

YLEISÖLUENNOT

Yleisöluennoille ja tilaisuuksiin ei tarvitse ilmoittautua ennakoon. Luennoilla kerätään nimilista tilastointia varten.

JUURET - LUENTO

16.9.23 La 12–14 Juhlasali
Mikko Eronen, perinnetutkija
Tunnetko juuresi? Tiedätkö, millaisia perinteitä suvussasi kulkee? Oletko kuullut isoisoäitisi tarinan? Perinteet ovat tärkeä osa ihmisen juuria ja sitä kautta myös osajokaisen identiteettiä. Nykyaikana perinteet uhkaavat jäädä hiljaiseksi tiedoksi, jota ryhdytään pohtimaan vasta eläkeiässä. Luento järjestetään yhteistyössä Käkisalmi-säätiön kanssa.



Mikko Eronen

LIKKUMISEN APUVÄLINEET ARJEN TUKENA

18.9.23 Ma 13.00–14.30
Juhlasali

Riitta Nurminen, fysioterapeutti
Liikkumisen apuvälineet helpottavat itsenäistä selviytymistä kotona ja kodin ulkopuolella. Luennolla saat yleistä tietoa siitä, miten voit avustaa rollaattoria tai pyörätuolia käyttävää henkilöä arjessa.

DIGITURVALLISUUSPÄIVÄ

25.9.23 Ma 12.00–16.00
Juhlasali, Atk-luokka, B-luokka
- Somepoliisi Senni Kokko
- Jonna Janetzko HUTI ry, mitä pitää tietää nettihuijauksista, erityisesti rakkaushuijareista. Mistä on kyse ja miten huijareita huijataan takaisin?
- Heinolan kirjasto: turvallinen tiedonhaku verkkoympäristöissä
- Jyränkölän Tuttiuksen Digihelp-parit pitävät päivityspistettä, jonne voi tulla oman älypuhelimien tai tabletin kanssa varmistamaan, ovatko käyttöjärjestelmä- ja sovel-luspäivitykset kunnossa.
- Tekoäly nyt! Petri Kaukanen & Niko Peipsalo
- Eskot ry : Digitaalisen osallisuuden ja osaamisen kehittäminen Klubitaloilla -hanke esittäytyy.
- Heinolan kansalaisopiston tietotekniikan tuntiopettajien työpajat:
Mika Kalso: ATK-luokassa Info-piste (non-stop): ajankohtaista infoa tietoturvasta tietotekniikan kotikäyttäjän sekä neuvontaa miten päivitetään oma digiturvallisuu ajantasalle. Oman tietokoneen saa ottaa mukaan.
Erik Siekkinen: B-luokassa infoa mobiililaitteella maksamisesta, miten maksat bussi/junalipun tai laskut turvallisesti älylaitteella, miten toimii Mobile Pay jne. Oman laitteen saa ottaa mukaan.

KÖYHYYSRAJAN ALAPUOLELLA

5.10.23 To 18.00–20.00 Heinolan lukion auditorio
Avauspuheenvuoro Heinolan kaupungin hyvinvointijohtaja Pirjo Hepo-oja.
Dosentti Anna-Maria Isola: Arkipäivän kokemuksia köyhyydestä Suomessa.
Heinolan kaupunginjohtaja Jari

Jyränkölän Setlementti

ROHKEASTI IHMISEN PUOLELLA

Parkkonen: Heinolan sosioekonominen tilanne.

Valokuvaaja Arto Timonen ja FM, kuvataiteilija Henna Paasonen: Köyhyysrajan alapuolella -hanke Kokemusasiantuntija Virpi Hyttinen: Kokemuksia köyhyydestä. Tilaisuuden vetäjä Jyränkölän Setlementin vapaaehtoistyön johtaja Teija Naakka.
Kahvi -ja teetarjoilu. Tilaisuus striimataan ja siihen on mahdollisuus osallistua chatin ja Whatsappin kautta.

EDUNVALVONTAVALTUUTUS JA MUU OIKEUDELLINEN ENNAKOINTI

16.10.23 Ma 13.00–14.30
Juhlasali
Tarja Rautsiala, OTM, lakimies kertoo erilaisista oikeudellisista mahdollisuuksista varautua tilanteeseen, jossa ei enää itse pysty hoitamaan asioitaan.

