

NOLLE-BOKEN

FYSIOTERAPEUTPROGRAMMET

HT 2022



HEJ BÄSTA FT-NOllan!

STORT GRATTIS TILL DIN PLATS PÅ FYSIOTERAPEUTPROGRAMMET I LINKÖPING!

Vi är så glada att just du ska bli en del av vår fina FT-familj här på Linköpings Universitet! Vi ser så mycket fram emot att få välkomna dig hit till Linköping och hoppas att du ser fram emot Nolle-P lika mycket som vi gör! Vi är supertaggade på att få träffa dig och dina kurskamrater, så vi hoppas att du vill vara med på Nolle-P!

Eftersom vi av egen erfarenhet vet hur förvirrande den första tiden på en ny utbildning och i en ny stad kan vara, finns vi i KraFTen och dina fantastiska faddrar här för att guida dig. De som kommer att vara dina faddrar går nu i termin 3, vilket innebär att de för exakt ett år sedan befann sig i dina skor och var nya här. För att du och dina kurskamrater ska få chansen att lära känna varandra och för att få dig att känna dig som hemma, har vi planerat ett Nolle-P med roliga aktiviteter, sittningar och tävlingar. Nolle-P är framförallt till för att du ska få bekanta dig med dina kurskamrater, Universitetet och Linköping, men även för att lära känna dina faddrar.

I Nolleboken som vi knåpat ihop, hittar du information som kan vara bra att känna till inför din ankomst till Linköping. Även presentationer av oss i KraFTen och faddrar, samt lite andra tips och tricks. **Schemat i Nolleboken är preliminärt och kan komma att ändras!**

Vi hoppas nu att du känner dig lika taggad som vi gör! Har du några som helst funderingar, frågor eller känner dig osäker kring något, är det bara att höra av sig till oss i KraFTen. Vi finns tillgängliga på mail, telefon och sociala medier innan och under mottagningen. Ingen fråga är för stor eller liten. **Nolle-P börjar den 22 augusti, hoppas vi ses då!**

Med kärleksfulla hälsningar,

KraFTen och faddrar



Consensus

MEDICINSKA FAKULTETENS STUDENTKÅR

STORT GRATTIS till din plats här på Medicinska fakulteten!

Du har en spännande tid framför dig, början på en ny del av livet som utan tvekan kommer bli helt fantastisk.

Consensus är studentkåren för alla studenter vid den Medicinska fakulteten på Linköpings universitet. Tillsammans med sektionen på ditt program ser vi till att din utbildning håller högsta kvalitet och att miljön du vistas i är den bästa möjliga för att du ska lyckas med dina studier.

Som kårmedlem gör du din röst hörd på universitetet och får även tillgång till många rabatter, till exempel på kårhusen och många av deras event och gratis frukost sista veckan innan CSN varje månad!

Gå in på medlem.consensus.liu.se för att bli medlem!
Du kan läsa mer om oss och vår verksamhet på www.consensus.liu.se.



KraFTen

Fysioterapeutprogrammets fadderi



Fysioterapeutsektionen

Sektionen för fysioterapeutprogrammet



Reflex

Fysioterapeutprogrammets festeri





GRATTIS till din plats på Fysioterapeutprogrammet!

Det är vi som är Fysioterapeutprogrammets eget fadderi och vårt uppdrag är att anordna en MAXAD mottagning för er nyblivna studenter. Fadderiet KraFTen bildades våren 2021 och består av fysioterapeutstudenter från olika terminer på programmet.

I slutet av NOlle-boken finner du kontaktuppgifter till oss i KraFTen. Vill du veta ytterligare mer om oss och vilka vi är? Kika gärna in på vår Instagram och Facebook.



@KraFTenfadderi



@KraFTen_fadderi



Hej nyantagna student!

Vi i Fysioterapeutsektionens styrelse vill skicka en hälsning för att säga grattis och välkommen till att bli en av oss på Fysioterapeutprogrammet! Vi som sitter i styrelsen arbetar tillsammans med våra utskott Reflex och Kraften för att du ska trivas och få en fantastisk studietid att se tillbaka på.

Vilka är vi då?

Vi är studenter som engagerar oss i det studiesociala studentlivet. Utöver våra studiesocialt ansvarigas arbete jobbar vi med att bevaka utbildningskvalité, arbetsmiljö och internationalisering. Till oss kan du alltid vända dig kring problem/synpunkter gällande utbildningen, miljön och stämningen på campus. Har du ideér på aktiviteter vi kan anordna eller förbättringsförslag på utbildningen finns

Fysioterapeutsektionens styrelse här och vägleder dig!

Vill du engagera dig studiesocialt är vi ett bra forum tillsammans med våra utskott, det finns något för alla! Ta en större del av fysiofamiljen!

Under terminen kan du bli medlem i Fysioterapeutsektionen. När du blir medlem i sektionen blir du också automatiskt medlem i vår studentkår Consensus, som företräder alla medicin- och vårdutbildningar vid Linköpings universitet. Genom att bli medlem tar du del av en hel del förmåner, t.ex. billigare kaffe och fika på studentfikat Örat, fattigfrukost, rabatt på biljetter till fester och får vara med på evenemang såsom sittningar, aktivitetsdagar, idrottstorsdagar med mera!

