



ESPOSTI

1/2026

Toimitus

M. Edberg

Katarina Chicherina

Milja Takala

Atte Lievonen

Anna Ryhänen

Susanna Akkila

Katariina Heiskari

Kansi: EV

Taitto: Tommi Mosconi

image: Flaticon.com



Sisällysluettelo

Pääkirjoitus	4
Reksi takarivissä	5
Uusi vuosi on alkanut ja maailmantilanne on ahdistava – mitä voin tehdä?	7
Vastuuta ja välittämistä vuoteen 2026	9
Alun ja lopun kohtaaminen	11
Opiskelijakunnan hallituksen terkut	13
Urheilu	14
Erasmus-projekti Italiassa	19
Hyvästi abit!	21
Musadiplomin konsertti ei petä koskaan	23

Pääkirjoitus

Anna Ryhänen

Koulussa oli lounaaksi kananugetteja. Hyvä ruoka, mutta siinä se ongelma onkin. Tiesin, että syömään mennessä olisin onnekas, jos saisin ruokaa heti, mutta en saanut. Huolimatta siitä, että ruokalassa ei ollut ketään ja edelläni oli neljä ihmistä, jouduin odottamaan. Kestän kyllä lyhyen odottelun, mutta on rasittavaa tuijottaa lappua, jossa lukee max 6 kpl, kun edessä olevat ottivat jokainen ainakin 15 nugettia.

Tilanteessa ei ole tietenkään kyse kananugeteista, vaan siitä, että ruokaa ottavia ei kiinnostanut perässä tulevat. Oma etu meni täysin muiden edelle. Näin voi käydä koulussa helposti muutenkin. Käytävillä ei anneta tilaa ohikulkijalle, takana kävelevälle ei pidetä ovea auki. Muista ihmisistä, oli kyse sitten opiskelijoista tai opettajista, ei selvästikään välitetä tarpeeksi, että näin voisi tehdä.

Jokainen, tietenkin minä mukaan lukien, syylistyy välillä siihen, että muut ihmiset jäävät huomioimatta. On ymmärrettävää, että näin käy, sillä koulupäivät alkavat aikaisin ja ovat pitkiä, ja ympärillä on myös paljon ihmisiä, joihin ei jaksaisi kiinnittää minkäänlaista huomiota. Olisi kuitenkin hyvä muistaa, että jos itseään väsyttää, niin väsyttää monia muitakin, eikä se, että joutuu tunkeutumaan ihmisjoukon läpi luokkaan päästäkseen, ovi sulkeutuu naaman edestä kiinni tai ruokalasta loppuu ruoka, ainakaan helpota kenenkään oloa.

Muille pienten, yksinkertaisten ystävällisyyden osoitusten suominen auttaa yleistä ilmapiiriä. Kukaan ei odota sitä, että joku tervehtii tuntematonta tai hymyilee täysin vieraalle ihmiselle, mutta pienet teot voivat silti parantaa jonkun mielialaa huomasti. Ikinä ei voi tietää, mitä joku käy läpi. Kun koulun ilmapiiri on hyvä, on kaikkien mukavampi olla siellä ja keskittyä opiskeluun.

Hyvää (myöhäistä) alkanutta uutta vuotta!

Reksi takarivissä

Anna Ryhänen

Mitä ihmettä? Takariviin ilmestyi kolmannessa periodissa ykkösten tunneille uusi ja innokas kasvo: rehtorimme Juha Kivioja. Etukäteen hän kertoi haluavansa tällä tavoin päästä kunnolla kiinni opiskelijoiden arkeen.

1. Millaisen roolin otit itse vierailijana? Opitko itsestäsi jotain vierailuiden aikana? Millaisia muistoja Juha-lukiolaisesta kumpusi esiin?

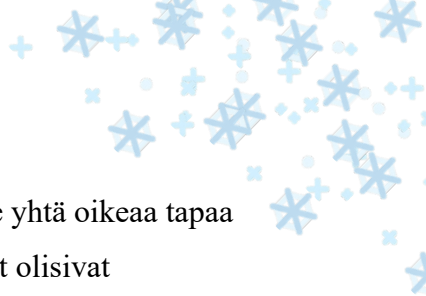
Useimmilla tunneilla yritin asettua opiskelijan asemaan ja miettiä, minkälaisena oppitunti näyttäytyy opiskelijan näkökulmasta. Useammallakin tunnilla minua alkoi kiinnostamaan opetettava asia sen verran, että uppouduin kuuntelemaan opettajaa. Erityisesti yhteiskuntaopin ja filosofian tunnit olivat mielenkiintoisia.

Välillä siirryin opettajan rooliin, kun huomasin opiskelijoiden pelaavan tietokoneella. Muutamalla oppitunnilla pääsin myös ohjaamaan opiskelijoita. Lähinnä tietysti omissa aineissani eli matematiikassa ja fysiikassa.

