



Momentum Urapolut – Matkalla

tarjoaa alkuvuoden 2025 ajan kuukausittain inspiroivia näkökulmia, käytännön vinkkejä ja ajankohtaisia työkaluja kaikille, jotka edistävät maahan muuttaneiden ja täsmätyökykyisten matkaa kohden vahvempaa osallisuuden kokemusta ja urapolkujen kehittymistä.

Uutiskirjeemme syventyy urapolkujen - matkojen - moninaisiin vaiheisiin. Haluamme olla apunasi vaikuttavampien ja inklusiivisempien toimintamallien kehittämiseksi. Uutiskirjesarjassamme jaamme onnistumisia, uusia oivalluksia ja konkreettisia keinoja rakentaa yhdessä kestävää tulevaisuutta. Liity mukaan matkalle, jossa jokaisella on mahdollisuus loistaa!

Uutiskirjesarjaa tuotetaan Momentum - moninaistuvat urapolut -hankkeen toimesta. Hankkeen toteuttajina ovat Live-säätiö, LAB-ammattikorkeakoulu ja Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu.

Uutiskirje 1/2025: Korkeakoulumaailma ja opinnot tutuksi

*Työskenteletkö yli 29-vuotiaiden koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien parissa?
Onko sinulla asiakkaita, jotka pohtivat voisiko ammattikorkeakoulu olla oma juttu?
Kiinnostaako sinua tai asiakkaitasi kuulla lisää ammattikorkeakouluopinnoista?*

Täsmätyökykyiselle henkilölle opiskeluun tai työelämään hakeutuminen ovat usein stressaavia elämänvaiheita. Näiden kysymysten kanssa ei tarvitse jäädä yksin, vaan MOMENTUM urapolut on tukena eri tavoin yli 29-vuotiaille, jotka tarvitsevat tukea koulutus- ja urapolkuihin ja pohtivat, voisiko ammattikorkeakoulu olla sopiva vaihtoehto.

Ennakkoluuloja purkamassa

Hankkeessa on jalkauduttu toiminnallisen työskentelyn avulla kuulemaan kohderyhmän ajatuksia ammattikorkeakouluopinnoista. Keskusteluissa ovat nousseet esiin ennakkoluulot omasta osaamisesta ja vaadittavista opiskelutaidoista. Ammattikorkeakoulun ajatellaan olevan vain ”viisaille”. Myös opintoihin saatava tuki herättää paljon kysymyksiä.

”Onko minulla niitä (opiskeluvalmiuksia), kuinka selviän ohjelmien kanssa ja mistä ja miten saan apua opintoihin?”

Ammattikorkeakouluopinnot mieltyivät osallistujien ajatuksissa työläiksi ja paljon itsenäistä työskentelyä vaativiksi. Myös perheen ja opiskelun yhteensovittaminen pohditutti.

”Hankala päästä ja pärjätä, paljon lukemista, tehtäviä ja itsenäistä opiskelua, omaa ajattelua vaativaa.” ”Raskas yhdistää esim. koulu ja työ + perhe”

Opiskelussa nähtiin myös positiivisia asioita. Esimerkiksi mahdollisuus yhteisöllisyyteen, tulevaisuuden rakentamiseen ja vastuun ottamiseen.

”Plussaa: mahdollisuus yhteisöllisyyteen, rakentaa tulevaisuutta, kiva miljö.”

Opiskelijaelämä ja opinnot ovat muuttuneet ja monipuolistuneet vuosien saatossa sekä koronapandemian jälkeen. Ammattikorkeakouluissa opiskelee moninainen joukko ihmisiä. Ei ole olemassa mitään tyypillistä korkeakouluopiskelijaa, sillä opiskelemassa on enenemässä määrin ihmisiä, joilla on jokin vamma, pitkäaikaissairaus tai mielenterveyden haaste. (Lehto 2019, Kosunen 2021, 20 mukaan.) Opiskelu on mahdollista minkä tahansa ikäisenä ja erilaisissa elämäntilanteissa. Opetushallinnon tietopalvelu Vipusen (2023) mukaan esimerkiksi LAB-ammattikorkeakoulussa on tilastovuonna 2022 opiskellut reilut 2500 yli 30-vuotiaasta opiskelijaa, ja yli 40-vuotiaita opiskelijoita on ollut reilut 750.

