



Tryggheim VGS på Jæren



UTDANNINGSPROGRAM



Innhold

Oversikt over utdanningsprogram.....	2
Rektor har ordet.....	3
UTDANNINGSPROGRAM	
Studiespesialisering – På veg mot høgare utdanning.....	4
Elektro og datateknologi – Med straum og spenning i skulekvardagen	6
Helse- og oppvekstfag – Å arbeida med menneske	8
Bygg- og anleggsteknikk – Her utføres godt håndverk som skal vare lenge	10
Valgfrie programfag: Breddeidrett, Entreprenørskap og bedriftsutvikling, Informasjonsteknologi	
Tilrettelagt avdeling med ungdomsbedrift – Triveleg arbeidstrening og tverrfagleg læring	14
Internat og fritid	15
Skoleturer - læring, fellesskap og mye moro	18
Hva skjer på Nærbø?	19

Internatlivet s. 15



Skoleturer s. 18



Fritidstilbod s. 17



Rektor har ordet

På Tryggheim vgs er enkeltmennesket viktig. Vi ønskjer at alle elevar, uansett ståstad, kristen eller ikkje-kristen og med forskjellige syn, skal kjenne seg respektert og akseptert.

Gjermund Viste // Rektor

Vi har om lag 530 elevar. Ca. 210 av desse bur på internatet. Vi gleder oss over tilbakemeldingar om god trivsel, om nye vennskap og om verdfulle skuleturar med samansveising på tvers av utdanningsprogram. Det er kjekt å sjå elevar som blomstrar og fortel om lærarar som ser den enkelte. På fritida er det stor glede over miljøteamet og Tryggheimrussen som er positive miljøskaparar.

Det er flott å sjå at det kristne arbeidet ber frukter. Gjennom læring og danning får vi vere med på å spreie vårt verdigrunnlag, skape gode haldningar og gode verdiar, og påverke med respekt.

Heilt sidan 1919 har elevane kome til Tryggheim med ein identitet, med si historie og sin bagasje. Den danske filosofen Løgstrup har sagt: «Den enkelte har aldri med et andet menneske at gøre uden at han holder noget af dets liv i sin hånd.» Det er eit stort ansvar, som vi tar på alvor på Tryggheim.

I vårt elevsyn ønskjer vi å møte alle med omsorg, respekt og positive forventningar. Vi vil møte elevane der dei er og legge til rette for læring og meistring for den enkelte. Vi ser eleven som skapt og elska av Gud.

I dette skulemagasinet får du vite litt meir om skulen vår, bl.a. om utdanningsprogram, internatliv og fritidsaktivitetar.

Tryggheim er, som en av de første skolene i landet, sertifisert som «Dysleksivennlig skole». Vi arbeider hele tiden for å fjerne hindre for læring, og for at alle elever skal få vist sin kompetanse – ut fra sine forutsetninger. **Og, det som er bra for noen, er bra for alle!**





På veg mot høgare utdanning

Samuel og Amalie har valt studiespesialisering fordi dei vil ta høgare utdanning.

Samuel Kro, Hovsherad:
«Eg merker at lærarane bryr seg litt meir om deg.»

- Viss ein har lyst på høgare utdanning, men ikkje er heilt sikker på kva ein skal velja, ja, då er det studiespesialisering som blir valet.

Det meiner **Samuel Kro** frå Hovsherad. Han valde IT som programfag på Vg1 og ser for seg ei ingeniørutdanning seinare.

Amalie Lindland frå Vigrestad ynskjer å arbeida med menneske og helse, og vil bruka studiespesialisering som springbrett for høgare utdanning.
– Det var det programområdet på Tryggheim som høvde best for meg. Det verka også freistande at me på Vg2 og Vg3 kan velja litt fag sjølv, som realfag, psykologi, sosiologi, engelsk og entreprenørskap, fortel ho som sjølv har valt realfag.

Skule er gøy

Kva synest de om undervisninga og lærarane?

- Eg merker at lærarane ser deg litt meir enn eg var van med frå ungdomsskulen, seier Samuel. Her på Tryggheim er lærarane på og bryr seg om deg.

Amalie synest skule er gøy.

– Me har variert undervisning med eksperiment og gruppearbeid. Det er fleire nye fag samanlikna med ungdomsskulen, for eksempel geografi og kristendom og gjerne programfag på Vg1. I kristendomsfaget lærer me ikkje berre kva som står i Bibelen, men kva Bibelen faktisk betyr i dag. Det kan vera fint om ein er usikker på kva ein trur.

