

## Kalendarium

Vecka 6 CSN vecka		
Må 5		
Ti 6	kl 18.30	Stråkafton sal A314
On 7	kl. 8-17 kl. 8-17 kl 15:15-17	NA åk1-3 FY NA åk 2 Bil Ma 3b-prov
To 8	kl 19-21	Symfonikonsert Aulan
Fr 9		Clinics för musikeleverna med Berklee College of Music
Lö 10	kl 8-18	Scholarship Audition Berklee College of Music A924, A925, A926, A930
Sö 11	kl 8-18	Scholarship Audition Berklee College of Music A924, A925, A926, A930
Vecka 7 Ind.val språk provvecka		
Må 12		
Ti 13	kl 15:00-15:50	<b>Obligatoriskt</b> prövningsinformationmöte inför provning lör den 14 april vt 2018.
On 14	Heldag	Friluftsdag, Hälsodag åk 1&2 Åk 3 Gymn.arbete storjury åk3 sal a925,a314
To 15		
Fr 16		
Lö 17	kl 15	Solist konsert symfan Aulan

## OBS (nytt datum)

**Obligatoriskt** prövningsinformationmöte den **13 feb kl 15:00-15:50** inför provning lör den 14 april vt 2018.

## Val av kurser inför nästa läsår

Samtliga klasser år 1 och 2 har fått information av studie- och yrkesvägledare om val av kurser inför kommande läsår. Valet görs via Fronter och generell information hittar du i IV-vals katalogen:

[https://sodralatinsgymnasium.stockholm.se/sites/default/files/individuella\\_valet\\_katalogen\\_2018-2019.pdf](https://sodralatinsgymnasium.stockholm.se/sites/default/files/individuella_valet_katalogen_2018-2019.pdf)

**Sista dag för ansökan är 15 februari** och om du behöver hjälp att göra valet är du välkommen till A124 på onsdag 7 februari mellan kl 10.50 och 13.30 där studie- och yrkesvägledare kommer att finnas till hands – ta med din dator!

## Matsedel v.6

## Måndag 5 februari

Biffstroganoff med smetana, champinjoner och tomat serveras med ECO ris  
Sojastroganoff serveras med ECO ris

## Tisdag 6 februari

Marinerad Kyckling serveras med ECO ris och sweetchiliyoghurt  
Marinerad Quornfilé serveras med ECO ris och sweetchiliyoghurt

## Onsdag 7 februari

Ajvargraterad falukorv serveras med hemlagat potatismos  
Ajvargraterad sojakorv serveras med hemlagat potatismos

## Torsdag 8 februari

Bolognese serveras med ECO spaghetti  
Vegetarisk Bolognese serveras med ECO spaghetti

## Fredag 9 februari

Tempurafisk MSC serveras med kokt potatis och remoulad  
Kikärtsbiffar serveras med kokt potatis och remouladsås

## Ett riktat och stort tack till Serviceutskottet för ert frukostinitiativ



Tors den 1 feb

Elevkårens serviceutskott bjöd på frukost! Våfflor, hembakat bröd och hemgjord smoothie.

**Vad ni är underbara!**

Vill Du skriva något i Aktuellt? Maila ditt bidrag till Anu Kyngäs,  
[Funktion.exp.son@stockholm.se](mailto:Funktion.exp.son@stockholm.se) Manusstopp: **Onsdag kl:12.00**



# Välkommen till Romme Alpin på skidresa!

## Hel friluftsdag åkl och 2 den 14 februari

Onsdagen den 14 februari 2018 ordnar Södra Latins Gymnasium en skidresa till Romme Alpin, Borlänge.

Du anmäler dig och betalar direkt via webben med kort eller internetbank.

Gå in på [www.rommealpin.se](http://www.rommealpin.se) och klicka på Skola Online.

Lösenordet får du av din ledare, gör sedan din beställning.

Bokningen är öppen så länge det finns platser kvar mellan 2017-12-04 och 2018-02-04.

### Priser:

**Friluftsdagspaket** där resa och SkiPass ingår 380 kr

Utrustning: Hyra av skidpaket 180 kr, Snowboardpaket 210 kr och TwinTipPaket 250 kr

**Friluftsdagsmeny:** Välj mellan hamburgare, pasta med köttfärsås eller Våfflor med sylt och grädde. Dryck ingår 65 kr. Samma lunchkupong gäller för alla alternativen och du väljer mat på plats. Kupongen får du av din ledare.

