

Vill din ideella förening vara med?

Gå in på www.salaallehanda.com, klicka på **Mer**. Klicka sedan på **Tipsa oss – Skicka in till Infosidan**. Material skall lämnas in senast en vecka innan publiceringsdag måndag. Vi förbehåller oss rätten att redigera i er text, och kan ej garantera plats. Möteskallelser hänvisas till ordinarie annonsplats. **OBS! Gäller endast föreningar i Sala kommun.** Har du frågor om infosidan, kontakta Sala Allehanda, eller Sofia Strandberg, Kultur och fritid tfn 0224-74 78 24. sofia.strandberg@sala.se

Infosidan kommer ut måndagar vecka 3-25 och 34-51, med undantag av röda dagar. Den är ett samarbete mellan Sala Kommun Kultur och fritid och Sala Allehanda.

KULTUR & FRITID – INFORMATION OM ANLÄGGNINGAR OCH AKTIVITETER

SALA STADSBIKOTEK



Lördag med barnen!

JAG KAN! MED TEATER TRE

Lördag 19/10 kl. 11.30 i Blå salen
Jag Kan! är ett kroppspoetiskt teateräventyr för de yngsta, om lyckan i att klara av. Om hur kämpigt det kan vara att lära nytt och hur stolt man blir när man plötsligt kan det man nyss inte kunde. Genom teaterns lek, humor och rörelse gestaltar vi provandet och övandet och triumfen som är gemensam för 3-åringen och 63-åringen: Jag Kan! Alder 2-5 år. Speltid 30 min. Välkomna! Fri entré, hämta gratisbiljett på biblioteket fr.o.m. lördag 12 oktober.

Hämta höstens barnprogram på biblioteket eller på www.bibliotekivastmanland.se

INFO: Sala stadsbibliotek, 0224-74 77 00, stadsbibliotek@sala.se, följ oss på facebook och instagram

TRÄFFPUNKTEN

- fritidsgården för dig som är senior

Öppet helgfri måndag-fredag 9.30-15.00.

Kom och delta på våra olika aktiviteter eller bara umgås en stund. Sittgympa, bingo, filmvisning, föreläsningar, underhållning, utflykter och mycket mer.

VECKANS AKTIVITETER

- Måndag 14/10 Kl. 13.30 Sittgympa. Nivå 1, lättaste träningen.
- Tisdag 15/10 kl. 10.00 Seniorträning

i sporthallen på Lärkan. Vi tränar styrka, balans, rörlighet och kondition, både stående och lig-gandes. Nivå 3, lite mer avancerad träning.

- Kl. 9.00 Kom och ät frukost med mig! Kostnad 45 kronor. Anmälan senast 14/10.
- Torsdag 17/10 Kl. 13.30 Bingo, kostnad 5 kr/bricka. Fika kostar 20 kr.
- Fredag 18/10 Kl. 10.00 Cirkelträning. Förnamlan gäller. Nivå 2, lätt träning. Kl. 13.30 Vi flyttar in på Café Lugnet och lyssnar på Enåkers spelmän. Cafét är öppet och säljer fika.

Hämta månadsprogram på Träffpunkten, Stadsbiblioteket, Medborgarkontoret eller på www.sala.se

INFO: Träffpunkten Drottninggatan 10 i kvarteret Kaplanen, 0224-74 77 14 Kulturskolan

RÖRELSEGLÄDJE! - FÖR ÖKAT VÄLBEFINNANDE OCH GEMENSKAP. FÖR DIG SOM ÄR 65+

Måndagar kl. 11-12, start 14/10. 8 gånger, uppehåll v 44. Kulturskolans danslokal, Hyttvägen 6. Kostnad 400 kr. Förnamlan! Vi rör oss till musik och tränar både muskler balans och hjärna. Uppmjukning, olika dans och styrkeövningar, nedvarvning och avslappning ingår i passet. Vi lär oss även några rörelser till en koreografi som vi bygger på gång för gång. Man gör allt efter sin egna förmåga, ork och dagsform. Välkomna!

INFO OCH ANMÄLAN: Fia Östborg, danspedagog på Sala kulturskola. fia.ostborg@skola.sala.se

INFO: Petra Jablonski, 0224-74 77 11, petra.jablonski@sala.se, Kulturskolan, Hyttvägen 6

TÄLJSTENEN

Aguéli museet, utställningar och caféet har öppet onsdag-lördag kl. 11.00-16.00 om inget annat anges.

UTSTÄLLNINGAR:

- Lina Nordenström och Lars Nyberg, Närma sig gåtan, Grafik, Travershallen, 14/9 - 26/10
- Onsdagsgruppen ställer ut sitt måleri, caféet, 2/10 - 23/10.

• Film om västmanländska konstnärer Lördagen den 19 oktober kl 14:00 på Aguéli-museet visas filmen om konstnären Bertil Herlow Svensson. Filmen är gjord av Thomas Ljungqvist och är ca 45 minuter. Johnny Ekman från Avlidna Salakonstnärers sällskap ger en kort introduktion till konstnären. Filmvisningen arrangeras i samarbete med Sala Filmstudio och Föreningen Avlidna Salakonstnärers sällskap. Fri entré. Gott fika till självkostnadspris. Välkommen!

