



# Elevrådet ved Oslo katedralskole

## Referat – Elevrådsstyremøte med assisterende rektor, uke 36

Dato: mandag 05. september 2016

Sted: Ass. Rektors kontor

### Oppmøte:

X	Leder
	Nestleder
X	Miljøansvarlig
X	Informasjonsansvarlig
X	Økonomiansvarlig
X	Rettighetsansvarlig
X	Sekretær 1
	Sekretær 2

### Saksliste:

- Sak 1: Konstituering
- Sak 2: Psykisk helsedag

---

### Sak 1: Konstituering

Referent: Kevin Chen 1STE

Ordstyrer: Ass. Rektor Ann Kristin Høgseth

Elevrådet godkjenner konstitueringen.

### Sak 2: Psykisk helsedag

Psykisk helsedag holdes mandag 10. oktober etter høstferien.

Ann Kristin kommenterer at vi ligger litt dårlig an i planleggingen om vi skal kunne gjennomføre et heldagsopplegg med psykisk helsedag rett etter høstferien.

Hun viser til markeringen av Verdensdagen for psykisk helse hos ulike skoler. Mange skoler har arrangementer fordelt utover en uke. Ressurser og økonomisk støtte (fra kilder utenfor skolen) for psykisk helsedag er det mye av.

VG2 er allerede utvalgt til forskningsprosjektet Sunt Kroppspress fra NIH. Vil dette kollidere med psykisk helsedag? Ylja mener at psykisk helse burde være noe organisert for hele skolen, og ikke bare VG2 som det er lagt opp av ledelsen. Psykisk helse kan være veldig aktuelt for VG3 som skal søke videre utdanning. Ettersom at de mulig opplever at de ikke får oppfylt sine ønsker eller opplever depresjon av skolearbeid.

En tidligere kattaelev har egen erfaring med å bli sliten og deprimert av skoleløpet. Hun er en aktuell foredragsholder for psykisk helse.

VG1 kan ha eget opplegg om hvordan det er å starte på videregående og bli-kjent/teambuilding oppgaver, mens VG3 kan få tema om hvordan gå videre etter vgs. En foredragsholder «Superman trenger også pauser» er aktuell.

Eventuelt kan vi holde psykisk helsedag hvor man har ulike aktiviteter fordelt på flere dager, med en halvdag med hovedforslaget.

Sosiale aktiviteter som fotballturnering, filmvisning ved slutten av dagen (tilknyttet psykisk helse m. oppgaver for videre diskusjon.) Men oppgaver tilknyttet psykisk helse må gjennomføres med oppmerksomhet på at enkelte kan oppleve dette som tøffe problemstillinger.

Det ble også foreslått å sette opp plakater med hjerte-postitlapper hvor man anonymt kan dele egne opplevelser.

Et samarbeid med St. Hanshaugen helsestasjonens helsesøstre kan være aktuelt for å hente foredragsholdere.

Førstehjelpskurs er også aktuelt å arrangere for f.eks. VG1.

Tidligere kattaelev Ane Volla kan holde foredrag om kroppspress. Dette tenker Ann Kristin vil passe for VG1.

Tidlig forslag om dagsorden går ut på å starte Kickoff 8:30, opplegg til 11 hvor man avslutter med film.

Nytt møte med assisterende rektor blir på mandag 12. september.

*Se også elevrådsstyreforberedelse fra 07.09.16 for mer oppdatert planlegging av Psykisk helse.*

Med vennlig hilsen

*Elevrådet ved OKS '16*

*Kevin Chen 1STE*

[sekretar1@elevradet.no](mailto:sekretar1@elevradet.no)

<http://elevradet.no/>

