

HELIOS

SOMMER 2022

SKOLECENTRET
HOLSTED
NYT

FRISKOLEN HELIOS



BOTILBUDET I HOLSTED



STU HOLSTED



- > **Brev fra Friskolen Helios** | Friskolen Helios lukker og slukker efter dette skoleår
- > **Skole begivenheder** | Studietur i København
- > **Livet på Helios** | Et farvel til hinanden og et farvel til skolen, farvel efter et fantastisk år
- > **Botilbudet i Holsted** | "Danmark går sammen – Alle skridt tæller",
Special Olympics Idrætsfestival i Kolding,
Hvordan musik påvirker vores liv og interview om liv og musik

SOMMER 2022 INDHOLD

FRISKOLEN HELIOS

- > Friskolen Helios lukker og slukker efter dette skoleår4
- > Studietur i København.6
- > Farvel til hinanden og til skolen 7
- > Farvel efter et fantastisk år 8
- > Mit år på Friskolen Helios9

BOTILBUDET I HOLSTED

- > Special Olympics
Idrætsfestival i Kolding.10
- > Danmark går sammen
– Alle skridt tæller 12
- > Deltagelse i det lokale "LGU-Mudrun".12
- > Hvordan musik påvirker vores liv
og interview med beboer om musik. . .14



15 ÅRS JUBILÆUM

Endelig blev det dagen hvor vi, på Friskolen Helios og Botilbudet i Holsted, kunne åbne dørene for afholdelse af stedets 15-års jubilæum. Det blev samtidig også dagen for åbning af stedets efterhånden store udstilling af afrikanske skulpturer.

Vejret var med os og det store flag på parkeringspladsen var hejst. Elever, beboere, såvel som ansatte havde forud for den store dag, lagt mange timer i forberedelser, så rammerne var sat til nogle festlige timer.

Mange havde sat dagen af til at komme og fejre denne store begivenhed sammen med os. Herunder gamle elever og ansatte, nuværende samt tidligere samarbejdspartnere, pårørende, og naboer. Vi er taknemlige for jeres deltagelse.

Det vil være en dag, vi ser tilbage på med et smil på læben og en enorm taknemlighed.





Friskolen Helios lukker og slukker efter dette skoleår



Susan og Anders

Vejen Kommune har bestemt sig for at inkludere skolens elever i kommunens egne specialskoler og Friskolen kunne dermed ikke opnå et elevtal på 10 efter sommerferien.

Friskolen Helios blev 15 år gammel og kan være rigtig stolt af alle de mange resultater, skolens lærere og elever har opnået.

Der er derfor god grund til at nævne nogle af de mange gode resultater:
Fremmødeprocenten har været over 99 %.
Vi har aldrig haft problemer med elevernes fremmøde.
Eleverne har kunnet lide skolen og skolens lærere og været glade for kammeratskabet mellem eleverne.
Desuden har skolens lærere været gode til at imødegå splittelse og mobning, så hverdagen på skolen har været kendetegnet af godt skoleliv og færre konflikter.

Som en specialskole er det ikke flertallet af elever, der kan bryste sig af at klare sig igennem skolelivet med høje eksamens karakterer, men skolens lærere har satset meget på at eleverne fik de bedste resultater ved eksamen, og det er lykkedes langt hen ad vejen. Friskolen har først og fremmest været kendt som et uddannelsessted, hvor eleverne har lært god almen dannelse og hvor eleverne er blevet forberedt til et godt liv efter skolen. Samtidig har skolens lærere gennemført kravene for specialskolernes elever, så Friskolens elever har haft samme timetal og samme fagrække som i folkeskolen.

Tillykke til skolens lærere for de gode resultater, de har opnået – og tillykke til elever, forældre og rådgivere for et meget fint samarbejde, som har været en af de vigtigste årsager til Friskolens gode resultater.

