

Polyteekkari

Polytekaren

>> nro 12/2004

tky
otaniemi

1

Korkeammalle!

2

Kovempaa!

3

Uudelleen!

4

**...tai no mitäs,
rennosti vaan!**

LÄHDE **POLYTEEKKARIN** KANSSA
YLÖS, ULOS JA LENKILLE!



>> **LIIKUNNASTA OPINTOVIIKKOJA**

AJATUS TÄSTÄ POLYTEEKKARIN LIIKUNTANUMEROSTA SYNTYI PUOLIVAHINGOSSA SYYS-KUUN PUOLIVÄLISSÄ. Ulkona oli upean aurinkoinen päivä ja minun piti lähteä lenkille. Jostain syystä se kuitenkin unohtui, mutta liikunta alkoi kuulostaa hyvältä idealta. Ainakin itse joudun olemaan tarkkana aina tähän aikaan vuodesta, ettei liikunta pääse kokonaan unohtumaan. Ilmojen viiletsä sisällä alkaa viihtyä koko ajan paremmin, ja syysateita katselee mieluiten näyttöpäätteen loisteessa.

Liikunta ei ole ihmisille aivan yhtä välttämätöntä kuin syöminen, mutta huhujen mukaan sitä pitäisi harrastaa säännöllisesti. Mitä huonompaan kuntoon itsensä päästää, sitä suuremmaksi kynnys liikunnan harrastamiseen saattaa nousta. Liikuntatuntien pakolliseksi tulemistä odotellessa voisikin ehdottaa, että liikunnan unohtaneille voisi järjestää eräänlaisia liikkumisen kertauskursseja. Samalla tavalla, kuin auton ratista pitkään poissa olleet autoilijat voivat mennä autokouluun verestämään unohtunutta ajotaitoa, voisi vaikkapa Otahallilla järjestää kerran viikossa itsensä liikuttamisen alkeiskursseja. Lähtökohtana olisi, että kukaan ei voi olla liian huonossa kunnossa aloittamaan liikkumista, mutta aluksi homma saattaa vaatia hieman opastusta.

Tai mitä jos liikunnasta tehtäisiin sittekin kaikille korkeakouluopiskelijoille pakollinen oppiaine? Aluksi ajatus kuulosti minustakin kieltämättä täysin järjettömältä ja melkein päasistiselta, mutta mitä tarkemmin asiaa rupesi miettimään, sitä paremmalta se alkoi kuulostaa. Lähtökohtaisesti ajatus yliopistojen ”liikuntatunneista” torpataan yleensä suoralta kädeltä vetoamalla akateemiseen vapauteen. Akateemiseen vapauteen ei muka kuulu pakottaa opiskelijoita tekemään mitään. Tämä argumentti on kuitenkin täysin kestävä, sillä opintosuunnitelmat pakottavat kaikki opiskelijat tekemään paljon turhempiaakin juttuja.

Tässä vaiheessa monien mieleen saattavat palata peruskoulujen liikuntatuntien jättämät pysyvät traumat. En kuitenkaan ajatellut, että korkeakoulujen liikuntatuntien pitäisi olla yläasteilta tuttua kollektiivista pyöreiden esineiden perässä juoksemista. Sen sijaan kaikkiin mahdollisiin liikuntapaikkoihin voisi jakaa pieniä leimasimia, ja opiskelijat voisivat kerätä leimoja pieniin liikuntavihkoihinsa omien mieltymystensä mukaisesti. Eikö kuulostaisikin ihanan 80-lukulaiselta?

Liikuntaopintoviikkoja pitäisi suorittaa yksi per vuosi. Jos opintoviikko vastaa 40 tunnin työtä, niin tunti liikuntaa viikossa toisi opintoviikon kasaan juuri sopivasti lukuvuoden aikana. Jos liikunnasta on puoli-sikaan niin paljon hyötyä kuin liikuntaihmiset väittävät, ei opetusministeriölläkään voi olla mitään tätä suunnitelmaa vastaan. Ministeriön rakastama tehokkuuskin lisääntyisi valtavasti, kun opiskelijoiden kunto kohenisi ja opiskeluenergia lisääntyisi eksponentiaalisesti. Koska opiskelu on Suomessa vielä toistaiseksi ilmaista, pitäisi opiskelijoille taata mahdollisuus yhteen ilmaiseen liikuntatuntiin viikossa vapaaehtoisuudessa lajissa. Ajatus saattaa kuulostaa aluksi kalliilta, mutta koska kaikki olisivat liikunnan ansiosta terveempiä, myös kansantalouden hyvinvointi lisääntyisi kerralla. Ja aivan kuten ministeri Pekkarinen sanoi si, syntyisi liikunta-alalle samalla runsaasti uusia työpaikkoja.

Minä lähdän lenkille heti huomenna.



Mikko Arvinen



Polyteekkarin 29.9.2004 syksyinen liikuntanumero

Otaniemen säteilevä tulevaisuus sivu 7

Uimahallin tulevaisuus on vaakalaudalla s. 8

Aerobick sopii mainiosti myös miehille s. 10

Princen Pimp & Circumstance on spinning-musaa s. 11

Matti ja Katri kertovat liikunnan riemuista s. 13

Sukellus speksiperinteiden historiaan s. 17

Väliaika, kahvia ja pullaa s. 20

Kansi Marika Eerola



s. 8



s. 10



s. 11



s. 13

**KAMPUKSELLA
KUULTUA:**

”Mä tarvitsisin viisi koria
Karhua, mutta tuolla
ei ole niin montaa.”

**Nainen n.25 v.
lähikaupan kassa-
neidille lauantaina
hetki ennen
sulkemista.**

Polyteekkari – Polytekaren

Teknillisen Korkeakoulun Ylioppilaskunnan lehti

Ensimmäinen numero ilmestyi 18. helmikuuta 2002.

Painosmäärä: 4000 kpl

Painopaikka: I-Print, Seinäjoki

ISSN 1459-0816

Vastaava toimittaja

Mikko Arvinen, mikko.arvinen@polyteekkari.fi

Toimitussihteeri

Erika Eerola, erika.eerola@polyteekkari.fi

Toimittaja

Santeri Kontinen, santeri.kontinen@polyteekkari.fi

Ulkoasu

Marika Eerola, marika.eerola@polyteekkari.fi

Ilmoitusmyynti

Pirunrykki 02 2331 030 (kaikkien ylioppilaskuntien laajuiset kampanjat)

Paikalliset mainokset toimituksen kautta

Mediakortti: www.polyteekkari.fi

Yhteystiedot

Polyteekkari, Jämeräntaival 7 A, 02150 Espoo

toimitus@polyteekkari.fi, 09 468 3307

Jakelu

Ota-Karjut, yhteyshenkilö Jari Laitinen, jalaitin@cc.hut.fi

Polyteekkari ilmestyy seuraavan kerran 13.10.

Aineisto toimitukseen 6.10. mennessä.

Verkkolehti www.polyteekkari.fi

*Polyteekkari
painetaan
UPM-Kymmenen
valmistamalle
paperille*



UPM

UPM-Kymmene

AREA

www.area.fi 010 800 220
ma-pe 8.30-19

Area Lasipalatsi p. 818 3300
Mannerheimintie 22-24
lomalle@area.fi, ma-pe 9-18

KAUPUNKI- JA KAUKOMATKOJA

AMSTERDAM 3 VRK	441,-	WIEN 3 VRK	392,-
BARCELONA 3 VRK	459,-	HAVANNA* 7 VRK	1020,-
BERLIINI 3 VRK	371,-	PEKING 7 VRK	882,-
BRATISLAVA 3 VRK	419,-	SHANGHAI 7 VRK	931,-
BUDABEST 3 VRK	359,-	BANGKOK* 7 VRK	977,-
LONTOO 3 VRK	425,-	KUALA LUMPUR*	
MADRID 3 VRK	498,-	7 VRK	1012,-
PARIISI 3 VRK	499,-	KAPKAUPUNKI *	
PRAHA 3 VRK	351,-	7 VRK	1223,-
RIIKA 3 VRK	355,-		

Areasta myös KILROY lentoliput ja tarjoukset! Marras-maaliskuun alkaen-hintoja sisältäen lennot ja majoituksen aamiaisella. * Koneen vaihto, muut suoria lentoja. Hinnat voivat vaihdella lähtö- ja paluupäivän mukaan. Kysy lisävuorokausia. Paikkoja rajoitetusti. Palvelumaksu 10,-/tilaus.

UUTiset & AJANKOHTAISTA

MIKKO ARVINEN JA JUHA STJÄRNSTEDT



OTANIEMEN YTHS:N TERVEYDENHOITOASEMAN AULASSA paljastettiin 20. syyskuuta kolme Veli-Pekka Entelän odotus-aiheista öljyvärimaalausta. "Minä ajattelin, että koska tämä on odotustila, niin tänne ei joutuisi koskaan yksin odottamaan", Entelä kertoo.

Arkkitehtuuria opiskeleva Veli-Pekka Entelä voitti keväällä maalausten toteuttamisesta järjestetyn suunnittelukilpailun. Touko Vainio-Kaila soitti paljastustilaisuudessa Järnefeltin Kehtolaulun. 🎨



Poltetta Puntissa ja Akateeminen Wartti

Opiskelijoiden yhteinen liikuntapäivä "Poltetta Puntissa" järjestetään pääkaupunkiseudulla 29.9. Päivän päätapahtuma järjestetään Helsingin Kisahallilla kello 13 alkaen. Kisahallilla opiskelijat pääsevät tutustumaan ilmaiseksi lukuisiin eri liikuntamuotoihin. Päivän aikana järjestetään myös koripalloturnaus. Järjestöt ja opiskelijaporukat voivat osallistua turnaukseen ilmoittamalla joukkueensa nettissä osoitteessa <http://www.opiskelijaliikunta.fi/kiertue/helsinki/>. Samassa osoitteessa voi myös ilmoittautua 54. kerran juostavaan Akateemiseen Warttiin, jonka lähtölaukaus pamahtaa noin klo 17.00. Viesti lähtee Kisahallilta ja kiertää Töölönlahden ympäri takaisin Kisahallille.

Helsingissä ja Espoossa järjestetään lisäksi Eurolla Liikkumaan –teemaviikko 27.9.–3.10. Viikon aikana opiskelijat voivat käyttää monia (erikseen määriteltyjä) kaupunkien liikuntapalveluita euron kertamaksulla. 📅

Jatko-opiskelijat yhdistysluetteloon

TKY:n edustajisto hyväksyi syksyn ensimmäisessä kokouksessaan Teknillisen korkeakoulun jatko-opiskelijayhdistyksen (JOY) lisäämisen ylioppilaskunnan yhdistysluetteloon. Yhdistyksen puheenjohtaja Kaarlo Väisänen kertoo, että vuosia suunnitellun yhdistyksen toimintaan kuuluu yhtäläillä jatko-opiskelijoiden etujen valvominen, kuin yhteisen toiminnan järjestäminen.

-Vuosien valmistelun jälkeen saatiin vihdoin homma pakettiin, Kaarlo Väisänen kertoo tyytyväisenä.

Väisänen kertoo, että yhdistysten perustaminen otettiin ensimmäisen kerran esille vuonna 1999, jolloin TKY:n hallituksen silloinen pj Kalle Grönqvist otti asian ensimmäisen kerran puheeksi. Ajatus jäi tuolloin kuitenkin vielä hautumaan. Asiaan palattiin, tällä kertaa aktiivisemmin, vuonna 2001.

Väisäsen mukaan TKK:lla on noin 2800 jatko-opiskelijaa, joista noin 300-400 on TKY:n jäseniä. Uuden yhdistyksen potentiaalisten aktiivien määrää on kuitenkin vaikea arvioida, sillä joukkoon mahtuu esimerkiksi vuosikausia työn ohella väittöskirjaa valmistelleita jatko-opiskelijoita.

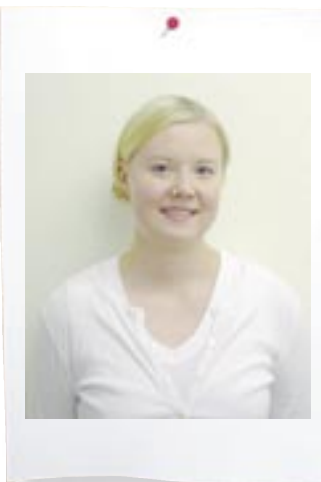
Edustajisto hyväksyi myös Kristillisdemokraattisten teekkareiden yhdistyksen lisäämisen ylioppilaskunnan yhdistysluetteloon. Jämerän naiset ry. pääsi TKY:n läheisyydessä toimivien tahojen luetteloon. Kansainvälisen Kaupan Opiskelijayhdistyksen vastaava hakemus sen sijaan jätettiin pöydälle. 📅

Jutta Lidqvististä järjestösihteeriksi

TKY:n uusi järjestösihteeriksi on 24-vuotias Jutta Lidqvist. Jutta opiskelee TKK:lla viidettä vuotta. Kolme ensimmäistä vuotta kuluivat konetekniikan parissa, mutta viime syksynä Jutta vaihtoi rakennustekniikan puolelle. Ennen siirtymistään TKY:lle Jutta on toiminut Koneinsinöörikllassa "kaikenlaisissa nakkihommissa".

-Vapaa-aikanani katson paljon leffoja ja luen hömppäkirjoja. Tykkään tehdä töitä ihmisten kanssa ja rakastan suklaata, se saa minut aina hyvälle tuulelle, Jutta kertoo.

Järjestöasioissa Juttaan voi ottaa yhteyttä osoitteeseen jarjestoasiat@tky.hut.fi tai puhelimitse numeroon 468 2114. TKY:n sihteeristöstä Jutan löytää TJ-huoneesta. 📅



Opintotukilautakunta laskee lokakuussa opintoviikkoja

Laiskempia opiskelijoita saattaa odottaa lokakuussa epämiellyttävä kirjekuori, kun opintotukilautakunta tarkistaa viime lukuvuoden aikana kertyneet opintoviikot. Jos opintorekisteristä ei löydy tarvittavaa määrää opintoviikkoja, saa opiskelija selvityspyynnön postilaatikkoon.

Aikaisemmin opintotuen maksamisen edellytyksenä oli 2,5 ov:n opintosuoritus per tukikuukausi, mutta elokuun alusta alkaen vaatimuksia on kiristetty 2,7 opintoviikoon.

Opintotuen maksamista voidaan kuitenkin jatkaa normaalisti, jos teekkari on saanut edellisenä lukuvuotena tai koko opiskeluaikana TKK:ssa kasaan keskimäärin vähintään 2,7 opintoviikkoa per käytetty tukikuukausi. Jos TKK:n opintotukilautakunta ei hyväksy selvitystä, eikä syyslukukaudelta saada 31.1. mennessä 10 opintoviikon näyttöä opiskelutahdin parantamisesta, opintotuen maksaminen keskeytetään helmikuun alusta lukien. Jos opintotuki lakkautetaan, pääsee teekkari uudelleen opintotuen piiriin, kun hänellä on 10 opintoviikon suoritukset opintotuen lakkauttamislukukauden alusta lukien.

Painavat syyt kuten sairaus, vaikea elämäntilanne ja muut erityiset syyt harkitaan tapauskohtaisesti TKK:n opintotukilautakunnassa. Jos lääkärin toteama sairaus estää opiskelun yli kuukauden ajan, kannattaa opiskelijan hakea Kelalta sairauspäivärahaa opintorahan sijaan, jotta tukikuukaudet eivät kulu turhaan. 📅

Tekniikan etiikka, tarvitaanko sitä?

TKK:lla pohditaan tekniikan etiikkaa 29.9 järjestettävässä paneelikeskustelussa Espoon hiippakunnan piispan Mikko Heikan johdolla. Muut paneelikeskustelun osallistujat ovat TKK:n rehtori Matti Pursula, professori Esa Saarinen ja SYL:n hallituksen puheenjohtaja Oskari Nokso-Koivisto. Paneelin puheenjohtajana toimii TKY:n hallituksen puheenjohtaja Matti Kuronen.

Tilaisuudessa pohditaan esimerkiksi mitkä arvot ohjaavat tekniikan kehitystä ja edistääkö tekninen kehitys eriarvoisuutta vai ihmisten ja kansojen välistä tasa-arvoa.

Tekniikan etiikkaa A-salissa keskiviikkona 29.9 klo 13.00 - 15.00. 📅

MM-kisakyläsivut avattu

Yleisurheilun MM-kilpailuja koskeva tuorein tieto löytyy nyt yhdestä paikasta TKY:n kotisivuilta osoitteesta www.tky.fi/mm2005.

Helsinki järjestää yleisurheilun MM-kilpailut 6.–14.8.2005. Osa Teekkarikylästä toimii kilpailuiden kisakylänä, minkä vuoksi asukkaat joutuvat muuttamaan pois kylästä kisojen ajaksi. Asukkaille lähetetään asiasta tarkempia tietoja postitse syksyn aikana.

Lisäksi kisojen lähestymistä voi seurata myös tky.kisakyla —news-ryhmässä. 📅

Espoon kasvaa

Espoon väkiluku on kasvanut vuoden alusta 1 927 asukkaalla. Ennakotietojen mukaan Espoon väkiluku oli elokuun lopussa 226 158 asukasta.

Espoon kaupungin mukaan väestönkasvu johtuu pääasiassa Espoossa syntyneiden lasten suuresta määrästä.

Pääkaupunkiseudun väestö kasvoi tammi-elokuussa 1 820 asukkaalla ja oli elokuun lopussa 978 042 asukasta. Helsingin väestömäärä on vähentynyt vuoden alusta 886 asukkaalla. 📅

Etsitkö vielä asuntoa?

Ylioppilaskuntien asunnonvälitys välittää pääkaupunkiseudulla asuntoja yksityisiltä markkinoilta ilman palkkiota. Välitettävänä on huoneita kimppakämpissä ja soluissa, alivuokrahuneita, yksioita, ja suurempia asuntoja.

Ylioppilaskuntien tarjoama palvelu on tarkoitettu Helsingin yliopiston, TKK:n ja Kauppakorkeakoulun opiskelijoille. Ylioppilaskuntien asunnonvälitys: www.helsinki.fi/hyy/asunto. 📅



Haapasalo kertoo elokuvasta Käki

Elokvakerho Montaasi järjestää Kino Dipoli -näytöksen 1.10 Dipolin suuressa teatterissa klo 18.30 alkaen.

Elokuvaillaan päuelokuvana nähdään venäläis-suomalainen elokuva Käki (Kukushka, 2002).

Tämä ympäri maailmaa palkittu, luonteeltaan pasifistinen elokuva on niittänyt mainetta etenkin itänaapurissamme. Ennen elokuvan alkua Käen pääosanäyttelijä Ville Haapasalo saapuu paikalle kertomaan elokuvasta ja sen tekemisestä. Näytöksessä esitellään myös Montaasissa tehtyjä elokuvia. Tapahtuma on ilmainen. 📅

Foreign Students!

Do you have A-status in your residence permit? Non-citizens of Finland can get financial aid for studies in Finland if they live in Finland on a permanent basis for a purpose other than studying. From 1.8.2004 onwards foreign students with A-status in their residence permit don't have to wait for two years to get financial aid for students from KELA. This requires that they are registered as a permanent resident in the Finnish population register system. More information: Office of Financial Aid for Students, Helsinki University of Technology, the second floor of the main building.



Virallinen Totuus

TKY:n hallituksen
järjestöasiainvastaava
Johanna Uusitalo

RIEHUVA KAMPUS

Mitä on teekkarius? Mitä mieltä muut ovat teekkareista? Entä me teekkarit itse? Näiden kysymysten selvittämiseksi tutkitaan syksyllä Otaniemen teekkareiden yhteisökuvaa. Tutkimustuloksien lukeminen on yksi tapa tutustua teekkaritoimintaan. Autenttisen kuvan voi tosin saada helpomminkin - menemällä itse mukaan teekkaritoimintaan.

Teekkaritoimintaa on kaikki se, mitä teekkarit tekevät. Ylioppilaskunnan piirissä toimii yksistään jo yli sataneljäkymmentä yhdistystä, joiden toiminta on poikkeuksetta tekijöidensä näköistä. Voi harrastaa lentopalloa, elokuvantekoa, kuorolaulua tai science fictionia. Nämä ihan vain esimerkkinä.

