

på gång

Tipsa oss om evenemang
E-post: pagang.nacka@mitti.se
pagang.varmdo@mitti.se
Frågor besvaras må-fr kl 8-9
på tel: 550 550 40.
Vi behöver info två veckor före

barn & unga

27-30 oktober

● Roligt höstlov tisd-fred på Siggesta Gård kl 11-16 hela gård. Mer info www.siggesta-gard.se/calendar

28-29 oktober

● Höstlovet på Älta bibliotek:
Onsdag kl 14: Klipp och klistra din egen spökberättelse eller - bild. Från 6 år. **Torsdag kl 14:** Helén Dejde från Kulturhuset och Rum för Barn läser läskiga "Spökisar och mysiga rysare". Från 7 år.

28-29 oktober

● Höstlovsbio filmen "Upp" visas onsd-torsd kl 15 i Gustavsbergsteatern. Kostnad. Fr 7 år.

31 oktober-1 november

● Magiker, akrobater och karuseller intar Forum Nacka under höstlovet. Möts av personer som spelar positiv eller går på styltor. Hela Forum Nacka kommer nämligen att förvandlas till ett enda stort kalas. För de som vägar finns det även en karusell både inne i köpcentrumet och en utanför. Allt är gratis och pågår lörd- och sönd kl 11-17 på Forumvägen 12 i Nacka.

dans

Återkommande

● "Danser från när och fjärran" hålls tisdagar kl 10-11.30 i Värmdö bygdegård. Arr: PRO Värmdö och ABF.

film/föreläsning m m

Onsdag 28 oktober

● Astma- och allergiföreningen inbjuder till information om "Lotorpsmetoden." Chatrine Carlsdotter informerar om andningsövningar som ger bättre andningsteknik., kl 19 i lokalen på Järla Skolväg 23. Kom doftfri.

Onsdag 4 november

● "Alkohol som självmedicinering." AT-läkare Karin Isak reder ut på vilket sätt alkohol är en bra medicin mot ångest kl 19 i Björknäskyrkan. Fika från kl 18.30. Fritt inträde. bjorknaskyrkan.com

hälsa/motion

Tisdag 3 november

● Gravid yoga-prova på utan kostnad kl 18.15 på Happy Yoga Studio i Gustavsberg, Mariaplan 10 (ut med Villagatan). Du har stor glädje av att göra yoga oavsett när i in graviditet du börjar! Mer info www.happyyogastudio.se / 070 508 50 73.

Torsdag 5 november

● Prova på mamma-baby yoga utan kostnad i Gustavsberg. Skön träning och avslappning för hela dig och med din baby kl 10-11 på Happy Yoga Studio, Mariaplan 10, Gustavsberg. Inga förkunskaper. Mer info tel 070 508 50 73.

Återkommande

● Stavgång i Nyckelviken. Start kl 11 söndagar vid Ektorps hemmet (300 m från Ektorps rondellen). Gratis för medlemmar, liten avgift för övriga. Stavar finns att hyra. Utbildade FAR-

evenemangets start. Evenemangen ska vara öppna för alla. Inga införanden av årsmöten. Materialet tas in i mån av plats. För annonsering, kontakta annonsavdelning.

ledare finns. Arr: Friluftsförbundet Nacka-Saltsjöbaden, 718 16 66.

musik m m

Onsdag 28 oktober

● En tsk Dylan, ett mått Cassidy, en nypa Vreeswijk... och Lisa Fridén/Christer Lagerkvists finstämda sånger får en bouquet av melankoli. De sjunger både egna och andras låtar. Musikcafé kl 19 i Björknäskyrkan. Fika från 18.30. Fri entré. Se bjorknaskyrkan.nu

● Sweet Jazz Trio spelar kl 19-21.30 i Bistro Solsidan, Skyttevägen 16 på Solsidans Stationshus, till tel 717 04 55.

Lördag 31 oktober

● Nacka Kammarkör sjunger Requiem av Gabriel Fauré tillsammans med solisterna Richard Svendeborn, och Jesper Taube och en orkester ur Kungliga Hovkapellet kl 16 i Nacka kyrka. Entré. Fököp biljetter på Akademibokhandeln i Forum Nacka och Sickla köp kvarter samt på församlingsexpeditionen. Konsertdagen i kyrkan från kl 15.

