

MÅ BRA

– veckoprogram

Lördag 23/10

Må Bra-mässa

Haganässkolan

kl: 10.00–15.00

60-talet utställare, aktiviteter i idrottshallen, servering.

Fri entré.

Kyrkornas gemensamma ungdomssamling

Missionskyrkan, Linnégatan 8, Älmhult

kl: 19.00

Överraskningar. Samarbete mellan Älmhults församling,

Missionskyrkan och Pingstkyrkan.

Söndag 24/10

Må Bra-mässa

Haganässkolan

kl: 10.00–15.00

60-talet utställare, aktiviteter i idrottshallen, servering.

Fri entré.

Söndagscafé - Fam. Ellström & Carlsson, Växjö

Missionskyrkan, Linnégatan 8, Älmhult

kl: 15.00

Måndag 25/10

Stavgång – PRO

Samling vid tennisbanan, Haga Park

kl: 9.00–10.30

Fika i Församlingshemmet efter promenad. Tfn: 710 03

Måndagscafé

Församlingshemmet, Storgatan, Älmhult

kl: 9.30–12.00

Hälsovandring i skog och natur

Stensjö äng, Spjutaretorp, Häradsbäck

kl: 11.00–16.00

Pris 250 kr. Svår terräng. Medtag matsäck.

Viridita – Mer info: www.instantnature.se

Boule – PRO

Älmekulla

kl: 14.00 – Ta med fika.

Sömncafé

Församlingshemmet, Storgatan, Älmhult

kl: 14.00–15.30

Föreläsare: kurator o KBT terapeut, Christina Lindholm.

Samarbete mellan Vårdcentralen & Älmhults församling.

Prova på stavgång – Korpen

Samling vid skolan, Klöxhults motionsspår

kl: 18.30–19.30

Gratis. Ta med egna stavar. Vi går ca 3,9 km.

Tisdag 26/10

Tisdagsträffen – "Människor vi mött i Afrika"

Arne & Marianne Sjöberg, Växjö.

Missionskyrkan, Linnégatan 8, Älmhult

kl: 14.00

Servering

Föreläsning: "Trädgård & Hälsa"

Haganässkolans aula

kl: 18.00

Inga-Lill Bengtsson, läkare o psykoterapeut, Alnarpsprojektet - terapitrdgårdar.

Älmhults Trädgårdsförening.

Onsdag 27/10

Fotosafari – Stenar – Vandring i skog och natur

Stensjö äng, Spjutaretorp, Häradsbäck

kl: 11.00–16.00

Pris 250 kr. Svår terräng. Medtag matsäck.

Viridita – Mer info: www.instantnature.se

Sång och musikgrupp – PRO

Folkets Hus, B-salen

kl: 13.30

PRO bjuder på kaffe i pausen, ta med en kaka.

"Från New age till ett nytt liv."

Carina Hult, Göteborg.

Kyrkbacksalen vid Älmhults kyrka

kl: 19.00

Kaffeservering. Samarbete mellan Älmhults församling,

Missionskyrkan, Pingstkyrkan och Sensus

Meditation och balansenergi – Yoga Boön

Boön, Eneyda.

kl: 19.00

Mer information på tfn: 231 91

Prova på rygg-jympa, Korpen

Gemöskolans gymnastiksal

kl: 19.00–20.00

För alla åldrar. Kontakta Kerstin på tfn: 134 49

Torsdag 28/10

Fotosafari – Träd – Vandring i skog och natur

Stensjö äng, Spjutaretorp, Häradsbäck

kl: 11.00–16.00

Pris 250 kr. Svår terräng. Medtag matsäck.

Viridita – Mer info: www.instantnature.se

Lunchmusik – Älmhults församling

Älmhults kyrka

kl: 12.10

Musik i kyrkan, därefter lunch i Kyrkbacksalen för 40 kr.

Boule – PRO

Älmekulla

kl: 14.00 – Ta med fika.

