällen med Mattias och Gongbad vilket vi kommer även att erbjuda under våren. En nyhet som kommer till våren är jumping i samarbete med Loreto och I-form i Västerhaninge. PIK kan göra skillnad och vi tror att vi bidrar till att tröskeln känns lite lägre då man vill aktivera sig så tänk gärna på PIK:s friskvårdande aktiviteter när du ger dina nyårslöften ...

2019 har vi kunnat inmundiga och insupit trevligt historiska miljöer på Ludvigbergs Herrgård, Häringe och Taxinge Slott, Afternoon teat på Bagarstugan i VH, tillverkat egna praliner och kakfat. Vi har kört folkrace, ridit och varit till sjöss då sightseeingbåten tog oss PIK:are under Stockholms broar. Vi fick bl.a. lära oss mer om spionage med sälar, veteranflottiljens verksamhet och om konst på nyinvigda Nationalmuseet, spöken och blomsterbindning.

Idrottsfantasterna fick se bandy på zinken medan andra har paddlat, stadsvandrat, varit kulturella på olika teater- och operascener. Vi har spanat efter ätliga växter och tjädrar. Vi har kastat klot på boulebanan och träffats på Rollers n bowlers i Haninge så återigen vilket fantastiskt PIK-år vi haft!

Det är med stor glädje vi avslutar det gamla året med att presentera 2020 års vårprogram!

I vårprogrammet är flera av aktiviteterna som vanligt medlemsförslag.

Vi kan stolt meddela att vi lyckats få Peter Strijffert till oss i Haninge för att lära oss allt om bokashi!

Det kan vi ju inte missa!

PIK sätter guldkant på tillvaron och det är ni som är PIK!

Boka **torsdagen den 12 mars 2020** för då önskar vi er välkomna till det sedvanliga årsmötet som hålls på Ribbyskolan i Västerhaninge. Då bjuds det på förtäring och filmvisning och vi skall ta avsked av Mr PIK, Sven Gustafsson som lämnar oss i styrelsen till vårt öde.

*Återigen har vi delat upp bokningens öppnande på tre tillfällen;*

tisdag            den 14 januari Friskvård

onsdag           den 15 januari Teater

torsdag           den 16 januari Övrigt

Ni vet väl att ni kan följa oss på Facebook och via hemsidan [www.haninge.se/pik](http://www.haninge.se/pik).

Vi påminner om att vi inte tar Wellnet/Friskvårdkuponger på våra aktiviteter.

*Ann-Louise Olofsdotter, ordf*

*PIK önskar en **GOD JUL & GOTT NYTT ÅR**  
elektronisk julhälsning Ni nu får!*

*Inför julen är det mycket bak och stök,  
från vört till ålen som brukar med fördel vara rökt.*

*Hoppas att inte skinkgriljeringen blir bränd,  
när Ni firar jul i bostadsområdets gata eller gränd.*

*Allt från skinka, korv, sylta och sill,  
Du får förtära för mycket och precis vad Du vill.*

*Äntligen är helgen här med julens frosseri,  
så strunta i allt vad som kallas onyttig kalori.*

*Du firar nog med nära och kära,  
vilket flyt om de bor relativt nära.*

*Hoppas att Du under Din ledighet inte nödgas laga mat,  
att Du kan sätta Dig till dukat bord och upplagt fat.*

*Väldgästa gärna släkten och vänner,  
eller varför inte grannar eller andra Du ännu inte känner.*

*Hoppas att Din jul även får vara lite lugn och seg,  
drunkna inte i pyssel och pepparkaksdeg.*

*Önskar Dig en härligt GOD JUL,  
att även Du får klapp som tycks vara kul.*

*Näst år kanske Du hakar på någon ny aktivitet,  
vilken förvånande blir det bästa Du vet...*



***God Jul och Gott nytt PIK-år,**  
hoppas vi att ni alla får!*



*Ann-Louise Olofsdotter med styrelse*

## Anmälnings- och betalningsrutiner



Anmälan till våra aktiviteter görs alltid via hemsidan [www.haninge.se/pik](http://www.haninge.se/pik) och du måste vara medlem. Medlemsansökningsblanketten hittar du också på vår hemsida.

