

MOTTAGNINGSHÄFTE VT23



Foto: Molly Mårtensson

SJUKSKÖTERSKEPROGRAMMET – LINKÖPINGS UNIVERSITET

STORT GRATTIS OCH

...till Sjuksköterskeprogrammet och Medicinska Fakulteten vid Linköpings Universitet! Alla vi faddrar kommer göra vårt yttersta för att få dig att trivas här på LiU och kanske till och med i din nya hemstad. ☺

VÄLKOMMEN...

Mottagningsperioden (N0lle-P) äger rum de första två veckorna och kommer vara fullspäckade med roliga aktiviteter där du kommer få chans att lära känna dina nya klasskamrater och Linköping, som den fantastiska studentstad den just är. Vi förstår att det är många tankar och frågor som snurrar i huvudet just nu, men vi hoppas att detta mottagningshäfte kommer att klargöra en del tankar och frågor. Vi faddrar kommer alltid finnas här för dig och försöka svara på alla frågor och reda ut oklarheter, ingen fråga är dum.

Mottagningsperioden kommer pågå under vecka 4 och 5 och är till för att välkomna dig som student på LiU, men också för att du ska få ett smakprov på studentlivet och allt vad det innebär!

- ♥ **Mottagningen är till för att ni som är nya studenter ska känna er välkomna och trivas**
- ♥ **Allt är helt frivilligt och du bestämmer själv vilka aktiviteter du vill delta på**
- ♥ **Ingen form diskriminering, förnedring eller alkoholhets kommer förekomma**
- ♥ **Under mottagningen råder det respekt och jämlikhet, alla ska bli lika behandlande, oberoende om man är N0llan eller fadder**
- ♥ **N0llefriden råder under hela mottagningen och finns till för att ingen ska känna sig varken favoriserad eller utfryst av en fadder, dvs. en fadder eller arrangör får inte skapa personliga relationer med N0llan under mottagningen**

ORDFÖRANDE



Namn: Cornelis Mellin
Ålder: 28
Hem-hemort: Tjörn
Tips inför Nolle-P: Ha en cykel och ha roligt!
Bästa matlådan: Den du vill äta!

VICE ORDFÖRANDE



Namn: Lisa Heldt
Ålder: 20
Hem-hemort: Södertälje
Tips inför Nolle-P: Pumpa dina cykeldäck!!
Bästa matlådan: Picadeli

HUVUDFADDRARNA VT23

Det är vi som är era huvudfaddrar och ansvariga för er Nolle-P. Oss kan ni fråga vad som helst, ingen fråga är dum!

Under mottagningen kommer även festeriet SSKål, vanliga faddrar och sektionen delta.



SITTING



Namn: Lovisa Kraft

Ålder: 21

Hem-hemort: Sollentuna

Tips inför NÖlle-P: Ha alltid snacks i fickan för energi-påfyllning

Bästa matlådan:

Hemma-gjord gulaschsoppa

SITTING



Namn: Måns Göland

Ålder: 28

Hem-hemort: Ljungsbro

Tips inför NÖlle-P: Missa inte uppropet!

Bästa matlådan: En fryst, så att den kan tina i väskan under dagen och du slipper lämna den obevakad i en kyl.

PR & MEDIA



Namn: Hanna Strähle

Ålder: 19

Hem-hemort: Värnamo

Tips inför NÖlle-P: Kom med ett glatt humör och en positiv inställning

Bästa matlådan: Pastasallad i alla dess former för att slippa köa till mikro. Dock brukar jag glömma matlåda...

EKONOMI



Namn: Wilma Borgebratt
Ålder: 20
Hem-hemort: Linköping
Tips inför Nolle-P: Va med på så mycket aktiviteter som möjligt.
Bästa matlådan:
Korv-stroganoff

EKONOMI



Namn: Amanda Björk
Ålder: 22
Hem-hemort: Linköping
Tips inför Nolle-P: Försök prata med någon ny varje dag
Bästa matlådan: Något kallt så du slipper köa till mikron!

SPONS & RESERV



Namn: Isac Hallin
Ålder: 22
Hem-hemort: Åhus
Tips inför Nolle-P: Bli inte sämsta nollan (från egen erfarenhet)
Bästa matlådan: Köpt fryst mexikansk köttfärs paj

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.



