

Saku

ACTION!

SAKU RY:N TIEDOTUSLEHTI 2 / 2010

Rakkaudesta tanssiin 4

Zumbaa yhdessä Kätlinin kanssa 6

Harrastus vei mukanaan 18

Sisällysluettelo

PÄÄKIRJOITUS	3
KÄTLIN LAAS	4
SAKUstars / SEINÄJOKI	6
TYÖKYKYPASSI	8
SAKUspOrts	10
NUORTEN AKATEMIA	12
VAELLUKSET.....	14
TAO:N KULTTUURIPÄIVÄ	16
HARRASTUKSESTA AMMATTIIN	18
FUTSAL	20
LENTOPALLO	21
TAPAHTUMAKALENTERI	20
YHTEYSTIEDOT	23

ACTION!

SAKU ry:n tiedotuslehti

Julkaisija: Suomen ammatillisen koulutuksen kulttuuri- ja urheiluliitto, SAKU ry

Ilmestyminen: Neljä kertaa lukuvuodessa.

Seuraava numero: Toukokuussa 2010.

Aineisto: sari.mantila-savolainen@sakury.net.

Kannen kuva: Kätlin Laas kohottaa tunnelmaa SAKUstars-bileillassa.

Toimitus: Sari Mantila-Savolainen

Taitto: Finnmainos Oy – Pasimatti/VSP

Painopaikka: Offset Ulonen Oy, Tampere



441 704
Painotuote



Kätlin Laas
s. 4



s. 6



Nuorten akademia
s. 12



Harrastuksesta ammattiin
s. 16



Futsal
s. 20

Uusia ideoita opiskelijatoiminnassa

Tervetuloa vuoden toisen Action!-lehden sivuille. Lehti postitetaan tuttuun tapaan kaikille SAKU ry:n yhteys henkilöille, mutta toisena ja yhtä tärkeänä kohderyhmänä ovat tällä kertaa myös SAKUstars-kilpailuihin osallistuvat opiskelijat. Siksi lehteen onkin kerätty monipuolinen kattaus SAKU ry:n opiskelijatoimintaa.

Aamukampa Koulutuskeskus Sedun järjestämiin SAKUstars-kisoihin on tätä kirjoitettaessa jo aika harva. Kisajärjestelyt kiihtyvät loppua kohti, ja järjestäjillä on ollut positiivisia ongelmia suuren ilmoittautuneiden joukon kanssa. Ilmoittautumisjärjestelmään on nimittäin kirjattu peräti 1 378 osallistumista, ja jälki-ilmoittautajat nostavat suoritusten määrää vielä suuremmaksi. Hienoa, että kulttuurin harrastaminen on ammattiin opiskelevien parissa näin suosittua!

Kolmen päivän kulttuurityökytksen lisäksi SAKU ry:n loppukevät sisältää myös toisen ison ponnistuksen, kun heti SAKUstarsin jälkeen starttaa viime keväältä tuttu SAKU on the road -oppilaitoskiertue.

Tänä vuonna kiertueen tavoitteena on työkykypassin markkinointi ja teemana lomakunto. Noin 20 tapahtumaa sisältävällä kiertueella haluamme herätellä nuoria miettimään, ovatko he sairasloma- vai kesälomakunnossa. Kesälomakunnolla tarkoitamme sellaista toiminta- ja työkykyä, joka tarvitaan päivittäisessä työntöössä mutta jossa riittää virtaa myös monipuolisen ja virkistävän vapaa-ajan viettämiseen.

Kiertue sisältää tärkeitä teemoja ja tiukkaa asiaa mutta myös väriä ja huumoria. Toivottavasti saamme mahdollisimman monta opiskelijaa tarttumaan työkykypassin tarjoamaan mahdollisuuden toimia oman työ- ja toimintakyvyn hyväksi jo opintojen aikana.

Kun kurkistetaan myös ensi lukuvuoden puolelle, selviää, että syksy 2010 sisältää muutaman mielenkiintoisen uutuuden opiskelijoiden SAKU-kalenterissa.

22.–23.9. Lohjan Kisakalliossa järjestetään kautta aikain ensimmäinen SAKUsports-tapahtuma. SAKUsports on kuin liikuntapuolen vastine SAKUstarsille: matala kynnyksellä, monipuolinen ohjelma ja osallistumisen ja tekemisen ilo. Tapahtumassa riittää liikunnallista tekemistä 24 tunnin ajan, ja ohjelmasta löytyy taatusti jokaiselle jotain. Onko sinun lajisi norsupallo, ultimate, maalipallo, korfpallo, köydenveto, curling, fresbeegolf, tikanheitto vai sisäsoutu tai lähdetkö kokeilemaan urban sports -lajeja?

Syksyn toinen uutuustapahtuma yhdistää niin ikään monta lajia samaan tapahtumaan. Opiskelijoiden kamppailu- ja voimailupäivät pidetään Tampereella 26.–27.11. Tapahtumaa ovat järjestämässä yhteistyössä SAKU ry:n lisäksi Opiskelijoiden liikuntaliitto, Koululiikuntaliitto ja nyrkkeilyn, painonnoston, miekkailun, judon, karaten, voimaston, taekwondon ja painin lajiliitot. Yhteistyössä on siis voimaa – näytetään siis yhteistyössä muille opiskelijaliikunnan liitoille, että ammattiin opiskelevilla on voimaa, kampaalutaitoa ja aktiivisuutta lähteä mukaan tähän suur tapahtumaan!

Näiden maistiaisten lisäksi SAKU ry:n opiskelijatoiminta tarjoaa tänäkin vuonna normaaliin tapaan palloilusarjoja, valtakunnallisia urheilun mestaruuskilpailuja, matalan kynnyksen liikuntatapahtumia sekä koulutusta ja leirejä. Kurkkaa www.sakury.net tai www.alpo.fi ja lähde mukaan!

Antti Lahti

puheenjohtaja



Pa:

Henkilöstötoiminnassa SAKU

ry:llä on tarjontaa myös kesän ajalle. Viime vuodelta tutut kulttuurivaellus ja Lapin-vaellus ovat ohjelmassa nytkin. Toivottavasti myös monipuolisen ohjelman saaristovaellus tavoittaa tänä vuonna riittävän paljon innostuneita sakulaisia. Lue lisää tästä lehdestä!



Unelmien eteen on tehtävä työtä

KÄTLIN LAASIN TANSSIEN RAKKAUS TANSSIIN NÄKY. SAKUstars-KILPAILUJEN KATSOMOSSA OLLEET MUISTAVAT VARMASTI VAALEAHIUKSISEN TANSSIJAN, JONKA ESITYS TEMPAINI KATSOJAT MUKAANSA. LAVAN ULKOPUOLELLA KÄTLININ TAVARAMERKKEJÄ OVAT LUONNOLLISUUS JA POSITIIVISUUS. JÄNNITETTÄVÄKSI VIELÄ JÄÄ, NÄHDÄÄNKÖ KÄTLIN MYÖS SAKUstars-KILPAILUJEN AVAJAISTEN LAVALLA.

Kätlin Laas on opiskellut Koulutuskeskus Sedussa elintarviketyöntekijäksi. Hyvä opiskelutilaisuus houkutteli muuttamaan Tartosta Seinäjoelle.

- Koulutukseen sai oppilaitoksesta tukea ja asunnon opintojen ajaksi. Muuten ei minulla olisi ollut mahdollisuutta tulla Suomeen opiskelemaan. Opinnot tarjosivat tilaisuuden saada samaan aikaan sekä kielen että ammatin.

Opintojen jälkeen Kätlin on toiminut Valiolla jälkipakkaamossa. Vakinaisen työn lisäksi Kätlin pitää ystävänsä kanssa tanssitunteja 8 – 13-vuotiaille tytöille. Tanssiryhmän lajina on showtanssi.

- Maaliskuussa olen menossa zumba fitness – koulutukseen Tallinnaan. Koulutuksen jälkeen lähdän vetämään tanssitunteja Pohjanmaan alueella. Zumba fitness on hauskaa ja tehokasta liikuntaa, jossa polttaa kaloreita tosi paljon.

BB-Kätlin saa tarjouksia

Tulevaisuuden suunnitelmat Kätlin Laasilla ovat vielä avoinna. Kätlin oli mukana viime syksyn Big Brother -ohjelmassa, jonka jälkeen on työtarjouksia tullut monelta suunnalta. Työkeikkoja Kätlin on ottanut vastaan, jos keikat ovat kaksivuorotyön rinnalle sopineet. Työtilaisuudet voivat tuoda tullessaan keväällä muuton Helsinkiin.

- Kaikkein en ole lähtenyt mukaan. Ohjelman jälkeen on tullut hyviä tarjouksia liikunnan ja kauneuden aloilta, mutta ei pitkäaikaisia juttuja. Lisäksi postissa on tullut esimerkiksi fanipostia, treffihetkiä ja itsekudotut villasukat. Kaikki viestit ovat olleet tosi positiivisia, Kätlin kuvailee hymyillen.

- Liikunta- ja kauneusalan tehtävät kiinnostavat. Asiakaspalvelusta haluaisin löytää töitä. Työssä olisi kiva olla laitettuna. Tykkäisin hiukset, kynnet ja korut laittaa töihin kuntoon.

BB-taloon Kätlin lähti mukaan avoimin mielin ja ilman ennako-odotuksia. Kokemukseen Kätlin kertoo olevansa tyytyväinen, eikä osallistumista ole tarvinnut katua. Unohtumattominta oli yllättäen auennut tilaisuus osallistua Filippiinien kilpailuun.