- Kristendomsfaget er ikkje eit fag ein må jobba veldig mykje med, men det er greie timar der ein får snakka om og diskutert mykje forskjellig, legg Samuel til.

Tilrå studiespesialisering

Begge vil tilrå andre ungdommar å søkja seg til studiespesialisering på Tryggheim.

- Ja, 100 %, seier Amalie, i alle fall viss du er «keen» på skule. Det kan nok bli litt tungt om du er lei dei teoretiske faga frå ungdomsskulen. Samuel er einig.

– Eg vil anbefala det fordi eg synest det er kjekt og gøy, me er ein motivert gjeng, og lærarane ser oss.

Utdanningsprogram: Studiespesialisering



Studiespesialisering

Elevtal: Godkjent for 270 fordelt på Vg1, Vg2 og Vg3

Etter Vg3 kan elevar få generell eller spesiell studiekompetanse

Elevar kan velje desse programfaga:

Realfag:

- Biologi
- Fysikk
- Informasjonsteknologi
- Kjemi
- R-matte

Språk, samfunn og økonomi:

- Engelsk
- Entreprenørskap og bedriftsutvikling
- Politikk og menneskerettar
- Psykologi
- Rettslære
- R-matte
- Sosialkunnskap
- Sosiologi og sosialantropologi

Idrettsfag:

- Breiddeidrett

Påbygging til generell studiekompetanse

Elevtal: Godkjent for 60 elevar

Etter Vg2 yrkesfag kan du velja å ta eit tredje skuleår for å få generell studiekompetanse



Amalie Lindland, Vigrestad:
«Me har ganske variert undervisning og mykje fokus på det sosiale, og det synest eg er veldig gøy.»



Sem Ueland, Klepp:
«Tryggheim tilbyr mange gode opplegg på fritida. Det er ein attraktiv plass å gå på skule.»



Med straum og spenning i skulekvardagen

Sara og Sem likar kombinasjonen av teori og praksis som dei får på elektro og datateknologi.

Sem Ueland frå Klepp hadde lenge hatt interesse for elektronikk og programmering. Då han i 9. klasse hospiterte på elektroavdelinga ved Tryggheim, følte han seg sikker på kva slags utdanningsprogram og skule han skulle velje.

- Då vi begynte å kople og programmere på hospiteringsdagen, blei eg overtydd, seier Sem om valet av utdanningsprogram. Etter Vg1 elektro og datateknologi valde han programområdet elenergi og ekom.

Skulekvardagen på elektroavdelinga inneheld både teori og praksis. I løpet av det andre året til elektrolevane, er dei utplasserte i bedrifter. Sem har arbeidd hos elektroinstallatørar.

- Når vi er utplasserte, får vi bruke teorien i praksis. Det gir god læring, seier han.

Teknologi-interessert

Sara Torgersen frå Flekkefjord går Vg1 elektro og datateknologi. Ho bestemte seg då ho deltok på den tradisjonsrike besøkshelga, der 10.-klassingar får innblikk i skule- og fritidslivet på Tryggheim frå fredag til laurdag ei helg i januar.

- Eg blei tatt imot på ein veldig god måte av alle eg møtte og syntest at

elektro var utdanningsprogrammet som høyrdest gøyast ut. Frå før var eg interessert i teknologi. Eg hadde mellom anna teknologiske valfag då eg gjekk på ungdomsskulen, seier internateleven frå Agder.

Sara likar å bu på same område som ho går på skule.

- Du har alltid nokon å vere med på fritida. Det er veldig godt samhold mellom elevar både i skuletida og på ettermiddagen, seier ho.

Tilbod etter skuletid

Sem får toget til å stoppe så nærme skulen (Nærbø stasjon, red. mrk.) at han lever godt med å sove heime.

- Å reise med tog er inga ulempe. Svært mange Tryggheim-elevar brukar denne reisemåten til skulen. Du møter andre på stasjonen, det er sosialt, og du kan snakke med både elevar og lærarar på spaserturen frå toget til skulen, seier han.

- Korleis merkar du at du er elev på ein internatskule?
 - Ved at Tryggheim har mange tilbod etter skuletid som alle kan delta på. Det finst kristne møte og mange sosiale aktivitetar, svarer han.