Vi försöker alltid bekräfta anmälningarna snarast och högst inom en vecka

Observera att anmälan till aktiviteterna är **bindande! Avbokning kan inte göras oavsett orsak**, då vi oftast måste betala i förväg för våra aktiviteter och därav kan medlemmar inte få pengarna tillbaka. Om aktiviteten ställs in återbetalas avgiften.

Vid förhinder får medlemmen skicka en e-post till PIK för att se om det finns kö/väntelista och om så inte är fallet får medlemmen försöka hitta annan **Pik-medlem** som kan ta platsen.

Glöm ej att **meddela oss** om ni inte kommer att delta i aktiviteten, gärna via mail.




**Man får inte boka in sig på en aktivitet och ge platsen till en icke-medlem och inte deltaga själv.**

Man får inte boka sig på nya aktiviteter om de tidigare inte är betalade.



Vid betalning av aktivitet använd vårt **pg 38 43 60-4** och notera ditt namn & antal & vilken aktivitet det gäller. Om du anmäler dig till flera aktiviteter dela upp kostnaden i flera betalningar så kassören lättare kan hitta din betalning och för vilken aktivitet du betalar.

*Anmälan till höstens aktiviteter, på hemsidan, öppnar kl. 07.00:*

-  tisdag      den 14 januari för Friskvård
-  onsdag      den 15 januari för Teater
-  torsdag      den 16 januari för övrigt

Anmälningsavgiften betalas **snarast** dock senast inom **14 dagar**.

Vi är tacksamma om vi kan undvika att skicka ut påminnelser då detta blir ett merarbete för kassören.

**Medlemsavgiften år 2020** är 20 kronor/månad (240 kronor/år) via löneavdrag eller PG

### KONTAKT

pikhaninge@gmail.com  
**Ordförande**  
Ann-Louise Olofsdotter



**Extern post:** PIK, 136 81 Haninge  
**Intern post:** PIK  
**Vårt postgiro**  
38 43 60-4

**Vi tar Ej emot  
Friskvårdsbidrag  
(Wellnet)**

## JANUARI

### EVEXIA-ERBJUDANDE I JANUARI, FÖRST TILL KVARN.....

Tid	Lördagen den 11 januari kl. 10.00-15.00
Plats	Evexia, Poseidons torg 4
Hemsida	<a href="http://www.evexia.se/">http://www.evexia.se/</a>
Bokning	Bokas omgående, först till kvarn.....



Erbjudande till PIK's medlemmar ni välkomna till oss lördagen den 11/1 kl. 10-15 för prova på behandlingar. **200kr/ behandling, förbokas hos Evexia** på tel. 08 - 556 50 300. Fråga hur ni ska styrka ert medlemskap när ni ringer och bokar.

Massage  
LPG  
Ansiktsbehandling  
Fotvård

Mvh. Caroline & Lena

## FEBRUARI

### YOGALATES

Tid	måndagar kl. 17.00 med start den 3 februari
Plats	I-Form (Fokus), Västerhaninge
Pris	300 kr/person, 12ggr
Deltagare	endast medlemmar, max 10 pers
Ledare	EevaLiisa Gunnarsson-Johansson
Bokningen öppnar	tisdagen den 14 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

*Medlemsförslag!*



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

En träning med härlig kombination av yoga och pilates. Ett mjukt flöde av rörelser för att skapa harmoni och balans i kropp och sinne. Alla kan vara med! Ingen vana innan krävs. Passet innebär både ett lugnare och ett lite mer tempo.

Klädsel: Bekväma träningskläder, ej skor Ta med: Yogamatta och gärna en filt

### JUMPING

Tid	Start tisdagen den 4 februari kl. 17.00-18.00
Plats	I-Form (Fokus)Västerhaninge
Pris	Drop in pass 150 kr eller 10 veckor för 1300 kr men för PIK:are endast 1000 kr för 12 ggr
Ledare	Loreto
Anmälan till	OBS! <b>Anmälan till</b> Loretos e-post <a href="mailto:loretodancefitness@gmail.com">loretodancefitness@gmail.com</a>

Loreto finns även på facebook: <https://www.facebook.com/loretodancefitness/>

*Medlemsförslag!*



Ta chansen!  
Medlemsförslaget Jumping kommer ni kunna köra i vår!

