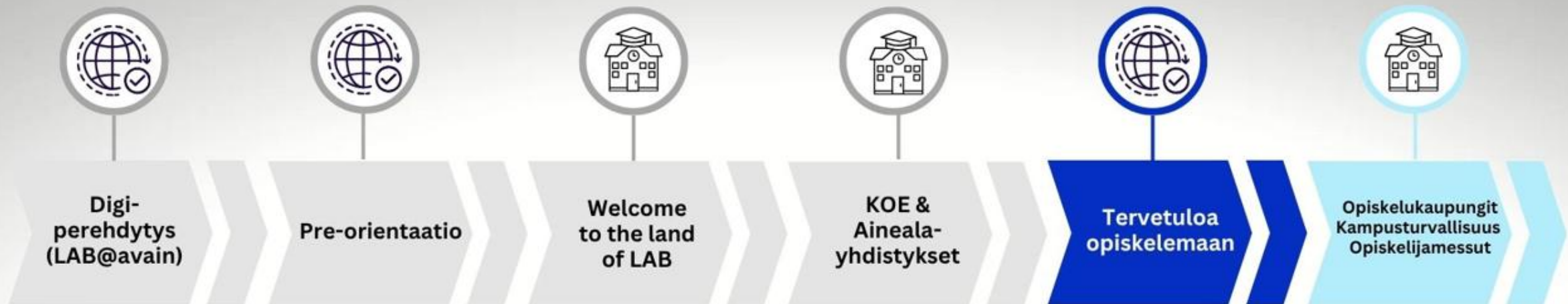




The Best of Both Worlds

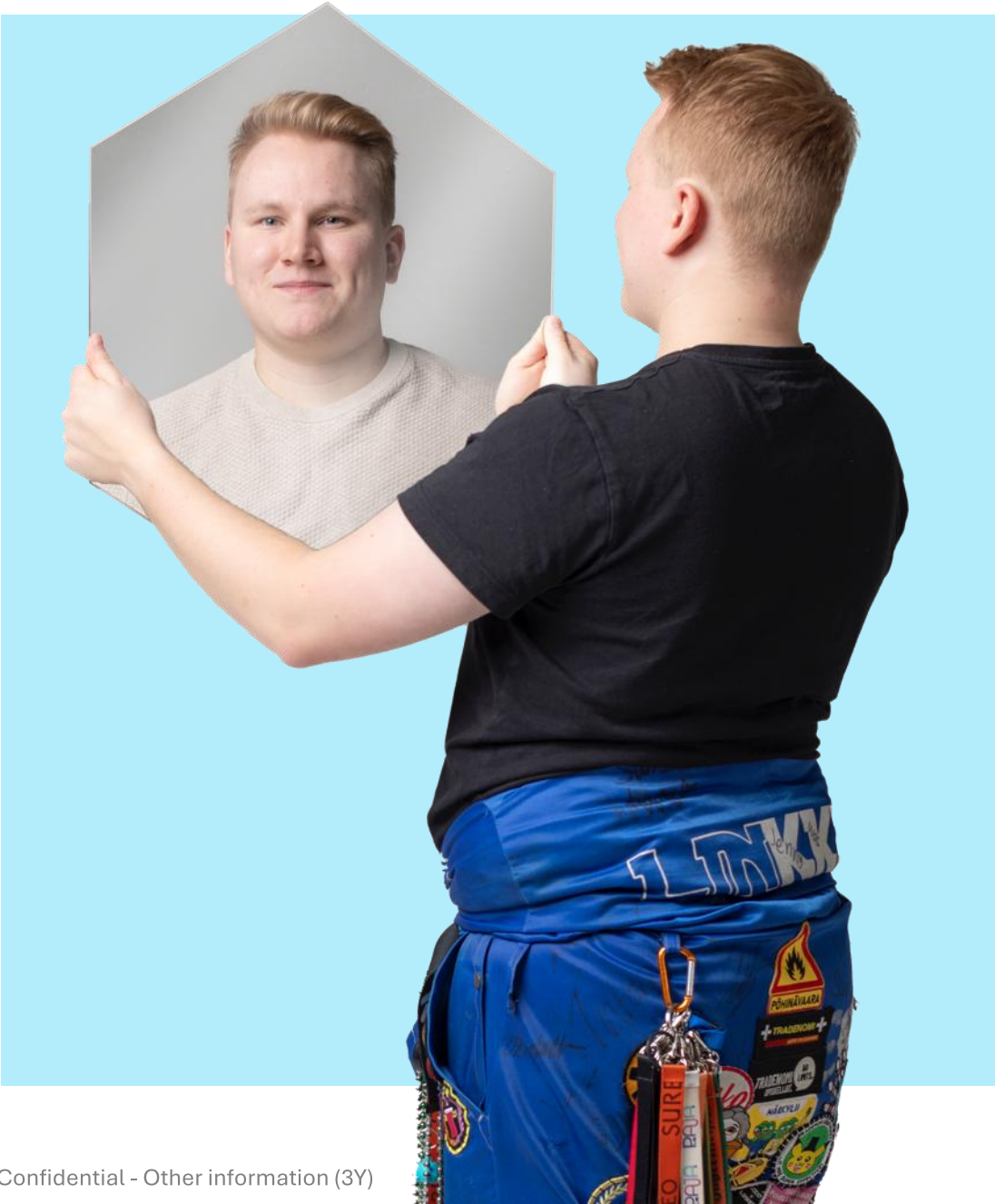
Tervetuloa opiskelemaan!

