



JOKILATVAN OPISTO

• KEVÄTLUKUKAUSI 2023 •



arjen
virrasta
innon
lähteelle

Kuvan kranssin sitoja Aino Latvala, Nivalan kranssikurssilta marraskuussa 2022



LOMAT

Talviloma 6.-12.3.2023 (viikko 10)
Pääsiäisloma 6.-10.4.2023,
 kiirastorstaina 6.4. ei iltatunnetusta
Vapunaatto 30.4.2023 ja **vappu** 1.5.2023
Helatorstai 18.5.2023

TYÖNÄYTTELYT

Haapajärven osaston työnäyttely
 17.-23.4.2023
Nivalan osaston työnäyttely
 17.-23.4.2023
Pyhäjärven osaston työnäyttely
 17.-23.4.2023
Reisjärven osaston työnäyttely 04/2023

OHJEITA OPISKELIJOILLE

ILMOITTAUTUMINEN

Ilmoittautumisia otetaan vastaan puhelimitse ja internetin kautta KOKO AJAN. Syksyllä alkaneille kurseille pääsee mukaan, mikäli kurssilla on tilaa. Keväällä alkaville uusille kurseille on ilmoitettu viimeinen ilmoittautumispäivä kurssitietojen yhteydessä.

Kurssille ilmoittaudutaan ennen kurssin alkamista soittamalla opiston toimistoon tai käymällä paikan päällä tai opiston www-sivujen kautta. Kurssi toteutuu, mikäli määräpäivään mennessä kurssille on ilmoittautunut minimimäärä opiskelijoita. Laskutusta, tilastointia ja tiedottamista varten kurssilla täytetään **HENKILÖTIETOLOMAKE**, jossa opiskelijan on ilmoitettava mahdollisiin alennuksiin oikeuttavat perusteet.

MAKSUT JA UUDET OPISKELIJAT KEVÄTLUKUKAUDELLE

Ohjelmassa ilmoitetut kurssimaksut **OVAT KURSSIN KOKONAISMAKSUJA**. Mikäli ilmoittaudut syksyllä alkaneelle ja keväällä jatkuvalle kurssille, sinulta peritään 60% ilmoitetusta koko maksusta. Keväällä alkavien lyhytkurssien hinta on ohjelmassa ilmoitetun mukainen.

Maksuista ei myönnetä alennuksia eikä niitä palauteta, jos opiskelija itse keskeyttää opiskelunsa. Maksetun kurssimaksun kurssimaksun kokonaista tai osittaista palautusta voi hakea vain terveydellisiin seikkoihin vedoten. Kansalaisopistolle osoitettuun vapaamuotoiseen hakemukseen tulee liittää myös lääkärintodistus.

Maksamattomissa kurssimaksuissa noudatetaan Haapajärven kaupungin huomautus- ja perimismenettelyä. Maksamattomat kurssimaksut voivat johtaa opiskeluoikeuden tilapäiseen menettämiseen.

Kausikortti. Kausikortti maksaa 167 € ja on voimassa 1.8.2022-31.7.2023. Kausikortti oikeuttaa osallistumaan luvun vuoden aikana erikseen ilmoitettuihin ryhmäopetuksen kurssihin lukuun ottamatta ylimääräisiin kesäkurssihin, taiteen perusopetukseen, tutkintokoulutuksiin tai muihin yksittäisiin koulutuksiin, jotka on erikseen rajattu kausikortin ulkopuolelle. Kausikortti ei koske myöskään materiaali- tai muita kurssimaksun lisäksi tulevia erityiskuluja. Kausikortin hankkineen tulee myös huolehtia opiskelupaikan perumisesta, mikäli on estynyt osallistumaan kurssille. Kausikortin hankkineelta peritään peruuttamattomasta opiskelupaikasta 10 €:n palvelumaksu. Kausikortti on henkilökohtainen ja sen voi tilata opiston www-sivujen kautta, puhelimitse opiston toimistosta.

Alennukset

Työttömille, jotka todistavat työttömyytensä, myönnetään 50% alennus yksittäisestä kurssimaksusta ja kausikortista. Työttömän henkilön tulee itse huolehtia siitä, että alennettuun maksuun oikeuttava peruste tulee mainituksi ilmoittautumisen yhteydessä tai henkilötietolomakkeessa.

Sisaralennukset. Yksilöopetuksen kurssimaksuista myönnetään sisaralennus niin, että vanhin sisarus maksaa 100%, seuraavaksi nuorin 75% ja muut nuoremmat sisarukset 50% kurssimaksusta. Taiteen perusopetuksen sisaralennus myönnetään siten, että vanhin/ensimmäinen sisaruksesta maksaa täyden maksun ja nuoremmat/seuraavat sisarukset maksavat 75% täydestä maksusta. Muutoin ryhmäopetuksesta ei myönnetä sisaralennuksia.

Opiskelupaikan peruminen

Opiskelupaikan voi perua maksutta vielä viisi (5) työpäivää ennen kurssin alkua. Tämän jälkeen tehdystä perumisesta peritään 50% kurssimaksusta. Peruuttamattoman opiskelupaikan kurssimaksu laskutetaan täysimääräisenä. Laskutettua kurssimaksua ei poisteta eikä maksusta myönnetä alennuksia, jos opiskelija ei ole perunut oppilaspaikkaa tai keskeyttää opintonsa.

Opintosetelit ja vapaaoppilaspaikat luvuvuodelle 2022-2023 jaettiin syksyn hakukierroksella.

MAKSUSETELIT

Jokilatvan opisto ottaa vastaan Rj-Tyky-Kuntoseteli+ -maksuseteleitä, Smartum Oy:n liikunta- ja kulttuuriseteleitä sekä Eazybreak, ePassi ja Edenered -maksuseteleitä, joilla voi maksaa kokonaan tai osittain kurssimaksun tai kausikortin. Setelit on toimitettava opiston toimistoon tai maksu on suoritettava pikimmiten kurssin alettua, jotta setelimaksu voidaan huomioida kurssilaskutuksessa!

TIESITKÖ, ETTÄ VOIT TILATA E-LASKUN?

Kirjaudu verkkopankkiin, jossa voit tilata e-laskun. Ohjelma kysyy y-tunnuksen, joka on 0209756-3 tai nimellä Haapajärven kaupunki. Lisäksi saat viimeisimmästä laskustasi asiakasnumerosi ja laskun viitenumeron.

Toinen tapa tilata verkkolasku on mennä tilitapahtumiin maksettuasi laskun ja tilata tapahtuman alta näkyvästä linkistä e-laskun ja jatkossa saat meiltä laskun sähköisesti verkkopankkiin.

Mikäli olet Jokilatvan opiston uusi asiakas tulee ensimmäinen lasku maksaa ihan normaalisti ja vasta sen jälkeen voit tilata meiltä e-laskun seuraavia laskujasi varten.

Vakuutukset

Jokilatvan opiston toiminta kuuluu Haapajärven kaupungin ryhmätapaturmavakuutuksen piiriin. Kaikki opiskelijat on vakuutettu tapaturmien varalta.

HENKILÖSTÖ

HALLINTO

Kim Oja KM, rehtori
 044 4456 167, kim.oja@haapajarvi.fi

Satu Jaakonaho, opistosihtööri /
 Haapajärvi, 044 4456 168,
 satu.jaakonaho@haapajarvi.fi

Mervi Alpua, opistosihtööri / Nivala
 044 4456 217,
 mervi.alpua@haapajarvi.fi

Kaija Tienhaara, opistosihtööri /
 Pyhäjärvi, 044 4457 982
 kaija.tienhaara@haapajarvi.fi

Heidi Kesänen, palvelusihtööri /
 Reisjärvi, 044 4456 166,
 heidi.kesanen@reisjarvi.fi

Soili Pentikäinen, kulttuurituottaja
 (AMK), kulttuurituottaja, 044 4456 201,
 soili.pentikainen@haapajarvi.fi

NIVALA

Osoite
Puhelin
Sähköposti
Internet

Toritie 15 (Kerttula), 85500 Nivala
044 4456 217
mervi.alpua@haapajarvi.fi, kansalaisopisto@haapajarvi.fi
www.jokilatvanopisto.fi



MUSIIKKI

KUOROT

02110108

SEKAKUORO

Kyösti Kallion koulu, musiikkiluokka
Ma 18.30-20.45, Olena Mikhailova
9.1.-8.5.2023
81 h / 72 €. Kausikortti käy. Tilaa. Ota yhteys opettajaan, mikäli haluat kuoroon mukaan.

02110109

NIVALAN MIESLAULAJAT

Seuratupa
To 16.30-18.45, Olena Mikhailova
12.1.-4.5.2023
93 h / 72 €. Kausikortti käy. Ota yhteys opettajaan, mikäli haluat kuoroon mukaan.

02110145

JOKILAAKSOJEN

ORATORIOKUORO

Kerttula, Saalastinsali
Kuoronjohtaja Marita Kaainen
100 h / 82 €.
Kevään harjoituspäivät ilmoitetaan myöhemmin. Kuoroon hakeutuvala uudella laulajalla tulee olla aiempaa kuorolaulukokemusta. Ota yhteyttä kuoronjohtajaan, mikäli haluat mukaan p. 0440669625.

LAULUN OPETUS

Laulun opetusta tarjotaan pääasiassa aikuisille opiskelijoille. Opetus on yksilöopetusta 30 tai 45 min./kerta. Maksu määräytyy opetuskerran pituuden mukaan. Avoinna olevia oppilaspaikkoja ja varapaikoille haetaan verkkolomakkeella osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet. Linkistä avautuvalta sivulta valitaan lomake Nivalan yksinlaulun oppilaspaikkojen haku.

