

TERVEHDYS UUSI OPISKELIJA!



Me tutorvastaavat ja tutorit haluamme toivottaa sinut tervetulleeksi opiskelemaan Metropoliaan! Olemme tukenasi etenkin opiskelujen alkutaipaleella. Voit myös rohkeasti ottaa yhteyttä ja kysyä epäselviä asioita jo ennen opintojen alkua! Odotamme innolla alkavaa lukuvuotta, jotta pääsemme tutustuttamaan kaikki teidät uudet opiskelijat toisiinne ja uuteen opiskelupaikkaanne. Onnittelut uusille opiskelijoille, nähdään elokuussa!

Tutorit tapaavat heti ensimmäisenä päivänä, kun he ovat sinua vastassa kampuksen aulassa. Tunnistat heidät haalareista ja tutorpaidoista. Tutorit ovat koulutettuja toimipisteesi opiskelijoita ja he pyrkivät auttamaan uusia opiskelijoita parhain mahdollisin tavoin. Tutorit ovat itse olleet myös uuden opiskelijan asemassa ja muistavat hyvin, kuinka uutta kaikki on ja kuinka paljon kysymyksiä sekä mieltä askarruttavia asioita päässä pyörii.

ORIENTAATIOPÄIVÄT

Orientaatioviikko alkaa maanantaina 17.08.2026 Arabian kampuksella, Hämeentie 135 D.

Viikko koostuu pitkälti kampuksen ja Metropoliaan tutustumisesta - yhdessäolosta ja rennosta ilmapiiristä!

Koulun starttiin mukaan tarvitset henkkarit ja pankkikortin (lounasta varten).

YHTEYSTIEDOT

Tutorvastaavina Arabiassa toimii Henna, Sandra, Lotta, Sanni & Kentsu.

Tarvittaessa saat heidät kiinni sähköpostilla arabiankulttuurintutorit@hotmail.com tai Instagramista [@kulttuurintutorit](https://www.instagram.com/kulttuurintutorit) (ja saa seurata!!!)

WHATSAPP-RYHMÄ

Luokallenne luodaan WhatsApp-ryhmä ennen koulun aloitusta teidän omien tutorien toimesta. Ryhmässä jaetaan tietoa **varaslähtöpiknikistä** ja muista asioista ennen koulun alkua. Laittakaa sähköpostilla omalle tutorillenne Santerille (santeri.penttila@metropolia.fi) numeronne niin hän lisää sinut ryhmään. :)



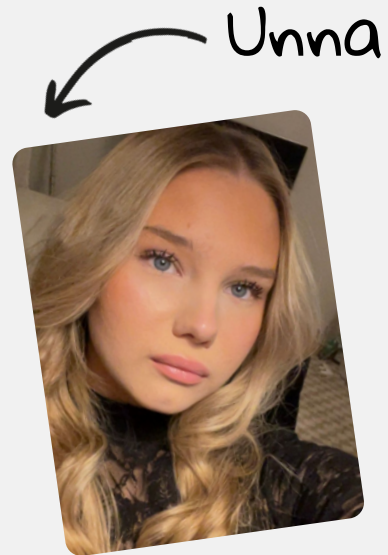
SINUN TUTORISI

Morooo!!! Mun nimi on Unna ja oon yksi teidän kolmesta tulevasta tutorista. Ihan mahtavaa, että olette valinneet ja päässeet sissariopiskelijoiksi. Paljon onnea opiskelupaikasta teille kaikille! Toivon todella, että tulette viihtymään. Muutin Tampereelta Helsinkiin heti lukion jälkeen enkä tuntenut täältä ketään etukäteen, joten ymmärrän tosi hyvin, jos uusi elämänvaihe jännittää. Oon itsekin vielä vähän opettelemassa tätä kaupunkia (reitti koulusta kotiin on sentään hallussa), ja välillä tuntuu edelleen aika landelta. Eli ei stressiä – kaikki kyllä järjestyy!

Asun tällä hetkellä Kalliossa ihanassa pikku yksiössä. Kun en tee kouluhommia, kierrän ahkerasti opiskelijatapahtumia. Rakastan vetää meidän viinipunaiset haalarit päälle ja pitää hauskaa! Mun kaveriporukan mukana pääsee aina, joten tulkaa rohkeasti vetämään hihasta, jos tanssijalkaa alkaa vipattaa.

