

Línudans

Leiðbeinandi: Ásrún Alfreðsdóttir

Víðilundi mið. 16.10. - 13.11. kl. 13:30-14:30.

Bugðusiðu mið. 16.10 - 13.11. kl. 10:00 - 11:00.

FRÍTT - 5 skipti.

Jóga með Rósu – Mjúkt jóga í stól!

Víðilundi fös. kl. 10:00-11:00.

Verð: 1.000.-Upplýsingar hjá Rósu , 779-0026

Skapandi skrif

Leiðbeinandi: Vilhjálmur B. Bragason

Víðilundi fim. 10.10. - 07.11. kl. 13:00-15:00

Verð: 7.000.- 5. skipti.

Grafík námskeið (prenta mynd á tré)

Leiðbeinandi: Tryggvi Zophonias Pálsson

Víðilundi fim. 03.10 - 31.10. kl. 13:00-15:45

Verð: 6.000.

Kortagerð

Leiðbeinendur: Tryggvi Zophonias Pálsson & Birna G. Hermannsdóttir.

Víðilundi fim. 11.11. - 09.12. kl. 09:00 - 12:00

Verð: 4.000.- 5 skipti.

Hnífagerð

Leiðbeinandi: Tryggvi Zophonias Pálsson

Víðilundi fim. 14.11. - 12.12. kl. 09:00 - 12:00

Verð: 8.000.- 5 skipti.

Blandaður útsaumur

Leiðbeinandi: Birna G. Hermannsdóttir

Víðilundi mán. 23.09 - 04.11. kl. 13:00 - 15:45

Verð: 7.000.- 7 skipti.

Myndlistanámskeið

Leiðbeinandi: Tryggvi Zophonias Pálsson

Víðilundur þri. kl. 13:00 - 15:45

Námskeið og skráning verða auglýst síðar

Leikfimi hjá Olgu

Víðilundi þri. & fim. kl 09:00 - 10:00

Bugðusiðu þri. & fim. kl 10:20 - 11:20

Verð: 4.000.-

Smíðastofa

Umsjón: Jóhann Hauksson,

Arnar Yngvason er við á fimmtudögum 09:00-12:00.

Skemman (postulín & gler)

Auður, Gulla og Gulla sjá um gler- og postulínsmálningu af mikilli natni og alúð. Allir velkomnir.

Poolborð í Víðilundi.

Opið er í Snooker, handverksstofur og bókasafn á opnunartíma Bugðusiðu.

Opnar vinnustofur í Víðilundi

Haustönn: 16. sept. - 13. des.

Vorönn: 13. jan. - 14. maí.

Starfsdagur - Lokað í Víðilundi fim. 17. október.

Jólaskreytingar í Víðilundi mánud. 25. Nóv, 2. des & 9. des kl. 13:15 - 15:30.

Aðventuskemmtun í Víðilundi mið. 4. des.

Litlu jól í Bugðusiðu mán 16. des kl: 10:00.

Jólahlaðborð í Bugðusiðu 20. des 11:30.

Þorrablót í Víðilundi & Bugðusiðu 24. jan.

Vorhátíð EBAK í Bugðusiðu 25. apríl.

Handverkssýning 24. - 26. maí.

Handverkssferð 26. maí.

Myndlistasýningar

Eldri borgurum stendur til boða afnot af sal í Víðilundi fyrir myndlistasýningar. Gegn vægu gjaldi.

Umsóknir sendist til: bergljot@akureyri.is.

Leiga á sal

Íbúum í Víðilundi 20 & 24 stendur til boða að leigja salinn fyrir veisluhöld. Upplýsingar hjá Aðalheiði í síma 595-8021

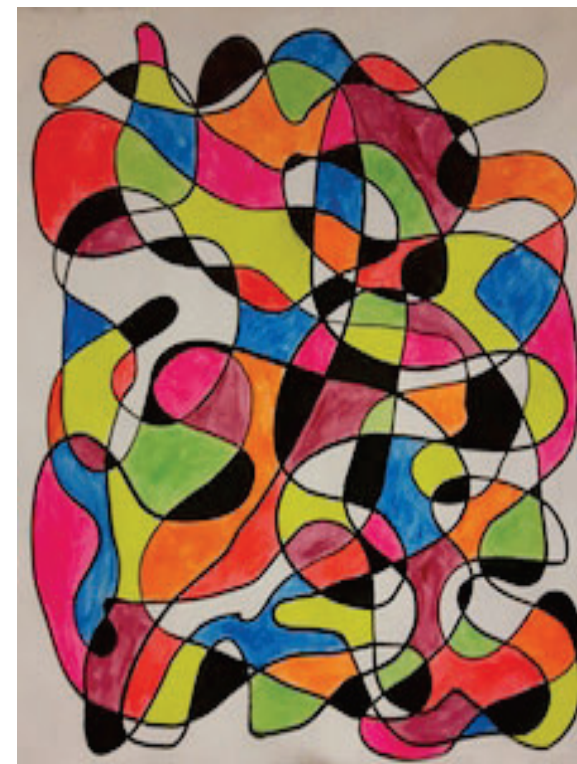
Vornámskeið auglýst í byrjun janúar.



