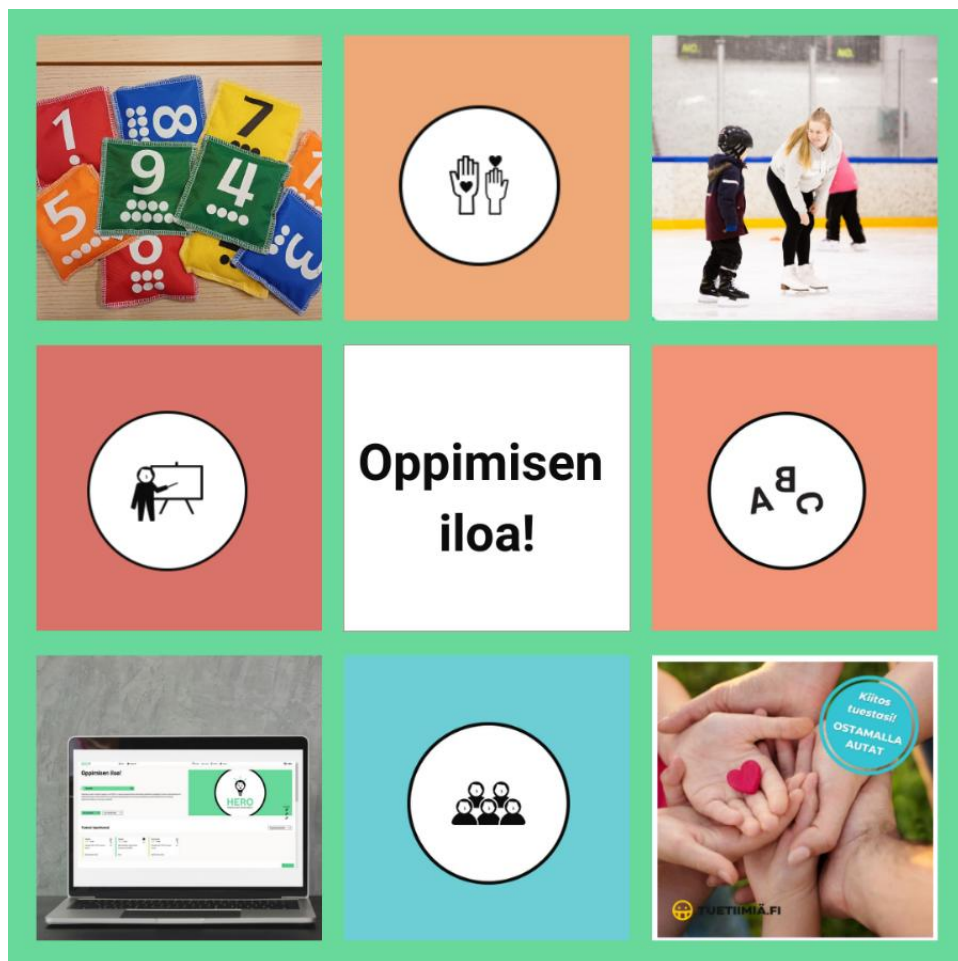


HERO-lehti 2025

Vuoden toiminnot ja tapahtumat
– oppimisen iloa!



Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO)

Mikä HERO on?

HERO on oppimisvaikeusjärjestö, joka järjestää monipuolisia matalankynnyksen palveluita eri ikäisille oppimisvaikeuksisille arjessa selviytymiseen. HERO järjestää kymmeniä erilaisia toimintoja, luentoja sekä tapahtumia erilaisille oppijoille, harrastajille ja alan ammattilaisille. Löydät mielenkiintoiset sisällöt, mahtavat opettajat sekä edulliset toiminnot www.lukihero.fi-sivuilta. Tule mukaan oppimisen ilon pariin!



Yhteystiedot

Mannerheimintie 44 A 5–6

00260 Helsinki

hero@lukihero.fi

www.lukihero.fi

Henkilökunta:

Henkilökunnan sähköpostiosoitteet:

etunimi.sukunimi@lukihero.fi

Kurssi- ja vapaa-ajan toiminnan
koordinaattori: kurssi-, harraste-, vertais-
ja vapaaehtoistoiminta, sekä yleinen
ohjaus ja neuvonta
Marika Kivilehto

Järjestökoordinaattori:

Jäsenasiat, varainhankinta, tapahtumat

Marika Sipilä

Perustoiminnan vastaava koordinaattori:

koulutukset, yleisötilaisuudet sekä

yleinen ohjaus ja neuvonta Minna Eväsoja

Nuorten toiminta / KITE-kurssit:

Katri Liimatainen, ohjaaja

Anna Paasonen, ohjaaja

Nuorten toiminta / ASKELMA-ryhmä ja
vertaisryhmä:

Anu Myllylä, ohjaaja

Anu Kinnunen, ohjaaja

HEROn nuorten toiminnan vastaava:

nuorten vaparitoiminta

Marika Lius

Toiminnanjohtaja: johtaminen, rahoitus ja
hallitustyöskentely

Suvi-Päivikki Hiipakka

Toiminnanjohtajan terveiset

Ihanaa syksyn alkua kaikille! Jotkut varmasti lomailevat vielä, mutta HEROlaisilla alkavat lomat olemaan jo ohi, koska HEROssa on lomakausi pääsääntöisesti heinäkuussa, jolloin säännöllistä kurssi- tai harrastetoimintaa ei ole. Uusi toimintakausi on aluillaan, ja erilaiset HEROn toiminnot ovat alkamassa. Syksy tuo tullessaan monenlaista uutta. Kurssitoiminnasta löydät niin vanhoja tuttuja kursseja kuin myös uusia kursseja. Toivotaan, että löydät niistä itsellesi jotain, johon haluat osallistua. Tietoja päivitetään www.lukihero.fi-sivuille.

