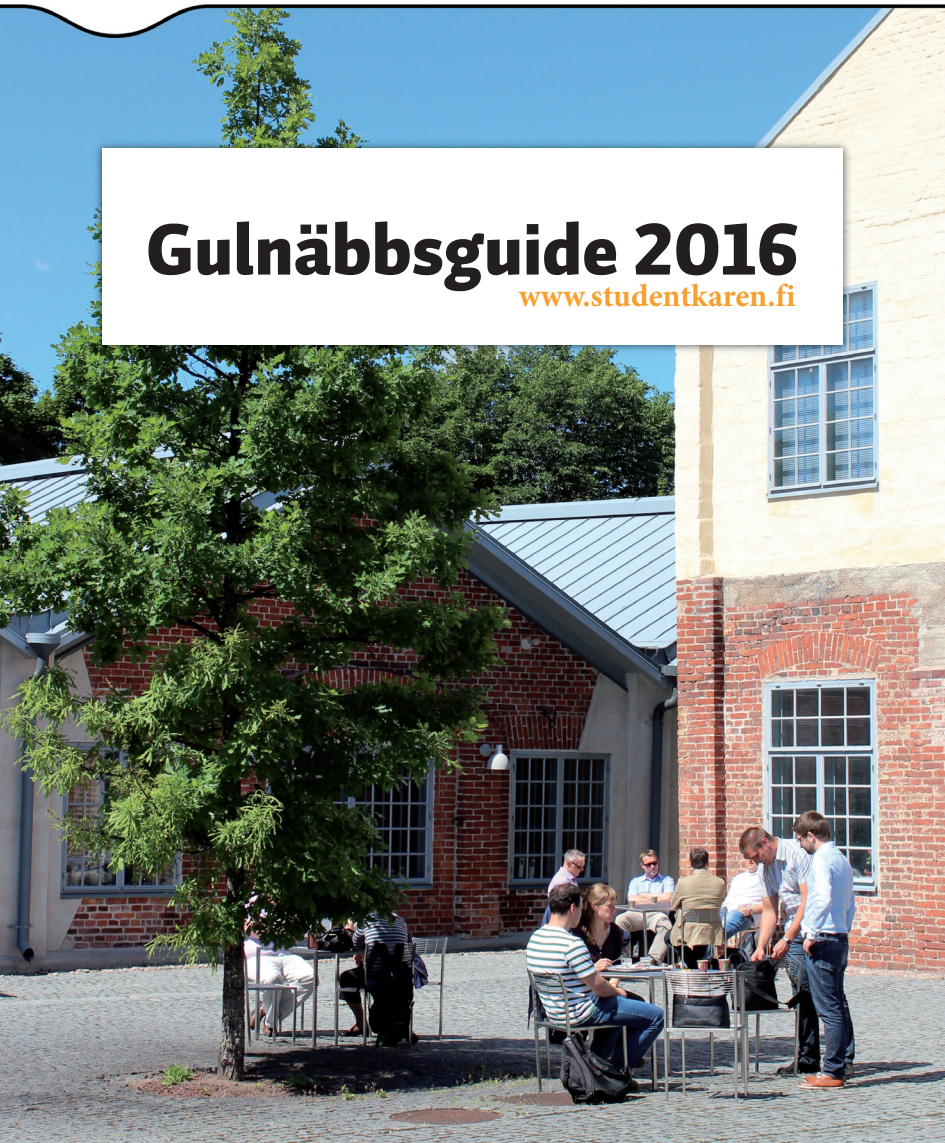




ÅBO AKADEMIS STUDENTKÅR  
THE STUDENT UNION OF ÅBO AKADEMI UNIVERSITY

# Gulnäbbsguide 2016

[www.studentkaren.fi](http://www.studentkaren.fi)



# Kontaktuppgifter

 [www.studentkaren.fi](http://www.studentkaren.fi)

 [www.facebook.com/AAStudentkar](http://www.facebook.com/AAStudentkar)

