

Kakkosten hyvinvointi-iltapäivä to 24.8.2023

- kehon ja mielen hallintaa, jaksamista lukuvuoteen

Klo 12.00-12.45 juhlasalissa

- ryhmänohjausasiat lyhyesti
- terveydenhoitajaopiskelijoiden tekemän hyvinvointiin liittyvän oppinäytetyön tulosten esittely
- rastien vetäjien lyhyt esittäytyminen
- ryhmäjako yms. käytännön asiat

Rastit:

1. Best Hopes Coaching, motivaatiotyöskentely, juhlasali
2. ESLI, Sumeneeko ajatus - Liike freesaa, liikuntasali
3. Pakopeli, Uupuneen opiskelijan arvoitus (hyvinvoivalukio.fi), alakerran käytävä- ym. tilat, kakkosten ryhmänohjaajat

Rastien aikataulut:

	12.45-13.30	13.40-14.25	14.35-15.20
1. Juhlasali	Ryhmä 1	Ryhmä 2	Ryhmä 3
2. Liikuntasali	Ryhmä 3	Ryhmä 1	Ryhmä 2
3. Alakerran käytävätilat	Ryhmä 2	Ryhmä 3	Ryhmä 1

Välipalasmoothie käydään nauttimassa ruokalassa. Aikataulu täsmentyy vielä.

Opiskelijoita on yhteensä 116.

Ryhmäjako:

Ryhmä 1: LL22a (24 opiskelijaa) ja 14 aakkosissa ensimmäistä LL22b:stä, Jaana Kosonen ja Terhi Laamanen

Ryhmä 2: LL22b:n 11 opiskelijaa ja LL22c (25 opiskelijaa) sekä 3 aakkosissa ensimmäistä ryhmästä LL22d, Hanna Gaskin ja Iida Hirn

Ryhmä 3: LL22d:n 16 opiskelijaa ja ryhmä LL22e (23 opiskelijaa), Hannu Soini ja Arto Muinonen