



FÉLAG ELDRÍ BORGARA
Á AKUREYRI

Félag eldri borgara á Akureyri, **EBAK**, var stofnað 3. okt. 1982. Það hefur aðstöðu í félagsmiðstöðinni í Bugðusíðu 1. Skrifstofan er opin á miðvikudögum milli kl. 14 og 15, síminn er 462-3595.

Íbúar á Akureyri og nágrenni sem eru orðnir 60 ára eða eldri geta gerst félagar. Skráning í félagið er á www.ebak.is eða á skrifstofunni.

Félagið vinnur að félags- og hagsmunamálum eldri borgara á ýmsan hátt. Það skipuleggur félagsstarf yfir veturinn í Bugðusíðu 1 og ýmsa viðburði þar, eins og sjá má bæði í þessum og næsta dálki og svo í meðfylgjandi stundaskrá.

Einnig má nefna ráðstefnur, þútt í Íþróttahöllinni yfir veturinn, golf á Jaðarsvelli yfir sumarið, styttri og lengi gönguferðir yfir sumarið, hvatt er til að félagar gangi í Boganum yfir veturinn og ýmislegt fleira.

Aðalstjórn Félags eldri borgara 2017-2018

Formaður: *Haukur Halldórsson* 462-4502/892-2258

Varaformaður: *Halldór Gunnarsson* 462-6175/690-3575

Gjaldkeri: *Dóra Steinunn Jónasdóttir* 462-2646/694-7248

Ritari: *Margrét Pétursdóttir* 462-4335/863-4335

Halldóra Hrönn Höskuldsdóttir 462-4192/864-8474

Hallgrímur Gíslason 475-8952/849-4509

Jón Aðalsteinn Baldvinsson 462-4380/861-1746

Ferðanefnd sér um skipulagningu ferða á vegum EBAK og sér um ferðakynningar í Bugðusíðu. Að jafnaði er farin a.m.k. ein utanlandsferð á hverju ári ásamt fjölmörgum ferðum innanlands. Formaður: *Hulda Eggertsdóttir*, 462-2424/864-6424.

Skemmtinefnd stendur fyrir skemmtunum af ýmsum toga s.s. kráarkvöldum, árhátíð og vorhátíð. Einnig jólahlaðborði í samvinnu við ferðanefnd. Nefndin sér um bingó einu sinni í viku. Formaður: *Birgir Sveinbjörnsson*, 462-6747/698-7647.

Fræðslunefnd hefur frátekna 1. og 3. mánudag í mánuði kl. 13-16 í Bugðusíðu 1 fyrir fræðslu, námskeið o.fl. Formaður: *Hólmfríður Guðmundsdóttir*, 868-1862.

Almenn spilamennska er á miðvikudögum á vegum EBAK kl. 13-16 í salnum í Bugðusíðu 1. Fólk velur hvað það spilar, sumir spila brídds, aðrir vist o.s.frv.

Spilanefnd sér um félagsvist í Bugðusíðu 1 á fimmtudögum kl. 20 á vegum EBAK. Formaður: *Gunnar Jóhannsson*, 462-1107/892-8207.

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

Allir viðburðir á vegum EBAK eru auglýstir opinberlega. Einnig eru upplýsingar um þá ásamt fleira efni á heimasíðunni [http:// www.ebak.is](http://www.ebak.is) og á fésbókarsíðunni EBAK Félag eldri borgara á Akureyri. Netfang er ebak@ebak.is.

Kór eldri borgara „Í finu formi“ æfir í Víðilundi mánudaga og fimmtudaga 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

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 starfsfólks. Notendaráð fundar annan hvern föstudag í hverjum mánuði, til skiptis í Víðilundi og Bugðusíðu.

Starfsfólk félagsmiðstöðvanna

Arnar, Bergljót, Birna, Erla, Dögg, Hjördís, Linda Hrönn, Ragnheiður og Rósa. Við, starfsfólkið veitum upplýsingar um starfsemina og leitumst við að finna eitthvað við flestra hæfi.

Erum virk á **facebook**:

Félagsmiðstöð eldri borgara á Akureyri

Netfang: bugdusida@akureyri.is

Netfang: felvidilundur@akureyri.is

Heimasíða - www.akureyri.is



Bugðusíða - 462-6055

Handverk og skrifstofa

Víðilundur 462-7998

Eldhús

Víðilundur 595-8021

ATH! Hægt er að kaupa hádegisverð í Víðilundi alla daga. Á fimmtudögum í Bugðusíðu.

Ef ekki er látið vita af forföllum, þarf að greiða fyrir matinn.

Verð á máltíð kr. 1500.- Skráning í mat í Víðilundi, fyrir kl. 10 hvern dag í síma 595-8021.

Skapandi skrif

Leiðbeinandi: **Vilhjálmur B. Bragason**

Gestakennari: **Sesselía Ólafsdóttir**

Byrjar fim. 1. mars. Kl. 13:00-15:00

Verð: 7.000.- 5. skipti.



Nælonblóm

Leiðbeinandi: **Ragnheiður Guðmundsd.**

Víðilundur mán. 29.01.-26.02. Kl. 13-15:30

Bugðusiða mið. 31.01.-28.02. Kl. 9:15-12:00

Verð: 7.000.- 5. skipti, efni innfalið.

Blandaður útsaumur - Litlar myndir

Leiðbeinandi: **Birna G. Hermannsdóttir**

Víðilundur mið. 24.01.-21.02. kl. 9:15-12:00

Verð: 6.000.- 5 skipti, efni innfalið.