Tutorina haluan olla helposti lähestyttävä, elämänmyönteinen ja rento tyyppi, joka auttaa teitä kaikessa – oli kyse sitten opinnoista, opiskelijaelämästä tai ihan arjen jutuista. Nähdään varaslähtöpiknikillä! Ootan innolla, että pääsen tapaamaan teidät kaikki – fuksivuosi oli yksi mun elämäni hauskimista kokemuksista!

IG: unna_laaksonen



Moi sinä tuleva sissari ja älyttömän paljon onnea opiskelupaikasta! Täällä odotetaan jo sua innolla!

Mun nimi on Santeri ja olen yksi sun huikkeista tutoreista! Aloitan nyt syksyllä toista vuotta sissariopinnoissa. Oon luonteeltani heittäytyjä ja luokan vitsiniekka, koitan omalta osalta tehdä myös sun koulun startista mahdollisimman stressittömän, tosin varmaa huonoilla vitseillä (sori jo etukäteen siitä). Rakastan syvällisiä keskusteluita, aitoa naurua ja olla tuki ja turva eli jos kaipaat juttuseuraa jo ennen koulua niin slaidaa vaan DM!

Löydän itseni vapaa-ajalla usein juttelemasta naapureiden tai uusien tyyppien kanssa koirapuistossa, kun ulkoilutan meidän mäyräkoiraa – tai sitten hoitamassa kasveja, elvyttämässä mun hapanjuurta, hengailmassa kamujen kanssa, tekemässä dinneriä kumppanille tai vaan somettamassa näistä kaikista.

Opiskelijatapahtumissa mua näkee silloin tällöin, muuten oon aika kotihiiri ja rakastan ottaa rentoo!

Toivottavasti nähään jo varaslähtöpiknikillä (tuu sinne, olin itekki viimevuon ja helppotti alku jännitystä sikana!) mut viimestään orientaation ekana päivänä! Nähdään!

IG: kaksiohaaste



Moikka! Mä oon Inka ja toimin sun tutorina nyt syksyllä. Alotin itse sissarin opinnot viime vuonna ja siinä samassa muutin Tampereelta Helsinkiin. Oli kyllä extra jännää, kun sai samaan aikaan tutustua uuteen kaupunkiin, ihmisiin ja opintoihin. Onneks sitten ekojen viikkojen jälkeen alkoi jo arki rullaamaan, varsinkin kun tutustu uusiin kivoihin luokkakavereihin! Jos siis joku teistä uusista fukseista samassa tilanteessa, niin ei hätää me ollaan täällä auttamassa teidät kaikki kivasti alkuun ;)

Kouluhommiensa kanssa mä oon vähän nysväätä, mutta siitä huolimatta mut myös löytää aika monesta opiskelijatapahtumasta. Oon myös aktiivinen tyyppi ja teen mielelläni kaikkia uusia juttuja! Mun arki pyörii paljon kahden kaupungin välillä, joten aikatauluttamiseen näin spontaanisti operoivana tyyppinä on saanut totutella. Jos joku jäi mietityttään, tai muuten vaan halutte jutella, laittakaa vaan rohkeesti viestiä - ollaan täällä teitä varten. Mä oon ainakin innoissani näkemässä teitä ja toivottavasti teilläkin odottavainen filis opintojen suhteen :) Isot onnittelut vielä opiskelupaikasta ja nähdään pian!

IG: inkahvenlammi



OPISKELIJAKUNTASI 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 opiskelijoille (MeMove liikunta- ja hyvinvointipalvelut).

METKA on Metropolian opiskelijan arjessa mukana aina opintojen alusta valmistumiseen asti! Metropolia Ammattikorkeakoulu on Suomen suurin ammattikorkeakoulu, jossa opiskelee yli 19 000 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!

METKAN jäsenenä saat esimerkiksi liikuntapalvelut käyttöösi sekä edullisemmat liput METKAN ja muiden pääkaupunkiseudun opiskelijakuntien tapahtumiin. Lisäksi saat käyttöösi Slicen opiskelijakortin, jolla saat tuhansia rahanarvoisia etuja.