● Bluesparty med The Blue Line Experience, Speedo Harmonica Jones & Tru & Blu, Danvikstulls Vårdshus kl 20. Entré. www.Blues.just.nu Arr: Stockholms bluesförening.

● Mokomafestivalen firar treårs-kalas med finsk extravaganza kl 19-02 på Kägelbanan. Bakom det hela står musikföreningen Mokoma som bland annat vill främja musik och kultur bortom mainstream-fåran och sprida finsk musik i Sverige. www.mokoma.se Entre. 18 år.

● Fadons anarkistiska förnyare - "Deolinda." Sångerskan och frontfiguren Ana Bacalhau och hennes band har lyckats uppdatera Lissabons fadomusik med ironi, spelglädje och energi kl 20 Södra Teaterns stora scen. Entré. Ingen åldersgräns till konsert. I Södra Bar&Kök: 20 år.

Återkommande

● Alla kan sjunga! Missa inte chansen att sjunga helt utan krav på att det skall låta bra! I Värmdö Soulsingers sjunger de pop, rock & visa m.m. för att må bra i själen... därför finns inga krav på att det skall låta bra. Drop-in-kör varje måndag 19-20.30. Mer info: www.soulsingers.se

pensionärer m m

Återkommande

● Spela bridge tisdagar kl 9.30-13 i Gustavsgården. Termings-

avgift. Ledare Leif F. tel 571 422 12. Arr: SPF Värmdöringen.

teater/scen

Onsdag 28 oktober

● "Skamlösa förbindelser." Kerstin Thorwalls lustfyllda cabaret ges kl 19.30 i Gustavsbergsteatern. Kostnad. Arr: Värmdö Riksteaterförening.

utställning m m

Lördag 31 oktober

● Visning utav Stanislaw Zoladz utställning kl 14-15 i Konsthallen. Fri entré. Stanislaw Zoladz har varit verksam i Nacka sedan 1995. Det är första gången han nu har en separatutställning i Nacka Konsthall. Zoladz är känd för sina fotografiska landskapskavareller. Utställningen pågår till och med den 22 november. Öppet: månd kl 10-19, tisd-fred kl 9-19, lörd kl 11-17, sönd kl 12-16, Info tel 718 90 70.

Söndag 1 november

● Visning av Stockholms läns museums utställning "När larvet tystnar - förvandlingen av fyra fabriksområden i Nacka", kl 14-15 i Stockholms läns museum. Biljetter: 20 kr. Under 18 år fri entré. Utställningen pågår till och med 8 november i Stockholms läns museum, Dieselverkstaden i Sickla. www.stockholmslansmuseum.se/utstallningar/aktuella

Pågående utställning

● Färglitografier av estnisk-svenska konstnären Leida Rives-Elfwén ställs ut i Orminge bibliotek, Orminge C. Utställningen pågår till och med 15 november.

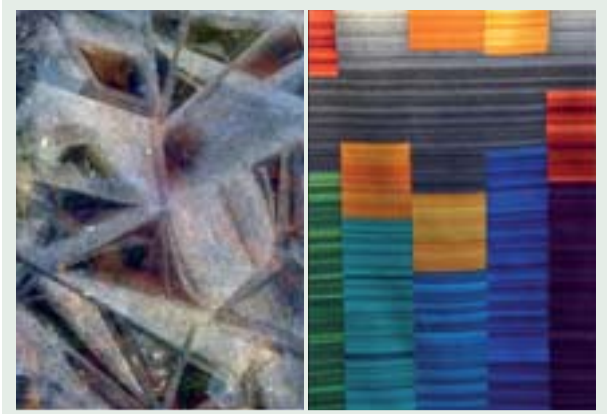
● Låt fantasin flöda! Abstrakta målningar av Barbro Book ställs ut till och med 18 november på Saltsjöbadens bibliotek. Öppet månd, onsd kl 12-19, tisd, torsd kl 11-17, fred kl 11-16, lörd kl 10-14.