Orientaatio etenee – juuri nyt olemme kohdassa:



Ohjelma

- Klo 9.00 -9.40 Opiskelijoiden ohjaus ja palvelut
- Klo 9.40– 10.10 - Tuki- ja hyvinvointipalvelut opiskelijoille
- Klo 10.10 – 10.15 Taukojumppa & MOVEO liikuntapalveluiden esittely
- Klo 10.15– 11.00 - Opiskelu LABissa



Opiskelijoiden ohjaus ja palvelut

Opiskelijapalvelut auttavat sinua

Opiskelijapalveluissa

- Palvelemme sinua kampuksella ystävällisesti ja ammatillisesti
- Välitämme ja autamme sinua etsimään ratkaisuja
- Kehitämme palveluitamme yhdessä

Näin autat meitä onnistumaan

- Seuraa viestintää ja ohjeistuksia
- Tutustu palveluihin
- Varaa tarpeeksi aikaa
- Anna palautetta



Opiskelijoiden ohjaus ja palvelut



Tutoropettaja

Opintojen suunnittelu,
henkilökohtainen
opetussuunnitelma
(HOPS), aiemmat
hyväksiluvut,
ammattillinen kasvu



Muut opettajat

Opintojaksojen
suorittaminen,
toteutustavat, arviointi



Vertaistutori (opiskelija)

Vertaistuki, yleisestä
opiskelusta ja
opiskelijaelämästä



Opiskelijoiden asiakaspalvelu

Opiskeluun liittyvät
käytännön asiat,
viralliset dokumentit,
tapaturmailmoitukset,
vilppi, valmistuminen
studentservices@lab.fi



Opintojen ohjaajat

Lisääika, pitkät
poissaolot, alanvaihto ja
sisäiset siirtohaut



Opiskelijakunta KOE

Opiskelijaelämä,
edunvalvonta,
häirintäyhdyshenkilöt



Kielikeskus

Kieli- ja viestintäopinnot
(kielet & kulttuuri)



LUT-tiedekirjasto

Tiedonhankinta,
tiedonhankinnan
ohjaus ja aineistot



Kansainväliset liikkuvuuspalvelut

Kansainvälistyminen ja
opiskelijavaihto



Urapalvelut

Työnhaku ja yleinen
uraneuvonta,
rekrytointitapahtumat



IT-tuki

IT-ohjeet, opiskelun
työkalut, LUT-tunnus
student.ithelpdesk@lut.fi



Opiskelijan palautekanavat

Kehittäminen,
laadunhallinta,
yhteistyö

Tukea joka tilanteeseen

Tilannekohtaiset teot

- **Kurssi ei etene** — ota yhteys **opettajaan** tai **tutoropettajaan**
- **Motivaatio tai jaksaminen heikkenee** — käytä **tukipalveluja**, esim. **opintopsykologeja**
- **IT-tunnukset eivät toimi** — ole yhteydessä **IT-tukeen**

Kolme tärkeää muistettavaa

- Kaikkea ei tarvitse tietää heti
- Apua on saatavilla
- Kysyminen on sallittua

Tuki- ja hyvinvointipalvelut opiskelijoille

Opiskelijoiden tuki- ja hyvinvointipalvelut



eLAB

Self-help materiaalia
oppimiseen ja
hyvinvointiin.