- Läheiset ovat aina olleet minulle tärkeitä, mutta talossa olo sai arvostamaan heitä entistä enemmän. Läheisiä oli ikävä joka päivä. Asukkaiden jako slummiin sai taas arvostamaan ihan perusasioita; jääkaappia, posliinista WC-pönttöä, ruokaa ja lämmintä vettä.

Positiivisuus geeneissä

Talossa asukkaat pohtivat Kätlinin positiivisuutta, jota osa asukkaista epäili myös teeskenteleksi. Hauskoja tilanteita tuli taas kielestä aiheutuneista väärinkäsityksistä.

- Äidiltä olen perinyt positiivisuuden ja mallin, että sillä pääsee eteenpäin joka tilanteessa. Pitää rohkeasti ottaa vastaan se, mikä eteen on tulossa. Ja jos näkee vaivaa ja on valmis tekemään töitä asioiden eteen, niin haaveet ovat myös tavoitettavissa, uskoo Kätlin.

- Kielen kanssa sattuu välillä hassuja tapauksia. Taloon hakiessa vakuutin valmistuneeni elintarviketeknologiksi enkä elintarviketyöntekijäksi. Työnantaja oli tästä ammatista myös mielisää ja lupasi nostaa palkkaakin. Olen minä myös esimerkiksi soittanut autokorjaamoon valittaen, kun autoni ei enää kiihotu, nauraa Kätlin.

Suomesta on tullut vuosien aikana Kätlinille kotipaikka. Suomi saa Kätliniltä kehuja maana, jossa asukkaista pidetään hyvää huolta.

- Tykkään Suomesta ja suomalaisista. Suomessa pidetään ihmisistä huolta. Asiakaspalvelu on täällä myös hyvää. Täällä jää kaupoihin suustaan kiinni. Virossa tuntuu välillä, että hyvä ja jos asiakasta tervehditään.

Nauti esiintymisestä

SAKUstars-kilpailuissa Kätlin Laas on ollut mukana kolme kertaa. Suomeen muuton jälkeen ei Seinäjoelta löytynyt hyvää harrastuspaikkaa, joten Kätlin lähti perustamaan omaa tanssikerhoa ammattiopistoon. Muistot kilpailuista ovat positiivisia.



- Ennen lavalle menoa adrenaliini nousi aina tosi korkealle, mutta lavalle päästyään sitä vaan halusi näyttää parhaat puolensa. Kisoista sai myös tosi paljon kavereita, joiden kanssa on oltu yhteyksissä myöhemminkin. Ylipäättään esiintyminen oli ihanaa.

- En pystyisi olemaan ilman tanssia. Olen rakastanut tanssia pienestä pitäen. Tanssiessa saa purettua kaikki tunteet. Sen jälkeen on hyvä olo ja tuntee itsensä puhdistuneeksi. Joka päivä tanssin vähintään kotona peilin edessä.

Keikka tulevissa SAKUstars-kisoissa ei ole vielä varmistunut. Kätliniä on kysytty esiintymään avajaisiin. Mikäli Kätlin on Suomen kamaralla, niin lavalla hänet myös nähdään. Uusia kilpailijoita Kätlin neuvoo nauttimaan tilanteesta täysillä.

- Jännitys kuuluu tilanteeseen. Kannattaa olla myös positiivisella mielellä. Kun itse nauttii esiintymisestä, niin tunne välittyy myös katsojalle. Itsestään kannattaa antaa kaikki lavalla, kannustaa Kätlin.

Teksti: Sari Mantila-Savolainen

Kuvat: Kimmo Pitkänen

Seinäjoella biletetään pohoja- laasittain



KOULUTUSKESKUS SEDUN OPISKELIJAKUNNAN
HALLITUKSEN JÄSENET TUNNISTAT POHJALAISUUSTA
SAKUstars-BILEILTANA KE 14.4.



Koulutuskeskus Sedun opiskelijakunnan hallitus kutsuu kaikki SAKUstars-kisoihin osallistuvat nuoret bilettämään keskiviikkona 14.4. (klo 20–24) mukavaan pohjalaiseen meininkiin. SAKUstars-bilettää vietetään Törnäväntie 24:n juhlasalissa. Samassa pihapiirissä majoittuu valtaosa kulttuurikisojen osallistujista.

– Pohjalaisuus tulee näkymään discon sisustuksessa, ja opiskelijakunnan hallituksen jäsenet pukeutuvat pohjalaisittain. Luvassa on nauhaa, helavyötä, leviää pohojalaasta murretta ja rennon viihtyisää meininkiä, kiteyttää hallituksen puheenjohtaja Kirsu Niemi muiden säästyksellä.

Opiskelijakunnan hallituksen kokoonpanossa pohjalaisen rintaman rikkoo vain yksi varsinaissuomalainen poikkeus – Sari Luoto. Bileiltana on ainutlaatuinen tilaisuus tutustua aitoon pohjalaiseen nuorisokulttuuriin.

– Meidän tehtävämme on varmistaa, että illasta jää positiivinen mielikuva, hehkuttavat opiskelijat.

Koulutuskeskus Sedun opiskelijakunnan hallituksessa vaikuttaa 28 nuorta. Yhteistyö sujuu mutta mielipiteitä on paljon.

– Jokaisen ääntä on kuultu ja kompromissijakin on yhdistetty. Mutta kyllä tämän teeman rinnalla on ollut paljon muitakin kehitelmiä, hallituksen sihteeri Maria Jyllilä kuvaa suunnittelu-prosessia.

Zumbaa Kätlinin kanssa

SAKUstars-bileillä tunnelmaa kohottaa Kätlin Laas. Zumbaa Kätlinin kanssa ja nauti latinomusiikista!

Kätlin osallistui opiskeluaikanaan kolme kertaa SAKUstars-kisoihin, ja Savonlinnan kiisoista oli tuomisina kultaa improvisoidusta



Näin minusta tuli SAKUstars-juontaja

Syksyllä sähköpostiini oli ilmestynyt mielenkiintoinen viesti, jossa etsittiin halukkaita juontajia keväällä Seinäjoella järjestettäviin SAKUstars-kulttuurikilpailuihin. Paljoakaan miettimättä kirjoitin itsestäni myyntipuheen ja lähetin sen asiasta vastaavalle Johanna Ikolalle. Pian asiasta jotulin vastausviesti ja kutsu juontajakoulutukseen, joka pidettäisiin Seinäjoella.

Oppia esiintymiseen

Kyseisenä aamuna jännityksellä astuin bussiin ja ajelin Kauhajoelta kohti koulutuspaikkaa. Amupalan syötyämme siirryimme auditorioon tutustumaan toisiimme ja kuuntelemaan yleisiä asioita SAKUstars-kilpailuista ja kilpailun järjestelyistä. Virallisen osuuden jälkeen kokoontuimme isoon luokkatilaan ja aloimme teatteriohjaaja Epp Perälän opastuksella tutustua esiintymisen ja esillä olon taitoihin.

Harjoittelimme kaikkea kävelystä äänenkäyttöön ja improvisaatiosta ilmeiden ja eleiden tulkitsemiseen. Vaativaakin oli, mutta eniten koetukselle taivasivat joutua vatsalihakset naurusta. Koulutus antoi paljon miettimistä omaan esiintymiseen ja esimerkiksi puheen pitämiseen. Koulutuksessa oppi kiinnittämään huomiota pieniin tapoihin, joita itsellä on puhussa kuten hiusten tai sormien näpräämiseen, liikaan elehtimiseen ja liian nopeaan puheeseen. Esiintymisvarmuus kasvoi ja pääsi tutustumaan kunnolla muihin juontajiin. Koulutuspäivä oli siis kaikin puolin onnistunut.

Pisteenä i: n päälle koulutuksen jälkeen, joskus ennen joulua, kännykkäni piippasi viestiä, ja sain kuulla olevani toinen seremoniajuontajista. Tulevissa kilpailuissa juonnan parini kanssa aloitustilaisuuden, iltakavalkadin ja palkintojenjaon. Jeij!

Harjoittelukeikka messuilla

Esimakua juontamisesta saimme Seinäjoella järjestetyillä Opinlakeusmessuilla, joilla toimimme juontajina ohjelma- ja tietoisukuplassilla. Itse olin tietoisukuplassilla ja juonsin parini kanssa muun muassa puhetaitekilpailun. Oli mahtava tunne nousta lavalle ja juontaa ihmiset sisään. Tämänkin harjoitus siis oli erinomaisen onnistunut.

Enää on yksi koulutuspäivä jäljellä ennen kisoja ja sitä jo kovasti odotellaan. Nyt vain pitäisi vielä hetki aikaa malttaa istua koulunpenkillä ennen SAKUstars-kilpailuja. Toivottavasti siellä nähdään runsain joukoin ja tunnelma on katossa!

Laura Pakkala

OPISKELIJABILEISSÄ
ZUMBAA VETÄÄ KÄTLIN LAAS.

yksintanssista. Mutta silloinkin Kätlin tietysti osallistui myös ryhmätanssiin.

Nouseva tähti

Illan musiikkivalinnoista vastaa dj Nipa, nouseva tähti, baareissa ja nuorisopaikoissa ansioitunut artisti. Kirsi Niemi kuvaa dj:tä mukautuvaksi, yleisöä ja tunnelmaa herkästi aistivaksi.

