

Starfsemi í Boðanum Janúar-Maí 2020

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur
9.00			Handavinna			
09.30						
10.30	Boccia DP Gönguhópur AB		Handavinna	Boccia DP Gönguhópur AB		Dansleikir FEBK (auglýst síðar)
11.30-12.30	Hádegismatur	Hádegismatur	Hádegismatur	Hádegismatur	Hádegismatur	
13.00	Bingó eða félagsvist: FEBK Myndlist	Fuglatálgun VB Bridge Kanasta KH	Handavinna Bónusrútan	Bridge Kanasta KH		Handverks- sýning 9-10 maí
13.30			Harmonikkuspil og söngur annan hvern miðvikudag			
14.30	Vatnsleikfimi kl:14.30 KHJ		Vatnsleikfimi kl:14.30 KHJ		Hugvekja presta	
14.30-16.00	Kaffi	Kaffi	Kaffi	Kaffi	Vöflu-kaffi	
15.00-16.00	Spjallhópur Boðans annan hvern mánudag MK		Leshópur Boðans hittist í Bjarta sal annan hvern miðvikudag GB		Línudans: LS	Þorrablót FEBK og félagsmiðst. 25.janúar
16.00-						

Boccia: Dröfn Pétursdóttir, KH: Kamma Hansen, Harmonikka: Sigurður Sigurðsson og félagar AKK: Anna K. Kristjánsdóttir, LS: Lizy Steinsdóttir, VB: Valdór Bóasson
 FEBK : Félag eldri borgara Kóp, GB: Guðrún Björnsdóttir. KHJ: Katrín Heiða Jónsdóttir. MK: Magni Kristjánsson. AB: Anton Bjarnason.

Dansleikir FEBK verða eingöngu í Gullsmára: Auglýstir síðar.

Vatnsleikfimi: Skráning í vatnsleikfimi, styrk og þol er hjá starfsmanni sundlaugar.

Hársnyrtistofa Önnu Rósu Bjarnadóttur: opið þriðjudaga, fimmtudaga og föstudaga frá kl. 10.00 – 17.00. Tímapantanir í síma 531 – 4016.

Fótaaðgerðarstofa Þóru Davíðsdóttur: opið þriðjudaga, miðvikudaga, fimmtudaga kl. 09.00 - 17.00 og föstudaga 09.00 - 12.00. Tímapantanir í síma 531 – 4017.

Félag eldri borgara í Kópavogi: Sími 554-1226. Skrifstofan að Gullsmára 9 er opin mánudaga og miðvikudaga frá 10.00-11.30.

Líkamsrækt - Sundleikfimi í innilaug:

* Í Salalaug sundleikfimi þriðjudaga og föstudaga með leiðbeinanda kl.15.15.

* Í Kópavogslaug sundleikfimi þriðjudaga, miðvikudaga og föstudaga kl 9.30 -10.15. Leiðbeinandi er Helga Guðrún Gunnarsdóttir.

* Knattspyrnuhúsið Fífan er opin alla daga frá kl. 8.00 til 12.00 til göngu.

*

Félagsmiðstöðin Boðinn, Boðarþingi 9, s. 441-9922 er opin frá kl. 08.30 til 16.30 alla virka daga, nema á föstudögum er opið til kl 16.00.

▪ Kaffisala er alla virka daga frá kl. 09.00-16.00, á föstudögum lokar 15.30.

▪ Hádegisverður er framreiddur frá kl. 11.30 til 12.30 alla virka daga. Panta þarf matinn samdægurs fyrir kl. 9.30 í síma 441- 9922.

Heimsendur matur er frá heimaþjónustu, sími 441-0000.

Símanúmer í félagsmiðstöðvum eldri borgara í Kópavogi 441-9900 Boðinn- Gjábakki- Gullsmári.

Heimasíða félagsmiðstöðva eldri borgara í Kópavogi www.eldriborgarar.kopavogur.is