

## Kurssi-ilmoittautuminen

- Jos haluaa kurssille, jonka ilmoittautuminen on jo sulkeutunut niin mihin osoitteeseen laitan viestiä?

Sinun kannattaa olla yhteydessä oman tiedekuntasi lähipalveluiden student-osoitteeseen:  
<https://studies.helsinki.fi/ohjeet/artikkeli/opiskelijaneuvonta>

Jos kurssille ilmoittautuminen jäi välistä, ota yhteys kurssin opettajaan ja kysy, pääseekö kurssille vielä. Kurssisivulta näkee, kuka on opettaja.

## Opintopsykologit ja erityisjärjestelyt

- Onko opintopsykologeille ollut jonoa korona-aikana?

Opintopsykologien yksilöohjausajat menevät nopeasti. Ryhmiin mahtuu paremmin. Ryhmään osallistumisen kautta voi myös päästä yksilöohjaukseen tarvittaessa eli ryhmään osallistuminen ei poissulje yksilöohjausta. Meillä ei ole jonotussysteemiä, joten valitettavasti emme osaa sanoa, paljonko olisi tulijoita.

Kannattaa myös käydä tutustumassa Mielen terveystaloon. Sieltä löytyy mm. tosi hyviä omahoito-oppaita ja työkaluja oman olon arviointiin, jos yhteydenotto suoraan esim. YTHS:ään tuntuu liian vaikeelta aluksi. <https://www.mielen terveystalo.fi/aikuiset/pages/default.aspx>

Opiskelijan ohjeiden Mielen hyvinvointi-sivulta löydät tukea eri tarpeisiin, siellä myös linkki Nyytin sivuille <https://studies.helsinki.fi/ohjeet/artikkeli/mielen-hyvinvointi>

- Pitikö erityisjärjestelyistä tulla jotain infoa?

Tarjoamme näihin liittyen yksilöllistä ohjausta. Suosittelen varaamaan ajan oman koulutusohjelman esteettömyysyhdyshenkilölle. Suosittelen aluksi sähköpostin lähettämistä, mikäli omassa lähipalvelussasi ei vielä erikseen tarjota aikoja ko. ohjaukseen. Saat ajan sähköpostin kautta tai linkin ajanvaraukseen. [specialneeds@helsinki.fi](mailto:specialneeds@helsinki.fi) ja ohjesivusto: <https://studies.helsinki.fi/ohjeet/artikkeli/erityisjarjestelyilla-lisatukea-opiskeluun>.

Käytännössä tentteihin tyypillisimmät järjestelyt ovat lisäaika, jonka saaminen onnistuu helpoiten lähettämällä sähköpostia [specialneeds@helsinki.fi](mailto:specialneeds@helsinki.fi). Opetukseen liittyvien erityisjärjestelyiden sujuvuuden varmistamiseksi on hyödyllistä tavata esteettömyysyhdyshenkilö.

## HYPE

- Mikä olikaan sen 3 op:n hyvinvointi/opiskelutaito-verkkokurssin nimi tai tunniste?  
[https://studies.helsinki.fi/opintotarjonta/cur/otm-2aa52d32-b1d7-41c3-a619-216aae0c03e1/Kohti\\_parempaa\\_opiskelua](https://studies.helsinki.fi/opintotarjonta/cur/otm-2aa52d32-b1d7-41c3-a619-216aae0c03e1/Kohti_parempaa_opiskelua)
- PED590 ei tuottanut mulle tuloksia Sisussa

Kokeilitko lisätä ensin opintojakson opintosuunnitelmaasi?

- Jos suoritan tuon hyvinvointi-verkkokurssin, lasketaanko se sitten osaksi vapaasti valittavia opintoja vai pitääkö valinnaisten kurssien aina olla oman tiedekunnan kursseja?

Valinnaisia opintoja voi ottaa myös muista tiedekunnista. Kohti parempaa opiskelua -kurssi on kaikille tarkoitettu ja voidaan lukea osaksi vapaasti valittavia

- Yritin etsiä Kohti parempaa opiskelua -kurssia Sisusta, että voisi lisätä opintosuunnitelmaan, mutta ei löytynyt

Löytyy Haku-sivulta PED590 haulla Sisussa

"Kohti parempaa opiskelua" -linkki löytyy myös HY:n studies-sivuilta:

<https://studies.helsinki.fi/opintotarjonta/cu/hy-CU-123495246-2020-08-01>

- Katsoin, että PED590 - kurssissa on kuvauksen perusteella fokus erityisesti hyvinvoinnissa. Onko hyviä vinkkejä kursseista, joissa keskiössä on opiskelutaitojen kehittäminen?