Friskolen har gennem alle årene været kendt som en skole, hvor der har været plads til hver enkelt af vores særlige elever. Friskolen har været kendt for stor rummelighed, for at give mulighed for mange oplevelser, og Friskolen har været kendt for at lægge mærke til elevernes kvaliteter og har udfordret dem, så hver eneste elev har kunnet mærke, at de har udviklet sig. Når Friskolen lukker kommer der endnu mere liv på Botilbuddet i Holsted. Gamle elever og andre, der har haft tilknytning til Friskolen Helios vil derfor også fremover kunne besøge os i Skolegade i Holsted.

Vi barsler snart med vores fremtidsplaner for Botilbuddet, som giver plads til nye aktiviteter. Hvis du kender nogen, der mangler et godt Botilbud eller en plads på et godt STU projekt – så skal I bare henvende jer til Susan, som stadig vil være at finde på adressen Skolegade 3.

ALLE

Studietur i København

William

Vi splittede os op i 3 forskellige biler og drog mod Roskilde. Da vi endeligt landede i Roskilde by, så tog vi på vikingemuseet for at, høre om tiden dengang og så de udstillede vikingeskibe. Der fulgte en guide med hvilket var en god hjælp omend han var en smule kedelig. Da vi har været på vikingemuseet, kører vi videre til domkirken i Roskilde, den havde mange spændene og antikke ting, at byde på. Det var jo trods alt Harald Blåtand som grundlagde den, så der var masser af god dansk historie.

Vi tog så derefter videre ind i på strøget i selve Roskilde, hvilket var rigtigt hyggeligt. Vi kørte hen til en ægte italiensk pizzamager, hvor man kunne få italienske råvarer på sin pizza, det var rigtigt lækkert. Da vi landede på skolen så vi en kæmpe flot bygning, samt trapperne op til vores værelser på 3. sal og tænker, at det bliver dejlig god motion når den bagage skal op. Første aften går de fleste tidligt i seng, da vi er ret trætte efter kørsel og de mange gåture.

Onsdag morgen skulle vi på Experimentarium i Hellerup (Tuborg Havn) for at være helt præcis. Derefter kørte vi på Strandvejen for at, kigge de flotte huse. Vi så bl.a. hhv. Michael

Laudrup og Karsten Ree's huse. Vi var også på Bellevue Strand for at spise en is i det så absurd gode vejr. Efter det var det mod Roskilde igen, hjem til skolen for at få noget mad. Det var så den dag, vi siger godnat og hopper i seng.

Næste morgen torsdag tager vi metroen til Kgs. Nytorv, vi får set Christiansborg udefra, nogle af os var oppe i tårnet, som var 44 meter højt, mens andre fik øje på nogle af landets politikere. Vi får set Amalienborg og nogle lidt af vagtskiftet, kommer gennem Nyhavn og forbi det Kgl. Teater. Så blev tid til kanalrundfart fra Nyhavn af, hvilket var rigtigt hyggeligt, vi fik set både operahuset, den lille havfrue og Amalienborg bagfra. Efter de 2 timer skal vi spise buffet på Dalle Valle, hvilket var et overdådigt buffet måltid. Derefter tager vi i tivoli, vi har det alle helt vildt sjovt og hygger os maks.

Fredag morgen står vi op, får morgenmad og gjort rent, og så er det bare tilbage til Holsted, det er en lang køretur men vi overlevede. Det var så alt fra den København tur. Tak for en rigtig god tur.



MELLEMRIN

Et farvel til hinanden og et farvel til skolen

Lise

Så nærmer tiden sig for det sidste farvel, et farvel til vores helt fantastiske klasse, et farvel til hinanden og et farvel til skolen.



De tre elever på mellemtrinet, skal fremover gå på hver sin skole og UT som er lærer på klassen skal ligeledes starte på en helt ny skole. Vi ved alle at intet bliver som før, trygheden i at have hinanden, at kende hinandens sære og sjove sider, at have lært at give plads til forskelligheden, skal finde grobund på en ny arena.