Nyyti chat ja ryhmät
Nyyti.fi



MOVEO

Opiskelijaliikunta &
hyvinvointipalvelut,
kuntosali,
ryhmäliikunta, palloilu
ja yksilöllisiä palveluita



Opintopsykologi

Stressi,
aikaansaaminen,
motivaation puute



Pedagoginen
erityisasiantuntija

Oppimisvaikeudet,
opiskelun yksilölliset
järjestelyt



Yhteisö-
koordinaattorit

Yhteisöllisyyden
edistäminen
kampuksilla,
kumppanuuksien
rakentaminen ja
ylläpito



Kampuspapit

Suru, ihmissuhteet,
elämäkriisit



YTHS

Terveys, mielenterveys,
erityinen tuki



KELA

Opiskelijoiden
toimeentulo,
terveydenhoitomaksu



KOEn häirintä-
yhdyshenkilöt

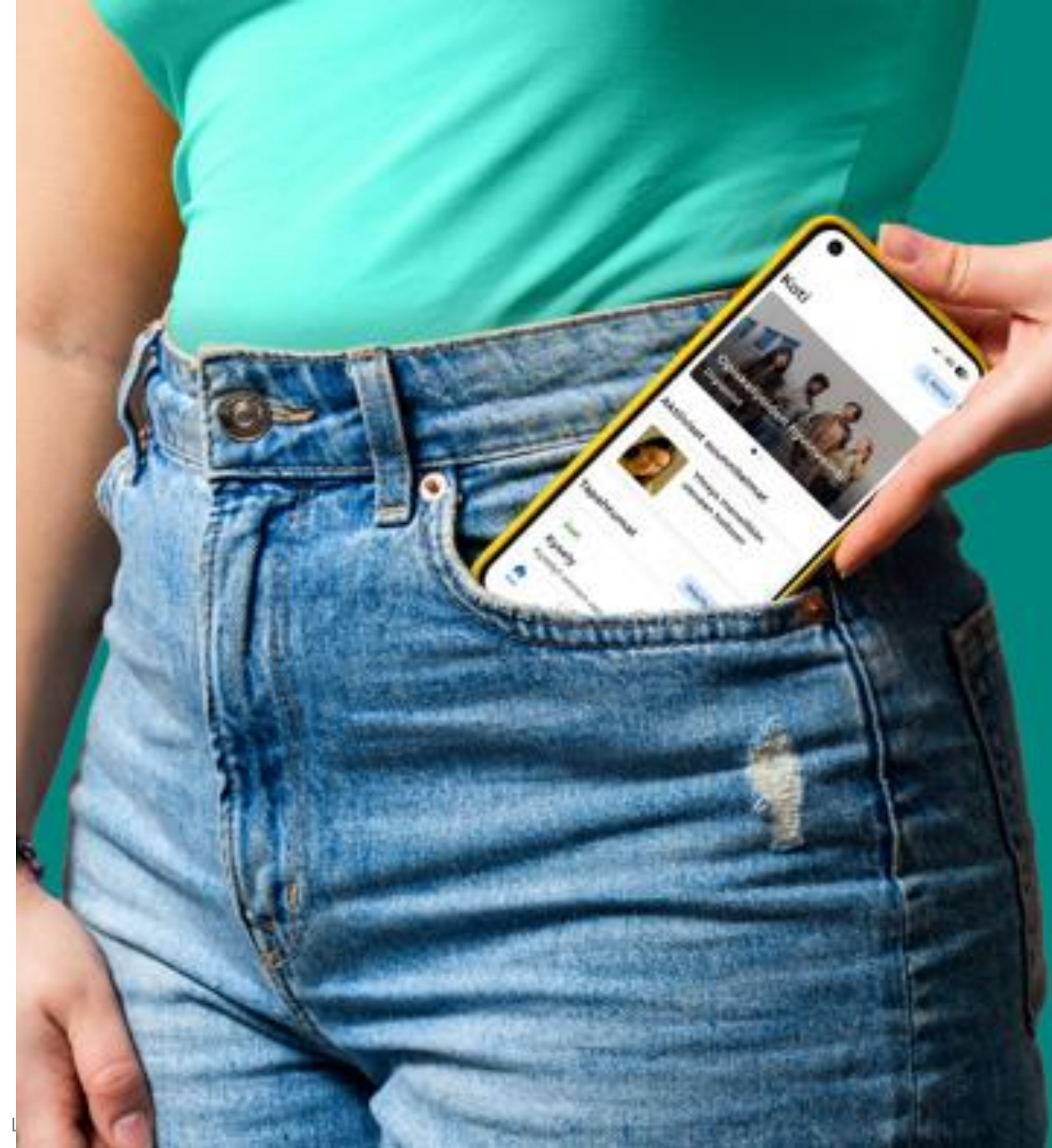
Havaitset epäasiallista
käytöstä, kiusaamista,
väkivaltaa



