



VI BÖRJAR I CYGNAEUS!

*Tips och knep varje
förälder har nytta av.*

Joakim Enegren



Välkommen! Tervetuloa! Welcome!

Känns det nervöst? Visst är skolstarten en omställning för både små och stora. Men innan du vet ordet av det så rullar allting på och du plastar in böcker med stortån.

Med den här lilla tipsboken vill vi i Cygnaei Hem och Skola göra din startsträcka ännu kortare. Här hittar du ett knippe tips vad gäller skoldagen, men också en massa tips om fritidsaktiviteter i södra Helsingfors – de är överraskande många.

Förstås hoppas vi också att du vill räcka en hjälpande hand i Hem och Skola. När vi är många föräldrar som bidrar går allting smidigt och samtidigt är det roligt att se resultatet av de gemensamma insatserna.

Tule rohkeasti mukaan Hem och Skola-toimintaan, kaikki apu on tervetullut. Osallistumalla toimintaan saat paremman käsityksen siitä mitä koulussa tapahtuu. Toiminta on hauskaa etkä sitoudu ilmoittautumalla enempää kun sinulle on sopii. Käy myös katsomassa läpi harrastusvinkit seuraavilla sivuilla, löydät varmasti jotain mielenkiintoista.

One of the advantages with Cygnaeus is its size. It is easy to get to know each other and build lifelong friendships. If you can help out from time to time, it is of course appreciated and actually much fun. Also, check out the hobbies we list on the following pages, there are surprisingly much on offer in the neighborhood.

Vi önskar dig och hela familjen välkomna till Cygnaeus.

Checklistan som gör vardagen lättare

Med de här åtta tipsen navigerar du lätt och rätt igenom höstens alla omställningar.

Kommer vi försent nu?

Att vara i tid kan vara en stor omställning, men allt löper smidigare om alla i klassen är på plats i god tid innan lektionen börjar. Så reservera tillräckligt med tid för morgonkarusellen. Ifall ni blir försenade: följ med upp till klassen och knacka på.

Var är min tröja?

En av de sorgligaste synerna i Cygnaeus är hittegodslådorna som i snabb takt fylls med dyra kläder. Köp en textiltusch och markera alla plagg, då ökar chansen att de hittar hem igen och du sparar pengar.

Vem ska jag bjuda på kalaset?

Om inte hela klassen bjuds på kalas så finns det alla skäl att vara taktfull och diskret med inbjudningarna, alltså sköta dem utanför skolan. Ingen vill känna sig utanför.

Va, har jag läxor?

Alla i familjen vinner på en tydlig rutin för läxorna. När ni reserverar tid för dem och inte skyndar igenom dem strax före läggdags blir bokstäver och siffror garanterat snyggare. Ju tidigare, desto bättre.

Bara lite till!

Skärmtid, ojoj, det är en het potatis. En halv timme? En timme? Fem timmar? Varje familj löser det på sitt sätt, men ett tips är ändå att försöka hitta alternativ till skärmstirrandet. För alternativ finns, det gäller bara att tänka till. Tips på t.ex. hobbyer hittar du på nästa sida.

Jag får inte vara med!

Whatsapp och andra tjänster är prima, men det finns skäl att hålla koll på de olika grupperna som barnen startar. Grupperna ska ju skapa gemenskap, inte orsaka utanförskap.

Får vi faktiskt parkera här?

Varje morgon utmanar många föräldrar ödet genom att snabbparkera uppe på cykelvägen för att släppa av. Gör inte det, pretty please with sugar on top. Det skapar en otroligt farlig situation. Stanna hellre uppe på Bangatan, då kommer barnen tryggt in på skolgården direkt genom porten.

Vad händer den här veckan?

Den knallgula planeringskalendern är det absolut bästa sättet att få inblick i allt som är på gång i skolan, från läxor till utflykter. Om ni tillsammans går igenom den kommande veckan har du bra koll på det mesta.



Bild: Simo Rista / Helsingfors stadsmuseum (1970)

Flaha, en rolig fritid på ett område!

Dans! Fotboll! Teater! Gymnastik! Handboll! Musik! Scouting! Segling! Böcker! Utbudet av aktiviteter i södra Helsingfors är överraskande stort, det gäller bara att hitta rätt aktivitet. Här nedan hittar du ett urval av de aktiviteter som erbjuds i södra Helsingfors och längre bort.

