

Á haustönn 2015 tók Ragnheiður Eiríksdóttir við sem verkefnastjóri SKOH af Guðfinnu Gunnarsdóttur. Guðfinna sat þó áfram í hópnum sem umsjónarmanneskja Braga áfanganna. Ragnheiður var einnig jafnréttisfulltrúi og Guðbjörg Grímsdóttir sat í hópnum sem félagslífs- og forvarnarfulltrúi. Fulltrúi nemenda var Þorkell Ingi Sigurðsson, formaður nemendaráðs. Auk þessara fjögurra var Ásdís Björg Ingvarsdóttir, íþróttakennari við skólann, fengin til viðbótar í hópinn.

Nýtt fyrirkomulag varðandi umsjón og upplýsingagjöf til nemenda var komið á í formi svokallaðra Braga-áfanganna.

Markmið braga heilt yfir er að nemendur aðlagist vel nýju skólastigi og skólaumhverfi. Nemendur fá að kynnast þjónustu og úrræðum sem í boði eru. Unnið er með hópefli, námstækni, forvarnir og heilsueflingu. Jafnframt er mikil áhersla lögð á að nemendur kynni sér verl námsframboð og byggi upp sinn námsferil til námsloka.

Á haustönn var ekki hægt að finna sameiginlegan fundartíma í töflu svo ákveðið var að hittast mánaðarlega á kvöldin í lengri tíma. Heilsueflandi framhaldsskóli-verkefnið hafði nú farið heilan hring í FSu, s.s. hreyfing, næring, geðrækt og lífsstíll höfðu verið tekin fyrir hvert ár. Þá var tilkynnt að nú skyldi vera heildræn nálgun á alla 4 þættina. Starfsfólk skólans og Braga-nemendur fengu kynningu á nýjum ráðleggingum um matarræði frá Landlæknisembættinu, kynnt var fyrir kennurum hugleiðsluforritið calm.com til að nota fyrir sjálfa sig og nemendur og nemendur í heilsurækt hjá Ásdísi tóku út HEF-verkefnið hjá FSu. Forvarnardagurinn var haldinn 14. október, daginn fyrir skólaball og fengum við handboltakonuna Hrafnhildi Hönnu Þrastardóttur sem útskrifaðist frá FSu fyrir ekki svo löngu til að ræða við nemendur í kjölfarið um það að vera vímuefnalaus.

2. nóvember hélt Landlæknisembættið ráðstefnu um HEF-verkefnið þar sem skólarnir voru m.a. beðnir um að opna verkfærakistur sínar og deila með hinum því sem væri að virka vel. FSu kynnti þá SKOH hópinn, Braga-áfangana og Mentora-kerfið og fékk sú kynning góðar viðtökur. Margar áhugaverðar kynningar voru á ráðstefnunni sem gáfu okkur góðar hugmyndir fyrir framhaldið. Seinni hluti ráðstefnunnar voru málstofur um hreyfingu, næringu, lífsstíl og geðrækt sem við dreifðum okkur á og fengum heilmikið út úr.

Á vorönn var ákveðið að skipta mánuðunum niður á þætti HEF-verkefnisins. Janúar var tileinkaður næringu, febrúar lífsstíl, mars geðrækt og apríl var tileinkaður hreyfingu. Í janúar var haldið námskeið fyrir starfsfólk mötuneyta allra skólastiga á Suðurlandi. Næringafræðingur frá Landlæknisembættinu kom og flutti fyrirlestur um nýjar ráðleggingar um matarræði, Guðríður Egilsdóttir, umsjónarkennari ferðamála og matvælabrautar tók svo við og ræddi hvernig hægt væri að nýta þessar nýju ráðleggingar og vinna með þær. Þátttakendur fengu svo að gæða sér á heilsuréttum sem nemendur af ferðamála- og matvælabraut höfðu útbúið ásamt Guðríði. Þetta námskeið var afar vel heppnað og mikil ánægja var meðal þátttakenda.

Í febrúar var haldin leynivínávika meðal starfsfólks og Kátir dagar og Flóafár nemenda settu heilmikinn svip á mánuðinn. Á Kátum dögum voru námskeið sem tengjast heilsueflandi framhaldsskóla og öllum þeim þáttum sem voru undir í vetur. Meðal annars komu Sigga Dögg kynfræðingur og fjallaði um kynhegðun og sjálfstraust, fulltrúar frá Rauða krossinum fjölluðu um fordóma og mismunandi birtingarmyndir þeirra og hvernig hægt sé að bregðast við, jóga var kynnt og þá sérstaklega hláturjóga, nemendur fræddir um grunnhugmyndir kínversku og fleira mætti telja. Komið var inn á alla þættina og fyrirlestrar og námskeið voru vel sótt af nemendum.

