



DIAKONISSESTIFTELSEN

studenter

2

HÅNDBOGEN

0

2

5



INDHOLD

Hilsen fra studentervejlederne.....	2
Kom godt igang på dit nye studie.....	3
Vejviser på de forskellige platforme.....	4
Studievejledning.....	6
Studentervejledningen - vi er her for dig.....	7
4 gode råd til din studiestart.....	8
Råd og udvalg på UC Diakonissestiftelsen.....	9
Om bøger - indscanning og biblioteker.....	10
Om Diakonissestiftelsen.....	11
Praktiske oplysninger om skolen.....	12
Mød de studerende.....	13
Mød underviserne.....	15
Forebyg stress - 5 gode råd.....	17
Ny i København? - inspiration til hverdagslivet.....	18
Overlev på SU - 7 gode råd.....	19



HILSEN FRA STUDENTERVEJLEDERNE

Hej og velkommen til UC Diakonissestiftelsen! Vi har udarbejdet denne Studenterhåndbog til dig, som er ny på uddannelsen. Vi vil blandt andet hjælpe dig med at finde vej og give gode råd til studiestart.

Diakonissestiftelsens løfte er '*Vi ser altid mennesket*' og det er et løfte, som både underviserne, ledelsen og de studerende har et ansvar for at leve op til - der skal nemlig være plads til alle.

Vi håber, at vi med denne Studenterhåndbog vil klæde dig godt på til studiestart!

De varmeste hilsner,
Studentervejledningen

Studentervejledningen på UC Diakonissestiftelsen består af studerende fra henholdsvis 3K- og sygeplejerskeuddannelsen:

3K:

Lauge Frandsen

Sygeplejerskeuddannelsen:

Kathrine Hansen Lange

Isabella Willersrud

Coco Michelle Kokholm Stokholm

Mathilde Engel Knudsen



KOM GODT I GANG

på dit nye studie

Velkommen til UC Diakonissestiftelsen! Hensigten med denne Studenterhåndbog er, at du som ny studerende får følelsen af, at du er blevet en del af et fællesskab!

Det ER overvældende at skulle starte på en videregående uddannelse. Det kan virke både overvældende og måske angstprovokerende, men bare rolig! Du står ikke alene. Du træder nemlig ind i et stort fællesskab her på UC Diakonissestiftelsen.

På UC Diakonissestiftelsen er vi nemlig alle aktive medskabere af vores egen hverdag og vores eget studieliv. Der er plads til alle, og nye spændende initiativer eller idéer bliver modtaget med åbne arme. Vær kreativ!

Følg sygeplejerske- og 3K-uddannelses fælles Facebookside [her](#), og tag et kig på 3Ks Instagram [her](#). Sygeplejerske instagram [her](#)

Følg også gerne med på Rusgruppens instagram [her](#). Fredagsbarens instagram [her](#).



