

PÅ GÅNG



Alla evenemang finns på pagang.mitti.se

Tipsa oss om evenemang pagang.mitti.se

Evenemang i våra tidningar publiceras bara i mån av plats. Evenemanget måste vara öppet för alla att delta och inte vara arrangerat av företag med rent kommersiella intressen.

BIBLIOTEK

ONSDAG 25 SEPTEMBER

Alexandra Pascalidou

Alexandra Pascalidou är en flerspråkigt prisbelönt svensk-grekisk författare, journalist och programledare. Hon har tilldelats utmärkelsen Årets europe och fått Stora Feministpriset. Hon blev nominerad till Augustipriset 2018 för boken Mammorna. Kl. 14.00 Hallonbergens bibliotek. hallonbergens.bibliotek@sundbyberg.se. 08-706 8470. bibliotek.sundbyberg.se. Hallonbergens centrum.

LÖRDAG 28 SEPTEMBER

Läsläk på biblioteket

Bibliotekarierna Carolina och Katrin läser och sjunger tillsammans med de yngsta barnen och deras vuxna. Tid: kl. 11.30-12.00 Hallonbergens bibliotek och kl. 14.00-14.30 Signalfabrikens bibliotek. Ålder: 1-3 år. hallonbergens.bibliotek@sundbyberg.se. 08-706 8480. bibliotek.sundbyberg.se/. Sundbybergs stadsbibliotek, Esplanaden, Sundbyberg.

SÖNDAG 6 OKTOBER

Släktforskar dag på biblioteket

Kom till Signalfabrikens bibliotek och få hjälp med att släktforska av erfarna släktforskare från StorStockholms Genealogiska Förening (SSGF). Kl. 13-16. Arr: Bibliotek Sundbyberg och StorStockholms Genealogiska Förening (SSGF). bibliotek@sundbyberg.se. 08-706 8480. bibliotek.sundbyberg.se/. Sundbybergs stadsbibliotek, Esplanaden 10, Sundbyberg.

DANS

SÖNDAG 29 SEPTEMBER

Dans

Kl. 16-18. Dans på Arnest. Efter sommaruppehållet kör vi igång igen med dansen. Kom och njut av atmosfären, mingla och träffa nya och gamla vänner. Lyssna och dansa till musiken vi känner. Allt från 60-talet å framåt. På scenen David & Co. Fri entré, bra priser på mat och dryck. Varmt välkomna. deve@uvtcmil.se. 073-745 4841.

Fredsgatan 6 (gamla Lorry), Sundbyberg.

FAMILJ

ONSDAG 25 SEPTEMBER

Sånglek

Sånger, ramsor och rörelse för barn och föräldrar. Onsdagar kl. 16.00 för barn ca 1,5-3,5 år och föräldrar. Kostnad: 9 gånger 420 kr. Kursledare: Heidi Rohlin Westin, musikpedagog Vill du vara med? Anmäl dig till: rohlin84@hotmail.com eller ring 073-659 91 84. hallonbergencentrumkyrkan.se.

LÖRDAG 5 OKTOBER

Klumpen

Kl. 12.00 Klumpen Musikteater Gulasch Börjar hos en sur frukthandlare och slutar hos en lycklig skolklass. Via dansande farbröder till arga småsyror och hundar på kisspromenad. En musikalisk och humoristisk föreställning. Med: Hans Bigestens, Kenneth Höglind och Sanna Andersson. Från 4 år. Entré: 40:-.

kina.lowenbraatkoski@sundbyberg.se. 08-706 81 94. www.sundbyberg.se. Kulturcentrum, Hallonbergen C, 1 tr.

FÖRELÄSNING

TISDAG 24 SEPTEMBER

Kom och lär dig svenska

Lions har språkcafé på biblioteket i Signalfabriken och i Hallonbergens Centrum. Här kan du gratis träna på att bli bättre i svenska. Signalfabriken: onsdagar kl. 15.00-17.00. Hallonbergens Centrum: tisdagar kl. 13.00-15.00. Ingen föranmälan behövs, bara kom. Om du önskar mer information ring Ronny Westberg 070-239 87 58 eller maila rw287945@gmail.com. www.lionsclubsundbyberg.org/. Sundbybergs stadsbibliotek, Esplanaden, Sundbyberg.

