

# Välkommen att UPPLEVA allt kring OMBERG

I samband med Östgötadagarna lördag och söndag 4 - 5 sept 2010

## TIDER ATT PASSA:

### 20. Invigning av festdagen på Stocklycke

Tal av Lars Frölich om Höst-Hälsa.  
Lördag kl 10

### 1. Om kalksten, kräftor och bockare

Lättare vandring i Ombergs norrsluttning  
Gunillas Naturvandringar, [www.naturvandringar.se](http://www.naturvandringar.se)  
Lördag Kl 14 - 15  
Hamnen i Borghamn vid fiskemuseet  
Kostnad: 50 SEK/person

### Ombergsloppet

Motionslopp i terräng i två distanser, 8 och 15 km,  
lördag 4 sept kl. 14.00.  
Start och mål Hästholmens hamn.  
För anmälan och information se [www.ombergsloppet.se](http://www.ombergsloppet.se)

### 15. Bergets mässa på Hjässan

Vandringen startar vid Hjässatorget, Lördag kl 15  
Per-Inge Planefors  
Ingen kostnad

### 18. Gående meditation

Uppföljning för de som var med 24 april. Nytt för de som inte var med.  
Rune Olsson  
Lördag kl 13-14 Kostnad: 20 kr  
AlvastraZengården, ovanför infopplatsen Tidernas landskap

### 18. Zen meditation

Att sitta sig till en avspänd uppmärksamhet. Rune Olsson  
Lördag kl 16-17 Kostnad: 20 kr.  
AlvastraZengården, ovanför infopplatsen Tidernas landskap

### 7. Söndagsguidning om Tåkern

Guide: Lars Frölich  
Söndag 5 sept kl 15  
Tåkerns trädgård, Herrestad, Vadstena  
Kostnad: 50 kr

## AKTIVITETER HELA DAGEN

### 5. Alvastra klosterruin, Föreningen Alvastra Krönikespel.

Lördag 13 - 17. Kaffé och våffla. Tipspromenad.  
kl 16 Sång i Alvastra med Hawkey Franzén  
Söndag 13 - 17 Kaffé och våffla.  
kl 14 Guidning av Alvastra klosterruin.

### 6. Urnatur/ Skogseremitaget.

Café och butik med Urnatures textilier och naturnära produkter. Öppet hus i skogseremitaget  
Lördag och söndag 13 - 17.  
Skylt Sjögetorp 3 km söder om Ödeshög mot Tranås.

### 7. Tåkerns ekologiska trädgård har visningar och försäljning

Vi matar linderödssvin, höns och fjällnära kor. I gårdsbutiken kan ni köpa nyskördade grönsaker, ägg, honung, träslöjd, keramik mm.  
Trädgårdscafé med hembakat bröd och kakor.  
NatuRus Tåkerns trädgård, Herrestad, Vadstena  
Lördag-söndag kl 11-17



Mer information finns även i den karta som Östgötadagarna gett ut.

## AKTIVITETER HELA DAGEN

### 9. Välkomna till Galleri Ombergs butik

Här finns illusionsmåleri, dekorationsmåleri och övrig konst av olika slag. Kom och se den omtalade luckan nere i källaren. Vi berättar även om hur vi målar med öl. Enligt ny forskning mår du bra av ett besök hos oss.)  
Mattias o Lisa på Galleri Omberg kl 10-16. Fri entré.  
Galleri Omberg (utmed väg 50 nära uppfarten till Naturum)

### 11. Ombergs turisthotell

Helglunch lagad på höstens skörd med närproducerade/ekologiska produkter. Lördag och söndag

### 17. Färg för hälsan

Workshop med konstnär Iréne Nordh  
4 september kl 12-16  
Ellen Keyinstitutet, Ödeshög. Fri entré

### 20. Mormor, rösträtten och Ellen Key

Foto- och textutställning  
Arr. Galleri Grönhuset och Guje Lindström  
Lördag och söndag 10-16  
Stocklycke vandrarhem, övervåningen  
Kostnad: Fri entré

### 20. STF 125 år

Vi serverar 1885 år mat samt utställningen Svenska Turistföreningen 125 år.  
STF Stocklycke Vandrarhem, Omberg  
Kostnad: lunch 95 kr

### 20. Marknad i Stocklycke

Lördag 11 - 16

### 21. Dag- och kvällsöppet i Galleri Grönhuset

Konstutställningen "Samtidigt", Bilder och skrotkonst  
Lars Westlund och Majsa Andersson  
Lördag kl 10-19. Söndag kl 12-16  
Galleri Grönhuset, Hästholmen  
Kostnad: fri entré

### 22. Vadstena Ull och Garn

Öppet hus i butiken i Krigsberga med visning av olika textila tekniker.  
Försäljning av garn mm. Café med Östgötabakelsen. Mer info på [www.ullochgarn.se](http://www.ullochgarn.se)  
Lördag och söndag 10-17.  
Skylt väg 50 5 km söder Vadstena, Krigsberga.

### 22. Omajal erbjuder drop-in-massage.

Försäljning av hantverk.  
Lördag och söndag 10-17.  
Hos Ull och garn, Krigsberga. 0704323790.  
Skylt väg 50 5 km söder Vadstena.

### 25. Ull för hälsa

Tovade och stickade produkter  
Kerstin demonstrerar tovnings under lördagen  
Hantverkshuset Drottning Omma, Stocklycke  
Lördag och söndag 11 - 16.

### 26. Njords turrledning

Dagliga turrledning - SPA bad - Ridläger.  
Petronella Johansson 070-3818529  
Dagligen. [www.njordsturrledning.se](http://www.njordsturrledning.se)

Ver 20100819

Blogg och aktiviteter hela året på: [www.upplevomberg.se](http://www.upplevomberg.se)