- Nipan valikoima on sitä sun tätä. Hän valitsee biisejä tästä päivästä kauas menneisyyteen. Pohjalaisiin bileisiin kuuluu ehkä yksi Lauri Tähkän biisi, pohtii Kirsi Niemi.

Pikkuusen kuulusuutta

Discoiltaa voisi viettää vain musiikista nauttien mutta Seinäjoella halutaan vaatimattomaan pohjalaiseen tapaan tarjota kaikille tilaisuus kuului-

suuteen. Pikkuusen kuulusuutta -huone antaa tilaa kaikille staroille, kenties tuleville julkiksille.

- On tärkeää tulla nähdyksi, vaikka ei olisi-kaan kuuluisa. Ihmiset saa tulla kameran eteen kertomaan itsestään ja fiiliksiään – tai vaikka laulaa. Viihtyisässä oleskelutilassa jokaisella on mahdollisuus päästä valokeilaan. Tunnelmapalat siirtyvät skrinille, ja osa materiaalista pääsee Koulutuskeskus Sedun nettisivujen kautta julki-suuteen, Kirsi Niemi kertoo ideasta.

Kökkä, mötiäinen

Murre on kirjoittanut baarimestarit Tomi Kuu- lan ja Piia Kiviharjun luomaan Pohjalaaseen baariin sopivia drinkkejä, tietysti alkoholitto- mia. Mötiäinen odottaa asiakkaita. Drinkkien lisäksi ravintola-alan opiskelijat tarjoavat baarissa pientä naposteltavaa opiskelijaystävälli- seen hintaan.

Opiskelijakunta ideoi ja toteuttaa

Opiskelijakunnan hallitus kokousta ker- ran kuussa. Syksyllä kokousajaksi riitti iltapäi- vä mutta kevätkaudella kokouksiin on varat- tu koko päivä. SAKUstars-tapahtuman lisäksi opiskelijakunnan vastuulla on koulutuspäivän järjestäminen (25.3.) Koulutuskeskus Sedun koko henkilöstölle yhdessä yrittäjyushankkei- den kanssa. Videoneuvotteluyhteydet säästävät matka-ajan, ja energia suuntautuu yhteistyö- hön. Opiskelijakunnan hallituksen työtä ohjaa- vat koulutuspäällikkö Aila Ylihärjälä ja harras- tusohjaaja Sirkka Hankaniemi.

Teksti: Anna-Kaisa Koitto

Kuvat: Jukka Katajamäki ja Kimmo Pitkänen

LAPIN AMMATTIOPISTON
TOIMINTAKYKYTESTEIHIN ON
TÄNÄ VUONNA OSALLISTUNUT
350 OPISKELIJAA. SEKUNTIKELLO
RAKSUTTI SELKÄLIHASTEN
TESTAAJILLE AIKAA.



Työkykypassin toteuttajasta työkykypassiohjaajaksi

Työnä työkykypassin levittäminen

LAPIN URHEILUOPISTON LIIKUNTANEUVOJAOPISKELIJA KANNUSTI VIIME KEVÄÄNÄ MUITA OPISKELIJOITA KIINNITTÄMÄÄN HUOMIOTA OMAAN TYÖKYKYNSÄ JA JAKSAMISEENSA SEKÄ SUORITTAMAAN AMMATTIOSAAJAN TYÖKYKYPASSIA. VALMISTUMISEN JÄLKEEN ENSIMMÄINEN TYÖPAIKKA AVAUTUI SAMAAN TEHTÄVÄÄN. JARKKO KOMULAISEN TYÖNÄ ON VASTATA AMMATTIOSAAJAN TYÖKYKYPASSIN LEVITTÄMISESTÄ.

Ammattiosajaan työkykypassin levittämiseen on Lapin Urheiluopistolla kehitelty opiskelijoiden vertaistoiminnan malli, jossa työkykypassiin liittyviä asioita vievät eteenpäin toiset opiskelijat, vertaistoimintana opiskelijalta opiskelijalle.

-Sain tutustua työkykypassiin jo osana opintoja. Opintoihin kuului muun muassa toimintakykytestien järjestämistä sekä sen jälkeen eri alojen opiskelijaryhmiin jalkautumista. Opiskelijat suhtautuivat toimintakykytesteihin suhteellisen positiivisella mielellä. Moni halusi tietää, millainen oma kunto on.

Valmistumisensa jälkeen Komulainen lähti luomaan itselleen työpaikkaa työkykypassin

koordinoijana. Opintojen aikana saadut kokemukset sekä netistä löytyneet tiedot työkykypassista ja hankerahoituksista olivat apuna, kun Komulainen esitteli ideansa työkykypassihankkeen vastuuhenkilö Timo Kalmakoskelle ja koulutuspäällikkö Ritva Pekkalalle.

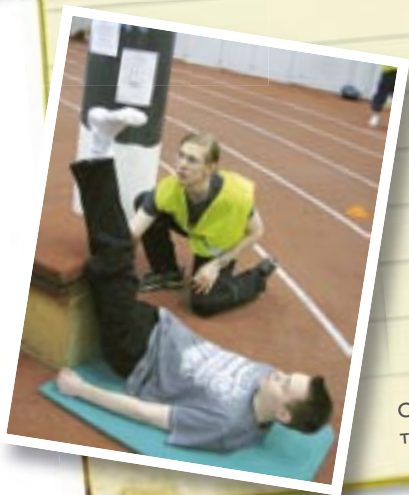
-Esitin mielipiteeni siitä, että passille pitäisi saada kokopäiväinen vastuuhenkilö toimimaan koordinaattorina ja linkkinä Urheiluopiston ja ammattiopiston välillä. Koulutuspäällikkö otti idean hyvin vastaan. Rahoituspäätöksen tultua minut nimettiin hankkeen vastuuhenkilöksi marraskuun alussa.

-Tietojen hankinnalla oli myönteinen vaikutus työllistymiseeni. Vinkkinä valmistuville

TAKAPERIN KÄVELLÄ
ARVIOIDAAN VARTALON
PYSTYASENNON HALLINTAA.

AMMATTIOSAAJAN

- muodostuu viidestä 40 tunnin osa-alueesta: toiminta- ja työkykyä edistävä liikunta, terveysosaaminen, ammatin työkykyvalmiudet, harrastuneisuus ja yhteistyötaidot sekä työkykyvalmiuksien vahvistaminen
- motivoi opiskelijoita huolehtimaan toiminta- ja työkyvystään jo opintojen aikana ja työelämään siirtyessään



OPISKELIJALTA ARVIOIDAAN TAKAREIDEN KIREYTTÄ.

TYÖKYKYPASSI

- käyttöönotto starttasi ammatillisessa koulutuksessa syksyllä 2008
- Opetushallitus on myöntänyt työkykypassin käyttöönottoon tukea vuonna 2008 20 ja vuonna 2009 25 koulutuksen järjestäjälle. Uusi hakukierros käynnistyy vielä tämän kevään aikana.
- ensimmäisiä työkykypasseja on myönnetty kehittämissivaiheessa mukana olleille opiskelijoille
- työhaussa opiskelija voi työkykypassilla osoittaa tulevalle työnantajalleen olevansa toiminta- ja työkyvystään huolehtiva ammattiosaaaja
- lue lisää: www.alpo.fi

Ammattiosaaajan työkykypassi on osoitus opiskelijan fyysisestä ja sosiaalisesta toimintakyvystä, terveysosaamisesta sekä aktiivisuudesta ja harrastuneisuudesta.



opiskelijoille ja työnhakijoille voin sanoa, että kannattaa tutustua erilaisiin hankkeisiin ja uskaltaa ehdottaa toimintatapoja. Työllistymisesäni oli tietysti myös onnella suuri merkitys, arvioi Jarkko Komulainen.

Ryhmänohjaajat avainasemassa

Jarkko Komulaisen työnkuvaan ammattiopistolla ovat kuuluneet passin esittelyt erilaisissa tilaisuuksissa. Esittelyjen kohderyhminä ovat olleet niin opiskelijat kuin henkilöstökin. Tilaisuuksissa tietoa on jaettu työkykypassista, toimintakykytesteistä sekä harrastetutoreiden koulutuksista.

-Vaikka työkykypassi on ollut vahvasti esillä erilaisissa tilaisuuksissa ja viestimissä, niin silti tarvitaan lisää tietoa passin luonteesta ja sisällöstä, mahdollisuuksista ja tavoitteista. Lisäksi tarvitaan aktiivista ryhmänohjaajatoimintaa, kokeilunhalua, esimerkkejä sekä tukea passin käyttöönottamiseksi.

-Passia pidetään hyvänä, mutta toteutuksessa nähdään myös ongelmia. Useimmin ongelmina koetaan ajanpuute, opiskelijoiden pas-

siivisuus tai toimintojen koetaan aiheuttavan menetyksiä muiden aineiden tunneille.

Komulainen arvioi ryhmänohjaajilla olevan paljon erilaisia työkaluja passin suorittamiseksi. Alakohtaisen passin toteutus suunnitelman rakentaminen on eniten työtä vaativa juttu.

-Täyden tuen antajakin löytyy. Yksittäisten ryhmien tekemisen kautta toiminta laajenee, kun muutkin huomaavat passin hyödyt. Lopujen lopuksi passia voidaan lähteä pienillä toiminnoilla toteuttamaan. Työtä helpottaa, kun opetus suunnitelmissa on työkykyyn liittyviä opintoja korostettu ja passin suorittaminen on otettu niissä huomioon.

