

Praktiske oplysninger om skoleåret 2026-27

BLIV EN DEL AF NOGET STORT
- TAG PÅ GUDENAADALENS EFTERSKOLE



GUDENAADALENS
EFTERSKOLE

Praktiske oplysninger skoleåret 2026-27

Skolens adresse

Gudenaadalens Efterskole

Hovedgaden 2

8860 Ulstrup

Telefon: 8646 3133

Tilsynstelefon: 2475 5203

E-mail: info@gudenaadalen.dk

Hjemmeside: www.gudenaadalen.dk

Facebook: www.facebook.com/Gudenaadalens.efterskole

Instagram: #gudenaadalensefterskole, #gudenaadalen

Snapchat: Gudenaadalens

Skolens kontor

Skolens kontor har åbent hverdage kl. 8³⁰ - 15⁰⁰.

Kontaktoplysninger på skolens personale kan findes på skolens Intrasystem (Viggo) eller på skolens hjemmeside.

En hverdag

En skoledag på Gudenaadalens Efterskole kan i skoleåret 2026-27 se sådan ud:

7 ²⁰	Morgentur
7 ³⁰	Morgenmad
7 ⁵⁵	Værelsestjek
8 ¹⁰	Morgensang i foredragssalen
8 ³⁰	Undervisning
	Formiddagspause – formiddagsservering i spisesalen
	Undervisning
12 ¹⁰	Middag og pause
13 ⁰⁰	Undervisning
	Eftermiddagspause – eftermiddagsservering i spisesalen
	Undervisning
17 ⁰⁵	Mobilskabet sættes frem
17 ¹⁵	Rengøring på skolen
17 ⁴⁵	Aftensmad
18 ³⁰	Stilletime – ro og mulighed for lektielæsning og lektiecafé/rengøring
19 ⁴⁵	Telefonskabet lukker
21 ³⁰	Aftensamling
21 ⁵⁰	Alle er på egne gange/sektioner – rengøring på skolen
22 ⁰⁰	På egne værelser
22 ¹⁵	Vandret i egen seng – lærerne siger godnat til eleverne.
22 ⁴⁵	Lyset skal være slukket. Computeren skal være slukket.

Hovedregler

Der findes 5 hovedregler, som vi forventer, du overholder:

1. Vi forventer en god opførsel af dig - du skal behandle andre, som du gerne selv vil behandles.
2. Dreng og pige må kun besøge hinanden på værelserne på de af skolen fastsatte tidspunkter.
3. Du har mødepligt til timer og måltider.
4. Skolen er røgfri. Det gælder både almindelig tobak, snus og e-cigaretter.
5. Det er forbudt at medbringe og indtage øl, spiritus og euforiserende stoffer.

Overtrædelse af hovedreglerne kan medføre bortvisning.

Nyttige oplysninger om skoleåret

Affaldssortering

Det forventes, at du sorterer dit affald efter gældende regler i skolens sorteringssystem.

Aktiviteter uden for skolen

Det at være på efterskole betyder også, at du deltager aktivt i de arrangementer og aktiviteter, der foregår på skolen. På den måde er du med til at skabe og bidrage til det fællesskab, som er vigtigt for efterskoleholdet. Da vi bor og lever i et lille bysamfund, er vi også åbne overfor, at du deltager i det lokale foreningsliv. Du kan også i et vist omfang deltage på foreningshold i din hjemklub. Dette aftales med k-læreren. Det er vigtigt, at det er inden for rimelighedens grænser, og at skolen har førsteprioritet.

Appwriter

Skolen abonnerer på appwriter, og alle elever kan downloade det.

Besøg

Ønsker du besøg udefra, skal det altid aftales med tilsynslærerne. Forældre til elever er selvfølgelig altid velkomne. Øvrigt besøg kan først finde sted efter efterårsferien. Ved besøg i weekender skal der betales for måltider.

Gæsterne skal naturligvis efterleve skolens husorden og deltage i weekendens aktiviteter.

Brobygning

Hvis du går i den alminde 10. klasse, skal du i obligatorisk brobygning. Vi samarbejder med UU-Viborg, og de har ansvaret for fordeling af brobygningen. Brobygningen foregår i uge 47.

Computer

For undervisningen har det ikke den store betydning, om du bruger Windows eller Mac. Det er vigtigt, at du kan bruge din PC/Mac, og at du kan finde rundt på den (holde den opdateret, finde dine filer igen mm). Din brug af PC/Mac må selvfølgelig ikke gå ud over din undervisning, nattesøvn, fællesarrangementer og samvær med andre. Husk, at når du vælger at gå på efterskole, vælger du også fællesskabet.

