**Sjitt, vit hava tað gott**

**Heimsmál 3 – góð heilsa og vælferð**

**Mánadagur 22/3:**

**8.10-8.30:** Fyrilestur í Miðrók um Heimsmál 3 og um endamálið við vikuni

**8.30-9.00:** Fyrilestur við Jóannesi Eidesgaard um Reyða Kross og um innsavning/stuðul

**9.00-9.30:** Steðgur

**9.30:** Savning í Miðrók

**9.45:** Túr niðan á Kongavarða, har vit taka felags mynd og eta matpakka. Hoyra søguna um Kongavarðarnar

Dagurin endar aftur í skúlanum eftir loknan túr

**G.G:** Góð útiklæði, góðir skógvar at ganga í haga í, hitafløsku við heitum at drekka og matpakka. Eisini hava pappír at skræða og lítla krukku við

**Týsdagur 23/3:**

**8.10-8.30:** Fyrilestur frá Fólkaheilsuráðnum um týdningin av rørslu

**8.30…:** 7. og 8. fl. petta pappír sundur og leggja í balju í blot til dagin eftir

**10.00:** Fara niðan á rennibreytina at renna stuðulsrenning

Dagurin endar á rennibreytini eftir lokna renning

**G.G:** Góð klæði at renna í, renniskógvar og matpakka

**Mikudagur 24/3:**

**8.10-8.30:** Fyrilestur um ABC – ver virkin, ver saman, ver hugbundin

**8.30-9.30:** Verkstøð 1

1. **Ymisk spøl – 7.a**
2. **Ymisk spøl – 7.b**
3. **Gera pappír – 8.a**
4. **Gera pappír – 8.b**

**9.30-10.00:** Steðgur

**10.00-11.00:** Verkstøð 2

1. **Ymisk spøl – 8.a**
2. **Ymisk spøl – 8.b**
3. **Gera pappír – 7.a**
4. **Gera pappír – 7.b**

**11.00-11.30:** Steðgur

**11.30-12.30:** 4 næmingar frá hvørjum flokki fara í køk at gera deiggj til sneisabreyð

Dagurin endar umleið kl 12.30

**G.G:** Matpakka við

**Hósdagur 25/3:**

**8.10-8.30:**

**8.30-9.30:** Gera pappír liðugt (strúka, skriva, prýða…)

**9.30-10.00:** Steðgur

**10.00-10.20:** Dansa (SO?)

**10.30…:** Gera bál og baka sneisabreyð og syngja og hugna okkum

Dagurin endar á skúlanum.

**G.G:** Matpakka við

**Fríggjadagur 26/3:**

**8.10-8.30:** Taka samanum vikuna í Miðrók og hyggja at #sjittvithavataðgott myndunum og geva vinning. Syngja felagssang

**8.30-9.30:** Gera andlitsmaskur í stovunum og koyra í íløt

**9.30-10.00:** Steðgur

**10.00…:** Fara oman í Sandagerð, har vit dyppa, smyrja andlitsmasku á, spæla og flenna.

Dagurin endar í Sandagerði

**G.G:** Svimjiklæði við/ella vera í svimjiklæðum innanfyri, handklæði, heit klæði, hitafløsku við heitum at drekka og matpakka