Päivystykset,
kriisikeskukset, 112

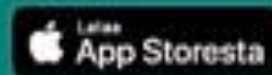
Akuutti kriisi/hätä,
itsetuho, väkivalta





Terveys taskussa

Lataa sovellus
ja hoida terveysasiasi
suoraan **YTHSDigissä**.



Opiskelukyky syntyy ja kehittyy opiskelijan ja oppimisympäristön dynaamisessa vuorovaikutuksessa



Miten autan itseäni opiskelemaan?

- Mitä haluan opinnoiltani?
 - Miksi olen täällä?
 - Mitä tavoitteina minulla on opinnoissani?
 - Mikä on minulle riittävä taso?
- Realistinen ajankäyttö
 - Miten yhdistää opinnot ja muu elämä?
 - Suunnittelu kannattaa!
- Miten pidän huolta itsestäni?
 - Miten rentoudut: kävelyt, sauna, piirtäminen, ystävät
 - Kenelle voit jutella, kun se on tarpeen?

Muista: levännyt ja iloinen ihminen oppii paremmin!

Opiskelun saavutettavuus ja yksilölliset järjestelyt

Opiskelun yksilölliset järjestelyt

- Opiskelun yksilölliset järjestelyt
- Huom! Opiskelun yksilöllisillä järjestelyillä ei voi muuttaa tutkinnolle tai opintojaksolle asetettuja osaamistavoitteita.

Opiskelua tukevat palvelut

- Tenttimisen erityisjärjestelyt ja lisääjat
- Exam-sähköisten tenttien saavutettavuus ja erityistarpeet
- Celia-kirjaston palvelut erilaiselle oppijalle

Erityinen tuki

- YTHS

Tilat

- Kampusten esteettömyys ja saavutettavuus

Opiskelun saavutettavuus ja yksilölliset järjestelyt | eLAB



MISTÄ SAA TUKEA? **WHERE TO GET SUPPORT?**

Tukea opiskeluun – info korkeakoulun palveluista

**Tuntuuko opintojen aloitus
haastavalta? Kaipaanko tietoa, millaista
tukea korkeakoululla on tarjota juuri
sinulle?**

- Kuuntele tallenne, miten opintoja tuetaan korkeakoulussa. Käymme läpi opiskelijoille suunnatut tuki- ja hyvinvointipalvelut sekä saatavilla olevan tuen oppimisen haasteille. Kuulet myös yksilöllisen tuen mahdollisuuksista.
- Puhujina LABin opintopsykologi Milja Kalliokoski ja erityisopettaja Juha Tiitta.
- Tallenne katsottavissa eLABista, [Opiskelun yksilölliset järjestelyt sivulta.](#)

TAUKOJUMPPA

Hyvinvointi- ja liikuntapalvelut Lahdessa ja Lappeenrannassa

- Syksyn jäsenyydet myynnissä LUT-shopissa!
- Syksyn jäsenyys voimassa **31.1.2027 asti**.
- Pääset kokeilemaan MOVEOn palveluita **kokeiluviikolla vko 36 veloituksetta**, tervetuloa mukaan! Lahdessa palloiluvuorot aloittavat jo viikolla 35, jolloin on myös mahdollista käydä kokeilemassa ilman jäsenyyttä.
- Liikunnan ja kulttuurin appro **LiiKu Appro** järjestetään jälleen keskiviikkona 9.9. Lappeenrannassa ja Lahdessa klo 12-20 välillä. Liput tulevat myyntiin keskiviikkona 26.8. KideAppiin.