02110110

YKSINLAULU 1

Olena Mikhailova
9.1.-8.5.2023

Kurssimaksu 140 € / 30 min, 160 € / 45 min, opetusta lukuvuodessa 27 x 30 tai 45 min. / opiskelija. Oppituntien ajat ja paikat sovitaan opiskelijoiden kanssa yksilöllisesti. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110111

YKSINLAULU 2

Kerttula, luokka 1
Ma 16.15-19.15, Anu Rautio
9.1.-17.4.2023
Opetus on yksilöopetusta 45 min./kerta, opetusta lukuvuodessa 14 x 45 min. / 83 € / opiskelija. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet. Kevätlukukauden päivät: 9.1., 23.1., 13.2., 27.2., 13.3., 27.3., 3.4. ja 17.4.2023.

02110112

YKSINLAULU 3

Kerttula, luokka 1
To 16.15-19.00, Hannariina Tölli
12.1.-4.5.2023
Kurssimaksu 140 € / 30 min, 160 € / 45 min, opetusta lukuvuodessa 27 x 30 min. / opiskelija. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

MUU LAULUN OPETUS

02110115

KARAOKE 1

Lukio, luokka 219-220
Ke 16.15-18.30, Lea Malila
11.1.-5.4.2023
63 h / 62 €. Täynnä. Kausikortti käy. Etsitään omaa ääntä, harjoitellaan mikrofonin käyttöä, uusia lauluja ja vapaaehtoisesti yleisölle esiintymistä. Käytössä on koko ajan päivittyvät tietokonepohjaiset ammattikaraoke taustat. Vasta-alkajille ja pitkään harrastaneille. Tule rohkeasti mukaan välittömään joukkoomme. Opettelemme ja opimme yhdessä!

02110116

KARAOKE 2

Lukio, luokka 219-220
Ke 18.45-20.45, Lea Malila
11.1.-5.4.2023

56 h / 62 €. Täynnä. Kausikortti käy. Sama sisältö kuin Karaoke 1 -kurssilla.

SOITINOPETUS

02110118

PIANO AIKUISET

Kerttula, musiikkiluokka 2
Ma 14.00-17.15, Minna Parkkila
9.1.-8.5.2023
Kurssimaksu 140 €. Opetus järjestetään yksilöopetuksena 30 min./opetuskerta. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110119

KITARA-BASSO- RUMPUKOULU 1

Jussin studio
Ti 14.30-19.30, Jussi Poikkimäki
10.1.-25.4.2023
Kurssimaksu 100 € / 15 min, 140 € / 30 min, 160 € / 45 min. Opiskellaan kitarsoiton perusteita, komppaamista ja melodiansoittoa eri musiikkityyleissä, nuotinlukua, improvisointia ym. Kitara-koulu I -kirja sekä opettajan materiaali. Muiden bändisoitinten (basso, rummut) opetuksessa sovelletaan henkilökohtaista opetussuunnitelmaa. Ei ikärajaa. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110120

KITARA-BASSO- RUMPUKOULU 2

Jussin studio
Ke 15.00-18.15, Jussi Poikkimäki
11.1.-26.4.2023
Kurssimaksu 100 € / 15 min, 140 € / 30 min, 160 € / 45 min. Sama sisältö kuin kitara-, basso-rumpukoulu 1:ssä. Ei ikärajaa. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110121

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU 3

Jussin studio
To 15.00-19.15, Jussi Poikkimäki
12.1.-4.5.2023
Kurssimaksu 100 € / 15 min, 140 € / 30 min, 160 € / 45 min. Sama sisältö kuin Kitara-, basso-rumpukoulu 1:ssä. Ei ikärajaa. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110122

KITARANSOITON ALKEET

Olena Mikhailova

9.1.-11.5.2023

Kurssimaksu 140 €. Opetusta lukuvuodessa 27 x 30 min. / opiskelija. Oppituntien ajat ja paikat sovitaan opiskelijoiden kanssa yksilöllisesti. Opetus keskittyy kitaransoiton alkeisiin ja sointumerkeillä säestykseen. Ryhmä täynnä. Varapaille haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet. Linkistä avautuvalta sivulta valitaan lomake Nivalan kitara-, basso- ja rumpukoulun oppilaspaikkojen haku.

02110123

AIKUISTEN BÄNDIKOULU 1

Jussin studio

Ke 18.30-20.00, Jussi Poikkimäki

11.1.-26.4.2023

54 h / 62 €. Kausikortti käy. Bändikoulussa perehdytään rock ja pop -musiikin saloihin. Hakijoilta vaaditaan kohtuullista soittotaitoa. Ryhmä täynnä.

02110124

UUSI KURSSI!**AIKUISTEN BÄNDIKOULU 2**

Jussin studio

To 14.00-15.00, Jussi Poikkimäki

8.9.-1.12.2022, 12.1.-4.5.2023

36 h / 52 €. Ryhmä täynnä. Kausikortti käy. Bändikoulussa perehdytään rock ja pop -musiikin saloihin. Hakijoilta vaaditaan kohtuullista soittotaitoa. Lisätietoja voi kysellä suoraan opettajalta numerosta 044 582 6585.

02110125

VIIHDE- JA KANSANMUSIIKKI-ORKESTERI

Kyösti Kallion koulu, musiikkiluokka

Ti 17.00-19.15, Pauli Raivio

10.1.-11.4.2023

69 h / 67 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opetellaan soittamaan ja laulamaan viihde- ja kansanmusiikkia rennossa pelimannihengessä. Tavoitteena konsertti kurssin päätteeksi.

02110126

KANTELEENSOITTO

Lukio, luokka 244

Ti 17.30-19.00, Jaana Junttila

17.1.-11.4.2023

26 h / 47 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla soitetaan ryhmässä isoa kanteletta. Pääpaino on yhteissoitossa. Kurssilla opitaan perinteistä soinnuttamista, kanteleen soittotekniikkaa ja hieman musiikin teoriaa. Kurssi on tarkoitettu jo aikaisemmin kanteletta soittaneille tai uusille soittajille, jotka tuntevat nuotit vähintään auttavasti. Kevään kokoontumispäivät: 17.1., 31.1., 14.2., 28.2., 14.3., 28.3. ja 11.4.2023

KIRKKOURKUJEN SOITTO

Kirkkourkujen soitonopetus on suunnattu ensisijaisesti 10-18 -vuotiaille lapsille ja nuorille ja toissijaisesti aikuisille. Opetus on yksilöopetusta 30 min./oppilas/kerta. Opiskeluisäiltöjä ovat urkujen ohjelmistosoitto, liturginen soitto ja improvisoinnin alkeiden opiskelu. Opetustilana toimii Nivalan kirkko ja soittimena Nivalan kirkon urut. Avoinna olevia paikkoja ja varapaikoille haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet. Katso tarkemmat kurssitiedot jäljempää Lasten ja nuorten koulutus -osiosta.

KIELET**Suomi**

02120101

SUOMEA MAAHANMUUTTAJILLE, KESKITASO (TASO B2)

Lukio, luokka 244

Ke 16.30-18.00, Irina Trifonova

11.1.-5.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa mennessä. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu ulkomaalaisille, jotka jo osaavat suomea, mutta haluavat kehittää edelleen kielitaitoaan. Kurssi on tarkoitettu myös ulkomaalaisille opiskelijoille. Kurssilla opiskellaan kielioppia, keskustellaan ja tutustutaan myös suomalaiseseen yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Kurssilla käytetään opettajan omaa materiaalia.

02120101

FINNISKIЙ ДЛЯ ИММИГРАНТОВ, СРЕДНИЙ УРОВЕНЬ (УРОВЕНЬ B2)

Здание гимназии, кабинет 244

Ср 16.30-18.00, Ирина Трифонова

11.1.-5.4.2023, часы 44. €57. есть места. Курс предназначен для иностранцев, которые уже знают финский язык, но хотят улучшить свои языковые навыки. Курс также предназначен для иностранных студентов. На курсе изучаем грамматику, беседуем, а также знакомимся с финским обществом и культурой. На курсе используется собственный материал преподавателя.

02120101

FINNISH FOR FOREIGNERS, MIDDLE RANGE (LEVEL B2)

Lukio, classroom 244

Wed 16.30-18.00, Irina Trifonova

11.1.-5.4.2023, Hours 44. €57. This course is meant for foreigners who already know Finnish language and want to learn more. We study Finnish by speaking, reading and writing. We also study the ba-

sics of grammar and knowledge of Finnish society and culture. In this course we study by learning material made by the teacher.

02120102

SUOMEA MAAHANMUUTTAJILLE, ALKEET (TASO A0-A1)

Lukio, luokka 244

Ke 18.00-19.30, Irina Trifonova

11.1.-5.4.2023. 44 h / ei kurssimaksua €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu maahanmuuttajille ja turvapaikanhakijoille. Kurssilla otetaan ensimmäiset askeleet suomen kieleen. Opiskellaan perussanastoa ja asiointia suomeksi. Opiskellaan suomea puhumalla, lukemalla ja kirjoittamalla. Opiskellaan myös kielipin perusteita ja tutustutaan suomalaiseen yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Oppikirja on Oma suomi 1 (Otava) + opettajan oma materiaali.

02120102

ФИНСКИЙ ДЛЯ ИММИГРАНТОВ, БАЗОВЫЙ (УРОВЕНЬ A0-A1)

Дистанционное обучение (скайп)

Ср 18.00-19.30, Ирина Трифонова

11.1.-5.4.2023, часы 44. нет оплаты. есть места. Курс предназначен для иммигрантов и просителей убежища. Курс делает первые шаги в финском языке. Мы изучаем базовую лексику для комфортного проживания в Финляндии. Изучаем финский на практике беседы, чтения и письма. Также мы изучаем основы грамматики и знакомимся с финским обществом и культурой. Учебник Oma Suomi 1 (Отава) + собственный материал учителя.

02120102

FINNISH FOR FOREIGNERS, BEGINNERS' COURSE (LEVEL A0-A1)

Lukio, luokka 244

Wed 18.00-19.30, Irina Trifonova

11.1.-5.4.2023, Hours 44. No fee. This course is meant for immigrants and protection seekers. In this course we take the first steps into Finnish language by studying basic vocabulary and every day acting in Finnish. We study Finnish by speaking, reading and writing. We also study basics in grammar and knowledge of Finnish society and culture. Textbook is Oma Suomi 1 (Otava) and also learning material made by the teacher.