Utdanningsprogram: Elektro og datateknologi

Både Sara og Sem har tenkt å ta fagbrev etter tida på elektroavdelinga. Sara ønsker å gå ut i lære som elektrisk

eller energimontør, mens Sem vil bli elektrisk og ønsker å ta installasjonspapir etter kvart.



Elektro og datateknologi

Elevtal: Godkjent for 65 fordelt på Vg1 og Vg2

Programområde: Vg1 elektro og datateknologi
 Vg2 elenergi og ekom
 Vg2 datateknologi og elektronikk

Praksis: Utplassing i bedrift om hausten og våren

Læretid etter Vg2: To og eit halvt år i bedrift

Etter Vg2 elenergi og ekom kan du ta fagbrev som

- Elektrisk
- Elektroreparatør
- Energimontør
- Energioperatør
- Heismontør
- Signalmontør
- Tavlemontør
- Telekommunikasjonsmontør
- Togelektrisk
- Viklar

Etter Vg2 datateknologi og elektronikk kan du ta fagbrev som

- Optronisk
- Produksjonselektronisk
- Telekommunikasjonsmontør



Sara Torgersen, Flekkefjord:
«Eg set pris på at du får bli kjent med elevar frå ulike plassar i landet.»



Å arbeida med menneske



Elise og Kristine går Vg1 helse og oppvekstfag. Dei trivst godt med både medelevar, lærarar og fag.

Elise Stene, Hauge i Dalane:

«Fire timar i veka med Mat og helse er både kjekt og nyttig.»

Elise Stene frå Hauge i Dalane bur på internatet på Tryggheim. Då ho byrja på helse- og oppvekstfag, fekk ho større interesse for skule, og høgare karakterar.

- Eg har alltid vore interessert i å jobba med folk. Eg likar spesielt godt at me har så mange praktiske fag, for eksempel 'Anatomi og fysiologi', læra om kroppen og korleis den fungerer. I tillegg har me heile fire timar i veka med 'Mat og helse', som er både kjekt og nyttig.

Lærarik praksis

Elevane på HO har tre veker praksis på Vg1, fordelt på ei veke på hausten og to veker etter jul. Slik kan dei testa ut både barne- og ungdomsarbeidarfaget og helsearbeidarfaget, som dei kan velja mellom på Vg2.

Kristine Steinskog frå Bryne

har brukt praksisperiodane til å bestemma seg for Vg2 barne- og ungdomsarbeidarfag. - Eg hadde egentleg tenkt helsearbeidarfag, sidan systema mi treivst veldig godt med det, men etter praksis både på sjukeheim og

i barnehage fann eg ut at eg likte meg aller best i barnehage. Eg følte at det kom naturleg for meg. Eg har småsysken og har vore turntrenar for ungar, og fann ut at det passar meg.

Elise, derimot, er ikkje i tvil om at det blir Vg2 helsearbeidarfag, og ho har planane klare for vidare utdanning.

- Eg har alltid vore sikker på at eg vil jobba i helsesektoren, difor hadde eg begge praksisperiodane på sjukeheim, fyrst heime på Haua, sist her på Nærbo. No har eg jobb som ringevikar på Hå sjukeheim. Eg vil bli ambulansearbeidar, så det blir anten Vg2 ambulansearbeidarfag i Trondheim, eller helsearbeidarfag her på Tryggheim, og i så fall paramedisin etterpå.

Godt skulemiljø

Elise skryter av klasse miljøet, lærarar og medelevar, både heimebuarar og internatbuarar. - Eg trivst veldig godt på internatet. Eg er ein sosial person, og likar å vera med folk. Det er veldig greie folk her, og me er også mykje med heimebuarane. Alle her har lyst til å

Utdanningsprogram: Helse- og oppvekstfag

bli kjente med kvarandre, då blir det godt miljø. Lærarane er òg veldig greie, det merkar alle. Dei bryr seg om oss som menneske, at me får til vårt beste, også på skulen. Det er lett å spørja om hjelp.

Kristine, som er heimebuar, er heilt einig.

- Me har veldig gode lærarar, så eg trivst godt både med dei og med medelevarane mine. Innimellom misunnar eg litt dei som bur på internatet, men eg er med på mange ting på skulen også på fritida, for eksempel på torsdagsmøta.



