

ERILAISTEN OPINTOPOLKUJEN MAHDOLLISUUKSIEN MAAILMA

Carita Gröndahl, Lotta Jalava, Terhi Kivioja, Liri Kqiku,
Noora Lehtinen, Pipsa Toivola, Elina Vuorikoski



Metropolia

MIKSI OPISKELU KANNATTAA?

- Työeläke karttuu – ehtona valmistuminen (ei ylioppilastutkinnosta)
- Koulutettu työllistyy paremmin
- Yleensä päätyy mieleiselle alalle
- Uudet ihmissuhteet
- Tuo rutiinia arkeen

Huom: Kouluun hakiessa sinun ei odoteta osaavan jo kaikkea, vaan koulu on oppimista varten. Riittää kun olet kiinnostunut ja motivoitunut!!

AMMATTIKOULUT

Vain murto-osa koulutus mahdollisuuksista

SOSIAALI – JA TERVEYSALA

Lähihoitaja eli sosiaali- ja terveysalan perustutkinto. Voi suuntautua eri osaamisalueille

- Asiakaspalvelu ja tietohallinta
- Ensihoito
- Jalkahoito
- Kuntoutus
- Lasten ja nuorten hoito ja kasvatus
- Mielenterveys ja päihdetyö
- Sairaanhoido ja huolenpito
- Suun terveydenhoito
- Vammaistyö
- Vanhustyö

Lähihoitajan työn esteenä voi olla vakavat psyykkiset sairaudet, tuki- ja liikuntaelimestön erilaiset sairaudet tai vammat tai veriteitse tarttuva sairaus

TEKNIIKAN ALA

- **Autoala** (esim. ajoneuvoasentaja, automaalari tai varaosamyyjä)
- **Kone- ja tuotantotekniikka** (esim. asentaja, koneistaja tai levyseppähitsaaja)
- **Sähkö-/automaatioasentaja** (sähköasennukset ja niiden käyttöönotto, sähkölaitteiden huolto ja kunnossapito, voi toimia myös esim. energia-alan yrityksissä. Värisokeus esteenä hakeutumiseen)
- **Logistiikan perustutkinto** (varasto- tai kuljetuspalvelut, tarkoittaa ammattina mm. varastonhoitaja, linja-auton kuljettaja, kuorma-auton kuljettaja tai yhdistelmäajoneuvon kuljettaja)
- **Rakennusalan perustutkinto** eli talonrakentaja. (Työtehtävät mm. talon perustuen rakentaminen, ulkoverhoustyöt ja sisävalmistumisvaiheen työt)

KAUPPATIEDE/LIIKETALOUS

- **Merkonomi** eli liiketoiminnan perustutkinto on erittäin laaja-alainen. Kaksi osaamisalaa:
 - Asiakaspalvelu ja myynti
 - Talous- ja toimistopalvelut

Pystyy työskentelemään esim. eri firmojen hallinnossa tai vaikka kaupankassalla

- **Datanomi** eli tieto- ja viestintätekniikan perustutkinto. Tutkintoon kuuluu perusosana:
 - palvelutehtävissä toimiminen (sovellusten, järjestelmien ja palveluiden käyttö)
 - järjestelmän hankinta ja käyttöönotto (työasemien ja laitteistojen asennus ja ylläpito)
- > Tämän lisäksi valitaan osaamisala: **käytöntuki** (palvelimien ja palveluiden asennus ja ylläpito) tai **ohjelmistotuotanto** (ohjelmistosuunnittelu ja ohjelmointi)

RAVINTOLA- JA CATERING-ALAN PERUSTUTKINTO

- **Kokki**
 - kylmien- ja lämpimien ruokien suunnittelu ja valmistaminen
 - Työnantajia ovat ravintolat, henkilöstöravintolat, sairaalat- ja muut hoitolaitokset, hotellit tai matkustaja- ja rahtialukset
- **Tarjoilija**
 - Ruoka- ja juomatilausten vastaanottaminen, niiden tarjoilu sekä laskutus
 - Pöytien kattaminen ja siistiminen
 - Puhtaanapito ja astiahuolto
- **Kondiittori** eli elintarvikealan perustutkinto
 - Valmistaa leipomon tuotteita ja myy niitä
 - Voi myös työskennellä pakkaajana ja valmistajana esim. keksit sekä makeiset

