

STUDIELIV 2.0

EN HANDBOK FÖR
ÅAS SPECIALFÖRENINGAR



ÅBO AKADEMIS STUDENTKÅR
THE STUDENT UNION OF ÅBO AKADEMI UNIVERSITY

Tack till alla som bidragit med sakkunskap och praktiska råd, speciellt Henrika Biström, Oscar Nyman och Jasmin Slimani!

INLEDNING

Ett av Åbo Akademis Studentkårs tyngdpunktsområden i intressebevakningen är att uppmärksamma frågor som berör jämlikhet och tillgänglighet. Det gör vi bland annat genom föreningsutbildning, påverkningarbete mot ÅA, och den här handboken för föreningar där vi ger tips för lyckade evenemang och vem ni kan kontakta med frågor.

Syftet med handboken är att stödja föreningarna i att ordna verksamheten på ett jämlikt sätt. Studielivet är en viktig del av studietiden och vi hoppas att alla oberoende av kön, ålder, ursprung, nationalitet, hudfärg, språk, religion och övertygelse, åsikt, politisk verksamhet eller fackföreningsverksamhet, familjeförhållanden, handikapp, hälsotillstånd, sexuell läggning eller andra faktorer ska hitta ett sammanhang där de trivs.

Specialföreningarnas evenemang berör alla studerande. Det är ni som tillsammans ansvarar för studielivet och att alla kan trivas. Det är viktigt att ni funderar på hurdana ni vill att evenemangen är. Många föreningar arbetar redan nu med att bryta normer och funderar kontinuerligt på hur verksamheten kan utvecklas för att så många som möjligt ska trivas. Det är trots det aldrig fel att väcka diskussion och fundera på hur era evenemang känns för någon som deltar första gången.

Kom ihåg att ta hand om varandra!

Åbo Akademis Studentkår, hösten 2018

TIO STEG MOT ETT BÄTTRE STUDIELIV

1. ALLA IDENTIFIERAR SIG INTE SOM MAN ELLER KVINNA

Hur beaktas det här i ert evenemang? Har ni toaletter för enbart män och kvinnor? Finns det en bordsplacering där tanken är att alla ska sitta man och kvinna? Sjunger ni sånger där vissa rörelser ska göras av kvinnor och andra av män? Då är det kanske värt att fundera på om någonting kunde göras annorlunda för att alla ska känna sig välkomna på evenemanget. Respektera alltid det pronomen (han, hon, hen) en person vill använda. Problem kan även uppkomma vid klädkoder som är specifikt inriktade på kön. Undvik strikta klädkoder och låt alla klä sig enligt vilken av klädkoderna som helst. Ett exempel är att det i evenemangsbeskrivningen inte behöver anges att kvinnor ska ha klänning och män kostym utan enbart hur man t.ex. Bär föreningsband med klänning eller kostym. Ni kan duka med två olika färgers servetter för att signalera vem som skålar åt vilket håll.

Finns det normer som föreningen upprätthåller?

2. ALLA VILL INTE DRICKA ALKOHOL

Många studentevenemang baserar sig på att deltagarna ska dricka alkohol. Att dricka alkohol får aldrig vara ett villkor för att kunna delta i ett evenemang. Det ska vara möjligt att förtära alkohol på vissa evenemang men ingen ska få konstiga frågor eller blickar för att hen inte dricker alkohol. Det ska heller inte behövas en orsak för att inte dricka alkohol. Tänk även på att ordna alkoholfria evenemang för de som kän-

ner att de inte är bekväma med en omgivning där alkohol konsumeras. Våga också utmana normer genom att t.ex. vid anmälningar sätta det alkoholfria alternativet som första alternativ.

3. ALLA HAR INTE RÅD ATT GÅ PÅ EVENEMANG SOM KOSTAR

Finns det evenemang i er förening som är helt gratis? Alla studerande har inte möjlighet att betala för att delta på evenemang och därmed vore det kanske värt att fundera på om det kunde finnas något kostnadsfritt evenemang som era medlemmar kunde delta på eller som enbart kostar en liten slant. Värt att fundera på är även om en medlem genom att redovisa för vägande skäl kunde få evenemanget till ett billigare pris och på så sätt öka möjligheten för alla att kunna delta på evenemanget oberoende av ekonomisk ställning.