 @AAStudentkar

 @AAStudentkar

## Personalen

### Generalsekreterare

Linda Lindholm  
[gs-karen@abo.fi](mailto:gs-karen@abo.fi)

### Högskolepolitisk expert

Petra Lindblad  
[he-karen@abo.fi](mailto:he-karen@abo.fi)

### Socialpolitisk expert

Monika Antikainen  
[se-karen@abo.fi](mailto:se-karen@abo.fi)

### Informatör

Matias Dahlbäck  
[is-karen@abo.fi](mailto:is-karen@abo.fi)

### Kanslisekreterare

Markus Heikkilä  
[ks-karen@abo.fi](mailto:ks-karen@abo.fi)

### Verksamhetsledare för Havtornen

Jonna Lindqvist  
[vl-havtornen@abo.fi](mailto:vl-havtornen@abo.fi)

## Styrelsen

### Styrelseordförande

Anton Norrback  
[so-karen@abo.fi](mailto:so-karen@abo.fi)

### Kommunikation, näringsliv & vice ordförande

Ida Berg  
[ida-karen@abo.fi](mailto:ida-karen@abo.fi)

### Intressebevakning i Åbo

Linda Smids  
[linda-karen@abo.fi](mailto:linda-karen@abo.fi)

### Intressebevakning i Vasa

Cecilia Björkqvist  
[cecilia-karen@abo.fi](mailto:cecilia-karen@abo.fi)

### Internationella ärenden

Jasmine Malla  
[jasmine-karen@abo.fi](mailto:jasmine-karen@abo.fi)

### Studenttraditioner och specialföreningar

Oskar Karlsson  
[oskar-karen@abo.fi](mailto:oskar-karen@abo.fi)

## Kårkansliernas öppettider

Åbo, Kåren, vardagar, kl. 12-15  
Vasa, Havtornen, mån-tors, kl. 12-15

# Innehållsförteckning

<b>Styrelseordförandes hälsning</b>	<b>4</b>
<b>Vad får jag för min kåravgift?</b>	<b>6</b>
<b>Vad gör studentkåren?</b>	<b>9</b>
<b>Hur kan jag delta i studentkårens verksamhet?</b>	<b>12</b>
<b>Ofta ställda frågor</b>	<b>14</b>
<b>Hur klara sig själv ekonomiskt?</b>	<b>19</b>

## Vad då gulnäbbsguide?

---

Avsikten med denna guide är att ge dig en överblick över den service du får som kårmedlem och hur du kan påverka studentkårens verksamhet under din studietid. Guiden innehåller också svar på ofta ställda frågor om diverse praktiska ting. Du är naturligtvis också välkommen att kontakta oss på studentkåren om du har frågor, synpunkter eller vill engagera dig i studentkårens verksamhet.

Vill du ge feedback om Gulnäbbsguiden? Du kan skicka in dina kommentarer till [is-karen@abo.fi](mailto:is-karen@abo.fi).

## Styrelseordförandes hälsning

---

Välkommen till universitetet! När du studerar vid Åbo Akademi blir du automatiskt också medlem i Åbo Akademis Studentkår. Vi är ett offentligrättsligt samfund, det kanske inte säger dig så mycket men vi finns till för dig. Vi jobbar för att studerande skall ha de så bra som möjligt lokalt och nationellt, det innebär att vi sysslar med någonting som kallas intressebevakning. Det här betyder till exempel att vi träffar Åbo Akademis ledning med jämna mellanrum och framför studerandes åsikter på exempelvis förändringar som ska genomföras på ÅA. På ett nationellt plan försöker vi tillsammans med andra studentkårer se till att saker som studiestöd eller studenthälsan bevaras och tjänar studerande på bästa sätt.

Till att börja med tycker jag att du skall ge dig själv en klapp på axeln, du har troligtvis kämpat hårt i skolan för att kunna vara här idag. **Det är dock viktigt att komma ihåg att universitetet skiljer sig en hel del från skolan.** Här är du med och formar undervisningen, här får du gärna aktivt delta i diskussionen på föreläsningen, du får fråga och ifrågasätta.