[Voit liittyä jäseneksi Kide.appissa!](#)

YHTEYSTIEDOT



www.metkaweb.fi



metka@metkaweb.fi



@metkaweb



@metkaweb



/opiskelijakuntametka

Liity
jäseneksi!



OPIKELIJATAPAHTUMAT

Metropoliassa toimii METKAN lisäksi useita aktiivisia opiskelijayhdistyksiä, jotka järjestävät hauskoja tapahtumia, kuten bileitä, approja, sitsejä ja yritysvierailuja. Kaikkiin tapahtumiin voi osallistua alkoholittomana. Tapahtumat ovat mainio tapa verkostoitua ja saada opiskelijaelämästä mahdollisimman paljon irti!

Liput tapahtumiin myydään yleensä [Kide.appissa](#).

TULEVIA TAPAHTUMIA

- Varaslähtöpiknik!!!! 15.08. klo 15 Arabianmäki, Hämeentie 130 (Rentoa hengailua ja tutustumista) PS. ota mukaan viltti ja syötävää/juotavaa!
- Oriantaatiopiknik 21.08.
- METKAN Oriantaatiobileet 27.08.
- MetroSport 10.09.
- METKAN Fuksiaiset 15.09.
- + Paljon, paljon muiden opiskelijayhdistysten muita opiskelijatapahtumia, joista infoamme lisää syksyllä!

OPIKELIJAYHDISTYKSET

Metropoliassa toimii 16 eri alojen ja kampusten opiskelijayhdistystä. Opiskelijayhdistykset hoitavat paikallista edunvalvontaa sekä järjestävät toimintaa opiskelijoille. Opiskelijayhdistykseltä voit myös ostaa haalarit, haalarimerkkejä sekä tapahtumalippuja.



Demoni

Demoni ry

Metropolian kulttuuri-
alojen opiskelijayhdistys

✉ demoni@demoniry.fi

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



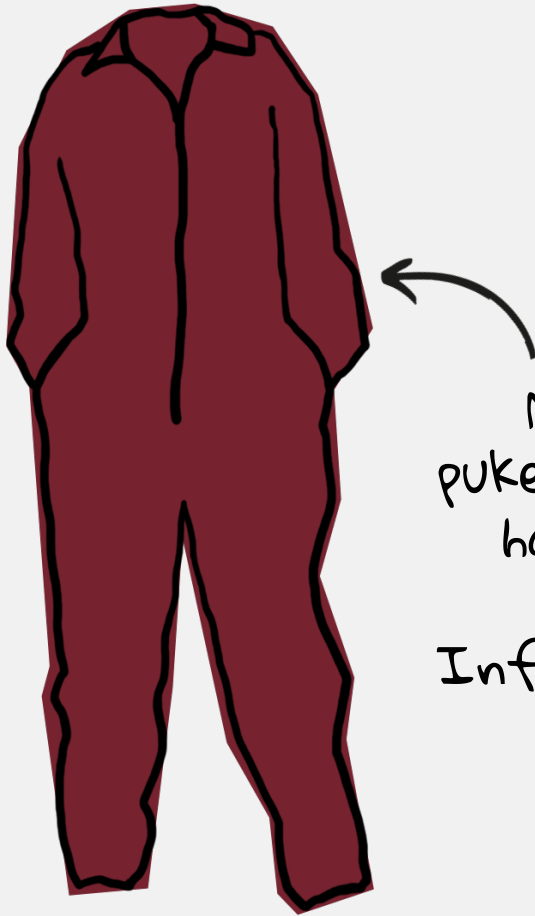
OPISKELIJAHAALARIT

Opiskelijahaalari on haalari, jota käytetään pääasiassa opiskelijatapahtumissa. Haalareita käyttävät yleensä ammattikorkeakoulujen ja yliopistojen opiskelijat. Metropoliasa on 16 erilaista haalaria eri alojen opiskelijoille. Suurimman osan haalareista myyvät opiskelijayhdistykset. Jotkut ryhmät hankkivat haalarinsa itse lukukausien alussa. METKA ei myy haalareita. Haalarit maksavat 1-50 euroa alasta riippuen.