Järjestöt elävät edelleen epävarmuudessa rahoitusten suhteen, koska STEA-avusteisen toiminnan leikkauksien kohteista ei ole uutta tietoa. Järjestöjen kannattaa muuttaa ja korjata omia toimintojaan, jotta vähenevät rahoitukset tulevat riittämään. Siksi on myös tärkeää kehittää omaa varainhankintaa, jota HEROssa on jo aloitettu. HEROlla on vihdoin jatkuvan varainhankinnan lupa, josta on kotisivuillamme lisää tietoa. Otamme myös lahjoituksia vastaan. Nyt elokuussa kampanjoidaan uusien jäsenien saamiseksi. Voisitko kenties sinäkin liittyä HEROn jäseneksi.

Valtioneuvosto on asettanut sosiaali- ja terveysministeriön (STM) yhteyteen sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustusasioiden neuvottelukunnan sekä neuvottelukunnan erillisen arviointi- ja avustusjaoston. Neuvottelukunnan tehtävänä on antaa sosiaali- ja terveysministeriölle lausuntoja sosiaali- ja terveysalan yhdistyksille ja säätiöille suunnattujen sosiaali- ja terveysministeriön myöntämien valtionavustusten yleisistä linjauksista. Sen tehtävänä on myös kehittää ja arvioida avustuspoliittikkaa ja järjestötoimintaa. Neuvottelukunta koostuu sosiaali- ja terveysjärjestöjen ehdottamista henkilöistä.

Arviointi- ja avustusjaoston tehtävänä on ottaa kantaa Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen (STEA) tekemiin avustusehdotuksiin. Lisäksi jaosto voi tehdä arviointeja avustettavien järjestöjen toiminnasta. Kaikkien STEA-avusteisten järjestöjen toiminnan on oltava avointa ja läpinäkyvää. Näin toimimme myös HEROssa.

Vuoden aikana saadaan HEROn strategian päivitys valmiiksi. Syksyn aikana uudistetaan kotisivut. Syksyllä kysytään taas jäseniltä ehdotuksia vuoden 2026 HEROn Lukukummiksi. Joulukuussa vietetään kaikille yhteisiä pikkujouluja. Jos haluat tietää, mitä milloinkin on menossa, niin liity uutiskirjeen tilaajaksi. Se ei maksa mitään.

Syksy saapuu hiljalleen, ulkona sää kohta viilenee.

Vielä on kuitenkin kesää jäljellä, jospa ehtisi kalastamaan järvellä.

Jossa kaikki arki unohtuu, vain puiden huojuunta kuuluu.

Järvivesi kivasti liplattaa, sen laiturille kuulen. Se kutsuu meitä uimaan, näin luulen.

Suomen luonto on ollut tänä vuonna kauneimmillaan.

Toivotaan sen pysyvän tulevina vuosina juuri sellaisenaan.

Hyvää alkanutta syksyä sinulle ja läheisillesi toivottaa toiminnanjohtaja **Suvi-Päivikki Hiipakka**

Sisällysluettelo

Yhteystiedot.....	2
Toiminnanjohtajan terveiset.....	3
Näin ilmoittaudut toimintaamme!.....	5
Vuoden tapahtumia.....	6
Ohjaus ja neuvonta	7
Koulutukset.....	8
Lukiseulat ja Lukitestausta	10
Lukineuvonta ja yleinen ohjaus	11
Lukineuvonta kirjastoissa.....	11
Oppimiskahvilat etänä 2025	12
Yleisötilaisuudet.....	12
Kurssi- ja vapaa-ajan toiminta.....	14
HEROn kurssit:	14
HEROn harrasteryhmät:.....	15
Nuorten toiminta	17
Kite-kurssi.....	17
ASKELMA -toiminta	17
Nuorten vaparitoiminta.....	17
Vapaaehtoistoiminta.....	18
Koulutukset	18
Vertaisryhmät.....	18
HEROn hallitus 2025–2026	20
Liity jäseneksi	21
Seuraa HEROa somessa ja / tai tilaamalla uutiskirje	21
Tue HEROn toimintaa	22

Näin ilmoittaudut toimintaamme!

HEROn toimintoihin ilmoittaudutaan sähköisesti.

Nettisivuilta www.lukihero.fi löytyy eri toiminnoistamme **yksityiskohtaiset lisätiedot**. Valitse etusivun yläpalkista Toiminta -> esim. "Kurssit", josta avautuu näkymä koko vuoden kurssitarjontamme. Valitse kurssi, esim. "Matematiikka mahdolliseksi", ja pääset näkemään lisätietoja kurssista ja löydät linkin ilmoittautumislomakkeeseen.

Voit ilmoittautua myös suoraan toiminnosta vastaavalle henkilölle. Muista kertoa ilmoittautumisen yhteydessä, mihin olet ilmoittautumassa. Löydät toimintojen yhteyshenkilöiden tiedot sivulta 1.

Kevätlukukausi on 3.2.2024-30.5.2025

Syyslukukausi 1.9.-12.12.2025

Mikäli luet tätä HERO-lehteä sähköisessä muodossa, niin pääset otsikkolinkkiä klikkaamalla tapahtuman sivulle, jonka ylälaidasta löytyy "Ilmoittautuminen" -linkki, josta pääset ilmoittautumislomakkeeseen.

Maksullisista toiminnoista vuoden 2025 alusta on käytäntö, että maksumuistutettaviin laskuihin tulee 5 € maksumuistutuslisä. Yrityslaskuille lisätään laskutuslisä.