Starttipäivät vauhdittajina

Passin starttipäiviin Lapin ammattiopistolla on tänä vuonna osallistunut 350 opiskelijaa viiden päivän aikana. Testien jälkeen liikuntaneuvojat jalkautuivat viitenä keskiviikkona testeissä käyneisiin ryhmiin. Työhön kuului liikunnan järjestämistä, tietoisuuksien ravinnosta ja liikuntasuosituksista sekä ALPO.fi-hyvinvointiportaalin tai huoltokirjan käytön ohjeistusta.

-Jalkautuminen ryhmiin on kokonaisuudessaan mennyt hyvin. Aikataulujen sovittaminen on ollut välillä vaikeaa. Haastavaa on ollut välillä myös ryhmänohjaajien sitouttaminen.

-Liikuntaneuvojaopiskelijoiden opintoja tehostetaan palvelemaan muita Lapin ammattiopiston opiskelijoita työkykypassin toteuttamisessa. Edelleen tehostetaan toimintakykytestejä, kehitetään ryhmätrainer-mahdollisuutta ja työssäoppimisjaksoja liikunnanopettajan tukena, avaa Komulainen tulevaisuuden tavoitteita.

Teksti: Sari Mantila-Savolainen

Kuvat: Santasport





FRISBEEGOLF
ULTIMATE
NORSUPALLO
TIKANHEITTO
URBAN SPORTS
KORFPALLO
MAALIPALLO
SISÄSOUTU
CURLING
ILTAJUHLA...
KÖNDENMETO



Ensimmäinen opiskelijoiden SAKUsports-tapahtuma järjestetään 22.–23.9.2010 Lohjan Kisakalliolla. SAKUsports on uudentyyppinen harrasteliikuntatapahtuma, joka tarjoaa teke- mistä 24 tunnin ajan. Tapahtuma on tarkoitettu kaikille opiskelijoille: osallistuakseen ei tarvitse olla minkään lajin ammattilainen, vaan pelkkä kiinnostus liikuntaan riittää. Tärkeintä ei ole menestyminen vaan osallistuminen.

SAKUsportsissa on tarjolla lajeja useassa eri kategoriassa. Palloilulajit sopivat luonnollisesti kaikille, ja SAKUsportsissa pelataan kaikissa lajeissa sekajoukkueilla. Taito- ja tekniikkalajeissa ei korostu fyysisyys vaan tekniikka ja taituruus. Kampailulajeissa voi ottaa mittaa vastustajasta esimerkiksi joukkueiden välillä köydenvedossa.

Kunto- ja tehoolajit on tarkoitettu niille, jotka haluavat hikoilla kunnolla. Jos mikään edellä mainituista ei kiinnosta, niin tapahtumassa on mahdollista osallistua myös urban-lajeihin, kuten esimerkiksi keulimiseen, jotka ovat kaikkea muuta kuin perinteistä liikuntaa.

Tapahtumassa on mahdollista kokeilla myös hieman tuntemattomampia lajeja. Ensiksi harjoitellen ja lopulta lajissa kilpaillen.

Kisapassi maksaa 70 euroa, ja se sisältää majoituksen sekä ruokailut kahdeksi päiväksi ja osallistumisoikeuden kaikkiin lajeihin. Varmista, että oppilaitoksesi on mukana!

Lisätiedot ja ilmoittautuminen:
www.sakury.net

Talent-kisoja, tuunausta ja rock-festareita

- Homma-raha mahdollistaa nuorten omat jutut

NUORTEN AKATEMIAN 100–200 EURON ARVOINEN HOMMA-RAHA ON MONELLE NUORTEN PROJEKTILLE PELASTUS. RAHALLA KUSTANNETAAN KAIKKEA AMIS-TEEMAPÄIVISTÄ DEMOLEVYJEN ÄÄNITYKSIIN.





KUVAT: ANTTI AHTILUOTO

TEKSTI: IIDA RAUHALAMMI
KUVA: MIKKO AALTONEN

Mikä yhdistää Arin jalat -beachfutsiseuran jäseniä, Talent-kisoja järjestäviä amiksia ja haapaveteläisiä kyläpelimanneja? Ainakin se, että kaikki ovat aikaansaavia nuoria, jotka toteuttavat unelmiaan. Kaikki ryhmät ovat myös saaneet projektilleen Nuorten Akatemian Homma-rahaa, jolla kannustetaan nuoria tekemään omia juttuja.

-Nuorilla on upeita ideoita, kun heille antaa mahdollisuuden toteuttaa niitä. Homman avulla saamme tuettua aidosti nuorista lähteviä projekteja, selvittää Hommasta vastaava Nuorten Akatemian nuorten brändin päällikkö Minna Ahola.

Tekemistä omalle paikkakunnalle

Homma-raham avulla kannustetaan nuoria toteuttamaan unelmiaan. Ammatillisissa oppilaitoksissa Homma-rahalla järjestetään paljon teemapäiviä ja kunnostetaan tiloja vaikkapa oppilaskunnan käyttöön. Esimerkiksi Uudenmaan maaseutuopistolla nuoret remontoivat itselleen kerhotilan. Homma-rahalla hankittiin koronapöytä ja sisustustarvikkeita.

-Homma-raha hyödynnettiin järkevästi. Löysimme kirpputorilta aivan uutta Marimekon kangasta, josta teemme tyynyt sekä verhot, kertovat nuoret blogissaan.

Helsingissä taas tekniikan alan opiskelijat järjestivät viime syksynä amis-päivän, jossa eri järjestöt esittäytyivät. Päivä huipentui karaoken laulamiseen ja leikkimieliseen kisailuun.

Varsinkaan pienemmällä paikkakunnilla harastusmahdollisuuksia ei välttämättä ole tarpeeksi. Parin sadan euron avustus on iso raha,

kun lähdetään nollabudjetista. Homma-raha on jo auttanut monia aloittelevia bändejä demolevyn äänityksissä ja teatteriryhmiä lavastuksen sekä puvustuksen hankkimisessa.

Blogeista välittyy hyvä meininki

Homma-rahaa saavat ryhmät kirjoittavat blogia, jossa he kertovat projektistaan ja sen etenemisestä. Blogien avulla eri ryhmät voivat esitellä omia juttujaan ja seurata ja kommentoida muiden projekteja. Vanhempia blogoja löytyy homma.fi-sivuilta, uudemmat bloggaavat nuorten ryhmien yhteisöpalvelussa SKENE-X:ssä.

-Blogeista näkyy nuorten into tehdä ja luoda. Siellä puidaan myös vastoinkäymisiä ja tsemptataan, Minna Ahola kertoo.

Tärkeintä on hyvä meininki. Paltamolaiset nuoret perustivat oman näytelmäkerhon ja kirjoittavat blogissaan muun muassa näin:

-Ja tuon mun videon loppu on vain niiiiin paras, rakastin sitä kohtausta jo näytelmässä ja tuossa rakastan sitä vielä enemmän, plus Pauliinan huuto on vain niin kiva.

Nuori tekee, aikuinen tukee

Yksi Homma-raham hyvä puoli on, että projekti voi olla lähestulkoon mitä tahansa maan ja taivaan välillä. Rahaa saaneissa ryhmissä on paljon esimerkiksi kuvataide-temaisia, liikuntapainotteisia ja musiikkiin liittyviä projekteja.

Myös järjestäjien taustat ovat hyvin erilaisia. Joissain projekteissa oppilaitoksen rooli on suuri, toiset taas tekevät projektin puhtaasti kaveriporukalla tai nuorisotalon kanssa. Vaikka

pääosassa ovat nuoret, voivat aikuisetkin oppia nuorten projekteista.

-Haluamme viestiä Homman avulla aikuisille, että nuorten oma toiminta on tärkeä ja tukemisen arvoinen asia, huomauttaa Minna Ahola.

Jokaisessa projektissa onkin oltava mukana myös vastuuikäinen taustatukena.

Myös opettajien suhtautumisella nuorten aloitteellisuuteen on suuri merkitys.

-Kun opettajat kannustavat ja tukevat nuoria omissa projekteissa, on selvää, että myös viihtyvyys koulussa kasvaa, Ahola lisää.

Oppilaitosten ilmapiiriin tulee kannustaa omien projektien toteuttamiseen. Usein oppilaat yllättyvät, kuinka innokkaasti opettajat ja rehtori suhtautuvat nuorten omiin juttuihin. Tämä selvisi esimerkiksi Järvenpäässä Kartanon koulussa, jossa nuoret järjestivät Talent-kisan.

-Opettajat olivat alusta asti ihan innoissaan. Ainoastaan osallistujia oli aluksi vaikea saada mukaan!

Homma-rahaa unelmiin!

Hommarahaa voivat hakea kaikki 13–19-vuotiaiden nuorten ryhmät oppilaitoksissa tai vapaa-ajalla. Hakuja on ympäri vuoden.

Lue lisää ja hae Homma-rahaa:
www.homma.fi

Blogit: www.skene-x.net ja
www.homma.fi/blogit



PIirros: JAMMU

Ei tehrä tästä ny numeroo...

SAKU ry:n kesäinen kulttuurivaellusreitti kulkee tänä kesänä Mansen maisemissa. Tampereella 23.7. järjestettävä vaellus on tarkoitettu jäsenyhteisöjen henkilöstölle perheineen.