Opiskelu LABissa

"Tule juttelemaan – yhteisö syntyy kohtaamisista."

LUT-yliopiston / LAB
ammattikorkeakoulun
yhteisökoordinaattorit rakentavat,
kehittävät ja tukevat opiskelijoiden
yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja
hyvinvointia. Yhteisökoordinaattori
pitää huolen siitä, että opiskelija
löytää oikean tuen ja kiinnittyy
opiskelijayhteisöön.

Yhteisökoordinaattorin kanssa voit keskustella esimerkiksi

- Yhteisöllisyyttä edistävästä toiminnasta, tapahtumista ja tempauksista kampuksella
- Palveluihin ohjaamisesta
- Arkeen ja hyvinvointiin liittyvistä haasteista
- Turvallisesta kampusyhteisöstä ja opiskeluilmapiiristä
- Opiskelukaupunkiin ja opiskelijaelämään sopeutumisesta
- Kampusyhteisöön kiinnittymisestä

Yhteisötila kampuksilla

Lahden kampus M19, D246 &
Lappeenrannan kampus tila 1144

- Yhteisöllinen tila tarjoaa opiskelijoille avoimen ympäristön, jossa voi opiskella, kohdata toisia ja osallistua toimintaan, joka tukee hyvinvointia, verkostoitumista ja opiskelua.
- Tila tarjoaa matalan kynnyksen mahdollisuuksia kohtaamisiin, yhteisiin projekteihin ja yhdessäoloon.
- Tilan ohjelma on nähtävissä eLABssa ja Yhteisötilassa.

Yhteisötila on opiskelijaa varten

- Yhteisötilasta löydät aina jonkun, jonka kanssa jutella
- Voit pitää tauon opiskelun lomassa eri aktiviteettien avulla
- Voit hyödyntää yhteisötilaa ryhmätöiden tekemiseen tai omatoimiseen opiskeluun
- Voit tutustua muihin opiskelijaa tukeviin palveluihin
- Yhteisötila tarjoaa monia tapahtumia ja työpajoja opiskelun ja hyvinvoinnin tueksi
 - Esim. Co-work & Chill –opiskelutuokiot, Kalenteri kuntoon –paja
- Voit osallistua yhteiseen tekemiseen matalalla kynnyksellä
 - Esim. lautapeli-illat ja luovat hetket

TERVETULO!

Yhteisö syntyy teoista

- Turvallinen ja osallistava ilmapiiri ei synny itsestään – se on meidän kaikkien vastuulla.
 - Yhteiset pelisäännöt ja sovitut toimintatavat ovat selkeitä ja tuodaan avoimesti esille.
- Yhteistyötaidot ja kulttuurienvälinen kohtaaminen ovat keskeisiä sekä opinnoissa että työelämässä.
 - Kyky ymmärtää erilaisia näkökulmia ja viestiä rakentavasti on tärkeä työelämätaito, jota harjoitellaan opiskelijayhteisössä.
- Kunnioitus ja empatia ovat yhteisön perusta, tehdään niistä arkea.
 - Se, miten puhumme toisillemme, miten kuuntelemme ja miten toimimme yhdessä on tärkeää.
- Osallisuus syntyy arjen teoista: kutsumisesta mukaan, kuuntelemisesta ja tilan antamisesta.
- Rakennetaan yhdessä yhteisö, jossa jokainen voi tuntea kuuluvansa, tulla kohdatuksi arvostavasti ja kasvaa yhdessä toisten kanssa.