Har du frågor så kontakta ansvarig ledare: Christina Lantto.

Telefon nr. 08-508 408 44 eller e-post:

[christina.lantto@stockholm.se](mailto:christina.lantto@stockholm.se)

## Föreläsning om hedersnormer, SA onsdag 7/2 kl 15.15 -16.20

Rania Braimok från verksamheten Elektra, Fryshuset, kommer hit **onsdag 7 februari** för att hålla en föreläsning om vardagsheder, identitet, fördomar och rättigheter. Det är först en föreläsning på 45 minuter och den efterföljs av en frågestund från publiken på 15 min.

Föreläsningen är för alla elever i Sa 17 A och Sa 17 C då dessa två klasser arbetar med ett litteraturtema om heder förr och nu i Svenska I. Och **två elever från de övriga sju SA-klasserna** (två elever från Sa 17 B, två elever från Sa 16 C osv) är välkomna till föreläsningen. Antingen kan de två programrådsrepresentanterna från varje SA-klass komma på föreläsningen **eller** två frivilliga elever. Om fler än två elever vill komma kan man lotta fram de två eleverna i klassen.

Anledningen till begränsningen är att Tranströmersalen enbart tar 90 sittplatser.

**Alla lärare i SA programlag plus EHT** är välkomna till denna föreläsning.

**Var:** Tranströmersalen (A314), Södra Latin

**När:** onsdag 7 februari kl 15.15-16.20

**Hjärtligt välkommen önskar Maria Aspors, programlagledare på SA**

## Stiftelsen Gustaf och Ida Unmans Donationsfond

Stiftelsen delar ut stipendier om vardera högst ½ basbelopp. 2017 delade stiftelsen ut 33 gymnasiestipendier om 7 500 SEK. Stipendier ges till studerande vid gymnasieskolor belägna inom Stockholms län. Stipendiet delas ut till elever med goda studieresultat och där föräldrarna har begränsande ekonomiska resurser.

Information och ansökningsblanketter via hemsidan

[www.unmanfonden.se](http://www.unmanfonden.se)

Ansökan om stipendium från gymnasielever ska ha inkommit senast torsdag 19 februari 2018 till:

Norra Reals gymnasium

Att. Unmanfonden

Roslagsgatan 1

113 55 Stockholm

Besked om vilka som tilldelats stipendium lämnas skriftligen senast 24 mars.// **STIFTELSENS STYRELSE**

## Starta Hälsoråd!

**Vill ni komma igång med positiva aktiviteter för att öka hälsan på er skola?** Starta hälsoråd! Det är inte alls svårt!

Reactas samordnare på skolan är Cajska skolsköterska och Lars kurator



**Vad är ett hälsoråd?** Ett hälsoråd är en elevförening på skolan där ni elever tillsammans har aktiviteter för er hälsa. I ett hälsoråd är alla med och bestämmer, ni gör roliga saker för er hälsa och ni kan samtidigt påverka hälsan på hela skolan!

### Varje hälsoråd får:

- 1000 kr i aktivitetsbidrag varje år. Det första aktivitetsbidraget betalas ut när ni startat.
- Medlems bidrag på 20 kr per ung medlem, var femte medlem ger dessutom 100 kr extra.
- Eget bankkonto till hälsorådet
- Delta på Gemenskapsträffar, kurskalas och gemenskapsträffar utomlands
- Ni får ett startkit med enkla övningar om hur man har en förening på skolan som ger er en bra start i hälsorådet. Många har en idé och drar igång utan den hjälpen.
- Olycksfallsförsäkring

### Hur kommer ni igång?

Det enda som krävs är minst tre personer med samma idé ordförande, sekreterare och kassör som måste ha fyllt 18 år. Redan idag har vi 8 hälsoråd på skolan. Du kan gå in på Reactas hemsida och blir medlem det är gratis och alla kan vara med du väljer själv hur aktiv du vill vara eller genom att ge ditt stöd till gruppen. <http://reacta.se/index.php/bli-medlem-i-ett-haelsorad>

### De föreningar som finns redan idag är:

1. Fruksällskapet södra latin
2. SLIT södra latin i träning
3. Södra latins Krokiförening

4. Let's study together
5. Södra latin Goats
6. Lokomotivet Södra
7. World Peas
8. Södra badminton

Med hopp om många fler hälsoråd på skolan

Cajsa skolsköterska

## Körkortsteorikurs

**Kurs 3 tisdagar** kl 17-19 den 10, 17, och 24 april och den 8 maj 2018.

Kurserna hålls på Ringens Bilskola, Ringvägen 89B, T-bana Skanstull.