Vi hoppas och tror att du kommer trivas på utbildningen!

Vi ser fram emot att träffa dig under Nolle-P!

Med vänliga hälsningar,

Fysioterapeutsektionens styrelse 22/23, genom ordförande Vanda Valeskog

Vill du veta mer om oss i Fysioterapeutsektionen?

Bli medlem via <https://medlem.consensus.liu.se>



@Fysioterapeutsektionen

www.facebook.com/fysioterapeutsektionen



@Fysioterapeutsektionen_liu

[instagram.com/fysioterapeutsektionen_liu](https://www.instagram.com/fysioterapeutsektionen_liu)



VÄLKOMMEN ÖNSKAR ERT FESTERI **Reflex**

Bästa FT-nollan!

Stort grattis till antagningen och **välkommen** till fysioterapeutfamiljen önskar alla vi från **Reflex!** Reflex? - undrar du, vad är detta? Jo, Reflex är Fysioterapeutprogrammets festeri! Vår uppgift är att på olika sätt göra studietiden lite roligare med sittningar, pubkvällar, gyckel och andra tillställningar. Exempelvis anordnar vi SjukhUSfesten på vårterminen, vilket är en av de bästa festerna under hela året. Vi alla är sjukt taggade på att träffa er och ha skitkul tillsammans!

Puss och kram från HELA Reflex,
genom Mattias Hane, Caput Major Reflex 22/23.



@Reflex



@Reflex_festeri



CAFÉ ÖRAT

Ditt kårcafé

Café Örat är ditt kårcafé och drivs helt av studenter för studenter som en del av studentkåren Consensus verksamhet. Här kan du köpa kaffe och fika till ett studentvänligt pris, sitta och plugga eller umgås med dina vänner!

Café Örat ligger på bottenvåningen i Kårhuset Örat på Campus US.

Vill du ha gratis kaffe hela terminen och dessutom få gå på en härlig tackfest? Bli caféarbetare på Café Örat! Mer info får du i början av terminen.



Consensus
MEDICINSKA FAKULTETENS STUDENTKÅR

REGLER UNDER NOLLE-P

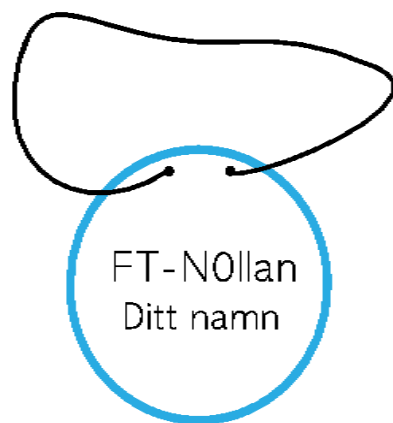
- 1§ NOLleskylten ska **ALLTID** hänga runt NOLLans hals
- 2§ NOLLan ska **ALLTID** bära sitt blåa NOLleband på huvudet (detta får du på plats av faddrarna under NOLle-P)
- 3§ Färgkombinationen blått och vitt är strängt **FÖRBJUDET** att bära
- 4§ NOLLan **SKALL** fjäska för faddrarna, detta belönas...
- 5§ NOLLan **MÅSTE** vinna Nollympiaden
- 6§ NOLLan får **ABSOLUT INTE** dansa till Michael Jacksons låt Billie Jean
- 7§ NOLLan **MÅSTE** lära sig FT-dansen
- 8§ NOLLan **SKALL** vara snäll mot Ninja

PSSSSSTT: Bryter NOLLan mot någon av dessa regler kan vad som helst hända...

HUR DU TILLVERKAR DIN NOLleskylt

1. Leta rätt på en bit skyltmaterial (förslagsvis kartong) och diverse verktyg.
2. Tillverka därefter en cirkel med exakt 30cm i diameter.
3. Gör en blå, 1 cm bred ram runt skylten.
4. Skriv FT-NOLLan överst och ditt förnamn en bit under.
5. Ta sedan ett verktyg och gör ett par hål i skylten att trä ett fint snöre genom. Snöret ska vara långt nog för att skylten ska kunna hänga runt halsen.
6. Färdigt! Ha på dig skylten första dagen på NOLle-P!

Tips! Kvalité på NOLleskylten är att föredra då det finns hungriga äldrekursare... OBS! Felaktigt konstruerad skylt kan leda till okända konsekvenser för FT-NOLLan.



ORDLISTA

Nedan finner du ord som kan vara bra att kunna för framtida tid här på programmet.

Let's studyyyyyy!

FT: Förkortningen av Fysioterapeutprogrammet.

FT-familjen: Din nya familj i Linköping som omfattar alla härliga studenter på fysioterapeutprogrammet.

Nolle-P: Står för "nolleperioden", vilket omfattar dina två första veckor på din utbildning som är till för att du ska känna dig välkommen till utbildningen, din klass och din nya stad.

Nollan: Detta är ni – nyblivna fysioterapeutstudenter– fram tills efter Nolle-P då du övergår till att bli ettan.

Faddrar: Studenter som går termin 3 som finns här för er genom hela Nolle-P och även efter.