Muistot omista lukioajoista ovat aika haalistuneita opettajauran alle. Sen verran muistan, että lukioaika oli minulle aika raskasta ja vaikeaa, koska kielten opiskelu aiheutti isoja murheita. Ymmärrän hyvin opiskelijoita, joilla on erinäisiä vaikeuksia opinnoissa.

2. Mitä nostoja tekisit vierailuista? Tai millaista lyhyttä yhteenvetoa kokonaisuudesta?

Päällimmäiseksi minulle jäi mieleen, että opiskelijat saavat erinomaista opetusta ja Jyllan opiskelijat ovat mukavia ja oppimishaluisia. Olemme täällä Jyllassa aika etuoikeutettuja. Me saamme tänne taitavia, opiskelumyönteisiä ja kohteliaita nuoria. Opiskelijat puolestaan saavat parhaita opettajia. Aina kun meillä on opettajan haku, saamme valita monesta hakijasta meille sopivimman ja parhaan.



Vierailuista jäi myös mieleen, että opetustavat ovat hyvin erinäiset, mutta ei ole yhtä oikeaa tapaa opettaa. Muutenkin päivät kävisivät entistä raskaammaksi, jos kaikki oppitunnit olisivat samanlaiset. Joskus on kiva kuunnella opettajan jäsenneilyä luentoa ja toisella tunnilla oppia toiminnallisesti tai tehdä ryhmätöitä.

Tosin huomasin, että opettajilla on paljon hyviä käytänteitä, joita voisi jakaa kollegoille.

Konkreettisena asiana minulle vahvistui käsitys siitä, että rajat vapaa-ajan ja työn välillä ovat tarpeelliset. Aika harva nuori tai aikuinen pystyy irrottautumaan somesta tai peleistä ilman selkeitä rajoja. Jos kännykkä tai tietokone on saatavilla, ei mene kauaa, kun ajatukset ovat poissa opeteltavasta asiasta.

3. Tuletko vierailuille joskus myöhemminkin?

Olin suunnitellut tätä jo useamman vuoden ajan, mutta aina tuntui olevan kiireitä. Tämä oli kuitenkin ehdottomasti tähän kuluneen ajan arvoista ja aion tehdä vierailuita säännöllisesti.

Tervetuloa vaan! Ykkösten mukaan et häirinnyt tunteja;) vaan toit mukavan piristysten normiarkeen.

Uusi vuosi on alkanut ja maailmantilanne on ahdistava – mitä voin tehdä?

M. Edberg

Trump on pommittamassa maita, Ukrainassa on suuri sota, lasten ja nuorten lukukyky huononee nopeasti ja varmasti AI vaarantaa luonnon sekä lasten aivot toiminnan ja koralliriutat ovat kuolleet. Mitä ihmettä normaali henkilö voi tässä tilanteessa tehdä? Mitä oman mielentilan kohentamiseksi voi enää keksiä?

Tunteet

Ensinnäkin on tärkeää hyväksyä, että sinulla on tunteita. On normaalia olla vihainen, pelokas tai surullinen. Näiden tunteiden sivuuttaminen on aivan turhaa ja joudut kohtaamaan ne myöhemmin kymmenkertaisena, ellet käsittele niitä aikaisin. Älä odota itseltäsi, että olet jatkuvasti iloinen tai energinen.

Tunteita ei kannata pysäyttää tai piilottaa kokonaan, mutta niitä voi hallita. Jos olet todella vihainen tai ahdistunut jostakin syystä, on hyvä opetella tunnistamaan tunteet. Usein vahvat tunteet ja ahdistavat ajatukset alkavat häiritä varsinkin iltaisin juuri ennen nukkumaanmenoa. Silloin on ehkä hyvä ottaa esiin vihko ja kirjoittaa siihen tunteet tai ajatukset, jotka häiritsevät. Voit tällöin lukea vihkosta asiat seuraavana päivänä, kun olet nukkunut. Moni todella pelottava tai surettava asia voi tuntua pienemmältä, kun olet saanut kunnolla unta.

Suru tai viha ovat usein aggressiivisia tunteita, ja tilanteessa, jossa puhuminen ei auta, on ehkä hyvä purkaa tunnetta johonkin turvalliseen fyysiseen aktiviteettiin. Esimerkiksi liikunta voi auttaa todella paljon, ja jos liikunta on syystä tai toisesta mahdotonta, myös pelit voivat auttaa.

Uutiset

Uutiset ovat todella usein negatiivisia, varsinkin tällä hetkellä. Ehkä olet huomannut, että uutisten seuraaminen on todella raskasta ja se vaikuttaa mielentilaasi todella vahvasti. Älä seuraa uutisia joka päivä, vaan pääätä mieluummin jokin hetki viikosta, jossa olet rauhallinen etkä joudu heti nukkumaan tai kouluun. Lue tai katso negatiiviset uutiset läpi ja tee jälkeenpäin jotain, josta tykkäät. Esimerkiksi liikunta tai piirtäminen voi auttaa, jos uutiset ovat todella synkkiä.

