

Dugnadsplan

Prosjekt/ område	Fremgangsmåte	Utstyr	Status/ kommentar
Vindu området	Fjern og kast panelovnene. Fjern alle elektriske ledninger tilhørende den kursen. Vask vinduer og karmen innvendig og utvendig. Tette eventuelle hull i veggen med fyllmasse. Vask og tørk vegg Mal veggen hvit. 2 strøk ved behov.	Vindusmaling, engangs-kar, kost (obs strl) og rull. Vaskemidler, vaskekluter, bøtte, nal, Håndverktøy. Fyllmasse.	2- 3 personer bør holde.
Cage området	Kutte og skru opp veggspanplate. Kutte og feste stendere til plate (ved behov). Måle og kutte opp listverk. Male veggen hvit. 2 lag. Sørge for at mattene dekker hele området. Flytte cage i posisjon (spør Knut).	Håndverktøy Hvit maling, engangs-kar, kost, rull.	Minst 2 personer.
Kortvegg	<u>Lage 10 x panel (Brytevegg):</u> Sage paller til riktig strl (se modell). Kuber m/tilhørende plank må fjernes. Spiker må slås inn. Pusses fri for flis, dritt og annet. Måle opp matter + kutte til matter Trekkes med PVC duk. Måle opp og markere borrehull. Fjerne elektroliste og matter slik at panel kan hvile på bakken. Borre og skru fast (murranker) panel i veggen (NB laser) 2 oppe og 2 nede. Male topp- og bunnkant av panel svart. Tette hull i veggen med fyllmasse. Male veggen over panel hvit. 2 lag ved behov.	Paller, sag, hammer, brekkjern, pussemaskin m/papir (60+80), skjøteledning, målebånd, penn, Håndverktøy, stiftepistol (MASSE stifter), laser, muranker (50 + stk), murborr, støvsuger, Maling + maleutstyr.	Minst 2 personer

	Montere stang til yogaballene. Plassere yoga baller.		
Søyler i midten av rommet	Madrasser skal være rundt søylen. Dette skal igjen trekkes med PVC duk. Lage emaljer i PVC duken. Binde fast med tråd. Stramt og godt.	Emaljetang med emaljer. Tynn madraser. PVC duk (med emaljer på). Tau til å binde duken sammen.	Minst 2 personer.
Rydding	Rydde inne i hele gymmet. Finne og sortere søppel som skal kjøres til dynga. Kjøre søppel på dynga (inkl. panelovnene). Støvsuging over alt. Lister, kriker og kroker. Garderober, fellesområder m.m	Søppelposer.	1-2 personer bør holde.
Vasking	Garderober (inkl. dusj og toalett). Kjøkken. Loung. Vinduer utvendig og innvendig. Listverk høyt og lavt. Vask av gulv må skje søndag kveld.	Vaskeartikler og såpe. Bøtte og søppelsekk.	1-2 personer bør holde
Taket	Fjerne unødvendig løse gjenstander. Inkl. gamle elektrolister og ledninger. Montere/fikse de som ikke skal fjernes. Prøve å vaske stygge flekker/ Male over stygge flekker. Dekke eventuelle hull etc. med fyllmasse og male over. Betongsøyler som tidligere var røde, skal males hvite. 2 strøk. Spør Karl om hvilke som allerede har 1 strøk.	Kniv, tang og andre håndverktøy. Vaskeartikler, maleartikler, hvit maling. Fyllmasse.	1-2 personer bør holde.
Første vegg i hovedsal	Male plater hvite. 2 strøk. Montere opp listverk.	Hvit maling, maleutstyr, listverk, skruer,	1-2 personer bør holde.
Diverse andre jobber	Montere søppelbøtte i hjørnet ved døra. Høvle/fikse kanten på benkene. Henge opp hyllene på veggen, ved benkene.	Søppelbøtte, Høvel, Baufil/metallsag, håndverktøy, skruer, Håndtak, Svart maling,	1 person per oppgave ca. Assistanse ved behov.

	Fjerne fritthengde/løse gjenstander i vegger og søyler og tak. Montere opp stikkontakt i mellomgangen. Henge opp speil på kortveggen. Metode? Henge opp bilder av Gracie-linneage. Montere håndtak på benkene. Male siste strøket på de svarte søylene (spør Karl om hvem som har fått 2 strøk allerede).		
Kommune søppelplukking	Plukke og kaste søppel langs rutene angitt av Bærum kommune.	Hansker, maske, gode sko, bil med plass til søppelposer. Søppelposer. NB: Ta vare på kvitteringer. SE skriv fra kommunen. Spør Andor eller Karl.	2 personer per rute bør være nok, men jo fler man er desto fortere blir man ferdige.