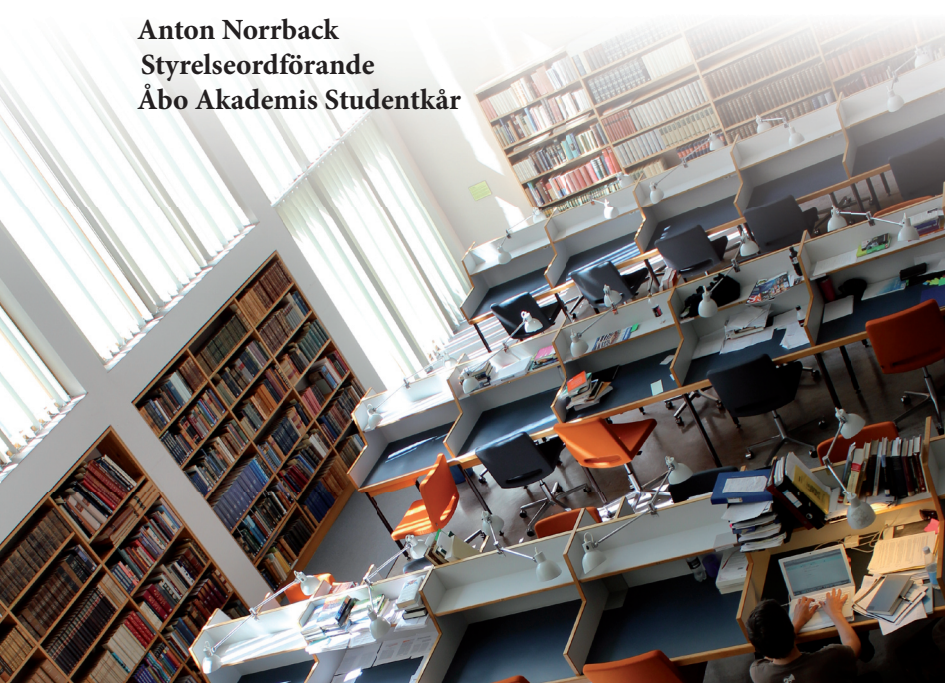
Det är viktigt att komma ihåg att man ska leva också, som du kanske hört handlar studietiden inte enbart om tenter



och föreläsningar utan en hel del annat ryms också med. Under studietiden har du möjlighet att träffa en massa nya människor, hitta nya intressanta hobbyn eller engagera dig i någon av de otaliga föreningarna som finns vid ÅA. Ofta kan ett engagemang i någon förening, eller varför inte studentkåren, ge dig så väldigt mycket, man lär sig även sånt man helt enkelt inte kan lära sig på kurser.

Kom ihåg att jag och alla andra på kårkanslierna finns till för dig, så tveka inte att ta kontakt om du har funderingar om dina studier eller känner att du skulle behöva hjälp för att kunna utveckla din studiemiljö. Vi kanske inte alltid kan hjälpa dig men vi vet garanterat vart du ska vända dig.

**Anton Norrback**  
**Styrelseordförande**  
**Åbo Akademis Studentkår**



## Vad får jag för min kåravgift?

---

För att uppfylla rollen som professionell intressebevakare har alla studentkårer rätt att uppbära en medlemsavgift, en så kallad kåravgift. Denna avgift betalas årligen före inskrivningen. Avgiften används för att finansiera studentkårens verksamhet, som främst går ut på att arbeta för att förbättra studie- och levnadsförhållanden för alla studerande. Avgiften möjliggör även studenthälsovården och annan konkret service.

### **Intressebevakning**

Kåravgiften används främst till att finansiera studentkårens intressebevakning, d.v.s. påverkningsarbete med studenternas bästa som mål. Det är också studentkårens uppgift att utse studentrepresentanter till beslutsfattande organ vid universitet och att stöda dem. Mycket av ÅAS intressebevakning är lobbyverksamhet gentemot universitetet, samt nationella och lokala beslutsfattare.