HELSINGIN AMMATTIKOULUT

- Stadin ammattiopisto, laaja tarjonta eri ammatillisia perustutkintoja:
<https://www.hel.fi/amatillinen/fi/koulutukset/koulutukset-tutkinnot/koulutukset-perustutkinnot/>
- Perho Liiketalousopisto, mm. ravintola-ala sekä matkailuala:
<http://perho.fi/>
- Business College, merkonomi sekä datanomi:
<https://www.businesscollege.fi/>
- Suomen Diakoniaopisto: lähihoitaja: <https://www.sdo.fi/>
- Amiedu, laaja tarjonta eri ammatillisia perustutkintoja, myös oppisopimuksella: <https://www.amiedu.fi/Koulutushaku>

ERILAISET VÄYLÄT OPPIMISEEN

KYMPPILOUKKA

Kymppiluokan avulla:

1. Saat lisäopetusta, jonka avulla tiedostat paremmin jatko-opintojen suunnan
 2. Voit korottaa arvosanojasi
 3. Saat tukea ja yksilöllistä ohjausta opettajilta ja nuoriso-ohjaajilta
- Voit hakea perusopetuksen lisäopetukseen (kymppiluokka) www.opintopolku.fi sivulta (hakuaika 22.5.2018 klo: 8.00 alkaen) Vantaan Ammattiopisto Varia
 - Opiskelu kestää vuoden ja opetusta n. 30h/vko

OPPISOPIMUS

Oppisopimuksella:

1. Saat ammatin määräaikaisen työsuhteen avulla käytännön työssä
 2. Syvennät ammattiosaamista tietopuolisilla opinnoilla oppilaitoksessa
 3. Mahdollisuus ammatillisen perustutkinnon, ammattitutkinnon tai erikoisammattitutkinnon suorittamiseen
- Henkilökohtainen opiskeluohjelma (opintojen sisältö- ja kesto)
 - Opiskelu on päätoimista ja vaatii oma-aloitteisuutta (solmit itse työsuhteen)
 - Saat käytännön työstä työehtosopimuksen mukaisen palkan ja tietoperustan opintoihin voit saada rahallista tukea (päiväraha, matkakorvaus/majoituskorvaus)
 - Stadin ammattiopistoon (VALMA) jatkuva haku v.2018 www.opintopolku.fi

AMMATILLINEN KOULUTUS

1. Saat ammatillisen perustutkinnon, ammattitutkinnon tai erikoisammattitutkinnon (kesto 180op. eli 3vuotta)
 2. Uudella koulutusreformilla tuetaan yksilöllisiä opintopolkuja, jolloin saadaan hyöty aikaisemmasta osaamisesta. Lisäksi oppimista lisätään työpaikoilla.
 3. Mahdollisuuksia ja suuntautumisvaihtoehtoja on paljon (8 eri koulutusala)
 4. Opiskelun suoritat oppilaitoksessa, työpaikoilla ja virtuaalisessa ympäristössä
 5. Osoitat käytännön osaamisesi näytöillä työpaikalla
- Ilman aikaisempaa tutkintoa voit hakea yhteishaussa, joka on syksyisin ja keväisin. Jos sinulla on jo tutkinto voit hakea jatkuvassa haussa www.opintopolku.fi
 - Valmentavan koulutuksen (VALMA) avulla maahanmuuttajille laaditaan henkilökohtainen opetussuunnitelma, jonka laajuus on 60op. Koulutus sisältää suomenkielen opintoja.