ENGLANTI

02120301

ARKIELÄMÄN ENGLANTIA 3 (TASO A2)

Lukio, luokka 243

Ti 17.00-18.30, Anne Mikkola



10.1.-4.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kursilla jatketaan Everyday English 2 -kirja (Finn Lectura) loppuun ja kevätlukukaudella siirrytään Everyday English 3 -kirjaan. Harjoitellaan monipuolisesti arkielämän puhetilanteita pienryhmissä tai parin kanssa. Jatketaan englannin perusrakenteisiin tutustumista sekä tutustutaan mm. terveyteen, perhesuhteisiin ja työelämään liittyvään sanastoon. Kevätlukukaudella Kirjan kappaleissa matkustellaan Euroopassa ja Yhdysvalloissa, puhutaan hyvinvoinnista ja terveydestä, luonnosta. Lukuisat harjoitukset kehittävät kielitaidon eri osa-alueita monipuolisesti. Kurssi sopii hyvin kielen kertaajille ja alkuvaiheessa oleville.

02120302

ARKIELÄMÄN ENGLANTIA, SYVENTÄVÄ (TASO B1-B2)

Lukio, luokka 243

Ti 18.30-20.00, Anne Mikkola

10.1.-4.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu aikuisopiskelijoille, joille englannin keskeisimmät perusrakenteet ovat tuttuja, mutta jotka kertaamisen lisäksi kaipaavat kannustusta mm. puhumiseen, jota harjoitellaan pienryhmissä tai parin kanssa. Opiskellaan Stepping Stones 3 -kirjaa, jonka aihepiirejä ovat maailman muuttuminen; matkustelu, talous ja rahankäyttö; ruoka, eri kulttuurit ja trendit; ihmissuhteet; koti ja asuminen; tulevaisuus ja teknologia.

ESPANJA

02120701

ESPANJA, ALKEISJATKO (taso A1)

Lukio, luokka 243

To 17.00-18.30, Marja Myllylä

12.1.-13.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Jatketaan espanjan alkeiden opiskelua. Harjoitellaan kielen osa-alueita monipuolisesti suullisten ja kirjallisten tehtävien kautta. Tutustutaan kulttuuriin ääntämissen ja jokapäiväisten sanontojen kautta. Harjoitellaan arkielämään ja matkailuun liittyviä puhetilanteita. Sopii esim. kansalaisopistossa vuoden kieltä opiskelleille. Oppikirjana Buenas Migas 1 (Finn Lectura). Vanhempi painos. Kertauksen jälkeen jatkamme kpl 8.

ITALIA

03120801

ITALIAN ALKEISKURSSI (A2),

hybridikurssi

Ks. tiedot etäopetuksen osastosta.

ESITTÄVÄ TAIDE JA KIRJALLISUUS

02110201

NIVALAN KESÄTEATTERI 2023

Lukio, lk. 219-220 / Kesäteatteri

Ma 18.00-21.00, Eija-Liisa Pokki

13.3.-26.6.2023

88 h / 77 €. Ilm. 31.12.2022 mennessä.

Aloitetaan harjoitukset lukiolla ja siirrytään ilmojen sallien ulos näyttämöharjoituksiin. Valmistetaan kesäteatterin näytelmä heinäkuulle 2023.

02110202

UUSI KURSSI!

LASTEN TEATTERIRYHMÄ TILLARI

Nuorisoseura

Ti 15.30-17.00, Kati Toivoniemi ja Eija

Kaarlela

10.1.-24.4.2023

56 h / ei kurssimaksua. Lasten teatteri on tarkoitettu 9-12 vuotiaille lapsille.

Tavoitteena on valmistaa lastennäytelmä Pertti Peltopyy pelastaa maailman!

Ensi-ilta on 25.4.2023.

KUVATAITEET

02110301

ASORTI

Kerttula, työpaja

Ke 18.00-21.00, Natalia Pikkarainen

11.1.-29.3.2023

84 h / 77 €. Täynnä. Kausikortti käy. Aloittelijan ja kokeneen kuvataidekurssi, jossa työskennellään eri välineillä ja materiaaleilla. Harjoittelemme värien sekoitusta ja käyttöä, erilaisia maalaus-tekniikoita, sommittelua ja kehitetään omaa ilmaisua. Uutena QC (Quick contrast) eli nopea sävykyky - nykyaikainen helppo akryylimaalauksen raaputus tekniikka. Bonuksena on ilmainen ulkomaa-laus päivä kesällä 2023.

02110302

PALETTI - KUVATAIDE

Kerttula, työpaja

Ke 13.45-15.15, Natalia Pikkarainen

11.1.-22.3.2023

40 h / 52 €. Täynnä. Kausikortti käy. Helppo päivätaidekurssi senioreille ja iltatöissä oleville taideharrastajille. Kuvataiteen opiskelu sopii kaikille: Sekä harrastajille että perus- ja jatko-opintoihin tähtääville iästä riippumatta. Kurssilla keskitytään luovaan ilmaisuun uusilla ideoilla ja tekniikoilla. Välineinä kurssilla ovat akvarelli, akryyli, pastelli, värikynät ja öljyvärit.

02110303

KALLIGRAFIA

Kerttula, luokka 2

Ma 18.00-20.15, Pauliina Yliniitty

9.1.-24.4.2023

78 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi sopii kaikille kirjaimista ja kalligrafiasta kiinnostuneille. Kurssilla opit piirtämään roomalaisten suuraakkosten runkomuodot sekä tasapainoisen välistämisen. Opit piirtämään ja maalaamaan kirjainten koristelussa käytettyjä lehtikuvioita keskiaikaisen mallin mukaisesti sekä luomaan uusia kirjaimia vanhojen kirjoituksen pohjalta. Kurssilta voi saada halutesaan opintopisteitä (=opintopistekurssi).

02110318

LUONTOVALOKUVAUKSEN

PERUSKURSSI 2

Kerttula, luokka 2 / kuvausmaastot

To 19.00-21.15, la 10.00-13.00, Veijo Toivoniemi

4.5.-13.5.2023

14 h / 33 €. Ilm. 20.4.2023 mennessä. Kausikortti käy. Kurssi on suunnattu aloittelijoille ja vasta järjestelmäkameran hankkineille. Keskitymme kameran perusasetuksiin ja kokeillemme erilaisia kuvauskohteita kuten linnut, maisema ja lähikuvaus. Kurssin jälkeen hallitset eri parametrien merkityksen ja uskallat lähteä hallitsemaan omaa kameraa erilaisia kohteita kuvatessasi. Uskallat kysyä ne tyhmytkin kysymykset, kun kaikki ovat aloittelijoita. Kurssin jälkeen uskallat osallistua muille kurseille ja/tai jatkaa kuvaamista aivan omatoimisesti. Kuvaamisen käytännön harjoittelupäivät ovat la 6.5. ja la 13.5. klo 10-13. Kuvausmaastot valitaan kurssilla.

02110317

UUSI KURSSI!

VÄRILLÄKÖ VÄLIÄ - VÄRITEORIAN PERUSTEET

Kerttula, luokka 2

to 17.30-19.45, Maarit Räisänen

16.-30.3.2023

9 h / 24 €. Ilm. 2.3.2023 mennessä. Kurssilla opit mitä ominaisuuksia väreillä on, kuinka värejä voi sekoittaa ja rinnastaa, sekä miten värit vaikuttavat toisiinsa. Kurssi on suunnattu kuvataiteen ja käsityön harrastajille, jotka haluavat sujuvoittaa värien käyttöään. Ittenin ja Albersin väriteorioiden pohjalta tehdään harjoitustöitä. Kurssilla käytettävät värit ja materiaalit jokainen kurssilainen hankkii erillisen ohjeistuksen mukaan.

AIKUISTEN TAITEEN PERUSOPETUS

Syksyllä 2020 käynnistynyt aikuisten taiteen perusopetus jatkuu kuvataiteissa ja käsityössä. Opinnot ovat valtakunnalliseen opetussuunnitelmaan sidottuja. Oppimäärä jakaantuu noin neljän vuoden ajalle ja edellyttää kiinnostuksen lisäksi myös sitoutumista tavoitteelliseen opiskeluun. Opinnot sisältävät pienryhmäopetusta, itsenäistä työskentelyä, opintokäyntejä sekä opintojen tavoitteisiin sopivia vapaavalintaisia kursseja. Lukausmaksu 92 € kattaa opetuksen (n. 100 oppituntia) ja opintojen ohjauksen, materiaalit opiskelija hankkii itse. **Yksittäisille kursseille voi myös osallistua ilman, että suorittaa koko opintokokonaisuutta.**

KEVÄTLUKUKAUDEN 2023 ATPO-KURSSIT

02110310

LASIN LÄVITSE - KIERRÄTYS LASITÖITÄ

Kerttula, työpaja
ke 17.00-20.00, Tarja Pärn
18.1, 15.2. ja 15.3.2023
12 h / 33 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kierrätys lasikurssilla opitaan lasiveitsen käyttöä, tutustutaan kierrätyslasin ominaisuuksiin ja kuviointi tapoihin koriste- ja käyttölasiesineiden sulatusprosessissa. Sulatuksessa käytetään mm. vanhaa ikkunalasiasia ja lasipulloja.

02110311

LINOPAINANTA JA MONOTYPIA

Kerttula, luokka 2
pe 17.00-20.00, Maarit Räisänen
13.1, 27.1, 3.2, 10.2. ja 24.2.2023
20 h / 42 €. Ilm. 30.12.2022 mennessä. Opitaan oman työskentelyn kautta myrkyttömät grafiikan menetelmät: Linopainanta ja monotypia. Linopainannassa kuvat kaiverretaan linoleum- tai softcut-levyille ja vedostetaan ne kankaalle tai paperille. Monotypiassa sileälle pinnalle maalatut tai telatut ainutkertaiset kuvat vedostetaan kankaalle tai paperille. Tehdään kehyspahvi eli passepartout vedoksille.



