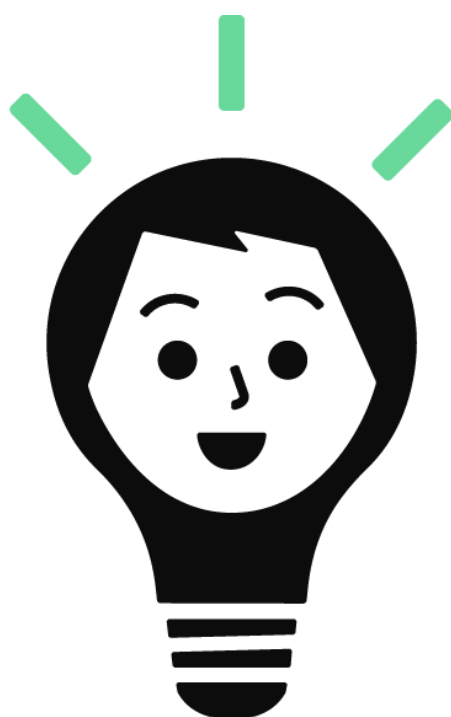


Helsingin seudun erilaiset oppijat ry:n (HERO)

• **syksy 2021**



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

www.lukihero.fi

Kurssit.....	3
Nuorten toiminnan kurssit.....	9
Kohti itsenäistä elämää -nuorten kurssi.....	11
Yleisötilaisuudet.....	12
Koulutukset.....	14
Digilukiseulat.....	17
Vertaisryhmät.....	18
Harrasteryhmät.....	21
LIITO-hanke.....	29
Lukineuvonta ja opiskeluohjaus.....	30
Lukukahvila.....	31
Oppitunti malliluokassa.....	32
Vapaaehtoistyö.....	33
Liity HEROn jäseneksi.....	36
Henkilökunnan yhteystiedot.....	38

Kurssit



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Kurssit on suunnattu vähintään 15-vuotiaille henkilöille, joilla on lukivaikeus tai jotka kokevat oppimisvaikeuksia. Ryhmät etenevät rauhallisesti ja ryhmäkoko on pieni. Kurssit järjestetään yhteistyössä Opintokeskus Siviksen tai Helsingin työväenopiston kanssa. Tunnit pidetään HEROn tiloissa (Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki) jos ei toisin kerrota. Toimitiloihin on pieni hissi, jota ennen on muutamia portaita.

ABI Englanti

Maanantai – perjantai 2.-6.8.2021 klo 10–14

Ylioppilaskirjoitukseen valmentavalla kurssilla harjoitellaan tekstin ymmärtämistä, laajennetaan sanavarastoa, tuotetaan kirjoitelmia ja kerrataan keskeisimpiä kielioppirakenteita. Materiaaleina käytetään mm. vanhoja yo-kokeita, ajankohtaisia artikkeleita ja uutisia sekä kielioppiharjoituksia jokaisen opiskelijan yksilölliset tarpeet huomioon ottaen. Kurssi on suunnattu abeille, joilla on lukivaikeus tai muita oppimisvaikeuksia. Ryhmään otetaan 10 osallistujaa.

Opettaja Sanna Saarinen

Luokka-opetus: mukaan otetaan 10 osallistujaa

Hinta Jäsenille 65 e, ei-jäsenille 90 e, lasku lähetetään sähköpostiin ma 26.7.

Paikka HERON toimitilat: Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Ilmoittautuminen: pe 23.7. mennessä [Abi Englanti - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi)

Lisätiedot: Mari Haapaniemi, 050 50 96 548, mari.haapaniemi@lukihero.fi

ABI Äidinkieli

Lauantait 4. ja 11.9.2021 klo 9:30–14:00

Kurssin tarkoituksena on valmentaa äidinkielen ylioppilaskokeen lukutaidon ja kirjoitustaidon kokeisiin: keskitymme luetun ymmärtämiseen sekä tekstien erittelyyn ja tulkintaan. Kirjoittamisen osalta käydään läpi aineen kirjoittamisen koko prosessi: mm. aiheen ja tyylilajin valinta, aineiston esittely, tulkinta ja päätelmien tekeminen, kokonaisuuden hallinta ja oikeinkirjoitus. Kurssi on suunnattu ylioppilaskirjoitukseen valmistautuville abeille, joilla on oppimisen haasteita.

Opettaja Kirsi Makkonen

Luokka-opetus: mukaan otetaan 10 osallistujaa

Hinta Jäsenille 65 e, ei-jäsenille 90 e, lasku lähetetään sähköpostitse

Paikka HERON toimitilat: Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Ilmoittautuminen: to 19.8. mennessä [ABI Äidinkieli - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi)

Lisätiedot: Mari Haapaniemi, 050 50 96 548, mari.haapaniemi@lukihero.fi



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Espanjan alkeet

Maanantaisin klo 17–18:30, 6.9.–29.11.2021

Kurssilla keskitytään arjessa tarvittavan sanavaraston kartuttamiseen ja viestintätilanteiden harjoitteluun. Käsiteltäviä aihealueita ovat mm. arkipäivän tilanteet, perhesuhteet, työ, harrastukset sekä ostoksilla ja ravintolassa asiointi. Opetus tapahtuu toiminnallisesti mm. pelejä ja leikkejä apuna käyttäen. Tervetulleita ovat sekä aivan aloittelijat, että alkeiden kertausta tarvitsevat. Kurssi on suunnattu henkilöille, joilla on lukivaikeus tai muita kielen oppimisen haasteita. Mukaan otetaan enintään 10 osallistujaa.

Opettaja Hanna Turta

Paikka HERON toimitilat: Mannerheimintie 44 A 5–6, 00260 Helsinki

Hinta Ilmoitetaan elokuussa (maksuton/maksullinen). Ilmoittautumisen voi perua.

Ilmoittautuminen: [Espanjan alkeet - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi)

Englannin puhekurssi

Maanantaisin klo 17–18:15, 6.9.–29.11.2021

Kurssilla keskitytään englannin suullisen kielitaidon parantamiseen. Tavoitteena on antaa osallistujille varmuutta arjen puhetilanteisiin ja päästä eroon ajatuksesta, että puhua voi vasta kun varmasti osaa. Sanastoa ja kielioppia opitaan puhumalla, opettajan ja muiden ryhmäläisten tuella. Tunneilla edetään rauhallisesti ja rennosti. Ryhmä sopii englannin alkeet osaaville henkilöille, joilla on kielen oppimisen haasteita. So come on, let's talk!

Opettaja Lotten Lehto

Hybribi-opiskelu: luokkaan mahtuu 10 osallistujaa + etäyhteydellä lisää

Paikka HERON toimitilat: Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Hinta Ilmoitetaan elokuussa (maksuton/maksullinen). Ilmoittautumisen voi perua.

Ilmoittautuminen: [Englannin puhekurssi - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi)

Ohjelmoinnin alkeita

Maanantaisin klo 17–18:30, 6.9.–29.11.2021

Haluaisitko oppia ohjelmoinnin perusteita vähintään sen verran, että ymmärrät sen peruseriaatteen? Kiinnostaaako sinua tietää, miten tietokoneet todella toimivat? Pohditko, sopisiko ohjelmoijan ammatti sinulle? Vai osaatko kenties jo hieman ohjelmoida, mutta haluaisit ymmärtää ilmiöitä ohjelmoinnin taustalla paremmin? Ryhmä etenee rauhallisesti, jotta jokainen varmasti pysyy mukana. Et tarvitse aikaisempaa ohjelmointikokemusta, perustaidot tietokoneen käytössä riittävät. Voit ottaa mukaasi oman kannettavan tietokoneen tai käyttää HERON konetta. Kurssi on suunnattu nuorille ja aikuisille, jotka kokevat oppimisvaikeuksia.



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Opettaja Roni Kekkonen

Luokka-opetus: mukaan mahtuu enintään 10 osallistujaa

Hinta Ilmoitetaan elokuussa (maksuton/maksullinen). Ilmoittautumisen voi perua.

Ilmoittautuminen: [Ohjelmoinnin alkeet - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi/ohjelmoinnin-alkeet)

Matematiikka mahdolliseksi

Tiistaisin klo 17–18:30, 7.9.–7.12.2021 (ei tuntia syyslomalla 19.10.)