Esimerkiksi 28.–29.9.2004 TKK:n päärakennuksen ala-aulassa järjestettävässä Kampusriehassa on luvassa runsaasti yhdistyksiä ja hyvinkin erilaisia ihmisiä niitä esittelemässä. Suosittelen, että kaikki käyvät tapahtumassa ainakin pyörähtämässä, koko touhua yhdistää nimittäin valtava innostus ja tekemisen meininki. Ja ties vaikka löytyisi kipinä mennä mukaan ihan uudenlaiseen toimintaan. Otaniemessä jaksaa paremmin, kun löytää ”oman paikkansa”.

Jaksamista toivotaan myös TKY:n edustajistolle, joka linjaa yhdistysohjesäännön lopulliseen kuosiinsa. Yksi polttavimmista kysymyksistä on se, mikä lopultakin katsotaan teekkarihenkiseksi toiminnaksi. Käytännössä on kyse siitä, minkälaista yhdistystoimintaa ylioppilaskunnan tulisi tukea ja miten. Kun tuohon kysymykseen osaa vastata, onkin jo päässyt teekkariyhteisön syvimmän olemuksen lähteille, ilman mitään virallisia tutkimuksia. Millä perusteella voidaan päättää, että tämä teekkaritoiminta on parempaa kuin tuo toinen? Vai voidaanko ylipäätään?

Kampusrieha tarjoaa konkreettisen esimerkin siitä, mitä kaikkea Otaniemen kampuksella on tarjottavanaan nyt, tässä hetkessä. Siinä teille teekkariutta. Moni asia on muuttunut parissakymmenessä vuodessa, niin myös teekkareiden yhdistystoiminta. Toivottavasti ylioppilaskunnan asenteet muuttuvat samaan tahtiin.

Avatkaa silmät ja riehukaa, jos tarpeen. Kaikilla pitäisi olla lupa olla oma itsensä, sillä teekkarius elää meidän mukana, ei toisinpäin.



Piirros Silja Tirronen

HALUATKO TUTKIMUSHENKILÖKSI?

Etsimme terveitä vapaaehtoisia tutkimushenkilöitä lääkeainetutkimukseen, jossa selvitämme jo kaupallisesti saatavilla olevan lääkeaineen imeytymistä. Tutkimuksessa otetaan useita verinäytteitä tutkimuslääkkeen ottamisen jälkeen. Tutkimushenkilöille tehdään maksuton lääkärintarkastus. Lisäksi he saavat korvauksen tutkimukseen käyttämästään ajasta.

Jos olet kiinnostunut tutkimuksesta ja:
- olet terve ja normaalipainoinen 18 - 55 vuotias **mies**
- et tupakoi etkä käytä säännöllisesti mitään lääkkeitä
- sinulla ei ole lääkeaineallergioita

Odotamme soittoasi ORION PHARMAan klo 9-11 tai klo 12-14 välisenä aikana.
p. 010 429 4497 Minna Räävi, 010 429 4536 Pauliina Kokkonen tai 010 429 2178 Terttu Kupila

TKK:n stipendirahastojen tuotosta jaettavat stipendit ovat haettavana

Stipendejä myönnetään perus- ja jatko-opiskelijoille sekä opettajille. Hakuaika päättyy 15.10. 2004.



Lisätietoja:
<http://www.hut.fi/Yksikot/Opintotoimisto/ajankohtaista>

Kunnallisvaalit ovat tärkeä vaikutuskeino teekkareille

Kunnallispolitiikka ei välttämättä kuulosta monen teekkarin mielestä kovinkaan kiinnostavalta. Syksyn kunnallisvaalien lähestyessä aiheesta olisi kuitenkin syytä kiinnostua, sillä kunnallisella tasolla päätetään monista teekkareiden elämään vaikuttavista asioista. Vaalit ovat suora mahdollisuus vaikuttaa siihen, minkälaisia päätöksiä Espoossa tehdään.

Monet näistä päätöksistä koskettavat suoraan myös teekkareiden arkea. Espoossa on käytössä esimerkiksi pääkaupunkiseudulla ainutlaatuinen 50% joukkoliikenteen opiskelijalennus, ja kaavoituksella on vaikutettu siihen, että tällä hetkellä rakennetaan lisää opiskelija-asuntoja Otaniemeen ja Matinkylään.

TKY:n yli seitsemäntuhatta espoolaista teekkaria ovat halutessaan merkittäviä vallankäyttäjiä. Neljä vuotta sitten Espoossa neljäsataa ääntä riitti takaamaan valtuustopaikan kaikissa suurissa puolueissa. Lokakuussa valittavassa 67-paikkaisessa valtuustossa voisi olla myös teekkareita jäsenenä.

Puolueiden sanotaan näyttävän nykyään keskenään hyvin samanlaisilta, mikä on osittain totta puolueiden lähestyttyä toisiaan kilpailussa liikkuvista äänestäjistä. On kuitenkin hienoa, että syksyn kunnallisvaaleissa on helppo löytää merkittäviä ideologisia eroja puolueiden väliltä. Esimerkiksi Kokoomus haluaa turvata hyvinvointipalvelut työllisyyttä ja taloudellista toimeliaisuutta lisäämällä, ei veroja korottamalla.

Yksi espoolaisen politiikan pitkäkestoisimmista ja kunnallisvaalienkin suurimmista aiheista on länsimetro. Uskon, että yleiskaavan raideliikennetarkaisuut toteutuvat, kun väestön määrä Etelä-Espoossa kasvaa. Monet puolueet puhuvat rakentamisen aloittamisesta jo tänä tai ensi vuonna. Mielestäni on järjetöntä luvata tällaista, sillä liikenneministeriö jo päättänyt lykätä metrohankkeen toteutuksen vuoden 2010 jälkeiseen aikaan, pääasiassa rahoitus- ja suunnitteluvaikeuksien takia.

Toki toivon, että rahoitus saadaan valtiolta pikaisesti, mutta en uskalla olla asiassa liian optimistinen. Mielestäni Espoon ei tule rakentaa raideliikennetarkaisua ilman valtion merkittävää panosta, sillä tämä merkitsisi verorasituksen kasvamista ja peruspalveluiden vaarantumista. Olisiko silloin enää rahaa opiskelijoiden joukkoliikennealennukseen?

Pekka Aavikko

Kirjoittaja on Kokoomusteekkareiden kunnallisvaaliehdokas

KERTOKAA ESPOOSTA

Kunnallisvaaleihin liittyen seuraavassa Polyteekkarissa pohditaan espoolaisuuden syvintä olemusta. Kaikki halukkaat voivat lähettää meille pitkiä tai lyhyitä espoolaisuuteen (omaan tai muiden) liittyviä kirjoituksia, joita toimitus käsittelee parhaaksi katsomallaan tavalla. Myös nimimerkillä kirjoittaminen onnistuu. Onko Espoo maailman tiheimmin asuttu erämaa?

ILMIANTAKAA EHDOKKAAT

Kunnallisvaalien kunniaksi kaikki TKK:lla opiskelevat kunnallisvaaliehdokkaat saavat palstatilaa seuraavasta lehdestä. Varsinaisesta mainostilaa heille myydään TKY:n hinnoilla. Muut ehdokkaat saavat mainoksista 25% alennuksen. (Ks. www.polyteekkari.fi/pt.pl?sivu=mediakortti) Lehti ilmestyy ennakkoäänestyksen alkamispäivänä 13. lokakuuta. Yhteydenotot ja kirjoitukset toimitukseen, toimitus@polyteekkari.fi.



Suunnittelija Helena Puurunen kertoi Vaasan yliopiston tiedekirjaston edustalla, että DI-tutkinnon saaminen Vaasassa oli yli 10 vuoden projekti. (TKK vastusti hanketta alusta loppuun, toim. huom.)

Vaasan ensimmäiset diplomi-insinöörit valmistuivat

ERIKA EEROLA

”Vaasa on tavallaan ihan mukava kaupunki, mutta viihdyn enemmän täällä”, sanoo DI-tutkintonsa TKK:lla loppuun suorittava Veli-Jussi Raitila.

Suomalaisessa diplomi-insinöörien koulutuksessa otettiin elokuun lopulla askelel monipuolisempaan suuntaan, kun Vaasan yliopiston neljä ensimmäistä diplomi-insinööriä vastaanottivat tutkintotodistuksensa.

Teknisen alan suunnittelija Helena Puurunen kertoo, että tunnelmat Vaasan yliopistolla olivat korkealla elokuun lopussa.

– Diplomi-insinöörioikeuden eteen on tehty töitä kymmenen vuoden ajan. Tästä alkaa meille kokonaan uusi aikakausi, Puurunen iloitsee.

Varsinaisia tutkintotodistuksia Vaasassa on saatu kirjoittaa elokuun alusta alkaen. Ennen 1.8.2003 Vaasassa aloittaneet diplomi-insinööriopiskelijat saavat vielä valita, suorittavatko he tutkinnon loppuun Vaasan yliopistossa, vai tulevatko he entiseen malliin suorittamaan opintojen loppupuoliskon Teknilliseen korkeakouluun.

Vaasassa opintonsa ennen syksyä 2003 aloittaneille DI-opiskelijoille tehtyjen kyselyiden mukaan noin 70 prosenttia heistä haluaa valmistua Vaasasta ja noin 30 prosenttia TKK:lta.

Puurusen mukaan suurin osa TKK:lle lähtevistä opiskelijoista kuuluu ”nuorisoiokäluokkaan”.

– TKK on vanha, perinteinen yliopisto. Kyllähän se joillekin jotain merkitsee, että he saavat todistuksen sieltä, Puurunen sanoo.

Kaikki opiskelijat eivät myöskään pysty erikoistumaan Vaasassa haluamiinsa aineisiin. Tutkinnon alkupään opinnot he ovat kuitenkin pystyneet suorittamaan Vaasassa ja erikoistumaan sitten TKK:lla.

Vaasassa vuonna 1999 tietotekniikan opintonsa aloittanut Veli-Jussi Raitila, 25, on yksi Vaasan

yliopistosta TKK:lle siirtyneistä. Opinnot Raitila aloitti TKK:lla tänä syksynä.

– Ajattelin, että jos valmistun TKK:lta, niin se on ehkä jossain määrin arvostetumpi kun vertaa siihen, että saisi paperit Vaasasta. Diplomi-insinöörikoulutus Vaasassa on sen verran tuoretta, että sitä ei varmaan hirveän laajalti tunneta yrityksissä. Kurssitarjonta on täällä myös ihan eri luokkaa, Raitila sanoo.

Vaikka Raitila kuvaa Vaasaa mukavaksi kaupungiksi, hän toteaa, että kunnon teekkarikulttuuri sieltä kuitenkin puuttuu, vaikka se onkin hiljalleen voimistumassa.

– Varmasti pääsyyn siihen on se, että ne jotka tulivat samaan aikaan opiskelemaan Vaasaan kuin minä, ajattelivat alusta lähtien, että he siirtyvät pois sieltä. Siksi ei välttämättä jaksa tai halua panostaa kauaskantoisesti teekkarimeininkiin.

Raitila on viihtynyt hyvin Ota-niemessä.

– Täällä olen saanut hienon ensikosketuksen oikeaan teekkarimeininkiin! 🇫🇮

Arkistokuvan mies soitti Polyteekkariin

POLYTEEKKARIIN TULI PUHELU, jossa mieshenkilö kertoi tunnistaneensa itsensä Polyteekkarin edellisessä numerossa olleesta ”TERES ERNA Retk”-jutun kuvituskuvasta. Vasemmalla kuvassa on Jorma P.J. Jokela ja oikealla Kari Lehtinen.

– Viime viikolla Polyteknikkojen Kuoron treeneissä yksi nuorempi kuorolainen veti Polyteekkarin auki ja sanoi: Kato! Ilmeisesti minut tunnisti siitä kuvasta vielä aika hyvin, Jokela kertoo.

Jokela muistelee, että kuva on otettu syksyllä 1986 ennen Teekkarikylän asukasneuvoston vaaleja. Molemmat miehet opiskelivat tuolloin sähköosastolla, Lehtinen piiriteknikkaa ja Jokela voimatekniikkaa.

– Me oltiin vaaleissa ehdolla, ja itse asiassa mentiin molemmat läpi, Jokela naurahtaa.

Jokelan mukaan vaaleista tehtiin juttua lehteen, ja samalla otettiin kyseinen kuvakin.

– Me vaan päätettiin, että pannaan baskerit päähän ja noi paidat päälle, niin saadaan edustava kuva.

Kuvassa olevat KOTI, USKONTO, ISÄNMAA t-paidat ovat syntymäpäivälahjoja. Alun perin Lehtinen oli saanut paidan lahjaksi siskoltaan, mutta Lehtinen päätti teettää samanlaisen paidan syntymäpäivälahjaksi myös Jokelalle. Paidassa lukee vielä takana teksti RAUTAA RAJALLE.

– Mulla on se paita vielä olemassa, Jokela sanoo.

Jorma P.J. Jokela työskentelee nykyään Elisalla ja Lehtinen Elcoteqilla. 🇫🇮



Gallup

> 1. Vaikuttaako syksyn tulo liikunnan harrastamiseen? >> 2. Mitä liikuntalajeja harrastat? >>> 3. Mitä liikuntalajeja et suostuisi kokeilemaan?

TEKSTI JA KUVAT ERIKA EEROLA



Timo, 6. vuosikurssi, tietotekniikka

1. Ei vaikuta paljoakaan. Harrastan liikuntaa muutaman kerran viikossa, mutta kesällä voi tulla liikuttua hienemmän enemmän.
2. Enimmäkseen pyöräilyä ja lenkkeilyä, pidän niistä eniten.
3. Sanoisin, ettei sellaisia lajeja ole. Mä olen kokeillut kuitenkin benji-hyppyä ja laskuvarjohyppyä, joten enköhän mä kaikista selviydä!



Anu, 2. vuosikurssi, rakennustekniikka

1. No joo, syksyllä pitäis jaksaa taas aktivoitua ja liikkua enemmän.
2. Harrastan kaikenlaista, mutta erityisesti capoeiraa. Innostuin siitä viime syksynä. Se on vapaamuotoinen taistelutanssilaji, mä tykkään siitä.
3. Ei oikeastaan ole sellaista lajia. Mä tykkään kokeilla ihan kaikkea, mä oon sellainen tyyppi.



Johanna, 2. vuosikurssi, kemia

1. Joo, kesällä mä aina vähän laiskutun ja syksyllä pitää taas yrittää.
2. Käyn aerobicissa, se on monipuolista ja siitä saa lihaskuntoa. Sitten kävin myös mielelläni sulkapalloilemassa, mutta en ole vielä jaksanut sinne rauhautua. Sitten mä joudun laskettelemaan mun poikaystävän takia.
3. Taistelulajit, kuten taekwondo ja nämä tällaiset, eivät ole mun juttu.



Johan, 2. vuosikurssi, rakennustekniikka

1. Vaikuttaa, syksyllä alan liikkua ja talvisin alan harrastamaan laskettelua. Kesällä olen laiska liikkumaan.
2. Laskettelua ja telemarkkia. Olen pienestä pitäen lasketellut.
3. Baletti voisi olla sellainen mitä en välttämättä haluaisi kokeilla.

TEKKAREIDEN WAIMOKKEET viihtyvät Perhekylässä

Teekkarikylään ripustetuissa vaaleanpunaisissa julisteissa istuu nainen pyyhe päällä saunan lauteilla. Mistä on kysymys?

ERIKA EEROLA

Syksyisenä iltana Rantasaunalta kantautuu iloinen puheensorina. Kuusi waimoketta on jättänyt teekkarimiehensä kotiin viettääkseen naisten saunailtaa. Nuorin osanottaja on viiden kuukauden ikäinen Silja. Tällä kertaa suurin osa waimokkeista on mukana ensimmäistä kertaa.

Heli on käynyt saunailloissa pisimpään, vuodesta 2000 lähtien. Koko aikana väliin on jäänyt vain kolme kertaa, sillä Heli huolehtii saunan avaimesta.
– Miehen serkun vaimo kertoi tästä

ja lähdin mukaan. En tuntenut hirveästi ihmisiä täällä, Heli selvittää mukaantulonsa syytä.

TKY:n sosiaalipoliittinen sektori on järjestänyt waimokesaunoja 1980-luvun lopulta lähtien. TKY:n sosiaalipoliittisen sihteerin Eija Tikkasen mukaan tarve saunailtojen järjestämiseen huomattiin, kun Teekkarikylässä asuville, usein toisissa oppilaitoksissa opiskeleville tai työssäkäyville teekkareiden tyttöystävälle, avovaimoille ja vaimoille haluttiin järjestää yhteistä, omaa tekemistä Otaniemessä. Parhaimmillaan saunailtaa on ollut viettämässä yli 20 henkilöä.



Teekkareiden waimokkeet Yvonne (vas.), Eini, Sanni, Heli, Sanna ja Anna sylissään Silja, eivät tunne itseään ulkopuoliseksi Teekkarikylässä, vaan vaikkeivät itse teekkareita olekaan.

Miksi?

Waimokesaunat on tarkoitettu ensisijaisesti teekkareiden waimokkeille, mutta vaikkei teekkarin kanssa seurustelisiakaan, ei se haittaa. Miehliltä pääsy on kuitenkin evätty.
– Ollaan me kerran ajettu yhdet miehet pois kun ne tuli väärään saunaan, Heli nauraa.

Illan aluksi käydään läpi traditionaalinen esittelykaava. Heli aloittaa.
– Mä oon Heli, olen 24-vuotias ja asun Servinkujalla. Mun teekkari on sähköteekkari. Olen käynyt täällä huhtikuusta 2000 asti. Mä en harrasta tällä hetkellä yhtään mitään, sillä Essi on kolme kuukautta vanha. Meillä ei ole koiraa, mutta kissa on. Opiskelen Turun kauppakorkeakoulussa, mutta olen äitiyslomalla, Heli kertoo.
Kaikki waimokkeet kertovat itsestään vuorotellen nimensä, ikänsä, missä asuvat, mitä teekkarimies opiskelee, harrastukset, onko kotona hauvoja tai vauvoja sekä opiskeluista tai työpaikasta. Tutustumistraditio on kuulunut illan kulkuun jo useita vuosia.

Tällä kertaa suurin osa Perhekylässä asuvista waimokkeista on perheellisiä opiskelijoita. Kukaan ei kuitenkaan opiskele TTKK:lla. Naiset innostuvat kehumään Perhekylää.
– Perhekylän puolella on yhteistyö- ja avunantosopimus. Jos jollain

ei esimerkiksi lähde auto käyntiin, työnnetään kimpassa. Ja jos jollain on bileet, ei soiteta poliisia paikalle, Sanni naurahtaa.
– Etukäteen pelkäsin ettei hiekkalaatikolla tutustu kehenkään, mutta täällä se ei pidä paikkaansa, Heli toteaa.
Waimokkeiden suhteet ovat kestäneet pitkään, kolmesta kuuteenkin vuoteen. Osa paikallaolijoista on jo naimisissa.
– Olin tosi tyytyväinen, että mies oli teekkari, sillä tiesin, ettei mun palkka tule olemaan ikinä huima, Sanni nauraa, kun hän muistelee teekkarimiehensä ensi tapaamista.
Useimmat pareista ovat tavanneet jo lukiossa, mutta yksi suhde on saanut alkunsa Viron-laivan diskosta.
Ennen saunaan menoa naiset innostuvat kehumään teekkarimiehiä.
– Luotettavia, perussuomalaisia. Kivoja miehiä, tietyt perusturvallisuuden mittarit täyttyvät, Sanni sanoo.
Muitakin adjektiiveja satelee: vastuullinen, vakaa, kiltti. Teekkarimiehiä kehuaan myös avuliaisuudesta ja huomaavaisuudesta. Apua saa, jos menee esimerkiksi vaunujen kanssa bussiin.

Muutama heikompiakin piirre rakkaissa teekkarimiehissä kuitenkin löytyy. Waimokkeiden mielestä tavat, jotka puretaan nopeasti, kootaan hitaasti. Lisäksi teekkarimiehet punnitsevat asioita välillä turhan tarkkaan. Keskustelua saa aikaan myös toteamus, jonka mukaan teekkarimiehillä on kyky unohtaa vastata kysymyksiin. Myös tietokoneet voisi välillä jättää vähemmälle, eikä joka asiassa tarvitsisi laskea todennäköisyyttä. Naisten mielestä häiritsevää on myös se, jos mies höpöttää jostakin teknisestä laitteesta ummet ja lammet.