Vi vil forhåbentlig fremover kunne overføre noget af det vi har lært, ikke kun det faglige men også det sociale. Vi vil skulle øve os i at overføre det gode fra fortiden og sætte det over i fremtiden, vi skal kunne omsætte lært og lagret viden, vi skal lytte til dem vi er sammen med og vi skal frem for alt bevare vores rummelighed. Vi har især lært at være.

Forudsætningerne for ovennævntetager tager udgangspunkt i de tre psykologiske behov som psykologerne Deci og Ryan har opstillet for, at man kan trives som menneske, nemlig behovet for at opleve selvbestemmelse, kompetence og samhørighed:

- Selvbestemmelse:

Selvbestemmelse vil sige, at man skal opleve at have medbestemmelse i sin skolegang eller at man i hvert fald kan se en mening med de krav, der stilles fra eksempelvis læreren, så man har lyst til at deltage.

- Kompetence:

Kompetence handler om at kunne forberede sig på det der skal ske, at strukturen er til stede, at kunne være nærværende og herigennem at kunne modtage læring.

Det handler om at have tid til refleksion i løbet af dagen - så man har mulighed for at reflektere over, hvad der

skete i klassen og om der er noget, man kan og måske skal gøre anderledes fremadrettet.

- Samhørighed:

Samhørighed handler om, at man har det godt med sine kammerater og lærere, at man føler sig som en del af et fællesskab. At man for ros for det man er og det man gør.

”
Vi vil forhåbentlig
fremover kunne
overføre noget af det
vi har lært, ikke kun det
faglige men også det sociale.

Vi vil altid være underlagt forskellige politikker omkring dette helt unikke område som specialskolerne er, vi må sætte vores lid til at "systemet" har styr på tingene, når de kaster vores helt unikke elever ud på meget dybt vand - UT har dog en lille tvivl om, hvorvidt "systemet" har gennemtænkt denne øvelse, men lad nu det ligge.

Tak for at vi måtte låne jeres helt unikke unge og tak for et forrygende samarbejde gennem årene.





UDSKOLING

Farvel efter et fantastisk år

Jan

Det bliver rigtig svært at sige farvel til alle vore fantastiske unge mennesker, hvoraf en del af dem har jeg været sammen med gennem alle årene, jeg haft privilegiet at være underviser her på Skolen.

Har i år haft fornøjelsen af at være sammen William, Benjamin og indtil april også Bastian. Det er en gruppe unge mænd med egne meninger, så der har været masser af dialog og vi har handlet frem og tilbage, så alle kunne få deres ønsker opfyldt.

Vi gik "rigtig" i skole til langt ind i år 2022, og da Bastian flyttede ind i eksamensklassen, flyttede vi vores mindset over på den mere praktiske undervisning med rigtig meget kommunikation. Vi har i løbet af året også arbejdet med en lang række lifeskills bl.a. privatbudgetter, hvad er et skattekort og kan jeg læse en lønseddel.

Listen af fælles oplevelse i år har været mange og kan nævne en liste så lang, her et lille udpluk....

- Sejltur med Sirocco
- OL camp i Ulfborg
- OL på Tvind
- 2 gange Brobygning
- 3 dages Sommerhustur
- Studierejse København
- Jubilæumsfest
- Debut som Rappere
- Bygget ny hønsegård

Det har været et fantastisk år og jeg vil komme til at savne drengene. Det har ofte været lange dage og oplevelser lidt udenfor konceptet, men har nydt hvert sekund og jeg tænker at vi har fået klædt drengene rigtig godt på til næste step i deres unge liv.

Tak for i år....og pøj pøj

Mit år på Friskolen Helios

Vanda

ALLE

Forandring er altid en udfordring, og da jeg ankom til Helios, uden at vide noget om stedet, personalet eller eleverne, blev jeg overvældet. "Bare tag det roligt og vær med". Det var de ord, jeg hørte mest i mine første uger her. Eleverne skulle lære mig at kende, og personalet skulle stole på mig.