Esimerkiksi Helsingin Sanomien kotisivuilta löytää myös “hyviä uutisia” -osion, jossa kerrotaan positiivisia uutisia lähiajoilta, ja pelon tai ahdistuksen saapuessa hyvät uutiset voivat myös auttaa.

Pieni hyvä

Omaa mielenterveyttä voi parantaa tekemällä pieniä hyviä päivittäisiä tekoja. Kävellessäsi bussipysäkille voit esimerkiksi heittää maasta löytyneen roskan roskikseen tai laittaa rahankeräyslaatikkoon kaupassa kaikki sinulle turhat viiden sentin kolikot. Monille hyvät teot tuottavat pienen kipinän onnea, joka kantautuu pitkälle. Myös samalla, kun teetät itsellesi terveempää mielentilaa, autat muita.

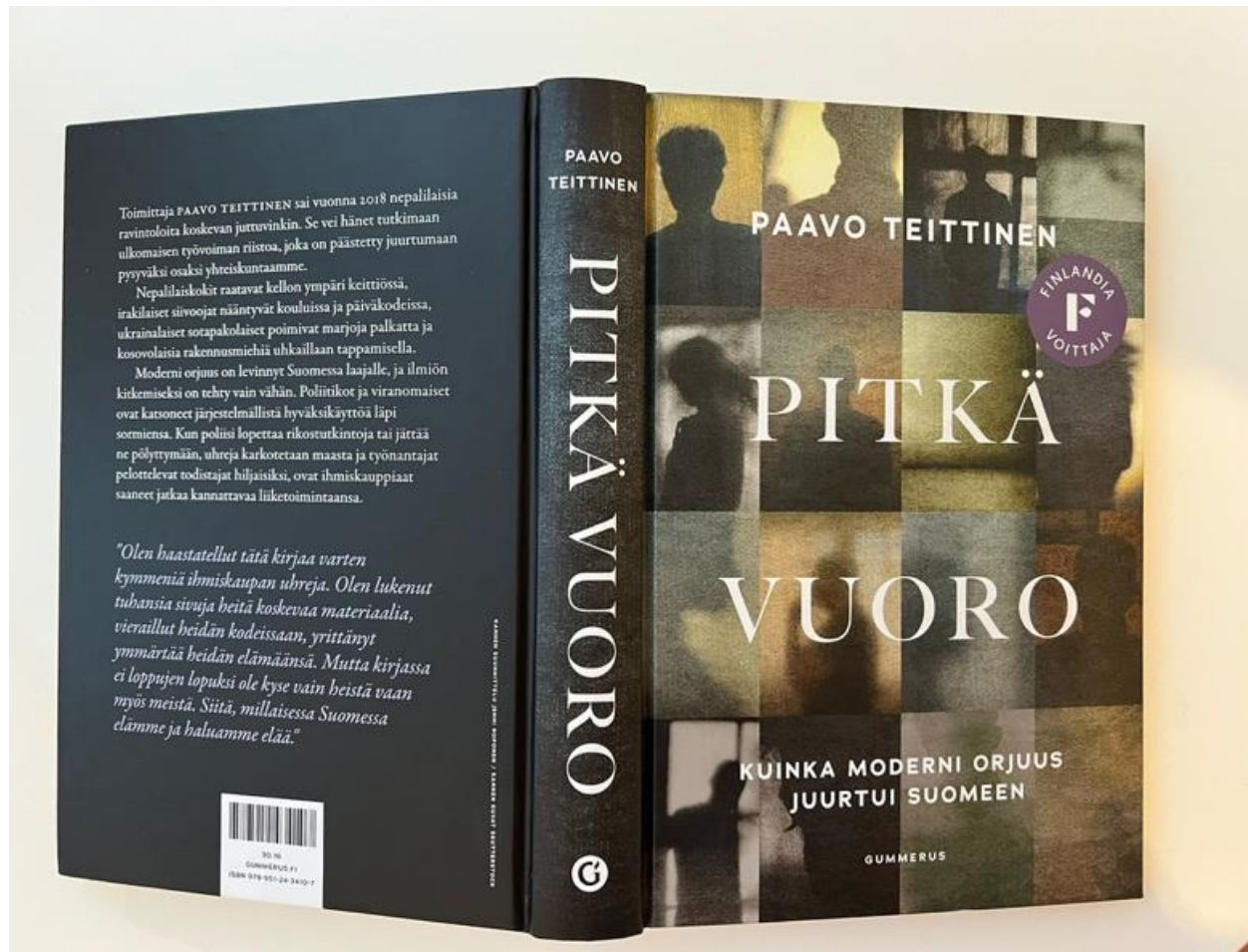
Et ole yksin

Puhu ystävillesi, perheellesi tai koulukuraattorille tai -psykologille tunteistasi ja peloistasi. Sinä et ole heikko, vaikka haluat tai tarvitset toisilta hieman tukea. Jos puhut ystävillesi, saatat saada selville, että heilläkin on samankaltaisia huolia ja pelkoja. Myös kuraattorille tai psykologille jutteleminen on hyvä idea eikä avun hakeminen ole koskaan väärin tai noloa.