//Loreto heter jag och är Fitness instruktör på Södertörn och leder olika pass ( privat/ gym/ företag). Jag är dansare i grunden och nu PT och jag driver även mitt företag Loreto Dance & Fitness. Jag älskar Jumping Fitness och därför startade jag 2017 Jumping Nynäshamn ( 2 lokalen både Ösmo och Nynäshamn) där erbjuder vi schemalagda pass med Jumpig Basic , Jumping Fitness, Jumping HIIT och Jumping KIDZ. Jag har även zumba och vattenzumba i Ösmo och arrangerar zumba- och jumpingevent. Skall bli kul att samarbeta med PIK och I-form i VH under vårterminen 2020. Ses vi varje Tisdag kl 17:00 under 12 veckor under våren//

## ZUMBA

Tid	onsdagar kl 17.00 start den 5 februari
Plats	I-Form (Fokus) Västerhaninge
Pris	300 kr/person, 12 ggr
Deltagare	endast medlemmar, max 20 pers
Ledare	Nadja
Bokningen öppnar	tisdagen den 14 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

*Medlemsförslag!*



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Nadja kör Zumba, som är enkla kombinerade steg till fartfylld musik med influenser från bland annat Latinamerika. Även de som anser sig vara orytmiska kan vara med och ha kul!

## EASYLINETRÄNING

Tid	onsdagar kl. 17.00 start den 5 februari
Plats	MEDFIT, Rörv. 4, Jordbro
Pris	300kr/person, 12ggr
Deltagare	endast medlemmar, max 12 pers
Ledare	Pia
Bokningen öppnar	tisdagen den 14 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

*Medlemsförslag!*



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Easy line en cirkelträning med olika stationer där man får arbeta igenom hela kroppen tillsammans med en ledare. Maskinerna är utformade så att man inte behöver ändra några inställningar alls. Man får helt enkelt det motstånd man själv ger den dvs har du en dålig dag och inte kan ta i så mycket så är motståndet mindre och har du en bra dag och vill köra vad du kan så får du mer motstånd. Detta gör att oavsett om du är vältränad eller inte så kan alla få ut det man vill. Passet varar 45 min inkl. stretch

## YOGA

Tid	torsdagar kl. 17.00 start den 6 februari
Plats	I-Form (Fokus) Västerhaninge
Pris	300 kr/person, 12 ggr
Deltagare	endast medlemmar, max 20 pers
Ledare	EevaLiisa Gunnarsson-Johansson
Bokningen öppnar	tisdagen den 14 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

*Medlemsförslag!*



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Vi fortsätter yogan med EevaLiisa Gunnarsson-Johansson som låter hälsa att hennes yoga är influerad av flera olika yoga stilar som vinyasa, kundalini, hatha, deep stretch och poweryoga. Tanken är att alla ska kunna vara med vana som ovana yogisar. Man ska känna ett välbefinnande efter klassen!" Inom yogan utgår individen från sin kropp och sina förutsättningar. Kursen passar därmed både nybörjare samt fortsättningsdeltagare.

**Klädse!** Bekväma träningskläder, ej skor **Ta med:** Yoga-matta och gärna en filt

## HALLWYLSKA - UTSTÄLLNING Tekalas Signerad svensk keramik från 1900-talet

Tid	lördagen den 8 februari kl. 11.00
Plats	Hallwylska museet, Hamngatan 4
Pris	100 kr/person
Deltagare	Deltagare: 2 platser/person, max 20 personer
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

*Medlemsförslag!*



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Guidad visning av Staffan Bengtsson och Pia Stael von Holstein samling av tekannor. Unika svenska signerade kannor i keramik. Med formgivare som Signe Persson Melin, Stig Lindberg, Ulrica Hydman, Gösta Grähs och många andra berättar samlingen den svenska modernismens stilhistoria. Raffinerat 50-tal. Färgstark popkonst från 60-talet. Nyenkel samtid med särskild känsla för vitt...En infallsrik designutställning formgiven av samlarna själva.