Opetuksia ei ole myöskään tiistaina 21.9. ja 23.11. Korvaavat kerrat ovat torstaina 23.9. ja 25.11. klo 17-18:30)

Ahdistaako matematiikka tai tuntuuko, ettet muista siitä mitään? Miten matematiikka näkyy arjessa? Kurssilla on tarkoitus avata matematiikan kieltä ja käsitteitä sekä kerrata peruskoulun matematiikan olennaisia asioita. Sisältö valikoidaan osallistujien toiveiden mukaan. Mahdollisia teemoja ovat peruslaskutoimitukset (yhteen-, vähennys-, kerto- ja jakolasku), laskujärjestys, murto- ja desimaaliluvut, prosenttilaskut, mittayksiköiden muunnokset, yhtälöt, funktiot, geometria sekä sanalliset laskut. Kurssi on suunnattu nuorille ja aikuisille, joilla on matematiikassa oppimishaasteita.

Opettaja Kirsi Makkonen

Luokka-opetus: mukaan mahtuu 10 osallistujaa

Paikka HERON toimitilat: Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Hinta Ilmoitetaan elokuussa (maksuton/maksullinen). Ilmoittautumisen voi perua.

Ilmoittautuminen: [Matematiikka mahdolliseksi - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi/matematiikka-mahdolliseksi)

Opiskelutaito ja tekniikkakurssi

Tiistaisin klo 17–18:30, 7.9.–30.11.2021

Millaisia oppimiskokemuksia sinulla on? Haluatko oppia uusia tekniikoita, joilla voit parantaa mm. muistitekniikkaasi? Kurssilla pohditaan ja työstetään omia ja itselleen sopivia lukutekniikoita ja kirjoitetaan oppimispäiväkirjaa. Kurssilaiset oppivat erilaisia oppimisstrategioita ja itselleen sopia muistiinpanotapoja sekä motivaatiota ja mielenhallintaa. Ryhmä on suunnattu henkilöille, joilla on oppimivaikeuksia ja tavoitteena parantaa omia opiskelutaitojaan.

Opettaja Mia Göcer

Luokka-opetus: mukaan otetaan enintään 10 osallistujaa

Paikka HERON toimitilat: Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Hinta Ilmoitetaan elokuussa (maksuton/maksullinen). Ilmoittautumisen voi perua.

Ilmoittautuminen [Opiskelutaito- ja tekniikkakurssi - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi/opiskelutaito-ja-tekniikkakurssi)



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Luova kirjoittaminen

Keskiviikkoisin klo 17–18:30, 8.9. – 1.12.2021

Luovan kirjoittamisen kurssilla harjoitellaan oman äänen ja tyylin löytämistä kirjoittamisen keinoin. Tutustutaan yhdessä eri kirjallisuuden lajeihin ja kerronnan tyyliin. Opetellaan keinoja laskea kirjoittamaan ryhtymisen rimaa ja vältetään virheisiin juuttumista. Harjoitellaan keinoja herätellä omaa luovuutta ja saada kirjoittamiseen tarvittavaa rutiinia. Kurssi on suunnattu nuorille ja aikuisille, joilla on lukivaikeus tai muita oppimisen haasteita.

Opettaja Inari Mykkänen

Hybridi-opetus: luokkaan mahtuu 10 osallistujaa + etäyhteydellä lisää

Paikka HERON toimitilat: Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Hinta Ilmoitetaan elokuussa (maksuton/maksullinen). Ilmoittautumisen voi perua.

Ilmoittautuminen: [Luova kirjoittaminen - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi)

Ranskaa rennosti

Keskiviikkoisin klo 17–18:15, 15.9. – 22.11.2021 (15.9. ja 22.11. klo 17-18:30)

Bonjour! Kurssilla tutustutaan ranskan kieleen ja kulttuurin rauhallisessa tahdissa. Käymme rennossa ilmapiirissä alkeiden kielioppia läpi. Harjoittelemme sopivia ja käytännön tilanteissa tarvittavia sanoja ja lauseita toistojen avulla. Tutustumme ranskalaiseen kulttuuriin kuten ruoka - ja kahvilakulttuuriin, kuuntelemme ranskankielistä musiikkia ja tarkastelemme missä maissa ranskaa puhutaan. Aiempaa ranskan tietämystä ei tarvita. Ryhmä on suunnattu henkilöille, joilla on kielen oppimisen haasteita. Tervetuloa, bienvenue!

Opettaja Mari Haapaniemi

Luokka-opetus: mukaan otetaan enintään 10 osallistujaa

Paikka HERON toimitilat: Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Hinta Ilmoitetaan elokuussa (maksuton/maksullinen). Ilmoittautumisen voi perua.

Ilmoittautuminen: [Ranskaa rennosti - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi)

Englannin alkeet

Torstaisin klo 17–18:30, 9.9.–2.12.2021

Kurssilla keskitytään arjessa tarvittavan englannin sanavaraston kartuttamiseen ja viestintätilanteiden harjoitteluun. Kurssi on suunnattu henkilöille, joilla on kielen oppimisen haasteita. Aikaisempia englannin opintoja ei vaadita. Kurssilla teemoina mm. tervehtiminen ja esittäytyminen, tilaaminen, ostaminen, avun pyytäminen ja ohjeiden kysyminen. Kurssi on suunnattu nuorille ja aikuisille, joilla on oppimisen haasteita.

Opettaja Lotten Lehto



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Hybribi-opiskelu: luokkaan mahtuu 10 osallistujaa + etäyhteydellä lisää

Paikka HERON toimitilat: Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Hinta Ilmoitetaan elokuussa (maksuton/maksullinen). Ilmoittautumisen voi perua.

Ilmoittautuminen: [Englannin alkeet - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi)

Englantia lukiolaisille

Torstaisin klo 17-18:30, 9.9. – 2.12.2021

Kurssilla harjoitellaan lukion englannin opiskelussa tarvittavia välttämättömiä tietoja ja opiskelutaitoja, joita voi hyödyntää myös kurssin jälkeen itsenäisessä opiskelussa. Kurssilla harjoitellaan sekä kielioppia, sanastoa, lukemista, kuuntelemista, puhumista että kirjoittamista opiskelijoiden toiveiden mukaan. Kurssi on suunnattu lukiolaisille ja muille opiskelijoille, joilla on kielissä oppimishaasteita.

Opettaja Sanna Saarinen

Luokka-opetus: mukaan otetaan enintään 10 osallistujaa

Paikka HERON toimitilat: Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Hinta Ilmoitetaan elokuussa (maksuton/maksullinen). Ilmoittautumisen voi perua.

Ilmoittautuminen: [Englantia lukiolaisille - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi)

Bändityöpaja

Perjantaisin klo 17–18.30, 10.9.-26.11.2021

Oletko aina halunnut soittaa tai laulaa bändissä, mutta et ole saanut aikaiseksi tai olet pelännyt, että soittamisen oppiminen on mahdotonta? Bändityöpajassa tutustutaan eri bändisoittimiin (sähkökitara, -basso, -rummut, kosketinsoittimet) ja niiden soiton perusteisiin korvakuulolta tai helppojen mallien avulla (esim. kuvionuotit tai tabulatuurit) ja halutessasi myös laulamiseen, aivan alkeista lähtien. Et tarvitse nuotinlukutaitoa tai musikaalista lahjakkuutta, halu oppia riittää. Voit ottaa mukaan oman soittimesi tai lainata Heron soittimia. Kurssi on suunnattu nuorille ja aikuisille, jotka kokevat oppimisvaikeuksia.

Opettaja Aleksis Raaska

Luokka-opetus: mukaan otetaan 9 osallistujaa

Paikka HERON toimitilat: Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Hinta Ilmoitetaan elokuussa (maksuton/maksullinen). Ilmoittautumisen voi perua.

Ilmoittautuminen: [Bändityöpaja - HERO \(lukihero.fi\)](https://lukihero.fi)



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Ilmoittautuminen

osoitteessa lukihero.fi/toiminta/kurssi

Ilmoittautuminen on sitova kaksi viikkoa ennen kurssin alkua. Tämän jälkeen sinulta laskutetaan kurssimaksu (paitsi ilmaisista kursseista). Jos et pääse osallistumaan kurssille, muista perua osallistumisesi sähköpostitse. Pelkkä tunnille tulematta jättäminen ei riitä perumiseksi.

Huom.! Jos et osallistu kurssille etkä peru ilmoittautumistasi ajoissa, myös ilmaisista kursseista peritään 50 euron osallistumismaksu.

Lisätiedot

Mari Haapaniemi puh. 050 5096548, mari.haapaniemi@lukihero.fi

MUUTOKSET OVAT MAHDOLLISIA!



