

Kokousaika Tiistaina 20.11.2018 klo 8.00

Paikka Teuvan lukio luokka 2300

Osallistujat

Päivi Viitanen, puheenjohtaja
Heini Kiukkonen, kuraattori
Laura Pakkala, terveydenhoitaja poissa
Jukka Soini, opo poissa
Ella Harjula (LT1) poissa
Ella Honkanen (LT1)
Tuuliina Lehto (LT2)
Veeti Viitanen (LT2)
Emma Luoma-Nirva (LT3) poissa
Karoliina Kujanpää (LT3) poissa
Selina Tuomisto (OPKH)
Vilma Vainioranta (OPKH) poissa

1. Hyvinvointipäivän suunnittelu

- Kaikille lukiolaisille järjestetään keväällä Hyvinvointipäivä koulun tiloissa.
- Alustavaksi ajankohdaksi valittiin pe 22.2.2019 penkkareiden ja vanhojen tanssien sekä koeviikon jälkeisellä viikolla.

Päivän rakenne:

- yhteiset osiot: aloitus auditoriossa + hedelmä -aamupala, lopetus auditoriossa, lentopallo-ottelu sekä ruokailu.
- Lisäksi ohjelma muodostuu passiin merkityistä pisteistä/workshopeista, joita voi kiertää oman mielenkiintonsa mukaan.
- teemoja: terveellinen ruokavalio, liikunta, uni, stressi, mielenterveys, rentous

Ideoita workshoppeihin:

- pikaverensokeri makean syönnin jälkeen,
- smoothien valmistus,
- opiskelutekniikat ja opintojen suunnittelu,
- nukkumispiste (musiikki, hämäret valot, säkkituolit),
- voimavarat ja tunteiden tunnistaminen (kuraattori ja psykologi),
- aarrekarttapiste (Heini/etsivä nuorisotyö),
- jousiammunta,
- jooga,
- foam roller -rentoutus (Riku)
- hemmottelupiste: kasvojen puhdistus, hiusten letitys ym. yhteistyökumppaneiksi firmoja?
- lautapelit
- sählykaukalo
- Jukka S. + maskottiasu?!

Päivän ohjelma:

- Klo 8 Aloitus auditoriossa. (Juontajat) Passien jako. Hedelmäinen aamupala.
- Klo 9-11.30 Workshopit
- Klo 11.30-12.00 Ruokailu
- Klo 12-13.30 Lentopallo-ottelut ryhmien välillä
- Klo 13.30-14 Passien palautus + arvonta auditoriossa (Joku nuorelle hyödyllinen palkinto!) Ohjelmaa? Palaute

Hyvinvointipäivän valmisteluryhmä

- Päätettiin perustaa pienempi ryhmä viemään suunnittelua eteenpäin.
- Opiskeluhoitoryhmästä mukana ovat Ella Honkanen, Tuuliina Lehto, Selina Tuomisto ja Veeti Viitanen sekä Heini Kiukkonen ja Päivi Viitanen.
- Mukaan kutsutaan opiskelijoiden ehdotuksesta opettajista Outi Koivu ja Anne Luhtala.
- Ryhmä kokoontuu pitkällä välitunnilla 28.11.2018 klo 9.30 luokassa 2300.

2. Hyvinvointipäivän yhteistyökumppanit

- kuraattori
- terkkari
- psykologi
- seurakunta
- nuorisotoimi
- etsivä nuorisotyö
- kirjasto
- ym?

3. Tulevien ykkösten ryhmäyttäminen

- Päivä Pappilankankaalla koulun alkaessa kaikille lukiolaisille
- Pulmatehtäviä, pelejä, oma lenkki
- Rentoa yhdessäoloa
- Makkaranpaistoa
- Liikunnanopettajat ja ryhmänohjaajat mukaan suunnitteluun

4. Ryhmälle nimi

- YOHR on vaikea, ehdotus: OHR.

Muistion laatija

Päivi Viitanen