Pidä huolta itsestäsi! Toivon sinulle hyvää vuoden jatkoa!

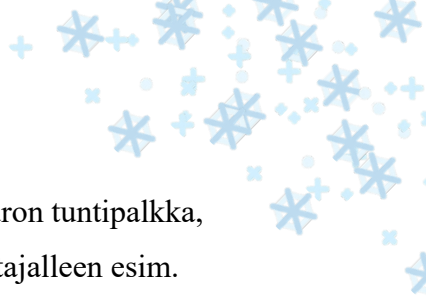
Vastuuta ja välittämistä vuoteen 2026

Susanna Akkila



Kuvaaja: Olivia Kluszewski

Viime vuoden tietokirjallisuuden Finlandia-voittaja on painavin kirja koskaan. Paavo Teittisen ”Pitkä vuoro” (2025) kertoo satojen haastatteluiden ja tuhansien dokumentointien - varmistetun faktan - avulla, miten ohitamme koko ajan modernin orjan, ihmiskaupan uhrin. Siis meillä koti-Suomessa, ja ihan Espoossakin. Tutkivasta journalismistaan palkittu Teittinen on jo aiemmin julkaissut Helsingin Sanomiin artikkeleita mm. ravintoloista, joiden työvoima elää epäinhimillisissä oloissa. Nyt vastaavat tarinat kerrotaan muun muassa siistijöistä, marjanpoimijoista, rakennusalan ammattilaisista: Kaukaa kotimaastaan perheelleen elantoaan ansaitsemaan lähtevä ihminen maksaa ensin tuhansia euroja ns.



kynnysrahaa välittäjälleen päästäkseen töihin Suomeen. Täällä odottaa parin euron tuntipalkka, yleensä ei sitäkään. Joku voi palatessaan kotimaahansa olla jopa velkaa työnantajalleen esim. asumisestaan tehtyään päivittäin töitä lähes kellon ympäri.

”Miksi myydä huumeita, kun voi myydä ihmisiä”, kirjassa kysytään. Oikeuskäsitykseemme ei mahdu, miten hyvinvointivaltiossa ihmisoikeusrikoksia katsotaan ohi ja miten ongelmat ovat niin syvällä rakenteissa, että virkamiehet eivät tutki kunnolla aina edes räikeimpiä rikoksia. Teoksen lohduttomin viesti on, että on todella vaikea saada oikeutta, jos vastassa on isoja yrityksiä, monia kerrostumia väärinkäytösten historiaa ja vaikuttamaan päässeen ihmisen ahneutta. On myös kiusallista, miten moni kuluttaja hyväksyy ihmiskaupan uskotellessaan, että uhri eläisi kuitenkin parempaa elämää täällä kuin kotimaassaan.

On inhimillistä väsyä synkkiin uutisiin, etenkin kun niitä tuntuu olevan koko ajan vain yhä enemmän. Teittinen kuitenkin osoittaa, että meillä ei ole mahdollisuutta katsoa pois päin. Me voimme vaatia kunnan työoloja jokaiselle. Vähintäänkin voimme moikata oman koulun siivoojaa, antaa bussissa istumapaikan väsyneelle raksaajalle ja tipata kunnolla wolt-kuskia, joka pyöräili lumituiskussa tuomaan subin kotiovelle. Kun olemme ystävällisiä, joku voi joskus uskaltautua pyytämään apua, ja silloin viimeistään on aika toimia. Jo nyt voi toki keskittää euronsa vain eettisesti päivänvaloa kestäviin yrityksiin, vaikka oma mukavuus siitä vähän kärsisikin.

Taakka maailman epäkohdista nimittäin kevenee, kun omat pienet teot osoittavat vastuuta ja välittämistä. Tarvitsemme painavia kirjoja kertomaan ikävistä asioista, jotta voimme olla osa rohkeaa muutosta.

Kirjaa on tilattu Jyllan kirjastoon ja sitä luetaan äikän kursseilla.

Paavo Teittinen on myös äikän vieraana keväällä!

Alun ja lopun kohtaaminen

Katarina Chicherina

Uusi alku alkaa uudesta lopusta. Se loppu oli merkityksellinen ja se vaikutti elämään jotenkin. Näin ollen alkaa uusi alku. Puhdas sivu, valkoinen taulu ja kaukaisuus, joka odottaa edessäsi. Ihmiselle tapahtuu paljon muutoksia ja paljon loppuja, jolloin alkaakin paljon uusia alkuja. Asiat, jotka loppuvat, voivat olla kaverisuhde, harrastus tai esimerkiksi opinnot. Moni abi menee kohta tilaan, jossa loppu ja alku kohtaavat.

