

Varje stroke är en kamp mot klockan. Din insats räddar liv.

Stöd forskningen på hjärnfonden.se

90 SVENSK
INSAMLINGS
KONTROLL

Hjärnfonden



Familjekonsert

Kom och sjung om

Pippi
Emil

Krakel Spektakel
med flera!



Sing-Along-Konsert

Sollentuna musikklasser
Lördag 5/10 kl. 11.00
Häggviksskolans aula
Fri entré

SOLLENTUNA KOMMUN

3-5 oktober 2019

Originalen sedan 1992
på NackaStrandsMässan



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

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 2 OKTOBER

Bygg lampa av pärllattor...
...med Christoffer Svärd kl. 15-17, för barn från 7 år. Biblioteket står för material. Anmälan till arena-rotebro@sollentuna.se. 08-57921900.
www.bibliotekenisollentuna.se. Arena Rotebro, Hertig Karls väg 13, Sollentuna.

SÖNDAG 6 OKTOBER

Familjesöndag
Kl. 13-16. Bland drakar & dragqueens kl. 13-14 sagotanten Henrik håller sagostund för barn i åldern 3-7 år. OBS! begränsade platser. Kl. 14.30-15.30 Fotoworkshop med fotograf Ninnie Schröder Vi inspireras av sagornas värld och bygger upp små fantasivärldar i bilder. Kamera eller mobil. Barn från 6 år tillsammans med vuxen. Anmälan till arenarotebro@sollentuna.se. 08-57921900. Arena Rotebro, Hertig Karls väg 13, Sollentuna.

FÖRELÄSNING ONSDAG 2 OKTOBER

Alpha, grundkurs i kristen tro
Alla frågor är tillåtna! En del kommer till tro, andra tar med sig nya tankar ut i livet. De flesta får nya vänner! Vi träffas tio onsdagar och börjar med soppa kl. 18.30. Sen lyssnar vi på föredrag och pratar i smågrupper till kl. 21.00. Helgen 12-13 oktober har vi internat. De första tre gångerna

är öppna. Kom och prova innan du bestämmer dig! kummelby@svenskakyrkan.se. 070-6063754. www.svenskakyrkan.se/sollentuna/alpha. Sollentunavägen 83.

GUIDNING TORSDAG 3 OKTOBER

Pionjärer i Norrviken
Villastadspionjärer, bolagsdirektör, järnvägsstation, affärer och brottslingar. Vi träffas kl. 16.00 i korsningen Landvägen/Skolvägen/Västra stationsvägen inte långt från Norrvikens station, och går mot Torparängen och upp på Brunkebergsåsen i 1,5-2 timmar. Kostnad: 50 kr, upp till 17 fritt, ingen föransökan. mace@lysator.liu.se. www.facebook.com. Västra Stationsvägen, Sollentuna.

IDROTT ONSDAG 9 OKTOBER

Prova på Night Trail
Samling kl. 18.30 vid parkeringen vid Bögs gård. Du får chansen att prova på att springa med pannlampa i skogen under ledning av duktiga orienterare. Vi delar in oss i olika grupper och springer med olika fart cirka 5 eller 10 km per grupp, blandat mellan oband terräng och stig/grusväg. Prova-på-kvällen är öppen för alla. Du behöver ha med dig ett egen pannlampa och gärna ett glatt humör. info@nighttrailrun.se. Nighttrailrun.se. Bögs Gård, Sollentuna.

KULTUR LÖRDAG 5 OKTOBER

Landsnora kvarn
Öppen visning kl. 10-14. Kom och upplev vår kvarn och såg i full drift! Sågen är Stockholms läns enda vattendrivna ramsåg. Försäljning av stenmalet vetemjöl, rågmjöl och dinkel. Kaffeservering i kvarnkammaren. Nybakat tunnbröd i sågen till försäljning. Aktiviteter för yngre barn vid sågen. Välkomna! Arrangör: Sollentuna hembygdsförening. info@sollentunahembygd.se. 08-967865. www.sollentunahembygd.se. Landsnora kvarn och såg, Landsnoravägen 80, Sollentuna.

MUSIK ONSDAG 2 OKTOBER

Musikcafé Eldqvarn
Musikcaféet riktar sig till personer med funktionsnedsättning. Du är välkommen oavsett vilken kommun du bor i. Caféet är öppet onsdagar kl. 18.30-20.15. Vi fikar, dansar, umgås och lyssnar på livemusik. Musikcaféet följer skolans terminer och stänger på löven. anne.maddock@sollentuna.se. 08-57923182. Restaurang Eldqvarn, Häggvikska gymnasiet, Häggviksvägen 4, Sollentuna.

NATUR SÖNDAG 6 OKTOBER

Walkingtur i naturen
Kl. 14.30-16.00. Samling, Rösjöbadets parkering. Kostnadsfritt, anmälan behövs till din ledare Annika på sms 070-2281738. Tu-

rerna innehåller mjuka energirörelser, lätt funktionell träning, balansövningar som stimulerar hjärnan och gång i ett tempo där det är möjligt att samtala. Mer info <http://www.facebook.com/futurehealthsweden/>, eva@hal-solotsen.com. 0707-555436. Rösjöbadet, Sollentuna.

PENSIONÄR ONSDAG 2 OKTOBER

Prova medicinsk qigong/eurytmi
Kl. 9. Alla kan vara med. Vi gör långsamma rörelser i samklang med din andning. Detta tillsammans med klappmassage, andningsövningar & avslappning som gör dig piggare & ger dig ett inre lugn, samtidigt som din kropp blir både starkare & smidigare. Mestadels görs övningarna stående & du kan även välja att jobba sittande på en stol. Medtag en träningsmatta & vattenflaska. Gratis. Ledare: Annika Bergman. info@sollentunaseniorgymnastik.se. 070-4400205. Telefontid vardagar kl. 13-16. sollentunaseniorgymnastik.se. Edsbergsskolan, Edsbergs torg, Sollentuna.

ÖVRIGT ONSDAG 2 OKTOBER

Bibelsamtal
Kl. 18.30 Bibelsamtal om Apostlagärningarna. pastor@edsvikskyrkan.se. 073-6630031. www.edsvikskyrkan.se. Edsvikskyrkan, Kapellvägen 2, Sollentuna.

VATTENHUSET

Vi finns nära dig!
Babysim, simskola och vattenträning.

Att kunna simma är en livförsäkring!

Vi har löpande kursstarter på alla våra simskolor. Boka redan i dag! **Nästa start v 41.**

FÖR ANMÄLAN OCH INFORMATION
www.vattenhuset.com / Tel 08-798 50 88

Dator-service

Sollentunavägen 227
Öppettider, se vår hemsida
Tranfor.se
08-625 01 00
info@tranfor.se

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

Vi kompletterar hemtjänsten!

Vi skräddarsyr lösningar baserat på dina behov och önskemål, exempelvis:

- Städning
- Veckohandling
- Promenadsällskap
- Tvätt och strykning

Vi ordnar RUT-avdraget

veterankraft.se
norrort@veterankraft.se | tel: 08-525 20 900

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 föransökan.

- 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

www.slindborg.se

WED FÖRBUNDET