## FISKE/PIMPLING

Tid	söndagen den 16 februari kl. 10.00-14.00
Plats	Nedre Rudansjön
Pris	110kr/person
Deltagare	Endast 2 platser/medlem, max 15 pers
Ledare	Sfk Lilla Fiskelyckan
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

*Medlemsförslag!*



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

**Kom och prova på att pimpla på nedre Rudan med Sfk Lilla Fiskelyckan**

Isdubbar + pimpelspön + isborr + livlina finns, vi har även med 1 guide.  
Tänk på att ha varma kläder ngt att sitta på samt varmdryck och något att äta.

Pik tar med maggot! (fiskeagn)

## GONGBAD - DJUPAVSLAPPNING

Tid	måndag <b>17 feb, 16 mars, 20 april</b> kl. 17.00-18.30
Plats	Vikingaskolan
Pris	<b>500 kronor/person för 3 tillfällen</b>
Deltagare	Endast medlemmar, max 25 personer
Ledare	Mattias Sundman
Bokningen öppnar	tisdagen den 14 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

*Medlemsförslag!*

**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**



Kom och prova på ett gongbad så får du en skön vila, ny energi och många vittnar om att de brukar få bättre sömn! Gongavslappning är ett sätt att komma ner i varv. Ljudets vågor påverkar sinnet så man ofta hamnar i ett läge mellan sömn och vakenhet vilket stillar tankarna. Detta tillsammans med Gongens vibrationer, som går in i kroppen, hjälper kroppens självläkande förmåga att lösa upp spänningar och stress. Efter ett Gongpass känner man sig ofta avslappnad och kan ta tag i saker med ny energi!

Ta gärna med egen matta och tunn filt om du har  
Du behöver inte ha några speciella kläder utan kommer som du är.

Efter 20 år i IT-branschen utbildade Mattias sig till Gongmästare och MEM-Gong Yoga lärare och startade sitt företag Feel The Vibes - Gong, Yoga & Meditation.

Mattias har nu spelat Gong i över 5 år och håller Gongbad regelbundet i Stockholmsområdet och har flertalet workshops i månaden.

## TEATER PLAYHOUSE- PRYDH

Tid Premiär 19 februari  
Plats Drottninggatan 71A  
Bokning Boka på Playhouse hemsida: <https://www.playhouseteater.se/>

Vi vill gärna erbjuda PIK en rabatt till vår kommande föreställning PRYDH som får premiär den 19 feb. Pryd är en relationskomedi om närhet, kärlek och om att inte få till det.

**Boka biljetter på:** <https://www.playhouseteater.se/>

Under boka biljetter väljer du datum du vill gå, väljer önskat antal ordinariebiljetter (eller antal pensionär/student-kategorin), **du skriver in rabattkoden pikhaninge**  
Rabattkoden gör att priset på samtliga biljetter blir 200kr/st, ordinarie pris 395kr.

### OM FÖRESTÄLLNINGEN:

Jessica och Jens har inte haft sex på över ett år. Fjorton månader och fyra dagar för att vara exakt (men vem räknar?). Och det är ingen sjuårskris heller – de har varit tillsammans i nio. Men nu, ikväll, med publiken som vittne, ska de göra ett sista desperat försök att starta om sexlivet och rädda relationen. Men parningsleken har förändrats dramatiskt på sista tiden - både mellan dem och i hela samhället.

Föreställningen är ca 75 minuter utan paus.

Av: **Anthony Neilson**, På scen: **Peter Eggers och Louise Ryme**



### RECENSIONER

"smart, rolig, obekvä, stimulerande"  
THE TIMES

"En brutal, vansinnigt rolig och stundtals rå glimt av den kaotiska dynamiken mellan män och kvinnor idag"  
WHATSONSTAGE

"med en ovanlig spotlight på en vissnen sexlust i den här roliga, ärliga och sorgliga pjäsen"  
THE INDEPENDENT

## PERNILLA WAHLGREN HAR HYBRIS

Tid lördagen den 22 februari kl. 16.00  
Plats Cirkus, Djurgården  
Pris 400 kr/ biljett  
Deltagare 2 biljetter/medlem  
Bokningen öppnar onsdagen den 15 januari 07.00, [www.haninge.se/pik](http://www.haninge.se/pik)



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Efter att oavbrutet har firat sina 40 år på scen och 50 år på jorden i ett födelsedagskalas som pågått i ett och ett halvt år med 140 000 av hennes närmsta vänner kan inte Pernilla Wahlgren få nog. Trots att ensemblen har försökt att stoppa henne är nu beslutet taget att det kommer att bli en helt ny show, med uppremiär på Lilla Cirkus, Stockholm

Utöver Pernilla Wahlgren själv och Ola Forssmed syns precis som under förra showen även Kim Sulocki, Måns Nathanelson och Hanna Hedlund.



