



Mielen hyvinvoinnin vuosikello



ELO-SYYSKUU

Teema

Yhteisöllisyys ja kaveritaidot

Mielitunnit 1 x kk

- Ryhmytyminen
- Kaveritaidot

Mielikirje huoltajille
teemoittain 1x2kk

LOKA-MARRASKUU

Tunne- ja vuorovaikutustaidot

- Nuoruus ja tunteet
- Ajatukset ja tunteet vuorovaikutuksessa

JOULU-TAMMIKUU

Tietoisuustaidot ja myötätunto

- Tietoisuustaidot ja stressinhallinta
- Myötätunto ja itsemyötätunto

HELMI-MAALISKUU

Turvataidot ja digitaalinen hyvinvointi

- Turvataidot
- Digitaalinen hyvinvointi

HUHTI-TOUKOKUU

Vahvuudet, arvot ja unelmat

- Omat vahvuudet
- Arvot ja unelmat

Mielihetki-tapaaminen 7. lk

Nuorten mielen hyvinvointia tukevassa kokonaisuudessa on mielen hyvinvointitaitojen **Mielitunnit** 7. luokille, mielen hyvinvointia kartoittava **Mielihetki-tapaaminen** nuoren ja ammattilaisen välillä sekä **yhteisöllinen työskentely**.

Yhteisöllisen työn tukeminen ja yhteistyön vahvistaminen

- Oppilaskunta
- Tukioppilaat
- Nuorisotyö
- Kodin ja koulun välinen yhteistyö
- Seurakunta
- MLL



KAINUUN
hyvinvointialue



Euroopan unionin
rahoittama
NextGenerationEU