YHTEYSTIEDOT



Lahden kampus:

Annukka Kortepuro

annukka.kortepuro@lut.fi

050 408 7863



Lappeenrannan kampus:

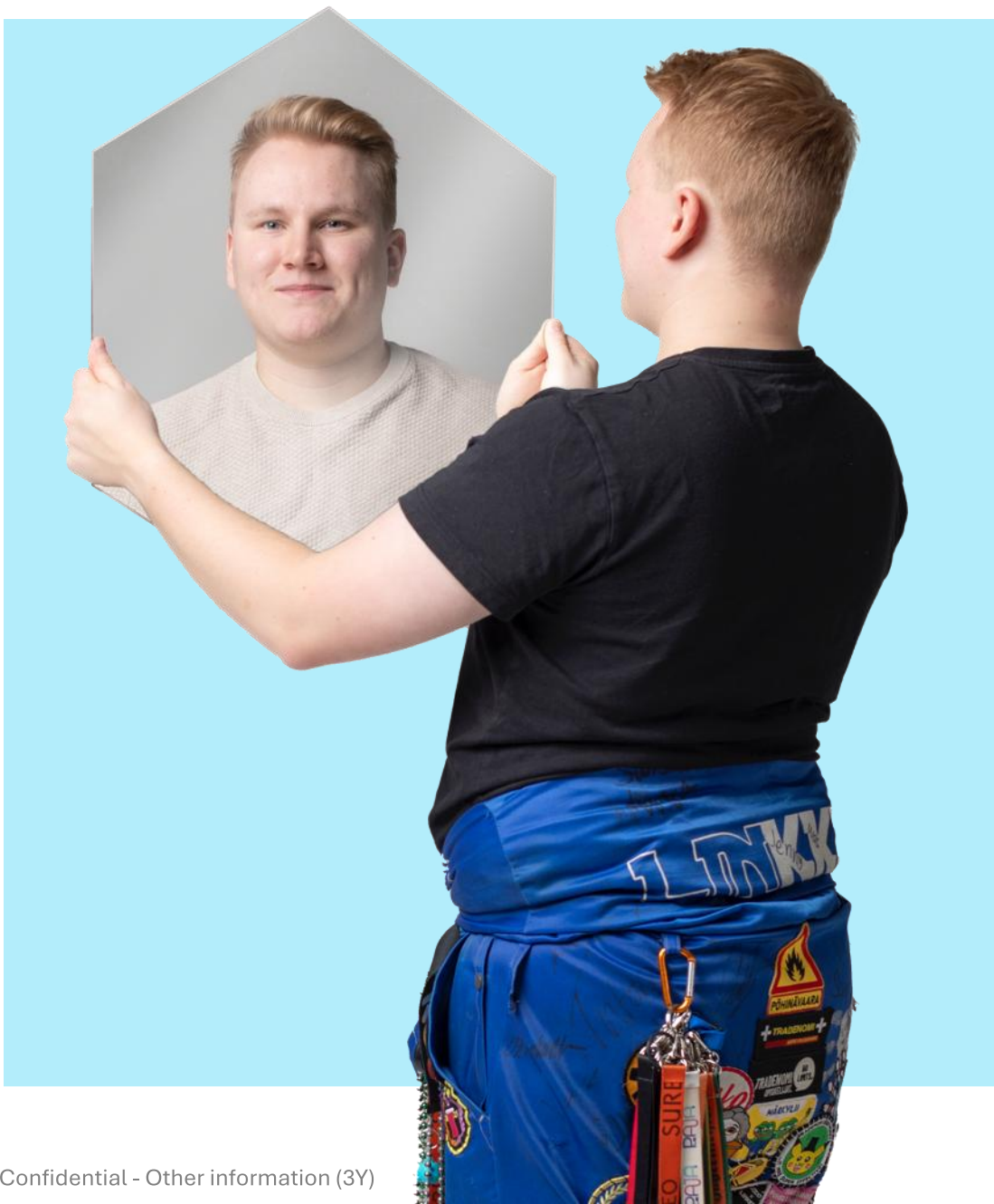
Elina Tulikoura

elina.tulikoura@lut.fi

050 592 7657



eLAB



Kuinka toimia kampuksella yhdessä?