Vuoden tapahtumia

- **Educa-messut tammikuussa**
 - HERO on mukana Educa-messuilla sekä omalla osastollaan että myös Lukukummin julkistaminen tapahtuu Educa-messuilla. Päivitämme lisätietoja messuista myöhemmin.
- **Huhtikuussa on HEROn vuosikokous**
 - HEROn vuosikokous 2025 järjestettiin to 10.4.2025 klo 17.30. Vuoden 2026 vuosikokouksesta lisäinfoa myöhemmin.
- **Lukuviikko**
 - HERO on mukana Lukukeskuksen järjestämässä valtakunnallisessa Lukuviikossa. Keväällä 2025 järjestimme keskustakirjasto Oodissa mm. japanilaisen runohetken ja satutuokion.
- **Helsinki-päivä 12.6.**
 - Helsinki-päivää vietetään vuosittain 12.6. ja HERO on mukana. Kesällä 2025 järjestimme Helsinki-päivän kunniaksi Kuihtuneen kauneuden taidetta -ikebana-työpajan HEROSSA.
- **Elokuussa jäsenkampanjointia!** HEROSSA avoimet ovet 11.–14.8. klo 10.00–18.00 ja voit tulla ilmoittautumaan toimintoihimme paikan päälle sekä liittymään jäseneksi! Uusille jäsenille HEROn Sankaritarinoita -kirja liittymislahjana (arvo 25 €). Jäsenkampanjaa myös Taiteiden yönä keskustakirjasto Oodissa 14.8. ja Espoo-päivässä 30.8.
- **Jäsenille ja jäsenyydestä kiinnostuneille Oppimisen apuväline-info ti 9.9. klo 15–17.** Yhteistyössä Erilaisten oppijoiden liitto.
- **Vauvan päivä 26.9.2025**
- **Lukikuukautta ja Lukiviikkoa** vietetään lokakuussa viikolla 41 (6.–12.10.). Lukipäivä eli kansainvälinen dysleksiapäivä on 8.10.2025.
 - Hero järjestää Keskustakirjasto OODissa Taaperoiden loruhetken / Mari Maklad (päivä ja aika varmistuvat myöhemmin)
- **HEROn pikkujoulut / Jouluglögit** joulukuun alkupuolella
- **Kiireettömän kohtaamisen kahvilat / avoimet ovet** noin kerran kuukaudessa myöhemmin ilmoitettavana ajankohtana.

Ohjaus ja neuvonta

HEROn neuvontapuhelin palvelee tiistaisin ja torstaisin klo 8:00–9:00 numerossa 050 4060 580. Puheluihin vastaa oppimisvaikeuksiin erikoistunut erityisopettaja. Soita ja kysy matalalla kynnyksellä oppimisvaikeusasioista joko itsesi, läheisesi tai oppilaan / asiakkaan puolesta.

HEROn chatiin voit jättää kysymyksen mihin tahansa oppimisvaikeusasiaan tai HEROn toimintaan liittyen. Chatiin saapuneisiin viesteihin vastataan muutaman arkipäivän kuluessa. Muista jättää yhteystietosi chat-viestin yhteyteen. Chat löytyy HEROn nettisivujen www.lukihero.fi oikeasta alakulmasta ”Ota yhteyttä” -painikkeesta.

Koulutukset

HERO järjestää koulutuksia lukivaikeuksista ja niiden tunnistamisesta henkilöille, jotka ovat tekemisissä tai työskentelevät oppimisvaikeusasioiden parissa. Osa koulutuksista järjestetään yhteistyössä Opintokeskus Siviksen kanssa.

Tiedot ja ilmoittautuminen: Löytyvät HEROn nettisivuilta => Tapahtumat => Koulutukset.

- Ilmoittautuminen: Sitova kaksi viikkoa ennen koulutuspäivää.
- Peruutukset: Täysimääräinen laskutus, ellei osallistumista peruta sairastumisen takia. Osallistumispaikan voi siirtää toiselle henkilölle.
- Laskutusosoitteen muutos: Ilmoitettava sähköpostilla viimeistään kaksi viikkoa ennen koulutuksen alkua. Uudesta laskusta ja muistutuslaskuista peritään 5 € lisämaksu.
- Muutokset mahdollisia. Koulutuksista ei tehdä tallennetta.

Lukitestausta ja lausunnon laatimisen perusteet, syksy-25

Lauantaina 20.9.25, klo 9:00–16:00.

Kouluttaja: Aija Lund, erityispedagogi, erityisluokanopettaja, opinto-ohjaaja, KM, YTM, FM

Hinta: 120 € + laskutuslisä 6 €

Paikka: Etäopetus. Linkki osallistujille lähetetään muutama päivä ennen koulutuksen alkua sähköpostiin.

Erityisopettajille tai erityisopettajaksi opiskeleville opettajille suunnattu koulutus:

Koulutus antaa valmiudet teettää lukitestejä ja kirjoittaa kuvaus testin tulosten pohjalta. Päivän aikana tutustutaan erilaisiin lukitesteihin ja niiden käyttömahdollisuuksiin eri ikäisillä ja -taustaisilla oppijoilla. Opet arvioimaan testituloksia ja hyödyntämään niitä kohdennettujen tukitoimien suunnittelussa.

Matematiikan vaikeudet: testausta ja tukea

Lauantaina 4.10.2025, klo 9:00–16:00.

Kouluttaja: Aija Lund, erityispedagogi, erityisluokanopettaja, opinto-ohjaaja, KM, YTM, FM

Hinta: 120 € + laskutuslisä 6 €

Paikka: Etäopetus. Linkki osallistujille lähetetään muutama päivä ennen koulutuksen alkua sähköpostiin.

Opettajille, erityisopettajille tai erityisopettajaksi opiskeleville tai muiden oppimisen haasteiden kanssa työskenteleville ammattilaisille suunnattu koulutus.

Tutustu matematiikan taitoja kartoittaviin menetelmiin ja oppijan taitotason arviointiin. Pääpaino on tukitoimien suunnittelussa ja rakentamisessa, jotta voimme vahvistaa oppijan matemaattista minäpystyvyyttä ja taitoja. Saat vinkkejä kartoitusmenetelmistä ja konkreettisista materiaaleista.

Tukea lukiolaisen opintoihin

Lauantaina 25.10.2025 (7 h).

Kouluttaja: Aija Lund, erityispedagogi, erityisluokanopettaja, opinto-ohjaaja, KM, YTM, FM

Paikka: Toteutus etäopetuksena. Linkki osallistujille lähetetään muutama päivä ennen koulutuksen alkua sähköpostiin.

Hinta: 120 €.

Koulutus on suunnattu opettajille, erityisopettajille, opettajaksi opiskeleville sekä kaikille muille aiheesta kiinnostuneille.