Nykyisin verkko- ja monimuoto-opinnot monipuolistavat perinteistä tapaa opiskella. Tarjolla on myös erilaisia tapoja aloittaa opinnot. Esimerkiksi avoimen ammattikorkeakoulun polkuopinnoissa opiskellaan jo korkeakoulussa aloittaneiden ryhmän mukana ensimmäisen opiskeluvuoden opintoja. AMK-polulle voi ilmoittautua pohjakoulutuksesta riippumatta. (LAB 2023a.) Opiskelujen kanssa ei tarvitse olla yksin, vaan opintojen rinnalle on saatavissa monenlaisia tuki- ja hyvinvointipalveluja, esimerkiksi opintojen ohjausta, harrastustoimintaa, vertaistukea, apua työnhakuun ja urapohdintoihin, tukea elämän kriiseihin ja pulmiin opinnoissa. (eLAB 2023.)

Momentumissa olemme tuottaneet tietoa ja kehittäneet uudenlaista toimintaa, joiden avulla haluamme madaltaa kynnystä ja avata uusia näkökulmia korkeakouluopintoihin heille, jotka eivät ilman hankkeen toimenpiteitä näkisi itseään korkeakouluopiskelijoina.

Opintoja eri elämäntilanteissa videosarja

Opiskelijatyönä tehdyssä Opintoja eri elämäntilanteissa -videosarjassa on tarinoita ammattikorkeakouluopiskelusta eri elämäntilanteissa ja erityisesti yli 29-vuotiaana:

- [Anmarin kokemusia opiskelun ja perhe-elämän yhdistämisestä](#)
- [Susannan kokemusia alan vaihtamisesta sekä työn ja opiskelun yhdistämisestä](#)
- [Samin kokemusia polkuopintojen kautta hakeutumisesta opiskelemaan ja erilaisista opiskelun tukimuodoista](#)
- [Haticen kokemusia ammattikorkeakouluopiskelusta Suomeen maahanmuuttaneena](#)

Kohti AMK-opintoja -oppimisympäristö

Keväällä 2024 valmistunut Kohti AMK-opintoja -oppimisympäristö antaa yleistä tietoa ammattikorkeakoulusta, opintoihin hakeutumisesta sekä opiskelusta ylipäätään. Erilaiset tehtävät auttavat selvittämään vahvuuksia, opiskelutaitoja ja ajankäyttöä opiskelijana. Lue lisää oppimisympäristöstä ja sen sisällöstä [täältä](#) Oppimisympäristö toimii Moodle -verkko-oppimisalustalla, joka on yleisesti opinnoissa käytettävä alusta. Moodleen ja sen käyttöön tutustuminen antaa valmiuksia tuleviin opintoihin. Osallistumiseen tarvitsee nettiyhteyden ja tietokoneen.

Oppimisympäristön tuettua toteutusta on tehty viiden ryhmän kanssa. Oppimisympäristö on herättänyt paljon kiinnostusta ja saammekin vielä kevään 2025 aikana sen laajempaan ja avoimeen käyttöön, jolloin kuka tahansa voi itsenäisesti tutustua materiaaleihin. Ilmoittelemmme tästä lisää.

Kampustutustumisia LAB-ammattikorkeakoulun Lahden kampukselle

Järjestämme kampustutustumisia LAB-ammattikorkeakoulun Lahden kampuksella. Tutustumisessa juttelemme opiskelusta ja niihin liittyvistä ajatuksista, hörppäämme kupit kahvia sekä kierrämme Mikkulankadun kampuksen tilat. Tutustuminen kestää noin 1,5-2 tuntia.

Kampustutustuminen kohderyhmälle 19.3. klo 13-15, ilmoittautuminen mukaan 13.3. mennessä [tästä](#)

Kampustutustuminen ammattilaisille 20.3. klo 9-11, ilmoittautuminen mukaan 13.3. mennessä [tästä](#)

Meiltä voi kysyä ajankohtia, jolloin tulla tutustumaan kampukselle.

Voimme myös tulla kertomaan opinnoista sekä keskustelemaan opintoihin liittyvistä ajatuksista ja ennakkokäsityksistä.

Ota seurantaan Instagram-tili @momentum_hanke. Lisätietoja hankkeesta löytyy LABin [nettisivuilta](#) ja Live-säätien [nettisivuilta](#).