Yhteiset pelisäännöt kampuksilla

- Ohjeet ja säännöt selkeyttävät, mitä meiltä odotetaan ja miten toimia asianmukaisesti, joten niiden noudattaminen on välttämätöntä.
- Järjestyssäännöt takaavat opiskelijoiden, henkilökunnan ja vierailijoiden työrauhan sekä viihtyvyyden korkeakoulujen tiloissa ja alueilla.
- Säännöt koskevat kaikkia kampuksillamme toimivia henkilöitä.
- Olemme kaikki sitoutuneet yhteisten sääntöjen noudattamiseen oleskellessamme kampuksilla.
- Järjestyssääntöjen rikkomisella on aina seurauksia, jotka voivat heikentää opintojen etenemistä tai vaikuttaa negatiivisesti maineeseen.
- Meillä on nollatoleranssi kaikenlaista häirintää kohtaan.
- **Yhdessä luomme** turvallisen ja sujuvan opiskeluyhteisön.
- Jokainen kantaa vastuun omasta käyttäytymisestään, valinnoistaan ja hyvinvoinnistaan.

Eettiset pelisäännöt

1. Toimi sääntöjen mukaan

- **Noudata kurssin sääntöjä ja ohjeita:** Opettajat käyvät jokaisen kurssin ohjeet läpi kurssin alussa. Tämä voi sisältää esimerkiksi tenttiohjeet, jotka löytyvät eLABista. On tärkeää tutustua näihin ohjeisiin ja noudattaa niitä tarkasti.
- **Kysy tarvittaessa:** Jos et ole varma jostain asiasta, kuten sääntöjen tulkinnasta, kysy opettajalta tai tarkista asia ohjeista.

2. Ole rehellinen ja reilu

- **Älä tee vilppiä:** Rakenna oppimisesi omalle työllesi ja merkitse lähteet aina asianmukaisesti. Tämä koskee sekä kirjallisia tehtäviä että tenttejä.
- **Kohtele muita oikeudenmukaisesti:** Ole kohtelias ja kunnioittava muita opiskelijoita kohtaan, olitpa ryhmässä tai yksin työskentelemässä. Kaikkien tulee saada tasavertainen mahdollisuus osallistua ja oppia.

3. Ole hyvä ryhmän jäsen

- **Panosta ryhmätyöhön:** Kun teet ryhmätyötä, muista jakaa tehtävät tasapuolisesti ja osallistua aktiivisesti. Ryhmätyö vaatii yhteistyötä, ja se, miten hoidat oman osuutesi, vaikuttaa koko ryhmän lopputulokseen.

4. Käytä tietoa oikein

- **Etsi luotettavia lähteitä:** Kun etsit tietoa, varmista, että lähteet ovat luotettavia ja tieteellisesti hyväksyttäviä. Vältä epäluotettavia tai harhaanjohtavia lähteitä.
- **Kunnioita tekijänoikeuksia:** Käytä lähteitä oikein ja mainitse aina, mistä tieto on peräisin. Tämä koskee myös digitaalista sisältöä, kuten kuvia ja tutkimuksia.

5. Tiedon asianmukainen käyttäminen

- **Tekoäly ja muut työkalut:** Jos käytät tekoälyä tai muita työkaluja apuna, varmista, että tiedät, miten niitä voi käyttää eettisesti. Tarkista aina tiedon oikeellisuus ja lähteet.

