

7.4.2020

## Viikko 15 (ROT 7.4.)

**Etäopiskelu valtakunnallisen ohjeistuksen mukaan jatkuu 13.5. asti.** Seuraamme valtakunnallista tiedottamista ja ilmoitamme lukuvuoden lopun tilanteesta saamamme tiedon mukaan.

Koulutuskuntayhtymä Tavastia haluaa olla tukemassa opiskelijoiden opintojen etenemistä ja helpottaa perheiden arjen sujuvuutta poikkeusaikana. **Tavastia aloittaa ruokajakelun** niille Tavastian ammattiopiston ja lukioiden opiskelijoille, joilla on oikeus maksuttomaan ruokailuun normaaliaikana. Asiasta on lähetetty Wilma-viesti ykkösille, kakkosille ja 3,5-4-vuotisille koulua jatkaville. Tilaus on tehtävä Wilma-viestin mukaisesti 8.4. mennessä. Asiasta löydät tarkempaa tietoa <https://sway.office.com/K6mzdCty5Rin7WCB?ref=Link>

Etäopetuksessakin merkataan **poissaolot** normaaliin tapaan. Huolehdiathan myös poissaolojen selvittämiset kuten normaalissa koulunkäynnissä.

**Muista vastata opiskelijakunnan hallituksen teettämään kyselyyn etäopintojen sujumisesta.** Linkki on lähetetty Wilma-viestissä.

**Kuraattorimme Piritta Salo** on ottanut käyttöön sähköisen ajanvarausjärjestelmän (kuten opoilla). Linkki löytyy Lyseon nettisivuilta: opiskelijalle – opiskelun tuki – koulukuraattori Piritta Salo <https://outlook.office365.com/owa/calendar/KoulukuraattoriPirittaSalo@livekktavastia.onmicrosoft.com/bookings/>

**Neljännän jakson uusintakokeista** sovitaan suoraan kurssin opettajan kanssa. Uusintakokeille on varattu seuraavat ajankohdat: ti 21.4. vieraat kielet ja äidinkieli, ke 22.4. matematiikka ja reaaliaineet.

**Onko sinulla vielä 24h-leiri käymättä?** Haluatko kokeilla uutta toteutusmallia?

24h-leiri verkkototeutuksena 8.-9.5.2020

"Nuori Yrittäjyys ry:n 24h-leiri on yrittäjyyden taitoja ja innovatiivista yhteistyötä vuorokauden teholeirillä!" Etu-Töölön lukio, Vihdin lukio, Padasjoen lukio, Hämeenlinnan lyseon lukio, Aalto Junior sekä Nuori Yrittäjyys ry toteuttavat 24h-leirin yhteistyössä verkossa. Verkkoleiri on mahtava tilaisuus verkostoitua muiden lukiolaisten sekä Aalto-yliopiston opiskelijoiden kanssa! Osallistumiseen tarvitset kasoittain positiivista mieltä, iloista asennetta, huumoria ja pilkettä silmäkulmassa. Tehdään tästä yhdessä ainutlaatuinen ja ikimuistoinen 24h! Ilmoittaudu heti. Vain ensimmäiset 100 opiskelijaa mahtuu mukaan leirille! **Leiristä kiinnostuneille järjestetään leiri-info Google Meetsissä tiistaina 7.4. klo 13.30- 14.15.** Itse leiri toteutetaan kahden päivän aikana: 8.5. klo 11:00-21:00 9.5. klo 10:00-18:00. Jos kiinnostuit, ota yhteyttä pikaisesti Tuija Tialaan, joka antaa lisätietoa ja ilmoittautumislinkin.

