

Pohjois-Haagan Yhteiskoululla terveyst messut

Pohjois-Haagan yhteiskoululla järjestettiin ensimmäisellä kouluviikolla 9.–14. tammikuuta terveystapahtuma, joka kesti maanantaista lauantaille. Lauantaina oli myös poikkeuksellisesti normaali koulupäivä ja oppilaiden vanhemmilla oli terveystapahtuman ohella mahdollisuus tutustua koulun ja opetukseen. Viikon toteutaneessa työryhmässä toimivat opettaja **Johanna Mattinen**, terveydenhoitaja **Jaana Elo-Rauta** ja kuraattori **Tero Seitsonen**.

Yhteistyökumppaneita koululla olivat Helsingin kaupungin liikuntavirasto, Terveys ry, Maito ja terveys ry, Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia, Finnfood ja Sydäntautiliitto.

Stadian terveydenhoitajaopiskelijat olivat pystyttäneet koulun voimistelujuhlasaliin ”uniklinikkan” lehtoreiden **Helena Vidgrenin** ja **Oili-Katriina Mellinin** johdolla. Taustalla oli tieto siitä, että koululaiset kärsivät univajeesta. Tarkoituksena oli herättää koululaiset ajattelemaan unen määrän ja



Terveydenhoitajiksi opiskelevat Svea Rudik ja Miia Naarminen sekä lehtori Helena Vidgren opastivat Pohjois-Haagan Yhteiskoulun oppilaita ja heidän vanhempiaan univajeen välttämässä ja terveydenhoidossa muutenkin.

vuorokausirytmien tärkeyttä. Lisäksi oli tavoitteena jakaa uniklinikalla tietoa unesta sekä ohjata nuoret terveystiedon lähteille jättäjien esitteiden ja nettivinkkien avulla. Teemataapahtuman myötä Stadiassa opiskelevat tulevat tervey-

denhoitajat tutustuivat siihen ympäristöön, missä he aikanaan valmistuttuaan mahdollisesti tulevat työskentelemään 4 vuotta kestävä koulutuksensa jälkeen.

Tämä oli neljäs kerta kun koulussa järjestetään

tämänkaltaisen suurempi viikon mittainen tapahtuma, aikaisemmillä kerroilla on keskitytty turvallisuuteen, seksuaalikasvatukseen ja päihteisiin.

Pohjois-Haagan yhteiskoulussa on yläaste ja lukio, joissa on yhteensä

noin 850 oppilasta. Koulun yläaste painottaa lähi kouluna toimimisen ohella myös urheilua ja matematiikkaa. Lukiossa puolestaan toimii yleislinja ja urheilulinja. Painotusaineiden vuoksi koulussa on oppilaita muualtakin kuin Haagasta, käytännössä ympäri pääkaupunkiseutua.

Koulu on hallinnollisesti yksityinen sopimuskou-

lu, joka toimii kuitenkin kaupungin ja valtion tuella ilman lukukausimaksuja. Koulu perustettiin aikanaan haagalaisten vanhempien toimesta. Se täyttää tulevana syksynä 50 vuotta ja tätä juhlistaan lokakuussa. Koulusta ja sen tapahtumista löytää tuoreimmat tiedot netistä www.phyk.fi

Kuvat **KK**.



Pohjois-Haagan Yhteiskoulun oppilaat koittavat miten pallo osuu pienessä humalassa. ”Humala” saatiin aikaan erikoisilla laskeilla, ei normaalilla tavalla.

Etelä-Haagan kirjastosta saa lainata kävelysauvoja

Kirjojen ohella Etelä-Haagan kirjastosta voi kirjastokortilla nyt lainata myös kävelysauvoja kirjastokortilla. Palvelu on Haagassa aivan uusi, ensimmäiset sauvat jaettiin 26. tammikuuta. Vaikka palvelu Etelä-Haagassa on uutta, on kävelysauvoja lainattu Helsingin kaupungin liikuntaviraston toimesta muutamista kirjastoista jo vuodesta 2001, kertoo lähiöliikuttaja **Hannele Haverinen**. Lainausta tehdään mm. Maunulassa, Viikissä ja Myllypurossa.

Kävelysauvojen laina- aika on kaksi viikkoa ja ne on palautettava Etelä-Haagan kirjastoon, josta ne on lainattukin. Niitä ei siis voi palauttaa mihin vain kirjastoon kuten kirjoja. Lainaminen on kuitenkin yhtä vaivatonta kuin kirjojenkin osalta, pelkkä kirjastokortti riittää. Lainasujärjestelmä on sama kuin kirjoillakin. Kirjaston henkilökunta myös opastaa sauvojen käytössä, mm. pituuden pitää olla kullekin käyttäjälle sopiva.

Liikuntavirasto pyrkii kävelysauvojen lainaamisella tekemään liikkumisen helppoksi. Sauvojen käyttö myös sopii kaikille ja on yksinkertaista. Se ei myöskään ole vain keski-ikäisten naisten harrastus, kuten nykyään kuulee väitettävän, toteaa lähiöliikuttaja Haverinen.

Nyt siis kulttuuria kirjojen muodossa reppuun ja liikuntaa sauvojen muodossa mukaan, kaikki kätevästi samasta paikasta.



Kirjastonhoitaja Saara Ihämäki lainaa kävelysauvat Riikka Hyökyrannalle, Joonas Hyökyranta ja lähiöliikuttaja Hannele Haverinen seuraavat toimitusta.

Haagalaisbussi



Helsingissä liikkui tammi kuun lopulla hyvin haagalaisen oloinen punainen bussi, jossa oli erilaisia Haagaan viittaavia lauseita ja tututa näyttävä nettiosoittekin. Kyseessä ei kuitenkaan ollut tämännimiseen kaupunginosaan tai Haagalainen-lehteen liittyvästä asiasta, vaan Haaga-ammattikorkeakoulun opiskelijoiden toteuttamasta Roadshow-henkisestä turneesta, joka kohdistui pääkaupunkiseudun lukioihin. Opiske-

lijat markkinoivat Haaga-ammattikorkeakoulua turneellaan ja bussi oli sisustettu koulun tyyliin. Bussin teippaus oli Haaga-amk:n tämän kevään mainoskampanjan ilmeen mukainen ja sama linja jatkui bussin sisuksissa. Ammattikorkeakoulun mainoskampanja koostui erilaisista HAAGAmaisista sloganeista, joita on kaikkiaan 10 erilaista. Roadshow liittyi oppilaitosten yhteishakuun 20.3.–7.4.

Haaga-ammattikorkeakoulu toimii neljällä kampuksella, Helsingissä Haaga Instituutissa, Helsingin liiketalousinstituutissa ja Malmin liiketalousinstituutissa sekä Vierumäellä Vierumäen liikuntainstituutissa. Ammattikorkeakoulussa voi opiskella restonomiksi, tradenomiksi (AMK) ja liikunnanohjaajaksi (AMK).

Lisätietoa Haaga-ammattikorkeakoulusta ja sen koulutusohjelmista saa osoitteesta www.haaga.fi