



ÅBO AKADEMIS STUDENTKÅR

THE STUDENT UNION OF ÅBO AKADEMI UNIVERSITY

KÅRENITGUIDEN



Studielivet börjar på **Gulnäbbsakademien**

Lär känna föreningarna.
Köp halarmärken.
Ta dina första steg in i studielivet.

Onsdagen 9 september
VASA: kl. 11-13 i Academills foajé
ÅBO: kl. 16-18 på Kåren

Innehållsförteckning

Ordförandes hälsning	4
Om ÅAS	6
Vad får du som medlem i studentkåren?	12
Kårkanslier	12
Motion i Åbo	18
Motion i Vasa	18
Påverka studentkåren	19
Studentpåverkan inom Åbo Akademi	20
Åbo campuskarta	22
Orientera dig i Åbo	23
Orientera dig i Vasa	25
Var får man råd och information gällande studierna?	26
Stöd i stress, kris och mentala problem	26
Problem med ÅA-användarnamn eller glömt lösenord?	27
Adressändring till ÅA	27
Nycklar vid ÅA	28
Tillgänglighet	28
ÅAS nätbutik	29
Kontakta oss	30

Ordförandes hälsning

Hjärtligt välkommen till akademien och Åbo Akademis Studentkår! Då du inleder dina studier på Åbo Akademi blir du också automatiskt medlem i Studentkåren.

Vi på studentkåren bevakar studerandes intressen både på lokal nivå och nationellt. Vi arbetar för att dina studier ska vara så givande och smidiga som möjligt. Samtidigt arbetar vi för att din studietid ska förbli oförglömlig även utanför studierna. På studentkåren har vi både personal och förtroendevalda studeranden som jobbar för dessa mål.

Vårt vardagliga arbete innebär möten med universitetets personal och ledning för att lyfta fram aktuella ärenden hos studerande, samt att föra fram studerandes åsikt då det planeras ändringar på universitetet. Vi fungerar alltså som en länk mellan studerande och universitetet. Ytterligare erbjuder vi program utanför studierna och stödjer föreningarna i att erbjuda dig ett rikt och mångsidigt studieliv.

På nationell nivå samarbetar vi med andra studentkårer för att förbättra studietiden för landets alla studerande. Detta gör vi genom vår takorganisation Finlands Studentkårers Förbund (FSF).

Är det något du funderar kring dina rättigheter som studerande, hur snabbt man borde få vitsord, vem bestämmer om utrymmen eller helt enkelt behöver få veta vem du ska kontakta i olika situationer – då finns studentkåren här för dig. Vi önskar att du är en aktiv del av universitetet som föreslår ändringar och tar upp problempunkter. Vi hör gärna era förslag och tankar!

Jag önskar att du utnyttjar möjligheten att få ta del av en helt unik gemenskap som ÅA erbjuder. Utanför studierna har du möjligheten att lära känna studerande från alla ämnen, skapa nätverk och livslånga vänskaper. Om du är intresserad av kår- eller föreningsverksamhet, rekommenderar jag starkt att hoppa med. Där får du nyttiga färdigheter och oförglömliga minnen!

Mitt tips till dig är: Allt med måtta. Studera, lär dig och var nyfiken, men ta tiden för att koppla av då det behövs.

Hoppas denna guide hjälper dig och ger svar på frågor du kanske inte ens visste att du hade. Tveka inte att ta kontakt med oss då det uppstår flera frågor, vi hjälper alltid till!

Jag önskar dig en fantastisk studietid!

Matias Martelin

Studentkårens styrelseordförande 2020



Om ÅAS

Som studerande vid Åbo Akademi är du automatiskt medlem i Åbo Akademis Studentkår (ÅAS). Studentkåren har sammanlagt ca 5000 medlemmar, ungefär 4000 i Åbo och 1000 i Vasa. Som medlem får du service från intressebevakning till konkreta medlemsförmåner.

