



22. tbl. 32. árg. 1. - 7. júlí 2020

TUNNAN prentuð í þessari viku. Óvíst með næstu viku!
Vefútgáfa er á:
www.tunnan.is



Aukin hreyfing eldri borgara í Fjallabyggð í sumar

Fjallabyggð auglýsir viðbótartíma fyrir eldri borgara í líkamsræktarsal, sundleikfimi, jóga og dansi. Eldri borgara eru hvattir til að taka þátt og skrá sig hjá viðkomandi leiðbeinanda.

LÍKAMSRÆKTARSALUR

Hefst mánudaginn 6. júlí

Mánudagar kl. 11 á Siglufirði (5 skipti)

Fimmtudagar kl. 10 í Ólafsfirði (5 skipti)

Leiðbeinandi er Sólveig A. Brynjúsdóttir

Upplýsingar og skráning í síma 848-9804

SUNDLEIKFIMI

Hefst mánudaginn 6. júlí

Mánudagar kl. 13:00 Ólafsfjörður

Miðvikudagar kl. 13:00 Ólafsfjörður (10 skipti)

Leiðbeinandi María Bjarney Leifsdóttir

Upplýsingar og skráning í síma 663-2969



Fjallabyggð



JÓGA (stólar)

Hefst þriðjudaginn 7. júlí

Þriðjudagar kl. 10:30 Óló (5 skipti Hús eldri borgara)

Fimmtudagar kl. 13:00 Sigló (5 skipti Skólarhlíð)

Leiðbeinandi Snjólaug Kristinsdóttir

Upplýsingar og skráning í síma 861-6951

DANS

Hefst þriðjudaginn 11. ágúst

Þriðjudagar kl. 10:00 - 10:45 á Sigló (5 skipti Skólarhlíð)

Þriðjudagar kl. 11:15 - 12:00 á Óló (5 skipti Hús eldri borgara)

Leiðbeinandi Ingunn Margrét Hallgrímsdóttir

Upplýsingar og skráning í síma 696-3757

BOÐSKORT FYRIR FERMINGAR OG ÖNNUR TÍLEFNI!!

- útbúum gæðaboðskort eftir óskum hvers og eins -

stykkið aðeins 150 krónur með umslagi

TUNNAN

467 1288 tunnan@tunnan.is



Smíðavellir

í Fjallabyggð sumarið 2020

Fjallabyggð verður með smíðavelli fyrir börn fædd 2007-2013
á tímabilinu 6. júlí – 24. júlí á Siglufirði og í Ólafsfirði

Smíðavellirnir verða opnir þrisvar í viku, mánudaga, þriðjudaga og miðvikudaga frá kl. 10:00-12:00 nema síðustu vikuna þá verða vellirnir opnir í fjóra daga frá mánudaginn – miðvikudags og á föstudegi 24. júlí verður boðið upp á grill og gleði. Samtals verður boðið uppá 10 daga á tímabilinu 6. – 24. júlí og skiptast þeir eftirfarandi:

1. vika opið þrjá daga 6. 7. og 8. júlí
2. vika opið þrjá daga 13. 14. og 15. júlí
3. vika opið fjóra daga 20. 21. 22. og síðan 24. júlí en þá verður grillað og gleði

Börn sem sækja smíðavellina eru á ábyrgð foreldra og er frjálst að koma og fara á þeim tíma sem smíðavellir eru opnir. Börn sem sækja smíðavelli fá timbur og nagla á staðnum en þurfa sjálf að koma með hamar og sög.



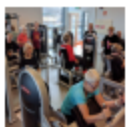
Staðsetning:
Ólafsfjörður:
Nordan við Ólafsvæg,
(bak við GRÆNU blokkina).
Siglufjörður:
Á túninu við Mjólhúsið

Verkefnið er í umsjón yfirmanns vinnuskóla Fjallabyggðar.

Nánari upplýsingar veita:

Ríkey Sigurbjörnsdóttir deildarstjóri í síma 844 5819, ríkey@fjallabyggd.is og

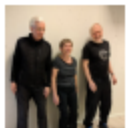
Haukur Sigurðsson yfirmaður vinnuskóla í síma 863 1466, haukur@fjallabyggd.is



Fjölþætt heilsuefling fullorðinna

Janus Guðlaugsson, doktor í íþrótt- og heilsufræðum verður með fræðsluerindi bættri heilsu og betri lífsgæðum eldri borgara, í Húsi eldri borgara Ólafsfirði þriðjudaginn 7. júlí, kl. 13:30 og kl. 16:00 í sal Skálarhlíðar.

Fjallabyggð



Atvinna

Íslenska Gámafélagið leitar eftir starfsmönnum til að sinna almennri hirðingu í Fjallabyggð.

Tilvalið starf fyrir unga kröftuga einstaklinga á öllum aldri.

Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Frekari upplýsingar veitir Stefán í síma 840-5791



frjó

menningarhelgi í
Alþýðuhúsinu á Siglufirði
3. - 5. júlí 2020

Laugardagur 4. júlí
kl. 14.00 - 17.00

Föstudagur 3. júlí
kl. 20.00 - 22.30

Tónleikar
Plasmabell
rafnar
Framfari
Kraftgalli

Opnun í Kompunni
Tumi
Magnússon
-Almenningssamgöngur-

Línus Orri
Gunnarsson
flytur tónlist innan
og utandyra.

Sunnudagur 5. júlí
kl. 14.30 - 15.30

Sunnudagskaffi með
skapandi fólki
Unnur María
Máney
Bergsveins-
dóttir

Tónleikar
kl. 20.00 - 21.30
Pórir Hermann
Óskarsson
&
Söngelsku
leðurblökurnar
frá
Reykjavík