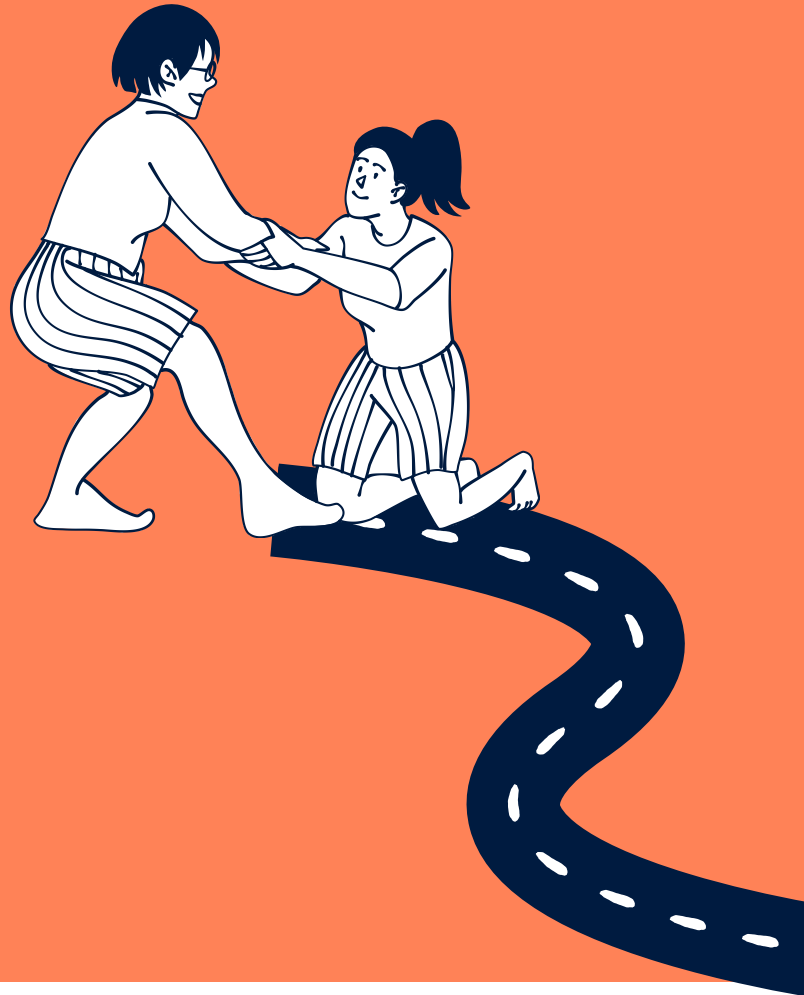
VEJVISER

på de forskellige platforme

MIT KP

For at få dit studiekort, skal du uploade et billede på mit.kp.dk, derefter skal man skrive en mail til studentervejlederne, så printer vi det til dig!

mit.kp.dk



MAIL

Din studiemail er: studienummer@ucdiakonissen.dk, og du kan tilgå mailen via Itslearning, og du bruger samme login til begge dele.

Desuden skal al kontakt til underviserne foregå på mailen og IKKE på Itslearning, og du skal huske at tjekke din studiemail ofte.

outlook.com

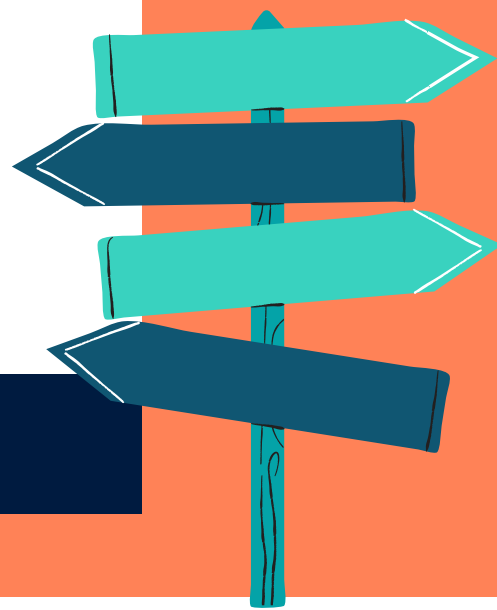
VEJVISER

på de forskellige platforme

ITSLEARNING - din nye bedste ven

Der vil opstå mange spørgsmål i løbet af din tid som studerende. Heldigvis kan du finde svar på (nærmest) alle dine spørgsmål på vores platform Itslearning. Det er også her du finder dit skema og får fælles beskeder fra undervisere og ledelsen. Man bruger ikke blot Itslearning til spørgsmål, det er også en helt integreret del af undervisningen, og man skal logge ind på platformen dagligt.

Fås som app - du kan også synkronisere dit skema med din private kalender!



KP INTRA

På KP Intra finder du genveje til alle de platforme, vi bruger på uddannelsen. Det er også her du kan finde gode råd om studiemetodik, internationale studiemuligheder og meget mere.

intra.kp.dk

HJÆLP OG IT-SUPPORT

Hvis du har brug for hjælp til at navigere rundt i alle de nye systemer eller lignende, kan du henvende dig til studentervejledningen, som kan hjælpe dig på rette spor. Derudover er der IT-support på studentervejleder-kontoret hver onsdag i lige uger fra 9 til 10.30!

basen.kp.dk

mit.kp.dk

STUDIEVEJLEDNING

vi er her for dig



Hvis du møder bump på vejen i løbet af din studietid, kan du tale om din trivsel med både studenter- og studievejledningen. Vores vigtigste opgave er at støtte dig under dit studie!

Vi har naturligvis tavhedspligt!



"Det bedste ved at arbejde som studievejleder på Diakonissestiftelsen er at tænde lys i andre menneskers øjne og at få dem til at se nogle muligheder, som de ikke umiddelbart troede, at de havde."