STOPPA SEXUELLA ÖVERGREPP 6 sätt att agera

1. Tänk efter före.

Vad ska du göra om du ser något som skulle kunna bli ett övergrepp? Om du har reflekterat i förväg blir det lättare att agera.

2. Hellre omtänksam än misstänksam.

Hjälp den som är utsatt, i stället för att fokusera på den som gör fel.

3. Sök kontakt.

Se dig omkring - finns det någon mer på plats som ser det du ser?

4. Våga vara först.

Är det ingen annan som reagerar? Agera ändå! Du kan vara den första i en kedja av flera personer som förhindrar ett övergrepp.

5. Bryt situationen.

Gör något som distraherar. Vad händer om du ställer en oväntad fråga eller stänger av musiken? Om ett övergrepp pågår behövs det en kraftigare reaktion och en snabb kontakt med ordningsvakt eller polis.

6. Det är aldrig för sent.

Du kan vara den som hjälper efteråt. Ta kontakt, stötta och erbjud dig som vittne.

Vill du göra mer?
Besök daretocare.se



CAFÉ ÖRAT

Ditt kärcafé

Café Örat är ditt kärcafé 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



PUB ÖRAT

- din nya favoritpub -

MedFaks egna studentpub - helt driven av studenter som en del av studentkåren Consensus, är platsen där du efter en lång pluggvecka får en chans att slappna av inför helgen. På torsdagar förvandlas nämligen Kårhuset Örat till en plats där du får möjlighet att köpa god dricka eller varför inte utmana dina vänner i sällskapsspel?



Vill du jobba på en pub?

SÅKLART DU VILL!

Förutom chansen att lära känna andra studenter, får du på kommande pubar **rabatt** på både dryck och mat. Dessutom vankas det i slutet av terminen en eftertraktad **tackfest** för alla Pubjobbare - den vill du verkligen inte missa! Så, vad väntar du på? Scanna QR-koden och gå med i FB-gruppen "Pubjobbare VT23", så ses vi på nästa pub!



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

Hej där blivande sjuksköterska - GRATTIS till programvalet!

Kom in & häng med oss på MedEasy!

Medeasy är ett kul utbildningsuniversum där du kommer uppleva att du lär dig effektivt med video och humor. Komplicerade ämnen blir förenklade med smarta figurer. Vi har kurser inom anatomi och fysiologi, sjukdomslära, läkemedelsberäkning, hjärt-lungräddning (var med och rädda liv!) och EKG. Till våren kommer även kurser i farmakologi och mikrobiologi.

Ge dig själv ytterligare chans till inläring; förbered dig med kunskap genom att hänga med oss på MedEasy inför en lektion i skolan - ett digitalt komplement till dina övriga läromedel!

Och om du vill komma i kontakt

✉ johanna@medeasy.se

☎ 072 - 168 17 20



SEKTIONEN





SEKTIONEN

Hej och välkommen till Linköping och världens roligaste utbildning!

Vi är Sjuksköterskesektionen på Linköpings Universitet, alltså din sektion, en del av Medicinska Fakultetens kår, Consensus. Sektionen består av studenter från olika terminer som arbetar ideellt, för att alla studenters tid ska bli så bra som möjligt. Vi jobbar med arbetsmiljöfrågor, utbildningspåverkan och för att se till att vi studenter trivs och har ett så bra, roligt och givande studentliv som möjligt.

För att du som student ska kunna påverka din studenttid är det oerhört viktigt att just DU blir medlem i kåren! Genom ett medlemskap kan man ta del av en massa kul som händer under året och även en hel del rabatter!

Häng med i allt som händer på din blivande sektion genom att gilla vår Facebook-sida "Sjuksköterskesektionen vid Linköpings Universitet" och följ oss gärna på Instagram "ssksektionen_lkpg"

Om du vill komma i kontakt med Sjuksköterskesektionen innan terminsstart kan du mejla oss på ssksektionenlinkoping@gmail.com

Stort grattis till din plats på utbildningen! Ladda upp batterierna inför terminsstart och den fantastiskt roliga mottagningen! Det kommer i alla fall vi göra!

SSKål 22/23





SSKål 22/23

Varmt välkommen till den bästa universitetsstaden och stort grattis till antagningen! Det är vi som är SSKål, sjuksköterskeprogrammets egna festeri.