Helse- og oppvekstfag

Elevtal: Godkjent for 125 fordelt på Vg1 og Vg2

Programområde: Vg1 helse- og oppvekstfag
Vg2 helsearbeidarfag
Vg2 barne- og ungdomsarbeidarfag

Læretid etter Vg2: To år i helseinstitusjon, barnehage og/eller skule

Moglege fagbrev

Etter Vg2 helsefagarbeidar kan du ta fagbrev som

- Helsefagarbeidar
- Portør

Etter Vg2 barne- og ungdomsarbeidarfag kan du ta fagbrev som

- Barne- og ungdomsarbeidar



Kristine Steinskog, Bryne:

«Eg trivst godt med både elevane og lærarar. Me har veldig gode lærarar.»



Her utføres godt håndverk som skal vare lenge

Maria og Markus valgte bygg- og anleggsteknikk fordi de ville gjøre noe praktisk.

Markus Urstad, 2TØ:

«Hvis du vil holde på med mye variert og spennende og ha et par år der du får kose deg på skolen og kjenne på ekte vennskap, da skal du velge bygg- og anleggsteknikk på Tryggheim!»



Maria Oltedal fra Brusand er en av to jenter i tømrerklassen sin i år. - Det kunne godt vært flere jenter, men vi trives veldig godt, og har blitt en fin gjeng uansett.

Verken hun eller klassevenninnen Ida har merket noen forskjellsbehandling, i alle fall ikke negativt. Maria ville ha et utdanningsprogram der hun kunne få gjøre noe praktisk, og syntes byggfag var det mest spennende. - Vi lærer mye selv om vi ikke er i klasserommet, og vi har et veldig godt miljø i klassen.

Om hun vil velge et yrke der hun får bruk for det hun lærer i byggfag, er hun litt usikker på.

- Jeg skal uansett ta påbygg for å få studiekompetanse, men det kan godt hende jeg ender opp i et yrke som har med bygningsarbeid å gjøre.

Markus Urstad fra Bryne var usikker på hvilken studieretning han skulle velge, men landet til slutt på byggfag. Han angrer ikke på valget. - Jeg var litt lei av skolebenken, og hadde lyst til å gjøre noe nytt.

Jeg hadde først planlagt at jeg skulle fortsette på påbygg og få et litt annerledes studieløp, men så ble dette så mye kjekkere enn jeg hadde tenkt, så nå blir det ut i lære. Her får vi prøve mye forskjellig som vi vil få bruk for i fremtiden.

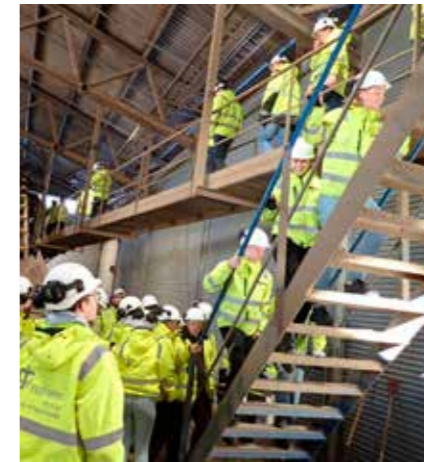
Markus trekker videre frem det gode miljøet i klassen og på skolen. - Jeg har fått mange gode kompisar. Vi har et godt miljø, vi kan tulle og tøyse og fortsatt lære mye. Og på fritiden er det også mye som skjer på skolen som alle kan være med på, selv vi som ikke bor på internatet!

Utplassering på byggeprosjekter
Byggfagelevne er ofte utplassert på forskjellige byggeprosjekter. De har f.eks. bygget garasjer og skiftet vinduer for privatpersoner, og satt opp boder og brakker for ulike firma. I tillegg har de nylig bygget sin egen undervisningshall på skolen i to etasjer med både verkstedhall og klasserom. - Det er ikke sånn at vi bare river ned igjen det vi bygger. I år er det ingenting vi bygger som ikke skal stå, forklarer Markus.

Utdanningsprogram: Bygg- og anleggsteknikk

Ungdomsbedrift

Markus og Maria er også med i hver sin ungdomsbedrift som en del av opplæringen. Bedriften til Markus lager skjærefølger for salg, og Marias bedrift lager mye forskjellig, akkurat nå er det bordbrikker, og snart skal de i gang med å lage bord. - Det er gode penger i skjærefølger, kan Markus fortelle, og vi har solgt en del allerede.