**Hygieniapassikoulutus tarjolla:** Vanaja Koulutus Oy järjestää kurssin Hygieniaosaamiskoulutus ja testi 8.6. klo 9.00 – 16.00. Lukiolaiset saavat kurssin puoleen hintaan. Ilmoittautuessa lisätietokohtaan merkitään oman valvontaryhmän tunnus. Ilmoittautuminen päättyy 7.6. <https://opistopalvelut.fi/vanajakoulutus/courses.php?l=fi#pos-1-1-13>



7.4.2020

**C'EST LA VIE!** Selviytymiskurssi ranskan kielestä ja kulttuurista kiinnostuneille etänä. Kurssi käy myös lukion osasuorituksena! ke 6.–20.5. klo 17–18.30. Lue lisää VOP:in sivuilta ja ilmoittaudu <https://opistopalvelut.fi/vanajavesi/course.php?l=fi&t=3478>

**Kakkosten vanhempainilta** on maanantaina 20.4. Ryhmänohjaajat lähettävät vanhemmille tiedotteen asiasta tapahtumasta.

**Abi-infot syksyn kirjoittajille** pidetään ryhmittäin viikolla 18. Rehtori ilmoittaa ajankohdat ja kutsuu ryhmät infoon Wilma-viestillä.

**Abien pitää palauttaa lokeroavain**, jos sellainen vielä on hallussa. Avaimen voi palauttaa postilaatikkoon G-rakennuksen etuoven oikealla puolella (valkoinen laatikko) ja kuoreen palauttajan nimi. Jos lokerossa on vielä tavaraa, on oltava yhteydessä rehtoriin, jotta pääset tyhjentämään lokerosi.

#### **Muutama vinkki etäopiskelun sujuvoittamiseksi.**

**Rytmitä päivä, luo rutiinit.** Erotta opiskelu- ja vapaa-aika. Osallistu lukujärjestyksesi mukaan oppitunneille. Pidä taukoja. Laadi aikataulu kotitehtäville ja pidä siitä kiinni. Loppuaika jää itsellesi palautumiseen ja muuhun tarpeelliseen ja tärkeään.

**Huolehdi ergonomiasta.** Sohvalta tai sängyllä voi opiskella hetken, mutta pidemmän päälle selkä ja hartiat kiittävät, jos voit työskennellä ergonomisesti hyvässä asennossa.

**Pidä yllä sosiaalisia suhteita.** Pidä opiskelukavereiden kanssa vaikka etäkahvitauko Teamsin avulla ja hyödynnä WhatsApp-puhelut, FaceTime ja muut yhteydenpitoa helpottavat sovellukset. Vertaistuki on parasta ja ystävyysuhteiden ylläpito on tärkeää.

**Ulkoile.** Raitis ilma tekee hyvää ja rentouttaa. Myös unen laatu paranee, ja lepo on erityisen tärkeää uudessa ja stressaavassa tilanteessa.

#### **Opiskeluterveydenhuolto tiedottaa**

Pandemian vuoksi opiskeluterveydenhuollon toimintaa on supistettu. Lyseon lukion terveydenhoitaja on siirretty sairaanhoidollisiin tehtäviin 7.4.2020 alkaen.

Ensisijaisesti lukiolaisia ja 2. asteen opiskelijoita varten on Ammattiopisto Tavastialla yksi terveydenhoitaja tavoitettavissa puhelimitse vielä huhtikuun ajan. Yhteydenotot: terveydenhoitaja Anu Halinen, p. 050 3824579. Poikien kutsuntaterveystarkastukset jatkuvat sovitusti.

7.4.2020

Nuorten terveysneuvontapiste palvelee kaikkia nuoria tarvittaessa. Nuorten terveysneuvontapiste palvelee puhelimitse ma-pe klo 8-15. Tavoitat terveydenhoitajat numeroista p. 050 546 1389 ja p. 050 466 0324. Heidän kautta lääkäri- ja psykologipalveluita on saatavilla myös pandemian aikana.

Vietämme **pääsiäislomaa** pe 10.4. – ma 13.4.

**OPISKELU- JA OPETTAMISILOA, VOIMIA JA TSEMPPIÄ  
KAIKKIIN HAASTEISIIN!**

**MUKAVAA PÄÄSIÄISEN AIKAA! :D**