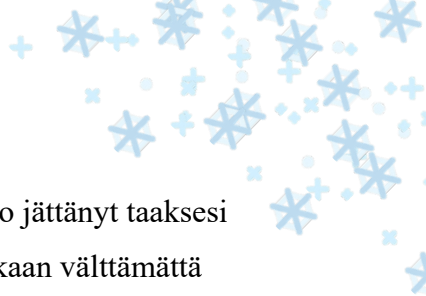
Moni valitsee pian uuden polun, uuden suunnan, joka vaikuttaa moneen seuraavaan vuoteen tai jopa loppuelämään. Se on vaikea päätös, mutta päätös on tehtävä. Miten jatkat seuraavaksi? Se on kysymys, jota moni miettii, sillä se aika kuitenkin tulee kohta, jolloin se päätös tehdään tai se tehdään sinun puolesta. Se, että ei tee päätöstä, on myös päätös, ja jos päätöksenteko halutaan siirtää myöhemmälle, niin sen voi tehdä, mutta päätöksentekoa ei voi paeta loputtomiin.

Halu olla varma omasta päätöksestä on monelle tärkeää. Kuitenkin harvoin sellainen tunne ihmisillä on: tunne, että päätös on oikea. Aina päätöksenteossa pitää luopua jostakin merkityksellisestä tai ei niin paljon tärkeästä asiasta, mutta luovuttava on.

Kun asioista luovutaan, samalla jätämme pienen palasen meistä vain muistoksi. Halu usein on ottaa kaikki mukaan jatkoa varten, mutta välillä niiden yhteys on niin kaukainen, että ne eivät ylitä tietä toistensa kanssa. Kuitenkin joskus myöhemmin, kaukana nykyisestä, tiet saattavat ylittyä, mutta se ei ole enää samaa, se on aivan erilaista ja sinun täytyy hyväksyä se. On luovuttava asioista, jotka estävät jatkamaan siihen suuntaan, mihin halutaan.

Halu on ehkä yksi vahvimista ihmisen piirteistä. Halutaan tätä ja sitä ja aina tavoittelemme johonkin meidän haluamaan asiaan. Olemme aina halunneet jotain. Kuitenkin se halu ei toteudu kovinkaan usein ja tällöin koittaa pettymys ja turhautuminen. Tällainen tilanne vaatii vahvuutta. Tällainen tilanne kohtaa, kun ihminen aloittaa uuden alun.

Se uusi alku ei välttämättä aina onnistu. Usein se ei onnistukaan, ainakaan ekalla kerralla. Näin ollen pitää kerätä voimat ja jatkaa eteenpäin, löytää uusi tapa toteuttaa haluamansa tai vielä vaikeampaa; luopua haluamastaan. Silloin vaikeus ei ole vain siinä, että jotain loppui, mutta



myös se, että jotain ei alkanut. Vaikka jokin ei toimi eikä uutta alkua tule, olet jo jättänyt taaksesi asioita, jotka jouduit jättämään, jotta alku olisi lähempänä. Lähellä se ei kuitenkaan välttämättä ole, mutta ei myöskään täysin kaukaisuudessa.

Kaukaisuuden janoaminen ei auta meitä tavoittamaan asioita nopeasti. Se vain stressaa meitä. Parempi aloittaa tavoittelulla pieniä asioita, jotka lopulta johtavat siihen kaukaiseen tavoitteeseen. Jokaisella ihmisellä pitäisi olla tavoitteita. Se motivoi meitä jatkamaan. Se laittaa pyörät pyörimään, kun tavoitellaan jotakin.

Uusi alku voi alkaa uudessa paikassa. Kaukana mukavuusalueesta, kaukana turvasta ja rauhasta. Se saattaa olla pelottava, mutta saattaa myös olla jännittävä, vahvistava ja tärkeä. Haluan uskoa, että lopusta seuraa alku, joka on kehittyneempi versio vanhasta. Se versio ei odota vaan menee suoraan eteenpäin ja etsii oikean suunnan. Se suunta ei välttämättä heti löydy, mutta matka on harvoin hyvä ilman mutkia.

Välillä on vain pakko valita se epämukava mutkikas ja epävarma tie, jotta pääset aloittamaan sinun uutta alkua. Silloin, kuin uusi alku lähestyy, loppu on jo saapunut. Avaat oven ja vaikka kuinka yrittäisit, et pysty saamaan sitä kiinni. Loppu on jo täällä, mutta alku on myös. Siitä, mistä loppu ja uusi leikkaavat, on hyvä aloittaa.

Opiskelijakunnan hallituksen terkut

Atte Lievonen

Opiskelijakunnan hallituksessa on tapahtunut vallanvaihto ja nykyään puheenjohtajana toimii Pauli Källman ja varapuheenjohtajana Iris Kela.

OPKH on saamassa perintörahaa 1500 euroa käytettäväksi, mihin liittyen lähetämme kyselyn wilmaviestitse teille ja voitte vaikuttaa siihen, mihin rahat tullaan käyttämään.



Uusi puheenjohtaja löytyy kuvasta takarivistä toinen oikealta. OPKH on myös tehnyt sääntömuutoksia liittyen jäsenen erottamiseen ja asiasta päätetään 9.2. järjestettävässä kokouksessa kello 11.25. Kokousta saavat tulla seuraamaan kaikki, jotka haluavat. Kokous järjestetään OPKH-huoneessa, terveydenhoitajan ja kuraattorien huoneiden käytävällä.