Tällä kurssilla on paljon opiskelutaitoja myös. Eri tiedekunnissa voi olla eri tavoin opiskelutaitoja integroituna opintoihin, tarjonta siis vaihtelee paljon tiedekunnittain. Yleistä kaikille tarjolla olevaa opiskelutaito-kurssia ei ole. Näiden taitojen opetusta on pyritty integroimaan koulutusohjelmien omiin opintoihin, jolloin myös opinnoissa huomioituu opiskelijan oman alan erityispiirteet.

## Nyyti ry

- Saako elämäntaitokurssin suorittamisesta opintopisteitä?

Ei valitettavasti meiltä. Sen hyötynä on erityisesti kasvava itsetuntemus ja tuki oman arjen rutiinien muokkaamiseen omaa hyvinvointia paremmin tukevaksi.

Tässä vielä linkki lisätietoihin: <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/ryhmat/elamantaitokurssi-verkossa>

## Yliopistopapit

Sivu löytyy Opiskelijan ohjeista: <https://studies.helsinki.fi/ohjeet/artikkeli/yliopistopappi-sinua-varten>

Yliopistopapit tavoittaa myös Jodelissa ja IG @kirkkojakampus

- Yhteystiedot:
  - Keskustakampus & Meilahti

050 301 9613/ leena.huovinen@evl.fi

- Lisa Enckell

Ruotsinkielinen oppilaitospappi

050-5331562/ lisa.enckell@evl.fi

IG: @studentprasten

- Laura Mäntylä

Viikin ja Kumpulan kampukset

050 591 9874/ laura.mantyla@evl.fi

facebook.com/lauramantyla

## YTHS

- Saako YTHS kautta esim. e-pillirereseptin?

Saa, mutta maksutonta ehkäisyä ei valitettavasti, joten mikäli sinulle kuuluu maksuton ehkäisy, suosittelen ensisijaisesti olemaan kaupungin puolelle yhteydessä.

- Oliko nyt niin, että YTHS:n maksun maksaminen oli pakollista? Tuntuu vähän vieraalle maksaa se, kun samaan aikaan olisi työterveys aika lailla täydellisenä.

Huom! Tilaisuudessa ollut virheellinen vastaus. Oikea vastaus on, että maksu on maksettava eikä sitä voi saada vapautusta, vaikka käyttäisi YTHS:n palvelujen sijaan työterveydenhuollon palveluja, tai siksi, ettei saa opintotukea. Lisää tietoa löydät täältä:

<https://www.kela.fi/korkeakouluopiskelijan-terveydenhoitomaksu>

- Miten uusin reseptin? Olen ollut työterveyden piirissä viime vuodet ja nyt en yhtäkkiä tiedäkään miten reseptin uusiminen toimii :)

Voit kokeilla uusia omakanta.fi palvelun kautta, tai sitten ottaa yhteyttä YTHS:ään.

- Hei! Kuinka voin tarkistaa, että terveydenhuolto maksuni meni perille? Maksoin sen ulkomailta joten haluan varmistaa että se tuli perille. Olen ollut yhteydessä Kelaan mutta kukaan ei ole vastannut.

Olet ihan oikein ollut yhteydessä Kelaan, he osaavat vastata maksukysymyksiin. Soittamalla meille voidaan mahdollisesti tarkistaa näkykö tietosi meidän järjestelmässä.

Itse olen pystynyt tarkistamaan kelan sivuilta kohdasta maksut, onko se mennyt perille, jos oikein muistan. Mutta kelan sinun omilta sivuilta se löytyy 😊

- Saako YTHS:n kautta hoidettua maksuttoman ehkäisyä, jonka Helsingin kaupunki tarjoaa?

Valitettavasti ei.

- Nettisivuilla lukee terveystarkastus -kohdan alla "Vastaamalla ensimmäisen vuoden opiskelijoille suunnattuun terveystarkastukseen saat ammattilaisen kirjallisen arvion terveydentilastasi". Lomaketta ei näkynyt kuitenkaan Self-palvelussa. Mistähän tuon löytää?

Se on vasta tulossa ensimmäisen vuoden opiskelijoille, mutta suosittelen täyttämään, kun tulee. Arvioisin että se lähetetään tässä syyskuun aikana.

- Onko palveluilla yleensä jokin hinta?

Sen jälkeen kun on maksanut Kelalle YTHS maksun, ei ole muita laskuja paitsi peruuttamattomista vastaanottoajoista.

- Hei! Sain ensimmäisen koronarokotteen Kuopiossa, lokakuussa pitäisi ottaa se toinen annos. Tuleeko se YTHS kautta vai terveyskeskuksen kautta?