Kårenitguide ger dig en överblick över servicen du får som kårmedlem och hur du kan påverka studentkårens verksamhet under din studietid. Du är alltid välkommen att kontakta oss på studentkåren om du har funderingar, synpunkter eller vill engagera dig i studentkårens verksamhet. Våra kontaktuppgifter hittas på webbplatsen, och i slutet av denna guide.

Vad gör studentkåren?

Studentkårens främsta uppgift är att se till att du som studerande har det bra under din studietid gällande utkomst, boende, påverkningsmöjligheter inom ditt universitet och utbildningarnas och undervisningens kvalitet. För att effektivt arbeta med dessa ärenden har studentkåren anställda och en styrelse bestående av studerande som dagligen jobbar med just dessa frågor.

ÅAS styrelse och anställda arbetar på Kåren i Åbo och i Havtornen i Vasa. ÅAS bevakar sina medlemmars intressen både lokalt och nationellt. Inom Åbo Akademi arbetar vi med frågor gällande kvalitet i utbildningen, att få studenternas röst hörd, och frågor kring studenternas rättsskydd, d.v.s. att regler följs och alla behandlas lika.

Intressebevakningen gäller också studentbostäder, motionsutbud, kommunala tjänster på svenska och engelska och hälso-

vård. **Efter årsskiftet börjar studenthälsan betjäna alla högskolestuderande i Finland. Vi på studentkåren jobbar för att säkerställa servicens kvalitet och tillgänglighet även i fortsättningen.**

Nationellt samarbetar alla studentkårer via Finlands studentkårrers förbund (FSF). FSF bevakar studenters intressen på nationell nivå och tar ställning i frågor som berör studenter, t.ex. då det föreslås ändringar i universitetslagen eller studiestödet.

I alla dessa frågor kan du kontakta studentkåren för att få råd och stöd eller för att föra fram åsikter och idéer.

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 pulkaåkning och valborgsmässafton på Vårdberget.





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 studentkårens viktigaste samarbetspartners, och 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.

Utrymmen, bostäder & bokning av utrymmen

ÅAS har även två helt egna kårhus: **Kåren** i Åbo och **Havtornen** i Vasa. Byggnaderna finns till för alla kårmedlemmar. Det betyder att du kan boka utrymmen antingen gratis eller till förmånligt pris.

Kårhuset i Åbo, Kåren, finns på Tavastgatan 22. Här hittar du större delen av studentkårens personal och kårstyrelsemedlemmar under kanslitid. I kårhuset hittar du även lunchrestaurangen Kåren, köksförsedda möteslokalen (för 20 personer) Marlirummet och bastu, CampusSport gym Roddis, samt några av specialföreningarnas kansli. Kåren är öppet flera kvällar i veckan så att du kan komma in och umgås med vänner och spela biljard i von Knorringska rummet eller ha möten. I Kårens festsal ordnas bland annat konserter, fester, årsfester och andra evenemang, och dessa brukar samla kårniter från alla fakulteter för att ha roligt tillsammans.

Kårhuset i Vasa, Havtornen, är beläget vid vattnet strax intill Academill. I Havtornen hittar du mötesrum, vardagsrummet, bastu, kök och terrass. I Havtornen jobbar en serviceexpert och en del av kårstyrelsen.

Bostäder

I Åbo driver studentkåren studenthemmet Tavasthem i anslutning till Kårhuset på Tavastgatan 22. Ansökan om bostad på Tavasthem kan lämnas in via webbplatsen året runt. Bostäderna hyrs i första hand ut åt ÅAS egna medlemmar. Studentkåren äger också några bostäder runt om i Åbo.

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.

Studentbystiftelsen i Åbo (TYS): www.tys.fi

Studiebostadsstiftelsen i Vasa (VOAS): www.voas.fi

Lärkan: www.studiebostader.fi

Kårhuset i Åbo

Studenthemmet Tavasthem renoverades sommaren och hösten 2017. Du kan kolla in utrymmena på Studentkårens webbplats.