Som tiden gik, gjorde jeg Helios til mit hjem, og alle, der har været sammen med mig til dagligt, har kunnet mærke det. Alle eleverne i Holsted har en særlig plads i mit hjerte (ja, jer alle!) og det gælder også personalet, der har hjulpet mig på vej. Jeg vil også med glæde huske mine dage i køkkenet, hvor jeg snittede grøntsager og hjalp med rengøringen.

Jeg er lærer, og det betyder meget for mig. Jeg håber, at den mulighed, jeg fik for at være lærer for eleverne, har været lige så betydningsfuld for dem, som det har været for mig. Uanset om det var i klasseværelset, i bilen, i spisesalen eller ude på tur, lærte jeg meget af dem alle sammen. Det er ikke nemt at være i deres sko og ofte føle sig misforstået. De gav mig et indblik i deres verden, og det er lige så lovende, som det har

været hårdt. Jeg håber, de tager imod deres udfordringer med åbne arme og viden om, at de er værdige og dygtige. Vigtigst af alt er, at det altid er ok at fejle, så længe du tager dig selv alvorlig og prøver igen, indtil det lykkes.

Helios' historie vil nu komme til en slutning, men den fortsætter i alle dem, der har gået på skolen. Hvor var jeg heldig at være i praktik på sådan en skole. Tak til jer alle for dette enestående år. Indtil vi ses igen, farvel for nu.

Kærlig hilsen

Vanda





Thileekka



Det har både været sjovt at deltage men ligeledes et minde om **fællesskab og social kontakt med sine venner** som der ses frem til at mødes hver tirsdag til gymnastik træning.

Inden denne store begivenhed har der været lokale opvisninger i Medius Holsted, til disse opvisninger blev der vist gymnastik fra forskellige hold, både aldersmæssigt samt niveau mæssigt. En "forpremiere" inden den store OL i Kolding.

OL begivenheden varede fra fredag til søndag, vi startede med at mødes fredag eftermiddag hvor vi tjekkede ind på skolen hvor vi skulle overnatte, da luftmadrasserne var pumpet og redt drog vi videre mod arenaen hvor det stod på aftenmad.

Kl. 19.30 begyndte åbningsceremonien, her blev alle hold præsenteret samt OL flaget blev hejst. Der blev holdt forskellige taler på forskellige sprog og "ild" blev tændt. Aftenen afsluttes med live band og musik hvor alle sang og dansede med.

Tidlig lørdag morgen spiste vi alle morgenmad sammen og tog afsted til arenaen, de forskellige sportsgrene var så småt begyndt at gå i gang. I mellem tiden ind gymnasterne skulle på gulvet var der mulighed for at gå rundt til de forskellige workshops fra "Healthy Athletes", der var blandt andet health promotion hvor der blev undersøgt

BMI, blodtryk og snakket om sund kost, Fun fitness hvor der blev lavet små øvelse for at måle konditions niveauet, balancen og styrken i kroppen, Special smiles hvor tænder blev tjekket og Opening Eyes hvor synet blev tjekket. Under alle workshops fik man en lille gave med for at have deltaget.

Lørdag aften bød på live musik samt 3 retters aftenmad, der var rig mulighed for at bruge dansegulvet med sine venner.

Søndag morgen spiste vi morgenmad og pakkede alle vores ting i bilerne og kørte mod arenaen hvor dagen blev afsluttet forskellige aktiviteter. Der blev krammet farvel og sagt tak for denne gang. Alt i alt en opsitiv oplevelse for vores beboer, som nyder at tage del i disse arrangementer med sine venner.





BOTILBUDET I HOLSTED

"Danmark går sammen – Alle skridt tæller"

Christina

Botilbudet i Holsted deltog i slutningen af april i den landsdækkende kampagne "Tæl skridt". En kampagne der handlede om at få mere bevægelse, socialt samvær og sundere vaner krydret med konkurrence. En kampagne der går hånd i hånd med Botilbudets fokus på sundhed og velvære.