Jaa kurssikokemuksesi
sosiaalisessa mediassa:

#kansalaisopisto

KÄDEN TAIDOT

02110406

TEHDÄÄN LASISTA JA POSILIINIMAALAUUS

Kerttula, työpaja
Ma 17.00-20.00, Marja-Liisa Åvist
9.1.-3.4.2023
84 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opitaan perustaidot lasin käsittelyyn. Lasitöitä valmistetaan eri tekniikoin: lasinsulatus, mosaiikki, tiffany. Posiliinimaalauksessa maalataan oppilaiden omien toiveiden mukaan.

02110407

OMPELUILTA

Kerttula, ompeluluokka
Ma 17.00-20.00, Pirjo Tölli
9.1.-3.4.2023
84 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla voit tehdä kaavoja omilla mitoilla, leikata, sovittaa ja ommella yksilölliset vaatteet aikuisille tai lapsille. Voit tuoda oman koneen ja perehtyä sen säätöihin ja käyttömahdollisuuksiin. Käytössäsi myös opiston nykyaikaiset koneet. Vietä kiva ilta ommellen!

02110409

OMPELE, HUOVUTA, VERHOILE, KEVÄT

Kerttula, ompeluluokka
Ti 17.00-20.00, Pirjo Tölli
10.1.-4.4.2023
48 h / 57 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Ompele lasten tai aikuisten vaatteita ja kodintekstiilejä. Korjaa ja muokkaa vanhoja vaatteita tai tekstiilejä uuteen muotoon. Huovuta huiveja, sisustustekstiilejä tai koriste-esineitä. Verhoile huonekalusi uudelleen. Valmista ompelemalla tilkku- tai lankamatto. Tee kaikkea kivaa kankaista!

02110410

OMPELUPAJA

Kerttula, ompeluluokka
Ke 12.30-15.30, Pirjo Tölli
11.1.-5.4.2023
84 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Ompele uutta itsellesi tai kaverillesi. Ompele trikookoneilla neulosvaatteita lapsille tai aikuisille. Tee vanhalle vaatteesi uusi elämä. Vaihda vetoketjuja, lyhennä lahkeita, muodista mekkoja. Sisusta kotisi uusi ilme itse ommelluilla tekstiileillä. Käytössäsi opiston nykyaikaiset koneet - voit tuoda myös oman koneesi mukaan.

02110411

KUDONTA 1

Kerttula, kudonta
Ma 10.15-13.15,
Anni Laulumaa-Peräaho

9.1.-3.4.2023

88 h / 77 €. Täynnä. Kausikortti käy. Eri-laisia kudontatöitä kurssilaisten toiveiden mukaan. Kurssilla on mahdollisuus kokeilla myös erilaisia erikoistekniikoita sekä sylikangaspuita. Kurssilta voi saada halutessaan opintopisteitä (=opintopistekurssi).

02110412

KUDONTA 2

Kerttula, kudonta
Ke 17.30-20.30, Anni Laulumaa-Peräaho
11.1.-12.4.2023
88 h / 77 €. Täynnä. Kausikortti käy. Eri-laisia kudontatöitä kurssilaisten toiveiden mukaan. Kurssilla on mahdollisuus kokeilla myös erilaisia erikoistekniikoita sekä sylikangaspuita. Huom. ei tunteja 5.4.2023! Kurssilta voi saada halutessaan opintopisteitä (=opintopistekurssi).

02110413

SAVESTA KERAMIIKAKSI

Kerttula, työpaja
To 17.00-20.00, Kristiina Sivula
12.1.-2.3.2023
64 h / 67 €. Täynnä. Kausikortti käy. Keramiikan peruskurssi, jossa opit valmistamaan keramiikkaesineitä eri perustekniikoita hyödyntäen. Sopii vasta-alkajille ja jo kokemusta omaaville harrastajille. Savesta voit muotoilla persoonallisia esineitä tai astioita itsellesi tai lahjaksi. Opettaja hankkii yhteistilauksena savet ja lasitteet.

02110415

KAUNISTA VIRKATEN JA HELMEILLEN

Kerttula, ompeluluokka
Ke 17.00-20.00, Marja-Liisa Åvist
11.1.-5.4.2023
84 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Tehdään virkkaamalla kauniita pitsisiä koristeita ja klipsutöitä. Helmitöitä voidaan valmistaa eri tekniikoin virkkaamalla, ompelemalla ja rautalankaan.

03110326

UUSI KURSSI!

KONENEULONNAN ALKEET

Kerttula, ompeluluokka/Paavola, luokka 1
Pe 16.45-21.00, la 10.00-16.00,
Marja-Liisa Åvist
Nivalassa 10.-11.2 ja 17.-18.2.2023
Pyhäjärvellä 3.-4.3 ja 17.-18.3.2023
48 h / 57 €. Kausikortti käy. Ilm. 27.1.2023 mennessä. Kurssin ensimmäinen osa Nivalassa, toinen Pyhäjärvellä. Kurssi alkaa alkeista ja opetellaan koneen peruskäyttöä sekä koneen huoltoa. Kokeillaan pitsin neulontaa ja kirjoneulontaa. Aloitetaan neulomaan yhdellä tasolla ja tarkoituksena saada aikaan esim. huivi. Väärä mukaasi useamman värisiä lankoja, maksimissaan Nalle-langan vahvuista.



Opistolla on muutama kone, joita voit lainata. Ilmoita, jos tarvitset lainakoneen. Jos otat oman koneen, muista ottaa sen ohjekirja mukaasi.

02110430

VILLASUKKAKURSSI **UUSI KURSSI!**

Kerttula, ompeluluokka
La 10.00-15.00, Enna Karppinen
14.1, 21.1 ja 28.1.2023

18 h / 40 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Tykätty villasukkakurssi saa jatkoa! Tervetuloa harjoittelemaan villasukkan salaisuuksia. Mukaan voi tulla niin aloittelijat kuin kehittyneemmätkin neulojat. Kurssilla voi harjoitella mm. perussukan tekoa, kirjoneuletta, palmikointa, pitsiä, looppausta, ym. Opettajan valmiita töitä voi käydä katsomassa fb Enna Karppinen tai ig:ssä @ennsjak.

02110431

KÄSITYÖPAJA **UUSI KURSSI!**

Kerttula, ompeluluokka
To 17.30-20.30, Anni Laulumaa-Peräaho
26.1.-30.3.2023
36 h / 52 €. Ilm. 12.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Käsityöpajassa voit neuloa, ommella, virkata, merkata ja vaikka saattaa keskeneräinen käsityö loppuun. Kurssilla on mahdollista myös kokeilla pirtanauhan ja lautanauhan kudontaa.

02110418

TUFTAUSKURSSI

Kerttula työpaja / luokka 2
To-pe 16.00-19.45, la 10.00-14.30, Tarja Pärn
26.-28.1.2023
16 h / 40 €. Ilm. 12.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Tuftaus on maalauksellinen, nopea kirjontateknikka, jolla saa ryijymäistä, kaunista pintaa. Tule tutustumaan ja tekemään! Varaa mukaasi paksuhkoja villalankoja, kangaspohjat ja tuftausneulat saa opettajalta.

02110432

KEVÄINEN KRANSSIKURSSI **UUSI KURSSI!**

Kerttula, paja
Ma 17.30-20.30, Anni Laulumaa-Peräaho
27.3.2023
4 h / 12 €. Ilm. 20.3.2023 mennessä. Kausikortti käy. Valmistamme luonnonmateriaaleista keväisiä kransseja pääsiäiseksi. Materiaalisinä käytämme kauden sipulikukkia. Tuo ainakin taipuisaa koivunriisua tai pajua kranssipohjamateriaaliksi. Voit tuoda myös muuta haluamaasi materiaalia. Työkalut ja kukkasidonta tarvikkeet saat paikan päältä.

02110419

KURSSI NUKKEKOTIRAKENTAJILLE JA KIERRÄTTÄJILLE **UUSI KURSSI!**

Kerttula, luokka 2/ työpaja

To-pe 16.00-19.45, la 10.00-14.30, Tarja Pärn
23.-25.2.2023
16 h / 40 €. Ilm. 9.2.2023 mennessä. Kausikortti käy. Kurssi kierrättäjille ja nukkekotirakentajille. Anna vanhalle esineelle uusi elämä luovalla tavalla: liimaten, maalaten, eri käsityötekniikoita yhdistäen. Voit tulla tekemään myös remonttia nukkekotiin!

02110433

NUKKEKOTILANIT **UUSI KURSSI!**

Kerttula, luokka 2/ työpaja
pe 16.00-22.45, Tarja Pärn
24.3.2023
7 h / 24 €. Ilm. 10.3.2023 mennessä. Kausikortti käy. Tule tekemään nukkekotimaailmaasi uusia kevätkalusteita aivan ajan kanssa. Pitkän illan aikana ehtii nukkekotia tuunata ja rakentaa sinne paljon uusia suloisia asioita.

02110427

PUU- JA METALLITYÖT, KEVÄT

Niva-Kaijan koulu, teknisen työn luokka
Ti 17.00-20.00, Eero Ojala
10.1.-4.4.2023
48 h / 57 €. Ilm. 2.1.2022 mennessä. Kausikortti käy. Jos sinulla on ajatus tai idea, jonka haluaisit toteuttaa - tekisitkö sen puusta, metallista vai molemmista? Puu- ja metallitöissä se on mahdollista. Mietitään yhdessä vaihtoehtoja idean toteuttamiseksi.

02110421

ARKKU-/UURNAKURSSI **UUSI KURSSI!**

Niva-Kaijan koulu, teknisen työn luokka
Ke 17.30-20.30, Harri Marjamaa
11.1.-5.4.2023
84 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Valmistetaan arkkua tai urnaa puusta. Opettaja auttaa materiaalin valinnassa sekä hankinnassa. Lisätietoja opettajalta 040 5107808.