Keskustelua rakkaista teekkarimiehistä jatketaan saunan lämmössä. 🍷

SYKSYN WAIMOKESAUNAT:
to 21.10. 3 A:n kattosaunalla, ma 15.11. Rantasaunalla ti 14.12. Rantasaunalla
Sauna on lämpimänä kello 18 alkaen.
Tervetuloa mukaan niin uudet kuin vanhat löylyhirmut!



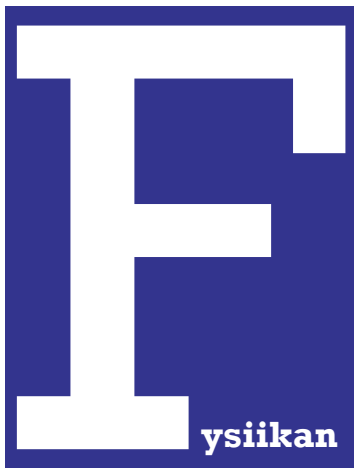
Patsen pummivinkki 7

Kapakassa avaamisaikaan kannattaa ensimmäinen tuopillinen juoda puoliväliin ja ihmetellä sitten baarimikolle, onko hana pesty huonosti, kun oluessa tuntuu olevan makuvirhe. Yleensä saat tilalle täyden tuopin ilmaiseksi. Yst. Patse

Kun yksi ei maksa, muut maksavat enemmän.
Ei-patsemainen vaihtoehto: tee tv-ilmoitus p. (09) 613 161 tai www.tv-maksu.fi
Tehotarkastukset nyt käynnissä.



MIKKO ARVINEN



fukseille tarjoutui syyskuun puolivälissä harvinainen mahdollisuus vierailla VTT:n tutkimusreaktorilla. Harvinainen, sillä edes läheskään kaikki fysiikan opiskelijat eivät ole päässeet käymään tarkoin vartioidussa reaktorisalissa. Pienestä ja lähes sympaattisesta olemuksestaan huolimatta ydinreaktori on aina ydinreaktori, eikä tutkimuslaitoksella vierailu luonnollisestikaan kuulu Otaniemen normaaliin turistikierrokseen.

Koska tutkimuslaitoksen sijainti kerrotaan myös lukuisilla verkkosivuilla, voi Polyteekkarikin huoletta kertoa, että kyseinen tutkimuslaitos sijaitsee fysiikan talon takana Ota-kaari 3 A:ssa, ja on sijainnut jo yli 40 vuoden ajan.

Fuksien kierros alkaa fysiikan laitoksen aulasta, mistä siirytään pitkiä käytäviä pitkin VTT:n tiloihin. ”Reaktorille” -kylttejä seurattessa ryhmän jännitys tiivistyy selvästi aistittavaksi. ”Tämä turva-alue vaikuttaa aika pieneltä täällä”, jotkut pohtivat.

VTT:n Kai Anttila johdattaa ryhmän ensiksi säteilymittareiden luo. Normaalisti tutkijat laittavat pienet hakulaitteiden näköiset säteilymittarit taskun pieleen roikkumaan ennen reaktorille menoa, mutta lyhyttä vie-



railua varten mittareita ei jaeta. Suuremmalla käsi- kenkämonitorilla voi tarkistaa käsien ja jalkojen säteilyn. Anttila kertoo anekdoottina, että vuonna 1986 Tshernobylin ydinvoimalan räjähdettyä mittari reagoi tutkijoiden käsiin voimakkaammin heidän mennessä sisälle reaktorihalliin, kuin heidän tullessa hallista ulos. Lähinnä tämä kertoo mittarin tarkkuudesta, sillä suomalaisten vuonna 1986 saama säteilyannos jäi suhteellisen pieneksi.

Matka jatkuu käytävän päässä odottaville lasioville. Vielä räsä vaiheessa tulijat voisivat hyvin kuvitella olevansa matkalla esimerkiksi autotalliin, mutta kahden paineistetun oven välissä heitä tervehtivät kunnioitusta herättävät ionisoivan säteilyn musta-keltaiset varoitusmerkit.

REAKTORIHALLI LÄMPIÄÄ MAAKAASULLA

Valoisa reaktorihalli avautuu korkeana lasiovien takana. Itse reaktori on peitetty tiimalasin muotoisen rakennelman alle, ja näkymä voisi hyvinkin tuoda mieleen halvan 80-luvun



Kuinkakohan moni suomalainen on käynyt viiden metrin päässä ydinreaktorin sydäimestä?

somaan reaktoria aivan vierestä. Ylhäältä päin katsottuna reaktori näyttää rutilöiden peittämältä vesialtaalta, joka paljastuu kuitenkin oletettua syvemmäksi. Raskasveden pinta ylettyy lähes lattian tasolle, ja itse reaktori hohtaa vihreää valoa viisi metriä pinnan alapuolella.

– Kovin ylikriittiseksi se ei saa

kuulemma komeasta sumupilvestä, mikä veden jäähdyttämisestä aiheutuu. Vitsinä heitettyyn kysymykseen ”eikö jäähdytysvettä voisi käyttää fysiikan laitoksen pattereissa”, löytyy järkevä vastaus: paitsi että turvallisuusmääräykset eivät tietenkään sallisi tällaista, käytetään reaktoria yleensä niin lyhyitä aikoja kerrallaan, että talo ei pysyisi kauaa lämpimänä. Reaktorin ollessa päällä hallissa tarkenee kuitenkin kuulemma mukavasti talvipakkasellakin.

Normaalisti reaktorista löytyy tehoa 250 kilowattia, mutta hetkittäin teho voidaan nostaa tuhanteen kilowattiin. Tämä on todella vähän, sillä vertailun vuoksi voi mainita, että VTT:n mukaan suomalaisten tuulivoimaloiden keskiteho oli viime vuonna 664 kilowattia. Jotkut

ovatkin sanoneet, että Otaniemen tutkimusreaktori käyttää enemmän sähköä, kuin tuottaa.

Säteilyturvakeskuksen mukaan Otaniemen reaktori on yksi pienimmistä maailmalla käytössä olevista noin 300 tutkimusreaktorista. Otaniemessä on yhteensä noin 60 kiloa rikastettua uraania, josta itse

muualla, Terhi Marttila sanoi reaktorihallista poistuttaessa.

REAKTORIN HISTORIA PÄHKINÄNKUORESSA

Kun Urho Kaleva Kekkonen sai kunian käynnistää reaktorin maaliskuussa 1962, ei useimpia muita alueella nykyisin sijaitsevia rakennuksia oltu vielä edes rakennettu. Tutkimusreaktori sai useimmilta suomalaisilta vilpittömän innostuneen vastaanoton, sillä se näytteli merkittävää roolia suomalaista teollisuusyhteiskuntaa rakennettaessa ja Loviisan ja Olkiluodon ydinvoimaloita suunniteltaessa. Tuohon aikaan ydinvoima edusti äärimmäisen edistysellistä ja saasteetonta energiantuotantotapaa. Jopa nykyisten vihreiden kantaisät olivat iloisia saastuttavan hiilivoiman käytön vähentymisestä.

Ydintekniikan tutkimuksen arkipäiväistyttyä reaktorilla alettiin tutkia esimerkiksi malmin etsintään käytettäviä menetelmiä. 1990-luvun alussa koko laitoksen romuttamista ehdittiin jo vakavasti suunnitella, mutta lääketieteellisen tutkimuksen tarjoamat mahdollisuudet koituivat kuitenkin laitoksen ”pelastukseksi”. Vuonna 1996 reaktori peruskorjattiin vastaamaan syöpätutkimuksen vaatimuksia. Samalla laitoksen turvallisuutta parannettiin rakentamalla ”suojakuppu” reaktorin ympärille.

Tällä hetkellä reaktoria käytetään pääasiassa aivokasvainten hoidon tutkimukseen. Glioblastooma-aivokasvainpotilaiden ennuste on erittäin huono, sillä suurin osa heistä menehtyy sairauteen todennäköisesti vuoden sisällä taudin havaitsemisesta. Monia aivokasvaimia ei voida poistaa kirurgisilla toimenpiteillä, joten radioaktiivinen hoito ei kuulostaa lainkaan hassummalta vaihtoehdolta. VTT:n mukaan hoito perustuu ”boori-10 -isotoopin neutronikaappausreaktioon”. Varsinaisia parantumisia säteilyttämisellä ei ole vielä saatu, mutta potilaiden elinaikaa on joissakin tapauksissa pystytty jatkamaan useilla vuosilla. 🇫🇮

Fyysikkofuksit tutustuivat Suomen viidenteen YDINREAKTORIIN

scifi-elokuvan lavasteet. Fuksien pyssäytessä kuuntelemaan Kai Anttilan esittelypuhetta, on hallissa Anttilan rauhallista ääntä lukuun ottamatta täysin hiljaista. Suuri punainen digitaalinen näyttö reaktorin kyljessä näyttää vierailuhetkellä nollaa kilowattia, eli reaktori ei ole päällä.

Yllättäen Anttila kysyy, mennäänkö sitten katsomaan itse reaktoria? Jotkut fuksit näyttävät yllättyneiltä, että vierailulla pääsee tosiaan kat-

päästä, sillä silloin se alkaa käyttäytyä niin kuin atomipommi. Väärinkäytettynä reaktori voi räjähtää, Anttila toteaa lähes lakonisesti.

Yksinkertaiset, mutta luotettavat turvajärjestelmät pitävät kuitenkin huolen siitä, että jos reaktori pääsee lämpenemään liikaa, se pysähtyy automaattisesti. Tutkimusreaktorin jäähdytysvesi johdetaan viereisen talon katolla olevaan jäähdyttimeen. Talvella reaktorin käytön huomaakin

reaktorissa on noin 15 kiloa. Otaniemessä käytetyn ydinpolttoaineen loppusijoitus on ratkaistu kaivamalla lattiaan noin 3 metriä syviä kaivoja, mihin käytetty polttoaine on suljettu lyijykapseleihin.

Reaktorilla vierailu herätti fysiikan opiskelijoissa ristiriitaisia tunteita.

– Minä en olisi ikinä uskonut, että me päästään oikeasti tänne, mutta nyt minulla on vähän sellainen olo, että minä olisin mieluummin jossain

Kai Anttila esitteli fysiikan fukseille valtion omistamaa ja VTT:n käyttämää FiR 1, Triga Mark II -tyyppistä vesijäähdytteistä avointankkista tutkimusreaktoria.



”KOHERENTTI TUTKIMUS” PAKOTTI AJATTELEMAAN

KIIKOKSEKSI VIERAILUMAHDOLLISUUDESTA tutkimusreaktorilla fysiikan fuksit joutuivat osallistumaan ensiksi ”tohtori Kaarlo Väisäsen tutkimukseen, missä selvitettiin ydinvoiman herättämien tunnetilojen vaikutuksia ihmisten toimintaan”.

– Me tutkimme referenssidatan ja neuroalivasteiden avulla ihmisten käyttäytymistä kriisitilanteissa, nuoren Jari Sarasvuon näköinen ”tohtori” kertoi.

Kaarlo Väisänen on oikeastikin Kaarlo Väisänen. Vaikka yritysstrategioita käsittelevä väitöskirja on todellisuudessa vielä tekeillä, oli esiintyminen sen verran vaikuttavaa, että alun epäilyjen jälkeen jäynä meni ainakin useimpiin täydestä.

Itse ”tutkimuksen” teko vaati vanhemmilta opiskelijoilta reilun annoksen ronskia huumorintajuja, sillä nuoremmille näytettiin esimerkiksi kuvia ydinräjähdyksistä, hiiltyneistä tai pahasti palaneista ruumiista, erilaisista mutaatioista ja Yhdysvaltojen nykyisestä presidentistä. Tutkimuslomakkeessa kysyttiin, herättivätkö kuvat pelkoa, raivoa, surua, iloa tai hämmennystä. Samalla PowerPoint -esityksen taustalla soi hilpeä musiikki.

Psykologisia testejä kuulemma tarvitaan, sillä Olkiluodon rakenteilla olevan voimalan turvamääräykset vaativat perusteellisten selvitysten tekemistä voimalassa työskentelevien ajattelutavoista. Vain näin kriisitilanteisiin osataan varautua parhaalla mahdollisella tavalla. Tutkimus toteutettiin ensimmäisen vuoden fysiikan opiskelijoilla, sillä ”lähtökohdانا oli valita tutkimukseen mukaan ydinvoimaan koherentilla tavalla suhtautuvia nuoria”. Toimittajan paikan päällä suorittaman kyselytutkimuksen mukaan 50 prosenttia uusista fysiikan opiskelijoista kuitenkin vastustaa ydinvoiman lisärakentamista. (Tutkimuksen kahden hengen otos ei tosin täyttä kaikkia tieteellisyysvaatimuksia.)

– Ydinvoiman lisärakentaminen ei ole oikea tie, kun sen sijaan pitäisi tukea uusiutuvia energialähteitä, Tuukka sanoo.

Maunun mielestä ydinvoima sen sijaan on ”ihan jees”. ”Sienenmuotoisia pilviä ja korventuneita ruumiita” Maunu piti hieman provosoivina, mutta kummallakaan ei ollut mitään esitystä vastaan.

– Ei tuollaista varmasti joka päivä näe täällä fyssan laitoksella tai Teknillisellä korkeakoululakaa, mutta ehkä tällaisella kuvamateriaalilla haluttiin vähän vavisuttaa teknokraatteja, Maunu pohti esityksen jälkeen.

OTANIEMEN UIMAHALLI on pieni ja kodikas



...mutta missä ovat opiskelijat?



taniemen uimahalliin astuesssa Antti Nikula toivottaa tulijat vastaanottotiskin takaa iloisesti tervetulleiksi. Nikula on ollut alalla pitkään, sillä hän on työskennellyt Tapiolan uimahallissa laitospäivänä jo 35 vuotta.

– Tästä tuli ammatti harrastuksen myötä, Nikula toteaa.

Otaniemen uimahallissa Nikula on ollut tämän vuoden alusta, mutta uimahalli on hänelle tuttu jo 70-luvulta, jolloin se avattiin. Tällöin Nikula oli konsulttoimassa ja opettamassa uimahallin käyttöä. Nikula on tietoinen uimahallin epävarmas-
ta tulevaisuudesta.

– Kun Tapiolan uimahalli valmistuu remontin jälkeen, voi olla että Espoon kaupunki pesee käten-
sä tästä irti. Tämän uimahallin ylläpito on sen verran kallista kaupungille, Nikula arvelee.

Antti Nikula vastaa uimahallin valvonnasta, huoltotöistä ja asiakaspalvelusta.

TEKSTI JA KUVAT ERIKA EEROLA

Nikulan lisäksi uimahallissa työskentelee kaksi muuta työntekijää.

OPISKELIJAT LAISKOJA KÄYTTÄJIÄ

Uimahallin lakkauttamista Nikula pitäisi suurena puutteena alueelle.

– Täällä on jatkuvaa toimintaa, ja jatkuvasti on tullut uusia ryhmiä. Käyttöähän tällä on! Jos tällainen on rakennettu, niin kyllähän se pitää ylläpitää.

Uimahallia käytetään paljon esimerkiksi vauvauintiin ja seniorijumppaan.

– Tämä on loistava halli varsinkin erityisryhmille. Tämä on hyvin hallittavissa oleva allas verrattuna johonkin syvempään ja isompaan altaaseen. Uimahalli on nätti ja kodikas, mutta hyvin vähän tunnettu, Nikula harmittelee.

Viime vuonna uimahallissa kävi kolmen kuukauden kesätauosta huolimatta 24 000 ihmistä. Opis-

kelijat käyttävät uimahallia Nikulan mukaan kuitenkin vähän. Syynä tähän saattaa olla hänen mukaansa jopa tietämättömyys uimahallin olemassaolosta. Uiminen vesiliikuntamuotona on kuitenkin Nikulan mukaan lisääntynyt vuosien mittaan.

– Kun 30 vuotta sitten aloitin näissä hommissa, oli hyvin harvinaista, että kuntouimari ui kilometrin. Nyt se ei ole mitään se kilometrin matka. Aikaisemmin oli myös hyvin harvinaista, että kuntouimari osasi uida kroolia, Nikula kertoo.

MUKAVA PAIKKA RENTOUTUA

Syyskuuisena torstai-iltapäivänä uima-altaassa porskutteli vain muutamia ihmisiä. TKK:lla opiskeleva Laura Koskenranta oli ensimmäistä kertaa käymässä Otaniemen uimahallissa yhdessä liettualaisen vaihto-oppilaan Raimonda Suigzdaitein kanssa.

– Ajattelin näyttää vaihtarille

Laura Koskenranta ja Raimonda Suigzdaite viettivät rentoa torstai-iltapäivää Otaniemen uimahallissa.

paikkoja. Uimahalli oli ollut niin pitkään listalla, että täällä piti tulla käymään, Laura sanoi.

Lauran mielestä Otaniemen pikkuallas on hauska ja sopii hyvin rennompaan uintiin. Hieman miinusta tulee kuitenkin juuri altaan pieniuudesta ja uimahallin kummallisista aukioloajoista.

Raimonda taas kehuu uimahallia suloiseksi ja kertoo aikovansa ostaa 10 kerran lipun.

– Mukava paikka rentoutua, lähistöllä asuva Raimonda toteaa.

Otaniemen uimahalli, Jämeräntaival 9
Hinnat:
opiskelijat 2 euroa kerta,
12 euroa 10 kertaa.
Aukioloajat:
ma suljettu, ti 7–13.30,
ke 7–13.30, to 16–20,
pe 16–20, la 15–19,
su suljettu.

Otaniemen uimahallin tulevaisuus on vaakalaudalla

ERIKA EEROLA

TAPIOLAN UIMAHALLIN PERUSKORJAUS VALMISTUU ENSI VUODEN SYKSYLLÄ. Koska Espoon kaupungilla ei ole kahteen samanlaiseen tilaan käyttötarvetta, on Otaniemen uimahallin tulevaisuus mieltänsä alla. Otaniemen uimahallin omistaa HOAS, mutta Espoon kaupunki vastaa uimahallin ylläpidosta ja hoidosta.

– Me olemme tällä hetkellä kaavailleet, että kun Tapiolan uimahallin saneeraus valmistuu, Otaniemen uimahallin ylläpidosta luovutaan kokonaan, kertoo Espoon kaupungin liikuntapääliikkeen Mauri Johansson. Virallista päätöstä asiasta ei vielä kuitenkaan ole tehty.

Johanssonin mielestä uimahallin voisi tulevaisuudessa vuokrata eteenpäin.

– Meidän ajatuksemme on, että joku, jolla löytyy toiminnallista ideologiaa tuon tyyppiseen paikkaan, vuokraisi Otaniemen uimahallin.

Johanssonin mukaan yhdeksi ongelmaksi on koettu Otaniemen uimahallin sijainti ja paikoitustilojen puute. Johanssonin mielestä Otaniemen uimahallia pitäisi myös ajanmukaistaa.

– Ongelmahan on se, että kiinteistö on hirveän huonokuntoinen, eikä kenelläkään tunnu olevan mielenkiintoa sen saneeraukseen, Johansson toteaa.

Kiinteistöjohtaja Matti Lantta HOAS:ilta kertoo, että Espoon kaupunki ei ole vielä kertonut suunnitelmistaan.

– Espoo ei ole meille virallisesti mitään ilmoittanut, mutta he varmaan ilmoittavat vuodenvaihteen tienoilla jos jotain tapahtuu. Sen jälkeen joudutaan arvioimaan jatkoa.

Keskustelut käynnistyvät Lantan mukaan vasta sitten kun tilanteesta saadaan varmuus.

– Me olemme tietysti miettineet, että mitä sen jälkeen tehdään. Ei meillä ole tehty mitään päätöstä siitä, mutta vaihtoehtoja tietysti on selvitetty.

Ensimmäinen vaihtoehto on Lantan mukaan jatkaa uimahallin nykyistä toimintaa, jolloin se aiheuttaa HOAS:lle aikamoista alijäämää, joka pitää kattaa vuokrissa. Toinen vaihtoehto on selvittää, löytyykö teekkareilta talkoohenkeä uimahallin ylläpitämiseen. Kolmantena vaihtoehtona on uimahallin muu käyttö. Myös vuokralaisen löytäminen voisi olla yksi ratkaisu.

