

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry:n (HERO)

• **syksy 2019**



www.lukihero.fi



Kurssit.....	3
Yleisötilaisuudet.....	8
Föräldrakvällar: Hur kan vi vuxna stöda barn med deras inläarning?	10
Koulutukset.....	11
Lukiseulat	14
Vertaisryhmät.....	15
Harrasteryhmät	17
Kohti itsenäistä elämää -nuorten kurssi	21
LIITO-hanke	22
Lukineuvonta ja opiskeluohjaus	23
Kirjakahvila	24
Oppitunti malliluokassa	25
Vapaaehtoistyö	26
Liity HEROn jäseneksi	28



Kurssit

Kurssit on suunnattu vähintään 15-vuotiaille henkilöille, joilla on lukivaikeus tai muita oppimisvaikeuksia. Ryhmät etenevät rauhallisesti ja ryhmäkokoo on pieni. Kurssit järjestetään yhteistyössä Opintokeskus Siviksen tai Helsingin työväenopiston kanssa. Tunnit pidetään HEROn tiloissa (Vilhonkatu 4 B 13, 2. krs).

Englannin alkeisjatko

Maanantaisin klo 17–18.30, 2.9.–2.12. (ei tuntia 14.10.)

Kurssilla keskitytään arjessa tarvittavan englannin sanavaraston kartuttamiseen ja viestintätilanteiden harjoitteluun. Käsiteltäviä aihealueita ovat mm. asuminen, opiskelu, työ, hovit, ostokset, liikkuminen, turvallisuus, luonto ja ympäristö. Tunneilla käytetään Everyday English -kirjasarjaa (1-3, oman taitotason mukaan). Voit halutessasi ottaa tunneille oman oppikirjasi. Kurssi soveltuu englantia jo vähän opiskelleille henkilöille, joilla on kielen oppimisen haasteita. Vanhat ja uudet kurssilaiset ovat tervetulleita!

Opettaja Pia Danfa

Hinta maksuton

Rohkeutta rupatteluun – englannin puhekurssi

Maanantaisin klo 17–18.30, 2.9.–2.12. (ei tuntia 14.10.)

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, natiivin opettajan ohjauksessa. Tunneilla edetään rauhallisesti ja rennosti. Ryhmä sopii englannin alkeet osaaville henkilöille, joilla on kielen oppimisen haasteita. Vanhat ja uudet kurssilaiset ovat tervetulleita.

Opettaja William Martin

Hinta maksuton



Äikkää lukien ja kirjoittaen

Maanantaisin klo 17.00–18.30, 2.9.–2.12. (ei tuntia 14.10.)

Tällä kurssilla keskitytään osallistujien valitsemiin aiheisiin kirjoittamiseen ja kielenhuoltoon liittyen. Valinnaisina teemoina ovat mm. kirjoittamisessa alkuun pääseminen, esseen rakenne, aineistopohjainen kirjoittaminen, lauserakenne, kappalejako, viittauksen ja lainauksen tekniikka, sekä lukutaidon/kirjoitustaidon kokeen kriteerit. Kurssi on suunnattu lukiolaisille ja muille opiskelijoille, joilla on oppimishaasteita.

Opettaja Kirsi Makkonen

Hinta maksuton

VANU-ryhmä – tukea opiskeluun

Tiistaisin klo 17–18.30, 3.9.–22.10.2019

Oppimistekniikoita ja tukea opiskeluun 15-29-vuotiaille lukiossa, AMK:ssa tai yliopistossa opiskeleville ja opiskelemaan aikoville nuorille, jotka kokevat oppimisvaikeuksia.

Opettaja Aija Lund

Hinta maksuton

Atk-klubi

Joka toinen tiistai 8.10.–10.12. (8.10., 22.10., 5.11., 19.11., 3.12. ja 17.12.) klo 17–20

Kurssin tarkoituksena on antaa osallistujille tukea juuri sillä tietotekniikan osa-alueella, jossa he sitä kaipaavat. Osallistujat voivat tuoda tunnille mukaan oman projektinsa (esim. opinnäytetyön) ja saada sen tekemiseen ohjausta. Kurssilaisten toiveiden mukaan käydään myös yhdessä läpi kaikille ajankohtaisia asioita (esim. sosiaalinen media, sähköposti, nettipankki). Tietokoneen käytön lisäksi voidaan käsitellä myös tablettien tai älypuhelimien käyttöä. Tunnille voi tuoda oman kannettavan tietokoneen (tai muun älylaitteen). Kurssi on suunnattu aikuisille, joilla on oppimisvaikeuksia.