Eva Aggernæs, studievejleder på UC Diakonissestiftelsen

Mit bedste råd til dig som ny studerende er huske på, at det altid er i overgangen fra ét til noget andet, at det er svært. Det er svært for alle! Man skal vænne sig til noget nyt og huske, at det bliver nemmere med tiden.

Kontakt

Eva Aggernæs: evsa@ucdiakonissen.dk



STUDENTERVEJLEDNINGEN

vi er her for dig

Hvis du møder bump på vejen i løbet af din studietid, kan du tale om din trivsel med både studenter- og studievejledningen. Vores vigtigste opgave er at støtte dig under dit studie!

Vi har naturligvis tavhedspligt!

Vi kan hjælpe dig hvis du:

- Har svært ved at følge med eller føler dig stresset
- Har studietvivl, mangler motivation eller føler dig alene på studiet
- Er kørt fast eller har udfordringer på studiet
- Har brug for hjælp til huske- og læseteknik eller ønsker hjælp til at skabe struktur
- ... og hvis der er andet, du mangler hjælp til, er du altid velkommen til at kontakte os! Studentervejledningen er muligheden for at tale med nogen, som også er studerende, og derfor på samme bølgelængde som dig.



Kontakt

3K-uddannelsen:

Lauge: llfr@ucdiakonissen.dk

Sygeplejerskeuddannelsen:

Kathrine: kahlu@ucdiakonissen.dk

Isabella: iswi@ucdiakonissen.dk

Coco: cmks@ucdiakonissen.dk

Mathilde: mekn@ucdiakonissen.dk

4 GODE RÅD

til din studiestart

1 Læs semesterbeskrivelsen!

1

Det er her du finder alle de relevante oplysninger om blandt andet undervisnings- og eksamensform samt faglige mål, der knytter sig til semestrene. Du finder semesterbeskrivelsen på Itslearning.

2 Strukturér din hverdag!

2

Strukturér din tid ved at prioritere og planlægge løbende. Det er vigtigt at være realistisk om, hvad du kan nå mht. både forberedelse til undervisningen, klinik/praktik, studiejob og alt andet, du gerne vil bruge din tid på. Tal med din studiegruppe om dette, og hjælp hinanden!

3 Spar penge på bøger!

3

Der er penge at spare ved at købe bøgerne brugt på facebook eller på DBA. Du kan også få et abonnement til dine bøger online på studybox.dk. Evt kan du låne bøgerne på biblioteket

4 Spørg løs!

4

Som ny studerende på en stor uddannelsesinstitution kan man have mange bekymringer og spørgsmål. Få dem ud af verden! Spørg enten dine medstuderende til råds eller hop forbi enten studie- eller studentervejledningen. Det er okay at være i tvivl!

RÅD OG UDVALG

3K og sygeplejerske

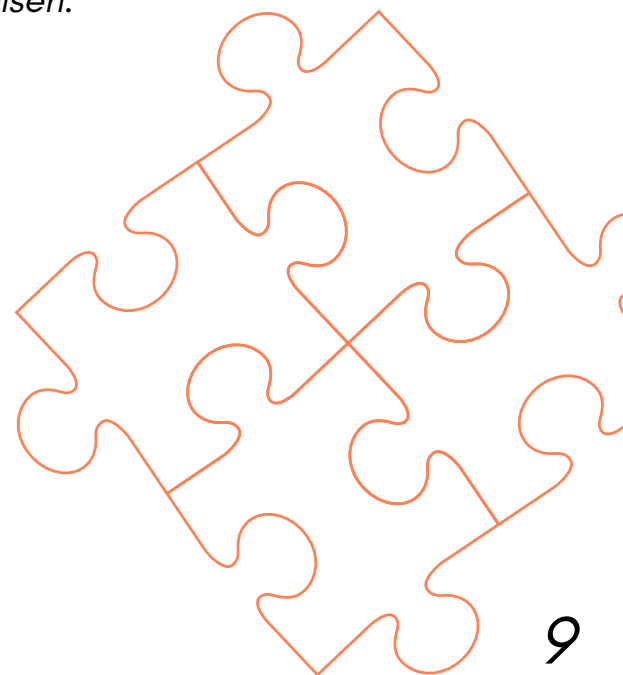
Det kan være rigtig godt - både for dig selv og for dit CV - at engagere dig i de forskellige råd og udvalg, vi har på UC Diakonissestiftelsen. Ved at engagere sig i sit studieliv får man ikke bare nye bekendtskaber, men også mulighed for at gøre en forskel!