Koulutus toteutetaan, mikäli vähintään 13 henkilöä ilmoittautuu koulutukseen.

Koulutuksen tavoitteena on vahvistaa lukiolaisten oppimisen haasteiden tunnistamista sekä antaa tuen vinkkejä lukio(laise)n arkeen. Koulutuksessa käsitellään muun muassa: Lukiolaisen lukitestausta ja -lausunnon laatiminen, Minäpystyvyyden vahvistaminen, Lukivaikeuden tukeminen lukiossa, Matikka-ahdistuksen vähentäminen ja pohditaan, miten tukea vieraiden kielten opiskelussa. Koulutuksesta ei tehdä tallennetta.

Matikkatreenit opettajalle – käytännöllisiä vinkkejä heikoimpien oppijoiden tukemiseen

Aika: Perjantaina 14.11.2025, klo 9:00–16:00 (7 h)

Kouluttaja: Virpi Mikkonen, Kasvatustieteen maisteri, luokanopettaja, matematiikan opettaja, MAOLin tukiovetushankkeen koordinaattori.

Paikka: Toteutus etäopetuksena. Linkki osallistujille lähetetään muutama päivä ennen koulutuksen alkua sähköpostiin.

Hinta: 120 €. Koulutusmaksu tulee olla maksettuna ennen koulutusta.

Koulutus on suunnattu erityisesti opettajille, jotka kohtaavat työssään erittäin heikkoja matematiikan oppijoita (esimerkiksi erityisopettajat, S2-opettajat tai nivelvaiheen opettajat), mutta soveltuu kaikille aiheesta kiinnostuneille. Koulutuksessa opitaan **toiminnallisia ja helposti toteutettavia harjoituksia**, (mm. murtoluvut, desimaaliluvut ja prosenttiluvut) jotka syventävät ymmärrystä matemaattisista oppimisvaikeuksista.

Lukiseulat ja Lukitesta

Lukiseula on digitaalinen seulontaväline, jolla pyritään tunnistamaan ne henkilöt, joiden luku- ja kirjoitustaitoa on syytä arvioida tarkemmin. Mahdollista lukitodistusta varten tarvitet laajemman lukitestin. Lukiseulan hinta on 30 €. Testin arvioi Aija Lund (erityispedagogi, erityisluokanopettaja, opinto-ohjaaja).

Lukitestin pohjalta laaditaan virallinen lausunto, joka voi sisältää suosituksia tukitoimista ja erityisjärjestelyistä. Lausuntoa tarvitaan esimerkiksi ylioppilaskokeita tai autokoulua varten lisääjän saamiseksi. Lisätietoja ja ajanvaraus Satu Hirvonen, KM, erityisopettaja / satu.hirvonen@lukihero.fi

- Hinta 250 euroa (sisältää lukitodistuksen / lukitaitojen arvion). Lasku lähetetään sähköpostitse. Peruutukset 48 h ennen testin alkua. Myöhemmistä peruutuksista veloitamme 70 €.
- Saat palautteen sähköpostiisi 2–4 vko:n kuluessa testistä.
- Paikka HERO, Mannerheimintie 44 A 5–6, 3. krs (alaovessa valkoinen ovenavauspainike)

Lukineuvonta ja yleinen ohjaus

Lukineuvonta kirjastoissa

Kirjastojen maksuttomassa lukineuvonnassa saat tietoa lukivaikeuksista, niiden tunnistamisesta sekä apuvälineistä.

HELSINGIN KIRJASTOISSA SEURAAVASTI:

Keskustakirjasto OODI

- Ma 15.9.2025, klo 17:00–18:30
- 25.10.2025, klo 10:00–11:30

Itäkeskuksen kirjasto

- La 4.10.2025, klo 10:00–11:30
- La 8.11.25, klo 12:00–13:00

Vuosaaren kirjasto

- La 4.10.2025, klo 12:00–13:00
- La 8.11.2025, klo 10:00–11:30

Etelä-Haagan kirjasto

- Ma 6.10.2025, klo 17:00–18:00
- La 15.11.2025, klo 10:00–11:00

Jätkäsaaren kirjasto, Lukukoirat Nekku & Pätkis tavattavissa

- Ti 2.9.2025 klo 12.30–13:30

ESPOON KIRJASTOISSA JA TAPAHTUMISSA SEURAAVASTI:

Entresse

- Ti 9.10.2025, klo 17:00–18:30 (Lukiviikon tapahtuma)

Iso Omena

- To 14.8.2025, klo 17:00–18:30

Iso Omenan kauppakeskuksen promenadella

- La 30.8.2025 Espoo päivänä klo 10:00–14:00

Lippulaivan kirjasto, myös lukukoira Halla tavattavissa

- Ma 8.9.2025 klo 17:00–18:30
- Ma 6.10.2025 klo 17:00–18:30 (Lukiviikon tapahtuma)

Sello

- Ke 12.11.2025, klo 17:00–18:30
- To 4.12.2025, klo 17:00–18:30

Tapiolan kirjasto

- Ti 16.9.2025 Tapiolan kirjasto, klo 17:00–18:30

Oppimiskahvilat etänä 2025

- Keskiiviikkoisin 27.8.–19.11.2025, klo 17:00–17:45, yhteensä 7 kertaa, etänä.
- Ohjaaja: Aija Lund (erityispedagogi, erityisluokanopettaja, opinto-ohjaaja, KM, YTM, FM).
- Oppimiskahviloista saat tukea oppimisen vaikeuksiin, mutta ne tarjoavat myös vinkkejä vanhemmille sekä ammattilaisille. Mahdollisuus vertaistukeen.
- Ilmoittautuminen nettisivujen kautta. Ilmoittautuneille muistutusviesti ennen jokaista tilaisuutta.

