

3

2015

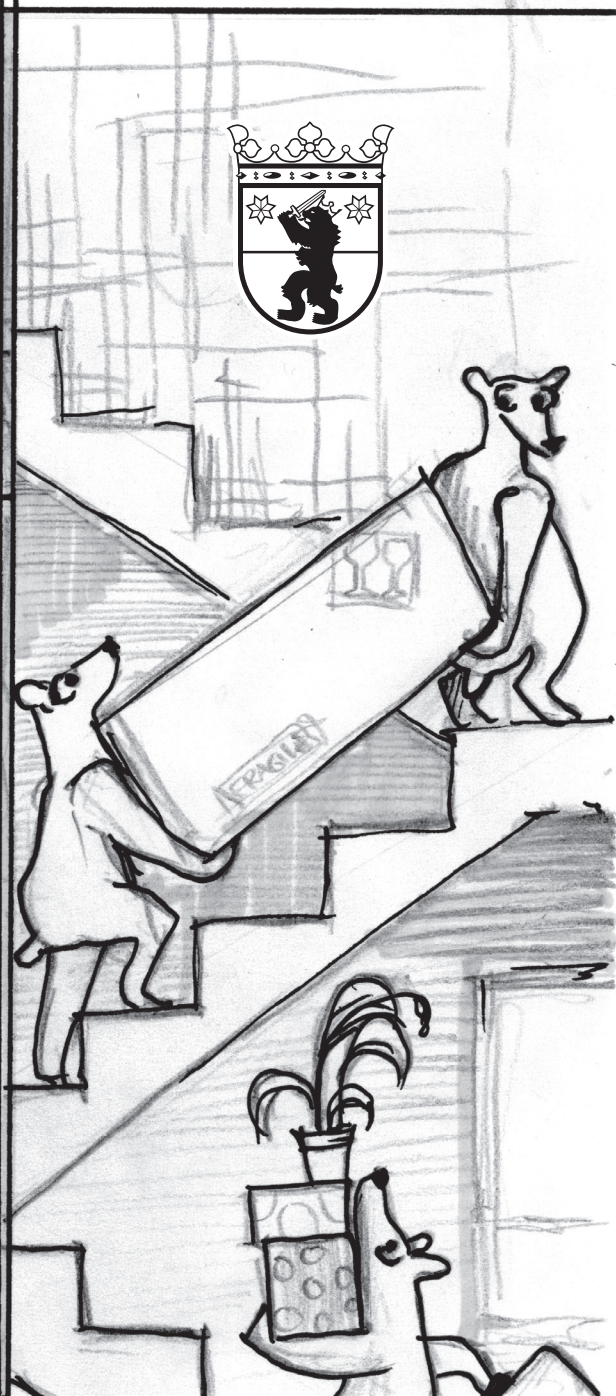
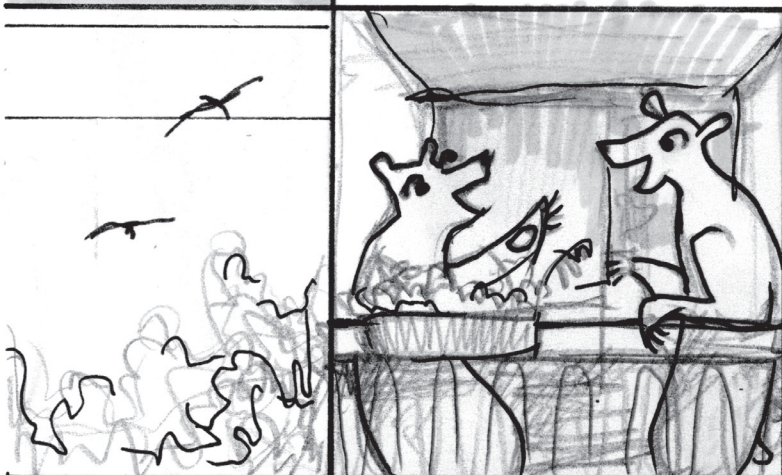
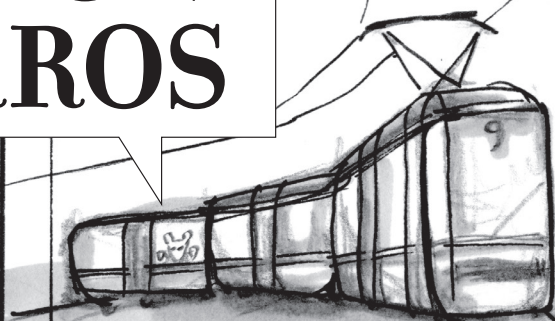
53. vuosikerta
Helsingin yliopiston
Satakuntalainen Osakunta

KARHUN- KIERROS

Tervetuloa fuksit!

Nukkuva SatO

Kirje Meksikosta



KARHUNKIERROS

3 / 2 0 1 5

TÄMÄN LEHDEN TEKIVÄT:

Timo Häivälä

Hanna Hannus

Salla Seppälä

Kaisa Ritala

Hanna Takala

Pia Isolähteenmäki

Silja Suni

Riikka Pasanen

Antti Torkki

Erik Salminen

Sanna-Mari Artukka

Maria Djakonwsky

KARHUNKIERROS
Satakuntalaisen Osakunnan
tiedotuslehti.

Perustettu vuonna 1963.
ISSN-L 1239-1913,
ISSN 1239-1913 (Painettu),
ISSN 2242-6558 (Verkkoleh-
ti).

JULKAISIJA
Satakuntalainen Osakunta
Lapinrinne 1 A8,
00180 Helsinki

PÄÄTOIMITTAJA
Timo Häivälä
paatoimittaja(at)
satakuntatalo.fi

KANNEN KUVA
Stella Vahteristo

KANNEN NIMIÖ
Kalle Järvenpää,
muokannut Salla Seppälä

PAINOS
300 kappaletta

PAINO
Picaset Oy

Karhunkierros nauttii
HYYn järjestölehtitukea.

4	• • • • • • • •	<i>Pääkirjoitukset</i>
6	• • • • • • • •	<i>Päätoimittaja vastaa & KK yhdistää</i>
8	• • • • • • • •	<i>Tervetuloa uudet opiskelijat</i>
10	• • • • • • • •	<i>Internetin syövereistä</i>
12	• • • • • • • •	<i>Viisin käyttöohjeet</i>
14	• • • • • • • •	<i>Opiskelijaravintolat vertailussa</i>
18	• • • • • • • •	<i>Viljelyä kaupungin ehdoilla</i>
20	• • • • • • • •	<i>Nukkuuko osakuntalainen hyvin?</i>
24	• • • • • • • •	<i>Mitä talon lähistöllä on?</i>
26	• • • • • • • •	<i>Miten pukeutua osakunnan juhliin?</i>
28	• • • • • • • •	<i>Opiskelija-aktivismia Meksikossa</i>
30	• • • • • • • •	<i>Haluatko treenata rauhassa?</i>
31	• • • • • • • •	<i>Kuolemattomat</i>

PÄÄKIRJOITUKSIA

Timo Härkölä, piirros: Hanna Takala

En osannut päättää, mihin aiheeseen keskittyisin tässä pääkirjoituksessa, eivätkä pitkät tekstit ole muutenkaan suosiossa, joten koostin tähän sekalaisia ajatuksia, jotka pääsivät esittelemään kykynsä "pääkirjoitus-Idolsin" karsinnassa mutta eivät lopulta saaneet levytyssopimusta.

Kesän aikana on jaksettu muistuttaa, että kreikkalaiset keksivät demokratian, joten heidän kohtelunsa epädemokraattisesti on irvokasta. No, onneksemme he kuitenkin keksivät myös ironian, komedian, tragedian ja draaman kuvaamaan tilannetta.

Sipilän yhteiskuntasopimusta on monessa yhteydessä verrattu monien filosofien teksteihin. Ainakaan John Rawls ei olisi tyytyväinen Sipilän neuvottelupöydän ääressä istuviin miehiin: yksikään heistä ei voi pelätä sopimuksen jälkeisen asemansa olevan yhteiskunnallisesti heikompi.



Edellisessä Karhunkierroksessa julkaistu Burger King -aiheinen artikkeli saavutti sille asetetut tavoitteet, ja jutun kirjoittajat sekä päätoimittaja saivat ns. ilmaisen lounaan. Karhunkierros on edelleen valmis myymään journalistiset periaatteensa, ota yhteyttä!

Syksyn saapuessa jälleen uusi fuksivuosikerta ilmestyy osakunnalle tuomaan uusia ajatuksia ja uutta intoa tapahtumien järjestämiseen (kyyneikot vaietkoon). Muistakaa fuksit ainakin William Wordsworthin säkeet:
*"Bliss was it in that dawn to be alive,
But to be young was very heaven!"*



*KK 2/15:n juttu SatOleKING? tuotti asianomaisille lahjakortit Burger Kingiin.
Kuva: Erik Salminen*

KURAATTORIN TERVEHDYS

Q Hanna Hannus, kuva: Camilla Laine

Sinä syksynä matkustin Helsinkiin junalla mukana pieni punainen matkalaukku. Syyskuun ensimmäisenä päivänä soitin Satakuntatalolla ovikelloa ja kyselin, missäköhän mahtaa olla asuntopäivystys. Hetkeä myöhemmin istuin laukkuni kanssa kymmenneliöisen asunnon petaamattomalla sängyllä ja pohdin, minne kaikkialle tämäkin matka mahtaa viedä.

Se matka on vienyt vaikka minne. Se on vienyt viettämään lettukestejä Satakuntatalon Kutoskongilla, vilkuttamaan presidentille itsenäisyyspäivän soihtukulkueessa, Tarttoon laulamaan yötaivaan alla liekehtivän padan äärellä, Uppsalaan siemailemaan kuohuvii-niä frakkipukuisten ruotsalaisten kanssa, kurkistamaan Helsinkiä Uuden ylioppilastalon Kupolin nupista, pesemään Havis Amandan patsaan vappuna, sitsaamaan Senaatintorilla ja syömään jäätelöä iltapuvussa auringon noustessa Esplanadilla. Se matka on tuonut elämäni valtavasti kiinnostavia keskusteluja, puujalkavitsejä, uusia taitoja sekä uusia ystäviä aina teologeista teekkareihin.

Matka alkoi siitä, kun ensimmäisenä iltanani Satakuntatalolla päätin, että en jää viettämään iltaa yksin kymmeneneen neliöön. Menin soittamaan Viisin ovikelloa, ja sillä tiellä ollaan. Fuksisyksyn kuluessa satolaisista muodostui Helsinkiin oma laumani, jonka kanssa voi yhtä lailla keskustella tieteestä kuin tanssia jalkansa kipeiksi, lähteä ekskursiolle taidemuseoon kuin hikoilemaan kuntopiiriin, olla kotonaan Helsingissä ja samaan aikaan tuntea itsensä perin juurin satakuntalaiseksi.



Fuksius on monella tapaa erityistä aikaa, kun kaikki on uutta ja ihmeellistä. Sinä, fuksi, voit olla kuitenkin varma ainakin siitä, että osakunnan ja Viisin ovi on sinulle aina avoinna. Osakunnalta löydät niin harrastuksia, juhlia, palveluita asunnoista stipendeihin, neuvoja pääkaupungissa pärjäämiseen kuin Viisin - olohuoneen keskellä Kamppia. Ja jos jotakin ei vielä ole, sen voi todennäköisesti järjestää.

Osakunnan kuraattorina (=Q) toivon sinulle riemukasta ja ihanaa fuksisyksyä! Kuten vanha opiskelijasanonta opastaa: kaikista tenteistä pääsee kyllä läpi ennen valmistumista.

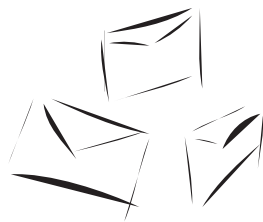
Lämpimästi tervetuloa Satakuntalaiseen Osakuntaan - (opiskelija)elämäsi parhaalle matkalle!

Q Hanna

P.S. Lukuisista fuksitapahtumista suosittelen osallistumaan ainakin fukseille suunnatuille sitseille eli Uusien ehtooseen 25.9., sillä pöytäjuhlminen on ainakin minun mielestäni kenties parasta, mitä opiskelijaelämä sisällään pitää.

PÄÄTOIMITTAJA VASTAA

Tällä palstalla pureudutaan lukijapalautteeseen, jota on jälleen saapunut runsaasti päätoimittajan sähköpostilaatikkoon. Keskusteluihin saa ja voi osallistua lähettämällä sähköpostia (paatoimittaja[at]satakuntatalo.fi) tai kirjeitä (Karhunkierroksen päätoimittaja, Lapinrinne 1A8, 00180 Helsinki; kuoreen merkintä ”Elän henkisesti 1800-luvulla”). Kirjeitä voidaan muokata tyylin ja pituuden takia.



Pharmacy Store : Viagra + Cialis !

Fast Delivery Shipping 1-4 day

PRODUCT QUALITY - 100% Guaranteed

* U.S. Licensed Pharmacies

* Discreet Packaging

* Confidential Ordering

* Next Day Delivery Available

3500000+ satisfied customers

Thanks!

