



# Handleplan i partnerskab om bedre **trivsel** og **sundhed** 2021/22

## **Gefion Gymnasium**

Kontaktperson(er) uddannelse:

**Andreas Møller Lange, Heidi Ancker Schmidt**

Kontaktperson(er) Københavns Kommune:

**Armin Sahuric, Katrine Hoppe Christensen**

Arbejdet med trivsel og sundhed giver størst udbytte, hvis der både igangsættes aktiviteter, der vedrører strukturer og rammer på skolen samt aktiviteter målrettet den enkelte elev og/eller klassen.

**Aktiviteter vedrørende skolens rammer og strukturer er markeret med (s), mens aktiviteter vedrørende den enkelte elev og/eller klassen er markeret med (i) i handleplanen.**

## Implementering af røgfri ungdomsuddannelse



## Aktiviteter i partnerskabet

- 3 events om røgfrihed afholdt af vores rygestoprådgivere
  - Katrine gensender bestillingsskemaet, som Andreas udfylder og sender tilbage til Katrine



## Skolens egne aktiviteter

- Der er også aftalt events med Kræftens Bekæmpelse, som afholdes i december og januar
- Ledelsen går skiftevis gårdvagt
  - De umiddelbare erfaringer er, at nogle elever søger længere væk
- ...

## Mindske alkoholens rolle i de sociale fællesskaber på Gefion



## Aktiviteter i partnerskabet

- **Workshop for festudvalg og evt. Elevråd om "Den gode fest"**.
  - Andreas melder tilbage med mulige datoer for afholdelse af workshopen her i efteråret.
- **Workshop for tutorer om "Den gode tutor"**
  - Andreas vender med tovholderne for tutorteamet om vi skal planlægge denne workshop for de nye tutorer i foråret/tidlig sommer"
- Der er en fast aftale med Kim fra Ro-På -Rusen, som sidder fast en formiddag om ugen. Derudover er han på Gefionsamling, forældremøde og inde ved klasse ved behov.



## Skolens egne aktiviteter

- Der er et stort fokus og momentum for at kigge på introture, fester og cafeer, som gradvist bliver tilpasset.
- Fx er cafeerne rykket til fra 15 til 19. Hvor der er fokus på brætspil og hygge og salg af alkohol (øl) starter først kl. 16.00.
- Derudover vil der være en hverdagscafe med kaffe og kage hvert 14 dag for at give de unge et samlingspunkt oftere. Gerne koblet til arrangementer.
- ...
- ...
- ...



## Aktiviteter i partnerskabet

- **Seksualundervisning klassevis ved Sex og Samfund**
  - Andreas vender med elevrådet om muligheden for at få Sex og Samfund ud til alle klasser/eller en årgang i et modul på 1 time og 30 minutter, hvor en underviser fra Sex og Samfund varetager undervisningen og kan have fokus på grænsesætning.
  - Hvis elevrådet synes om forslaget booker Andreas oplæg ved Sex og Samfund. <https://www.sexogsamfund.dk/kbh>
  - OBS på en lille egenbetaling for hvert 5 oplæg.
- **Uge Sex kampagne**
  - Andreas modtager materialet og sender det ud til lærerne. Er dog i tvivl om graden af anvendelse.



## Skolens egne aktiviteter

- Et punkt der også er på elevrådets dagsorden
- ...
- ...
- ...

## MÅL

Øget mulighed for at deltage i foreningslivet og en aktiv skoletid.



### Aktiviteter i partnerskabet

- Under hjemmesiden "BetterTogether.kk.dk" kan eleverne finde en oversigt over nye muligheder for deltagelse i foreningslivet under.
- Derudover er de 6 projektet på ungdomsuddannelser beskrevet, som måske kan vække lidt inspiration.
  - Lotte formidler hjemmesiden ud til eleverne via deres sociale medier.
  - Armin sender en mail til Lotte med inspiration.
  - Armin sender snarest en oversigt og muligheder for besøg af foreninger evt. Koblet til hverdagscafeer.



### Skolens egne aktiviteter

- Gården er ved at blive renoveret for at skabe et aktivt gårdmiljø, som kan bruges af eleverne i pauser og fritid samt til idrætsundervisningen.
- Der er tilbud om frivillig træning hver onsdag fra 15 -16 med DGI for alle lærere og elever
- ...
- ...



### Aktiviteter i partnerskabet

- **Sundhedstjek**
  - Lotte laver løbende aftaler med Mathilde. I år kører de 3 gange.
- **Lokalt stressforløb til foråret**
  - Armin og Katrine vender tilbage med konkrete uger samt invitation til planlægningsmøde af forløbene
- **Hjernepauser – workshop med 1-2 medarbejdere, d. 15. november kl. 12.00-15.30**
  - Armin sender invitation om dette primo næste uge. Det vil sagtens kunne være en lærerrepræsentant der deltager.
- **WHO-5 screnningsværktøj**
  - Armin sender guide til anvendelse af værktøjet. Heidi vender det i studievejledergruppen og beslutter om det er noget de vil afprøve og vender tilbage til Armin
- **Headspace**
  - Headspace kan komme ud og fortælle generelt om deres tilbud enten på en Gefionsamling eller ud i klasserne. De har også mulighed for at lave faglige oplæg med 4 forskellige temaer. Se vedhæftede.



### Skolens egne aktiviteter

- Trivselspolitikken/anti mobbestrategien bliver genbesøgt og revideret hvert år af Elevrådet på den årlige hyttetur
- Der er et stort fokus på fællesskabet på Gefion i kraft af udvalgsarbejde. Pt. har Gefion 20 udvalg (alt fra organisering af OD., garnudvalg, Rollespilsudvalg til Klima- og aktivist/politisk udvalg
- ...



## Aktiviteter i partnerskabet

- **Oplæg af Digital Balance for 1. g klasser. Oplæg for op til ca. 120 elever af gangen.**
  - Andreas vender det med elevrådet/fællesudvalget og vender tilbage for booking til foråret eller alternativt til næste efterår.
- **Evt. et forløb om søvn**
  - **Vi nåde ikke at vende denne særligt meget, men meld gerne tilbage, hvis vi skal forsøge et eller flere af nedenstående.**
  - Lærer/vejlederoplæg
  - Undervisningsmateriale herunder ReloadMe undervisningsmateriale, Just human og Red human balancen mellem søvn og det digitale liv
  - Workshop for særligt motiverede elever



## Skolens egne aktiviteter

- Besøg af It- Universitetet over flere omgang med fokus på digital dannelse
- Digital dannelse er en kernekompetence i Gefions STEM-strategi, og der er således flere projekter i gang både på teamniveau og i undervisningen generelt
- Oplæg om digital dannelse for alle 2g.elever i foråret (del af Gefionkompetencerne)
- Der er købt afgang til Center for Digital Dannelses materialer
  - Fokus på implementering herunder inspiration fra andre ungdomsuddannelser
- ...
- ...
- ...



## Noter

- ...
- ...
- ...
- ...

- ...
- ...
- ...
- ...