



FINSPÅNG

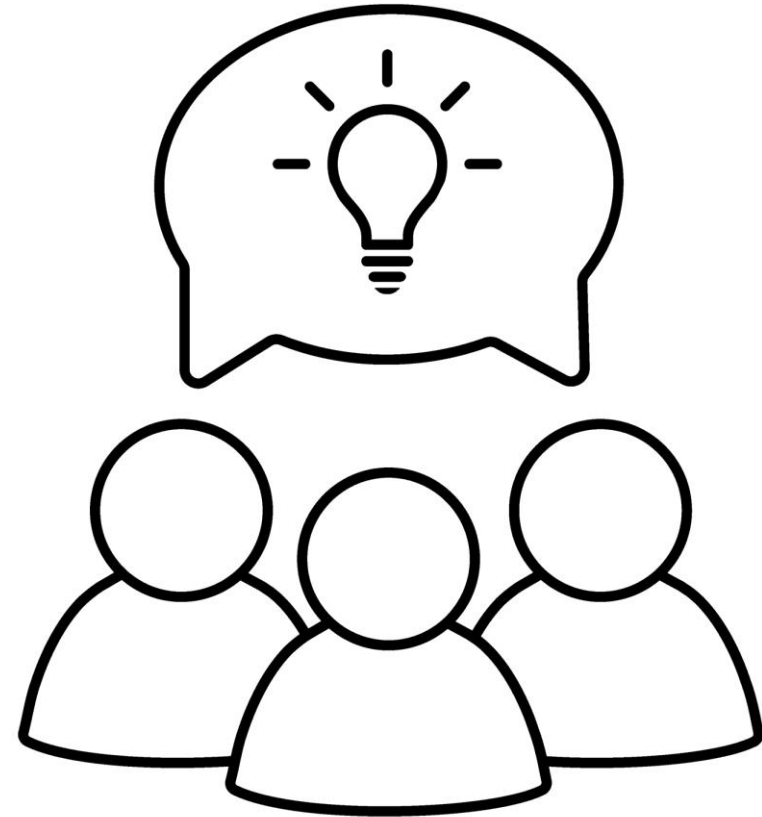
# Föräldramöte Nyhem 7-9

# Kvällens innehåll och presentation

- Exitus + polis (Nina/Rickard)
- Framgångsfaktorer för att lyckas på högstadiet (Christine, Karin, Linda)
- Långsiktiga mål och kommande gymnasium (Magnus, Ulrika)
- Frihet och ansvar (Magnus, Ulrika)
- Samverkan hem och skola (Magnus, Ulrika)

## Exitus + Polis

Nina och Rickard presenterar sina verksamheter och samverkan mellan dessa och skolan.



# Framgångsfaktorer för att lyckas på högstadiet

Skolkurator Christine,

Skolsköterska Karin och

Närvarostödjare Linda

informerar om de förutsättningar  
vårdnadshavare kan hjälpa sina  
ungdomar med.



# Skolfrånvaro

- I Finspångs kommun: problematisk frånvaro = 20% frånvaro över 2 månader

20 % frånvaro = 1 dag/vecka

7 veckor/läsår

2 hela läsår (F-9)

- På Nyhemsskolan uppmärksammar vi vårdnadshavare vid 15%
- All frånvaro innebär missad kunskap och missat socialt sammanhang

# Främja närvaro

- Frånvaro i skolan är ofta en signal om att något inte riktigt stämmer.
- Exempel på signaler att vara uppmärksam på:
  - Ungdomen har svårt att komma iväg till skolan på morgonen av olika anledningar som trött, magont med mera.
  - Ungdomen blir orolig på söndagar eller efter skollov.
  - Ungdomen kontaktar er föräldrar när det är på skolan och vill gå hem.
  - Ungdomen känner stress av kraven i skolan.
  - Ungdomen pratar negativt om skola, lärare och klasskamrater
- Tidig dialog, samverkan hem – skola (mentor i första hand)

# Skolsköterskans uppdrag

Elevhälsans medicinska insats (EMI), som skolsköterskan och skolläkaren ansvarar för, kan ses som en fortsättning på barnhälsovården. Elevhälsans medicinska insats har främst ett förebyggande och hälsofrämjande uppdrag, framför allt erbjudande om **hälsobesök** ett antal gånger under skoltiden och **vaccinationer**.

Elever får vid behov vända sig till skolsköterskan för enkla sjukvårdsinsatser så som omplåstring och preliminära bedömningar vid smärre olyckor under utbildningsmoment (*skollagen, 2 kapitlet 28 §*). Det är alltså ingen sjukvårdande instans, huvudvärkstabletter m.m. bör eleverna ha själva – självklart kan man ha glömt och då kan vi vara behjälpliga!

Det är ingen instans för att bedöma sjukdom, det ansvaret ligger på vårdnadshavare/eleven som vid behov av sjukvård eller medicinsk rådgivning kontaktar Vårdcentral/1177 eller annan vårdgivande instans.