Skolen stiller EasyIQ Office 365 til rådighed for alle elever. For at logge på skal du bruge UNI-login (det har fulgt dig hele din skoletid) eller MitID. I undervisningen indgår de basale elementer i Word, Excel samt PowerPoint.

Cykel

Du skal medbringe en cykel, da vi af og til skal bruge den som transportmiddel. Husk cykellygter, lappegrej, refleksvest og cykelhjem. Du skal altid cykle med cykelhjem. Når cyklen ikke bruges, skal den være i cykelkælderen. Det er dit ansvar, at cyklen altid er køreklar.

Energidrikke

Der har været meget debat om børn og unges indtag af energidrikke. Som det fremgår af sundhedsstyrelsen hjemmeside og DRs udsendelse, er energidrikke ikke sundt at indtage – specielt ikke for børn og unge. Derfor vil vi opfordre til dialog om dette hjemme. Brug eventuelt nedenstående links.

- [Læs anbefalingerne fra sundhedsstyrelsen](#)
- [Se DRs udsendelse "Energidrik – forbudt for børn?"](#)

Flytning

Du skal ikke melde flytning, når du starter på skolen. Hvis der ændres folkeregisteradresse i løbet af skoleåret, skal kontoret informeres.

Forsikring

Du (og dermed dine forældre) har det fulde ansvar, hvis du forvolder skade på skolens eller andre elevers ejendom. Det er vigtigt at undersøge, om jeres forsikring dækker unge på efterskole – se mere under lejrskole. **Kære forældre:** Det anbefales, at eleven er dækket i forhold til jeres ansvars- og ulykkesforsikring.

Fravær

Du har valgt gå på efterskole, og vi forventer selvfølgelig af dig, at du møder op til timer mm. Som forældrene får I besked om fravær i Viggo. Hvis I oplever et unormalt fravær hører vi gerne fra jeg. Samtidig vil vi også tage fat i jer, hvis mener, at elevens fravær er forstort.

Fritagelse og andre praktiske beskeder

Ved kort fritagelse skal dine forældre give besked gennem dine kontaktlærere. Ved længere fritagelse (flere dage) aftales det med Sanne Maj, Rasmus, Jesper Emil eller Stampe. I weekenden, fredag kl. 15³⁰- mandag kl. 8⁰⁰, gives alle beskeder af praktisk karakter til weekendtilsynet. De træffes på tilsynstelefonen: 2475 5203. Ved sygdom m.m. søndag aften, kontaktes tilsynstelefonen .

Fællesskab

Fællesskabet kommer ikke af sig selv, men det skal du være med til at danne. Det gør du gennem en positiv, engageret og ansvarlig tilgang til hverdagen og de andre. Det gode fællesskab er et samvær, hvor ingen skal være bekymret for at stå udenfor. Et samvær der er præget af respekt for hinanden, en ansvarlighed overfor fællesskabet, et engagement i de ting, du deltager i og for at gøre efterskoleåret til et godt år for alle.

Idrætsskader

I en aktiv hverdag kan du få skader. Der vil være lærere du kan kontakte for anvisninger. Der vil være mulighed for at bestille tid hos Gudenådalens Fysioterapi via kontoret. Det vil være for egen regning.

Intrasystem (Viggo)

Skole-hjem-samarbejdet foregår gennem intra-systemet Viggo. Forældrebreve m.m. sendes gennem dette. Som forældre kan det være svært at følge med i, hvad der sker på skolen. Derfor skriver vi ca. hver 5-6. uge et forældrebreve, hvori vi fortæller om dagligdagen. Herudover kan man altid følge med i skolens hverdag og aktiviteter på skolens sociale medier, skolen er aktiv på. Viggo findes også som en app til smartphone.

Kontaktlærer

Kontaktlærerne er bindeleddet mellem skolen og dine forældre. Det er kontaktlærerne, man som forældre kan rette henvendelse til omkring almen trivsel, særlige hensyn og planlagt fravær. De enkelte kontaktlærere aftaler med forældrene, hvordan kontakten skal fungere. Man kan ikke forvente, at kontaktlærerne tjekker Viggo fra fredag kl. 15³⁰ til mandag kl. 8⁰⁰.

Køkkentjanser

I løbet af skoleåret deltager du i dele af køkkenarbejdet i hverdagen. Hertil kommer det fælles ansvar for køkkenarbejdet i forbindelse med weekender og arrangementer på skolen.