Dear Pharmacy Store,

If ever in my life there arose a need for products of this sort I am confident that *delivery*, if you know what I mean, was to be expected sooner than on the following day.

It is therefore my sad duty to inform you of my disinterest in your products.

Discreetly and Confidentially,
the Editor

Hei vaan!

Oletko huomannut, että ystäväsi Jukka on näyttänyt varakkaalta viime aikoina? Se johtuu siitä, että hän on voittanut jo yli 440e pelaamalla blackjackia Ruby Palace Casinolla, ja nyt hän kutsuu SINUT mukaansa pelikentille!

Eikä siinä vielä kaikki! Rekisteröidy Ruby Palacelle nyt, ja koska Jukka suosittelee sinua, saat erityisen 200 % talletusbonuksen ensimmäisestä talletuksestasi. Sen avulla on hyvä aloittaa kunnon voittoputki!

Rekisteröidy tänään – kiitä Jukkaa myöhemmin.

Kaikkea hyvää!

Hei vaan!

En ole kyllä huomannut mitään erityistä muutosta Jukassa, mutta ehkä hän vain kätkee onnensa ja aarteensa Leinon säkeiden mukaisesti.

Kun näette Jukan aloittavan seuraavan voittoputken kasinollanne, kiittäkää häntä puolestani ja välittäkää surulliset uutiset: en ole kiinnostunut.

Kaikkea hyvää - myös Jukalle!
Päätoimittaja

KARHUNKIERROS YHDISTÄÄ

Yleisön pyynnöstä Karhunkierros alkaa julkaista lehden lukijakunnan seuranhakuilmoituksia tällä palstalla. Voit lähettää viestejä tai vastata niihin päätoimittajan kautta. Viestejä voi kirjoittaa omalla nimellään tai nimimerkillä. Vaalien jälkeen monen poliittinen koti on selkeästi vaihtumassa.



Pettynyt 43-vuotias miespuolinen demari etsii uutta seuralaista pitämään julkisen sektorinsa tyytyväisenä. Tykkään sosialisoida isoissa porukoissa. Lupaen viedä sinut Pariisiin, missä kiinnitämme rakkauslakkouhkauksen sillan kaiteeseen. **Erkki**

Jo varttuneeseen ikään ehtinyt kokkari etsii nuorempaa seuraa puutarhan leikkaustalkoisiin. Karsitaan yhdessä puutarhasta turhat hallinnon silmut ja rönsyt. Pidetään molemminpuoleiset hallitustunnustelut saunassa ja näet, kuinka Suomi nousee! **Kake**

Ulkonäöllä pilaamaton metsuri etsii vaihtelua rakkauselämäänsä (tykkääthän persutouhuista). Kotini on rakkauden vastaanottokeskus ja lupaen käsitellä rakkauspaikehanhakijoita myös virka-ajan ulkopuolella ;) **Topi**

Saaristossa kasvanut mies etsii toista kotimaista syksyn rapujuhliin. Toivottavasti kielipolitiikkasi on liberaalia. Loppuillasta näet, mitä ruotsin kielellä voikaan tehdä. **Per-Åke**

Parikymppinen ex-vihreä nuori kaupunkilaismies etsii ydinvoiman tarjoajaa makuuhuoneeseensa edellisen energiamuodon petettyä.

Miksi lähdit, Tuuli?

P.S. Pidän hyvää huolta reaktoreistasi

P.P.S. Rakkauteni on yhä uusiutuvaa

Perheellinen maatilantäjä etsii salasuhdetta tositarkoituksella. Vuosien kokemus haastavienkin peltojen kyntämisestä. Vatuloidaan ensisijaisesti sinun luonasi.

Makuukamarissa en tarvitse valtion tukea

Nuori vasemmistolainen nainen etsii metsästyskumppania. Tule kanssani asettamaan metsien eläimille kannustinloukkuja! Liity kanssani vappu-Marxille, se on (L)enin, mitä voit tehdä!

Rakkauden anarkisti

Toimi huom.: julkaisematta jäi erään ”villiksi ja viriiliksi” itseään kutsuvan kristillisdemokratian tekstiviestit, joiden sisältö ei sovi herkimille lukijoillemme.

TERVETULOA MUKAAN

Inspehtori Hannele Niemi, kuva: Maria Djakonowsky

Syksy merkitsee jotain uutta. Lukuvuosi alkaa, usein myös uudet tehtävät. Syksy on uusi vaihe myös osakunnalle. Uudet opiskelijat saapuvat Helsinkiin ja etsivät omaa paikkaansa opiskeluyhteisöissä. Muutto Helsinkiin saattaa olla todella suuri muutos elämässä. Mistä löytää uudet ystävät? Missä saa tuntea olevansa tervetullut? Joskus moni käyttännön asiakin saattaa olla hankala uudessa ympäristössä.

Satakuntalainen Osakunta toivoo, että mahdollisimman moni opiskelija löytäisi tiensä osakuntaan ja oman paikkansa tässä yhteisössä. Kun voi saada uusia ystäviä, kysyä ja pohtia yhdessä, moni hankalakin asia muuttuu helpommaksi, ja ratkaisuja löytyy niin arkeen kuin juhlaan.

Osakunta on muodostunut monelle opiskelijalle omaksi paikaksi, oikeastaan toiseksi kodiksi. SatOssa voit toimia, vaikuttaa, keksiä uusia toimintamuotoja tai ihan vain olla ja nauttia siitä, että on osa osakuntayhteisöä. Harrastuksille ei tunnu olevan kattoa, aina löytyy innostuneita vetäjiä ja syntyy uusia kokemuksia. Tätä kaikkea toivomme myös jokaiselle uudelle opiskelijalle. Osakunta on paikka, jossa jokaiselle löytyy itselle sopivaa toimintaa ja toimintaan voit aina myös vaikuttaa.

Osakunta liittyy opiskelijan pitkään historialliseen jatkumoon. Helsingin yliopisto perustettiin 375 vuotta sitten, ja Satakuntalainen Osakunta on ollut jo vuodesta 1654 osa akateemista opiskeluyhteisöä pääkaupunkiseudulla. Osakunnalla on pitkä historia, mutta sen jäsenet elävät vahvasti tätä päivää ja tekevät yhdessä tulevaisuutta.

Osakunta on paikka myös erilaisuuden kohtaamiselle. Jokainen tieteen- ja opintoala on tervetullut. Moninaisuus rikastuttaa ja avartaa. Jokaisella on jotain annettavaa ja jokainen voi myös saada jotain toisilta.



Siis tervetuloa uudet opiskelijat Satakuntalaiseen Osakuntaan. Ja tervetuloa kaikki satolaiset uuteen syksyyn ja toimintaan.

Oikein hyvää, iloista ja innostavaa lukuvuotta kaikille!

OPASTUSTOIMIKUNNAN TERVEISET

Opastussihteeri Maria Djakonowsky

Mitä lämpimmin tervetulotoivotus kaikille uusille fukseille!

Olitpa sitten vain osakuntafuksi tai myös tiedekuntasi fuksi, osakuntaan liittyminen on mainio valinta! Osakunnan ehdotonta kermää on sen poikkitieteellisyys - psykologian ja lääketieteen opiskelijat voivat saada toisiltaan uusia näkökulmia asioihin, teologi ja fyysikko voivat päästä mielenkiintoisiin sfääreihin keskusteluissa maailmankaikkeudesta, ken tietää...

Stereotyyppiset esimerkit sikseen. Miten pääset mukaan? Se on hyvin helppoa: saavu paikalle! Osakunnan viikoittaisten tapah-

tumien lisäksi syyskuu on pyhitetty teille, rakkaat fuksit! Ratikka-ajelulla pääsee tutustumaan Helsinkiin, fuksiokissa eli osakuntaillassa toisiin osakuntalaisiin ja Uusien Ehtoo tarjoaa osakunnan parasta perinnettä eli pöytäjuhlaa. Fuksiaisissa taas pääset tutustumaan osakunnan toimintaan ja toimijoihin muiden fuksien kanssa.

Opastustoimikunta on fuksien käytettävissä (lähes) kaikenlaisissa kysymyksissä, joten ei kun hihasta nykimään! Uuteen opiskelukaupunkiin on helppo ja mukava tutustua sato-laisten seurassa!

Onnittelut hyvästä osakuntavalinnasta! Nähdään syksyllä!

OSAKUNTA-AAKKOSIA

Hanna Hannus & Salla Seppälä

AJK

Asuntolajohtokunta.

BEWATOR, BEWA

Kulkukortti Satakuntatalolle ja Viisiin.

CIVIS

Osakunnan varsinainen jäsen.

FUKSI

Uusi osakuntalainen.

GH

Gästrike-Hälsinge Nation. SatOn ystävyysosakunta Uppsalassa, Ruotsissa.

INSPEHTORI

Yliopiston professori, joka tukee ja valvoo osakunnan toimintaa.

KURAATTORI

Vanhempi osakuntalainen, joka johtaa osakunnan toimintaa yhdessä hallituksen kanssa ja edustaa osakuntaa.

MONTTU

A-rapun kellarikerroksessa sijaitseva osakunnan kuntosali.

OKI

Osakuntailta.

PEHTOORI

Inspehtorin puoliso. Kun inspehtorina on mies, puolisoa kutsutaan inspittäreksi.

SATALINNAN SÄÄTIÖ

Tunnetaan myös pelkkänä Säätiönä. Omistaa Satakuntatalon.

SITSIT

Pöytäjuhlat.

TALO

Satakuntatalo.

ÜS RAIMLA

SatOn ystävyysjärjestö Tartossa.

VIISI

SatO:n osakuntahuoneisto ja osakunnan sydän. Sijaitsee talon viidennessä kerroksessa.

VIRKAILIJA

Virkailijat hoitavat osakunnalla erilaisia tehtäviä nimikkeensä mukaan (esim. kulttuuri- ja urheiluasihteeri).

HARRASTUKSENA HISSIT

Teksti & kuva: Timo Härvälä

Miehen keskisormi painaa Satakuntatalon B-rapun hissien kutsunappia. Hissin saavuttua alas mies avaa oven varovaisesti ja sulkee sen keskittyäkseen hissien veräjään. Seuraavaksi hän avaa oven ja astuu hissiin tutkimaan sen perustietoja. Lopuksi näemme, kuinka hissillä kuljetaan ylös ja alas englanninkielisen selostuksen tahdittaessa matkaa.

Oheinen teksti on selostus osakunnan Facebook-ryhmässä kesällä keskustelua herättäneestä hissivideosta. Videon tekijä on 22-vuotias Valentin Lindén (tai FinnishElevatorFilmer1993), joka opiskelee Helsingin yliopistossa venäjän kieltä ja kirjallisuutta (suomi on Valentinille ruotsin ja venäjän jälkeen vasta kolmas kieli). Laajasti Euroopassa ja Aasiassa matkustellut Valentin valitsee usein hotellinsa ja jopa matkakohteensa hissien perusteella (esimerkiksi Pariisi ennemmin kuin Lontoo ja Helsinki ennemmin kuin Tukholma). Karhunkierros kutsui Valentinin tutustumaan Satakuntatalon A-rapun hissiin ja kertomaan videokanavastaan, jolla on ollut jo yli 6,8 miljoonaa katsojaa.

Miten kiinnostuit alunperin hisseistä?

- Tykkäsin jo lapsena ajaa hisseillä ja painella nappeja. Lisäksi isäni on aktiivinen lintubongari, mikä on luultavasti myös vaikuttanut asiaan. Hissivideoita olen kuvannut nyt seitsemän vuotta.

Kuinka usein kuvaat videoita?

- Yleensä 15-20 videota viikossa.

Montako harrastajaa arvioisit Suomessa olevan?

- Luku vaihtelee, mutta suunnilleen kymmenen, joista tunnen yhden turkulaisen harrastajan. Harrastajat tapaavat toisensa lähinnä



Valentin Lindén ja A-rapun hissi, katso video: youtube.com/user/Windeelv20/videos

Internet-yhteisöissä. Maailmalla harrastajia on luultavasti n. 2000.

Mitä mieltä olet Satakuntatalon A-rapun hissistä?

- Ihan kiva. Veräjä on aina mukava lisä näissä vanhemmissa hisseissä. Peruskorjauksen yhteydessä (1991, toim. huom.) on onneksi säilytetty vanha tyyli. Napit eivät ole parhaat mahdolliset. Arkkitehtuuri rapussa on muutenkin kiva. Helsingissä on monia hienoja hissejä, ja haluaisin vielä kokeilla ainakin Sana- ja Eduskuntatalon hissit.

Aiotko muutta harrastuksen ammatiksi jossain vaiheessa?

- Tuskin, sillä olen enemmän kiinnostunut hissien estetiikasta kuin mekaniikasta. Saan tosin jo nyt YouTube-videoistani mainostuloja n. 100 euroa kuukaudessa. Tuntemani tanskalainen harrastaja tienaa samalla harrastuksella jopa 300-400 euroa kuussa!

UNLOCKED LOVE

Timo Härkönen

"Paris Bridge's Love Locks Are Taken Down"
(New York Times 1.6.2015)



- John! I have some terrible news!