## STADSMUSEET – GUIDAD VISNING

Tid	torsdagen 20 februari kl. 18.00 - ca 18.50
Plats	Stadsmuseet Samling Slussen pl 1 vid hissen
Pris	100 kr/ person
Deltagare	2 personer/medlem max 30 deltagare
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

**Museet stänger 20.00 så det finns möjlighet att själv gå omkring och titta, i museet, efteråt**

### Museets guldorn

En introduktion till Stadsmuseets nya utställning som berättar om Stockholms historia från 1527 till idag. Guiden visar sina personliga favoriter och ni kan möta allt från ryska handelsmän, krogdammer och häxanklagade kvinnor till fabriksarbetare, nattsuddare och bilburen ungdom. Vi rör oss på museets tre plan vilket innebär många förflyttningar och trappor.

## MARS

### ÅRSMÖTE 2020

Tid	torsdagen den 12 mars kl. 17.00-19.30
Plats	Ribbyskolans aula, Nynäsvägen 203-205, mitt emot Västerhaninge kyrka
Pris	Vi bjuder på snittar, bubbel och kaffe med dopp
Deltagare	Endast medlemmar
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>
Motioner	<b>Motioner skall vara styrelsen tillhanda en månad före årsmötet</b>

Nu är det dags för det årliga årsmötet och vi kommer på denna ge Sven permis efter alla år i styrelsen! Vi önskar Sven lycka till med nya uppdrag men vi vet att han kommer finnas i vår närhet ...

Vi bjuder på förtäring och en filmvisning men denna gång i Ribbyskolans aula.

Väl mött



Styrelsen



## BOKASHI

Tid	torsdagen den 19 mars kl. 17.00-19.00
Plats	Haninge Kulturhus, sal K2
Pris	150 kr/pers inkl fika
Deltagare	2 platser/medlem
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**



Vi har lyckats få Peter till oss för ett föredrag om Bokashi så missa inte chansen!

Peter Streijffert är författaren, kocken, odlaren och föreläsaren som älskar att upptäcka smaker och se hur de bäst passar ihop. Han är en miljökämpe som själv odlar det mesta av sin egen mat och gärna berättar om sina knep. Föreläsningar om ekologisk odling eller mat- och vinprovningar sker alltid med ett gott humör. Och en ukulele nära till hands.

Bokashi är en effektiv och spännande komposteringsmetod, framför allt för den som odlar. Till skillnad mot traditionell kompost som är en förruttnelseprocess så är bokashi jäsning.. Bokashi är det enkla och smidiga sättet när du vill ha kompost hemma i lägenheten.

/Jag heter Peter Streijffert och vill gärna dela med mig av det som jag tycker är både härligt och viktigt i livet. Nämligen ekologisk mat, goda viner och att få odla mina egna grönsaker/

Vill ni veta mer om Peter kan ni gå in på hans hemsida [www.smakbalans.se](http://www.smakbalans.se)

**Peter Streijffert kommer även ha böcker till försäljning!**

## PÅSKDEKORATION

Tid	tisdagen den 31 mars kl.17.00-19.00
Plats	Blomsterlandet Port 73
Pris	175kr/person
Deltagare	Endast medlemmar, Max 15 pers
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

**Medlemsförslag!**

**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**



**Gör din egen Påskdekoration!**

Tisdagen den 31 mars träffas vi på Blomsterlandet för att skapa en trevlig påskdekoration av mysiga vårblommor och påskens dekorationer. Tillsammans över en fika låter vi fantasin flöda och har en trevlig stund.

## APRIL

### DON QUIJOTE - BALETT

Tid	torsdag den 16 april kl. 19.00
Plats	Operan
Pris	390 kr/biljett
Deltagare	Max 2 biljetter/medlem
Bokningen öppnar	onsdagen 15 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Den snillrike adelsmannen Don Quijote fantiserar om ett liv som de nobla riddare han ständigt läser om i sina medeltida romaner. Tillsammans med sin vapendragare Sancho Panza ger han sig ut för att uppfylla sin dröm och bekämpa världens ondska. Deras vägar korsas av Kitri och Basilio, ett förälskat par som kämpar för att Kitris pappa ska ge dem sin välsignelse. Don Quijote ser det som sin ridderliga plikt att hjälpa de älskande...

