

The background of the cover is an abstract watercolor painting. It features large, flowing shapes in shades of blue, purple, and orange, creating a sense of movement and depth. The colors are blended together, with some areas appearing more saturated than others.

JOKIHELMEN OPISTO

Syksy 2022



Haapaveden toimisto

Osoite Vanhatie 45, 86600 Haapavesi
Puhelin 044 7591 246
Avoinna ma-to 10-15, pe suljettu

Oulaisten toimisto

Osoite Keskuskatu 11, 86300 Oulainen
Puhelin 044 7591 503
Avoinna ti ja to 10-15

Ilmoittautuminen

Voit ilmoittautua kursseille Internetin kautta www.jokihelmenopisto.fi, puhelimitse p. **044 7591 999**.

Internetilmoittautuminen pe 1.7.2022 klo 9.00

Puhelinilmoittautuminen to 11.8.2022 klo 10.00

Tekstiviestillä ei voi ilmoittautua eikä perua kurssille osallistumista.

Ilmoittautuminen on AINA SITOVA ja velvoittaa kurssimaksun suorittamiseen.

Peruutuksesta on aina ilmoitettava puhelimitse opiston toimistoon p. 044 7591 999.

Ilmoittautumisen voi perua veloituksetta viimeiseen ilmoittautumispäivään klo 15 mennessä. Viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen, ennen kurssin alkamista, tehdyistä peruutuksista perimme 50 % kurssimaksusta ja kurssin jo alettua, perimme kurssimaksun täysimääräisenä. Peruuttamattoman opiskelupaikan kurssimaksu laskutetaan täysimääräisenä. Kurssimaksuhuojennukset vain lääkärintodistuksella.

JOKIHELMEN OPISTO PALVELEE

Käyntiosoite Vanhatie 45, 86600 Haapavesi.

Postiosoite 86600 Haapavesi.

Puhelin 044 7591 246, kurssi-ilmoittautumiset 044 7591 999.

Laskutusosoite Haapaveden kaupunki, Jokihelmen opisto, 003701848724
PL 5016, 02066 DOCUSCAN.

Y-tunnus 0184872-4.

Sähköposti kansalaisopisto@haapavesi.fi

Henkilökohtainen sähköposti etunimi.sukunimi@haapavesi.fi

Internet -osoite www.jokihelmenopisto.fi

Rehtori

Anu Hultqvist, p. 044 7591 244

Talous- ja koulutussuunnittelija

Maarit Myllykangas, p. 044 7591 332

Suunnittelijaopettaja

Arto Leponiemi, p. 044 7591 864

Opistosihteerit

Laura Palokangas p. 044 7591 246, Haapavesi, Kärsämäki ja Pyhäntä

- asiakaspalvelu ja kurssikäytännöt
- markkinointi ja tiedottaminen
- opiskelijatodistukset

Liisa Kortet, p. 044 7591 503, Oulainen ja Merijärvi

- asiakaspalvelu ja kurssikäytännöt
- opiskelijatodistukset
- palkanlaskenta ja palkanlaskennan asiakaspalvelu

Jaana Autio, p. 044 7591 303

- asiakaspalvelu ja kurssikäytännöt
- kurssilaskutus
- matkalaskut

Noora-Maria Närhi, p. 044 7591 336, Siikalatva

- asiakaspalvelu ja kurssikäytännöt
- markkinointi ja tiedottaminen

Osastonjohtajat

Matti Saaranen, Pyhäntä p. 040 1912 238, matti.saaranen@pyhanta.fi

Opettajat

Kirsti Ervasti, musiikki, p. 044 7591 340

Arto Leponiemi, suunnittelijaopettaja, musiikki p. 044 7591 864

Marjut Lustig, kuvataiteet, p. 044 7591 304

Maria Keckman, kuvataiteet, p. 044 7591 865

Sirpa Pirttiala-Haasiomäki, tekstiilityö, p. 044 7591 863

Pia Varuhin-Palo, esittävät taiteet, tanssi, p. 044 7591 366

OPISKELU JOKIHELMEN OPISTOSSA

Opetusaika – Vapaan sivistystyön opetus

Syksy 2022

Syyslukukausi alkaa viikolla 36 porrastetusti kurssikohtaisen suunnitelman mukaan ja opetus päättyy porrastetusti viikolla 48–49. Kurssien yksityiskohtaiset tiedot löytyvät kurssitiedoista.

Kevät 2023

Kevätlukukausi alkaa viikolla 2 ja päättyy viikolla 16–17. Opetus käynnistyy ja päättyy porrastetusti. Kurssien yksityiskohtaiset tiedot löytyvät kurssitiedoista.

Opetusaika - Taiteen perusopetus

Syksy 2022

Syyslukukausi alkaa viikolla 34 ja päättyy viikolla 48–50. Opetus käynnistyy ja päättyy porrastetusti. Kurssien yksityiskohtaiset tiedot löytyvät kurssitiedoista.

Kevät 2023

Kevätlukukausi alkaa viikolla 2 ja päättyy viikolla 20–21. Opetus käynnistyy ja päättyy porrastetusti. Kurssien yksityiskohtaiset tiedot löytyvät kurssitiedoista.

Syksyllä ei ole opetusta

syyslomalla viikolla 43, 24.10.-30.10.2022

pyhäinpäivänä la 5.11.2022

isänpäivänä su 13.11.2022

itsenäisyyspäivänä ti 6.12.2022

Keväällä ei ole opetusta

talvilomalla viikolla 10, 6.3.-12.3.2023

pääsiäislomalla pe 7.4. – ma 10.4.2023

vappuna ma 1.5.2023

äitienpäivänä 14.5.2023

helatorstaina to 18.5.2023

OPISKELUTODISTUKSET

Saat opiskelustasi pyynnöstä läsnäolotodistuksen, mikäli olet osallistunut vähintään 3/4 tunneista. Toimitusaika on kolme viikkoa. Kahta vuotta vanhemmista todistuksista laskutamme 20 €. Ole hyvä ja jätä todistuspyynnöt toukokuun loppuun mennessä.

ALENNUKSET

Alennukset koskevat vain ryhmäopetuksen kurssimaksuja, ei siihen sisältyviä materiaaleja tms. maksuja.

Alennukset ovat henkilökohtaisia ja edellyttävät alennusoikeuden todistamista ja yhteydenottoa asiakaspalveluun jokaisen ilmoittautumisen yhteydessä viimeistään kurssin alkamispäivänä syksyllä ja keväällä. Tämän jälkeen alennuksia ei myönnetä. Opiskelija voi saada enintään yhden alennuksen kurssia kohden.

NÄIN ILMOITTAUDUT KURSSILLE

Ilmoittautuessasi tarvitset **kurssinumeron**, jonka löydät kurssin nimen perästä. Lisäksi Sinun tulee ilmoittaa **nimesi, henkilötunnuksesi, osoitteesi, puhelinnumerosi ja sähköpostiosoitteesi**. On tärkeää, että annat ilmoittautuessasi **kaikki pyydyt tiedot**. Jos sinulla ei ole omaa matkapuhelinnumeroa tai sähköpostiosoitetta, sovi läheisesi kanssa ja anna hänen sähköpostiosoitteensa ja puhelinnumero, johon voimme lähettää viestejä. Tämä on tärkeää, jotta asiakastiedotteemme muutoksista ja tarkentuvista ohjeista esim. poikkeusolosuhteissa varmasti saavuttaa jokaisen kurssilaisen. **Henkilötunnus on pakollinen tieto** laskutusta varten.

Noudata jokaisen kurssin kohdalla annettuja ilmoittautumisohjeita.

Otamme opiskelijat ryhmiin **ilmoittautumisjärjestyksessä**. Ilmoittautuessasi saat heti tietää, saatko kurssipaikan vai jäätkö varapaikalle. Vapautuvista opiskelupaikoista ilmoitamme puhelimitse, tekstiviestillä tai sähköpostitse. Seuraa ilmoitteluaamme.

Web-ilmoittautuminen

ILMOITTAUTUESSASI WWW-SIVUJEN KAUTTA MENETTELE SEURAAVASTI:

1. Mene osoitteeseen www.jokihelmenopisto.fi -> Selaa opinto-ohjelmaa ja ilmoittaudu kurssille.
2. Kurssiohjelma. Koko kurssiohjelmaa voit selata ja lukea kohdasta Kurssit. Voit selata kursseja osaston, pääluokan ja aineryhmän perusteella.
3. Kurssihaku. Hae kursseja - toiminnolla voit etsiä kursseja hakusanalla (esim. kurssinnumero, osasto, kurssin sisältö, opettaja tai paikka).
4. Ostoskori. Lisää haluamasi kurssit ostoskoriin. Jos valitsit väärän kurssin, poista se ostoskorista klikkaamalla kurssin kohdalla olevaa ruksia. Ostoskorissa olevat kurssit saat aina esille Ostoskori-kuvakkeesta. Voit valita ostoskoriin useampia kursseja ennen henkilötietojen lähettämistä. Jos kurssi on jo täynnä, saat ostokoriin tiedon varapaikasta.
5. Aikaraja. Voit pitää kursseja ostoskorissa tietyn ajan. Kirjoita ja lähetä henkilötiedot ennen tämän aikarajan umpeutumista. Näet ajan kulumisen ostoskorikuvakkeesta.
6. Henkilötiedot. Täytä lopuksi henkilötietolomake ja lähetä tiedot. Ilmoittautuminen tehdään aina kurssin osallistujan tiedoilla. Tarvitsemme täydellisen henkilötunnuksen kurssimaksujen valvontaa varten. Jos sinulla ei ole suomalaista henkilötunnusta, ilmoittaudu asiakaspalveluun. Ilmoitamme kurssimuutoksista usein tekstiviestillä. Varmista, että matkapuhelinnumerosi tulee oikein. Sähköpostivahvistuksen takia huolehdi, ettei sähköpostiosoitteeseesi tule kirjoitusvirhettä.
7. Laskutusosoitetiedot. Laskutustiedot täytetään vain, mikäli maksajana on alaikäisen huoltaja tai yritys. Huoltajan ollessa maksajana tarvitsemme huoltajan täydelliset tiedot henkilötunnuksineen. Yrityksen ollessa maksajana, tarvitsemme Y-tunnuksen.
8. Ilmoittautumisen vahvistus. Saat lopuksi vahvistuksen ilmoittautumisestasi sekä näytölle että sähköpostiisi. Ellei sinulla ole sähköpostiosoitetta, tulosta viimeisen sivun tiedot tai ota tiedot muuten talteen. Ellet saanut vahvistussähköpostia, vaikka annoit osoitteen, on sähköpostiosoitteeseen saattanut tulla virhe. Ilmoittautumisesi on silti kunnossa.
9. Ilmoittautumisen tarkistus ja peruuttaminen. Ilmoittautumisnumerolla ja kurssinumerolla voit myöhemmin tarkistaa ilmoittautumisesi. Mikäli opisto on antanut mahdollisuuden peruuttaa kursseja netin kautta, voit peruuttaa kurssisi,

mikäli peruutusaikaa on jäljellä. Muussa tapauksessa halutessasi peruuttaa kurssin ota yhteyttä opistoon.

Huom! Ilmoittautuessasi sitoudut maksamaan kurssimaksun. Lasku lähetetään sinulle kotiosoitteeseen. Ilmoittautumisen voi perua veloitusetta viimeiseen ilmoittautumispäivään klo 15 mennessä. Viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen, ennen kurssin alkamista, tehdyistä peruutuksista perimme 50 % kurssimaksusta ja kurssin jo alettua, perimme kurssimaksun täysimääräisenä. Peruuttamattoman opiskelupaikan kurssimaksu laskutetaan täysimääräisenä. Kurssimaksuhuojennukset vain lääkärintodistuksella.

Emme lähetä erillistä tietoa kurssin alkamisesta. Kurssin mahdollisen peruuntumisen ilmoitamme puhelimitse, tekstiviestillä tai sähköpostitse kaikille ennakoon ilmoittautuneille.

Voit tiedustella vapaita paikkoja varsinaisen ilmoittautumisajan päättymisen jälkeen p. 044 7591 246, Haapavesi, Kärsämäki ja Pyhäntä, p. 044 7591 336 Siikalatva tai p. 044 7591 503, Oulainen ja Merijärvi.

OPISKELUPAIKAN PERUMINEN

Peruutuksesta on aina ilmoitettava opiston toimistoon p. 044 7591 999. Perumiseksi ei riitä ilmoitus opettajalle tai kurssille saapumatta jättäminen. Ilmoittautumisen voi perua veloitusetta viimeiseen ilmoittautumispäivään klo 15 mennessä. Viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen, ennen kurssin alkamista, tehdyistä peruutuksista perimme 50 % kurssimaksusta ja kurssin jo alettua, perimme kurssimaksun täysimääräisenä. Peruuttamattoman opiskelupaikan kurssimaksu laskutetaan täysimääräisenä. Kurssimaksuhuojennukset vain lääkärintodistuksella.

OPINTORYHMÄN ALKAMINEN JA PERUUNTUMINEN

Opintoryhmän alkaminen ja toimiminen edellyttää riittävää määrää osallistujia. Ilmoittautuneiden määrä tarkistetaan 7 päivää ennen kurssin alkua. Olemme laskeneet osallistujamäärät kurseittain kustannusten mukaan. Minimiosallistujamäärät voivat vaihdella kurssikohtaisesti.

Opisto ei vastaa opistosta riippumattomista syistä johtuvista opetuskertojen peruuntumisista. Ilmoitamme opetuskerran peruuntumisesta opiskelijoille tekstiviestillä. Palvelumme helpottamiseksi muistathan ilmoittaa yhteystietojesi muuttumisesta! Jokihelmen opisto ei korvaa yhden opetuskerran peruuntumista eikä se myöskään oikeuta kurssimaksun alennukseen. Mikäli **opistosta johtuvia** peruuntuneita opetuskertoja on enemmän kuin yksi, ne pyritään pitämään myöhemmin ilmoitettuna ajankohtana lukuvuoden aikana.

MAKSUT

Laskutamme **kurssimaksut** sekä syksyllä että keväällä. **Emme palauta kurssimaksuja.**

Lähetämme laskun Sinulle kotiosoitteeseen kurssin alkamisen jälkeen. **Huolehdiathan maksusta eräpäivään mennessä**, maksamattomat laskut siirtyvät eräpäivän jälkeen automaattisesti perintätoimiston hoidettavaksi. Kurssimaksutieto löytyy jokaisen kurssin kohdalla esitteessä ja internet-sivulla.

Opiskelijat hankkivat itse kurssilla tarvitsemansa materiaalit. Opettajan hankkiessa materiaaleja ja tarvikkeita hän perii tarvikemaksun opiskelijoilta. Kohtuullinen määrä monisteita sisältyy kurssimaksuun.

Sisaralennus annetaan taiteen perusopetuksessa ryhmäopetuksessa opiskeleville saman perheen sisaruksille. Taiteen perusopetuksessa opiskelevien sisarusten lukukausimaksuista vähennetään **10 €**. Alennuksen saaminen edellyttää sisarusten nimien ilmoittamista opiston toimistoon.

Aktiivialennus 20 € annetaan taiteen perusopetuksessa ryhmäopetuksessa opiskeleville, jotka opiskelevat yhtä aikaa kolmea tai useampaa taiteen perusopetuksen opintokokonaisuutta. Alennus 20 € annetaan kalleimpaan kurssiin.

Vuoropassi - Jokihelmen opistossa on käytössä **vuorotyötä tekevien liikuntapassi**, joka on kymmenen kerran kortti, joka oikeuttaa osallistumaan eri liikuntaryhmiin työvuoroista huolimatta. Vuoropassin hinta on 42 €/syksy ja 42 €/kevät. Opiskelija lunastaa vuoropassin toimistosta lukukauden alussa ilmoittautuessaan kursseille.

Työttömyysalennus on 50 %, henkilölle, joka on työtön. Työttömyys todistetaan Kelan tai työttömyyskassan edellisen kuukauden maksutositteella tai työvoimatoimiston antamalla todistuksella. Merkintä pelkästään nettisivuille tai ilmoittautumislomakkeeseen kohtaan työtön ei oikeuta alennukseen. Alennusta ei myönnetä kurssimaksun laskun lähettämisen jälkeen.

Maksuvälineet ja alennukset

Seteleiden ja passien käyttäminen maksuvälineenä edellyttää asiointia opiston toimistoissa. Toimita setelit ja varaa passisi opiston toimistosta hyvissä ajoin elo/syyskuussa ja tammikuussa, ennen kurssilaskutuksen alkamista. Voit maksaa kurssisi myös SmartumPay - mobiilimaksulla, Smartum-verkkomaksulla, Edenred mobiilimaksulla tai ePassi mobiilimaksulla, josta täytyy toimittaa kuitti toimistolle sähköpostitse osoitteeseen kansalaisopisto@haapavesi.fi. Työttömyysalennus 50 % edellyttää, että toimitat todistuksen työttömyydestä erikseen syksyllä ja keväällä.

Opintoseteli- ja vapaaopiskelijahakemuslomakkeet ovat opiston internet-sivuilla, toimistoissa sekä kuntien kirjastoissa.

Opintoseteli

Jokihelmen opistossa on jaettavana opetushallituksen rahoittamia opintoseteleitä, joita voivat hakea Jokihelmen opiston alueen

- maahanmuuttajat

- työttömät
- alhaisen pohjakoulutuksen omaavat
- oppimisvaikeuksia kokevat esim. luki-vaikeus, kuulo- tai kehitysvamma
- eläkkeellä olevat ja senioriväestö

Kohderyhmät ovat valintajärjestyksessä.

Opiskelija voi käyttää 25 euron opintoseteliä maksuvälineenä Jokihelmen opiston järjestämään koulutukseen yksittäisen kurssin maksamiseen. Opintoseteli käy **maksuvälineenä kevään 2023 opetuksessa**. Opintoseteli on saajalle henkilökohtainen eikä sitä voi vaihtaa rahaksi. Seteleitä on rajoitettu määrä ja yksi seteli/opiskelija.

Opintoseteliä voi hakea täyttämällä hakemuslomakkeen, jonka saa opetusohjelman lopusta, Jokihelmen opiston toimistoista tai kunnantalojen neuvonnasta. Lomake palautetaan 30.11.2022 loppuun **mennessä** osoitteella Jokihelmen opisto, Vanhatie 45, 86600 Haapavesi. Päätös kirjataan hallinto-ohjelmaan, jolloin tieto päätöksestä siirtyy suoraan laskutukseen. Henkilöille, joille ei myönnetä opintoseteliä, ilmoitetaan päätöksestä. Lisätietoja rehtori Anu Hultqvist, p. 044 7591 244.

Maksuvälineet Tyky, Tyky+, Smartum, Edenred ja ePassi

Otamme kurssimaksuna vastaan Smartum -kulttuuri- ja -liikuntasetelin tai SmartumPay - mobiilimaksun ja Smartum -verkkomaksun, Edenred -mobiilimaksun, ePassi -mobiilimaksun, Tyky -liikuntasetelin ja Tyky+ -liikunta ja -kulttuurisetelin. Liikuntaseteleillä voi osallistua liikunta- ja tanssikursseille, kulttuuriseteleillä kaikkeen opetukseen. **Toimita setelit tai kuitti mobiilimaksusta/verkkomaksusta opiston toimistoon kahden viikon kuluessa kurssin alkamisesta, ennen kurssimaksulaskutusta. Tämän jälkeen nämä edut eivät käy maksuvälineenä.** Liikunta- ja kulttuuriedut ovat henkilökohtaisia, eikä niillä voi maksaa muiden perheenjäsenten kurssi- ja pääsymaksuja. **SmartumPay -mobiilimaksusta, Smartum -verkkomaksusta, Edenred -mobiilimaksusta tai ePassi -mobiilimaksusta voit toimittaa kuitin myös sähköpostilla osoitteeseen kansalaisopisto@haapavesi.fi**

Taiteen perusopetuksen vapaaopiskelijapaikat

Jokihelmen opistossa on **vapaaopiskelijapaikkoja** 2022–2023 seuraavasti: Haapavesi 2, Oulainen 2 ja Siikalatva 2 paikkaa, Kärämäki 1, Merijärvi 1 ja Pyhäntä 1 paikka.

Jokihelmen opiston rehtori voi myöntää opiskelijalle oikeudet opiskella taiteen perusopetuksessa ilman lukukausimaksua. Vapaaopiskelijapaikka myönnetään ensisijaisesti opiskelijalle, jos

- opiskelijan tulot eivät ylitä 1.533,57 € brutto/kk tai
- perheen / huoltajien tulot eivät ylitä alla olevia tulorajoja

Tulorajat

Perheen koko*	Perheen kaikki tulot €**
2	2 037
3	2 503
4	2 969
5	3 435
6	3 901

7	4 367
8	4 833

* Perheen koko = yhteistaloudessa asuvat vanhemmat ja taloudessa asuvat alaikäiset lapset

** Perheen veronalainen ansio

Johtokunta on tehnyt delegointipäätöksen rehtorille myöntää vapaaopiskelijapaikan ryhmäopetuksessa opiskevalle opiskelijalle vuodeksi kerrallaan ensisijaisesti aikaisemmin harrastaneelle sekä aktiivisuutensa osoittaneelle opiskelijalle. Perhe voi hakea paikkaa oppaan lopussa olevalla hakemuksella 30.9.2022 mennessä. Hakemuksesta tulee ilmetä perheen verotulot 2020 ja/tai perheen maksukykyyn vaikuttavat seikat. Vapaaopiskelijapaikan saaneille ilmoitamme asiasta henkilökohtaisesti. Hakemukset lähetetään osoitteeseen Jokihelmen opisto/rehtori Vanhatie 45, 86600 Haapavesi. Käsittelemme hakemukset luottamuksellisesti.

Materiaali-, väline- tai polttomaksut vapaaopiskelijapaikan saanut opiskelija maksaa erikseen.

Soitinvuokrat vuonna 2022–2023

Uudet, alle viisi vuotta vanhat soittimet: vuokra 70 euroa/lukuvuosi.

Vanhat, yli viisi vuotta vanhat soittimet: vuokra 50 euroa/lukuvuosi.

Hintaan sisältyy soittimen huolto, puhdistus ja varaosien hankinta.

Soittimen vuokrauksesta tehdään vuosittain vuokrasopimus. Opiskelija on velvollinen korvaamaan soittimen korjauksesta aiheutuvat kulut. Pianonvirityksestä aiheutuvat kulut sisällytetään kurssimaksuun.

OPISTON PITÄMÄT REKISTERIT

Opisto pitää opiskelijarekisteriä asiakassuhteen vuoksi. **Emme luovuta rekisterin tietoja ulkopuolisille.**

Henkilötietolain edellyttämä rekisteriseloste löytyy opiston www-sivuilta osoitteesta <http://www.jokihelmenopisto.fi/index.php?pid=rekisteriseloste>

VAKUUTUKSET

Jokihelmen opiston opiskelijat ovat Haapaveden kaupungin vakuutusturvan piirissä oppitunneilla. Kampailulajeissa vakuutus koskee vain teoriajaksoja.

OPISKELIJAYHDISTYS

Oulaisten osasto, puheenjohtaja Arja Mäenpää, sihteeri Ingali Yppäriä.

TIEDOTUS

Tiedotamme toiminnastamme tekstiviestein, sähköpostein, nettisivuilla www.jokihelmenopisto.fi sekä Facebookissa ja Instagramissa.

Opiskeluun liittyvät viralliset tiedotteet lähetämme ensisijaisesti sähköpostilla.

HUOLEHDITHAN, että opistolla on voimassa olevat yhteystietosi!

Seuraa myös opistopalstaa Haapavesi -lehdessä, SeutuMajakassa, Pyhäjokiseudussa ja Siikajokilaaksossa sekä paikkakuntasi kuntatiedotetta!

KANSALAI SOPISTON JOHTOKUNTA

Tuula Aitto-Oja, puheenjohtaja, Oulainen, p. 044 4793 239

Elvi Tapia, Haapavesi

Anna-Maija Vierimaa, Haapavesi

Arto Vähäsaari, Haapavesi

Veli Aitto-oja, Kärsämäki

Heta Ahonen, Merijärvi

Timo Kukkola, Oulainen

Lasse Nikula, Oulainen

Iiris Ruotsalainen, Pyhäntä

Vesa Keränen, Siikalatva

Alli Visuri, Siikalatva

TOIMIPAIKAT

Haapavesi

Ainalin nuorisoseura, Vaitiniementie 81, 86600 Haapavesi

Aittolan koulu, Aittolantie 10, 86650 Kytökylä

Haapaveden Opisto, Vanhatie 45, 86600 Haapavesi

Haapaveden kirjasto, Urheilutie 64 B, 86600 Haapavesi

Haapaveden liikuntahalli, Urheilutie 56, 86600 Haapavesi

Haapaveden seurakunta, Tähtelänkuja 5, 86600 Haapavesi

Haapaveden Uimahalli, Urheilutie 54, 86600 Haapavesi

Haapaveden urheilukenttä, Urheilutie 56, 86600 Haapavesi

Haapaveden yläaste/entinen Haapaveden Pesula, Teollisuustie 6, 86600 Haapavesi

Haapaveden Yläkoulu, Kytökyläntie 59, 86600 Haapavesi

Humalojan koulu, Kuusikoskenkuja 1, 86600 Haapavesi

Hyttikallion koulu, Raatetie 6, 86600 Haapavesi

Jedu Haapavesi, Teollisuustie 2, 86600 Haapavesi

Jokihelmen opisto, Vanhatie 45, 86600 Haapavesi

Kulttuurikeskus Kirnu, Juustomäentie 11, 86600 Haapavesi

Kytökylä Kopsa, Kopsantie 13, 86650 Kytökylä

Mieluskylän koulu, Mieluskoskentie 13, 86650 Mieluskylä

Mikkosen talo, Haapaveden opisto, Vanhatie 45, 86600 Haapavesi

Mäkirinteen koulu, Urheilutie 64, 86600 Haapavesi

Toimintakeskus, Hakakuja 11, 86600 Haapavesi

Vattukylän koulu, Vatuntie 23, 86600 Haapavesi

Virtaamo, Tähtelänkuja 4, 86600 Haapavesi

Vähämäen kota, Karsikkaantie 197, 86600 Haapavesi

Kärsämäki

Frosteruksen koulu, Opintie 6, 86710 Kärsämäki
Kimppa-Kämppä, Frosteruksenkatu 14, 86710 Kärsämäki
Koivupuisto, Frosteruksenkatu 14, 86710 Kärsämäki
Konttila, Pomojentie 5, 86710 Kärsämäki
Konttimäki, Pomojentie 6, 86710 Kärsämäki
Kutomo, Aleksintie 1, 86710 Kärsämäki
Liikuntakeskus Buusti, Annalantie 6, 86710 Kärsämäki
Porkkalan koulu, Kanaperäntie 200, 86710 Kärsämäki
Taidekoti Ritopirtti, Kajaanintie 718, 86710 Kärsämäki
Toimintakeskus Rantapääsken, Aleksintie 4, 86710 Kärsämäki
Töllin tupa, Kokonperäntie 834, 86710 Kärsämäki
Saviselän koulu, Jylhänperäntie 20, 86710 Kärsämäki

Merijärvi

Koivupuhdon koulu, Merijärventie 106, 86220 Merijärvi
Kilpukka, Merijärventie 106, 86220 Merijärvi
Vanhustentaloyhdistys, Salmentie 6, 86220 Merijärvi

Oulainen

Jauhinkankaan koulu, Amiraalintie 40, 86300 Oulainen
Jokihelmen opisto, Keskuskatu 11, 86300 Oulainen
Juho Oksan koulu, Kaarikatu 3, 86300 Oulainen
Lehtopään koulu, Pärekuja 7, 86300 Oulainen
Matkanivan koulu, Haapavedentie 800, 86510 Matkaniva
Merkuriussali, Jedu, liiketalouden yksikkö, Kosteekatu 1, 86300 Oulainen
Oulaisten lukio, Oulaistenkatu 54, 86300 Oulainen
Oulaisten terveydenhuolto-oppilaitos, Kuntotie 2, 86300 Oulainen
Oulaisten Yläkoulu, Oulaistenkatu 58, 86300 Oulainen
Penttilän talo, Putilankatu 1, 86300 Oulainen
Petäjäsken koulu, Petäjäskenkatu 133, 86210 Petäjäsken
Piipsjärven koulu, Vanhatie 1, 86300 Oulainen

Pyhäntä

Pyhännän koulu, alakoulu, Koulutie 8, 92930 Pyhäntä
Pyhännän koulu, yläkoulu, Koulutie 8, 92930 Pyhäntä
Pyhännän kunnantalo, Manuntie 2, 92930 Pyhäntä
Pyhännän seurakuntatalo, Kirkkotie 4, 92930 Pyhäntä
Tavastkengän koulu, Tavastkengäntie 33 A, 92910 Tavastkenkä
Toimintatupa, Vaarinväylä 3, 92930 Pyhäntä

Siikalatva

Aleksanterin koulu, Rantsilanraitti 5, 92500 Rantsila
Entinen Mankilan koulu, Mankilantie 748, 92530 Mankila
Gananderin koulu, Sandelsintie 4, 92500 Rantsila
Kairanmaan talo, Alipääntie 19, 92640 Leskelä
Kestilän kuntosali, Hallintotie 5, 92700 Kestilä
Kestilän toimisto, Hallintotie 5, 92700 Kestilä
Kestilän peruskoulu, Kestilänraitti 1 B, 92700 Kestilä
Kuntosali Rantsila, Klaarantie 1, 92500 Rantsila
Laakkolan kylätalo, Latvantie 10, 92650 Laakkola

Leskelän kesäteatteri, Alipääntie, 92640 Leskelä
Mäkeläntalo, Pulkkilantie 25, 92600 Pulkkila
Palvelukeskus Koivulehto, Pakkalantie 9, 92600 Pulkkila
Palvelukeskus Vaarintalo, Tenavatie 1, 92620 Piippola
Pentti Haanpään koulu, Keskustie 20, 92620 Piippola
Jedu Piippola, Keskustie 29, 92620 Piippola
Piippolan kirjasto, Keskustie 11, 92620 Piippola
Piippolan kylätupa, Keskustie 8, 92620 Piippola
Piippolan nuorisoseura, nuorisoseurantie 7, 92620 Piippola
Piippolan toimisto, Keskustie 8, 92620 Piippola
Piippolan seurakuntatalo, Pappilankuja 6, 92620 Piippola
Pulkkilan hiihtomaja, Täperäntie 114, 92600 Pulkkila
Pulkkilan kirkko, Pulkkilantie 27, 92600 Pulkkila
Pulkkilan nuorisoseura, Pakkalantie, 92600 Pulkkila
Pulkkilan seurakuntalo, Pulkkilantie 11, 92600 Pulkkila
Pulkkilan terveyskeskus, Savonojantie 2, 92600 Pulkkila
Rantakankaan koulu, Mäkeläntie 2, 92600 Pulkkila
Rantsilan kirjasto, Kunnantie 1, 92500 Rantsila
Rantsilan kirkko, Rantsilanraitti 10, 92500 Rantsila
Rantsilan kuntosali, Klaarantie 1, 92500 Rantsila
Rantsilan liikuntahalli, Sandelsintie 4, 92500 Rantsila
Rantsilan seurakuntatalo, Rantsilanraitti 10, 92500 Rantsila
Rauhala, Keinontie 10, 92500 Rantsila
Siikalatvan kunnantoimisto, Pulkkilantie 4, 92600 Pulkkila
Sipolan Uusi Pyrintö, Ouluntie 1635, 92520 Sipola
Toimintakeskus Mesikki, Iltaruskontie, 92500 Rantsila
Vanha Aleksanterin koulu, Rantsilanraitti 5, 92500 Rantsila

OPINTO-OHJELMA SYKSY 2022

Haapavesi

Ensiapu ja turvallisuus

Ensiapukoulutus 4 h 01140001

16.11.2022 4 t 56,00 €

Ke 9.00–12.00

Verkkoympäristö

Safedo Oyj

Verkkokoulutus tapahtuu kokonaan verkkoalustalla, jossa on aiheeseen liittyviä kuvia, videoita ja tekstiä. Verkkoalustalla vastataan eri välivaiheissa kysymyksiin, jonka avulla osaaminen voidaan varmistaa verkkokurssin edetessä.

Kurssilainen suorittaa verkkokoulutuksen itselle sopivana ajankohtana/päivänä ja omaan tahtiin: koulutuksen voi keskeyttää oman aikataulun mukaisesti ja jatkaa samasta kohtaa myöhemmin. Kurssin aloittamista varten kurssilainen tarvitsee nettiyhteyden, verkko-osoitteen ja sinne syötettävän koodin.

Koulutussisältö vastaa 4 h ensiapukurssin lähikoulutuksen neljää oppituntia (4 x 45 min). Verkkokoulutuksen suorittamisesta saa ensiapukortin, joka on voimassa 3 vuotta.