- Well, what is it, Marjorie?

- I must divorce you!

- No! Really? Is it because I cheated on you?

- Not really, no.

- With your sister.

- No.

- And with your best friend.

- No.

- Well, with most of your friends, to be honest.

- No. We overcame all those hurdles and are all the better for it. It's something else.

- Is it my incessant high-risk gambling?

- No.

- My burgeoning alcoholism that betrays a suspicion of domestic violence?

- Neither that.

- That day when I organised your mother's death to divert the police from my meth lab?

- Not that, no.

- When I signed the kids up for ISIS in Syria?

- Nope.

- And some of them died?

- That was untoward, I'll give you that. But no.

- Well, just tell me already, then!

- I just read in the paper that they've taken down our love lock in Paris!

- The one on the Pont des Arts?

- The very same.

- Well that just really takes the biscuit, doesn't it? I mean, what else was holding our marriage together anymore?

- Exactly. Many is the time that I've thought of divorce, John, but could not bring myself to it. I never could have betrayed the sacred and inviolable promise that the five euro lock bestowed upon us. Plus, I wouldn't want that begrudgingly affable young Nigerian who sold us the lock to think of me as some sort of modern equivalent of Brutus or Judas!

- I guess there's not much to be done, Marjorie? We have to go our separate ways. By the way, what happens to all the locks?

- They're melting them and some are at the bottom of the river, anyway.

- Well, Marjorie, I guess it is true what your parents said all along.

- What, John?

- That our love is in Seine.



VIISI ON TALON SYDÄN

Teksti: Isäntä Sanna-Mari Artukka, kuvat: Camilla Laine

Osakuntahuoneisto on vapaasti osakuntalaisten käytössä oleva tila Satakuntatalolla. Se sijaitsee Talon viidennessä kerroksessa, minkä vuoksi se onkin hyvin kekseliäästi nimetty Viisiksi. Kirjautuessasi osakuntaan, olet saanut avainkortin, jolla pääset Viisiin. Jotta saat mahdollisimman paljon irti tästä tilasta, seuraavassa on käytännön ohjeita tilan käyttöön.

Viisi on käytössä vuorokauden ympäri, ja onkin hyvin harvinaista olla koskaan Viisissä yksin. Silloin tällöin on myös ulosvuokrauksia, jolloin osakuntalaiset eivät saa tilaa käyttää. Näistä tiedotetaan kuitenkin aina sähköpostitse etukäteen, ja sen voi myös tarkistaa osakunnan nettisivuilta löytävästä kalenterista.

Keittiössä on aina tarjolla ilmaista kahvia! Lisäksi keittiö on varustettu mm. monenlaisilla ruoanlaittovälineillä, jääkaapilla ja tiskikoneella. Niin kuin muuallakin osakuntahuoneiston sisällä, erityisesti keittiössä jokainen siivoaa omat jälkensä aina heti käytön jälkeen. Keittiöstä, kuten muualtakaan Viisistä, ei saa viedä tavaroita pois ilman isännän (tai keittiössä myös emännän) lupaa. Jääkaapissa voi pitää omia ruokiaan lyhytaikaisesti. Sinne ei jätetä kuitenkaan mitään pilaantumaan. Muista myös nimetä omat ruokasi, jotta ne eivät päädy parempiin suihin.

Keittiön välittömässä yhteydessä on Porin huone, jonka muhkeat sohvantilat antavat tilaa niin ruokailuun kuin television ääressä löhöämiseenkin. Kyseisen sohvan uumenista löytyy usein vanhoja osakuntalaisia. Näitä ei pidä pelätä, mutta kannattaa pitää varansa, ettei muutaman vuoden päästä itse ole juurtunut sohvaan kiinni.

Kiltahuone muuntuu lähes miksi tahansa. Siellä on tanssilattiaa, osakunnan kokouksia, jumppaa, laneja, kisakatsomoita... Arkena sieltä voi löytää myös piano kanssaihmiesten iloksi ja kiusaksi.

Rauman huoneessa voi television äärellä esim. katsoa elokuvia, maksukanavia tai pelata Xbox Onea. Siellä katsotaan paljon mm. jääkiekkoa. Television ”käytösäännöt” löytyvät paikan päältä; esim. maksukanavat menevät Xboxin edelle. Kanavan vaihtoa on siis sallittua pyytää, mutta muistakaa maalaisjärki ja ystävällinen asenne.

Kirjastoa käytetään usein niin opiskeluun kuin erinäisten kokousten pitoon tai vaikka lautapeliä pelaamiseen. Kirjastopäivystys on kerran viikossa, jolloin kaikki kaapeista löytyvät kirjat ovat lainattavissa. Sinne tulee myös monia lehtiä, joten esim. oman Hesarin tai vaikkapa Suomen kuvalehden tilaaminen ei ole tarpeellista. Tilassa on myös kaksi yhteiskäytössä olevaa tietokonetta ja tulostin. Tulostaminen on sallittua, kunhan samalla ruokkii tulostimen vahtipupua kolikoilla.

Viisin hämärimmästä nurkasta löytyy rökstyliä. Kuten nimestä voi päätellä, tilassa saa tupakoida. Muistakaa paloturvallisuus! Tunnetaan myös teknisenä tilana. Tästä huoneesta löytyy ulkotalolaisille laina-avain C6:een.

Osakunnan toisena yhteisenä tilana ja vara-Viisinä vuokrausten aikaan toimii C6, joka nimensä mukaisesti sijaitsee C-rapun kuudennessa kerroksessa. Tila on käytössä ympäri vuorokauden, kun se ei ole varattu yksityiskäyttöön. Tilasta löytyy television ja Playstation 3:n lisäksi iso kattoterassi ja kaasugrillit.

Grillejä saa käyttää vapaasti, kunhan tekee sen turvallisesti ja muistaa siivota jälkensä. Parveke on julkinen tila osakunnan lipun alla, joten muistakaa käyttäytyä. Tilaa voi vuokrata omaan käyttöön ja se onkin yleisesti käytössä sekä pienemmissä illanistujaisissa että majoituksessa.

Tiloihin saa tuoda ystäviä mukanaan, mutta muista, että he ovat sinun vastuullasi. Kaikissa tiloissa on oikeus ja velvollisuus järjenkäyttöön ja muiden käyttäjien huomioon ottamiseen. Lisäksi kaikki siivoavat omat jälkensä ja säilyttävät omat tavaransa omissa, eikä yhteisissä tiloissa.

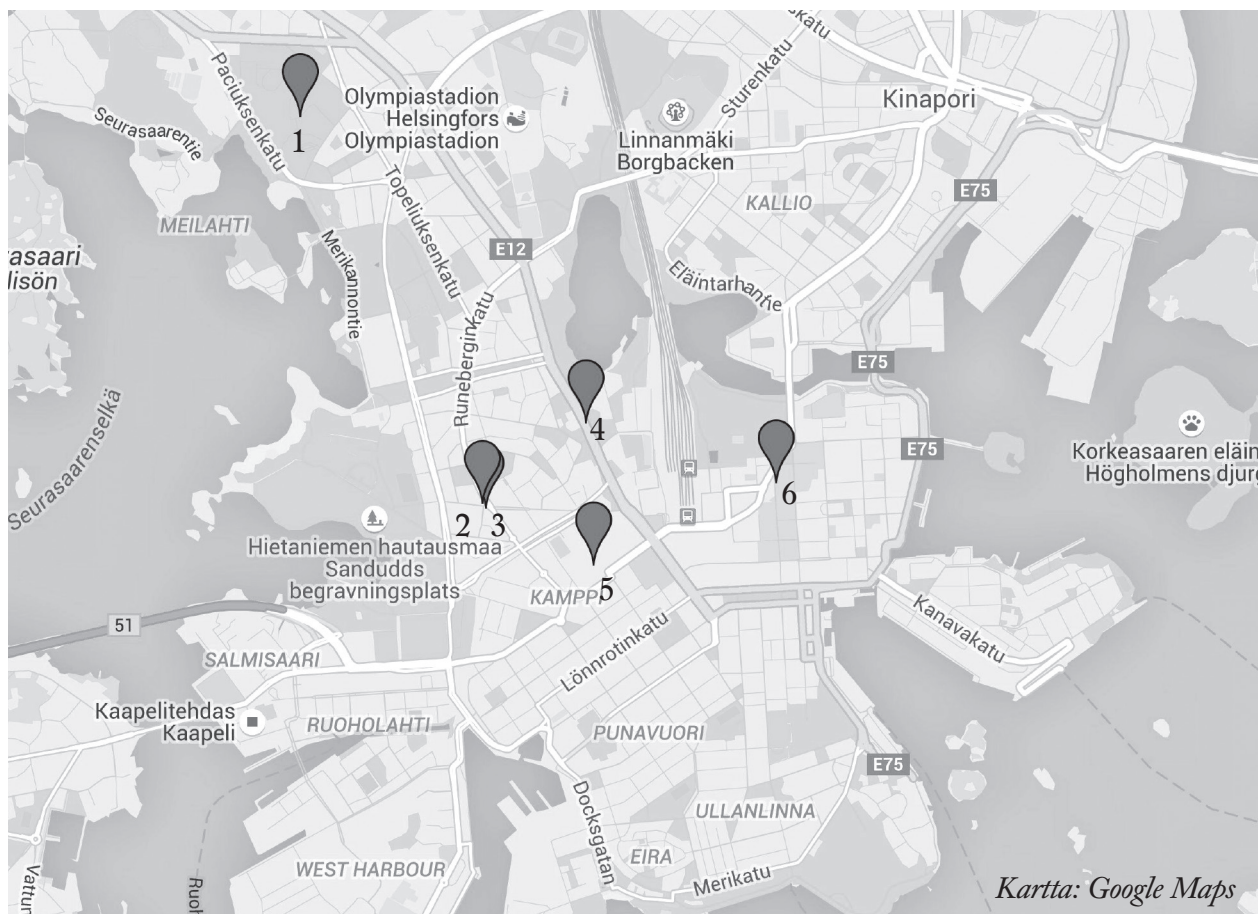
Missä tahansa tiloihin liittyvissä asioissa (jos haluat esimerkiksi tiedustella tilojen varausta) ota yhteyttä isäntään. Tiloista löytyvät vanhemmat osakuntalaiset osaavat myös neuvoa käytännön asioissa, joten älä epäröi kysyä. Toki vastaus saattaa tulla hyvinkin satakuntalaiseen sävyyn. Näillä ohjeilla pääset loistavaan alkuun SatOn sydämessä. Tervetuloa kahville!



MIHIN LOUNAALLE?

Teksti & kuvat: Kaisa Ritala

Opiskelijaravintolat – nuo köyhän (minun, hyvin kitsaan ja runsaasti syövän) ihmisen pelastus. Karhunkierros testasi keskustan tuntumassa sijaitsevien opiskelijasyöttölöiden tarjontaa. Ruokien laadut ja syöjän kylläisyysaste vaihtelivat ravintolasta toiseen. Kokemukset arvioitiin asteikolla 1–6. Ota selvää, mihin kannattaa seuraavaksi suunnata, kun nälkä yllättää!



TESTIN RAVINTOLAT KARTALLA:

1. Meilahden sairaalan lounasravintola (Arvio: 5/6)
2. Kauppakorkeakoulun Rafla (Arvio: 4/6)
3. Musiikkitalon opiskelijaravintola (Arvio: 3,5/6)
4. Hanken, Amica (Arvio: 4/6)
5. Hämäläis-Osakunnan osakuntabaari (Arvio: 5/6)
6. Metsätalon Unicafe (Arvio: 2,5/6)

MIKÄ: Meilahden sairaala, Ravioli

MISSÄ: Stenbäckinkatu 9, T-krs

ETÄISYYS TALOLTA: 3 km

ERIKOISTA: Edulliseen hintaan tarjolla laadukastakin ruokaa. Värillistä juomaa saa ottaa useamman lasin. Salaattivalikoima on runsas ja tarjolla myös lämmin kasvislisäke.

KENELLE: Sinulle, joka haluat syödä paljon ja monipuolisesti.

ARVIO: ★ ★ ★ ★ ★

「AUKI SUNNUNTAISIN!」

Yleensä käyn kasvattamassa nälkäni ensin urheilemalla Meilahden liikuntakeskuksessa, jotta voisin syödä varmasti koko rahan edestä sairaalalla. Tänään on tarjolla uunilohta ja perunamuusia ja salaattipöytä on runsas: vihreää salaattia, tomaattia basilikalla höystettynä, kahta laatua kurkkua, marinoitua sipulia, paprikaa, linssisalaattia, melonia ja raejuustoa. Lämmin kasvislisäke on tällä kertaa kaikkien sporttaajien rakastama parsakaali.

Tarkoituksenani on yrittää syödä inhimillisesti, mutta lautasen ja jälkiruokakulhon tila eivät silti tahdo riittää (salaattilautasia ei ole). Viisaat lääkimiehet ottavat kaksi isoa lautasta mahdolluttaakseen kaiken tarvittavan lautaselleen. Olen havainnut opiskelijajoilla

myös pitkän maitolasirivistön – se on täällä sallittua ja kuuluu hintaan.

