

OPPISOPIMUS

Keuda 



TYÖVIHKO

# SISÄLTÖ

Tsemppisanat .....	1
Oppisopimus lyhyesti .....	3
Oppisopimusopiskelun teoriaopinnot oppilaitoksissa .....	4
Mikä VALMA? .....	5
Minua auttavat oppisopimukseen liittyvissä asioissa .....	6
Oppisopimusopiskelijana ja työntekijänä tärkeitä tukitahoja .....	7
Miten haen töitä? .....	8
Valmistaudu työhaastatteluun ..	9
Minun työpaikallani sovitut asioita ja käytänteitä .....	10
Minun työtehtäväni .....	11
Milloin voin jäädä pois töistä? ..	12
Terveys ja hyvä mieli auttaa jaksamaan työelämässä ja opiskelijana .....	13
Hyvinvointia mielenterveyden kädenstä .....	14
Tärkeitä numeroita ja ihmisiä ..	15

## TSEMPPISANAT JA ROHKAISUA

ENSIMMÄISET ASKELEET työelämään voivat olla joskus pelottaviakin. Työharjoittelupaikan, työpaikan ja oppisopimuspaikan hakuun pätevät monet samat ”pelisäännöt”.

TÄSSÄ VIHKOSSA on sinulle vinkkejä siitä, miten haet itsellesi harjoittelu-, työ- tai oppisopimuspaikkaa sekä tärkeitä tietoja siitä, mitä asioita tulee muistaa työelämässä toimiessa.

Onnea ja myöätuulta harjoittelupaikkojen ja työn hakuun!  
Sitkeys ja voima olkoon kanssasi!



Oppisopimuskoulutuksen ennakkojaksohanke/Keuda • Projektipäällikkö Susanna Kosonen • Yksilövalmentaja Tiina Mantere

## OPPISOPIMUS LYHYESTI

**Oppisopimusopiskelu on opiskelua, jossa opiskelija on työsuhteessa työpaikkaan ja suorittaa teoriaopintoja koulussa opiskellen.**

HALUTESSASI oppisopimusopiskelijäksi sinulla täytyy olla ensin työpaikka. Työaikasi voi olla viikossa 25–40 tuntia.

TYÖPAIKAN SAATUASI keskustele työnantajasi kanssa mahdollisuudesta opiskella työpaikallasi ja työtehtävissäsi oppisopimuksella.

JOS TYÖNANTAJASI puoltaa oppisopimusopiskelua, ota yhteyttä lähimpään oppisopimuskeskukseen. Löydät oppisopimuskeskukset netistä. Voit soittaa kellenä vain oppisopimuskeskuksessa ja sinut ohjataan siellä oikeiden henkilöiden luo.

OPPISOPIMUSKESKUKSEN henkilökunta ottaa yhteyttä työpaikkaan, ja yhdessä työnantaja, opiskelija ja oppisopimuskeskusten henkilökunta käyvät läpi oppisopimusopiskeluun liittyviä järjestelyitä.

JOS TYÖPAIKKA ja työtehtävä soveltuvat oppisopimusopiskeluun, voivat oppisopimusopinnot alkaa mihin aikaan vuodesta vain. Perustutkinnon suorittamiseen varataan aikaa noin 2–3 vuotta. Opiskeluaikaan vaikuttaa mahdollinen aikaisempi työkokemuksesi ja/tai opintosi.

JOKAISALLE OPISKELIJALLE tehdään henkilökohtainen opintosuunnitelma.

ERI AMMATTITUTKINNOISSA teoriaopinnot järjestetään eri tavoin ja niiden määrä vaihtelee. Keskimäärin opiskelupäiviä on noin 2–4 kuukaudessa.

OPPISOPIMUSOPISKELIJA on työsuhteessa työpaikkaan, joten hän saa palkkaa ja hänelle kuuluu työsuhteeseen kuuluvat etuudet ja velvollisuudet, niin kuin työpaikan muillekin työntekijöille.