YTHSillä ei ole koronarokotteita. Muissa asioissa tervetuloa!

- Selfin Chatti ei toimi. Jos ei voi soittaa, miten ollaan yhteydessä?

Self chatin aukioloajat löytyvät nettisivuiltamme, ja mikäli lukukausi-ilmoittautuminen ja maksu on hoidettu chatin pitäisi toimia. Pääkaupunkiseudulla on Töölön toimipisteessä info, johon voi näin poikkeuksellisesti mennä, mikäli ei muuten saa yhteyttä.

- Saatteko terveystiedot omakannan kautta? toki luvan kanssa

Kyllä, omakannan tiedot näkyvät meille jos luvat on laitettu.

- Jos samaan aikaan on työterveys, niin onko väliä/rajoitteita kumpaa käyttää? YTHS vai työterveys?

Ei ole väliä, mutta toki suosittelen jatkamaan hoitoa missä se on aloitettu. YTHS:llä ei hyväksytä ulkoisia läheteitä joten hoito etenee sujuvammin jos jatkaa siellä missä hoito on aloitettu.

- Kuinka pian YTHS-palveluita voi käyttää sen maksun jälkeen?

Aikalailla heti, kunhan meille näkyy opiskelijan tiedot niin voidaan edetä.

- Tuossa oli maininta Töölön/Malmin toimipisteistä että "niitä ei saa käyttää ristiin", niin siis määräytykö tuo toimipiste asuinpaikan vai minkä mukaan?

Se määräytyy opiskelupaikan mukaan.

- Miten ajanvaraus YTHS-palveluihin siis tapahtuu? Self Chatin kautta?

Täällä tietoa ajanvarauksesta YTHS:n palveluihin <https://www.yths.fi/asiointi/ajanvaraus/>. Joko soittamalla tai Selfchatin kautta, yhteystiedot löytyvät tosiaan meidän nettisivujen yths.fi kautta

- YTHS:n sivuilla luki, että laboratoriotutkimuksiin tarvitaan lähete. Jos teiltä saan lähetteen ja pääsen Synlabiin näytteelle, niin maksanko laskun itse?

Ei, YTHS maksaa laskun.

- Jos on saanut jo lähetteen erikoislääkärille kotipaikkakunnalla (esim. ortopedi), voiko päästä ko. asiantuntijan pakeille YTHS:n kautta?

YTHS ei hyväksy ulkoisia lähetteitä, ja YTHSllä ei ole ortopedia.

- Onko hammaslääkäripalveluissa maksua, ja löytyykö mahdollista hinnastoa? Kuinka nopeasti yleensä aikoja saa?

Ei ole maksua, jonoa on jonkin verran, mutta riippuu hyvin paljon asiasta, mille ammattiryhmälle on menossa.

Täältä löytyy vastauksia YTHS-kysymyksiin myös <https://www.yths.fi/yths/yths-2021/missa-q-siella-a/>

## Unisport

- Löytyykö online-tuntien linkit teidän sivuilta?

Ne löytyvät meidän kalenterista. Tämä muuttuu hieman syyskuun aikana kun meille tulee uusi online alusta, mutta kerromma tästä sitten lisää nettisivuillamme kun tämä tulee ajankohtaiseksi <https://oma.enkora.fi/unisport/reservations2/reservations/3/11/-/-/~date=2021-08-30>

- Voiko Unisportissa löytyviin pallopeleihin (sulkkis ym) tulla pelikaveri, joka ei ole opiskelija?

Kyllä. Täältä löytyy lisätietoa <https://www.unisport.fi/palvelut/kentta-ja-salivaraukset>

- Pystyykö Unisportin kausikorttia maksamaan Smartumilla?

Kyllä voi. Näiden lisäksi kausi- ja 10-kortteja, sulkapallon kertavuoroja, kursseja, harjoitusohjelmia ja personal training -palveluita voit maksaa myös seuraavilla maksuvälineillä:

- Tarjoaako Unisport balettitunteja?

Tarjoamme aikuisbalettia kursseina (lisämaksullisia). Niistä löytyy tietoa täältä: <https://oma.enkora.fi/unisport/reservations2/reservations/4/-/7/->

- Kuinka laajat Unisportin ryhmäliikuntatuntivaihtoehdot on tällä hetkellä?

Erilaisia ryhmäliikuntatunteja on todella paljon. Klikkaamalla yläpalkista vasemmalta valikko-kohtaa, saa näkyviin tuntikategoriat ja niitä klikkaamalla näkee mitä eri tunteja tarjoamme. Lisäksi myös kalenteristamme näkee, mitä eri tunteja tarjoamme.