Nogle råd og udvalg går på tværs af uddannelserne og andre er koblet til den enkelte uddannelse. Du kan blandt andet engagere dig i:

- **De Studerendes Råd:** Dette råd består af 2 studerende fra hver årgang, undervisere, studie- og studentervejledning og ledelsen. Her har man virkelig mulighed for at idéudvikle og forme uddannelsen.
- **Fredagsbaren:** I dette udvalg får du muligheden for at være med til at sætte rammerne for fredagsbaren, som er for både sygeplejerskerne og 3K'erne. Her mødes vi på kryds og tværs af årgange og lærer hinanden at kende!
- **Det Pædagogiske Udvalg:** Udvalget, der bidrager til at kvalitetssikre og udvikle pædagogiske og didaktiske betingelser for undervisningen på uddannelsen. Studerende, der sidder i udvalget, bidrager med deres oplevelse af og erfaringer med uddannelsen.
- ... og mange flere, blandt andet:
 - Rusgruppen
 - Det Internationale Udvalg
 - Uddannelsesudvalg

vær nysgerrig!

Hvis du har en god idé til et nyt udvalg, skal du ikke holde dig tilbage!



OM BØGER

indscanning og biblioteksmuligheder

Må man scanne bøger?

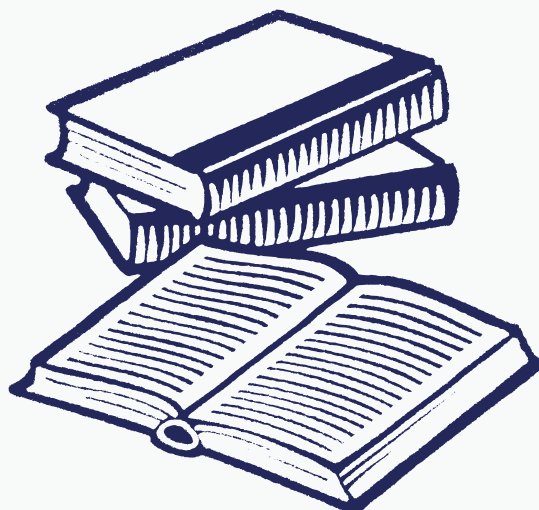
Som studerende kan det ofte være svært at gennemskue, hvilke regler der gælder hvor, når det kommer til køb, salg og deling af studiebøger. En stor del af problemet med den ulovlige brug foregår på baggrund af uvidenhed og ikke ligegyldighed. Du kan læse mere [her](#).

Biblioteket

Som studerende på UC Diakonissestiftelsen har du altid adgang til alle KPs biblioteker. Derudover har du naturligvis adgang til alle de offentlige biblioteker, der ligger rundt omkring i København.

KP's biblioteker rummer alle de studiebøger, der er en del af pensum. Hvis du er forsinket med at købe dine bøger, kan du låne dem med hjem eller læse i dem på biblioteket.

De tætteste KP biblioteker er Campus Carlsberg eller biblioteket på Sigurdsgade. Her finder du også læsesale og gode grupperum. Du kan booke grupperum online på bibliotekerne såvel som på Diakonissestiftelsen [her](#).



OM DIAKONISSESTIFTELSEN

vi ser altid mennesket

Historien

Diakonissestiftelsen er en næsten 150 år gammel institution, som i begyndelsen dannede rammen om et lille hospital og hjem for diakonisserne. Siden har det vokset sig til en af Danmarks førende velfærdsaktører, som rummer alt fra uddannelsescenter, til plejehjem og hospice, bofællesskaber og meget mere.

Værdigrundlag

På Diakonissestiftelsen ser vi alle mennesker lige værdifulde. Vi mener, at alle fortjener den samme respekt og ordentlige behandling - uanset køn, race, religion og social baggrund.

nytænkning

faglighed

ordentlighed

synergi

medmenneskelighed

UC DIAKONISSESTIFTELSEN

praktiske oplysninger

1

Røgfri uddannelsescenter

Diakonissestiftelsen er røgfri! Det betyder, at du ikke må ryge hverken indendørs eller udendørs på Diakonissestiftelsens matrikel.

