

Starfsemi í Boðanum september til desember 2019

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur
9.00			Handavinna			
09.30						
10.30	Boccia DP Gönguhópur AB	Leikfimi AKK Bjartasal	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		Haust- kynning 5.september
13.30			Harmonikkuspil og söngur annan hvern miðvikudag			Opið hús FEBK 12.október.
14.30	Vatnsleikfimi kl:14.30 KHJ		Vatnsleikfimi kl:14.30 KHJ		Hugvekja presta	Haustfagnaður 24.okt
14.30-16.00	Kaffi	Kaffi	Kaffi	Kaffi	Vöflu-kaffi	Jólahlaðborð 13.desember
15.00-16.00	Spjallhópur Boðans annan hvern mánudag MK		Leshópur Boðans hittist í Bjarta sal annan hvern miðvikudag GB		Línudans: LS	Þorablót 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.

* Glóð- íþróttafélagið Glóð Kópavogi sími 832-1200. Heimasíða: glod.is

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. Þanta 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 eldri borgarar.kopavogur.is