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Nuorten toiminnan kurssit

ETÄ-Vanu-ryhmä – tukea opiskeluun

6 kertaa, 7.9. - 12.10. Tiistaisin klo 17-19

Kenelle oppimisvaikeuksia kokevat 15–29-vuotiaat lukio-, AMK- ja yliopisto-opiskelijat tai opiskelemaan aikovat nuoret

Aiheet:

- Erilaiset opiskelutekniikat
- Opiskelumotivaatio, keskittyminen, muisti ja ajanhallinta
- Vuorovaikutus ja ryhmässä toimiminen
- Stressin ja jännityksen hallinta opinnoissa
- Lukemisen ja kirjoittamisen tekniikat

Opettaja Aija Lund

Hinta maksuton

VANU-ryhmä – tukea opiskeluun

6 kertaa, alkaa lokakuussa

Kenelle oppimisvaikeuksia kokevat 15–29-vuotiaat opiskelijat tai opiskelemaan aikovat nuoret

Aiheet:

- Erilaiset opiskelutekniikat
- Opiskelumotivaatio, keskittyminen, muisti ja ajanhallinta
- Vuorovaikutus ja ryhmässä toimiminen
- Stressin ja jännityksen hallinta opinnoissa
- Lukemisen ja kirjoittamisen tekniikat

Hinta maksuton

Paikka HEROn nuorten tila KASSU, Kasöörinkatu 3 A, Helsinki

Kiinni arkeen-ryhmä

11 viikkoa, 27.9. - 10.12. Ma ja pe klo 15-17.30

Sinulle alle 30-vuotias nuori, joka haluat tukea arjenhallintaan ja oman tulevaisuuden suunnitteluun ja haluat tutustua muihin nuoriin rennossa ilmapiirissä. Kurssin teemat ovat mielenterveys, sosiaaliset ja arjen taidot, hyvinvointi, opiskelu- ja työelämätaidot. Teemoja käydään läpi erilaisilla toiminnallisilla menetelmillä.

Hinta maksuton

Paikka HEROn nuorten tila KASSU, Kasöörinkatu 3 A, Helsinki



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Ohjaajat: Aleksi Raaska ja Julianna Mäkelä

Lisätiedot ja ilmoittautuminen

Marika Lius

puh. 040 707 3042, marika.lius@lukihero.fi

Asta Kohtala

puh. 050 513 4696, asta.kohtala@lukihero.fi



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

KITE

Kohti itsenäistä elämää -nuorten kurssi

Kurssiaika 9.9.–9.12., 14 viikkoa

Ti, ke ja to klo 10–14

Maksuton

Sinulle 15–29-vuotias nuori, joka olet **ilman opiskelu- tai työpaikkaa** tai keskeytyksellä opinnoista. Olet kokenut haasteita opiskeluissa tai haluat tukea tulevaisuuden suunnitteluun tai arjen taitojen harjoitteluun.

- Kanssasi tehdään omat tavoitteet kurssille
- Ryhmävalmennus 12 h/viikko
- Yksilöohjaus ja henkilökohtainen tuki
- Oppimisvaikeuksien selvittäminen, lukitesti
- Lasten- ja nuorten psykiatrin haastattelu
- vapaaehtoinen leiri Lapissa

Kurssille mahtuu 10 nuorta.

Ota yhteyttä, niin sovitaan tapaaminen!

Marika Lius
puh. 040 707 3042, marika.lius@lukihero.fi

Asta Kohtala
puh. 050 513 4696, asta.kohtala@lukihero.fi



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Yleisötilaisuudet

Yleisötilaisuudet ovat kaikille avoimia!

Matematiikan osaaminen vahvaksi - webinaari

Torstai 16.9. klo 17-18:30

Tilaisuuden aiheena on Matematiikan osaaminen vahvaksi. Luennoitsijana toimii Hannele Ikäheimo, joka on erityis- ja yleisopetuksen kouluttaja sekä tietokirjailija. Ikäheimo on kirjoittanut kirjan matematiikan osaamisesta ja sen vahvistamisesta. Tule kuuntelemaan, mitä keinoja opettaja, ohjaaja tai kuka tahansa meistä, voi hyödyntää matematiikan osaamisessa.

Tilaisuus on maksuton ja edellyttää ilmoittautumista. **Viimeinen ilmoittautumispäivä on tiistaina 14.9.** Paikkoja on rajoitetusti. Luennosta ei ole tulossa tallennetta.

Webinaari toteutetaan Zoomin kautta. Ohjeet ja osallistumislinkki lähetetään kaikille ilmoittautuneille sähköpostitse viimeistään yksi arkipäivä ennen webinaaria. Ohjeet Zoomin käyttöön: [Zoom-ohje osallistujille - Opintokeskus Sivis \(ok-sivis.fi\)](#)

Ilmoittautuminen ti 14.9. mennessä: [Heron webinaari: Matematiikan osaaminen vahvaksi Sivisverkko \(ok-sivis.fi\)](#)

Hinta: maksuton

Lisätiedot: mari.haapaniemi@lukihero.fi 050 50 96 548

Lukusujuvuuden arviointi ja tuki - webinaari

Torstaina 7.10. klo 16.30–17:45

Tilaisuuden aiheena on Lukusujuvuuden arviointi ja tuki. Luennoitsijana toimii **Pirjo Laatikainen**, erityisopettaja ja tietokirjailija.

Luennon aikana käsitellään lukusujuvuuden kehittymistä ja vaikeuksia. Lisäksi pohditaan, kuinka lukusujuvuutta voi arvioida ja tukea alakoulussa.

Tilaisuus on maksuton jäsenille ja 35 euroa ei-jäsenille ja edellyttää ilmoittautumista. **Viimeinen ilmoittautumispäivä on perjantaina 1.10.**

Ohjeet ja osallistumislinkki lähetetään kaikille ilmoittautuneille sähköpostitse yksi arkipäivä ennen webinaaria. **Lasku ei-jäsenille lähetetään sähköpostitse. Huomioithan, että lasku saattaa mennä roskapostin puolelle!** Webinaarista ei ole tulossa tallennetta.

Ilmoittautuminen pe 1.10. mennessä [Lukusujuvuuden arviointi ja tuki \(Creamailer\)](#)

Hinta maksuton jäsenille, 35 e ei-jäsenille: lasku sähköpostitse ma 4.10.

Lisätiedot: mari.haapaniemi@lukihero.fi 050 50 96 548



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

ADHD - webinaari

Torstaina 4.11. klo 17-18:30

Tilaisuuden aiheena on ADHD ja luennoitsijana toimii Katja Suni, ADHD-liitto ry:n kehittämispäällikkö ja mukana on myös kokemuspuhuja.

Tilaisuus on maksuton ja edellyttää ilmoittautumista. **Viimeinen ilmoittautumispäivä on tiistaina 2.11.** Paikkoja on rajoitetusti. Luennosta ei ole tulossa tallennetta.

Webinaari toteutetaan Zoomin kautta. Ohjeet ja osallistumislinkki lähetetään kaikille ilmoittautuneille sähköpostitse yksi arkipäivä ennen webinaaria. Ohjeet Zoomin käyttöön: [Zoom-ohje osallistujille - Opintokeskus Sivis \(ok-sivis.fi\)](#)

Ilmoittautuminen: [Heron webinaari: ADHD \(Creamailer\)](#)

Hinta: maksuton

Lisätiedot: mari.haapaniemi@lukihero.fi 050 50 96 548

Ilmoittautuminen ja lisätiedot

<https://lukihero.fi/toiminta/yleisotilaisuus/>

Mari Haapaniemi puh. 050 50 96 548, mari.haapaniemi@lukihero.fi

Koulutukset



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Lukemaan opettamisen työpaja opettajille

Maanantaisin klo 14–17: 16.8., 23.8., 30.8

Tapaamisten teemat:

1. lukemaan oppimiseen vaikuttavat taustatekijät
2. nimeäminen ja työmuisti (lukusujuvuus)
3. luetun ymmärtäminen ja motivaatio

Opettajat voivat tuoda työpajaan omia oppilastapausesimerkkejä, joita käsitellään yhdessä. Koulutus on suunnattu alkuopetuksessa toimiville opettajille ja erityisopettajille.

Tilaisuus on maksullinen (50 e) ja toteutetaan Heron toimitiloissa ja **viimeinen ilmoittautumispäivä on torstaina 12.8.**

Kouluttaja Ritva Ketonen, FT, erityisopettaja, puheterapeutti, Helsingin yliopistosta

Koulutuspaikka HERO, Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Hinta 50 euroa/osallistuja ja **lasku lähetään sähköpostitse**. Tarkistathan myös roskapostikansion, johon lasku saattaa päätyä.