Bygg- og anleggsteknikk

Elevtal: Godkjent for 85 elever fordelt på Vg1 og Vg2

Programområder: Vg1 bygg- og anleggsteknikk
Vg2 anleggsteknikk
Vg2 tømrer

Praksis: Utplassering i bedrift om høsten og våren

Læretid etter Vg2: To år i bedrift

Etter Vg2 Anleggsteknikk kan du ta fagbrev som

- Anleggsmaskinfører
- Anleggsrørlegger
- Asfaltør
- Banemontør
- Brønnborer fastland
- Fjell- og bergverksarbeider
- Vei- og anleggsgarbeider
- Veidrift- og vedlikeholdsarbeider

Etter Vg2 Tømrer kan du ta fagbrev som tømrer



Maria Oltedal, 2TØ:

«Vi lærer noe hele tiden, også når vi ikke er i klasserommet, og vi har blitt en veldig fin og sammensveiset gjeng.»



Litt ekstra energi i hverdagen



Elisabet R. Sæbø og Magnus Mellemstrand, 1ST:

«Vi lærer mange forskjellige idrettsgrener - på et høyt nivå!»

Elisabeth og Magnus har valgt breddeidrett som programfag på Vg1 studiespesialisering. Det betyr at de har fem ekstra timer per uke, men også at de kan ha færre timer neste skoleår hvis de vil.

Elisabet Rydland Sæbø fra Fitjar bor på internatet, er aktiv håndballspiller og trener håndball i Nærbø IL på fritiden - opptil seks kvelder i uken. - Breddeidrett er veldig gøy! Vi har alle typer idrett, så du kan få vist hva du kan i de idrettene du liker best. I tillegg får du hele tiden mulighet til å forbedre deg på det du ikke er så god i. Alle som er der, elsker idrett, og dermed får vi et litt annet nivå enn i vanlig gym.

Hun forteller at de på bare et halvt år har vært innom både volleyball, fotball, innebandy og basket. Snart blir det ishockey, og så – Elisabets favorittidrett – håndball! - Innimellom gjør vi litt andre ting også, som f.eks. da vi var på surfekurs med instruktør i høst. Det var kjempegøy, jeg hadde aldri

prøvd surfing før, men gjør det gjerne igjen!

Magnus Mellemstrand fra Klepp har vært innom de fleste idretter, og liker generelt å være i aktivitet. - Jeg er veldig glad i sport, så breddeidrett valgfag er midt i blinken for meg. Siden alle som har valgt faget, liker idrett, blir det et høyt nivå. Vi lærer hver idrett skikkelig, fra grunnen av, så det blir som en form for fordypning. Timene med breddeidrett gir en ekstra «boost» i hverdagen.

Både Magnus og Elisabet trekker frem at de i tillegg blir godt kjent på tvers av klasser og årskull, siden dette er et tilbud til både Vg1-, Vg2- og Vg3-elever. Dette synes de er veldig positivt.



Entreprenørskap og bedriftsutvikling 1



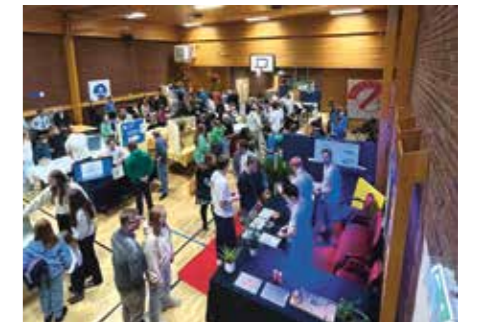
Thea Nåden fra Stavanger går Vg1 studiespesialisering og tar entreprenørskapsfaget. Ho er leiar for ungdomsbedrifta Alfa UB som sel tekstilar med vinyltrykk med kristen bodskap. - Med EBU får eg ein variert skuledag, ikkje berre pugge- og teorifag. I tillegg får eg litt større valfridom i Vg2 og Vg3. Det beste med faget er stor fridom og stor variasjon; idémyldring, planlegging, skriving og praktisk arbeid i ungdomsbedrifta, marknadsføring og sal.

Faget er det mest praktiske programfaget og brukar ungdomsbedrift som læringsmetode. Det tyder kort sagt at

elevane skal starte, drive og legge ned si eiga bedrift i løpet av skuleåret. Fire til seks elevar går saman i grupper basert på litt forarbeid og samtale med lærar. Saman set gruppene i gang kreative prosessar og kjem opp med ein forretningsidé som bedrifta tilbyr verda som sitt produkt eller teneste. Kvar elev har ei bestemt rolle i bedrifta si, så som dagleg leiar, økonomiansvarleg, marknadsansvarleg osv., etter kva ein er mest interessert i og kor behovet er størst.