Tarjoamme sekä ohjaajien itse suunnittelemaa tunteja että Les Mills konseptitunteja.

- Miten tohon taukojumppaan pääsikään?

Mm. täällä tietoa BreakPron-lataamisesta <https://studies.helsinki.fi/ohjeet/uutiset/break-pro-ohjelma-aktivoi-tauottamaan-opiskelua-ja-huolehtimaan-hyvinvoinnista>

<https://www.unisport.fi/lajit/kehohallinta-ja-liikkuvuus/huolettomat-hartiat>

- Onko unisportilla alkeislentopallon kurssi?

Tänä syksynä tarjoamamme lentopallon alkeiskurssi on valitettavasti täynnä. Välitän kuitenkin toiveesi palloilusta vastaavalle.

Seuraava alkeiskurssi on keväällä.

- Onko kaikki Unisportin tarjonta Helsingissä?

Meillä on yksi keskus, Otahalli myös Esossa Otaniemessä. Muut keskuksat sijaitsevat kampuksilla keskusta, Kumpula, Meilahti, Töölö ja Viikki. Eri keskuksissa eri tarjonta esim. Töölössä on vain itsepalvelu kuntosali.

- Missä unisportin tiloissa voi pelata sulkapalloa?

Kumpulassa ja Otaniemessä sekä myös Viikissä on joitain vuoroja. Lisätietoa palloiluvuoroista on täällä, josta pääsee myös varauskalenteriin <https://www.unisport.fi/palvelut/kentta-ja-salivaraukset>

- Onko Yliopistolla aktiivista pesisjoukkuetta?

Pesäpalloa tarjotaan seuratoiminnassa. Täältä löytyy tietoa <https://www.unisport.fi/palloiluseurat>

- Eikö Unisportilla ole enää squash-kenttiä?

Squash-kenttiä ei enää ole.

## HYY

- Mitä pitää tehdä jos ei löydä ryhmää fukseikkailuun?  
Kannattaa kysyä tuutorilta apua. He osaa varmasti auttaa, ja voivat kysellä toisilta tuutoreilta jos muissa ryhmissä olisi halukkaita osallistujia.  
Jos et löydä ryhmää nii kysy tuutorilta! Mä sain silleen :)
- Pitääkö kaverit fukseikkailuun olla samasta tiedekunnasta?  
Ei tarvitse olla.
- Onko mitään toimintaa meille hiljaisille, ujoille ihmisille, joille sosiaaliset tilanteet ovat vaikeita?  
www.hyy.fi osoitteesta löytyy kaikki meidän järjestöt, joista moni järjestää sellasta rennompaa olemista pienelläkin porukalla. Kannattaa käydä sieltä selailemassa tarjontaa!  
En osaa antaa suora suositusta ryhmästä, johon mennä, mutta jos haluat käsitellä fiiliksiä, joita tilanne herättää ja ehkä saada jotain vinkkejä ja rohkaisua sosiaalsiin tilanteisiin, tervetuloa mukaan Nyytin anonyymeihin ryhmächatteihin. Nyt syyskuussa seuraavat anonyymit ja avoimet chatit ovat tarjolla: to 16.9. klo 18-20 Kelpaanko minä kaveriksi?
- Löytyykö Helsingin yliopistosta lapsiparkkia, johon voisi viedä lapsen luennon ajaksi?  
HYY järjestää Pikku-HYY palvelua, joka tarjoaa päivähoidtoa opiskelijoille  
<https://hyy.fi/fi/oppaat/selviytymisopas#pikku-hyy>

## Svenska ärenden

- Esim Etelä- ja Pohjois-pohjalaisen osakunnan jäsenenä pääsee hengaamaan hyvin usein myös Vasa Nationin tyyppien kanssa :)
- Mitkä ne kaksikieliset koulutusohjelmat on?

Kaksikielisen tutkinnon voit suorittaa seuraavissa kandiohjelmissa ja opintosuunnissa:

Biologia

Fysikaaliset tieteet

Kemia

Maataloustiede (maatalousekonomian opintosuunta)

Ympäristö- ja elintarviketalous (maatalous-

Ympäristötieteet

Molekyylibiotieteet

Oikeusnotaarin koulutusohjelma (Vaasa ja Helsinki)

## Palaute tilaisuudesta

- Kenelle tästä tilaisuudesta voi antaa palautetta?

Voit laittaa palautetta tästä tilaisuudesta osoitteeseen [guidance-coordination@helsinki.fi](mailto:guidance-coordination@helsinki.fi)