2

Mulighed for bolig

Diakonissestiftelsens fine røde bygninger rummer også en række studieboliger. Så du har mulighed for at hoppe direkte fra sengen og ind i undervisningslokalet! Spørg studentervejledningen, hvis du vil høre mere.

3

Morgensamling

Hver tirsdag kl. 10 afholdes der morgensamling i kirken for alle på Uddannelsescenter Diakonissestiftelsen. Kom og vær med!

4

Køkken og kantine

På undervisningsgangen finder du et køkken, der er til fri afbenyttelse. Her kan du både lave kaffe og opbevare din mad på køl! Derudover har du mulighed for at købe lækker morgenmad og frokost i kantinen hver dag. Du er også velkommen til at spise din medbragte mad i Diakonissestiftelsens kantine. I kantinen kan man dagligt købe morgenmad mellem 8 og 10.15, og frokost mellem 11.30 og 13. Du kan betale med Mobilepay og dankort, men ikke med kontanter.



MØD: DE STUDERENDE



Hvorfor valgte du sygeplejerskeuddannelsen?

"Sygeplejefaget og sygeplejerskeuddannelsen giver på mange måder mening, fordi jeg kan se mig selv i faget. Gode værdier, menneskelige værdier. Jeg har en forhåbning om, at jeg kommer til at gå på arbejde med en følelse af, at jeg gør noget godt hver dag. Gøre en forskel for nogen og få lov til at være der for nogen gennem svære tider, f.eks. sygdom."



Anna, tidligere studerende, sygeplejerske

"Jeg føler mig heldig ved at lære sygepleje her med det værdigrundlag, skolen har."

Hvad er det bedste ved at studere på Diakonissestiftelsen?

"Det bedste er det lidt mindre intime studiemiljø, man kender dem, man går i klasse med og så har skolen en god placering. Det er vildt hyggeligt med morgensang og den tætte kontakt, man har til underviserne. Desuden er det fedt at samarbejde med både børnehaven, hospice og plejehjemmet. Man er en del af et lille fællesskab."

MØD: DE STUDERENDE



Amanda, tidligere studerende, 3K

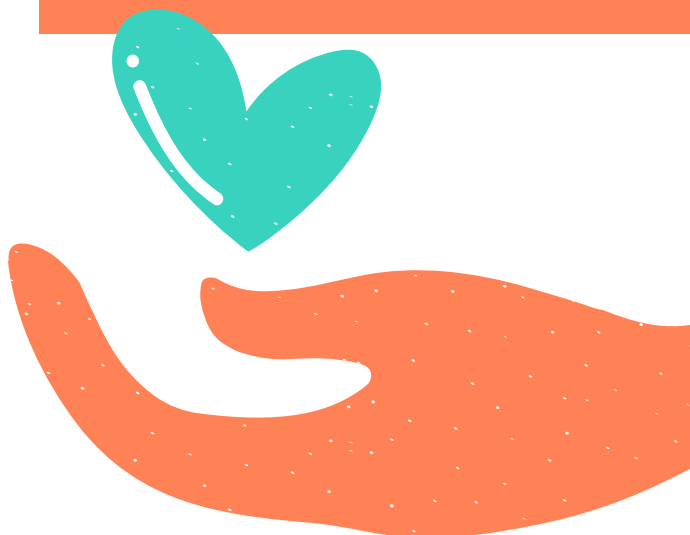
Hvad er det bedste ved at studere på Diakonissestiftelsen?

"Diakonissestiftelsen er en kæmpe institution med meget historie og mange traditioner, hvilket giver stedet utrolig meget sjæl. Selve Uddannelsescenteret er dog forholdsvist nyt, så man kan være med til at udvikle og gøre uddannelsen endnu bedre."

Hvorfor valgte du 3K-uddannelsen?

"3K er virkelig en bred uddannelse, og det tiltalte mig meget. Jeg vidste ikke hvor jeg ville ende, da jeg startede. Jeg har nu fundet ud af, at jeg gerne vil læse en kandidat i Socialt arbejde på AAU når jeg er dimitteret, og det føler jeg mig i dén grad klædt på til!"

"Det er så fedt at kende underviserne, og at de kender alle de studerende"



MØD: UNDERVISERNE



"Jeg er selv uddannet som sygeplejerske på Diakonissestiftelsen og er så vendt tilbage som underviser i 2022."