Päivät, teemat, ilmoittautuminen:

1. 27.8.: Minäpystyvyyden vahvistaminen
2. 3.9.: Syventävä lukuohjelma opiskelun apuna
3. 17.9.: Lautapelit (alakoululaisen) oppimisen tukena
4. 8.10.: Vinkkejä tahmeisiin opintoihin
5. 22.10.: Ajan hallinta ja lukusuunnitelma
6. 12.11.: Oman asiatekstin tuottaminen
7. 19.11.: Miten tukea vieraskielisen oppijan käsitteiden oppimisen taitoja

Yleisötilaisuudet

Kaikki yleisötilaisuudet toteutetaan etänä. Linkki tilaisuuteen lähetetään ilmoittautuneille muutama päivä ennen tilaisuutta sähköpostiin.

30.8.2025 Entressen kirjasto, Espoo klo 15:00–16:30: Espoo-päivän yleisötilaisuus: *Oppimisen vaikeudet: tunnistamisesta tukeen.* Aija Lund. Luennon jälkeen ”oppimiskahvila” (yksilöllistä lukineuvontaa), klo 16:00–16:30. Tilaisuuden kokonaiskesti on 1,5 h. Vapaa pääsy, maksuton tilaisuus.

26.9.2025 ”Hikkori, tokkori toikki”... taapero mukaan loikki...

HERO (Helsingin seudun erilaiset oppijat ry) lorututtaa taaperoita **Vauvan päivän tapahtumassa**, Musiikkitalolla, klo 13:00–13:30. Mukaan mahtuu max. 15 taaperoa vanhempineen. Loruhetken runot on valittu Tiitiäisen satupuun ihmeellisestä maailmasta. Taaperoiden loruhetkeä ohjaa Mari Maklad. Ei ennakoilmoittautumista. Maksuton tilaisuus.

8.10.2025, klo 17:30–19:30 OIKUKKAIDEN ROMANTIKKOJEN KIRJOITUSPIIRI

Paikka: Aura /OODIn kirjasto

Heron lukukummi, esikoiskirjailija, sisällön tuottaja ja lukuinnostaja Ulla Onervan kirjoituspiirissä tutkaillaan söpöjä ensikohtaamisia, kirjoitetaan nokkelaa dialogia ja yritetään pelastaa romanssi mahtipontisella teolla. Kirjoituspiiri on tarkoitettu kaikille, jotka eivät suostu salaamaan rakkauttaan romantiikkaa kohtaan tai jotka ovat kiinnostuneita tutkimaan omaa romanttista puoltaan. Onerva tunnetaan somessa kirja-aiheisista @tarinannuppuja-tileistään. Vapaa pääsy, maksuton tilaisuus.

13.10.2025, klo 14:00–15:30 Lukikuukauden tapahtuma: Yleisöluento Lippulaivan kirjastossa *Oppimisen vaikeuksista*. Minna Suhonen ja kokemusasiantuntija Santeri Katainen. Vapaa pääsy, maksuton tilaisuus.

Yleisötilaisuus: Tulevaisuus mielessä? Eväitä hyvinvointiin

Keskiviikkona 15.10.2025, klo 16:30–17:30

Luennoitsijana: Taneli Saari Tulevaisuus mielessä -hankkeesta
Maailman myllerrykset, kuten ilmastonmuutos, lajikato, sodat ja pandemiat, herättävät monenlaisia tunteita. Tule kuulemaan vinkkejä hyvinvoinnin ylläpitämiseen.

Kurssi- ja vapaa-ajan toiminta

HEROn kurssit:

- Suunnattu yli 16-vuotiaille, joilla on lukivaikeus tai muita oppimisen haasteita. Oma kokemus riittää.
- Toteutus: Rauhallinen eteneminen, pienet ryhmäkoot.
- Yhteistyö: Opintokeskus Sivis.
- Paikka: HEROn toimitilat (Mannerheimintie 44 A 5–6, 00260 Helsinki) tai etänä, osassa kursseja mahdollisuus hybridiopetukseen.
- Ilmoittautuminen: Linkit kurssikuvauksissa, sitova ilmoittautuminen kaksi viikkoa ennen alkua.
- Sisään pääsee noin 15 min ennen kurssin alkua.

Matematiikka mahdolliseksi

Maanantaisin 1.9.–10.11.2025 (ei opetusta 13.10.), klo 17:00–18:30.

Opettaja: Kirsi Makkonen

Paikka: HEROn toimitilat

Kurssilla keskitytään peruslaskutoimitusten hallintaan, kuten esimerkiksi yhteen-, vähennys-, kerto- ja jakolaskut kokonaisluvuilla, desimaaliluvuilla ja murtoluvuilla sekä prosenttilaskut.

Lempeä lukupiiri

Tiistaisin 2.9.- 11.11.2025 (ei opetusta 14.10.), klo 17:00–18:30.

Opettaja: Mari Maklad

Paikka: HEROn toimitilat

Lempeä lukupiiri tarjoaa mahdollisuuden lukea selkokirjoja ja kuunnella äänikirjoja yhdessä. Tunnilla luetaan ja keskustellaan teksteistä, ja äänikirjat valitaan Celia-kirjastosta. Kurssilla vieraillaan myös kirjastossa, jossa voi lainata kirjoja ja hankkia kirjastokortin.

Matematiikkaa etänä

Keskiviikkoisin 3.9.–12.11.2025 (ei opetusta 15.10.), klo 17:00–18:30.

Opettaja: Simo Peltonen

Paikka: Etäopetus

Linkki opetukseen lähetetään osallistujille muutama päivä ennen opetuksen alkua.

Kurssilla vahvistetaan matematiikan osaamista keskittymällä murtolukuihin, desimaalilukuihin, prosenttilaskuihin ja lukujen paikkajärjestelmään, jotka ovat tärkeitä ammatillisissa opinnoissa.

Englanti, alkeet

Torstaisin 4.9.–13.11.2025 (ei opetusta 16.10.), klo 16:30–18:00.

Opettaja: Anni Lehikoinen

Paikka: Paikka: HEROn toimitilat

Kurssilla harjoitellaan arkipäiväisiä keskusteluja ja asiointitilanteita, jotta opiskelijat hallitsevat perussanaston ja fraasit käytännön kommunikaatiotilanteissa.

Englanti, jatko

Torstaisin 4.9.–13.1.2025 (ei opetusta 16.10.), klo 18:15–19:45.