Vaellukselle lähdemme klo 10 Museokeskus Vapriikista, jossa tutustumme Tammerkoski-näyttelyyn oppaan johdolla. Näyttely kertoo, kuinka pienestä kylästä kasvoi teollisuuskaupunki. Tiukkojen historiallisten faktojen kevennykseksi näyttely esittelee tamperealaisia ilmiöitä mm. mustamakkara, Tappara ja Ilves, Näsinneula, Särkänniemi, Manserock, TV 2, Ransu...

Kierroksen jälkeen siirrymme kävellen pitkän Tammerkosken rantaan kohti keskustaa lounaalle.

Lounaan ja pienen hengähdystauon jälkeen jatkamme opastetulla kävelykierroksella Finlaysonin alueella ja sieltä Amurin kaupunginosan halki Työläismuseokortteliin, jossa oppaan johdolla tutustumme ainutlaatuisen puutalokortteliasumista esittelevään museoon. Korttelikierroksen päätteeksi juomme kahvit museokahvila Amurin Helmessä.

Vaelluksella kun ollaan, siirrymme seuraavaksi kävellen kohti Pyynikin kesäteatteria, joka sijaitsee keskellä luontoa järven rannassa. Teatterin näyttämö on pyörivän katsomon ympäril-

lä. Katsomon pyöriessä näytöksen aikana taustamaisemat vaihtelevat mahtavasta Pyynikin harjusta ja punahongista Pyhäjärven siintävään selkään. Kesäillassa elämys on unohtumaton! Klo 18 alkaa Anna-Leena Härkösen romaaniin pohjautuva näytelmä Häräntappoose.

Vaellus päättyy näytökseen, ja olemme varanneet hotellikiintiön viereisestä Hotelli Scandic Rosendahlistä, joten enää ei tarvitse kävellä kauas!

Vaelluksen hinta on 100,-/hlö. Hinta sisältää pääsymaksut ja opastukset ohjelmaan merkityissä kohteissa, lounaan, kahvit, kesäteatteriliput ja väliaikatarjoilun. Ilmoittautumiset vaellukselle 17. toukokuuta mennessä.

LISÄTIEDOT JA ILMOITTAUTUMISET SAKU RY:N TOIMISTOON PUH 02 07 55 1011 TAI SAKURY@SAKURY.NET
SCANDIC HOTEL ROSENDAHLISSA ON VARATTUNA 2 HENGEN HUONEITA HINTAAN 101,-/HUONE.
MAINITSE, ETTÄ VARAUS ON SAKU RY:N KIINTIÖSTÄ. HUONEVARAUKSET SUORAAN HOTELLISTA.
PUH 03 244 1111.

Vaeltajat valloittavat Kebnekaisien

Oletko kiinnostunut vaeltamisesta? Nyt sinulla on hyvä mahdollisuus irrottautua arkirutiineista ja nauttia luonnosta hyvässä porukassa! SAKU ry:n erävaellus järjestetään 28.7. – 2.8.2010 ja kohteena on Ruotsin korkein vuori Kebnekaise.

Yhteiskuljetus Kebnekaiselle lähtee Kemistä 28.7. kello 19.00. Illan ja alkuyön aikana siirrytään Ruotsin puolelle, jossa majoitaudutaan hostel -tasoisessa majoituksessa. Ensimmäinen varsinainen vaelluspäivä alkaa Nikkaluoktasta, ja päivän aikana vaelletaan Kebnekaisien tunturiasemalle. Reitti on pituudeltaan noin 20 kilometriä, eikä taival ole haastava.

Perillä Kebnekaisella majoitaudutaan koko vaelluksen ajan samassa leirissä. Paluumatkalle tunturiasemalta lähdetään aikaisin aamulla ja Kemiin saavutaan myöhään iltapäivästä tai alkuaamusta 2.8.

Normaali kunto riittää

Vaelluksella liikutaan tasoryhmissä. Seikkailunhaluisille riittää haastetta Kebnekaisien Sydtopenin ja muiden huippujen saavuttamisessa. Mikäli vaativat nousut eivät kiinnosta, niin tarjolla

on huippujen lisäksi myös paljon laaksoissa kulkevia polkuja sekä useita matalampia vuoria.

Vaelluksella liikutaan vaihtelevassa maastossa ja sää voi myös tarjota yllätyksiä. Vaellukselle mukaan lähtevän tuleekin ottaa mukaan hyvät henkilökohtaiset varusteet, jotka on syytä testata ennen matkaan lähtemistä. Vaelluksen rasituksesta suoriutumiseen normaali peruskunto riittää hyvin.

Tarkemmat tiedot vaelluksen ohjelmasta ja ilmoittautumisesta löytyvät SAKU ry:n nettisivuilta.

Mikäli vaellukselle osallistuminen kiinnostaa, mutta sinulla on jotain kysyttävää, niin ota rohkeasti yhteyttä!



NÄKYMÄ KEBNEKAISE FJÄLLSTATIONILTA KOHTI LÄHEISIÄ VUORIA.

KUVAAJA: ALEXANDRE BUISSE
[HTTP://COMMONS.WIKIMEDIA.ORG/WIKI/USER:NATTFODD](http://commons.wikimedia.org/wiki/User:NATTFODD)

Muista myös kesäkuun tapahtumat!

Saaristovaelluksella 10. – 13.6. tutustutaan Saaristomeren kansallispuiston ainutlaatuisen luontoon ja kulttuurimaisemiin sekä paikallisiin asukkaisiin ja elinkeinoihin. Retken aikana perehdytään myös saariston lintuihin ja kasveihin. Tarjolla on ainutlaatuinen tilaisuus päästä tutustumaan saaristoon asiantuntijoiden opastuksella!

SAKU ry kokoaa joukkueet kesäkuun puolivälissä 19. - 20.6. Hyvinkäällä suunnitettaviin Jukolan- ja Venlojen-viesteihin. Mikäli osallistuminen maailman suurimmassa suunnistus-tapahtumassa kiinnostaa, ota yhteyttä!

Lisätiedustelut:
 Sampsa Stenström, p. 020 755 1013,
sampsa.stenstrom@sakury.net

Tampereen ammattiopiston kulttuuripäivä ihastutti

Teksti: Niina Luoti, 09VHI, Tampereen ammattiopisto

Kuvat: Roope Narkilahti ja Jukka-Pekka Ventola, 07TT3L, Tampereen ammattiopisto

ANA PEREIRAN LAULUA KUULLAAN SEINÄJOEN KULTTUURIKISOISSA KEVYEN MUSIIKIN, KARAOKEN JA LAULUDUOJEN SARJOISSA.



Luovu(t)ta hetkeksi

Tampereen ammattiopiston toimipisteissä vietettiin kulttuuripäivää 23. helmikuuta. Santalahdentien toimipisteen kulttuuripäivä alkoi SAKU ry:n liikunta- ja kulttuurijärjestön esittelytilaisuudella. Näimme videoita SAKUstars-kulttuurikilpailuista, joihin osallistuvat opiskelijat näyttävät taitojaan muun muassa laulun, tanssin, valokuvauksen ja kuvataiteiden saralla.

Tampereen ammattiopiston vaatetusalan opiskelija Ana Pereira osallistui viime vuonna

Kajaanissa SAKUstars-kilpailuihin sekä karaokessa että yksinlauluissa ja pääsi molemmissa finaaliin. Ana tulkitsi esittelytilaisuudessa upeasti Sara Bereillesin kappaleen Love Song.

Jännittikö astua näiden kaikkien ihmisten eteen laulamaan?

– Aluksi aina panikoin, mutta kun pääsen lavalle, huomaan, ettei se olekaan niin kamalaa, Ana kertoo.

Millainen on SAKUstars-kulttuurikilpailu?

– Kilpailussa voi mennä katsomaan kaikkia lajeja. Lajit ovat kuitenkin eri paikoissa ja jokin laji saattaa olla kilometrinkin päässä muista. Lajeja on myös samaan aikaan, joten kaikkia ei pääse katsomaan. Toivoisin tulevaisuudessa parempia järjestelyjä, mutta muuten kilpailut ovat mielenkiintoisia.

Harjoitteletko kauan kilpailukappalettasi?

– Saatan valita kappaleen kilpailuihin vain pari päivää ennen itse kilpailua. Olen valinnut kappaleen tuleviin SAKUstars-kilpailuihin, mutta se on vielä salaisuus, Ana kertoo pilke silmäkulmassa.

Opaskoiran matkassa

Santalahdentiellä päivän ohjelmaan kuuluivat opaskoirainfo, Stilimban musiikkiesitys, sabluunapaja, mörköpaja ja rock-lyriikkapaja.

Opiskelijoiden oli myös mahdollisuus käydä katsomassa elokuvaa Skavabölen pojat ja Tampereen Työväen Teatterin musikaali-esitystä Vuonna 85 Remix.

Opaskoiran kanssa koululle saapui Eeva Korkala kertomaan elämästään opaskoiransa Qiran kanssa. Eeva on täysin sokea, mutta hän syntyi terveenä. Hän oli 4-vuotiaana leikkinyt

OUSSEYNOU MBAYE (VAS.),
MAARIKA AUTIO,
TUOMO KUURE JA
MIKKO NOUSIAINEN
MUSISOIVAT PYYNIKIN
PALLOILUHALLISSA.