4. ALLA HAR INTE MÖJLIGHET ATT TA SIG IN PÅ ALLA STÄLLEN

Hur tillgängliga är de lokaler eller ställen där era evenemang ordnas? I er förening kan det finnas medlemmar som på grund av exempelvis något funktionshinder inte har möjlighet att ta sig in på det stället där ni ordnar era evenemang. På de flesta ställen finns det dock möjligheter att ta sig in med t.ex. rullstol. Då är det viktigt att er förening även informerar om det här i exempelvis evenemangsbeskrivningen så att personer som är i behov av dylika arrangemang vet om att de har möjlighet att delta.

5. TA ALLERGI- OCH ÖVERKÄNSLIGHETSREAKTIONER I BEAKTANDE

Alla deltagares allergier bör tas i beaktande under ett evenemang och alla bör serveras mat av samma kvalitet oavsett allergier eller dieter. Det finns olika skäl till specialdieter och det är inte någonting man ska behöva förklara. Blir det oklart i anmälningen om deltagaren är vegan eller vegetarian så kolla upp på förhand.

Värt att notera är att det också finns personer som inte mår bra av starka dofter eller blinkande ljus vilket också bör tas i beaktande. En ruta "övrigt" i ett anmälningsformulär signalerar att det är ok att nämna om sådant på förhand.

6. INGEN SKA BEHÖVA UTSÄTTAS FÖR NÅGON FORM AV TRAKASSERIER ELLER VÅLD PÅ ERT EVENEMANG

Er förening ansvarar för att de evenemang ni ordnar är säkra för alla deltagare. Ett tips är att exempelvis utse två kontaktpersoner till varje enskilt evenemang. Namnen ska tydligt presenteras på förhand och/eller senast i början av evenemanget.

En kontaktperson (mera info på sidan 14) ansvarar för att ordningen säkerställs och att alla trivs, tillsammans med övriga i styrelsen om det behövs. Deltagarna ska under och efter evenemanget kunna vända sig till en kontaktperson om någonting uppstått under evenemanget såsom trakasserier. Till kontaktpersonerna kan man också vända sig till för rent praktiska frågor gällande exempelvis borttappade väskor och låsta dörrar.

Det är också viktigt att det som anmäls åt kontaktpersonerna tas på allvar och beaktas i verksamheten.

Det viktigaste arbetet är ändå det förebyggande arbetet. Undvik att ordna programpunkter där man exempelvis uppmuntrar till nakenhet eller andra traditioner/sånger som kan göra att någon känner sig obehaglig. Ingen ska behöva känna sig otrygg på något evenemang. Om ni har en känsla av att något tema kan tolkas på ett rasistiskt sätt kan det vara skäl att byta ut det.

Föreningen kan ha nedskrivna regler för sitt utrymme eller sina evenemang eller någon typ av jämlikhetsdeklaration. Ni behöver inte lista alla typer av dåligt beteende ni kan komma på men det kan också vara bra att påminna om att inte ifrågasätta andras politiska åsikter, religiösa åskådningar, dieter eller utseende. Också kommentarer som beror på ignorans och inte är illa menade kan vara väldigt stötande, t.ex. om någon ofta får frågan varifrån hen egentligen kommer om hen inte ser ut som en typisk finländare. Det är ett bra stöd för enskilda aktiva att ha någon typ av dokumentation att hänvisa till, och speciellt i början av ett evenemang kort berätta om föreningens regler eller inkludera texten i FB-eventet.

Fråga deltagare och potentiella deltagare om deras upplevelser och förväntningar!

7. ALLA PRATAR INTE SAMMA SPRÅK

I studielivet finns det många studerande som inte har svenska som modersmål eller upplever att de inte behärskar svenska tillräckligt bra. I er förening kan ni fundera på vilka möjligheter det finns för exempelvis utbytesstuderande eller personer med finska som modersmål att delta på era evenemang. Kunde ni exempelvis dra någonting på engelska eller ordna ett helt evenemang som även skulle välkomna dem som inte har svenskan som ett starkt språk? På det här sättet skulle era evenemang bli tillgängligare för alla. Redan några meningar på engelska om ett evenemang visar på att ni välkomnar internationella studerande, och i bästa fall finns all praktisk info översatt.

