



**UUDEN
OPISKELIJAN OPAS
SYKSY 2022**



Uudelle opiskelijalle

Onnittelut opiskelupaikasta ja tervetuloa Metropoliaan!
Metropoliassa opiskelijakuntasi on METKA.

Opiskelijakunta on lakisääteinen ammattikorkeakoulussa toimiva yhteisö, joka huolehtii opiskelijan oikeuksista, valvoo opiskelijan etua ja vaikuttaa opiskelijan hyväksi. Lisäksi METKA muun muassa järjestää tapahtumia, koordinoi tutorointia ja tarjoaa liikuntapalveluita yhteistyössä Zone-liikuntapalveluiden kanssa.

METKA on Metropolian opiskelijan arjessa mukana aina opintojen alusta valmistumiseen asti!



METKAN hallitus 2022



Valtteri Siljander

Hallituksen
puheenjohtaja



Adel Rizvi

Hallituksen
varapuheenjohtaja,
Edunvalvonta



Lari Koskinen

Liikunta, Kerhot,
Yritysyhteistyö



Aiki Oago

Tutorointi



Miitta Vahvelainen

Viestintä,
Tapahtumat



Aaro Yli-Öyrä

Edunvalvonta,
Tapahtumat

METKAN edustajisto 2022



Teemu Kokkonen

Edustajiston puheenjohtaja



Santeri Hietanen

Edustajiston varapuheenjohtaja

Puheenjohtajiston lisäksi METKAN edustajistoon kuuluu 23 jäsentä eli edaattoria sekä korkeintaan 25 varajäsentä.

Edustajisto käyttää METKAN ylintä päätäntävaltaa. Se koostuu jokavuotisissa edustajistovaaleissa valituksi tulleista opiskelijoista. Äänioikeutettuja edustajistovaaleissa ovat kaikki opiskelijakunnan jäsenet.

Edustajistolla on päätäntävalta, mutta toimeenpanovalta on hallituksella. Edustajiston tehtäviin kuuluvat muun muassa opiskelijakunnan hallituksen valitseminen ja opiskelijakunnan poliittisten linjojen päättäminen.



METKAN työntekijät 2022



Pekka Petäkoski

Toiminnanjohtaja



Rami Hollmerus

Tutoroinnin asiantuntija



Hanna Lankia

Hankepäällikkö



Sonja Leppänen

Yhteisöasiantuntija



Janne Levänen

Jäsenpalvelukoordinaattori



Mari Purhonen

Edunvalvonnan ja
viestinnän asiantuntija



Juho Autio

Zone-liikuntapalvelut



METKAN toiminta

Tapahtumat: METKA järjestää vuodessa useita tapahtumia. Koronapandemia peruutti useita tapahtumia, mutta olemme vihdoinkin päässeet järjestämään tapahtumia entiseen malliin! Vuosittaisia tapahtumiamme ovat esimerkiksi Fuksiaiset, Wiikon Wappu, Vuosijuhlat, Kontula Appro ja MetroSport. Lisäksi järjestämme pienempiä tapahtumia, kuten vaalipaneeleita ja äänestystempauksia. Ota yhteyttä: tapahtumat@metkaweb.fi.

Edunvalvonta: METKAN edunvalvonta auttaa, jos koet kohdanneesi epäoikeudenmukaista kohtelua opinnoissasi. Edunvalvontatiimiltä voit kysyä, miten missäkin tilanteessa kannattaisi edetä. Ota yhteyttä: edunvalvonta@metkaweb.fi.

Häirintäyhdyshenkilöt: METKAssa on kaksi häirintäyhdyshenkilöä, jotka auttavat ja tukevat, jos olet kohdannut häirintää esimerkiksi METKAN tapahtumissa. Häirintäyhdyshenkilöille voit myös raportoida häirinnästä, jos olet nähnyt epäasiallista käyttäytymistä Metropoliassa. Ota yhteyttä: hairinta@metkaweb.fi.

Kerhot: Kerhot ovat harrastetoimintaa opiskelijoilta opiskelijoille! Kerhot toimivat itsenäisesti, mutta toimintaa varten voi hakea avustusta METKAlta. Tällä hetkellä Metropoliassa toimii viisi kerhoa. Jos sopiva kerho puuttuu, voit perustaa sellaisen itse! Ota yhteyttä: kerhot@metkaweb.fi.

Tutorointi: Uusia opiskelijoita auttavat ensimmäisinä päivinä METKAN kouluttamat tutorit. METKA kouluttaa vuosittain useita satoja tutoreita ja heidän tehtävä on auttaa ja opastaa opiskelijoita käytännön asioissa ensimmäisen lukukauden ajan. Ota yhteyttä: tutor@metkaweb.fi.