Du undrar säkert vad vi som festeri gör? Jo, som festeri har vi den roliga uppgiften att bland annat anordna fester, sittningar och andra roliga aktiviteter för er studenter, dels på detta program, men även för andra program på LiU. Vårt mål är helt enkelt att bidra till att din tid på universitetet ska bli så rolig och händelserik som möjligt. Vi kommer att träffas vid ett flertal tillfällen under mottagningen och ser verkligen fram emot att få hänga med er!

Är du nyfiken på vad vi hitta på eller har några funderingar så är det bara att kika in på våra sociala medier. Du hittar oss som @SSKål2223 både på Facebook och Instagram. Se till att ladda upp rejält för terminsstart, så ses vi i januari!

Många kramar från SSKål <3

STUDENTERNAS KÅRHUS



TRAPPAN är kårhuset i Norrköping, mitt i strömmen. Hjärtat i campus Norrköpings studentliv där du kan plugga, pubba och klubba. Här finns studieplatser alla veckodagar med självservering av kaffe – helt gratis!

KÅRALLEN

KÅRALLEN är kårhuset som ligger stolt förtöjt mitt på campus Valla. Ombord finns rum för både studentkårer, föreningar och festerier. Här finns möjlighet att arrangera och delta i stora studentfester, och missa inte det studentdrivna caféet och de mysiga pubarna i Baljan!



KOLLEKTIVET är kårhuset på Ågatan mitt i centrala Linköping. Här samsas på kvällstid stora sittningar och fester med föreläsningar, konserter och mycket annat. På dagarna fylls huset av studieplatser, café och konferenser.



RYDS HERRGÅRD

RYDS HERRGÅRD [HG] är studenternas herrgård mitt i Ryd. Perfekt för studier, pubhäng, sittningar och studentfester. Under 2019 återinvigdes vår anrika herrgård efter den mest omfattande renovering som gjorts under husets 50 år som kårhus



ÖRAT är kårhuset på campus US i Linköping. Här kan du fika på Café Örat, använda studieplatserna eller hyra festvåningen.

För att du ska kunna ta del av all information och allt roligt som kommer hända, kan det vara bra om du går med i vår Facebook-grupp, ”SSK-N0llan VT23 Linköping”. I gruppen kommer all information rörande mottagningen publiceras och där kan du också kontakta någon av oss huvudfaddrar om du har någon fråga eller fundering.

På Instagram heter vi ”sskn0llanvt23”, så in och följ oss där! Det kommer både ske uppdateringar där innan och under N0lle-P.

Vi finns även på TikTok där vi också kommer uppdatera. Där heter vi ”sskn0llanvt23”



[LÄNK TILL TIKTOK](#)



[LÄNK TILL FACEBOOK-GRUPP](#)



[LÄNK TILL INSTAGRAM](#)



Foto: Molly Mårtensson

PRIS FÖR NOLLE-P

För att få delta på alla roligheter dessa två veckor kommer det finnas ett nollepaket att köpa för 560kr. Aktiviteterna som ingår i nollepaketet är märkta med en symbol, för att enkelt kunna se vilka som ingår. De aktiviteter som inte ingår och kommer betalas separat är markerade med en viss symbol, samt vilka aktiviteter där alkohol kan förekomma om så önskas.

De aktiviteter som inte ingår i nollepaketet kommer det säljas biljetter till under nolle-p och betalas separat via Swish när det närmar sig. Mer info kommer läggas ut i Facebook-gruppen!



INGÅR I NOLLEPAKET



BETALAS SEPARAT



**AKTIVITET MED
ALKOHOL. (FRIVILLIGT)**

FÖRSTA VECKAN

Måndag 23/1

Upprop och välkomnande

Äntligen är första dagen av N0lle-p här! Dagen börjar med upprop. Vi kommer följa er till rätt sal där uppropet kommer hållas. Därefter blir det pyssel och lekar så N0llan lär känna varandra. Kanske får vi besök...



Tisdag 24/1

Kulvertorientering och matlådetävling

Vilka är det egentligen som bor och rör sig nere i kulverten? Du behöver inte vara orolig, HF kommer visa N0llan hur man hittar på campus US. Vem har egentligen bästa matlådan?



Onsdag 25/1

Stadsvandring

Idag ska ni lära er att hitta runt i Linkan! En dag som denna kan det vara bra att ha en cykel. Vi kommer visa er ställen som är bra att ha koll på. Kanske får vi besök under stadsvandringen...