Kassaneiti ei vaikuta kovin palveluhenkiseltä, mutta ikävä tilanne unohtuu pian. Ruokala on miellyttävän rauhallinen. Kanssaruoikailijat koostuvat lähinnä hoitajista ja lääkäreistä, mutta paikalla on muitakin opiskelijoita. Ruokalassa on tunnelmavalaistus (tai sitten lamput ovat vain rikki). Ikkunoista näkyy uuden lastensairaalan rakennustyömaa, joka ei sinällään hivele silmää, mutta onneksi verhot ovat kivat.

Ruokalajeja on monipuolisesti – mutta mikä on maku? Kala voisi olla suolaisempaa ja ehkä lisämausteetkaan eivät olisi pahitteeksi. Annoksen jälkeen olo on sopivan täysi. Toisinaan voin pahoin sairaalaruokailun jälkeen, koska syön liikaa. Onneksi päivystys ei ole kaukana...



Sairaalan annos. Annoskoko tänään tarvallista hillitympi, koska illalla pitää taas syödä.

MIKÄ: Aalto-yliopisto, Kauppakorkeakoulun Rafla

MISSÄ: Runeberginkatu 14

ETÄISYYS TALOLTA: 0,8 km

ERIKOISTA: Täällä saa ottaa kaksi lasia värillistä juomaa. Keittolounas maksaa vain 1,65 e.

KENELLE: Sinulle, joka haluat laajan leipävalikoiman.

ARVIO: ★ ★ ★ ★ ★

「HYVÄ PALVELU!」

Tänään tarjolla on mm. jauheliha-perunapannua ja porkkanasosekeittoa, mutta kasvisruokaa suosivana otan kasvislasagnea. Salaattivalikoima on suhteellisen runsas: vihreää salaattia, porkkanaraastetta, kaalia, makaronisalaattia, punajuurta, tomaattia, maisia ja vielä siemeniä ripoteltavasi annoksen päälle. Leipäpöydässä on runsas valikoima. Ja muihin ruokaloihin verrattuna täällä saa ottaa kaksi lasia värillistä juomaa!

Palvelu on mukavaa ja hyvää ruokahaluakin toivotetaan kassalla. Ruokala on valoisa, ja ikkunasta voi seurata Runeberginkadun liikennettä. Raflan ruokailijat ovat aavistuksen tavallista tyylikkäämmin pukeutuneita ihmisiä. Vaihto-opiskelijoita on kohtalaisen runsaasti. Tuoleissa on mukava istua, ja lamput tuovat rauhallista tunnelmaa hektiseen lounasruokalaan. Ruoka oli hyvää ja maistuvaa. Minä ja lounasseurani tulimme täyteen.

OPISKELIJARAVINTOLAT

MIKÄ: Musiikkitalon opiskelijaravintola

MISSÄ: Mannerheimintie 13 A

ETÄISYYS TALOLTA: 1,1 km

ERIKOISTA: Joskus tarjolla on ylijäämäruokaa: jälkiruokaa, täytettyjä leipiä tai vähän hienompaa salaattia. Tarjolla lämmin kasvislisäke.

KENELLE: Sinulle, joka keräät plussapisteitä ja olet vähän boheemi.

ARVIO: ★ ★ ★ ★ **BOHEEMI!**

Musiikkitalon lounasravintola on ulkoiselta olemukseltaan miellyttävä. Tummanpuhuva sisustus on tyylikäs ja epäopiskelijaruokala-mainen. Juomalasien pienuuden huomaan heti. Myös lautaset ovat aika pienet ja kastikkeet valuvat varmasti yli laitojen liemevimpien ruokien kohdalla. Pääruoaksi on broilerin sisäfileitä ja tomaattikastiketta. Broilerin sisäfileitä saa ottaa neljä kappaletta, mutta koko ei suuruudellaan loista – mahtaako jäädä nälkä? Täällä ruokalassa tarjotaan aina lämmin kasvislisäke ja tänään saa porkkanoita ja kukkakaalia.

PÅ SVENSKA!

MIKÄ: Hanken, Amica

MISSÄ: Arkadiankatu 22

ETÄISYYS TALOLTA: 0,7 km

ERIKOISTA: Pitsaperjantai

KENELLE: Sinulle, joka haluat kuunnella helmeilevää ruotsin kieltä ja syödä pitsaa.

ARVIO: ★ ★ ★ ★

Perjantai. Tämä tarkoittaa, että Hankenilla saa pitsaa. En ole ennen käynyt kyseisessä ruokalassa, joten tarvitsin tukijoukkoja matkaani. Tunnelma on silti pelottava ulko-ovia avatessa. Ulkoisesti paikka on viihtyisä – on takka ja kaikkea. Oikean linjaston valinta on haastavaa: valitsemamme linjasto osoittautuu kasviruokalinjaksi, ja pitää tehdä vaihtoliike saadakseen lihaa. Olisin halunnut kinkkupitsaa, mutta pelti on tyhjä, joten pitää tyytyä salamipitsaan. Salaattivalikoimassa on vihreää salaattia, porkkanaraastetta, coleslaw-salaattia ja rusinoita (näyttää mauste-Sallisen pahoilta rusinoilta). Kassaneiti puhuu onnekseni suomea!

Salaattipöydässä on vihreää salaattia (melko isosti leikattu), maissia ja vesimelonilohkoja. Leipävalikoimassa on saaristolaispaloja sekä siemenleipää, joka osoittautuu mauttomaksi ja kuivaksi. Tarjolla on myös poikkeuksellisesti herkkupaloja.

Ruoka on ihan ok, mutta koska en ottanut hiilihydraattilisäketä, olo jää vähän vajaaksi pienien sisäfileiden jälkeen. Lasien pienuus vahvistuu, kun juomani loppuu kesken ja joudun turvautumaan omaan vesipulloon (en jaksa nousta hakemaan lisää). Ruokailijat ovat hieman boheemeja, muusikkoja. Lounasseuralaiseni on kartalla musiikkitaivaan tähdistä ja tunnistaa Tiisu-yhtyeen laulajan.



Musiikkitalon herkkupala. Sisältää lammasta.

✂ Istumapaikka löytyy, mutta huomaamme sen olevan rauhaton, ja väkeä lappaa ees taas. Havaitsemme uudessa ympäristössämme jotain tuttua: neljä osakuntalaista. Ei tämä niin eksoottinen kokemus ilmeisesti olekaan. Ihmiset ovat hienoja kauluspaitoineen ja nahkasalkkui-neen. En kuitenkaan tunne suurta alemmuu-den tunnetta, paitsi ehkä suomen kielestäni.

Ystävättäreni kasvispitsa kaipaisi vahvempia makuja ja proteiinia. Muussa ruokalassa hän on saanut maukkaampaa ja proteiinipitoisempaa kasvispitsaa, se on siis mahdollista toteuttaa. Pitsapaloja saa ottaa vain yhden, mutta palat ovat kohtalaisen suuria, joten minäkin olen tyytyväinen. Yhdessä toteamme, että pitsat ovat maukkaita ja hinta-laatu -suhde hyvä. Ehkä tulemme uudestaan. Nyt tiedämme jotakin ruokalan linjastoistakin ja löydämme leipäpöydänkin.

MIKÄ: Hämmäläis-Osakunnan osakuntabaari

MISSÄ: Urho Kekkonen katu 4

ETÄISYYS TALOLTA: 0,6 km

ERIKOISTA: Täällä saa ottaa sekä kasvis- että liharuokaa samalla aterialla. Toisinaan on edellisen päivän ruokaa lisänä.

KENELLE: Sinulle, joka haluat syödä paljon, eri ruokalajeja, lähellä taloa ja miesten kanssa.

ARVIO: ★ ★ ★ ★ ★

Ruokalistalla on tänään kalagratiniä, tofukasviskastiketta sekä makkarakeittoa. Salaattivalikoima vaikuttaa hyvältä: on tavallista jäävuorisalaatti-tomaatti-kurkkusekoitusta, punajuuri-kaali-salaattijuustosalaattia, hapankaalia sekä säilykekurpitsaa. Tässä ruokalassa saa ottaa sekä liha- että kasvisruokaa. Olen pettynyt lautasen kokoon, sillä salaattia olisin halunnut enemmän, mutta sitten pääruoalle ei jäisi tilaa. Olen huono tekemään ruokavuorta eli kaikki valuu yleensä tarjottimelle.

Ruokajonossa jälkeeni tulevalle herrasmiehelle kassaneiti tokaisee: ”Sinä olet kasvatanut parran!” Hän näyttää tuntevan hyvin asiakkaansa ja palvelu on hyvää. Ruokailijat ovat lähes kaikki miehiä, ja näen vain kaksi naista. Ruokala on melko pieni mutta tunnelmallinen ja värimaailmaltaan lämmin. Tuoleja on vaikea liikutella.

Ruoka on maukasta kotiruokaa. Tofu-kasviskastikkeessa on tofua runsaasti, jolloin kasvisruokailijakin saa proteiinia. Annoksen jälkeen en tunne oloani kuitenkaan aivan kylläiseksi. Santsaan leipää, sillä koko rahan edestä on syötävä. Pienen salaattilautasen puuttumattomuus koitui kohtaloksi tällä kertaa.

Huom! Jutun jälkeen ruokala on mennyt remonttiin ja avautuu uudistuneena syyskuussa.

LÄHIMPÄNÄ TALOA!

MIKÄ: Unicafe

MISSÄ: Metsätalo, Fabianinkatu 39

ETÄISYYS TALOLTA: 2 km

ERIKOISTA: Tässäkin Unicafessa voit valita lounaksesi itsekasattavan lounassalaatin.

KENELLE: Sinulle, joka et jaksaa kävellä Aleksandriasta kauas.

ARVIO: ★ ★ ★

Unicafe-ruokalan valitsin ruoan ja sijainnin perusteella. Ruoaksi otan gruusialaista kaalilaatikkoa, jonka muistan olevan hyvää. Salaatteina on papusalaattia, jäävuorisalaattia, lanttu-porkkanaraastetta, suolakurkkua, punakaali-persikkasalaattia sekä punajuurivii-paleita. Kasaan aimo annoksen kaalilaatikkoa lautaselleni salaattikasan jatkeeksi. Ruoassa on ravintosisältötaulukon perusteella vain 3 grammaa proteiinia. Mahtaako maha tulla täyteen? Otan vielä palan leipää.

Ruokalaan tulee lakkaamatta ihmisiä ja heidän joukossaan vilahtaa myös tuttuja – istahtaapa eteeni myös kurssikaverini (metsäylioppilaat ehkä tuntevat olonsa kotoisaksi Metsätalossa). Ruokala on yleisilmeeltään kolkko ja laitospäinen. Ikkunoina ovat vain pienet ruudut matalan katon rajassa.

Kello on puoli yksi ja lounasaika on parhaimmillaan. Yksinäisenä ruokailijana löydän helposti istumapaikan. Istun ja heti nenääni ilmaantuu hien haju – ympäristö ei ole kovin miellyttävä. Maistan kaalilaatikkoa – miksi tämä ei ole niin maukasta kuin ennen? Onko toisessa Unicafessa eri resepti? Ruoka oli suorastaan pettymys. Annoksen jälkeen tulin kuitenkin täyteen, ja olo on suorastaan paha.

KIIREISELLE OPISKELIJALLE!

RIKAS RAKAS RUOKA

Teksti & kuvat: Hanna Takala

Syksyn tullen uudet (ja vanhat) opiskelijat arjen pyörteissä havahtuvat taas saman totuuden eteen: on nälkä. Nuudelit, tonnikala ja paahtoleipä tuntuvat yleensä pari ensimmäistä viikkoa hyviltä ideoilta, mutta jossain vaiheessa tulee mieleen, voisiko tätä kulinaristista elämystä rikastuttaa jollain tavalla. Koska monen osakuntalaisen opiskelijaboksiin mahtuu joko parveke tai ainakin hyvä ikkunalauta, Karhunkierros lähti kokeilemaan, miten näitä elementtejä voisi hyödyntää opiskelijan oman ruokaturvan takaamisessa.

VAIHE 1: RATSAA JÄÄKAAPPI

Joskus on niin, että jääkaapissasi vilkkuu vain valo, mutta useimmiten kun asiaa tarkastelee lähemmin, saattaa alahyllyn syövereistä kurkistaa äidin tuliaisperunat, porkkanat tai muut juurestuotteet, jotka jostain biologian oikusta ovat ruvenneet tuottamaan uutta juurta. Mikä ilo kokeellisen omatoimiviljelijän kannalta!

Karhunkierroksen toimittaja löysi omasta jääkaapistaan uutta elämää tuottavia valkosipulinkynsiä ja päätti ryhtyä tuumasta toimeen.



VAIHE 2: MULTAA JA ASTIA

Tässä vaiheessa opiskelijan pitää hieman panostaa, koska hyvää multaa ei Kampin olosuhteissa viitsi lähteä kaivamaan esiin naapurin metsästä (ei, tätä tarkoitusta varten älä mene Lastenlehdon tekonurmelle, saati Hietaniemen hautausmaalle!) Sen sijaan esimerkiksi yliopiston viereinen Tokmanni myy Alepaa huomattavasti edullisemmin kesän mullat pois, ja päivän päätteeksi multasäkin raahaaminen kotiin lasketaan jo kuntosalisuuritukseksi.