METKAN toiminta

METKAN
speksi



Speksi: OMSTART! Speksi on interaktiivista improvisaatioteatteria, jossa yhdistyvät musiikki- ja tanssiesitykset sekä yleisön osallisuus. Speksiin haetaan vuosittain uusia tekijöitä. Voit myös tulla katsomaan speksin näytöksiä. Ota yhteyttä: speksi@metkaweb.fi.



Liikuntapalvelut: Zone – Ammattikorkeakoulujen liikuntapalvelut ovat pääkaupunkiseudun ammattikorkeakoulujen yhteiset liikuntapalvelut. METKAN jäsenenä saat kaikki Zonen liikuntapalvelut käyttöösi samaan hintaan: ohjattua ryhmäliikuntaa, kuntosaleja, palloiluvuoroja ja -kursseja, varattavia tiloja omaan harrastamiseen ja Yogobe-videotreenit. Ota yhteyttä: info@zonesports.fi. METKAlla on myös liikuntahankkeita, joiden tarkoituksena on lisätä aktiivisuutta kampuksilla.



Metka Cafe: Kahvila toimii Myllypuron sekä Arabian kampuksella. Tarjolla on suolaista ja makeaa syötävää, juomia sekä salaatti- tai keittolounasta opiskelijaystävällisin hinnoin. Valikoima vaihtelee kampuksittain. Ota yhteyttä: cafe@metkacafe.fi.



METKAN jäsenyys

Metropolia Ammattikorkeakoulu on Suomen suurin ammattikorkeakoulu, jossa opiskelee noin 16 000 opiskelijaa. Jotta voimme olla kaikkialla, missä opiskelijan ääni tarvitaan kuuluviin, myymme jäsenyyksiä toimintamme rahoittamiseksi.

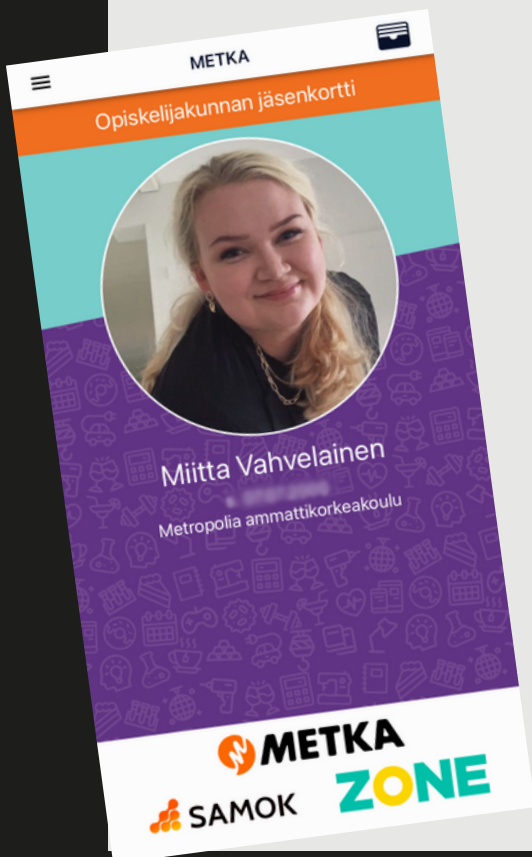
Liittymällä jäseneksi tuet Metropolian opiskelijoiden hyväksi tehtävää työtä ja saat tietysti myös erilaisia etuja!



Saat Zonen liikuntapalvelut käyttöösi, edullisemmat liput tapahtumiin sekä liudan rahanarvoisia etuja Pivon opiskelijakortin kautta. Etuihin voit tutustua oitteessa **slicepkseutu.fi**

Jäsenyys maksaa 52 euroa lukuvuodelta ja 30 euroa lukukaudelta. Jäseneksi voit liittyä kätevästi OMAssa Opiskelijoiden työpöydältä ja maksaa jäsenyyden verkkopankissa.

Jäsenyyteen liittyvissä asioissa sinua palvelevat M-pisteet sekä chat.