Blåklinten: En lunchrestaurang som erbjuder buffé, vilket kan vara ett bra alternativ när du glömt matlådan (Finns på Campus US, ingång 13).

Campus Norrköping: Ett Campus i grannstaden som också tillhör LiU där vissa utbildningar håller till.

Campus US: Här kommer du spendera mycket tid. Detta är vårt och övriga medicinska- och vårdutbildningars campus som hänger ihop med universitetssjukhuset (Kallas även för HU då det förut hette Hälsouniversitetet).

Campus Valla: LiU:s stora campus i Valla där du inte kommer vara särskilt mycket under utbildningen förutom när det är dags för tenta eller fest på Kårallen.

Clinicum: Även kallat Clincan, det är här vi hänger när vi tränar färdighet på varandra.

Festeri: Nästan alla program har ett festeri, det är ett härligt gäng studenter som sjunger gyckel, ordnar fester, sittningar, aktivitetsdagar och massa annat kul som du som student får vara med på.

Flamman: Här finns både studentkorridorer och ett uteställe. Ni kommer troligtvis få bekanta er lite med detta ställe någon dag under Nolle-P.

Gyckel: Ett underhållande framträdande som oftast framförs av festerister.

HG: Ryds Herrgård i Ryds centrum. Här kommer du säkert få tillfälle att slå klackarna i taket då sittningar ibland hålls här.

I fas: Ett sällsynt tillstånd som alla studenter strävar efter...

KK: Kårhuset Kollektivet, ligger centralt i stan och är till för att du ska kunna sitta och plugga och fika på vardagarna och festa på kvällarna.

KraFTen: Det är tio studenter som går termin 2 – 6 som arrangerar och vägleder er genom Nolle-P.

Kravall: Betyder "krav på overall". Det innebär stora och roliga fester där du festar iklädd ovve. Dessa Kravaller hålls nästan alltid på Kårallen.

Kulvert: Underjordiska gångar mellan husen på Campus US som du kommer få bekanta dig med under Nolle-P. Dessa är bra att kunna speciellt när det är kallt och regnigt ute och utomhusvägen inte längre lockar. Man får dock passa sig så man inte går vilse.

Kårallen: Ett hus på Campus Valla där många stora fester äger rum.

Linds café: Ligger i norra entrén på Campus US, där kan du köpa lunch och fika!

Lisam: Studentportalen där allt som rör utbildningen finns, bland annat studiehandledningen.

Matlåda: Som en spargris fast för mat, himla bra för att få CSN att räcka längre.

MB: Medicinska biblioteket. Kan ibland kallas HUB av äldrekursare då det tidigare hette Hälsouniversitets bibliotek. Här finns i stort sett allt du behöver till din utbildning, massor utav böcker och datorer som du kan låna för att klara allt pluggande.

Märken: Finns att köpa i samband med de flesta studentarrangemang. Om tålmodet inte räcker till för att sy kan du alltid följa dina faddrars exempel och limma fast dem istället.

Nollolympiaden: En tävling under Nolle-P mellan alla Nollan på MedFaks olika program, där FT-Nollan ALLTID har vunnit! P.g.a. rådande restriktioner kommer tävlingen ske mellan nollegrupperna inom programmet.

Nolleskylt: Den skylt som Nollan tillverkar själv innan Nolle-P för att sedan bära under HELA Nolle-P tillsammans med Nolle-bandet som du får av faddrarna i början av Nolle-P.

Omtenta: Försök att undvika detta, med det kan hända även den bästa.

Ovve: En förkortning av "overall". D.v.s. den studentoverall som du kommer se dina faddrar traska runt i under hela Nolle-P. Du kommer att få köpa en alldeles egen sedan som du får pryda med massa fina märken efter roliga tillställningar och fester.

Ovveinvigning: En dag då ettan tillsammans med oss faddrar får inviga det finaste plagg ni äger, Ovven!

Patet: En tidigare KraFTenmedlem som avgått sin post.

Reflex: Namnet på fysioterapeutprogrammets fester!

SjukhUSfesten: En fest på KK som anordnas på våren av vårt alldeles egna festeri Reflex!

Studiehandledningen: Din blivande bästa vän som guidar dig genom hela utbildningen och kan hjälpa dig i strävan mot "i fas".

Tenta-P: Står för "tentaperiod".

Tenta: Händelse i slutet av varje kurs där du visar allt du lärt dig.

Örat: Namnet på Medicinska Fakultetens eget café där det godaste chokladdbollarna och billigaste kaffet finns.

