Grænfánadundur 10. nóvember 2016

Mættir á fundinn voru: Karítas, Sigga, Kiddý, María og Fanney

Farið var yfir það sem var rætt á síðasta fundi.

Það voru teknar nokkrar ákvarðanir í sambandi við matinn.

* Súrmjólk er inni fyrir eldri deildarnar Álfaland og Heimaland. Það fer ekki mikið af henni á yngri deildunum. Við stjórnum magninu af púðursykri sem er sett út í súrmjólkina. Það er einni hægt að sæta hana með því að setja banana út í stað púðursykurs.
* Sykraða jógúrtin. Hún er hætt. Kiddý ætlar frekar að hafa eitthvað grænmetisfæði á mánudögum.
* Mysingur verður áfram. Það er enginn viðbættur sykur í honum. Bara náttúrusykur/mjólkursykur. Mjólkin er soðinn niður og verður að karmellu.
* Kanill: er hann hollur eða ekki? Sumir vilja meina að hann sé óhollur fyrir okkur. Þurfum að athuga þetta.

Upp kom sú tillaga að þeir sem eru að koma frá útlöndum hætti því að kaupa nammi og gefa starfsfólkinu. Þetta er val, þannig þeir sem vilja kaupa þeir kaupa og þeir sem vilja ekki fá sér sleppa því.

Það kom sú tillag að hafa einungis ávexti tvo daga í viku og sleppa kexinu. Við erum fullorðin og getum ákveðið sjálf hvort við viljum fá okkur kex eða ávexti. Það eru ekki allir sem ná að borða morgunmat og finnst því gott að geta fengið sér kex í kaffinu. Það verður bæði í boði.

Það var ákveðið á síðasta fundi að börnin fái að velja mat einu sinni í viku og er Álfaland fyrst til að velja. Þau eru búin að velja en vegna manneklu í eldhúsi hefur ekki verið hægt að búa til pizzuna. Þegar það verður hægt þá verður hún gerð og þá höldum við okkar röðun eins og var búið að leggja upp með.

Hugarró – hvernig gengur? Á eldri deildunum gengur þetta ágætlega og þær yngri eru að byrja að vinna aftur með þetta.

Hreyfing – eru allir duglegir að fara í göngutúra? Það mætti vera duglegri. Þarf ekki endilega að fara með allann hópinn. Tveir til þrír með einum kennara létta vel á deildinni. Eru ekki allir að skrá niður þegar þeir fara í göngutúr.

Eldri deildaranar eru með skipulagða hreyfingu einu sinni í viku. Það fer mikil hreyfing fram inni á deildum og á útisvæðinu hjá öllum.

Sú spurning kom hvort að það væri hægt að fá niðurgreitt líkamsræktarkort hér úti íþróttahúsi. Þetta er sjálfstæð líkamsræktarstöð þannig það er hæpið. En við höfum aðgang af líkamsræktarsöð í Garðabæ. Sá aðgangur fyrir því þegar við kaupum árskort í sund á 11000.

Fundi slitið kl 11:15

Fundagerð ritaði Karítas