Syksy 2022



Tässä muutama tärkeä päivämäärä:

- Zone-liikuntapalveluiden kauden aloitus ma 8.8.2022
- Fuksiaiset tiistaina 27.9.2022 kello 16 alkaen.
- MetroSport keskiviikkona 5.10.2022 Olympiastadionilla.
- Haku tutoriksi
 - Vertaistutorit: Hakuaika vko 39-40, koulutukset marraskuussa 3.11. ja 10.11. sekä toiminnallinen päivä lauantaina 12.11.
 - Vaihtaritutorit: Hakuaika vko 41-42, koulutukset marraskuussa 17.11. ja 24.11. sekä toiminnallinen päivä lauantaina 26.11.
- Edustajistovaalit
 - 5.9. ehdolleasettuminen alkaa
 - 2.-9.11. äänestys
 - 9.11. vaalituloksen julkistaminen
- METKAN Speksin näytökset 5.9.-30.9.2022
- Haku METKAN hallitukseen seuraavalle vuodelle, marraskuu 2022
- Haku opiskelijaedustajaksi, marraskuu 2022
- Kaljaasi 13.-15.11.2022
- Kontula Appro ja PoroParty 1.12.2022



Vaikuttaminen Metropoliasa

Metropolian opiskelijalla on useita tapoja vaikuttaa. Jos opiskelijavaikuttaminen kiinnostaa, voit hakea METKAN edustajistoon tai hallitukseen. Edustajistossa ja hallituksessa pääset vaikuttamaan koko Metropolian opiskelijoita koskeviin asioihin. Jos taas paikallinen vaikuttaminen kiinnostaa enemmän, voit hakea oman opiskelijayhdistyksesi toimintaan mukaan.

Oman tutkintosi sisältöön pääset vaikuttamaan opiskelijaedustajana. METKA nimeää tutkintojen neuvottelukuntiin joka vuosi useita kymmeniä opiskelijaedustajia. Lisäksi Metropoliasa toimii useita muitakin työryhmiä, kuten opiskelua tukevat yhteistyöryhmät (OTY).

Opiskelu Metropoliasa

Opintojaksoille ilmoittaudutaan eHOPSissa. Kunkin opintojakson sisältö, suoritustapa ja arviointikriteerit tulee olla näkyvillä etukäteen opintojaksokuvauksessa.

Ammattikorkeakoulut noudattavat eurooppalaista opintojen mitoituksen ECTS-järjestelmää, jolloin yksi opintopiste vastaa noin 27 tunnin työmäärää. Opintojen suoritustapa riippuu opintojaksosta. Jotkut opintojaksot voi suorittaa tenttimällä, joihinkin kuuluu pakollisia laboraatioita tai vaikkapa ryhmätöitä.

Arvosanat tulee Metropolian tutkintosäännön mukaan kirjata neljä viikkoa opintojakson päättymisestä.

Muistathan antaa opintojaksoista palautetta!



Muut palvelut opiskelijoille

Pidä mielessä myös nämä opintoihin liittyvät toimijat...

- Opiskelija- ja hakijapalvelut
- Kirjasto- ja tietopalvelut
- Helpdesk ja tietohallinto
- Opinto-ohjaajat
- Ammatilliset erityisopettajat (MERkat)
- Kansainvälisyyskoordinaattorit

...sekä nämä terveyteen ja hyvinvointiin liittyvät toimijat...

- Opintokuraattori
- Opintopsykologit
- Hyvinvointivalmentaja
- Oppilaitospapit
- YTHS

...sekä nämä kampuksilla toimivat palvelut...

- Ruokalat ja kahvilat
- Liikuntatilat
- Harjoittelutilat, neuvotteluhuoneet, hiljentymistilat jne.
- Aulapalvelut



Opiskelijayhdistykset

Metropoliassa toimii 12 eri alojen tai kampusten opiskelijayhdistystä. Ne hoitavat paikallista edunvalvontaa sekä järjestävät toimintaa opiskelijoille. Opiskelijayhdistykseltä voit esimerkiksi tilata haalarit ja osallistua tapahtumiin. Kaikki yhteystiedot löytyvät: metkaweb.fi/yhteiso/opiskelijayhdistykset

- Automaatio-opiskelijoiden kiltä AOK ry
- Metropolian kulttuurialan opiskelijayhdistys Demoni ry
- Erasmus Student Network ESN Metropolia
- Helsingin Tekniikan Opiskelijat – HTO ry
- Karamalmin aineopiskelijat KaMA ry
- Myllypuron rakennusalan opiskelijat MYRO ry
- Myllypuron Sosiaali- ja Terveysalojen opiskelijat Ry - MysterY
- Metropolia Ammattikorkeakoulun vaatetusalan opiskelijayhdistys Peritia Vestio ry
- Rakennusarkkitehtikilta RAK ry
- Tradenomiopiskelijat Metropolian Bisnes Intellektuaalit Trombi ry
- Metropolia Ammattikorkeakoulu Terveys- ja hoitoalan opiskelijat TXO ry
- Uudenmaan Insinööriopiskelijat UIO ry