Astian suhteen ei kannata olla liian ronkeli, vaan se tulee suhteuttaa istutettavan kasvin kokoon. Pienempiä yrttejä istutellessa halkaistu maitopurkkikin on OK, mutta jos löysit itävän perunan tai porkkanan, rohkaisemme hyödyntämään ämpäreitä.

Toimittajalta löytyi ennestään vanha kukkapurkki (jonka edellinen asukas *kröh* muutti vihreämmille laitumille.)



VINKKI 1: Jos olet mieltynyt kasveihin enemmän esteettisyyden kuin ruoan takia, kannattaa kokeilla avokadonsiemenen idätystä. Hyvin kalutun ja pestyn siemenen voi tyrkätä vesimukiin pimeään kaapin perälle, missä se kuin ihmeen kaupalla ryhtyy kasvattamaan juurta. Kun parin viikon jälkeen taas muistat siemenen, se onkin jo istutusvalmis! Suomen olosuhteissa todennäköisempi saavutus kuitenkin on vihreä ja vehreä varsi kuin varsinaiset syöntikypsät avokatot.

VAIHE 3: KASTELE JA PUHU LEMPEITÄ

Tämä vaihe on hyvin simppelempi mutta silti yllättävän vaikea noudattaa. Jos olet todella sääntöiläinen ihminen, voit vaikka kirjoittaa kalenteriisi tasaisin väliajoin muistutuksen kasvien kastelusta. Onneksi luonnon elämänhalu on niin suuri, että monet kasvit tahtovat sisseillä tiensä elämään hankalimmissakin olosuhteissa. (Joskaan perunan kasvatusta ei silti voida suositella keskellä synkintä kaamosta.)

Karhunkierros muistuttaa kuitenkin, että ennen pitkiä reissuja tai koko viikonlopun kestäviä bileitä on hyvä virvoittaa sekä itseä että viljelyksiä runsaalla vedellä. Samoin, jos osakuntabileiden aikana tai niiden jälkeen sinut valtaa käsittämätön ja pakahduttava nyyhky-morkkis, suosittelemme purkamaan sen leper-telynä kasville, koska legendan mukaan kasvit kasvavat paremmin kun niille puhuu lempeitä.

VAIHE 4: KORJAA SATO TALTEEN

Tämä lienee jännittävin hetki kaikista. Oletko koskaan pysähtynyt miettimään, millaisia elämän mysteerejä mullan alla tapahtuu? Jos mauste-/ruokaturvakokeilusi ei koskaan päässyt tähän vaiheeseen, toivottavasti ainakin arvostus puutarhureita ja maailman ruoantuotantojärjestelmää kohtaan on tähän mennessä kasvanut hitusen.

Ja katso! Moninaisten amatöörivirheiden eli liian pienen purkin, vierastunkeilijoiden, vähäisen kastelun ja liian aikaisen sadonkorjuun jälkeenkin lähes kuolleelta näyttävän varren toisesta päästä löytyi pikkuinen mutta sitäkin tymäkämpä valkosipuli! Kyllä elämä on ihmeellistä!

VINKKI 2: Jos jääkaapissa ei tosiaan ollut muuta kuin valo, voit muutamalla hilulla turvautua myös kaupallisiin siemeniin. Mausteyrtit ovat suuri avaintekijä erilaisten ruokien rikastuttamisessa.



VAROITUKSEN SANA 1:

Sateisen kesän aikana yksikin lomaillessa vietetty helleviikonloppu voi koitua unohdetun parvekekasvin korvennukseksi.

VAROITUKSEN SANA 2:

Koska lasitettu parveke on useimmiten opiskelijan ulottumattomissa olevaa ylellisyyttä, varjele parvekekasvit tunkeilijoilta.

NUKKUVA OSA- KUNTA

Teksti: Silja Suni,
piirros: Hanna Takala



Osakuntalaisilta kyseltiin kesän aikana, kuinka paljon ja minkälaisesta he nukkuvat. Kaikkiaan 64 nukkuvien puolueesta vastasi kyselyyn. Omia nukkumistaitojaankin pääsi arvioimaan. Kyselyn tulosten perusteella Nukkumatti ei ole hyljännyt Satakuntataloa tai sen lähiympäristöä.

Osakuntalaiset nukkuvat pääsääntöisesti varsin riittävästi. Toki seitsemän tuntia tyypillisenä arkiöisen unen tuntimääränä on alarajoilla, sillä useimmat aikuiset tarvitsevat noin 7-8 tuntia unta yössä ollakseen seuraavana päivänä toimeliaita kansalaisia. Osa ihmisistä on kuitenkin niukkaunisia ja pärjää enintään kuuden tunnin unella, kun taas toiset tarvitsevat vähintään yhdeksän tunnin unen virkistykseen.

Evolutiivisesti ihminen on päiväeläin eli tarkoitettu olemaan aktiivisimmillaan valoisien tuntien aikaan. Ihminen ei siis ole mikään yökyöpeli lepakko. Ihminen ei myöskään harmillisesti ole delfini, joka kykenee nukkumaan toisella aivopuoliskollaan toisen ollessa valveilla.

Unitutkijat ovat huolissaan maailmanlaajuisesta unenpuute-epidemiasta. Tämän arvelaan lisäävän mm. lihavuuden, diabeteksen sekä masennuksen esiintymistä. Oletko itse

pannut merkille, että huonosti nukutun yön jälkeen mieli on matalammalla ja tekee mieli syödä makeaa? Ruokahalua ja kylläisyyttä sekä energia-aineenvaihduntaa säätelevät hormonit menevät nukkumattomuudesta sekaisin.

Unenpuute on eräänlainen stressitila ja koetinkivi keholle – siksi se myös lisää tulehdusvälittäjäaineiden sekä kortisolin määrää verenkierrossa. Tämä häiritsee puolustusjärjestelmän normaalia toimintaa ja altistaa esimerkiksi kausiflunssaan sairastumiselle.

Unettomuus ei vaikuttanut kyselyn tulosten perusteella olevan osakuntalaisille järin suuri ongelma. Valtaosalla kahden viimeisen viikon aikana unettomia öitä oli ollut kaksi tai vähemmän. Lyhytaikaista unettomuutta aiheuttaa yleensä vuorokausirytmin ympärikkäntymisen esimerkiksi viikonlopun aikana tai stressi, joka saa aivojen valvetta ylläpitävät hermoverkot käymään ylikierröksillä.



Suurin osa kyselyyn vastanneista nukkuu arkena noin seitsemän tuntia.

Pieni osa pärjää kuudella tunnilla. Joku tarvitsee kymmenen tunnin unet.

Pidempiaikaisen unettomuuden taustalta löytyy yleensä jatkuvasti stressaava elämäntilanne, joka vaatii korjaamista tai jokin psykiatrinen sairaus, kuten masennus tai ahdistus. Myös esim. kilpirauhasen liikatoiminta voi aiheuttaa unettomuutta. Kuitenkin noin kuudesosalla kroonisesti unettomista ei löydy mitään selkeää syytä taustalta. Nämä henkilöt ovat jo lapsesta saakka olleet ns. huonoja nukkujia.

Kyselyyn vastanneista peräti 80% ilmoitti olevansa yökyöpeitä ja vastaavasti 20%

arvioi itsensä aamuvirkkuksi. Tutkijat tekevät asiasta monimutkaisemman ja jakavat ihmiset kolmeen aikatyyppiin: aamu-, päivä- ja iltavirkkuihin. Aikatyyppejä määritetään mm. ruumiinlämpöä mittaamalla, sylki- ja verinäytteitä tutkimalla tai erilaisten kyselyjen ja uni-valvepäiväkirjojen avulla. Vuonna 2012 selviteltiin suomalaisen aikuisväestön jakautumista eri aikatyyppeihin, ja tulosten mukaan 47 % on aamuvirkkuja, 41 % päivä-virkkuja ja 12 % iltavirkkuja. Satolaiset siis ovat kyselyn mukaan hieman normista poikkeavaa porukkaa!



Viikonloppuisin samat ihmiset nukkuvat pääsääntöisesti enemmän kuin arkena.

Suurin osa nukkuu 8-9 tuntia, osa jopa 10-11.

Pari nukkuu vain kuusi tuntia viikonloppuisin, nämä ihmiset nukkuvat sitten viikolla enemmän.



Unettomia öitä oli suurimmalla osalla kaksi tai vähemmänkin.

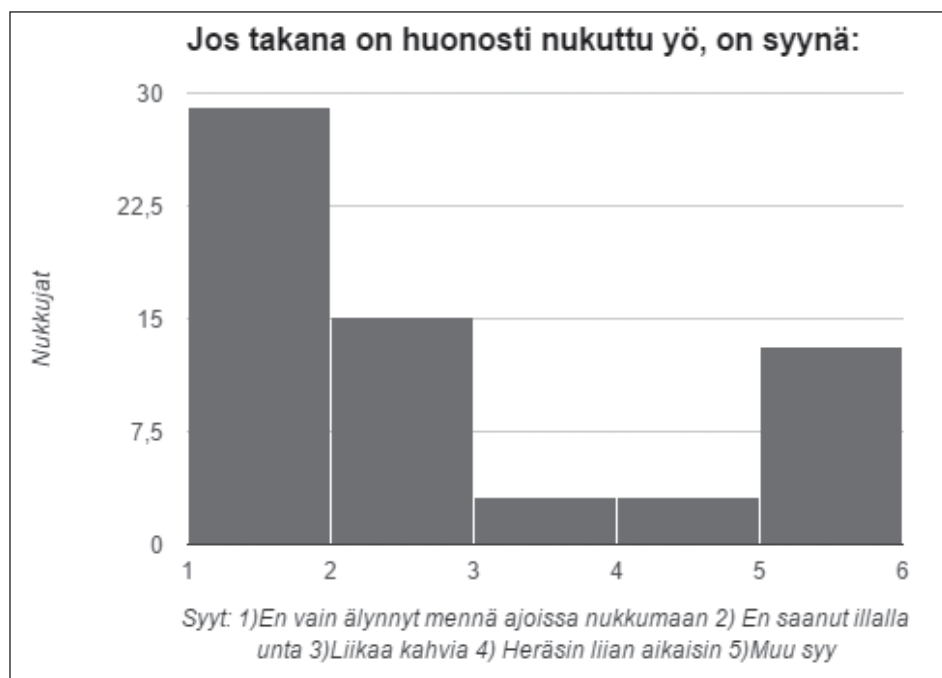
Neljä tai vähemmän huonosti nukuttua yötä oli jo harvinaisempaa.

Parilla unettomia öitä oli osunut kahden viikon ajanjaksolle viisi tai enemmän.

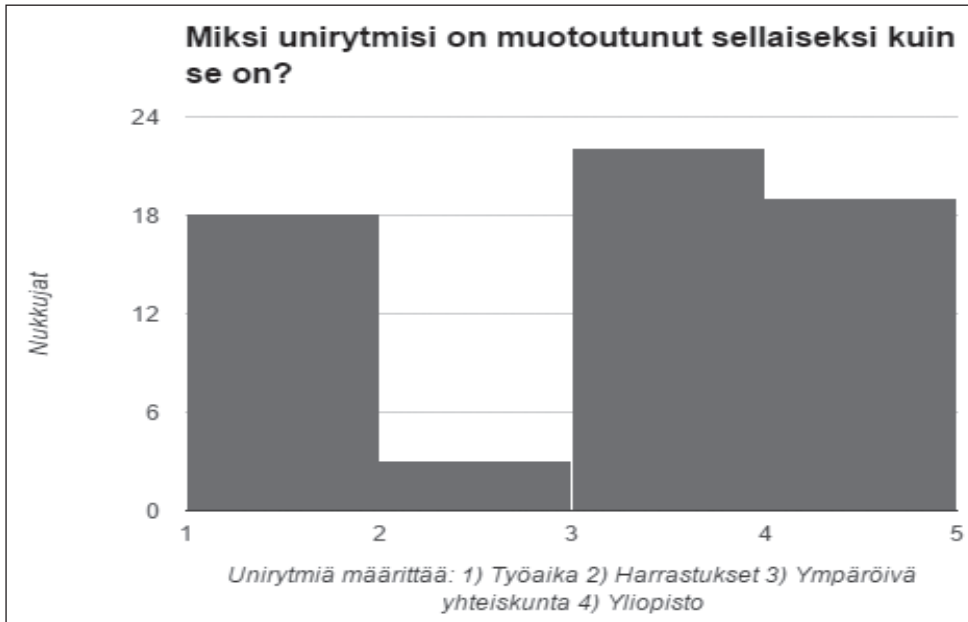
Mutta onko aamu- tai iltavirkkuudella mitään väliä? On sillä. Iltavirkut ovat alttiimpia samantapaisille sairauksille kuin kroonista univajettakin potevat eli sydän- ja verisuonitaudeille, masennukselle, diabetekselle mutta myös esimerkiksi keuhkoastmalle. Syyksi on arveltu monia tekijöitä. Yhteiskunta on ajastettu aamuvirkkujen tahtiin, ja se häiritsee ilta-aktiivisten luontaista rytmiä. On myös epäilty, että iltavirkkujen sisäisessä kellossa olisi jonkinlaista valuvikaa, koska ihminenhan luontaisesti on päiväeläin. Usein iltavirkkuilla on myös tyypillisesti yöelämään

liittyviä, huonompia elintapoja: runsasta alkoholin käyttöä, tupakointia ja epäterveellisiä ruokailutapoja. Tutkimuksissa iltavirkut ovat jopa kuolleet nuorempina!