Urheilu

Milja Takala

Jalkapallo

Valioliiga:

Vuosi alkoi neljällä tasapelillä, joissa yhteensä tuli vain kaksi maalia. Seuraavalla kierroksella Fulham onnistui pelaamaan tasapelin Liverpoolia vastaan. Kärkikamppailu Manchester City - Chelsea päättyi 1-1. Samalla Arsenal kärjessä jatkoi voittoputkeaan. Seuraava peli Liverpoolia vastaan päättyi 0-0 tasapeliin, kuten myös viimeisin peli Nottingham Forestia vastaan. Kierroksen isoin yllätys oli Manchesterin derby, jonka Manchester United voitti uuden valmentajansa johdolla. Kärkisijoilla majaileva Aston Villa hävisi Evertonille eikä onnistunut hyödyntämään Cityn sekä Arsenalin pistemenetyksiä.

LaLiga:

Real Madrid ja valmentaja Xabi Alonso päättivät lopettaa puoli vuotta kestäneen yhteisen taipaleensa. Päätös oli yllätys, mutta merkkejä valmentajan vaihdosta oli näkyvissä jo pidemmän aikaa. Real hävisi Barcelonalle Super Cupin finaalin päivää ennen kun päätös julkaistiin. Seuraava peli oli Copa del Rey - ottelu Albacetea vastaan, jonka Real yllättäen hävisi. Albacete pelaa Espanjan toiseksi korkeimmalla sarjatasolla, joten ottelun ei olisi pitänyt olla edes tiukka. Seuraava liigapeli ei Realilta sujunut vakuuttavasti, mutta voitto tuli. Barcelona johtaa LaLigaa Real Sociedadia kärsitystä huolimatta. Ero taakse on kuitenkin vain piste.

Bundesliga:

Vuosi alkoi Saksassa vain seitsemällä pelillä, sillä osassa Saksaa oli liian huonot olosuhteet pelaamiseen. Toisena sarjassa oleva Dortmund pelasi tasan vuoden avauspelin Frankfurtia vastaan, joka antoi mahdollisuuden Bayern Münchenille kasvattaa johtoaan kärjessä. Sen tilaisuuden Bayern myös hyödynsi Wolfsburgin kustannuksella voittamalla ottelu 8-1. Kärkikamppailussa Leipzig - Bayern kotijoukkue yllättäen johti avauspuoliajan jälkeen. Bayern kuitenkin ryhdistäytyi toiselle puoliajalle mennessä ja voitti ottelun lopulta 1-5.

Sarjataulukot 18.1.2026

sija	Valioliiga, pisteet	LaLiga	Bundesliga
1.	Arsenal, 50	Barcelona, 49	Bayern München, 50
2.	Manchester City, 43	Real Madrid, 48	Dortmund, 39
3.	Aston Villa, 43	Villarreal, 41	Hoffenheim, 33
4.	Liverpool, 36	Atletico Madrid, 41	Stuttgart, 33
5.	Man United, 35	Espanyol, 34	RB Leipzig, 32
6.	Chelsea, 34	Real Betis, 32	Bayer Leverkusen, 29
7.	Brentford, 33	Celta Vigo, 32	Frankfurt, 27
8.	Newcastle, 33	Real Sociedad, 24	Freiburg, 24
9.	Sunderland, 33	Athletic Bilbao, 24	Union Berlin, 24
10.	Everton, 32	Girona, 24	FC Köln, 20



11.	Fulham, 31	Elche, 23	Mönchengladbach, 20
12.	Brighton, 29	Osasuna, 22	Wolfsburg, 19
13.	Crystal Palace, 28	Vallecano, 22	Werder Bremen, 18
14.	Tottenham, 27	Mallorca, 21	Hamburg SV, 17
15.	Bournemouth, 26	Getafe, 21	Augsburg, 16
16.	Leeds, 25	Sevilla, 20	Heidenheim, 13
17.	Nottingham Forest, 22	Valencia, 20	Mainz, 12
18.	West Ham, 17	Alaves, 19	St. Pauli, 12
19.	Burnley, 14	Levante, 14	
20.	Wolves, 8	Oviedo, 13	



AFCON

Senegal voitti dramaattisen finaalin Marokkoa vastaan jatkoajalla. Senegal teki maalin lisäajalla, mutta se hylättiin. Hetki tämän jälkeen Marokkolle tuomittiin rangaistuspotku, joka aiheutti kaaosta. Fanit pyrkivät kentälle ja Senegalin joukkue vetäytyi pukukoppiin, ilmeisesti protestina väärästä tuomiosta rangaistuspotkun kanssa. Peli keskeytettiin. Ottelun jatkuessa Marokkolla oli mahdollisuus varmistaa voitto rangaistuspotkusta, mutta Senegalin maalivahti torjui ja peli eteni jatkoajalle, jonka alussa Senegal teki voittomaalin. Pronssiottelussa Nigeria voitti Egyptin rangaistuspotkukilpailussa.