Den legendariska dansaren och **koreografen Rudolf Nurejev** har skapat en glädjefylld balett med bländande dansteknik och färgsprakande sceneri.

### SMEDEN

Tid	söndagen den 19 april kl. 10.00-16.00
Plats	Arbottna Muskö
Pris	300kr/person inkl. förtäring
Deltagare	Endast medlemmar, max 6 personer
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

**Medlemsförslag!**



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Välkomna till Arbottna på Muskö och till 1700-talssmedjan där.

Ni får prova på att smida och lära er några grundtekniker inom klensmide.

Vi sträcker, breddar, böjer, skrotar och linoljebränner till sist.

Det hela slutar med några små alster såsom krok, kapsylöppnare, blompinne eller liknande//

### RÖDE ORM - TEATER

Tid	onsdagen 22 april kl. 19.00
Plats	Dramaten stora scenen
Pris	300 kr/ biljett
Deltagare	Max 2 biljetter/medlem
Bokningen öppnar	onsdagen den 15 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Sex sjövilda bibliotekarier och ett episkt vikingaäventyr.

Det är fredagskväll i biblioteket och bibliotekarierna har sin traditionsenliga högläsning för varandra. Någon har valt Röde Orm, Frans G Bengtssons älskade vikingasaga. De läser. Lever sig in i berättelsen. Beväpnar sig till tänderna. Snart är biblioteket ett böljande hav, ett fort, ett blodigt slagfält. Alla dör. Flera gånger om.

Nu kommer den till Dramatens stora scen för första gången, i dramatisering **och regi av Alexander Mørk-Eidem.**

## VANDRING

Tid	lördagen den 25 april kl. prel. 10.00 –14.00
Plats	Tyresta by, parkeringen
Pris	50kr/person
Deltagare ledare	Endast medlemmar, Max 15st Friluftsrådet, Haninges lokala avdelning
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

**Följ med på en härlig vårvandring i Tyresta nationalpark, ca 8-9 kilometer**

Vi utgår från parkeringen vid Tyresta by, och går skogsstigen bort mot Årsjön, där vi grillar korv vid vindskyddet, om vädret tillåter, och sedan går vi tillbaka via en mer lättgången större stig runt bylsjön till Tyresta By.

Där kan de som vill avrunda med en fika i Tyrestas Cafe

**Ta med:** något att dricka och kläder efter väder, Pik tar med korv att grilla.

## MAJ

### INTRIGER, SKVALLER OCH FÖRTAL - STADSVANDRING

Tid	tisdagen den 5 maj kl 18.00
Startplats	Järntorget, Evert Taubes staty
Pris	100 kr/person
Deltagare	Max 2 personer/medlem Maxantal 30 personer
Guide	Lena Lövdahl
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

**Stadsmuseet**  
(Arrangör)

**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Skådespelerskan Lena Lövdahl berättar om kända stockholmare från 1700-talet och ledsagar dig till platser de rört sig på. Anrättningen kryddas med musikaliska och dramatiska inslag hämtade ur några av personernas verk.

Var Axel von Fersens gruvliga död ett mord, slugt iscensatt av politiska motståndare? Hade bordellmammans Lovisa von Plat höga beskyddare, kanske mycket höga? Och hur var det med Bellmans vrede när han blev anmäld för hädelse?

I vandringen ingår skildringar av händelser som kan upplevas som obehagliga.

**Sträcka att gå:** ca. 2km.

## CIVILFÖRSVARETS HEMBEREDSKAP MED KRYDDA AV VILDA VÄXTER

Tid	söndagen den 17 maj kl. 10.00
Plats	Kommunhuset/Rudan
Pris	50kr/person
Deltagare	Endast medlemmar max 15 pers
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

*Medlemsförslag!*



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

### Civilförsvarets hemberedskap med krydda av vilda växter

"Kom och lär dig mer om hemberedskap och vad du kan göra när, och framför allt innan, vårt samhälle drabbas av kris" Pia Cederberg från Civilförsvarsförbundet informerar först om vilken beredskap du behöver ha själv och vad myndigheterna ansvarar för, och därefter tar vi en tur ned till Rudan för att lära oss vilka vilda växter som passar till vad.