02110423

PUUKONVALMISTUS, KEVÄT

Niva-Kaijan koulu, teknisen työn luokka
Pe 18.00-21.00, la-su 10.00-16.00, Jussi Kokkonen
27.-29.1, 3.-5.2.2023
40 h / 52 €. Ilm. 13.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Opitaan puukon valmistus alusta loppuun, aina terän takomiseen tupen viimeistelyyn. Kurssilaiset voivat valmistaa puukon omien toiveiden mukaan. Puukot valmistetaan parhaista raaka-aineista, joita voi ostaa opettajalta. Työvälinemaksu 15€ / puukko. Kurssipaikalla on kaikki tarvittavat työvälineet. Kurssi sopii niin miehille kuin naisille, ei vaadi ennakkotaitoja.

02110424

SÄHKÖKITARAN RAKENNUS **UUSI KURSSI!**

Niva-Kaijan koulu, teknisen työn luokka
To 17.30-20.45, Kimmo Sarja
12.1.-4.5.2023
118 h / 87 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla rakennetaan esityöstetystä aiheesta Fender Stratocaster-tyylinen sähkökitara.

TERVEYDENHOITO

02610101

ENSIAPUKURSSI EA 1®

Lukio, luokka 154
La 9.00-16.00, Janne Virmanen
4.3.2023
16 h / 75 €. Ilm. 20.2.2023 mennessä. Kurssin suorittanut hallitsee ensiavun antamisen perusteet kurssin sisällön mukaisissa aiheissa. Koulutus sisältää etänä itsenäisesti SPR:n järjestelmässä suoritettavan teoriaosuuden ja lähiopetuksena käytännön harjoittelu osuuden la 4.3.2023. Teoriaosa on suoritettava ennen käytännön osuutta. Käytännön osuuden päätteeksi on loppukoe kurssilla opituista asioista. EA 1-kurssi on voimassa kolme vuotta. Hinta sisältää SPR:n todistus- ja rekisteröintimaksun.

TANSSI JA LIIKUNTA**TANSSI**

02830101

KUNTOTANSSIKURSSI

Nuorisoseura
Ti 19.00-20.30, Kaisa Pihlajaniemi
10.1.-28.3.2023
42 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu kaikille tanssia kuntoilumielessä harrastaville. Hiotaan perinteisiä lavatansseja ja opitaan uutta. Miehetkin rohkeasti mukaan! Kurssille voi tulla yksin tai parin kanssa.

02830102

LAVATANSSIA KAIKENIKÄISILLE

Nuorisoseura
Ke 18.30-20.00, Kaisa Pihlajaniemi
11.1.-29.3.2023
42 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy. Aloitetaan helpoista tansseista ja edetään ryhmän tason ja toiveiden mukaisesti. Rytmä, perustanssit ja motorikka eli hyvän fiiliksen aivojumbppaa. Sopii kaikenikäisille, myös miehille. Kurssille voi tulla yksin tai parin kanssa.

02830103

ITÄMAINEN TANSSI

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
Ke 18.00-19.15, Eija Kivelä

11.1.-29.3.2023

35 h / 61 €. Tilaa. Kausikortti käy. Harjoitellaan itämaisen tanssin liikkeitä, askelsarjoja ja mahdollisesti koreografiaa. Naisellinen pehmeä tanssi lievittää hartia- ja selkävaivoja sekä vahvistaa lantionpohjan lihaksia. Tunnille joustavat liikuntavaatteet, tossut, huivi lantiolle ja iloinen mieli.

LIIKUNTA



KESÄJUMPAT

02830162

MULTISPORT, KESÄ

Lukio / Nivalan ulkoliikuntapaikat
Ma 18.30-19.30, Seija Hernetkoski
17.4.-29.5.2023
8 h / 18 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä. Ei tuntia 1.5.2023. Ulkoliikunta-harjoitus, jossa paikka vaihtuu teeman mukaan. Aloitamme lukiolla kävely-juoksu-harjoituksella. Mukana myös kahvakuulaa, portaita, loikkia, mäkitreeniä jne. Treenin voi suorittaa oman kunnon mukaan. Tarkemmat ohjelmat ensimmäisellä kerralla. Sään mukainen varustus!

02830163

CORE + KEHON TUKI, KESÄ

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
Ti 18.30-19.30, Seija Hernetkoski
11.4.-30.5.2023
11 h / 20 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä. Lihaskuntotunti välineillä ja ilman. Haetaan kehon tukea + isompia core-lihaksia käyttöön.

02830164

FASCIAMETHOD, KESÄ

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
Ti 19.30-20.30, Seija Hernetkoski
11.4.-30.5.2023
11 h / 20 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

02830165

YIN JOOGA, ALKUKESÄ

Kerttula, Saalastin sali
Su 17.00-19.00, Seija Hernetkoski
huom päivät: 7.5.-21.5. (3 sunnuntaita, myös äitienpäivänä olisi tarjolla)
8 h / 18 €. Ilm. 3.4.2023 mennä. Rauhallinen yin joogaharjoitus koko keholle. Yin joogassa asanoissa pysytään pidempään jopa 3-5 minuuttia. Harjoituksen teema on alkukesä sekä kesä. Lopussa pidempi rentoutus. Ota mukaasi oma alusta, isoja tynyjä useampi ja pari vilttiä.

02830166

KUNTOJUMPPA, KESÄ

Lukio, liikuntasali
Ke 17.15-18.00, Enna Karppinen
12.4.-24.5.2023
7 h / 14 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

02830167

LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA®, KESÄ

Lukio, liikuntasali
Ke 18.00-19.00, Enna Karppinen
12.4.-31.5.2023
9 h / 20 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

02830168

SELKÄ-VATSA-PEPPUJUMPPA, KESÄ

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
To 18.15-19.00, Enna Karppinen
13.4.-1.6.2023
7 h / 16 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä. Ei tuntia 18.5.2023.

02830169

KEHONHUOLTO, KESÄ

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
To 19.00-20.00, Enna Karppinen
13.4.-1.6.2023
9 h / 20 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä. Ei tuntia 18.5.2023.

02830170

LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA®

PÄIVÄRYHMÄ, KESÄ
Kerttula, Saalastin sali
Pe 10.00-10.45, Enna Karppinen
14.4.-2.6.2023
8 h / 18 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

02830171

VESIJUMPPA 1, KESÄ

Uikko, allasosasto
Ke 15.15-16.00, Enna Karppinen
12.4.-14.6.2023
10 h / 21 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä. Kurssimaksu ei sisällä uimahallimaksua, vaan 40€ uimahallimaksu maksetaan uimahallille ensimmäisellä kokoontumiskerralla.

02830172

VESIJUMPPA 2, KESÄ

Uikko, allasosasto
Ti 18.30-19.15, Enna Karppinen
11.4.-13.6.2023
10 h / 21 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä. Kurssimaksu ei sisällä uimahallimaksua, vaan 40€ uimahallimaksu maksetaan uimahallille ensimmäisellä kokoontumiskerralla.

KUNTOLIIKUNTARYHMIEN TASOMÄÄRITTELY

TEKNINEN VAATIVUUS

1 = helppo
2 = jonkin verran koreografisia osuuksia
3 = koreografisesti haastava

FYYSINEN RASITTAVUUS

+ = kevyttä / rentouttavaa
++ = tehokasta jumppaa
+++ = rankkaa treeniä

KUNTOJUMPAT

02830106

IKÄIHMISTEN KUNTOJUMPPA, MALILA

Malilan koulu, liikuntasali
To 17.45-18.30, Eija Kivelä
12.1.-30.3.2023
21 h / 41 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+.

02830107

TASAPAINOA JA LIHASKUNTOA

Kerttula, Saalastin sali
Ti 10.00-10.45, Seija Hernetkoski
10.1.-28.3.2023
21 h / 41 €. Tilaa. Kausikortti käy Taso 1++. Kehonhallinta- harjoitus ohjattuna ja kierto- harjoituksena: tasapainoa, liikkuvuutta ja lihaskuntoa. Soveltuu kaikille, jotka haluavat kevyen aamupäiväjumpan. Tasapainoliikkeet herättelevät ryhtiä ja keskivartalon hallintaa. Lihaskuntoliikkeet tukevat tasapainoa sekä koko kehon toimintaa. Harjoittelun teho on helppo säätää. Ota mukaasi oma alusta!

02830108

PÄIVÄN KUNTOJUMPPA

Kerttula, Saalastin sali
Ti 10.50-11.50, Seija Hernetkoski
10.1.-28.3.2023
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Reipas koko kehon kuntojumppa. Ota mukaasi oma alusta.

02830109

HARTIAT RENNOIKSI

Kerttula, Saalastin sali
Ti 11.55-12.25, Seija Hernetkoski
10.1.-28.3.2023
14 h / 29 €. Tilaa. Kausikortti käy Taso 1+. Kevyttä, elvyttävää lihaskuntoa ja liikkuvuutta etenkin lapaluiden, niskan ja hartoiden seudulle. Toimii hyvänä taukoliikuntana. Ota mukaasi oma alusta!

02830111

PÄIVÄN LAVIS- LAVATANSSIJUMPPA

Kerttula, Saalastin sali
Pe 10.00-10.45, Enna Karppinen
13.1.-31.3.2023
21 h / 41 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. LAVIS on hauska, helppo ja hikinäinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssin ja jumpan välimuotoon. Tunnilla tanssitaan yksin ja mukana on tuttuja lavatanssilajeja, kuten humppa, jenkka, polkka, rock, valssi jne. Päiväryhmässä helpotetut askelkuviot.

02830112

UUSI KURSSI!