Toivoa kuitenkin on. On tärkeää tunnistaa oma aikatyypkinsä ja pyrkiä toimimaan sen mukaan työaika järjestelemällä esim. liikuman avulla. Päivisin voi ottaa tehokkaat, lyhyehköt päiväunet. Liikuntaharrastetta ei kannata sijoittaa kovin myöhäiseen aikaan.



Muina syinä huonoon nukkumiseen raportoitettiin mm. elämän yleinen vaikeus, työasioiden mielessä pyöriminen tai stressi, melu, kreibaus, päiväunien nukkuminen, kanssanukkujen toimesta tapahtuva kuorsaaminen tai seksin vonkaus sekä lemmikkeen elämyksi.



Suurin osa arveli ympäröivän yhteiskunnan määrittävän eniten unirytmää.

Iso osa raportoi myös työajan tai yliopiston merkittävästä roolista, mikä oikeastaan sekin menee yhteiskunnan piikkiin.

Vain pari kertoi harrastusten joko herättävän tai valvottavan.

Osakuntalaiset saivat myös sanallisesti arvioida omaa nukkumistaan. Monet pitivät itseään esimerkiksi "normaalina", "semiok":na tai "sopeutuvaisena" nukkujana. Eräs arveli olevansa "paras!", toinen "kolmivarvaslaishenkiläinen". Yksi vastaaja kertoi nukkuneensa kuin tukki jopa talon palohälytysten aikana (turvallisuusha?).

Toiset olivat kriittisempiä: "Kaikkiuninen, mutta vailla rytmitajua." "Lahjaton nukkumaan yöllä. Päiväunissa ja bussissa lahjakas nukkumaan." "Pidän nukkumisesta lähtökohtaisesti, mutta arvostan sen terveydellisiä vaikutuksia turhan vähän." "Surkea." "Nukun kuin pieni porsas. Herääminen on kylläkin usein vaikeaa."

Monet tunnistivat nukkumistavoissaan selkeitä tarpeita, suoranaisia vaatimuksia:

"Tarvitsen unta kohtalaisen paljon ja säännöllisesti, mikä edellyttää aamuvirkkuisuuden lisäksi aikaista nukkumaanmenoa. Olen kohtalaisen herkkäuninen: herään meluun ja kuorsauksen alaisuudessa on vaikea nukahdtaa. Haluan säilyttää saman unirytmän viikonloppuna ja viikolla, jotta olo pysyy vetreänä. Jos unta ei ole saanut riittävästi, koko päivä on pilalla ja ajatus ei kulje."

"Vaativahko, peittopakko, muotoiltu tyyny, puhtaat lakanat, tuuletettu huone, hiljaisuutta ja pimeää arvostava, kesken unien herätessä harmistunut."

"Liian aikaisin herätettynä perseeseen ammuttu karhu. Tai oikeastaan aina kun joutuu heräämään, riippumatta yönien pituudesta."

Jutun kirjoittamista varten on inspiroiduttu ja ihan haettu tietoakin seuraavista artikkeleista:

Cirelli C, Tononi G. Is sleep essential? PLoS Biol 2008;6:e216

Merikanto I, Partonen T, Lahti T. Evoluution säilyttämä uni. Duodecim 2011;127(1):57-64

AlDabal L, BaHammam A. Metabolic, Endocrine, and Immune Consequences of Sleep Deprivation. Open Respir Med J. 2011; 5: 31-43.

Merikanto I, Partonen T, Lahti T. Iltavirkut ovat alttiita monille sairauksille. Lääkärilehti 2015;13:37-41b

Merikanto I, Kronholm E, Peltonen M, Laatikainen T, Lahti T, Partonen T. The relation of chronotype to sleep complaints in the general Finnish population. Chronobiol Int 2012;29:311-7.

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00534. Luettu 9.8.2015

LÄHIALUEET ESITTELYSSÄ

TALON LÄHISTÖLLÄ

Teksti: Antti Torkki & Erik Salminen, kuvat: Tatja Malaska, Antti T. & Erik S.

Satakuntatalon sijainti on opiskelijaelämän kannalta lähes optimaalinen. Kulkuyhteydet eri puolille pääkaupunkiseutua ovat hyvät ja suurimman osan tarpeellisista palveluista löytää helposti ottamalla suunnaksi Kampin. Mutta mikäli et Helsinkiä tunne, voi käydä niin, että mielenkiintoisimmat paikat eivät heti osu silmään. Tässä jutussa Karhunkierros esittelee Satakuntatalon läheisyydestä muutaman paikan, joista on enemmän tai vähemmän hyötyä opiskelijaelämää aloittelevalle.

NÄLKÄ?

Hämis (katso myös juttu sivulla 17!)

Nälän yllättäessä lähin opiskelijaravintola löytyy Hämäläisten talosta (Urho Kekkosen katu 4-6 D), vain kivenheiton päässä Satakuntatalolta. Hämäläisosakunnan Osakuntabaarin ruoat ovat maittavia ja palvelu on erinomaista. Kulku Osakuntabaariin tapahtuu Tavastia-klubin sisäänkäynnin oikealla puolella olevasta ovesta.

Aukioloajat:
ma-to klo 11–15.30
pe klo 11–15

Kampin Pippuri (Runeberginkatu 4a)

Satolaisten suosion saavuttanut Kampin pippuri tarjoaa pitkäksi venähtäneen illan jälkeen helpotusta seuraavaan päivään. Ruokalistalta löytyy niin pizzoja kuin kebabannoksia. Lisäksi joka päivä tarjolla on myös lounasbuffet.

Aukioloajat:
ma-la klo 10–05
su klo 12–05



Pingistä Baanalla



LIKKUMAAN?

Korista Ressulla

Ressun koulun kenttä (Lapinlahdenk. 10)

Vain kivenheiton päässä Satakuntatalolta sijaitsee Ressun peruskoulu, jonka pihalta löytyy esimerkiksi kori- tai jalkapalloiluun soveltuva pihapelikenttä. Kentän alustana toimii tekonurmi ja kokonsa puolesta kenttä tarjoaa mahdollisuuden järjestää vaikkapa 3 vs 3 -pelejä.

Päivisin kenttä on varattu koulun omaan käyttöön, mutta iltaisin se on vapaasti muidenkin käytettävissä. Osakuntalaiset ovatkin silloin tällöin hyödyntäneet kentän läheisyyttä, ja myös koulun vahtimestarin on nähty liittyvän peleihin mukaan.

Baana

Baana on vanhaan ratakuiluun rakennettu, kevyen liikenteen käyttöön tarkoitettu väylä, jonka varrelta voi löytää esimerkiksi viihtyisiä levähdyspaikkoja ja ympäristöaidetta. Pituukseltaan Baana on 1,3 km ja se kulkee Ruoholahdesta Kiasmalle. Väylä tarjoaa hyvien lenkkeilymahdollisuuksien lisäksi koripallo-, pöytätennis- ja petankkikentät, jotka löytyvätkin näppärästi läheltä Satakuntataloa, Baanan Ruoholahden puoleisesta päästä.

KAUPPAAN?

Kauppahalli

Pitkän tauon jälkeen läheiseltä Hietalahden kauppahallilta saa myös purtavaa! Hallissa voit napata vaikka aamiaista, pientä purtavaa tai tehokkaampaa mättöä. Allekirjoittanut (Erik) kävi kokeilemassa osakuntalaisen ystävän suositteleman lihakauppa Roslundin hampurilaisen, ja täytyy sanoa ettei tarvinnut pettyä. Voi sitä huonomminkin aikaansa viettää kuin istuskellen auringossa Hietalahden torilla rehellisen maukasta bögöä maistellen. Ihmisiä vilisi ympärillä yllättävän paljon, ja miksi ei, kun Suomen kesäkin antoi kaikkensa.

Kauppahalli on auki arkisin kello 8-18, lauantaisin kello 10-17 ja sunnuntaisin kello 10-16.



Roslundin hampurilainen

24h Alepa

Kello on yli 23, mutta kauppaan pitäisi vielä päästä? Ei hätää, apu on lähellä! Vaikka lähimmät kaupat sulkevatkin ovensa keskimäärin ilta yhdeltätoista, niin muutaman korttelin päästä, Lönnrotinkadun ja Albertinkadun risteyksestä löytyy vuorokauden ympäri ovensa auki pitävä Alepa.

MUUTA?

Pesula

Haluat pestä pukusi/mekkosi, mutta perinteiset SOL-meiningit alkaa olla nähty? Ei hätää, sillä pienen kävelymatkan päässä Satakuntatalolta löytyy idyllinen Eerikinkadun pesula. Asiallisen meiningin omaava pesula lyö myös SOLin ainakin tärkeimmissä hinnoissa (puku, mekko, päällystakki, jne.).

JANOTTA?

Wanha kettu

"Fantastinen, upea!" on luonnehdinta, jonka voit saada Wanhaan kettuun jälleen päätyneeltä kanta-asiakkaalta kysyttäessä mielipidettä paikasta. Satakuntatalon kanssa samassa korttelissa (Malminkatu 22) sijaitsevalla pubilla on osakuntalaisten keskuudessa tietynlainen maine, mutta hienoja tarinoita paikasta joka tapauksessa syntyy aina sinne eksyttäessä. Halvat juomat, leppoisa jukeboxin virittämä tunnelma ja sopivan kokoiset loosit luovat pohjan hausalle illalle.

Roska

"Pidä huolta ympäristöstäsi ja itsestäsi. Pidä ympäristösi ja itsesi siistinä. Säästä ympäristöäsi ja itseäsi. Muista kierrättää, mutta älä itseäsi."

Olemme auki keskiviikosta lauantaihin kello kymmenestä nolla neljän. Ikärajat on ihan linjassa lainsäädännön kanssa."

Näin itseään mainostaa hieman ug:mpi yökerho Roska. Kannattaa vähintään käydä tsekkaamassa kyseisen kiinteistön vessat.



Roskan ovi

Orion

Lähietäisyydeltä löytyy Tennispalatsin lisäksi muitakin elokuvateattereita. Orion (Eerikinkatu 15) tarjoaa erilaiset puitteet leffojen katselulle, ja myös ohjelmistossa poiketaan selkeästi monien elokuvateattereiden linjasta. Elokuvia esitetään kolme kertaa illassa, kuutena iltana viikossa.

PIENI PUKU- KODI- OPAS

Salla Seppälä

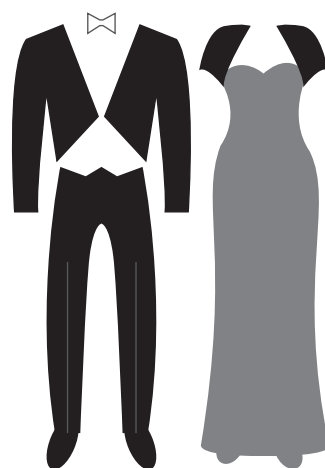
(Julkaistu alunperin Karhunkierroksen numerossa 3/14)

Pukukooideihin suhtaudutaan toisinaan tarpeettoman vihamielisesti – niitä saatetaan pitää snobien salaliittona, ihmisten kiusaamisena tai määräilynä. Niiden takana on kuitenkin enemmän hyviä kuin pahoja aikeita. Tavallisesti juhlien järjestäjä merkitsee kutsuun pukukoodin, jotta kaikki tietävät, kuinka juhlavasti vieraiden odotetaan laittautuvan. Siten kenellekään ei tule kiusallinen olo ali- tai ylipukeutuneena. Pukukoodi asettaa asemasta riippumatta kaikki samalle viivalle.

Saman viivan löytäminen on siitä haastavaa, että harva pukukoodi on täysin yksiselitteinen. Koodin muodollisen tuntemuksen lisäksi hyötyä on edes kourallisesta tilannetajua. Viimeksi mainittua ei voi lähettää lehden mukana, mutta pukukoodien ominaispiirteet esitellään tässä sanoin ja kuvin. Hyvinkin yksityiskohtaisia etikettiohjeita on internet pullollaan niille, jotka haluavat briljeerata, mutta perusasiat kantavat jo pitkälle.

Hyvä juhlapukeutuminen ei ole vaikeaa, kallista eikä tylsää, ellei siitä itse tee sellaista. Useimpien pukukoodien muodolliset vaatimukset ovat väljät – tärkeää on valita vaatteita, joissa itsee viihtyy. On parempi pukeutua tyylikkäästi kuin oikein. Juhlajassa ei ole hintalapua, eikä kalleus kaunista – sopivia vaatteita voi alan liikkeiden lisäksi löytää edullisesti kirppareilta tai kysellä lainaksi muilta osakuntalaisilta. Eikä kukaan muu muista, montako kertaa olet lempimekkoasi käyttänyt (paitsi jos se on kanariankeltainen tai olet mies).