Opettajat Siiri Suonuuti-Lintumäki ja Mira Tiinanen

Hinta maksuton



Jatko-VANU-ryhmä – tukea opiskeluun

Tiistaisin klo 17–18.30, 29.10.–3.12.2019

Syventäviä oppimistekniikoita ja tukea opiskeluun VANU-kurssin käyneille yli 15-vuotiaille opiskeleville ja opiskelemaan aikoville nuorille, jotka kokevat oppimisvaikeuksia.

Opettaja Aija Lund

Hinta maksuton

Matematiikka mahdolliseksi

Keskiviikkoisin klo 17–18.30, 4.9.–11.12. (ei tuntia 25.9. eikä 16.10.)

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. Vanhat ja uudet kurssilaiset ovat tervetulleita!

Opettaja Kirsi Makkonen

Hinta maksuton

Englantia lukiolaisille

Torstaisin klo 17.00–18.30, 5.9.–12.12. (ei tuntia 17.10. eikä 5.12.)

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. Kurssilla käytetään Sanoma Pron Yo-kertaus englanti -digikirjaa tai voit ottaa mukaan oman oppikirjasi. Vanhat ja uudet kurssilaiset ovat tervetulleita! Kurssi on suunnattu lukiolaisille ja muille opiskelijoille, joilla on kielissä oppimishaasteita.

Opettaja Pia Danfa

Hinta maksuton



Oppimistaito-ryhmä

Torstaisin joka toinen viikko klo 17-18.30, 19.9, 3.10., 17.10., 31.10. ja 14.11.

Oppimistekniikoita ja tukea opiskeluun 15-29-vuotiaille ammattikoulussa opiskeleville ja ammattikouluun opiskelemaan aikoville nuorille, jotka kokevat oppimisvaikeuksia.

Opettaja Aija Lund

Hinta maksuton

Äidinkielen abikurssi

Lauantait 7.-14.9.2019 klo 9.30-14 (10 oppituntia)

Onko sinulla epävarmuutta suorittaa äidinkielen yo-koe? Tule kertaamaan tälle abikurssille. Kurssilla keskitytään äidinkielen yo-kokeen osalta olennaisimpiin asioihin. 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 ylioppilaskirjoituksiin valmistautuville abeille, joilla on oppimisen haasteita.

Opettaja Kirsi Makkonen

Hinta kurssi on maksuton

Ilmoittautuminen

osoitteessa www.lukihero.fi

Ilmoittautuminen on sitova kaksi viikkoa ennen kurssin alkua. Tämän jälkeen sinulta laskutetaan täysi kurssimaksu (50 euroa). Jos et pääse osallistumaan kurssille, muista perua osallistumisesi sähköpostitse tai puhelimitse. Pelkkä tunnille tulematta jättäminen ei riitä perumiseksi.

Lisätiedot

VANU- ja oppimistaito-ryhmät: Asta Kohtala, puh. 050 513 4696
asta.kohtala@lukihero.fi

Muut: Marika Kivilehto, puh. 040 5474 687 marika.kivilehto@lukihero.fi



Yhteistyökurssi Työväenopiston kanssa

Vahvuudet video-CV:llä ja videohaastattelussa esiin!

Joka toinen keskiviikkoa 30.10.–4.12. klo 17–19.30 (paitsi 27.11., jolloin ryhmä päättyy jo 18.30)

Tunnetko vahvuutesi? Pohditko aukkoja CV:ssäsi, miten ja mitä viestiä työnantajalle? Mitkä apuvälineet helpottavat työntekoasi? Kaikilla meillä on vahvuuksia, joiden tunnistamiseen ja viestimiseen työnhaun yhteydessä perehdymme kannustavassa ilmapiirissä. Tehdään hissipuhe, halukkaille kuvataan houkutteleva video-CV omalla älypuhelimella ja harjoitellaan myös videohaastattelua.

Ryhmä on etenkin heille, jotka oppimisvaikeusten, osatyökykyisyyden tai vaikkapa pitkien vanhempainvapaiden myötä kokevat vaikeaksi tunnistaa, mitä ja miten he voivat markkinoida omia vahvuuksiaan onnistuneesti töitä hakiessaan.

Ota mukaan oma älypuhelin, vanha hissipuhe ja CV-luonnos mukaan, jos sinulla jo on sellaiset.

Kurssi järjestetään Helsingin työväenopiston HAKEVA-hankkeen ja HEROn yhteistyönä.

Opettaja Leena Vänni

Hinta 16,00 € (Työttömät, opiskelijat, toimeentulotuella tai vanhempain rahalla elävät saavat kurssista 50% alennuksen.)