Eeva KORKALAN OPAS-
KOIRAINFOA PIDETTIIN
AVARTAVANA JA JOITA-
KIN ENNAKKOLUULOJA
KUMOAVANA. MUKANA
LUENNOLLA OLI MYÖS
EEVAN QIRA-KOIRA.



veljensä kanssa rakennus-
työmaalla ja lyönyt kädessään
olevalla taltalla silmänsä puhki. Tuleh-
dus levisi molempiin silmiin, ja lopulta hän so-
keutui täysin.

Opaskoirakoulu Vantaalla työstää koi-
rien prosessia opaskoiriksi. Koirat ovat
ensin perheissä ja vuoden vanhoina ne
siirtyvät takaisin opaskoirakoululle.

Koirille tehdään luonnetestit ja fyy-
sisiä testejä, ja vain osasta tulee
opaskoiria. Helposti stressaan-
tuva tai liian ääniherkkä koira
ei sovi opaskoiraksi.

Usein opaskoirat, kuten Ee-
van Qira-koira, ovat aluksi vilttejä, ja ensim-
mäinen vuosi opaskoiran kanssa onkin rankka
kokemus. Koiran tulee totutella uuteen tilan-
teeseen ja tutustua omistajaansa. Kun koiran ja
omistajan arki alkaa sujua, koiran avulla kierre-
tään esteet, päästään suojatien yli ja käydään
lenkillä. Koira oppii vakituiset reitit ja oppii
tuntemaan sanojen merkityksen.

Eeva kertoi vinkkejä siihen, miten opaskoira
pitäisi kohdata. Koiraa ei tulisi huomioida, jotta
se ei unohtais omistajaansa kiinnostuessaan toi-
sesta ihmisestä. Hymyilyä ja koiran puhuttelua
tulisi siis välttää. Omistajalle toki sopii puhua,
mutta Eevan kokeman mukaan harva uskaltaa
puhua omistajallekaan.

Musiikkia maailmalta

Opaskoirainfon jälkeen koulun väki kokoontui
katsomaan Stilimban musiikkiesitystä. Melo-
dista, iloista ja tanssittavaa maailmanmusiik-
kia monilla eri kielillä esittävä Stilimba kiertää
esiintymässä festareilla, klubeilla, tapahtumissa
ja kouluissa. Yhtyeen erikoisuus on hyvin eri-
laisten soittimien, tanssin ja lauluäänten toimi-
va yhdistelmä.

Stilimban musiikki saa hyvälle tuulelle, ja
siitä saa paljon irti. Katseltavaa ja kuunneltavaa
riittää, kun miettii, mistä soittimesta tulee noin
erikoinen ääni ja voi katsoa, kuinka soittaja al-
kaa tanssia kesken kappaleen. Stilimban musiik-
ki kerää varmasti monenlaisia mielipiteitä. Kou-
lun nuoret opiskelijat eivät kaikki välttämättä
saaneet siitä kaikkea irti. Yhtye keräsi silti ylei-
sönsä, ja halli täyttyi hienoista sävelmistä ja rai-
kuvista aplodeista.

Oppilaiden suusta

Oppilaiden mielestä erityisesti vuonna 85 Re-
mix oli mielenkiintoinen ja hauska piristys il-

taan. Tällaista toi-
mintaa toivottiin lisää koululle.

Opaskoirainfoa pidettiin avartavana ja joi-
takin ennakkoluuloja kumoavana luentona.
Stilimban esitys jakoi mielipiteitä puolesta ja
vastaan. Musiikkia pidettiin erilaisena ja mie-
leenpainuvana monella tapaa. Oppilaiden huoi-
mion kiinnostivat erikoiset soittimet. Tällaista
musiikkia ei ole ennen totuttu kuulemaan.

– Stilimba toi päivään vilttejä rytmejä, iloisia
hymyjä ja paljon naurua. Kaiken kaikkiaan se oli
positiivinen tapahtuma.

Skavabölen pojat –elokuva oli monen mie-
lestä odotuksia parempi. Elokuva herätti sy-
vällisiä ajatuksia ja antoi ajattelemisen aihetta.
Elokuva oli myös mukavaa vaihtelua amerikka-
lasiin elokuvaan verrattuna.

– Kerrankin elokuva, jossa lapset osaavat
näytellä. Tarina oli rankka, koskettava muistelu,
joka tarjosi katselijalle sisuksia ravistelevia nau-
rukohtauksia. Todellista viihdettä.

– Kiitokset kaikille järjestäjille ja vastaavia
päiviä saa olla useammin. Tässä on uusi, hyvä
jokavuotinen perinne, antoivat opiskelijat pa-
lautetta kulttuuripäivästä.



KAJAANIN KISOJEN NÄYTELMÄ KERTOI PORVOON VUODEN 1760 TULIPALOSTA.

UPEITA MASKEJA NÄHTIIN FANTASIANÄYTELMÄSSÄ ÄLÄ UNTA NÄÄ.



Harrastuksesta ammattiin

Teksti: Tarja Hiltunen, taideopettaja/ Porvoon Amisto • Kuvat: Porvoon Amisto

Ensimmäisen kerran tapasin Aarnin, kun hän oli aloittanut Amistossa opintoihin valmistavalla linjalla. Olin laittanut koulun seinälle ilmoituksen näytelmäkerhon kokoontumisesta, ja kun Aarni saapui paikalle, hän ilmoitti olevansa kiinnostunut lavastamisesta. Yksi lavastekyllä piti ensin maalata ennen kuin Aarni huomasi olevansa mukana näyttelemässä.

Markuksen tapasin omilla taide- ja kulttuuritunneilla. Olin huomannut, että hän oli valinnut draaman valinnaisina opintoina ja kysyin, haluaisiko hän tulla mukaan näytelmäkerhoon. Markus vastasi, että voin tulla ja olen mä jotain joskus tehnytkin..

Aktiivinen näytelmäkerho

Ensimmäinen esiintyminen tapahtui, kun Suomi täytti 90 vuotta ja suomalainen elokuva 100 vuotta.

Saimme työparini kanssa idean kiertueesta. Tarkoituksena oli kiertää esityksen kanssa jokaisessa toimipisteessä. Näytelmäseurueen lisäksi mukana oli myös koulun bändi. Ideana oli esittää suomalaisista elokuvista kohtauksia, joihin bändi soitti kyseisten elokuvien elokuvamusiikkia.

Seuraava suurempi esitys oli Espoossa 2008 SAKUstars-kilpailuissa. Silloin näytelmäkerhomme esitti siellä itse kirjoittamansa fantasiinäytelmän Älä unta nää. Näytelmä sai kisoissa kunniamaininnan. Näytelmä sai vielä uusintaesityksen syksyllä Uudenmaan koulutuskuntayhtymän opiskelijoiden juhlagaalassa.

Kajaanin SAKUstarsissa 2009 oli vuorossa historiallinen näytelmä. Näytelmä kertoi Por-

voon palosta vuonna 1760, ja käsikirjoitusta varten näyttelijät saivat asiantuntija-apua Porvoon museosta. Koska Porvoossa oli valtiopäivien 1809 juhluvuosi, niin esitimme näytelmää myös Porvoon Grandin näyttämöllä porvoolaisille koululaisille.

Painoviestinnästä teatterialalle

Innokkuutta näyttelemiseen pojilla on ollut aina. Koulun juhlissa ja tapahtumissa oli aina esityksiä ja sketsejä. Suosittuja rooleja ovat olleet Speden pikkupojat ja Nasse-setä jouluterveydyksineen. Viime keväänä Markus ja Aarni valmistuivat painoviestinnän linjalta, mutta hakivat teatterialan opintoihin Järvenpään seurakuntaopistolle. Molemmat ovat viihtyneet hyvin teatterityölinjalla ja vakuuttavat opintojen olevan hauskaa, loistavaa ja kiinnostavaa.

Opinnot sisältävät mm. näyttelijäntyön perusteita, puheilmiasua, tanssia ja ohjaustyötä. Keväällä produktiivtyön jaksolla valmistetaan näytelmä ensi-iltaan. Pojat, "Pasaset", olivat esiintymässä myös SAKUstars-gaalaillassa Vierumäellä joulukuussa Ammatillisen koulutuksen hyvinvointipäivillä. Lisäksi he ovat olleet mukana näyttelemässä Porvoon teatterin Talvisota näytelmässä tammikuussa, jolloin varmasti saivat kokemuksia ulkoilmateatterista 20 asteen pakkasessa.

Tulevaisuuden suunnitelmissa molemmilla on teatterialan jatko-opinnot. Markus Peltola kiinnostaa näyttelijäntyö ja Aarni Kuitusta ohjaaminen. Aina kannattaa uskoa unelmiin ja myös tehdä työtä niiden eteen vakuuttavat pojat.





www.hotellimaailma.fi
Online varausjärjestelmä



24h

>>Tervetuloa >>Välkommen >>Welcome

Online reservations
www.hotelworld.fi





Omnia ja Pirko veivät futsalmestaruudet

AMMATTIIN OPISKELEVIEN FUTSALMESTARUUKSISTA OTELTIIN TAMPEREELLA 16.3. TYTTÖJEN SARJASSA PIRKO JATKOI VOITOKULKUAAN SELVIN NUMEROIN. POIKIEN PUOLELLA SAATIIN UUSI MESTARI, KUN OMNIA KUKISTI FINAALIPELISSÄ VIIME VUODEN YKKÖSEN SALPAUKSEN.