SKRIV NER I KALENDERN!

Täljstenens populära julmarknad! Lördag 23 november kl. 10-14.

FÖRLÄGG DITT ARRANGEMANG PÅ TÄLJSTENEN!

Vi hyr ut våra lokaler som passar många olika typer av aktiviteter: utställningar, teater, musik, föreläsningar, cirklar, möten m.m. Läs mer på www.sala.se/taljstenen

INFO: Täljstenen, Vasagatan 17, 0224-74 77 07. Aguéli museet, 0224-138 20, www.aguelimuseet.se



LÄRKANS FAMILJEBAD

KOM OCH BADA!

25-metersbassäng och varmbassäng 33 °C för undervisning och lek. Vi erbjuder motionssim, babysim, simskola, bastu/ångbastu och gym. Se alla öppettider på www.sala.se/larkans-familjebad.

Relaxkvällar 18+ på onsdagar kl. 19.00-21.00

Simma i lugn och avkopplande atmosfär. Vi erbjuder afgangsbastu med härliga doftupplevelser i dambastun och herrbastun. Kostnad ordinarie badentré + 20 kr för afgangsbastu. Anmäl dig i receptionen.

En onsdagskväll per månad har vi speciella teman i badet:

6/11- Spa/mindfulness, 11/12- Julen. Kostnad ordinarie badentré + 40 kr. Anmäl dig i receptionen.



ACTIC GYM

KOM IGÅNG MED TRÄNINGEN!

Boka tid för genomgång av våra träningsmaskiner. Våra duktiga instruktörer hjälper dig med ett personligt program.

Öppet: Måndag, tisdag, torsdag kl. 7.00-22.00, onsdag kl. 6.00-22.00, fredag kl. 6.00-21.00, lördag och söndag kl. 9.00-18.00.

Läs mer om hur du blir medlem och priser på www.actic.se eller kontakta oss. Obs! fritt bad i simhallen ingår då du köper träningskort på Actic gym.

INFO: Lärkans reception, 0224-74 78 31. www.sala.se/larkans-familjebad. Vi finns på facebook!

MOTIONSSPÅR

I Sala finns det flera fina motionsspår där du kan promenera eller löpträna. Spåren har varierande underlag och vissa är mer utmanande än andra. Hitta elljusspår och motionsspår nära dig i Sala kommun. På www.sala.se/motionsspar listas spår för löpning och motion, med och utan belysning.

FÖRENINGSLIV – INFORMATION FRÅN SALAS FÖRENINGSLIV

PRO-RANSTAORTEN

Bingo
Dags igen att spela Bingo på onsdagar i Ransta bygdegård. Start onsdagen den 16 oktober kl. 14.00. Välkomna!

INFO: Roger Borlund 070-792 91 37

REUMATIKERFÖRENINGEN SALA-HEBY

Tisdagsträff
I morgon tisdag den 14/10 blir det en helt vanlig tisdagsträff med fika och mycket prat och skratt. Hjärtligt välkomna till Kaplanen kl. 14.00.

Trivselkväll

Torsdag den 17/10 blir det en trivselkväll hos Reumatikerföreningen Sala-Heby. Vi träffas kl. 18.00 i Glasrummet på Kaplanen. Där bjuds vi på förtäring, underhållning och naturligtvis blir det ett lotteri. Varmt välkomna
INFO: Inger Hallberg 070-495 83 24

SALA HANDBOLLSFÖRENING

Nu kör vi igång våra träningar för höstterminen
Vi välkomnar ALLA flickor och pojkar ner till Idrottshallen Sala att prova på handboll!

• Måndagar lag födda 09/12 16.30-17.30 och lag födda 17/18 17.30-18.30.

• Onsdagar Lag födda 13/14 16.30-17.30 och Lag födda 15/16 17.30-18.30 (16/10, 23/10 och 30/10).

OBS NYTT LAG! Är intresset stort så fortsätter vi höstterminen ut, lag bildas då på vårterminen. Medtag bra inneskor o vattenflaska.
INFO: Info@salahf.se

SALA JAZZKLUBB

En jazzig hyllning till Povel
Knäpp upp, relax och koppla av, en konsert i Povel-anda! Söndag 27/10, kl. 16:00-18:00 bjuder

jazztrion Linnea Jonsson, Niklas Bergström och Uno Dvärby på Povels finurliga melodier och texter med humor och värme. Det bjuds på en kompott av både välkända och mer dolda pärlor. De har spelat runt om i Mellansverige influerade av Povel. Missionskyrkans konsertsal, Sala. Fika finns att köpa i pausen. Entré 200 kr/medlem, 250 kr/ej medlem, under 20 år gratis. Biljetter i entrén, Swish eller kontanter.
INFO: Facebook, sök "Sala Jazzklubb"

SALA KONSTFÖRENINGENS MUSIKCIRKEL "Musikalisk bridgeblandning III" med Martti Kirotar

Tisdagen 15:e oktober i SMU - gården mellan 18.30 till 20.00. Vi träffas och lyssnar tillsammans på Martti Kirotar. Han presenterar musik från olika tider och olika länder. Musiken är lyssnarvänlig och Marttis kommentarer poängrika. Alla är välkomna!
INFO: Juris Martinsons 070-275 21 90 eller jurismartinsons40@gmail.com

SALA ROCKKÖR

Sala Rockkör träffas den 15 oktober i Folkets hus kl. 15.00
Höstmörker. Inte i Sala Rockkör vi träffas sjunger och umgås som vanligt under trevliga former.