Pukeutuminen ei ole juhlien tärkein asia, mutta parhaimmillaan yksi hauskimmistakin. Tai olisi, jos tietäisi mitä kuuluu laittaa päälle!



JUHLAPUKU

Frakki. Pukukoodi useimmissa vuosijuhlissa. Jos ei omista frakkia, voi pukeutua myös tummaan pukuun.

Naisilla täyspitkä, jalkapöydän päälle ulottuva puku juhlavasta materiaalista. Ohuet sukat, sirot kengät ja laukku. Pärvätilaisuuksissa olkapäät tulee peittää esim. huivilla tai boleroilla, iltatilausissa voi pukeutua paljastavemmin.

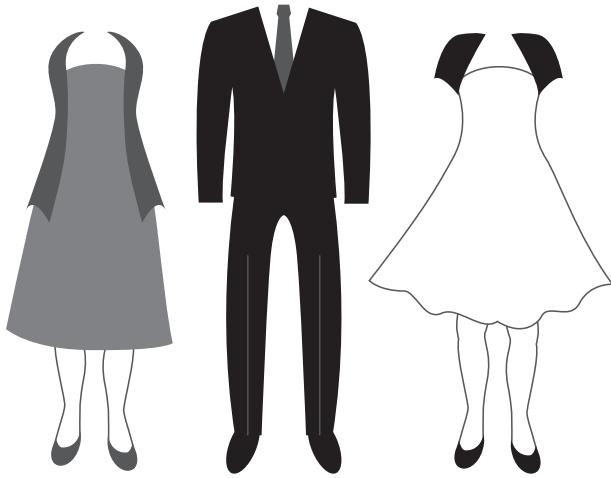
VINKKEJÄ JA HUOMIOITAVAA

Pärvä vai ilta? Jos tilaisuus alkaa klo 18 tai myöhemmin, se on iltatilaus. Pärvällä asiallisesti, illalla näyttävästi.

Rivinvieras vai tähti? Pukeudu oman roolisi mukaisesti. Osakunnan vuosijuhlissa kaikki ovat tietty tähtiä.

Parempi överit kuin vajarit – alipukeutuminen luo vaihtelun kunnioituksen puutteesta.

Jos olet epävarma, pukeudu pikkumustaan (nainen)/tummaan pukuun (mies). Et ainakaan pistä silmään.



NAINEN, NÄIN PÄÄSET HELPOLLA
 Monet ns. pikkumustat eli yksinkertaiset mustat leningit sopivat niin tumman purvun, arkipurvun kuin smart casualinkin koodiin. Koruja, kenkiä ja muita asusteita vaihtelemalla sama vaate mukautuu moniin juhliin vuodesta toiseen.

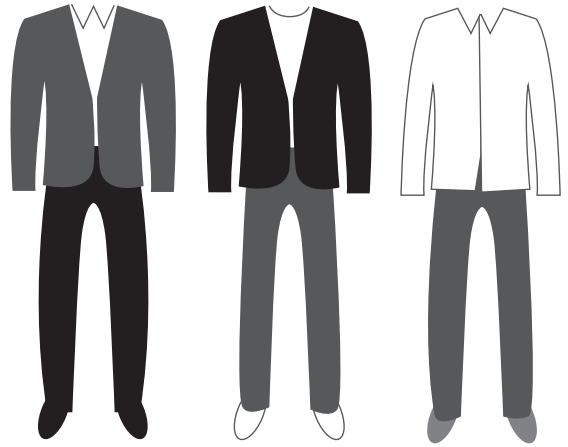


TUMMA PUKU

Monitulkintaisuudessaan vaikein pukukoodi – merkitys vaihtelee melkein juhlapurvun tasolta lähelle smart casualia.

Miehillä yksivärinen musta, tummansininen tai mustanharmaa kaksi- tai kolmiosainen puku solmion kera. Juhlavin yhdistelmä on musta puku helmenharmaalla solmiolla.

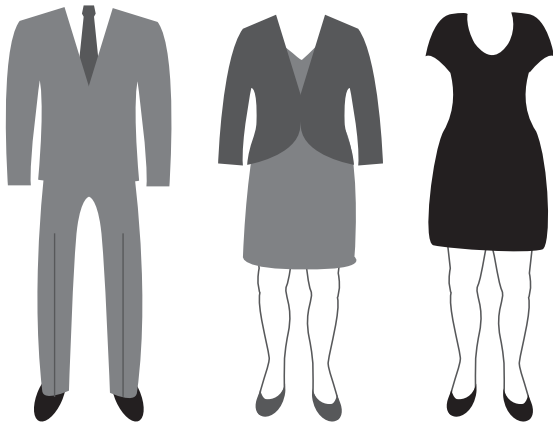
Naisilla juhlava nilkka- tai polvipituinen mekko – hameen helman ei pidä olla hyvin pitkä eikä hyvin lyhyt. Naisen asun väri voi olla mikä tahansa – vaikka valkoinen, jos huvittaa – sillä ”tumma” rajoittaa vain miehen värejä.



SIISTI ASU/ SMART CASUAL

Yleinen pukukoodi rennoilla sitseillä. Jos et ole juristi tai kokoomusnuori, purvun ja solmion voi jättää pois. Kauluspaita ja pikkutakki suorien housujen kanssa ovat sopivat, harkinnan mukaan myös farkut. Kerrankin mies saa käyttää mitä värejä huvittaa.

Naisilla koodiin sopii mekko tai puseron ja hameen yhdistelmä. Helman pituus on vapaa, mutta harvoin pitkä. Ei erityisiä vaatimuksia materiaalin tai minkään muunkaan suhteen, kunhan asu ei ole arvan arkinen.

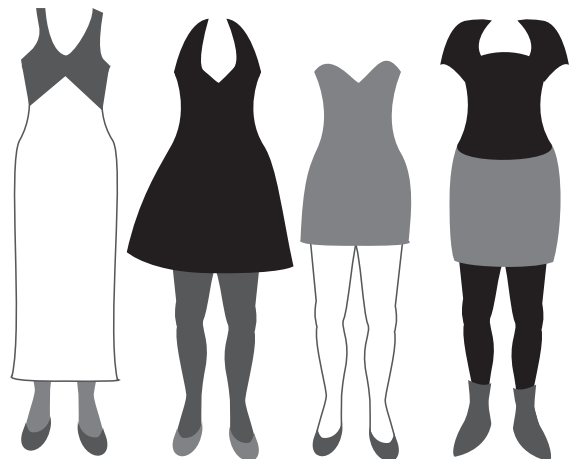


ARKIPUKU

Tyypillinen pukumiehen tai -naisen työasu, jota toisinaan käytetään juhlienkin pukukoodina. Miehillä väriltään esimerkiksi harmaa tai sininen puku solmion kera. Kangas voi olla kuviollinen, esim. ruudullinen tai liituroita.

Naisilla siisti housu- tai jakkupuku tai leninki – esimerkiksi nätti mekko neuletakin kanssa.

Arkipuku on luonteeltaan enemmän asiallinen kuin juhlava.



AYOTZINAPA & OPISKELIJA- AKTIVISMIN HISTORIAA

Teksti & kuva: Riikka Pasanen

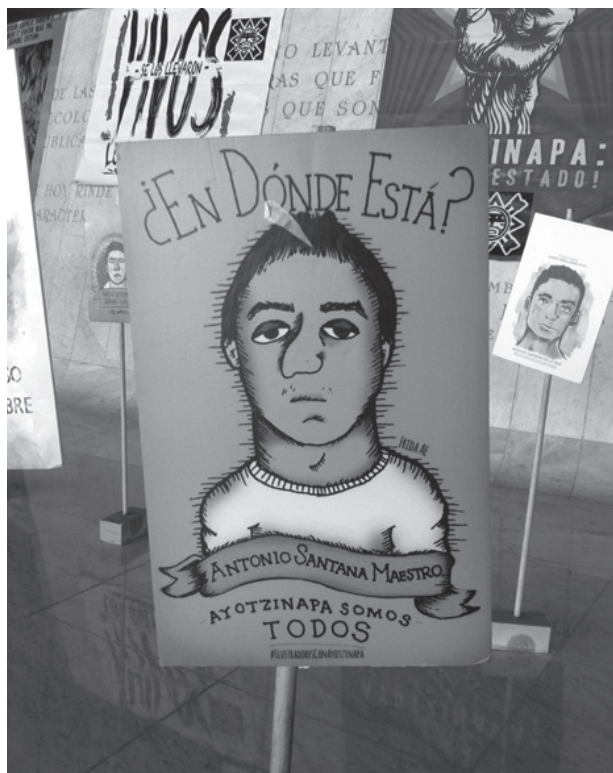
Meksikolainen ruoka on kaukana tex-mexistä. Täällä matkaarvalle tulevat tutuiksi paitsi tacot ja quesadillat, myös tlayudat, barbacoa, cochinita pibil, pozole, enchiladat, flautat ja monet muut herkut. Lämpötilat vaihtelevat miellyttävästä kuumaan, ja kasvillisuusvyöhykkeet autiomaasta viidaktoon. Ihmiset ovat avuliaita ja lämpimiä vieraita kohtaan. Tästä maasta ei todellakaan puutu näkemistä ja kokemista! Meksikossa asuessani minulle alkaa selvitä myös rantakurvien kääntöpuoli, josta olin kyllä kuullut, mutta jota en todella tiedostanut ennen saapumistani.

Meksikossa murhataan kuusi naista joka päivä. Joidenkin ruumiita ei löydetä koskaan. YK:n mukaan yli 2 500 naisen kuolemat Meksikossa vuosittain voidaan yhdistää sukupuolesta johtuvaan väkivaltaan. Harva tapaus johtaa poliisitutkintaan. Näistä tutkintaan päässeistä tapauksista alle kaksi prosenttia johtaa jonkinlaiseen tuomioon edes yhdelle osalliselle.

Kirjoittaessani tätä uutisissa on kuvajournalisti Rúben Espinosa ja neljän muun murhat, jotka tapahtuivat neljän kilometrin päässä asunnoltani. Läheiset kertovat Espinosaan pakenneen kotiosavaltioistaan pääkaupunkiin peläten henkensä puolesta. Viranomaisien mukaan Espinosa oli työnhaussa.

Meksiko on yksi Latinalaisen Amerikan epä-tasa-arvoisimmista valtioista. Köyhydessä elävien määrä nousee, ja samaan aikaan koulutuksesta ja tukiohjelmista leikataan. Uutisissa kerrotaan korruptiosta, murhista ja skandaaleista harva se päivä. Väkivalta kohdistuu työikäisiin ja opiskelijoihin, naisiin ja miehiin. Ulkopuolelta tulevat ongelmat, kuten huumeet muuttavat Meksikon turvallisuustilannetta rajusti kartellien suuren vaikutusvallan ja niihin liittyvän väkivallan takia. Kansalaisten tyytymättömyys ja epäluottamus hallitusta ja poliisia kohtaan on suurta, ja mielenosoituksia järjestetään jatkuvasti.

Ayotzinapan tapahtumat rikkoivat uutiskynnyksen ympäri maailman. Syyskuun 26. päi-



vänä tulee kuluneeksi vuosi siitä, kun 43 mielenosoitukseen matkalla ollutta Ayotzinapa Rural Teacher's Collegien opettajaopiskelijaa katosi jäljettömiin poliisin pidätettyä heidät. Poliisi oli luovuttanut opiskelijat paikalliselle huumejengille teloitettavaksi. Etsinnöissä on löytynyt yli 60 joukkohautaa, joissa olleista yli 120 ruumiista yksikään ei liity opiskelijoiden katoamiseen.

Vuoden 2015 neljän ensimmäisen kuukauden aikana Meksikossa on ilmoitettu kadonneeksi 329 henkilöä. Kadonneiden listalla koko Meksikon alueella on yli 20 000 henkilöä. Se on sama määrä kuin Köyliössä, Harjavallassa, Eurajoella ja Luvialla asuu ihmisiä.

On hyvä merkki, että Meksiko ei ole unohtanut Ayotzinapaa, eivätkä kadonneet 43 ole vielä muuttuneet vain numeroiksi tilastoissa. Monissa näkemissäni julisteissa nimetään kadonneet yksitellen ja painotetaan jokaisen tärkeyttä henkilönä. Pääkaupunki Meksikossa ja monissa muissa kaupungeissa ympäri maata järjestetään Ayotzinapa-mielenosoitus joka kuukauden 26. päivä, sillä poliisiviranomaisten toiminta on ollut passiivista ja välinpitämätöntä. Ayotzinapa-mielenosoituksia johtavat kadonneiden omaiset ja opiskelija-aktiivit.