Paikka Kallio, Opistotalo, 421 Karhuluokka, 4. krs, Helsinginkatu 26, 00530 Helsinki

Ilmoittautuminen ja lisätiedot

<https://ilmonet.fi/#!code=H196363>

Yleisötilaisuudet

Yleisötilaisuudet ovat maksuttomia ja kaikille avoimia!



Oppimisvaikeudet ja oppimisen tukeminen

Tiistai 27.8. klo 17.00–18.30

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO) esittäytyy. Mitä oppimisvaikeudet ovat ja miten ne ilmenevät oppimisessa? Miten oppimisen apuvälineitä voi hyödyntää?

Satu Hirvonen ja Marika Kivilehto, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Tilaisuus on maksuton ja suunnattu opiskelijoille, vanhemmille ja muille aiheesta kiinnostuneille.

Tapahtumapaikka Stoa, Turunlinnantie 1, Itäkeskus, 00900 Helsinki

Oppimisvaikeudet ja oppimisen tukeminen

Perjantai 11.10. klo 17.00–18.30

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO) esittäytyy. Mitä oppimisvaikeudet ovat ja miten ne ilmenevät oppimisessa? Miten oppimisen apuvälineitä voi hyödyntää?

Satu Hirvonen ja Marika Kivilehto, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Tilaisuus on maksuton ja suunnattu opiskelijoille, vanhemmille ja muille aiheesta kiinnostuneille.

Tapahtumapaikka Malmitalo, Ala-Malmin tori 1, 00700 Helsinki

Ipad-sovellukset oppimisen apuna: lukeminen ja kirjoittaminen

Keskiviikko 30.10. klo 17.00–18.30

Tutustumme sovelluksiin, joiden avulla voi opetella lukemaan ja kirjoittamaan sekä sovelluksiin, jotka helpottavat lukemista ja kirjoittamista henkilöillä, joilla on lukemisen ja kirjoittamisen haasteita. Sovellusten esittelyn jälkeen voit jäädä kokeilemaan niitä ja saada ohjausta niiden käytössä ja asentamisessa omaan laitteeseesi.

Satu Hirvonen, apuvälineohjaaja, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Tilaisuus on maksuton ja avoin kaikille kiinnostuneille.

Tapahtumapaikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki



Matemaattiset oppimisvaikeudet

Keskiviikko 20.11. klo 17.00–18.30

Miten matemaattiset oppimisvaikeudet ilmenevät? Miten vaikeudet voi todeta?
Miten matemaattisia taitoja voi harjoittaa?

Aija Lund, erityisopetuksen asiantuntija, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Tilaisuus on maksuton ja avoin kaikille aiheesta kiinnostuneille.

Tapahtumapaikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki

Oppimisvaikeudet ja oppimisen tukeminen

Torstai 28.11. klo 17.00–18.30

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO) esittäytyy. Mitä oppimisvaikeudet ovat ja miten ne ilmenevät oppimisessa? Miten oppimisen apuvälineitä voi hyödyntää?

Satu Hirvonen ja Marika Kivilehto, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Tilaisuus on suunnattu opiskelijoille, vanhemmille ja muille aiheesta kiinnostuneille.

Tapahtumapaikka Maunula-talo, Metsäpurontie 4, 00630 Helsinki

Ipad-sovellukset oppimisen apuna: matematiikka, hahmottaminen ja päättely

Keskiviikko 4.12. klo 17.00–18.30

Tutustumme sovelluksiin, joiden avulla voit harjoitella laskemista ja hahmotustaitojasi sekä kehittää loogista päättelykykyäsi. Sovellusten esittelyn jälkeen voit jäädä kokeilemaan niitä ja saada ohjausta niiden käytössä ja asentamisessa omaan laitteeseesi.

HEROn apuvälineohjaajat Satu Hirvonen ja Marika Kivilehto

Tilaisuus on maksuton ja avoin kaikille kiinnostuneille.

Tapahtumapaikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki

Ilmoittautuminen ja lisätiedot

www.lukihero.fi

Satu Hirvonen puh. 040 7291 423 satu.hirvonen@lukihero.fi



Föräldrakvällar: Hur kan vi vuxna stöda barn med deras inläring?

Välkommen till gemensam diskussion!

Speciallärare Marica Enlund ger föräldrar tips på hur de kan stöda sina barn som kämpar med sin skolgång.

Fritt inträde.

Föräldrakvällarna ordnas som ett samarbete mellan Arbis, intresseorganisationen för dem med inlärningssvårigheter Helsingin seudun erilaiset oppijat (HERO) och Hem och Skola i HEROs utrymmen på Vilhelmsgatan 4 B 13 (2. vån.).