Torsdag 26/1

Sittningsskola med SSKål

Idag blir det sittningsskola med vårt kära SSKål. Ni kommer lära er allt om vad ett Gückel innebär, hur ett tempo fungerar och mycket mer!



Fredag 27/1

Pubbrunda

Idag är det dags för pubbrunda tillsammans med läk-N0llan. Det är SSKål och Medsex som kommer visa er Linkans bästa ställen att hänga på.



Lördag 28/1

N0llympiaden och ÄoPoP-sittning

Vilken N0llan är bäst på kexvissling, tampongrace och irländsk julafton? Den årliga N0llympiaden går av stapeln (ingår i N0llepaketet). Till kvällen är det dags att rota fram lakanet för temat är traditionsenliga TOGA! Det vankas N0llans första sittning tillsammans med läk-N0llan.



Söndag 29/1

Vilodag

Efter en fullspäckad vecka med många nya intryck får äntligen N0llan vila. Perfekt dag att förbereda matlådor!

ANDRA VECKAN

Måndag 30/1

Nöllefesten

Idag är det dags för den traditionsenliga Nöllefesten på Trappan i Norrköping! Vi samlas och tar campusbussen tillsammans.



Tisdag 31/1

Pluggstuga

Idag kör vi en pluggstuga! Vi ska ge alla våra bästa tips och trix, och ni kommer få chansen att ställa frågor.



Onsdag 1/2

Sektionssittning

Idag bjuder sektionen in till sittning! Ladda upp rejält inför sittning med tema ”om jag inte skulle plugga till sjuksköterska skulle jag...”



Torsdag 2/2

Myskväll

Idag vankas det myskväll med quiz och film. Perfekt som paus mitt i veckan. Trots mys kan Nollan aldrig vara säker...



Fredag 3/2

Cykelfest

Nu är det dags för Nollan att hälsa på hos varandra. Ni kommer laga förrätt, varmrätt och efterrätt hos olika Nollan. Hur kul!



Lördag 4/2

Fulsittning

Fram med ballongerna och partyhatten, för nu vankas det fulsittning på Örat med tema barnkalas! Gör dig redo för en toppenkväll med allt vad ett barnkalas har att erbjuda! Kom mätt i magen.



Söndag 5/2

Avslutning och tårttävling

Sista dagen är här :(, men den ska såklart avslutas på topp! Dags för Nollan att presentera sina gäckelkunsaker för HF. Den årliga tårttävlingen går av stapeln, ovve kommer provas ut och mycket mer!



ORDLIST

A

Akuten: 1. Årets bästa kravall som anordnas av SSKål på valborg. 2. Plats där man kan hamna vid för stor törst (se alkohol).

Alkohol: Intages med måtta, varken för mycket eller för ofta (se bakis).

Ambulansen: 1. Höstterminens bästa fest som anordnas av SSKål. 2. Snabbaste vägen till akuten.

Basgrupp: Er nya familj under nästkommande tre åren med basgruppshandledare som mamma/pappa.

Bakis: Tillstånd där vätskebalansen är rubbad vilket medför svåra smärtor i huvud och illamående. Uppstår när det blir för mycket blod i alkoholomloppet (se alkohol).

Consensus: Medicinska Fakultetens (MedFak) studentkår.

CSN: Får man sin månadspeng ifrån. Bör ej blandas ihop med CNS.

CNS: Centrala nervsystemet, bör ej blandas ihop med CSN.

Cykel: 1. Bästa transportmedlet. 2. Kretslopp.

Eftersläpp: Fest efter sittning man kan gå på.

Fadder: Nyantagna studenters bästa vän i lila overall som älskar er villkorslöst.

Familjen: Faddrarna och nyantagna studenter.

Festeri: Glatt utskott som fixar fester och gäcklar (se SSKål).

FilFak: Filosofiska Fakulteten.

Flamman: 1. Korridorsboende. 2. Uteställe. 3. Gammalt ex.

Fulvin: En dryck som många festerier brygger.

Föreläsning: Bör man gå på.

Godkänt: Ingen skam att inte få det på första, andra eller tredje försöket.

Gückel: Underhållande framträdande, framförs oftast i sjungande grupp.

IPL: Interprofessionellt lärande. Första samarbetet med våra framtida kollegor.

Hätta: Snygg huvudbonad som ALLTID ska bäras under Nolle-P. Kompletteras med snygg skylt.

Kondom: 1. Ångestdämpande. 2. Håller SSK-familjen intakt.