Teksti ja kuvat: Sari Mantila-Savolainen

Tyttöjen turnauksessa alkulohkojen ykkösinä eteenpäin lähtivät Pirko ja Oulu. Välieräpelissä Oulu sai vastaansa Kokkolan, joka selvisi finaaliin tuloksella 2 – 4. Ottelusta näkyi Kokkolan kova tahto päästä finaaliotteeluun.

-Meidän pelihenki ja hyvä yhteishenki veivät joukkueen loppupeleihin. Otteluita on ollut mukava pelata. Näyttää, että kaikilla on peleissä hauskaa. Otteluissa näkyy iloisuus, arvioi Kokkolan kapteeni Elina Tuunala.

Kokkolan joukkue muodostui tulevista lähihoitajista ja kokeista. Yhteisiä harjoituksia porukalla ei turnausta varten ole ollut, mutta melkein kaikki pelaajat pelaavat joko futsalia tai jalkapalloa Kokkolan tai sen lähipiirin kaupungissa. Finaalipelissä Kokkolaa odotti vastassa Pirko, joka alkusarjassa vei Kokkolaa lukemin 8 – 1.

-Pientä taktikointia pitäisi alkaa kehittää loppuottelua varten ja nollata kaikki aiemmat pelit. Finaalissa on lähdettävä otteluun aivan kuin täysin uutta joukkuetta vastaan. Meidän

tyttöjen tehtäväksi jäi pitää tässä turnauksessa Kokkolan mainetta yllä.

Taktikointi ei tuottanut Kokkolan kannalta toivottua tulosta, sillä finaaliin Pirko jatkoi omaa menoaan vieden mestaruuden lukemin 4 – 0. Kolmanneksi tyttöjen sarjassa sijoittui Kuopio, joka kaatoi pronssiottelussa Oulun 2 – 1.

Omnia juhli mestaruutta

Poikien sarjassa mestaruutta lähti tavoittelemaan kuusi joukkuetta. Alkulohkoista ykkösinä välieriin jatkoivat Kuopio ja Valkeakoski. Välieräpelissä Valkeakoski sai vastaansa Omnian, joka otti ottelusta selkeän 6 – 1 voiton. Kulotaottelussa Omnia kohtasi Salpauksen, joka oli välierässä tuloksella 3 – 0 Kuopiota parempi.

Finaalissa Omnian astetta aktiivisempi peli tuotti tulosta. Omnia oli viime vuoden mestari Salpausta parempi 3 – 1.

-Taso oli turnauksessa hyvä, mutta tällä kertaa me oltiin parempia. Viime vuonna Lah-ti tiputti meidät finaalipeleistä, joten tänään oli

kova tahto voittaa. Meidän joukkue uskoi voittoon myös enemmän. Joukkue puolusti kurinalaisesti ja vastahyökkäyksistä iskettiin ratkaisevat maalit, kertoo kapteeni Fatos Syla.

Hyvähenkinen turnaus

Omnian joukkueen valmentajina toimineet Hannu Kujansuu ja Petra Hämäläinen antoivat kehuja turnauksen hyvähenkisyydestä. Oman joukkueen vahvuksiin kuului otteiden paraneminen turnauksen edetessä. Futsalissa pelaajien tekniset taidot pääsivät myös paremmin esille kuin jalkapallossa.

-Joukkueessa on hauskoja tyyppejä ja hyvä henki. Pelaajien perustaitotaso on myös hyvällä tasolla. Joukkue vaati lämpenemistä ennen kuin ottelut alkoivat kulkea. Joukkueemme on jonkin verran myös mielialajoukkue.

-Turnauksen pelit pelattiin hyvässä hengessä. Peleissä ei tehty tahallisia rikkeitä tai aiheutettu kärhämää. Eikä tuomareille heitetty turhaa kommenttia, kiittelee Hannu Kujansuu.

Luovi ja Keuda hallitsivat lentopallokentillä

TUNNELMA OLI TIIVIS PAJULAHDESSA, KUN 40 JOUKKUETTA LÄHTI RATKOMAAN ALEMPIEN SARJOJEN LENTOPALLOMESTARUUKSIA. NAISTEN B-SARJAA HALLITSI AMMATTIOPISTO LUOVI, JOKA TURNAUKSESSA HÄVISI YHDEN AINOAN ERÄN. YHTÄ VAHVASTI M50B-SARJAA HALLITSI KEUDA.



▲▲ Naisten B-sarjasta nousivat A-sarjaan Ammattiopisto Luovi ja kuvassa mustissa peliasuissa pelaava Pirkanmaan ammattiopisto.

▲ Miesten C-sarjan ykkönen oli Ammatti-instituutti lisäksi.

Turnauksessa oli muutaman joukkueen poisjäännin vuoksi yhdistetty naisten B- ja C-sarjat. Sarjaa hallinneen Luovin ykköstykinä häärinyttä Kristiina Aittaa sarjojen yhdistäminen ei häirinyt. Ensimmäinen SAKU-turnaus oli Aitalle positiivinen kokemus.

– Peleissä on leppoisaa tunnelmaa, niin kuin pitää ollakin. Sarjojen yhdistäminen ei haitannut, ja välillä peleissä on saanut tehdä töitä kovastikin.

Aitalla on pelikokemusta sekä liigasta että useammasta ykkössarjan joukkueesta. Tällä kaudella sarjapelit ovat jääneet väliin ajanpuutteen ja rikkoutuneiden paikkojen parantelun takia. Tulevilla kausilla Aitta saatetaan nähdä myös alemmissa sarjoissa pelaamassa. SAKU-turnausta varten Luovin joukkue koottiin paikalla aikataululla.

– Ensimmäistä kertaa täällä joukkue pelaa yksiin. Osa pelaajista harjoittelee viikoittain ja osalla on kulunut pitempi aika, kun viimeksi on tullut pelattua. Yhdessäolo ja tsemppi ovat ol-

leet joukkueelle tärkeitä. Onnellisten ja iloisten ihmisten kanssa on ollut helppo pelata, kiittelee Aitta joukkueovereihinsa viitaten.

Naisten sarjasta Luovin kanssa A-sarjaan nousee Pirkanmaan ammattiopisto, joka finaalissa kaatui lukemin 2 – 0 (25 – 17, 25 – 14).

Kollegakohtaamiset tärkeitä

Miesten 50B-sarjaa hallitsi Keski-Uudenmaan koulutuskuntayhtymä, joka ei yksinkertaisena sarjana pelatussa turnauksessa antanut vastustajilleen erääkään. Lentopallon suosio on Keudan henkilöstöllä tällä hetkellä vahvassa myötätulessa, sillä kevään turnauksissa Keuda esiintyy viiden joukkueen vahvuudella.

– Joukkueessa on mukana runsaasti pelaajia, ja jokaiselle on turnauksessa riittänyt pelaikaikaa. Turnauksen voiton ratkaisimme jo lauantain tiukoissa peleissä. Tänään on ollut helpompia vastustajia. Joukkue on ollut kokonaisuutena hyvä, arvioi Keudan Viktor Ziolkowski.

– Meillä on ollut mukava fiilis. Tärkeintä täällä on kollegoitten kohtaaminen. Tänne on aina ilo tulla ja tavata tuttuja niin kentällä, illalla kuin kahvillassakin. Jutut lentävät tuttujen kanssa. Sosiaalinen puoli on turnauksessa tärkeä.

A-sarjaan Keudan kanssa sarjasta nousee Ammattiopisto Luovi, joka kärsi turnauksessa tappion ainoastaan Keudalle. Kolmanneksi sarjassa sijoittui Ammattiopisto Lappia kahdella tappiolla.

– Kun huomioidaan pelaajien ikä ja sarjataso, niin pelit ovat edenneet niille kuuluvalla tasolla. Sarjanousu nostaa varmasti motivaatiota harjoitella enemmän. Ehkä mitalikin voi olla myös ensi vuonna tavoitteena.

Miesten C-sarjassa nousijoita haettiin 13 joukkueen voimin. B-sarjaan turnauksesta nousivat Ammatti-instituutti lisäksi, Valkeakosken ammatti- ja aikuisopisto, Kainuun ammattiopisto ja Sastamalan koulutuskuntayhtymä/Mänttä.

Teksti ja kuvat: Sari Mantila-Savolainen

Karting

kokoaa taitavimmat kuljettajat radalle



moottoriurheilusta kiinnostuneet opiskelijat kohtaavat toista kertaa tiimikisassa Mika Salo Circuitilla Alahärmässä 20. toukokuuta. Kartingkisa ajetaan endurance-tyyppisenä eli kestävyysajon idealla kisattavana joukkuekilpailuna. Joukkueeseen voi kuulua vähintään neljä tai enintään kuusi kuljettajaa.

Viime vuoden uutuuslaji keräsi ensimmäiseen kisaan 48 opiskelijaa ajamaan mestaruudesta. Poikien joukkoon oli mukaan uskaltanut yksi tyttökuljettaja.

– Tyttöjä mahtuisi radalle enemmänkin. Kisassa viime vuonna ajanut Fanny Malmstedt menestyi mukavasti poikaporukassa. Toivottavasti radalla nähdään tällä kertaa useampiakin tyttöjä, kannustaa liikuntakoordinaattori Miia Uskalinmäki.

– Kisaan on helppo lähteä mukaan. Talo huolehtii kaikista tarvittavista varusteista kenkiä lukuun ottamatta. Kengiksi kannattaa valita ohutpohjaiset kengät, joilla saa parhaan tuntuman kaasupolkimeen. Sandaalit ajoon eivät sovi.