Akureyrarbær
SAMFÉLAGSSVIÐ

Félags- og tómstundastarf eldri borgara á Akureyri Bugðusiðu 1 og Víðilundi 22

Vetrardagskrá 2019 - 2020



Dagskrá birt með fyrirvara um breytingar



Félag eldri borgara á Akureyri, EBAK, var stofnað 3. okt. 1982. Skrifstofan í Bugðusíðu 1 er opin á miðvikudögum milli kl. 15 og 16, síminn er 462-3595. Íbúar á Akureyri og nágrenni 60 ára og eldri geta gerst félagar. Skráning í félagið er á heimasíðunni www.ebak.is eða á skrifstofunni. Afsláttur fæst hjá mörgum þjónustuaðilum gegn framvísun félagsskírteinis.

Félagið vinnur að félags- og hagsmunamálum eldri borgara á ýmsan hátt. Það skipuleggur félagsstarf í Bugðusíðu 1 og ýmsa viðburði þar.

Þá sjá nefndir félagsins um ráðstefnur og um hreyfingu af ýmsu tagi, eins og þútt í Íþróttahöllinni, golf á Jaðarsvelli, styttri og lengri gönguferðir, hvetur féлага til að ganga í Boganum og margt fleira.

Ferðanefnd skipuleggur ferðir á vegum EBAK og sér um ferðakynningar í Bugðusíðu. Farin er a.m.k. ein utanlandsferð á hverju ári auk nokkurra innanlands-ferða.

Formaður: Sigurður Hermannsson, 895-3210.

Skemmtinefnd sér m.a. um bingó einu sinni í viku, kráarkvöld, árshátíð og vorhátíð. Einnig jólahlaðborð í samvinnu við ferðanefnd.

Formaður: Freysteinn Bjarnason, 896-9989.

Fræðslunefnd stendur fyrir fræðslu, námskeiðum o.fl. kl. 13:30 mánudagana 09.09, 23.09, 07.10, 21.10, 04.11, 18. 11 & 09. 12. Vorönn auglýst síðar.

Formaður: Hólmfríður Guðmundsdóttir, 868-1862.

Almenn spilamennska er á miðvikudögum á vegum EBAK kl. 13-15:45 í salnum í Bugðusíðu 1. Fólk velur hvað það spilar, sumir spila bridds, aðrir vist o.s.frv.

Spilanefnd sér um félagsvist í Bugðusíðu 1 á fimmtudögum kl. 19:30 á vegum EBAK.

Formaður: Gunnar Jóhannsson, 892-8207.

Keppnisbridds EBAK er á fimmtudögum kl. 13-16 í Bugðusíðu 1. Umsjónarmenn: Brynja Friðfinnsdóttir, 697-7782 og Þorsteinn Friðriksson, 899-1007.

Kór eldri borgara „Í finu formi“ æfir í Víðilundi mánud. og fimmtud. kl. 16:05-18:00. Kórinn syngur við ýmis tækifæri og fer í söngferð á hverju vori. Stjórnandi: Petra Björk Pálsdóttir. Formaður: Jónasína Arnbjörnsdóttir, 899-4435.

Allir viðburðir á vegum félagsins eru auglýstir opinberlega, á heimasíðunni: ebak.is og í fésbókarhópnum: EBAK Félag eldri borgara á Akureyri. Netfang: ebak@ebak.is.

Aðalstjórn Félags eldri borgara 2019-2020:

Formaður:	Haukur Halldórsson	892-2258
Varaformaður:	Margrét Pétursdóttir	863-4335
Gjaldkeri:	Dóra S. Jónasdóttir	694-7248
Ritari:	Hallgrímur Gíslason	849-4509
Meðstjórnandi:	Garðar Lárusson	862-0836
Meðstjórnandi:	Birgir B. Svavarsson	820-6822
Meðstjórnandi:	Nanna B. Þórsdóttir	898-2199

Bugðusíða 462-6055

Netfang: bugdusida@akureyri.is



Notendaráð er starfandi við félagsmiðstöðvarnar. Notendur eiga fulltrúa frá félagsmiðstöðvunum auk tveggja fulltrúa EBAK. Hlutverk notendaráðs er að afla og miðla upplýsingum frá notendum til starfs-fólks. Notendaráð fundar annan föstudag í hverjum mánuði, til skiptis í Víðilundi og Bugðusíðu.

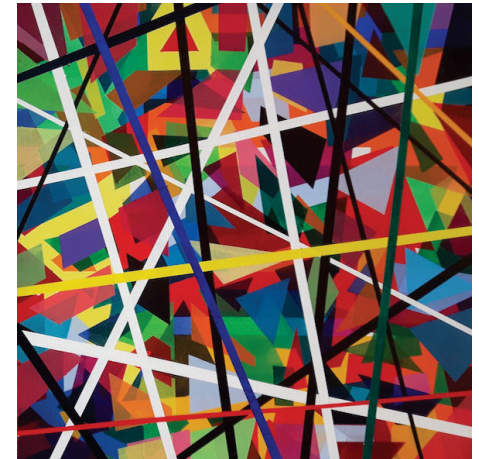
Starfsfólk Víðilundar

Aðalheiður, Arnar, Bergljót, Birna, Ormur, Tryggvi og Þórunn.