Fredag 25.10. 17.00 - 19.30

Tema: motivation till läsning

Fredag 8.11. 17.00 - 19.30

Tema: motivation till matematik

Fredag 22.11. 17.00 - 19.30

Tema: hjälpmedel och studieteknik

Anmälning

<https://ilmonet.fi/#fi/search/txt=A190927>



Koulutukset

Lukitestauksen ja -lausunnon laatimisen perusteet – alakoulu

Tiistai 22.10.2019 klo 9–16 (7 oppituntia)

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

Koulutus on suunnattu erityisopettajille ja erityisopettajiksi opiskeleville. Koulutukseen otetaan enintään 20 osallistujaa.

Kouluttaja Kaarina Paltama, erityisopettaja

Hinta 50 euroa (sisältää kahvit ja kahvileivän sekä luentomateriaalin)

Koulutuspaikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki.

Koulutus järjestetään yhteistyössä Opintokeskus Siviksen kanssa.

Lukitestauksen ja -lausunnon laatimisen perusteet – nuoret ja aikuiset

Torstai 14.11.2019 klo 9–16 (7 oppituntia)

Tavoitteena on opastaa osallistujat alkuun lukitestaamisessa ja lukilausunnon laatimisessa: Mitä testejä on olemassa nuorten ja aikuisten testaamiseen? Mitä lausuntoon pitää sisällyttää? Mitä tukitoimia voi suositella? Koulutuksessa laaditaan harjoituslausunto esimerkkitestitulosten perusteella.

Koulutus on suunnattu erityisopettajille ja erityisopettajiksi opiskeleville. Koulutukseen otetaan enintään 20 osallistujaa.

Kouluttaja Aija Lund, erityispedagogi, erityisopettaja, opinto-ohjaaja, KM, YTM, FM

Hinta 50 euroa (sisältää kahvit ja kahvileivän sekä luentomateriaalin)

Koulutuspaikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki.

Koulutus järjestetään yhteistyössä Opintokeskus Siviksen kanssa.



Ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen osoitteessa www.lukihero.fi

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

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

Lisätiedot

Satu Hirvonen, satu.hirvonen@lukihero.fi, 040 7291 423

Muutokset ovat mahdollisia.

Miten autan oppimisvaikeuksista lasta – VENNY-menetelmä ja visuaalinen hahmotus: kartoitus, kuntoutus ja kognitiivisen suorituskyvyn vahvistaminen

Torstai 21.11.2019 klo 9–16

Koulutuksessa käydään läpi, kuinka erityisopettaja, FK Maija Koivulan kehittämällä VENNY-menetelmällä kartoitetaan ja kuntoutetaan hahmotusvaikeuksia lapsilla varhaiskasvatusikäisistä ylöspäin.

- Teoriapohja ja kuntoutusopastus
- Kuntoutusmateriaalina VENNY 2 -kirja ja siihen liittyviä tehtäviä (käytön ymmärtäminen)
- VENNY 1&3 -kuntoutusmateriaalin (syvyystason kuntoutus ja yleensä kognitiivisen suorituskyvyn vahvistaminen) esittely sekä lopuksi, mikäli aikaa riittää harjoitustehtäviä VENNY 3 -kuutiomateriaalilla sen käytön omaksumiseksi.
- Ryhmätyöharjoitukset materiaaleineen ja töiden esittely

Koulutus on suunnattu oppilaitoksissa yleisen, tehostetun ja erityisen tuen piirissä työskenteleville (mm. opettajille, erityisopettajille, koulunkäynnin

ohjaajille), varhaiskasvatuksen työntekijöille sekä opiskelijoille ja myös lasten vanhemmille. Koulutukseen otetaan enintään 20 osallistujaa.



Kouluttaja erityisopettaja Mia Janhunen

Hinta 125 euroa + alv Heron jäsenille, muille hinta 175 euroa + alv (sisältää kahvit ja kahvileivän, Venny 1 -kartoitusmateriaalin, Venny 2 -kirjan (arvo 102.67 €) sekä luentomateriaalin)

Koulutuksen järjestää VENNY-VISIO Oy

Ilmoittautuminen

Ilmoittaudu koulutukseen viimeistään kaksi viikkoa ennen koulutuspäivää. Vapaita paikkoja voi tiedustella viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeenkin. Ilmoittautuminen on sitova kaksi viikkoa ennen koulutuspäivää, tämän jälkeen perumisesta laskutetaan täysi osallistumismaksu. Oman paikan saa siirtää toiselle osallistujalle.