Talviurheilu:

Maastohiihto: Jasmi Joensuu onnistui ottamaan uransa ensimmäisen voittonsa Tour de Skin sprintissä. Koko tourin ajan Johanna Matintalo oli hyvillä sijoilla ja loppunousun jälkeen oli kuudes. Joensuu oli kolmen parhaan joukossa, mutta nousu oli liikaa ja hän putosi sijalle 9. Jessie Diggins voitti Tour de Skin. Miesten puolelta Johannes Høsflot Klæbo voitti jälleen kokonaistourin. Suomalaiset miehet jäivät kauemmaksi, mitä toivottu. Perttu Hyvärinen oli parhaana suomalaisena 20. juuri ennen Petteri Koivistoa, joka oli 21.

Viimeisimmän kisaviikonlopun suurin osa tähdistä jättivät väliin. Suomalaisittain viikonlopun kohokohdat olivat Lauri Vuorisen ja Emil Liekarin sprinttifinaalipaikat. Sijat harmittavasti olivat 4. ja 5. Iivo Niskanen hiihti kauden parhaan kilpailunsa perinteisen 10 km kisassa, jossa hän oli toinen.

Ampumahiihto:

Vuosi alkoi surullisissa merkeissä, kun joulutauon aikana norjalainen Sivert Guttorm Bakken menehtyi Italiassa harjoitusleirillä hotellihuoneessaan. Vuoden ensimmäiseen kisaan mennessä Bakkenin kunniaksi pidettiin hiljainen hetki.

Viimeisimpänä kisaviikonloppuna Suomen naisten viesti oli kauden heikoin, mutta silti olivat kahdeksansia. Viestin voitti Norja alle sekunnin erolla Italiaan ja kolmen sekunnin erolla Ruotsiin. Ranska jäi hieman yllättäen neljänneksi. Miehistä puolestaan Ranska poissaoloista huolimatta voitti ennen Norjaa ja kotiyleisön kannustamaa Saksaa.

Naisten sprintissä ammuttiin hyvin, joten Suvi Minkkisen nollat riittivät kuudenteen sijaan. Hanna Öberg pystyi ampumaan nollat ja hiihtämään nopeiten maaliin. Lou Jeanmonnot oli toinen ja Lisa Vitozzi kolmas. Miehistä Sebastian Samuelsson oli ylivoimainen voittaja ennen Tommaso Giacomelia sekä Isak Freyta. Neljä viidestä suomalaismiehestä pääsivät kahdenkymmenen parhaan joukkoon, joka oikeuttaa takaa-ajo paikkaan.

Takaa-ajo alkoi Minkkisen osalta ikävästi, kun jo ensimmäiseltä paikalta meni kaksi ohi. Tämän jälkeen Minkkinen ei enää ohi ampunut, mutta sijoitus jäi yhdeksänneksi. Venla Lehtonen toisena suomalaisena lähti kisaan kaukaata eikä kahdesta ohilaukauksesta huolimatta pystynyt ihan nousemaan pisteille asti. Vaihderikkaan miesten takaa-ajon voitti Johannes Dale-Skjevdal juuri ennen Eric Perrota, Martin Ponsiluomaa sekä yli kolmekymmentä sijaa noussutta Fabien Claudea. Tero Seppälä sijoittui 16. ja Olli Hiidensalo 17.

Erasmus-projekti Italiassa

Katariina Heiskari

Saimme mahdollisuuden matkustaa mahtavaan Italiaan Erasmus-projektin parissa. Matkamme alkoi lokakuussa matkustaessamme Italian Napoliin. Erasmus-projektimme teemana oli Agenda 2030 ja pääsimme tutustumaan siihen yhdessä ryhmämme kanssa. Meidän yhtiestyökoulumme Nocera Inferiore on luonnontieteellinen lukio. Tutustuimme oppilaisiin ja loimme ystävyys-suhteita, joista opimme erilaisia asioita.

Koululaiset esittelivät meille kouluaan ja olivat valmistaneet meille esityksiä. He esittivät ne omalla vuorollaan ja olimme vaikuttuneita siitä, kuinka valmistautuneita he olivat vierailuumme.

