



HENGÄHDÄ HETKINEN

## Opinvoimala.fi – Virtaa opiskeluun



Tietoa ja vinkkejä opiskelutaitoihin, motivaatioon, oppimisvaikeuksiin, neurokirjoon, mielen hyvinvointiin, jaksamiseen, opiskeluergonomiaan, opiskelua tukeviin elämäntapoihin...

### OPISKELIJALLE

Tietoa, työkaluja ja vinkkejä omien opiskelutaitojen kehittämiseen, oman opiskeluhyvinvoinnin ylläpitämiseen ja edistämiseen sekä oman opiskeluympäristön ja rutiinien parantamiseen.

### AMMATTILAISELLE

Materiaalia ja harjoituksia omaan opetus- ja ohjaustyöhön. Yksittäisten tekstien ja harjoitusten lisäksi laajempia teemoitettuja materiaalikokonaisuuksia. Vinkkejä oman oppimisen ja hyvinvoinnin edistämiseen.

### MONIMEDIAISET MATERIAALIT

#### PODCASTIT JA VIDEOT

Kokemus- ja asiantuntijapuheenvuoroja opiskelijoille ja ammattilaisille



NETTILUKIO.FI



Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020

MIKKELI



OTAVIA