

Stockholm's Royal National City Park with nature guide Robert O' Dwyer from The Greater Stockholm's Nature Guides. Get to know about Swedish nature and history and the Swedes love for their nature. For tourists, English speaking students, researchers and people with a general interest in nature. Start at 16.00 metrostation Universitetet. About 4 km, 2 hours Cost: 100 sek. maria.bergstrom@naturskyddsforeningen.se. 0706-380712. www.utinaturen.nu. Universitetet T-bana, Östermalm.

**PENSIONÄR**  
ONSDAG 25 SEPTEMBER

**Problem med syn eller hörsel?**

Syn- och hörselinstruktör finns på plats och ger individuellt råd och stöd. OBS! Inga syn- eller hörseltester. Rioträffen kl. 14.00-15.00. evalena.andersson@stockholm.se. 08-508 08 406. aldreomsorg.stockholm/stod-och-hjalpmedel/Sandhamngatan 4, Östermalm.

**UTSTÄLLNING**  
TORSDAG 26 SEPTEMBER

**Ann Ahlbom Sundqvist**  
Visar skulpturer 26/9-17/10. Ann Ahlbom Sundqvist (f. 1964) bor och är verksam i Stockholm och Bohuslän. Hon är utbildad vid Konstfack i Stockholm, liksom vid Gerlesborgsskolan i Bohuslän. Konstnären har haft mångtalen separat- och grupputställningar i Sverige. Ahlbom Sundqvist har även mottagit flertalet

stipendier liksom konstnärliga gestaltungsuppdrag. Öppetider se hemsidan. margareta@gallerieklund.se. 070-661 75 26. www.gallerieklund.se. Galleri Eklund, Karlavägen 15, Östermalm.

**LÖRDAG 28 SEPTEMBER**

**Skulptur och måleri**

Gunilla Poignant skulptur möter Christian Poignant måleri. Gunilla visar skulpturer i akrylglas och trä/akrylglas ur serien "okänt landskap" och Christian visar målningar, olja på pannå med tema "nya landskap" Vernissage kl. 13-16. Extraöppet söndag 29/9 kl. 13-16. Övriga öppetider se hemsidan www.gallerievasolvang.se. Pågår tom 16 okt. eva@gallerievasolvang.se. 0704-135 339. gallerievasolvang.se Galleri Eva Solvang, Grevgatan 26, Östermalm.

**SÖDERMALM**

**MUSIK**  
ONSDAG 25 SEPTEMBER

**Songwriters in the round/ WY13**

Det har återigen blivit dags för Nashvillekonceptet; 'Songwriters in the round' att ta över scenen på WY13. Denna kväll delar följande artister/låtskrivare scen: Ess Bogale, Caroline Gustavsson och Hildur Höglind. Boka bord på: barrestaurang@hellstensglashus.se. Välkommen kl. 20.00. musicwy13@hellsten.se. 08-460 079 00. facebook.com. Hellstens Glashus, Wollmar Yxkullsgatan 13, Södermalm.

**ANLITA ERT LOKALA FLYTTFÖRETAG!**

För en trygg och problemfri flytt, anlita alltid Stadsbudet! Ett flyttföretag i Stockholm, verksamma sedan 1900-talet.

**FLYTTFÖRETAGET**  
**Stadsbudet**  
08-35 55 00  
www.stadsbudet.se

**Nu är det bråttom.**

Hjälp oss att rädda liv: Gävotefonen 020-900 100 Swish 900 36 74 www.njurfonden.se



**26-28 september & 3-5 oktober 2019**

Originaliet sedan 1992 på NackaStrandsMässan

**Läs mer på stockholmbeer.se**  
öl, whisky, avec, vin, champagne, gin, rom...

**SENIORERNA**  
Gärdet-Djurgården  
Hos oss kan du träffa gamla vänner och hitta nya!  
Kom gratis på vår nästa månadsträff med fika tisdag 8 oktober!  
För mer info, ring Riborg tel. 0730 48 23 84.  
www.spf.se/gardet-djurgarden

Be om vårt program!