Total tidsåtgång beräknas till 3 timmar, Vi börjar på Rudsjöterrassen 2 (kommunhuset)

Kläder efter väder! Pik bjuder på kaffe och kaka

## CHEFEN - TEATER

Tid	söndag 24 maj kl. 18.00
Plats	Årsta folkets hus teater
Pris	180 kr/per biljett
Deltagare	Max 2 biljetter/medlem
Bokningen öppnar	onsdagen den 15 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>



**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Den nyblivna mellanchefen Jenny längtar efter något omstörtande. Hon vill driva igenom storslagna visioner på det stora företaget. Men snart sugts hon in i nästintill obegripliga maktspel i den stenhårda chefshierarki som råder.

Vad den duktiga mellanchefen Jenny dessutom inte anar – är att hon själv på ett snuskiigt, smutsigt sätt ska bli orsak till sin egen undergång.

*Chefen är ett absurt, komiskt och mörkt kontorsdrama om våra innersta begär.*

## SVALOR, SPIONER OCH BREVCENCUR- STADSVANDRING

Tid	onsdag 27/5 kl. 18.00 - ca 19.30
Plats	<b>Villagatan 17 T-Tekniska högskolan</b>
Pris	100 kr/person
Deltagare	2 personer/medlem, max 30 deltagare
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

**Stadsmuseet**  
(Arrangör)

**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Säg spioner under andra världskriget och de flesta ser troligen en man framför sig. Var det så? Självklart inte.

Följ med till några platser på Östermalm och Norrmalm där kvinnor tog stora risker och ibland satte sina liv på spel. En del gjorde det utifrån övertygelse, andra i nationens intresse. Varför var Tisdagsklubben så hemlig och vad hände på Postcensuranstalten? Under krigsåren var många kvinnor aktiva som spioner och inom underrättelsearbete. Några fick fly från Gestapo, andra spionerade för NKVD och vissa offrade livet. Cirka 2,5 kilometer.

## DOWN HILL CARS / FLOTTSBRO

Tid	lördagen den 30 maj kl. 11.00-12.00
Plats	Flottsbro, Huddinge
Pris	200kr/person
Deltagare	2 platser/medlem, max 20 pers.
<b>Åldersgräns</b>	<b>Åldersgräns 15 år samt längd 150 cm.</b>
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

### Nerför backen - på ett annorlunda sätt!

Med liftens hjälp tar du dig upp för backens brant — sedan är det upp till dig. Du tar dig ner med bilen via en perfekt anpassad bana och ser grönskan susa förbi just bredvid backen och med bilens teknik bestämmer du själv hastigheten. 3, 2, 1 Kör! Utmana dig själv och kompisarna.

### Du kan vara säker i bilen

Alla bilar är utrustade med hydraliska bromsar  
Elektroniskt säkerhetssystem  
4-punkters säkerhetsbälte.

**Åldergräns 15 år samt längd 150 cm.**

### UTRUSTNING

Vi har överdragsoveraller, regnöverdrag samt hjälmar till utlåning.



## SLOTTRESA SUNDBY SLOTT

Tid	lördagen den 13 juni ca. kl. 09.00-15.00
Plats	Avresa Haninge kommunhus
Pris	250kr/person
Deltagare	2 platser/medlem, minst 30pers
Bokningen öppnar	torsdagen den 16 januari 07.00, <a href="http://www.haninge.se/pik">www.haninge.se/pik</a>

*Medlemsförslag!*

**Anmälan är bindande och aktiviteten betalas till PIK:s postgiro 384360-4**

Välkommen till årets slottsresa och våravslutning.

Mitt i natursköna Södermanland ligger sagolika Stora Sundby Slott, en romantisk riddarborg och speglar sig i Hjälmarens vatten. 1848 stod Sveriges vackraste slott färdigt och slottet är idag bebott av familjen Klingspor.

Visningen tar ca en timme och slottet är inte handikappanpassat. Vi får se allt från den pampiga Riddarsalen till slottets matsal och majoriteten av alla salonger.