– Jossain vaiheessa tulee ajankohtaiseksi isompi remontti. Sekin pitää ottaa huomioon kun uimahallin tulevaisuutta arvioidaan, Lantta toteaa.

>> Löytyisikö teekkareilta talkoohenkeä uimahallin ylläpitämiseen?



TEKKARIKYLÄN KUULUMISIA



MIKKO A

komeroita täynnä mitä kummallisempaa rojua.

Kellareiden siivoaminen oli annettu pääasiassa talojen vastuuhenkilöiden, eli linnanisäntien vastuulle. Otakaari 20:n linnanisäntä Simo Neuvonen ja Jämeräntäival yhden linnanisäntä Jaakko Markkanen kertovat, että löytöihin kuului esimerkiksi hella ja perämoottori. Vanhoja tietokoneita ja muuta tietotekniikkaromua löytyi lukuisista komeroista. Varsinkin vanhan Commodore 64:n löytäminen lämmitteää 80-luvun alussa varttuneiden mieliä, ja miespuoliset talkoolaiset saattoivat ilahtua myös lukuisista pornolehdistä. Roskakasat herättivät nopeasti ihmisten kiinnostuksen. – Sitä mukaa kun kannetaan tavaraa pihalle, niin joku kantaa sitä sisälle, Simo Neuvonen kertoi.

Kierrätys toimi ja parhaat tavarat löysivät nopeasti uusia omistajia. Arvokkaamman näköiset tavarat aiheuttivat kuitenkin päänsäryä linnanisännille. Lopulta he päättivät jättää käyttökelpoiset olaiset tavarat paikoilleen komeroihin. Periaatteessa tätäkään ei olisi tarvinnut tehdä, sillä Teekkarikylään oli jaettu hyvissä ajoin kymmeniä suomen- ja englanninkielisiä tiedotteita tulossa olevasta suursiivouksesta.

Suurin osa kellareihin unohtuneista tavaroista oli kuitenkin luokiteltavissa suoraan jätteeksi. Vanhojen autonrenkaiden lisäksi poikia ihmetytti monista kellareista löytyneet puutavaran määrät. Kuka kerrostalossa asuva haluaa säilyttää kellarissaan kuution verran vanhoja lankkuja?

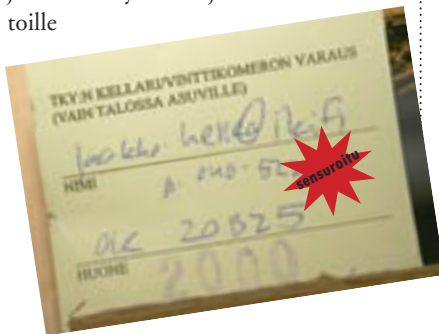
– Teekkarit tykkää rakentaa kaikenlaista, Simo nauraa.

Kyläneuvoston puheenjohtaja Vesa Ruusunen kertoo, kellareiden käytävät piti tyhjentää jo paloturvallisuussyistä. Monesti käy myös niin, että talosta pois muuttavat eivät muista, tai todennäköisesti viitsi, ottaa mukaan kellarikomeroon lojumaan jääneitä vanhoja romuja. Aloittaessaan Jämeräntäival 3:n linnanisäntänä Vesa Ruusunen kävi kellarikomeroit asukaslistan kanssa läpi, ja joukosta löytyi monia ajat sitten talosta pois muuttaneita. – Kylästä pois muuttaneet voisivat miettiä jäiköhän kellareihin jotain ja käydä hakemassa tavaransa pois, Vesa sanoo.

Jos kellareihin jäi vielä ylimääräistä tavaraa, voi rojut viedä Jämeräntäival 7 A:n edestä löytyvälle sekajätelavalle. Sekajäte tarkoittaa, että lavalle ei saa heittää elektroniikkaromua, ongelmajätteitä tai autonrenkaita.

MIELENKIINTOISIA LÖYTÖJÄ, ROJUA JA LIIKAA KANNETTAVAA

Teekkarikylässä toteutettiin viime viikolla massiivinen kyläsiivousprojekti ja Teekkarikylän talojen edustoilte



ilmestyi suuria rojakasojia. Suurin osa tavaroista oli peräisin talojen kellareista, mistä kyläjoistolaiset urakoivat niitä päivänvaloon.

Edellisen kerran kellarisiivous toteutettiin vuonna 2000. Tuolloin kyläjoistolaiset myös mursivat hylättyjen näköisten komeroitten lukkoja, mutta tällä kertaa näin voimakkaita keinoja ei käytetty. Vaikka kaikki yhteystiedoilla varustetut tai lukossa olevat komerot jätettiin suosiolla rauhaan, löytyi Teekkarikylästä kymmeniä tyhjennettäviä

Kyläjooston Lauri Kovanen, Vesa Ruusunen ja Pekka Aavikko urakoivat elektroniikkaromua keräyspisteistä kontille. ”Vinkkinä kaikille muuttajille, niin monitorit on kaikista kätevinä nostaa virtajohtosta ja pesukone on helpointa siirtää vierittämällä sitä maata pitkin.”



Vanhat monitorit romukeräyksen suosikkituotteita

Teekkarikylän elektroniikkaromukeräyksen ykkös-hyljäksi nousivat vanhat 14- ja 15-tuumaiset monitorit. Kyläjooston mukaan näitä kerättiin yhteensä noin 100 kappaletta.

Myös lukuisista vanhoista telkkareista haluttiin päästä eroon. Joukossa oli vanhoja puukuorisia salaroita ja mustavalkoisia matkatelkkareita, mutta mukaan mahtui myös uudemman näköisiä merkkikoneita laajakangasmalleja myöten. Mitä paremman näköinen laite oli, sitä todennäköisemmin joku kävi kokeilemassa vieläköhän se mahtaisi toimia. Yleensä yritys oli turha, ja laite ilmestyi takaisin keräyspisteeseen.

Hylätyt tietokoneiden saivat sen sijaan levätä rauhassa. Suurin osa koneista oli 386-aikaisia vanhuksia, ja usein näitäkin oli otettu vielä osia talteen. Käyttökelpoinen tavara vaihtaa uutisryhmissä tehokkaasti omistajaa, ja kuuleman mukaan tikkiläiset tekevät Linux-purkkeja vanhimmistakin vielä käyttökelpoisista romuista.

Lisäksi konttiin kertyi lukuisia pölynimureita, videoita, leivänpaahdintoja, mikroaaltouuneja, pesukoneita, vanhoja laser-tulostimia ja kyläjooston suosikkina arviolta 200 kiloa painanut kopiokone.

MIKÄ TEEKKARIKYLÄSSÄ VITUTTAA?

KYLÄNEUVOSTOVAALILAUTAKUNTA
kylavaalit@tky.hut.fi

KYLÄVAALIT TULEVAT TAAS 2.–3. MARRASKUUTA.

Ehdokasasettelu on vielä käynnissä, joten mukaan ehtii liitossa tai yksin. Miksi kannattaisi sitten lähteä ehdolle? Uutisryhmistä voi usein lukea kuinka erilaiset asiat askarruttavat ja hatuttavat asukkaita. Moniin näistä asioista voisi vaikuttaa jo pienelläkin aktiivisuudella. Kyläneuvostovaalien kautta voit päästä vaikuttamaan TKY:n taloustoimikuntaan, asuntojoostoon ja kyläjoostoon, sekä tilakehitystyöryhmään.

Mikä teekkarikylässä ärsyttää ja mitä sille voisi tehdä?
”Joku soittaa poppia keskellä yötä!”

Jos et itse tavoita meluajaa, voit ottaa yhteyttä talosi linnanisäntään. Heidät valitaan marraskuussa talokokouksissa.

”Mutta kun se jatkaa sitä metelöintiä hetken päästä uudestaan!”

Toistuvissa melutapauksissa asuntojoasto voi antaa asukkaalle varoituksen. Pahimmassa tapauksessa useamman varoituksen saaneen asukkaan vuokrasopimus voidaan purkaa.

”Vuokrani nousee joka vuosi, kuka ne rahat oikein juo!”

Jokainen kylän toimielin näkee jonkin verran talousasioita, mutta kunnolla niitä pääsee käsittelemään TKY:n taloustoimikunnassa.

”Voinko viedä huoneessani olleen patjan mukani, kun muutan Hoasille?”

Joo.

”Pepsi on syvältä. Kyllä sen pitää olla kokista!”

Kyläjoasto pyrkii parantamaan Teekkarikylän asumisviihtyvyyttä. Siellä voit saada aikaan automaattien vaihtamisen.

”Kylässä on liian vähän pyörätelineitä!”

Kyläjoasto voi suunnitella ja varata rahat pyörätelineiden hankkimiseksi. Suurin ongelma saada henkilö suunnittelemaan mitä tarvitaan ja mihin, sekä arvioimaan kustannukset, jotta osataan varata oikea määrä rahaa. Aktiivisuutta tarvitaan myös siihen, että potkii sen verran asian perään, ettei se hautaudu mitättömien asioiden alle.

”Tuo MC kaljankittajaat Ry:n kerhotila ei kyllä sovi yhtään tuohon päiväkodin viereen. Kuka sen siihen on sijoittanut?”

TKY:n tilakehitystyöryhmä jakaa järjestötiloja ja pohtii niiden kehittämistä. Asukkailla on paikka myös täällä ja siihen kaivataankin aktiivista asukasta, jolla on näkemystä ja mielipiteitä kylän tiloista kokonaisuudessaan.

”Saanko lisää asumisaikaa kyläaktiivisuudesta?”

Et, mutta asuntojoastossa voit tääkin ehdottaa.

”Asumisaika on aivan liian lyhyt. Uusien asuntojen myötä se voitaisiin nostaa takaisin seitsemään vuoteen. Opintoviikkorajankin voisi tiputtaa viiteen.”

Asuntojoasto tekee linjatukset tällaisista asioista. Lähes poikkeuksetta asuntojoaston esitykset ovat menneet läpi myös Ylioppilaskunnan hallituksessa ja edustajistossa.

”TKY on vain iso paha, joka polkee asukkaita!”

Juuri siksi kaivataankin aktiivisia asukkaita TKY:n elimiin taistelemaan asukkaiden eduista ja ajamaan niitä asioita, joita asukkaat vaativat.

Voit vaikuttaa moniin yllä esitettyihin kysymyksiin äänestämällä kylävaaleissa! Tarkemmat tiedot eri elinten toiminnasta löydät vaalien kotisivuilta www.tky.fi/vaalit/. Kylävaaleissa käytetään uutta STV-vaalitapa, joka mahdollistaa yksittäisen ehdokkaat tasavertaiset mahdollisuudet päästä läpi yksin, kuin suuressa liitossakin. Kylävaalien ehdolle asettuminen päättyy 4.10. kello 16. Ohjeet ja lomakkeet löydät osoitteesta www.tky.fi/vaalit/. Vaalien ehdokkaat julkaistaan mm. seuraavassa Polyteekkarissa.

Lisätietoja:

Kylävaalilautakunnan pj Vesa Ruusunen,
vesa.ruusunen@hut.fi, (09) 468 2472
Kyläsihteeri Anu Schroderus,
kylasihteeri@tky.hut.fi, (09) 468 3240

Kylävaaleissa äänestämisestä

Teekkarikylän asukas: Tarkista, että sinulla campus-järjestelmässä käyttämäsi sähköpostiosoite. Jos olet teekkari, tarkista, että myös opiskelijanumerosi on siellä. Niille asukkaille, jotka eivät ole TKK:n opiskelijoita, luodaan kylävaaleja varten tky.fi -järjestelmään tilapäiset tunnukset, jotka lähetetään sähköpostilla.



Polyteekkari sai ystävällisesti luvan kuvata reippaita kemianteekkarityttöjä Otahallin aerobic-vuorolla.

TEKSTI JA PIIRROKSET TERHI VALKONEN
KUVAT MIKKO A

Aerobic on sopiva liikuntamuoto sekä miehille, että naisille. Toisin sanoen viime vuosina myös miehet ovat löytäneet tämän älykkään liikuntamuodon. Vaikka aerobicin maailmaan on kantautunut sadoitain erilaisia tuntinimikkeitä, on tuntien peruskaava kuitenkin aina sama: Aerobictunti koostuu alku-lämmittelystä, aerobisesta osuudesta, lihaskunto-osuudesta ja loppu-venyttelystä. Helppoa kuin heinänteko!

Tunti alkaa lämmittelyosuudella, jossa marssitaan ja tehdään muutamia helppoja askelkuvioita. Tarkoituksena on pitää hyvä ryhti ja lämmitellä kehoa. Aerobisessa osuu-

ka kerta jotain uutta. Tämän jälkeen aloitetaan taas uusi sarja.

Aerobisessa osuudessa jumpataan myös päänsisuslihaksia – käsien ja jalkojen yhtäaikaista liikettä vaativat keskittymistä ja tarkkaavaisuutta. Aloittelija voi kuitenkin aina tehdä aluksi esimerkiksi pelkkiä jalkakuvioita ja ottaa kädet mukaan vasta sitten, kun jalat liikkuvat jo itsestään.

Aloittelijalle paras ohje on sijoittua paikkaan, jossa näkee ohjaajan mahdollisimman hyvin koko ajan. Jos sijoittuu viimeiseen riviin, voivat varpaat mennä solmuun jo siksi, että joudut katselemaan edessä bikkavaan puihin meneviä kuvioita. Kannattaakin katsoa ensin rau-

bickenkien hinnat vaihtelevat 40–100 euron välillä.

Vaatetus on hyvä olla kevyt, esimerkiksi college-puku voi käydä liian lämpimäksi. Oma hikipyyhe on myöskin kätevä. Esimerkiksi Otahallilta lihaskunto-osuudessa käytettävät alustat löytyvät salin puolesta, mutta toisille saleille ne pitää tuoda itse. Moni pitää omaa alustaa mukana jo hygieniasyistä. Jos joudut poistumaan kesken tunnin, sijoitu salin reunaan. Näin häiritset lähtiessäsi kanssajumppaajia mahdollisimman vähän.

Jos haluat oikeasti kohottaa kuntoasi, tulisi liikuntaa harrastaa säännöllisesti kolme kertaa viikossa vähintään puolen tunnin ajan kerral-

AEROBIC-SANASTOA:

Marssi kävelyä paikallaan

V-askel haaraan askellus eteen, yhteen askellus taakse



A-askel haaraan askellus taakse, yhteen askellus eteen



Tiimalasi V-askel ja A-askel yhdistettynä

Mambo marssia keinuen eteen taakse

Pivot mambo kääntyen 180

Neliö, jazzneliö, box step marssien muodosta neliön nurkat, astu eteen, ristiin taakse, sivulle, yhteen

Painonsiirto haara-asennossa painon siirto puolelta toiselle

Kanta-peppuun haara-asennossa

Aerobics for dummies

dessä kohotetaan sykeä aerobicille tyypillisillä askelsarjoilla. Sarjojen askeleet opetellaan yksitellen, joten myös ensikertalaisten on helppo päästä mukaan. Aerobisen osuuden jälkeen seuraa lihaskunto-osuus ja lopuksi vielä venyttely.

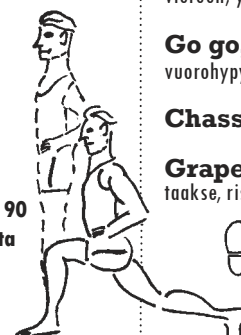
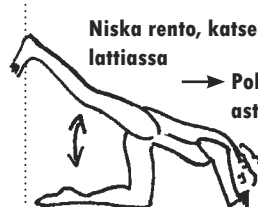
Ensikertalaisesta juuri aerobinen osuus voi aluksi tuntua hankalalta, kun erilaisia askelsarjanimikkeitä vilisee ohjaajan suusta tiuhaan tahtiin. Aerobicin maailmaan pääsee kuitenkin yllättävän nopeasti mukaan; jo muutaman kerran jälkeen huomaa tunnistavansa askelsarjat. Ohjaajasta riippuen samaa sarjaa vedetään 3–5 harjoituskerran ajan, mutta sarjaan lisätään kuitenkin jo-

hassa kun ohjaaja tekee liikkeen, ja vasta sitten tulla mukaan. Juomisesta on hyvä olla mukana reilusti, ja juominen on sallittua missä tahansa vaiheessa. Välillä pidetään yhteisiä juomataukoja kun vaihdetaan osioista toiseen.

Aerobic ei ole välineurheilua, mutta kannattaa kuitenkin kiinnittää huomiota oikeanlaisiin ja joustaviin sisäkenkiin. Aerobicissa liikutaan paljon päkiöiden varassa. Tämän takia aerobickengissä pitäisi olla riittävän tehokas iskunvaimennus ainakin päkiän, ja mieluusti myös kannan alla. Jos huomaat pitäväsi lajista, kannattaa harkita jalkinesijoitusta – aero-

laan, mutta tärkeintä on kuitenkin nauttia liikunnasta. Helvettiäkösi siitä, jos kaikki muut tekevät liikkeitä eri suuntaan – pääasia on, että tunnin jälkeen tunnet olevasi hyvällä tuulella ja kertakaikkisen puhki, mutta pian taas entistäkin energisempi. Niin ja vielä yksi asia: loppuvenyttelyn aikana pitää sitten olla hiljaa!

LIHASKUNTOKUVITUKSIA



Helvettiäkösi siitä, jos kaikki muut tekevät liikkeitä eri suuntaan...

ERIKA EEROLA

Kun Marko Rissanen, 24, pitää spinning-tuntia, salissa soi vauhdikas musiikki.

– Kyllä spinning on sellainen laji, että monet jotka ovat lähteneet messiin, jäävät siihen koukuun, Marko sanoo.

Spinning on fyysisesti intensiivinen laji, koska sykeraajat ovat todella korkealla koko ajan.

– Itse asiassa se sopii suomalaisen mentaliteettiin aika hyvin, koska sä vedät 60 minuuttia niin täysillä kuin jaksat, Marko toteaa.

TKK:lla tietoliikennetekniikkaa ja yliopistolla sosiologiaa opiskeleva Marko vetää spinning-tunteja keskustan Elixia-kuntosalissa 3–4 kertaa viikossa. Ensimmäisen kerran Marko kokeili spinningiä

ja t-paita riittävät. Kovapohjaiset kengät tosin ovat plussaa. Vesipullo ja pyyhe kannattaa pitää myös mukana.

– Suurin kritiikki spinningiä kohtaan on yleensä se, että tunnit ovat sisällä pimeässä salissa. Onhan se aika epäaitoa, sillä yhtä hyvin sä voisit mennä ulos lenkille ja kuunnella linnunlaulua, Marko toteaa.

Linnunlaulun korvaa spinning-tunneilla tarkoin valittu musiikki.

– Musiikki on todella tärkeää, koska sä kuuntelet sitä 60 minuuttia. Yleensä musiikkia kannattaa vaihdella. Lähtökohtana on, että soitetaan jokaiselle edes jotakin.

Vaikka Markon tunneilla ei heavymusiikkia kuunnellakaan, on asiakkailta mahdollisuus myös osallistua musiikkiteematurunneille, jolloin spinning-salissa soivat esimerkiksi

Pyörälenkille sisätiloissa

Princen tahdissa

Seinäjoella vuonna -97. Nyt hän on toiminut spinning-ohjaajana 3 vuotta. Urheilullisen miehen harrastuksiin kuuluvat myös maastopyöräily, lenkkeily, motocrossi ja lumilautailu.

Spinning-tunneilla poljetaan kuntopyörää ohjaajan komentojen mukaan seisten tai istuen eri nopeuksilla. Vastuksen asettaminen on jokaisen polkijan vastuulla. Tavallisen kuntopyörän ja spinningpyörän välillä on Markon mielestä suuri ero, sillä spinningpyörä rullaa toisin kuin normaali kuntopyörä, jossa meno on ”tahmeata”.

– Spinning-tunti kulkee mielenkiintoisissa maastoissa eli mennään tasamaata, ylämäkeä ja spurtteja, Marko kertoo tunnin sisällöstä.

Markon puhuessa spinningistä, usein toistuvat sanat ovat rankkuus, tehokkuus ja kicksit.

– Jos sä kuuntelet musaa ja teet samalla harjoitusta, niin siinä pääsee sellaiseen hyvään ”nyt mennään” -filikseen.