Opettaja: Anni Lehikoinen

Paikka: Paikka: HEROn toimitilat

Jatkokurssilla opitaan käyttämään fraaseja ja sanontoja keskustelussa sekä kirjoittamaan lyhyitä tekstejä. Kurssi sopii englannin perustaidot hallitseville opiskelijoille, jotka haluavat syventää osaamistaan.

Luova kirjoittaminen

Torstaisin 4.9.–13.11.2025 (ei opetusta 16.10.), klo 18:00–19:30.

Opettaja: Inari Mykkänen

Paikka: Hybridiopetus

Luovan kirjoittamisen kurssilla etsitään omaa ääntä ja tyyliä, ja opetellaan keinoja madaltaa kynnystä kirjoittamisen aloittamiseksi sekä herätellään luovuutta rutiinien avulla.

HEROn harrasteryhmät:

- Suunnattu oppimisvaikeuksia kokeville. Diagnoosia ei tarvita, riittää oma kokemus oppimisen haasteista tai haasteellisesta ryhmätoiminnasta.
- Toteutus: Rauhallinen eteneminen, pienet ryhmäkoot.
- Yhteistyö: Opintokeskus Sivis, Helsingin kaupungin liikuntatoimi, Helsingin työväenopisto ja Töölön palvelukeskus
- Ilmoittautuminen: Linkit harrastekuvauksissa, sitova kaksi viikkoa ennen alkua.

Luisteluryhmä

Maanantaisin 6.10.–8.12.2025 (ei tuntia 13.10), klo 19:00–20:00.

Hinta: 80 euroa (osallistujan avustajasta ja vanhemmasta ei veloiteta lisämaksua)

Paikka: Oulunkylän jäähalli, Käsikynhaltijantie 11, 00640 Helsinki

Luisteluryhmä sopii kaikenikäisille ja -tasoisille luistelijoille. Osallistujan avustajasta ja vanhemmasta ei veloiteta lisämaksua.

Rumpurytmejä käsin ja keholla

Lauantaisin 6.9.–22.11.2025 (ei tunteja 18.10. eikä 1.11.), klo 10:00–10:45.

Hinta: 60 euroa

Paikka: HEROn toimitilat

Rumpuryhmä on suunnattu 6–7-vuotiaille lapsille. Ryhmässä soitetaan djemberumpuja ja hyödynnetään rytmiikkaa, laulua ja liikettä. Vanhemmat ovat myös tervetulleita osallistumaan tunneille ilman lisämaksua.

Taidelähtöiset menetelmät: mielen hyvinvoinnin vahvistaminen taiteen keinoin

Joka toinen lauantai 1.3., 15.3, 29.3., 12.4., 26.4., 10.5., klo 10:00–13:15.

Hinta: Maksuton

Paikka Töölön palvelukeskus, Töölönkatu 33, 00260 Helsinki

Taideterapeuttisia menetelmiä hyödyntävässä ryhmässä käsitellään omia ajatuksia ja tunteita maalaamisen, kirjoittamisen ja piirtämisen avulla. Huom! Ryhmä ei ole terapiaryhmä.

Vanhempi–lapsi-kokkikurssi

Torstaina 30.10. klo 17:00–20:00

Teemana: Halloween

Hinta: 35 € lapsesta ja vanhemmasta yhteensä

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

Tule leipomaan sekä hyödyntämään luovuuttasi leipoessamme 7–13-vuotiaan lapsen kanssa karmivia Halloween syötäviä! Kurssimaksu sisältää opetuksen, materiaalikulut ja tietenkin lopuksi herkkujen syömisessä yhdessä.

Nuorten toiminta

Nuorten toiminta on suunnattu pääosin 18–29-vuotiaille nuorille, poikkeuksena nuorten VERTSU, 15–29-vuotiaat. Nuorten toimintaan kuuluu KITE-ryhmät, ASKELMA-toiminta, VERTSU-vertaisryhmät, nuorten itse järjestämä vaparitoiminta, sekä kesätoiminta.

Kite-kurssi

Syksy 3.9. - 4.12.2025, kello 10:00–14:00 (ti, ke ja to)

Ohjaajat: Katri Liimatainen ja Anna Paasonen

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

Kurssi on tarkoitettu henkilöille, jotka ovat ilman opiskelu- tai työpaikkaa tai keskeytyksellä opinnoista ja ovat kokeneet haasteita opiskeluissa tai haluavat tukea sosiaaliseen vahvistumiseen (arjentaidot, itsetuntemus, sosiaaliset taidot, elämänhallinta, sekä työ- ja opiskeluvälineet).

ASKELMA -toiminta

ASKELMAN-yksilöohjaukset pyörivät koko vuoden. ASKELMAN olohuone kokoontuu kaksi kertaa viikossa tiistaisin verkkoalusta discordissa ja keskiviikkoisin Heron tiloissa.

Syksy: Live 3.9.-19.11.2025 kello 12:00-14:30, Verkossa 7.10–25.11. kello 13:00 – 14:30 (linkin saa pyytämällä Askelman ohjaajilta)

Ohjaajat: Anu Myllylä, Anu Kinnunen

Paikka: Helsingin seudun erilaiset oppijat ry, Mannerheimintie 44 A 5–6, 00260 Helsinki

Askelma tarjoaa yksilöllistä tukea arjen asioiden hoitamisen tueksi. ASKELMAN olohuone on avointa toimintaa matalalla kynnyksellä.

Nuorten vaparitoiminta

Nuorilta nuorille toimintaa kehittämään vuoden 2025 aikana, toiminnan käynnistämisestä ilmoitetaan verkkosivuilla. Lisätietoja verkkosivuilta nuorten toiminnan osiosta.

Vapaaehtoistoiminta

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry tarjoaa koulutusta vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille sekä koulutuksen käynneille valmiudet toimia vapaaehtoisena ja ohjata ryhmiä lukijärjestössä.