Bokning

På Kåren finns flera utrymmen som kårmedlemmar och specialföreningar får låna gratis för sina möten. Dessa utrymmen är: Festsalen, Övre Aulan, Frimärksrummet, von Knorringska, Vita kabinettet, Matsalen, Argentinasalen, Nedre Aulan och uppebaren. Bokar gör du genom att vara i kontakt med serviceexperten på Kårens kansli:

kansli@studentkaren.fi

För olika tillställningar i restaurangen och festsalen ska du boka via restaurang Kåren. Kontakta i så fall restaurangchefen på anne.peltonen@abo.fi. Bilder hittar du på webbplatsen:

karen.fi

Marlirummet och bastun i Åbo kan hyras via ÅAS webbshop:

shop.studentkaren.fi/

Studentkårens utrymmen i Vasa innefattar Havtornens vardagsrum, mötesrum och bastu. Du kan boka dem via ÅAS webbshop:

shop.studentkaren.fi/

Specialföreningar

Svenskfinland har ett rikt föreningsliv och Åbo Akademi är långt ifrån ett undantag. Du hittar en lista på alla specialföreningar på ÅAS webbplats. Ett bra tillfälle att lära känna specialföreningsutbudet vid ÅA är att besöka gulnåbbsakademin i början av hösten och specialföreningsmässan på våren.

Vad får du som medlem i studentkåren?

Kårkansliet

Studentkårens kansliet och servicepunkter hittar du på tredje våningen på Kåren, Tavastgatan 22 och på Havtornens tredje våning i Vasa. Serviceexperterna betjänar dig under öppethållningstiderna:

ÅBO måndag–fredag kl. 12–15

VASA måndag, onsdag, torsdag kl. 12–15

På studentkårens servicepunkter kan du bl.a. få läsårsdekal till ditt studiekort eller hämta en gratis kårkalender. Du kan också köpa olika studentkårsprylar såsom halarmärken eller kårlyran till din studentmössa. Studentkårens personal svarar gärna på frågor av alla slag: bostäder på Tavasthem, studiestöd, bokning av utrymmen, välmående, hälsovård, evenemang eller studieproblem. Det vi inte vet kan vi ta reda på!

Infobrev & kommunikation

Det händer mycket på campus. Under terminerna skickar Studentkåren varje vecka ut ett nyhetsbrev till alla kårmedlemmar. I det finns information om vad som händer på och runt campus, och där listar vi också alla lediga studentrepresentantplatser, d.v.s. poster för vanliga studerande i grupper som planerar eller bestämmer om utbildning eller utrymmen inom ÅA, samt informerar om annat som kan intressera våra medlemmar. Som kårmedlem får du automatiskt nyhetsbrevet till din @abo.fi-address.

Följ studentkåren även på sociala media så får du veta om vad som händer på campus, våra evenemang och annat aktuellt för studerande.



@AASstudentkar

Studiekort

Som medlem i Studentkåren får du ett studiekort som fungerar som bevis när du vill få rabatter bl.a. på tåg, bussar eller lunch till studerandepreis. Med studiekort är du alltså berättigad till många förmåner både nationellt och lokalt. Samtliga förmåner kan du se på www.frank.fi där du även beställer ditt studiekort. Kom ihåg att kåravgiften måste vara betald före du beställer studiekort! Det finns även ett elektroniskt studiekort som du kan skaffa dig genom att ladda Franks applikation till din mobiltelefon.

Det fysiska studiekortet måste ha en giltig läsårsdekal för att du ska få studierabatter. Du får din läsårsdekal från Studentkårens servicepunkter under öppethållningstider, efter att du har betalat kåravgiften.

Kårkalender

Varje läsår publicerar ÅAS en kårkalender, som delas ut gratis år alla medlemmar. Kårkalendern innehåller en hel del nyttig information om studielivet. Du kan hämta din kalender t.ex. när du hämtar en ny dekal till ditt studiekort eller på Gulnäbbsakademin.