Starfsfólk Bugðusíðu

Linda Hrönn og Dögg Tavsén

Starfsfólkið veitir upplýsingar um starfssemina og leitast við að finna eitthvað við flestr hæfi.



Við erum virk á **facebook:**
Félagsmiðstöð eldri borgara á Akureyri
Netfang: felvidilundur@akureyri.is
Heimasíða - www.akureyri.is

**Víðilundur skrifstofa
462-7998**

**Víðilundur eldhús
595-8021**

Hægt er að kaupa hádegisverð í Víðilundi og Bugðusíðu alla daga. Ef ekki er látið vita af forföllum, þarf að greiða fyrir matinn. Verð á máltíð kr. 1500.- Skráning í mat er daginn áður eða fyrr í síma Víðilundur 595-8021 Bugðusíða 462-6055.

Stundaskrá í félagsmiðstöðinni Bugðusíðu 1 - Vetur 2019-2020

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
9:00-11:30 Heitt á könnunni Dagblöðin og þjóðmálin	9:00-11:30 Heitt á könnunni Dagblöðin og þjóðmálin	9:00-11:30 Heitt á könnunni Dagblöðin og þjóðmálin	9:00-11:30 Heitt á könnunni Dagblöðin og þjóðmálin	9:00-11:30 Heitt á könnunni Dagblöðin og þjóðmálin
		9:00-11:30 Handavinna & húslestur		
10:00-12:00 Snooker	10:00-12:00 Snooker	10:00-12:00 Snooker	10:00-12:00 Snooker	10:00-12:00 Snooker
10:30-11:30 Pálínukaff (Viðburðir auglýstir)	10:20-11:20 Leikfimi		10:00-11:20 Leikfimi	
12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan
13:15-15:30 Handverk (Ormur & Þórunn) Fræðslunefnd (Sjá dags. í bækling)	13:15 Bingó EBAK	13:00-15:45 Spil, tafl o.fl. EBAK	13:15 Keppnisbridds EBAK	13:15 Paravist
		15:00-16:00 Skrifstofa EBAK opin		
	14:30-15:00 Síðdegiskaffi	14:30-15:00 Síðdegiskaffi	14:30-15:00 Síðdegiskaffi	14:30-15:00 Síðdegiskaffi
			19:30-23:00 Félagsvist EBAK	

Félagsmiðstöðin er opin 9:00 – 15:45

Fundur, viðburðir, námskeið o.p.h. á vegum EBAK er auglýst opinberlega.

Heimasíða: www.ebak.is – Facebook: EBAK Félag eldri borgara á Akureyri

Stundaskrá í félagsmiðstöðinni Víðilundi 22 - Vetur 2019-2020

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	9:00-12:00 <ul style="list-style-type: none"> Smíðastofa Útsaumur Prjónahorn 	9:00-12:00 Handverkshópur fyrir Rauða Krossinn ALLIR VELKOMNIR	9:00-12:00 <ul style="list-style-type: none"> Smíðastofa Útsaumur Prjónahorn 	9:00-12:00 Bútasaumshópur
	9:00-10:00 Leikfimi		9:00-10:00 Leikfimi	10:00-11:00 Jóga
09:30-11:00 Heitt á könnunni Dagblöð við hringborðið	09:30-11:00 Heitt á könnunni Dagblöð við hringborðið	09:30-11:00 Heitt á könnunni Dagblöð við hringborðið	09:30-11:00 Heitt á könnunni Dagblöð við hringborðið	09:30-11:00 Heitt á könnunni Dagblöð við hringborðið
12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan
13:00-15:45 <ul style="list-style-type: none"> Félagsvist Handverksnámskeið 	13:00-15:45 <ul style="list-style-type: none"> Handverk Vefstofa Postulín Myndlistarnámskeið Bingó 	13:00-15:45 <ul style="list-style-type: none"> Handverk (áhersla prjón & hekl) Postulín Myndlist opin tími 	13:00-15:45 <ul style="list-style-type: none"> Handverkstofa Vefstofa Postulín 	14:00-15:45 Föstudagsgleði spjallað og sungið ásamt öðrum viðburðum – laumar þú á hugmynd!
14:30-15:00 Síðdegiskaffi	14:30-15:00 Síðdegiskaffi	14:30-15:00 Síðdegiskaffi	14:30-15:00 Síðdegiskaffi	
16:05-18:00 Kóræfing EBAK			16:05-18:00 Kóræfing EBAK	

Félagsmiðstöðin er opin 8:50 – 15:50

Ýmis námskeið í boði - sjá dagskrárblað