



Handleplan i partnerskab om bedre **trivsel** og **sundhed** 2022/23

Gefion Gymnasium

Kontaktpersoner uddannelse:

**Andreas Møller Lange, Heidi Ancker Schmidt, Lotte Nygaard Hagmann,
Michael**

Kontaktpersoner Københavns Kommune:

Armin Sahuric og 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 mar-
keret med (s), mens aktiviteter
vedrørende den enkelte elev og/eller klassen
er markeret med (i) i handleplanen.**



Aktiviteter i partnerskabet

WHO -5 screenings værktøj til at "spotte" unge i mistrivsel

- Screeningsværktøj til at opdage mistrivsel blandt eleverne. Københavns Kommune tilbyder sparring om, hvordan værktøjet kan anvendes, og hvordan der kan følges op på resultaterne.

Armin sender materialet. Lotte og Heidi pilotafprøver det i dialogen med unge der henvender sig til dem.

Inspirationskatalog om trivsel på ungdomsuddannelser, herunder;

- Præstationskultur
- Fællesskab og mobning
- Feedback og undervisningsmiljø mm.

Armin sender materialet til inspiration

Stressforløb

- Tilbud om forløb i efteråret – Aftalt

Sundhedstjek

- Aftaler i 2021/22 – Aftalt

Fællesskab via bevægelse fx forenings samarbejde

Armin undersøger hvilke foreninger, der vil kunne afholde træningen for skolen – fx boldklubben skjold.

Forebyggelse og håndtering af mobning

- Oplæg for lærerne om inkluderende fællesskaber og forebyggelse og håndtering af mobning
- - Evt. et oplæg for 1.g lærerne
- Sparring om Antimobbestrategi med fokus at gøre strategien handlingsanvisende.

Vi holder et møde for sparring om antimobbestrategien ultimo august/ Start september



Skolens egne aktiviteter

- På Gefion udføres den årlige trivselsundersøgelse. På baggrund af den nedsættes der et tværfakultært lærerteam der sammen med en repræsentant fra ledelsen og repræsentanter fra elevrådet danner et handleplansudvalg. Dette udvalg udformer en forpligtende handleplan. Handleplanen kan findes på Gefion Gymnasiums hjemmeside
- Ud over Partnerskabsudvalgets aktiviteter arbejder Gefion endvidere sammen med Ro på Rusen
- På Gefion har vi en stærk udvalgskultur med fokus på elevernes trivsel
- Trivselspolitikken og antimobbepolitikken genbesøges af elevråd og ledelse hvert år på elevrådets hyttetur
- Hver onsdag løber Gefion med DGI. Det er et gratis tilbud til elever og ansatte om at løbe og motionere
- Udeområderne på Gefion skal i dette skoleår renoveres med træningsstationer, så der skabes et aktivt gårdmiljø, der både kan bruges i fritiden/pauser samt i idræt

MÅL

At forsætte den gode udvikling med røgfriskoletid, herunder særligt fokus på Snus.



Aktiviteter i partnerskabet

Action Cards

- Inspiration til lærer til dialogen om røgfri og nikotinfri skoletid samt henvisning til hjælp til rygestop/stoplinjen.

Armin udleverede en stak actions Cards som kan anvendes i dialogen med de unge

Events om røgfrihed med særligt fokus på snus

Events med deltagelse af rygestoprådgivere, hvor eleverne har mulighed for at få redskaber og støtte til rygestop, deltage i quizzes mm. Der afholdes 3 events på uddannelsen typisk fordelt som ét event pr. uge i 3 sammenhængende uger.

- Armin bestiller 3 events til start ultimo August.

Rygestoprådgiver kontakter Andreas og aftaler nærmere.

Inspiration til hjemmeside –

Snusfornuft.dk

Andreas besøger hjemmeside og tager et par pointer med til forældremøder i starten af skoleåret



Skolens egne aktiviteter

- ActionCards er opsat på gangene



Aktiviteter i partnerskabet

Workshop om den gode festkultur

Workshop med elever, som repræsenterer fx tutorer, festudvalg og elevråd om "Den gode fest". Formålet er at inspirere og motivere eleverne til at skabe fester, hvor der er plads til alle -både dem der drikker alkohol og dem, der ikke ønsker at drikke.