Kårkaféerna – dina egna matställen

Åbo Akademis Studentkår bedriver restaurangverksamhet i Åbo genom Kafé Gadolinia Kb. ÅAS studentrestauranger kallas gemensamt för Kårkaféerna. Lunchrestaurangerna och kaféerna hittas på Kåren, i Arken, i ASA och i Gadolinia. I Åbo betjänar kårkaféerna också på beställning.

Då du besöker Kårkaféerna understöder du din egen studentkårs verksamhet. Kårkaféernas lunchlista finns på:

www.karkafeerna.fi

Runtom i Finland hittar du också andra studentrestauranger där du kan äta förmånligt. Staten subventionerar måltider för studenterna. Kom ihåg att visa upp ditt studiekort/appen vid kassan!

Street Festival

Kårkaféerna ordnar tillsammans med ÅA Street Festival i Åbo där vi alla tillsammans firar läsårets början. I år ordnas Street Festivalen på distans den 3 september.

Hälsovård

En stor del av höstens kåravgift används till finansieringen av studenternas hälsovårdsstiftelses (SHVS) tjänster. Du måste ha betalat kåravgiften för den pågående terminen för att kunna använda studenthälsans tjänster. SHVS tjänster är till största delen avgiftsfria. Kom ihåg att avboka tider om du får förhinder, annars debiteras besöksavgiften och en straffavgift.

Från och med 1 januari 2021 producerar SHVS studerandehälsovårdstjänster för alla högskolestuderande. Från början av 2021 betalar de studerande som har rätt till SHVS tjänster hälsovårdsavgiften till FPA.

Du har rätt till vård också på andra SHVS serviceställen än på orten där du studerar. Så om du är på besök på annan ort med studenthälsa kan du boka tid där.

Tjänsterna är indelade i tre sektorer: allmän hälsa, mental hälsa och oral hälsa. SHVS kallar alla förstaårsstuderande till en hälsokontroll som består av en elektronisk hälsoenkät och vid behov en personlig mottagningstid.

Studerande har rätt att anlita den kommunala hälso- och sjukvården och kan då SHVS är stängt kontakta hälsovårdscentral eller närmaste sjukhus som har jour.



S · H · V · S
STUDENTERNAS HÄLSOVÅRDSSTIFTELSE

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, Rektorsåkersgatan 4 (Yo-talo A). Du kan besöka eller ringa dem under mottagningstiden, tfn. 045 843 3428.

Till juristerna kan man vända sig med allehanda juridiska problem angående till exempel beskattning, boende, anställning m.m. Åbo universitets rättshjälpskommitté ger juridisk rådgivning varje tisdag kl. 18–20 i TYY:s utrymmen.

Du är välkommen att kontakta juristerna i Åbo även om du studerar i Vasa.

Trakasseriombud

Åbo Akademis Studentkårs trakasseriombud är anställda vid studentkåren och finns till om du blivit utsatt för trakasserier, våld eller mobbning. Att du känner att du vill fråga något eller diskutera räcker för att ta kontakt. Ombuden går aldrig vidare med någon fråga utan att du bett om det.

Trakasseriombuden har tystnadsplikt, lyssnar och ger råd samt hjälper komma till lösningar konfidentiellt. Du kan kontakta studentkårens trakasseriombud på:

trakasseri@studentkaren.fi

Presentation av ombudens arbete finns på:

www.studentkaren.fi/studerande/radgivning/trakasseriombud/

Studentprästerna

Det finns tre studentpräster i Åbo och två av dem jobbar som högskolepräster vid Åbo Akademi. De heter Tiina Hallikainen och Mia Pusa. Tiina och Mia jobbar som kyrkans anställda inom universitetet. Arbetet baserar sig på att studentprästerna är närvarande i universitetets vardag såsom den är.

Till Tiinas och Mias jobb hör att delta i olika arbetsgrupper som sysslar med studerandenas välmående och kristöd, att vara med i olika händelser och projekt och att erbjuda möjlighet till samtal. Andakter, gudstjänster och förrättningar d.v.s. dop, skriftskolor, konfirmationer, bröllop, välsignelse av äktenskap och begravningar hör också till studentprästernas jobb. Deras jourtid är varje tisdag, kl. 13–14 på Kåren.