Ilmoittaudu sähköpostitse osoitteeseen maiya.koivula@vennyvisio.fi

Kerro ilmoittautuessasi nimi, sähköpostiosoite, puhelinnumero, laskutusosoite (ja tarvittava viite), ammatti sekä työpaikka (päiväkoti/alakoulu tmv.), mahdollinen erikoisruokavalio sekä oletko HEROn jäsen (alennus).

Koulutuspaikka

HERO, Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki.

Lisätiedot

Maija Koivula, sähköpostiosoite maiya.koivula@vennyvisio.fi



Lukiseulat

- Keskiviikko **28.8.** klo 16.30–18.30
- Keskiviikko **25.9.** klo 16.30–18.30
- Keskiviikko **23.10.** klo 16.30–18.30
- Keskiviikko **27.11.** klo 16.30–18.30

Kohderyhmä

15 vuotta täyttäneet nuoret ja aikuiset, joiden äidinkieli on suomi

Mikä on lukiseula?

Lukiseulassa käytetään Niilo Mäki Instituutissa kehitettyä ryhmätestistöä. Se selvittää tuen tarvetta lukemisessa ja kirjoittamisessa, ja siinä on luetun ymmärtämisen, teknisen lukemisen ja sanelukirjoituksen osiot.

Testillä voi saada alustavan ja suuntaa-antavan tiedon siitä, onko kyseessä lukivaikeus vai ei. Testistä saa kirjallisen palautteen. Tarvittaessa on mahdollisuus myös henkilökohtaiseen ohjauskeskusteluun testitulosten perusteella.

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

Hinta Maksuton HEROn jäsenille, muille 25 euroa. Lasku lähetetään, kun seula on pidetty.

Kesto 1–2 tuntia

Ilmoittautuminen osoitteessa www.lukihero.fi/lukiseulat/

Testauspaikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki

Lisätiedot Satu Hirvonen puh. 040 7291 423, satu.hirvonen@lukihero.fi



Vertaisryhmät

ADHD-vertaisryhmä aikuisille

Ryhmä kokoontuu kerran kuussa perjantaisin klo 16.30–18.30:

13.9., 11.10., 8.11. ja 29.11.

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

Ohjaaja Antti Kantola

Paikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, Helsinki

Osallistuminen on maksutonta eikä vaadi ennakoilmoittautumista

Tervetuloa!

Lisätiedot Marika Kivilehto puh. 040 5474 4687, marika.kivilehto@lukihero.fi

Vertaisryhmä aikuisille, joilla on oppimisvaikeuksia

Ryhmä kokoontuu keskiviikkoisin klo 17–19, 11.9. alkaen

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.

Ohjaajat Iris Vainio ja Varpu Köykkä

Paikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, Helsinki

Osallistuminen on maksutonta eikä vaadi ennakoilmoittautumista (voit ilmoittautua myös tullessasi).

Lisätiedot Marika Kivilehto puh. 040 5474 4687, marika.kivilehto@lukihero.fi



VERTSU - nuorten vertaisryhmä

Torstaisin joka toinen viikko klo 17–18.30

29.8., 12.9., 26.9., 10.10., 24.10., 7.11., 21.11. ja 12.12.

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

Tarjolla pientä purtavaa!

Ohjaaja Asta Kohtala

Paikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, Helsinki

Voit tulla suoraan paikan päälle tai ilmoittautua Astalle.

Tervetuloa!

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

AS-kahvila

Kerran kuussa lauantaisin klo 15.30–17.30

21.9., 19.10., 16.11. ja 14.12.

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.

Paikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, Helsinki

Tervetuloa!

Lisätiedot www.asy.fi



Harrasteryhmät

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

Vanhempi-lapsi-kokkikurssi

Keskiviikko 4.9.2019, 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. Kurssi toteutetaan yhdessä Helsingin työväenopiston kanssa.

Ohjaaja Anni Ritala

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

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

Zau-tiedekerho

Torstaisin 5.9.–21.11., klo 16.30-17.30 (ei tuntia 17.10. eikä 24.10.)

ZAU-tiedekerhossa pyritään herättämään alakouluikäisten ja erityisesti 10–12-vuotiaiden tyttöjen kiinnostusta matematiikkaan, ohjelmointiin ja robotiikkaan heidän tärkeiksi kokemiensa aiheiden sekä yliopistoissa tutkimusperustaisesti kehitettyjen uusien opetusmenetelmien avulla. Vaikka kerhot on suunnattu erityisesti tytöille, ovat pojatkin lämpimästi tervetulleita näiden innostavien ja uutta luovien ZAU-kerhojen toimintaan.

ZAU – Zonta Antaa Uskallusta on Zonta-järjestön sekä tiede- ja teknologiayliopistojen LUMA-keskus Suomi –verkoston toteuttama hanke, jonka puitteissa toteutetaan erityisesti tytöille suunnattuja ilmiöpohjaisia, matematiikan, luonnontieteiden ja teknologian harrastamisen ja opiskelun pariin innostavia kerhoja.