1. ETSI TYÖPAIKKA tai hae Valmaan.  
Oppisopimusopiskelu vaatii työsuhteen.
2. OTA YHTEYS Oppisopimuskeskukseen, tehdään sopimus!
3. OPPISOPIMUSOPISKELU alkaa.

# OPPISOPIMUSOPISKELUN TEORIAOPINNOT OPPILAITOKSISSA

## ONKO TEORIAOPINTOIHIN PAKKO MENNÄ?

KYLLÄ, teoriaopinnot ovat osa oppisopimusopiskelua. Teoriaopinnot ovat osa ammattilaiseksi oppimista ja ovat edellytys tutkinnon suorittamiselle.

MUISTA ilmoittaa työnantajallesi teoriapäiväsi hyvissä ajoin ja sovi työjärjestelyistä esimerkiksi työvuorolistoja tehdessä.

## KUINKA USEIN TEORIAPÄIVIÄ ON OPPISOPIMUSOPISKELUSSA?

TEORIAOPINTOJA on keskimäärin 2–4 päivää kuukaudessa riippuen tutkinnostasi ja työpaikastasi.

## MITEN TOIMIN, JOS EN PÄÄSE TEORIAOPINTOIHIN?

OTA VÄLITTÖMÄSTI yhteyttä ohjaavaan opettajaasi ja kerro tilanteestasi.

Olen itse vastuussa opinnoistani ja saan apua, kun pyydän!



# MIKÄ VALMA?

VALMA ON ammatilliseen peruskoulutukseen valmentavaa koulutusta.

OPINTOJEN KESTO on noin 1 lukuvuosi. Suoritettu VALMA-koulutus oikeuttaa yhteishaussa kuuteen (6) lisäpisteeseen.

VALMA-opinnoissa

- Löydä oma alasi ja suuntasi.
- Korota perusopetuksen arvosanoja.
- Opi elämän ja arjen taitoja.
- Opi työelämäntaitoja.
- Voit tarvittaessa vahvistaa suomen kielen ja kulttuurin taitojasi.

LISÄTIETOA VALMA-koulutuksesta

- [www.keuda.fi](http://www.keuda.fi)
- Keudan hakutoimisto: [hakutoimisto@keuda.fi](mailto:hakutoimisto@keuda.fi)
- Keudan opinto-ohjaajat ja VALMAN ryhmänohjaajat

Arjen taitoja!

Oppimista!

Työelämää!



## MINUA AUTTAVAT OPPI- SOPIMUKSEEN LIITTYVISSÄ ASIOISSA

### OPPILAITOKSESSA

Nimi	
Puhelin	Sähköposti

### OPPISOPIMUSKESKUKSESSA

Nimi	
Puhelin	Sähköposti

### TE-PALVELUISSA "TYÖKKÄRISSÄ"

Nimi	
Puhelin	Sähköposti

### TYÖPAIKALLANI

Nimi	
Puhelin	
Sähköposti	



## OPPISOPIMUSOPISKELIJANA JA TYÖNTEKIJÄNÄ TÄRKEITÄ TUKITAHOJA

Jos jokin oppisopimusopiskelun oppiaine on vaikea,  
enkä selviä yksin, otan yhteyttä (erityisopettaja, koulunkäyntiavustaja tms.)

Nimi	
Puhelin	Sähköposti

Jos kotielämässä on murheita tai minulla on esim. taloudellisia  
ongelmia, otan yhteyttä (kuraattori, sosiaalityöntekijä tms.)

Nimi	
Puhelin	Sähköposti

Koulun osoite	
Koulun puhelinnumero	
Kouluni opinto-ohjaaja	
Puhelin	Sähköposti
Yhteyshenkilöni oppisopimuskeskuksella	
Puhelin	Sähköposti

## MITEN HAEN TÖITÄ?

Jos etsit itsellesi työssäoppimis- tai oppisopimuspaikkaa haetaan niitä samalla tavalla kuin työpaikkaa!

