

# Husmødereferat d. 13.09.2023

**Tilstede:** Elisabeth, Lene, Magnus, Bimbo, Lotte, Hella, Martin C., Mikkel, Helle P., Pia H., Mark, Tune, Pernille, Axel, Svend, Birthe, Jacob U., Enes, Tommy, Birgitte og Rikke.

**Referenter:** Svend og Magnus

**Ordstyrer:** Martin C.

**Renskrevet af:** Magnus og Lene

## 1. Godkendelse af referat og opsamling på beslutninger

Godkendt.

## 2. Ny struktur

- Vi er glade for den støtte vi får fra Team Træning med henblik på at skabe en større bevågenhed omkring motion og sundhed. Som led i samarbejdsaftalen mellem Team Træning og Kildehuset fremstilles der et ønske om, at skabe en ny struktur i hverdagen, fordi det på nuværende tidspunkt er svært at implementere mere motion i en stram struktureret hverdag.
- Idégrundlaget for en ny struktur bygger på, at der blandt flere medlemmer er et stort ønske om at mere motion. Det at være fysisk aktiv er en forudsætning for en sund livsstil og tiltaget danner grobund for mere aktivitet. Det fremhæves at det er sundt med vekselvirkningen mellem arbejde og aktivitet for at få fornyet energi, mens vi samtidig gerne vil have et mere 'udfyldt' program om eftermiddagen, da der på nuværende tidspunkt kan være tomt på opslagstavlen efter frokostpausen.
- På trods af bekymringen om at det kan blive problematisk for køkkenet at få det hele til at hænge sammen og få frokosten klar, så besluttes det at indføre gåtur eller fysisk aktivitet fra 10.15 til 10.45. På den måde fastholdes spisepausen 12:30. Den nye struktur gælder alle dage på nær onsdag, hvor der er husmøde. Det aftales, at der er tale om en prøveperiode fra d. 13/9 2023 til og med d. 13/10 2023, så vi kan finde frem til om tiltaget giver mening for strukturen i hverdagen.

## 3. MobilePay-gebyr

- Gebyret for hver betaling stiger med 24 øre på MobilePay fra d. 1/10 2023. Det betyder desværre også at prisen stiger. På den anden side slipper vi for gebyret på 0,75 øre, så prisen for hver betaling bliver i runde tal. Fra d. 1/10 ændres prisen til:  
Frokost: 26 kr.  
Salat: 16 kr.  
Kaffe: 6 kr.

The: 4 kr.

#### 4. Temadag på Techcollege

- Der gøres reklame for den kommende inspirationsdag på Techcollege d. 26/9 2023. På dagen er der fokus på bæredygtig brug af bælgfrugter, hvor faglærer Line holder oplæg om de danske bælgfrugter. Efter oplægget igangsættes madlavningen, som selvfølgelig også skal nydes efterfølgende.
- Der er fortsat ledige pladser som primært er tilegnet køkkenenhedens medlemmer, men vær hurtig og kom vær med, der er kun tre pladser tilbage!

#### 5. Forslag fra Manuela vedr. Skallerup Klit

- Forslag om at leje en 12 prs. hytte og én 6 prs. Hytte fremfor en 18 prs hytte, så dem der ikke kan rum med mange personer på en gang og samme tid har mere plads til sig selv.
- Det tilføjes at en hytte kan give mere mening, fordi det giver et større overblik for medarbejderne ift. koordinering, på trods af at det kan blive for overvældende for nogle deltagere. Hvis det bliver relevant med to hytter op hhv. 12 og 6, så kan det være svært at få hygge fordelingen til at gå op, fordi flertallet hellere/vil være mere tilbøjelige til at vælge den lille hytte.
- Det må være op til planlægningsgruppen for næste tur, at gøre op hvad løsningen bliver fremadrettet.

#### 6. Evaluering af Skallerup Klit

- Der er blevet fremlagt evaluering af turen til Skallerup Klit for deltagende medlemmer, så den fremtidige planlægning til andre ture ud af huset bliver nemmere at koordinere. Evaluering kan findes på fællesdrevet for evt. interesserede.

#### 7. March mod ensomhed

- På næste torsdag d. 21/9 er der march mod ensomhed. Marchen starter ved rådhuset i Aalborg kl. 07.30 og vi følges ad over til Nørresundby. Onsdag d. 20/9 er der fællesspisning i De Frivilliges Hus.
- Der efterlyses en arbejdsgruppe til at planlægge turen. Pernille og Mikkel melder sig.

#### 8. Nyt indefra/udefra

- Projekt fuglehus. "Kom og hyg i sus og dus – kom og byg et fuglehus" fredag d. 13/9 kl. 10.00i værkstedet. Det vil også være mulighed for i fællesskab at bygge dem og eventuelt male dem, hvis man ikke er til banke og skrue.

- Søvnforedrag v/Michael Danielsen: Vi mangler hjælp til at håndtere sandwich, sætte stole op med mere. Hella og Dorte P. melder sig til at hjælpe med stolene. Efter søvnforedrag hjælper vi hinanden med at rydde op og tager en fælles gåtur for de interesserede. Kildehuset er lukket efter kl. 10.00.
- Club House International har udarbejdet et tool-kit for at promovere opmærksomhed omkring mental sundhed gennem WMHD. Der er ifm. mødet med Finland blevet aftalt at "bytte nationalitet". Der er åbent for forslag til ideer/aktiviteter. Det kunne være madlavning, UNO mm.

## 9. Ugens standard #8

- *Alle Klubhusmøder er åbne for både medlemmer og medarbejder. Der afholdes ingen formelle møder for medlemmer alene eller medarbejdere alene, hvor der tages beslutninger vedrørende huset, og hvor der drøftes medlemsforhold.*

Det lever vi op til.

## 10. Ris/ros

- Ros til Team Træning
- Ros til deltagerne omkring samarbejdet vedr. WMHD
- Ros til engagement omkring Skallerup Klit turen. Tak, for en fed tur.

## 11. Evt.

- Parkere lidt tættere så der er plads til alle, når vi er mange i huset.

## 12. Rengøring

Toiletter: Lotte og Bimbo

Vindfang: Axel