I resans pris ingår bussresa, inträde och guide. Vi kommer att stanna för att äta, som man bekostar själv. Mer info innan resan.

Vi åker från kommunhuset ca. 09.00 och kommer tillbaka ca. 15.00-16.00

**OBS! Tiderna är endast preliminära!**



## Övriga friskvårdsförmåner för PIK-medlemmar 2020

### Curves-Haninge

Gratis serviceavgift (ord.pris 1395kr) gäller vid tecknande av 12 mån avtal. Boka in ett gratis prova på pass. (vill du fortsätta så betalar du ett månadsbelopp i dagsläget 499kr Läs mer på [www.haninge.se/pik](http://www.haninge.se/pik)

### Actic-gym

Vi på Actic i Torvalla Sim och sporthall erbjuder alla PIK-medlemmar (kommunanställda)fri medlemsavgift och 20% rabatt på ordinarie pris.

Läs mer på [www.haninge.se/pik](http://www.haninge.se/pik)

### Dana Gestaltterapi

Jag erbjuder avspänningsmassage för 400 kr - ca 40 minuter, besöket tar ca 1 timme. Jag har stresshanteringssamtal 1 timme - 600 kr. Jag har gestaltterapi för dig som vill träffa mig flera gånger. Första besöket är gratis, som ett förmöte ca 30 minuter, för att se vad vi kan göra tillsammans. 1 timme gestaltterapi 600 kr. Om du bokar genom PIK Haninge, får du 10 % rabatt vid första mötet.

Läs mer på [www.haninge.se/pik](http://www.haninge.se/pik)

### Iform Friskvårdscenter Skogås

299 kr/månad (ord 495)  
Årskort 3938 kr

Läs mer på [www.haninge.se/pik](http://www.haninge.se/pik)

### Nordic Wellness

Alla anställda får 20% rabatt på medlemskap och kan tecknas på vilken Nordic Wellness anläggning som den anställda önskar.

Läs mer på [www.haninge.se/pik](http://www.haninge.se/pik)

### I-FORM FOKUS, VÄSTERHANINGE

Vi erbjuder 385 kr istället för 495 kr per månad (24 % rabatt) gäller under 2020

Läs mer på [www.haninge.se/pik](http://www.haninge.se/pik)

### Optime Vale

Massage ord. pris 720kr Pik-medlemmar 620kr

Läs mer på [www.haninge.se/pik](http://www.haninge.se/pik)



Medlemsnummer (fylls av personalföreningen)

Jag är värvad av: \_\_\_\_\_

Medlemsnummer: \_\_\_\_\_

## Ansökan om medlemskap i personalföreningen PIK

2018-05-25

### Personuppgifter

Namn		Personnummer
Hemadress	Postnummer	Ort
Telefon, dagtid	E-post	
Arbetsplats	Jobbadress	
Underskrift		Datum

### Så här vill jag betala min medlemsavgift

#### Löneavdrag

Medger att löneavdrag görs varje månad med 20 kronor. (Gäller endast tillvidareanställda)

Om jag går i pension och vill fortsätta mitt medlemskap ansvarar jag själv för att betala in medlemsavgiften när löneavdraget upphör. Se villkor nedan.

#### Inbetalning till postgiro 384 360-4

Jag betalar själv in medlemsavgift för år \_\_\_\_\_, 240 kronor/år.

Om jag blir medlem under året betalar jag 20 kronor/återstående månad fram till december, på postgiro 384 360-4.

Eftersom jag valt att betala in på postgiro så bevakar jag själv att nästa års medlemsavgift blir inbetald senast den sista januari. Annars avslutas mitt medlemskap automatisk.

### Ansökan skickas till

Haninge kommun  
Personalföreningen i Haninge – PIK  
Rudsjöterrassen 2  
136 81 Haninge

GDPR (Ny dataskyddslag från 180525)  
Personuppgifterna i medlemsregistret kommer att användas för föreningens administration vid till exempel postutskick m.m. Personuppgifterna kommer inte att sändas vidare, säljas vidare eller på något annat sätt delas ut till tredje part.

### Personalföreningens anteckningar

- Lön  
 G-mail  
 Medlemsregister  
 Postgiro