Släktforskning

Intresset för släkthistoria och släktforskning är större än någonsin. DNA-tester och digitalisering av arkiv har gjort det enklare att söka sig bakåt i släkt-

leden. Eller Kanske finns det spännande historier i din släkt? Öppet Hus 24 sep kl. 10-12. Nybörjare kurs tisdagar 10-12.30. 5 träffar mer Info ABF 08-505 868 00. maryam.dorbegi@abf.se. www.abf.se. Sturegatan 10, Sundbyberg.

ONSDAG 25 SEPTEMBER

Spanska inför resan

Passa på att förbättra dina språkkunskaper i spanska inför semesterresan! Gör dig beredd genom att lära dig att prata och förstå enklare fraser - beställa mat, fråga efter vägen etc. Onsdagar kl. 14. Info och anmälan: ABF 08-505 868 46. maryam.dorbegi@abf.se. 08-505 868 00. www.abf.se. Allaktivitetshuset, Sturegatan 10, Sundbyberg.

MARKNAD/MÄSSA

LÖRDAG 28 SEPTEMBER

Japan-loppis med Aggregat Live

Aggregats besökare arrangerar en Japan-loppis! Fynda bland anime, spel, serier, kläder, smyck-

en och mycket annat inom japansk populärkultur. Dessutom: Cosplay-uppväsning. Tid: klockan 12.00-16.00. Inträde: Gratis! Arrangör: Aggregat, en del av Sundbybergs Kulturskola. aggregat@sundbyberg.se. 08-706 82 25. [facebook.com/Allaktivitetshuset](https://www.facebook.com/Allaktivitetshuset). Sturegatan 10, Sundbyberg.

LÖRDAG 5 OKTOBER

Klädloppis för vuxna

Varmt välkommen att fynda begagnade vuxenkläder i alla storlekar, väskor, skor, smycken och accessoarer. Kl. 09.00-13.00. Ta med egen påse! Betalning sker helst med swish, annars kontanter. Vi finns på Facebook: <https://www.facebook.com/HoppasVises!> Hälsar Pia & Teres. loppisarisump@gmail.com. Grilliska gymnasiet, Ekensbergsvägen 132, Sundbyberg.

MUSEUM

SÖNDAG 29 SEPTEMBER

Öppet hus

kl. 11.00-16.00. Vi guidar och be-

Änglaröster

Vokalensemblen i Sundbyberg
Erik Wadman, orgel
Rikard Lindberg Karlsson, dirigent
Louis Vierne: Messe Solennelle
Bengt Hambraeus: Motetum Archangeli Michaelis
Felix Mendelssohn: Denn er hat seinen Engeln
Carl J L Almqvist: Den lyssnande Maria
SÖNDAG 29 SEPTEMBER KL 18.00
SUNDBYBERGS KYRKA. FRI ENTRÉ
Svenska kyrkan
SUNDBYBERG

Halva priset efter RUT avdrag

Vi höststädar hemmet!

Vi hjälper dig med det mesta.

- Städar
- Ordnar blomsterlådorna
- Målar om
- Fixar balkongen
- Putsar fönstren
- ... och mycket mer

veterankraft.se
vasterort@veterankraft.se | tel: 08-525 27 900

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

Ladda ner appen!

HÖRAPPARAT

Hörapparat från 0 kr – Hörsestest 0 kr
Boka direkt utan remiss

Öppet Hus – alla vardagar kl. 13-16
Service – Reparation – Batterier – Tillbehör

Lena Bäck
Verksamhetschef

Vällingby Ångermannag. 78
T-bana Busstorg

RING 08-38 07 00
horselexperten.se

Sundbyberg Bällsta – Bro
Landsvägen 73
Tvårbana Pendeltåg T-bana

26-28 september & 3-5 oktober 2019

Originalen sedan 1992 på NackaStrandsMässan

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

TRÄNA KYOKUSHINKAI KARATE I SUNDBYBERG

Terminsstart 4 september

Provträna 3 gånger gratis! Alla över 6 år är välkomna!

BUSHIDO AKADEMIN SWEDEN

FÅ EN KRAFTFULL START

med vår explosiva träningsform där du utvecklar din fysiska och mentala styrka.

Barnträning
Onsdag, fredag och söndag kl. 17-18

Vuxen/avancerad grupp
Onsdag och fredag kl. 18-19.30, söndag kl 18-19

Löthallen, Fredsgränd 4, Sundbyberg

Sensei Konstantinos
Tel. 073-686 61 16
www.bushidoakademin.se

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 frakturrisiko?
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