Richardsgatans bibliotek

Barnavdelningens bibliotekarier har en massa boktips och de hälsar att alla Cygnaeuselever är varmt välkomna dit för att t.ex. göra sina läxor, spela brädspel eller bara vara. Tack vare de generösa öppettiderna är bibban också en utmärkt kvällsaktivitet.

HIFK Friidrott

Ah, en hälsosam och fysiskt aktiv livsstil sedan 1897.
www.hifkfriidrott.fi

Fotbollsklubben HIFK

De är röda, de är snabba! www.hifkfotboll.fi

Fotbollsklubben PPJ

De är blåa, de är snabba! www.ppj.fi

Konstcentret Annegården

Teater och konst med massor av evenemang och kurser.
www.annantalo.fi

Kino Engel

Popcorndags! På söndagar visar man barnfilmer på svenska.
www.kinoengel.fi

Handbollsklubben Dicken

Vad Dickengänget på Drumsö inte vet om handboll är inte värt att veta. www.dicken.fi

Helsingfors Gymnastikklubb HGK

I Gloriahallen på Lilla Robertsgatan har många Cygnaeuselever under åren haft roligt. www.hgk.fi

Gymnastikföreningen i Helsingfors GFH

Har en lång tradition av högklassiga och roliga dans- och gymnastiktimmor, många av dem hålls kvällstid i Cygnaeus gymnastiksal. www.gfh.idrott.fi

Helsingin tanssiopisto

Vid Kaserntorget dansas det allt från street dance till balett. www.helsingintanssiopisto.fi

Handbollsklubben HIFK

När HIFK-juniorerna ger järnet blixtrar bollen. www.hifk-handball.com

Helsingfors Seglingssällskap HSS

Här lär sig juniorer mer än styrbord och babord. www.helsinkisailing.com

Nyländska Jaktklubben NJK

Här har juniorerna vind i seglen. www.njk.fi

Taitoliikuntakeskus

I sina lokaler i Olympiaterminalen erbjuder Taitoliikuntakeskus allt från traditionell gymnastik till parkour. www.taitoliikuntakeskus.fi

Musik- och kulturskolan Sandels

Många Cygnaeuselever tar sig till Tölö torg för att upptäcka musikens värld. De goda resultaten brukar vi få höra på skolans fester. www.sandels.huset.fi

Föreningen Brage

Erbjuder bl.a. folkkultur och kurser för barn. www.brage.fi

Musikskolan Eiran musiikkikoulu

Har ett brett utbud musikkurser på Bangatan. www.eiranmusiikkikoulu.fi

Scoutkåren Spanarna

Alltid redo! I 100 år har Spanarna stått för färdigheter och friluftsliv. Sedan 1922 ligger kårlokalen bekvämt på Fabriks-gatan. www.spanarna.fi

Scoutkåren Seaboys

Sjöscouterna med saltstänk! Kårlokalen och kårens båtar väntar på Drumsö. www.seaboys.fi

Tennisklubben HVS-tennis

Har ambitiös juniorverksamhet och till hallen i Edesviken kommer man smidigt med buss 24 från södra Helsingfors. www.hvstennis.fi

Kulturföreningen Luckan

Kurser, bokklubbar och massor av evenemangsinfo. Luckan är alltid värd ett besök. www.luckan.fi

Föreningen för drama och teater DOT

Massvis av drama, ordkonst, musik och rörelse. www.dotdot.fi

Arkki

Arkitekturskolan för barn och ungdomar i Kabelfabriken får fart på fantasin och kreativiteten. www.arkki.net

Simklubben Simmis

Från groda till fjäril, Simmiskurserna blandar nytta med nöje. www.simmis.fi

Vilken aktivitet saknas? Mejla gärna ditt förslag till jocke@enegren.net – tack!

Kom med!

Cygnaei Hem och Skola r.f. är länken mellan hemmen och skolan. Vi ordnar flera klubbar och vi stöder skolans verksamhet på olika sätt. Alla insatser sker genom frivilligt arbete och vid sidan om det egna jobbet. Varför ställer många föräldrar upp? Säkert för att det är roligt och känns meningsfullt. Under skolåret arrangerar vi till exempel:

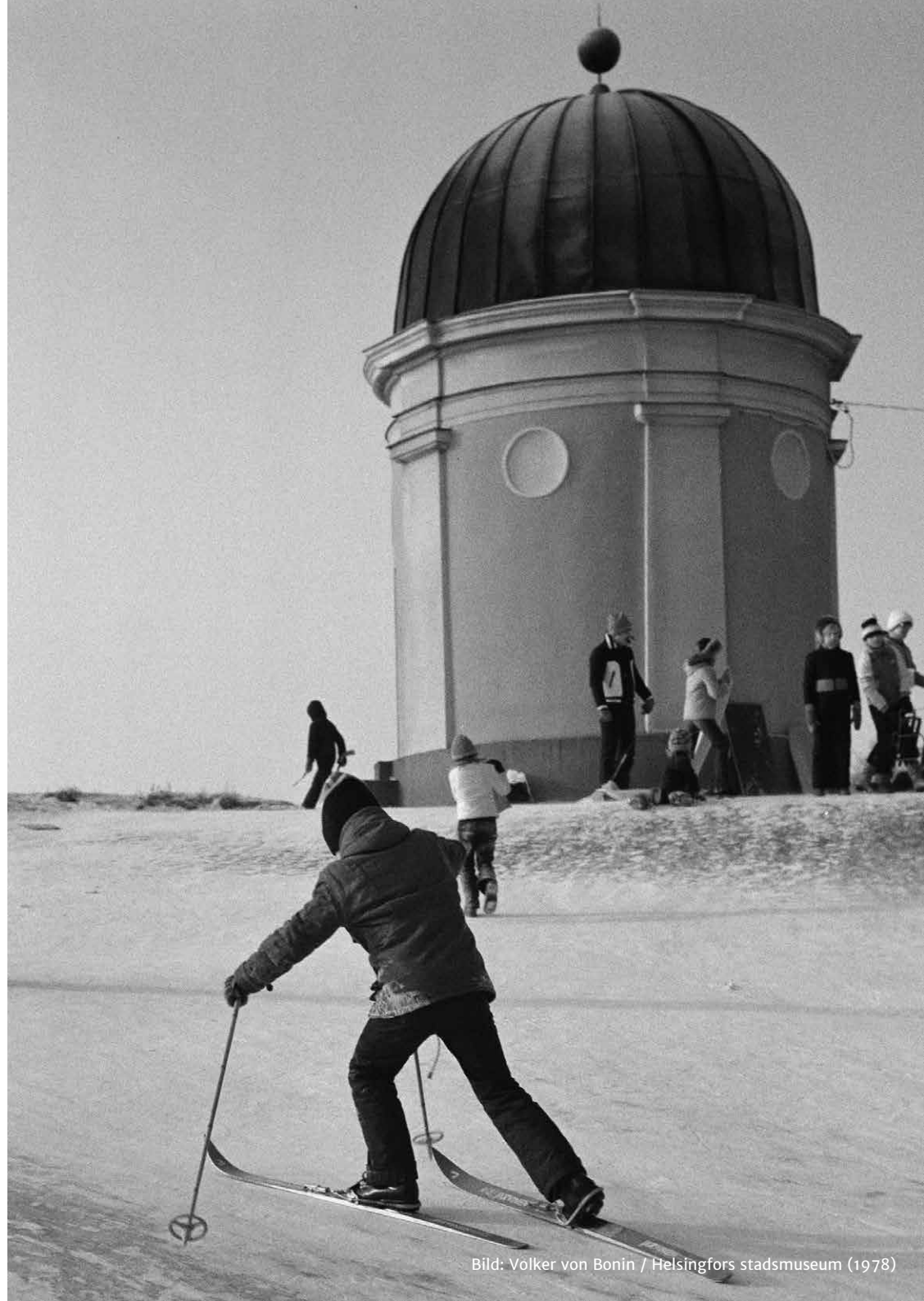
- ✓ Kaffeservering under det populära morgon-evenemanget **Papporna läser.**
- ✓ Vi bjuder på glögg och pepparkaka under **julfesten.**
- ✓ Vi ordnar festen **Jorden runt** som under årens lopp har blivit vårens stora händelse.

Vill också du hjälpa till? Då har du flera alternativ. Du kan ställa upp som klassförälder, du kan sitta i HoS-styrelsen eller så flaggar du bara för att du är beredd att rycka in om och när det behövs. Det krävs så lite för att vara till stor hjälp.

Text: Joakim Enegren
Ombrytning: Ant Simons
Pämbild: Gilbert Simons
Tryck: WhyPrint

Utgiven med stöd av Cygnaeusstiftelsen
www.cygnaeusstiftelsen.com

Cygnaei Hem och Skola r.f. 2019





**Cygnæi
Hem och Skola r.f.**