Kvar bedrift kan omsetje for kr 140.000, og gjennom året deltek ein i konkurransar og møter ekspertpanel som kjem med tips,

innspel og premiar. I mars møtest alle bedriftene i Stavanger til konkurransen Fylkesmeisterskap for ungdomsbedrifter, med stor stemning og høgt spenningsnivå, ikkje minst fordi alle 16 konkurransane har pengepremiar og at ein her kan vinne NM-billetter.



Informasjonsteknologi



Filip Sakseid fra Bjerkreim valde å gå Vg1 studiespesialisering på Tryggheim fordi han fekk ta realfaget informasjonsteknologi (IT) som ein del av skulekvardagen.

- Før eg starta på vidaregåande såg eg for meg å arbeide innan IT. Eg vurderte å gå IT-linje etter ungdomsskulen, men då eg hospiterte på Tryggheim mens eg gjekk i 10. klasse, oppdaga eg at

det gjekk an å få 5 timar med IT på Vg1 studiespesialisering. Då eg hørde at faget mellom anna innebar programmering, tenkte eg at det kom til å passe meg, seier han.

Sjølv om faget inneber at Filip har 5 timar ekstra på timeplanen, likar han å lære meir om interessefeltet sitt.

- Det er eit fag eg gler meg spesielt til. Eg har blitt meir overtydd om at IT er vegen eg skal gå. Eg føler at eg får det til, seier han.

Faget informasjonsteknologi handlar om å forstå og utvikle informasjonssystem.





Tilrettelagt avdeling med ungdomsbedrift

Triveleg arbeidstrening og tverrfagleg læring



Elevane på Tilrettelagt avdeling (TA) har musikk, bading og fellesfag som gym, kristendom, matematikk, norsk og engelsk. Somme år følger elevane programfaga på eit utdanningsprogram, men dette blir individuelt tilpassa.



TA har fått sitt eige lille koselege hus dedikert til arbeidstrening. Her er trivselen skyhøg og utstyrsnivået er ganske så bra. Huset heiter Kveikheim Mangesysleri, og her samarbeider elevane om å lage fine ting i tre, skinn og tekstil.



Vi bruker ungdomsbedrift som metode i arbeidstreninga, og då får elevane vere med på fleire sider av produksjonslivet. Pussing og overflatebehandling av tre, vinyltrykk på T-skjorter og laserskriving på treskilt er gode aktivitetar for oppøving av finmotorikk og materialkunnskap.

Ein av favorittaktivitetane som også trimmar den sosiale finmotorikken, er å selje. Det er alltid gøy med kundekontakt, og stas når varene fell i smak. Rett som det er får vi besøk av kundar som vil bestille noko med bestemte mål, fargar eller mønster. Då er det viktig å notere alt korrekt, så ikkje kunden får feil vare. Her er rik anledning til tverrfagleg læring og difor stor fare for at arbeidsdagen liknar sjølvaste livet - berre litt gøyare.



Internat og fritid

- Mykje folk å vera med

Elias, Vetle og Aline trivst godt på internatet på Tryggheim der dei bur i lag med om lag 200 andre ungdommar.

- Det er veldig kjekt her, og mykje folk å vera med heile tida, fortel **Elias Gundersen** frå Suldal.

Aline Mjølhus frå Veia kjente nesten ingen då ho kom til skulen, no har ho mange vener her.

- Det er alltid folk som vil finna på noko her. Me finn på mykje løye, som å laga mat, gå på butikken, ha snøballkrig og aka. Eg er med i ei bibelgruppe. Det likar eg godt



Elias Gundersen, Suldal:
«Det er gode treningsforhold her. Eg spelar ein del fotball og trener litt.»

for me snakkar i lag og lagar mat. Russemøta er jysla kjekke, og då reiser me alltid på McDonalds etterpå. Eg saknar ingen ting her på Tryggheim.

Vetle Leversen Larsen frå Ålgård vart trekt mot Jæren av avløyserjobben på Bryne, kompisane og at han var litt lei av heimbygda.