### **Studiekortet**

Som medlem av studentkåren är du berättigad till många förmåner både nationellt och lokalt. Till de främsta förmånerna hör studentrabatten på VR och Matkahuolto. Ytterligare förmåner hittar du på [www.frank.fi](http://www.frank.fi) där du även beställer ditt studiekort.

För att du ska vara berättigad till studentrabatter ska



ditt studiekort vara försett med giltig läsårsdekal. Du får årets dekal då du hämtar ut ditt studiekort, och därefter får du, efter att du närvaroanmält dig, hämta ut en ny dekal till ditt kort i början av varje läsår från något av kårkanslierna i Åbo eller Vasa.

### **Hälsovård**

En stor del av kåravgiften används till finansieringen av Studenternas Hälsovårdsstiftelses (SHVS) tjänster. Detta är en unik serviceform som riktar sig till universitetsstuderande och som möjliggör att du får högklassig och förmånlig hälsovård under hela din studietid. Mer information finns på [www.shvs.fi](http://www.shvs.fi).

### **Juridisk rådgivning**

Som medlem i studentkåren är du berättigad till gratis juridisk rådgivning. Studentjuristerna är anträffbara varje tisdag kl. 18–19 i Åbo Universitets studentkårs (TYY) utrymmen i Åbo. Du kan besöka eller ringa dem under mottagningstiden. Till juristerna kan man vända sig med allehanda juridiska problem berörande beskattning, boende, anställning m.m.

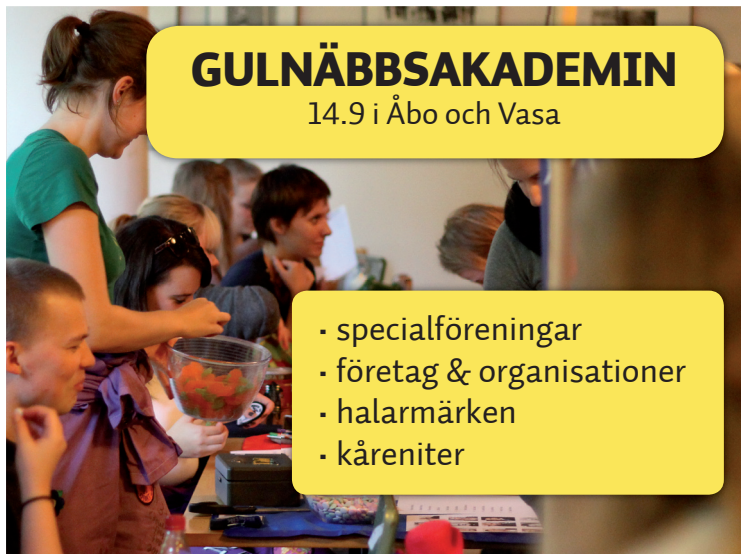
Du är välkommen att kontakta juristerna i Åbo även om du studerar på en annan ort. Kontaktuppgifter hittar du på ÅAS webbplats.

## Trakasseriombudmän

Åbo Akademis Studentkårs trakasseriombudsmän är anställda vid studentkåren och står till tjänst om du blivit utsatt för trakasserier eller mobbning. Trakasseriombudsmännen har tystnadsplikt och lyssnar och ger råd konfidentiellt.

## Information från Kåren - direkt i din e-post

Det händer mycket på campus. Studentkåren skickar varje vecka under terminerna ut ett elektroniskt nyhetsbrev till alla kårmedlemmar. I det finns information om vad som händer på och runt campus, och där listar vi också alla lediga studentrepresentantplatser. Nyhetsbrevet skickas till din @abo.fi adress.



**GULNÄBBSAKADEMIN**  
14.9 i Åbo och Vasa

- specialföreningar
- företag & organisationer
- halarmärken
- kåreniter

# Vad gör studentkåren?

---

## Bevakar dina intressen

Studentkårens främsta uppgift är att se till att du som studerande har det bra under din studietid både vad gäller inkomst, boende, påverkningsmöjligheter inom ditt universitet och utbildningarnas och undervisningens kvalitet. För att effektivt arbeta med dessa ärenden har studentkåren flera heltidsanställda tjänstemän och en styrelse bestående av förtroendevalda studerande som dagligen jobbar med just dessa frågor.