Ilmoittautuminen [Koulutus: Lukemaan opettamisen työpaja \(Creamailer\)](#)

Vieraiden kielten oppimisvaikeudet – käytännön työvälineitä kieltenopetukseen

Perjantaina 10.9. klo 9-15

Koulutuksessa käsitellään vieraan kielen eri osa-alueita, joissa opiskelijoilla on tyypillisesti vaikeuksia. Pohditaan vaikeuksien syitä sekä keinoja tukea opiskelijaa myös yleisopetuksessa. Koulutuksen painopiste on vahvasti käytännössä ja tilaisuus toteutetaan livetapahtumana.

Koulutus toteutetaan, mikäli osallistujia on 20 ilmoittautunut mukaan.

Koulutuspaikka ilmoitetaan toteutuneiden osallistujien mukaan (Heron toimitilat Töölössä: Mannerheimintie 44 tai viereinen Scandic hotelli. Paikka vahvistetaan osallistujille.)

Osallistujat voivat esittää **kouluttajalle kysymyksiä etukäteen ilmoittautumisen yhteydessä. Viimeinen ilmoittautumispäivä on sunnuntaina 29.8.** Ilmoittautumisen jälkeen saat sähköpostiisi vahvistusviestin. Tarkista, että sähköpostisi on kirjoitettu ilmoittautumisen yhteydessä oikein.



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Kouluttaja Kari Moilanen, kieltenopettaja ja kouluttaja

Koulutuspaikka Ilmoitetaan vielä (Hero tai viereinen hotelli)

Hinta 100 euroa/osallistuja ja lasku lähetetään sähköpostitse.

Tarkistathan myös roska-postikansion, johon lasku saattaa päätyä.

Ilmoittautuminen [Koulutus: Vieraiden kielten oppimisvaikeudet \(Creamailer\)](#)

Lukitestauksen ja -lausunnon laatimisen perusteet – peruskoulu

Perjantaina 1.10.2021 klo 9–16

Tavoitteena on opastaa osallistujat alkuun lukitestaamisessa ja lukilausunnon laatimisessa: Mitä testejä on olemassa peruskoululaisen testaamiseen? Mitä haastattelussa kannattaa kysyä? Mitä lausuntoon pitää sisällyttää? Mitä tukitoimia voi suositella? Koulutuksessa laaditaan harjoituslausunto esimerkkitestitulosten perusteella. Koulutukseen ei sisälly testimateriaaleja.

Koulutus on suunnattu erityisopettajille ja erityisopettajiksi opiskeleville. Koulutukseen otetaan enintään 20 osallistujaa ja viimeinen ilmoittautumispäivä on sunnuntaina 19.9.

Kouluttaja Tiina Vitka, erityisopettaja

Koulutuspaikka HERO, Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Hinta 50 euroa/osallistuja ja lasku lähetetään sähköpostitse viikolla 30-31. Laskussa on yhden viikon maksuaika. Tarkistathan myös roska-postikansion, johon lasku saattaa päätyä.

Ilmoittautuminen [Lukitestauksen ja lausunnon laatimisen perusteet peruskoulu \(Creamailer\)](#)



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Ilmoittautuminen: lukihero.fi/toiminta/koulutukset/

Ilmoittautumisessa kysytään nimi, osoite, gsm-numero, syntymävuosi, sähköposti- ja laskutusosoite sekä tarvittava viitetieto (jos työpaikka maksaa koulutuksen, tarkista laskutuskäytäntö).

Tarkista viimeinen ilmoittautumispäivä kuhunkin koulutukseen. Vapaita paikkoja voi tiedustella viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeenkin. Ilmoittautuminen on sitova viikkoa ennen koulutuspäivää, tämän jälkeen perumisesta laskutetaan täysi osallistumismaksu. Oman paikan saa siirtää toiselle osallistujalle. Sairastapauksissa ota yhteyttä HEROn henkilökuntaan.

Lisätiedot

Mari Haapaniemi, mari.haapaniemi@lukihero.fi 050 50 96 548

MUUTOKSET MAHDOLLISIA!

Digilukiseulat

- **Torstai 9.9. klo 9–12**



Kohderyhmä

15 vuotta täyttäneet nuoret ja aikuiset, joiden äidinkieli on suomi.

Mikä on lukiseula?

Lukiseulassa käytetään Niilo Mäki Instituutissa kehitettyä DigiLukiseulaa. DigiLukiseula on digitaalinen seulontamenetelmä lukemisen ja kirjoittamisen taitojen arviointiin. Arviointimenetelmä on suunnattu yli 15-vuotiaille ja se koostuu kahdesta lukemisen tehtävästä, kahdesta oikeinkirjoittamisen tehtävästä ja luetun ymmärtämisen tehtävästä. Menetelmään sisältyy myös Opintoihin liittyvä kysely. Kyseessä on seulontaväline, jolla pyritään tunnistamaan ne opiskelijat, joiden luku- ja kirjoitustaitoa on syytä arvioida tarkemmin.

Testillä voi saada alustavan ja suuntaa antavan tiedon siitä, onko kyseessä lukivaikeus vai ei. Testistä saa suullisen palautteen.

Huom. Palaute ei ole lukilausunto eikä sitä voi käyttää virallisena lukitodistuksena.

Seula tehdään etänä kotoa käsin omalla tietokoneella. Tarvitset seulaa varten tietokoneen, nettiyhteyden, ulkoisen hiiren sekä kuulokkeet. Saat linkin ja tunnuksen seulaan sähköpostiisi.

Hinta Jäsen-etu käyttöön 25 euroa, muut 50 euroa. Lasku lähetetään sähköpostiisi.

Kesto 1–2 tuntia

Ilmoittautuminen osoitteessa lukihero.fi/toiminta/lukiseula/

Testauspaikka verkossa

Lisätiedot Aija Lund, puh. 050 4060 580, aija.lund@lukihero.fi



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Vertaisryhmät

ADHD-vertaisryhmä aikuisille verkossa 1

Ryhmä kokoontuu kerran kuussa torstaisin klo 17.00–19.00

(Kokoontumiskerrat: 26.8., 23.9., 21.10., 18.11. ja 16.12.)

Tule keskustelemaan ADHD:sta, kysymään ja jakamaan neuvoja arkeen, opiskeluun tai työhön liittyen. Aiheina ovat mm. ihmissuhteet ja vuorovaikutus.

Paikka verkossa

Ohjaaja Anu Leinonen

Maksuton

[Ilmoittautuminen](#)

ADHD-vertaisryhmä aikuisille verkossa 2

Ryhmä kokoontuu verkossa kerran kuussa torstaisin klo 17.00–19.00

(9.9., 7.10., 4.11. ja 2.12.)

Tule keskustelemaan ADHD:sta, kysymään ja jakamaan neuvoja arkeen, opiskeluun tai työhön liittyen. Aiheina ovat mm. ihmissuhteet ja vuorovaikutus.

Paikka verkossa

Ohjaaja Anu Leinonen

Maksuton

[Ilmoittautuminen](#)

ADHD-vertaisryhmä aikuisille verkossa 3

Ryhmä kokoontuu verkossa kerran kuussa tiistaisin klo 17.00–19.00

(14.9., 12.10., 16.11. ja 7.12.)

Tule keskustelemaan ADHD:sta, kysymään ja jakamaan neuvoja arkeen, opiskeluun tai työhön liittyen. Aiheina ovat mm. ihmissuhteet ja vuorovaikutus.

Paikka verkossa

Maksuton

[Ilmoittautuminen](#)



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Oppimisvaikeuksisten aikuisten vertaisryhmä verkossa

Ryhmä kokoontuu torstaisin klo 17–18.30, (26.8., 9.9., 7.10., 4.11. ja 9.12.)

Tervetuloa keskustelemaan kanssamme oppimisen pulmista: kun lukeminen ei luista, kirjoittaessa tulee virheitä, matematiikka on mahdotonta ja kompuroit omiin jalkoihisi tai kukaan ei ole kiinnostunut pulmistasi.

Pohditaan yhdessä, miten pulmat ratkaistaan.

Paikka verkossa

Maksuton

[Ilmoittautuminen](#)

Lisätiedot ADHD-vertaisryhmistä ja Oppimisvaikeuksisten aikuisten vertaisryhmästä, Marika Kivilehto puh. 040 5474 4687, marika.kivilehto@lukihero.fi

VERTSU - nuorten vertaisryhmä

Tarkemmat aikataulut nettisivuilla, alkaa elokuussa.