Lejrskole

Når vi skal på lejrskole i januar, skal du medbringe både dit pas, det gule og det blå sygesikringskort (husk at tjekke udløbsdato). **Vedr. forsikring:** Skolen har en rejseforsikring, der dækker det som en normal rejseforsikring dækker. Men skolen har ikke en forsikring, hvor eleven er dækket i forhold til en skade med méngrad. Derfor anbefaler vi, at eleven er dækket af jeres private ansvars- og ulykkesforsikring under efterskoleopholdet og dermed også lejrskolen. Det er vigtigt, at I tjekker, at I er dækket af jeres ulykkesforsikring, da der kan være forskel fra forsikringsselskab til forsikringsselskab.

Lægehus i Ulstrup

Lægehuseet i Ulstrup tager kun imod nødstilfælde, da de prioriterer lokale patienter. Hvis det ikke er nødstilfælde, skal man opsøge egen læge. Hvis du hentes hjem, skal dette aftales med skolen inden afhentning. Det er vigtigt, at du medbringer det gule sygesikringsbevis på skolen, så det kan bruges ved lægebesøg samt eventuelt skadestue.

MitID

Det er vigtigt, at eleverne har et Mit ID ved skolestart. Det bruges i forhold til vejledning, Uni-login og Office 365.

Musik og musikanlæg

Musik er en stor del af ungdomskulturen, og den må naturligvis også høres på GE – men på et niveau, så alle kan være der. Støj i det offentlige rum skal minimeres. Vi viser hensyn til naboerne og spiller derfor ikke i byen.

Nøgler/brik

Hvis du mister din nøgle, skal en ny bestilles på skolens kontor. En ny nøgle koster 350 kr., da det er en systemnøgle. Når nøglen er bestilt, kan pengene ikke refunderes, selvom nøglen skulle blive fundet igen. I den nye elevfløj bruges der nøglebrikker til dørene/skabene. Hvis du skal have en ny brik koster det 75 kr.

Ordbøger

Skolen stiller elektroniske ordbøger til rådighed, der både kan bruges on- og offline.

Post

Al post til eleverne bedes adresseret således:

Elevens navn
Gudenaadalens Efterskole
Hovedgaden 2
8860 Ulstrup.

Printer

Skolen stiller printer til rådighed i forhold til at udskrive afleveringer til de forskellige fag. De fleste aflevering afleveres elektronisk via Viggo.

Obligatorisk Selvvalgt Opgave

I almindelig 10. klasse laves Obligatorisk Selvvalgt Opgave om elevens mulige uddannelsesvej og valg af erhverv.

Prøver

I den almindelige 9. og 10. klasse går du til prøve i de fag, som du er tilmeldt. Du vil på de enkelte faghold få nærmere oplysninger om indhold og om kravene til prøverne.

Rengøring

Du deltager i de rengøringsopgaver, der er forbundet med et efterskoleophold. Du har ansvar for, at dit værelse og boområde er ryddet op og rengjort til de fastlagte tidspunkter. Du deltager på skift med dine kammerater i aften- og områderengøring.

Skolevejledning

Du vil hele skoleåret igennem modtage skolevejledning og oplysninger om de forskellige ungdomsuddannelser. Skolevejlederne sørger for tilmelding til ungdomsuddannelserne i samarbejde med dig og dine forældre. Du har også mulighed for at bruge e-vejledning – se mere på skolens hjemmeside.

Skoleweekender

Der vil være weekender i løbet af året, hvor du skal være på skolen. I disse weekender er der arrangementer, der er vigtige for efterskoleopholdet. I marts er der 4 weekender, hvor du deltager i gymnastikopvisninger.

Snacks

En hverdag med et stort aktivitetsniveau kræver energi – det får eleverne ikke gennem de snacks, som de køber. Ud over hovedmåltiderne, har eleverne adgang til 3 serveringer, hvor der er forskellige typer brød (boller, franskbrød, rugbrød mm) samt frugt. Dette kan give dig god energi.

Sociale medier

Sociale medier er en del af unges hverdag. I brugen af sociale medier skal alle være opmærksom på en positiv tone, en adfærd, der har respekt for andres grænser, og at sociale medier bruges konstruktivt. I løbet af skoleåret får nogle af eleverne mulighed for at lave takeovers på skolens platforme.

Sygetransport

Ved akutte skader vil skolen sørge for transport til hospital. Ved al anden transport til røntgen, tjek m.m., står forældre/eleven selv for transporten. Skolen har ikke et Falck Abonnement.

Sygdom

Bliver du syg på skolen, vil tilsynslærerne naturligvis tilse dig. Sygdom skal meddeles til morgen-tilsynet af dig selv efter morgenmad. Bliver du syg i løbet af dagen, taler du med en lærer herom. Hvis du melder dig syg, gælder det hele dagen. Der kan i visse tilfælde laves specialaftaler ved fx migræne m.m. Hvis du hentes hjem, skal dette aftales med skolen inden afhentning.