Styrelsen och tjänstemännen arbetar på kårkanslierna i Åbo och Vasa. Nationellt samarbetar alla studentkårer via Finlands studentkårers förbund (FSF) och lobbar t.ex. för att studiestödet utvecklas kontinuerligt. Via FSF är studerande också berättigade till flera nationella förmåner.

På det lokala planet inom Åbo Akademi jobbar studentkåren bland annat för att universitetet ska satsa på undervisningen och studiehandledningen, att studerande får sina tentresultat i tid och att studerandes åsikter hörs inom universitetet. Det handlar också om att arbeta för att det finns bra studentbostäder, att studenthälsovården fungerar och att motionsutbudet är tillräckligt.

I alla dessa frågor kan du kontakta kårkanslierna för att få råd och stöd eller för att föra fram din åsikt.



## Ordnar studentikosa evenemang

Studentkåren har sedan sitt grundande år 1919 också samlat på sig en hel del studenttraditioner som blivit en viktig del av studielivet vid Åbo Akademi. Till de viktigaste hör studentkårens årsfest, Fastlagstisdagens pulka-åkning och mösspälågningen på valborgsmässafton.

Studentkåren arbetar även tillsammans med sina specialföreningar för att din studietid ska ge dig många nya vänner och att din tid vid Åbo Akademi blir oförglömlig. De olika specialföreningarna som fungerar vid ÅA är inte underordnade studentkåren, men studentkåren understöder specialföreningarna ekonomiskt och erbjuder dem råd och utbildning. Inom ÅAS verkar ett 80-tal specialföreningar och bland dessa hittar du säkert en eller flera som just du vill gå med i.

## Äger två egna kårhus

ÅAS har även två helt egna kårhus: Kåren i Åbo och Havtornen i Vasa. Byggnaderna finns till för alla kårmedlemmar.

Kårhuset i Åbo, Kåren, finns på Tavastgatan 22. Här hittar du studentkårens tjänstemän och kårstyrelsemedlemmar under kanslitid. I kårhuset hittar du även Kårens gym Roddis, bastu och Café Kåren.

Kåren är öppet flera kvällar i veckan så att du kan komma in och umgås med vänner och spela biljard eller ha möte med din specialförening. I Kårens festsal ordnas bland annat konserter och andra evenemang, och dessa brukar samla kåreniter från alla fakulteter för att ha roligt tillsammans.

Kårhuset i Vasa, Havtornen, är beläget vid vattnet strax intill Academill. I Havtornen hittar du mötesrum,



allaktivitetsrum, bastu, kök och terrass. I Havtornen jobbar en verksamhetsledare och en del av kärstyrelsen.

### **Driver restaurangverksamhet**

ÅAS hör till de få studentkårer i Finland som äger egna studentrestauranger. Då du besöker kärrestaurangerna understöder du din egen studentkårs verksamhet. ÅAS äger följande restauranger i Åbo: Café Arken, Café Fänriken, Café Gadolinia, Café Hanken och Café Kären. Du hittar de dagliga lunchlistorna på [www.studentlunch.fi](http://www.studentlunch.fi).

I större studiestäder runt om i Finland hittar du också andra studentcaféer där du kan äta förmånligt. FPA subventionerar måltiderna med 1,94 €. Rabatten får man vid kassan i studentcaféerna genom att visa upp sitt studie-kort.

### **Erbjuder förmånliga bostäder**

I Åbo driver studentkåren studenthemmet Tavasthem i anslutning till Kårhuset på Tavastgatan 22. Ansökan om bostad på Tavasthem kan lämnas in under hela året. Bostäderna hyrs i första hand ut åt ÅAS egna medlemmar. Studentkåren äger också några bostäder runt om i Åbo. När de blir lediga utannonseras de bland annat på ÅAS webbplats och via nyhetsbrevet.