OLLIN MATKASSA

10.11.23 Pe 17.00–18.30
Juhlasali
Luontokuvaaja Olli Vuoren upea kuvalluento luonnosta.

HEINOLAN POHJAVEDET

13.11.23 Ma 13.00–14.30
Juhlasali
Hydrogeologi Pekka Onnila kertoo ajankohtaista tutkittua tietoa Heinolan pohjavesien tilanteesta.

Katso kaikki kurssit ja tapahtumat:
opistopalvelut.fi/heinola

HEIMOSSA TAPAHTUU

Maksuttomia tapahtumia, joihin ei tarvitse ilmoittautua ennakoon. HeiMo sijaitsee osoitteessa Kaivokatu 14.

TERHO - KERHO

31.8.–7.12.23 To 17.00–19.00
Paikalle ovat tervetulleita sekä maahanmuuttajat että kantasuomalaiset lapset oman aikuisen kanssa. Terho - kerho järjestetään yhteistyössä Mannerheimin lastensuojeluliiton kanssa ja ohjaajina toimivat vapaaehtoiset.

Kerho kokoontuu torstaisin 31.8., 12.10., 26.10., 23.11., 30.11. ja 7.12.

DEATH CAFE

4.9.23 Ma 17.00–18.30
Kuoleman kahvilassa keskustelua kuolemasta siihen liittyvistä ajatuksista. Mitä kuolema on ja miten me kohtaamme sen? Tule keskustelemaan mieltä askarruttavista kysymyksistä. Huomioi, että tämä ei ole surueikä terapiaryhmä. Kahvila toteutetaan Jyränkölän, Lahden Diakonialaitoksen ja Päijät-Hämeen Saattohoidon Tukiyhdistys ry:n yhteistyönä.

KARAOKE

5.9.–12.12.23 Ti 18.00–20.00
Karaokea vetävät Riitta Nurminen ja Mauno Tuominen. Tervetuloa laulamaan tai kuuntelemaan HeiMon karaokeen.

FIKASTUND

8.9.–1.12.23 Pe 13.00–14.30 joka toinen viikko
Tarja Hellström, KTM
Vi diskuterar på svenska om aktuella saker och händelser mellan himmel och jord.

MAMA'S CAFE

11.9.–4.12.23 Ma 15.30–17.30
Pia Valkjärvi
Äitien ja lasten yhteinen rento alkuillan hetki, jonka teemat vaihtelevat rentoutusharjoituksista kaupunkiretkiin ja leivontaan.

NEULEKAHVILA

28.9., 19.10., 16.11. ja 14.12.
To 17.00–20.00
Jos olet kiinnostunut neulomisesta ja/tai virkkauksesta tule mukaan vaihtamaan ajatuksia, malleja, kokemuksia sekä oppimaan toisilta tai opettamaan toisille. Ota mukaan oma neuletyösi tai virkkaus, joko keskeneräinen tai uusi.

Jyränkölän Setlementti

ROHKEASTI IHMISEN PUOLELLA

HAJUVESIEN SALAT - ITÄMAISET TUOKSUT

7.10.23 La 14.00–16.30
Erik Siekkinen
Tutustumme trendeihin ja hajuvesien valmistukseen, erityistarkastelussa Itämaiset tuoksut ja perinteet. Tule kuuntelemaan, juttelemaan ja jakamaan omat kokemukset hajuvesistä, vietetään yhdessä rento iltapäivä tuoksujen äärellä.

BÄNDI-ILTA

ma 27.11.23 klo 18.00–19.30
Opiston bändikurssit esiintyvät.



HeiMo-kahvila

Kahvila on kaupunkilaisten kohtaamispaikka ja toimii opetuskahvilana maahanmuuttajaopiskelijoille.

HeiMossa järjestetään myös paljon kaikille avoimia, maksuttomia tilaisuuksia.

Tilaa voi vuokrata erilaisiin tilaisuuksiin ja tapahtumiin. Kahvilasta voi myös tilata pieniä eriä tilausleivonnaisia.

Kansainvälinen tiistai

Tiistaisin kahvilasta on saatavana opiskelijoiden tekemiä kansainvälisiä herkkuja.

Maat vaihtuvat viikoittain.

Tervetuloa!

Kaivokatu 14

044 797 2404

Ma-pe klo 10-14