Koronatilanteen mukaan etänä tai paikan päällä.

Tervetuloa mukaan kerran tai useammin pelailemaan, juttelemaan ja tapaamaan muita nuoria.

Ohjaaja Asta Kohtala ja vertaisohjaajat

Paikka ZOOM-ohjelma tai HEROn nuorten tila KASSU, Kasöörinkatu 3 A

Tervetuloa!

Lisätiedot ja ilmoittautuminen Asta Kohtala, puh. 050 513 4696, asta.kohtala@lukihero.fi



AS-kahvila

Kerran kuussa lauantaisin klo 15.00–17.00

Kahvilassa on ohjelmassa vapaamuotoista keskustelua ja kahvittelua. Tervetulleita ovat kaikki autismikirjolaiset, et tarvitse virallista diagnoosia tai yhdistyksen jäsenyyttä. AS-kahvilan järjestää Suomen autismikirjon yhdistys ry yhteistyössä HEROn kanssa.

HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Paikka: Zoom tai HEROn tilat osoitteessa Mannerheimintie 55 A 5-6, 00260 Helsinki

Ohjaaja: Maija Oksanen

Lisätietoja: Etätapaamisilla käytettävät Zoom-liittymislinkit löytyvät ASYn kalenterista

Ota yhteyttä: info@asy.fi

Lisätiedot: www.asy.fi



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Harrasteryhmät

Harrasteryhmät ovat suunnattu henkilöille, joilla on oppimisvaikeuksia tai kokevat että heillä on oppimisvaikeuksia. Ryhmät ovat pienryhmiä ja etenevät rauhallisesti.

Luisteluryhmä

Maanantaisin klo 19–20, 6.9.–29.1. (ei tuntia 18.10.)

Ryhmä sopii kaikenikäisille ja -tasoisille luistelijoille. Luistelu harjoittaa karkeamotoriikkaa, koordinaatiota, ja tasapainon hallintaa. Tule saamaan onnistumisen kokemuksia kivan toiminnan parissa. Luistelu järjestetään yhteistyössä Helsingin kaupungin liikuntatoimen kanssa.

Ohjaajat Hanna Pakarinen

Hinta 80 euroa (kurssilaisen vanhempi saa osallistua maksutta tunneille)

Paikka Oulunkylän jäähalli, Käskynhaltijantie 11, 00640 Helsinki. Tiedoksi, Oulunkylän jäähalli ei ole esteetön.

Rumpuryhmä

Lauantaisin klo 11.30–12.15, 4.9.–27.11. (ei tuntia 18.9., 23.10. eikä 6.11.)

Ryhmässä harjoitellaan itseilmaisua rytmin keinoin. Rumpujen soitto vahvistaa rytmittäjää, keskittymiskykyä ja sosiaalisia taitoja. Tunneilla liikutaan ja soitetaan. Ryhmässä opitaan djemberummun soittamisen perusteita ja yleistä kehon hallintaa. Vähimmäisikäraja 7- vuotta. Oma rumpu ei tarvitse hankkia osallistuakseen ryhmään. Ryhmä suunnattu oppimisvaikeuksisille ja oppimisvaikeuksia kokeville.

Ohjaaja Maarika Autio

Hinta 30 euroa HEROn jäsenille ja 55 euroa ei-jäseniltä

Paikka HERO, Mannerheimintie 44 A 5–6, 00260 Helsinki

Lasten boffausryhmä 1

Tiistaisin klo 17–18, 7.9.–7.12. (ei tuntia 19.10. eikä 23.11.)

Boffaus on iloinen kamppailulaji, johon liittyy käsityöharrastus ja ryhmän osana toimimista. Boffausryhmässä miekkaillaan pehmustetuilla miekoilla, kilvillä, keihäillä ja muilla keskiaikaisilla asetyypeillä. Alkuun ei tarvitse omia



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

varusteita vaan niitä saa lainata ohjaajalta. Myöhemmin osallistujat tekevät omat varusteet omakustanteisesti ohjaajan antamien ohjeiden mukaan kotona. Harrastus kehittää ryhmätyötaitoja, kädentaitoja, motoriikkaa. Lasta kannustetaan itsensä ilmaisuun ja mielikuvituksen käyttämiseen hänen omista lähtökohdistaan käsin. Suunnattu 10–12-vuotiaille. Ryhmä järjestetään yhteistyössä Helsingin kaupungin liikuntatoimen kanssa.

Ohjaaja Arttu Partanen

Paikka Töölön ala-aste, Töölönkatu 41–45, 00250 Helsinki

Hinta HEROn jäsenille 35 euroa /ei-jäsenille 60 euroa

Lasten boffausryhmä 2

Tiistaisin klo 17–18, 7.9.–7.12. (ei tuntia 19.10. eikä 23.11.)

Boffaus on iloinen kamppailulaji, johon liittyy käsityöharrastus ja ryhmän osana toimimista. Boffausryhmässä miekkaillaan pehmustetuilla miekoilla, kilvillä, keihäillä ja muilla keskiaikaisilla asetyypeillä. Alkuun ei tarvitse omia varusteita vaan niitä saa lainata ohjaajalta. Myöhemmin osallistujat tekevät omat varusteet omakustanteisesti ohjaajan antamien ohjeiden mukaan kotona. Harrastus kehittää ryhmätyötaitoja, kädentaitoja, motoriikkaa. Lasta kannustetaan itsensä ilmaisuun ja mielikuvituksen käyttämiseen hänen omista lähtökohdistaan käsin. Suunnattu 10–12-vuotiaille. Ryhmä järjestetään yhteistyössä Helsingin kaupungin liikuntatoimen kanssa.

Ohjaaja Ei vielä varmistunut

Paikka Taivallahden peruskoulu, Eteläinen Hesperiankatu 38, 00100 Helsinki

Hinta HEROn jäsenille 35 euroa /ei-jäsenille 60 euroa

Fortnite + katutanssiryhmä 10–14 v pojille

Keskiviikkoisin klo 17–18, 8.9.–15.12. (ei tuntia 20.10.)

Tutustutaan Fortnite-pelistä tuttuihin tanssiliikkeisiin sekä eri katutanssilajeihin (esim. hiphop, breakdance). Aloitetaan alkeista, ei tarvitse olla tanssitaustaa. Tunti kehittää motoriikkaa, kehonhallintaa, voimaa ja luovuutta.

Varusteet: tunneille tarvitset mukaan sisäliikuntavaatteet, sisäliikuntakengät, juomapullon ja hyvän mielen. Järjestetään yhteistyössä Helsingin kaupungin liikuntatoimen kanssa.



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Ohjaaja varmistuu myöhemmin

Paikka Töölön Kisahalli, Paavo Nurmen kuja 1 c
00250 Helsinki

Hinta HEROn jäsenille 5 euroa / ei-jäsenille 30 euroa

Dancemix 10–14-vuotiaille, sekaryhmä **Torstaisin klo 17–18, 9.9.–16.12. (ei tuntia 21.10.)**

Tutustutaan yhdessä eri tanssilajeihin, kuten showtanssiin, nykytanssiin, katutansseihin ja balettiin. Tanssilajeja voidaan valita myös osallistujien toiveiden mukaan. Ei tarvitse olla tanssitaustaa. Tunti kehittää kehonhallintaa, koordinaatiota, liikkuvuutta,

Tunneilla tehdään alkulämmittely, tanssitekniikkaa kehittäviä sarjoja keskilattialla ja salin poikki, sekä lopuksi yhdistellään tunnilla opittuja asioita helppossa tanssisarjassa. Samoja sarjoja tehdään useampi viikko putkeen, jotta ne keretään oppia. Tunnilla pääsee myös kehittämään omaa luovuutta ja ilmaisua tanssin keinoin. Varusteet: tunneille tarvitset mukaan sisäliikuntavaatteet, juomapullon ja hyvän mielen. Järjestetään yhteistyössä Helsingin kaupungin liikuntatoimen kanssa.

Ohjaaja varmistuu myöhemmin

Paikka Töölön Kisahalli, Paavo Nurmen kuja 1 c
00250 Helsinki

Hinta HEROn jäsenille 60 euroa / ei-jäsenille 85 euroa

Perhetaekwondo 1 **Lauantaisin klo 15–16, 11.9.- 11.12.2021 (ei tuntia 23.10.)**

HEROn Perhetaekwondo tapahtuu pienryhmässä ja on mukava ja hyödyllinen harrastus sekä lapselle että vanhemmalle.