Ohjaajat Suvi Suomela & Susa Salakka

Hinta Maksuton

Paikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki

Erilaisten oppijoiden luistelu

Maanantaisin klo 19-20, 9.9.–9.12.2019 (ei tuntia 14.10.)

Ryhmä sopii kaikenikäisille ja -tasoisille luistelijoille. Alle kouluikäiset lapset voivat osallistua vanhemman kanssa. Luistelu harjoittaa karkeamotoriikkaa, koordinaatiota, ja tasapainon hallintaa. Tule saamaan onnistumisen kokemuksia kivan toiminnan parissa. Luistelu järjestetään yhteistyössä Helsingin kaupungin liikuntaviraston kanssa.

Ohjaaja Hanna Pakarinen

Hinta 80 euroa (kurssilaisen vanhempi saa osallistua maksutta tunneille)

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



Sanataide: Eläinseikkailu 4-6-vuotiaille

Lauantaisin klo 10.30–11.15, 7.9.–23.11.2019 (ei tuntia 19.10. & 2.11.)

Tunneilla kirjat ovat seikkailu: ohjaaja lukee ryhmälle, luetusta jutellaan ja luetulle voi nauraa. Lapset saavat keksiä omia tarinoitaan, piirtää kartan kadonneen koiran jäljille ja askarrella eläinhahmoja, lorutella ja leikkiä.

Sanataidetehtävien ja leikkien kautta kannustetaan lasta itsensä ilmaisemiseen ja mielikuvituksen käyttämiseen. Sanataide kasvattaa rohkeutta kielelliseen ilmaisuun ja kehittää sanavarastoa luovin menetelmin. Kielitaitoa harjaannutetaan elämyksellisesti ja vuorovaikutteisesti. Tavoitteena on herättää kiinnostus kirjoihin, kieleen ja kirjoittamiseen.

Ohjaaja Inari Mykkänen

Hinta 30 euroa

Paikka Erilaisen oppimisen keskus (HERO), Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki

Musiikista iloa erityisen arkeen

Lauantaisin klo 11-11.45, 7.9.–23.11.2019 (ei tuntia 19.10. & 2.11.)

Ryhmässä tuetaan positiivista vuorovaikutusta, leikitään, liikutaan ja hassutellaan. Opetellaan itseilmaisua musiikin keinoin ja harjoitellaan kehontuntemusta sekä -hallintaa että ryhmässä olemisen taitoja. Ryhmä sopii 5–12-vuotiaille.

Ohjaaja Sini Svanberg

Hinta 40 euroa

Paikka Grundskolan Norsen, liikuntasali, yläsali, Unioninkatu 2, 00130 Helsinki



Terapeuttinen jooga

Lauantaisin klo 12-12.45, 7.9.-23.11.2019 (ei tuntia 19.10. & 2.11.)

Terapeuttinen jooga soveltuu jokaiselle, teemme harjoituksia yksilöllisistä lähtökohdista ja keskitymme oikeaan tekniikkaan ja suuntaamiseen. Jooga on lempeää harjoitusta keholle ja mielelle. Tunneilla on erilaisia terapeuttisia teemoja: esimerkiksi stressin lievitys, kehonhallinta, niska-hartiaseudun vaivat, keskittymisen ja kärsivällisyyden vahvistaminen.

Aiempaa kokemusta joogasta ei tarvita. Osallistujat voivat itse toivoa haluavatko rauhallisempaa vai dynaamisempaa joogaa. Ohjaaja räätälöi tuntien teemat ja harjoitteet osallistujien toiveiden mukaisesti. Ryhmä sopii 15-vuotiaista aikuisiin.

Ohjaaja Sini Svanberg

Hinta 40 euroa

Paikka GrundskolanNorsen, Liikuntasali, yläsali

Rumpuryhmä

Lauantaisin klo 14-14.45, 7.9. - 30.11.2019 (ei tuntia 28.9., 19.10. eikä 2.11.)

Ryhmässä harjoitellaan itseilmaisua rytmin keinoin. Rumpujen soitto vahvistaa rytmitajua, keskittymiskykyä ja sosiaalisia taitoja. Tunneilla liikutaan ja soitetaan. Ryhmässä opitaan djemberummun soittamisen perusteita ja yleistä kehon hallintaa. Vähimmäisikäraja 7- vuotta. Omia rumpuja ei tarvitse hankkia osallistuakseen ryhmään.