I Vasa heter universitetsprästen Hanna Jern och sysslar med likadan verksamhet som studentprästerna i Åbo. Henne kan du kontakta t.ex. om du behöver prata med någon eller angående olika förrättningar.

Du kan också ta kontakt med någon av ungdomsarbetsledarna som du hittar på församlingarnas webbsidor under kontaktuppgifter.

Studentprästerna i Åbo:

mia.pusa@evl.fi, tfn. 040 341 7296

tiina.hallikainen@evl.fi, tfn. 040 341 7308

Studentprästen i Vasa:

hanna.jern@evl.fi, tfn. 044 480 8327

Motion i Åbo

CampusSport ordnar motionsaktiviteter för Åbos alla högskolestuderanden!



CampusSport erbjuder bl.a. följande motionsaktiviteter:

- 5 st. gym
- Ledd motion
- Öppna bollturer
- Kortkurser, PT-tjänster, massage, utlåning av motionsredskap och förmåner från samarbetspartners

Motionsavgiften betalas via CampusSports webbshop och mera information om t.ex. restriktioner under corona hittar du på webbsidor: www.campussport.fi

Motion i Vasa

Motionstjänster i Vasa ordnas av ÅAU Sports. Som medlem får du bland annat billigare biljetter till simhallen i Vasa, billigare medlemskap i Wasa Sport Club och Wasa Move samt andra förmåner hos diverse leverantörer av motionstjänster. Motionsavgiften betalas via ÅA:s webbshop, antingen för hela läsåret eller en termin i gången. Läs mer om motionstjänsterna i Vasa på: <https://blogs2.abo.fi/aausportsvasa/>

Påverka studentkåren

Kårfullmäktige är studentkårens högsta beslutsfattande organ. Kårfullmäktige består av 25 ledamöter och väljs i början av november vartannat år genom det så kallade Kårvalet. Alla studentkårens medlemmar har rätt att rösta och ställa upp som kandidater.

Fullmäktiges uppgift är att styra studentkårens verksamhet genom styrelsen, som väljs varje år i december. Fullmäktige drar alltså upp de stora riktlinjerna för studentkårens verksamhet, och styrelsen arbetar sedan i enlighet med dem. Fullmäktiges mandatperiod är två år och styrelsens ett år. Nästa fullmäktigeval blir hösten 2021.

Studentkårens styrelse och fullmäktige består av vanliga studerande som under sin studietid velat engagera sig mer i sin studieomgivning och jobba för alla studerandes bästa. Fullmäktigemötena är öppna för alla kårmedlemmar. Mötestiderna hittas på studentkårens webbplats.

Vid frågor får man också alltid ta kontakt med fullmäktigeordförande på fo@studentkaren.fi.



På studentkåren har vi också **fyra olika utskott**. Utskotten fungerar som stöd för styrelsen och hjälper till med ordnandet av bland annat evenemang. Att vara med i utskottet ger dig möjligheten att bekanta dig med studentkårens verksamhet och komma med roliga idéer och förverkliga dem. De fyra utskotten är miljöutskottet, evenemangskommittén, jämställdhetsutskottet och kontinuitetsutskottet. Vid frågor om utskottsarbete kan du kontakta styrelseordförande på:

so@studentkaren.fi

Om du är intresserad av **redaktionsarbete**, har studentkåren tidningen *Errores* som kommer ut varje Valborg. Vid frågor gällande redaktionsarbete kontakta styrelsens viceordförande på:

vo@studentkaren.fi

Studentkåren ordnar **årsfest** lördagen närmast den 18 februari, vartannat år i Vasa och i Åbo. För att ordna årsfesten väljs en kommitté som planerar och ordnar festligheterna. Till årsfestkommittén kan man söka då anmälan kommer upp under hösten. Vid frågor om årsfestkommittéarbete, kontakta:

vo@studentkaren.fi

Studentpåverkan inom Åbo Akademi

Studenterna har en viktig roll i beslutsfattandet vid Åbo Akademi. Studentrepresentanter finns med i allt från förberedande arbete till beslutsfattande i akademins högsta ledning. Studentrepresentanterna fungerar som en viktig kontaktlänk mellan studenter och ÅA:s anställda. Att rekrytera, välja och stödja studentrepresentanter är en av studentkårens viktigaste uppgifter.

