

## FÖRETAGSTJÄNSTER med seniorer!

Administration/Bokföring/  
Reception/Chaufför/Lager/  
Försäljning/Lokalvård/  
Handy man/Data/IT/Flyttjälp

**RING 08-642 11 00** **SENIOR BEMANNING**  
www.seniorbemanning.net



## 3-5 oktober 2019

Originalen sedan 1992 på NackaStrandsMässan



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

# TICKET

**HURTIGRUTEN**

**Flyget på köpet!**  
6 dagars kryssning från 7.655:-  
**Träffa kryssnings-expert**  
8/10, kl.13-17 Sveavägen 16



**Jambo Tours**

Rundresa 16 dagar från **31 990:-**  
Singapore, Kuala Lumpur, Borneo & Langkawi



**Välkomna till närmaste Ticketbutik**  
Sveavägen 16 • Götgatan 94 • Farsta Centrum • Nacka Forum • Sollentuna Centrum • Solna Centrum • Vällingby Centrum • Täby Centrum • Ring alla dagar 0771-456 789

Prisexp/pers med Jambo Tours, avresa 14/2-20. Boka senast 8/10. Flyget på köpet avser utvalda kryssningar med Hurtigruten under 2020, boka senast 8/10. Begränsat antal platser. Vi reserverar oss för tryckfel och prisändringar.

# PÅ GÅNG

**FÖRELÄSNING**  
ONSDAG 2 OKTOBER

**Författarträff**  
Horace Engdahl presenterar sin nya bok Nattens mänsklighet i samtal med Hillevi Hellberg, Alastor Press. Boken handlar om författaren Rétif de la Bretonnes nattliga vandringar i Paris år 1780, analyserade och tolkade av Engdahl. Kl. 18.00. Plats: Lidingö stadshus, sessionssalen. Arrangör: Bibliotekets vänner i Lidingö i samarbete med Kulturavdelningen, Lidingö stad. Lidingö.

LÖRDAG 5 OKTOBER

**Boghammar Marin – en varsepok**  
Kl. 14 berättar Ibb Jessen och Carl-Henrik Ankarberg om Boghammar Marin och om området där varvet är beläget. Varvet etablerades vid Kappsta 1916 och har drivits av samma familj i nu fyra generationer. Där har 1200 båtar byggts. Du kan också passa på att se den intressanta utställningen om varvet, en del av Lidingös industrihistoria. info@lidingohembygd.se. 08-7657567. www.lidinghembygd.se. Lidingö Museum, Lejonvägen 26A, Lidingö.

MÅNDAG 7 OKTOBER

**E-hälsa – hur använder man?**  
Föreläsning kl. 10.00–12 för IT-intresserade seniorer. Information och demonstration om hur man loggar in och använder de olika funktionerna på 1177.se. info@seniornetlidingo.se. 070-750 6474. www.seniornetlidingo.se. Lidingö stadshus, Stockholmsvägen 50, Lidingö.

ONSDAG 9 OKTOBER

**Föredrag**  
Kl. 19.30–21.30. Mördades John F. Kennedy av CIA? Är klimathotet en bluff? Genom boken, Allt är en konspiration: en resa genom underlandet, undersöker Kent Werne konspirationstänkandets värld. Han möter frontfigurer, deltar på väckelsemöten och frilägger, en dramatisk och för många okänd idéhistoria. Träffa Kent Werne som är frilansjournalist och författare. Fri entré, mingel från kl. 19.00. lidingo.forsamling@svenskakyrkan.se. 08-410 847 00. lidingoforsamling.se. S:ta Annagården, Kvarnvägen 1, Lidingö.

**Onsdagsträff**

Kl. 13.30 "Någon går bredvid eller sitter intill." Vem är denne någon som har tid att stanna kvar och att lyssna? Erfarenheter och reflektioner om kyrkan i vården - Sjukhuskyrkan. Gunilla Wedin Halvardson, pastor i Equmeniakyrkan och sjukhussjälavårdare. info@ansgarskyrkan.se. 767 32 01. www.ansgarskyrkan.se. Ansgarskyrkan, Odenvägen 3, Lidingö.

**GUIDNING**  
LÖRDAG 5 OKTOBER

**Vandra på Lidingö**  
Kl. 9.30 "När Missionsförbundets hjärta låg på Lidingö." Denna vandring passar både ovan och erfaren vandrare. Rune W. Dahlén, kyrkohistoriker och tidigare lärare på THS leder vandringen. Den är ca 6 km och går från Palmargården, Frimurärvägen 7, till Ansgarskyrkan. Ta med matsäck! För mer information kontakta: Anders Lundin, anderslundin@gmail.com, 0705-296 110. Gunvor Lindén, 0705-657 914. info@ansgarskyrkan.se. 08-767 32 01. www.ansgarskyrkan.se. Lidingö.

**KULTUR**  
TORSDAG 3 & 10 OKTOBER

**Torsdagspromenad**  
Natur- och kulturpromenad i Farsta Strand/Magelungen. Samling i Ropsten 10.15. Tag med matsäck! SPF Seniorerna Lidingö-öskeppet arrangerar. solveig1@telia.com. 073 680 10 64. spf.senioreterna.se. Ropsten.