4 tunnin kurssin sisältö

- Ensiapua vaativan tilanteen tunnistaminen ja hätäpuhelun soittaminen numeroon 112
- Tajuttoman henkilön tunnistaminen ja ensiapu

- Sokki, oireet ja ensiapu
- Raajassa olevan suuren verenvuodon tyrehtyttäminen
- Ensiapu tukehtumassa olevalle henkilölle
- Painelu-puhalluselvytys sekä neuvovan defibrillaattorin käyttö
- Palovammat
- Sairaskohtaukset (kouristus, astmakohtaus, diabeetikon matala sokeri, aivoverenkiertohäiriöt, rintakipu ja vaikea allerginen reaktio) Ilmoittautuminen päättyy 2.11.2022 15.00

Ensiapukoulutus 8 h 01140002

16.11.2022 8 t 70,00 €

Ke 9.00–16.00

Verkkoympäristö

Safedo Oyj

Verkkokoulutus tapahtuu kokonaan verkkoalustalla, jossa on aiheeseen liittyviä kuvia, videoita ja tekstiä. Verkkoalustalla vastataan eri välivaiheissa kysymyksiin, jonka avulla osaaminen voidaan varmistaa verkkokurssin edetessä.

Kurssilainen suorittaa verkkokoulutuksen itselle sopivana ajankohtana/päivänä ja omaan tahtiin: koulutuksen voi keskeyttää oman aikataulun mukaisesti ja jatkaa samasta kohtaa myöhemmin. Kurssin aloittamista varten kurssilainen tarvitsee nettiyhteyden, verkko-osoitteen ja sinne syötettävän koodin.

Koulutussisältö vastaa 8 h ensiapukurssin lähikoulutuksen kahdeksaa oppituntia (8 x 45 min). Verkkokoulutuksen suorittamisesta saa ensiapukortin, joka on

voimassa 3 vuotta.

8 tunnin kurssin sisältö

- Ensiapua vaativan tilanteen tunnistaminen ja hätäpuhelun soittaminen numeroon 112
- Tajuttoman henkilön tunnistaminen ja ensiapu
- Sokki, oireet ja ensiapu
- Raajassa olevan suuren verenvuodon tyrehtyttäminen
- Ensiapu tukehtumassa olevalle henkilölle
- Painelu-puhalluselytys sekä neuvovan defibrillaattorin käyttö
- Palovammat
- Sairaskohtaukset (kouristus, astmakohtaus, diabeetikon matala sokeri, aivoverenkiertohäiriöt, rintakipu ja vaikea allerginen reaktio)
- Haavat
- Hypotermia
- Murtumat ja nivelvammat
- Myrkytykset Ilmoittautuminen päättyy 2.11.2022 15.00

Ensiavun peruskurssi EA 16 h 01140005

15.–16.11.2022 16 t 80,00 €

Ti 9.00–16.00, Ke 9.00–16.00

Verkkoympäristö

Safedo Oyj

Verkkokoulutus tapahtuu kokonaan verkkoalustalla, jossa on aiheeseen liittyviä kuvia, videoita ja tekstiä.

Verkkoalustalla vastataan eri välivaiheissa kysymyksiin, jonka avulla osaaminen voidaan varmistaa verkkokurssin edetessä.

Kurssilainen suorittaa verkkokoulutuksen itselle sopivana ajankohtana/päivänä ja omaan tahtiin: koulutuksen voi keskeyttää

oman aikataulun mukaisesti ja jatkaa samasta kohtaa myöhemmin. Kurssin aloittamista varten kurssilainen tarvitsee sähköpostin, nettiyhteyden, verkkoosoitteen ja sinne syötettävän koodin. Ohjeet kurssin suorittamiseksi, verkkoosoite ja koodi toimitetaan sähköpostitse ennen kurssin alkua, muistathan ilmoittaa toimivan sähköpostiosoitteesi.

Koulutussisältö vastaa 16 h ensiapukurssin lähikoulutuksen 16 oppituntia (16 x 45 min). Verkkokoulutuksen suorittamisesta saa ensiapukortin, joka on voimassa 3 vuotta.

16 tunnin kurssin sisältö

- * Ensiapua vaativan tilanteen tunnistaminen ja hätäpuhelun soittaminen numeroon 112
- * Tajuttoman henkilön tunnistaminen ja ensiapu
- * Sokki, oireet ja ensiapu
- * Raajassa olevan suuren verenvuodon tyrehtyttäminen
- * Ensiapu tukehtumassa olevalle henkilölle
- * Painelu-puhalluselytys sekä neuvovan defibrillaattorin käyttö
- * Palovammat
- * Sairaskohtaukset (kouristus, astmakohtaus, diabeetikon matala sokeri, aivoverenkiertohäiriöt, rintakipu ja vaikea allerginen reaktio)
- * Haavat
- * Hypotermia
- * Murtumat ja nivelvammat
- * Myrkytykset Ilmoittautuminen päättyy 2.11.2022 15.00

Erityisryhmien

toimintakyvyn tukeminen

Mukavaa musisointia toimintakeskus

Haapavesi syksy 01110001

7.9.–6.12.2022 12 t 28,00 €

Ke 13.00–13.45

Toimintakeskus/työkeskus, puutyösali

Timo Jääskelä

Piristystä päivään yhdessä jutustellen ja musisoiden. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Tiistain tiitterät Rentola Haapavesi syksy

01110005

6.9.–29.11.2022 36 t 50,00 €

Ti 11.30–13.45

Rentola

Kati Tuoriniemi

Iloa ja innostavaa tekemistä! Teemme erilaisia käsitöitä, askarteluja ym. hyödyntäen erilaisia tekniikoita.

Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Kielet

Keskusteluenglanti Haapavesi syksy

01200001

6.9.–29.11.2022 24 t 39,00 €

Ti 17.30–19.00

Haapaveden Opisto, luokka 6

Inna Lotjonen

Rohkaistumme tuottamaan puhetta, kehitämme sanavarastoa ja tutustumme englantilaiseen kulttuuriin keskustellen. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Chemodan Haapavesi syksy 01200006

8.9.–1.12.2022 24 t 39,00 €

To 18.00–19.30

Jokihelmen opisto, Haapavesi, luokka 7

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin

"Chemodan" (suom.matkalaukku) -kurssi suomalaisille, jotka haluavat saada tarvittavaa tietoa Venäjälle matkustamista varten. Kurssilla opetellaan hyödyllisiä sanoja ja ilmaisuja, peruslauseita, jotka auttavat selviytymään jokapäiväisissä tilanteissa, ravintolassa, hotellissa, kaupassa. Kurssi ei edellytä aiempaa venäjän kielen osaamista. Tule mukaan! Chemodanin kanssa tie Venäjälle on avoinna!

"Чемодан" кружок для финнов, желающих получить необходимый багаж знаний для поездок в Россию. Основные фразы, которые помогут справиться в будничных ситуациях, в ресторане, в отеле, в магазине. С Чемоданом русских фраз открыта дорога в Россию. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Suomen kieltä ulkomaalaisille Haapavesi syksy 01200008

7.9.–30.11.2022 24 t 39,00 €

Ke 16.30–18.00

Haapaveden Opisto, luokka 6

Diana Seppä

Kurssilla opit taitoja, joiden avulla pärjääät arjessa, jatko-opinnoissa, työelämässä ja yhteiskunnassa. Kurssilla voivat opiskella kaikki ulkomaalaiset, jotka haluavat parantaa suomen kielen taitojaan. Oppitunneilla harjoitellaan puhumista, kuuntelemista, lukemisen ymmärtämistä, kirjoittamista. Kurssin tavoitteet: Opiskelija osaa asioida itsenäisesti Suomessa (kaupassa, pankissa, TE-toimistossa, Kelassa, poliisilaitoksella,

koulussa, oppilaitoksissa jne.) Opiskelija ymmärtää suomalaisten keskustelua ja pystyy keskustelemaan suomalaisten kanssa. Opiskelija osaa toimia suomalaisella työpaikalla ja tuntee suomalaista työkulttuuria. Kurssin sisältö: Kielioppi, suomalainen kulttuuri, yhteiskuntatieto ja ympäristötieto, puhe- ja tekstiharjoituksia, eri ammattisanastosanasto, hyödyllisiä fraaseja ja termejä. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Suomen kieltä aloittaville Haapavesi syksy 01200009

7.9.–30.11.2022 24 t 39,00 €

Ke 18.15–19.45

Haapaveden Opisto, luokka 6

Diana Seppä

Kurssi on tarkoitettu suomen kielen opintojaan aloittaville. Kurssilla suomen kielen opiskelu aloitetaan alkeista. Ryhmässä edetään hitaasti ja keskitytään erityisesti arjen sanaston harjoitteluun. Kurssilla käydään läpi suomen kielen kielioppia ja sanastoa. Opetusmenetelmät ovat kirjalliset ja suulliset tehtävät ja harjoitukset sekä ryhmäkeskustelu. Tukikielenä käytetään venäjää. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Kirjallisuus, kirjoittaminen ja viestintä

Kirjoitustyö vauhtiin Haapavesi syksy 01230001

8.9.–17.11.2022 18 t 42,00 €

To 18.00–20.15

Haapaveden Opisto, luokka 6

Sari Keskimaa

Kirjoitatko? Haaveiletko kirjoittamisesta, mutta ihmettelet mistä aloittaa?

Kaipaatko kenties uusia ideoita, pientä

sysäystä eteenpäin, palautetta ja vertaistukea? Tällä kurssilla saat puhtia ja intoa kirjoittamiseesi, on se sitten novelleja, romaani tai vaikkapa elämäkerta. Etsitään omaa kirjoittamisen tyyliä. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Kuvataide ja muotoilu

Kuvataide perusteet 7-12 v TPO

Haapavesi syksy 01300001

24.8.–7.12.2022 30 t 83,00 €

Ke 16.00–17.30

Jokihelmen opisto, Haapavesi,

kuvataideluokka

Marjut Lustig

Taiteen perusopetus. Opiskelemme kuvataiteen perustaitoja. Työmuotoja ovat mm. piirustus, maalaus, muotoilu, rakentelu ja grafiikka. Pukeudu työskentelyyn sopivalla tavalla.

Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun.

Sisaralennus ja aktiivialennus. Vapaita

opiskelijapaikkoja voi tiedustella myös

lukuvuoden aikana. Kurssimaksuun

sisältyy materiaalimaksu 20 €.

Ilmoittautuminen päättyy 17.8.2022 15.00

Kuvataide perusteet 7-12v TPO

Haapavesi syksy 01300003

23.8.–6.12.2022 28 t 79,00 €

Ti 16.00–17.30

Jokihelmen opisto, Haapavesi,

kuvataideluokka

Beata Ervasti

Taiteen perusopetus. Opiskelemme kuvataiteen perustaitoja. Työmuotoja ovat mm. piirustus, maalaus, muotoilu, rakentelu ja grafiikka. Pukeudu työskentelyyn sopivalla tavalla.

Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun.

Sisaralennus ja aktiivialennus. Vapaita

opiskelijapaikkoja voi tiedustella myös lukuvuoden aikana. Kurssimaksu sisältää materiaalmaksun 20 €. Ilmoittautuminen päättyy 16.8.2022 15.00

Kuvataide teemaopinnot 11–18 v TPO Haapavesi syksy 01300005

25.8.–8.12.2022 45 t 99,00 €

To 15.45–18.00

Jokihelmen opisto, Haapavesi, kuvataideluokka

Marjut Lustig

Teemaopinnoissa syvennämme ja laajennamme perusopinnoissa opittua kuvataiteellista ajattelua ja ilmaisua.

Opintoihin sisältyy esimerkiksi

materiaalisia kokeiluja ja

erikoistekniikoihin perehtymistä.

Opintojen päätteeksi opiskelija tekee

lopputyön. Pukeudu työskentelyyn

sopivalla tavalla. Kurssimaksu sisältää

materiaalmaksun. Sisaralennus ja

aktiivialennus. Kurssimaksu sisältää

materiaalmaksun 25 €. Ilmoittautuminen

päättyy 18.8.2022 15.00

Kuvataide valmentava satusivellin 5-6 v TPO Haapavesi syksy 01300007

23.8.–29.11.2022 18,62 t 62,00 €

Ti 17.45–18.45

Jokihelmen opisto, Haapavesi, kuvataideluokka

Beata Ervasti

Kurssilla tutustutaan kuvataiteen erilaisiin työtapoihin ja materiaaleihin ja välineisiin.

Opintojen tavoitteena on innostaa lasta kuvataiteen tekemiseen, taiteen

perusasioihin ja tuntemiseen tutkivan,

kokeilevan ja leikinomaisen toiminnan

kautta. Pukeudu työskentelyyn sopivalla

tavalla. Vapaita opiskelijapaikkoja voi

tiedustella myös lukuvuoden aikana.

Kurssimaksu sisältää materiaalmaksun 18 €. Ilmoittautuminen päättyy 16.8.2022

15.00

Kuvataiteen Päiväateljee Haapavesi syksy 01300009

5.9.–21.11.2022 33 t 46,00 €

Ma 11.45–14.00

Jokihelmen opisto, Haapavesi, kuvataideluokka

Marjut Lustig

Kuvataidetta päivänvalon aikaan!

Piirustusta, maalausta ja kuvataiteen

erikoistekniikoita, myös alkeista alkaen.

Pidemmälle ehtineet voivat työstiä omia aiheitaan ja saada ohjausta niissä.

Kurssilla voi käyttää omia taidetarvikkeita

tai ostaa kuvataidekoululta. Materiaalit

laskutetaan käytön mukaan kurssin

päättyttyä. Ilmoittautuminen päättyy

29.8.2022 15.00

Taideverstas Haapavesi syksy 01300012

7.9.–16.11.2022 30 t 42,00 €

Ke 17.45–20.00

Jokihelmen opisto, Haapavesi, kuvataidekoulu

Marjut Lustig

Aikuisille suunnattu "kuviskoulu", jossa tutustutaan kuvataiteen moniin

mahdollisuuksiin ja välineisiin. Teemme

rentoja kokeiluja, aiempaa osaamista ei

tarvitse olla. Pidemmälle ehtineet voivat

työstää omia aiheitaan ja saada ohjausta

niissä. Voit käyttää omia taidetarvikkeita

tai ostaa kuvataidekoululta. Materiaalit

laskutetaan käytön mukaan kurssin

päättyttyä. Ilmoittautuminen päättyy

31.8.2022 15.00

Asetelma, piirustus ja maalaus Haapavesi syksy 01300017

5.–26.9.2022 16 t 37,00 €

Ma 17.30–20.30

Jokihelmen opisto, Haapavesi,

kuvataideluokka
Juho Yli-Posso
Kaksi piirustusta ja kaksi maalausta kahdesta eri asetelmasta. Piirtäen ja maalaten vuoron perään. Ota mukaan omat piirustus- ja maalaustarvikkeet.
Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Kädentaidot

Kudonta Haapavesi syksy 01400006

8.9.–1.12.2022 36 t 50,00 €
To 18.15–20.30
Mikkosen talo
Eva-Maria Nahkala
Suunnitellaan ja kudotaan käyttö- ja koristetekstiilejä kangaspuilla tarpeiden ja toiveiden mukaan. Vaikka olisit vasta aloittamassa kudontaharrastustasi tai olisit kutonut vain vähän, niin tule rohkeasti mukaan! Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Kudonta ja käsityö Aittokylä Haapavesi syksy 01400008

6.9.–29.11.2022 36 t 50,00 €
Ti 17.30–19.45
Aittolan koulu
Anna Niemelä
Kankaankudonnan perusasiat. Kudotaan käyttö- ja sisustustekstiilejä.
Hyödynnetään erilaisia käsityötekniikoita ja kierrätysmateriaaleja. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Kudonta ja käsityö Kytökylä Kopsa Haapavesi syksy 01400010

6.9.–29.11.2022 36 t 50,00 €
Ti 14.00–16.15
Kytökylän Kopsa
Kati Tuoriniemi
Kudotaan erilaisia kankaita kurssilaisten toiveiden mukaan sekä tehdään muita

käsitöitä eri tekniikoilla. Kurssi sopii aloittelijoille sekä käsitöitä harrastaneille.
Työt suunnitellaan yhdessä.
Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Kudonta ja käsityö Mieluskylä syksy 01400012

5.9.–28.11.2022 36 t 50,00 €
Ma 17.15–19.30
Mieluskylän koulu, kutomo
Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Kudotaan erilaisia kankaita kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden pohjalta.
Tutustutaan käsityön eri tekniikoihin - niin uusiin tuuliin kuin vanhoihin tekotapoihin.
Myös uudet kurssilaiset rohkeasti mukaan! Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Ompelu ja käsityö Haapavesi syksy 01400015

8.9.–1.12.2022 36 t 50,00 €
To 16.00–18.15
Mikkosen talo
Eva-Maria Nahkala
Ompelun riemua ja käsityön eri tekniikoita - niin uusia tuulia kuin vanhoja tekotapoja. Erilaisia töitä itselle, lahjaksi, sisustukseen, puutarhaan... - jokaisen omien toiveiden ja tarpeiden mukaan.
Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Luonnosta värit lankoihin Haapavesi syksy 01400017

9.–11.9.2022 20,67 t 48,00 €
Pe 17.00–20.30, La 9.00–16.00, Su 10.00–15.00
Jokihelmen opisto, Haapavesi, kuvataideluokka
Tuija Törmikoski
Luonnonväreillä värjääminen on vuoden 2022 käsityötekniikkaa. Kurssilla värjätään villaa ja/tai villasekoitelankoja luonnosta

kerättävillä kasveilla ja sienillä sekä kotikeittiön bioväriaineilla. Kurssin aikana perehdytään lankojen käsittelyyn värjäystä varten, väriliemen keittämiseen kasveista, sienistä sekä bioväriaineista, lankojen esi- ja samanaikaispuretukseen apuaineiden avulla sekä lankojen jälkivärjäykseen ja lankojen käsittelyyn värjäyksen jälkeen. Tarvikeluettelo lähetetään ennen kurssia.
Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

**Huovutuksen iloa Haapavesi syksy
01400018**

1.–29.11.2022 15 t 35,00 €
Ti 10.00–12.15
Jokihelmen opisto, Haapavesi,
kuvataideluokka
Tuija Törmikoski
Kurssilla huovutat tasomaisen (pannunalusta, istuinalunen, huivi, seinätekstiili) ja/tai kolmiulotteisen (tossut, kintaat, hattu, kassi) tuotteen suomenlampaan villasta, merinovillasta tai neulahuovasta. Voit viimeistellä huopatuotteesi mm. kirjomalla, neulahuovuttamalla, helmillä, napeilla tms. Voit myös huovuttaa kankaita myöhempää käyttöä varten. Materiaali- ja tarvikelista lähetetään ennen kurssia.
Ilmoittautuminen päättyy 25.10.2022 15.00

**Puutyö yli 15 v Haapavesi syksy
01400019**

6.9.–29.11.2022 48 t 54,00 €
Ti 18.00–21.00
Haapaveden yläkoulun puutyötila Y4-ovi/entinen Haapaveden Pesula
Kari Koskela
Ota mukaan omat materiaalit. Huom. Opetus entisissä Haapaveden pesulan tiloissa, Teollisuustie 6, Haapavesi.

Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

**Huonekalujen entisöinti Haapavesi syksy
01400022**

5.9.–28.11.2022 48 t 54,00 €
Ma 17.00–20.00
Toimintakeskus/työkeskus, puutyösalin
Ari Koskinen
Huonekalujen entisöimistä ja pienimuotoista verhoilua mahdollisimman lähelle alkuperää. Ota mukaan siklit, puukot, liimat, hiomapaperit, puuaines, ruuvit, naulat, pinnoiteaineet.
Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Liikunta

**Koko kylän jumppa Ainali syksy
01800005**

5.9.–28.11.2022 15,96 t 37,00 €
Ma 17.30–18.30
Ainalin nuorisoseura
Terhi Kangasharju
Perusjumppa, jossa alkulämmittely, lihaskunto-osuus sekä loppuvenyttely. Harjoitukset toteutetaan kehonpainon avulla, käytetään myös kahvakuulia, jumppakeppejä sekä tehdään kuntopiiriharjoituksia. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

**Koko kylän jumppa Humaloja syksy
01800007**

5.9.–28.11.2022 15,96 t 37,00 €
Ma 18.30–19.30
Humalojan koulu
Mari Pitkänen
Lihaskuntoharjoituksia sekä venyttelyä. Sopii sekä naisille että miehille. Ota mukaan oma jumppamatto ja muut kulloinkin tarvittavat välineet.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

**Koko kylän jumppa Karsikas syksy
01800009**

6.9.–29.11.2022 15,96 t 37,00 €

Ti 13.00–14.00

Vähämäen kota

Katja Klemettilä

Perusjumppa, jossa alkulämmittely, lihaskunto-osuus sekä loppuvenyttely. Harjoitukset toteutetaan kehonpainon avulla, käytetään myös kahvakuulia, jumppakeppejä sekä tehdään kuntopiiriharjoituksia. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

**Koko kylän jumppa Mieluskylä syksy
01800011**

7.9.–30.11.2022 15,96 t 37,00 €

Ke 19.00–20.00

Mieluskylän koulu, liikuntasali

Hanna Jantunen

Perusjumppa, jossa alkulämmittely, lihaskunto-osuus sekä loppuvenyttely. Harjoitukset toteutetaan kehonpainon avulla, käytetään myös kahvakuulia, jumppakeppejä sekä tehdään kuntopiiriharjoituksia. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

**Koko kylän jumppa Vattukylä syksy
01800013**

5.9.–28.11.2022 15,96 t 37,00 €

Ma 19.00–20.00

Vattukylän koulu

Terhi Kangasharju

Perusjumppa, jossa alkulämmittely, lihaskunto-osuus sekä loppuvenyttely. Harjoitukset toteutetaan kehonpainon avulla, käytetään myös kahvakuulia, jumppakeppejä sekä tehdään

kuntopiiriharjoituksia. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 25.8.2021 15.00

**Kuntoryhmä Rauhankallio Haapavesi
syksy 01800015**

7.9.–30.11.2022 15,96 t 37,00 €

Ke 14.00–15.00

Rauhankallio, Sotainvalidien talon kerhohuone

Anja Tallgren

Virikkeitä ja kevyttä liikuntaa iäkkäille.

Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

**Kuntosalicircuit Haapavesi syksy
01800017**

7.9.–30.11.2022 15,96 t 58,00 €

Ke 17.00–18.00

Haapaveden liikuntahalli, kuntosali

Hanna Jantunen

Kiertoharjoittelua laitteilla sekä vapailla painoilla, yhteiset alku- ja loppuverryttelyt. Soveltuu sekä aloittelijoille, että kuntosaliharjoitteluun jo tutustuneille. Teholtaan keskiraskas. Kurssimaksu sisältää kuntosalimaksut. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

**Ison altaan vesijumppa Haapavesi syksy
0180002**

7.9.–30.11.2022 12 t 74,00 €

Ke 20.00–20.45

Haapaveden Uimahalli, iso allas

Mia Tuomisto

Vesijumppa on koko vartalon hallintaa kehittävä, syviä lihaksia vahvistava, niveliä säästävä ja energiankulutusta lisäävä tunti, joka sopii kaikenikäisille, -kokoisille ja -kuntoisille. Ryhmää suositellaan uimataitoisille. Uimahallilta löytyy tarvittavat välineet, mutta voit käyttää omaa vesijuoksuvyötä. Jumpataan altaan syvässä ja matalassa päässä. Teholtaan

keskiraskas/raskas. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Nuorten crosstraining Haapavesi syksy 01800023

7.9.–30.11.2022 15,96 t 37,00 €

Ke 18.15–19.15

Haapaveden liikuntahalli, juoksusuora

Terhi Kangasharju

Yläkoulu- ja lukioikäisille suunnattu kurssi, jossa kehitetään monipuolisesti lihaskuntoa, kestävyyttä ja liikkuvuutta. Harjoitukset vaihtelevat viikoittain ja ne koostuvat pääasiassa kehonpainotreeneistä ja crossfit-tyyppisestä harjoittelusta. Tunnit on suunniteltu nimenomaan nuorille ja liikkumisessa varmistetaan turvalliset ja oikeat tekniikat. Tule rohkeasti mukaan kehittämään kuntoasi! Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Perusjumppa Haapavesi syksy 01800025

8.9.–1.12.2022 12 t 26,00 €

To 17.50–18.35

Jedu Haapavesi, liikuntasali

Hanna Jantunen

Perusjumppa, jossa alkulämmittely, lihaskunto-osuus sekä loppuvenyttely. Harjoitukset toteutetaan kehonpainon avulla, käytetään myös kahvakuulia, jumppakeppejä sekä tehdään kuntopiiriharjoituksia. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Tae Kwon-Do (ITF) Haapavesi syksy 01800030

11.9.–11.12.2022 24 t 36,00 €

Su 17.00–18.30

Haapaveden yläkoulu, liikuntasali

Tapio Pitkälä

Yli 7 vuotiaalle. Peruskurssilla opetellaan

lajiin kuuluva salikäyttäytyminen, peruslyönnit, -potkut, -torjunnat, lihaskuntoharjoitteet, perusteet itsepuolustuksesta, sekä korean kielistä sanastoa. Ylle verkkarit, mukaan juomapullo. Opiskelija huolehtii vakuutusturvastaan itse. Kampailulajeissa opiston vakuutus koskee vain teoriajaksoja. Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

Telinevoimistelu Gepardit edistyneet Haapavesi syksy 01800032

7.9.–30.11.2022 15,96 t 37,00 €

Ke 16.45–17.45

Haapaveden yläkoulu, liikuntasali

Terhi Kangasharju

Harjoitellaan vaativampia liikkeitä ja liikesarjoja eri telineillä. Permannolla vauhdikkaita volttsarjoja sekä yhdistelmiä eri voimisteluliikkeistä, esim. puolivoltti + etuperin voltti, arabialainen kärrynpyörä + takaperin puolivoltti jne. Liikkeitä sovelletaan taitojen ja toiveiden mukaisesti. Yli 7-vuotiaille. Käynti D-ovesta. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Telinevoimistelu Ilvekset aloittajat Haapavesi kevät 01800034

7.9.–30.11.2022 15,96 t 37,00 €

Ke 15.45–16.45

Haapaveden yläkoulu, liikuntasali

Terhi Kangasharju

Telinevoimistelu kehittää mm. nopeutta, kimmoisuutta, ketteryyttä, liiketajua, lihaskuntoa, liikkuvuutta, tasapainoa, esiintymistaitoa ja rohkeutta. Säännöllisissä harjoituksissa opimme ryhmässä toimimista ja muiden huomioimista, mistä on hyötyä läpi elämän. Tavoitteenamme ryhmässä on oppia jotain uutta, oli aikaisempaa kokemusta voimistelusta tai ei. Sopii sekä

tytöille että pojille. Teholtaan keskiraskas. Yli 7-vuotiaat telinevoimistelun aloittajille ja hieman harrastaneille. Käynti D-ovesta. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

**Temppujumppa 3-4 v Haapavesi syksy
01800036**

6.9.–29.11.2022 13 t 19,00 €
Ti 17.00–17.30
Haapaveden yläkoulu, liikuntasali
Jenny Luomajoki
Hauskaa yhdessä olemista liikuntaleikkien ja temppujen parissa. Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

**Temppujumppa 5-6 v Haapavesi syksy
01800038**

6.9.–29.11.2022 12 t 28,00 €
Ti 17.30–18.45
Haapaveden yläkoulu, liikuntasali
Jenny Luomajoki
Hauskaa yhdessä olemista liikuntaleikkien ja temppujen parissa. Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

**Tasapainoa ja tuolijumppaa Haapavesi
syksy 01800040**

20.9.–29.11.2022 12 t 23,00 €
Ti 13.00–13.45
Virtaamo
Liisa Hänninen
Jumpataan tuolilla istuen tai tuolia apuna käyttäen, rauhalliseen tahtiin ilman musiikkia. Keskitytään lihaskunnan vahvistamiseen, liikkuvuuden lisäämiseen sekä tasapainon kehittämiseen. Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2022 14.00

Vesijumppa 1 Haapavesi syksy 01800042

6.9.–29.11.2022 12 t 68,00 €
Ti 12.30–13.15

Haapaveden Uimahalli, terapia-allas
Sirkka Luusua
Vesijumppaa terapia-altaassa. Teholtaan keskiraskas. Kurssimaksut sisältävät uimaliput. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Vesijumppa 2 Haapavesi syksy 01800044

7.9.–30.11.2022 12 t 74,00 €
Ke 19.10–19.55
Haapaveden Uimahalli, terapia-allas
Mia Tuomisto
Vesijumppaa terapia-altaassa. Teholtaan keskiraskas. Kurssimaksut sisältävät uimaliput. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

**Kehonhuolto ja venyttely Haapavesi
syksy 01800050**

9.9.–2.12.2022 12 t 26,00 €
Pe 17.00–17.45
Haapaveden yläkoulu, liikuntasali
Terhi Kangasharju
Kokonaisvaltaista kehonhuoltoa. Teemme tunneilla liikkuvuutta, tasapainoa ja kehonhallintaa edistävää harjoittelua sekä rauhallista venyttelyä. Käynti D-ovesta. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

**Voimistelua 7-11 -vuotiaille Haapavesi
syksy 01800056**

8.9.–1.12.2022 12 t 28,00 €
To 17.00–17.45
Jedu Haapavesi, liikuntasali
Hanna Jantunen
Voimistelutunnit sisältävät monipuolisia harjoitteita, jotka kehittävät niin kuntotekijöitä kuin motorisia perustaitoja. Voimistelu antaa hyvä pohjan myös monen muun lajin harrastamiseen ja on hyvä lisä mm. palloiluharrastajien harjoitusohjelmaan. Voimistelukurssi on suunniteltu kokoontuvaksi kerran

viikossa, mutta mikäli osallistujia on paljon, voidaan ryhmä jakaa kahteen eri ryhmään ja ryhmät kokoontuvat silloin vuoroviikoin. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Joogaa verkossa Haapavesi syksy 01800067

2.–30.11.2022 6,65 t 16,00 €

Ke 19.00–20.00

Verkkoympäristö

Rita Porkka

Lempeä, kehoa huoltava jooga on tarkoitettu kaikille omasta hyvinvoinnistaan kiinnostuneille. Varaa itsellesi sopiva tila, joogamatto (tai muu alusta), vesipullo sekä huopa tai iso pyyhe. Harjoitteet tehdään turvallisesti, omaa kehoa kuunnellen ja liikesarjoissa keskitytään oikeisiin linjauksiin kipujen välttämiseksi. Pidempi opetuskerta, jolloin myös loppurentoutukselle ja hengitysharjoituksille on paremmin aikaa. Jos haluat kysyä tunteista ohjaajalta, voit laittaa sähköpostia: rita(at)naturest.fi. Ennen tuntia saat zoom-linkin, jonka kautta pääset tunnille. Tule paikalle noin 10 minuuttia ennen aloitusta, niin ehdimme tarkistaa yhteydet. Tule rohkeasti mukaan! Ilmoittautuminen päättyy 19.10.2022 15.00

Vire-Lavis Haapavesi syksy 01800071

7.9.–30.11.2022 12 t 26,00 €

Ke 14.00–14.45

Virtaamo

Paula Madetoja

Vire-Lavis pohjautuu lavatanssijumppaan ja on siitä sovellettu versio henkilölle jolla on sairauden, vamman tai muun syyn vuoksi toimintakyvyn rajoituksia. Tunnit toteutetaan pääosin istuen ja tuolia apuna käyttäen. Tanssilajit humppa, valssi, jenkka, tango jne. Soitetaan kotimaista

lavatanssimusiikkia. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Lavis Haapavesi syksy 01800072

7.9.–30.11.2022 15,96 t 34,00 €

Ke 18.00–19.00

Haapaveden yläkoulu, liikuntasali

Paula Madetoja

Lavis perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon, jota tanssitaan yksin. Helpot koreografiat, humppa, jenkka samba, jive, salsa.

Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Kevyt lavis Haapavesi syksy 01800003

7.9.–1.12.2022 12 t 26,00 €

Ke 15.00–15.45

Virtaamo

Paula Madetoja

Kevyt lavis perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon, jota tanssitaan yksin. Rauhallinen tahti ja liikkeet ilman hyppyjä. Helpot koreografiat, humppa, valssi, jenga, tango. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Hathajooga 01800073

20.9.–29.11.2022 20 t 33,00 €

Ti 18.00–19.30

Haapaveden liikuntahalli, Squash -sali

Liisa Hänninen

Kaipaako elämääsi rauhoittumista? Tässä joogaharjoituksessa edetään lempein liikkein ja omaa kehoa kuunnellen kohti asanaa (jooga-asento) ja loppurentoutumista. Liikkeitä ja harjoituksen kulkua ohjaa osallistujan oma luonnollinen ja rauhallinen hengitys. Harjoitus sopii kaikenikäisille, niin aloittajille kuin jatkajillekin. Ota mukaan oma alusta sekä loppurentoutumista varten pitkähihainen vaate ja sukat.

Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2022 15.00

**Lasten uimakoulu uimataidottomat 5-6 v
Haapavesi syksy 01800074**

1.10.–3.12.2022 8 t 39,00 €

La 10.00–10.45

Haapaveden Uimahalli, lasten allas
Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Tutustumme veteen ja harjoittelemme vedessä liikkumista, kellumista, liukumista, sukeltamista ja alkeisuintia. Tavoitteena on, että lapsi oppii uimaan noin 5 m vapaalla tyylillä. Kurssimaksu sisältää uimaliput. Ryhmässä apuohjaaja. Ilmoittautuminen päättyy 24.9.2022 15.00

**Lasten uimakoulu jatko 6-8 v Haapavesi
syksy 01800075**

1.10.–3.12.2022 8 t 39,00 €

La 10.55–11.40

Haapaveden Uimahalli, lasten allas + terapia-allas
Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Lasten uimakoulu on tarkoitettu lapsille, jotka osaavat uida n 5 metrin matkan lastenaltaassa. Uimakoulussa kertaamme uinnin perusasioita ja harjoittelemme uintitekniikoiden alkeita. Tavoitteena on, että lapsi oppii uimaan isossa altaassa 10 metriä vapaalla tyylillä. Kurssimaksu sisältää uimaliput. Ryhmässä apuohjaaja. Ilmoittautuminen päättyy 24.9.2022 15.00

Musiikki

**Aikuisten piano Mäkirinne 20 min
Haapavesi syksy 01100001**

6.9.–29.11.2022 73,00 €

Ti 17.25–18.05

Mäkirinteen koulu, luokka 163

Aki Päivinen

Pianon soiton yksilöopetus 20 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

**Bändisoitto aikuisille Haapavesi syksy
01100003**

7.9.–30.11.2022 24 t 39,00 €

Ke 18.30–20.00

Haapaveden yläkoulu, musiikkiluokka
Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Soitamme perinteistä iskelmä- tai popmusiikkia opiskelijoiden toiveiden mukaan. Vaatimuksena kohtuullinen soittotaito joko harmonikan, basson, rumpusetin, koskettimien tai kitaransoitossa. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

**Harmonikka ryhmäopetus Haapavesi
syksy 01100005**

6.9.–29.11.2022 24 t 39,00 €

Ti 19.00–20.30

Mäkirinteen koulu, luokka 139

Noora Repo

Pienryhmäopetus. Opimme soittamisen perustaitoja sekä soitamme yhdessä monipuolisesti harmonikka- ja laulumusiikkia. Sopii vasta-alkajille ja harmonikkaa jo soittaneille.
Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

**Humppaluura TPO Haapavesi syksy
01100007**

24.8.–30.11.2022 14 t 44,00 €

Ke 19.45–20.30

Jokihelmen opisto, Haapavesi, luokka 7

Timo Hannula

Yhteissoittoa viululla. Taiteen perusopetus Opettaja sopii soittoajan puhelimitse. Opiskelu on tavoitteellista ja edellyttää ahkeraa kotiharjoittelua.
Ilmoittautuminen päättyy 17.8.2022 15.00

Jokihelmen alueelliset pelimannit**Haapavesi syksy 01100009**

25.9.–27.11.2022 24 t 27,00 €

Su 12.00–15.00

Jokihelmen opisto, Haapavesi, luokka 7

Juha-Matti Kurra

Kansanmusiikin opetus.

Kokoontumiskerrat ovat 25.9., 9.10.,

23.10., 6.11., 20.11., ja 27.11.

Ilmoittautuminen päättyy 4.9.2022 15.00

Karaoke 1 Haapavesi syksy 01100011

7.9.–30.11.2022 48 t 74,00 €

Ke 18.00–21.00

Haapaveden Opisto, Lönninkartanon

juhlasali

Marjo-Riitta Maarala

Kevyttä musiikkia karaoketaustoilla.

Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

Karaoke 2 Haapavesi syksy 01100013

8.9.–1.12.2022 48 t 74,00 €

To 18.00–21.00

Haapaveden Opisto, Lönninkartanon

juhlasali

Marjo-Riitta Maarala

Kevyttä musiikkia karaoketaustoilla.

Ilmoittautuminen päättyy 26.8.2022 15.00

Kitara 30 min Haapavesi syksy 01100017

6.9.–29.11.2022 105,00 €

Ti 17.00–20.00

Jokihelmen opisto, Haapavesi, rehtorin

huone

Antti Kotka

Kitaran soiton yksilöopetus 30 min.

Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Haala -kuoro Haapavesi syksy 01100019

6.9.–29.11.2022 24 t 36,00 €

Ti 17.00–18.30

Haapaveden yläkoulu, musiikkiluokka

Emilia Manninen

Tavoitteellista kuorolaulua,

äänemuodostusharjoituksia.

Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Piano 1 Mäkirinne 20 min Haapavesi**syksy 01100027**

6.9.–29.11.2022 73,00 €

Ti 15.15–18.15

Mäkirinteen koulu, luokka 142, M1-ovi

Hanna-Leena Mäyrä

Pianonsoiton yksilöopetus 20 min.

Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Piano 3 Mäkirinne 20 min Haapavesi**syksy 01100029**

5.9.–28.11.2022 73,00 €

Ma 17.00–19.00

Mäkirinteen koulu, luokka 142, M1-ovi

Hanna-Leena Mäyrä

Pianonsoiton yksilöopetus 20 min.

Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Piano 6 Mäkirinne 20 min Haapavesi**syksy 01100036**

7.9.–30.11.2022 73,00 €

Ke 15.15–16.55

Mäkirinteen koulu, luokka 142, M1-ovi

Hanna-Leena Mäyrä

Pianonsoiton yksilöopetus 20 min.

Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Piano Mieluskylä 20 min Haapavesi syksy**01100045**

8.9.–1.12.2022 73,00 €

To 17.00–17.40

Mieluskylän koulu, musiikkiluokka

Hanna-Leena Mäyrä

Pianonsoiton yksilöopetus 20 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.
Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

**Piano TPO Mäkirinne 30 min Haapavesi
syksy 01100047**

24.8.–30.11.2022 122,00 €
Ke 17.30–19.30
Mäkirinteen koulu, luokka 142, M1-ovi
Hanna-Leena Mäyrä
Pianon soiton yksilöopetus 30 min.
Taiteen perusopetus. Opettaja sopii
soittoajan puhelimitse. Opiskelu on
tavoitteellista ja edellyttää ahkerää
kotiharjoittelua. Ilmoittautuminen päättyy
17.8.2022 15.00

**Piano Vattukylä 20 min Haapavesi syksy
01100049**

5.9.–28.11.2022 73,00 €
Ma 14.40–16.40
Vattukylän koulu, musiikkiluokka
Hanna-Leena Mäyrä
Pianon soiton yksilöopetus 20 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.
Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Puhallin Haapavesi syksy 01100051

9.9.–2.12.2022 105,00 €
Pe 15.00–15.45
Jokihelmen opisto, Haapavesi, luokka 7
Simo Saastamoinen
Puhaltimen yksilöopetus 30 min. Opettaja
sopii soittoajan puhelimitse
Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

**Veteraanikuoro Haapavesi syksy
01100055**

6.9.–29.11.2022 24 t 39,00 €
Ti 16.00–17.30
Haapaveden kirkko, Srk -keskus,
seurakuntasali

Martti Murtooperä
Kristillisisänmaallisia lauluja mieskuorolle.
Äänenkäytön harjoittelua.
Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Viihdelaajat Haapavesi syksy 01100057

7.9.–30.11.2022 24 t 36,00 €
Ke 12.00–13.30
Jokihelmen opisto, Haapavesi, luokka 7
Hanna-Leena Mäyrä
Laulamme vanhempaa ja uudempaa
viihdemusiikkia hyvällä sykkeellä, iloisella
miehellä ja opettelemme myös uusia,
ihania laulua. Valmistamme harjoitelluista
lauluista kurssin päätöstilaisuuden.
Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

**Viulu 2 TPO 45 min Haapavesi syksy
01100059**

23.8.–29.11.2022 180,00 €
Ti 15.00–17.15
Jokihelmen opisto, Haapavesi, luokka 7
Timo Hannula
Viulunsoiton yksilöopetus 45 min. Taiteen
perusopetus. Opettaja sopii soittoajan
puhelimitse. Opiskelu on tavoitteellista ja
edellyttää ahkerää kotiharjoittelua.
Ilmoittautuminen päättyy 16.8.2022 15.00

**Viulu 3 TPO 30 min Haapavesi syksy
01100061**

23.8.–8.12.2022 122,00 €
Ti 17.30–19.00, Ke 15.00–16.30, To
15.00–17.00
Jokihelmen opisto, Haapavesi, luokka 7
Timo Hannula
Viulunsoiton yksilöopetus 30 min. Taiteen
perusopetus. Opettaja sopii soittoajan
puhelimitse. Opiskelu on tavoitteellista ja
edellyttää ahkerää kotiharjoittelua.
Ilmoittautuminen päättyy 16.8.2022 15.00

**Viulu 4 TPO 15 min Haapavesi syksy
01100063**

22.8.–28.11.2022 65,00 €

Ma 15.15–15.30

Jokihelmen opisto, Haapavesi, luokka 7

Timo Hannula

Viulunsoiton yksilöopetus 15 min. Taiteen perusopetus. Opettaja sopii soittoajan puhelimitse. Opiskelu on tavoitteellista ja edellyttää ahkerää kotiharjoittelua.

Ilmoittautuminen päättyy 15.8.2022 15.00

Yksinlaulu A Haapavesi syksy 01100065

8.9.–1.12.2022 105,00 €

To 18.15–20.45

Mäkirinteen koulu, luokka 142, M1-ovi

Hanna-Leena Mäyrä

Harjoitellaan ja kehitetään laulutekniikkaa erilaisten rentoutus-, hengitys- ja ääniharjoitusten sekä kurssilla sovittavan lauluohjelmiston kautta. 30 min/oppilas. Materiaalit sis. kurssimaksuun.

Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Yksinlaulu B Haapavesi syksy 01100067

6.9.–29.11.2022 105,00 €

Ti 18.45–20.15

Mäkirinteen koulu, luokka 142, M1-ovi

Hanna-Leena Mäyrä

Harjoitellaan ja kehitetään laulutekniikkaa erilaisten rentoutus-, hengitys- ja ääniharjoitusten sekä kurssilla sovittavan lauluohjelmiston kautta. 30 min/oppilas. Materiaalit sis. kurssimaksuun.

Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

**Piano Humaloja 30 min Haapavesi syksy
01100076**

8.9.–1.12.2022 105,00 €

To 15.00–16.30

Humalojan koulu, vanha puoli

Hanna-Leena Mäyrä

Pianonsoiton yksilöopetus 30 min.

Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

**Piano 8 Mäkirinne 30 min Haapavesi
syksy 01100077**

7.9.–30.11.2022 105,00 €

Ke 16.55–17.25

Mäkirinteen koulu, luokka 142, M1-ovi

Hanna-Leena Mäyrä

Pianonsoiton yksilöopetus 30 min.

Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

**Piano 7 Mäkirinne 30 min Haapavesi
syksy 01100080**

7.9.–30.11.2022 105,00 €

Ke 19.30–20.00

Mäkirinteen koulu, luokka 142, M1-ovi

Hanna-Leena Mäyrä

Pianonsoiton yksilöopetus 30 min.

Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

**Piano Hyttikallio 30 min Haapavesi syksy
01100081**

5.9.–28.11.2022 56,00 €

Ma 15.00–15.30

Hyttikallion koulu, luokka 314, E-ovi

Hanna-Leena Mäyrä

Pianonsoiton yksilöopetus 30 min.

Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Muu koulutus

**Haapasompa kotokurssi Haapavesi syksy
01900001**

8.9.–1.12.2022 26,00 €

To 16.30–18.00, La 16.30–18.00

Haapaveden Opisto, Majakka

Diana Seppä

Kurssi on eri-ikäisille eri kulttuureista

tuleville. Kurssilla tehdään kivoja asioita, keskustelemme elämästä ja arjesta kahvipöydän ääressä. Kurssi on suomeksi. Riittää jos puhut vähän suomea. Toteutetaan yhteistyössä Haapasompa - hankkeen kanssa. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Näyttämö- ja sanataide

Teatteriryhmä Kirnu Haapavesi syksy 01500033

7.9.–7.12.2022 43,29 t 61,00 €

Ke 18.00–20.30

Kulttuurikeskus Kirnu, teatterisali
Pia Varuhin-Palo

Tule aloittamaan uusi teatteriperinne kannustavassa ja luovassa ilmapiirissä. Heittäytyään irti arjesta, nauretaan, kokeillaan erilaisia rooleja, oivalletaan itsestä ja muista. Ryhmä on tarkoitettu nuorille (16 v. -) ja aikuisille. Teatteriryhmään voi tulla mukaan ilman ennakkokokemusta teatterin tekemisestä. Uudet ja kokeneemmat harrastajat toimivat yhdessä turvallisessa ilmapiirissä. Sukupuolella, iällä tai kokemuksella ei ole väliä; tärkeintä on yhteistyökykyinen asenne. Teemme ilmaisuharjoituksia ja valmistamme kevääksi -23 täyspitkän näytelmän. Kurssille tulee sitoutua koko lukuvuoden ajaksi. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Tanssi

Lastentanssi Pikkaraiset 4–5 v Haapavesi syksy 01500005

31.8.–7.12.2022 14 t 54,00 €

Ke 17.00–17.45

Virtaamo
Pia Varuhin-Palo

Tanssin taiteen perusopetusta yleisiä

opintoja edeltää varhaisiän tanssiopinnot, joita annetaan opiston resurssien mukaan alle kouluikäisille 4-6 -vuotiaille lapsille. Varhaisiän tanssiopintojen tavoitteena on lapsen luovuuden ja kehontuntemuksen kehittäminen. Leikinomainen toiminta edistää lapsen tanssin perustaitoja, ryhmässä toimimisen taitoja ja oppimisvalmiuksia. Opetuksen tehtävänä on herättää tanssin ilo ja tukea itseilmaisun ja itseluottamuksen kehittymistä turvallisissa oppimisympäristöissä. Opetuksen kokemuksellisuutta ja elämyksellisyyttä vahvistetaan ottamalla toiminnassa huomioon oppimisen moniaistisuus ja muiden taiteenalojen tarjoamat mahdollisuudet. Kurssimaksuun sisältyy materiaalmaksu 5 €. Ilmoittautuminen päättyy 24.8.2022 15.00

Dancecombo! Haapavesi syksy 01500007

21.9.–23.11.2022 11,97 t 28,00 €

Ke 19.15–20.15

Virtaamo
Pia Varuhin-Palo

Vauhtia, herkkyyttä, haastetta ja tunnetta. Näitä elementtejä löytyy DanceCombo -tunneilta. Tunneilla tutustutaan erilaisiin tanssityyleihin, tehdään tanssisarjoja eri tempoihin ja tunnelmaltaan erilaisiin musiikkeihin. DanceCombossa pidetään hauskaa yhdessä tanssien ja liikkuen. Osallistujien toiveet ovat tärkeässä osassa. Jazz- ja nykytanssi ja klassinen baletti samassa paketissa! Tule mukaan ja anna eri genrejen viedä! Ilmoittautuminen päättyy 14.9.2022 15.00

FolkJam Haapavesi syksy 01500009

19.9.–21.11.2022 11,97 t 28,00 €

Ma 18.30–19.30

Virtaamo

Pia Varuhin-Palo

FolkJam on suomalaiseseen tanssiin pohjautuva tanssiliikuntamuoto, jonka parissa pääset kokemaan tanssin yhteisöllisyyttä ja iloa. FolkJamissa ammattitaitoinen ja innostava ohjaaja pitää huolen liikunnan riemusta sekä hyvästä meiningistä. FolkJamissa korostuu liikkeen sisäisen kokemisen merkitys. Jokainen jammaaja saa tuntea olonsa kotoiseksi omassa kehossaan.

Liikemateriaali hyödyntää suomalaista tanssiperinnettä monipuolisesti, tämä mahdollistaa myös kokonaisvaltaisen tanssillisen ja liikunnallisen kehittymisen. Tunnit sisältävät sekä nopeaa ja mukaansatempaavaa menoa että rauhallista tunnelmointia. Laji sopii kaikille ikään ja taitotasoon katsomatta. Tunnit tarjoavat haastetta myös kokeneelle tanssijalle, sillä treenin tehoa voi säädellä itse. Jokainen osallistuja liikkuu omista lähtökohdistaan itseään haastaen. FolkJamin parissa aerobinen kunto kohoo kohisten, keho kiinteytyy ja mieli virkistyy. Tule mukaan yksin tai kaveriporukalla, paria ei tarvita! Ilmoittautuminen päättyy 12.9.2022 15.00

Nykytanssi 1 Kirppanat 6–8 v TPO

Haapavesi syksy 01500011

29.8.–5.12.2022 14 t 54,00 €

Ma 17.30–18.15

Virtaamo

Pia Varuhin-Palo

Taiteen perusopetus. Nykytanssi on monipuolinen taidetanssimuoto, joka hyödyntää modernin tanssin, jazztanssin ja muiden tanssityylien tekniikoita ja improvisaatiota. Tanssitekniikkaa, kehontuntemusta ja tanssi-ilmaisua, koreografisia tanssisarjoja ja omia liikeideoita. Kurssimaksuun sisältyy materiaalmaksu 5 €. Ilmoittautuminen

päättyy 22.8.2022 15.00

Nykytanssi 3 Säpäkät 11–12 v TPO

Haapavesi syksy 01500015

30.8.–13.12.2022 23,38 t 64,00 €

Ti 17.45–19.00

Virtaamo

Pia Varuhin-Palo

Nykytanssi on monipuolinen taidetanssimuoto, joka hyödyntää modernin tanssin, jazztanssin ja muiden tanssityylien tekniikoita ja improvisaatiota. Tanssitekniikkaa, kehontuntemusta ja tanssi-ilmaisua, koreografisia tanssisarjoja ja omia liikeideoita. Kurssimaksuun sisältyy materiaalmaksu 5 €. Ilmoittautuminen päättyy 23.8.2022 15.00

Nykytanssi 4 Tanssinto yli 13 v TPO

Haapavesi syksy 01500017

29.8.–5.12.2022 28 t 71,00 €

Ma 16.00–17.30

Virtaamo

Pia Varuhin-Palo

Taiteen perusopetus. Nykytanssi on monipuolinen taidetanssimuoto, joka hyödyntää modernin tanssin, jazztanssin ja muiden tanssityylien tekniikoita ja improvisaatiota. Tanssitekniikkaa, kehontuntemusta ja tanssi-ilmaisua, koreografisia tanssisarjoja ja omia liikeideoita. Kurssimaksuun sisältyy materiaalmaksu 5 €. Ilmoittautuminen päättyy 22.8.2022 15.00

Nykytanssi 5 Lumo yli 13 v TPO

Haapavesi syksy 01500019

31.8.–7.12.2022 28 t 71,00 €

Ke 17.45–19.15

Virtaamo

Pia Varuhin-Palo

Taiteen perusopetus. Nykytanssi on

monipuolinen taidetanssimuoto, joka hyödyntää modernin tanssin, jazztanssin ja muiden tanssityylien tekniikoita ja improvisaatiota. Tanssitekniikkaa, kehontuntemusta ja tanssi-ilmaisua, koreografisia tanssisarjoja ja omia liikeideoita. Kurssimaksuun sisältyy materiaalmaksu 5 €. Ilmoittautuminen päättyy 24.8.2022 15.00

Tanssiteatteri Tilleri Talleri yli 10 v TPO

Haapavesi syksy 01500021

1.9.–17.12.2022 64,04 t 86,00 €

To 16.00–18.00

Kulttuurikeskus Kirnu, teatterisali

Pia Varuhin-Palo

Opinnot on tarkoitettu

tanssinopiskelijoille, jotka haluavat kehittyä monipuolisemmin teknisissä taidoissa sekä erityisesti esiintyjinä tanssiteatteriproduktioissa ja muissa koreografioissa. Ryhmässä mukanaolo vaatii vahvaa sitoutumista ja säännöllistä läsnäoloa tekniikkatunneilla ja esitysharjoituksissa. Ryhmään pääseminen edellyttää opiskelua jossakin tanssitaiteen perusopetusryhmässä.

Tiedustelut p. 044-7591366 Pia Varuhin-Palo Ilmoittautuminen päättyy 25.8.2022 15.00

Nykytanssi 2 Pyryharakat 9–10 v TPO

Haapavesi syksy 01500026

30.8.–13.12.2022 18,62 t 59,00 €

Ti 16.00–17.00

Virtaamo

Pia Varuhin-Palo

Nykytanssi on monipuolinen taidetanssimuoto, joka hyödyntää modernin tanssin, jazztanssin ja muiden tanssityylien tekniikoita ja improvisaatiota. Tanssitekniikkaa, kehontuntemusta ja tanssi-ilmaisua, koreografisia tanssisarjoja ja omia

liikeideoita. Kurssimaksuun sisältyy materiaalmaksu 5 €. Ilmoittautuminen päättyy 23.8.2022 15.00

Country-rivitanssin alkeiskurssi

Haapavesi syksy 01500030

5.9.–11.10.2022 12 t 23,00 €

Ma 19.00–20.30

Ainalin nuorisoseura

Saija Lund

Ota mukaasi bootsit, tanssikengät tai kengät, jotka vähän luistaa (ei lenkkarit).

Aikaisempaa tanssitaustaa ei tarvita.

Mukaan iloista ja rentoa mieltä!

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Twerkkaus tutuksi lyhytkurssi Haapavesi syksy 01500031

8.–29.9.2022 5,32 t 10,00 €

To 17.30–18.30

Virtaamo

Jenni Autio

Tutustumme twerkkiin ja sen liikekieleen.

Harjoitteleme eri perustekniikoita ja opettelemme helpon lyhyen koreografian.

Ei vaadita aiempaa tanssikokemusta. Sopii yli 15 v. täyttäneille. Varusteet:

löysät/joustavat housut tai shortsit, juomapullo sekä kengät (voi olla myös ilman). Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Nykytanssi 1 Kipittäjät 6-8 v TPO

Haapavesi syksy 01500032

30.8.–13.12.2022 14 t 54,00 €

Ti 17.00–17.45

Virtaamo

Pia Varuhin-Palo

Nykytanssi on monipuolinen taidetanssimuoto, joka hyödyntää modernin tanssin, jazztanssin ja muiden tanssityylien tekniikoita ja improvisaatiota. Tanssitekniikkaa,

kehontuntemusta ja tanssi-ilmaisua, koreografisia tanssisarjoja ja omia liikeideoita. Kurssimaksuun sisältyy materiaalmaksu 5 €. Ilmoittautuminen päättyy 23.8.2022 15.00

Ympäristö, luonto ja puutarha

Sieniretki Haapavesi syksy 01580001

24.8.2022 5 t 23,00 €

Ke 16.30–20.15

Jokihelmen opisto, Haapavesi

Tuomo Vähäsarja

Kurssilla opitaan tunnistamaan parhaita ruokasieniämme, niiden näköislajikkeita, myrkkysieniä, sienten kasvupaikkoja, sienten säilöntää sekä hyödyntämistä ruoanlaitossa. Kurssi pidetään metsässä, joten tarvitsen ulkoiluvälineet, sienikirjan, sieniveitsen ja -korin sekä sateen sattuessa sadevälineet. Mahdollisimman usean toivotaan tulevan omalla autolla, jotta kaikille järjestäisi kyyti sienimetsään. Ilmoittautuminen päättyy 17.8.2022 15.00

Kärsämäki

Erityisryhmien toimintakyvyn tukeminen

Kuvataide Kimppa-kämpä Kärsämäki syksy 02110001

5.9.–28.11.2022 24 t 49,00 €

Ma 13.00–14.30

Kimppa-Kämpä, sali

Juho Yli-Posso

Kuvataidetta vaihtuvilla aiheilla ja

tekniikoilla omien mieltymisten mukaan.

Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun 10

€. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022

15.00

Mukavaa musisointia Kärsämäki syksy 02110005

6.9.–29.11.2022 12 t 28,00 €

Ti 10.25–11.10

Toimintakeskus Rantapääsky

Timo Jääskelä

Työniloa ja toimintakykyä yhdessä

musisoiden. Ilmoittautuminen päättyy

6.9.2022 15.00

Sisuliikkujat Kärsämäki syksy 02110007

7.9.–30.11.2022 12 t 28,00 €

Ke 11.30–12.15

Konttimäki, sali

Juho Yli-Posso

Liikomme ja pelaamme ryhmän jäsenten

toimintakyvyn mukaan. Ilmoittautuminen

päättyy 31.8.2022 15.00

Vire-Lavis erityisryhmille Kärsämäki syksy 02110009

8.9.–1.12.2022 12 t 28,00 €

To 12.00–12.45

Konttimäki, sali

Paula Madetoja

Vire-Lavis pohjautuu lavatanssijumppaan ja on siitä sovellettu versio henkilölle, jolla

on sairauden, vamman tai muun syyn

vuoksi toimintakyvyn rajoituksia. Tunnit

toteutetaan pääosin istuen ja tuolia apuna

käyttäen. Tanssilajit humppa, valssi,

jenkka, tango jne. Soitetaan kotimaista

lavatanssimusiikkia. Ilmoittautuminen

päättyy 1.9.2022 15.00

Kielet

Suomen kielen alkeiskurssi Kärsämäki syksy 02200001

5.9.–28.11.2022 24 t 39,00 €

Ma 18.00–19.30

Frosteruksen koulu, luokka 1111, A-ovi

Jemina Kuisma

Kurssilla opit suomen kielen

perussanastoa, fraaseja ja kielioppia sekä

tutustut suomalaiseen kulttuuriin ja

yhteiskuntaan. Kurssin opetuskielinä ovat

ensisijaisesti suomi ja venäjä.

Harjoittelemme arkisia puhetilanteita,

kuullun ymmärtämistä sekä lukemista ja

kirjoittamista. Kurssin tavoitteena on

tukea itsenäistä kielen opiskelua, ja

oppituntien sisältöä voidaan muokata

opiskelijoiden tarpeiden mukaan.

Kurssikuvaus venäjäksi. На курсе изучаем

базовую лексику, фразы и грамматику

финского языка, а также познакомимся

с финской культурой и обществом.

Языки обучения курса финский и

русский. На уроках учимся

повседневные речевые ситуации,

понимание на слух, чтение и

написание. Целью курса является

поддержка самостоятельного изучения

языка, а содержание уроков может

быть адаптировано к потребностям

студентов. Ilmoittautuminen päättyy

29.8.2022 15.00

Kirjallisuus, kirjoittaminen ja viestintä

Kirjoitustyö vauhtiin Kärsämäki syksy 02230001

17.9.–12.11.2022 16 t 37,00 €

La 10.00–13.30

Frosteruksen koulu, luokka 1111, A-ovi

Sari Keskimaa

Kirjoitatko? Haaveiletko kirjoittamisesta, mutta ihmettelet mistä aloittaa?

Kaipaatko kenties uusia ideoita, pientä sysäystä eteenpäin, palautetta ja vertaistukea? Tällä kurssilla saat puhtia ja intoa kirjoittamiseesi, on se sitten novelleja, romaani tai vaikkapa elämäkertä. Etsitään omaa kirjoittamisen tyyliä. Kokoonnumme 17.9., 1.10., 15.10. ja 12.11.2022. Ilmoittautuminen päättyy 9.9.2022 15.00

Kuvataide ja muotoilu

Kuvataide Frosterus Kärsämäki syksy 02300001

6.9.–29.11.2022 36 t 50,00 €

Ti 17.45–20.00

Frosteruksen koulu, kuvaamataidon

luokka 2033, H-ovi

Juho Yli-Posso

Kuvataidetta eri tekniikoilla. Ota mukaan omat taidetarvikkeesi. Opinnot voidaan hyväksilukea osaksi kuvataiteen teemaopintoja (taiteen perusopetus). Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Kuvataide perusteet TPO 7-12 v Frosterus Kärsämäki syksy 02300003

22.8.–5.12.2022 30 t 83,00 €

Ma 16.00–17.30

Frosteruksen koulu, kuvaamataidon

luokka 2033, H-ovi

Marjut Lustig

Taiteen perusopetus. Opiskelemme kuvataiteen perustaitoja. Työmuotoja ovat mm. piirustus, maalaus, muotoilu, rakentelu ja grafiikka. Pukeudu työskentelyyn sopivalla tavalla.

Sisaralennus ja aktiivialennus. Vapaita opiskelijapaikkoja voi tiedustella myös lukuvuoden aikana. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun 20 €. Ilmoittautuminen päättyy 15.8.2022 15.00

Asetelma, piirustus ja maalaus lyhytkurssi Kärsämäki syksy 02300005

9.–17.9.2022 18 t 42,00 €

Pe 17.00–20.15, La 10.00–14.15

Taidekoti Ritopirtti, Kajaanintie 718

Kärsämäki

Juho Yli-Posso

Kaksi eri asetelmaa, kahtena eri viikkona. Piirtäen ja maalaten vuoron perään. Kaksi piirustusta ja kaksi maalausta kahdesta eri asetelmasta. Lauantai päivänä on mahdollisuus ruokailla Ritopirtin keittiöissä omien eväiden kera. Ota mukaasi omat piirustus- ja maalaustarvikkeet. Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

Kädentaidot

Kudonta ja käsityö Aleksintie Kärsämäki syksy 02400001

7.9.–30.11.2022 36 t 50,00 €

Ke 13.00–15.15

Kutomo Aleksintie

Kati Tuoriniemi

Kudotaan kangaspuilla sisustus- ja vaatetustekstiilejä toiveiden mukaan. Lisäksi muita käsityötekniikoita esim. lankatekniikat, makramee, värjäys,

metallilanka, askartelu. Sopii vasta-alkajille ja kokeneille käsityön harrastajille. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Kudonta ja käsityö Porkkala Kärsämäki syksy 02400003

8.9.–1.12.2022 36 t 50,00 €

To 18.30–20.45

Porkkalan koulu, kutomo

Kati Tuoriniemi

Kudotaan kangaspuilla sisustus- ja vaatetustekstiilejä toiveiden mukaan.

Lisäksi muita käsityötekniikoita esim.

lankatekniikat, makramee, värjäys,

metallilanka, askartelu. Sopii vasta-

alkajille ja kokeneille käsityön

harrastajille. Ilmoittautuminen päättyy

1.9.2022 15.00

Kudonta ja käsityö Venetpalo Kärsämäki syksy 02400005

6.9.–29.11.2022 36 t 50,00 €

Ti 17.45–20.00

Töllin tupa

Kati Tuoriniemi

Kudotaan kangaspuilla sisustus- ja vaatetustekstiilejä toiveiden mukaan.

Lisäksi muita käsityötekniikoita esim.

lankatekniikat, makramee, värjäys,

metallilanka, askartelu. Sopii vasta-

alkajille ja kokeneille käsityön

harrastajille. Ilmoittautuminen päättyy

30.8.2022 15.00

Lankatyöt Aleksintie Kärsämäki syksy 02400007

8.9.–1.12.2022 36 t 50,00 €

To 16.00–18.15

Kutomo Aleksintie

Kati Tuoriniemi

Lankatekniikoita toiveiden mukaan eri

tekniikoilla kuten kirjomalla, neulomalla,

virkkaamalla, koukkuamalla ja solmimalla.

Sopii vasta-alkajille ja kokeneille käsityön

harrastajille. Ilmoittautuminen päättyy

1.9.2022 15.00

Puu- ja metallityö Frosterus Kärsämäki syksy 02400012

8.9.–1.12.2022 36 t 50,00 €

To 18.00–20.15

Frosteruksen koulu, puutyöluokka 133, G-ovi

Juha Vierimaa

Puu- ja metallitöitä omien toiveiden ja

tarpeiden mukaan. Ilmoittautuminen

päättyy 1.9.2022 15.00

Naisten puutyö Kärsämäki syksy 02400014

5.9.–28.11.2022 36 t 50,00 €

Ma 18.00–20.15

Frosteruksen koulu, puutyöluokka 133, G-ovi

Juha Vierimaa

Kurssilla valmistamme pienehköjä

kodinkalusteita, kuten esim. kaappeja,

hyllyjä, säilytyslaatikoita ym. Käytännön

työskentelyn kautta opitaan koneiden ja

käsityövälineiden käyttöä sekä

liitostekniikoita ja pintakäsittelyä.