Ny skolläkare till hösten.

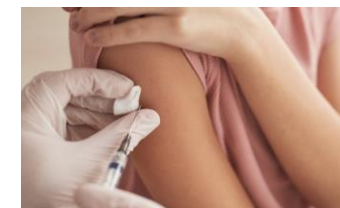
Elevhälsan är frivillig

Balans mellan  
aktivitet,  
kost, sömn



nedstämdhet  
et  
ledsenhet  
stress

Relationer  
pubertet, sexualitet



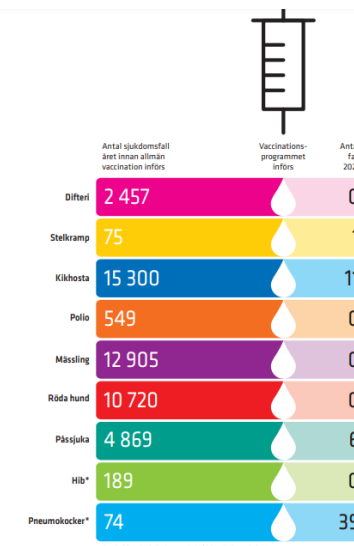
# Vad händer i högstadiet åk 7-9?

I **7;an** kommer eleverna att erbjudas hälsobesök i årskurs 7.

Vårdnadshavare får en hälsoenkät att fylla i som grund inför hälsobesöket.

I **9;an** kommer eleverna erbjudas dos 5 av vaccin mot Difteri/Stelkramp/Påssjuka. Vårdnadshavare får en blankett att fylla i om medgivande till vaccination eller inte vaccination.

- **Difteri** (corynebakterium) kallas också för "stryparsjukan" och beror på en bakterie som utsöndrar ett gift som kan skada många av kroppens organ, till exempel hjärtat och njurarna. 3 fall 2023 i Sverige.
- **Stelkrampsbakterien** (Clostridium tetani) finns i jorden och bildar ett gift som blockerar nerver i ryggmärgen vilket kan orsaka svåra kramper. 4 fall 2023 i Sverige.
- **Kikhosta** (bordetella pertussis) är en bakterieorsakad luftvägsinflammation och en av de infektionssjukdomar som brukar kallas barnsjukdomar, även om också vuxna kan få kikhosta. 138 fall 2023 i Sverige
- **Polio** (enterovirus) är en virussjukdom som smittar via avföring och infekterat vatten. Polioviruset kan skada ryggmärgen och ibland leda till att man blir förlamad (barnförlamning). Det sista inhemska fallet av polio i Sverige rapporterades 1977. Sjukdomen finns dock kvar på flera platser i världen.
- Vacciner som skyddar mot dessa sjukdomar är en del av "grundskyddet", dvs ingår som en del av barnvaccinationsprogrammet





# Sömn

Finns koppling mellan tillräckligt med sömn och höjden på betyg (8-10 timmar för tonåring)

Hjälp din tonåring med sömnvanor.

Hjärnan är inställd på att kunna ta emot signaler och tar sitt uppdrag på största allvar. Bli den störd av dator/platta/mobil får inte hjärnan chans att gå ner i djupsömn.



# Rörelse/aktivitet/återhämtning



- Det finns en klar koppling mellan fysisk aktivitet och god sömn.
- Helst ska man röra på sig varje dag för att kroppens muskler ska aktiveras.
- En annan stor vinst med motion är att man frisätter till exempel dopamin som gör att man mår bättre efteråt.

# Kost

## Kroppsklockan – viktigt med regelbundna tider

-Trött på morgonen, hinner inte/orkar inte äta frukost

Tips; Gör frukost på kvällen. Finns frukost i matsalen

-Mår illa, kan inte äta frukost

Tips; Drick en deciliter vatten/nyponsoppa så fort du vaknar

-Lunch

Tips; ät något

-Vill sova längre på helgen

Tips; gå upp vid niotiden och ät frukost och gå och lägg dig igen.



# Långsiktiga mål och kommande gymnasium

- Betyg blir meritvärde
- Varje ämne räknas, moderna språk kontra förstärkt engelska/svenska
  - Förstärkt engelska/svenska ger inget betyg/meritpoäng utan ingår i ordinarie betyg Eng/Sv, vilket ger lägre merit att söka till gymnasiet
  - Ev byte: blankett

## Betyg/Meritpoäng

Meritpoäng = Summan av de 16 bästa betygen där:

A = 20 poäng

B = 17,5 poäng

C = 15 poäng

D = 12,5 poäng

E = 10 poäng.

F = 0 poäng

Max 320 poäng

*Sökningen gör man på julbetyget  
men det är slutbetyget som gäller .*

# Läsning en nyckelkompetens för lärande

- en hälsning från vår skolbibliotekarie Malin

Läskris i samhället?

Du som vårdnadshavare gör skillnad!