LINKÖPINGS UNIVERSITETS KÅRHUS



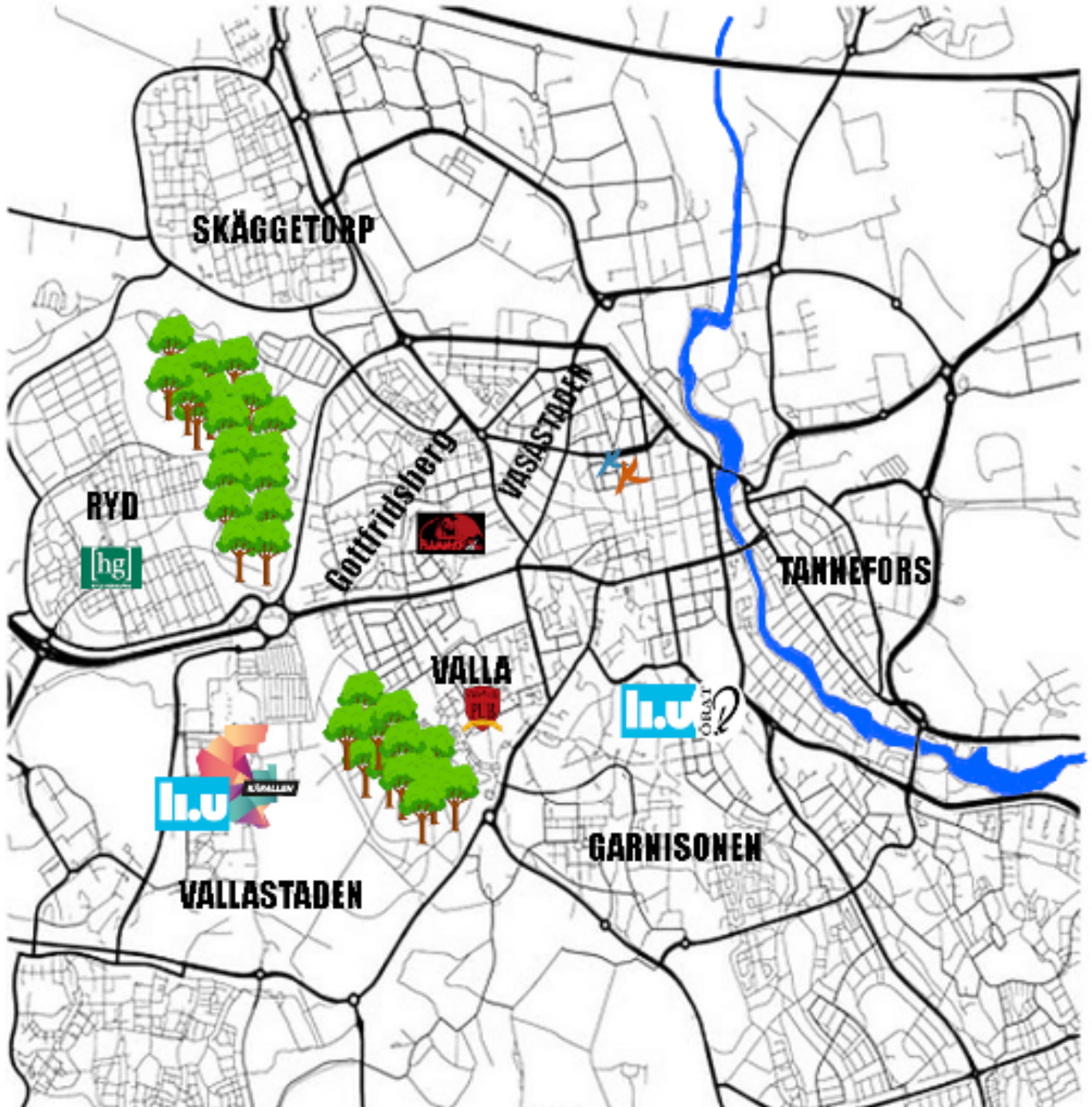
ÖRAT
!



Kollektivet
Ett kårhus



KARTA ÖVER LINKÖPING



BRA-ATT-HA-GREJER

1. **Cykel** - studentens bästa vän och bra att ha för att ta sig runt till alla roliga aktiviteter under Nolle-P, till föreläsningar eller mataffären. Tänk på att ha cykeln utrustad med ett bra lås, reflexer och lyse.



2. **Matlåda** - det finns mat att köpa på campus, men plånboken blir snabbt tom som student. Passa på att ladda upp med matlådor redan innan Nolle-P så att ni äter ordentligt!



3. **Bestick** - kan ju vara bra att äta matlådan med. Har du glömt bestick så finns det engångsbestick att köpa i Deli Marché.









4. **Telefon** - under Nolle-P vill vi ha koll på vår NOllan och vara säkra på att ni kommer hem säkert efter alla aktiviteter, därför är det viktigt med en telefon så vi kan ringa och få tag på varandra.






SCHEMA UNDER NOLLE-P

OBS! ÄNDRINGAR KAN TILLKOMMA! HÅLL DÄRFÖR KOLL PÅ INFORMATIONEN I FACEBOOK-GRUPPEN.