Olennaista ei ole osaaminen, vaan halu

kokeilla ja oppia uutta. Tavoitteena on,

että kurssille olisi jatkossakin matala

kynnys osallistua. Sopii aloitteileijoille kuin

kokeneemmillekin nikkaroojille.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Huovutus Kärsämäki syksy 02400026

2.–18.11.2022 15 t 35,00 €

Ke 17.00–19.15, Pe 17.00–19.15

Frosteruksen koulu, kuvaamataidon

luokka 2033, H-ovi

Anna Niemelä

Huovutus on innostava ja ainutlaatuinen

tekniikka, jolla villa muovautuu käsissäsi persoonallisiksi, omannäköisiksi tuotteiksi. Kurssilla tutustumme märkähuovutukseen ja valmistamme tasotyön (esim. istuinalunen, seinätekstiili) ja/tai kolmiulotteisen työn (hatun, lelun, tossut). Huovutetut tuotteet viimeistelemme valmiiksi neulahuovutuksella, kirjonnalla, virkkauksella jne. Lista tarvikkeista ja materiaaleista lähetetään ennen kurssia. Kokoonnumme ke 2.11., ke 9.11. pe 11.11., ke 16.11. ja pe 18.11.2022. Ilmoittautuminen päättyy 26.10.2022 15.00

Liikunta

Jumpa Saviselkä syksy 02800001

5.9.–28.11.2022 16 t 37,00 €

Ma 19.00–20.00

Saviselän koulu, sali

Riina Tikkanen

Naisille ja miehille suunnattu yleis- ja lihaskuntoa kohottava liikuntatuokio, joka sisältää alkulämmittelyn, lihaskunto-osuuden ja loppuvenyttelyn opiskelijoiden toiveet huomioiden. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Kuntosalicircuit päiväryhmä Kärsämäki syksy 02800007

7.9.–30.11.2022 16 t 58,00 €

Ke 11.45–12.45

Liikuntakeskus Buusti Kärsämäki, kuntosali

Huhmarniemi Minna/Klemetilä Katja vuoroviikoin

Vauhdikas kiertoharjoittelutunti.

Tehokkaat perusliikkeet laitteilla ja vapailla painoilla. Vaihto laitteesta ja liikkeestä toiseen nopeasti, joten syke pysyy ylhäällä treenin ajan. Soveltuu

kaikille. Jokainen voi tehdä harjoitukset omalla tasollaan. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Kuntosalicircuit iltaryhmä Kärsämäki syksy 02800009

6.9.–29.11.2022 16 t 58,00 €

Ti 18.00–19.00

Liikuntakeskus Buusti Kärsämäki, kuntosali

Huhmarniemi Minna/Klemetilä Katja vuoroviikoin

Vauhdikas kiertoharjoittelutunti.

Tehokkaat perusliikkeet laitteilla ja vapailla painoilla. Vaihto laitteesta ja liikkeestä toiseen nopeasti, joten syke pysyy ylhäällä treenin ajan. Soveltuu kaikille. Jokainen voi tehdä harjoitukset omalla tasollaan. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Lavis Kärsämäki syksy 02800011

8.9.–1.12.2022 16 t 37,00 €

To 18.40–19.40

Konttimäki, sali

Paula Madetoja

Lavis perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon, jota tanssitaan yksin. Helpot koreografiat, humppa, jenka samba, jive, salsa.

Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Vire-Lavis Kärsämäki syksy 02800037

8.9.–1.12.2022 12 t 28,00 €

To 15.15–16.00

Konttimäki, sali

Paula Madetoja

Vire-Lavis pohjautuu lavatanssijumppaan ja on siitä sovellettu versio henkilölle, jolla on sairauden, vamman tai muun syyn vuoksi toimintakyvyn rajoituksia. Tunnit toteutetaan pääosin istuen ja tuolia apuna

käyttään. Tanssilajit humppa, valssi, jenkka, tango jne. Soitetaan kotimaista lavatanssimusiikkia. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Miesten venyttely ja sähly Kärsämäki syksy 02800013

7.9.–30.11.2022 16 t 37,00 €

Ke 19.00–20.00

Frosteruksen koulu, liikuntasali, koko sali, H-ovi

Juha Vierimaa

Venyttelyä ja sählyn pelaamista miehille.

Teholtaan raskas. Ilmoittautuminen

päättyy 31.8.2022 15.00

Aikuisten uimakoulu alkeet Kärsämäki syksy 02800035

5.9.–28.11.2022 12 t 74,00 €

Ma 18.10–18.55

Koivupuisto, uimahalli

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin

Tutustumme veteen, harjoitteleme

liukumista, sukeltamista, kellumista ja

alkeisuintia. Kurssimaksu sisältää

uimaliput. Ilmoittautuminen päättyy

29.8.2022 15.00

Naisten ja miesten vesijumppa Kärsämäki syksy 02800015

5.9.–28.11.2022 12 t 74,00 €

Ma 19.50–20.35

Koivupuisto, uimahalli

Mia Tuomisto

Vesijumppa sopii mainiosti kaiken ikäisille, kokoisille ja kuntoisille. Vedessä liikkeet

ovat pehmeitä ja tehokkaita, siksi

nivelistävällinen vesijumppa sopii

erinomaisesti myös

kuntoutujille. Vesijumpan tehoa voit

säätää juuri itselle sopivaksi: kevyttä

jumppaa hitaammalla tahdilla ja lisää

tehoa saat nopeuttamalla liikkeitä

Teholtaan keskiraskas. Kurssimaksu sisältää uimaliput. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Naisten vesijumppa 1 Kärsämäki syksy 02800017

5.9.–28.11.2022 12 t 74,00 €

Ma 19.00–19.45

Koivupuisto, uimahalli

Mia Tuomisto

Vesijumppa sopii mainiosti kaiken ikäisille, kokoisille ja kuntoisille. Vedessä liikkeet

ovat pehmeitä ja tehokkaita, siksi

nivelistävällinen vesijumppa sopii

erinomaisesti myös

kuntoutujille. Vesijumpan tehoa voit

säätää juuri itselle sopivaksi: kevyttä

jumppaa hitaammalla tahdilla ja lisää

tehoa saat nopeuttamalla liikkeitä

Teholtaan keskiraskas. Kurssimaksu

sisältää uimaliput. Ilmoittautuminen

päättyy 29.8.2022 15.00

Naisten vesijumppa 2 Kärsämäki syksy 02800019

7.9.–30.11.2022 12 t 74,00 €

Ke 9.00–9.45

Koivupuisto, uimahalli

Huhmarniemi Minna/Klemetilä Katja

vuoroviikoin

Vesijumppa sopii mainiosti kaiken ikäisille, kokoisille ja kuntoisille. Vedessä liikkeet

ovat pehmeitä ja tehokkaita, siksi

nivelistävällinen vesijumppa sopii

erinomaisesti myös

kuntoutujille. Vesijumpan tehoa voit

säätää juuri itselle sopivaksi: kevyttä

jumppaa hitaammalla tahdilla ja lisää

tehoa saat nopeuttamalla liikkeitä

Teholtaan keskiraskas. Kurssimaksu

sisältää uimaliput. Ilmoittautuminen

päättyy 31.8.2022 15.00

**Naisten vesijumppa 3 Kärsämäki syksy
02800021**

7.9.–30.11.2022 12 t 74,00 €

Ke 9.50–10.35

Koivupuisto, uimahalli

Huhmarniemi Minna/Klemettilä Katja

vuoroviikoin

Vesijumppa sopii mainiosti kaiken ikäisille,
kokoisille ja kuntoisille. Vedessä liikkeet

ovat pehmeitä ja tehokkaita, siksi

nivelistävällinen vesijumppa sopii

erinomaisesti myös

kuntoutujille. Vesijumpan tehoa voit

säätää juuri itselle sopivaksi: kevyttä

jumppaa hitaammalla tahdilla ja lisää

tehoa saat nopeuttamalla liikkeitä

Teholtaan keskiraskas. Kurssimaksu

sisältää uimaliput. Ilmoittautuminen

päättyy 31.8.2022 15.00

Physiopilates Kärsämäki syksy 02800023

7.9.–7.12.2022 16 t 37,00 €

Ke 18.00–19.00

Konttimäki, sali

Paula Kallatsa-Korpi

Pilatesin klassisen repertuaarin liikkeet

(34) sekä niiden helpotetut versiot.

Käsiteltäviä liikkeitä harjoitellaan

fysioterapeuttisesta näkökulmasta:

keskivartalon, hartiarenaan ja lantion

stabiiliteetin merkitys pilatesharjoittelussa

sekä hengityksen ja liikkeen yhdistäminen

pilatesharjoittelussa. Tarvitset

jumppamaton ja elastiset liikkumisen

mahdollistavat vaatteet, ei kenkiä.

Teholtaan keskiraskas. Opetusta ei viikolla

41. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022

15.00

SJL-jooga Kärsämäki syksy 02800027

7.9.–7.12.2022 20 t 47,00 €

Ke 19.10–20.25

Konttimäki, sali

Paula Kallatsa-Korpi

SJL. -Jooga (Suomen joogaliiton jooga)

ohjaa kohti mielenrauhaa, sisäistä

hiljaisuutta sekä tietoista läsnäoloa. Lisää

kehon liikkuvuutta, notkeutta, kohentaa

kokonaisterveyttä ja fyysistä kuntoa sekä

opettaa rentoutumista ja oikeaa

hengitystä. Sopii kaikille. Opetusta ei

viikolla 41. Ilmoittautuminen päättyy

31.8.2022 15.00

**Liikuntakoulu 6-10 v Kärsämäki syksy
02800029**

5.9.–28.11.2022 16 t 37,00 €

Ma 17.00–18.00

Frosteruksen koulu, liikuntasali, koko sali,

H-ovi

Hanna Jantunen

Opettelemme perusliikuntataitoja, jotka

kehittävät kehonhallintaa,

välineenkäsittelytaitoja sekä ryhmässä

toimimista erilaisten pelien ja leikkien

muodossa. Kurssilla tutustutaan eri

liikuntalajeihin, joten siellä pääset

kokeilemaan erilaisia maila- ja pallopelejä

sekä voimistelua. Sopii tytöille ja pojille.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

**Telinevoimistelu jatkajat Kärsämäki
syksy 02800031**

5.9.–28.11.2022 16 t 37,00 €

Ma 18.00–19.00

Frosteruksen koulu, liikuntasali, koko sali,

H-ovi

Hanna Jantunen

Voimistellaan telineillä ja harjoitellaan

vauhdikkaita permantosarjoja sekä

akrobaattisia voimisteluliikkeitä, kuten

perhosvoltti, takaperin voltti, puolivoltit

eteen ja taakse ja käsilläkävely. Liikkeitä

voidaan soveltaa ryhmän ja yksilön

taitojen mukaisesti. Tunti sisältää

leikinomaisen lämmittelyosuuden sekä

taito-, voima- ja liikkuvuusosioita. Sopii

tytöille ja pojille. Ilmoittautuminen

päättyy 29.8.2022 15.00

Tuolijumppa Kärsämäki syksy 02800033

6.9.–29.11.2022 12 t 28,00 €

Ti 14.45–15.30

Konttimäki, sali

Katja Klemettilä

Jumppaa rauhalliseen tahtiin ilman musiikkia istuen tai tuolia apuna käyttäen.

Lihaskuntoa vahvistavia liikkeitä, venyttelyä ja tasapainoharjoituksia.

Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen

päättyy 30.8.2022 15.00

Porrastreeni lyhytkurssi Kärsämäki syksy 02800039

5.–26.9.2022 4 t 10,00 €

Ma 17.45–18.30

Suomela

Jenni Autio

Tehokas ja monipuolinen porrastreeni sopii kaiken ikäisille ja kuntoisille.

Treenaamme Suomen kuntosuunnitelmien mukaisesti.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Perusjumppa Kärsämäki syksy 02800042

5.9.–28.11.2022 12 t 28,00 €

Ma 19.15–20.00

Konttimäki, sali

Hanna Jantunen

Perusjumppa, jossa alkulämmittely, lihaskunto-osuus sekä loppuvenyttely.

Harjoitukset toteutetaan kehonpainon avulla, käytetään myös kahvakuulia, jumppakeppejä sekä tehdään

kuntopiiriharjoituksia. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy

29.8.2022 15.00

Pumppi Kärsämäki syksy 02800044

6.9.–29.11.2022 12 t 43,00 €

Ti 17.00–17.45

Liikuntakeskus Buusti Kärsämäki,
kuntosali

Huhmarniemi Minna/Klemettilä Katja
vuoroviikoin

Musiikin tahtiin tehtävää

lihaskuntoharjoittelua, jossa treenaamme läpi kaikki kehon suurimmat lihasryhmät

levytangon, levypainojen ja steppilaudan avulla. Jokainen valitsee käyttämänsä

painot itse oman kunnon ja tavoitteiden perusteella. Tunti ei sisällä lainkaan

askelkuvioita eikä hyppyjä.

Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Tae Kwon-Do (ITF) Kärsämäki syksy 02800046

11.9.–11.12.2022 24 t 39,00 €

Su 13.00–14.30

Frosteruksen koulu, liikuntasali, koko sali,
H-ovi

Tapio Pitkälä

Yli 7 vuotiaille. Peruskurssilla opetellaan lajiin kuuluva salikäyttäytyminen,

peruslyönnit, -potkut, -torjunnat, lihaskuntoharjoitteet, perusteet

itsepuolustuksesta, sekä korean kielistä sanastoa. Ylle verkkarit, mukaan

juomapullo. Opiskelija huolehtii vakuutusturvastaan itse.

Kamppailulajeissa opiston vakuutus koskee vain teoriajaksoja.

Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

Musiikki

Harmonikka ryhmäopetus Kärsämäki syksy 02100001

7.9.–30.11.2022 36 t 50,00 €

Ke 18.30–20.45

Konttila, tupa

Noora Repo

Ryhmäopetus, soittamisen perustaidot.

Soitamme yhdessä monipuolista

harmonikka- ja laulumusiikkia. Oma soitin mukaan. Vasta-alkajille ja harmonikkaa jo soittaneille. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Karaoke Kärsämäki syksy 02100003

6.9.–29.11.2022 48 t 74,00 €
Ti 18.00–21.15
Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159, H-ovi
Miika Kiiskinen
Mikrofonin käyttöä, tekniikkaa, esiintymistä ja uusia karaokelauluja. Käytössä tietokonepohjaiset ammattilaiskaraokelevyt suomalaisilta valmistajilta. Vasta-alkajille sekä pidempään karaokea harrastaneille. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Kitara Frosterus 20 min Kärsämäki syksy 02100005

7.9.–30.11.2022 73,00 €
Ke 15.05–17.05
Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159, H-ovi
Juha-Matti Kurra
Kitaransoiton yksilöopetus 20 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Laulun iloa -lauluryhmä Kärsämäki syksy 02100007

9.9.–2.12.2022 24 t 39,00 €
Pe 11.30–13.00
Konttimäki, sali
Hanna-Leena Mäyrä
Laulamme yhdessä pianon säestyksellä tuttuja ja myös harvemmin kuultuja ikivihreitä iskelmiä, laulelmia ja hengellisiä lauluja yksinäisesti. Tervetuloa kaikki laulun ystävät! Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

Laulun salat - laulun lyhytkurssi

Kärsämäki syksy 02100009

8.–16.10.2022 36 t 53,00 €
La 10.00–17.00, Su 10.00–17.00
Frosteruksen koulu, auditorio, A-ovi
Kristiina Nietula
Yksilöopetus 45 min/kerta, yhteensä 4 kertaa. Lisäksi kurssin osallistujilla on mahdollisuus seurata passiivisena toisten harjoituksia osana opetusta. Matalan kynnyksen lyhyt intensiivinen laulukurssi kahtena viikonloppuna, jossa perehdytään laulamisen saloihin monipuolisesti ja kokonaisvaltaisesti. Tuo mukana kaksi laulua (ei pakollinen). Säestäjä mukana 15.-16.10. Opettajana toimii nivalalaisyntyinen oopperalaulaja, laulopedagogi Kristiina Nietula, joka haluaa tuoda entisten opettajiensa professori Jorma Hynnisen ja oopperalaulaja Ritva Auvisen laulutekniikkaa ja -oppeja tällekin alueelle. Kristiina on palkittu useissa laulukilpailuissa. Hän on tehnyt myös monipuolisesti erilaista laulumusiikkia (operetti, kirkkomusiikki jne.). Ilmoittautuminen päättyy 30.9.2022 15.00

Lumoliekit Kärsämäki syksy 02100010

7.9.–30.11.2022 24 t 39,00 €
Ke 19.00–20.30
Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159, H-ovi
Saara Howe
Kurssin aikana opetellaan äänenmuodostusta ja stemmalaulua. Ohjelmisto on monipuolista sisältäen sekä viihdelauluja, kansanlauluja että perinteistä kuoromusiikkia. Tavoitteena järjestää kevätkonsertti sekä esiintyä erilaisissa kunnan ja seurakunnan järjestämissä juhlissa. Toivotamme tervetulleiksi uusia laulajia mukaan! Ilmoittautuminen

päättyy 31.8.2022 15.00

**Piano Frosterus 20 min Kärsämäki syksy
02100012**

9.9.–2.12.2022 73,00 €

Pe 13.40–18.15

Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159,
H-ovi

Hanna-Leena Mäyrä

Pianonsoiton yksilöopetus 20 min.

Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

**Piano Saviselkä 20 min Kärsämäki syksy
02100014**

7.9.–30.11.2022 73,00 €

Ke 18.00–20.00

Saviselän koulu, pianoluokka

Kirsti Ervasti

Pianonsoiton yksilöopetus 20 min.

Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Puhallinyhtye Kärsämäki syksy 02100016

5.9.–28.11.2022 36 t 50,00 €

Ma 18.00–20.15

Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159,
H-ovi

Simo Saastamoinen

Jatkoryhmä. Ryhmäopetus. Ota mukaan
oma soitin ja nuottiteline.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

**Viulu TPO 30 min Kärsämäki syksy
02100018**

25.8.–1.12.2022 122,00 €

To 14.00–16.00

Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159,
H-ovi

Timo Hannula

Viulunsoiton yksilöopetus 30 min. Taiteen
perusopetus. Viulunsoiton

peruskysymyksiä. Opettaja sopii
soittoajan puhelimitse. Tavoitteellinen
opiskelu edellyttää harjoittelua kotona.
Ilmoittautuminen päättyy 18.8.2022 15.00

**Viulu TPO 45 min Kärsämäki syksy
02100024**

25.8.–1.12.2022 180,00 €

To 16.00–16.45

Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159,
H-ovi

Timo Hannula

Viulunsoiton yksilöopetus 45 min. Taiteen
perusopetus Viulunsoiton

peruskysymyksiä. Opettaja sopii

soittoajan puhelimitse. Tavoitteellinen

opiskelu edellyttää harjoittelua kotona.

Ilmoittautuminen päättyy 18.8.2022 15.00

**Yksinlaulu A Kärsämäki 30 min joka
toinen viikko syksy 02100020**

6.9.–22.11.2022 52,00 €

Ti 15.00–19.30

Frosteruksen koulu, auditorio, A-ovi
Hannariina Tölli

Laulun yksilöopetus 30 min joka toinen
viikko. Opettaja sopii lauluajan
puhelimitse. Ilmoittautuminen päättyy
30.8.2022 15.00

**Yksinlaulu B Kärsämäki 30 min joka
toinen viikko syksy 02100031**

13.9.–29.11.2022 52,00 €

Ti 15.00–19.30

Frosteruksen koulu, auditorio, A-ovi
Hannariina Tölli

Laulun yksilöopetus 30 min joka toinen
viikko. Opettaja sopii lauluajan
puhelimitse. Ilmoittautuminen päättyy
30.8.2022 15.00

**Puhaltimet tutuiksi Kärsämäki syksy
02100030**

5.9.–28.11.2022 12 t 28,00 €

Ma 16.15–17.00

Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159,
H-ovi

Kärsämäen puhallinorkesteri

Ryhmäopetus. Oman soittimen opettelua
ja hallintaa, viivaston ja nuottien
opettelua sekä yhteissoiton opettelua.

Opettajina toimivat Kärsämäen
puhallinorkesterin jäsenet.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

**Nuorten bändisoitto Kärsämäki syksy
02100033**

7.9.–30.11.2022 24 t 39,00 €

Ke 17.10–18.40

Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159,
H-ovi

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin

Opimme bändisoittoa ryhmässä. Sopii
edistyneemmille ja vähän kitaran, basson,
rumpujen tai kosketinsoittimen / pianon
soittotaitoa omaaville. Aikataulu alustava,
päivä ja kelloaika voi vielä muuttua.

Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

**Twerkkkaus tutuksi lyhytkurssi Kärsämäki
syksy 02500007**

5.–26.9.2022 5,33 t 12,00 €

Ma 19.05–20.05

Frosteruksen koulu, liikuntasali, puoli sali,
H-ovi

Jenni Autio

Tutustumme twerkkiin ja sen liikekieleen.

Harjoittelemmme eri perustekniikoita ja
opettelemme helpon lyhyen koreografian.

Ei vaadita aiempaa tanssikokemusta. Sopii
yli 15 v. täyttäneille. Varusteet:

löysät/joustavat housut tai shortsit,
juomapullo sekä kengät (voi olla myös
ilman). Ilmoittautuminen päättyy

29.8.2022 15.00

Tanssi

Latinobic Kärsämäki syksy 02500005

8.9.–1.12.2022 16 t 37,00 €

To 17.30–18.30

Konttimäki, sali

Paula Madetoja

Latinobic on soolotanssilaji, jossa opitaan
perusaskeleet ja lajinomaista liikuntaa.

Tanssitaan lattareita esim. samba, rumba
cha-cha-cha, jive, salsa ja merengue.

Tanssitaustaa ei tarvita. Ilmoittautuminen
päättyy 1.9.2022 15.00

Merijärvi

Kuvataide ja muotoilu

Kuvataide perusteet 6-9 v Merijärvi syksy 03300001

24.8.–30.11.2022 28 t 79,00 €

Ke 14.30–16.00

Koivupuhdon koulu, kuvaamataidon luokka 216

Jonna Takkunen

Yhteisten opintojen tarkoituksena on taiteenalan perustaitojen hankkiminen.

Työmuotoja ovat piirustus ja maalaus, kuvanveisto, grafiikka, ympäristö- ja yhteisötaide, kuvallinen media sekä monitaiteelliset projektit. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun. Sisaralennus ja aktiivialennus. Jatkavat opiskelijat saavat tekstiviestin elokuussa. Materiaalimaksu 20 €. Ilmoittautuminen päättyy 16.8.2022 15.00

Kuvataide teemaopinnot 10-16 v Merijärvi syksy 03300003

24.8.–30.11.2022 28 t 93,00 €

Ke 16.15–17.45

Koivupuhdon koulu, kuvaamataidon luokka 216

Jonna Takkunen

Teemaopintojen tavoitteena on yhteisissä opinnoissa opitun kuvataiteellisen ajattelun ja ilmaisun syventäminen ja laajentaminen sekä

vaikuttamismahdollisuuksien kehittäminen. Opintoihin sisältyy esimerkiksi materiaalisia ja taiteidenvälisiä kokeiluja ja erikoistekniikoihin perehtymistä.

Opintojen päätteeksi opiskelija tekee lopputyön. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun. Sisaralennus ja aktiivialennus. Jatkavat opiskelijat saavat

tekstiviestin elokuussa. Materiaalimaksu 25 €. Ilmoittautuminen päättyy 15.8.2022 15.00

Kuvataiteen tehoviikonloppu Merijärvi syksy 03300005

15.–22.10.2022 15 t 40,00 €

La 10.00–16.00, La 10.00–15.15

Koivupuhdon koulu, kuvaamataidon luokka 216

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin

Kuvataiteen tehoviikonloppuna

syväskelletään kuvataiteen

erikoistekniikoihin. Kurssimaksu sisältää

materiaalimaksun. Kurssi hyväksiluetaan

osaksi kuvataiteen teemaopintoja (taiteen

perusopetus). Sisaralennus,

aktiivialennus. Materiaalimaksu 5 €.

Ilmoittautuminen päättyy 7.10.2022 15.00

Kädentaidot

Kudonta Merijärvi syksy 03400003

14.9.–23.11.2022 30 t 42,00 €

Ke 14.30–16.45

Vanhustenkotiyhdistys, kerhotila

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin

Kudonnan lisäksi toiveiden mukaan myös

muita käsitöitä esim. neuleita ja kirjontaa.

Vaikka olisit vasta aloittamassa

kudontaharrastustasi tai olisit kutonut

vain vähän, niin tule rohkeasti mukaan!

Ilmoittautuminen päättyy 7.9.2022 15.00

Materiaalina kananmunakennot

Merijärvi syksy 03400005

22.10.2022 5 t 12,00 €

La 10.00–14.00

Koivupuhdon koulu, tekstiilityön lk 202

Sirpa Pirttiala-Haasiomäki

Heitätkö omat kananmunapakkauksesi

suoraan roskikseen? Kierrätä ne ja kokeile

niiden uusiokäyttöä. Munakennot ovat

oivallista materiaalia erilaisten seinä- ja pöytäkoristeiden tekoon. Materiaali on halpaa eikä työvälineitäkään tarvita paljon. Joutomateriaalia leikkaamalla, värjäämällä, muotoilemalla ja yhdistelemällä saat helposti ihania ja ajattomia koristeita kuten kransseja, koristepalloja, kukkia. Ohjeet tarvikkeiden hankintaan lähetetään ilmoittautuneille. Ilmoittautuminen päättyy 15.10.2022 15.00

Koukuttava gellipainanta Merijärvi syksy 03400006

1.10.2022 4 t 10,00 €

La 10.00–13.00

Koivupuhdon koulu, tekstiilityön lk 202
Sirpa Pirttiala-Haasiomäki

Gellipainanta on nopea, helppo, inspiroiva ja hauska tapa tehdä yksilöllisiä printtejä kankaalle tai paperille. Vähillä ja yksinkertaisilla työvälineillä tehtyä väripintaa voit kuvioida esim. sabluunoilla, kasvien lehdillä, heinillä, aaltopahvilla, WC-paperirullilla, kuplamuovilla, pitsillä, pullonkorkeilla, keksien säilytysalustoilla. Gellillä et saa tehtyä kahta samanlaista vedosta, sillä sattumalla on lopputuloksessa tärkeä osuus. Yllätyksellisyys onkin tämän tekniikan hauskuus! Kokeile, ylläty ja ihastu! Ota omat värit, gelli ja telat mukaan, jos on. Opistolla joitakin lainattavia gellilevyjä ja teloja. Väreinä käytetään akryyli- ja kankaanpainovärejä. Värejä saa ostaa opettajalta. Ohjeet tarvikkeiden hankintaan lähetetään ilmoittautuneille ennen kurssin alkua. Ilmoittautuminen päättyy 24.9.2022 15.00

Liikunta

Kahvakuulajumppa Merijärvi syksy 03800001

6.9.–29.11.2022 16 t 37,00 €

Ti 19.00–20.00

Kilpukka, liikuntasali

Anna Järvelä

Tehokas, koko kehon voima- ja kestävyystreeni, sisältää myös liikkuvuus-, venyttely- ja koordinaatioharjoituksia. Alkulämmittely, minkä jälkeen kahvakuulaliikkeitä sekä yhdellä että kahdella kuulalla, lopuksi loppuverryttely ja venyttely. Sopii sekä naisille että miehille. Omat kahvakuulat mukaan. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Varttuneiden liikunta Merijärvi syksy 03800002

6.9.–29.11.2022 16 t 37,00 €

Ti 16.00–17.00

Kilpukka

Tuula Kauranen

Opettelemme jumpan perusaskeleita ilman hyppyjä ja vaikeita askelsarjoja. Tunnin alussa kevyt, helppo alkulämmittely, jonka jälkeen lihaskunto-osio välineillä tai ilman ja lopussa venyttely. Sopii sekä naisille että miehille. Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Musiikki

Piano Koivupuhto 20 min Merijärvi syksy 03100002

5.9.–28.11.2022 73,00 €

Ma 12.45–15.00

Koivupuhdon koulu, luokka 304

Arto Leponiemi

Yksilöopetus 20 min/12 viikkoa. Otamme uusia opiskelijoita, mikäli paikkoja vapautuu. Aiemmin pianonsoittoa opiskelleet etusijalla. Opettaja sopii soittoajan. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Piano TPO Koivupuhto 30 min Merijärvi syksy 03100003

22.8.–28.11.2022 122,00 €

Ma 15.00–16.30

Koivupuhdon koulu, luokka 304

Arto Leponiemi

Musiikin yleisen oppimäärän taiteen perusopetuksen tehtävänä on luoda edellytykset hyvän musiikkisuhteen syntymiselle ja musiikin elämänikäiselle harrastamiselle. Tavoitteena on tukea oppilaan omaehtoista musiikin harrastamista. Opiskelussa korostuvat musiikin harrastamisen ja yhteismusisoinnin ilo sekä oppilaan vapaus toteuttaa itseään oman musiikin tekemisen ja kokemisen kautta. Uusia opiskelijapaikkoja jaetaan resurssien puitteissa. Sisälennus ei käy yksilöopetuksessa. Vapaaopiskelijapaikkahakemuslomake on opinto-oppaan takasivulla. Yksilöopetus 30 min/15 viikkoa. Opettaja sopii soittoajan. Ilmoittautuminen päättyy 15.8.2022 15.00

Yksinlaulun lyhytkurssi Merijärvi syksy 03100004

6.9.–4.10.2022 47,00 €

Ti 17.00–20.00

Koivupuhdon koulu, luokka 304

Anna-Maria Togbenou

Laulutekniikan ja äänenmuodostuksen perusteita. Yksilöopetusta 30 min/hlö/vko jokaisen omien tavoitteiden mukaan. Kurssi sopii niin aloittelijoille kuin pidemmällä oleville. Pyrkimyksenä on mahdollisimman luonnollinen ja rento äänenkäyttö. Opettaja sopii lauluajan. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Oulainen

Kielet

Tutustu espanjan alkeisiin -verkkokurssi 04200001

6.–27.9.2022 12 t 28,00 €

Ti 18.00–20.15

Verkkoympäristö

Mira Lavonen

Tällä lyhyellä Peda.net-verkkokurssilla opit ääntämään espanjaa, tervehtimään ja hyvästelemään, esittelemään itsesi, asioimaan kahvilassa, numerot 0-100 sekä hieman alkeiskielioppia. Kurssi sopii opiskelijoille, jotka vasta aloittavat espanjan opiskelua sekä hieman opiskelleille kertaukseksi. Uudet materiaalit avautuvat kerran viikossa neljän viikon ajan ja voit opiskella niitä omaan tahtiisi, itsellesi sopivana aikana. Kurssilla ei ole oppikirjaa, vain verkkokurssimateriaali. Saat tarkemmat ohjeet kurssin alussa sähköpostitse. Muista antaa ilmoittautuessasi sähköpostiosoitteesi! Syysloman jälkeen voit jatkaa opiskelua Espanjaa matkailijalle-verkkokurssilla. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Espanjaa matkailijalle -verkkokurssi 04200002

1.–29.11.2022 15 t 35,00 €

Ti 18.00–20.15

Verkkoympäristö

Mira Lavonen

Tämä syysloman jälkeen alkava Peda.net -verkkokurssi sopii hieman espanjaa osaaville kielitaidon vahvistamiseen tai jo enemmän opiskelleille kertaamiseen. Kurssilla opiskellaan mm. ravintola-, hotelli- ja ostokset -aiheisia sanastoja ja fraaseja, ei kielioppia. Uudet materiaalit

avautuvat kerran viikossa viiden viikon ajan. Kurssilla ei ole oppikirjaa, vain verkkokurssimateriaali. Saat tarkemmat ohjeet kurssin alussa sähköpostitse. Muista antaa ilmoittautuessasi sähköpostiosoitteesi! Ilmoittautuminen päättyy 21.10.2022 15.00

Englantia jonkin verran sitä osaaville Oulainen syksy 04200003

5.9.–28.11.2022 24 t 39,00 €

Ma 17.15–18.45

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot
2

Elena Hyytiäinen

Tällä kurssilla kertaat ja syvennät aiemmin oppimiasi asioita. Kehität arkielämän englantia tekemällä monipuolisia tehtäviä. Tutustut viestinnän kannalta tärkeisiin kielen rakenteisiin. Opit toimimaan erilaisissa tilanteissa ja myös keskustelemaan monenlaisista aiheista. Oppikirja: Everyday English 2 (englantia aikuisille) FinnLectura, Anni Holopainen, Christine Silventoinen, 2019. Oppikirjaan voit tutustua tästä linkistä [https://finnlectura.fi/media/sites/2/everday_english_sisus_2-naytesivut.pdf]. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Englantia aloittaville Oulainen syksy 04200004

5.9.–28.11.2022 24 t 39,00 €

Ma 15.30–17.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot
2

Elena Hyytiäinen

Tämä kurssi sopii hyvin vasta-alkajille, mutta myös ruosteessa olevan alkeiskielitaidon aktivoimiseen. Tarkoitus on tarjota opiskelijoille mahdollisimman hyödyllistä ja ajan hermolla olevaa englantia. Kurssilla harjoitellaan englannin käyttöä arkipäivän tilanteissa, mihin

aikuisopiskelija törmää niin kotimaassaan kuin ulkomailla. Oppikirja: Everyday English Starter (englantia aikuisille) FinnLectura, Anni Holopainen, Christine Silventoinen, Hannele Ylönen, 2015. Oppikirjaan voit tutustua tästä linkistä [https://finnlectura.fi/media/sites/2/everday_english_starter-naytesivut.pdf]. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Aktivoi englantisi verkossa syksy 04200005

14.9.–23.11.2022 20 t 33,00 €

Ke 18.00–19.30

Verkkoympäristö

Anneli Niemistö

Verkkokurssi sopii englannin perusteita joskus oppineille, jotka haluavat kerrata ja vahvistaa omaa kielitaitoa. Kurssikirjan ja verkkomateriaalin avulla perehdymme arkielämän tilanteisiin sekä matkailusanastoon. Käymme läpi myös peruskielioppia. Viikoittain avautuu uusi opintoviikko ja opiskelijat voivat omaan tahtiin käydä läpi materiaalia ja tehtäviä. Verkkomateriaali koostuu nauhoitetuista videoista, äänitteistä, kuullun ymmärtämis-, kirjoitus- ja puheharjoituksista. Verkossa opiskelet osana ryhmää. Osa tehtävistä on koko ryhmälle suunnattuja ja osa itsenäisiä. Saat myös tukea oppimiseen! Voit tehdä kysymyksiä koko kurssin ajan. Kurssikirjana Everyday English 1. Verkkokurssi vaatii opiskelijoilta teknisesti: - toimivan verkkoyhteyden (kurssin katselu onnistuu sekä pöytäkoneella että mobiililaitteella) - kaiuttimet äänitteiden ja videoiden kuuntelemiseen (esim. pöytäkoneen tai kännykän sisäänrakennettu) - puheharjoitukset: mikrofoni puheen nauhoittamiseen (kannettavan tietokoneen tai kännykän

sisäänrakennettu mikrofoni riittää) - videoviestien lähettämiseen myös kameran (ei välttämätöntä). Kurssi toteutetaan Peda.net -oppimisalustaa hyödyntäen. Saat kurssille ilmoittauduttuasi liittymisavaimen, millä pääset käyttämään kurssimateriaaleja. Linkki oppikirjaan: <https://finnlectura.fi/oppimateriaalit/everday-english-1> [<https://finnlectura.fi/oppimateriaalit/everday-english-1>] Ilmoittautuminen päättyy 7.9.2022 15.00

Saksan alkeet verkossa syksy 04200006

14.9.–23.11.2022 40 t 45,00 €

Ke 18.00–21.00

Verkkoympäristö

Anneli Niemistö

Saksan verkkokurssi sopii sekä vasta-alkajille että kertaajille. Käsittelemme kurssikirjan ja verkkomateriaalin avulla arkielämän puhetilanteita ja matkailuun liittyvää sanastoa sekä peruskielioppia. Saat viikoittain uuden materiaalin, mitä voit käydä läpi silloin kun itsellesi sopii. Kouluttaja puhuu saksaa äidinkielenään ja on asunut Saksassa 20 vuotta. Kurssilla saat ensikäden tietoa myös saksalaisesta kulttuurista. Verkkomateriaali koostuu nauhoitetuista videoista, äänitteistä, kuullun ymmärtämis-, kirjoitus- ja puheharjoituksista. Verkossa opiskelet osana ryhmää. Osa tehtävistä on koko ryhmälle suunnattuja ja osa itsenäisiä. Kurssialustana toimii peda.net [<https://eur03.safelinks.protection.outlook.com/?url=http%3A%2F%2Fpeda.net%2F&data=05%7C01%7CArto.Leponiemi%40haapavesi.fi%7Cce5f8f8058294a310f5608da2c2ef89d%7C7024ee8d9e4342f09fb5e72c2a49e8f0%7C1%7C0%7C637870877507543081%7CUnknown%7CTWFPbGZsb3d8eyJWljoIMC4wLjAwMDAiLCJQIjoIv2luMzli>]

LCJBTii6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=MqOXs0sS96jgG3dIHHfatjJOP8J%2BtXUoleCdnTPevg%3D&reserved=0]. Kurssikirjana Freut mich 1. Kurssin aikana käsittelemme kirjasta kappaleet 0-6. Lisätietoa Freut mich 1 oppikirjasta:

"Freut mich vie värikkäälle matkalle saksankielisiin maihin ja niiden kieleen ja innostaa niin opiskelijaa, matkailijaa kuin työelämän saksaa tarvitsevaa."