Haalariin kerätään kangasmerkkejä muistoiksi eri tapahtumista. Merkkejä voi myös ostaa. Haalarimerkkejä myyvät METKAN ja opiskelijayhdistysten lisäksi myös yksittäiset henkilöt opiskelijatapahtumissa tai netissä.

Haalarien väritys ja selässä oleva oppilaitoksen, opiskelijakunnan tai opiskelijayhdistyksen tunnus ilmaisevat kantajansa opiskelupaikan sekä koulutusohjelman. Opiskelijapiireissä on tapana vaihtaa osa haalarin lahkeesta seurustelukumppanin kanssa ja hihaa kaverin kanssa. Haalareita kannetaan yleensä vyötäisille sidottuna.

Haalarit ovat rantautuneet Suomeen Ruotsin kautta. Ensimmäisenä haalareita käyttivät Suomessa teekkarit. Haalarit ovat sittemmin levinneet myös ammattikorkeakouluopiskelijoiden keskuuteen.



Me kulttuurialan opiskelijat
pukeudumme upeisiin viininpunaisiin
haalareihin! Haalarit tilataan
ekojen viikkojen aikana.
Infotaan niistä teitä lähempänä!



TIETOA JA TÄRKEITÄ LINKKEJÄ:

Opintotuki

Opintotuki koostuu opintorahasta, asumislisästä ja opintolainasta. [Jätä hakemus Kelalle heti, kun olet vastaanottanut opiskelupaikan](#). Hakemuksen käsittely voi kestää viikkoja, joten se kannattaa tehdä ajoissa!

Tuudo ja Slice

Tuudo-sovelluksesta näet esimerkiksi lukujärjestyksesi, opintosuorituksesi, opiskelijaravintoloiden ruokalistan, kampusten kartat ja tiedotteet. Tuudosta löydät myös Kelan ateriatukikortin tai opiskelijakuntasi METKAN jäsenenä myös digitaalisen opiskelijakorttisi, jonka avulla pääset käsiksi opiskelija-alennuksiin. Asenna Tuudo vaikka jo ennen orientaatiopäivää. Slice-sovelluksesta voit selata ja ottaa käyttöön tuhansia rahanarvoisia opiskelijaetuja. Slicen edut saat käyttöön METKAN jäsenenä.

HSL-matkakortti

Saat opiskelija-alennuksen helposti HSL-sovelluksella ostamastasi kausilipusta, sillä voit aktivoida alennuksen itse HSL-sovelluksessa, kun läsnäolotietosi on päivitetty Omaan opintopolkuun. Saat alennuksen myös HSL-kortilla ostamastasi kausilipusta. Sinun pitää päivittää alennusoikeus HSL-kortillesi palvelupisteessä. Ota mukaasi tarvittavat liitteet. Katso lisätiedot: [hsl.fi](#).

Asumisasiat

Helsingin seudun opiskelija-asuntosäätiö Hoas tarjoaa opiskelijoille edullisia vuokra-asuntoja opiskelupaikkojen läheisyydestä. Huomioithan, että Hoas-asuntohaussa tulee varautua jopa kuukausien jonoihin: [hoas.fi](#). Vuokra-asuntoja tarjoavat myös muun muassa:

- [Oikotie](#)
- [Kimppakodit](#)
- [Vuokraovi](#)
- [Heka](#) (Helsingin kaupungin asunnot)
- [VAV](#) (Vantaan kaupungin asunnot)
- [Espoon Asunnot](#) (Espoon kaupungin asunnot)
- [Unity](#)

Opiskelijoiden terveydenhuolto

Ammattikorkeakoululaiset kuuluvat Ylioppilaiden terveydenhuoltosäätiö YTHS:n terveystalouden piiriin. YTHS:n terveydenhoitomaksu on yhteensä noin 70-80 euroa vuodessa. Maksu on pakollinen kaikille opiskelijoille ja se maksetaan kahdesti vuodessa Kelan kautta. Päivystyksellisissä asioissa olethan yhteydessä omaan terveysasemaasi:

- [Espoo](#)
- [Helsinki](#)
- [Vantaa](#)