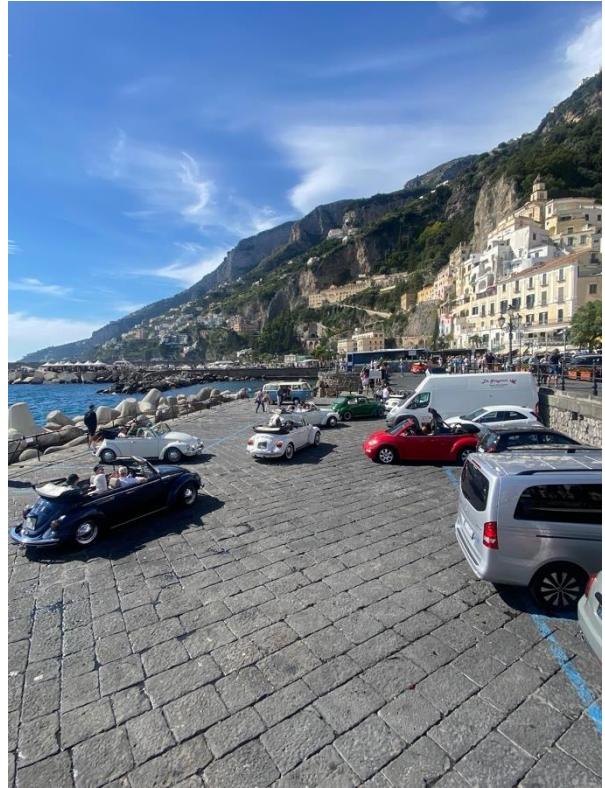


Oppilaat ja opettajat tarjosivat meille myös pientä naposteltavaa ja juotavaa, mikä oli ihana ele heiltä.

Meidän matkamme alkoi matkustaessamme Napoliin. Yövyimme siellä juna-aseman lähetyvillä ja alue oli ruuhkainen. Siitä huolimatta alue oli mukava sekä pieniä kojuja ja kahviloita oli joka suunnassa. Vaikka oli ruuhkaista, näimme, kuinka avoimia ja sosiaalisia napolilaiset olivat, mikä piristi matkaamme. Napolin rakennukset olivat vanhoja, mutta todella kauniita sekä monet sisälsivät upeita yksityiskohtia. Kirkkoja oli todella paljon ja jokainen niistä oli erityinen omalla tavallaan. Suuren ihmismäärän myötä roskiakin näkyi kadun varsilla, vaikka se ei koskenut

kaikkia alueita.

Matkan aikana kävimme monessa paikassa. Matkustimme Salernoon, joka on pienempi ja hiljaisempi kuin Napoli sekä sieltä löytyi maukasta ruokaa. Kävimme myös Casertan linnassa. Linna oli vaikuttava sekä linnan takaa löytyi iso puutarha, jossa vietimme aikaa. Tutkimme ympäristöä sekä kyselimme toisiltamme Agenda 2030 -aiheisia kysymyksiä. Puutarhan jälkeen pidimme pienet esitykset toisillemme Agenda 2030 liittyen ja oli opettavaista kuunnella muiden näkökulmia ja ajatuksia. Matkustimme lautalla myös Amalfin rannikolle, joka oli kaunis alue. Sitruunat olivat näkyvä osa maisemaa ja sitruunanviljely oli osa paikallista kulttuuria. Niistä tehtiin



monenlaisia tuotteita turisteille, mutta myös paikallisille. Hinnat olivat hieman korkeammat kuin muualla, mutta suosittu turistikohde hyötyy siitä taloudellisesti. Talot olivat rakennettu jyrkkää kalliota myöten, mikä teki arkkitehtuurista näyttävän. Monet kävivät uimassa lämpimässä vedessä ja nauttivat tuoreita hedelmiä.

Matkan aikana huomasimme, kuinka kaikki olivat muodostaneet yhden tiiviin porukan, jossa kukaan ei jäänyt yksin. Ystävystyimme syvästi ja muodostimme pitkäaikaisia ystävyys-suhteita, jotka jatkuvat edelleen. Erasmus-matka on täydellinen mahdollisuus saada uusia kavereita, nähdä maailmaa sekä saada parempi ymmärrys siitä, miten ihmiset elää muualla ja millaisia ympäristöhaasteita muut kohtaavat.

Hyvästi, abit!

Näillä terveisillä *ykköset* lähettävät teidät lukulomalle:



Juot liikaa.

Kiroilet liikaa.

Sinulla on kyseenalainen moraali.

Olet siis kaikkea mitä olen koskaan halunnut ystävältäni.

Kun elämä heittää sitruunat kohti,

ystävä tuo sokerin — ja kahvit!

Ystävyys on kuin viinipullo.

Se on helppo rikkoa,

mutta mahdoton korjata.



Mä oon oiva heppu,

on selässäni reppu

ja repun alla peppu,

heippa

oi oiva olen heppu...

se on sit moro

se on siitä vaa

Moikkelismoi

Moikka

Kaikkea ei tarvitse ratkaista tänään, riittää että kuljet oikeaan suuntaan.

Hei hei onnea matkaan :D

Musadiplomien konsertti ei petä koskaan



Kiitos, Alyssa, Lybov, Luukas ja Laura ja kaikki soittajat ja mukana olijat puhumattakaan av-tiimistä, jotka järjestitte musiikin lukiodiplomin merkeissä konsertin 22.1.



Yleisö oli vaikuttunut taitavasti ja ammattitaitoisesti toteutetusta keikasta, jonka kokonaisuus rakentui herkkien kappaleiden myötä aina jyhkeään metalliin. Näimme lavalla tuttuja, aina yleisön hurmaavia esiintyjiä, ja uusia lahjakkuuksia, joista toivottavasti myös kuulemme vielä lisää.