"Ajankohtaiset tekstit, runsaat keskusteluharjoitukset ja monipuoliset tehtävät kannustavat käyttämään kieltä aidoissa tilanteissa esimerkiksi ravintolassa ja hotellissa."

"Kielioppi esitellään selkeästi ja opiskelijaystävällisesti."

Kirjan taitotaso on A1. Näytesivut verkossa:
<https://finnlectura.fi/oppimateriaalit/freut-mich-1>.
[<https://eur03.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Ffinnlectura.fi%2Foppimateriaalit%2Ffreut-mich-1&data=05%7C01%7CArto.Leponiemi%40haapavesi.fi%7Cce5f8f8058294a310f5608da2c2ef89d%7C7024ee8d9e4342f09fb5e72c2a49e8f0%7C1%7C0%7C637870877507543081%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzliLCJBTii6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=x1%2BGJsTq0epF1zseBodjz2yF7%2FvNZWGbA%2F76%2BDmCSs%3D&reserved=0>]
Ilmoittautuminen päättyy 7.9.2022 15.00

Rammstein-saksaa verkossa syksy 04200010

2.–23.11.2022 12 t 28,00 €

Ke 18.00–20.15

Verkkoympäristö

Anneli Niemistö

Saksalainen Rammstein -bändi on suosittu ympäri maailmaa. Verkkokurssilla pääset tutkimaan Rammsteinin kappaleita ja sanoituksia. Mitä sanat oikein tarkoittavat? Opit myös saksan kielen perusrakenteita ja tutustut kielioppiin. Viikoittain avautuu verkkomateriaali, mitä voit käydä läpi omaan tahtiin. Materiaali koostuu musiikkivideoista, sanoituksista, sanastosta, opetusvideoista ja tehtävistä. Opiskelet osana ryhmää ja voit käydä kirjallista keskustelua kappaleiden sisällöistä. Kurssi ei edellytä aikaisempaa saksan kielen osaamista ja sopii niin nuorille kuin aikuisille! Kurssilla ei ole reaaliaikaisia tapaamisia. * Tietotekniset vaatimukset:
* - tietokone, tabletti tai älypuhelin verkkoyhteydellä
* - äänentoistolaitte kappaleiden kuuntelua varten (esim. kannettavan tietokoneen tai älypuhelimien sisäänrakennettu kaiutin)
* - ohjelma pdf-tiedostojen lukua varten, esim. Adobe Acrobat Reader (saa ilmaiseksi netistä)
* - tulostin tehtävien tulostamista varten (ei välttämätön, voi myös katsoa ruudulta)
* - tietokoneen peruskäyttötaidot ja verkkotyöskentelytaidot Ilmoittautuminen päättyy 19.10.2022 15.00

Suomen kieltä ulkomaalaisille Finnish for foreigners Финский язык для иностранцев Oulainen syksy 04200011

15.8.–28.11.2022 30 t 49,00 €

Ma 19.00–20.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot 2

Elena Hyytiäinen

Kurssi on tarkoitettu aikuisten suomen kielen opiskeluun alkeistasolla. Kurssilla saavutetaan suomen kielen perusrakenteen tuntemus ja keskeinen sanavarasto. Tutustutaan arkipäivän, perhe-elämän, työn ja vapaa-ajan sanastoon ja sovelletaan sitä viestintätilanteisiin. Erityistä huomiota kiinnitetään suullisiin ja kuuntelutehtäviin. Tehdään kielenkäyttö- ja viestintätehtäviin soveltuvia kielioppiharjoituksia.

This course is designed for adult students who intend to start studying Finnish. The students will go from possessing formal basics to having conversation skills. It will encourage the students to master common Finnish interactions, they will learn vocabulary and practice using it in the situations related to everyday life, family, job and hobbies. The course will provide them with a large variety of grammar and listening comprehension exercises.

Этот стартовый курс предлагается для взрослых, приступающих к изучению финского языка. На курсе студенты приобретут базовый лексический запас и научатся применять его в повседневной жизни и в общении на тему семьи, работы и досуга. Выполняя ряд упражнений, овладеют основными правилами грамматики; разовьют языковое мастерство благодаря разговорной практике и аудированию.

Oppikirja - text book - учебник: Suomen mestari 1 (Suomen kielen oppikirja aikuisille) Sonja Gehring, Sanni Heinzmann, Finn Lectura (Otava), 2020

<https://finnlectura.fi/oppimateriaalit/suomi-toisena-kielena/suomen-mestari/suomen-mestari-1/#suomen-mestari-1>

[<https://finnlectura.fi/oppimateriaalit/suomi-toisena-kielena/suomen-mestari/suomen-mestari-1/#suomen-mestari-1>] Ilmoittautuminen päättyy 8.8.2022 15.00

Kirjallisuus, kirjoittaminen ja viestintä

Itsensä kehittäminen ja luova kirjoittaminen -verkkokurssi syksy 04230001

19.9.–21.11.2022 20 t 33,00 €

Ma 9.00–10.30

Verkkoympäristö

Ulla Korhonen

Kurssi sopii kaikille itsensä kehittämisestä ja kirjoittamisesta kiinnostuneille. Kurssilla harjoitellaan erilaisia itsensä kehittämisen taitoja, mitkä pohjautuvat mindfulnessista, henkisyystä, NLP:stä, tunnetaidoista jne. sekä kirjoitetaan luovasti, terapeutillisesti ja intuitiivisesti. Kuunneltavat rentoutus- ja meditaatioharjoitukset tukevat oppimista. Materiaalit jaetaan ilmoitettuna kurssipäivänä Campwire-verkkokurssialustalle, mikä toimii koko kurssin ajan kokoontumispaikkana. Kurssilaiset eivät kokoonnu tiettyyn kellonaikaan, vaan tehtävät ja harjoitukset tehdään itsenäisesti. Kurssialustalle palautetaan viikkotehtävät ja annetaan muille palautetta sekä voidaan osallistua halutessa yleiseen

keskusteluun. Kurssi sopii kaikentasoisille osallistujille. Tästä linkistä [https://campwire.com/courses/kopio-itsensa-kehittaminen-ja-luova-kirjoittaminen-demo/accept_invitation?invitation_id=3DU9dpk5Q5ztz7XnpeJA] voi kirjautumisen jälkeen tutustua Campwire-alustaan ja muutamaa esimerkkimateriaaliin. Ilmoittautuminen päättyy 12.9.2022 15.00

Kirjoitustyö vauhtiin! Oulainen syksy 04230002

6.9.–15.11.2022 18 t 42,00 €
Ti 18.00–20.15
Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot 2
Jonna Takkunen
Kirjoitanko? Haaveiletko kirjoittamisesta, mutta ihmettelet mistä aloittaa? Kaipaanko kenties uusia ideoita, pientä sysäystä eteenpäin, palautetta ja vertaistukea? Tällä kurssilla saat puhtia ja intoa kirjoittamiseesi, on se sitten novelleja, romaani tai vaikkapa elämäkertaa. Etsitään omaa kirjoittamisen tyyliä. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Kuvataide ja muotoilu

Iltpäiväteljee Oulainen syksy 04300003

2.9.–9.12.2022 36 t 70,00 €
Pe 12.00–14.15
Jokihelmen opisto, Oulainen, Kuvataide
Susanna Pesonen
Virikkeitä ja iloa omaan ilmaisuun. Kokeilevaa ja vapaamuotoista kuvataidetta omien kiinnostuksen kohteiden mukaisesti. Sopii niin aloittelijoille kuin aiemmin harrastaneille. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun. Materiaalimaksu 20 €. Voit käyttää myös

omia materiaalejasi. Ilmoittautuminen päättyy 26.8.2022 15.00

Kalligrafia - roomalaiset suuraakkoset - runkokirjaimet Oulainen syksy 04300006

6.9.–4.10.2022 12 t 28,00 €
Ti 18.00–20.15
Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot 1
Pauliina Yliniitty
Kurssi sopii kaikille kirjaimista ja kalligrafiasta kiinnostuneille. Kurssilla opit piirtämään roomalaisten suuraakkosten runkomuodot sekä tasapainoisen välistämisen. Opit luomaan uusia kirjaimia vanhojen kirjoitusten pohjalta. Sisältö: 6.9. runkokirjaimet lyijykynällä, 13.9. runkokirjaimet lyijykynällä, kirjainten välistys, 20.9. tekstiä lyijykynällä, terällä, 4.10. tekstiä lyijykynällä, terällä. Kurssi voidaan hyväksilukea osaksi kuvataiteen teemaopintoja (taiteen perusopetus). Mukaan: lyijykynä, pyyhkekumi, viivotin (30 cm) ja astemitta, hiusterä, olkavarrellinen kynänvarsi (Oblique), tankomuste, pähkinäpuumuste tai muu kirjoitusmuste, hammastahna ja vanha hammasharja (terän puhdistamiseen), vesikuppi, pipetti, väripaletti, sileäpintaista paperia (esim. Bristol-paperit). Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Kuvataide perusteet 9-12 v ma Oulainen syksy 04300007

22.8.–5.12.2022 30 t 83,00 €
Ma 15.30–17.00
Jokihelmen opisto, Oulainen, Kuvataide
Maria Keckman
Opiskelemme kuvataiteen perustaitoja. Työmuotoja ovat mm. piirustus, maalaus, muotoilu, rakentelu ja grafiikka. Pukeudu työskentelyyn sopivalla tavalla. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun.

Sisaralennus ja aktiivialennus. Vapaita opiskelijapaikkoja voi tiedustella myös lukuvuoden aikana. Materiaalimaksu 20 €. Ilmoittautuminen päättyy 16.8.2022 15.00

Kuvataide perusteet 6-8 v Oulainen syksy 04300009

23.8.–13.12.2022 30 t 83,00 €

Ti 16.00–17.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kuvataide Maria Keckman

Tutustumme kuvataiteen maailmaan ja opiskelemme kuvataiteen perustaitoja ja yhdessä toimimista. Pukeudu työskentelyyn sopivalla tavalla.

Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun.

Sisaralennus ja aktiivialennus. Vapaita opiskelijapaikkoja voi tiedustella myös lukuvuoden aikana. Materiaalimaksu 20 €. Ilmoittautuminen päättyy 18.8.2022 15.00

Kuvataide perusteet 9-12 v to Oulainen syksy 04300011

25.8.–8.12.2022 30 t 83,00 €

To 15.30–17.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kuvataide Maria Keckman

Opiskelemme kuvataiteen perustaitoja. Työmuotoja ovat mm. piirustus, maalaus, muotoilu, rakentelu ja grafiikka. Pukeudu työskentelyyn sopivalla tavalla.

Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun.

Sisaralennus ja aktiivialennus. Vapaita opiskelijapaikkoja voi tiedustella myös lukuvuoden aikana. Materiaalimaksu 20 €. Ilmoittautuminen päättyy 17.8.2022 15.00

Kuvataide teemaopinnot 11-18 v Oulainen syksy 04300015

25.8.–8.12.2022 45 t 99,00 €

To 17.15–19.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kuvataide Maria Keckman

Teemaopinnoissa syvennämme ja laajennamme perusopinnoissa opittua kuvataiteellista ajattelua ja ilmaisua. Opintoihin sisältyy esimerkiksi materiaalisia kokeiluja ja erikoistekniikoihin perehtymistä. Opintojen päätteeksi opiskelija tekee lopputyön. Pukeudu työskentelyyn sopivalla tavalla. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun. Sisaralennus ja aktiivialennus. Materiaalimaksu 25 €. Ilmoittautuminen päättyy 18.8.2022 15.00

Kuvia ja huvituksia Oulainen syksy 04300017

5.9.–28.11.2022 36 t 70,00 €

Ma 17.15–19.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kuvataide Maria Keckman

Piirtämistä, maalaamista ja kuvataiteen sekatekniikoita yläkoulu- ja lukioikäisille toiveiden mukaan. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun. Kurssi voidaan hyväksilukea osaksi kuvataiteen teemaopintoja (taiteen perusopetus). Materiaalimaksu 20 €. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Rentoa kuvataidetta aikuisille Oulainen syksy 04300023

6.9.–29.11.2022 36 t 70,00 €

Ti 17.45–20.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kuvataide Maria Keckman

Virikkeitä ja iloa omaan ilmaisuun! Teemme rentoja kokeiluja erilaisilla kuvataiteen tekniikoilla. Pidemmälle ehtineet voivat työstää omia aiheitaan ja saada ohjausta niissä. Voit käyttää omia taidetarvikkeita tai ostaa kuvataidekoululta. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun. Materiaalimaksu 20 €. Ilmoittautuminen päättyy 6.9.2022 15.00

Kalligrafia - valkoinen tila I - inspiraatiota kirjoitukseen Oulainen syksy 04300024

11.10.–22.11.2022 12 t 28,00 €

Ti 18.00–20.15

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot
1

Pauliina Yliniitty

Kurssi sopii kaikille kirjaimista ja kalligrafiasta kiinnostuneille. Kurssilla tutkimme valkoisen ja mustan tilan vuoropuhelua vanhan arabialaisen kirjoituksen avulla. Etsimme samalla inspiraatiota vanhasta kuufalaisesta kirjoitustyylistä luodaksemme uutta. Sisältö: 11.10. historiaa, cola-kynien valmistus ja vanhojen mallien jäljentämistä, 18.10. kirjainten etsimistä vanhoista malleista, 8.11. kirjoitetaan tekstiä uusilla kirjaimilla, 22.11. kirjoitetaan tekstiä erilaisin sommitelmin. Kurssi voidaan hyväksilukea osaksi kuvataiteen teemaopintoja (taiteen perusopetus). Mukaan: lyijykynä, pyyhekumi, viivotin (30 cm) ja astemitta, hiusterä, olkavarrellinen kynänvarsi (Oblique), tankomuste, pähkinäpuumuste tai muu kirjoitusmuste, hammastahna ja vanha hammasharja (terän puhdistamiseen), vesikuppi, pipetti, väripaletti, sileäpintaista paperia (esim. Bristol-paperit). Ilmoittautuminen päättyy 4.10.2022 15.00

Muotokuvapiirustus Oulainen syksy 04300025

7.–28.11.2022 12 t 43,00 €

Ma 18.00–20.15

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot
1

Jonna Takkunen

Opi perustekniikoita ihmiskasvojen piirtämisestä! Opi mittaamista, sommittelua sekä valon ja varjon hahmottamista. Piirrämme sekä kuvasta

että elävästä mallista erilaisilla piirtimillä. Kurssi voidaan hyväksilukea osaksi kuvataiteen teemaopintoja (taiteen perusopetus). Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun. Materiaalimaksu 15 €. Voit käyttää myös omia materiaalejasi. Ilmoittautuminen päättyy 31.10.2022 15.00

Kädentaidot

Joulusta keramiikkaa Oulainen syksy 04400005

5.–12.12.2022 8 t 39,00 €

Ma 17.30–20.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kuvataide
Anna Karjula
Eläimiä, ihmisiä ja joulun tunnelmaa savesta. Koko perheen savityökurssi. Kurssimaksuun sisältyy materiaalimaksu 20 €, mikä sisältää 10 kg savea, polton sekä koristelutarvikkeet. Kurssi voidaan hyväksilukea osaksi kuvataiteen teemaopintoja (taiteen perusopetus). Ilmoittautuminen päättyy 25.11.2022 15.00

Kudonta Oulainen syksy 04400009

13.9.–29.11.2022 40 t 51,00 €

Ti 18.00–20.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kutomo
Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Suunnitellaan ja kudotaan käyttö- ja koristetekstiilejä tarpeiden ja toiveiden mukaan. Vaikka olisit vasta aloittamassa kudontaharrastustasi tai olisit kutonut vain vähän, niin tule rohkeasti mukaan! Ilmoittautuminen päättyy 6.9.2022 15.00

Käsityöt Oulainen syksy 04400011

14.9.–30.11.2022 33 t 46,00 €

Ke 9.30–11.45

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot

2

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Käsityön eri tekniikoita - niin uusia tuulia
kuin vanhoja tekotapoja. Erilaisia töitä
itselle, lahjaksi, sisustukseen,
puutarhaan... - jokaisen omien toiveiden
ja tarpeiden mukaan. Ilmoittautuminen
päättyy 7.9.2022 15.00

Käsityöt Piippsjärvi syksy 04400015

14.9.–30.11.2022 33 t 46,00 €

Ke 18.00–20.15

Piippsjärven koulu, luokka

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Käsityön eri tekniikoita - niin uusia tuulia
kuin vanhoja tekotapoja. Erilaisia töitä
itselle, lahjaksi, sisustukseen,
puutarhaan... - jokaisen omien toiveiden
ja tarpeiden mukaan. Ilmoittautuminen
päättyy 7.9.2022 15.00

Nypläys Oulainen syksy 04400019

15.9.–24.11.2022 30 t 42,00 €

To 17.00–19.15

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot
2

Raija-Leena Leppikangas

Tule tutustumaan nypläyksen maailmaan!
Nypläyksen kiehtovaan maailmaan vasta
kurkistavat opiskelevat perustaitoja ja -
tietoja harjoitustöiden avulla. Nypläystä jo
harrastaneet tekevät omien toiveiden ja
tarpeiden mukaisia töitä. Taidon
karttuessa opimme uusia tekniikoita mm.
Brüggen kukkapitsi, Venäläinen
nauhapitsi, Idrijan nauhapitsi,
Scneebergin nauhapitsi. Voit nyplätä
liinoja, verhoja, kukkia, tauluja,
lampunvarjostimia, hattuja, koruja ym.
Ilmoittautuminen päättyy 8.9.2022 15.00

Puutyöt ja entisöinti Oulainen syksy

04400021

15.9.–17.11.2022 32 t 44,00 €

To 17.00–20.00

Oulaisten Yläkoulu, teknisen työn luokka

Ari Koskinen

Puutöitä omien toiveiden ja tarpeiden
mukaan. Omien huonekalujen entisöinti
eri tekniikoilla. Myös vasta-alkajat
tervetuloa mukaan! Ilmoittautuminen
päättyy 8.9.2022 15.00

Sormet saveen - syyskeramiikkaa

Oulainen syksy 04400025

26.9.–31.10.2022 20 t 77,00 €

Ma 17.30–20.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot

1

Anna Karjula

Perehdymme saveen muotoilun
perustekniikoihin ja yleisimpiin
keramiikan koristelutapoihin. Kurssi sopii
myös aloittelijoille. Kurssimaksuun sisältyy
materiaalimaksu 30 €, mikä sisältää 20 kg
savea, polton sekä koristelutarvikkeet.
Ilmoittautuminen päättyy 16.9.2022 15.00

Tilkkujen taikaa! Oulainen syksy

04400027

17.9.–10.12.2022 25 t 35,00 €

La 11.00–15.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot

2

Raija-Leena Leppikangas

Löydä uusi harrastus tilkkujen parista
innostavassa seurassa! Tilkkuilun
perustekniikoita ja uusia haasteita omaan
tilkkuilmaisuun. Valmistamme peittoja,
tyynyjä, liinoja, verhoja, kasseja ym.
Kokoonnumme la 17.9., 15.10., 12.11.,
26.11. ja 10.12. Mukaan: pestyjä
kangaspaloja/kankaita (helpoin aloittaa
puuvillakankailla), langat, neulat, sakset,
mittanauha, viivoitin,

muistiinpanovälineet, ohutta pahvia (esim. hiutalepaketin pahvi tms.) mallineiksi. Omat tilkkutyövälineet (jos on) ja ompelukone mukaan. Ilmoittautuminen päättyy 9.9.2022 15.00

Tuohityöt Oulainen syksy 04400029

7.9.–16.11.2022 40 t 51,00 €

Ke 14.00–17.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot 1

Eeva Rutanen

Tuohi on kaunis, kestävä ja ekologinen luonnonmateriaali. Tätä ihanaa ja ihmeellistä raaka-ainetta on kautta aikojen käytetty kestäviin käyttö- ja koriste-esineisiin. Vaikka et olisi koskaan tehnyt tuohitöitä, tule rohkeasti mukaan tutustumaan tuohitöiden kiehtovaan maailmaan! Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Taontakurssi Oulainen syksy 04400033

12.11.–3.12.2022 20 t 47,00 €

La 12.00–16.00

Seppä-Matin paja, Wanhan Woiman perinnekeskus

Reijo Grekula

Kurssi on suunnattu kaikille taonnasta kiinnostuneille. Kurssilla käydään läpi taonnan perusteet, perehdytään pajatyöskentelyyn ja välineisiin. Käytetystä materiaalista materiaalimaksu, minkä opettaja perii. Voit myös mahdollisesti käyttää omia materiaaleja. Ilmoittautuminen päättyy 4.11.2022 15.00

Tuftaus Oulainen syksy 04400034

2.–3.9.2022 12 t 28,00 €

Pe 18.00–21.00, La 9.00–16.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot 2

Tuija Törmikoski

Tuftaus on nopea ja hauska tekniikka. Työväline on tuftausneula, punch needle, millä teet mielenkiintoista, ryijymäistä pintaa eri vahvuisilla langoilla. Tässä tekniikassa voit käyttää mitä erilaisimpia lankoja ja hyödyntää kaappien kätköissä olevat ylijääneet lankavarastot upeiksi tuotteiksi. Tuftaamalla voit valmistaa mm. tauluja, seinä- ja sisustustekstiilejä, pieniä kasseja ja pussukoita. Ohjeet tarvikkeiden hankintaan lähetetään ennen kurssin alkua. Ilmoittautuminen päättyy 26.8.2022 15.00

Neulakinnastekniikka Oulainen syksy 04400035

18.–19.11.2022 12 t 28,00 €

Pe 18.00–21.00, La 9.00–16.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot 2

Tuija Törmikoski

Neulakinnas – vanhaa suomalaista käsityökulttuuria! Edelleenkin niin trendikäs tekniikka on maailman vanhin neulontatapa. Yhdellä neulalla neulomisessa eli kinnasompelussa käytetään materiaalina villalankaa ja työvälineenä suurta neulaa. Kurssilla perehdytään neulakinnastekniikan perusteisiin. Voit neuloa lapaset, rannekkeet, myssyn tai pussukan. Mukaan: paksuhkoa villalankaa (esim. 7 veljestä tai vastaavaa) ja kinnasneula tai ryijyneula tms. iso tylppäpäinen neula. Ilmoittautuminen päättyy 11.11.2022 15.00

Joulun tunnelmaa solmeillen, värjäten ja ommellen Oulainen syksy 04400037

7.–9.12.2022 15 t 35,00 €

Ke 17.00–21.00, To 17.00–21.00, Pe 17.00–21.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot 2

Tuija Törmikoski
Yllätä perheesi, sukulaiset ja ystävät
itsestehdyillä joulukoristeilla, tekstiileillä,
lahjoilla tai vaikkapa korteilla! Leikitellään
väreillä ja materiaaleilla hyödyntäen eri
tekniikoita esim. erilaisia painanta- ja
maalaustapoja, kirjontaa, solmeilua.
Jouluisessa työpajassa valmistamme
jouluisia koristeita makrameella,
värjäämme/maalaamme joulutunnelmaan
sopivia kankaita ja ompelemme niistä
mm. joulutekstiilejä, tonttuja, kransseja.
Ohjeet tarvikkeiden hankintaan
lähetetään ennen kurssin alkua.
Ilmoittautuminen päättyy 30.11.2022
15.00

**Kaarrokeneuleet Oulainen syksy
04400038**

21.10.–20.11.2022 20 t 47,00 €
Pe 18.00–21.00, La 9.00–16.00, Su 15.00–
18.00
Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot
2

Tuija Törmikoski
Hei aloitteleva neuloja tai jo neuloosin
hurmaan joutunut! Tule neulomaan
kuviollisia villapaitoja tai -takkeja, missä
on kirjoneulekaarroke! Opimme
kuvioneulontaa, neulomista ylhäältä alas
ja alhaalta ylös ilman saumoja. Työ
neulotaan kokonaan pyöröneuleena ilman
ommeltavia saumoja. Villatakki
steekataan l. leikataan lopuksi auki. Voit
valita valmiista malleista tai suunnitella
yksilöllisen neuleen, missä käytät omia
lempivärejäsi. Opit muokkaamaan ohjeita
sopiviksi erilaisille langoille, jolloin voit
käyttää neuleessasi myös muuta lankaa
kuin mallissa. Perehdyimme neulonnan
käsitteisiin ja työtappoihin mm.
silmukoiden luominen, neuletiheys,
neuleen muotoilu, lyhennetyt kerrokset,
kirjoneule, lankadominanssi, steekkaus,

viimeistely ja huolto. Malleja löytyy
kirjoista, lehdistä tai netistä. Ota mukaasi
sopivia lankoja ja eri paksuisia puikkoja
neuletiheystilkun neulomista varten. Jos
sinulla on jo neulemalli, minkä haluat
neuloa, ota myös se mukaasi.
Ilmoittautuminen päättyy 14.10.2022
15.00

**Kasvien lehtimuotoja kankaalle tai
paperille Oulainen syksy 04400039**

7.10.2022 5 t 12,00 €
Pe 17.00–21.00
Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot
2

Tuija Törmikoski
Luonnosta löytyvien muotojen runsaus ja
väri-ilottelun ihanuus! Näistä aineksista
luomme tällä kurssilla upeita, uniikkeja,
jännittäviä, moniin käyttötarkoituksiin
sopivia joko itsenäisiä taideteoksia tai osia
muuhun työhön. Siirrämme ja painamme
kasvien lehdillä kuvioita kankaalle ja/tai
paperille kangas- ja akryyliväreillä.
Käytämme mm. gellitekniikkaa,
leimasimia, nokipainantaa, värinpoistoa.
Tule, koe, ylläty ja innostu! Ohjeet
tarvikkeiden hankintaan lähetetään ennen
kurssin alkua. Ilmoittautuminen päättyy
30.9.2022 15.00

**Itse tehty saippua Oulainen syksy
04400040**

25.–26.11.2022 12 t 28,00 €
Pe 18.00–21.00, La 9.00–16.00
Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot
1

Marjut Sarkkinen
Tehdään itse omat saippuat! Silloin tiedät
mitä ne sisältävät ja voit valita erilaiset
tuoksut tai tuoksuttomuuden, hoitavan
vaikutuksen, värit ja muut käytössä
vaikuttavat aineet. Tutustutaan erilaisiin
valmistuksen vaihtoehtoihin raaka-

aineisiin, opitaan saippuan valmistuksen kylmä-, keitto- ja vaahdottamismenetelmä sekä lasketaan omat saippuareseptit. Ohjeet tarvikkeiden hankintaan lähetetään ennen kurssin alkua. Ilmoittautuminen päättyy 18.11.2022 15.00

Virkaten ja värkäten - kädentaitoja lapsille ja nuorille Oulainen syksy 04400041

14.9.–30.11.2022 22 t 56,00 €

Ke 15.30–17.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot 2

Tuija Törmikoski

Suunnittelemme ja toteutamme tuotteita erilaisilla käsityötekniikoilla. Tutustumme ompeluun, huovuttamiseen, punontoihin, värjäykseen, kankaanpainantaan ym. tekniikoihin. Teemme töitä vuodenaajat huomioon ottaen. Materiaalit sisältyvät kurssimaksuun. Materiaalimaksu 20 €. Ilmoittautuminen päättyy 7.9.2022 15.00

Kesytä neulekone kaveriksi! Oulainen syksy 04400044

9.9.–2.10.2022 34 t 55,00 €

Pe 18.00–21.00, La 9.00–16.00, Su 11.00–15.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot 2

Marjut Sarkkinen

Vietetään yhdessä kaksi viikonloppua koneneulonnan parissa ja tutustutaan neulekoneeseen uutena välineenä tai muistellaan aiemmin opittuja taitoja.