Metropolian haalarit



KOULUTUSALAT:
Kulttuurialat

MISTÄ OSTAN:
Metropolian kulttuurialan
opiskelijayhdistys Demoni ry



KOULUTUSALAT:
Tieto- ja viestintätekniikka,
Tuotantotalous

MISTÄ OSTAN:
Karamalmin Aineopiskelijat
KaMa ry



KOULUTUSALAT:
Sosiaali- ja terveysalat

MISTÄ OSTAN:
Myllypuron Sosiaali- ja
Terveysalojen opiskelijat Ry
MysteRy



KOULUTUSALAT:
Optometria

MISTÄ OSTAN:
Ryhmät tilaavat haalarit itse
lukukauden alussa



KOULUTUSALAT:
Sairaanhoitajapohjaiset alat

MISTÄ OSTAN:
TXO ry - Metropolia
ammattikorkeakoulu,
Terveys- ja hoitoalan
opiskelijat ry



KOULUTUSALAT:
Rakennustekniikka,
Rakennusalan työjohto,
Rakennusarkkitehtuuri

MISTÄ OSTAN:
Myllypuron rakennusalan
opiskelijat MYRO ry



KOULUTUSALAT:
Rakennusalan työjohto,
LVI-tekniikka

MISTÄ OSTAN:
Ryhmät tilaavat haalarit itse
lukukauden alussa



KOULUTUSALAT:
Talotekniikka

MISTÄ OSTAN:
WHERE TO BUY:
Ryhmät tilaavat haalarit itse
lukukauden alussa



KOULUTUSALAT:
Maanmittaus

MISTÄ OSTAN:
Ryhmät tilaavat haalarit itse
lukukauden alussa



KOULUTUSALAT:
Tekniikka

MISTÄ OSTAN:
Uudenmaan
Insinööriopiskelijat UIO ry



KOULUTUSALAT:
Bio- ja kemiantekniikka

MISTÄ OSTAN:
WHERE TO BUY:
Ryhmät tilaavat haalarit itse
lukukauden alussa



KOULUTUSALAT:
Energia- ja ympäristötekniikka

MISTÄ OSTAN:
Ryhmät tilaavat haalarit itse
lukukauden alussa



KOULUTUSALAT:
Sähkö- ja automaatiotekniikka

MISTÄ OSTAN:
Automaatio-opiskelijoiden
kilta AOK ry



KOULUTUSALAT:
Laboratorioanalytiikka

MISTÄ OSTAN:
Helsingin Tekniikan
Opiskelijat - HTO ry



KOULUTUSALAT:
Liiketalous

MISTÄ OSTAN:
Tradenomiopiskelijat
Metropolian Bisnes
Intellektuaalit Trombi ry

Metropolian henkilöstörakenne

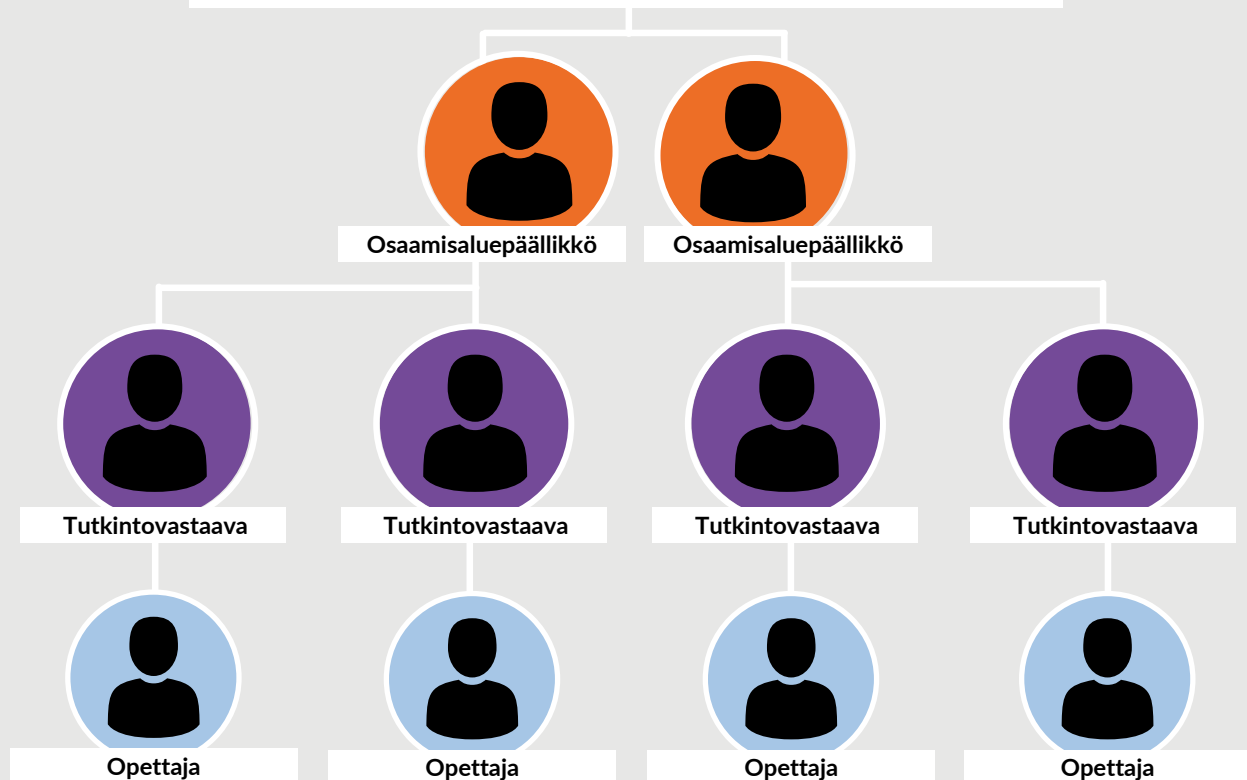
Pääpiirteissään rakenne on tämä. (Joskus tutkintovastaava toimii myös osaamisaluepäällikkönä ja joskus tutkintovastaava tunnetaan myös yliopettajana ja/tai tiimivastaavana.)