8. ALLA HAR INTE MÖJLIGHET ATT DELTA PÅ EVENEMANG SOM ORDNAS KVÄLLSTID

Ofta ordnas studentevenemang kvällstid under vardagar. Det här kan begränsa många personers deltagande om de exempelvis har ett jobb som alltid är dessa tider, pendlar från annan ort eller har barn. För att alla ska ha möjlighet att delta på något av de evenemang ni ordnar är det viktigt att ta i beaktande att inte alltid ordna evenemang vid samma tidpunkt utan se till att variera under året.

9. ALLA SKA TRIVAS PÅ ERA EVENEMANG

För att alla ska trivas på era evenemang är det på föreningens ansvar att se till att alla känner sig inkluderade och har roligt. Det kan handla om att gå fram och prata med någon som för första gången deltar i ett av era evenemang. Om någon ser ut att vara lite utanför, gå fram och prata med personen. Om er förening ordnar ett stort evenemang med

många nya kan ni också fundera på om det är värt att i ett litet kompisgäng inom föreningen berätta "inside jokes" som alla inte förstår. Många föreningar har deltagare som inte har en stark koppling till ämnet eller regionen föreningen representerar utan deltar för att de trivs i sammanhanget, och det är det bästa betyget. Inom en ämnesförening kan ni bygga gemenskap genom att skämta om stereotyper inom er bransch, ni behöver inte hacka ner på andra studieinriktningar för att ha någonting att skratta åt tillsammans.

Om alla i föreningen tar sitt ansvar för att alla ska trivas kommer det också hända!

10. DET ÄR NI SOM SÄTTER IHOP PUSSLET FÖR ÅBOS OCH VASAS STUDIELIV

Det är alla specialföreningar tillsammans som lägger ihop kartan över de evenemang som ordnas för studerande i Åbo och Vasa. Med det här kommer också ett stort ansvar eftersom det ska finnas någonting som passar alla. Gemenskapen mellan studerande och en meningsfull fritid är viktiga för att orka och stöder också studierna. Små föreningar innebär inte att det är lägre tröskel att delta; en blyg person kan känna sig som överlops tillsammans med ett tätt kompisgäng. Det är bra att uppmuntra flera att delta och också se till att de känner sig inkluderade.

HAR NI FRÅGOR ELLER BEKYMMER INOM FÖRENINGEN?

Vi på Studentkåren står gärna till tjänst. Vi vet inte allt, men för det mesta kan vi ta reda på. Petra (petra@studentkaren.fi) fungerar gärna som medlare om problem uppstår inom styrelsen eller mellan styrelsen och medlemmarna. Matias (info@studentkaren.fi) tycker om att googla fram saker om stadgar och lagtexter.

Ni kan prata med oss om ni behöver hjälp att lösa ett problem eller om ni vill göra förebyggande arbete för att alla ska trivas. Vi tar även gärna emot önskemål om information och utbildningar för våra specialföreningar och medlemmar.

Finlands studentkårers förbund har heltäckande praktiska riktlinjer för hur de ordnar evenemang, (finns också på engelska):

<https://syl.fi/syl-jamlikhetsanvisningar-for-evenemang/>

Från den kan ni fritt kopiera formuleringar om ni vill göra en egen guide.

VAD GÖR ETT TRAKASSERIOMBUD?

Ett trakasseriombud har som uppgifter att ge stöd och råd ifall du känner dig utsatt för mobbning, diskriminering, sexuella trakasserier eller våld. Du behöver inte själv ha en definition för frågan, hör av dig om det är en händelse du vill diskutera. Trakasseriombuden kan du träffa på kårkansliet i Åbo, och de reser till Vasa vid behov, och du kan alltid kontakta via e-post eller telefon. Trakasseriombuden har tystnadsplikt men kan också föra ärendet vidare om du så vill. Det är alltid kårmedlemmen som varit i kontakt som bestämmer vad processen är, dvs vilken typ av stöd ombudet kan hänvisa till, om saken förs vidare med namn eller anonymt. Kort sagt allt från att prata en stund till att hjälpa med polisanmälan eller läkarbesök. Trakasseriombuden kommer gärna med på föreningarnas evenemang och presenterar sig och sitt uppdrag.