Ryhmässä ei pidetä lajiin liittyviä vyökokeita, se etenee rauhallisesti, harjoitteista on eri tasoisia vaihtoehtoja, jotta jokainen pysyisi varmasti mukana ja on ymmärtänyt ohjeistuksen. Toiminnalle ei luoda korkeita tuloksellisia tavoitteita, vaan harrastaminen tapahtuu osallistujien ehdoilla. Ryhmässä keskeisenä tavoitteena on tekemisen ilo ja onnistumisten

kokeminen. Perhetaekwondo järjestetään yhdessä Helsingin kaupungin liikuntatoimen kanssa. Suunnattu perheille, jossa on oppimisvaikeuksia tai koetaan oppimisvaikeuksia ja lapsi on yli 7-vuotias.



Ohjaaja Antti Mynttinen

Paikka Myllypuron Liikuntamyly, Jauhokuja 3, 00920 Helsinki

Hinta HEROn jäsenelle 60 euroa/lapsi-aikuinen pari ja ei jäsenelle 85 euroa/lapsi-aikuinen pari

Perhetaekwondo 2

Lauantaisin klo 16–17, 11.9.- 11.12.2021 (ei tuntia 23.10.)

HEROn Perhetaekwondo tapahtuu pienryhmässä ja on mukava ja hyödyllinen harrastus sekä lapselle että vanhemmalle.

Ryhmässä ei pidetä lajiin liittyviä vyökokeita, se etenee rauhallisesti, harjoitteista on eri tasoisia vaihtoehtoja, jotta jokainen pysyisi varmasti mukana ja on ymmärtänyt ohjeistuksen. Toiminnalle ei luoda korkeita tuloksellisia tavoitteita, vaan harrastaminen tapahtuu osallistujien ehdoilla. Ryhmässä keskeisenä tavoitteena on tekemisen ilo ja onnistumisten kokeminen. Perhetaekwondo järjestetään yhdessä Helsingin kaupungin liikuntatoimen kanssa. Suunnattu perheille, jossa on oppimisvaikeuksia tai koetaan oppimisvaikeuksia ja lapsi on yli 7-vuotias.

Ohjaaja Antti Mynttinen

Paikka Myllypuron Liikuntamyly, Jauhokuja 3, 00920 Helsinki

Hinta HEROn jäsenelle 60 euroa/lapsi-aikuinen pari ja ei jäsenelle 85 euroa/lapsi-aikuinen pari

Pallo haltuun -ryhmä

Sunnuntaisin klo 11–12, 19.9.–12.12. (ei tuntia 24.10.)

Opi pallopelejä ja pallonkäsittelyä! Ryhmässä kokeillaan eri pallolajeja ja opetellaan pallonkäsittelyn perusliikkeitä. Lasta kannustetaan omaehtoiseen monipuoliseen päivittäiseen liikkumiseen ja luodaan myönteinen asenne palloiluun. Suunnattu alakouluikäisille lapsille, jotka kokevat tai joilla on

oppimisvaikeuksia. Ryhmä järjestetään yhteistyössä Helsingin liikuntatoimen kanssa.

Ohjaaja Ella Maijala

Hinta HEROn jäsenille 80 euroa /ei-jäsenille 105 euroa

Paikka Katajanokan ala-aste, Laivastokuja 6, 00160 Helsinki



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Vanhempi-lapsi-kokkikurssi

Tiistai 14.9., klo 17–20

Teemana: Piknik-/retkieväät

Kokkikurssille voi osallistua yhdessä 7–13-vuotiaan lapsen kanssa. Kurssilla opetellaan jokaiselle hyödyllisiä ruuanlaittotaitoja. Tavoitteena on oppia uusia taitoja, tukea arjenhallintaa, luoda osallisuuden kokemus sekä tuottaa iloa tekemisen ja onnistumisten kautta. Kurssilla tehdään erilaisia herkkuja, suolaista ja makeaa piknik-koriin. Kurssi toteutetaan yhdessä Helsingin työväenopiston kanssa.

Ohjaaja Hanna Vuorio

Hinta 30 euroa lapsesta ja vanhemmasta yhteensä (sis. opetuksen, materiaalikulut ja syömisen)

Paikka Helsingin työväenopisto, Opistotalon opetuskeittiö, Helsinginkatu 26, 00530 Helsinki

Vanhempi-lapsi-kokkikurssi

Tiistai 5.10., klo 17–20

Teemana: Arjen suosikkiruuat

Kokkikurssille voi osallistua yhdessä 7–13-vuotiaan lapsen kanssa. Kurssilla opetellaan jokaiselle hyödyllisiä ruuanlaittotaitoja. Tavoitteena on oppia uusia taitoja, tukea arjenhallintaa, luoda osallisuuden kokemus sekä tuottaa iloa tekemisen ja onnistumisten kautta. Kurssi toteutetaan yhdessä Helsingin työväenopiston kanssa. Kurssilla valmistetaan arjen suosikkiruokia, kuten moneen makuun muuntautuvaa pastavuokaa, pinaattilettuja, kananugetteja sekä kivaa ja helppoa arkiversiota pizzasta. Kurssi toteutetaan yhdessä Helsingin työväenopiston kanssa.



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Ohjaaja Hanna Vuorio

Hinta 30 euroa lapsesta ja vanhemmasta yhteensä (sis. opetuksen, materiaalikulut ja syömisen)

Paikka Helsingin työväenopisto, Opistotalon opetuskeittiö, Helsinginkatu 26, 00530 Helsinki

Vanhempi-lapsi-kokkikurssi

Tiistai 2.11., klo 17–20

Teemana: alakoululaisen välipala

Kokkikurssille voi osallistua yhdessä 7–13-vuotiaan lapsen kanssa. Kurssilla opetellaan jokaiselle hyödyllisiä ruuanlaittotaitoja. Tavoitteena on oppia uusia taitoja, tukea arjenhallintaa, luoda osallisuuden kokemus sekä tuottaa iloa tekemisen ja onnistumisten kautta.

Kurssilla valmistetaan helppoja ja terveellisiä välipaloja, joita voi valmistaa alakoululaisen kanssa yhdessä! Opimme valmistamaan esimerkiksi herkullisia wrappeja, herkkusmoothieta, kauramuffineja ja banaaniletuja. Kurssi toteutetaan yhdessä Helsingin työväenopiston kanssa.

Ohjaaja Hanna Vuorio

Hinta 30 euroa lapsesta ja vanhemmasta yhteensä (sis. opetuksen, materiaalikulut ja syömisen)

Paikka Helsingin työväenopisto, Opistotalon opetuskeittiö, Helsinginkatu 26, 00530 Helsinki

Vanhempi-lapsi-kokkikurssi

Tiistai 7.12., klo 17–20

Teemana: Jouluisia herkkuja, suolaista ja makeaa

Kokkikurssille voi osallistua yhdessä 7–13-vuotiaan lapsen kanssa. Kurssilla opetellaan jokaiselle hyödyllisiä ruuanlaittotaitoja. Tavoitteena on oppia uusia taitoja, tukea arjenhallintaa, luoda osallisuuden kokemus sekä tuottaa iloa tekemisen ja onnistumisten kautta.

Kurssilla valmistetaan herkullisia suolaisia ja makeita leivonnaisia jouluisen tapaan. Valmistamme esimerkiksi suolaisia juustokierteitä, joululeipää, joulun



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

makuista kakkua ja erilaisia torttuja. Kurssi toteutetaan yhdessä Helsingin työväenopiston kanssa.

Ohjaaja Hanna Vuorio

Hinta 30 euroa lapsesta ja vanhemmasta yhteensä (sis. opetuksen, materiaalikulut ja syömisen)

Paikka Helsingin työväenopisto, Opistotalon opetuskeittiö, Helsinginkatu 26, 00530 Helsinki

Ilmoittautuminen

osoitteessa lukihero.fi/toiminta/harrasteryhmat/

Ilmoittautumislinkit löytyvät kunkin kurssin tapahtuman/kuvauksen kohdalta. Ilmoittautumisjärjestys otetaan huomioon, mikäli koronatilanne pienentää ryhmiä.

Ilmoittautuminen on sitova kaksi viikkoa ennen ryhmän alkua. Tämän jälkeen sinulta laskutetaan täysi osallistumismaksu.

Jos et pääse osallistumaan ryhmään, muista perua osallistumisesi ennen ryhmän alkua sähköpostitse marika.kivilehto@lukihero.fi Pelkkä tunnille tulematta jättäminen ei riitä perumiseksi.

