

Tómstundir fyrir 60 ára og eldri í Húnabyggð



MÁNUDAGUR	ÞRIÐJUDAGUR	MIDVIKUDAGUR	FIMMTUDAGUR	FÖSTUDAGUR
<p>Kl. 11:15 - 12:00 Stóla - og standandi leikfimi með Ingunni Maríu í íþróttamiðstöðinni. Hefst mánudaginn 7.október. Námskeiðið er 11 vikur og kostar 8.000 kr 1 x í viku og 14.000 kr 2 x í viku. Skráning í síma 846-6909 eða á netfangið: ingunnmariaesimnet.is eða á staðnum.</p> <p>Kl. 13:00 - 16:00 Félags- og tómstundastarf Húnabyggðar að Þverbraut 1. Handavinna o.fl.</p>	<p>Kl. 10:35 - 11:15 Ganga í salnum í íþróttamiðstöðinni.</p> <p>Kl. 9:00 - 12:00 Styrktarþjálfun með Söru í þreksalnum. Tvö 4 vikna námskeið í boði: 15.okt - 5.nóv og 19.nóv - 10.des. Verð fyrir 4 vikna námskeið er 6.000 kr. Skráning hjá Söru á netfangið: uppsalir2@gmail.com eða í síma: 849-6995.</p> <p>Kl. 13:00 - 16:00 Félags- og tómstundastarf Húnabyggðar að Þverbraut 1. Spiladagur.</p> <p>Kl. 15:20 - 16:00 Vatnsleikfimi með Jóhönnu Björk. Hefst þriðjudaginn 1.október. Skráning á netfangið: johannabjork.13@gmail.com Verð fyrir 8 skipti er 8.000 kr.</p>	<p>Kl. 11:00 - 12:00 Stólajóga með Brynju að Þverbraut 1. Hefst miðvikudaginn 9.október ef næg þátttaka fæst. Námskeiðið er 10 vikur og kostar 20.000 kr. Skráning hjá Brynju í síma: 860-3707.</p> <p>Kl. 13:00 - 16:00 Félags- og tómstundastarf Húnabyggðar að Þverbraut 1. Handavinna o.fl.</p> <p>Kl. 16:15 - 17:00 Söng- og gleðistund með Benna og Skarphéðni að Þverbraut 1. Hefst miðvikudaginn 2.október og standur í 10 vikur.</p>	<p>Kl. 9:15 - 10:00 Stóla - og standandi leikfimi með Ingunni Maríu í íþróttamiðstöðinni. Hefst mánudaginn 7.október. Námskeiðið er 11 vikur og kostar 8.000 kr 1 x í viku og 14.000 kr 2 x í viku. Skráning í síma 846-6909 eða á netfangið: ingunnmariaesimnet.is eða á staðnum.</p> <p>Kl. 13:00 - 16:00 Félags- og tómstundastarf Húnabyggðar að Þverbraut 1. Spiladagur.</p>	<p>Kl. 10:35 - 11:15 Ganga í salnum í íþróttamiðstöðinni.</p>

Haust 2024

Tómstundir fyrir 60 ára og eldri í Húnabyggð



Félags- og tómstundastarf Húnabyggðar

Er opið öllum þeim sem hafa náð 60 ára aldri og öryrkjum sem búsettir eru í Húnabyggð. Markmið félagsstarfs er að fyrirbyggja félagslega einangrun og hvetja til skapandi athafna. Áhersla er lögð á fjölbreytt viðfangsefni, svo það henti sem flestum. Listsköpun eins og postulín, keramik, bútasamur o.fl. Spilamennska er fjölbreytt, m.a. verður spilað bridge, vist, lumber, tafl, kínaskák og borðspil. Umsjón hefur Vigdís Edda Guðbrandsdóttir s: 455-4785. Netfang: vigdis@hunabyggd.is

Íþróttamiðstöðin á Blönduósi s: 455-4780

Í íþróttamiðstöðinni á Blönduósi er frítt í sund og þrek fyrir 67 ára og eldri sem eru búsett í Húnabyggð. Hvetjum alla til að koma og kíkja í pottinn, labba á þöllunum/salnum, synda eða fara í þreksalinn.

Félag eldri borgara í Húnaþingi

Starfsemi félags eldri borgara í Húnaþingi verður með hefðbundnum hætti næstu mánuði. Á dagskrá er að bjóða heim félögum okkar í Húnaþingi vestra og þakka fyrir rausnarlegt boð þeirra í fyrrahaust. Ekki er komin dagsetning á þennan fund sem verður þá haustfundurinn okkar. Fulltrúar frá stjórn og kjaranefnd LEB munu halda fund með stjórnnum félaganna á Norðurlandi vestra kl. 13:00 þann 9. október n.k. í sal Samstöðu að Þverbraut 1 á Blönduósi. Jólahlaðborð verður í desember að öllu óbreyttu. Félagið er opið öllum 60 ára og eldri á félagssvæðinu, sem er Austur Húnavatnssýsla. Nýjir félagar ávallt velkomnir. Formaður félagsins er Ásgerður Pálsdóttir s: 897-4341.

Styrktarþjálfun og stólaleikfimi

Öll þjálfun er mikilvæg þegar fólk er komið á miðjan aldur. Það hjálpar til við að halda í þá færni sem við höfum. Styrktar, liðleika og jafnvægisþjálfun styrkir bæði bein og vöðva. Öll hreyfing er góð og fyrir marga er líka gaman að vera hluti af hóp.

Viðburðir haust 2024

Þriðjudagurinn 8. október

Kl. 16 - 17:30 Ljósmyndasýning Héraðsskjalasafnsins í samstarfi við Héraðsbókasafnið að Hnjúkabyggð 30.

Þriðjudagurinn 22. október

Kl. 16:30 Opið mót í Kínaskák að Þverbraut 1. Spiluð verður 1 umferð (stór Kínaskák). Þátttökugjald er 500 kr. Heitt á könnunni og verðlaun veitt fyrir efstu 3 sætin.

Þriðjudagurinn 12. nóvember

Kl. 16 - 17:30 Ljósmyndasýning Héraðsskjalasafnsins í samstarfi við Héraðsbókasafnið að Hnjúkabyggð 30.

Þriðjudagurinn 26. nóvember

Kl. 17 BINGÓ að Þverbraut 1. Spjaldið kostar 500 kr.

Desember

Jólahlaðborð. Nánar auglýst síðar.