Kom gärna och prova på. Välkomna
INFO: Lars Hertzberg Sala Rockkör 073-142 61 25

SALA SLÖJD OCH HANTVERKSFÖRENING

Slöjd varje måndag
Vi träffas på Kulturkvarteret Täljstenen och slöjdar varje måndag klockan 18:30-20:30 från den 26 augusti till och med 2 december. Årets tema är jubileumsutställningen Sala-Sara. Kvällens innehåll hittar ni på Facebook; Sala Slöjd & Hantverksförening och Instagram; Salaslojd. Det kommer att finnas kaffe/te men ta med egen bulle eller smörgås.
INFO: salaslojd@gmail.com

SALA TEATERFÖRENING -EN DEL AV RIKSTEATERN

Bränn dessa rader
Folkets hus, lördag 19 oktober kl. 17. En musikföreställning om Anna Achmatova och Vladimir Vysotskij, av och med Agnes Matsdotter, skådespelare, låtskrivare och artist. En artist som skapat vågor på den svenska popscenen med sitt nyskapande, mörka och ärliga sound. I denna föreställning får vi höra en annan musikalisk sida när hon sjunger Vladimir Vysotskij's visskatt. Boka på Kulturbiljetter.se eller 076-024 05 15 eller sala.tf@riksteatern.se Pris 230 kr, med scenpass 180 kr. Under 26 år 100/80 kr
INFO: Hasse 076-782 37 91

SALA-HEBY SLÄKTFORSKARE Öppet hus.

Vi har Öppet Hus 16 okt kl 15-18 på Kaplanen, Drottninggatan 10, Sala. Vi ger inspiration till släktforskning eller har du kört fast i din forskning så försöker vi hjälpa dig, enklare frågor om DNA besvaras också
INFO: Sven-Erik Grahn sven-erik.grahn@telia.com

SALAORTENS FOLKDANSVILLE Gilles- och Folkdans 15/10 kl. 19-20

På Jakobsbergsgården. Jakobsbergsgata 4, Sala. Kom och prova, bra att ha dansat gammaldans. Ring Maria före, 073-696 54 65, vi ställer in vid för få deltagare.
INFO: Jan Karlsson, 076-769 51 04, karlsonjanaxel@gmail.com

STROKEFÖRENINGEN SALA-HEBY

Veckans aktiviteter
I morgon tisdag träffas vi på café Järnvägen kl. 14.00. Där umgås vi över en kopp kaffe med något gott till. Kaffet och något gott betalar vi själva. Ingen anmälan.

På onsdag den 16 oktober lagar vi mat i Korskyrkan kl. 12.00. Där måste vi ha en anmälan då maten skall räcka till oss alla. Anmälan till Lismarie Lindström tel. 073-071 05 09.
OBS. Denna dag är ändrad.
INFO: Jan Linered, 070-560 81 51

SYNSKADADES FÖRENING SRF SALA-HEBY

Trivselträff
Måndag 14/10 kl. 14.00 på Kaplanen i Sala. Vi träffas och fikar och pratar. Fika 20 kr. Välkomna!
INFO: Doris Palm, 0224-138 90 eller 076-791 38 90

UTLANDSVETERANERNA I SALA, FÖRENING VETERANER VÄSTMANLAND

Vi samlas för att gemensamt fira FN-dagen 24 oktober kl. 14. Stora torget Sala
Välkommen alla utlandsveteraner, anhöriga, nära vänner alla medborgare att fira FN-dagen med oss 24 oktober kl. 14 Stora torget Sala. Sprid gärna vidare denna information. Vi lyssnar på tal, håller tyst minut. Ta gärna med en blomma som vi lägger vid vårt Veteranmonument för kamrater som aldrig kommer hem. Vi äter god kvällsmiddag, Restaurang Stora Torget Sala. Om ni inte har någon basker, så känn er ändå hjärtligt välkommen att vara med oss. Vid frågor ring Bengt Strandberg 070-645 68 60 el Bo
INFO: Bo, Bozica Mäkitalo 079-335 29 72 bozica.makitalo@gmail.com

VÄSTERFÄRNEBO PRO Boulespel i Krylbo fredag 18/10 kl 10.00

INFO: Bengt 070-222 36 16

Bingo i Västerfärnebo bygdegård onsdag 16/10 kl 13.00

INFO: Sonja 070-573 34 60