Osteoporosföreningen i Stockholms län inbjuder till **Två föreläsningar**

**24 oktober kl. 17.30-19.30**  
Vad gäller nu vid behandling av osteoporos? Vilka patienter har hög frakturrisik?  
*Märit Wallander, med. dr, specialist i allmänmedicin, Lill-Jans Husläkarmottagning, medförfattare till handbok för läkare om Osteoporos.*  
Lokal: Tellus, Lignagatan 8 (Hornstull), Drakenbergssalen. Anmälan: Senast 17/10

**14 november kl. 17.00-19.00**  
Rätt diagnos vid ryggbesvär – är det osteoporos, artros eller något annat? Hur behandlar man osteoporos?  
*Hans Jutberger, överläkare Osteoporosmottagningen, Geriatriska kliniken, Norrtälje sjukhus.*  
Lokal: Tellus, Lignagatan 8 (Hornstull), Drakenbergssalen. Anmälan: Senast 7/11

Anmälan till föreläsningarna görs till osteo.sthlm@gmail.com eller 070-0503054. Avvakta bekräftelse med e-post eller SMS.

Gratis för medlemmar, övriga 60 kr, betalas kontant vid entrén. Vi tar inte Swish. Anmälan är bindande. OBS! Antalet platser är begränsat. Välkomna!

Bli medlem i Osteoporosförbundet och håll dig informerad!

**OSTEOPOROS FÖRBUNDET** www.osteoporos.org

**HÖSTENS UPPLEVELSER HITTAR DU PÅ SHOWTIC.SE**

VICKY NÖJESPRODUKTION OCH ZENTERTAIN PRESENTERAR

**"ABSOLUT VÄRLDSKLASS" AB**  
**"STRÅLANDE" EXP**  
**"MÄSTERVERK" PÅSCEN SE**

MUSIKALEN  
**SÅ SOM I HIMMELEN**  
AV KAY POLLAK, CARIN POLLAK OCH FREDRIK KEMPE

**MUSIKALSUCCÉN FORTSÄTTER!**

PHILIP JALMELID MALENA ERNMAN  
TUVA B LARSEN  
SOFIA PEKKARI ANDERS EKBORG  
MORGAN ALLING/ BJÖRN KJELLMAN  
CHRISTOPHER WOLLTER Stor ensemble och orkester  
Regi MARKUS VIRTA

SPELAS HELA HÖSTEN PÅ OSCARSTEATERN

ZENTERTAIN, KRALL ENTERTAINMENT, VICKY NÖJESPRODUKTION, LIVE NATION, CIRKUS och SINCLAIR ENTERTAINMENT i samarbete med CAMERON MACKINTOSH presenterar

**PETER JÖBACK I MUSIKALKOMEDIN**

**HÄXORNA I EASTWICK**

LINDA OLSSON  
VANNA ROSENBERG  
KAYO SHEKONI  
ENSEMBLE & ORKESTER

AV JOHN DEMPSEY & DANA P ROWE  
Översättning EDWARD AF SILLÉN & DANIEL RÉHN

SPELAS HELA HÖSTEN PÅ CIRKUS

ZENTERTAIN & VICKY NÖJESPRODUKTION PRESENTERAR

SUZANNE REUTER KIM SULOCKI GLADYS DEL PILAR STRANDBERG CHARLOTT DYALL KARL  
STOR ENSEMBLE OCH ORKESTER

**EN VÄRSTING TILL SYSTEM**

**"SOUL OCH SVÄNG OCH GÖR SUCCÉ" AB**  
**"ETT LYCKOPILLER SOM HAR ALLT" PÅ SCEN**  
**"ETT ENERGIPAKET ...glittrar och sprakar" EXP**  
**"...STRÅLANDE OCH MUSIKALISKT..." PJ**  
**"FEELGOODMUSIKAL ...svänger rejält" DN**

Svensk översättning ANDERS ALBIEN  
Music by ALAN MENKEN Lyrics by GLENN SLATER Book by CHERI STEINKELLNER & BILL STEINKELLNER  
Additional Book Material DOUGLAS CARTER BEANE Based on the Touchstone Pictures Motion Picture "Sister Act" written by JOSEPH HOWARD

SPELAS HELA HÖSTEN PÅ CHINA TEATERN