Koulutukset

Oppimisvaikeudet ja vapaaehtoistyö lukijärjestössä

Tiistaina 7.10.2025 klo 16:30–19:30, verkkokoulutus

Hinta: Maksuton

Linkki opetukseen lähetetään osallistujille muutama päivä ennen koulutuksen alkua.

Opi tunnistamaan ja ymmärtämään oppimisvaikeuksia sekä tutustumaan vapaaehtoistyön perusperiaatteisiin.

Vertaisryhmän ohjaajakoulutus

Keskiviikkona 5.11.2025 klo 17:00-18:30, verkkokoulutus

Hinta: Maksuton

Linkki opetukseen lähetetään osallistujille muutama päivä ennen koulutuksen alkua.

Koulutuksessa opit ohjaamaan ryhmiä, joissa on oppimisvaikeuksia omaavia jäseniä, suunnittelemaan vertaistukiryhmän sisältöä, ryhmäyttämään osallistujat ja luomaan ryhmän säännöt. Lisäksi käsitellään ohjaajan roolia, jaksamista sekä keskustelun johtamista.

Webinaari: Antoisa vapaa-aika autismikirjolla

Tiistaina 11.11. klo 15–16.30 Teamsissa.

Hinta: Maksuton

Linkki opetukseen lähetetään osallistujille muutama päivä ennen koulutuksen alkua.

Aiheena autismikirjon nuorten hyvinvointi ja mielekäs vapaa-aika. Saat tietoa esteistä, tukikeinoista ja käytännön vinkeistä toiminnan järjestämiseen.

Vertaisryhmät

Yhdessä oppien – Learning Together

Maanantaisin kerran kuukaudessa 1.9. / 6.10. / 3.11. / 1.12., klo 17:00–19:00

Ohjaajat: Anne Karvinen ja Hurmi Nomberg

Hinta: Maksuton

Paikka: HEROn toimitilat

Vertaisryhmä maahanmuuttajataustaisille aikuisille, joilla on oppimisvaikeuksia. Tavoitteena on tarjota tukea, ymmärrystä ja käytännön keinoja oppimisen helpottamiseksi. Ohjausta suomeksi ja englanniksi.

Vertaisryhmä oppimisen tai arjen hallinnan vaikeuksia kokeville

Torstaisin kerran kuukaudessa 11.9. / 23.10. / 13.11. / 11.12., klo 17:00–19:00

Ohjaaja: Ami Leinonen

Hinta: maksuton

Paikka: Etänä, Zoomissa

Tukea, käytännön vinkkejä ja yhteisöllisyyttä oppimisen ja arjenhallinnan vertaistukiryhmästä Ryhmä on suunnattu yli 30-vuotiaille oppimisvaikeuksia kokeville.

ATK-klubi

Joka toinen tiistai 23.9. / 7.10. / 21.10. / 4.11. / 18.11. / 2.12. / 16.12., klo 17:00–20:00

Ohjaaja: Siiri Suonuuti-Lintumäki (lisätiedot ja tiedustelut puh: 050 5023565)

Hinta: Maksuton.

Paikka: Hybriditilaisuus

Yksilöllistä tukea ja apua IT-asioissa: sähköpostitilin luominen, sosiaalisen median käyttö, tekstinkäsittely ja tiedon etsiminen Internetistä. Myös älypuhelimet ja tabletit kuuluvat ohjelmaan.

Vertsu-nuorten vertaistukiryhmä

Joka toinen tiistai, syksy: 9.9. -2.12.2025. Klo 17:00 – 18:30

Paikka: HEROn toimitilat

Ohjaaja: Anu Kinnunen, Marika Lius

Vertsussa pääset tapaamaan muita oppimisen haasteita omaavia nuoria, keskustelemaan ja jakamaan ajatuksia. VERTSU on tarkoitettu 15–29-vuotiaille.

Muut yhteistyössä toteutettavat vertaisryhmät

- [ANTOISA:n Olkkarin](#) yhteistyössä Malary ry:n Antoisia-hankkeen kanssa
- ADHD-oireisten puolisoitten vertaisryhmän yhteistyössä [Pääkaupunkiseudun ADHD-yhdistys ry:n](#) kanssa.
- Autismiyhdistys PAUTin kanssa ([Autismiyhdistys PAUT ry](#)) vertaisryhmät lapsille ja nuorille lauantaisin.

HEROn hallitus 2025–2026

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry on rekisteröity yhdistys. Yhdistyksessä päätösvaltaa käyttää yhdistyksen kokous ja yhdistystä edustaa yhdistyksen kokouksen nimittämä hallitus. Hallituksen toimikausi on puheenjohtajan ja varsinaisten jäsenten osalta kaksi vuotta, varajäsenten osalta yksi vuosi.

PUHEENJOHTAJA

Nina Mouhu

SIHTEERI / VALMISTELIJA

Suvi-Päivikki Hiipakka
suvi.hiipakka@lukihero.fi

VARSINAISET JÄSENET

Siiri Suonuuti-Lintumäki, 1. varapuheenjohtaja
Tiina Paakkonen
Minna Suhonen, 2. varapuheenjohtaja
Ville Viljakainen
Petja Laitinen
Laura Kemppainen
Kirsi Kaartti
Tiina Larsson

VARAJÄSENET

Kaija Rasilo
Markku Salonen
Merja-Maaria Turunen

Seuraava HEROn vuosikokous järjestetään keväällä 2026. Vuosikokouksessa valitaan uusia hallituksen jäseniä erovuoroisten tilalle. HEROn hallituksessa pääset vaikuttamaan HEROn toimintaan – liity mukaan!

Liity jäseneksi

HEROn jäsenenä tuet toimintaamme ja saat etuja! Vuoden 2025 jäsenmaksu

- henkilöjäsenille 25 € (opiskelija, työtön, eläkeläinen) tai
- henkilöjäsen 35 €
- kannatusjäsen 50 €
- Yhteisöt ja yritykset voivat liittyä HEROn kannatusjäseneksi – kysy lisää!

Maksumuistutuksiin lisätään 5 € muistutuslisä.