Radalle mukaan mahtuu 15 ensimmäiseksi ilmoittautunutta joukkuetta. Osallistumismaksu on 200 euroa/joukkue. Joukkuemaksu sisältää tarvittavat varusteet sekä oppilaitoksen huoltajan osallistumisen huoltajakisaan.

– Oma ajokilpailu järjestetään oppilaitoksen nimeämille huoltajille. Henkilöstökisa ajetaan yksilökisana, jossa huoltajat, mekaanikot tai tallipäälliköt voivat näyttää taitonsa.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen
www.sakury.net



TAPAHTUMAKALENTERI 2010

OPISKELIJOIDEN TAPAHTUMAKALENTERI		
Tapahtuma	Ajankohta	Paikkakunta
Lentopallo	7.4.2010	Kouvola
Painonnosto	10.4.2010	Lempäälä
SAKUstars-kulttuurikilpailut	13.-15.4.2010	Seinäjoki
SAKU-sählyn lopputurnaus, pojat	huhtikuu 2010	
SAKU-sählyn lopputurnaus, tytöt	huhtikuu 2010	
SAKU Open penkkipunnerrus	5.5.2010	
Karting	20.5.2010	Kouvola
Golf	27.8.2010	Alahärmä (Powerpark)
Uudentyyppinen harrasteliikuntatapahtuma	syyskuu 2010	Oulu
Yleisurheilu + maastojuoksu	syyskuu 2010	
Kamppailu- ja voimailupäivät	26.-27.11.2010	
		Tampere

HENKILÖSTÖN TAPAHTUMAKALENTERI		
Tapahtuma	Ajankohta	Paikkakunta
Naisten liikuntatreffit	9.-11.4.2010	Pajulahti
Äijäpäivät	9.-11.4.2010	Pajulahti
Lentopallo, ylemmät	10.-11.4.2010	Pajulahti
Puolimaraton	8.5.2009	Helsinki
Saaristovaellus	10.-13.6.2010	Saaristomeri
Erävaellus	28.7.-2.8.2010	Kebnekaise
Kulttuurivaellus	23.7.2010	Tampere
SAKU-maraton	14.8.2010	Helsinki
Golf	27.8.2010	Oulu
Kesäkisat (yleisurheilu, suunnistus, petanque, tennis, beach volley)	4.-5.9.2010	
Ammunta, ruutiaseet	syyskuu 2010	Kerava
Ruskamaraton ja Levimaraton	11.9.2010	Levi

KYSY LISÄÄ SAKU RY:N TOIMISTOLTA.
LISÄTIETOA JA ILMOITTAUTUMISET: WWW.SAKURY.NET

Ota yhteyttä!

SAKU RY:N TOIMISTO

SUOMEN AMMATILLISEN KOULUTUKSEN
KULTTUURI- JA URHEILULIITTO, SAKU RY
KUNINKAANKATU 39, 33200 TAMPERE
PUH. 0207 55 10 10, FAX 0207 55 10 18
WWW.SAKURY.NET

TOIMISTO

Toiminnanjohtaja
Saija Sippola
puh. 0207 55 10 14
saija.sippola@sakury.net

Järjestösihteeri
Terhi Lehmusaaari
puh. 0207 55 10 11
terhi.lehmussaari@sakury.net

Liikuntakoordinaattori
Miia Uskalinmäki
puh. 0207 55 10 12
miia.uskalinmaki@sakury.net

**Tiedottaja,
työkykypassikoordinaattori**
Sari Mantila-Savolainen
puh. 0207 55 10 15
sari.mantila-savolainen@sakury.net

**Ammattiosaajan työkyky -hanke
Projektityöntekijä**
Sampsa Stenström
puh. 0207 55 10 13
sampsastrom@sakury.net

**Ammatillisen koulutuksen
hyvinvointiverkosto -hanke
Projektipäällikkö**
Ville Virtanen
puh. 0207 55 10 16
ville.virtanen@sakury.net

Projektiassistentti
Pasi Honkala
puh. 0207 55 10 10
pasi.honkala@sakury.net

HALLITUKSEN JÄSENET

Puheenjohtaja
Antti Lahti
Sastamalan koulutuskuntayhtymä
puh. (03) 5212 3501, @sasky.fi

Juhani Aaltonen
Kokemäenjokilaakson ammattiopisto
puh. (02) 550 4102, @satakola.fi

Artti Antila
Kainuun maakuntakuntayhtymä
puh. 044 038 1930, @kao.fi

Esa Juvonen
Savon ammatti- ja aikuisopisto
puh. 044 785 3035, @sakky.fi

Voitto Kukkonen
Valkeakosken ammatti- ja aikuisopisto
puh. (03) 5742 222, @vsky.fi

Sirpa Leinonen
Ammattiopisto Lappia
puh. 010 383 4320, @lappia.fi

Marita Modenius (vpj.)
Koulutuskeskus Salpaus
(03) 828 2001, @salpaus.fi

Merja Puolakka
Ammattiopisto Omnia
puh. (09) 2319 8902, @omnia.fi

Matti Yli-Lahti
Koulutuskeskus Sedu
puh. 040 868 0600, @sedu.fi

HALLITUKSEN VARAJÄSENET

Pekka Aittoniemi
Keuda, Kerava
etunimi.sukunimi@keuda.fi

Raimo Alarova
Valkeakosken seudun koulutuskuntayhtymä
etunimi.sukunimi@vsky.fi

Jukka Kosunen
Savon ammatti- ja aikuisopisto
etunimi.sukunimi@sakky.fi

Keijo Makkonen
Koulutuskeskus Salpaus
etunimi.sukunimi@salpaus.fi

Hannu Perälä
Jyväskylän ammattiopisto
etunimi.sukunimi@jao.fi

Vesa Pirilä
Ammattiopisto Lappia
etunimi.sukunimi@lappia.fi

Raimo Sivonen
Kainuun ammattiopisto
etunimi.sukunimi@kao.fi

Kristiina Takaneva
Koulutuskeskus Sedu
etunimi.sukunimi@sedu.fi

Oletko lomakunnossa?

SAKU

on the road –kiertue vieraillee kevään aikana parissakymmenessä ammattiopistolaitoksessa eri puolella Suomea ja kysyy, oletko lomakunnossa? Älä ole sairaslomakunnossa!

Työkyvystä huolehtiminen on tärkeää myös nuorelle. Työkyvyn perusta on riittävä fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky. Toimintakykyä täytyy olla enemmän kuin työ vaatii. Jokainen voi vaikuttaa omaan toimintakykyynsä helposti pienillä arkipäiväisillä asioilla. Pidä huolta työkyvystäsi ja ole hyvässä lomakunnossa!

Käy tutustumassa Ammattiin opiskelevien ALPO.fi-hyvinvointiportaaliin ja lue lisää työkyvystä ja kevään kiertueesta. **Kiertueella nähdään!**



Työkykypassiohjaajien kevään koulutuspäivät

MITEN RAKENNETAAN AMMATTIALAKOHTAISIA TYÖHYVINVOINTITALOJA?
 KUINKA MIELEN HYVINVOINTIIN LIITTYVIIN ASIOIHIN VOIDAAN OPETUKSESSA
 PANOSTAA? OLETKO JO MYÖNTÄNYT TYÖKYKYPASSITODISTUKSIA
 ALPO.FI-HYVINVOINTIPORTAALIN KAUTTA?

Tänä keväänä on tarjolla vielä kaksi koulutuspäivää työkykypassiohjaajille.

ALPO.fi-hyvinvointiportaalin käyttökoulutus 20.4.2010
Tampereen ammattiopistolla, Sairaalankatu 6, klo 9.30 – 12.00

Tutustumme ALPO.fi-hyvinvointiportaalin sisältöihin sekä ohjaajan työkalupakin kautta hyödynnettäviin ominaisuuksiin: käyttäjätunnusten hyväksymiseen, työkykypassiin liittyvien suoritusten tallentamiseen ja seuraamiseen sekä työkykypassitodistusten myöntämiseen.

Työkykypassiohjaajien syventävä koulutuspäivä 4.5.2010
Vantaan ammattiopisto Variassa, Tennistie 1, klo 9.00 – 16.00

Aiheina mm. ammattialakohtaisten työhyvinvointitalojen rakentaminen, terveyden ja työkyvyn huomioiminen rakennusalalla, mielen hyvinvoinnin tukeminen sekä käytännön kokemuksia ammat-tiosajaan työkykypassin käyttöönotosta. Asiantuntijoina mukana ovat mm. Jaana Lersi-Uskelin Työ-terveyslaitokselta, Taina Tuhkanen NCC Rakennus Oy:stä ja Tiina Nurmi-Kokko Rakennusliitosta.

Molemmat koulutuspäivät ovat osallistujille maksuttomia. Koulutuspäiville tulee ilmoittautua etukäteen. ALPO.fi-käyttökoulutukseen viimeinen ilmoittautumispäivä on 12. huhtikuuta ja Vantaan koulutuspäivään 26. huhtikuuta.

Päivien tarkempi ohjelma ja ilmoittautumiset osoitteessa www.sakury.net.
 Lisätiedot Sari Mantila-Savolaiselta p. 0207 55 1015.
 Tervetuloa mukaan edistämään ammattiosajaan työkykypassin käyttöönottoa!