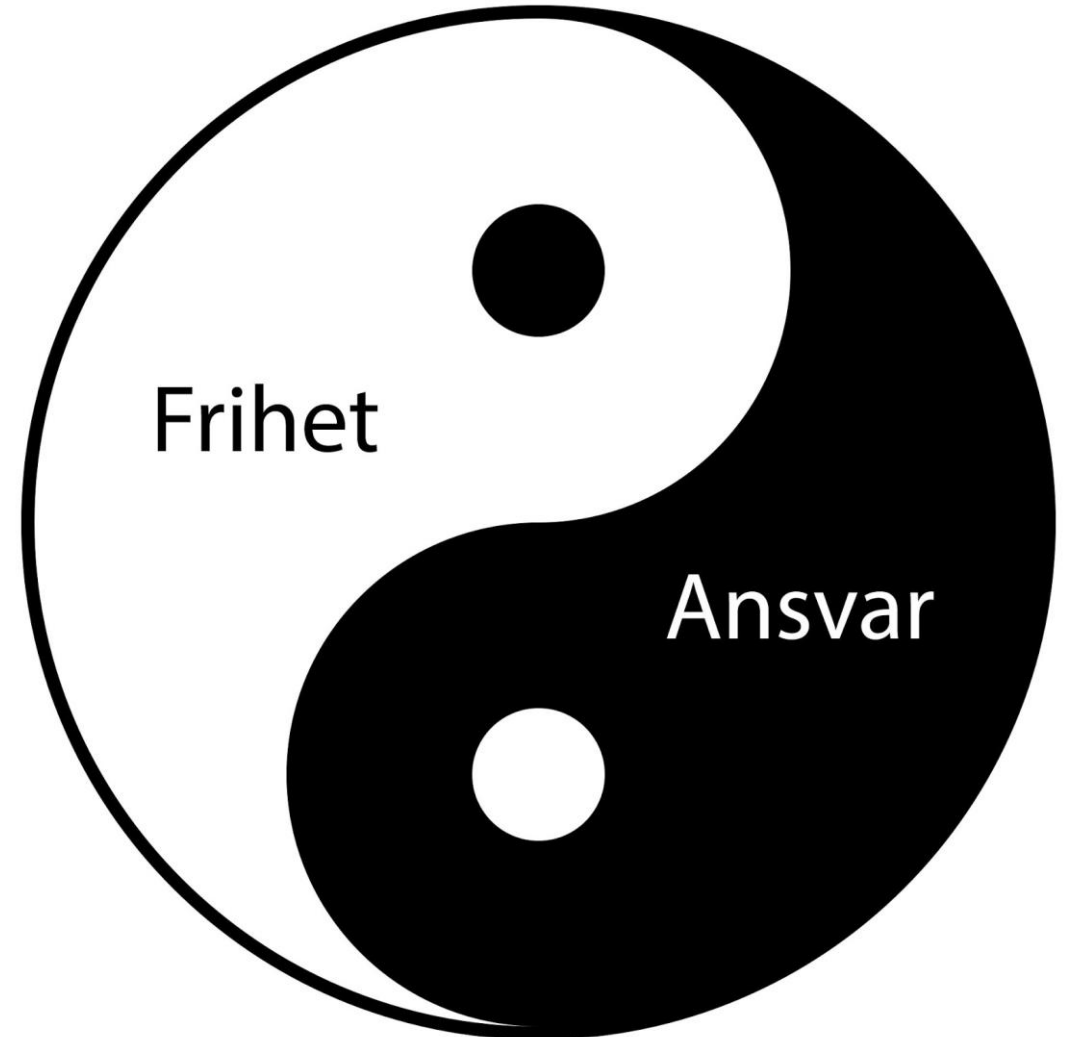
- Visa intresse och engagemang
- Läs tillsammans
- Var en läsande förebild
- Skapa en läsvänlig miljö hemma

Börja redan idag!



# Frihet och ansvar

- Ökad ålder ger ökad frihet och ökat ansvar
  - Fritt att röra sig utanför skolans område
  - "Caffan"
  - Inga ringsignaler när rasten är slut
  - Skåp för material, ta med till respektive lektion
    - Hänglås, ladda chromebook
  - Läxor, inlämningsuppgifter, prov mm finns i kalenderna i School Soft(VH har inlogg)



# Samverkan hem och skola

- Frågor i första hand mentorer (mail/sms/telefon)
- Nyhetsbrev på generell nivå i School Soft
- Besök vår verksamhet
  
- Vi ger information/feedback löpande om studieresultat till eleverna
- Vid utvecklingssamtal får vårdnadshavare måldokument
- Eventuella F-varningar i Schoolsoft
- Vi erbjuder läxläsning och lovskola



Hjälp din ungdom med:

- Balans mellan skola, relationer, sömn, kost mm
- Struktur och strategier för studier/läxläsning

Du som vårdnadshavare är VIKTIG!