Keskitytään pienien, nopeasti valmistuvien asusteiden ja suoralinjaisten neuletuotteiden neulomiseen. Voimme neuloa omien tarpeiden ja koneen käyttökokemuksen mukaan mm. puseroita, hameita, pontsoja, huiveja kuin myös pipoja, kaulureita, rannekkeita,

säärystimiä. Voit ottaa mukaasi oman neulekoneen. Opistolla on muutama lainattava kone. Ohjeet tarvikkeiden hankintaan lähetetään ennen kurssin alkua. Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

Viikinkipunos Oulainen syksy 04400045

17.9.2022 8 t 19,00 €

La 9.00–16.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot 1

Johanna Riepula

Tule tekemään upeita ketjuja ja koruja viikinkipunos -tekniikalla! Metallilangalla punottava viikinkipunos on nimensä mukaan vanha tekniikka mm. korujen valmistuksessa. Punontatekniikka sopii lähes kaikille. Työvälineet ja tarvikkeet ovat yksinkertaiset. Materiaalina voit käyttää sterlinghopealankaa tai edullisempaa metallilankaa. Työhön voi halutessaan yhdistää esim. lasihelmiä ja erilaisia riipuksia. Aiemmin punontaa harrastaneet voivat herkutella tutulla tekniikalla tai kokeilla uusia haasteita (esim. tupla- tai triplapunos), mutta mukaan voi tulla ilman aiempaa kokemusta. Aloitamme ihan alkeista. Lähetämme ohjeet tarvikkeiden hankintaan ennen kurssin alkua, mikäli haluat hankkia itse punontamateriaalin. Perustarvikkeet ja materiaalit voit myös ostaa kurssilta (n. 5 €/koru). Opistolla on lainattavia välineitä. Ilmoittautuminen päättyy 10.9.2022 15.00

Lasinsulatuksen työpaja Oulainen syksy 04400047

16.9.–21.10.2022 25 t 59,00 €

Pe 17.00–21.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kädentaidot 1

Sirpa Pirttiala-Haasiomäki

Ikkuna-, koriste-, koneantiikki- ja/tai Bullseyelasista tasotöitä tai esim. lautasia, kulhoja ja pieniä koruja. Myös vasta-alkajat tervetuloa mukaan! Kurssi- ja sulatusmaksun lisäksi materiaalimaksu, minkä opettaja perii. Kokoonnumme 16.9., 23.9., 30.9., 14.10., 21.10. Ohjeet tarvikkeiden hankintaan lähetetään ennen kurssin alkamista. Sulatusmaksu 10 €. Ilmoittautuminen päättyy 9.9.2022 15.00

Liikunta

Asahi Oulainen syksy 04800001

6.9.–29.11.2022 12 t 28,00 €

Ti 18.45–19.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Tuula Kauranen

Asahi on kokonaisvaltaista ja yksinkertaista terveysliikuntaa. Teemme hitaita ja pehmeitä liikkeitä vahvistamaan ja notkeuttamaan selän lihaksia, jalkoja ja tasapainoa. Asahi soveltuu kaikille ikään, kokoon tai kuntoon katsomatta.

Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Lavis Oulainen syksy 04800006

31.10.–5.12.2022 8 t 19,00 €

Ma 19.15–20.15

Oulaisten terveydenhuolto-oppilaitos,
liikuntasali

Anna Järvelä

Hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, mikä perustuu lavatanssiasteleiden ja jumpan välimuotoon. Lavista tanssitaan yksin. Tanssimme humpppaa, jenkkää, sambaa, jiveä, salsaa yms. Teholtaan keskiraskas. Mukaan sisäliikuntaan sopivat jalkineet ja juomapullo.

Ilmoittautuminen päättyy 17.10.2022 15.00

Lavis seniorit Oulainen syksy 04800007

12.9.–5.12.2022 12 t 28,00 €

Ma 18.15–19.00

Oulaisten terveydenhuolto-oppilaitos,
liikuntasali

Anna Järvelä

Eri tanssiasteleiden perusteita kuntoilun ohella. Tanssiasteleet ja koreografiat helppoja, mukaan pääsee tottumattomampikin. Teholtaan keskiraskas. Lavis on tanssiasteleiden ja jumpan yhdistelmä, mitä tanssitaan yksin. Tunneilla on senioreille sopiva rauhallinen tahti ja liikkeet tehdään ilman hyppyjä. Mukaan sisäliikuntaan sopivat jalkineet ja juomapullo. Ilmoittautuminen päättyy 5.9.2022 15.00

Zumba Oulainen syksy 04800014

12.9.–17.10.2022 8 t 19,00 €

Ma 19.15–20.15

Oulaisten terveydenhuolto-oppilaitos,
liikuntasali

Anna Järvelä

Kehoa ja mieltä hoitavaa liikuntaa. Sopii sekä vasta-alkajille että pidempään kuntoliikuntaa harrastaneille. Teholtaan raskas. Treenatessa, vuoroin latinalaisen ja kansainvälisen tanssimusiikin tahdissa, arjen huolet unohtuvat. Kantavana ajatuksena liikunnan ilo ja liikkeiden helppous. Ilmoittautuminen päättyy 5.9.2022 15.00

Varttuneiden liikunta Oulainen syksy 04800029

6.9.–29.11.2022 16 t 37,00 €

Ti 17.45–18.45

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Tuula Kauranen

Opettelemme jumpan perusasteleita ilman hyppyjä ja vaikeita askelsarjoja.

Tunnin alussa kevyt, helppo

alkulämmittely, minkä jälkeen lihaskunto-

osio välineillä tai ilman. Lopussa venyttely. Sopii sekä naisille että miehille. Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Jooga Oulainen syksy 04800031

7.9.–30.11.2022 24 t 39,00 €

Ke 18.30–20.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Maarit Kivioja

Jooga ohjaa kohti mielenrauhaa, sisäistä hiljaisuutta sekä tietoista läsnäoloa. Lisää kehon liikkuvuutta, notkeutta, kohentaa kokonaisterveyttä ja fyysistä kuntoa sekä opettaa rentoutumista ja oikeaa hengitystä. Sopii kaikille.

Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Päiväjumppa Oulainen syksy 04800032

8.9.–1.12.2022 16 t 37,00 €

To 12.00–13.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Tiina Vanhakangas

Alkulämmittely, tasapaino- ja liikeharjoituksia koko keholle, venyttelyt ja loppurentoutus. Oma matto mukaan.

Liikkeitä voi tehdä myös tuolin avulla.

Jumppaan voi osallistua, vaikka ei lattialle pääsisikään. Teholtaan kevyt/keskiraskas.

Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Äiti-vauva -jumppa Oulainen syksy 04800033

8.9.–1.12.2022 12 t 28,00 €

To 11.00–11.45

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Tiina Vanhakangas

Raskaudesta ja synnytyksestä palautumista tukevia harjoitteita, lantionpohja- ja vatsalihakset (myös erkauma) huomioiden, nostamis- ja kantamisergonomiaa. Jumppaliikkeitä voi tehdä joko vauvan kanssa tai ilman. Voi

sisältää myös vauvan jumppaa ja vauvahierontaa, ryhmän toiveet huomioiden. Vauvan suositusikä ryhmän alkaessa alle 7 kk. Oma jumppamatto mukaan. Teholtaan kevyt/keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Kahvakuulajumppa Oulainen syksy 04800034

8.9.–1.12.2022 12 t 28,00 €

To 19.15–20.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Tiina Vanhakangas

Alkulämmittely, lihaskuntoa vahvistavia harjoitteita kahvakuulan kanssa, loppuvenyttelyt. Oma kuula mukaan.

Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Venyttely-, rentoutus- ja hengitysryhmä Oulainen syksy 04800035

8.9.–1.12.2022 16 t 37,00 €

To 20.00–21.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Tiina Vanhakangas

Tule rentoutumaan ja tyhjentymään arkihuolista, saavuta parempi kehontuntemus ja liikkuvuus!

Alkulämmittely, venyttelyitä eri

tekniikoin, hengitys- ja

rentousharjoituksia. Harjoitteissa

yhdistellään mm. fysioterapian,

mindfulnessin, joogan ja NLP:n keinoja.

Oma jumppamatto mukaan. Teholtaan

kevyt. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Luennot

Wanhan Woiman luento 04310001

6.10.2022 2 t 0,00 €

To 18.00–19.30

Törmänhovi

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin

Luennon aihe ja luennoitsija ilmoitetaan myöhemmin. Yhteistyössä

Weteraanimoottorikerho WanhaWoimary:n kanssa. Vapaa pääsy. Tervetuloa!

Ilmoittautuminen päättyy 6.10.2022 15.00

Lääketiede, terveyden- ja kauneudenhoito

Hyvän elämän työkaluja -intensiivikurssi

Oulainen syksy 04800030

19.–28.9.2022 16 t 40,00 €

Ma 17.30–21.00, Ke 17.30–21.00

Penttilän talo

Sanna Ketola

Rentoutumis- ja mielikuvaharjoitteita, myönteisen ajattelun treeniä sekä erilaisia itsetuntemusmenetelmiä, kaikki rennolla otteella. Kohderyhmänä ovat kaikki ne,

joita aihe innostaa. Kurssin aikana

kehitetään itsetuntoa ja vahvistetaan

kehon, mielen sekä henkisen minän

yhteyttä. Myös kevyttä venyttelyä. Eri

aiheista käydään pienryhmäkeskusteluja

oman näkemyksen selkiyttämiseksi. Kun

luova myönteisyys herää harjoitteiden

avulla, meille avautuu mahdollisuus

muovata tulevaisuudestamme

mielenkiintoinen ja kutsuva. Näistä

menetelmistä voi tulla palkitseva tapa!

Ylle rento asu, mukaan jumppa- tai

retkipatja sekä pyyhe tai tyyny.

Ilmoittautuminen päättyy 12.9.2022 15.00

Musiikki

Piano Jauhinkangas 20 min Oulainen

syksy 04100001

6.9.–29.11.2022 73,00 €

Ti 13.30–19.40

Jauhinkankaan koulu, luokka

Maritta Luokkanen

Yksilöopetus 20 min/12 viikkoa. Otamme

uusia opiskelijoita, mikäli paikkoja

vapautuu. Aiemmin pianonsoittoa

opiskelleet etusijalla. Opettaja sopii

soittoajan. Ilmoittautuminen päättyy

23.8.2022 15.00

Aikuisten piano Oulainen 30 min syksy

04100002

7.9.–30.11.2022 105,00 €

Ke 17.00–20.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Musiikki

Arto Leponiemi

Yksilöopetus 30 min/12 viikkoa.

Pianonsoiton opetusta alkeista eteenpäin

opiskelijan tason mukaan. Opettaja sopii

soittoajan. Ilmoittautuminen päättyy

31.8.2022 15.00

Harmonikka aloittavat Oulainen syksy

04100003

7.9.–30.11.2022 16 t 37,00 €

Ke 15.30–16.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kuvataide

Janne Lindgren

Harmonikansoiton opetusta aloittaville

soittajille. Oma soitin mukaan. Uudet

soittajat tervetuloa! Ilmoittautuminen

päättyy 24.8.2022 15.00

Harmonikka Oulainen syksy 04100004

7.9.–30.11.2022 16 t 37,00 €

Ke 16.30–17.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Kuvataide

Janne Lindgren

Ryhmäopetus jo pidempään soittaneille. Soittamisen perustaitoja ja monipuolista harmonikkamusiikkia yhteissoittona. Aiemmin harmonikan soittoa jo harrastaneet tervetuloa mukaan soittamaan! Ilmoittautuminen päättyy 24.8.2022 15.00

Kitara 30 min Oulainen syksy 04100005

8.9.–1.12.2022 105,00 €
To 16.30–19.30
Jokihelmen opisto, Oulainen,
Neuvotteluhuone
Antti Kotka
Yksilöopetus 30 min/12 vkoa. Ohjelma opiskelijan henkilökohtaisten tavoitteiden mukaan: mm. klassinen, pop, vapaa säestys, improvisointi jne. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että pidemmälle ehtineille. Oma soitin, akustinen tai sähkökitara. Opettaja sopii soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen päättyy 25.8.2022 15.00

Viulu 30 min Oulainen syksy 04100006

8.9.–1.12.2022 105,00 €
To 17.00–19.15
Jokihelmen opisto, Oulainen, Musiikki
Anna Manninen
Yksilöopetus 30 min/12 viikkoa. Oma soitin mukaan. Opettaja sopii soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen päättyy 25.8.2022 15.00

Piano Petäjaskoski 20 min Oulainen syksy 04100007

5.9.–28.11.2022 73,00 €
Ma 17.30–18.30
Petäjaskosken koulu, luokka
Arto Leponiemi
Yksilöopetus 20 min/12 viikkoa. Otamme uusia opiskelijoita, mikäli paikkoja vapautuu. Aiemmin pianonsoittoa

opiskelleet etusijalla. Opettaja sopii soittoajan. Ilmoittautuminen päättyy 22.8.2022 15.00

Piano Oulainen 20 min syksy 04100008

7.9.–30.11.2022 73,00 €
Ke 14.00–17.00
Jokihelmen opisto, Oulainen, Musiikki
Arto Leponiemi
Yksilöopetus 20 min/12 viikkoa. Otamme uusia opiskelijoita, mikäli paikkoja vapautuu. Aiemmin pianonsoittoa opiskelleet etusijalla. Opettaja sopii soittoajan. Ilmoittautuminen päättyy 24.8.2022 15.00

Piano Lehtopää 30 min Oulainen syksy 04100009

5.9.–28.11.2022 105,00 €
Ma 17.00–18.45
Lehtopään koulu, luokka
Maritta Luokkanen
Yksilöopetus 30 min/12 viikkoa. Otamme uusia opiskelijoita, mikäli paikkoja vapautuu. Aiemmin pianonsoittoa opiskelleet etusijalla. Opettaja sopii soittoajan. Ilmoittautuminen päättyy 22.8.2022 15.00

Piano Matkaniva 30 min Oulainen syksy 04100010

5.9.–28.11.2022 105,00 €
Ma 14.15–16.15
Matkanivan koulu, luokka
Maritta Luokkanen
Yksilöopetus 30 min/12 viikkoa. Otamme uusia opiskelijoita, mikäli paikkoja vapautuu. Aiemmin pianonsoittoa opiskelleet etusijalla. Opettaja sopii soittoajan. Ilmoittautuminen päättyy 22.8.2022 15.00

**Piano TPO 30 min Oulainen syksy
04100012**

23.8.–29.11.2022 122,00 €

Ti 15.00–16.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Musiikki

Arto Leponiemi

Musiikin yleisen oppimäärän taiteen perusopetuksen tehtävänä on luoda edellytykset hyvän musiikkisuhteen syntymiselle ja musiikin elämänikäiselle harrastamiselle. Tavoitteena on tukea oppilaan omaehtoista musiikin harrastamista. Opiskelussa korostuvat musiikin harrastamisen ja yhteismusisoinnin ilo sekä oppilaan vapaus toteuttaa itseään oman musiikin tekemisen ja kokemisen kautta. Uusia opiskelijajapaikkoja jaetaan resurssien puitteissa. Sisaralennus ei käy yksilöopetuksessa.

Vapaaopiskelijajapaikkahakemuslomake on opinto-oppaan takasivulla. Yksilöopetus 30 min/14 viikkoa. Opettaja sopii soittoaajan. Ilmoittautuminen päättyy 16.8.2022 15.00

Sekakuoro Oulainen syksy 04100019

5.9.–28.11.2022 36 t 50,00 €

Ma 17.30–19.45

Oulaisten Yläkoulu, musiikkiluokka

Anne Huhtala

Tavoitteellista kuorolaulua, äänenmuodostusharjoituksia.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

**Naiskuoro Välke Oulainen syksy
04100020**

20.8.–27.11.2022 40 t 50,00 €

La 10.00–16.00, Su 10.00–15.00

Jedu, Oulainen, Merkuriussali

Tapani Tirilä

Tavoitteellista kuorolaulua. Aloitus 20.8.2022. Syksyn aikataulu sovitaan yhdessä kuorolaisten kesken.

Ilmoittautuminen päättyy 19.8.2022 15.00

**Yksinlaulu 30 min Oulainen syksy
04100021**

5.9.–28.11.2022 105,00 €

Ma 14.00–15.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Musiikki

Anna-Maria Togbenou

Laulutekniikan ja äänenmuodostuksen perusteita. Yksilöopetusta 30 min/hlö/vko jokaisen omien tavoitteiden mukaan. Kurssi sopii niin aloittelijoille kuin pidemmällä oleville. Pyrkimyksenä on mahdollisimman luonnollinen ja rento äänenkäyttö. Opettaja sopii lauluajan. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Yksinlaulu Oulainen syksy 04100022

9.9.–25.11.2022 95,00 €

Pe 14.00–18.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Musiikki

Malla Kaarlela

Perustietoa laulutekniikasta ja äänenmuodostuksesta. Kehitä laulutaitoasi erilaisin rentoutus-, hengitys- ja ääniharjoitusten sekä kursilla sovittavan lauluohjelmiston avulla. Yksilöllistä ohjausta 45 min/opiskelija/6kertaa. Opettaja sopii lauluajan. Kokoontumispäivät: 9.9., 23.9., 7.10., 4.11.18.11. 25.11. Ilmoittautuminen päättyy 26.8.2022 15.00

**Seniorimieslaulajat Oulainen syksy
04100023**

14.9.–14.12.2022 18 t 40,00 €

Ke 18.30–20.00

Oulaisten seurakuntakoti, sali

Tapani Tirilä

Tavoitteellista kuorolaulua mukavalla porukalla. Laulamisesta kiinnostuneet seniori-ikää nuoremmatkin voivat mainiosti tulla mukaan! Ilmoittautuminen

päättyy 1.9.2022 15.00

**Yksinlaulu Oulainen 45 min jtv. syksy
04100049**

5.9.–28.11.2022 80,00 €

Ma 16.00–19.45

Jokihelmen opisto, Oulainen, Musiikki

Anna-Maria Togbenou

Laulutekniikan ja äänenmuodostuksen perusteita. Yksilöopetusta 45 min/hlö/6 kertaa, jokaisen omien tavoitteiden mukaan. Kurssi sopii niin aloittelijoille kuin pidemmällä oleville. Pyrkimyksenä on mahdollisimman luonnollinen ja rento äänenkäyttö. Opettaja sopii lauluajan. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

**Laulutekniikka ja äänenhuolto Oulainen
syksy 04100050**

22.9.–1.10.2022 11 t 26,00 €

To 17.30–19.45, La 10.00–14.45

Oulaisten Yläkoulu, musiikkiluokka

Anna-Maria Togbenou

Laulutekniikka- ja äänenhuoltokurssilla käydään läpi äänenkäyttöön ja äänen terveyteen liittyviä perusasioita.

Tavoitteena on mahdollisimman helppo ja luonnollinen äänenkäyttötekniikka.

Kurssilla opiskellaan äänen syntyyn ja käyttöön liittyviä asioita

käytännönläheisesti harjoitusten ja keskustelun avulla. Myös tulkinta ja tunneilmaisu laulamisen tukena tulevat esille. Kurssin tavoite on innostaa ja rohkaista osallistujia tutkimaan ääntään ja luottamaan omiin tunteuksiinsa laulajina. Ilmoittautuminen päättyy 15.9.2022 15.00

**Naiskuoro Mettiset Oulainen syksy
04100052**

10.9.–3.12.2022 12,68 t 30,00 €

La 16.00–18.00

Juho Oksan koulu, musiikkiluokka

Anna-Maria Togbenou

Tavoitteellista kuorolaulua naisporukalla.

Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

Tanssi

**Lastentanssi 4-6 v Oulainen syksy
04500001**

22.8.–28.11.2022 14 t 54,00 €

Ma 17.20–18.05

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali

Eeva Rohiola

Tanssin taiteen perusopetusta yleisiä opintoja edeltää varhaisiän tanssiopinnot, joita annetaan opiston resurssien mukaan alle kouluikäisille 4-6 -vuotiaille lapsille.

Varhaisiän tanssiopintojen tavoitteena on lapsen luovuuden ja kehontuntemuksen

kehittäminen. Leikinomainen toiminta

edistää lapsen tanssin perustaitoja,

ryhmässä toimimisen taitoja ja

oppimisvalmiuksia. Opetuksen tehtävänä

on herättää tanssin ilo ja tukea

itseilmaisun ja itseluottamuksen

kehittymistä turvallisissa

oppimisympäristöissä. Opetuksen

kokemuksellisuutta ja elämyksellisyyttä

vahvistetaan ottamalla toiminnassa

huomioon oppimisen moniaistisuus ja

muiden taiteenalojen tarjoamat

mahdollisuudet. Kurssimaksu sisältää

materiaalimaksun. Sisaralennus ja

aktiivialennus. Jatkat opiskelijat saavat

tekstiviestin elokuussa. Materiaalimaksu 5

€. Ilmoittautuminen päättyy 15.8.2022

15.00

**Nykytanssi 1 7-8 v Oulainen syksy
04500002**

22.8.–28.11.2022 14 t 54,00 €

Ma 18.10–18.55

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali

Eeva Rohiola
Nykytanssi on monipuolinen taidetanssimuoto, mikä hyödyntää modernin tanssin, jazztanssin ja muiden tanssityylien tekniikoita ja improvisaatiota. Tanssitekniikkaa, kehontuntemusta ja tanssi-ilmaisua, koreografisia tanssisarjoja ja omia liikeideoita. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun. Sisaralennus ja aktiivialennus. Jatkat opiskelijat saavat tekstiviestin elokuussa. Materiaalimaksu 5 €. Ilmoittautuminen päättyy 15.8.2022 22.00

**Nykytanssi 2-3 9-12 v Oulainen syksy
04500003**

22.8.–28.11.2022 23,38 t 64,00 €
Ma 16.00–17.15
Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Eeva Rohiola
Nykytanssi on monipuolinen taidetanssimuoto, mikä hyödyntää modernin tanssin, jazztanssin ja muiden tanssityylien tekniikoita ja improvisaatiota. Tanssitekniikkaa, kehontuntemusta ja tanssi-ilmaisua, koreografisia tanssisarjoja ja omia liikeideoita. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun. Sisaralennus ja aktiivialennus. Jatkat opiskelijat saavat tekstiviestin elokuussa. Materiaalimaksu 5 €. Ilmoittautuminen päättyy 15.8.2022 15.00

**Nykytanssi 4-5 yli 13 v Oulainen syksy
04500004**

22.8.–28.11.2022 28 t 71,00 €
Ma 19.00–20.30
Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Eeva Rohiola
Nykytanssi on monipuolinen taidetanssimuoto, mikä hyödyntää modernin tanssin, jazztanssin ja muiden

tanssityylien tekniikoita ja improvisaatiota. Tanssitekniikkaa, kehontuntemusta ja tanssi-ilmaisua, koreografisia tanssisarjoja ja omia liikeideoita. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun. Sisaralennus ja aktiivialennus. Jatkat opiskelijat saavat tekstiviestin elokuussa. Materiaalimaksu 5 €. Ilmoittautuminen päättyy 15.8.2022 15.00

**Itämainen tanssi Oulainen syksy
04500005**

8.9.–1.12.2022 22 t 39,00 €
To 17.30–19.00
Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Taina Kivelä
Itämaisen tanssin perusteita, tekniikkaa ja tanssisarjoja erilaisiin tyyliin. Sopii myös vasta-alkajille, aikaisempaa kokemusta ei tarvita. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

**Showtanssityöpajat Oulainen syksy
04500012**

16.9.2022 0 t 10,00 €
Pe 17.00–20.30
Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Eeva Rohiola
Tervetuloa kokeilemaan showtanssia! Showtanssi on sateenvarjotermi monelle tanssilajille tarkoittaen sitä, että showtanssitunnilla pääset varmasti kokeilemaan paljon erilaisia tyyllilajeja katutanssityyleistä musikaalitanssin maailmaan! Osallistuaksesi et tarvitse tanssitaustaa, vaan voit tulla juuri sellaisena kuin olet! Tutustumme ensin showtanssin liikekieleen erilaisten harjoitusten avulla, jonka jälkeen opetlemme yhteisen koreografianpätkän ja pääset fiilistelemään tunnilla oppimiasi asioita! Työpajoja on neljälle eri ikäryhmälle:

9-12 -vuotiaat klo 17-18

[<https://www.opistopalvelut.fi/jokihelmi/course.php?l=fi&t=124604&h=66ae911f01d27682cc9143763e34a244>]

Alle kouluikäiset klo 18-18.45

[<https://www.opistopalvelut.fi/jokihelmi/course.php?l=fi&t=124605&h=1f77d9ca85b582535ee7dd759ee8f7b8>]

7-9 -vuotiaat klo 18.45-19.30

[<https://www.opistopalvelut.fi/jokihelmi/course.php?l=fi&t=124608&h=41de4d301d24992c96cf5fdf5d6646aa>]

+12 -vuotiaat klo 19.30-20.30

[<https://www.opistopalvelut.fi/jokihelmi/course.php?l=fi&t=124609&h=27d4e6081cfd96941a177d87a6270834>]

Jokaisen tunnin sisältö on rakennettu tunnin ikäryhmä mielessä pitäen.

Ilmoittautuminen päättyy 9.9.2022 15.00

Showtanssityöpaja 9-12 v Oulainen syksy 04500013

16.9.2022 1,33 t 10,00 €

Pe 17.00–18.00

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Eeva Rohiola

Tervetuloa kokeilemaan showtanssia!
Showtanssi on sateenvarjotermi monelle tanssilajille tarkoittaen sitä, että showtanssitunnilla pääset varmasti kokeilemaan paljon erilaisia tyyllilajeja katutanssityyleistä musikaalitanssin maailmaan! Osallistuaksesi et tarvitse tanssitaustaa, vaan voit tulla juuri sellaisena kuin olet! Tutustumme ensin showtanssin liikekieleen erilaisten harjoitusten avulla, jonka jälkeen opettelemme yhteisen koreografianpätkän ja pääset

fiilistelemään tunnilla oppimiasi asioita!
Ilmoittautuminen päättyy 9.9.2022 15.00

Showtanssityöpaja alle kouluikäiset Oulainen syksy 04500014

16.9.2022 1 t 10,00 €

Pe 18.00–18.45

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Eeva Rohiola

Tervetuloa kokeilemaan showtanssia!
Showtanssi on sateenvarjotermi monelle tanssilajille tarkoittaen sitä, että showtanssitunnilla pääset varmasti kokeilemaan paljon erilaisia tyyllilajeja katutanssityyleistä musikaalitanssin maailmaan! Osallistuaksesi et tarvitse tanssitaustaa, vaan voit tulla juuri sellaisena kuin olet! Tutustumme ensin showtanssin liikekieleen erilaisten harjoitusten avulla, jonka jälkeen opettelemme yhteisen koreografianpätkän ja pääset fiilistelemään tunnilla oppimiasi asioita!
Ilmoittautuminen päättyy 9.9.2022 15.00

Showtanssityöpaja 7-9 v Oulainen syksy 04500015

16.9.2022 1 t 10,00 €

Pe 18.45–19.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Eeva Rohiola

Tervetuloa kokeilemaan showtanssia!
Showtanssi on sateenvarjotermi monelle tanssilajille tarkoittaen sitä, että showtanssitunnilla pääset varmasti kokeilemaan paljon erilaisia tyyllilajeja katutanssityyleistä musikaalitanssin maailmaan! Osallistuaksesi et tarvitse tanssitaustaa, vaan voit tulla juuri sellaisena kuin olet! Tutustumme ensin showtanssin liikekieleen erilaisten harjoitusten avulla, jonka jälkeen opettelemme yhteisen koreografianpätkän ja pääset

fiilistelemään tunnilla oppimiasi asioita!
Ilmoittautuminen päättyy 9.9.2022 15.00

**Showtanssityöpaja +12 v Oulainen syksy
04500016**

16.9.2022 1,33 t 10,00 €

Pe 19.30–20.30

Jokihelmen opisto, Oulainen, Liikuntasali
Eeva Rohiola

Tervetuloa kokeilemaan showtanssia!
Showtanssi on sateenvarjotermi monelle
tanssilajille tarkoittaen sitä, että
showtanssitunnilla pääset varmasti
kokeilemaan paljon erilaisia tyylilajeja
katutanssityyleistä musikaalitanssin
maailmaan! Osallistuaksesi et tarvitse
tanssitaustaa, vaan voit tulla juuri
sellaisena kuin olet! Tutustumme ensin
showtanssin liikekieleen erilaisten
harjoitusten avulla, jonka jälkeen
opettelemme yhteisen
koreografianpätkän ja pääset
fiilistelemään tunnilla oppimiasi asioita!
Ilmoittautuminen päättyy 9.9.2022 15.00

Pyhäntä

Erityisryhmien toimintakyvyn tukeminen

Kuvataide Toimintatupa Pyhäntä syksy 05110001

8.9.–1.12.2022 24 t 49,00 €

To 12.00–13.30

Toimintatupa Pyhäntä

Juho Yli-Posso

Kuvien tekoa piirtäen ja maalaten, mallikuvien, mielikuvien, muistelujen ja musiikin avulla Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun 10 €. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Mukavaa musisointia Pyhäntä syksy 05110004

6.9.–29.11.2022 12 t 28,00 €

Ti 9.00–9.45

Toimintatupa Pyhäntä

Timo Jääskelä

Työniloa ja toimintakykyä yhdessä musisoiden. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Kielet

Opiskellaan suomea Pyhäntä syksy 05200001

10.9.–10.12.2022 36 t 50,00 €

La 11.00–13.15

Pyhännän koulu, yläkoulu, kuvaamataidon luokka

Inna Lotjonen

Kurssilla opit taitoja, joiden avulla pärjää arjessa, jatko-opinnoissa, työelämässä ja yhteiskunnassa. Kurssilla voivat opiskella kaikki ulkomaalaiset, jotka haluavat parantaa suomen kielen taitojaan. Oppitunneilla harjoitellaan puhumista,

kuuntelemista, lukemisen ymmärtämistä, kirjoittamista. Kurssin tavoitteet: Opiskelija osaa asioida itsenäisesti Suomessa (kaupassa, pankissa, TE-toimistossa, Kelassa, poliisilaitoksella, koulussa, oppilaitoksissa jne.) Opiskelija ymmärtää suomalaisten keskustelua ja pystyy keskustelemaan suomalaisten kanssa. Opiskelija osaa toimia suomalaisella työpaikalla ja tuntee suomalaista työkulutturia. Kurssin sisältö: Kielioppi, suomalainen kulttuuri, yhteiskuntatieto ja ympäristötieto, puhe- ja tekstiharjoituksia, eri ammattisanastosanasto, hyödyllisiä fraaseja ja termejä. Sisältö venäjäksi: Курс предлагает получить базовые языковые навыки, которые помогут сориентироваться в обществе, учебе, на работе. Курс открыт для всех иностранцев, желающих улучшить знания финского языка. Цели курса: самостоятельное решение различных жизненных ситуаций (напр.: в магазине, банке, службе занятости TE-toimisto, службе соц.защиты KELA, полиции, учебном заведении и т.п.). Обучающийся сможет поддержать беседу с финнами и прочувствовать особенности трудовой и культурной среды Финляндии. На занятиях практикуется разговорная речь, восприятие речи на слух (адирование), чтение и письмо. Содержание курса: основы грамматики, речевые упражнения, работа с текстом, разнообразная лексика, полезные фразы и термины. Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

Kuvataide ja muotoilu

Kuvataide perusteet 7-12 v TPO Pyhäntä syksy 05300002

23.8.–13.12.2022 30 t 83,00 €

Ti 15.00–16.30

Pyhännän koulu, yläkoulu, kuvaamataidon luokka

Marjut Lustig

Taiteen perusopetus. Opiskelemme kuvataiteen perustaitoja. Työmuotoja ovat mm. piirustus, maalaus, muotoilu, rakentelu ja grafiikka. Pukeudu työskentelyyn sopivalla tavalla.

Sisaralennus ja aktiivialennus. Vapaita opiskelijapaikkoja voi tiedustella myös lukuvuoden aikana. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun 20 €. Ilmoittautuminen päättyy 16.8.2022 15.00

Kuvataide Tavastkenkä 7-18 v ja aikuiset syksy 05300004

5.9.–1.12.2022 36 t 70,00 €

Ma 17.00–19.15

Tavastkengän koulu, luokka

Mari Korsulainen

Kaiken ikäisille soveltuva kuvataiteen ryhmä, jossa käydään läpi kuvataiteen perus- ja erikoistekniikoita. Aikuiset voivat tulla ryhmään työstämään omia aiheitaan ja saada ohjausta niissä. Opinnot voidaan hyväksilukea osaksi taiteen perusopetuksen opintoja. Pukeudu työskentelyyn sopivalla tavalla.

Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun 20 €. Aikuisilta laskutetaan materiaalit käytön mukaan kurssin päätyttyä, kurssimaksu 50 €. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Kuvataide teemaopinnot 11-18 v TPO Pyhäntä syksy 05300006

23.8.–13.12.2022 45 t 99,00 €

Ti 16.45–19.00

Pyhännän koulu, yläkoulu, kuvaamataidon luokka

Marjut Lustig

Teemaopinnoissa syvennämme ja laajennamme perusopinnoissa opittua kuvataiteellista ajattelua ja ilmaisua. Opintoihin sisältyy esimerkiksi materiaalisia kokeiluja ja erikoistekniikoihin perehtymistä. Opintojen päätteeksi opiskelija tekee lopputyön. Pukeudu työskentelyyn sopivalla tavalla. Sisaralennus ja aktiivialennus. Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun 25 €. Ilmoittautuminen päättyy 16.8.2022 15.00

Kädentaidot

Kudonta ja käsityö Tavastkenkä syksy 05400003

7.9.–30.11.2022 36 t 50,00 €

Ke 9.00–11.15

Tavastkengän koulu, käsityöluokka

Kati Tuoriniemi

Kudotaan kangaspuilla sisustus- ja vaatetustekstiilejä toiveiden mukaan. Lisäksi muita käsityötekniikoita, esim. lankatekniikat, makramee, värjäys, metallilanka, askartelu. Sopii vasta-alkajille ja kokeneille käsityön harrastajille. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Viikinkipunos Pyhäntä syksy 05400010

1.–15.10.2022 12 t 28,00 €

La 10.00–15.00

Pyhännän koulu, yläkoulu, tekstiilityöluokka

Johanna Riepula

Tule tekemään upeita ketjuja ja koruja viikinkipunos -tekniikalla! Metallilangalla punottava viikinkipunos on nimensä

mukaan vanha tekniikka mm. korujen valmistuksessa. Työvälineet ja tarvikkeet ovat yksinkertaiset ja se sopii lähes kaikille. Materiaalina voit käyttää sterlinghopealankaa tai edullisempaa metallilankaa ja työhön voi yhdistää esim lasihelmiä ja erilaisia riipuksia. Aiemmin punontaa harrastaneet voivat herkutella tutulla tekniikalla tai kokeilla uusia haasteita (esim. tupla- tai triplapunos), mutta mukaan voi tulla ilman aiempaa kokemusta. Aloitamme alkeista. Kokoonnumme la 1.10. ja la 15.10. Lähetämme ohjeet tarvikkeiden hankintaan ennen kurssin alkua. Perustarvikkeet ja materiaalit voit ostaa myös kurssilta (n. 5 €/koru). Opistolla on lainattavia välineitä. Ilmoittautuminen päättyy 23.9.2022 15.00

Liikunta

Joukkuevoimistelu 7-13 v Pyhäntä syksy 05800001

8.9.–1.12.2022 20 t 47,00 €

To 18.00–19.15

Pyhännän koulu, alakoulu, liikuntasali, lohko 2

Riina Tikkanen

Akrobatia

(kuperkeikat, kärrynpyörät, käsilläseisonta, sillat), vartalon hallinta, hypyt, tasapainot, liikkuvuus, lihaskunto ja koreografiasarjat, pelit, leikit. Sisältö muodostuu opiskelijoiden toiveiden mukaan. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Venyttely Pyhäntä syksy 05800003

7.9.–30.11.2022 12 t 28,00 €

Ke 18.15–19.00

Pyhännän koulu, alakoulu, liikuntasali

Mirva Kela

Teemme pitkäkestoisia venyttelyjä sekä

rentoudumme. Venyttely auttaa kehoasi palautumaan ja ehkäisee rasitusvammoja. Venyttely palauttaa myös lihaksen lepopituuden sekä edistää aineenvaihduntaa. Ota oma alusta mukaan. Teholtaan kevyt.

Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Kuntosalicircuit Pyhäntä syksy 05800007

7.9.–30.11.2022 16 t 58,00 €

Ke 17.00–18.00

Pyhännän koulu, alakoulu, kuntosali

Mirva Kela

Kiertoharjoittelutunti laitteilla ja vapailla

painoilla, sisältäen yhteiset alku- ja

loppuverryttelyt. Soveltuu sekä

aloittelijoille että kuntosaliharjoitteluun jo

tutustuneille. Ilmoittautuminen päättyy

31.8.2022 15.00

Lavis Pyhäntä syksy 05800009

6.9.–29.11.2022 16 t 37,00 €

Ti 17.45–18.45

Pyhännän koulu, alakoulu, liikuntasali

Paula Madetoja

Lavis perustuu lavatanssiasteleiden ja

jumpin välimuotoon, jota tanssitaan

yksin. Helpot koreografiat, humppa,

jenkka samba, jive, salsa.

Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Naisten jumppa Tavastkenkä syksy 05800011

6.9.–29.11.2022 16 t 37,00 €

Ti 18.30–19.30

Tavastkengän koulu, sali

Riina Tikkanen

Perusjumppa, jossa alkulämmittely,

lihaskunto-osuus sekä loppuvenyttely.

Harjoitukset toteutetaan kehonpainon

avulla, käytetään myös kahvakuulia,

jumppakeppejä sekä tehdään

kuntopiiriharjoituksia. Teholtaan

keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy
30.8.2022 15.00

Taekwon-Do peruskurssi Pyhäntä syksy 05800025

5.9.–28.11.2022 16 t 37,00 €

Ma 17.00–18.00

Pyhännän koulu, alakoulu, liikuntasali
Jarkko Kamula

Opetellaan salikäyttämistä,
peruspotkuja, -lyönnejä ja -torjuntia,
itsepuolustuksen perusteita sekä
harjoituksissa käytettävää koreankielistä
sanastoa. Opiskelija huolehtii
vakuutusturvastaan itse.

Kamppailulajeissa opiston vakuutus
koskee vain teoriajaksoja. Alaikäraja 7
vuotta. Teholtaan keskiraskas.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Taekwon-Do jatkokurssi Pyhäntä syksy 05800015

5.9.–28.11.2022 24 t 39,00 €

Ma 18.00–19.30

Pyhännän koulu, alakoulu, liikuntasali
Jarkko Kamula

Syvennämme Taekwon-do potku- ja
lyöntitekniikoiden harjoittelua, erilaisia
torjuntia, sekä liikesarjoja. Tavoitteena
itsepuolustustaidon, sekä kunnon
kohottaminen. Ylle verkkarit, mukaan
juomapullo. Opiskelija huolehtii
vakuutusturvastaan itse.

Kamppailulajeissa opiston vakuutus
koskee vain teoriajaksoja.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Liikuntaleikkikoulu 4-6 v Pyhäntä syksy 05800021

8.9.–1.12.2022 8 t 19,00 €

To 17.15–17.45

Pyhännän koulu, alakoulu, liikuntasali

Riina Tikkanen

Monipuolista ja tavoitteellista sekä
mukavaa liikuntaa. Opettelemme
perusliikuntataitoja, kehonhallintaa ja
ryhmässä toimimista erilaisten pelien ja
leikkien muodossa. Sopii tytöille ja pojille.
Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Vaihtuva jumppa Pyhäntä syksy 05800023

5.9.–28.11.2022 12 t 28,00 €

Ma 17.00–17.45

Pyhännän koulu, alakoulu, liikuntasali,
lohko 2

Mirva Kela

Perusjumppaa, jossa alkulämmittely,
lihaskunto-osuus sekä loppuvenyttely.
Harjoitukset toteutetaan kehonpainon
avulla, käytetään myös kahvakuulia,
jumppakeppejä sekä tehdään
kuntopiiriharjoituksia. Teholtaan
keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy
29.8.2022 15.00

Tuolijumppa Pyhäntä syksy 05800027

5.9.–28.11.2022 12 t 28,00 €

Ma 16.00–16.45

Pyhännän koulu, alakoulu, liikuntasali,
lohko 2

Mirva Kela

Jumppaa rauhalliseen tahtiin ilman
musiikkia istuen tai tuolia apuna käyttäen.
Lihaskuntoa vahvistavia liikkeitä,
venyttelyä ja tasapainoharjoituksia.
Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen
pättyy 29.8.2022 15.00

Musiikki

Karaoke Pyhäntä syksy 05100001

7.9.–30.11.2022 48 t 74,00 €

Ke 18.00–21.00

Pyhännän koulu, alakoulu, musiikkiluokka

Miika Kiiskinen
Mikrofonin käyttöä, tekniikkaa,
esiintymistä ja uusia karaokelauluja.
Käytössä tietokonepohjaiset
ammattilaiskaraokelevyt suomalaisilta
valmistajilta. Vasta-alkajille että
pitempään karaokea harrastaneille.
Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Kitara 20 min Pyhäntä syksy 05100003

5.9.–28.11.2022 73,00 €
Ma 14.15–15.55
Pyhännän koulu, alakoulu, musiikkiluokka
Juha Harju
Kitaransoiton yksilöopetus 20 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.
Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Lauluryhmä Pyhäntä syksy 05100005

5.9.–28.11.2022 37,00 €
Ma 18.00–19.00
Pyhännän koulu, alakoulu, musiikkiluokka
Juha Harju
Laulamme monipuolista musiikkia.
Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Piano 1 20 min Pyhäntä syksy 05100009

8.9.–1.12.2022 73,00 €
To 14.00–18.40
Pyhännän koulu, alakoulu, musiikkiluokka
Jukka-Pekka Annanperä
Pianonsoiton yksilöopetus 20 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.
Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Piano 2 20 min Pyhäntä syksy 05100011

7.9.–30.11.2022 73,00 €
Ke 15.15–17.35
Pyhännän koulu, alakoulu, pienryhmätila
Kirsti Ervasti
Pianonsoiton yksilöopetus 20 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Piano TPO 30 min Pyhäntä syksy

05100013
22.8.–5.12.2022 122,00 €
Ma 14.15–16.15
Pyhännän seurakuntatalo, sali
Kirsti Ervasti
Pianonsoiton yksilöopetus 30 min. Taiteen
perusopetus. Opettaja sopii soittoajan
puhelimitse. Opiskelu on tavoitteellista ja
edellyttää ahkerää kotiharjoittelua.
Ilmoittautuminen päättyy 15.8.2022 15.00

Piano 30 min Pyhäntä syksy 05100015

5.9.–28.11.2022 105,00 €
Ma 16.30–18.00
Pyhännän koulu, alakoulu, pienryhmätila
Kirsti Ervasti
Pianonsoiton yksilöopetus 30 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.
Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Rummut 20 min Pyhäntä syksy 05100017

5.9.–28.11.2022 73,00 €
Ma 15.55–16.35
Pyhännän koulu, alakoulu, musiikkiluokka
Juha Harju
Rumpujensoiton yksilöopetus 20 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.
Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Vaskipuhallin 30 min Pyhäntä syksy

05100019
8.9.–1.12.2022 105,00 €
To 18.45–19.45
Pyhännän koulu, alakoulu, musiikkiluokka
Jukka-Pekka Annanperä
Vaskipuhaltimen yksilöopetus 30 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.
Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Tanssi

Twerkkaus tutuksi lyhytkurssi Pyhäntä syksy 05500005

3.–31.10.2022 5,33 t 12,00 €

Ma 19.00–20.00

Pyhännän koulu, alakoulu, liikuntasali,
lohko 2

Jenni Autio

Tutustumme twerkkiin ja sen liikekieleen.

Harjoittelemmme eri perustekniikoita ja opettelemme helpon lyhyen koreografian.

Ei vaadita aiempaa tanssikokemusta.

Varusteet: löysät/joustavat housut tai shortsit, juomapullo sekä kengät (voi olla myös ilman). Sopii yli 15 v. täyttäneille.

Ilmoittautuminen päättyy 26.9.2022 15.00

Dance2move lyhytkurssi Pyhäntä syksy 05500006

3.–31.10.2022 4 t 10,00 €

Ma 18.00–18.45

Pyhännän koulu, alakoulu, liikuntasali,
lohko 2

Jenni Autio

Rento ja leikkisä tanssitunti, jossa tärkeintä on ilo ja liike. Opettelemme ensin askeleet, jonka jälkeen lisätään mukaan käsien liike sekä luovaa kehon liikettä. Tunti koostuu sekä uusista listahiteistä että vanhoista miksatuista suosikkibiiseistä. Otamme vaikutteita eri tanssilajeista, kuten lattari, reggaetton, disco, street dance, jazz. Tunnilla ei ole oikeaa tai väärää tapaa liikkua, eikä aikaisempaa tanssikokemusta tarvita. Saa fiilistellä, heittäytyä ja improvisoida.

Heittäydy mukaan tunnille, hiki on taattu!

Sopii yli 15 v. täyttäneille.

Ilmoittautuminen päättyy 26.9.2022 15.00

Siikalatva

Erityisryhmien toimintakyvyn tukeminen

Erityisryhmien kuntosali Pulkkila syksy 06110001

7.9.–30.11.2022 12 t 43,00 €

Ke 11.30–12.15

Pulkkilan terveystakeskus, kuntosali
Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Alkulämmittelyn jälkeen etenemme
kiertoharjoitteluun, jonka jälkeen
venyttelemme. Otamme huomioon
jokaisen yksilöllisen tilanteen ja toiveet
harjoitukselle. Teholtaan keskiraskas.
Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Erityisryhmien kuntosali Rantsila syksy 06110003

7.9.–30.11.2022 12 t 43,00 €

Ke 9.00–9.45

Rantsilan kuntosali
Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Alkulämmittelyn jälkeen etenemme
kiertoharjoitteluun, jonka jälkeen
venyttelemme. Otamme huomioon
jokaisen yksilöllisen tilanteen ja toiveet
harjoitukselle. Teholtaan keskiraskas.
Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Musiikkia erityisryhmille Pulkkila syksy 06110007

6.9.–29.11.2022 12 t 28,00 €

Ti 12.00–12.45

Mäkelän talo

Timo Jääskelä

Ylläpidämme toimintakykyä laulaen ja
musisoiden. Ilmoittautuminen
ensimmäisellä kokoontumiskerralla.
Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Musiikkia erityisryhmille Rantsila syksy 06110009

6.9.–29.11.2022 12 t 28,00 €

Ti 13.30–14.15

Rauhala Rantsila, kerhohuone

Timo Jääskelä

Ylläpidämme toimintakykyä laulaen ja
musisoiden. Ilmoittautuminen
ensimmäisellä kokoontumiskerralla.
Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Kuvataide ja muotoilu

Kuvataide perusteet 7-12 -v TPO Rantsila syksy 06300001

24.8.–30.11.2022 28 t 79,00 €

Ke 15.30–17.00

Gananderin koulu, tekstiilityön luokka

Maria Keckman

Taiteen perusopetus. Opiskelemme
kuvataiteen perustaitoja. Työmuotoja
ovat mm. piirustus, maalaus, muotoilu,
rakentelu ja grafiikka. Pukeudu
työskentelyyn sopivalla tavalla.
Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun.
Sisaralennus ja aktiivialennus. Vapaita
opiskelijapaikkoja voi tiedustella myös
lukuvuoden aikana. Kurssimaksu sisältää
materiaalimaksun 20 €. Ilmoittautuminen
päättyy 31.8.2022 15.00

Kuvataide perusteet TPO 7-13 v. Piippola syksy 06300003

25.8.–1.12.2022 28 t 79,00 €

To 16.15–17.45

Siikalatvan lukio, kuvataideluokka

Elisa Vääräniemi

Taiteen perusopetus. Opiskelemme
kuvataiteen perustaitoja. Työmuotoja
ovat mm. piirustus, maalaus, muotoilu,
rakentelu ja grafiikka. Pukeudu
työskentelyyn sopivalla tavalla.
Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun.

Sisaralennus ja aktiivialennus. Vapaita opiskelijapaikkoja voi tiedustella myös lukuvuoden aikana. Materiaalit 20€ sis.kurssimaksuun Ilmoittautuminen päättyy 18.8.2022 15.00

Kuvataide teemaopinnot TPO 11-18 v

Rantsila syksy 06300005

24.8.–30.11.2022 42 t 94,00 €

Ke 17.15–19.30

Gananderin koulu, tekstiilityön luokka

Maria Keckman

Teemaopinnoissa syvennämme ja laajennamme perusopinnoissa opittua kuvataiteellista ajattelua ja ilmaisua.

Opintoihin sisältyy esimerkiksi

materiaalisia kokeiluja ja

erikoistekniikoihin perehtymistä.

Opintojen päätteeksi opiskelija tekee

lopputyön. Pukeudu työskentelyyn

sopivalla tavalla. Kurssimaksu sisältää

materiaalimaksun. Sisaralennus ja

aktiivialennus. Materiaalimaksu 25 €

sis.kurssimaksuun. Ilmoittautuminen

päättyy 17.8.2022 15.00

Kuvataide teemaopinnot TPO yli 11-v.

Piippola syksy 06300007

25.8.–1.12.2022 14 t 28,00 €

To 17.45–18.30

Pentti Haanpään koulu, kuvataideluokka

Elisa Vääräniemi

Teemaopinnoissa syvennämme ja

laajennamme perusopinnoissa opittua

kuvataiteellista ajattelua ja ilmaisua.

Opintoihin sisältyy esimerkiksi

materiaalisia kokeiluja ja

erikoistekniikoihin perehtymistä.

Opintojen päätteeksi opiskelija tekee

lopputyön. Pukeudu työskentelyyn

sopivalla tavalla. Kurssimaksu sisältää

materiaalimaksun. Sisaralennus ja

aktiivialennus. Opetukseen sisältyy

Kuvataide perusteet 7-13 v -

kurssi.Sisaralennus. Materiaalimaksu 5€

sis.kurssimaksuun. Opetukseen sisältyy

myös Kuvataide perusteet 7-13 v -kurssi.

Ilmoittautuminen päättyy 18.8.2022 15.00

Kädentaidot

Kudonta ja käsityö Leskelä Piippola syksy

06400011

5.9.–28.11.2022 36 t 50,00 €

Ma 12.00–14.15

Kairanmaan talo, kudontaluokka

Kaija-Liisa Rantonen

Kudomme erilaisia kankaita.

Suunnittelemme ensimmäisellä

kokoontumiskerralla syksyn ja kevään työt

kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden

pohjalta. Sopii sekä aloittelijalle että

käsitöitä harrastaneelle. Ilmoittautuminen

päättyy 29.8.2022 15.00

Kudonta ja käsityö Piippola syksy

06400013

5.9.–28.11.2022 36 t 50,00 €

Ma 15.00–17.15

Piippolan kunnantoinmisto, kudontaluokka

Kaija-Liisa Rantonen

Opimme kudonnan perusasioita ja

kudomme opiskelijoiden tarpeiden ja

toiveiden mukaan kankaita joko

perinteisesti tai uutta luoden. Teemme

käyttö- ja koristetekstiilejä myös muilla

tekniikoilla, esim. neuloen, virkaten ja

kirjoen. Sopii sekä aloittelijalle että

käsitöitä harrastaneelle. Ilmoittautuminen

päättyy 29.8.2022 15.00

Kudonta ja käsityö Pulkkila syksy

06400015

8.9.–1.12.2022 36 t 50,00 €

To 17.00–19.15

Mäkelän talo

Kaija-Liisa Rantonen

Opimme kudonnan perusasioita ja kudomme kankaita joko perinteisesti tai uutta luoden kurssilaisten toiveiden mukaan. Opettelemme myös muita käsityötekniikoita. Kurssi sopii sekä aloittelijalle että kokeneemmalle tekijälle. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Kudonta Kestilä syksy 06400017

7.9.–30.11.2022 36 t 50,00 €

Ke 17.00–19.15

Paikka ilmoitetaan myöhemmin

Kaija Rantonen

Opimme kudonnan perusasioita ja kudomme erilaisia käyttö- ja koristetekstiilejä kurssilaisten tarpeiden ja toiveiden mukaan. Kurssi sopii sekä vasta-alkajille että kokeneemmille kutojille. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Kudonta Laakkola Pulkkila syksy 06400019

6.9.–29.11.2022 36 t 50,00 €

Ti 18.00–20.15

Laakkolan kylätalo, kudontaluokka

Kaija-Liisa Rantonen

Opimme kudonnan perusasioita ja kudomme kurssilaisten tarpeiden ja toiveiden mukaan kankaita joko perinteisesti tai uutta luoden. Kurssi sopii sekä vasta-alkajille että kokeneemmille kutojille. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Kudonta Mankila Rantsila syksy 06400021

5.9.–28.11.2022 36 t 50,00 €

Ma 18.00–20.15

Entinen Mankilan koulu

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin

Tutustumme kankaankudonnan

tekniikkaan, erilaisiin sidoksiin ja

materiaaleihin. Kudomme erilaisia käyttö- ja koristetekstiilejä opiskelijoiden toivomusten mukaan. Kurssi sopii sekä aloittelijalle että käsitöitä harrastaneelle. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Kudonta Rantsila syksy 06400023

5.9.–28.11.2022 36 t 50,00 €

Ma 15.15–17.30

Vanha Aleksanterin koulu, kudontatilat

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin

Tutustumme kankaankudonnan

tekniikkaan, erilaisiin sidoksiin ja

materiaaleihin. Kudomme erilaisia käyttö- ja koristetekstiilejä opiskelijoiden

toivomusten mukaan. Kurssi sopii sekä

aloittelijalle että käsitöitä harrastaneelle.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Puutyöt/koristeveisto Rantsila syksy 06400029

7.9.–30.11.2022 48 t 54,00 €

Ke 17.00–20.00

Gananderin koulu, teknisen työn luokka

Eero Romppainen

Opimme puutyökoneiden turvallisen

käytön, yleisimmät liitostekniikat ja eri

puulajien tuntemusta sekä

pinnankäsittelytekniikoita. Opiskelemme

myös koristeveistötöiden suunnittelua,

piirtämistä, kuvion irrotusta vannesahalla,

kuvion avausta veistoraudoilla,

muotoiluveistoa, viimeistelyä ja

pintakäsittelyä. Voit tehdä kurssityön

valintasi mukaan. Ota mukaan puu-aines,

liimat, hiontapaperit, poratapit, ruuvit,

naulat ja pinnoitusaineet.

Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Kiehtovat käsityöt, Viikinkipunos, Rantsila syksy 06400034

6.10.–3.11.2022 12 t 28,00 €

To 16.30–18.45

Gananderin koulu, äidinkielen luokka
Johanna Riepula
Viikinkipunos metallilangalla on vanha tekniikka, jolla voi punoa neulontatekniikalla mm. koruja.
Työvälineet ja tarvikkeet ovat yksinkertaiset ja työ sopii lähes kaikille. Tarvikkeet löytyvät kurssilta. Materiaalit laskutetaan käytön mukaan.
Ilmoittautuminen päättyy 29.9.2022 15.00

Kangaspuiden kokoaminen Piippola syksy 06400038

22.–29.8.2022 6 t 0,00 €
Ma 15.00–17.15
Piippolan kunnantoimisto, kudontaluokka
Kaija-Liisa Rantonen
Muutto uusiin tiloihin. Tyhjien kangaspuiden kasaaminen (osat, miten päin, missä järjestyksessä ym.). Miten puut kasataan kutomiskuntoon eri tapauksissa. Ilmoittautuminen päättyy 15.8.2022 0.00

Liikunta

Jooga Kestilä syksy 06800001

5.9.–28.11.2022 24 t 39,00 €
Ma 14.30–16.00
Kestilän kunnantoimisto, liikuntasali
Rita Porkka
Rauhallisessa joogassa tavoitteenamme on rentoutumisen, mielenrauhan ja keskittymisen kehittäminen.
Harjoituksissa yhdistyvät fyysiset harjoitteet, hengitys, mielentaso sekä rentoutuminen. Pukeudu joustavaan asuun ja ota mukaan jumppa-alusta. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Jooga Pulkkila syksy 06800003

20.9.–29.11.2022 22 t 33,00 €

Ti 17.30–19.00
Ylämäkelän koulu, liikuntasali
Rita Porkka
Rauhallisessa joogassa tavoitteenamme on rentoutumisen, mielenrauhan ja keskittymisen kehittäminen.
Harjoituksissa yhdistyvät fyysiset harjoitteet, hengitys, mielentaso sekä rentoutuminen. Pukeudu joustavaan asuun ja ota mukaan jumppa-alusta. Teholtaan keskiraskas. Mukana pärjää aloittelevakin, mutta myös edistyneille on haastetta. Ilmoittautuminen päättyy 6.9.2022 15.00

Kahvakuulajumppa Rantsila syksy 06800005

7.9.–30.11.2022 16 t 37,00 €
Ke 17.30–18.30
Aleksanterin koulu, liikuntasali
Sanna Toppinen
Tehokas koko kehon voima- ja kestävyystreeni, sisältää myös liikkuvuus-, venyttely- ja koordinaatioharjoituksia. Tunti sisältää alkulämmittelyn, jonka jälkeen kahvakuulaliikkeitä sekä yhdellä että kahdella kuulalla, lopuksi loppuverryttely ja venyttely. Tunti sopii sekä naisille että miehille. Ota omat kahvakuulat mukaan. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Kehonhuolto: fascia method Rantsila syksy 06800007

5.9.–28.11.2022 16 t 37,00 €
Ma 17.00–18.00
Aleksanterin koulu, liikuntasali
Rita Porkka
Kurssilla yhdistyvät myofaskiaalinen liikkuvuusharjoittelu, dynaaminen täsmävenyttely kireille lihaksille, liikehallintaharjoittelu ja faskiakäsittely pallolla. Käymme läpi harjoitteita

yleisimpiin tuki- ja liikuntaelinoireisiin. FasciaMethod soveltuu kaikille, jotka haluavat parantaa suorituskykyään tehokkaasti ja edistää hyvinvointiaan
Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Kuntojumppa Rantsila syksy 06800011

7.9.–30.11.2022 16 t 37,00 €

Ke 16.30–17.30

Aleksanterin koulu, liikuntasali

Sanna Toppinen

Reipasta jumppaa askeltaen ja jumppa-alustalla harjoitellen. Alkuvenyttelyt, lihaskunto-osuus ja loppuvenyttelyt.

Käytämme vastuskuminauhoja,

jumppakeppejä ja käsipainoja

harjoituksissa. Teholtaan keskiraskas.

Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Kuntonyrkkeily Kestilä syksy 06800013

5.9.–28.11.2022 16 t 37,00 €

Ma 16.45–17.45

Kestilän kunnantointisto, liikuntasali

Sanna Toppinen

Kuntonyrkkeily on tehokasta, hauskaa ja

turvallista harjoittelua nyrkkeilyn

tekniikoita ja harjoitteita hyväksikäyttäen.

Sopii sekä naisille että miehille. Ota

mukaan sisäliikuntavaatteet ja

juomapullo. Opiskelija huolehtii

vakuutusturvastaan itse -

kamppailulajeissa opiston vakuutus

koskee vain teoriajaksoja. Teholtaan

keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy

21.11.2022 15.00

Kuntonyrkkeily Piippola syksy 06800015

5.9.–28.11.2022 16 t 37,00 €

Ma 18.30–19.30

Jedu Piippola, liikuntasali

Sanna Toppinen

Kuntonyrkkeily on tehokasta, hauskaa ja

turvallista harjoittelua nyrkkeilyn

tekniikoita ja harjoitteita hyväksikäyttäen.

Sopii sekä naisille että miehille. Ota

mukaan sisäliikuntavaatteet ja

juomapullo. Opiskelija huolehtii

vakuutusturvastaan itse -

kamppailulajeissa opiston vakuutus

koskee vain teoriajaksoja. Teholtaan

keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy

29.8.2022 15.00

Kuntopiiri Pulkkila syksy 06800017

5.9.–28.11.2022 16 t 37,00 €

Ma 17.20–18.20

Ylämäkelän koulu, liikuntasali

Elisa Arola

Kuntopiiri on monipuolinen

kuntoilumenetelmä, jossa pyrimme joko

oman kehon painoa tai välineitä käyttäen

parantamaan fyysistä suorituskykyä.

Teemme oman kunnan mukaan

teemallisena kiertoharjoitteluna vatsan,

selän, käsivarsien ja jalkojen

lihastensuorituskykyä kehittäviä liikkeitä.

Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen

päättyy 23.8.2021 15.00

Kuntosali Pulkkila syksy 06800019

6.9.–29.11.2022 16 t 37,00 €

Ti 17.00–18.00

Pulkkilan terveyskeskus, kuntosali

Elisa Arola

Alkulämmittelyn jälkeen etenemme

kiertoharjoitteluun, jonka jälkeen

venyttelemme. Otamme huomioon

jokaisen yksilöllisen tilanteen ja toiveet

harjoitukselle. Teholtaan keskiraskas.

Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Lavis Piippola syksy 06800023

6.9.–29.11.2022 16 t 37,00 €

Ti 19.15–20.15

Jedu Piippola, liikuntasali

Paula Madetoja

Lavis on hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon. Lavista tanssitaan yksin. Tanssimme tuttuja lavatanssilajeja kuten humppa, jenkka, rock/jive, chacha ja samba. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Liikuntaleikkikoulu 3-4 v. Piippola syksy 06800027

6.9.–29.11.2022 12 t 28,00 €
Ti 17.00–17.45
Jedu Piippola, liikuntasali
Sanna Toppinen, Jesse Toppinen
Monipuolista ja tavoitteellista sekä mukavaa liikuntaa. Opettelemme perusliikuntataitoja, kehonhallintaa ja ryhmässä toimimista erilaisten pelien ja leikkien muodossa. Sopii tytöille ja pojille. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Naisten ja miesten vesijumppa Pulkkila syksy 06800031

7.9.–30.11.2022 12 t 74,00 €
Ke 10.40–11.25
Koivupuisto, Kärämäen uimahalli
Huhmarniemi Minna/Klemetilä Katja
vuoroviikoin
Vesijumppa sopii mainiosti kaiken ikäisille, kokoisille ja kuntoisille. Vedessä liikkeet ovat pehmeitä ja tehokkaita, siksi nivelistävällinen vesijumppa sopii erinomaisesti myös kuntoutujille. Vesijumpan tehoa voit säätää juuri itselle sopivaksi: kevyttä jumppaa hitaammalla tahdilla ja lisää tehoa saat nopeuttamalla liikkeitä Teholtaan keskiraskas. Kurssimaksu sisältää uimaliput. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Shindo Kestilä syksy 06800033

8.9.–1.12.2022 24 t 39,00 €
To 16.30–18.00
Kestilän kunnantoimisto, liikuntasali
Maija Karjaluo
Shindo on monipuolinen kehityöskentelymenetelmä, johon kuuluu rentoutusharjoituksia ja venytyksiä. Rentoutus ja liikesarjat avaavat kehon energian kulkua vaikuttaen mielen ja kehon luonnolliseen tasapainoon ja antaen voimia arkeen. Ota mukaan mukaan jumppamatto, tyyny, huopa, juomaa ja reipasta mieltä. Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Telinevoimistelu alle 9-v. Piippola syksy 06800035

9.9.–2.12.2022 16 t 37,00 €
Pe 16.00–17.00
Jedu Piippola, liikuntasali
Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Telinevoimistelu kehittää mm. nopeutta, kimmoisuutta, ketteryyttä, liiketajua, lihaskuntoa, liikkuvuutta, tasapainoa, esiintymistaitoa ja rohkeutta. Säännöllisissä harjoituksissa opimme ryhmässä toimimista ja muiden huomioimista, mistä on hyötyä läpi elämän. Tavoitteenamme ryhmässä on oppia jotain uutta, oli aikaisempaa kokemusta voimistelusta tai ei. Sopii sekä tytöille että pojille. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

Telinevoimistelu yli 9-v. Piippola syksy 06800037

9.9.–3.12.2022 16 t 37,00 €
Pe 17.00–18.00
Jedu Piippola, liikuntasali
Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Telinevoimistelu kehittää mm. nopeutta, kimmoisuutta, ketteryyttä, liiketajua,

lihaskuntoa, liikkuvuutta, tasapainoa, esiintymistaitoa ja rohkeutta. Säännöllisissä harjoituksissa opimme ryhmässä toimimista ja muiden huomioimista, mistä on hyötyä läpi elämän. Tavoitteenamme ryhmässä on oppia jotain uutta, oli aikaisempaa kokemusta voimistelusta tai ei. Sopii sekä tytöille että pojille. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 27.8.2021 15.00

Tuolijumppa Rantsila syksy 06800041

7.9.–30.11.2022 12 t 28,00 €
Ke 10.00–10.45
Rantsilan seurakuntatalo
Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Jumppaa rauhalliseen tahtiin ilman musiikkia istuen tai tuolia apuna käyttäen. Lihaskuntoa vahvistavia liikkeitä, venyttelyä ja tasapainoharjoituksia. Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Venyttely Pulkkila syksy 06800047

5.9.–28.11.2022 12 t 28,00 €
Ma 18.25–19.10
Ylämäkelän koulu, liikuntasali
Elisa Arola
Teemme pitkäkestoisia venyttelyjä sekä rentoudumme. Venyttely auttaa kehoasi palautumaan ja ehkäisee rasitusvammoja. Venyttely palauttaa myös lihaksen lepopituuden sekä edistää aineenvaihduntaa. Ota oma alusta mukaan. Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Palloilukerho 5-8 v. Rantsila syksy 06800049

8.9.–1.12.2022 15,96 t 37,00 €
To 18.00–19.00
Rantsilan liikuntahalli
Kaisa Louet

Palloilukerho on 5-8-vuotiaille lapsille tarkoitettu pallopelikerho, jossa liikutaan ja pelataan monipuolisesti erilaisia pallopelejä, mm. pesäpalloa, salibandya, lentopalloa ja koripalloa sääntöjä soveltaen. Tarkoituksena on pallonkäsittelytaitojen ja liikunnallisten taitojen kehittäminen sekä ennen kaikkea onnistumisen kokemukset ja oivaltamisen ilo yhdessä pelaamisen kautta. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Päiväkuntosali Pulkkila syksy 06800050

7.9.–30.11.2022 16 t 37,00 €
Ke 14.45–15.45
Pulkkilan terveyskeskus, kuntosali
Elisa Arola
Alkulämmittelyn jälkeen etenemme kiertoarjoitteluun, jonka jälkeen venyttelemme. Otamme huomioon jokaisen yksilöllisen tilanteen ja toiveet harjoitukselle. Teholtaan keskiraskas. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Venyttely ja kehonhuolto Pulkkila syksy 06800052