Datum	Aktivitet	Tid och plats
Måndag 22/8	<p>Äntligen är det dags att kicka igång höstens NOLLE-P! Här får ni för första gången träffa era klasskamrater, faddrarna och fadderiet KraFTen. Vårt älskade Reflex kommer även och gycklar för oss!</p> <p>Kan tänkas att Linköping är en ny stad för oss många. Det är inte alltid lätt att hitta i en nya stad, därför är aktiviteten för dagen stadsvandring!</p>	<p>Campus US (Café Örat)</p> <p>12:00 - 16:00</p>
Tisdag 23/8	<p>Det närmar sig skolstart och vad passar inte bättre än att tävla i "Smartare än en femteklassare"?! Dags att repeterar lite kunskaper, de här blir kul!</p> <p>Senare mot kvällen har våra älskade faddrar styrt upp en rolig aktivitet! Vad kan detta vara? Ta på dig oömma kläder och gör dig redo för en riktigt skojig kväll!</p>	<p>Trädgårds- föreningen</p> <p>13:00 - 17:00</p> <p>Trädgårds- föreningen</p> <p>18:00 - 21:00</p>
Onsdag 24/8	<p>Hoppas de första två dagarna har varit bra! Inför kommande sittningar är det bra att veta lite vett och etikett, därför kommer Reflex lära NOLLan hur en sittning går till. Så sjung upp stämbanden, idag blir det sång!</p> <p>Mot kvällen är det äntligen dags för Münchenhoben! Dehääääääär blir kul!</p>	<p>Campus US 12:00 - 14:00</p>  <p>Campus Valla; Blå Havet 17:00 - 01:00</p> 
Torsdag 25/8	<p>I skolan kommer vi troligtvis hänga mycket, låt oss därmed orientera oss här! Därmed kör vi idag campusvandring, med en liten twist! Tips: ta med mellanmål!</p>	<p>Campus US 11:00 - 15:20</p>

	<p>Mot kvällen är det dags för er första ful-sittning! Våra kära arbetsterapeuter kommer även och gör oss sällskap kvällen till ära! Det blir en kväll fullspäckad kväll med massa roligheter och underhållning! Kvällens tema: Olympiska spelen.</p>	<p>Ryds Herrgård 18:00 - 22:00</p> 
Fredag 26/8	<p>Idag är det dags för Nollympiadträning! För att vara så förberedda som möjligt inför NOlympiaden imorgon kommer våra kära T2or göra sitt yttersta för att lära oss de bästa tips och trixen! Dags att göra sig redo genom en ordentligt uppladdning och NOlympiadträning!</p>	<p>Stångebrofältet 12:30 - 15:00</p>
Lördag 27/8	<p>Ladda om batterierna och ta med vinnarskallen, för idag är det dags att ta hem vinsten i Nollympiaden! Tänk på gårdagens träning! NU KÖR VI! Ha oömma kläder!</p> <p>Mot kvällen blir det häng T2-kväll! Dags att bekanta oss ännu mer med detta härliga gäng! - skoooooj!</p>	<p>Stångebrofältet 12:00 - 15:00</p> <p>Plats kommer! 17:00 - 01:00</p> 
Söndag 28/8	<p>VILODAG. Ladda om batterierna och ta en dag ledigt! Vi ses imorgon!</p>	
Måndag 29/8	<p>Idag är första skoldagen! Låt oss ladda upp på bästa sätt genom att äta en sektionsfrukost tillsammans! Därefter går vi gemensamt till uppropet! Spääääännande! Efter lunch är det även dags för er första föreläsning! Tips: ta med matlåda!</p> <p>Kan kan tänkas att det varit mycket nya intryck under den första dagen! Låt oss leka av oss lite genom faddrar mot NOllan! Rekommenderas att ha oömma kläder!</p>	<p>Campus US 07:30 - 14:15</p>  <p>Vallamassivet 18:00 - 20:00</p>
Tisdag 30/8	<p>Känns som att vi har lite bättre koll på Linköping nu va? Därför kör vi nu på en roooooadtrip! Norrköping? Javisst! Ikväll är det dags för barrunda med arbetsterapeuterna! Tjohooooooo!</p> <p>Tänk på medtag av egen mat!</p>	<p>Campus US SAMLING 15:30</p> <p>Norrköping 17:00 - 21:30</p> 

Onsdag 31/8	Ikväll blir ni introducerade till era fantastiska gammelfaddrar som kommer att hålla i en tipspromenad. Detta vill ni inte missa! OJ SÅ TREVLIGT!	Stångebrofältet 18:00 - 21:00
Torsdag 1/9	Nu kanske en del funderingar kring kurslitteratur har kommit upp? Vad passar då bättre än just boktips!? Ni får tillfälle att ställa frågor om allt möjligt. Under kvällen kommer även Fysioterapeutsektionen att bjuda på fika. Kommer även finnas möjlighet för ovve-provning!	Campus US 18:00 - 20:30 
Fredag 2/9	Då var det dags för er första finsittning på KK! Klädsel är så stiligt som om ni skulle gå på Oscarsgalan! Sugen på att fortsätta kvällen med att sjunga, dansa och mingla vidare? Efter sittningen finns det även möjlighet för ytterligare festligheter på KK!	Kårhuset Kollektivet 17:30 - 21:15 Kårhuset Kollektivet 22:00 - 01:00
Lördag 3/9	Idag är det KraFTens dag. Ta chansen att ta er upp till toppen på poängtavlan! Ha oömma kläder! Vi avslutar dagen med grillning tillsammans i snugganparken- myyyyysigt!	Domkyrkan 13:00 - 17:00 
Söndag 4/9	Dagen har kommit då ni inte längre är NOllan, idag dubbas ni till Ettan! Det bjuds på fika och finfina priser kommer att delas ut.	Campus US Sal: Valeriana 14:00 - 15:30 



= Alkohol finns att köpa



= Det kommer finnas något att äta!