Markon mukaan spinning on helposti lähestyttävä laji, sillä siinä vaaditaan vähemmän koordinaatioita ja rytmitajua, kuin esimerkiksi perinteisessä aerobickissä. Varustetakaan ei tarvitse ostaa, sillä shortsit

70-luvun kappaleet tai heavymusiikki. Palautetta musiikista ja tunnin sisällöstä tulee aina silloin tällöin, mutta parhaiten ohjaaja saa palautetta asiakkaitaan tarkkailemalla.

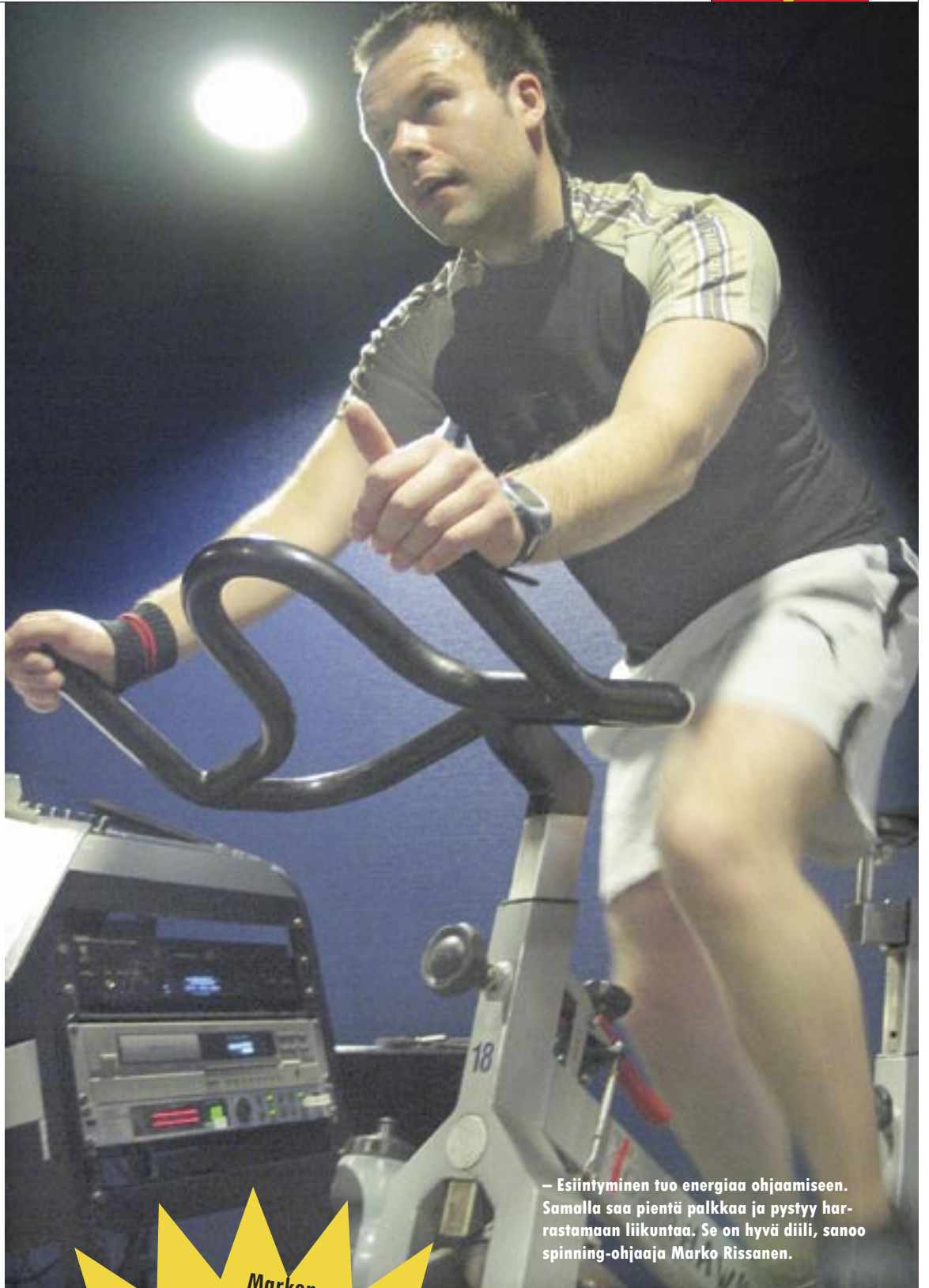
– Kyllä aika paljon pystyy tulkitsemaan siitä, miten asiakkaat lähtevät tunnilta: sanooko ne moi moi ja nähdään taas, vai paineleeko ne suoraan pukuhuoneeseen. Kyllä sen palautteen voi saada muutenkin kuin suullisesti.

Suurin osa Markon tunneilla käyvistä asiakkaista on nuoria opiskelijanaisia. Miehiä porukasta on noin 10 – 20 prosenttia. Myös miesohjaaja spinningissä on edelleen harvinaisempi kuin naisohjaaja. Suhde on Markon mukaan Helsingissä noin 30 / 70.

Miltä tuntuu kun spinning-sali on täynnä naisia?

– En tiedä ajatteleeko sitä siinä ihan hirveästi. Tavallaan se on sun ammattitaitoa, että sä pystyt ottamaan ihmisen asiakkaana, eikä siinä, mitä sä ehkä vapaalla ajattelisit siitä kyseisestä yksilöstä.

Ja sitä paitsi Marko seurustelee, tyttöystävä on myös aktiivinen spinnaaja. Markon mukaan spinning-harrastajien lukumäärä on edelleen nousussa. 📈



– Esiintyminen tuo energiaa ohjaamiseen. Samalla saa pientä palkkaa ja pystyy harrastamaan liikuntaa. Se on hyvä diili, sanoo spinning-ohjaaja Marko Rissanen.

Markon spinning-biisit:

1. Kanye West – We don't care
2. Kelis – Trick me
3. Fannypack – System boomin'
4. Michael Jackson – The way you make me feel
5. Audio Bullies – Veteran
6. Ultra Bra – Kaunis ja Ylpee
7. Scissor Sisters – The skins
8. Culture Beat – Anything
9. Prince – Illusion, Coma, Pimp & Circumstance
10. Ultra Bra – Siili
11. Roots Manuva – Evil rabbit
12. Rachel Stevens – Sweet Dreams My La Ex
13. Beastie Boys – Ch-check it out
14. Basement Jaxx – Good luck feat. Lisa Kekaula
15. Erykah Badu – Love of My Life Worldwide
16. Kelis – Attention feat. Raphael Saadiq

Yleistimpiä urheiluvammoja

Lihaskramppi:

”Näitä sattuu aina silloin tällöin. Jos kramppi iskee julkisella paikalla, sivullisista on varmasti huvittavaa seurata tuskaisia ilmeitä ja epätoivoisia venyttelyyrityksiä.”

Nyrjähdys:

”Tätäkin on tullut kokeiltua muutaman kerran. Kerran nyrjäytin nilkkani portaissa kun olimme koripalloturnauksessa Tampereella – menee siis urheiluvammojen piikkiin. Toisella kerralla olimme

pelaamassa tyttö-poika -porukalla. Olin juoksemassa hyökkäykseen, kun minulta yksikertaisesti jäi huomaamatta noin 30 senttiä lyhyempi tyttö. Tytön jalka oli aseteltu juuri sopivasti niin, että kompastuin siihen. Tuloksena oli lattialla kiemurteleva 193-senttinen koripalloilijapoika, ja nilkan kipeytymisestä seurannut muutaman päivän ontuminen.”

Revähdys:

”Vakavimmat revähdykset ovat tähän mennessä olleet korvien välissä. Lupaam korjata tilanteen pikimmiten.”

Polvivammat:

”Vakavaa polvivammaa ei ole koskaan vielä sattunut. Onneksi! Polven sivussa kulkee ilmeisesti vastaavanlainen hermo kuin kyynärpäässä. Kerran koripalloa pelatessani onnistuin kolhimaan sitä. Kipu oli aluksi kauhea, mutta heti onneksi tunsin, ettei mitään ollut vakavasti rikki.”

Olkapäävammat:

”Eräänä iltana skimbaillenani päätin ottaa suoran linjan kumpareikon läpi. Alku meni kivasti, mutta jossain vaiheessa sukset tökkäsivät, ja urhea laskettelija suoritti rinteessä voltteja suoraan vartaloineen. Tuloksena oli sijoiltaan mennyt solisluu.”

Selkävammat:

”Olen tähän mennessä välttynyt suuremmilta selkävammoilta. Selkärangassani tosin on skolioosi – eli pieni mutka – joten aina silloin selkälihakset krampaavat ikävästi.”

Lähde: Suomen Urheiluopisto

Tilitys: Santeri Kontinen



Espoolainen lukiolainen Roland Vösa on aktiivinen lintubongari. "Laajalahti on paras alue Espoossa."

Terveisiä

Laajalahden luontopolulta!

>> LÄMPIMÄNÄ JA AURINKOISENA SYYSPÄIVÄNÄ REIPAS KÄVELY-RETKEI LAAJALAHDEN YMPÄRI ON PARASTA, TAI AINAKIN EDULLISINTA LIIKUNTAA MITÄ OTANIEMEN YMPÄRISTÖSSÄ VOI KUVITELLA HARRASTAVANSA. MIKKO A



Hyväpohjainen kävelytie lähtee heti Teekkarikylän takaa. Lehtomaisema, kostea sekametsä ja jopa kuiva mäntykangas tulevat vastaan poikkeuksellisen pienellä alueella. Samalla voi ihailla lähes ulkosaa-riston maisemat mieleen tuovia vanhoja kaitajia ja paikoitellen hämmästyttävän sileitä kallioita. Yleissilmäys Laajalahdelle kannattaa tehdä tässä vaiheessa, sillä myöhemmin polku laskeutuu lähes merenpinnan tasolle, ja kesän aikana parhaimmillaan jopa lähes kolmimetrisiksi venähtäneet kaislat haittaavat näkyvyyttä vielä pitkälle syksyyn.

Ennen Maarinrantaan saapumista katse kannattaa pitää tiiviisti meren puolelle käännettynä, niin punatiiliset tutkimuslaitokset eivät suotta pilaa tunnelmaa. Varsinainen luontopolku alkaa upealla koivukujalla, jonka viereen on ruopattu laguunimainen vesiallas ja näin estetty rantaa kasvamasta kokonaan umpeen. Varsinkin puolikesyt sorsat viihtyvät hyvin altaassa. Tavallinen sinisorsakin voi olla upea näky, kun sitä pääsee ihailemaan viiden metrin päästä linnun nukuessa yhdellä jalalla lähes veden varaan taipuneen oksan päällä. Muiden lajien bongailu onnistuu paremmin läheiseltä lintutornilta, mille on luontopolun alusta matkaa vain muutamia satoja metrejä.

Mukava huomata, että myös nuoret graffiti-harrastajat viihtyvät luonnon rauhassa...

Puolen kilometrin kävelyn jälkeen eteneminen muuttuu selvästi haastavammaksi, sillä Laajalahden lounaiskulmassa polku vaihtuu rantakosteikkoja ylittäviksi pitkospuiksi. Varsinkin tähän aikaan vuodesta vettyneet puut saattavat olla petollisen liukkaita, ja liukastuminen tarkoittaa lähes varmasti kenkien kastumista. Muuten urbaanilla vaelluksella pärjää tavallisilla jalkineilla. Luontopolulla voi törmätä myös satunnaisiin maastopyöräilijöihin, mutta pyöräretkeä harkitsevien kannattaa varautua kirjaimellisesti kantamaan pyörää vähintään puolen kilometrin verran. Luontopolulla pyöräilyyn pätevät samat säännöt kuin muuhunkin jalkakäytävillä liikkumiseen, eli pyöräilijän on annettava tilaa jalankulkijoille, eikä päinvastoin.

Jostain syystä lähellä kulkevan Hagalundintien äänet kantautuvat kaikkein voimakkaimmin pitkospuu-osuuden alkuvaiheilla, mutta muutaman sadan metrin etenemisen jälkeen autojen äänet muuttuvat vaimeaksi taustakohinaksi ja huomio palaa ympäröivään luontoon. Vielä syyskuun puolivälissä matkantekoa piristivät esimerkiksi vuodenaikaan nähden yllättävän lukuisat ritariperhoset ja sudenkorennot.

Maarinlahden pohjukka ei sinänsä tarjoa valtaisia elämyksiä, sillä mantereen puolella näkymät rajoittuvat ryteikköiseen pajukkoon ja meren puolella avautuu lähes puolen kilometrin levyinen, eteläisen Pohjanmaan mieleen tuova vesijättömaa. Vaihtelua maisemaan tuovat lähinnä kosteikossa todennäköisesti satoja vuosia kituuttaneet käppyräiset männyt.

Maisema muuttuu kuitenkin yllättävän nopeasti. Ennen niittyalueella saapumista pensaat tuovat hetkeksi aikaa mieleen lähes ulkosaa-riston-omaisen karuuden. Näkymä vaihtuu kuitenkin nopeasti Laajarannan niittyalueeksi ja polku kaartaa rannasta keskelle upeita vanhoja puita, lehtomaisemia ja kumpuilevia niittyjä.

Tässä vaiheessa kulkija huomaa kuitenkin nauttineensa liikaa raitista ulkoilmaa, sillä mieleen nousee väistämättä kuva kuuman höyryävästä rommitte-mukillisesta. Retkelle kannattaakin varata eväät mukaan. Jos on liikkeellä päiväsaikaan, retken voi päättää käymällä kahvilalla Villa Elfbykin luontotalossa. Samalla voi ihailla talossa järjestettäviä luontoihaisia näyttelyitä.

Luontotalon opas Tekla Hämeenkorpi kertoo, että syyskuu on luontotalon parasta sesonkia. Ihmisten luontoinnossus alkaa hiipua vasta lokakuussa viimeisten lehtien varistessa puista. Tekla kuitenkin vakuuttaa, että polut pysyvät liikuttavassa kunnossa vuoden ympäri ja poluilla riittää kaiken ikäisiä liikkuja. Syyskuun ajan luontotalo on auki kaikkina viikonpäivinä, ja lokakuun alusta muuten paitsi lauantaisin.

Yhteensä luontotalolle kertyy Otaniemen kärjestä matkaa kolmisen kilometriä. Lisäelämyksiä kaipaaville voi puolestaan suositella luontoretken tekemistä öiseen aikaan, jolloin maise-

ma muuttuu takuulla jännittävämmäksi, ja monet eläimet ovat aktiivisemmin liikkeellä.

Joko Uudenmaan ympäristökeskuksen kotisivut tai luontopolun varrella olevat opastuskyltit sisältävät virheellistä tietoa, sillä sivujen mukaan Laajalahden luonnon-suojelualue perustettiin vuonna 1979, mutta kyltit väittävät tämän tapahtuneen kymmenen vuotta myöhemmin. Mutta rauhoitettu kuin rauhoitettu. Käytännössä tämä tarkoittaa, että alueella pitäisi liikkua vain polkuja pitkin, eikä koiria saa ottaa retkelle mukaan. 🐾





Sohvaperunat ovat haaste liikuntavastaaville

”Sählyvuoroilla saatetaan katsota karsaammin liian hyviä pelaajia”

MIKKO ARVINEN

Yhden stereotypian mukaan tyypillinen teekkari on kaikkea mahdollista liikuntaa lähes työkseen vieroksuva, pitsoilla elävä kalpea kokiksen juoja. Kuten stereotypiat yleensä, on tästäkin väitämästä pieni osa varmasti totta. TKY:n liikuntatirehtööri Matti Tarjon ja hallituksen liikuntavastaava Katri Junnan mielestä väitämälle ei kuitenkaan löydy pohjaa kuin niemeksi.

– Meillä on varmasti räikeitä esimerkkejä huonoista liikkujista, mutta meiltä löytyy myös paljon esimerkkejä toisesta ääripäästä, Katri sanoo, ja muistuttaa esimerkiksi TKK:ltä löytyvistä olympiamitalisteista.

Katri veikkaa, että TKY:n jäsenistä 10–20 prosenttia kuuluu liikunnan aktiiviharrastajiin viidesosan ollessa ”sohvaperunoita”. Muut harrastavat liikuntaa enemmän tai vähemmän aktiivisesti.

– Monien kuva teekkareista saattaa olla

sempään hauskanpitoon. Näitä voisivat olla esimerkiksi tikkiläisten kuutiopallo ja rakisalaisten ja kumppaneiden sellusankopallo. Sankopalloa ei pelata ”aivan viidakon säännöillä”, mutta tässä käsi- ja jalkapallon välimuodossa hauskanpito menee varmasti verenmaku suussa harrastettavan urheilun edelle. Jos kentällä on neljä joukkuetta, jotka pelaavat samalla kentällä neljään maaliin kahdella tai kolmella pallolla, ei lopullinen maaliluku voi olla joukkueiden tärkeimpänä tavoitteena.

– Sinne ei lähdetä pelkästään liikunnan takia liikkumaan, vaan liikunta yhdistyy vähän salakavalastikin hauskanpitoon ja yhdessä oloon, Katri nauraa.

Myös erilaiset turnaukset, kuten fuksien yösählyt houkuttelevat mukaan myös vähemmän liikuntaa harrastavia. Matti kiittelee kiltoja vähemmän vakavien liikuntatapahtumien järjestämisestä. Liikunnan vieroksujen aktivointi on yksi suurimmista liikuntasektorin haasteista. Liikaa tuputtamis-

jat ovat löytäneet tiensä myös Helsingin yliopiston liikuntavuoroille, mihin teekkaritkin ovat tervetulleita mukaan.

–Jos vain kysäisee, niin ihan varmasti löytyy tietoa ja paikkoja löytyy mitä ikinä sitten haluaakin alkaa tekemään, Matti Tarjo sanoo.

Joidenkin teorioiden mukaan ihminen on syntyjäänkin tehty liikkumaan, joten jotain liikuntaa pitäisi ilmeisesti harrastaa. Uutisista saa kuitenkin lukea yhä useammin huolestuttavia esimerkkejä nuorten ylipainosta ja huonosta yleiskunnosta. Katri Junna pelkää, että pahimmassa tapauksessa liikunnan vieroksuminen voi johtaa nuorillakin totaaliseseen työkyvyn menetykseen ja sairaslomien lisääntymiseen.

–Jos me joudumme maksamaan suurten ikäluokkien eläkkeitä, ja siihen päälle joudutaan maksamaan vielä nuorten raihnaisuudesta, niin onhan se aika härskiä, Katri Junna sanoo.

–Viime kesän uutiset alokkaiden alentuneesta peruskuntotasosta pysähdyttivät ajattelemaan nykynuorison suhdetta liikuntaan, Matti lisää.

Teekkareista he eivät kuitenkaan ole erityisen huolissaan.

RÄNTÄSATEESSA LENKILLE?

Katria voi pitää aktiivisena liikunnan harrastajana, ja taekwondo-seuran verkkareihin puheutunutta Mattia melkein urheilijana. Katriilla lajivalikoimaan kuuluu uintia, pyöräilyä ja reipasta kävelyä. Joskus tulee käytyä myös ”junttisalilla” tai ”voimalaitoksella”. Matti on kilpaillutkin esimerkiksi uinnissa, hiihdossa, salibändyssä ja vesipallossa. Nuoruuden kilpaurheiluaajoista liikunta jäi elämäntavaksi, ja vielä nykyisinkin liikuntaa tulee harrastettua useampana päivänä viikossa.

–Putki on jäänyt päälle ja päivittäinen hi-kiannos pitää saada, muuten alkaa omatunto kolkuttelemaan, Matti nauraa.

Syksyn pimetessä ja iltojen viileessä Katri Junna ja Matti Tarjo suosittelevat kaikille uusien lajien kokeilua. Näin voi löytää muuten kadoksissa olevaa liikunnan riemua, vaikka muuten sattuisikin inhoamaan vaikka sählyn pelaamista. Matti suosittelee jopa räntäsaateessa juoksemista, mistä voi Matin mukaan tulla ”todella hyvä fiilis”. Koko homman paras hetki on kuitenkin se, kun pääsee lenkin jälkeen lämpimään suihkuun ja syöpöttelemään hyvällä omallatunnolla. Koko talveksi ei kuitenkaan kannata jäädä istumaan sisälle. 🏊

>> LIIKA URHEILUVOUHOTUS AIHEUTTAISI TODENNÄKÖISESTI VAIN ALLERGISEN VASTAREAKTION LIIKUNTA VÄHEMMÄN HARRASTAVIEN KESKUUDESSA.

tietokoneruudun eteen liimautunut kaveri, mutta vastakysymyksenä voisi heittää, kuinka paljon joku pienessä keskustayksiossä asuva humanisti jaksaa harrastaa liikuntaa yliopiston vieressä asuessaan, Katri heittää.