**MARKNAD/MÄSSA**  
LÖRDAG 5 OKTOBER

**Loppis i Högsåtra**  
Kl. 12–16. Inställt vid regn. Välkomna att fynda gammalt och nytt. Korvgrillning, kakor och kaffe säljs på plats. Varmt välkomna! kristina.philipson@hotmail.com. 070-424 84 84. Lillåkersvägen, baksidan, 18b-30b, Lidingö.

**MEMMÄNNISKA**  
ONSDAG 2 OKTOBER

**Väld i nära relation**  
Är du utsatt för våld i nära relation och vill ha någon att prata med? Tror du att någon i din närhet är utsatt? Kontakta oss på tel. 08-767 03 03, måndag & torsdag kl. 19–22 samt tisdag & onsdag kl. 11–14. Alla kan ringa till oss, du som är utsatt, vän eller kollega.

Du når oss även på kontakt@kvinnojourenkerstinlidingo.se. www.kvinnojourenkerstinlidingo.se. Lidingö.

**MÖTE**  
TISDAG 1 OKTOBER

**AA möte**  
Tisd kl. 19.00, lörd kl. 10.00. Har du en önskan att sluta dricka, välkommen till vår gemenskap! AA Floragruppen, Lidingö St Annagården, ingången nedre plan, närmast Elverket/gästparkeringen. Buss 204 från Ropsten, hållplats Kvarnen. service@aa.se. 08-642 26 09. www.aa.se. Kvarnvägen 1, Lidingö.

MÅNDAG 7 OKTOBER

**AA kvinnomöte**  
Måndagar kl. 18.00. Har du en önskan att sluta dricka? Välkommen till vår gemenskap! AA Floragruppens kvinnomöte, Lidingö G:la Kvarnskolan, gult hus ovanför St Annagården, ingång på baksidan av huset. Buss 204 från Ropsten, hållplats Kvarnen. Gästparkering finns. service@aa.se. 08-642 26 09. www.aa.se. Kvarnvägen 1, Lidingö.

**PENSIONÄR**  
ONSDAG 2 OKTOBER

**ChiBall för seniorer**  
ChiBall-passet innehåller rörelser från tai chi, qigong, yoga, pilates, callanetics och feldenkra. 60 kr/pass. Buss 206. Drop-in. Kl. 10–11. youdeepetersen@gmail.com. 070-736 80 44. Gångsätrahallen, Läroverksvägen 54, Lidingö.

**ÖVRIGT**  
ONSDAG 2 & 9 OKTOBER

**Soppa och gemenskap**  
Kl. 13.00–15.00. Välkommen på soppa och en trevlig gemenskap. Här kommer alltid serveras rykande och god soppa. Ingen föransmälning krävs. lidingo.forsamling@svenskakyrkan.se. 08-410 847 00. lidingoforsamling.se. Breviks kyrka, Kapellbacken 1, Lidingö.

**Stickcafé**

Kl. 18.00 Sticka, virka eller brodera. Här finns möjlighet att varva ner med tid för samtal, inspiration eller en stunds skön tystnad. lidingo.forsamling@svenskakyrkan.se. 08-410 847 00. lidingoforsamling.se. S:ta Annagården, Kvarnvägen 1, Lidingö.

TORSDAG 10 OKTOBER

**Träffpunkt på S:ta Anna**  
Kl. 12.30–14.30. Selma reser. Elena Bargholtz berättar om Selma Lagerlöfs resor. lidingo.forsamling@svenskakyrkan.se. 08-410 847 00. lidingoforsamling.se. St Annagården, Kvarnvägen 1, Lidingö.

**Au Pair Café**

Kl. 13.00–15.00 Kvarnen. Träffa andra som precis som du är au pair. Are you working as au pair? Here you can start to build your social network in Sweden. lidingo.forsamling@svenskakyrkan.se. 08-410 847 00. lidingoforsamling.se. Kvarnvägen 1, Lidingö.

**ÖSTERMÄLM MUSIK**  
LÖRDAG 5 OKTOBER

**Musikaliskt möte – körkonsert**  
Ett möte mellan två köror. Tysk, svensk, norsk och finsk musik, av Rheinberger, Dominique, Sandström, Gjeilo, Mäntytjärvi m.m. Pampiga, skira, filmiska, romantiska och humoristiska klanger. Med Engelbrekts Vokalensemble och gästande kör Kammerchor Gross Flottbek från Hamburg. Dirigenter: Eva Wedin och Astrid Grille. Kl. 15.00–16.00. Fri entré, inkl. kaffe/te/saft & kaka som bjuds från kl. 14.30. info@vokale.se. vokale.se/. Hjorthagskyrkan, Dianavägen 10, Östermalm.

**FLER TIPS PÅ PAGANG.MITTI.SE**



# Obehag i benen?

Är obehaget så starkt att du känner tvång att röra på benen? Blir det värre på kvällen, natten eller när du vilar? Lindras obehagen vid rörelse? Det kan vara tecken på Willis-Ekbom Disease, WED (även kallad RLS).

**Välkommen till informationsmöte i ABF-huset, lokal Z-salen, Sveavägen 41, Stockholm.**

**Ons 9/10 kl. 18-20. Fritt inträde, begränsat antal platser. Ingen föransmälning.**

- Kurt Hedlund, läkare inom WED/RLS, talar om symtom, diagnos och behandling
- Möjlighet att ställa frågor och köpa den nya boken om WED/RLS. Utdelning av WED-Priset.

**www.wedforbundet.se**



**Tennrådsarmband**  
Handgjorda smycken av tennråd, skinn, horn