Ohjaaja Maarika Autio

Hinta 30 euroa

Paikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki



Vanhempi-lapsi-kokkikurssi

Keskiviikko 6.11.2019, klo 17-20

Marraskuun 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. Kurssi toteutetaan yhdessä Helsingin työväenopiston kanssa.

Ohjaaja Anni Ritala

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

Paikka Helsingin työväenopisto, Stoa, Turunlinnantie 1, 00900 Helsinki

Muutokset ovat mahdollisia.

Ilmoittautuminen

osoitteessa www.lukihero.fi/harrasteryhmat/

Ilmoittautuminen on sitova kaksi viikkoa ennen ryhmän alkua. Tämän jälkeen sinulta laskutetaan täysi osallistumismaksu. Jos et pääse osallistumaan ryhmään, muista perua osallistumisesi sähköpostitse tai puhelimitse. Pelkkä tunnille tulematta jättäminen ei riitä perumiseksi.

Lisätiedot

Marika Kivilehto puh. 040 5474 687, marika.kivilehto@lukihero.fi



KITE

Kohti itsenäistä elämää -nuorten kurssi

Kurssiaika 4.9.–5.12., 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
- Neuropsykologin haastattelu
- Lasten- ja nuorten psykiatrin konsultaatio tarvittaessa
- vapaaehtoinen leiri

Kurssille mahtuu 12 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



LIITO-hanke

Hei sinä helsinkiläinen lapsi tai nuori (7–29v.)

– 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 harrastusten tarjonnan 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!

Projektityöntekijä Lotta Pukkila

lotta.pukkila@lukihero.fi

puh. 050 5213 271

www.liikejatkuu.fi





Lukineuvonta ja opiskeluohjaus

Neuvontapuhelin

Tiistai-torstai klo 14–16 (poikkeuksena arkipyhät) puh. (09) 6869 3500

Erityisopettajan puhelinpäivystys

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

Opiskelu- ja oppimisen apuvälineohjaus (tablettisovellukset)

Ajanvarauksella tiistaisin ja torstaisin klo 11–13

puh. 040 7291 423, Satu Hirvonen

Lukineuvontaa kirjastoissa

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

Helsinki ja Espoo

ajanvarauksella maanantaisin klo 15–19 ja keskiviikkoisin klo 16–18

Oodi, Jätkäsaari, Tapiola, Sello ja Iso Omena

Ajanvaraus ja tiedustelut:

Aija Lund, erityisopettaja

puh. 050 4060 580

aija.lund@lukihero.fi

Oppimisen olohuone aikuisille

Oppimisen olohuoneeseen voi tulla työstämään lukemisen, kirjoittamisen, matematiikan ja digiosaamisen perustaitoja yhdessä ohjaavien opettajien kanssa.

Lisätietoja ja ajanvaraus:

Pasi Sarsama, ohjaava opettaja

puh. 050 3718 625

pasi.sarsama@eoliitto.fi

Heli Turja, projektipäällikkö

puh. 050 4534299

heli.turja@eoliitto.fi



Kirjakahvila

HEROn kirjakahvila on avoinna maanantaista torstaihin klo 14–16.

Tervetuloa tutustumaan, lukemaan kirjoja, lehtiä ja kahville ilman ajanvarausta.

Ohjelma

Maanantai

Hahku-mentori päivystää ja ohjaa hahmottamisen harjoituksissa ja peleissä klo 14–16. Voit halutessasi ottaa mukaan oman kannettavan tietokoneen tai tabletin. (Huom.! Dysleksiaviikolla ma 7.10. ei ole päivystystä.)

Lisätiedot Satu Hirvonen, satu.hirvonen@lukihero.fi, puh. 040 7291 423

Tiistai

Tule tutustumaan HEROon! HERO-infoja klo 14–16.

Kirjakahvilaan mahtuu kerralla enintään noin 24 henkeä. Isompien ryhmien kohdalla täytä vierailupyyntölomake verkkosivuillamme: www.lukihero.fi

Lisätiedot Marika Kivilehto, marika.kivilehto@lukihero.fi, puh. 040 5474 687

Keskiviikko

Harrastusneuvontaa 7–29-vuotiaille helsinkiläisille. Tule pohtimaan mitä sinä haluaisit harrastaa ja mikä sinut auttaisi harrastuksen alkuun.

Liito-hankkeen työntekijä tavattavissa klo 14–16.

Lisätiedot Lotta Pukkila, lotta.pukkila@lukihero.fi, puh. 050 5213 271

Torstai

HEROn nuorten toiminta päivystää klo 14–16. Tervetuloa, sinä 15-30-vuotias nuori, juttelemaan elämästä, oppimisesta, oppimisvaikeuksista tai vaikka tekemään läksyjä. (Huom.! Dysleksiaviikolla to 10.10. ei ole nuorten päivystystä.)