Toimitusjohtaja-rehtori Riitta Konkola



Oppimistoiminnan johtaja Heidi Rontu





www.metkaweb.fi



metka@metkaweb.fi



M-pisteet ja chat



Viestikissa-palautelomake



[@metkaweb](https://www.instagram.com/metkaweb)



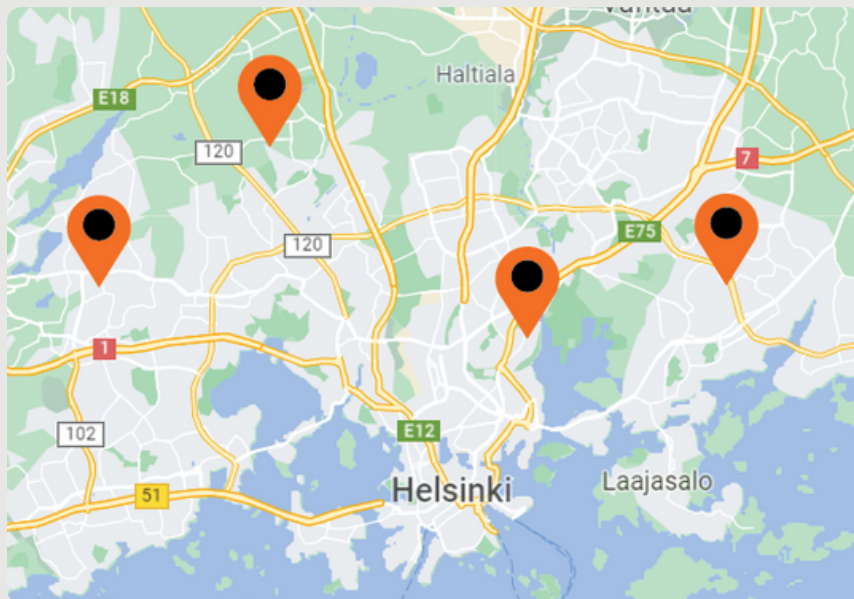
Metropolia Ammattikorkeakoulun
opiskelijakunta (METKA)



[@metkaweb](https://twitter.com/metkaweb)



Kampukset



Arabia
Hämeentie 135 D
00560 Helsinki



Myllypuro
Myllypurontie 1
00920 Helsinki



Karamalmi
Karaportti 2
02610 Espoo



Myyrmäki
Leiritie 1
01600 Vantaa

METKA, käyntiosoite

Metropolia Ammattikorkeakoulun
opiskelijakunta METKA
Myllypurontie 1
00920 Helsinki

Huom! Jäsenyyteen liittyvissä asioissa palvelemme sinua
M-pisteillä. M-pisteet ovat viikottain auki jokaisella kampuksella.

METKA, postiosoite

Metropolian opiskelijakunta METKA
PL 4000
00079 Metropolia

Sähköposti

metka@metkaweb.fi

hallitus@metkaweb.fi

edustajisto@metkaweb.fi

asiantuntijat@metkaweb.fi





Tervetuloa Metropoliaan ja
mukaan METKAN toimintaan!