Osallistumismaksu on edullisempi HEROn henkilöjäsenille. Jäsenmaksu on 15–25 euroa.

Huomaathan, että ilmoittautuessasi jäsenetuhintaan oikeuttavaan ryhmään, jäsenyytesi tulee olla voimassa. Jäsenetua ei voi käyttää takautuvasti.

[Jäseneksi voit liittyä tästä](#)

Muutokset mahdollisia!

Lisätiedot

Marika Kivilehto puh. 040 547 4687, marika.kivilehto@lukihero.fi



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

LIITO-hanke

Hei sinä helsinkiläinen lapsi tai nuori (7–29 v.) – etsitkö itsellesi sopivaa harrastusta?

- Etkö tiedä vielä mikä harrastus on sinun juttusi?
- Mietityttääkö missä voisit harrastaa?
- Jännittävätkö uudet tilanteet harrastusmaailmassa?
- Koetko että sinulla on oppimisvaikeuksia, autismin kirjoja tai ADHD, ja koet että ne aiheuttavat haasteita harrastustilanteissa?
- Tuntuuko harrastustarjonnan viidakko sekavalta?

Jos tunnistat itsesi yhden tai useamman kysymyksen kohdalla, LIITO-hanke tukee sinua, 7–29-vuotias helsinkiläinen lapsi tai nuori. LIITO-hankkeesta saat tukea oman harrastuksen löytämiseen ja harrastuksessa aloittamiseen.

Kysy rohkeasti lisää!

Projektisuunnittelija Marika Sipilä, marika.sipila@lukihero.fi
Projektityöntekijä Vilhelmiina Jokinen, vilhelmiina.jokinen@lukihero.fi

www.liikejatkuu.fi



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Lukineuvonta ja opiskeluohjaus

Neuvontapuhelin

Erityisopettajan puhelinpäivystys ti 18.8. alkaen (tauolla 10.8. ja 12.8.)

Tiistaisin ja torstaisin klo 8–9 (poikkeuksena arkipyhät)
Aija Lund, puh. 050 4060 580

Chat

Chat-päivystysajat infoamme elokuun aikana, mutta chatin ollessa suljettuna saat jätettyä meille viestin kätevästi chatin kautta. Muistathan jättää yhteystietosi, jotta pystymme vastaamaan sinulle takaisin. Chat löytyy osoitteesta www.lukihero.fi

Lukineuvontaa kirjastoissa

Tule rohkeasti juttelemaan oppimisvaikeuksista! Esittelyssä myös oppimislejät (äidinkieli, matematiikka). Löydä samalla mielenkiintoista luettavaa. Tervetuloa!

Helsingin ja Espoon kirjastoissa **ajanvarauksella**

Ajanvaraus ja tiedustelut:

Aija Lund, erityisopettaja
puh. 050 4060 580
aija.lund@lukihero.fi

TARKISTA AJANKOHTAISET TIEDOT TÄÄLTÄ:

[Tietoa ja neuvontaa - HERO \(lukihero.fi\)](http://www.lukihero.fi)



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Lukukahvila

Lukukahvila on toistaiseksi tauolla epidemiatilanteen vuoksi!

HEROn Lukukahvila on avoinna kaikille, jotka kaipaavat vinkkejä lukemisen tukemiseen, lukuseuraa tai paikan lukuhetkelle.

Lukukahvilassa on erilaista toimintaa kaikenikäisille. Lisäksi Lukukahvilan aukioloaikoina voi tulla kysymään oppimisvaikeuksista matalalla kynnyksellä.

Lukukahvila on avoinna ma, ti ja to klo 14–16 ja ke klo 15–17 (poikkeuksena arkipyhät ja aatot). Infoamme poikkeusaikatauluista nettisivuillamme.

Alkusyksyn lukukahvila palvelee etänä (Zoom, Teams, Google Meet, WhatsApp). Ajankohtaiset aukioloajat löytyvät nettisivuiltamme: <https://lukihero.fi/toiminta/kirjakahvila/>

Lukukahvilan yhteyshenkilönä toimii Erityisopetuksen asiantuntija Aija Lund. aija.lund@lukihero.fi, 050 4060 580

Oppitunti malliluokassa



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Ajanvarauksella. Toistaiseksi tauolla koronatilanteen vuoksi!

Tuo luokkasi tutustumaan oppimisen peleihin ja apuvälineisiin!

Malliluokassa ryhmänsä opettaja opettaa oppilaitaan hyödyntäen luokan oppimisen pelejä ja apuvälineitä sekä ipad-sovelluksia. HEROn työntekijä opastaa oppimisen apuvälineiden ja sovellusten (ipad) käytössä. Teemana on matematiikka, ja tavoitteena matematiikan opiskelun tukeminen ja innostaminen pelaamalla, oppimisen apuvälineillä ja sovelluksilla, sekä uudenlaisen oppimisympäristön kokeminen.

Oppitunnit on suunnattu alakoulun opettajille ja luokille.

Tutustumiskäynti on maksuton Helsingin, Espoon, Vantaan ja Kauniaisten kouluille. Muut 50 € tunnilta.

Paikka Helsingin seudun erilaiset oppijat (HERO), Mannerheimintie 44 A 5-6, 00260 Helsinki

Varaukset ja tiedustelut

Mari Haapaniemi, 050 50 96 548, mari.haapaniemi@lukihero.fi



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Vapaaehtoistyö

Vapaaehtoisena voit olla mukana HERO:n toiminnassa monella eri tavalla, omien vahvuuksien ja kiinnostuksen kohteidesi mukaan. Vapaaehtoiset koulutetaan (Moduulit 1 & 2 ovat pakollisia). Koulutukset ovat maksuttomia, järjestetään verkossa. Ne ovat suunnattu Helsingin seudun erilaiset oppijat ry:n (HERO:n) vapaaehtoisille ja vapaaehtoisena toimimisesta kiinnostuneille.

Vapaaehtoistyön koulutus – moduuli 1:

Verkkokoulutus: Vapaaehtoisuus ja vapaaehtoisena HEROssa

Tiistaina 7.9. klo 17–18.30

Tiistaina 9.11. klo 17–18.30

Ensimmäisessä peruskoulutuksen moduulissa käydään läpi HEROa, HERO:n vapaaehtoisuotoja ja mahdollisuuksia, mitä vapaaehtoinen voi tehdä lukijärjestössä.

Kristiina Aminoff avaa osiossaan mitkä ovat vapaaehtoisen ja organisaation roolit ja vastualueet vapaaehtoistyössä, vapaaehtoistyöntekijän oikeudet, vapaaehtoistyön peruserätykset ja vapaaehtoisen hyvinvointiin liittyviä tekijöitä. Koulutus on suunnattu HEROssa vapaaehtoisena toimisesta kiinnostuneille. Koulutus kuuluu pakollisiin käytäviin moduuleihin, jotka vapaaehtoisen tulee suorittaa ennen kuin alkaa toimimaan vapaaehtoisena lukijärjestössä.

Kouluttajat Kristiina Aminoff, vapaaehtoistoiminnan koordinaattori, Helsingin ortodoksinen seurakunta, Anu Leinonen, kouluttaja/vapaaehtoistyöntekijä ja Marika Kivilehto, vapaa-ajan ja vapaaehtoistyön koordinaattori, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Hinta maksuton

Vapaaehtoistyön koulutus – moduuli 2:

Verkkokoulutus: Oppimisvaikeudet

Tiistai 21.9. klo 17–18.30

Tiistai 22.11. klo 17–18.30



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Peruspaketti oppimisvaikeuksista sekä kokemusasiantuntijan puheenvuoro.

Koulutus on tarkoitettu HEROon haluavalle vapaaehtoistyöntekijälle. Koulutus kuuluu pakollisiin käytäviin moduuleihin, jotka vapaaehtoisen tulee suorittaa, kun alkaa toimimaan vapaaehtoisena HEROssa. Koulutus on suunnattu HEROssa vapaaehtoisena toimisesta kiinnostuneille sekä muille aiheesta kiinnostuneille

Kouluttajat Kirsi Makkonen, erityisopettaja ja Leif Hagert, toimittaja/kokemusasiantuntija

Hinta maksuton

Vapaaehtoistyön koulutus (valinnainen)

Verkkokoulutus: Vertaisryhmän ohjaajakoulutus

Tiistaina 10.8. klo 17–18.30

Koulutus on suunnattu HERO:n vapaaehtoistyöntekijöille, vapaaehtoisena lukijärjestössä toimisesta kiinnostuneille sekä vertaisryhmäohjaajaksi haluaville.