ÅAS har två trakasseriombud

Om någonting hänt på akademien eller på fritiden som du börjat fundera på och känner att du skulle vilja prata om kan du alltid kontakta någon av våra två trakasseriombud.

Du bestämmer själv vilken processen är, om du vill anmäla eller vara anonym och en av trakasseriombuden är i kontakt till t.ex. ÅÅ, hjälper att hitta rätt stöd, eller finns till för att diskutera med. Du når båda ombuden via **trakasseri@studentkaren.fi**.

HUR SKA JAG SOM ARRANGÖR AGERA OM NÅGONTING HÄNDER?

1. TA SAKEN PÅ ALLVAR

- Om du ser att någonting händer eller någon kommer fram till dig och berättar om något problem, ta det på allvar.
- Det ska vara en låg tröskel att ta upp problem om t.ex. trakasserier och det sker genom att vi lyssnar på varandra, agerar och förebygger.
- Alla har olika tröskel för vad som känns okej, förminska aldrig någons upplevelse!

2. REAGERA

- Säg till eller gå emellan
- Bemöt också den som betar sig dåligt med respekt, sjunk inte ner på hens nivå
- Gör upp en handlingsplan i föreningen för hur ni går tillväga ifall någonting händer eftersom ni då säkerställer att alla vet hur det är meningen att gå tillväga och därmed behöver ingen känna sig osäker.
- En handlingsplan kan exempelvis se ut som att ansvars- och kontaktpersoner meddelas om att någon betett sig olämpligt. Därefter får personen i fråga en varning och ifall ett till klagomål lämnas in om samma person är festen slut för hen.

3. ÖVERGE INTE EN ÖVERBERUSAD FESTDELTAGARE

- Ibland händer det att nån blir för full och kanske inte alltid vet vad som är bäst för hen själv. Ifall någon av deltagarna blir överberusad så servera isåfall inte mera alkohol till hen. Se till att ingen lämnar lokalen utan jacka för att gå hem om det är kallt ute.
- Om någon slocknat på evenemanget så se då till att söka upp en kompis till personen så att alla kommer hem.
- Om ingen kompis går att hitta bör en kontaktpersonen eller någon annan lämplig ansvara för att deltagaren kommer tryggt hem.

4. DISKUTERA MED ANDRA OCH BE OM HJÄLP

- Om du som ansvarar för evenemanget inte vet hur du ska göra, kolla med en annan styrelsemedlem eller be om hjälp av någon annan.
- Om du som ansvarig i föreningen är osäker på frågor kring inkludering och mångfald kan du fråga råd av en annan förening eller ÅAS. Det krävs träning i att våga prata om det som spontant kan kännas obekvämt.

ÅA:s kontaktpersoner för trakasserier

Åbo Akademi har två kontaktpersoner för trakasserier om du vill anmäla något som skett inom ÅA:s verksamhet, gällande en medstudering eller någon i personalen (även utanför arbetstid, t.ex. på ämnets julfest eller sociala medier).

Studerandes kontaktpersoner vid Utbildningsservice

Koordinator Jan Kraufvelin (jan.kraufvelin@abo.fi, +358 50 536 5886)

Koordinator Rebecca Karlsson (rebecca.karlsson@abo.fi, +358 46 921 6099)