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



Oppitunti malliluokassa

Ajanvarauksella keskiviikkoisin klo 10–14

Oppitunti uudenaikaisessa oppimisympäristössä – 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) / Hero-sali
Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki

Varaukset ja tiedustelut

www.lukihero.fi/oppitunti-malliluokassa-varaa-tutustumiskaynti/

Lisätiedot

Satu Hirvonen, satu.hirvonen@lukihero.fi, puh. 040 7291 423

Vapaaehtoistyö



Kiinnostaako vapaaehtoistyö HEROssa? Vapaaehtoisena voit olla mukana HEROn toiminnassa monella eri tavalla, omien vahvuuksiesi ja kiinnostuksen kohteidesi mukaan. Jos kiinnostaa, niin ota yhteyttä vapaaehtoistyön koordinaattoriimme. Etsitään sinulle mielekäs vapaaehtoistyö, ja tehdään yhdessä hyvää! Vapaaehtoiset koulutetaan (moduulit 1 ja 2 ovat pakollisia). Koulutukset ovat maksuttomia.

Vapaaehtoistyön koulutukset

Vapaaehtoistyön koulutus – moduuli 1:

Mitä vapaaehtoisuus on?

Tiistaina 17.9.2019 klo 17 - 18.30

Yleispaketti vapaaehtoisuudesta sekä vapaaehtoisena toimimisesta HEROssa.

Koulutus on suunnattu HEROssa ja muissa Erilaisten oppijoiden liiton alajärjestöissä vapaaehtoisena toimisesta kiinnostuneille.

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

Hinta maksuton

Koulutuspaikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki

Vapaaehtoistyön koulutus – moduuli 2:

Oppimisvaikeudet

Tiistaina 1.10.2019 klo 17 - 18.30

Peruspaketti oppimisvaikeuksista sekä kokemusasiantuntijan puheenvuoro.

Koulutus on suunnattu HEROssa ja muissa Erilaisten oppijoiden liiton alajärjestöissä vapaaehtoisena toimisesta kiinnostuneille.

Kouluttaja Satu Hirvonen, koulutuskoordinaattori, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry

Hinta maksuton

Koulutuspaikka HERO, Vilhonkatu 4 B 13, 00100 Helsinki



Vapaaehtoistyön koulutus – moduuli 3 (valinnainen)

Oppimisen apuvälineet

Keskiviikkona 9.10.2019 klo 17 – 18.30

Perustietoa oppimisen apuvälineistä.

Koulutus on suunnattu HEROssa ja muissa Erialaisten oppijoiden liiton alajärjestöissä vapaaehtoisena toimisesta kiinnostuneille.

Kouluttaja Susanna Maijanen, kehittämisspäällikkö, Oppimisen apuvälinekeskus, Erialaisten oppijoiden liitto

Hinta maksuton

Koulutuspaikka Erialaisten oppijoiden liitto, Vuorikatu 16 A, 00100 Helsinki

Muutokset ovat mahdollisia.

Ilmoittautuminen

www.lukihero.fi

Lisätiedot

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

Liity HEROn jäseneksi



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

Jäsenmaksu

HEROn jäsenmaksu laskutetaan kalenterivuositain. Jäsenmaksu päätetään vuosikokouksessa ja vuonna 2019 jäsenmaksut ja jäsenmaksuluokat ovat seuraavat:

- o henkilöjäsen 25€/2019
- o UUTTA: henkilöjäsen / eturyhmät: opiskelijat, työttömät, eläkeläiset 15€/2019
- o kannatusjäsen 50€
- o UUTTA: 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 LukSitko-lehden.
- o Olet oikeutettu maksuttomaan lukiseulaan (arvo 25€).
- o Saat alennusta osasta kurssejamme tai osa tapahtumista on suunnattu vain jäsenille.
- o Saat jäsenetuja erikseen ilmoitetuista HEROn jäsenetutuotteista.
- o HEROn jäsenenä pääset vaikuttamaan HEROn toimintaan, mm. antamalla palautetta ja kehittämideoita, pääset osallistumaan HEROn vuosikokoukseen (keväällä) ja vaikuttamaan aktiivisuudellasi toimintaan.
- o Saat kutsuja jäsenille tarkoitettuihin tilaisuuksiin, mikäli olet ilmoittanut sähköpostiosoitteesi.

Liittyminen

Voit liittyä jäseneksi täyttämällä lomakkeen nettisivuillamme:

www.lukihero.fi/jarjesto/liity-jaseneksi/

Lisätiedot

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

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