

# Idéer för

## den egna årsklockan

### Stöd vålmåendet i vardagen

- > morgonpromenad
- > morgongröt
- > temaföreläsningar, t.ex. Rusfenomenet-utbildning
- > info för dig som bor i studiebostäder / på internat
- > Rökfritt amis -tävling
- > motionsutmaning: alla lärare aktiverar sin egen grupp på något sätt (t.ex. pausgymna, hjärngymna, promenad)
- > Gruppfenomenet-utbildning för personalen

### Gemenskap

- > familjekväll
- > rösta fram studerande som skapar gemenskap, är artig, vänlig och ett gott exempel
- > tutorutbildning (när söker man, när börjar det)
- > årsklocka för studerandekårens verksamhet
- > gemensamt biobesök
- > gemensamt teaterbesök eller bänkidrott
- > gemensam dans för villiga – öppna motionssalen och dansa!

### Hobbyverksamhet

- > klubbverksamhet som leds av studerande (zumba, dataspel...)
- > gym eller motionssal till fritt förfogande
- > lokalt SAKUstars-evenemang
- > lokala idrottsföreningar presenterar sin verksamhet

### Temaveckor och -dagar

- > riksomfattande temaveckor utnyttjas (t.ex. temaveckan Vålmåendeströmmar)
- > eget tema för varje månad som gruppbildning, att förbinda sig till sina studier, vålmående, drog-frihet, uppförande, hur studierna framskrider, trygghet, motion, kultur och internationalitet, likvärdighet och sexualhälsa
- > vett och etikett -vecka

- > personalens motionseftermiddag
- > motionsdag: t.ex. bowlingturnering, besök ett vindskydd, picknick-promenad
- > fotbollsturnering
- > sähly / innebandyturnering
- > reflexdagen
- > pop-up-evenemang varje månad
- > månadsutmaningar, t.ex. huksittande, plankning, stollös torsdag

### Fester

- > jul- och påskfester
- > uppmärksamma och bekanta sig med fester i andra kulturer
- > vårfester och examensfester
- > Halloween-evenemang
- > lillajuldisco
- > självständighetsdagens fest och ljus- eller kransprocession
- > Turnering på Vappen och tilläggsprogram

### Med mera

- > ungdomsval
- > Hej hej, hur mår du? -responsblankett, genom vilken du kan berätta om t.ex. en mobbningshändelse, komma med respons om skolans verksamhet eller anmäla dig till någon aktivitet (tutorverksamhet, SAKUstars osv.)
- > årsöversikt: vad har hänt till exempel i frisersalongsbranschen i år
- > evenemangen i SAKU rf:s evenemangskalender