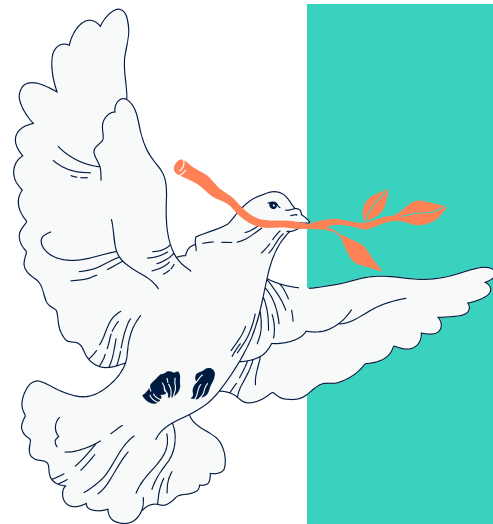


Mie Jørgensen, lektor og underviser på sygeplejerskeuddannelsen

Hvad er det bedste ved at arbejde på Diakonissestiftelsen?

"Det bedste ved at arbejde på Diakonissestiftelsen er de varierende arbejdsopgaver og desuden er kombinationen af at beskæftige sig både med forskning, udvikling og undervisning. Der er aldrig to dage, der er ens! Når det er et studie på en mindre institution end de fleste, får man et andet forhold med de studerende. Man får på en anden måde mulighed for at være der for de studerende – både når det er svært, men også når der er glæde, og når det går rigtig godt."

MØD: UNDERVISERNE



Kasper Dalgaard, Ph.d., lektor og underviser på 3K

"Jeg synes, at det er en fantastisk kombination af det bedste fra universitet og det bedste fra højskoleverden!"

Hvad er det bedste ved dit arbejde?

"Jeg har tidligere arbejdet på teologistudiet på KU og underviser i Kristendom her på Diakonissestiftelsen. Jeg synes, at det er fantastisk, at vi i fællesskab kan undersøge religionernes relevans for samfundet i dag. Det er de mest fascinerende tekster, vi dykker ned i, der har udviklet sig til de bærende kræfter i samfundet."

FOREBYG STRESS

... og gode råd til at passe på dig selv i studietiden!

1

Tal med dine medstuderende

Del information om undervisning, dine oplevelser og eksamenspres. Så kan I hjælpe hinanden!

2

Fokuser på dine egne gode vaner

.. og lad være med at sammenligne dig med andre! Hold fast i dine egne rutiner og lyt til dig selv.

3

Planlæg og prioriter i hverdags- og studieaktiviteter

Vurder om der er en god fordeling mellem studie, arbejde, fritid, afslapning og søvn. En struktureret hverdag er din bedste ven! Det er altid en god idé at have et studiejob, men studiet skal naturligvis prioriteres højest.

4

Undersøg og træn hvordan du slapper af

Overvej, hvordan du plejer at slappe af. Måske dyrker du yoga, går lange ture, laver mad eller gamer. Sørg for at prioritere afslappende aktiviteter.

5

Lav en liste over de aktiviteter, der gør dig glad

Vær opmærksom på hvilke ting, der giver dig energi og gør mere af det!



NY I KØBENHAVN?

inspiration til hverdagslivet

Billig og lækker mad og kaffe

- **Bagelsringen.** kun 3 minutters gang fra skolen, bagels, salater og smoothies (Man får rabat med studiekort)
- **Frede og vesters.** 10 minutters gang fra skolen, lækker kaffe, brunch og frokost.
- **Mad og kaffe Frederiksberg.** Optimalt brunch og kaffested, med mulighed for at dele lidt forskellige lækkerier for at spare lidt penge
- **Maudes salon.** Hyggelig atmosfære, gode kager og kaffe



Bedste bodegaer (hvis du spørger os altså..)

- **Guldfasanen/Café Sekseren/Solbakken.** Stamsted for Diakonisse-mennesker. Billige øl og god service - og så er det tæt på skolen (Fasanvej)!
- **Bartof cafe.** hyggelig bar, med mulighed for mad og lækre special øl. Med mulighed for jazz og comedy. Dejlig god plads til hele holdet.
- **Alléenberg.** Vil du lære Frederiksberg rigtig godt at kende så er dette stedet. Her er der fællessang på dagsorden og massere af god stemning.