PRAKTISKA TIPS FÖR ATT ORDNA FESTER

- Tydlig information på förhand gör det lättare att delta, t.ex. menyn, vad kostar det om man dricker öl men inte snaps, vilken är klädseln. Enkelt och vardagligt språk visar på ett evenemang med låg tröskel.
- De alkoholfria dryckerna eller dietmaten liknande som övrig och serverad på liknande sätt, alla kan välja limsaburk istället för öl/cider.
- Gör eller beställ enkel mättande mat, hellre säkra kort än alltför avancerade rätter
- Meddela på förhand hur det är med tillgängligheten (lätt/svårt att komma in med rullstol/kryckor, på vilket språk ordnas evenemang- et/kan man delta).
- På en sitz kan sångledarna/toastisarna inkludera info om "trakasserifri zon", utsedda kontaktpersoner och allmänt trevligt beteende då hälsar festgästerna välkomna.
- Bra om styrelsen eller andra ansvariga arrangörer på förhand diskuterat när ni ska säga till om dåligt beteende eller eventuellt be en deltagare gå hem.
- Undvik att ha festdeltagare som blir så fulla att de slocknar, alla ansvarar för sig själv men lättare för arrangören om alla mår bra då festen är slut och ni ska städa. Matig förrätt eller börja äta före första sången fungerar bra.
- Planera hela evenemanget så att det ska vara roligt att delta också som nykter.
- Ha alltid vattenkanna o muggar framme, eller ännu bättre; hallon- saft.
- Helan är ett namn, inte ett tvång att dricka allt.
- Undvik att sätta kränkande snapsvisor i programbladet. Ex. objekti- fiering och bedömning av kroppar är inte önskvärt.

PRAKTISKA TIPS FÖR ATT ORDNA GULNÄBBSINTAGNING

- Planera punkterna så att de är roliga och stöder teambuilding
- Klar information på förhand, nya studerande vet inte vad det handlar om eller kan ha blivit skrämnda av vad kompisar eller tutorer sagt, var tydliga med att ni vill ordna evenemanget för ALLA.
- Program där deltagarna tävlar i att dricka ska alltid ha ett alternativ som är alkoholfritt som finns framme färdigt och de inte behöver fråga efter skilt.
- Fundera vem ni ordnar evenemanget för och vad känslan hos deltagarna ska vara efteråt, äldre studerande som hänger runt och tittar och filmar med sina telefoner kan kanske ha eget roligt annanstans.
- Undvik punkter där gulisarna uppmuntras att klä av sig eller annat program med grova sexuella anspelningar.
- Kom ihåg att detta är introduktionen till er förening och studielivet, bemöt alla deltagare med respekt, de kanske kommer att bli de nya aktiva som jobbar gratis för det gemensamma bästa.
- Då ni ännu inte känner de nya medlemmarna/deltagarna, välj program och sånger väldigt aktsamt, alla vill inte skrika ut "älska pojke/flicka" eller sjunga endast sånger som glorifierar spritbruk.
- Se till att gulisarna förstår att sent festande inte betyder att de missar introveckans sessioner eller föreläsningen morgonen efter. Det är bra att träna grundläggande självdisciplin redan första hösten.

PRAKTISKA TIPS FÖR SÅNGLEDARE / TOASTIS

- Hur ni väljer vem som är sångledare: prioritera god självkänsla och positiv inställning, bra sångröst ett plus men verkligen inte ett måste.
- Var tydliga i vad som förväntas av sångledaren, bra om styrelsen och sångledarna träffas och diskuterar: "på jobb" hela sitzen, ska planera på förhand, ska känna till föreningens värderingar och t.ex. vilka sånger ni inte brukar sjunga.
- Två personer av olika könstillhörighet och i övrigt olika bakgrund eller ålder fungerar bra.
- Vidtala någon som också stiger upp vid t.ex. sibboborna så inte ängslig gulis känner sig ensam.
- Planerar ni lekar eller "uppgifter under fatet" ska det vara genomtänkt och om det lyckas kan också vara beroende om ni t.ex. hunnit göra en fungerande bordsplacering eller gruppindelning.
- Fast den som inte trivs alltid kan gå ut är det trevligare om ni t.ex. säger att de som vill sjunga "Gosa lilla magen" och röra varandra stiger upp, de som inte vill vara med sitter kvar.
- Sångledare som säger positiva saker till deltagarna brukar vara omtyckta.