Kampusten järjestyssäännöt

- ❖ **Tarkoitus:**
Turvataan opiskelijoiden, työntekijöiden ja vierailijoiden työ- ja opiskelurauha sekä viihtyvyys korkeakoulujen alueella.
- ❖ **Käyttäytyminen:**
Korkeakoulujen tiloissa on käyttäydyttävä asianmukaisesti. Väkivalta, kiusaaminen, häirintä ja syrjintä ovat kiellettyjä.
- ❖ **Päihteet ja tupakointi:**
Päihtyneenä työskentely tai opetukseen osallistuminen on kielletty. Tupakointi on sallittua vain erikseen merkityissä paikoissa.
- ❖ **Tilojen käyttö:**
Tiloja saa käyttää vain opiskeluun, tutkimukseen ja työhön liittyen. Vahingoittaminen tai kaupallinen/toiminnallinen käyttö ilman lupaa on kielletty.
- ❖ **Korkeakoulujen omaisuus:**
Korkeakoulujen omaisuutta tulee käsitellä huolellisesti. Vioista tulee ilmoittaa, jotta ne voidaan korjata mahdollisimman nopeasti.
- ❖ **Pysäköinti:**
Pysäköinnissä tulee noudattaa ohjeita ja varmistaa pelastustiet.
- ❖ **Rikkomukset ja seuraamukset:**
Rikkomuksista voi seurata huomautuksia, erottamista tai rikosilmoituksia erityisesti väkivallan tai uhkailun tapauksessa.
- ❖ **Seuraamusten käsittely:**
Seuraamuksia varten on olemassa virallinen prosessi, jossa asia käsitellään asianmukaisesti.

[Kampusten toimintaohjeet | eLAB](#)

Korkeakoulun tärkeimmät turvallisuusasiat

- Turvallisuusohjeet voivat pelastaa sinun tai ystäväsi hengen. Siksi niihin kannattaa perehtyä huolellisesti.
- Turvallisuusohjeet löytyvät kampusten yleisiltä ilmoitustauluilta ja tietenkin eLABsta. Ohjeita löytyy myös jokaisen luokkatilan seinältä.
- Pyydän, että katsotte ja luette ohjeet huolellisesti läpi ja katsotte kampusen turvallisuusvideon.
- Opetelkaa missä kampusen ensiapupisteet ja hätäpoistumistiet sijaitsevat tai missä ovat kampusen kokoontumispaikat vaaran uhatessa.
- Kampusten turvallisuus on meidän kaikkien kampuksella toimivien vastuulla.
- Jos huomaat poikkeamia kampusen turvallisuudessa, olethan heti meihin yhteydessä.

Korkeakoulun tärkeimmät turvallisuusasiat

1. Hätätilanteet ja hätänumero 112

- Soita hätänumeroon 112 heti, kun tarvitset kiireellistä apua (poliisi, pelastus, ensiapu).
- Kerro selkeästi, mitä on tapahtunut ja missä.
- Toimi annettujen ohjeiden mukaan ja opasta auttajat paikalle.

2. Toiminta onnettomuuksissa ja poikkeustilanteissa

- Turvaa ensin oma tilanteesi, auta sitten muita – rauhallisuus on valttia.
- Noudata henkilökunnan ohjeita ja ilmoita havainnoistasi heille.
- Poistumistilanteessa seuraa merkittyjä reittejä, älä käytä hissejä.
- Vaaramerkin kuullessa siirry sisälle, sulje ovet ja ikkunat, kuuntele ohjeet radiosta.

Viimeiset vinkit:

- **Ole aktiivinen** – Osallistu, kysy ja liity mukaan! Aktiivisuus, niin opinnoissa kuin arjessa, tuo mukanaan iloa ja mahdollisuuksia.
- **Ole ystävällinen** – Tervehdi, kuuntele ja ole osa yhteisöä. Ystävällisyys voi avata ovia, ja muistathan, että opiskelukaverit voivat olla tulevaisuuden kollegoita.
- **Ole utelias** – Kysy, kokeile ja haasta itseäsi! Uteliaisuus vie sinut uusiin paikkoihin ja avaa uusia näkökulmia.
- **Pidä hauskaa** – Opiskeluaika on elämäsi parasta aikaa, joten nauti matkasta, luo muistoja ja pidä hauskaa!



Aloittavien opiskelijoiden kysely

Hei uusi opiskelija!

Hyvinvointisi ja opintojen sujuva aloitus on meille tärkeää, joten haluamme tietää, mitä sinulle kuuluu ja miten opiskelusi ovat alkaneet.

Olemme valmistelleet yhdessä Opiskelijakunta KOEn kanssa aloittavien opiskelijoiden kyselyn, johon pääset vastaamaan viereisestä koodista tai eLABissa (Ajankohtainen tiedote).

Kysely on auki 28.8. – 13.9.2026



Kiitos!

lab.fi | Sosiaalinen media: LABfinland