Katri ja Matti myöntävät, että monet matematiikasta kiinnostuneimmat saatettiin valita lukion liikuntatunneilla viimeisinä joukkueisiin. Toisaalta tämä saattaa myös vähentää kynnystä lähteä mukaan teekkareiden liikuntatoimintaan, kun pahimmat ”jääkiekkoilijat” ovat päätyneet muualle ja kuntoliikunnalle annetaan enemmän tilaa.

– Minä väitän, että ainakin meidän killan sählyvuoroilla saatetaan katsota karsaammin liian hyviä pelaajia, ja sanoa, että mene sinne Flob:iin (paikallinen salibändy-yhdistys) urheilemaan, Katri sanoo.

ENEMMÄN VÄHEMMÄN VAKAVAA LIIKUNTA

Kynnys liikunnan harrastamiseen voi kuitenkin joskus nousta todella korkeaksi. Ääriesimerkissä yläasteella ja lukiossa liikuntatunteja inhonnut ”koodari” voi ottaa liikunnan harrastamattomuuden jopa periaatteeksi korkeakouluun päästyään. Ratkaisuksi Katri ja Matti tarjoaisivat leikkimielisimpiä tapahtumia, missä liikunta yhdistyy ylei-

ta ja liikunnan tyrkyttämistä pitää kuitenkin yrittää välttää. Jos kaikkia liikuntatapahtumia markkinoitaisiin trendi-lehdistä tutuilla ”liikunnasta adrenaliinia elämään” ja ”kunnon hiki tuo hyvän olon” -tyyppisillä sloganeilla, aiheuttaisi tämä todennäköisesti vain allergisen vastareaktion liikuntaa vähemmän harrastavien keskuudessa.

–Totta kai meiltä löytyy omat kilpailupiirit, missä juostaan veren maku suussa, mutta meidän tärkein tehtävä on järjestää tapahtumia juuri vähemmän aktiiviselle porukalle, Matti sanoo.

JOKAISELLE LÖYTYY JOSTAIN JOTAKIN

Sählyt ja muut perinteiset lajit vetävät varmasti harrastajia vuodesta toiseen, mutta toisaalta uudemmat lajitulokkaat tuovat kiinnostavan lisän liikuntamahdollisuuksiin. Pelkästään TKY:n kotisivuilta löytyvään urheiluyhdistysten listaan tutustuminen antaa hyvän kuvan tarjonnan monipuolisuudesta.

Iltojen viileessä parhaat liikuntamahdollisuudet löytyvät TKY:n osaksi omistamasta, viimeisen päälle remontoitusta Otahallista. Sählyvuoroja löytyy myös paikallisilta kouluilta, Teekkarikylästä löytyy pienempiä tiloja ja Tapiolan suunnalta löytyy kohtalaisen monipuolista tarjontaa. TKK:n opiskeli-

TARVITAANKO OPISKELIJOIDEN LIIKUNTALIITTOA?

Polyteekkari lähetti OLLille sähköpostilla ikävän, asenteellisen ja johdattelevan kysymyksen.

KYSYMYKSY: Olemme tekemässä Polyteekkariin liikuntanumeroa. ... Taustana kerrottakoon, että ehdotin aikoinani vanhan kotiyliopiston ylioppilaskunnan edustajiston jäsenenä, että ylioppilaskunnan pitäisi erota OLLista. Ehdotus ei mennyt läpi. Käytin tuolloin perusteluina, että mielestäni OLL on liikaa kilpaurheiluun keskittyvä, byrokraattisuutensa takia kallis, ylioppilaskunnille suhteellisen hyödytön, opiskelijaliikunnan kehittämisen perustehtävät unohtanut, politisoitunut, käytännöistä vieraantunut ja edunvalvonnan edustamisella korvannut ilkkakanervan tuoksuinen SLU:n käsikassara, jolla ei ole enää mitään tarjottavaa opiskelijoiden arkipäiväisen liikunnan lisäämiseen tai liikuntamahdollisuuksien parantamiseen. Mielestäni turha kilpaurheilu sen sijaan kiinnostaa kovastikin.

Mielestäni ylioppilaskunta olisi saanut OLL:n jäsenmaksurahoja vastaavalle rahasummalle parempaa vastinetta käyttämällä itse rahat paikallisen opiskelijaliikunnan tukemiseen ja esim. salivuoromaksujen kompensointiin. Tänä syksynä mielikuvani ovat vahvistuneet entisestään, kun olen lukenut OLL:n tiedotteita. Niissä kerrotaan milloin kenenkin suomalaisen urheilijan menestyneet esim. opiskelijoiden vesihiihdon MM-kilpailuissa Valko-Venäjällä. Mielestäni toiminta ei voisi olla enää yhtään käytännöstä vieraantuneempaa. Kai te myös maksatte nämä opiskelijaliikuntaa edistävät kilpailumatkat? Näin kysyisinkin, miksi TKY:n kannattaisi teidän mielestänne kuulua OLLiin myös jatkossa, ja maksaa itsensä kipeäksi tästä riemusta?

Mikko Arvinen

OLL:N VASTAUS: Mielestämme esitetyt väittämät eivät vastaa OLL:n nykytoimintaa. OLL:n visio kuuluu: ”Opiskelijoiden hyvinvointi on arvostettua suomalaisessa yhteiskunnassa ja koulutuksessa. Osana itsestään huolehtimista opiskelijat liikkuvat monipuolisesti paikallisen liikuntatoiminnan kannustamina.” OLL:n kohderyhmästä, korkeakouluopiskelijoista, noin 30% on aktiivisia liikkujia, 60% satunnaisia liikkujia, ja 10% on laskettavissa liikunnallisesti passiivisten joukkoon. Strategian mukaisesti OLL on ottanut pääkohderyhmäkseen satunnaiset, eli ns. potentiaaliset liikkujat. OLL tavoittaa suuren joukon opiskelijoita erilaisten liikuntatapahtumien, alennusten ja paikallistoimijoiden kautta. Liikunnallisesti passiivisia puolestaan aktivoidaan liikkumaan ja kantamaan huolta omasta terveydestä mm. yhteistyössä YTHS:n kanssa, kuten pilottiprojektina alkaneen liikkumisreseptin avulla.

MITÄ OLL TARJOAA

Opiskelijan liikunnallisen elämäntavan edistäminen vaatii laajaa eri toimijoiden yhteistyötä. Olemme tehneet hedelmällistä yhteistyötä esimerkiksi liikuntasiihteerien ja kuntien liikuntatoimen johtajien kanssa, tästä esimerkkinä ”Eurolla Liikkumaan”-viikko. Valtakunnallisella työllä on edellytyksiä luoda merkitys. Paikallisille liikuntatoimijoille tarjoamme koulutuksia, tutkimuksia ja materiaalia oman toiminnan avuksi. Paikalliseen toimintaan sijoittaminen ja valtakunnallinen yhteistyö eivät ole vaihtoehtoisia toimintoja, tai ristiriidassa keskenään.

Yhtenä OLL:n tavoitteena on lisätä jäsenyhteisöjen mahdollisuuksia investoida paikalliseen toimintaan ja olla siitä huolimatta myös valtakunnallisen opiskelijaliikuntaverkoston jäsen. Tästä syystä OLL:n hallitus esittää jäsenmaksujen huomattavaa alentamista ensi vuodelle. Tavoitteena on, että laskevien jäsenmaksujen kautta jäsenjärjestöt voisivat panostaa entistä enemmän oman liikuntatoiminnan kehittämiseen.

LIIKUNTA JA URHEILU

OLL:n vuosibudjetista kilpa- ja huippu-urheiluun käytetään keskimäärin noin 10 prosenttia. OLL:n yhtenä valtionavun perusteena on myös huippu-urheilu. OLL osallistuu opiskelijaurheilijoiden kilpailumatkoihin OPM:sta haettavalla, tähän tarkoitukseen tarkoitettulla erillisavustuksella. Opiskelijaurheilu on osa suomalaista opiskelijaliikuntakulttuuria. Opiskelijaliikunnassa arvostetaan kaikkia liikuntamuotoja ja harrastamisen motiiveja.

JÄSENMAKSU 0,8 EUROA

TKY maksaa tällä hetkellä OLL:n jäsenmaksua 0,8 euroa per opiskelijajäsen. Opiskelijayhteisö, joka on arvioituaan ja tavoitteiltaan terveyttä edistävä, kannattaa maksaa OLL:n jäsenmaksu ja pelkästään periaatteellisista syistä. Lisäksi nykyinen jäsenmaksu on mielestämme kohtuullinen hinta ja yksin www.opiskelijaliikunta.fi-sivuston olemasta olosta (Tutustukaa etenkin käynnissä olevaan Poltetta Puntissa -liikuntapäiväkiertueeseen!). Liikkuvalla opiskelijalle löytyy lisäksi monia muitakin rahan arvoisia etuisuuksia.

OLL:n vuosibudjetin tuloista ja liiton toiminnasta alle viidennes katetaan jäsenmaksuilla, kun taas Opetusministeriön jakaman valtionavun osuus on lähes 50 prosenttia. Valtion yleis- ja kehittämisavustusten kautta tulee lähes kolme kertaa jäsenjärjestön oman panostuksen verran valtion rahaa opiskelijoiden liikunnan edistämiseen. Onko tämä jäsenjärjestöille kallista? Jäsenjärjestöt päättävät itse vuosittain liittokokouksessa OLL:n toiminnan linjauksista, ja päättävät mitä rahalla tehdään.

Anne Kettunen puheenjohtaja	Timo Simonen pääsihteeri	Juhana Salminen (TKY:n edustaja) talousvaliokunnan pj
---------------------------------------	------------------------------------	--



Koska tälle palstalle ei tällä kertaa ilmestynyt muita kirjoituksia, ajattelin kertoa teille Discovery-kanavalla sunnuntaina 5. syyskuuta esitetystä ”Myyttien paljastajat” ohjelman testituloksesta, jonka mukaan unikonsiemensä-

pylöiden syöminen saattaa todistustusti aiheuttaa positiivisen tuloksen opiaattien (eli heroiinin tai morfiinin) käyttöä mittaavassa huume testissä. Ainakin itselleni tämän myytin paljastuminen todeksi tuli todellisuena yllätyksenä.

Ohjelmassa kaksi testihenkilöä suoritti aluksi puhtaat virtsatestit

(Yhdysvalloissa) yleisillä huume testereillä. Tämän jälkeen he söivät ehkä noin puoli kiloa tavallisia, kaupasta ostettuja unikonsiemen-sämpylöitä ja unikonsiemenkakua, minkä jälkeen molemmat testihenkilöt saivat selvästi positiiviset testitulokset. Tulos oli positiivinen vielä 12 tuntia viimeisten sämpylöi-

den syömisestä jälkeen. Ohjelmassa sanottiin, että Yhdysvalloissa kymmenet tuhannet ihmiset saattavat menettää vuosittain työpaikkansa tai saada rikossyytteen näiden virheellisten testien takia.

Suomessa työpaikkojen huume testit yleistyvät (uusi, testaamisen entistä laajemmin mahdollistava

laki astuu voimaan lokakuun alussa) ja poliisi on lisännyt aktiivisesti huume testausta liikenteessä. Itse kannatan lennonjohtajien tai sekavien autoilijoiden testaamista, mutta mahtaisikohan huoltoasemalla syöty sämpylä kelvata selitykseksi liikkuvan poliisin komissariolle sylkimestä näyttäessä punaista?



Play your own song

We offer you the opportunity to pursue an international career with a global industry leader. We expect you to have the energy to succeed, a commitment to excellence, and excitement at being part of a highly professional team. Visit **www.wartsila.com** to find out how 12,000 people in 60 countries support Wärtsilä customers worldwide.



Onneksi en ole itse koskaan pitänyt unikonsiemenistä.

Mikko A



Nyyti tarjoaa TUEK JA KURSSEJA

Opiskelijoiden mielenterveydestä ja jaksamisesta huolta kantava Nyyti ry. järjestää tänäkin syksynä useita elämäntilanteiden ja vaikeista tilanteista selviytymistä opettavia kursseja ja keskustelutilaisuuksia.

Ohjelmassa on esimerkiksi esiintymisjännityksen voittamista ja hallintaa, paineiden sietokyvyn kehittämistä ja parisuhde- ja eroterapiaa. Miten selviytyä kipujen viidakosta selville? Miten hyödyntää tunteiden ja tarpeiden viisautta kriisin keskellä?

Varsinaisille kursseille pitää ilmoittautua, mutta keskiviikon teemaillat (17.00–19.00) Nyytin toimistolla Rikhardinkadulla ovat maksuttomia eikä niihin ole ennakkoilmoittautumista. Lokakuussa ohjelmassa käydään läpi monia opiskeluun, opiskelumotivaatioon ja oppimiseen liittyviä aiheita.

Polyteekkarin valinta on kuitenkin joulukuun alussa järjestettävä ”Flirtillä piristystä elämään” -teemailta, missä tavoitteena on saada lisää rohkeutta, käytännön keinoja ja aloitteellisuutta sosiaalisiin tilanteisiin ja toisiin tutustumiseen pilke silmäkulmassa.

Lisätietoja kursseista ja jaksamisesta: www.nyyti.fi.



**Muista myös
www.polyteekkari.fi**



SANTERI KONTINEN

10 asiaa, joita voi tehdä maailman kiireettömänä päivänä

1. Istuskelu ja makailu

Kaiken oleellisen unohtaminen päiväksi on oiva tapa viettää kiireetöntä päivää. Sohvaan ja sänkyyn voi helposti jumittua kokonaiseksi päiväksi. Sateen sattuessa ikkunasta uloskatselu nollaa ajatukset tehokkaasti.

2. URHEILEMINEN

Urheiluhulluudesta kärsiville tiukka treeni on yhtä rentouttavaa kuin laiskottelu lorvikatarrin pureman saaneille. Usein kiire on esteenä ankaralle puristukselle kuntosalilla. Vettä omimpana elementtinään pitävillä rauhallinen pulikointi tai pitkä sukellus uimahallissa saa mielen tyyneksi.

3. SOUTELU JA KALASTELU

Jos suinkin on mahdollista, järvelle kannattaa lähteä. Vesi on jo aika kylmää eikä kalakaan kuulemma enää syö, mutta se ei onkimisessa olekaan perimmäinen tarkoitus. On verrattomasti hyödyllisempää istuskella veneessä ja olla ajattelematta mitään erityisen tärkeää. Syksyinen järvi on harmaudestaan huolimatta hieno kokemus.

4. AUTORETKI

Mutkittilevalla pikkutiellä ajelu tyhjentää pään mukavasti. Kukaan ei oikein tiedä miksi. Joku feministi sanoi kerran televisiossa, että miehet pitävät autoista, koska autossa istuminen muistuttavaa äidin kohdussa olemista. Tiedä häntä.

5. VIINANJUONTI

Tämä on ehkäpä epäterveellisin tapa viettää kiireetöntä päivää. Alkoholi rentouttaa, siitä ei pääse mihinkään. Punaviini kuulemma ehkäisee myös sydänsairauksia. Liika rentoutus johtaa kuitenkin seuraavan päivän pakkolepoon ja vapinaan.

6. SEKSI

Seksi on kivaa. Seksin harrastamisella on myös lähes pelkästään positiivisia terveysvaikutuksia. Koko keho saa liikuntaa, immuunijärjestelmä vahvistuu, masennus helpottaa ja vähintään kolme kertaa seksiä viikossa harrastavat näyttävät kuulemma kymmenen vuotta ikäistään nuoremmilta.

7. RATIKKAKIERROS HELSINGISSÄ

Ratikalla ajelu on puoli-ilmaista hupia. Ratikka ei ole välttämättä nopein tapa päästä paikasta toiseen, mutta jos tarkoituksena on pelkästään istuskella kyydissä, sillä ei liene väliä. Monet Helsingin nähtävyyksistä sijaitsevat raitiovaunulinjojen varrella. Jos todella haluaa panostaa ratikalla ajeluun, ratikoita voi myös vuokrata ennalta sovituksi ajaksi.

8. MÖKKEILY

Mökillä on melkein mahdotonta saada aikaiseksi mitään kovin hyödyllistä. Kesä on aivan yliarvostettua mökkeilyaikaa. Syksyllä mökillä on vähintään yhtä mukavaa olla. Mahdollisesta kylmyydestä ei kannata säikähtää: makuupussissa nukkuminen on aivan yhtä mukavaa. Koska mökit sijaitsevat yleensä suurimpien keskustien ulkopuolella, on yöllinen tähtitaivas hieno elämys: kaupungissa ei ymmärrä kuinka hienolta Linnunrata voi näyttää.

9. LEIPIEN HEITTELY KIVILLÄ

Ajoittainen viisivuotiaaksi taantuminen ei ole kuin hyväksi. Jos yhtään on meren tai järven rannalla ollut, leipiä on varmasti joskus tullut heitettyä. Taidosta saa nopeasti uudestaan kiinni. Jälleen taas yksi täysin hyödytön tapa käyttää aikaa.

10. ELOKUVISSA KÄYNTI

Suomen elokuva-arkisto näyttää valtavirrasta poikkeavia elokuvia. Lauantaina 2.10. valikoimassa on muun muassa Kathrine Hepburnin tähdittämä romanttinen komedia ”Amor sekaantuu peliin” ja vuodelta -70 oleva hongkongilainen toimintaelokuva ”Vengeance”. 🎬

>> Maailman kiireetöntä päivää vietetään 2.10.

KORISTA

maanantai-illassa

Otahallissa voi harrastaa monipuolista liikuntaa.

Maanantai-iltaisin yhdeksän ja yhdentoista välillä palloiluhalli täytty koripalloilijoista.

SANTERI KONTINEN

Parinkymmenen hallissa pallon hallinnasta taistelevan pelaajan joukosta valitsimme viisi haastatettavaa. Aivan aloittelijoita korisvuorolla ei käy. Kaikilla haastatetuilla on kentällä näytettyjen esitysten perusteella ainakin kohtuullinen koripallotausta. Heikoimmilta vaikuttaisivat niin pelitaitojensa kuin fyysisen olemuksensa perusteella Kaukoidästä saapuneet vaihtarit. Poikkeuksiakin tosin löytyy, viime kevään sarjassa idän suunnalta tullut koripalloilija piti kankeita länsimaalaisia täysin pilkkanaan.

Koripallo vaikuttaisi näppituntumalla olevan Otaniemen suosituimpia urheilulajeja. Koneella opiskeleva Arvi Timgren kommentoi: ”Koripallo on mielekäs tapa pysyä kunnossa. Tulee myös huomaamatta liikuttua paljon.” Omien sanojensa mukaan hän on aikaisemmin pelannut jonkin verran koripalloa. Muuten Arvi harrastaa lumilautailua, rullaluistelua ja käy joskus salilla. ”Rakas urheilulaji,” toteaa hikisenä vettä tankkaava AJ Kangas. AJ:n koripalloura käynnistyi Lappeenrannassa. AJ:n lajirepertuaariin kuuluu koripallon ohella myös muita palloilulajeja ja hiihtourheilua. Tilapäisesti vaihdossa ollut TKY-sivari Mikko Anttila kertoo koripallon olevan hänelle keino purkaa paineita. Mikko paljastaa myös, että kova kilpailuvietti vetää vastustamattomasti parketille. Tietotekniikan opiskelijoita edustaa myös Jussi Litja. Jussi pitää korista vain hauskana harrastuksena. Jussi on vakuutunut, että korista pelaamalla pysyy hyvässä kunnossa.

Vuorolla käy myös paljon ulkomaalaisia. Tällä kertaa valitsimme haastateltavaksi kanadalaisen Justin Woodin. Newfoundlandista kotoisin oleva Justin pelasi aikanaan oman lukionsa joukkueessa. Yliopistossa hän vaihtoi lajia uintiin, mutta harrastuksiin kuuluu koripallon lisäksi myös eurooppalainen jalkapallo. Suomessa Justin on harjoittelijana laivalaboratoriossa. Kanadassa hän opiskelee aineyhdistelmää nimeltä ”Ocean naval and marine architecture”.