Som studerande vid Åbo Akademi kan du även ansöka om bostäder via Åbo Studentbystiftelse (TYS) och Vasa bostadsstiftelse (VOAS) och Svenska Lärarhögskolans bostadsstiftelse Lärkan i Vasa. Studentkåren har representanter i dessa organisationers beslutsfattande organ och bevakar att bostadsutbudet är mångsidigt och håller hög kvalitet.

## Hur kan jag delta i studentkårens verksamhet?

---

Kårfullmäktige är det högsta beslutsfattande organet i studentkåren. Kårfullmäktige väljs i början av november vartannat år genom det så kallade Kårvalet och nästa val är i november 2017. I Kårvalet har alla studentkårens medlemmar rätt att rösta och att ställa upp som kandidater. Fullmäktige styr studentkårens verksamhet genom styrelsen. Vem som helst kan komma och lyssna på fullmäktigemötena och mötestiderna finns bland annat på studentkårens webbplats.

Studentkårens styrelse och fullmäktige består av vanliga studerande som under sin studietid har velat engagera sig mer i sin studieomgivning och jobba för alla studerandes bästa. Du är varmt välkommen med!

### Studentpåverkan

Vid Åbo Akademi har studenterna en plats vid bordet när besluten fattas, beslut som påverkar dig och din studievardag.

En av de viktigaste uppgifterna som ÅAS har är att utse och föreslå studentrepresentanter till olika arbetsgrupper och beslutande organ, både inom och utanför Åbo Akademi. Mandatperiodernas längd varierar i lika stor grad som uppgifterna. Det finns någonting för alla, och det kan löna sig att hålla ögonen öppna då studentkåren lediganslår olika förtroendeuppdrag.

Hösten 2016 kommer vi alla, studenter och personal vid Åbo Akademi, att välja våra representater till fakultetsråden och grundutbildningsnämnden. Studenternas representanter väljs av kårfullmäktige, och alla närvarande kårmedlemmar har rätt att ställa upp i valet.



## Ofta ställda frågor

---

### **Hur hittar jag rätt i studielivet och på den nya studieorten?**

Under terminerna ordnas många evenemang och aktiviteter för alla smaker. Ett tips är att bli aktiv inom en specialförening eller aktivera sig inom ÅAS. På bland annat Gulnäbbsakademien (14.9 på Kåren i Åbo och Academill i Vasa) har du möjlighet att träffa nya intressanta människor och få kontakt med aktiva föreningar.

### **Var får jag hälsovårds- eller sjukvårdsservice?**

Vänd dig till studenthälsans Åbostation på Kyrkovägen 13, öppet mån-tors kl. 8–15, fre 8–14. I Vasa finns studenthälsan på Hovrättsplanaden 15 C, öppet mån-tors kl. 8–15, fre 8–14.

Kontaktuppgifter för tidsbeställning och mera information på [www.shvs.fi](http://www.shvs.fi).

Information om sjukdomar och vanliga symptom finns också på [www.shvs.fi](http://www.shvs.fi). Se även deras Webbrådgivning. Vänligen observera att Studenthälsan uppbar en straffavgift på 35 € för icke avbokade tider.

### **Vem kan jag fråga om studiestödet?**

Åbo Akademis studerandes studiestödsärenden sköts av studiestödsenheten i Gripen, Tavastgatan 13 i Åbo.

- [www.abo.fi/student/studiestod](http://www.abo.fi/student/studiestod)

## Var hittar jag information om utlandsstudier?

På internationella ärenden i Åbo (Gripen, Tavastgatan 13) finns en informationshörna med information om studier utomlands. Enheten ger råd och studievägledning till studenter som är intresserade av utbyte.

Vid Åbo Akademis Vasa campus finns också internationella ärenden som bistår studerande med hjälp och råd gällande utlandsstudier. Internationella ärenden i Vasa finns i Academill, E-huset.

## Jag har tappat mitt lösenord till mitt ÅA-användarnamn, och dessutom så krånglar datorerna i datasalen. Vad ska jag göra?

Stöter du på problem med ditt användarnamn eller upplever att datorerna i datasalen krånglar är det ICT-service som du ska kontakta.