FADDRAR **GRÖN** NOLLEGRUPP



Namn: Mattias Hane

Ålder: 21

Telefonnummer: 072-284 81 75

Bor: Korridor i Ryd <3

Hemhemma: Karlstad

Tips till NOLLan: Pontus ger väldigt mysiga kramar

Favoritmuskel: m. sternocleidomastoideus

Fun-fact om mig: dricker mer kaffe per år än Östergötlands befolkning sammanlagt

Hemlig talang: Bra på löpning kombinerat med öl

Matlådetips: Det är nära till PB, köp picadeli!

Om du ska fjäska för mig ska du: HUFFA med Einar eller Kajsa (det behövs) filma och skicka till mig :)

Namn: Felicia Allequist

Ålder: 21

Telefonnummer: 0700477514

Bor: Ramshäll (ett stenkast från US)

Hemhemma: Norrköping

Tips till NOLLan: slösa inte pengar på att köpa nocco på PB, billigare att beställa hem ett flak

Favoritmuskel: m. brachioradialis

Fun-fact om mig: mina rectus femoris är orimligt stela

Hemlig talang: kan förvandla precis ALLT till en mikrofon

Matlådetips: glöm den inte i kylen hemma

Om du ska fjäska för mig ska du: pranka Pontus (bonuspoäng om du får det på film)





Namn: Hugo Andersson

Ålder: 22 år

Telefonnummer: 070-5564565

Bor: Ebbepark

Hemhemma: Bankeryd

Tips till NOllan: Fixa en cykel

Favoritmuskel: M. triceps brachii

Fun-fact om mig: Enäggstvilling

Hemlig talang: Språktjuv

Matlådetips: Tomatpasta med kyckling

Om du ska fjäska för mig ska du: Visa när du kör muskeltøj på någon i Reflex

Namn: Clara Karlsson

Ålder: 22

Telefonnummer: 0730967654

Bor: Gottfridsberg

Hemhemma: Vänersborg

Tips till NOllan: Gör roliga saker vid sidan av plugget och använd er av äldrekursare för studietips.

Favoritmuskel: M. Gluteus maximus

Fun-fact om mig: Brutit handen på snowboard på plan mark

Hemlig talang: Bäst på att baka lussekatter.

Matlådetips: Lasagne

Om du ska fjäska för mig ska du: Utmana någon i Reflex/Kraften i armbrytning. (Bonus vid vinst)





Namn: Linn Fransson

Ålder: 21

Telefonnummer: 0708402951

Bor: Valla

Hemhemma: Lindås

Tips till NOllan: Stressa inte upp dig i onödan, allt löser sig!

Favoritmuskel: M. transversus abdominis

Fun-fact om mig: Gillar att städa orimligt mycket (på riktigt alltså)

Hemlig talang: Är en jävel på att hitta dammtussar

Matlådetips: Krämig pasta

Om du ska fjäska för mig ska du: Visa ditt bästa danssteg (+ om du kan göra det i takt till musik)

FADDRAR **GUL** NOLLEGRUPP



Namn: Oliver Jönsson

Ålder: 21

Telefonnummer: 0730662593

Bor: Korre i Ryd

Hemhemma: Fina Vinslöv (Skåne)

Tips till NOLLan: Alla svar finns i studiehandledningen eller kurslitteraturen

Favoritmuskel: m. teres minor

Fun-fact om mig: Jag kan leva på endast Lyft och Nocco

Hemlig talang: Jag är bra på att försova mig

Matlådetips: Pekas Potatisgratäng, smörgåsskinka, majs och rostad lök

Om du ska fjäska för mig ska du: Ge Einar komplimanger (helst ska han känna sig obekvä)

Namn: Kajsa Ward

Ålder: 21

Telefonnummer: 0722467533

Bor: Lite oklart, inte sällan hos Elina

Hemhemma: Smålandsstenar

Tips till NOLLan: Prova inte Oliver's matlådetips

Favoritmuskel: M. Subscapularis

Fun-fact om mig: För att ha orienterat i närmare 13 år är jag otroligt kass

Hemlig talang: Tappa bort mig...

Matlådetips: Allt kan va en matlåda bara man sänker sina krav

Om du ska fjäska för mig ska du: Utmana Hane på en sprint (bevis om jag inte är där), bonus vid vinst





Namn: Louise Hedestad

Ålder: 21 unga

Telefonnummer: 0703841108

Bor: Irrblosset

Hemhemma: Dömle

Tips till NOllan: Bra pris på celsius-flak på Matsmart

Favoritmuskel: M. Gracilis

Fun-fact om mig: hoppas på att kunna surfa

Hemlig talang: Jag och Isak har bemästrat konsten av korttrick

Matlådetips: Linsgryta

Om du ska fjäska för mig ska du: Utför Macarena till musiken med INLEVELSE! (pluspoäng om det görs i grupp)

Namn: Johanna Hultqvist

Ålder: 20

Telefonnummer: 0739847749

Bor: Korre i Irrblosset

Hemhemma: Vimmerby

Tips till NOllan: Skjut inte upp plugg till sista stund

Favoritmuskel: M.gastrocnemius

Fun-fact om mig: Tror alltid att jag får punka på cykeln i tunga uppförsbackar

Hemlig talang: Är otroligt bra på att uppskatta tid

Matlådetips: Enchiladas

Om du ska fjäska för mig ska du: Styr upp en allsång, pluspoäng för bra låtar



FADDRAR **RÖD** NOLLEGRUPP

Namn: Isak Öhrvall

Ålder: 22 barre

Telefonnummer: 0707249413

Bor: Vallastaden

Hemhemma: Göteborg (Bästkusten)