För att bli studentrepresentant krävs egentligen bara ett genuint intresse för att påverka sin studieomgivning och en förmåga att diskutera sin vardag och utbildning ur studerandeperspektiv.

vet. Den vardagliga verksamheten och reformer vid universitetet fungerar bättre för studerande då studerande varit med och planerat.

Man kan vara studentrepresentant i alla skeden av sina studier, och man behöver inte ha tidigare erfarenhet. Din synvinkel är värdefull i beslutsfattandet vare sig du är första årets studerande eller jobbar på din gradu. Det finns många olika grupper så det lönar sig att hålla ögonen öppna då studentkåren söker frivilliga.

ÅAS hjälper och stöder studentrepresentanterna i deras arbete under hela mandatperioden. Studentombudet är den huvudsakliga kontaktpersonen som kan kolla upp detaljer kring mötesteknik, ÅA:s regler, nationella reformer, eller hjälpa formulera egna förslag.

Vi ordnar träffar och utbildning om aktuella teman inom ÅA och högskolepolitik för studentrepresentanterna och föreningarnas högskolepolitiskt ansvariga och intresserade. Enligt representanternas önskemål har vi FB-grupper eller chattar för att göra vardagskommunikationen enkel för alla inom studentrepresentantnätverket. Nätverket ska fungera som bollplank och discussionsforum och stödja studentrepresentanterna i deras arbete. Målet är att sprida information på ett sådant sätt att så många studerande som möjligt kan hålla sig uppdaterade om beslutsgången inom Åbo Akademi och kunna påverka i olika formella och vardagliga sammanhang. Ofta lyssnar personalen mest på studenterna på det egna ämnet eller linjen.

Om du vill bekanta dig närmare med studentrepresentantuppdraget kan du läsa presentationen på studrep.studentkaren.fi. Lediga platser utannonseras i studentkårens nyhetsbrev.

Upplev Åbo också utanför campus!

Kolla in "Kultur i Åbo" på Facebook och Twitter för svenskspråkiga tips om kultur, motion, kurser, konserter m.m.



Åbo campuskarta

1. Agora
2. Arken
3. ASA
4. Axelia
5. BioCity
6. Domus
7. Humanisticum
8. Sibeliusmuseum
9. Gadolinia
10. Åhuset och Domvillan
11. Teologicum
12. Åbo Akademis Bibliotek
13. Domkyrkan
14. Geohuset
15. ÅA:s huvudbyggnad
16. Gripen
17. Kåren

Orientera dig i Åbo

1. Domkyrkan
2. Kåren
3. Åbo Akademis Bibliotek
4. Gadolinia
5. Arken
6. ASA
7. Åbo Stadsbibliotek
8. Salutorget
9. Trätorget
10. Busstationen
11. Konstmuséet
12. Åbo tågstation
13. Kuppis tågstation
14. Åbo universitetssjukhus
15. ÅUCS jouren
16. Studenthälsan
17. Studentbystiftelsen
18. FPA
19. Åbo polisstation