- Mieti, millaista työtä ja missä olet valmis tekemään
- Ota selvää eri lähteistä (netti, ystävät, sukulaiset, "puskaradio"), missä yrityksissä voit tehdä sinua kiinnostavia työtehtäviä.
- Kirjoita työnhakuasiakirjat: työhakemus ja ansioluettelo/CV. Netistä löytyy paljon valmiita pohjia ja apua.
- Ota rohkeasti itse yhteyttä yritykseen, josta haet töitä! Paikan päällä käyminen tai soittaminen ovat parhaat tavat tehdä vaikutus.
  - Esitele itsesi ja kysy onko etsimiäsi töitä tarjolla.
  - Lähetä hakemuksesi työnantajalle.



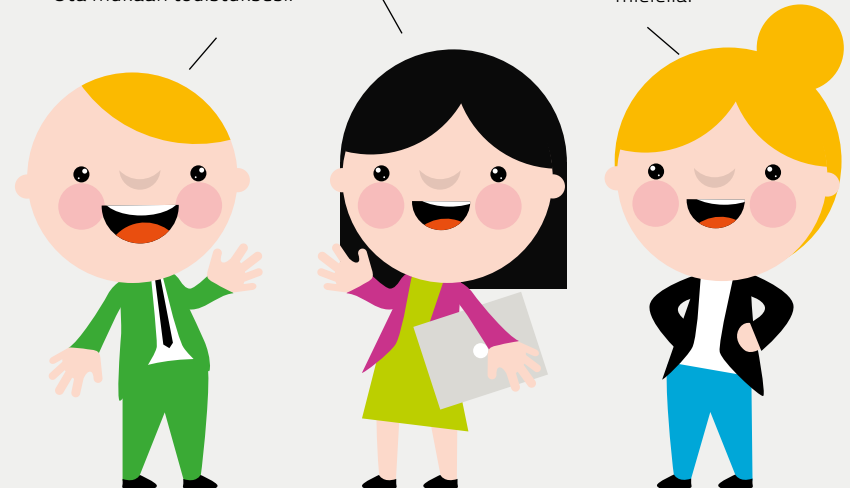
## VALMISTAUDU TYÖHAASTATTELUUN

Haastattelu on jännittävä paikka, mutta se on sitä kaikille, joten no worries!

Ota selvää työnantajasta ennakoon!  
Ota mukaan todistukseksi.

Peseydy, pukeudu siististi ja puhtaisiin vaatteisiin, ei hattua päässä!

Lähde haastatteluun hymyillen ja hyvällä mielellä.



## MINUN TYÖPAIKALLANI SOVITTUJA ASIOITA JA KÄYTÄNTEITÄ

Työvaatetus
Työajan alkaminen/työpaikalle saapuminen
Tauot
Kännykän käyttö
Korut ja lävistykset työpaikalla
Työturvallisuus
Käyttäytyminen työpaikalla
Muuta sovittua

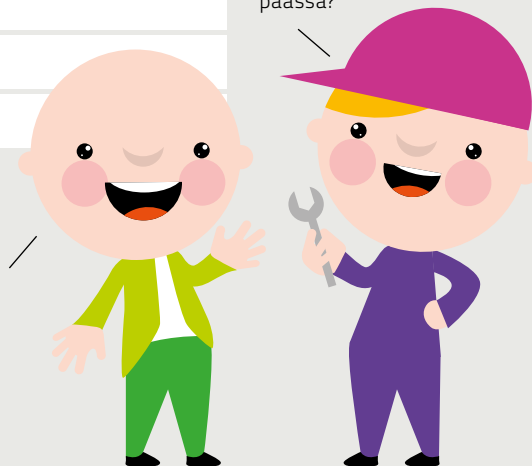
## MINUN TYÖTEHTÄVÄNI

### OLEN VASTUUSSA:

Joka päivä...
Kerran viikossa....
Työturvallisuuteen liittyen muistan, että...
Vaitiolovelvollisuus tarkoittaa minun työpaikassani sitä, että...
Olemme sopineet työnantajani kanssa työtehtäviini liittyen, että...

Saako oma lätsä  
olla töissä  
päässä?