Vi holder en workshop sammen med festudvalget i starten af september.
Et intromøde med Andreas afholdes forinden

Plakater med ungeprofilal

- Fx 1/5 synes at alkohol fylder for meget på Gefion
Anvendes evt. i forlængelse af workshoppen

Inspirationskatalog – Gymnaseguiden fra Alkohol og Samfund.

- Inspiration fra andre gymnasier
- Fokus på festen, cafeer mm
- <https://alkohologsamfund.dk/det-goer-vi/unge-og-alkohol/gymnaseguide>

Inspiration til initiativer

Inspiration til hjemmeside –

- Teenageforældre.dk

Andreas besøger hjemmeside og tager et par pointer med til forældremøder i starten af skoleåret samt evt. henviser til hjemmesiden.



Skolens egne aktiviteter

- ...
- Gefion fortsætter med at have caféerne rykket til 15-19 (øl kan først købes fra kl. 16). Det er endvidere indskrevet i ETU-handleplanen, at der vil være flere caféer kun med kaffe/The



Aktiviteter i partnerskabet

Undervisningsmaterialer om søvn "Jagten på den tabte time"

- Undervisningsmateriale udviklet af Just Human, som gør eleverne klogere på deres søvnvaner og giver redskaber til bedre søvn.

Armin sender materialet, som fx kan anvendes for 1.g eleverne.

Oplæg for om digital balance for 100 elever af gangen

Digital Balance er et involverende foredrag for elever på 1. årgang. Foredraget belyser, hvilke fordele og ulemper brug af digitale og sociale medier har for unges sundhed, trivsel og dannelse. Under foredraget gives gode råd til ændring af dårlige digitale vaner.

Foredraget kan suppleres af materiale til brug i undervisningen efterfølgende.

Andreas kigger nærmere på oplægget

Digital Balance bookes via: www.digitalbalance.dk/KK

Kan bookes til efteråret eller foråret.



Skolens egne aktiviteter

-
-
-
-

- Der er besøg af IT-universitetet af flere omgange med fokus på digital dannelse (både 1g og 2g)
- Digital dannelse er en kernekompetence i Gefions STEM-strategi
- Der er oplæg for alle 2g i foråret (en del af Gefionkompetencerne)
- Der er købt adgang til Center for Digital Dannelses materialer
- Der er fokus på digital dannelse i både grundforløbet og ved studieretningsopstart i de enkelte klasser



Aktiviteter i partnerskabet

Samarbejde med Ro På Rusen

Ro på Rusen kører fortsat og de har samarbejde med Kim.

Kompetenceudvikling for lærere/studievejledere hos Ro På Rusen

Lotte, Sami og Heidi deltager efter behov. Lotte deltog i et forløb i foråret.



Skolens egne aktiviteter

- Der er oplæg for alle 1g. elever og forældre ved enten Julius Mygind eller DrugRebels



Aktiviteter i partnerskabet

Dialogbaseret seksualundervisning af Sex og Samfund.

- Dialogbaseret seksualundervisning indenfor temaerne køn, krop, sex og seksualitet -herunder rettigheder, ligestilling, fertilitet, grænser og samtykke. Seksualundervisningen varetages af en ung-til-ynge-underviser fra Sex & Samfund.

Andreas har booket en undervisningsgang til alle 1.g klasser.
Andreas aftaler nærmere med Sex og Samfund.

Tilmelding til uge 6 - En masse undervisningsmaterialer, der også kan tænkes ind i fagsøjler.

- Landsdækkende undervisningskampagne med fokus på temaer inden for sundheds-, seksualundervisning og familiekundskab. Nogle ungdomsuddannelser har også sat seksualundervisning på skemaet i Uge Sex/6.

Andreas tilmelder Gefion til uge 6, hvor interesserede lærer og elever bruger materialet.



Skolens egne aktiviteter



Noter

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

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