Kravall: KRAV på overALL. Kul fest i partydress (se overall).

Kulvert: Underjordiskt gångsystem mellan US-husen.

Kårallen: Hus på Campus Valla där många kravaller äger rum. Blir för många ett andra hem också.

LiUkort: Studentleg som införskaffas för tillträda till tentor, salar, kravaller och campusbussen.

Lila: Finaste färgen vi alla älskar, ju mer lila desto bättre!

Linkan: Slangord för Linköping.

Mellanfest: Fest mellan festerna, viktigt för att hålla igång!

MedFak: Medicinska Fakulteten.

Märken: Overallens bling bling.

Nollan: SSK:are som ännu inte blivit etta.

ORDLIST

N0llympiad: Tävling mot andra MedFak-N0llan

N0lle-P: N0lleperioden/mottagningen

Norpan: Slang för Norrköping

Omtenta: Finns. Skrivs om

man inte klarar tentan på 1a, 2a eller 3e försöket

Overall: Bärs av småbarn och studenter. Får endast tvättas i Stångån

Prioritering: Något viktigt som bör utföras innan något som är mindre viktigt.

Prokrastinering: Att skjuta upp till morgondagen (se tenta-P)

Resorb: Tablett som återställer vätskebalansen.

Bra att ha i medicinskåpet (se bakis)

Sektionen: Ett SSK-gäng som hjälper till att utveckla programmet.

Anordnar även aktiviteter.

Sittning: Stämningsfull middag med gückel.

SSK: Sjuksköterska.

Skål: Utbringas mer än en gång under en fest och sittning.

Skylt: Ska alltid hängas på nyantagna studenters mage.

A
SSKål: 1. Vårat överlägset grymma festeri i lila med kortare ben på overallerna
2. Felstavning av skål (se alkohol)

Tenta: Är man aldrig förberedd för men det brukar lösa sig ändå tillslut.

Tenta-P: Lediga dagar innan tenta, används med fördel till att plugga (se godkänt)

TekFak: Tekniska Fakulteten.

Trädgårdsföreningen (TF): Park som ligger mellan MedFak och Linköpings centrum.

Underkänd: Händer alla, löser sig oftast på något sätt.

US: Universitetssjukhuset.

Valla: Rekreativsområde och Campus nära Ryd som befolkas av FilFak och TekFak.

Vallamassivet: Stort berg nära Campus Valla som man kan rulla ner för.

Villevalla: Uteställe på Vallavägen.

Ångest: Kan man få (se bakis, underkänd)

Ärtor, pannkakor & punsch: ÄoPoP, traditionell sittning tillsammans med Läk.

Örat: 1. Del av kroppen som används för att lyssna
2. MedFaks egna café och pub som serverar gofika och billigt kaffe!

PACKLIST

A

CYKEL



En students viktigaste ägodel. Du kan ta dig fram snabbt, smidigt och billigt! Äger du ingen cykel, köp en...du kommer inte ångra dig!

MOBIL



Används för att hålla kontakten med alla dina nya vänner och för att kunna ta del av all viktig information. Se till att Swish fungerar, så underlättas alla betalningar under Nolle-P!