Í mars héldum við Regnbogadaga þar sem áherslan var sem fyrr á að fagna fjölbreytileikanum, sporna gegn fordómum og auka víðsýni nemenda og starfsfólks. Hér má sjá dagskrá þeirra:

Regnbogadagar 2016 - Fögnum fjölbreytileikanum

Fimmtudagur 7. apríl	Föstudagur 8. apríl		Mánudagur 11. apríl	Þriðjudagur 12. apríl	Miðvikudagur 13. apríl
Una Torfadóttir, forsprakki Hagaskólastelpna sem unnu Skrekk (Kynjahlutverk)	Atli Fannar, ritstjóri og eigandi Nútímans (ungt fólk og umheimurinn)	H E L G A R F R Í	Vigdís Fríða (Hrelliklám)	Davíð (Transgender)	Zumba Klukkan 10:30 í salnum
Klukkan 11:30 Salurinn	Klukkan 11:30 Salurinn		Heiðrún Fivelstad, í stjórn Q félagsins (Hinseginfræðsla)	Klukkan 11:30 Salurinn	Hamborgarabúllan grillar og selur hamborgara í miðrymi
Kór FSu tekur lagið í fríminútum, kl. 10:10				Múffur – fjáröflun matvælanema	Múffur – fjáröflun matvælanema
Playlistar frá Braga	Playlistar frá Braga		Playlistar frá Braga	Playlistar frá Braga	Playlistar frá Braga

Fyrirlestrararnir á sal voru vel sóttir af nemendum og kennurum og voru þeir mjög fróðlegir og upplýsandi um þessi málefni. Mikil gleði var þessa vikuna, tónlist sem tengdist málefnum var spiluð á milli kennslustunda og þóttu regnbogadagar 2016 hafa heppnast vel.

Í apríl voru kennarar hvattir til að fara út með nemendum sínum en einnig var efnt til svokallaðs strútabolta einn góðviðrisdag meðal Braganemenda. Þann dag var a.m.k. heilmikil hreyfing hjá þessum nemendum og heilmikið hlegið.

SKOH-hópurinn sótti um styrk í Lýðheilsustjóð Landlæknisembættisins fyrir verkefni sem nefnt var Átak í forvörnum í FSu. Hugmyndin er að efla til muna forvarnir við skólann með fræðslu og með því að styðja við uppbyggilegt félagslíf skólans. Hópurinn bindur miklar vonir við að styrkurinn fáiast svo hægt verði að ráðast í þetta átak. Einnig var sótt um styrk til að þróa nýjan áfanga um núvitund og geðrækt sem verður kenndur á næstu haustönn.

Fjölgun verður í SKOH-hópnum fyrir næstu önn sem er afar jákvætt. Yfirmantor mun sitja SKOH-fundina ásamt nýjum formanni nemendaráðs svo þá verða alltaf 2 fulltrúar nemenda. Starf félagslífs- og forvarnafulltrúa var skipt í tvennt svo 2 aðilar munu nú sitja fundina í stað eins svo í heild fjölgar í hópnum um 2.

Hugleiðingar að lokum

Hlutverk SKOH-hópsins er afar mikilvægt fyrir FSu og skarast m.a. við hlutverk starfsmannfélags, kennarafélags og nemendafélags skólans sem er að öllu leyti jákvætt. Mikilvægt er að sem flestir sem stunda nám og störf innan skólans finni til ábyrgðar gagnvart því að skapa þar góðan starfsanda og andrúmsloft þar sem öllum líður vel. Þess vegna hefur SKOH hópurinn hug á því að auka enn frekar samstarf við þessi félög og jafnvel að fá fulltrúa þeirra sem og skólastjórnenda við og við inn á fundi sína. Verkefnastjóri SKOH situr stjórnendafundi svo upplýsingaflæði er samt sem áður gott. En afar mikilvægt er að sameiginlegur fundartími fái svo SKOH hópurinn geti fundað einu sinni í viku. Það sem tók mest á þennan veturinn var án efa það mikilvæga skref sem stigið var til að gera skólaböll á vegum FSu áfengislaus. Forvarnarfulltrúi vann að verklagsreglum fyrir skólaböll, sú vinna hefur verið í gangi í nokkur ár að skerpa reglur varðandi skólaböll og var ákveðið í kjölfar nýnemaballs að ganga af fullum krafti í það verkefni. Það tók sinn tíma. Þrátt fyrir kynningu á skólareglunni, strangari gæslu og meira eftirliti trúðu nemendur skólans því ekki að þessu yrði fylgt eftir þannig að allt fór upp í loft á skólaballi í nóvember. Eftir það ball var aðgerðaráætlunin löguð enn meira til, gerð einfaldari og skýrari og sett á heimasíðu skólans ásamt því að vera kynnt vel fyrir nemendum og tekin upp á skólaráðsfundi með stjórn nemendafélagsins. Þá var fáttað annað í umræðunni í nokkra mánuði og mikið gert til að draga alla aðila sem koma að böllunum að borðinu og fara yfir málin. Það gekk vel og hafa böllin gengið betur. Veiki hlekkurinn er gæsla staðarins en þar verður gerð bragarbót á næsta vetur. Þetta mál er því í réttum farvegi og haldið verður áfram á sömu braut.

Verkefnastjóri vill þakka meðlimum SKOH hópsins kærlega fyrir gott samstarf sem og þeim sem tóku þátt í því starfi sem hópurinn stóð fyrir.

Ragnheiður Eiríksdóttir