Matlagning för män

Missionskyrkan, Linnégatan 8, Älmhult

kl: 18.30

Anmälan på tfn: 123 02

Prova på badminton – Korpen

Linnéhallen

kl: 19.00–22.00

För alla åldrar. Ta med eget racket. Ronny tfn: 129 16

Fredag 29/10

Hudvårdsdag – Lenas Hudvård

S Parkg 2, Älmhult

kl: 10.00–18.00

MÅ BRA – Mässan

23-24 OKTOBER 2010

Lördag & Söndag Program - föreläsningar i Haganässkolan Arrangör

11.00	Qigong	Alternativ Center
12.00	Salt och vatten	Daniella Suhrborg
13.00	Yoga	Yoga Boön
13.30	Hur gör jag min egen hudkräm, hårkur etc.?	Visa Gumman
14.00	Verdic Art	M.I.A

Lördag

12.00	Fountainhouse-modellen	Fontänhuset Trappan
13.00	”Ömsesidig respekt” - Föreläsning av Mona Hedström	Älmhults kommun
13.00	Information om verksamheten och våld i nära relationer	Kvinnojouren Märta
14.00	Hälsa genom skog och natur	Viridita

Söndag

11.00	Information om verksamheten och våld i nära relationer	Kvinnojouren Märta
13.00	”Ömsesidig respekt” - Information om föräldrastöd	Älmhults kommun
14.00	Fountainhouse-modellen	Fontänhuset Trappan

Lördag & Söndag Program - idrottshallen Arrangör

9.30-18.00	Aktiviteter under hela dagen	ÄIBK, ÄGK, Eneyda Volley Friskis&Svettis
------------	------------------------------	--

Lördag & Söndag Program - utomhus Arrangör

11.00-12.00	Hunduppvisning	Linnébygdens Hundägarförening
12.00-14.00	Hunduppvisning	Älmhults Brukshundklubb

Lördag & Söndag Program - skyttelokalen Arrangör

12.00-15.00	Prova på Pistol-Skytte	Älmhults Pistolklubb Älmhults Skytteförening
-------------	------------------------	---

UTSTÄLLARE PÅ MÅ BRA-MÄSSAN

7-partner • ABF och Fairtrade • Achima Care AB, Vårdcentralen • Alternativ-Center • Anebo • Citykyrkan, Kanal 10 och Inblick • Daniella Suhrborg • Det goda föräldraskapet • Elmhults Sport Club • Emmas Massage & Kroppsvård • Eneyda NSF Volleyboll • Fontänhuset Trappan • Friskis & Svettis • Gashultsspa • Haganäskäket • Haganässkolan • Haganässkolans Cafeteria • Helolen • Herbalife • HRF Hörselskadades förening • Hälsohjulet • Karolina Borg • Katrin´s Massage & Friskvård • Kraftkällan • Kroppskänslan • Kvinnojouren Märta • Landstinget Kronoberg • Leg kiropraktor Benny Ragnarsson • Leg kiropraktor Lars Isaksson • Linnébygdens Hundägarförening • Linnéorna • Livsgnistan • Livsspiralen • M.I.A Massage Inspiration • Massage Som Berör • Massage Spira • Missionskyrkan • Mokkis Friskvård • Må Bäst • Orianns Friskvård • Pingstkyrkan • Presenten • Sazzy Nails • Smycken Carina L • Solicentrum Konst Hantverk • Stinsens Vävstuga • Studieförbundet Vuxenskolan • Tjusigt • UGE-frigör kreativitet/Wannerfeldt • Viridita • Visa Gumman • Yen´s Nagelstudio • Yoga Boön • Älmhults Brukshundklubb • Älmhults församling • Älmhults Gymnastklubb • Älmhults Innebandyklubb • Älmhults kommun • Älmhults Pistolklubb • Älmhults Rödakorskrets • Älmhults Skytteförening • Älmhults Teaterförening • Älmhults Trädgårdsförening



PROGRAM MÅ BRA-VECKA/MÄSSA 2010 23-31 Oktober