- Om kveldane er me gjerne i lag fleire folk på eit rom og spelar eller ser på film og sånt. Å bu på internat er veldig sosialt. Men du bestemmer sjølv: Vil du ha det sosialt, så blir det sosialt. Viss du ikkje vil, treng du ikkje vera med på noko.



Aline Mjølhus, Veia:
«Liga og nattcup var jysla kjekt!»



I starten vart det nok litt seine kveldar når alle ville bli kjende, men det går seg til etter kvart, og me kjem inn i rutineane.

Kva er det beste med internatet?

- Det er jo eigentleg maten. Den er fantastisk og blir servert tre gongar til dagen: morgon, middag og kveld, fortel Vetle.

Elias skryter også av dei som arbeider på internatet.

- Vigdis (internatleiar), knallkjempe hu. Henne kan me spørja om alt! Reiser me til internatet på Tryggheim, slepp me å fara på hybel.
- Eg kan stå opp fem-ti minutt før skulen startar og berre gå rett ut døra. Det er ein draum, meiner Vetle.
- Internat er veldig verdt det. Ei god og kjekk ungdomstid, konkluderer Elias.

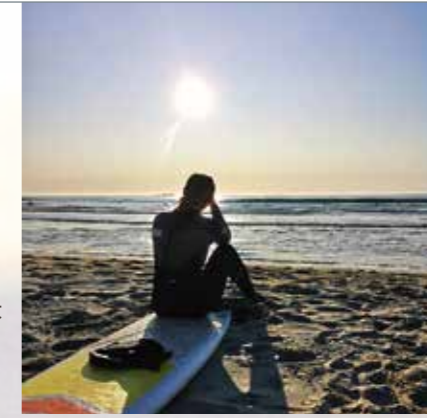


Fritidsaktivitetar

Ungdomsleiaren og miljøarbeidarane er med på å skapa eit godt miljø på fritida. Det finst mange aktivitetar du kan vera med på, blant anna:

- Biljard
- Bordtennis
- Strikke-, sy- og hobbykafé
- Spill & dill
- Digital-sløyd
- Spel, quiz og konkurransar
- Bibelgrupper
- Bibellesing
- Møte
- Leksehjelp
- Bokkafé
- Jentekveld
- Gutekveld
- Liga
- Nattcup
- Frisbeegolf
- Tryggheim Oscars
- Grip mikrofonen
- Matlagingsgruppe
- Mekking
- KRIK
- Zalofotball
- FPL
- Eldrebingo
- Kanotur
- Surfkurs
- Friluftsturar

I tillegg kan du bruka daglegstova, lesesalen, studieverkstaden, biblioteket, gymsalen, styrkerommet, ballbingen, bulderveggen og sandvolleyballbanen. Tryggheim er også nabo til Nærbø IL.



Internatet

På Tryggheim bur om lag 200 av elevane på internatet. Dei fleste bur på einerom med eige bad, eller på dublett, dvs. to elevar på kvart sitt rom med felles bad. Nokre få bur på dobbeltrom. Kvar av dei sju internatbygningane er delt opp i fløyer, og dei fleste har ei felles stove med kjøkkenkrok der elevane kan samlast på fritida. I tillegg er det vaskerom med vaskemaskin og tørketrommel på kvar fløy.

Frukost, middag og kveldsmat blir servert i matsalen i hovudbygget. I lunsjen kan du eta matpakken eller kjøpa mat i kantina. Sitjegruppene i kantina er også ein koseleg plass å opphalda seg i fritida.

Kvar morgon går internatarbeidarane rundt i internatet for å sjå om nokon har blitt sjuke eller treng hjelp til eit eller anna.



Vetle Leversen Larsen, Ålgård:
«Internat er veldig sosialt, men du kan bestemmasjølvså bli det sosialt. Viss du vil ha det sosialt, så blir det sosialt. Viss du ikkje vil, treng du ikkje vera med på noko.»

Skoleturer - læring, fellesskap og mye moro

I tillegg til korte turer med faglig innhold for enkelte klasser og fag, arrangerer Tryggheim vgs. hvert år en større tur der alle elevene på samme trinn får tilbud om å være med.



Skoleturer

Vg1 - Leirskole til Tonstadli i Sirdal

I februar/mars reiser Vg1-elevene fra alle de fire studieretningene til fjells. I fire dager koser vi oss med snø og skisport, pølser og vafler på bål, trivelige kvelder med litt alvor og masse moro, og mye god mat. Vi lærer bl.a. om fjellvett og riktige vinterklær – og ingen behøver å være gode på ski fra før, hverken i langrennssporet eller i bakken. Faktisk trenger du ikke å ha hatt ski på beina i det hele tatt for å ha det kjekt på leirskolen på Tonstadli!