Tips till NOLLan: Vattenflaska är A & O

Favoritmuskel: Huggans biceps

Fun-fact om mig: Har synts på kenyanska nyheter

Hemlig talang: Kan rappa Bredängstil av Malcolm B

Matlådetips: Fried rice med kyckling

Om du ska fjäska för mig ska du: Dra goa göteborgs skämt för mig
(kommer ha en daglig turnering)



Namn: Pontus Heideman

Ålder: 23

Telefonnummer: 0768960443

Bor: finfina Tannefors

Hemhemma: Hovmantorp

Tips till NOLLan: Använd cykelhjälm

Favoritmuskel: m. Levator Ani

Fun-fact om mig: ramlat med cykel lite för mö

Hemlig talang: grym på att göra pannkakor

Matlådetips: pannkakor med grädde o sylt

Om du ska fjäska för mig ska du: pranka Felicia (bonus om du får det på film)

Namn: Lisa Holmberg Karlsson

Ålder: 20

Telefonnummer: 0761841408

Bor: Colonia

Hemhemma: Vetlanda

Tips till Nollan: Gör ditt bästa så löser sig det mesta

Favoritmuskel: M. Deltoideus

Fun-fact om mig: Har aldrig sett en skräckfilm

Hemlig talang: Jag är en jävel på att blanda drinkar

Matlådets tips: Pesto pasta (glöm ej saltorkade tomater)

Om du ska fjäska för mig ska du: Vi säger en siffra från 1-10 på tre, om den är samma vinner du.



Namn: Alva Bjäreklint

Ålder: 21

Telefonnummer: 0760583727

Bor: Valla

Hemhemma: Bålsta

Tips till Nollan: undvik coop valla (dyraste coop i linkan)

Favoritmuskel: diafragman

Fun-fact om mig: absolut tondöv

Hemlig talang: blandar den godaste tequila sunrise i stan.

Matlådets tips: (Snackstips) bli vän med Louise, hon bakar väldigt goda kakor.

Om du ska fjäska för mig ska du: ta med en klasskompis och bära upp mig i kungatronen

FADDRAR **BLÅ** NOLLEGRUPP



Namn: Felix Kahlert

Ålder: 19

Telefonnummer: 072-020 36 29

Bor: Fina Hejdegården

Hemhemma: Norrtälje

Tips till NOLLan: det löser sig alltid!

Favoritmuskel: m. deltoideus

Fun-fact om mig: Är heltysk, ifall någon undrar varför jag inte kan svenska

Hemlig talang: se äldre ut än vad jag är

Matlådetips: handla det som är billigt och släng ihop något gott, pengar behövs för när man väl glömmer matlåda

Om du ska fjäska för mig ska du: göra en bodybuilderpose med mig och valfri annan fadder (ta gärna en bild för +poäng)

Namn: Maja Olsson

Ålder: 22 ish

Telefonnummer: 070-28 77 519

Bor: Gottfridsberg

Hemhemma: Borlänge

Tips till NOLLan: Glöm inte gaffel (det är SVINDYRT att köpa)

Favoritmuskel: M. Gluteus Maximus

Fun-fact om mig: Kan säga "22 st nyckelpigor" på finska

Hemlig talang: Talanglös

Matlådetips: Kycklingryta med kokosmjölk & ris

Om du ska fjäska för mig ska du: Stå på huvudet





Namn: Sebastian Josefsson

Ålder: 24

Telefonnummer: 0724536604

Bor: Hejdegården

Hemhemma: Värnamo

Tips till NOllan: Walis cykelverkstad, en students bästa vän

Favoritmuskel: M. Gluteus medius

Fun-fact om mig: Orimligt rädd för getingar

Hemlig talang: Språkpolis

Matlådetips: Kycklingfärs med tomatsås, tidlös klassiker

Om du ska fjäska för mig ska du: komma på och demonstrera ett handshake med mig, vinnare kommer koras.

Namn: Olivia Palmgren

Ålder: 26

Telefonnummer: 0766454027

Bor: Tannefors

Hemhemma: Kalma(r)

Tips till NOllan: Chilla, det löser sig

Favoritmuskel: M. Semitendinosus

Fun-fact om mig: Jobbar med att tacklas

Hemlig talang: Är king på att vända pannkakor i luften

Matlådetips: Snabbmakaroner och tonfisk. Snabbt att laga och billigt

Om du ska fjäska för mig ska du: Göra en volt eller dra torra skämt



FADDRAR **LILA** NOLLEGRUPP

Namn: Einar Titus

Ålder: 22

Telefonnummer: 0733951272

Bor: Södra Ekkällan tror jag

Hemhemma: Oaklake

Tips till NOLLan: Google Maps är din vän

Favoritmuskel: m. Trapezius

Fun-fact om mig: Hittar inte hem

Hemlig talang: Har en imponerande scapula-rörlighet

Matlådetips: kyckling + fantasi

Om du ska fjäska för mig ska du: Dra masken



Namn: Freddie Nilsson

Ålder: 21

Telefonnummer: 0763037312

Bor: Korre i Ryd

Hemhemma: Helsingborg

Tips till NOLLan: Ha alltid en proteinshake till hands

Favoritmuskel: m. Gluteus maximus

Fun-fact om mig: Är faktiskt ganska blyg:(

Hemlig talang: Inte många som vet detta, men jag virkar mina egna träningskläder

Matlådetips: Fryst eldorado kyckling, ris och mycket sås;)