Jäsenedut

- Uuden jäsenen liittymislahja: lukiviivain ja -kalvo (arvo 8 €)
- Kaikille jäsenille mahdollisuus lainata maksuttomasti HEROn lautapelilainaanosta pelejä.
- HEROn Sankaritarinoita -kirja jäsenetuhintaan 20 € (ovh. 25 €)!
- HEROn kannatus tuotteilla jäsenetuhinta.
- Erilaisten oppijoiden liiton jäsenjärjestöille tarjoamat jäsenedut HEROn jäsenille: - 10 % etu MyDyslexia.fi -verkkokaupasta, -12 % etu Scandic / Hilton -hotellista,
- - 20 % etu Opiskelijan opas oppimaan oppimiseen -kirjasta.
- Lisäksi HEROn jäsenille vuoden aikana 2 jäsentapahtumaa. Keväällä oppimiskahvila 23.4. ja syksyllä oppimisen apuvälineiltä 9.9.

Lisätietoa jäsenyydestä ja liittyminen jäseneksi kotisivujemme kautta osoitteesta: [Jäsenet - HERO](#)

Seuraa HEROa somessa ja / tai tilaamalla uutiskirje

Seuraa ja jaa tietoa myös muille toiminnoistamme. Löydät HEROn somekanavista:

- Facebook: Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO)
- Instagram / HERO: hkiseudunerilaisetoppijat
- Instagram / HERO-nuoret: HERO-nuoret
- LinkedIn: Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO)
- X: @lukihero_fi
- YouTube: Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Tilaamalla uutiskirjeemme saat ajankohtaista tietoa kuukausittain toiminnoistamme. Löydät uutiskirjeen tilauslinkin lukihero.fi -sivujen alalaidan vihreästä palkista: [Tilaa uutiskirje](#)

Tue HEROn toimintaa

Lahjoittamalla tuet toimintaamme oppimisvaikeuksisten hyväksi

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO) saa toimintaansa avustuksia mm. Sosiaali- ja terveysministeriöltä (STEA), Helsingin kaupungilta, Espoon kaupungilta ja Opintokeskus Sivikseltä. Toiminta-avustusten lisäksi HEROn toimintaa rahoitetaan jäsentuotoilla ja pienimuotoisesti vastikkeellisella varainhankinnalla. Näiden lisäksi HEROn toiminnan tukemiseksi tarvitaan lahjoitusvaroja.

Kerätyt lahjoitusvarat käytetään yhdistyksen järjestämään yleishyödylliseen toimintaan, joka edistää oppimisvaikeuksia kokevien hyvinvointia, osallisuutta ja yhdenvertaisuutta sekä vähentää yksinäisyyttä kohtaamisten kautta. Lahjoitusvaroja voidaan käyttää esimerkiksi

- kursseihin, yleisöluentoihin, lukupiireihin, vapaa-aika- ja vertaistoimintaan sekä tapahtumien järjestämiseen.
- erilaiseen materiaalityöntantoon, kuten esim. painotuotteisiin tai digitaalisen materiaalin tuottamiseen someen, jotka ovat vapaasti kaikkien saatavilla. (esim. YouTube videot).
- toimintatapojen kehittämiseen, joilla HERO voi näkyä myös Hyvinvointialueiden Kohtaamispaikka-verkostossa.
- mahdollisuuksien mukaan tsempparistipendien myöntämiseen vuoden aikana toiminnassa mukana olleille nuorille, joita halutaan kannustaa.

Voit lahjoittaa haluamasi summan HEROLle. HEROn rahankeruulupa RA/2025/561.

Toimi näin: lahjoita suoraan tilillemme

- HEROn lahjoitustili: FI86 8000 1970 7625 72
 - BIC/SWIFT-koodi: DABAFIHH
 - Saaja: Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO)
 - Summa: vapaavalintainen
 - Viite / viesti: Käytä viestikentässä sanaa LAHJOITUS

HERO kiittää lahjoituksestasi!

Lisätietoja:

HEROn toiminnanjohtaja Suvi-Päivikki Hiipakka, suvi.hiipakka@lukihero.fi / puh. 0400 606 955

HEROn järjestökoordinaattori Marika Sipilä, marika.sipila@lukihero.fi / puh. 050 5276 977

Muita tapoja tukea toimintaamme



HEROn Sankaritarinoita -kirja on myynnissä!

- HEROn Sankaritarinoita -kirja on myynnissä hintaan 25 € (hinta HEROn jäsenille 20 €). Kirjaa myydään HEROn tapahtumissa tai sovitusti HEROn toimistolla. Maksutapa: korttimaksu.
- Kirjan voi tilata postitse, tilaushintaan lisätään postikulut. Yhteydenotot: järjestökoordinaattori Marika Sipilä, marika.sipila@lukihero.fi / puh. 050 5276 977.

TueTiimiä-verkkokaupa

- TueTiimiä-verkkokaupasta HEROn myyntilinkin kautta tilaamalla tuet samalla jokaisella ostoksellasi HEROn toimintaa. HEROn myyntilinkki: <https://tuetiimia.fi/tiimi/cd2094/>

 **TUETIIMIÄ.FI**

Tue tiimiä:
Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO)
tuetiimia.fi/tiimi/cd2094

Skannaa QR-koodi
& tee tilaus – helppoa!



HELSINGIN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY (HERO)

Kesäkeräys 2025 – Kivoin tapa tukea!

Keräämme varoja tärkeään tavoitteeseen. Tänä kesänä voit tukea meitä helposti – tilaa kivoja ja hyödyllisiä tuotteita suoraan verkosta! Kiitos tuestasi, se merkitsee meille paljon.

Tue helposti - tilaa verkosta!
tuetiimia.fi/tiimi/cd2094

 Saat tuotteet 1-3 päivässä!

Yli 500 tuotetta kesään - tilaa mitä vain!

 Ruoka & Herkut  Grillaus  Kylmälaukut ja juomapullot  Lelut ja pelit  Piha ja puutarha
 Treeni  Tekstiilit ja asusteet  Siivous ja kodintuotteet  Kauneus ja terveys  Kirjat