LUKIO

- Voit opiskella lukiossa, aikuislukiossa tai oppilaitoksessa, joka järjestää lukiokoulutusta
- Yhteishaku keväisin
- Kesto tavanomaisen opetussuunnitelman mukaan 3vuotta
- Mahdollista suorittaa myös etälukiona tai aikuislukiona
- Etälukio mahdollistaa joustavan opiskelun (koostuu itsenäisestä opiskelusta ja verkko-opetuksesta), jatkuva haku
- Aikuislukiossa jokaiselle laaditaan yksilöllinen opetussuunnitelma (itsenäinen opiskelu, etäopetus, lähiopetus, verkko-opetus), jatkuva haku

ARKI HALTUUN

Opiskelun tukena toimiva arki

MITÄ ARKEEN KUULUU?

- Opiskellessa sujuva arki tukee opinnoissa suoriutumista
- Toimivaan arkeen kuuluvat muun muassa:
 - Omasta taloudesta huolehtiminen
 - Asuminen ja asunnosta huolehtiminen
 - Omasta hyvinvoinnista huolehtiminen (ravinto, lepo ja liikunta)

Muista, että opiskelijaelämä ei vaadi valmiiksi hiottuja taitoja.

Taitojen harjoittelemista varten on seuraavissa dioissa esitellyt toimijat sekä niiden lisäksi monet muut.

Muista myös perheesi, ystäviesi ja tuttaviesi tarjoama tuki!

TALOUDELLISTA TUKEA OPIKELIJALLE

- Kelalta voit hakea opintotukea, johon sisältyy opintoraha sekä opintolaina
 - Lisätietoa: <http://www.kela.fi/opiskelijat>
- Jos taloutesi tilanne mietityttää ja tarvitset neuvoa raha-asioissa, esimerkiksi Takuusäätiöltä löydät apua
 - Tutustu Takuusäätiön sivuihin: <https://www.takuusaatio.fi/hae-apua>
- Edullisia asuntoja opiskelijoille tarjoaa pääkaupunkiseudulla HOAS sekä 15 eri paikkakunnalla työssä käyville tai juuri valmistuville opiskelijoille Nuorisosäätiö
 - Hae asuntoa: <https://www.hoas.fi/> & <https://www.nuorisosaatio.fi/>
 - Asumiskuluihin voit hakea asumistukea Kelalta: <http://www.kela.fi/asumisen-tuet>

HYVINVOINTI OPIKSELLESSA

- Kun voit hyvin, opiskeluun keskittyminen sujuu helpommin
- Arki rakentuu rutiineista, joihin kuuluvat opiskelun ja mahdollisen työn ohella myös levosta, liikunnasta ja ravinnosta huolehtiminen
- Opiskelijan tukena hyvinvoinnissa ovat monenlaiset toimijat, esimerkiksi oppilaitoksen terveystalvelut, kotikaupungin palvelut ja verkossa toimivat palvelut
 - Ilmaisia liikuntatunteja 18-29 –vuotiaille helsinkiläisille tarjoaa <http://nytliikunta.fi/>
 - Nyyti ry:n sivuilta löydät runsaasti tietoa ja vinkkejä elämän eri osa-alueille, mm. lepoon, ravintoon, ajankäyttöön ja stressin hallintaan: <https://www.nyyti.fi/>

ASKARRUTTAAKO MIELTÄSI JOKIN?

- Kun omat ja kaverien vastaukset eivät auta, voit löytää vastauksen pohtimaasi asiaan seuraavista paikoista:
 - Ohjaamot tarjoavat tietoa ja tukea mm. opiskelu-, harrastus- ja työllistymisasioissa. Ohjaamoita löytyy 50 eri paikkakunnalta. Löydä sinua lähin ohjaamosi: <http://ohjaamot.fi/>
 - Nuorten elämä.fi –sivustolta löydät tietoa ja keinoja, joilla selvittää mieltäsi askarruttavaa kysymystä. Sivusto tarjoaa myös netissä käytävää kahdenkeskeistä chat-keskustelua. Tiedon runsaudensarvi löytyy osoitteesta <https://www.nuortenelama.fi/>
 - Joskus omillaan asuessa voi tarvita vinkkejä esimerkiksi siivoukseen, ruoanlaittoon ja kodinhoitoon. Marttojen sivuilta löydät lukemattomia ohjeita itsenäiseen asumiseen: <https://www.martat.fi/marttakoulu/>