Om du ska fjäska för mig ska du: Sjung en valfri disneylåt med mig<3

Namn: Terese Dimblad Gonzalez

Ålder: 27

Telefonnummer: 0708123306

Bor: Vasastaden

Hemhemma: Malmö

Tips till NOllan: Glöm inte att göra roliga saker även under tenta-p.

Favoritmuskel: Teres(e) Major

Fun-fact om mig: Fick mitt första gråa hårstrå när jag var 22.

Hemlig talang: Mästare på handstående brottning

Matlådets tips: Spaghetti och köttfärssås/sojafärssås

Om du ska fjäska för mig ska du: Visa mig dina bästa gymnastiska skills.



Namn: Elin Flink

Ålder: 21

Telefonnummer: 0767710971

Bor: Tannefors

Hemhemma: Linkan, Tannefors;)

Tips till NOllan: Släpp plagget på helgerna, fritiden är lika viktig

Favoritmuskel: M. piriformis

Fun-fact om mig: Pratar typ alltid med mig själv

Hemlig talang: Är otroligt bra på att montera möbler, speciellt IKEA-möbler

Matlådets tips: Allt med pasta

Om du ska fjäska för mig ska du: Göra 20 burpees

KONTAKTUPPGIFTER TILL KraFTEN



GENERAL

ERIK LARSSON

0762299571



GENERAL

LINA KARLSSON

0763975960



SITTING

ELINA FORSBERG

0722278450



SITTING

CALLE BERGQVIST

0733312920



LEK & MATERIAL

JENNY WALLIN

0706206627



LEK & MATERIAL

JULIA NYQVIST

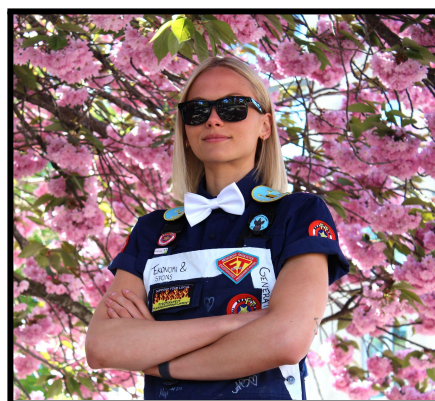
0769009765



EKONOMI & SPONS

VIKTOR WIDLÖF

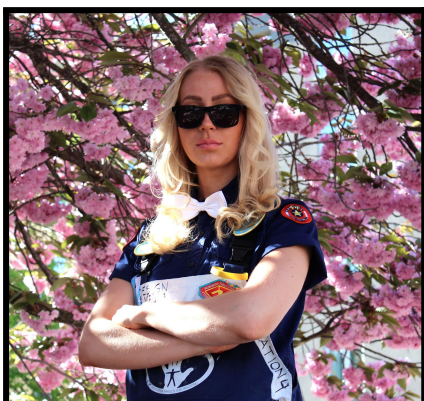
0722437837



EKONOMI & SPONS

WILMA NILSSON

0738135510



DESIGN & MEDIA

OLIVIA BROKVIST

0763393226

SAMLAD INFORMATION OM STUDENTLIVET

STUDENTLIVET.SE

*Överväldigad med information
kring din framtida studietid?*

Vi har samlat allt du behöver veta om
studentlivet och allt roligt som väntar!
Gå in på **Studentlivet.se** - din guide till det
studiesociala livet vid Linköpings universitet.

Följ oss på Instagram!



 **STUDENTLIVET.SE**

HYRESGÄSTORGANISATIONEN **KOMBO**

Svårt att hitta boende? Vi hjälper dig!

Kombo är studenternas kostnadsfria hyresgästorganisation. Hos oss kan du till exempel få hjälp med boende som ny student eller få hjälp i andra boendefrågor.

Kontakta oss:

Via vår hemsida: bostad.karservice.se

Via mail: bomb@karservice.se

Välkommen in och prata med oss i HusETT på Campus Valla!

KOMBO 

Studenternas hyresgästorganisation

SAMARBETSPARTNERS & SPONSORER



**CAMPUS
HALLEN**



städbolaget ab

IN I MINSTA DETALJ.

SAMARBETSPARTNERS & SPONSORER



PUBONSDAG


19-23:30

FLAMMANFREDAG[©]

LIVETSLÖRDAG[™]

22:30-03:00

Linköpings äldsta och billigaste studentpub. Det är alltid lite hetare i underjorden...

 [flammanpubdisco](https://www.instagram.com/flammanpubdisco)

 [flammanpubdisco](https://www.facebook.com/flammanpubdisco)

 www.flamman.org