Avgiften är 700 kr (ord. pris 2 670kr) och swishas på plats på skolans expedition i A-huset i samband med anmälan och därmed är din plats bokad. Läromedel och 3 lektioner i körsimulator ingår.

*IMvh Målsmännens Förening på Södra Latin*

## Tips från Cajsa skolsköterska



**POP**  
Mottagning  
Drop-in för dig med pung och penis  
Tid: Torsdagar kl: 15-17  
Plats: SKUM, Observatoriegatan 20

Här kan du: testa dig för könssjukdomar eller prata om du har frågor om kropp/kön. Du kan prata om psykisk hälsa, stress, relationer, lust, erektion, sexualitet och identitet

Vi som arbetar har HBTQ kompetens och tystnadsplikt.

Stockholms stad

HBTQ

f

Instagram

## Tips från Cajsa skolsköterska



Vill du sluta röka?  
Till dig som röker dagligen eller varje vecka!

Nu kan du som röker delta i ett forskningsprojekt och testa ett nyutvecklat sms-baserat

**sluta-röka-stöd i mobilen**

Deltagande är gratis.  
Du kan anmäla dig t o m den 11/7 2018.

Är du intresserad?  
Sms:a ordet tobak690 till nummer 0707225474 för mer information.

**Kontakt**  
Catharina Linderöth, utredare, projektsamordnare: catharina.linderoth@liu.se.  
Ulrika Müssener, vetenskapligt ansvarig: ulrika.mussener@liu.se.

**Mer information**  
Du kan läsa mer om projektet, sms-stödet och vad deltagande i studien innebär på: [www.next.nu/jr](http://www.next.nu/jr).

li.u LINKÖPINGS UNIVERSITET

## Tips från Cajsa skolsköterska



Är du 15-19 år och mår dåligt?

Vi söker dig som ofta känner oro, ångest eller obehag. Forskningsprojektet LOA erbjuder KBT-behandling online där du får stöd av en psykolog.

Det kostar inget och du kan bo var som helst. Läs mer och anmäl dig på vår hemsida.

**WWW.LOASTUDIEN.SE**

Anmälan är öppen januari—februari 2018

li.u LINKÖPINGS UNIVERSITET

## När du inte kan vänta på hjälp!



### Om du är under 18 år?

Om du mår så dåligt psykiskt att du behöver hjälp eller råd just nu så finns BUPs akutenhet på Södersjukhuset. Där kan du få hjälp på nätter och helger samt på vardagarna mellan kl 16-08.

Telefon till BUPs akutenhet är 08 616 69 00

### Om du fyllt 18 år

#### Kontakta psykiatriska akutmottagningen

Hit kommer du när du behöver akut hjälp och få en bedömning om du behöver psykiatrisk sjukhusvård. Akuten är öppen för alla som bor eller befinner sig i Stockholm.

Öppet dygnet runt

**Telefon** 08-123 492 00

**Adress** Vårdvägen 5 S:t Görans sjukhus Stockholm

### För alla åldrar



[www.mind.se](http://www.mind.se) är ett ställe du kan ringa till eller chatta med varje dag mellan klockan 06-24

Självordslinjen är till för dig som har tankar på att ta ditt liv eller har en närstående med sådana tankar eller om du mår dåligt psykiskt på annat sätt. Du når oss via telefon 90101 eller via chatten på vår hemsida.

## Om läget inte är akut

Under skoltid är du alltid välkommen till elevhälsan för rådgivning och hjälp till externa vårdkontakter som UMO, första linjens psykiatri, BUP eller allmänpsykiatri.

Möjligheten till 10 samtal med en psykologstudent kan du läsa om i Aktuellt v.3

Vänliga hälsningar

Cajsa  
skolsköterska