Personalet såvel som beboere (dem der havde lyst) deltog alle i kampagnen. Dette gav mulighed for nogle gode gåture og snakke i den danske natur. Tydeligt at kampagnen også styrkede sammenholdet, og den fælles forståelse for, at der skal være plads til alle, og at alle bidrager med det de kan hver især.

Et positivt projekt, som vi helt sikkert tager del i igen på et senere tidspunkt. Afslutningsvist fik alle tildelt et diplom for deltagelse i kampagnen.



FAKTA

Tæl Skridt er en landsdækkende kampagne, der giver dig mulighed for at dyrke sammenholdet, få mere bevægelse og sjov konkurrence ind i arbejdsdagen. Kampagnen kører 4 gange årligt og er en del af Dansk Firmaidræts tiltag til at få mere bevægelse på arbejdspladsen.

Helt enkelt skal du på to uger forsøge at gå mindst 10.000 skridt om dagen. Alle kan være med. Deltag med kollegerne, familien, vennerne eller træningskammeraterne.

Kilde: taelskridt.dk

Deltagelse i det lokale "LGU-Mudrun"

Vi elsker sjove, udfordrende og sociale arrangementer på Botilbudet i Holsted. Derfor deltog to af beboerne, samt personale, i mudderbøbet der blev afholdt af LGU i Lindknud. Der var lagt op til et festligt løb med forskellige udfordringer. Udfordringer der for alvor sørgede for, at ens nyvasket træningstøj blev godt krydret med mudder, skum, halm mm.

Pulsen kom op, men de forskellige udfordringer var medvirkende til, at der ikke var så stor fokus på "hvor hårdt" det var at komme igennem banen, men derimod var der mere fokus på, hvor sjove de forskellige udfordringer var. Et rigtig godt arrangement arrangeret af de lokale fra Lindknud.

Dagen sluttede af med overrækkelse af medaljer og socialt samvær på plænen i Lindknud.



BOTILBUDET I HOLSTED

Hvordan musik påvirker vores liv

Eunjee



Musik er et fælles sprog til at forstå livet og mennesker på. Det er broen, der forbinder sindet. Selvom vi kan være fra forskellige nationaliteter, køn, aldre eller sprog, kan vi dele vores tanker og følelser i gennem musik.

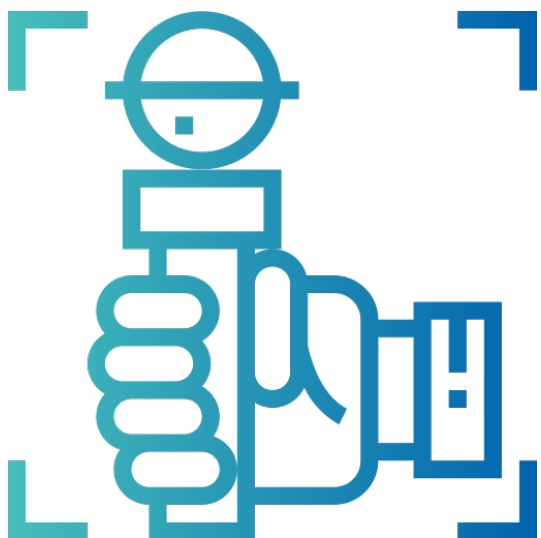
Vores beboer som elsker musik på Botilbudet I Holsted startede i år et projekt om at skabe sit eget musik og dele den med sine venner og bekendte. Dette musikprojekt handler ikke blot om at skabe rytme, men i sidste ende om at genopfinde følelserne og livshistorierne om sig selv og andre i gennem musik.

Musik har grundlæggende en positiv effekt på vores krop og sind. For det første kan musik få vores beboer til at slappe af i sindet og forbedre søvnkvaliteten, for det andet kan det hjælpe med at lindre negative følelser, såsom angst, bekymring eller irritabilitet, og for det tredje aktiverer musik hjernen og øger koncentrationen. Musik kan ligeledes hjælpe med at lindre stress.