Vg2 - Utenlandstur til Europa

I september reiser Vg2-elevene på en utenlandstur, der ett av formålene er å lære mer om 2. verdenskrig og holocaust. I tillegg blir vi kjent med andre kulturer og levemåter – og, ikke minst, vi blir enda bedre kjent med hverandre! Europaturen skal gi elevene mulighet til å se og oppleve Europas historie og nåtid gjennom å besøke steder og minnesmerker etter 2. verdenskrig. Vi vil også besøke byer som har hatt betydning i Europas historie, og som i dag fremstår som moderne storbyer, og vi ser på utfordringer Europa har i dag.



Vg3 - Oslotur

En gang i løpet av høsten reiser 3.-klassingene på en firedagers busstur til hovedstaden. Elevene deles i mindre grupper, som regel basert på studieretningsfag og interesser, og reiser rundt i Oslo og omegn på små ekskursjoner. Noen besøker Stortinget og NRK, noen 22. juli-senteret, politihøyskolen og forskjellige bedrifter og museer. Det hender vi får med oss en tv-innspilling som publikum i NRK en kveld, og uansett er dette en veldig sosial og sammensveisende tur for den kommende russen.



Hva skjer på Nærbø?

Hva skjer på Nærbø?

Nærbø ligger i Hå kommune i Rogaland, og har ca. 7.300 innbyggere – det vil si at når Tryggheim fyller opp internatet om høsten, stiger folketallet til ca. 7.500. Med togstasjon i sentrum, i gangavstand fra Tryggheim, er Nærbø en sentral plass på Jæren. Her kan du komme deg nordover til Stavanger og sørover til Egersund med lokaltoget i løpet av en drøy halvtime. Men det er nok å finne på rundt omkring på Nærbø også. Her er noen tips:

Idrett

Like ved Tryggheim ligger det flotte idrettsanlegget Loen, med blant annet utendørs fotballbane, innendørs ishall og curlingbane, flerbrukshaller og treningsrom. Et 25 m svømmebasseng er åpent for offentlig bading tre dager i uken. Tryggheim er medeier i Loen, og det aller meste av undervisningen i kroppsøving og breddeidrett foregår her.

I sentrum kan du i tillegg trene på Jæren sportssenter, og bade i Stampen - et 12,5 m terapibasseng med boblebad.

Kirke og bedehus

Nærbø kirke har et stort barne- og ungdomsarbeid, og Tryggheimeliver engasjerer seg ofte som medhjelpere i barnearbeidet og blir med i ungdomsklubben Reload.

På Nærbø bedehus er mange Tryggheimeliver aktive i Nærbø kristelige ungdomslag (NKUL). I pinsemenigheten Betel kan man engasjere seg i ungdomsklubben Alive.

Friluftsområder

Jæren kan tilby helt unike naturopplevelser for enhver smak. Her er det masse turterreng som innbyr til både gå- og joggeturer, og en kort kjøretur unna ligger sjøen med gode forhold for både surfing og bading – spesielt hvis man ikke er avhengig av minst 20 grader i vannet.

Musikk

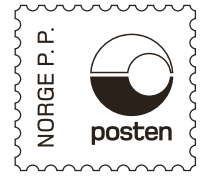
Har du spilt i skolekorps og synes det er synd å måtte legge kornetten eller tubaen på hylla? Fortvil ikke! I Nærbø skulekorps er det god plass, også til musikanter som har bikket 16.

Shopping

Nærbø har to mindre kjøpesentre, i tillegg til en rekke butikker rundt omkring. Ellers ligger det største kjøpesenteret på Jæren sør for Sandnes bare noen minutters togtur unna. På M44 på Bryne kan du boltre deg i mer enn 60 butikker, i tillegg til dem du finner i Bryne sentrum.



Returadresse:
Tryggheimhelsing
Tryggheimveien 13
4365 Nærbø



Sees vi på Tryggheim til høsten?

Følg oss her:



Facebook



Instagram



QR-kode?
Bruk mobil-
kamera, app
eller nettside.



Tryggheimvegen 13, 4365 Nærbø
vgs.tryggheim.no