NAISTEN KUNTOJUMPPA, JUNTILA

Junttilan koulu, liikuntasali
Ma 18.00-19.00, Paula Majjala
9.1.-27.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

02830113

NAISTEN KUNTOJUMPPA, VÄLIKYLÄ

Välikylän koulu, liikuntasali

Ma 19.00-20.00, Seija Hernetkoski

9.1.-27.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

02830114

NAISTEN KUNTOJUMPPA,

KARVOSKYLÄ

Karvoskylän koulu, liikuntasali

Ke 18.00-19.00, Enna Karppinen

11.1.-29.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

02830115

NAISTEN KUNTOJUMPPA, MALILA

Malilan koulu, liikuntasali

To 18.30-19.30, Eija Kivelä

12.1.-30.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

02830116

MIESTEN KUNTOJUMPPA

Lukio, liikuntasali

Ke 19.30-21.00, Enna Karppinen

11.1.-29.3.2023

42 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Peli-, lihaskunto- ja liikkuvuusharjoituksia.

02830117

ÄIJÄJOOGA

Lukio, liikuntasali

Ma 18.00-19.30, Marjo Rautaoja

9.1.-27.3.2023

42 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Joogaharjoituksia suunnattuna miehille. Joogaharjoituksissa liittyvät toisiinsa keho, mieli ja hengitys. Joogassa aktivoidaan ja venytetään monipuolisesti kehon eri lihaksia tavoitteena kehotietoisuuden ja yleisen hyvinvoinnin lisääminen. Pääpaino rentoutumisessa ja sen harjoittelussa.

LIIKKUJAN VIIKKOKALENTERI

MAANANTAI

02830119

JOOGA

Lukio, liikuntasali

Ma 19.30-21.00, Marjo Rautaoja

9.1.-27.3.2023

42 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Joogaharjoituksissa liittyvät toisiinsa keho, mieli ja hengitys. Joogassa aktivoidaan ja venytetään monipuolisesti kehon eri lihaksia tavoitteena kehotietoisuuden ja yleisen hyvinvoinnin lisää-

minen. Pääpaino on rentoutumisessa ja sen harjoittelussa. Ei suositella raskaana oleville.

TIISTAI

02830120

CROSSTRAINING

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali

Ti 17.25-18.25, Seija Hernetkoski

10.1.-28.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+++.

Erilaisia toiminnallisia treenejä crossfit-tyyppisesti. Mukana mm. kehonpainolla tehtäviä ja voimannosto liikkeitä, eritehoista aerobista treeniä ja ennen kaikkea itsensä haastamista. Liikkeet skaalataan oman taitotason ja kunnon mukaan. Tervetuloa haastamaan kehosi ja mielesi joko fyysisesti tai taidollisesti.

02830121

LAVIS- LAVATANSSIJUMPPA

Lukio, liikuntasali

Ti 18.05-19.05, Enna Karppinen

10.1.-28.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+.

LAVIS on hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssin ja jumpan välimuotoon. Tunnilta tanssitaan yksin ja mukana on tuttuja lavatanssilajeja, kuten humppta, jenkka, polkka, rock, chacha, samba jne.

02830122

KEHON TUKI

UUSI KURSSI!

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali

Ti 18.30-19.15, Seija Hernetkoski

10.1.-28.3.2023

21 h / 41 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

Lihaskuntoa ja liikettä korjaamaan kehon asentoa, parantamaan ryhtiä ja keskivartalon tukea sekä vahvistamaan olka-lapaluu seutua. Harjoitukset sisältävät liikehallinta harjoituksia ja lihaskuntoa parantavia harjoituksia sekä kehon isoille lihaksille että pienemmille tukilihaksille. Tuen löytäminen tekee kaikesta työstä ja liikkeestä taloudellisempaa ja turvallisempaa.

02830123

FASCIAMETHOD

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali

Ti 19.20-20.20, Seija Hernetkoski

10.1.-28.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+.

FasciaMethod on kokonaisvaltaista kehonhuoltoa. Lämmittelyn jälkeen tunti sisältää aktiivisia venytyksiä sekä liikehallintaa, joiden avulla pyritään parantamaan liikkuvuutta. Liikkeet tehdään lihastoimintaketjuja eli fascialinjoja mukaillen. Liikkeet kohdennetaan kehon yleisimpiin heikkoihin ja kireisiin alueisiin. FasciaMethod-tunti sopii kaikille, jotka haluavat parantaa suorituskyky-

ään tehokkaasti ja edistää hyvinvointiaan. Myös tutkimusti erittäin hyvät vaikutukset.

KESKIVIikko

02830124

REISI-PEPPU-VATSA

Lukio, liikuntasali

Ke 17.15-18.00, Seija Hernetkoski

11.1.-29.3.2023

21 h / 41 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

Reisi-peppu-vatsa tunti, jossa keskitytään lyhyen ja helpon alkulämmittelyn jälkeen reisien, pakaroiden ja vatsan trimmaukseen (palauttavissa osioissa myös muita lihaksia). Lopuksi lyhyt venyttely. Liikkeet helposti sovellettavissa ja näin soveltuu lähes kaikille.

TORSTAI

02830126

HIIT

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali

To 18.15-19.00, Enna Karppinen

12.1.-30.3.2023

21 h / 41 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+++.

Alussa lämmittely, jonka jälkeen tehokas HIIT treeni ja lopussa loppuverryttely. Hiit on reipastehoinen intervalliharjoitus, jossa sykkeen nostot ja palautukset vaihtelevat. Treeniä koko keholle.

02830127

SELKÄ-VATSA

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali

To 19.05-19.35, Enna Karppinen

12.1.-30.3.2023

14 h / 29 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

Lyhyen lämmittelyn jälkeen tehokasta lihaskuntoa ja toiminnallista liikettä keskivartaloon: selän, vatsan ja kylkien alueelle. Tee omana treeninä tai yhdistä muihin jumppiin.

02830128

SYVÄVENYTTELY JA RENTOUTUS

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali

To 19.45-20.45, Enna Karppinen

12.1.-30.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+.

Erilaisia rauhallisia venytyksiä ja kehonhuoltoa elimistön palautumiseen ja liikkuvuuden lisäämiseen. Lopussa rentoutus. Pukeudu lämpimästi ja ota halutessasi villi mukaan tueksi ja lämmittäjäksi.

PERJANTAI

02830129

LATTARITANSSI

UUSI KURSSI!

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali

Pe 17.15-18.15, Enna Karppinen

13.1.-31.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. Lattari tansseja, helppoja tanssiliikkeitä ja koreografiaa. Mukavan rentoa liikettä, joka sopii sekä tanssineille että aloittajille. Hikeä ja mukavaa fiilistä.

MUU LIIKUNTA

02830130

LENTOPALLO

Lukio, liikuntasali
Ti 19.15-20.45, Eino Eerola
10.1.-28.3.2023
42 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy.

LYHYT KURSSIT

02830134

YIN JOOGA KEVÄT

Kerttula, Saalasti sali
Su 16.00-18.00, Seija Hernetkoski
19.3.-2.4.2023
8 h / 18 €. Ilm. 13.3.2023 mennessä. Kausikortti käy. Taso 1+. Rauhallinen yin joogaharjoitus koko keholle. Yin joogassa asanoissa pysytään pidempään jopa 3-5 minuuttia. Harjoituksen teemana on kevät ja puun elementti. Lopussa noin 30 minuutin rentoutus. Ota mukaasi oma alusta, isoja tyyntyä useampi ja pari vilttiä.

VESILIIKUNTA

02830136

VESIJUMPPA 1 KEVÄT

Uikko, allasosasto
Ti 16.30-17.15, Sanna Rajaniemi
10.1.-21.3.2023
10 h / 21 €. Ilm. 3.1.2023 mennessä. Reipasta vesijumppaa välineillä ja ilman terapia-altaassa. Kurssimaksu ei sisällä uimahallimaksua. Uimahallimaksu 40 €. Koko maksu suoritetaan uimahallille ensimmäisellä kerralla.

02830138

SYVÄNVEDEN JUMPPA KEVÄT

Uikko, allasosasto
Ti 17.30-18.15, Sanna Rajaniemi
10.1.-21.3.2023
10 h / 21 €. Ilm. 3.1.2023 mennessä. Reipasta vesijumppaa altaan syvässä päässä (vesijuoksuvyö apuna). Uimataitoisille. Kurssimaksu ei sisällä uimahallimaksua. Uimahallimaksu 40 €. Koko maksu suoritetaan uimahallille ensimmäisellä kerralla.

02830140

VESIJUMPPA 2 KEVÄT

Uikko, allasosasto
Ke 15.15-16.00, Enna Karppinen
11.1.-22.3.2023
10 h / 21 €. Ilm. 3.1.2023 mennessä. Vesijumppaa välineillä ja ilman terapia-altaassa. Kurssimaksu ei sisällä uimahal-

limaksua. Uimahallimaksu 40 €. Koko maksu suoritetaan uimahallille ensimmäisellä kerralla.

02830142

MIESTEN VESITREENI KEVÄT

Uikko, allasosasto
Ti 18.30-19.15, Sanna Rajaniemi
10.1.-21.3.2023
10 h / 21 €. Ilm. 3.1.2023 mennessä. Tehokasta ja monipuolista vesiliikuntaa välineillä ja ilman. Kurssimaksu ei sisällä uimahallimaksua. Uimahallimaksu 40 €. Koko maksu suoritetaan uimahallille ensimmäisellä kerralla.

ETÄLIIKUNTA

02830143

NETTIKUNTOJUMPPA

Facebook live
Ma 18.15-19.00, Enna Karppinen
9.1.-20.3.2023
Katso tarkemmat tiedot etäopetuksen osastosta.

02830144

NETTIJOOGA

Facebook -live
Ti 18.00-19.00, Marjo Rautaoja
10.1.-21.3.2023
Katso tarkemmat tiedot etäopetuksen osastosta.

LUONTO JA YMPÄRISTÖ

02410202

LINTURETKET, KEVÄT

Retkimaastot
la 9.00-13.00, Juhani Pitkänen
15.4.-10.6.2023
16 h / 33 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä. Kausikortti käy. Opiskellaan lajintuntemusta ja tutustutaan alueen linnustoon neljällä linturetkellä. Retkipäivät ovat 15.4., 6.5., 20.5. ja 10.6.2023. Retkimaasto ilmoitetaan ilmoittautuneille opiskelijoille. Jos ilmoittaudut molemmille retkikursseille, kurssien yhteishinta on 42 e.