3

5

4

1

2

9

6

7

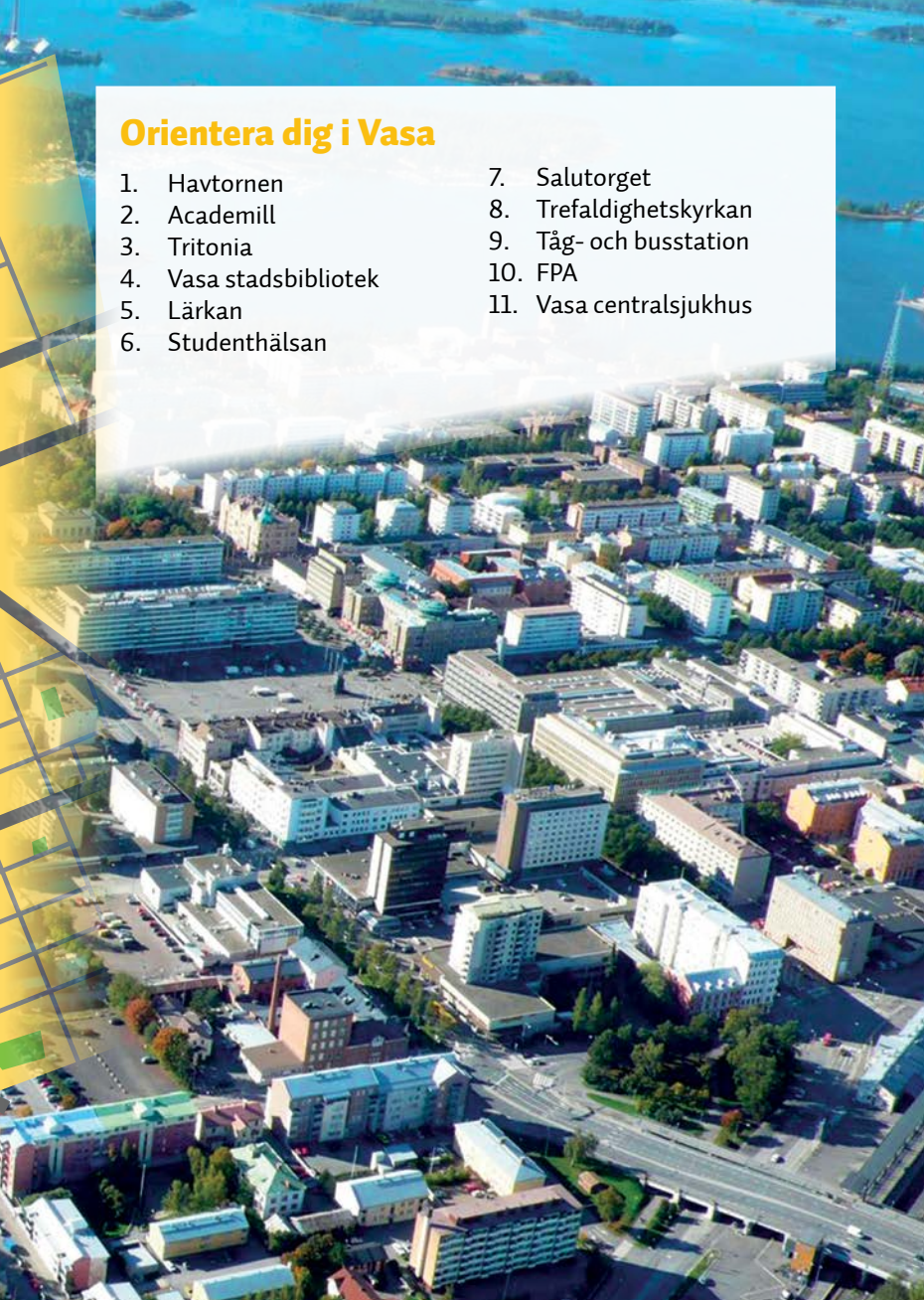
8

10

11

Orientera dig i Vasa

1. Havtornen
2. Academill
3. Tritonia
4. Vasa stadsbibliotek
5. Lärkan
6. Studenthälsan
7. Salutorget
8. Trefaldighetskyrkan
9. Tåg- och busstation
10. FPA
11. Vasa centralsjukhus



Var får man råd och information gällande studierna?

Alla studerande har rätt till rådgivning gällande studierna, det mesta hjälper din fakultets studierådgivare med. Läs information du får till din abo.fi e-post och sök information på ÅA:s webb och intra. Kursinfo finns på studiehandboken.abo.fi och allmän studieservice vid ÅA når du på studinfo@abo.fi.