Ved sygdom på skolen, får forældrene besked via Viggo. Hvis forældrene oplever et anderledes sygdomsmønster på efterskolen end hjemme, opfordrer vi til at k-lærerne kontaktes.

Søvn

Det er vigtigt, at du får den søvn, som din krop har behov for. Vi oplever hvert år, at der er elever, der har udfordringer på dette område. At eleverne får den rette mængde søvn, er et fælles ansvar for elev, forældre og efterskolen.

Skolens netværk slukker kl. 22⁰⁰ og åbner igen kl. 7⁰⁰

Telefon

På Gudenaadalens Efterskole har vi lavet nogle regler for mobilbrug og tilgængelighed til mobilen. Det har vi gjort for at skabe de bedste betingelser for elevernes trivsel, læring og for fællesskabet. Mobiltelefonerne kan let tage opmærksomheden fra nærværet og relationer, som er centrale elementer i en efterskolehverdag.

Vi er en mobilfri skole de første 14 dage, hvilket betyder at mobilen skal blive derhjemme.

Mobiltelefonen er tilgængelig for eleverne i tidsrummet 17.05-20.00

Mobilen afleveres i mobilhotellet kl. 20.00 og kan afhentes igen når undervisningen slutter kl. 17.05. Om fredagen kan mobilen afhentes når undervisningen slutter.

Der kan kun laves særaftaler og tilladelse til at have mobiltelefonen fx om natten, hvis der er en lægefaglig begrundelse. Det kan fx ved behov for at benytte en diabetes-app el.lign.

Forældrene kan altid komme i kontakt med deres barn ved at ringe på skolens vagttelefon udenfor kontoret åbningstid, ligesom eleverne altid kan komme til en voksen og låne en telefon, hvis der er behov for at ringe.

Skolens vagttelefon har nummeret: 2475 5203

I weekenden skal mobilernes afleveres kl. 20.00, og udleveres kl. 14.00 (samme tid som en lærer ofte møder ind + der hvor weekenden skiller, for de elever, der kun ønsker at være på skolen i en halv weekend)

Ved ture ud af huset, skal mobiltelefonerne som udgangspunkt blive hjemme. Ved særlige situationer som cykelture el.lign., kan de ansvarlige lærere beslutte at mobilene skal eller må medbringes.

Trivsel

I løbet af et efterskoleår vil der være tidspunkter, hvor alle kan opleve, at efterskolelivet kan være hårdt. Det er helt normalt og kan ske for alle. Når den oplevelse kommer til dig, er det vigtig, at du går til de voksne på skolen. Vi opfordrer til et godt samarbejde mellem elever, forældre og k-lærerne

Vask

Du kan vaske gratis på skolen. Du skal selv sørge for vaskepulver og evt skyllemiddel.

Værelsesflytning

Der vil være værelsesflytning to gange, så du kommer til at bo tre forskellige steder. Formålet med værelsesflytningen er at styrke fællesskabet og dit sociale netværk. Ved værelsesflytning skal man vælge hinanden til og ikke fra, så alle føler sig trygge.

Web-shop

Du har mulighed for at købe basistøj med skolens navn/logo i vores webshop. [I finder vores webshop her.](#)

Weekend

Efterskolen er en 7 dages-skole og det betyder, at du har mulighed for at blive på efterskolen i de fleste weekender i skoleåret.

For at blive i weekenden, skal du svare på weekendtilmeldingen via Viggo. Weekendtilmeldingen lukker tirsdag kl. 9⁰⁰. Weekend begynder efter sidste time fredag.

Du kan enten tilmelde dig weekenden fra fredag til lørdag kl. 14 eller du kan tilmelde dig for hele weekenden.

De elever, der tager hjem på weekend, skal være retur på skolen igen senest søndag mellem 19⁰⁰ og 21¹⁵. Hvis du er forhindret i at møde ind efter weekenden, skal dine forældre give skolen besked søndag aften i førnævnte tidsrum på tilsynstelefon: 2475 5203

Hvis der er forlænget weekenden, skal elever komme retur mellem 19⁰⁰ og 21¹⁵.

Wifi

Du kan komme på skolens trådløse netværk, hvis du har et opdateret anti-virus program på computeren. Du må ikke, gennem skolens netværk, downloade materialer, der er i strid med dansk lovgivning. Koden til netværket er 76gudenaa7300. Skolens netværk er lukket mellem 22⁰⁰ og 7⁰⁰.