02410203

UUSI KURSSI!

METALLINPALJASTINKURSSI

To 20.4. (Kerttula) ja 27.4.2023 klo 17.30-19.00 (Tupala) ja
La 6.5.2023 klo 14.00-18.00 (maasto)
11 h / 33 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.
Kurssilla perehdytään metallin etsintään ja metallinpaljastin laitteen käyttöön teoriassa ja käytännössä. Teoriaopetuksen sisällöt ovat: 20.4. metallinetsijän oikeudet ja velvollisuudet, metallinpaljastin löydöt ja tutkimus, 27.4. arkitietä metallinetsijän apuna sekä tutustutaan kotiseutuarkiston tarjoamiin lähteisiin. Viimeisellä kerralla 6.5. mennään teori-

asta käytäntöön, saadaan vinkkejä laitteisiin ja niiden käyttöön kentällä sekä tehdään Käytännön harjoituksia kiinnostavassa tutkimuskohteessa. Kurssin opettajat ovat: Elise Pihlajaniemi, Anne Ruuttula-Vasari sekä Joni Lehtola ja Pauli Lehtola.

KOTITALOUS

02810202

UUSI KURSSI!

KREEMIKAKKUKURSSI

Niva-Kaijan koulu, kotitalousluokka
La-su 12.00-15.00, Anne Laitila
1.-2.4.2023
8 h / 45 €. Ilm. 20.3.2023 mennessä. Kursilla täytetään opiskelijoiden ennakkoon valmistama kakkupohja moussetäytteellä käyttäen apuna Marenkivoikreemiä. Kakku kuorutetaan marenkivoikreemillä sekä suklaavalmuilla ja opetellaan erilaisia helppoja koristelutapoja leikittämällä ja koristelutapojen tekemiseen. Lisäksi valmistetaan koristeita vohveli- ja riisipaperista. Kurssimaksu sisältää tarvikke- ja raaka-ainekustannukset. Opettajana toimii Koko Suomi leipoo 7. kauden voittaja Anne Laitila, jonka taitoihin voi tutustua instagramissa #mrshiekkakakku.

LASTEN JA NUORTEN KOULUTUS

TAITEEN PERUSOPETUS KUVATAITEET

02110313

UUSI KURSSI!

VARHAISIÄN KUVATAIDE (ESKARI-IKÄISILLE)

Kerttula, luokka 2
ke 18.00-19.00, Maarit Räisänen
11.1.-26.4.2023
20 h / 34 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Tutustutaan kuvataiteeseen luovasti ja leikinomaisesti. Tavoitteena on saada myönteisiä kokemuksia ja elämyksiä kuvataiteesta, sekä luoda pohjaa taiteen perusopetuksen opintoihin. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

02110314

KUVATAIDE, TPO 1-2 (7-9 V.)

Kerttula, luokka 2
ti 18.00-19.30, Maarit Räisänen
10.1.-25.4.2023
60 h / 77 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu kuvataiteen perusopetuksen aloittaville ja jatkaville oppilaille. Suositeltava aloitusikä on 7-9 vuotta. Antaa valmiuksia ilmaista itseään kuvataiteen keinoin. Keskeistä on tekemisen ja kokemisen ilo, sekä uskallus tulkita taidetta persoonallisesti. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

02110315

KUVATAIDE, TPO 3-4 (9-11 V.)

Kerttula, luokka 2

ti 15.30-17.45, Maarit Räisänen

10.1.-25.4.2023

90 h / 92 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu ensisijaisesti jatkaville oppilaille, mutta uusiakin otetaan mukaan. Rohkaistaan itselle tärkeiden asioiden ilmaisemiseen kuvataiteen keinoin. Kehitetään kykyä tulkita ja havainnoida ympäristöä sekä taiteen maailmaa. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

02110316

KUVATAIDE, TPO 5-6 (11-16 V.)

Kerttula, luokka 2

ke 15.30-17.45, Maarit Räisänen

11.1.-26.4.2023

90 h / 92 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu ensisijaisesti jatkaville oppilaille, mutta uusiakin oppilaita otetaan mukaan. Sisältää vaihtoehtoisia teemallisia opintokokonaisuuksia, joista sovitaan erikseen kunkin oppilaan kanssa. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

KÄDEN TAIDOT

02110426

KÄSITYÖ, TPO 1-6 (7-16 v.)

Kerttula, työpaja

Ti 16.00-19.00, Tarja Pärn

10.1.-25.4.2023

90 h / 92 €. Täynnä. Kurssi on tarkoitettu jatkaville oppilaille, mutta uusiakin oppilaita otetaan mukaan. Käsityökoulussa opimme luovasti kokeillen erilaisia käsityötekniikoita. Teemme lankatöitä, ompelemme, muotoilemme savesta, paperista, huovasta ja kierrätysmateriaaleista kivoja esineitä käyttöön ja koristeeksi. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

MUSIIKKI

02110127

MUSKARI 1-2 V.

Kerttula, yläparvi

Ti 17.30-18.00, Tuija Syrjäniemi

10.1.-4.4.2023

15 h / 33 €. Tilaa. Musiikkileikkikoulussa vietetään mukavia hetkiä musiikin parissa ja harjoitellaan samalla vuorovaikutustaitoja. Tunnit sisältävät laulamista, soittamista, loruilua, musiikkiliikuntaa ja musiikin kuuntelemista. Samalla tutustutaan toiminnallisesti musiikin peruselementteihin. Lapsi ja huoltaja ovat tunnilla yhdessä. Vain lapsi ilmoitetaan opiskelijaksi.

PIANONSOITTO 7-15 -VUOTIAILLE

Pianonsoiton opetusta tarjotaan 7-15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 27 kertaa 15, 30 tai 45 min./kerta. Kurssimaksu on 100 € / 15 min, 140 € / 30 min. tai 160 € / 45 min./kerta. Oppilaspaikkoja haetaan verkkolomakkeella osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110129

PIANO KERTTULA 1A

Kerttula, Saalastin sali

Ti 13.05-19.30, Olga Karen

10.1.-25.4.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110130

PIANO KERTTULA 1B

Kerttula, mu-luokka 2

Ti 13.30-16.30, Tuija Syrjäniemi

10.1.-25.4.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110131

PIANO KERTTULA 2

Kerttula, musiikkiluokka 2

Ke 14.30-19.00, Tuija Syrjäniemi

11.1.-26.4.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110132

PIANO KERTTULA 3

Kerttula, Saalastin sali

To 14.05-19.45, Olga Karen

12.1.-4.5.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110133

PIANO HAIKARA 1

Haikaran koulu

Ma 14.00-19.30, Tuija Syrjäniemi

9.1.-8.5.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110134

PIANO HAIKARA 2

Haikaran koulu

Ke 16.00-18.30, Olga Karen

11.1.-26.4.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110135

PIANO VÄLIKYLÄ

Välikylän koulu

Ke 14.05-15.35, Olga Karen

11.1.-26.4.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110136

PIANO AHDE 1

Ahteen koulu

Ke 14.15-19.45, Minna Parkkila

11.1.-26.4.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110137

PIANO AHDE 2

Ahteen koulu

To 16.00-18.45, Minna Parkkila

12.1.-4.5.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110138

PIANO MALILA

Malilan koulu

To 14.15-15.30, Minna Parkkila

12.1.-4.5.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110139

PIANO ERKKILÄ 1

Erkkilän koulu

Ma 13.30-17.30, Olga Karen

9.1.-8.5.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110140

PIANO ERKKILÄ 2

Erkkilän koulu

To 14.00-17.45, Tuija Syrjäniemi

12.1.-4.5.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

VIULUNSOITTO

Viulunsoiton opetus on suunnattu 5-15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 27 kertaa 30/45 min./oppilas/kerta. Kurssimaksu on 140 € / 30 min. / kerta tai 160 € / 45 min./kerta. Lukuvuodeksi 2022-2023 haettavana olleet oppilaspaikat on täytetty syksyn pääsykokeiden kautta. Varapaikalle voi hakea osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet. Voit ottaa myös suoraan yhteyttä opettajaan.

02110141

VIULUNSOITTO 1

Kerttula, luokka 1

Ma 15.00-18.45, Tiina Ylikoski

9.1.-8.5.2023

27 x 30 min. / 140 € tai 27 x 45 min. / 160 €.

02110142

VIULUNSOITTO 2

Kerttula, luokka 1

Ti 13.45-18.00, Tiina Ylikoski

10.1.-25.4.2023

27 x 30 min. / 140 € tai 27 x 45 min. / 160 €.

KIRKKOURKUJEN SOITTO

Kirkkourkujen soitonopetus on suunnattu ensisijaisesti 10-18 -vuotiaille lapsille ja nuorille ja toissijaisesti aikuisille. Opetus on yksilöopetusta 30 min./oppilas/kerta. Opiskelusiältöjä ovat urkujen ohjelmistosoitto, liturginen soitto ja improvisoinnin alkeiden opiskelu. Lukuvuodeksi 2022–2023 haettavana on olleet oppilaspaikat täytettiin syksyllä. Varapaiskoille haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110144

KIRKKOURKUJEN SOITTO

Nivalan kirkko
Ma 17.30-19.30, Minna Parkkila
9.1.-8.5.2023
54 h / 27 x 30 min / 140 €.

LIIKUNTA

02830145

LIKKARI 3-4 VUOTIAAT (-18,-19 SYNT.)

Lukio, liikuntasali
To 17.10-17.55, Enna Karppinen
12.1.-30.3.2023
21 h / 41€. Täynnä. Monipuolinen liikuntakerho 3-4 vuotiaille tytöille ja pojille.