Haastatelluista kukaan ei pelaa aktiivisesti missään joukkueessa. TKY-sivari Mikko tosin etsiskelee joukkuetta jossa voisi pelata divarimatseja. Hän harkitsi PUS:n joukkueeseen liittymistä, mutta koska PUS:lla on jo täysi pelaajarinki, saattaisi peliaika jäädä vähäiseksi.

Kaikki jo useamman vuoden Otaniemessä vaikuttaneet pelasivat keväisin järjestettävässä sarjassa. Sarja sai kaikilta positiivista palautetta. Arvi Timgren sanoo hymyillen: ”Pelasin enimmäkseen omassa joukkueessa.” Rento meininki sarjassa takaa, että kevään aikana voi pelailla vaikka joka kerta eri joukkueessa.

Otaniemen liikuntamahdollisuudet saivat pääosin positiivista palautetta. Kaikki haastatellut toivoivat ainakin yhtä korisvuoroa lisää. Kaikki olivat yhtä mieltä siitä, että tila ei tahdo kentällä oikein riittää. Ehkäpä olisi mahdollista järjestää yksi vuoro joskus keski-päivän aikoihin?

Kriittisimmät äänenpainot kuultiin kanadalaiselta Justinilta. Hän ei ollut tyytyväinen teekkareille järjestettyihin liikuntamahdollisuuksiin. Hänestä vaikutti siltä, että muut joukkueet tulevat ennen opiskelijoita. Hän

oli myös sitä mieltä, että Otahallin tarjonta tulisi olla vain opiskelijoille. Kriitikkiin voi ainakin osittain yhtyä, sillä vain katsoamalla Otahallin lukujärjestystä huomaa, että opiskelijavuorot on sijoitettu pääosin päivien loppuun. Kriitikin taustalla saattaa tosin vaikuttaa suomalaisen ja pohjoisamerikkalaisen yliopistokulttuurin erot. Yksityiskohdantana Justin mainitsee vielä, että yliopistossa jossa hän opiskelee, on käytössä pakollinen 40 Kanadan dollarin liikuntamaksu. Maksu aiheutti aluksi paljon porua, mutta kun opiskelijat huomasivat, että maksutulot menivät suoraan liikuntatiloihin, vastustus lieveni huomattavasti. 🎨



Piirros Silja Tirronen

STORAENSO

what paper can do



Bitch alert

– kolmella kemia toimii ja huumorintaju osuu navan alle!



TEKSTI ANNA HIIRONEN
KUVAT MIKKO A.

Bitch Alert ampuu nyt kovaa ja korkealle. Laulaja-kitaristi Heinie, rumpali Maritta ja basisti Kimmo viettivät heinäkuun Englannin kamaralla viiden viikon kiertueen ja 28 keikan merkeissä. Elokuun lopussa bändi julkaisi uuden pitkäsoittonsa "Kill Your Darlings". Kiertue-elämä maistui bändille hyvin, mutta nyt päällimmäisenä heidän mielissään on kuitenkin juuri julkaistu levy ja keikkailun aloittaminen Suomessa.

ENGLANNISTA "KIERTUEKRAPULA"

Saavuimme sateisena syyskuun illana Ilves-baariin utelemaan lisää keikoista, levyä sekä jonkin verran muusta elämästä. Illalla on luvassa vielä levynjulkaisu-keikka Semifinaalissa. Englannin kiertueestakin bändi toki puhuu vielä mielellään. "Reissu oli todella hauska, ja meillä oli ainakin todella mahtavaa ja opettavaista", kuittaa Heinie.

Bändin mukaan kiertueella hommaan pääsee ihan eri tavalla sisään, "se on niin paljon intensiivisempää kuin pistokeikkojen tekeminen". Heinie tunnustaaakin poteneensa

Suomeen paluun jälkeen pari viikkoa "kiertuekrapulaa". Nyt bändi on kuitenkin äärimmäisen innoissaan, uusi levy on tullut ja tänään on ensimmäinen keikka pitkään aikaan. "Uuden levyn julkaisu on aina ihanaa, uusi setti, uudet biisit, kaikki."

KILL YOUR DARLINGS

Vasta ilmestynyt levy on nauhoitettu jo viime jouluna ja levy oli kokonaisuudessaan valmis jo tammi-kuun lopussa. Levyn syntyprosessi oli bändin mukaan helppo, suurimaksi osaksi tutun ja luotetun miksaajan Mikko Lohenojan ansiosta. Lopputulosta Heinie luonnehtii tähän asti sävykkäimmäksi levyksi, johon on tehty myös tuotannollisesti kokeellisempia ratkaisuja kuin aiemmin.

Lähtöleveysuusiikin näyttää Bitch Alertin jäsenille valoisalta. Illan keikasta alkaa keikkaputki johon kuuluu muutama klubikeikka ja paikkoja, joihin myös alaikäiset pääsevät sisään. "Tietenkin toivomme myös, että levy lähtee menemään, niin kuin se on jo kyllä tehnytkin", hykerteleivät tytöt.

BÄNDI EI OLE AINOA ASIA ELÄMÄSSÄ

Työn, opiskelun ja bändielämän yhdistäminen onnistuu ainakin Kimmon ja Maritan mukaan hyvin. "Tosin muissa hommissa pitää olla joustavuutta ja tietää mikä prioriteetti on ykkösenä, meillä se on bändi", toteaa Maritta.

"Ei tässä pysty mitään sellaista työtä ottamaan, joka veisi kovin paljon aikaa ja energiaa", pohtii Heinie.

Myös Kimmo on sitä mieltä, että mistään ei ole tarvinnut luopua bändin takia, kun on suostutellut muut joustamaan sitä varten. Yhdessäolossa ei Bitch Alertilla ole myöskään ongelmia. Kolmen ihmisen bändissä kemia toimii hyvin, ja tässä vaiheessa toisen tuntee jo niin hyvin, että naamastakin

näkee jos toinen haluaa olla yksin, Kimmo kertoo. Me osataan myös antaa toisillemme tilaa, minkä kiertueellakin huomasi, ei tarvitse aina mennä käsi kädessä joka paikkaan, lisää Maritta. Hyväntuulisen kolmikron mukaan huumorintaju osuu äärimmäisen hyvin yksin, mutta äärimmäisen navan alle. Ja niin huuli alkaa taas lentää.

TUNNELMIA SEMIFINAALISTA

Semifinaalin keikka alkaa. Lavan edusta on täynnä innokkaita kuulijoita, ja paikka tuntuu jo tässä ihmispaljouudessa ahtaalta. Bitch Alert on illan pääesiintyjä ja sen huomaa myös yleisön odottavasta tunnelmasta. Keikalla Bitch Alert pamauttaa uusia biisejä ulos soittimistaan yksi toisensa jälkeen, mutta muu-

UUDEN LEVYN JULKAISU ON
AINA IHANAA.

tama vanha hitin tikin on päässyt mukaan soittolistalle, esimerkiksi Monday, jonka yleisö sai soittimeensa jo Pay for Ograsm -levyltä. Bändillä on jo melkein ammattimaiset elkeet keikalla. Ehkäpä kiertue on vahvistanut bändiä ja tuonut lisää varmuutta, myös Heinien esiintymiseen, joskin hänen lavakarismansa on aina ollut pureva. Mukana muuten myös ensimmäistä kertaa uusi keikkakitaristi Antti Westman Killpretty -yhtyeestä.

Kun on soitettu jo hyvän aikaa, bändi katoaa lavan taakse odottamaan encorea, jota yleisö vaatii äänekkäästi. "Tämä oli laskelmoitu juttu, koska meillä on vielä kolme biisiä", nauraa Heinie takaisin kitaran taakse asettuessaan. Tunnelma encoren aikana muuttuu todella, kun bändi alkaa panna parastaan ja luukuttaa oikein kunnolla. Noiden kolmen biisin joukossa kuullaan varmaan kamaa, sinkkubiisi Late-night Lullaby uudelta levyltä, sekä vanhempaa tuotantoa oleva Love-son, joka villitsee yleisön totaalisesti. Live-esiintymisen Bitch Alert siis kyllä osaa.

Bitch Alertin Kimmo ja Heinie fiilistelivät Ilveksessä ennen illan keikan alkua.



HEINIE TUNNUSTAA POTENEENSA
SUOMEEN PALUUN JÄLKEEN PARI VIIKKOA
"KIERTUEKRAPULAA".

På svenska



SVENSKA SPEX REDAN I 450 ÅR

VILLE HALKOLA

BEGYNNELSEN AV DEN SVENSKA OCH NORDISKA SPEXTRADITIONEN ANSES VARA OMKRING ANNO DOMINI 1550, när studenter i Uppsala uppförde klassiska dramer på latin som en del av sina studier i detta klassiska spåk. Eftersom antal kvinnor bland studenterna var inte så stort ännu, hade man bara manliga skådespelare för rollerna, en lämning av vilket är synlig också i moderna spexen: kvinnliga roller spelas ofta av män och vice versa.

Så småningom började man skriva egna alster som hade mera betoning på det humoristiska, vilket äntligen ledde till det moderna spexet, det första exemplaret av vilket anses vara "Trollflaskan", vars premiär hölls 1851. I Uppsala var dialogen alltid rimmad, men när spexet spred sig i Sverige blev det litet si och så med rimmandet.

Den andra sedvanan, där graden av rimning i spexet varierar så att i huvudsak orimlig dialog stickas in rim nu och då för att därmed vinna några komiska poänger just med rimmandet i sig självt, kallas "lundaskolan", eftersom det vad vid

Lunds universitet man först började skriva sådana här spexen. Teknologspexen vid Tekniska Institutet i Stockholm (nuvarande KTH) var det första spexet utförd

av teknologer. Första föreställningen var "Rudolf - eller blodbadet på Sicilien" år 1867. Vid bildandet av Tekniska Högskolans Studentkår år 1902 byttes namnet på spexorganisationen till Kårspexet. Det andra välkända teknologspexet är Chalmersspexet vid Chalmers Tekniska högskolan i Göteborg. Första Chalmersspexet framfördes 1948, när Chalmeristernas första produktion "Bojan" hade sin premiär. Spexens guldålder var under 1910- och 1920-talen, när de höll en oerhört hög standard och gick alltid med rejäl vinst. Under det andra världskriget var det litet svårare, men en riktig torpedering fick spextraditionerna av radikalistvägen i slutet av sextiotalet.

Traditionerna upplivades lyckligtvis från och med slutet av 70-talet och en ny era av den klassiska spextarditionen såg sin början. En frukt av denna era är även vårt eget Teknologspex, som grundades 1990 och är alltså en riktig yngling jämfört med svenska

spexorganisationer. På grund av gamla traditioner finns det en massa spexorganisationer i Sverige, ett tiotal enbart i Stockholm: Kårspexet och sektionsspexen vid KTH, Corpus Karolina vid Karolinska Institutet osv. I övriga Sverige är spextraditionerna kanske som starkast i Göteborg, där man har bl a

Chalmersspexet, Handelsspexet och även ett spex av medicinarna vid Göteborgs universitet. Lund, Uppsala och Umeå har också sina egna spex. Härutöver har nästan varje studentförening i Sverige någon slags mindre spexgrupp

FYSIKALEN - ETT SEKTIONSSPEX VID KTH

VÅRT EGNA SPEXEN, FYSIKALEN, HÖR TILL DE SPEXEN SOM FORTFARANDE ÄR HELT RIMMADE, DEN SÅ KALLADE "UPPSALASKOLAN". Fysikalen föddes våren 1982, när studeranden vid Kungliga Tekniska högskolans avdelning för teknisk fysik bestämde att uppföra ett spex med anledning av Fysiksektionens femtioårsjubileum. Spexet, som hette "Kristina - eller äppelkriget", blev en så stor succé att man även spelade en höstomgång. Det var då när ett par entusiaster startade det

som nu har blivit den största och mest omtyckta händelsen på F-sektionen, nämligen Fysikalen. Efter Kristina samlades den nuvarande permanenta spexorganisationen ihop och bestämdes sig att framföra ett spex vartannat år med en våromgång och en höstomgång. Sedan dess har sammanlagt elva spex uppträtt med "Anastasia - den sista tjejtären" som det sista. Därtill har man producerat ett jubileumsspex vart tionde år för att firas de fem senaste slutförda spexen. Jubileumsspexet består av deras bästa scener och framförs alltid före slutsålda salonger.

Det första jubileumsspexet, som kallades helt enkelt "Jubelfysikalen", framfördes år 1992 och bestod av bästa delar av spexen "Kristina - eller Äppelkriget", "Marie Anoinette - eller Revolutionsschlagfestival", "Wagner - eller En fluga på halsen", "Ivan III - eller a Tsar is born" och "Shakespeare - eller inte Shakespeare, det är frågan".

Det andra jubileumsspexet framfördes på hösten 2001 och hette "2001 - en Spexodyssé", ett spex med scener från "Leonardo - och därmed pasta", "Billy the Kid - eller Det lilla buset på prärien", "Gandhi - eller Två år i varje kast", "Jeanne d'Arc - eller En välgrillad

fransyska" och "Bellman - the Movitz".

Fysikalen är känd även i Otnäs, tack vare Fysikergillet, som sedan år 1988 har bjudit Fysikalen över till Finland över ett veckoslut med en turnéföreställning i Helsingfors eller Esbo. Vanligen har man haft finlandsföreställningen på Savoy-teatern i Helsingfors centrum, men spexet har framförts även på till exempel Esbo arbetarinstitutets scen i Alberga.

Föreställningen i Helsingfors slutar två arbetsfyllda år med varje spex och väntas ivrigt både i Finland och i Sverige. Efter föreställningen är det dags att koppla av på nachspexsitsen, där man njuter av god mat och dryck samt internordisk sällskap. Festen slutar vanligen på brunschen i Strandbastun på följande morgon, varefter våra svenska gäster bereder sig på hemresan.

För att nästa gången se Fysikalen i Helsingfors behöver man inte vänta för länge: föreställningen äger rum på Savoy-teatern den 2 oktober. Biljetter kan köpas i huvudbyggnadens huvudaulan kl 12 - 15 till och med fredagen den 30 september samt via Lippupalvelu.

Vad är ett spex?

Ett spex är en speciell teaterform där sång, dans, musik och dialog blandas om vartannat, samtidigt som en handling ska föras fram. Allt under loppet av drygt fyra akter och tre timmar. Spexet ska behandla en någorlunda allmänt känd historisk händelse, men förklara den på ett helt annat sätt än den gängse (miss)uppfattningen i historieböckerna.

Till skillnad från vid en vanlig teaterföreställning är publiken fri att visa sina känslor för spexet under föreställningen. Tycker man att något är roligt och vill se det igen skriker man "omstart", och lyckas man få hela publiken att skandera "omstart" har skådisarna inget annat val än att köra om scenen, vitsen eller sången, fast helst med lite variation.

Tycker man å andra sidan att ett skämt är riktigt dåligt skriker man naturligtvis "buuuuu" så högt man kan. Det brukar vanligtvis inte föranleda att scenen tas om...

Sampo Pankki Oyj



**Taloudellinen
ensiapukurssi
keskiviikkona ja tiistaina
13. ja 19.10.2004
tässä oppilaitoksessa**

Toimi näin:

- 1. Bongaa Massi-hoitohenkilökuntaa**
- 2. Kysy Massia**
- 3. Saat Massia**

www.sampo.fi/massi

Massi - Tehokas apu aneemiseen talouteen.

SAMPO
PANKKI

Kampuksen häirintäyhdyshenkilöt

Häirintäyhdyshenkilöt ovat tukena ja apuna, kun opiskelija kokee olevansa kiusan, sukupuolisen häirinnän tai muun (esimerkiksi etnisen) syrjinnän kohteena. Tyypillisimmin häirintää esiintyy yksityisohjauksessa ja muissa lähikontaktitilanteissa. Vaikka asian esille tuominen saattaa tuntua vaikealta, on se tärkeää niin oman kuin koko työ- ja opiskeluyhteisön hyvinvoinnin kannalta.

TKY:n häirintäyhdyshenkilönä toimii ylioppilaskunnan tietotekniikkasihteeri Markus Sipilä, korkeakoulun häirintäyhdyshenkilö on lakimies Tanja Vuolle TKK:n laki- ja henkilöstöasiainosastolta.

Opiskelijat voivat ottaa yhteyttä kumpaan tahansa häirintäyhdyshenkilöistä. Esimerkiksi seksuaalisesta häirinnästä saattaa olla helpompi keskustella samaa sukupuolta olevan henkilön kanssa.

Markus ja Tanja toivovat, että kynnys häirinnästä ja syrjinnästä kertomiseen ja keskustelemiseen madaltuisi. He kuuntelevat mielellään ja tarvittaessa ohjaavat asian eteenpäin. Yhteyttä voi ottaa sekä sähköpostitse että puhelimitse. Markus: markus.sipila@tky.hut.fi, puh. (09) 468 2181, Tanja: tanja.vuolle@hut.fi, puh. (09) 4511 2025.

Hae TKY:n kv-stipendiä

Tänäkin syksynä TKY myöntää stipendejä vähintään kolmeksi kuukaudeksi vaihtoon lähteville vähävaraisille ylioppilaskunnan jäsenille. Hakijalla tulee olla suoritettuna vähintään 50 opintoviikkoa diplomi-insinöörin, arkkitehdin tai maisema-arkkitehdin tutkintoon johtavia opintoja.

Stipendiä haetaan täyttämällä ja palauttamalla hakulomake, verotodistus, opintorekisteri, professorin hyväksymä vaihto-opintosuunnitelma sekä hyväksymiskirje vastaanottavasta yliopistosta (voidaan toimittaa myös jälkikäteen). Dokumentteista kelpaavat myös oikeaksi todistetut kopiot.

Hakemukset TKY:n sihteeristöön kansainvälisten asioiden sihteerille viimeistään perjantaina 29.10.2004 klo 16 mennessä. Postiosoite: TKY, PL 69, 02151 Espoo. Kuoreen merkintä "Kv-stipendi". Hakukaavakkeen voi tulostaa TKY:n verkkosivuilta (www.tky.fi -> palvelut -> kansainväliset palvelut). Tarkempaa tietoa stipendistä saa kv-sihteerin Milla Eronen, puh. 468 3275, s-posti: milla.eronen@tky.fi.

Teekkarikylän kappelirahaston avustukset

Teekkarikylän kappelirahaston johtokunta julistaa yksityisten ja yhteisöjen haettaviksi vuoden 2005 avustukset. TKY:n Teekkarikylän kappelirahaston (perustettu v. 1952) tarkoituksena on tukea Ristin killan piirissä tapahtuvaa, Otaniemessä tehtävää tai teknillisiin oppilaitoksiin ja teollisuuteen suuntautuvaa kristillistä toimintaa. Jaettava avustussumma on vuonna 2005 yhteensä 10 000 euroa. Myönnettyjen avustusten käytöstä edellytetään raporttia kappelirahaston johtokunnalle.

Vapaamuotoiset hakemukset perusteluineen, selostuksineen käyttötarkoituksesta sekä rahoitussuunnitelmineen lähetetään 30.9.2004 mennessä osoitteella: Teekkarikylän Kappelirahasto, Otaniemen kappelin toimisto, Jämskäntäival 4 C, 02150 ESPOO, tai sähköpostitse juha.lassila@espoonseurakunnat.fi. Tiedusteluihin vastaa Teekkarikylän kappelirahaston sihteeri, johtava oppilaitospastori Juha Lassila, puh. (09) 468 33 73 tai 040 53 11 052.

BILEITÄ!**Kampusrieha 28.-29.9.**

Jokavuotinen Kampusrieha valtaa jälleen TKK:n päärakennuksen tiistaina ja keskiviikkona. Paikalla esitellään Otaniemen teekkareiden harrastusyhdistyksiä ja lisäksi mm. Teknillisen korkeakoulun henkilökuntayhdistys ja YTHS. Tarjolla on myös elävää musiikkia ja lettuja. Tervetuloa! *Lisätietoja www.tky.fi.*

Lakinlaskijaiset 30.9.

Lukuvuoden Dipoli-bileiden sarjan aloittaa Lakinlaskijaiset 30.9 klo 20-02. Tupsulakkien laskemista olalle odotellaan mm. Tiktakin ja Mokoman tahdissa.