- Åbo: [helpdesk@abo.fi](mailto:helpdesk@abo.fi)
- Vasa: [helpdesk-vasa@abo.fi](mailto:helpdesk-vasa@abo.fi)

## Jag har flyttat, behöver jag göra en adressändring till ÅA?

Om och när du flyttar och byter adress bör du göra en skild flyttanmälan till Åbo Akademi.

Adressförändringar gör du lättast på webben. Ett adressändringsformulär hittar du på [web.abo.fi/aa/adress/](http://web.abo.fi/aa/adress/) (logga in med ditt ÅA-användarnamn).

## Var kan jag söka jobb eller praktikplatser?

Åbo Akademis Arbetsforum är ett karriärcenter för studerande och nyutexaminerade.

- [arbetsforum@abo.fi](mailto:arbetsforum@abo.fi)
- [www.abo.fi/stodenhet/arbetsforum](http://www.abo.fi/stodenhet/arbetsforum)

## Var hittar jag en studentbostad?

Åbo Akademis Studentkår hyr i Åbo ut studentbostäder i Tavasthem och runt om i Åbo. Ytterligare information fås av kanslissekretären på Kårens kansli, tel. 02 215 4650 (kl. 12–15, vardagar) eller på ÅAS webbplats.

Se även:

Studentbystiftelsen i Åbo (TYS) - [www.tys.fi](http://www.tys.fi)

Studentbystiftelsen i Vasa (VOAS) - [www.voas.fi](http://www.voas.fi)

Lärkan - [www.studiebostader.fi](http://www.studiebostader.fi)

## Var kan jag få juridisk rådgivning?

Studentkårens juridiska rådgivare ger dig gratis muntlig rådgivning. Mottagningen är öppen varje tisdag mellan klockan 18–19 i Åbo Universitetets studentkårs utrymmen, Yo-talo B-trappan, andra våningen, Rektorsåkersgatan 4. Rådgivningen är avgiftsfri för alla kårmedlemmar.

Du kan också ringa juristen under jourtiden, tel. 045 843 3428.

## Vad är en studentpräst?

När du behöver stanna upp och fundera kring vägval, relationer, studier, tro och tvivel kan du kontakta studentprästerna. Studentprästen har tystnadsplikt och står även till tjänst för dop, vigsel, konfirmation eller begravning.

Studentprästen i Åbo Mia Pusa har mottagning på kårkansliet tisdagar kl. 13–15.00, tel. 040 341 7308, e-post: [mia.pusa@evl.fi](mailto:mia.pusa@evl.fi).

Studentprästen i Vasa Tia-Maria Nord nås per telefon på 044 480 8327 eller e-post: [tia-maria.nord@evl.fi](mailto:tia-maria.nord@evl.fi).



## Vad ska jag göra om jag råkar ut för mobbning, kränkning eller trakasserier av något slag?

Det finns råd till hur förfara i trakasserisituationer på ÅA:s likabehandlingssidor:

- [www.abo.fi/personal/likabehandling](http://www.abo.fi/personal/likabehandling)

Du kan även ringa eller besöka studentkårens trakasseriombudsman Monika Antikainen, på studentkårens kansli eller per telefon 02 215 4653 eller e-post: [se-karen@abo.fi](mailto:se-karen@abo.fi), eller Matias Dahlbäck, 02 215 4656, [is-karen@abo.fi](mailto:is-karen@abo.fi).

Deras gemensamma adress för trakasseriärenden är [trakasseriombud@abo.fi](mailto:trakasseriombud@abo.fi)

Trakasseriombudsmännen har tystnadsplikt och behandlar ditt ärende konfidentiellt.

## Beaktar ÅA mina läs- och skrivsvårigheter eller mitt fysiska handikapp?

Studerande som har funktionshinder av sådant slag att det kräver specialarrangemang kan kontakta studentexpeditionen för närmare diskussion och vidare uppgifter. Åbo Akademi försöker i mån av möjlighet organisera undervisningen så att den även blir tillgänglig för funktionshindrade personer, då många byggnader har trappor och trösklar. Ta också kontakt i förväg om du har läs- och skrivsvårigheter, eller ett dyslexiintyg som du önskar få beaktat.