MATLÅDOR



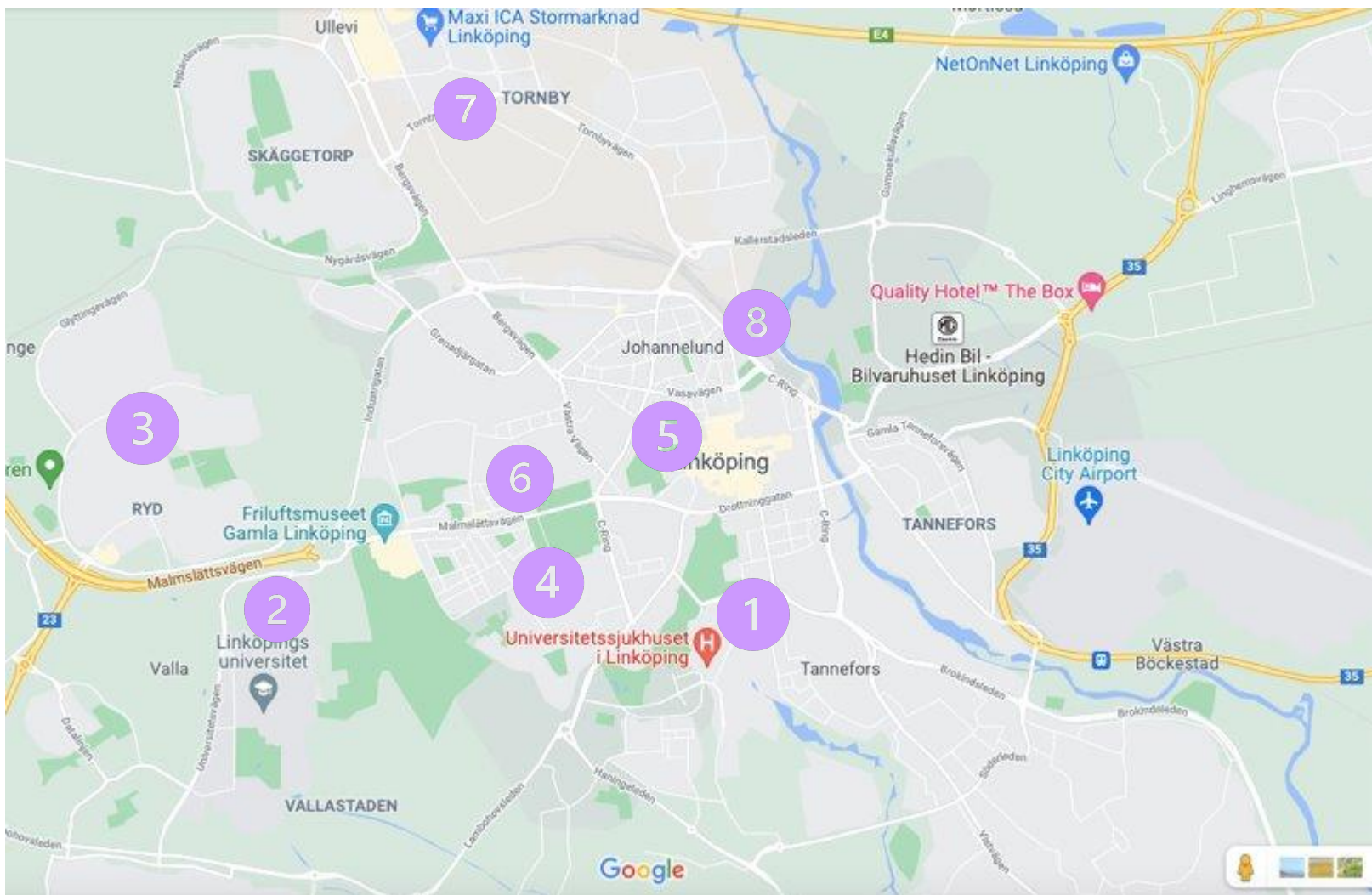
För att kunna lägga all tid på det roliga så kan det vara bra att förbereda matlådor!

KLÄDER



Kolla igenom planeringen över mottagningsveckorna för att kunna planera in vilken klädsel som behövs. Flyttar du hemifrån för första gången kan det vara bra att titta över vilka kläder som behövs packas ner därifrån. Både oömma och varma kläder behövs, men glöm heller inte finstassen!

HITTA I LINKÖPING



- 1 Här är Medicinska fakultetens ”hemma” campus, campus US. Här finns Café Örat.
- 2 Här är LiU:s största campus, campus Valla. Här ligger kårhuset Kårallen.
- 3 Ryd. Här bor många studenter i både korridor och lägenheter. I Ryd finns också ett av alla kårhus, Ryds Herrgård.
- 4 Irrblosset. Här bor många studenter. Kårhuset Kollektivet. Här anordnas fester, sittningar och på helgen är det nattklubb. Dagtid finns det ytor att sitta och plugga på, och ibland kan man ha en och annan föreläsning här.
- 5 Flamman. Både studentbostäder och pub. Här anordnas fester, sittningar och på helgen är det också nattklubb.
- 6 Tornby. Här kan du handla på bland annat Ikea, ICA Maxi och köpcentret Ikano.
- 7 Resecentrum. Där alla tåg och bussar går ifrån om du ska åka till hem-hem.
- 8

SPONSORER



PÄNDY

The word "PÄNDY" is written in a large, bold, red, sans-serif font.

VI SER FRAM EMOT ATT FÅ TRÄFFA ER ALLA!



Foto: Molly Mårtensson