Koulutuksessa käsitellään teorian ja käytännön esimerkkien kautta muun muassa:

- Kuinka ohjataan ryhmään osallistuvia jäseniä, joilla on oppimisvaikeuksia?
- Kuinka suunnitellaan vertaistukiryhmään esim. erilaisia sisältöteemoja
- Kuinka ryhmäyttää osallistujat ja luodaan ryhmään säännöt
- Mikä on ohjaajan rooli ja jaksaminen ryhmässä
- Kuinka johtaa keskustelua ja jakaa esim. puheenvuoroja

Kouluttaja Iris Vainio, KM, ELO / M. Ed., Special Education Teacher
Jatko-opiskelija / PhD student
SEDUCE-tohtoriohjelma, Helsingin yliopisto / SECUDE doctoral programme,
University of Helsinki

Hinta maksuton



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Vapaaehtoistyön koulutus (valinnainen)

Verkkokoulutus: Somelähettiläs

Tiistaina 5.10. klo 17–18.30

Somelähettiläät ovat vapaaehtoisia, jotka esiintyvät järjestön kasvoina tai ääninä järjestön sosiaalisen median profiileissa ja/tai omien someprofiiliensa kautta. Somelähettiläisyyteen keskittyvä vuorovaikutteinen koulutus tarjoaa eväitä sen arvioimiseen, sosisiko tehtävä Sinulle ja miten voit aloittaa HEROn somelähettiläänä.

Koulutuksessa käydään läpi mm.

- mitä somelähettiläs on
- mitä somelähettiläs voi tehdä
- kuinka löytää "oma juttunsa" somelähettiläänä
- käytännön harjoitus somesisällön tuottamiseksi

Koulutus järjestetään yhteistyössä Nyyti ry:n kanssa.

Koulutus on suunnattu Helsingin seudun erilaiset oppijat ry:n (HEROn) vapaaehtoisille, HEROssa vapaaehtoisena toimimisesta kiinnostuneille ja muille kiinnostuneille.

Kouluttaja Nyyti ry:n kehittämisspällikkö Sofia Lindqvist

Hinta maksuton

Ilmoittautuminen vapaaehtoistoiminnan koulutukseen

Muutokset ovat mahdollisia.

Lisätiedot

Marika Kivilehto, marika.kivilehto@lukihero.fi, 040 547 4687

Liity HEROn jäseneksi



HERO
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

HEROlla on sekä henkilö- että yhteisöjäseniä ja kuka tahansa voi liittyä HEROn jäseneksi.

Jäsenmaksu

HEROn jäsenmaksu laskutetaan kalenterivuositain. Jäsenmaksu päätetään vuosikokouksessa ja vuonna 2021 jäsenmaksut ja jäsenmaksuluokat ovat seuraavat:

- o henkilöjäsen 25€
- o henkilöjäsen / eturyhmät: opiskelijat, työttömät, eläkeläiset 15€
- o kannatusjäsen 50€
- o yhteisöjäsen 1/ 300€ tai yhteisöjäsen 2/ 1000€.

Jäsenedut

Jäsenedut koskevat kaikkia muita jäsenluokkia, paitsi kannatusjäsenmaksulla tuet vain yhdistystoimintaa ilman etuja.

- o HEROn jäsenenä saat kaksi kertaa vuodessa ilmestyvän HERO-lehden sähköpostitse.
- o Olet oikeutettu maksuttomaan lukiseulaan (arvo 25 €).
- o Jäsenetuhintoja HEROn osasta HEROn kursseja, harrasteryhmiä tai yleisötilaisuuksia.
- o Osa tapahtumista on suunnattu vain jäsenille / jäsenille ennakoilmoittautuminen.
- o Saat vaihtuvia jäsenetuja erikseen ilmoitetuista jäsenetutuotteista.
- o HEROn jäsenenä pääset vaikuttamaan HEROn toimintaan, mm. antamalla palautetta ja kehittämideoita, pääset osallistumaan HEROn vuosikokoukseen ja vaikuttamaan aktiivisuudellasi toimintaan.
- o Saat kutsuja jäsenille tarkoitettuihin tilaisuuksiin, mikäli olet ilmoittanut sähköpostiosoitteesi.

Liittyminen

Voit liittyä jäseneksi nettisivuillamme: lukihero.fi/jasenet/

Lisätiedot

järjestökoordinaattori Marika Sipilä, sähköpostitse marika.sipila@lukihero.fi

tai puhelimitse ma-to klo 10–15: 050 5276 977

Yhteisöjäsenyys!

Ilmoita yhteisösi tai yrityksesi HEROn yhteisöjäseneksi ja saatte muiden HEROn jäsenetujen lisäksi myös koulutuksellisia etuja! Koulutukset järjestetään HEROssa.

Kannatusjäsen 50,- / kalenterivuosi

Kannatusjäsenenä tuet HEROn toimintaa, jäsenyys ei sisällä etuja.

Yhteisöjäsen 300,- / kalenterivuosi

- HERO-lehti 2 kertaa vuodessa
- Etuja osasta koulutuksia ja kampanjaluonteisia jäsenetuja
- Jäsentapahtumia
- 2 koulutusta jäsenkoulutustarjonnastamme. Kumpaankin koulututukseen voi ilmoittaa 2 henkilöä.

Yhteisöjäsenpaketti 1000,- / kalenterivuosi

Ilmoita yhteisösi tai yrityksesi HEROn yhteisöjäseneksi ja saatte muiden HEROn jäsenetujen lisäksi koulutuksellisia etuja sekä HEROssa järjestettynä, että yhteisöllenne suunnatun koulutuksen yhteisössänne paikan päällä!

HEROn jäsenedut 2021 yhteisöjäsenpaketti 2: 1000 euroa sis. alv 0.

- HERO-lehti 2 kertaa vuodessa
- Etuja osasta kurseja ja kampanjaluonteisia jäsenetuja
- Jäsentapahtumia
- 2 koulutusta jäsenkoulutustarjonnastamme. Kumpaankin koulututukseen voi ilmoittaa 2 henkilöä.
- HEROn koulutus yrityksenne tai yhteisönne henkilökunnalle HEROn toiminta-alueella. HEROn toiminta-alueen ulkopuolisilta yrityksiltä tai yhteisöiltä veloitetaan matkakulut koulutuspäivästä.

Yhteisöjäsenten koulutuksiin ilmoittautuminen ja lisätiedot:

Ilmoittautuminen ja lisätiedot: järjestökoordinaattori Marika Sipilä,
marika.sipila@lukihero.fi / puhelimitse ma-to klo 10-15, puh. 050 5276 977
Kaikki oikeudet muutoksiin pidätetään.

Henkilökunnan yhteystiedot



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Toiminnanjohtaja

Suvi-Päivikki Hiipakka

040 0606 955

suvi.hiipakka@lukihero.fi

Koulutuskoordinaattori

Satu Hirvonen (opintovapaalla 1.10.2020-31.5.2022)

040 7291 423

satu.hirvonen@lukihero.fi

Koulutuskoordinaattori

Mari Haapaniemi (opintovapaan sijainen)

050 5096 548

mari.haapaniemi@lukihero.fi

Vapaa-ajan ja vapaaehtoistyön koordinaattori

Marika Kivilehto

040 5474 687

marika.kivilehto@lukihero.fi

Valmentaja, nuorten toiminta

Asta Kohtala

050 5134 696

asta.kohtala@lukihero.fi

Toimintavastaava, nuorten toiminta

Marika Lius

040 7073 042

marika.lius@lukihero.fi



HERO

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Ohjaaja, nuorten toiminta

Anu Myllylä

050 551 5866

anu.myllyla@lukihero.fi

Ohjaaja, nuorten toiminta

Julianna Mäkelä

050 551 5882

julianna.makela@lukihero.fi

Erityisopetuksen asiantuntija

Aija Lund

050 4060 580

aija.lund@lukihero.fi

Järjestökoordinaattori & Projektisuunnittelija (Liito-hanke)

Marika Sipilä

050 5276 977

marika.sipila@lukihero.fi

Projektityöntekijä, Liito-hanke

Vilhelmiina Jokinen

050 521 3271

vilhelmiina.jokinen@lukihero.fi

Henkilökunnan yhteystiedot löydät myös sivuiltamme:

lukihero.fi/yhteystiedot/#henkilokunta