Om du efter att du frågat kurslärare, egenlärare eller studierådgivare ännu känner dig osäker eller upplever att ingen ger svar på dina frågor kan ÅAS studentombud hjälpa dig hitta rätt.

Stöd i stress, kris och mentala problem

Studiepsykologerna är en del av ÅA:s studerandestöd och hjälper dig när du har frågor kring studiefärdigheter, studiemotivation, lärande, tidshantering eller stress.

Om du har symptom som ångest eller depression kan du kontakta **studenthälsan** på din ort. De kan även ge stöd i kriser.

Den nationella **svenskspråkiga kristelefonen** som Mieli r.f. upprätthåller ger råd och stöd vid mentala problem och chock- och krissituationer. Dit kan du också ringa gällande t.ex. oro för en närstående. Numret är 09 2525 0112, kolla öppettider på webben: mieli.fi/sv

Studentprästerna är också experter på samtalsstöd, krishjälp och stöd i sorg.

Om du är osäker vart du ska vända dig eller har svårt att hitta svenskspråkig service så hjälper ÅAS studentombud dig att få rätt stöd.

Problem med ÅA-användarnamn eller glömt lösenord?

Stöter du på problem med ditt användarnamn eller upplever att datorerna eller printern i datasalen krånglar är det ICT- service som du ska kontakta. Anmäl genast problem och lämna inte åt nästa person!

Åbo: helpdesk@abo.fi

Vasa: helpdesk-vasa@abo.fi

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. Adressändring gör du i Peppi (peppi.abo.fi) Logga in med ditt ÅA-användarnamn.

Nycklar vid ÅA

Kom ihåg att skaffa nyckel till byggnaderna där du rör dig! Köp den i ÅA:s nätbutik (shop.abo.fi) den elektroniska nyckeln är färdig nästa vardag, ta ID med när du hämtar ut den. Nyckeln aktiveras enligt dina behov, d.v.s. enligt det ämne du studerar, de datasalar du använder och i Åbo även biblioteken. Nyckeln är alltid personlig och får inte lånas ut åt andra.

Tillgänglighet

Rådgivning i frågor som har att göra med funktionsnedsättning ges i första hand av studierådgivare vid fakultetskansliet. Bland de vanligaste åtgärderna finns till exempel förlängd tentamens-tid och lånetid på bibliotek, alternativa examinationsformer och rätt att använda olika hjälpmedel. Då det är frågan om fysisk tillgänglighet, går det också att programmera den egna nyckeln enligt de individuella behoven. Du kan läsa mera om ÅA och tillgänglighet på ÅA:s intranät.



ÅAS nätbutik

shop.studentkaren.fi

Via vår nätbutik kan du köpa lyra till din studentmössa, tygmärken till din halare, kårband till din frack, kostym eller klänning och boka utrymmen för dina möten och fester.



ÅAS 100 ▾

KÅRPRYLAR ▾

HALARMÄRKEN ▾

PUBLIKATIONER ▾

UTRYMMEN ▾



Studentkårens nätbutik

kårpylfor för studielivets alla skeden

Kontakta oss

Generalsekreterare gs@studentkaren.fi 02 215 46**52**

Serviceexpert (Åbo) kansli@studentkaren.fi 02 215 46**50**

Serviceexpert (Vasa) havtornen@studentkaren.fi 06 324 7225

Studentombud petra@studentkaren.fi 02 215 46**55**

Kommunikatör info@studentkaren.fi 02 215 46**56**

Trakasseriombud trakasseri@studentkaren.fi

Fullmäktigeordförande fo@studentkaren.fi

Styrelseordförande so@studentkaren.fi

Verkställande direktör vd@studentkaren.fi 045 167 2426

Restaurangchef anne.peltonen@abo.fi

ÅBO AKADEMIS STUDENTKÅR
ÅAS

www.studentkaren.fi

För aktuell information om all verksamhet som nämns i guiden.

Föreningen för oss som har studerat vid Åbo Akademi



www.aboakademisalumner.fi



www.studentkaren.fi