Godt gåture

- **Frederiksberg Have.** Den mest oplagte, da den nærmest er skolens nabo. Og her kan du se elefanter!
- **Søndermarken.** Hyggelig park i forlængelse af Frederiksberg have om sommeren kan man tage et tæppe og nogle øl med og slå sig ned. Er man kunst interesseret kan man kigge forbi cisternerne som ligger under jorden.
- **Valbyparken.** Hvor du desuden både finder park, strand og discgolf.



OVERLEV PÅ SU

syv gode råd



1

Studierabat fås i nogle butikker, caféer og barer, så husk at spørge!

2

Køb en god termokop. Så undgår du at bruge hele din opsparing på kaffe i kantinen. Tag evt kaffe med til køkkenet

3

Benyt Københavns rige kulturliv. Der er utallige begivenheder hver dag i København, og mange af dem er gratis fx på migogkbh.dk, Facebook begivenheder og gogo appen

4

Køb dine bøger brugt! Der er virkelig mange penge at spare.

5

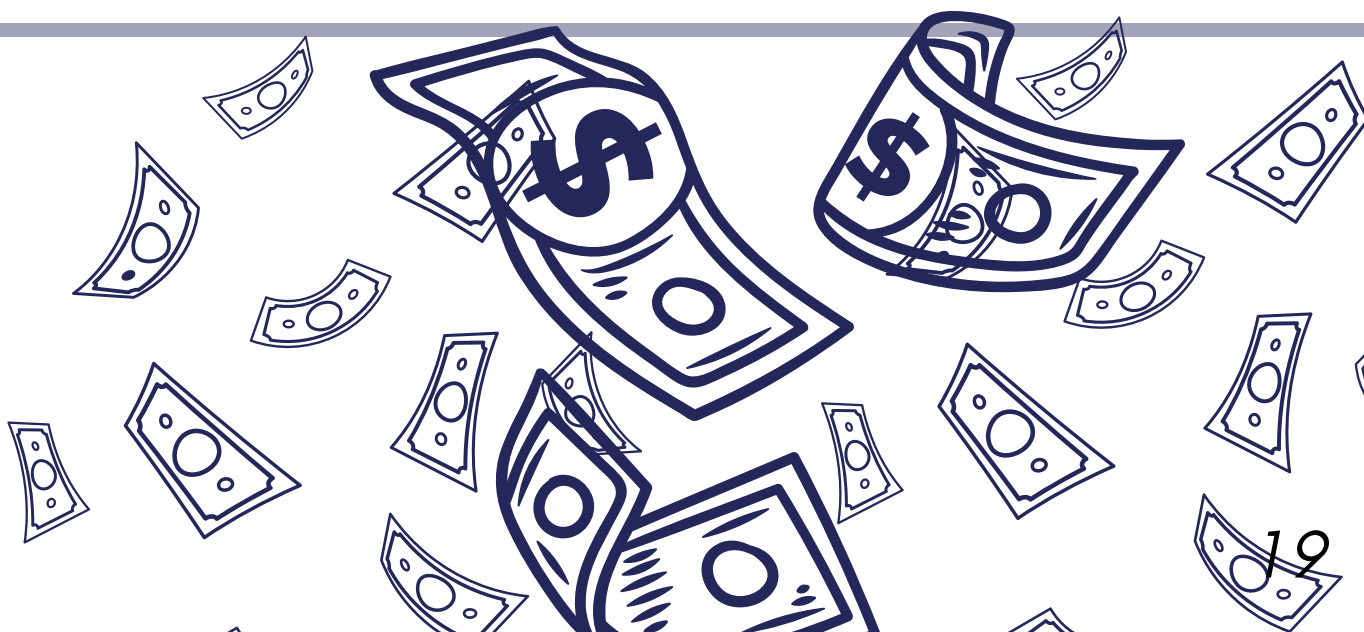
Too Good to Go-appen. En win-win, hvor du både får billig mad og er med til at bekæmpe madspild.

6

Få inspiration til et godt Københavnerliv på side 18. Studenterhåndbogen er her for dig!

7

Genbrug har altid gode fund, kig evt. hos loppeshoppen som ligger lige ved skolen.





DIAKONISSESTIFTELSEN

Studenterhåndbogen 2025

Udarbejdet af: Ditte Sivgaard Grum.

Redigeret af: Mathilde Engel Knudsen

Billeder: Thomas Wittrup