7.9.–30.11.2022 12 t 28,00 €
Ke 15.45–16.30
Pulkkilan terveyskeskus, kuntosali
Elisa Arola
Teemme pitkäkestoisia venyttelyjä sekä rentoudumme. Venyttely auttaa kehoasi palautumaan ja ehkäisee rasitusvammoja. Venyttely palauttaa myös lihaksen lepopituuden sekä edistää aineenvaihduntaa. Ota oma alusta mukaan. Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Tuolijumppa Kestilä syksy 06800055

9.9.–2.12.2022 12 t 28,00 €
Pe 11.00–11.45
Kestilän kunnantoimisto, liikuntasali

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin
Jumppaa rauhalliseen tahtiin ilman
musiikkia istuen tai tuolia apuna käyttäen.
Lihaskuntoa vahvistavia liikkeitä,
venyttelyä ja tasapainoharjoituksia.
Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen
päättyy 2.9.2022 15.00

Liikuntaleikkikoulu 5-6 v. Piippola syksy 06800075

6.9.–29.11.2022 12 t 28,00 €

Ti 17.45–18.30

Jedu Piippola, liikuntasali
Sanna Toppinen, Jesse Toppinen
Monipuolista ja tavoitteellista sekä
mukavaa liikuntaa. Opettelemme
perusliikuntataitoja, kehonhallintaa ja
ryhmässä toimimista erilaisten pelien ja
leikkien muodossa. Sopii tytöille ja pojille.
Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Jooga Rantsila syksy 06800077

15.9.–1.12.2022 22 t 36,00 €

To 18.00–19.30

Aleksanterin koulu, liikuntasali
Rita Porkka
Rauhallisessa joogassa tavoitteenamme
on rentoutumisen, mielenrauhan ja
keskittymisen kehittäminen.
Harjoituksissa yhdistyvät fyysiset
harjoitteet, hengitys, mielentaso sekä
rentoutuminen. Pukeudu joustavaan
asuun ja ota mukaan jumppa-alusta.
Teholtaan keskiraskas. Mukana pärjää
aloittelevakin, mutta myös edistyneille on
haastetta. Ilmoittautuminen päättyy
8.9.2022 15.00

Perhejooga Pulkkila syksy 06800078

20.9.–29.11.2022 11 t 23,00 €

Ti 16.45–17.30

Ylämäkelän koulu, liikuntasali
Rita Porkka

Perhejoogatunnilla lapset joogaavat
yhdessä esimerkiksi vanhempansa,
isovanhempansa, sisarusten, kummin tai
aikuisen ystävänsä kanssa niin, että
jokaisella on oma joogamatto. Aikuiselle
perhejoogatunti tarjoaa mahdollisuuden
keskittyä nauttimaan osallisuudesta ja
yhteisestä ajasta lapsen kanssa. Lapsen
ikä max 8v. Oma joogamatto mukaan.
Jokainen osallistuja ilmoittautuu.
Ilmoittautuminen päättyy 6.9.2022 15.00

Kevyt lavis Kestilä syksy 06800079

6.9.–29.11.2022 16 t 37,00 €

Ti 16.00–17.00

Kestilän kunnantoinmisto, liikuntasali
Paula Madetoja
Kevyt lavis perustuu lavatanssiaskelien
ja jumpan välimuotoon, jota tanssitaan
yksin. Rauhallinen tahti ja liikkeet ilman
hyppyjä. Helpot koreografiat, humppa,
valssi, jenga, tango. Ilmoittautuminen
päättyy 30.8.2022 15.00

Tuolijumppa Pulkkila syksy 06800080

6.9.–29.11.2022 12 t 28,00 €

Ti 16.00–16.45

Pulkkilan seurakuntatalo
Elisa Arola
Jumppaa rauhalliseen tahtiin ilman
musiikkia istuen tai tuolia apuna käyttäen.
Lihaskuntoa vahvistavia liikkeitä,
venyttelyä ja tasapainoharjoituksia.
Teholtaan kevyt. Ilmoittautuminen
päättyy 30.8.2022 15.00

Musiikki

Harmonikka Pulkkila syksy 06100001

6.9.–29.11.2022 10,68 t 73,00 €

Ti 18.15–19.00

Mäkirinteen koulu, luokka 164, M1-ovi
Noora Repo

Yksilöopetus 20 min. Opiskelemme soittamisen perustaitoja sekä soittamme monipuolista harmonikka- ja laulumusiikkia. Sopii vasta-alkajille ja harmonikkaa jo soittaneille.
Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Kantele Piippola syksy 06100003

8.9.–1.12.2022 24 t 39,00 €
To 16.30–18.00
Kairanmaan talo, sali
Eero Pitkälä
Ryhmäopetus. Opimme perinteistä kanteleensoittoa, kolmisoinnut molemmille käsille sekä kansanlaulujen soittoa kaikissa tahtilajeissa. Samalla opimme esiintymisvarmuutta.
Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Karaoke Kestilä syksy 06100005

8.9.–1.12.2022 48 t 74,00 €
To 18.00–21.00
Kestilän kunnantalo, valtuustosalin
Miika Kiiskinen
Opettelemme mikrofoniin käyttöä, tekniikkaa, esiintymistä ja uusia karaokelauluja. Käytössä tietokonepohjaiset ammattilaiskaraokelevyt suomalaisilta valmistajilta. Kurssi sopii sekä vasta-alkajille että pitempään karaokea harrastaneille. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Kitara 20 min Rantsila syksy 06100007

8.9.–1.12.2022 73,00 €
To 15.00–16.00
Gananderin koulu, auditorio
Rauno Kesti
Yksilöopetus 20 min. Kitaransoiton opiskelua oppilaan tason mukaisesti. Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.

Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Kitara 20 min Piippola syksy 06100009

5.9.–28.11.2022 73,00 €
Ma 17.20–18.00
Pyhännän koulu, alakoulu, musiikkiluokka
Juha Harju
Kitaransoiton yksilöopetus 20min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.
Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Kitara 30 min Pulkkala syksy 06100011

5.9.–28.11.2022 105,00 €
Ma 15.30–16.00
Rantakankaan koulu, musiikkiluokka
Rauno Kesti
Yksilöopetus 30 min. Kitaransoiton opiskelua oppilaan tason mukaisesti. Opettaja soittaa ja sopii soittoajan.
Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Kitara 30 min Rantsila syksy 06100013

8.9.–1.12.2022 105,00 €
To 17.20–17.50
Gananderin koulu, auditorio
Rauno Kesti
Yksilöopetus 30 min. Kitaransoiton opiskelua oppilaan tason mukaisesti. Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.
Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Perhemuskari alle 6-v. Piippola syksy 06100021

6.9.–29.11.2022 12 t 28,00 €
Ti 11.00–11.45
Piippolan kylätupa
Irene Entchev
Tutustumme leikin kautta musiikin elementteihin. Laulamme, loruillemme, soittamme, liikumme ja leikimme. Tärkeintä ovat musiikista saadut kokemukset. 0-5 -vuotiaat tulevat

muskariin aikuisen kanssa.
Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Piano 20 min Pulkkila syksy 06100025

6.9.–29.11.2022 73,00 €
Ti 13.15–16.35
Entinen pulkkilan peruskoulu, ruokasali
Kirsti Ervasti
Pianonsoiton yksilöopetus 20 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.
Ilmoittautuminen päättyy 24.8.2022 15.00

Piano 20 min Rantsila syksy 06100027

6.9.–29.11.2022 73,00 €
Ti 13.15–16.35
Rantsilan kirjasto, monitoimitila
Arja Leinonen
Pianonsoiton yksilöopetus 20 min.
Opettaja sopii soittoajan puhelimitse.
Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Piano 20 min aikuiset Piippola syksy 06100029

8.9.–1.12.2022 73,00 €
To 19.00–19.20
Palvelukeskus Vaarintalo, ruokasali
Kirsti Ervasti
Yksilöopetus 20 min. Opettaja sopii soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Piano 20 min Piippola / Pyhäntä syksy 06100031

7.9.–30.11.2022 73,00 €
Ke 14.15–15.35
Pyhännän koulu, alakoulu, pienryhmätila
Kirsti Ervasti
Yksilöopetus 20 min. Opettaja sopii soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Piano 20 min Piippola syksy 06100032

8.9.–1.12.2022 73,00 €
To 18.00–19.00
Palvelukeskus Vaarintalo, ruokasali
Kirsti Ervasti
Yksilöopetus 20 min. Opettaja sopii soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Piano 30 min Kestilä syksy 06100035

8.9.–1.12.2022 105,00 €
To 15.30–17.30
Kestilän peruskoulu, musiikkiluokka
Kirsti Ervasti
Yksilöopetus 30 min. Opettaja sopii soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Piano 30 min Rantsila syksy 06100037

6.9.–29.11.2022 105,00 €
Ti 16.45–19.45
Rantsilan kirjasto, monitoimitila
Arja Leinonen
Yksilöopetus 30 min. Opettaja sopii soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Piano 30 min TPO Pulkkila syksy 06100039

23.8.–13.12.2022 131,00 €
Ti 16.45–17.45
Entinen pulkkilan peruskoulu, ruokasali
Kirsti Ervasti
Taiteen perusopetus. Yksilöopetus 30 min/ 15 vko. Opettaja sopii soittoajat puhelimitse. Ota omat soittokirjat mukaan. Ilmoittautuminen päättyy 16.8.2022 15.00

Rummut 20 min Pulkkila syksy 06100041

5.9.–28.11.2022 73,00 €
Ma 16.00–16.40

Rantakankaan koulu, musiikkiluokka
Rauno Kesti
Yksilöopetus 20 min. Opettaja sopii
soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen
päättyy 29.8.2022 15.00

Rummut 20 min Rantsila syksy 06100043
8.9.–1.12.2022 73,00 €
To 16.00–17.20
Gananderin koulu, auditorio
Rauno Kesti
Yksilöopetus 20 min. Opettaja sopii
soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen
päättyy 1.9.2022 15.00

Rummut 30 min Pulkkiola syksy 06100045
5.9.–28.11.2022 105,00 €
Ma 16.40–17.45
Rantakankaan koulu, musiikkiluokka
Rauno Kesti
Yksilöopetus 30 min. Opettaja sopii
soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen
päättyy 29.8.2022 15.00

Rummut 30 min aikuiset Rantsila syksy 06100047
9.9.–2.12.2022 105,00 €
Pe 16.10–17.10
Gananderin koulu, auditorio
Rauno Kesti
Yksilöopetus 30 min. Opettaja sopii
soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen
päättyy 2.9.2022 15.00

Rummut 20 min Rantsila syksy 06100051
9.9.–2.12.2022 73,00 €
Pe 13.00–15.40
Gananderin koulu, auditorio
Rauno Kesti
Yksilöopetus 20min. Opettaja sopii
soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen

päättyy 2.9.2022 15.00

Kitara 30 min Rantsila syksy 06100053
9.9.–2.12.2022 105,00 €
Pe 15.40–16.10
Gananderin koulu, auditorio
Rauno Kesti
Yksilöopetus 30 min. Opettaja sopii
soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen
päättyy 2.9.2022 15.00

Rummut 30 min Rantsila syksy 06100055
8.9.–1.12.2022 105,00 €
To 17.50–19.20
Gananderin koulu, auditorio
Rauno Kesti
Yksilöopetus 30 min. Opettaja sopii
soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen
päättyy 1.9.2022 15.00

Urkujensoitto aikuiset 30 min Rantsila syksy 06100059
8.9.–1.12.2022 105,00 €
To 16.30–18.30
Rantsilan kirkko
Arja Leinonen
Yksilöopetus 30 min. Opimme virsien ja
laulujen säestystä sekä urkujen
kieliäänikertojen virittämistä. Soitamme
urkuja oppilaan omista nuoteista. Kurssille
osallistuminen edellyttää jonkin verran
nuotinlukutaitoa. Opettaja sopii
soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen
päättyy 1.9.2022 15.00

Veteraanikuoro Rantsila syksy 06100062
7.9.–30.11.2022 24 t 39,00 €
Ke 11.00–12.30
Rantsilan seurakuntatalo
Pentti Jäntti
Opettelemme yksiäänistä
mieskuorolaulua. Ilmoittautuminen

päättyy 31.8.2022 15.00

Viihdelaulajat Piippola syksy 06100064

7.9.–30.11.2022 24 t 39,00 €

Ke 17.30–19.00

Piippolan seurakuntatalo

Timo Jääskelä

Matalan kynnyksen ryhmä, jossa työskentely on paineetonta ja hauskaa, kursseilla ei tarvitse osaamisesta. Keskitymme rytmien, äänenkäytön ja uskaltamisen harjoitteluun. Helppoa ohjelmistoa, nuotinlukutaitoa ei tarvitse. Sopii kaikille. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Viola-kuoro Piippola syksy 06100066

7.9.–30.11.2022 36 t 50,00 €

Ke 17.30–19.45

Piippolan kunnantoinmisto, valtuustosal

Anne Huhtala

Viola-kuoro on 22-vuotias energinen naiskuoro Piippolasta. Ohjelmisto on monipuolista ja moniäänistä kuoromusiikkia viihdelauluista hengellisiin ja kansanlauluihin. Violat esiintyvät muutaman kerran vuodessa. Laulajilta ei vaadita nuotinlukutaitoa eikä aiempaa kuorolaulukokemusta. Kurssimaksu sisältää opetusmonisteet. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

Kitara 20 min aikuiset Rantsila syksy 06100073

8.9.–1.12.2022 73,00 €

To 19.40–20.00

Gananderin koulu, auditorio

Rauno Kesti

Yksilöopetus 20 min. Opettaja sopii soittoajan puhelimitse. Ilmoittautuminen päättyy 1.9.2022 15.00

Kitara 20 min Pulkkila syksy 06100075

5.9.–28.11.2022 73,00 €

Ma 15.10–15.30

Rantakankaan koulu, musiikkiluokka

Rauno Kesti

Yksilöopetus 20 min. Kitaransoiton opiskelua oppilaan tason mukaisesti. Opiskelija tuo mukanaan omat nuottikirjat. Voit ilmoittautua jonoon p. 044 7591 999, www.jokihelmenopisto.fi. Ilmoittautuminen päättyy 2.9.2022 15.00

Tanssi

Latinobic Rantsila syksy 06500005

5.9.–28.11.2022 16 t 37,00 €

Ma 18.15–19.15

Aleksanterin koulu, liikuntasali

Paula Madetoja

Latinobic on soolotanssilaji, jossa opimme tanssilajien perusaskeleet ja lajinomaisen liikunnan. Tanssimme sambaa, cha-cha-chata, rumbaa, jiveä, salsaa, paso-doblea yms. Tanssitaustaa ei tarvita.

Ilmoittautuminen päättyy 29.8.2022 15.00

Paritanssi jatko Pulkkila syksy 06500009

7.9.–30.11.2022 24 t 39,00 €

Ke 19.15–20.45

Ylämäkelän koulu, liikuntasali

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin

Opettelemme lavatanssien perusteet eri tanssilajeissa esim. foksi, jive, tango, fusku, valssi jne. Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2022 15.00

KiddieJam 5-6 v Pulkkila syksy 06500012

5.9.–28.11.2022 12 t 28,00 €

Ma 16.30–17.15

Ylämäkelän koulu, liikuntasali

Paula Madetoja

Kurkistamme eri tanssilajien maailmaan kuten showtanssi, street, paritanssi,

kansantanssi ja baletti, unohtamatta
luovuutta ja leikkiä. Tanssimme
leikinomaisesti lastenlauluihin ja
loruilemme. Jammailemme lasten
ehdoilla. Ilmoittautuminen päättyy
29.8.2022 15.00

Paritanssi alkeet Pulkkila syksy 06500015

7.9.–30.11.2022 12 t 28,00 €

Ke 18.30–19.15

Ylämäkelän koulu, liikuntasali

Opettaja ilmoitetaan myöhemmin

Opettelemme lavatanssien perusteet eri

tanssilajeissa esim. foksi, jive, tango,

fusku, valssi jne. Ilmoittautuminen

päättyy 31.8.2022 15.00

Verkkokurssit

Ensiapukoulutus 4 h 01140001

16.11.2022 4 t 56,00 €

Ke 9.00–12.00

Verkkoympäristö

Safedo Oyj

Verkkokoulutus tapahtuu kokonaan verkkoalustalla, jossa on aiheeseen liittyviä kuvia, videoita ja tekstiä. Verkkoalustalla vastataan eri välivaiheissa kysymyksiin, jonka avulla osaaminen voidaan varmistaa verkkokurssin edetessä.

Kurssilainen suorittaa verkkokoulutuksen itselle sopivana ajankohtana/päivänä ja omaan tahtiin: koulutuksen voi keskeyttää oman aikataulun mukaisesti ja jatkaa samasta kohtaa myöhemmin. Kurssin aloittamista varten kurssilainen tarvitsee nettiyhteyden, verkko-osoitteen ja sinne syötettävän koodin.

Koulutussisältö vastaa 4 h ensiapukurssin lähikoulutuksen neljää oppituntia (4 x 45 min). Verkkokoulutuksen suorittamisesta saa ensiapukortin, joka on voimassa 3 vuotta.

4 tunnin kurssin sisältö

- Ensiapua vaativan tilanteen tunnistaminen ja hätäpuhelun soittaminen numeroon 112
- Tajuttoman henkilön tunnistaminen ja ensiapu
- Sokki, oireet ja ensiapu
- Raajassa olevan suuren verenvuodon tyrehtyttäminen
- Ensiapu tukehtumassa olevalle henkilölle
- Painelu-puhalluselytys sekä neuvovan defibrillaattorin käyttö
- Palovammat
- Sairaskohtaukset (kouristus, astmakohtaus, diabeetikon matala sokeri, aivoverenkiertohäiriöt, rintakipu ja vaikea

allerginen reaktio) Ilmoittautuminen päättyy 2.11.2022 15.00

Ensiapukoulutus 8 h 01140002

16.11.2022 8 t 70,00 €

Ke 9.00–16.00

Verkkoympäristö

Safedo Oyj

Verkkokoulutus tapahtuu kokonaan verkkoalustalla, jossa on aiheeseen liittyviä kuvia, videoita ja tekstiä. Verkkoalustalla vastataan eri välivaiheissa kysymyksiin, jonka avulla osaaminen voidaan varmistaa verkkokurssin edetessä.

Kurssilainen suorittaa verkkokoulutuksen itselle sopivana ajankohtana/päivänä ja omaan tahtiin: koulutuksen voi keskeyttää oman aikataulun mukaisesti ja jatkaa samasta kohtaa myöhemmin. Kurssin aloittamista varten kurssilainen tarvitsee nettiyhteyden, verkko-osoitteen ja sinne syötettävän koodin.

Koulutussisältö vastaa 8 h ensiapukurssin lähikoulutuksen kahdeksaa oppituntia (8 x 45 min). Verkkokoulutuksen suorittamisesta saa ensiapukortin, joka on voimassa 3 vuotta.

8 tunnin kurssin sisältö

- Ensiapua vaativan tilanteen tunnistaminen ja hätäpuhelun soittaminen numeroon 112
- Tajuttoman henkilön tunnistaminen ja ensiapu
- Sokki, oireet ja ensiapu
- Raajassa olevan suuren verenvuodon tyrehtyttäminen
- Ensiapu tukehtumassa olevalle henkilölle
- Painelu-puhalluselytys sekä neuvovan defibrillaattorin käyttö
- Palovammat

- Sairaskohtaukset (kouristus, astmakohtaus, diabeetikon matala sokeri, aivoverenkiertohäiriöt, rintakipu ja vaikea allerginen reaktio)

- Haavat

- Hypotermia

- Murtumat ja nivelvammat

- Myrkytykset Ilmoittautuminen päättyy

2.11.2022 15.00

Ensiavun peruskurssi EA 16 h 01140005

15.–16.11.2022 16 t 80,00 €

Ti 9.00–16.00, Ke 9.00–16.00

Verkkoympäristö

Safedo Oyj

Verkkokoulutus tapahtuu kokonaan

verkkoalustalla, jossa on aiheeseen

liittyviä kuvia, videoita ja tekstiä.

Verkkoalustalla vastataan eri välivaiheissa

kysymyksiin, jonka avulla osaaminen

voidaan varmistaa verkkokurssin

edetessä.

Kurssilainen suorittaa verkkokoulutuksen

itselle sopivana ajankohtana/päivänä ja

omaan tahtiin: koulutuksen voi keskeyttää

oman aikataulun mukaisesti ja jatkaa

samasta kohtaa myöhemmin. Kurssin

aloittamista varten kurssilainen tarvitsee

sähköpostin, nettiyhteyden, verkko-

osoitteen ja sinne syötettävän koodin.

Ohjeet kurssin suorittamiseksi, verkko-

osoite ja koodi toimitetaan sähköpostitse

ennen kurssin alkua, muistathan ilmoittaa

toimivan sähköpostiosoitteesi.

Koulutussisältö vastaa 16 h

ensiapukurssin lähikoulutuksen 16

oppituntia (16 x 45 min).

Verkkokoulutuksen suorittamisesta saa

ensiapukortin, joka on voimassa 3 vuotta.

16 tunnin kurssin sisältö

* Ensiapua vaativan tilanteen

tunnistaminen ja hätäpuhelun

soittaminen numeroon 112

* Tajuttoman henkilön tunnistaminen ja ensiapu

* Sokki, oireet ja ensiapu

* Raajassa olevan suuren verenvuodon tyrehtyttäminen

* Ensiapu tukehtumassa olevalle

henkilölle

* Painelu-puhalluselytys sekä neuvovan defibrillaattorin käyttö

* Palovammat

* Sairaskohtaukset (kouristus,

astmakohtaus, diabeetikon matala sokeri,

aivoverenkiertohäiriöt, rintakipu ja vaikea

allerginen reaktio)

* Haavat

* Hypotermia

* Murtumat ja nivelvammat

* Myrkytykset Ilmoittautuminen päättyy

2.11.2022 15.00

Joogaa verkossa Haapavesi syksy

01800067

2.–30.11.2022 6,65 t 16,00 €

Ke 19.00–20.00

Verkkoympäristö

Rita Porkka

Lempeä, kehoa huoltava jooga on

tarkoitettu kaikille omasta

hyvinvoinnistaan kiinnostuneille. Varaa

itsellesi sopiva tila, joogamatto (tai muu

alusta), vesipullo sekä huopa tai iso

pyyhe. Harjoitteet tehdään turvallisesti,

omaa kehoa kuunnellen ja liikesarjoissa

keskitytään oikeisiin linjauksiin kipujen

välttämiseksi. Pidempi opetuskerta, jolloin

myös loppurentoutukselle ja

hengitysharjoituksille on paremmin aikaa.

Jos haluat kysyä tunteista ohjaajalta, voit

laittaa sähköpostia: rita(at)naturest.fi.

Ennen tuntia saat zoom-linkin, jonka

kautta pääset tunnille. Tule paikalle noin

10 minuuttia ennen aloitusta, niin

ehdimme tarkistaa yhteydet. Tule rohkeasti mukaan! Ilmoittautuminen päättyy 19.10.2022 15.00

Tutustu espanjan alkeisiin -verkkokurssi 04200001

6.–27.9.2022 12 t 28,00 €

Ti 18.00–20.15

Verkkoympäristö

Mira Lavonen

Tällä lyhyellä Peda.net-verkkokurssilla opit ääntämään espanjaa, tervehtimään ja hyvästelemään, esittelemään itsesi, asioimaan kahvilassa, numerot 0-100 sekä hieman alkeiskielioppia. Kurssi sopii opiskelijoille, jotka vasta aloittavat espanjan opiskelua sekä hieman opiskelleille kertaukseksi. Uudet materiaalit avautuvat kerran viikossa neljän viikon ajan ja voit opiskella niitä omaan tahtiisi, itsellesi sopivana aikana. Kurssilla ei ole oppikirjaa, vain verkkokurssimateriaali. Saat tarkemmat ohjeet kurssin alussa sähköpostitse. Muista antaa ilmoittautuessasi sähköpostiosoitteesi! Syysloman jälkeen voit jatkaa opiskelua Espanjaa matkailijalle-verkkokurssilla. Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2022 15.00

Espanjaa matkailijalle -verkkokurssi 04200002

1.–29.11.2022 15 t 35,00 €

Ti 18.00–20.15

Verkkoympäristö

Mira Lavonen

Tämä syysloman jälkeen alkava Peda.net -verkkokurssi sopii hieman espanjaa osaaville kielitaidon vahvistamiseen tai jo enemmän opiskelleille kertaamiseen. Kurssilla opiskellaan mm. ravintola-, hotelli- ja ostokset -aiheisia sanastoja ja fraaseja, ei kielioppia. Uudet materiaalit avautuvat kerran viikossa viiden viikon

ajan. Kurssilla ei ole oppikirjaa, vain verkkokurssimateriaali. Saat tarkemmat ohjeet kurssin alussa sähköpostitse. Muista antaa ilmoittautuessasi sähköpostiosoitteesi! Ilmoittautuminen päättyy 21.10.2022 15.00

Aktivoi englantisi verkossa syksy 04200005

14.9.–23.11.2022 20 t 33,00 €

Ke 18.00–19.30

Verkkoympäristö

Anneli Niemistö

Verkkokurssi sopii englannin perusteita joskus oppineille, jotka haluavat kerrata ja vahvistaa omaa kielitaitoa. Kurssikirjan ja verkkomateriaalin avulla perehdymme arkielämän tilanteisiin sekä matkailusanastoon. Käymme läpi myös peruskielioppia. Viikoittain avautuu uusi opintoviikko ja opiskelijat voivat omaan tahtiin käydä läpi materiaalia ja tehtäviä. Verkkomateriaali koostuu nauhoitetuista videoista, äänitteistä, kuullun ymmärtämis-, kirjoitus- ja puheharjoituksista. Verkossa opiskelet osana ryhmää. Osa tehtävistä on koko ryhmälle suunnattuja ja osa itsenäisiä. Saat myös tukea oppimiseen! Voit tehdä kysymyksiä koko kurssin ajan. Kurssikirjana Everyday English 1. Verkkokurssi vaatii opiskelijoilta teknisesti: - toimivan verkkoyhteyden (kurssin katselu onnistuu sekä pöytäkoneella että mobiililaitteella) - kaiuttimet äänitteiden ja videoiden kuuntelemiseen (esim. pöytäkoneen tai kännykän sisäänrakennettu) - puheharjoitukset: mikrofoni puheen nauhoittamiseen (kannettavan tietokoneen tai kännykän sisäänrakennettu mikrofoni riittää) - videoviestien lähettämiseen myös kameran (ei välttämätöntä). Kurssi

toteutetaan Peda.net -oppimisolustaa hyödyntäen. Saat kurssille ilmoittauttuasi liittymisavaimen, millä pääset käyttämään kurssimateriaaleja. Linkki oppikirjaan:
<https://finnlectura.fi/oppimateriaalit/everyday-english-1>
[<https://finnlectura.fi/oppimateriaalit/everyday-english-1>] Ilmoittautuminen päättyy 7.9.2022 15.00

Saksan alkeet verkossa syksy 04200006

14.9.–23.11.2022 40 t 45,00 €

Ke 18.00–21.00

Verkkoympäristö

Anneli Niemistö

Saksan verkkokurssi sopii sekä vasta-alkajille että kertaajille. Käsittelemme kurssikirjan ja verkkomateriaalin avulla arkielämän puhetilanteita ja matkailuun liittyvää sanastoa sekä peruskielioppia. Saat viikoittain uuden materiaalin, mitä voit käydä läpi silloin kun itsellesi sopii. Kouluttaja puhuu saksaa äidinkielenään ja on asunut Saksassa 20 vuotta. Kurssilla saat ensikäden tietoa myös saksalaisesta kulttuurista. Verkkomateriaali koostuu nauhoitetuista videoista, äänitteistä, kuullun ymmärtämis-, kirjoitus- ja puheharjoituksista. Verkossa opiskelet osana ryhmää. Osa tehtävistä on koko ryhmälle suunnattuja ja osa itsenäisiä. Kurssialustana toimii peda.net
[<https://eur03.safelinks.protection.outlook.com/?url=http%3A%2F%2Fpeda.net%2F&data=05%7C01%7CArto.Leponiemi%40haapavesi.fi%7Cce5f8f8058294a310f5608da2c2ef89d%7C7024ee8d9e4342f09fb5e72c2a49e8f0%7C1%7C0%7C637870877507543081%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWljojoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzliLCJBTiI6Ikl1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=MqOXs0sS96jgG3dIHHfatjJOP8J%2BtXUoleCdnTPevg%3D>]

&reserved=0]. Kurssikirjana Freut mich 1. Kurssin aikana käsittelemme kirjasta kappaleet 0-6. Lisätietoa Freut mich 1 oppikirjasta:

"Freut mich vie värikkäälle matkalle saksankielisiin maihin ja niiden kieleen ja innostaa niin opiskelijaa, matkailijaa kuin työelämän saksaa tarvitsevaa."

"Ajankohtaiset tekstit, runsaat keskusteluharjoitukset ja monipuoliset tehtävät kannustavat käyttämään kieltä aidoissa tilanteissa esimerkiksi ravintolassa ja hotellissa."

"Kielioppi esitellään selkeästi ja opiskelijaystävällisesti."

Kirjan taitotaso on A1. Näytesivut verkossa:

<https://finnlectura.fi/oppimateriaalit/freut-mich-1>.

[<https://eur03.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Ffinnlectura.fi%2Foppimateriaalit%2Ffreut-mich-1&data=05%7C01%7CArto.Leponiemi%40haapavesi.fi%7Cce5f8f8058294a310f5608da2c2ef89d%7C7024ee8d9e4342f09fb5e72c2a49e8f0%7C1%7C0%7C637870877507543081%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWljojoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzliLCJBTiI6Ikl1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=x1%2BGJsTq0epF1zseBodjz2yF7%2FvNZWGbA%2F76%2BDmCSs%3D&reserved=0>]

Ilmoittautuminen päättyy 7.9.2022 15.00

Rammstein-saksaa verkossa syksy 04200010

2.–23.11.2022 12 t 28,00 €

Ke 18.00–20.15

Verkkoympäristö

Anneli Niemistö

Saksalainen Rammstein -bändi on suosittu ympäri maailmaa. Verkkokurssilla pääset tutkimaan Rammsteinin kappaleita ja sanoituksia. Mitä sanat oikein tarkoittavat? Opit myös saksan kielen perusrakenteita ja tutustut kielioppiin. Viikoittain avautuu verkkomateriaali, mitä voit käydä läpi omaan tahtiin. Materiaali koostuu musiikkivideoista, sanoituksista, sanastosta, opetusvideoista ja tehtävistä. Opiskelet osana ryhmää ja voit käydä kirjallista keskustelua kappaleiden sisällöistä. Kurssi ei edellytä aikaisempaa saksan kielen osaamista ja sopii niin nuorille kuin aikuisille! Kurssilla ei ole reaaliaikaisia tapaamisia. * Tietotekniset vaatimukset:

- * - tietokone, tabletti tai älypuhelin verkkoyhteydellä
- * - äänentoistolaitte kappaleiden kuuntelua varten (esim. kannettavan tietokoneen tai älypuhelimien sisäänrakennettu kaiutin)
- * - ohjelma pdf-tiedostojen lukua varten, esim. Adobe Acrobat Reader (saa ilmaiseksi netistä)
- * - tulostin tehtävien tulostamista varten (ei välttämätön, voi myös katsoa ruudulta)
- * - tietokoneen peruskäyttötaidot ja verkkotyöskentelytaidot

Ilmoittautuminen päättyy 19.10.2022 15.00

Itsensä kehittäminen ja luova kirjoittaminen -verkkokurssi syksy
04230001

19.9.–21.11.2022 20 t 33,00 €

Ma 9.00–10.30

Verkkoympäristö

Ulla Korhonen

Kurssi sopii kaikille itsensä kehittämisestä ja kirjoittamisesta kiinnostuneille.

Kurssilla harjoitellaan erilaisia itsensä kehittämisen taitoja, mitkä pohjautuvat mindfulnessista, henkisyydestä, NLP:stä,

tunnetaidoista jne. sekä kirjoitetaan luovasti, terapeutillisesti ja intuitiivisesti. Kuunneltavat rentoutus- ja meditaatioharjoitukset tukevat oppimista. Materiaalit jaetaan ilmoitettuna kurssipäivänä Campwire-verkkokurssialustalle, mikä toimii koko kurssin ajan kokoontumispaikkana. Kurssilaiset eivät kokoonnu tiettyyn kellonaikaan, vaan tehtävät ja harjoitukset tehdään itsenäisesti. Kurssialustalle palautetaan viikkotehtävät ja annetaan muille palautetta sekä voidaan osallistua halutessa yleiseen keskusteluun. Kurssi sopii kaikentasoisille osallistujille. Tästä linkistä [https://campwire.com/courses/kopio-itsensa-kehittaminen-ja-luova-kirjoittaminen-demo/accept_invitation?invitation_id=3DU9dpk5Q5ztz7XnpeJA] voi kirjautumisen jälkeen tutustua Campwire-alustaan ja muutamaan esimerkkimateriaaliin. Ilmoittautuminen päättyy 12.9.2022 15.00