PRAKTISKA TIPS FÖR ATT ORDNA ANDRA EVENEMANG ÄN FESTER

- Lägg gärna tidpunkter så att även de som inte deltar i fester kvällstid, t.ex. p.g.a. familj kan delta i diskussionsseminarium eller bowling dagtid.
- Även här ändamålsenligt med kontaktpersoner deltagarna kan höra av sig till under och efter evenemanget.
- Inför och vid möten med personval är det bra att uppmuntra så olika medlemmar som möjligt att ställa upp. En styrelse som består av ett gäng från flera olika årskurser har lättare att få med fler deltagare på evenemang.
- Enkelt och "mainstream" drar ofta fler deltagare än något som verkar för avancerat eller exkluderande.
- Bastu - utgå inte ifrån att alla vill gå, ska finnas möjlighet att tvätta sig efter idrottsevenemang utan att behöva umgås naken.
- Motionsevenemang, satsa på grenar eller aktiviteter som passar så många som möjligt. I Åbo kan CampusSports motionstutorer (tutors@campussport.fi) hjälpa både föreningar och enskilda studerande att hitta lämpliga aktiviteter.

PRAKTISKA TIPS FÖR ATT ORDNA ÅRSFESTER

- Akademisk högtidsdräkt; berätta vad det är och hur man brukar göra med olika bling och persedlar då man har på sig frack eller aftonklänning.
- Ange om det är valfritt att ha kostym eller klänning i valfri längd men att en deltagare kan ha långklänning eller frack om en själv är bekväm i det.
- Ännu mer detaljinformation än vanligt behövs; deltagare är mer rädda att göra bort sig på finare evenemang.
- När och hur överräcks hälsningar och gåvor från andra föreningar? Inte roligt att släpa paketet till årsfesten om styrelsen tänkt att hälsningarna kommer på sillisen.
- Skilt pris med meny utan alkohol ska alltid finnas, signalerar att ni planerar ett evenemang för alla sina medlemmar.
- Håll konferens både efter förrätt och efter huvudrätt, då kan alla som behöver gå på wc utan att det stör programmet
- Håll tal till föreningen, studerande, hemstaden eller efterrätten, talen till mannen och kvinnan är den stunden på årsfester där många blir obekväma och det som oftast misslyckas.
- Ge tydliga instruktioner till talare, t.ex. hur lång tid som är lämplig och vad som kan tänkas intressera deltagarna.
- Om ni har danskort kan deltagarna också skriva in att de träffas i baren och pratar vetenskap ifall de gillar sitt bordssällskap men inte vill dansa.

Nå hej vitsj, måste vi ändra på allt nu?

Blir allt tråkigt nu? Nej, det blir så att alla trivs och ni får fler deltagare och aktiva.

Vad kan vi göra om vi inte vet så mycket om likabehandlingsfrågor? Jättemycket, med sunt förnuft och trevligt bemötande kommer ni långt. Det är ok att säga att ni inte vet men gärna vill veta mera om en kompis situation.

Men det blir ju massa mera jobb? De flesta av dessa åtgärder kostar inget, tar inte stor tid i anspråk och gagnar alla evenemangsdeltagare genom klara förväntningar och tydlig kommunikation, attityden är det viktigaste. Tar ni er an problematik som kräver mer jobb är erfarenheten garanterat nyttig för er senare, t.ex. i arbetslivet.

Men vad ska äldre medlemmarna och tidigare styrelser säga? Bry er inte om det, de nuvarande aktiva får bestämma hur de vill göra och behöver inte höra på "allt var bättre förr" kritik.

Får vi inte skämta om någonting mera? Det finns massor vi alla kan skämta om, var inte orolig.

MED STUDIELIV 2.0 VILL VI:

- Lista 10 steg mot ett bättre, mera jämlikt, studieliv
- Uppmuntra till ett studieliv som inkluderar alla studerande vid Åbo Akademi
- Få slut på trakasserier av alla slag
- Informera om Åbo Akademis och Åbo Akademis Studentkårs kontaktpersoner för trakasserier och trakasserombud
- Dela med oss av praktiska tips för att ordna fester, gulfästtagningar, årsfester och andra evenemang
- Introducera konceptet med kontaktpersoner vid alla evenemang som ansvarar för att alla trivs i en trygg miljö
- Starta en diskussion bland föreningarna och kårmedlemmarna: hur vill vi att studielivet vid Åbo Akademi ska vara och hur kommer vi dit?