

Kokousaika Keskiviikkona 06.03.2019 klo 8.00

Paikka Teuvan lukio luokka 2300

#### Osallistujat

Päivi Viitanen, puheenjohtaja  
Jennika Koivuniemi, kuraattori  
Laura Pakkala, terveydenhoitaja  
Jukka Soini, opo  
Ella Harjula (LT1), poissa  
Ella Honkanen (LT1)  
Tuuliina Lehto (LT2)  
Veeti Viitanen (LT2)  
Selina Tuomisto (OPKH)  
Vilma Vainioranta (OPKH)  
Sini Saksa, harjoittelija

- 1) Lukion hyvinvointipäivän purku ja jatkosuunnitelmat
  - Todettiin, että Hyvinvointipäivä onnistui hienosti ja siitä pidettiin. Käytiin läpi opiskelijoiden palaute, joka kerättiin päivän lopussa. Yhteenveto liitteenä.
  - Pohdittiin, että ensi syksynä voitaisiin järjestää Hyvinvointipäivä samantyyppisellä konseptilla 8.11.2019.
  - Pajat voitaisiin sopia syksyn OPH:n kokouksessa.
  - Ilmoittautumiset pajoihin voitaisiin kerätä ilmoittautumislistoihin ilmoitustaululla.
  - Smoothie -paja voitaisiin järjestää kotitalousluokassa.
  - Lentopallo oli hyvä lopetus päivälle.
- 2) Lukion ryhmäyttämispäivä ensi syksynä.
  - Lukion ryhmäyttämispäivä järjestetään la 7.9.2019 Pappilankankaalla. Ohjelmaan palataan seuraavassa OPH:n kokouksessa 15.5.2019.
- 3) Vuoden aikana OPH -ryhmässä tulisi myös päivittää suunnitelmat väkivaltaan, kiusaamiseen ja häirintään puuttumisesta. Näihin palataan jatkossa.
- 4) Tammikuulle suunniteltu Päivin brunssi siirtyy maaliskuu-/huhtikuulle.
- 5) Kevään viimeinen kokous pidetään ke 15.5.2019 klo 8.
  - Toiminnan arviointi.
  - Seuraavan vuoden suunnittelu.
  - Päätöskahvit.

Muistion laatija

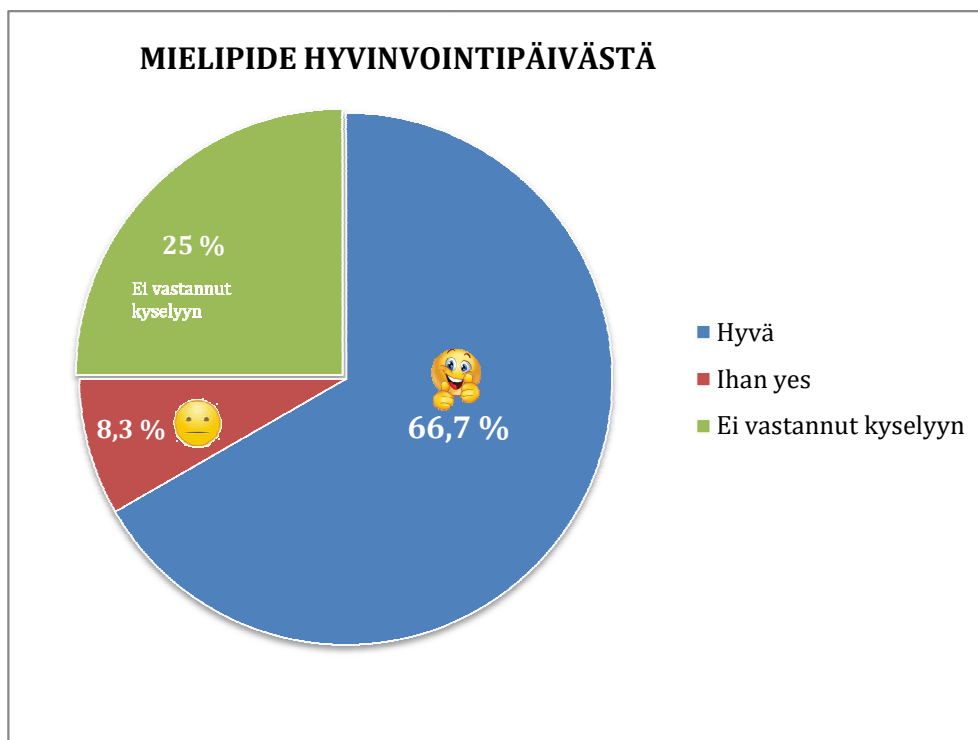
Päivi Viitanen

puheenjohtaja

## HYVINVOINTIPÄIVÄ 22.2.2019 YHTEENVETO

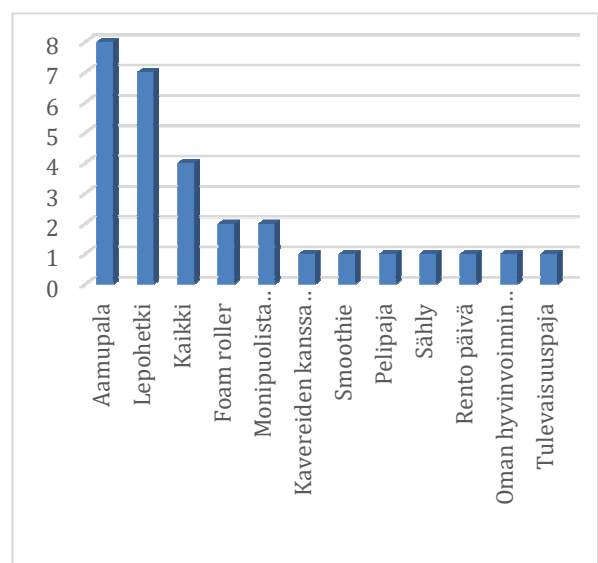
### Mielipide päivästä

Hyvä	24	66,7 %
Ihan yes	3	8,3 %
Ei vastannut kyselyyn	9	25 %
	36	



### Päivässä oli parasta

Aamupala	8
Lepohetki	7
Kaikki	4
Foam roller	2
Monipuolista tekemistä	2
Kavereiden kanssa tekeminen	1
Smoothie	1
Pelipaja	1
Sähly	1
Rento päivä	1
Oman hyvinvoinnin edistäminen	1
Tulevaisuuspuja	1
	22



**Toivomuksia:**

Enemmän fyysistä aktiviteettia

3

Lämpöinen kesäpäivä, ulkona

Tehdä itse smoothieta

Pidempi aika

4

Hierontaa

Oman itsensä pohtimista

Aamupala useammin

2

Leivontaa