● Sven Wejsfelt (1930-2009) - formens och glayrens mästare under sex decennier. Sven Wejsfelt gick nyligen bort efter en kortare tids sjukdom. Gustavsbergs Porslinsmuseum uppmärksammar med en minnesutställning, som kan ses i Isaausrummet, till och med 2 maj 2010 i Gustavsbergs Porslinsmuseum, Odelbergs väg 5 B. Info tel 570 356 58. www.porslinsmuseum.varmdo.se

● Fotoutställningen "Svart på vitt - fotografier från en svunnen tid" i Gustavsberg, pågår i Kalkugnrummet till och med 28 februari 2010. Odelbergs väg 5 B
● Samlingsutställningen i Porslinsmuseet, pågår till och med 1 november. Samtliga deltagande konstnärer i Konstrundan presenteras med ett verk var. Stängt 31 oktober. Arr: Gustavsbergs Konstförening o Värmdö Kulturrenhet i samarr med Visit Värmdö och Gustavsbergs Hamn AB. Mer info se gkf.3w.se

● Anna Björnström visar screentryck, blandteknik och teckningar. Tema: Vilda djur, till och med 30 okt på restaurang Ladugården, Siggesta gård, Värmdö. Mer info tel 562 80 111.

● "Material som berör". Betong, silver, metall, lera, tegel, filt & strå, färg och blommor. Kreativa konst och hantverkare ställer ut under hösten i Blomstersmycket & Konstiga verk på



Ett par av de verk konstnären Gertie B Granvik skapat.

Fine art och bildväv

Lördagen 31 oktober

● Gertie B Granvik visar "Vattenliv III", en utställning med fine art foto och bildvävar, på Ladugården, Siggesta gård, Värmdö. Vernissage kl 12-14. Utställningen pågår till och med 4 dec. www.gertie-designfoto.se www.siggestagard.se

Grisslingarakan. Öppet onsd kl 13-18, torsd-fred kl 11-18, örd-sönd kl 11-16. Utställningen pågår till och med 8 november. Se hemsida för vägbeskrivning www.blomstersmycket.tk

● Konstnär Patrik Lundell har en pågående utställning På Haga Forum, Annerovägen 4, till och med 21 december. www.patriklundell.se

● Natali Johansson, målningar i olja akryl hänger upp till och med 19 november på bageriet Munken, Djurö, Granbergsvägen 12 i Djurhamn. Arr: Djurö konst & kulturs regi.

övrigt

Söndag 1 november

● Hembygdsgruppens i Erstaviks kapell kl 15. Kyrkkaffe. Samåkning i bilar. Behöver du skjuts kontakta Gunilla Fagerberg tel 716 63 52. Du som har plats över i din bil, hör av dig! Samarr mellan Nacka hembygdsförening och Nacka församling.

Onsdag 4 november

● Vinprovning kl 19 med Jan Ahlén, Almvägen 11. Självkostnadspris. Anmälan till Kerstin Widlund tel 773 11 54. www.kulturalta.se Arr: Älta Kulturförening.

restaurang&nöje

telefon 550 552 80,
fax 550 552 11,
e-post ts@mitti.se

siggesta gård
VÄRMDÖ

31/10

Oktoberfest i Ladugården!
Die Alpen kapelle mit schvung!

BÄDDman Gårdsbutik

HILDING' Kontinentalsäng

180 x 200 cm, pocketresår
inkl. bäddmadrass och ben.

Hösterbudande!
Begränsat antal

9.995:-



HÖSTREA på Bäddsoffor!

BÄDDman 08-640 09 11

Kalvandö gård, Värmdö • www.baddman.se

Väg 222 till väg 274 mot Vaxholm, från Hemmesta vägskal 2,8 km, sväng höger, följ skyltning.

Öppettider:

Mån 11-16 • Tor-Fre 11-18 • Lör-Sön 11-16

TJÄNA PENGAR - SÄLJ PÅ AUKTION



Besök oss, ring eller maila • Fri hemvärdering • Låg provision

Slakthusgatan 22 • 121 62 Johanneshov • Tel 08 686 98 80 • stockholm@lauritz.com
Öppet dagligen för gratis värdering och inlämning mån-fre 11-18 • lör 10-14

Lauritz.com

A bid better