Latinalaisessa Amerikassa opiskelijoiden aktivismilla on vahva historia. 1900-luvun alussa ja nykyäänkin opiskelijat Latinalaisessa Amerikassa vaativat protesteissaan sosiaalista muutosta, yliopistoreformeja sekä kunnioitusta akateemiselle vapaudelle, demokratialle ja yliopistuelämälle. Suurimmat protestit olivat 1900-luvun alussa ja 1960-luvulla, mutta opiskelija-aktiivit vaikuttavat edelleen mahdollisuuksiensa mukaan.

Latinalaisessa Amerikassa toimii monia autonomisia yliopistoja, joista suurin on Meksikon UNAM – Universidad Nacional Autónoma de México (300 000 opiskelijaa). Autonomisten yliopistojen status juontaa juurensa Córdobaan manifestiin Argentiinassa vuonna 1918. Massiiviset mielenosoitukset ja opiskelijoiden lakot taivuttivat hallituksen suostumaan yliopistojen autonomiaan. Argentiinalaisten menestyksen rohkaisemina yliopistot saivat autonomiansa opiskelijoiden vaatimuksesta myös Uruguayssa, Kuubassa, Venezuelassa, Chilessä, Perussa, Meksikossa ja Kolumbiassa.

”The youth you are now living is a form of power; it is you who must employ it.”

– José Enrique Rodó, opiskelija, jonka essee *Ariel* (1900) toimi osittain autonomiavaatimuksen herättäjänä.

Seuraava suuri opiskelijoiden protesti syntyi

1960-luvun lopussa. Liikkeen kantavana voimana oli opiskelijamassa, joka oli ollut pitkään pääosin passiivista. Pääasiallinen protestin aihe oli mellakkapoliisien ja armeijan suhteeton väkivalta kampusalueiden rauhanomaisten protestien yhteydessä. Tämän lisäksi kritisoitiin yliopiston budjetin leikkaamista olympialaisten hyväksi ja hallituksen muka-vallankumouksellisia sloganeita todellisen politiikan ollessa korruptoitunutta ja kritiikkiherkkää. Koko maanosalle yhteisiä aiheita olivat Kuuban vallankumouksen, vapautuksen teologian ja vuosikymmenelle tyypillisen seksuaalisen vapautumisen ja vastakulttuurin tukeminen sekä 1960-luvulla nousseiden sotilasdiktattorien ja Vietnamin sodan vastustaminen.

Opiskelijoiden protestointi Meksikossa kärjistyi verisesti 2. lokakuuta 1968 Tlatelolcon aukiolla opiskelijoiden osoittaessa mieltään vain reilua viikkoa ennen olympialaisten alkua. Konfliktin toisena osapuolena olleiden viranomaisten mukaan menehtyneitä opiskelijoita oli alle 50, mutta riippumattomat tutkijat ovat vahvistaneet todellisen uhriluvun olleen yli 300. Monia opiskelija-aktivisteja myös karkotettiin maasta tai tuomittiin vankilaan, minkä jälkeen keskeisenä tavoitteena opiskelijapolitiikassa oli vangittujen opiskelijoiden vapauttaminen. Väkivaltaisista protesteista nähtiin myös Bogotássa, São Paulossa, Guatemalassa, Buenos Airesissa, Quitossa ja Limassa.

1990-luvun jälkeiset opiskelijoiden protestit eivät ole pohjautuneet ideologioihin. Vuoden 2012 Meksikon presidentinvaaleissa vaikuttanut *Yo Soy 132* -liike vaikutti vahvasti Facebookissa, Twitterissä ja YouTubessa. Vaikka Che Guevaran kuvaa näkee mielenosoituksissa, joukkoja yhteen eivät kokoa niinkään poliittisia ideologiota edustavat symbolit vaan esimerkiksi sateenkaarilippu, ihmisoi-keudet ja idea Latinalaisesta Amerikasta yhtenä suurena yhteisönä. Ihmisoikeuksien toteutumista varsinkin on tarpeen tarkkailla ja tukea paitsi meksikolaisten, myös kansainvälisen yhteisön toimesta. Tämän päivän opiskelija-aktivistit tuntevat historiansa ja tietävät pystyvänsä vaikuttamaan – kysymys on vain siitä, milloin joukot kerääntyvät niin suurina, ettei hallitus voi enää ohittaa heitä.

MONTUS EKA, MONTUS VIKA?

Pia Isolähteenmäki & urheilutoimikunta

Satakuntatalon alimmassa kerroksessa sijaitseva kuntosali Monttu on osakuntalaisten aktiivisessa käytössä. Karhunkierros selvitti Montun kävijämääriä ja -aikoja viikon ajan viime huhtikuussa. Montun seinällä oli lista, johon kävijöitä pyydettiin kirjaamaan itsensä. Tutkimuksessa kävi ilmi, milloin salilla on vilkkainta ja milloin hiljaisinta.

	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
0-9							
9-10		1					
10-11					1		
11-12			1				
12-13							1
13-14						1	1
14-15						1	
15-16			1				
16-17						1	
17-18						1	1
18-19	1				1		
19-20		2		1			
20-21	1	1					4
21-22		7	3		2		
22-23	1		1	1	1		
23-24			1				

INFO:

Mitä
Montusta
löytyy?

tanko x 2
vinopenkki
levypainot
painonnostopenkki
kyykkyteline
nyrkkeilysäkki
jumppapallo x 2
vapaita painoja
foam roller
kuntopyörä
tatamit

Montun käyttöajat 20.-26.4.2015

Arki-iltaisin treenaajia alkaa saapua paikalle kello kuuden jälkeen, ja useimmiten illan viimeinen raudannostaja lähtee paikalta yhdeltätoista. Ylivoimaisesti eniten treenaajia samanaikaisesti oli tiistaina yhdeksästä kymmeneen. Tiistain kävijäpiikin selittää urheilutoimikunnan (UTMK) viikko-ohjelmaan kuuluva keskivartalotreeni KeVa, johon on kaikilla osakuntalaisilla vapaa pääsy.

UTMK:n viikko-ohjelmaan kuuluu myös sunnuntai-iltaisin klo 20-21 Montussa ohjatusti järjestettävä kuntopiiri; neljällä osanottajallaan se kirikin heti KeVan jälkeen vilkkaimmaksi treenijankohdaksi. Tiistain

KeVa sekä sunnuntain kuntopiiri jatkuvat molemmat tuttuun tapaan myös syksyllä 2015. UTMK toivottaa kaikki, sekä uudet että vanhat KeVassa ja kuntopiiriissä käyneet satolaiset tervetulleiksi hikoilemaan myös tulevana lukuvuonna 2015-2016!

Öisin tai aamuvarhaisella Montussa ei treenaajia näy; päivätöikseen opiskelevat osakuntalaiset siis selvästi tietävät, kuinka suuri on unen merkitys yleisen jaksamisen sekä treenaamisenkin kannalta. Myös lauantai-ilta Montussa on todennäköisesti tyhjää; osakuntalaiset viilettävät viikonloppuriennoissaan tai sitten urheilevat muualla.

Kuolemattomat

Päätoimittaja

Monelle tämän lehden lukijalle Kuolemattomat-palsta on keskeinen osa lukukokemusta. Kiireinen tai muuten välinpitämätön lukija todennäköisesti jättää lehden muun painavan asian väliin ja lukee ensimmäisenä ja viimeisenä asiana osakuntalaisten elämään jääneitä neronleimauksia. Moni saat-
taa myös yllättyä palstan ikuistaessa ajatuksen, joka oli jo kadonnut sanojansa muistista.

Pieni arkistojen kaivelu kertoo, että ensimmäinen Kuolemattomat-palsta ilmestyi Karhunkierroksessa 1/2003, joskin jo aikaisempien vuosien lehdissä oli koottu osakuntalaisten lausahduksia IRC-keskusteluista. Päätoimittaja Eveliina Nerran kokoama palsta keräsi aluksi lainauksia sekä suullisista että virtuaalisista keskusteluista. Nykyään osakunnan Facebook-ryhmässä käydyt keskustelut tavoittavat suuremman osan osakuntalaisista kuin IRC 2000-luvun alkuvuosina, joten virtuaalisen keskustelun toisintaminen lehdessä ei tunnu yhtä olennaiselta, vaikka se toimittaisikin samaa tehtävää kuin muun keskustelun tallentaminen lukijoille tulevaisuudessa.

Vuosien mittaan palstasta on tullut yhtä kuolematon kuin sen sisältämistä lainauksista. Se on myös todennäköisesti muuttanut huomattavasti osakuntalaisten käytöstä, sillä monet pyrkivät välttämään sille joutumista, kun taas osalle se on kuin harrastus. Palstan nimi ja siinä usein toistuvat hahmot tuovat mieleen mytologiset olennot, joiden elinikä (tai opiskelu-aikaa) ei ihmisten tavoin lasketa vuosikymmenissä. Lähin vertailukohta taitavat olla kreikkalaiset jumalat, jotka osoittivat kuolemattomuudestaan huolimatta ihmismäisiä luonteenpiirteitä ja heikkoa arvostelukykä sekaantuessaan kuolevaisten elämään. Tälläkin palstalla yksi huonosti (tai usein kaksimielisesti) muotoiltu ajatus tuo lausujansa nopeasti Olympos-vuoren huipulta takaisin agoralle. Kuolemattomuus olkoon jokaisen fuksinkin tavoite.

Jumala sano - minä täydensin.

- Mäksy kuvailee Tero A.:n kuusisivuisen gradun syntyprosessia 23.4.

Mulla on kännykässä selfieitä, joissa olen itse.

- Timo H. aallon harjalla 30.4.

Schindlerin listakin on lista kuolemattomia.

- Mäksy 1.5.

Voi olla, et mä tipun yläkertaan, jalat ei enää kannan.

- Otso S. on väsynyt 1.5.

Osaan muinaishepreaa paremmin kuin numeroita.

- Tero A. kuvailee Suomen koululaitosta 5.5.

Tollanen näpistely on niin yleistä, että oon mä sen saattanut vahingossa varastaa.

- Ville K. SatOn vieraskirjasta 12.5.

Mä oon kaks viime yötä nukkunut sohvan ja Timon välissä; kyllä mulle kelpaa pöytäkkin.

- Alina pohtii majoittumista Värbalissa 17.5.

Ei saa yleistää, vaiks mä just yleistin kaikki aasialaiset.

- Marko vertailee eri kansallisuuksia 18.5.

Laita vaan täyteen, niin se ei kaadu.

- Q opastaa viinilasin täytössä suursitseillä 28.5.

Ootko tuntenut muita Milloja ennen mua?

- Milla A. kysyy Milla G:ltä suursitsien jatkoilla 28.5.

H: Mikäli olet hukannut sormuksia Satakuntatalolla ota yhteyttä minuun henkilökohtaisesti, kiitos.

M: Ash nazg durbatulûk, ash nazg gimbatul,

Ash nazg thrakatulûk agh burzum-ishi krimpatul.

- Make tunnistaa Honksun löytämän sormuksen SatOn Facebook-ryhmässä 9.6.

Isäntä ei ole paikalla, niin civekset hyppii pöydillä

- Antti T. osakuntalaisten röyhkeydestä 13.6.

Pistääkö porukka pahaksi, jos panen tohon pesään puuta - ja tulen?

- Heikki H. lämmittelee Sipillä juhannuksena 19.6.

Onko pakko pyyhkiä, jos ei halua?

- Q sitsipöydässä 19.6.

Muista Silja juottaa kuskillesi paljon, niin se pysyy tallella.

- Heikki H. neuvoa juhannussitseillä 19.6.

Ei oo mikään voiton päivä.

- Silja saa voita leivän päälle 19.6.

MENO- VINKIT FUKSI- SYKSYYN

FUKSIPÄIVYSTYKSET

31.8.-11.9. ma-pe joka päivä sekä keskiviikkoisin syyskuun loppuun klo 17-19. Liity jäseneksi ja kysy lisää!

SPÅRA-OKI 2.9.

Ota Helsinki haltuun opastetulla ratikkakierroksella. Osakunta tarjoaa fuksien liput ja eväät. yhteislähtö viisistä Klo 19.15.

FUKSIOKI 9.9.

Tule tutustumaan uusiin ja vanhoihin osakuntalaisiin Viisiin klo 19.15.

FUKSIAISET 18.9.

Vanhat järjestävät rasteja eri puolille Satakuntataloa ja uudet kiertävät. Jatkoja vietetään osakunnalla, ja jatkojen jatkoille suunnataan maakuntaan osakunnan mökille.

FUKSIAISTEN JATKOMÖKKI 19.-20.9.

Bussi tai juna kuljettaa väsyneet juhlijat luonnon helmaan nauttimaan takkatulesta, grilliruuasta ja rauhasta.

OSAKUNNAN KOKOUS 23.9.

Ilmaista ruokaa! Samalla pääset tutustumaan osakunnan päätöksentekoon ja ihmisiin.

UUSIEN EHTOO 25.9.

Opettele sitsaamaan hyvissä käsissä klo 19.

SATAKUNTALAINEN EHTOO 24.10.

Satakuntalainen pitopöytä, hauskoja kansallispukuja sekä fuksien näytelmä.

ITSENÄISYYSPÄIVÄN JUHLA 6.12.