Olen ahkera ja  
oma-aloitteinen!  
Tervehdin asiakkaita  
ja työkavereita!  
Pidän aikatauluista  
ja sovitusta  
asioista kiinni!



## MILLOIN VOIN JÄÄDÄ POIS TÖISTÄ?

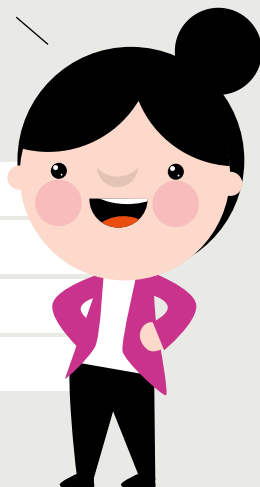
**TÖISTÄ POISSAOLO** vaatii aina hyvän ja perustellun syyn. Jos sinulla on perhesyistä syy olla poissa töistä (esim. läheisen hautajaiset tai lapsen syntymä), keskustele ja sovi asiasta työnantajasi kanssa hyvissä ajoin.

**SAIRASTUESSASI NIIN**, että et ole työkuntoinen ilmoita asiasta välittömästi työnantajallesi. Työnantajalla on oikeus pyytää lääkärin kirjoittama sairauslomatodistus.

**JOS SAIRAUS** vaatii lääkärissä käyntiä oppisopimusopiskelijana, ota yhteyttä työterveyshuoltoon ja opiskelijana opiskelijaterveydenhuoltoon.

**SELVITÄ OMAN** työpaikkasi sairauslomakäytänteet ja miten toimit kun sairastut. Sairastuessasi ilmoita asiasta välittömästi työnantajallesi puhelimitse (ei tekstiviestillä).

Kysyn rohkeasti  
neuvoa, kun  
en tiedä tai osaa!



Kenelle ilmoitan sairastumisestani?

Nimi
Puhelin
Nimi
Puhelin

## TERVEYS JA HYVÄ MIELI AUTTAA JAKSAMAAN TYÖELÄMÄSSÄ JA OPISKELIJANA

**OPPISOPIMUSOPISKELIJANA** terveydenhuollosta ja terveyteen liittyvistä asioista huolehtii työterveyshuolto. Ota selvää työpaikaltasi, missä työpaikkasi työterveyshuolto on, ja miten voit varata ajan työterveyshuoltoon.

**TYÖSSÄOLO, OPISKELU** ja arki harrastukseen ja ihmissuhteineen vievät voimia. Jotta jaksat ja voit hyvin on tärkeää pitää itsestä huolta. Seuraavalla sivulla on mie-

lenterveyden käsi muistuttamassa siitä, mitä asioita meidän kaikkien tulisi muistaa ja joka päivä arvostaa ja pitää yllä, että jaksamme ja voimme hyvin. Riittävä uni ja lepo sekä säännöllinen ruokailu ovat ehdottomat jaksamisen edellytykset. Hyvinvointia ja jaksamista tuovat myös liikunta ja harrastukset sekä ihmissuhteet. Kun näistä asioista muistaa pitää huolta, on mieli parempi ja jaksaa myös iloita ja oppia uutta.

Työterveyshuollon nimi
Työterveyshuollon osoite
Puhelin



## HYVINVOINTIA MIELENTERVEYDEN KÄDESTÄ

Tätä kuvaa katselemalla voit muistuttaa itsellesi tärkeitä asioita, jotka pitävät yllä hyvää mieltä ja työhyvinvointia.

### NÄIHIN VOIT ITSE VAIKUTTAA!



## TÄRKEITÄ NUMEROITA JA IHMISIÄ

Että jaksan arjessa, työelämässä ja opiskella, tarvitsen ihmisiä auttamaan ja olemaan lähelläni. Täytä tähän itsellesi tärkeiden ihmisten yhteystiedot.





Keuda 



SEURAA KEUDAA SOMESSA

#oikeakeuda



KEUDA\_AMMATTIIN



KEUDAN AMMATTIOPISTO

Lue blogia!

BLOGI.KEUDA.FI