Vores beboer har brugt musik passivt, men denne gang har han lært at bruge den aktivt på sin egen måde. Han har udviklet selvtillid ved at dele sin process med at kunne lave sit eget musik samt musikvideo, og få en følelse af at kunne dette. Han har også lært at træne sig i at udtrykke sine tanker og følelser, især i forbindelse

med optagelses samarbejdet. Da han skulle gennemgå musik stykket for at finpudse den, skulle han lytte til sin egen stemme, dette for at hører om alle ord var tydelige. Udover dette har han været i stand til at tænke over de forskellige forhold han har til sine venner, familie og ikke mindst sig selv. Han har også været i stand til at reflektere over sit eget liv.

Alt i alt har dette musikprojekt hjulpet vores beboer med at opdage hans skjulte talenter og opbygge et positivt selvværd. Musik er vores liv og et uundværligt nærvær.



Interview om liv og musik

Eunjee og Mr.T

1. Hvordan oplevede du musik for første gang?

■ **Mr.T** : Da jeg var ung i Nigiria, lå det til miljøet at lytte til africansk musik og danse til dette dagligt.

2. Hvem er din ynglings sangere?

■ **Mr.T** : Eminem og hans sange, jeg kan godt lide at han skriver tekster og laver sange om livet og om familien.

3. Hvem inspirerede dig til at lave musik?

■ **Mr.T** : Min fætter har lavet musik med sine venner. Jeg modtog musik fra min familie. Da jeg modtog dette var jeg overrasket over at normale mennesker også kan opfinde sange.

4. Hvad er dit kunsternavn? Og hvorfor lige dette?

■ **Mr.T** : Min familie kalder mig for "Mr T" fordi de elsker det og det gøre jeg også.

5. Da jeg spurgte dig om at lave musik, hvad tænkte du?

■ **Mr.T** : Jeg var overrasket og vidste ikke om jeg kunne finde ud af det, men jeg ville give det et forsøg da jeg var interreseret i ideen.

6. Hvordan er din kreative proces?

■ **Mr.T** : Jeg har 5 processer. Først tænkte jeg hvad jeg ville tale om, som det andet kom jeg med forslag til hvad jeg havde tænkt over. Igennem musik kan vi tale om livsstil, menneske ret osv. Som det tredje skulle jeg vælge hvordan rytmen skulle være. Som det fjerde skulle jeg optage musikken for at kunne gennemgå den. Og det sidste var at optage musikvideoen.

7. Hvad har været det sværeste?

■ **Mr.T** : Det sværeste har været at skulle tænke over hvilket emne jeg skulle vælge.

8. Hvilket råd kan du give til en som ønsker at lave musik?

■ **Mr.T** : Man skal kunne føle det, og prøve at give det en chance. Alt i alt skal man nyde det og have det sjovt imens man gøre det.

9. Hvem vil du mest samarbejde med?

■ **Mr.T** : Casper som er min ældste og bedste ven.

10. Hvilken besked vil du give til dine fans?

■ **Mr.T** : Jeg håber mine fans kan lide og nyder min musik.

11. Hvornår vil du optræde foran publikum?

■ **Mr.T** : Jeg har planer om at lave en ny sang til efterårs koncert 2022.

12. Hvad er din drøm med musik?

■ **Mr.T** : Jeg vil fortsætte med at producere musik, og jeg håber alle vil kunne lide mine sange. Jeg vil gerne have det sjovt.





HELIOS NYT | SOMMER 2022

Skolegade 3, 6670 Holsted

Botilbudet i Holsted | 20 20 10 45 | susan@botilbudet-holsted.dk | www.botilbudet-holsted.dk
STU Holsted | 20 20 10 45 | susan@botilbudet-holsted.dk | www.stu-holsted.dk