POHDITTAVAA

Anna itsellesi aikaa oppia tuntemaan itsesi

Erota omat toiveesi muiden vaatimuksista tai odotuksista

Tee niitä asioita, jotka tuntuvat itsestäsi oikeilta ja tärkeiltä

Mieti, voisitko tehdä enemmän niitä asioita, jotka edistävät tavoitteitasi

Tarve tai halu muutokseen lähtee omista toiveista

Varaudu elämässä vastaan tuleviin muutoksiin ja anna itsellesi aikaa sopeutua niihin

Kaikki epäonnistuvat jossain vaiheessa.

Tärkeämpää on se miten epäonnistumisiin suhtautuu ja mitä niistä oppii sekä miten niistä pääsee eteenpäin.

LÄHTEET

Ammatillisen koulutuksen reformi. Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018. Verkkodokumentti. <<http://minedu.fi/amisreformi>> Luettu 6.3.2018

Ammatilliset tutkinnot. Ammatillinen koulutus. Verkkodokumentti.

<<https://opintopolku.fi/wp/ammattillinen-koulutus/ammattillinen-perustutkinto-antaa-laajan-ammattitaidon/>> Luettu 27.2.2018

Business College. Perustutkinnot. Verkkosivustot. <<https://www.businesscollege.fi/peruskoulutus/>>. Luettu 27.2.2018

Eri vaihtoehtoja suorittaa lukio. Opetushallitus 2018. Verkkodokumentti.

<http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/lukiokoulutus/eri_vaihtoehtoja_suorittaa_lukio> Luettu 27.2.2018.

Kannasoja, Sirpa 2013. Nuorten sosiaalinen toimintakyky. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Verkkojulkaisu.

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/42447/978-951-39-5459-8_vaitos23112013.pdf?sequence=1>. Luettu 12.2.2018

Kymppiluokat. Koulutustarjonta. Vantaan Ammattiopisto Varia 2018. Verkkodokumentti.

<<http://www.sivistysvantaa.fi/varia/artikkelit/haemeille/artikkelisivu/kymppiluokat.html>> Luettu 27.2.2018

Mielenterveysseura. Verkkosivu. <<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/hyvinvointi/stressi-kuuluu-el%C3%A4m%C3%A4%C3%A4n>>. Luettu 12.2.2018

Nettinappi. Verkkosivu. <<http://nettinappi.fi/tietoaalue/hyvinvointi-ja-terveys/mielen-hyvinvointi/elamanhallinta/>>. Luettu 6.3.2018

Opiskelemaan 2018. Te-palvelut. Verkkodokumentti. <<http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/nuoret/opiskelemaan/index.html>> Luettu 27.2.2018

Oppisopimuskoulutus nuorille. Ammatillinen koulutus. Verkkodokumentti.

<<https://opintopolku.fi/wp/ammattillinen-koulutus/oppisopimuskoulutus-nuorille/>> Luettu 27.2.2018

Paljonko saan eläkettä 2017 Työeläke.fi. Verkkodokumentti. <<https://www.tyoelake.fi/paljonko-saan-elaketta/opiskelija-saa-elaketta-tutkinnosta/>> . Luettu 27.2.2018

Perho Liiketalousopisto. Perustutkinnot. Verkkosivustot. <<http://perho.fi/>>. Luettu 27.2.2018

Stadin ammattiopisto. Ammatilliset perustutkinnot. Verkkosivustot. <<https://www.hel.fi/ammattillinen/fi/koulutukset/koulutukset-tutkinnot/koulutukset-perustutkinnot/>>. Luettu 27.2.2018

Valmentava koulutus (VALMA) maahanmuuttajille. Luksia, Länsi-Uudenmaan koulutuskuntayhtymä 2018. Verkkodokumentti.

<<https://www.luksia.fi/koulutustarjonta/valmentava-koulutus-valma/valmentava-koulutus-valma-maahanmuuttajille/>> Luettu 6.3.2018