

## Starfsemi í Boðanum vor 2019.

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	
9.00			Handavinna			
09.30						
10.30	Leikfimi AKK	Boccia DP		Boccia DP		
11.30-12.30	Hádegismatur	Hádegismatur	Hádegismatur	Hádegismatur	Hádegismatur	<b>Porrablót 26/1 Gullsmára</b>
13.00	Myndlist IM kl.12:30 Bingó eða félagsvist	Bridge Kanasta KH	Handavinna Bónusrútan	Bridge Kanasta KH		<b>Opið hús FEBK 02.feb. kl.14</b>
13.30		Fuglatálgun kl.12:30 VB	Harmonikkuspil og söngur annan hvern miðvikudag		Hugvekja presta	<b>Ljósmynda- sýning 9. febrúar</b>
14.30	Vatnsleikfimi sundlaug Boðans kl.14:30 KHJ		Vatnsleikfimi sundlaug Boðans kl.14:30 KHJ			<b>Aðalfundur FEBK 9 mars</b>
14.30-16.00	Kaffi	Kaffi	Kaffi	Kaffi	Vöfllu-kaffi	
15.00-16.00	Spjallhópur Boðans annan hvern mánudag MK		Leshópur Boðans hittist í Bjarta sal annan hvern miðvikudag GB		Línudans fyrir byrjendur og lengra komna kl.15:30 LS	

IM: Ingiberg Magnússon, GG: Guðrún Guðmundsdóttir, DP: Dröfn Pétursdóttir, KH: Kamma Hansen, Harmonikka: Sigurður Sigurðsson og félagar AKK: Anna K. Kristjánsdóttir, LS: Lizy Steinsdóttir, FEBK : Félag eldri borgara Kóp, GB: Guðrún Björnsdóttir, KHJ: Katrín Heiða Jónsdóttir, MK: Magni Kristjánsson, Valdór Bóasson,

Vatnsleikfimi: Skráning í vatnsleikfimi í sundlaug Boðans.

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 fimmtudaga með leiðbeinanda kl.15.05.

\* 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](http://glod.is)

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

Heimasíða félagsmiðstöðva eldri borgara í Kópavogi [eldriborgarar.kopavogur.is](http://eldriborgarar.kopavogur.is)

Annað: Ljósmyndaklúbbur kl 13.00, annan hvern föstudag og opið öllum, aðstaða í félagsmiðstöðinni Gullsmára. Fluguhnýtingar kl 13.00, annan hvern föstudag og opið öllum, aðstaða í félagsmiðstöðinni Gullsmára. Leshópur kl. 20.00, opið öllum, aðstaða í félagsmiðstöðinni Gullsmára.

- Félagsmiðstöðin Boðinn, Boðarþingi 9, s. 441-9900 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 441-9900.
- Heimsendur matur er frá heimaþjónustu, sími 441-0000.