## **Vart ska jag gå om jag behöver ett nytt pass, eller vill ha ett nytt skattekort, eller... etc.**

Medborgarradgivning.fi är en webbplats och tjänst som du kan använda om du vet vad du vill och behöver men inte vet vilken myndighet som sköter just det ärendet.

## **Vilka studentföreningar finns det?**

Svenskfinland har ett rikt föreningsliv och Åbo Akademi är långt ifrån ett undantag. Du hittar en lista på alla specialföreningar på ÅAS webbplats.

På ÅAS föreningswiki finns flera av föreningarna presenterade. Ta gärna en titt!

- [www.studentkaren.fi/verksamhet/specialforeningar/](http://www.studentkaren.fi/verksamhet/specialforeningar/)
- [www.studentkaren.fi/wiki/specialforeningar](http://www.studentkaren.fi/wiki/specialforeningar)

## **Har ÅA något motionsutbud?**

Akademins motionsverksamhet sköts av ÅA motion. Motionsverksamheten vid ÅA är avsedd för Åbo Akademis samtliga studerande och anställda. I Åbo sköts motionen gemensamt med de andra högskolorna. Samarbetet går under namnet CampusSport.

En årlig motionsavgift uppbärs av de studerande som deltar i verksamheten.

- [www.abo.fi/student/motion](http://www.abo.fi/student/motion)
- [www.campussport.fi](http://www.campussport.fi)

[www.studentkaren.fi/service/din-ekonomi](http://www.studentkaren.fi/service/din-ekonomi)

## Hur klara sig själv ekonomiskt?

Det finns massor av stöd på nätet för den som vill hålla reda på sin privatekonomi. För att veta vart pengarna tar vägen, finns det bland annat färdiga blanketter dit det är lätt att fylla i månatliga utgifter och inkomster: hur mycket har jag kvar efter att jag betalt alla nödvändiga utgifter som hyra, el, vatten, försäkringar och telefonräkningen? Via Marthaförbundets hemsidor går det att ladda ner färdiga budget- och bokföringsblad. Mart-horna har också sammanställt nyttig information om vad det lönar sig att göra för att spara i vardagen.

Konsumentverket har både bra hemsidor och konkreta handböcker för att hålla koll på den privata ekonomin. De har också en infosida som direkt riktar sig till unga som heter ”Valtti.” Eftersom nätköp har blivit allt vanligare, lönar det sig också att ta en titt på sidan ”Ostopuntari”. Konsumentverkets temasidor är tyvärr enbart tillgängliga på finska.

ÅAS har sammanställt en nätsida där vi listar länkar till olika instanser som kan ge råd och hjälp vad gäller den personliga ekonomin. Det är bara att klicka sig vidare! ÅAS socialpolitiska expert ger också råd vad gäller utkomstfrågor. Alla anställda på kåren har tystnadsplikt.

# Gulnäbbens checklista

- Jag har fixat bostad.
- Jag har fixat studiestöd.
- Jag har träffat alla andra i min tutorgrupp.
- Jag vet vem som finns i min tutorgrupp.
- Jag har fått min tutors kontaktuppgifter.
- Jag har deltagit i tutorträffar.
- Jag har bekantat mig med mina gulskamrater.
- Jag har bekantat mig med andra studeranden.
- Jag vet vad som menas med matrikelnummer.
- Jag har beställt mitt studiekort.
- Jag har varit på campusrundtur.
- Jag har varit på biblioteksrundvandring.
- Jag har bekantat mig med studentkårens utrymmen.
- Jag hittar till ICT-service.
- Jag har lärt mig hur man loggar in på ÅA:s datorer.
- Jag har med hjälp av min tutor gjort en studieplan i MinPlan.
- Jag har bekantat mig med studieutbudet vid ÅA.
- Jag har gått igenom undervisningsprogrammet.
- Jag har bekantat mig med specialföreningsutbudet.
- Jag har haft roligt.

KÅRENS