Rammavefnaður (mynd)

Leiðbeinandi: **Birna G. Hermannsd.**

Víðilundur mið. kl. 9:15-12:00

(dags. 07.03.,14.03.,04.04.,11.04.,

18.04.). Verð: 6.000.- 5 skipti, efni

innfalið.



Bútasaumsnámskeið

Leiðbeinandi: **Nancy Georgsdóttir**

Víðilundur mán. 22.01.-19.02. kl. 9:15-12:00

Verð: 8.500.- 5 skipti.

Myndlistanámskeið - Akrílmálun

Leiðbeinandi: **Rósa Matthíasdóttir**

Bugðusiða mán. 22.01.-12.03. kl. 13-15:30

Víðilundur þri. 30.01.-20.03. kl. 13-15:30

Verð: 8000.- 8 skipti, efni innfalið.



Myndlistanámskeið - Mandala

Leiðbeinandi: **Rósa Matthíasdóttir**

Bugðusiða mán. 22.01.-12.03. kl. 9:15-12:00

Víðilundur þri. 30.01.- 20.03. kl. 9:15-12:00

Verð: 5000.- 4 skipti, efni innfalið.

Línudans - 5 skipti ekkert gjald

Leiðbeinandi: **Ásrún Alfreðsdóttir**

Bugðusiða mið. 24.01.-21.02.kl.10:00-11:00

Víðilundur mið. 24.01.-21.02.kl.13:30-14:30

Leikfimi hjá Olgu byrjar þri. 9.janúar.

Stólajóga - frír kynningartími

Leiðbeinandi: **Helga Haraldsdóttir**

Bugðusiða, kl. 10:30-11:30

Verð: 500 kr. skiptið. Auglýst síðar.

Rósa Matt. býður í **Gönguhugleiðslu** og **Mjúkt**

Jóga Víðilundi fös. kl. 9:15-10:15

Smiðjan, smíða- og útskurðar verkstæði

Umsjón: Arnar Yngvason, Jóhann Hauksson

Skemman er á sínum stað. Auður, Didda og Gulla

sjá um gler- og postulínsmálningu af mikilli natni og

alúð. Allir velkomnir.

Poolborð er komið í Víðilund!!!



Lokað í Víðilundi og Bugðusiðu 23. janúar.

Porrablót 19. janúar í Víðilundi, nánar auglýst

síðar. Þorramatur 25. janúar í Bugðusiðu.

Starfsdagur starfsfólks, 18. apríl. Lokað.

Vorskemmtun, 26. apríl, Bugðusiða. Auglýst síðar.

Síðasti dagur í handverksstofu í vor er fim. 24.

maí. Gleðilegt sumar!

AKUREYRARBÆR



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

Dagskrá Vorönn 2018



Dagskrá birt með fyrirvara um breytingar

Stundaskrá í félagsmiðstöðinni Bugðusíðu 1 - Vor 2018

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
	09:00-10:00 Leikfimi			
10:00-12:00 Billjard	10:00-12:00 Billjard	10:00-12:00 Billjard	10:00-12:00 Billjard	10:00-12:00 Billjard
10:30-11:30 Pálínukaffi, spjallað, sungið (eða aðrir viðburðir)	9:00-11:30 • Opið handverk	9:00-11:30 Húslestur og handavinna	10:20-11:20 Leikfimi	
13:00 Fræðsla 1. og 3. mánudag í mánuði EBAK			12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	
13:15-15:30 • Opið handverk – Birna G. Hermannsd.	13:15-15:00 Bingó EBAK	13:00-15:00 Spil, tafl o.fl. EBAK 14:00-15:00 Skrifstofa EBAK opin	13:00-16:00 • Keppnisbridds EBAK • Opið handverk	13:15 Paravist
	14:30-15:00 Síðdegiskaffi	14:30-15:00 Síðdegiskaffi	14:30-15:00 Síðdegiskaffi	14:30-15:00 Molasopi
			20:00-23:00 Félagsvist EBAK	

Ýmis námskeið í boði - sjá dagskrárblað **Félagsmiðstöðin er opin 8:50 – 15:50**

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

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

Stundaskrá í félagsmiðstöðinni Víðilundi 22 - Vor 2018

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
9:00-12:00	9:00-12:00 • Útsaumur • Smiðjan opin • Þrjónahorn	9:00-12:00 Handverkshópur fyrir Rauða Krossinn ALLIR VELKOMNIR	9:00-12:00 • Útsaumur • Smiðjan opin • Þrjónahorn	9:00-12:00 Bútasaumshópur ALLIR VELKOMNIR
			9:00-10:00 Leikfimi	
10:15 Heitt á könnunni Dagblöð við hringborðið	10:15 Heitt á könnunni Dagblöð við hringborðið	10:15 Heitt á könnunni Dagblöð við hringborðið	10:15 Heitt á könnunni Dagblöð við hringborðið	10:15 Heitt á könnunni Dagblöð við hringborðið
	10:20-11:20 Leikfimi			
12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan	12:00 Hádegisverður Matsmiðjan
13:15-15:45 • Félagsvist • Poolborð	13:00-15:45 Opnar vinnustofur • Handverk opið • Trésmiðja opin • Postulín opið • Poolborð	13:00-15:45 Opnar vinnustofur • Handverk opið • Trésmiðja opin • Postulín opið • Listmálun • Poolborð	13:00-15:45 Opnar vinnustofur • Handverk opið • Trésmiðja opin • Postulín opið • Poolborð	14:00-15:45 • Hansínukaffi, spjallað og sungið (eða aðrir viðburðir) • Poolborð
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	

Ýmis námskeið í boði - sjá dagskrárblað

..... **Félagsmiðstöðin er opin 8:50 – 15:50**