Lisätietoja: www.tky.fi/LL

Mitä ylioppilaskunnassa tehdään?

On tärkeää, että TKY:n jäsenet tietävät mitä ylioppilaskunnassa tapahtuu. Avoimuus onkin kirjattu myös ylioppilaskunnan arvoihin. Jos siis olet kiinnostunut, mitkä asiat työllistävät sihteeristöä juuri nyt, klikkaa [www.tky.fi/ylioppilaskunta/tehdään](http://www.tky.fi/ylioppilaskunta/tehdaan) tai ota yhteyttä suoraan ylioppilaskunnan toimijoihin!

IKÄVÄ ON HELPPO HOITAA.

Ulkomaanpuhelut Ruotsiin alk. 0,09 €/min.

Käytä ulkomaansuuntaa 99590 niin soitat edullisesti ulkomaille. Et tarvitse palveluun sopimusta tai luottokorttia. Näppäilet vain 99590 ensimmäiseksi. Hinnat sisältävät arvonlisäveron 22% ja niihin lisätään paikallisverkkomaksu tai matkapuhelumaksu. Lisää hintatietoja osoitteesta www.sonera.fi/99590

Esimerkiksi puhelut

Englantiin	alk. 0,16 €/min
Kanadaan	alk. 0,15 €/min
Saksaan	alk. 0,16 €/min
Yhdysvaltoihin	alk. 0,15 €/min
Venäjälle	alk. 0,29 €/min

Ulkomaansuunta 99590



JEHKIS.

Jänishousu!



TAPAHTUMAKALENTERI

Killat ja yhdistykset! Toimittakaa tiedot ajankohtaisista tapahtumistanne viimeistään 7 päivää ennen lehden ilmestymistä osoitteeseen: toimitus@polyteekkari.fi. Otsikosta on hyvä ilmetä, että materiaali on tarkoitettu tälle palstalle. Tapahtumia voi esitellä lyhyesti, liittää mukaan myös yhteystiedot.

KILLAT

Athene

29.9. Haalarigaala + urheilua kemistikillan kanssa, Rantsu. Tähän asti haalarittomat saavat vihdoin jotain hyvännäköistä päälle pantavaa, eikä moista elämänuutosta parane jättää juhlistamatta. Mukana pukeutumassa - ja pukineita sotkemassa - Kemistikilta. Lajina urheilu.
4.10 Labrakierros fukseille, T-talo klo 12:00.
Tutustutaan TML-labraan ja EVE:en oltermannimme

Tassu Takalan kanssa.

Kemistikilta

29.9. Urheilusauna: Syklopentaanifutista Athenen kanssa Alvarilla klo 17.
4.10. Lafkasuunnistus ja kiltisdisko alkaen klo 13.
13.10. Poikkitieteelliset bileet: Kemat kohtaavat Baarikärpässä alkaen klo 20.
14.10. Isotuoppi lauletaan taas läpi Rantsulla. Aloitetaan klo 18.
18.10. Lastenkutsut: Lapsenmielisille ja leikki-ikäisille pihukseille kakkua, karkkia ja kivaat! Mukana pHyssitit ja AS.
21.10. Sitsit

Maanmittarikilta

to 30.9. Lakinlaskiaisten etkot, JMT 3A
ke 6.10. MAIK-sitsit, Smökki
ma 11.10. Välikokeen kaato, JMT 3A
Lisätietoja: www.tky.hut.fi/~mk

Rakennusinsinöörilta

27.09. Laulusauna, OK20 klo 18:00
08.10. Ulkkarisauna, Gorsu

Sähköinsinöörilta

to 7.10. Killan uuden webin esittely klo 17, S2
to 7.10. Valtuuston kokous 4/04 klo 18, S2
to 14.10. - la 16.10. FXQ, Otaniemi-Ruotsi-Otaniemi
pe 15.10 - su 17.10. LAN-party, JMT3 takkakabinetti + pelitila
su 17.10. Opintostipendihakemusten DL

Vuorimieskilta

to 30.9. Lakinlaskiaiset Dipolissa klo 20.
to 7.10. Rapujuhlat Rantsussa klo 19. Hinta 12 euroa.

YHDISTYKSET

AEGEE-Helsinki

Tutustu muidenkin korkeakoulujen opiskelijoihin, Eurooppalaisiin kulttuureihin ja laajenna

ystäväverkostaasi, sillä AEGEEssa tapahtuu niin Helsingissä kuin ympäri Eurooppaa! Joka keskiviikko tapaamme klo 19.45 Kantis Pubissa (Ruoholahdenkatu) tai La Fiolessa (Eerikinkatu).
Pe 1.10. Infoilta ja sauna, JT3, Otaniemi
Pe 8.10. Dance Action Day, Kyfé (Pohjoinen rautatiekatu 21, 3. krs) tanssikurssi ja bileet
17.10. Bulgarialainen ilta

Entropy

Ke 6.10. klo 16-20 Entropy-ilta M-salissa.
Konemuusiikkikulttuuri tutuksi kaikille kahden laadukkaan leffan voimin.
Lisätietoja: www.entropy.fi, info@entropy.fi

ESN-TKY

5.10. A visit to the Fazer Candy Factory
14.10. International sitsit at Servin Mökki and Gorsu
20.10. Visit to Teekkari Museum
Visit our web page to learn more of the activities

and ESN-TKY: www.tky.hut.fi/esn

Otaniemen Keskustaopiskelijat ry

Otaniemen Keskustaopiskelijat ry järjestää keskustelu- ja saunaillan
5.10. kello 18 Heinävaaran saunalla. Alustamassa puolueen varapuheenjohtaja, kansanedustaja Antti Rantakangas. Tervetuloa!

Otaniemen ympäristöseura ry

28.-29.9. Kampusrieha klo 10-14
30.9. Syysretki Laajalahdelle, lähtö klo 14:15
6.10. Sauna- ja puhujailta, OK20 pieni puoli klo 18 alkaen
23.10. Synkkä retki Vantaalle ja/tai Itä-Helsinkiin
10.11. Peli- ja kähmintäilta
Lisätietoja www.tky.hut.fi/~oys

Teepakki

29.9. Fuksinuoto Otaniemessä
1.-5.10 Retki Saimaalle
vko 41 Huivinpainajaiset / -ompelijaiset
13.10. Hyden laumailta
vko 44 Hyden laumailta
30.10. Hyden vuosijuhla
7.11. Hiipivä haamu partiotaitokilpailu
Lisätietoa: www.tky.hut.fi/~teepakki

Telehpy

2.10 Fysikalen-speksi, Savoy-teatteri
7.10 Napakymppi, Takkakabinetti
15.10 Australialainen saunailta, kattosauna
Lisätietoja: www.tky.hut.fi/~telehpy

TRIP - Teekkaripurjehtijat

Syksyn mittaan järjestämme esittely- eli fuksupurjehduksia kerhomme veneillä. Voit viettää illan merellä ja saada tuntumaa purjehdukseen ja kerhoomme. Tervetuloa uudet ja vanhat opiskelijat! Lisätietoa ja ilmoittautumisohjeet: <http://tky.hut.fi/~trip/fuksupurjehdus/>

MUUT

Club Laugh Riot

Stand up -komiikkaa Servin Mökissä to 30.9. Ovet aukeavat klo 19, Showtime klo 20. Lavalla Antti Virtanen, Joni Koivuniemi, Mika Eirtovaara ja Ilari Johansson + pari yllätysnumeroa. Liput maksavat 6 euroa ja niitä saa TKY:n sihteeristöstä sekä ovelta.

TUUKKA-NALLE





	ALVARI	DIPOLI/LAFKA	SERVIN MÖKKI	TUAS-TALO	TÄFFÄ
KE 29.9.	Uunibroileria, currykastiketta, riisiä (vl) Makkara-perunapannua, paistettu muna (l, g) Feta-kasvispataa, riisiä (l, g, vr) Appelsiini-viikunasalaattia (vl, g)	Uunilohta munakastikkeella (vl) Punajuuri-ohralaatikkoa, vuolukermaa (vl) Lihakeittoa (l, g) Rosvolammas-haaparouskusalaattia	Jauhelihapihvi sipulikastikkeen ja perunasoseen kera (pyydä l) Punajuurikroketit perunasoseella (k, pyydä l, ve, g) + Chiliporsas-nuudeliwokkia (l) + Salami-ananaspizza + Kasvispizza	Meksikolaista makkararisottoa Feta-kasvispataa Linssi-kasviskeittoa Kinkku-valkosipuli-homejuustopizzaa Tonnikala-pastasalaattia A la Carte: Hawaijinleike	A la carte: Grillipihvi JAUHELIHAKASTIKETTA JA SPAGETTIA (L) Aura-paprikakastiketta ja spagettia (vl) Porkkanasosekeittoa (vl)
TO 30.9.	Kalapuikot, perunasosetta (vl) Naudanlihaa chilikastikeessa, riisiä (l) Kasvisbolognesea, spagettia (l, vr) Sitruunakiisseliä (l, g)	Broiler-pastavuokaa Kasvispihvejä yrttikastikkeella Hernekeittoa ja pannukakkua Fetasalaattia	Hernekeittoa pannukakun ja hillon kera (pyydä l, g) Kasvishernekeittoa pannukakun ja hillon kera (k, pyydä l, g, ve) Uunissa haudutettua porsaanihviä paprikakastikkeessa (l, g) + Kebappizza + Kasvispizza (paprika, sipuli, oliivi)	Naudanlihaa smetanakastikkeessa Kasvis-perunapannua Palsternakkasosekeittoa Tonnikalawrapit kermaviilikastikkeella Kalkkunasalaattia A la Carte: Miedosti savustettua lohta	A la carte: Porsaannoisetit ja rosepippuri kermakastiketta, ranskalaiset PINAATTIKALARULLA JA PURJOKERMAVI ILIKASTIKETTA (VL) LASAGNEA Kasvislasagnea Porokeittoa (l, g)
PE 1.10.	Palermon kinkkukastiketta, spagettia (l, vr) Lihamureketta, perunasosetta, sinappikastiketta (vl) Parsakaali-ruispiirakkaa (l) Karpalovaahtoa (vl, g)	Kebab Kasvisgratiinia Purjo-perunasosekeittoa Lohi-pastasalaattia A la carte: Porsaanfilettä dijon-sinappikastikkeella	Jauhelihapuikot kermaperunoilla (vl, pyydä l) Porkkanamedaljongit kermaperunoilla (k,vl, pyydä l, ve) + Merellistä wokkia (l, g) + Kinkku-ananaspizza + Kasvispizza	Keltaista kinkkukastiketta ja pastaa Lihamureketta ja ruskea kastike Tomaattikeittoa Kasvis-fetapizzaa Tomaatti-juustosalaattia A la Carte: Porsaan grillipihvi	SVEITSINLEIKE, SITRUUNAA JA PERUNASOSETTA Sieniraejuustovuokaa (vl) Vihreää broilerkeittoa (vl)
MA 4.10.	Broilerpyöryköitä, currykerma-kastiketta (vl) Unimakkaraa, perunasosetta ,tomaattikastiketta (vl) Punajuuri-sinihomekastiketta, pastaa (vl) Raparperi-mansikoita (vl, g)	Bolognese (l, g) Parsakaalipihvit juustokastikkeella (vl) Ranskalaista kalakeittoa (l, g) Tonnikalasalaattia	Kalkkunaleike dipillä (vl) Gruusialainen kaalivuoka (k, vl, g, v, pyydä l, ve) Kirjolohikeittoa (vl, g) + Kebappizza + Kasvispizza (paprika, oliivi, feta)	Makkarakastiketta Kasvispihvejä ja papusalsaa Pinaattikeittoa ja kananmuna Uniperuna kinkkutäytteellä Kreikkalainen salaatti A la Carte: Tandoori-broilerinfilettä ja mangokastiketta	Kekriviikko eli sadonkorjuun kekkerit: A la carte: Porsaannoisetit ja suppilovahverokastiketta RIISTAKÄRISTYS JA POTTUVOI, PUOLUKKAA Pinaattiohukkaat ja puolukkaa Broilerkurpitsakeittoa (l, g)
TI 5.10.	Kermaista kirjolohipataa, keitettyjä perunoita (vl) Meetwursti-ananaspannupizzaa (l) Sieniä kasvis-inkiväärikastikkeessa (l, g) Ruusunmarjakiisseliä (vl)	Grillattua broileria (vl) Vehnä-kasvisrisottoa (l, veg) Hapankaali-bratwurstikeittoa (l) Tijunasalaattia	Juustoista kalapataa (l) Pähkinäistä kasviswokkia (k, ve, l, g) + Porsaanleike pippurikastikkeella (vl, pyydä l) + Jauheliha-jalopenopizza + Kasvispizza (ananas, herkkusieni, jalopeno)	Chili con carnea jauhelihasta Sieniä kasvis-inkiväärikastikkeessa ja riisiä Juusto-kasviskeittoa Tex Mex Meetwursti-ananaspizza Kalkkunasalaatti A la Carte: Sinihomejuustohärkää	A la carte: Broilerin rintaleike ja valkosipulivoi KEKRIPYÖRYKÄT JA KASKIJUURESKASTIKETTA Kasvispyörykät ja kaskijuureskastiketta Syyssiikakeittoa (l, g)
KE 6.10.	Silakkapihvit, pinaatti-perunasosetta (vl) Porsasta inkiväärikastikkeessa, riisiä (l, g) Porkkanasosekeittoa, kasvis-juustopasteija (vl, g, vr) Mustikkarahkaa (vl, g)	Lindströmmimpihvit paistetulla sipulilla (vl) Krepit kasvistäytteellä (vl) Parsakeittoa (vl) Pariloitua lohisalaattia A la carte: Kievin kanaa (vl)	Unimakkaraa perunasoseella ja sinappikastikkeella (pyydä l) Kasviskroketit perunasoseella (k, g, pyydä l, ve) + Broilerileike tropicana perunasoseella + Kinkku-herkkusienipizza + Kasvispizza (herkkusieni, aurinkokuivattutomaatti, parsa)	Kinkku-kukkakaaligratiinia Paistettuja silakoita ja munakastiketta Porkkanasosekeittoa Kasviswrapit Paahtopaistisalaattia A la Carte: Hunajamarinoitua lohta	A la carte: Grillipihvi JAUHELIHAKASTIKETTA JA SPAGETTIA (L) Metsäsienikastiketta ja spagettia (vl) Juuresosekeittoa (vl)
TO 7.10.	Wild west -teema Meksikolainen jauhelihapihvi (vl) Broileritortillat (vl) Bataatti-chilisosekeittoa, leipää + pannukakkua Pannukakku (amerikkalainen)	Yrttikalaleike tartarkastikkeella (l) Pähkinäisiä yrttikasviksia (vl) Hernekeittoa ja pannukakkua Currykanasalaattia	Uunibroileria mangokastikkeessa (l, pyydä g) Hernekeittoa pannukakun ja hillon kera (pyydä l, g) Kasvishernekeittoa pannukakun ja hillon kera (k, pyydä l, g, ve) + Tonnikala-katkarapupizza + Kasvispizza (feta-, aura-, cheddarjuusto)	Broileri-tomaattikastiketta ja pastaa Puutarhurin kasvispihvit ja salsaa Kasvis-hernekeittoa Kinkku-paprikapizzaa Kirjolohi-perunasalaattia A la Carte: Metsästäjänleike	A la carte: Porsaanleike talon tapaan PEKONITÄYTTEISET JAUHELIHAKÄÄRYLEET, ROSEPIPPURIKASTIKETTA UUNIKALAA TILLIMUNAKASTIKKEESSA Punajuuriohralaatikkoa (vl) Lihasoppaa (l, g)
PE 8.10.	Wild west -teema Tonnikalakastiketta, keitettyjä perunoita (l, vr) Hampurilainen, ranskalaiset (vl) Papunacoja ja kermaviiliä (vl, g) Porkkanakakkua	Lihapyöryköitä kermakastikkeessa (vl) Kasvislasagnea (l, veg) Juuresosekeittoa ja pasteija (vl) Katkarapu-pastasalaattia A la carte: Katkarapukampelaa (vl)	Jauhelihakastiketta spagetin ja juustoraasteen kera (l, v) Kermanen sipulipasta (k, vl, pyydä l, g, ve) + Broileri-cashewpähkinäwokki (l, g) + Salami-ananaspizza + Kasvispizza (paprika, sipuli, oliivi)	Tonnikalakastiketta ja pastaa Jauheliharisottoa Tomaatti-perunasosekeittoa Falafel-pyöryköitä ja kasvishöystöä Broileri-nuudelisalaattia A la Carte: Porsaan grillipihvi	JUUSTOKASVISTÄYTTEINEN BROILERIFILEKÄÄRYLE, SINAPPIKERMAKASTIKETTA (VL) Sienikääryleet ja sinappikermakastiketta (vl) Lammaskaalia (l, g)
MA 11.10.	Jauhelihapihvit, chili-viipaleperunoita (vl) Currysilakoita, keitettyjä perunoita (vl, g) Kasviskroketit, valkosipulimajoneesia (l, vr) Pähkinävaahtoa (vl)	Tomaatti-mozzarellakalaa (vl) Kasvis-jambalaya (vl) Nakkikeittoa (l, g) Pepperoni-pastasalaattia	Kalaburgerpihvit kermaviilikastikkeella (vl) Kasviswrap (k, vl, pyydä l, ve, g) + Broilerwrap (vl, pyydä l, g) + Salami-ananas-aurapizza + Kasvispizza (ananas, aurajuusto, paprika)	Kinkku-perunalaatikkaa Kalkkunabolognese ja pastaa Punajuurisosekeittoa Uniperuna kinkkumajoneesilla Kasvisalaattia A la Carte: Broilerleike ja hedelmäsalsaa	A la carte: Wieninleike MEXIKÄRISTYSTÄ (L) Täytetyt kesäkurpitsat (vl) Kalakeittoa (l, g)
TI 12.10.	Nakkikastiketta, perunasosetta (vl) Broileri-mantelikastiketta (vl, g) Minimaissi-suolapähkinärisottoa, chilikastiketta (l, g) Mustikkakiisseliä (vl)	Nostalgia-teemaruokia Karjalanpaistia (l, g) Juurespihvejä maito-kastikkeella (vl) Kesäkeittoa ja piimärieskoja (vl) Graavilohisalaattia	Hunajakalkkunaa omena-kermakastikkeessa (pyydä l) Chilikasvis-nuudeliwokkia (k, pyydä l, g, ve) + Porsaanleike ja juustoista sipulikastiketta (l) + Kana-herkkusienipizza + Kasvispizza (herkkusieni, parsaa, aurinkokuivattutomaatti)	Nakkikastiketta Broileri-mantelikastiketta Ohrainen curry-kasviskeitto Kasvis-fetapizza Italialainen kinkku-pastasalaatti A la Carte: Porsaanleike rosepippurikastikkeella	A la carte: Täffänleike BROILERIA, CURRYPAPRIKAKASTIKETTA Kasvispihvit ja currypaprikakastiketta Jauhelihakeittoa (l, g)

VIIKONLOPPUNAKIN SAA RUOKAA, AVOINNA ON

DIPOLI
Buffet avoinna lauantaisin klo 11.30–15.00

ja **SERVIN MÖKKI**



SERVIN MÖKKI

La 2.10.
Hedelmäinen broileripata (vl, pyydä l)
Kinkkurisottoa (l, g)
Kasvisgratiinia (k, vl, pyydä l, ve)
+ Jauheliha-pekonipizza
+ Kasvispizza

Su 3.10.

Broilerigratiinia (vl)
Herkkulihapataa (vl, pyydä l)
Unkarilainen kasvispata (k, ve, l, g, v)
+ Salami-ananaspizza
+ Kasvispizza

La 9.10.

Pyttipannua paistetulla kananmunalla (l, g)
Kasvispyttipannua paistetulla kananmunalla (k, l, g, pyydä ve)
Broileri-aurajuustokastiketta (vl)
+ Kana-ananaspizza
+ Kasvispizza (ananas, herkkusieni, aurajuusto)

Su 10.10.

Juustoista uunikalaa (vl)
Possua kookoksen ja pähkinöiden kera (l)
Punajuurikiusausta (k, vl, g, pyydä ve, l)
+ Jauheliha-herkkusienipizza
+ Kasvispizza (herkkusieni, paprika, fetajuusto)