Opetus pohjautuu lapsen liikunnalliseen kehitykseen. Liikkarissa lapsi oppii kehon hallintaa, perusliikkeitä ja yhdessäoloa. Nuorimmilla on enemmän yhteistunteja, jossa lapsella on vanhempi tai joku muu liikuntakykyinen aikuinen mukana. Ensimmäinen tunti on yhteistunti sekä syksyllä että keväällä.

02830147

SIRKUSKOULU 6-12 v.

Lukio, liikuntasali
Pe 16.00-16.45, Marja Hannula
13.1.-31.3.2023
21 h / 41€. Tilaa. Materiaalimaksu 20e. Koulussa perehdytään sirkustaitojen perusteisiin. Tarkoitettu lähinnä 6-12 vuotiaille. Sirkustaide on lapsen kasvua tukevaa liikunnallista ja taiteellista toimintaa. Sirkuskoulussa harjoitellaan eri sirkuslajeja ja niissä tarvittavia taitoja. Sisältöjä ovat: ilmaisutaidon harjoitteet, sirkusleikit, jongleeraus, klovneria, tasapainoakrobatia ja esiintyminen.

02830148

CHEERLEADING 1 (7-9 v.)

Lukio, liikuntasali
Ti 16.00-17.00, Enna Karppinen
10.1.-28.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Akrobatiaa, hyppyjä, voimistelua sekä pyramideja (nostoja) taitotason ja turvallisuuden mukaan. Kivaa yhdessäoloa.

02830149

CHEERLEADING 2 (10-13v.)

Lukio, liikuntasali
Ti 17.00.-18.00, Enna Karppinen
10.1.-28.3.2023
28 h / 52 €. Tilaa. Akrobatiaa, hyppyjä, voimistelua sekä pyramideja (nostoja) taitotason ja turvallisuuden mukaan. Kivaa yhdessäoloa.

02830150

CHEERLEADING 3 (9-14 v.)

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
Pe 16.15-17.15, Enna Karppinen
13.1.-31.3.2023
28 h / 52 €. Täynnä. Akrobatiaa, hyppyjä, voimistelua sekä pyramideja (nostoja) taitotason ja turvallisuuden mukaan. Kivaa yhdessäoloa. Ryhmä soveltuu parhaiten niille, joilla jo hieman kokemusta lajista.

Kansalaisopistojen kurssihausta löydät verkko- ja lähikursseja eri puolilta Suomea.

Kurssit ovat avoimia kaikille asuinpaikkakunnasta riippumatta.



www.kansalaisopistot.fi

HAAPAJÄRVI

Osoite
Puhelin
Sähköposti
Internet

Kirkkokatu 2 (kaupungintalo, 3. krs) 85800 Haapajärvi
044 4456 168
satu.jaakonaho@haapajarvi.fi, kansalaisopisto@haapajarvi.fi
www.jokilatvanopisto.fi



MUSIIKKI

KUOROT JA LAULUNOPETUS

01110104

HAAPALASTUT -SEKAKUORO

Lukio, Kansankynttiläsali
Ti 18.15-20.30, Saara Howe
10.1.-25.4.2023

87 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla opiskellaan äänenmuodostusta sekä stemmalaulua. Ohjelmisto on monipuolinen sisältäen viihdelauluja, kansanlauluja, perinteistä kuoromusiikkia sekä hengellistä musiikkia. Vuoden mittaan esiinnyimme seurakunnan ja kaupungin järjestämissä juhlissa. Keväällä vuorossa on viihteellinen kevätkonsertti. Tervetuloa uudet laulajat! Yhteys kuoronjohtajaan puh 040 5298795.

04110111

HAAPAJÄRVEN-REISJÄRVEN LAULUMIEHET

Niemenkartanon koulu, musiikkiluokka / K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 1 (2C)

To 17.15-18.45, Jessica Koskela
12.1.-4.5.2023

56 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Uusia laulajia toivotaan mukaan. Uudet laulajat yhteys Heikki Hovi 040 501 4222 tai Pertti Lampela 040 510 5589. Kuoro koontuu vuoroviikoin Reisjärvellä ja Haapajärvellä.

01110105

MATALAN KYNNYKSEN LAULURYHMÄ

Lukio, Kansankynttiläsali
Ti 16.30-18.00, Saara Howe
17.1.-18.4.2023

46 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla lauletaan monipuolista lauluohjelmistoa pianon säestyksellä. Tunneilla korostuu laulamisen ilo yhdessä laulamisen kautta. Tunneilla harjoitellaan äänenmuodostusta ja hengitystekniikkaa.

YKSINLAULU AIKUISILLE, NUORILLE JA LAPSILLE

Yksinlaulun opetusta tarjotaan aikuisille sekä lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 30, 45 tai 60 min./kerta. Maksu määräytyy opetusajan perusteella. Opetusaika sovitaan yksilöllisesti kunkin oppilaan kanssa. Opettajina toimivat Anni Ojala ja Hannariina Tölli. Paikkoja haetaan osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet. Linkistä avautuvalta sivulta valitaan lomake Haapajärven yksinlaulun oppilaspaikkojen haku.

01110107

YKSINLAULU, KLASSINEN 1

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 2 (2B)

Ma 15.00-20.15, Hannariina Tölli
9.1.-8.5.2023

140 €. Opiskellaan klassisen laulun perustekniikkaa. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110110

YKSINLAULU, POP & JAZZ -LAULU 1

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 2 (2B)
Ti 15.00-19.45, Anni Ojala
10.1.-25.4.2023

140 €. Pop & jazz -laulun tunneilla harjoitellaan laulamisen perustekniikan lisäksi mm. erilaisia soundeja, äänen lämmitelyä ja huoltamista. Opetus on yksilöopetusta 30 min./kerta joka viikko tai 60 min./kerta joka toinen viikko. Harjoiteltava ohjelmisto päätetään oppilaan oman mieltymysten ja toiveiden pohjalta. Mahdollisuus opiskella myös klassista ohjelmistoa. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110111

YKSINLAULU, POP & JAZZ -LAULU 2

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 2 (2B)
Ke 16.00-20.00, Anni Ojala
11.1.-26.4.2023

140 €. Pop & jazz -laulun tunneilla harjoitellaan laulamisen perustekniikan lisäksi mm. erilaisia soundeja, äänen lämmitelyä ja huoltamista. Opetus on yksilö-

opetusta 30 min./kerta joka viikko tai 60 min./kerta joka toinen viikko. Harjoiteltava ohjelmisto päätetään oppilaan oman mieltymysten ja toiveiden pohjalta. Mahdollisuus opiskella myös klassista ohjelmistoa. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110108

YKSINLAULU, POP & JAZZ -LAULU 3

Kopolan koulu
To 18.15-20.00, Anni Ojala
12.1.-4.5.2023

140 €. Pop & jazz -laulun tunneilla harjoitellaan laulamisen perustekniikan lisäksi mm. erilaisia soundeja, äänen lämmitelyä ja huoltamista. Opetus on yksilöopetusta 30 min./kerta joka viikko tai 60 min./kerta joka toinen viikko. Harjoiteltava ohjelmisto päätetään oppilaan oman mieltymysten ja toiveiden pohjalta. Mahdollisuus opiskella myös klassista ohjelmistoa. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110113

KARAOKE PARKKILA 1

Parkkilan koulu, liikuntasali
Pe 16.30-18.30, Lea Malila
13.1.-14.4.2023

56 h / 62 €. Täynnä. Kausikortti käy. Etsitään omaa ääntä, harjoitellaan mikrofonin käyttöä, uusia lauluja ja vapaaehtoisesti yleisölle esiintymistä. Käytössä on koko ajan päivittyvät tietokonepohjaiset ammattikaraokekasetit. Vasta-alkajille ja pitkään harrastaneille. Tule rohkeasti mukaan välittömään joukkoomme. Opettelemme ja opimme yhdessä!

01110114

KARAOKE PARKKILA 2

Parkkilan koulu, liikuntasali
Pe 18.45-20.45, Lea Malila
13.1.-14.4.2023

56 h / 62 €. Täynnä. Kausikortti käy. Sama sisältö kuin Karaoke 1 -kurssilla.

01110115

KARAOKE PÄIVÄKURSSI

Kulttuurisali
Ma 13.00-15.15, Pauli Raivio

9.1.-3.4.2023
66 h / 67 €. Täynnä. Kausikortti käy. Mukavia lauluhetkiä ikivihreiden iskelmien parissa. Karaoketaustat ja hyvä äänen-toisto.

SOITINOPETUS

01110116

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU 1

Yläaste, musiikkiluokka
Ma 15.00-19.00, Jussi Poikkimäki
9.1.-8.5.2023

Kurssimaksu 100 € / 15 min, 140 € / 30 min, 160 € / 45 min. Opiskellaan kitarransoiton perusteita, komppaamista ja melodiansoittoa eri musiikkityyleissä, nuotinlukua, improvisointia ym. Kitara-koulu I -kirja sekä opettajan materiaali. Muiden bändisoitinten (basso, rummut) opetuksessa sovelletaan henkilökohtaista opetussuunnitelmaa. Ei ikärajaa. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110117

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU 2

Yläaste, musiikkiluokka
To 15.45-17.15, Antti Kangas
12.1.-4.5.2023

Kurssimaksu 100 € / 15 min, 140 € / 30 min. Sama sisältö kuin Kitara-, basso-rumpukoulu 1:ssä. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110118

HARMONIKKA, YKSILÖOPETUS

Yläaste, luokka 110
Ma 16.45-18.30, Janne Lindgren
9.1.-8.5.2023

Kurssimaksu 140 € / 30 min. Harmonikansoittoa yksilöopetuksena. Opiskellaan harmonikansoiton tekniikkaa ja musiikin teoriaa. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110119

HARMONIKKA, RYHMÄOPETUS

Yläaste, luokka 110
Ma 18.30-20.00, Janne Lindgren
9.1.-8.5.2023

54 h / 62 €. Tilaa. Kausikortti käy. Harmonikansoittoa ryhmäopetuksena. Soitetaan yhdessä monipuolisesti eri musiikkityylejä. Harjoitellaan harmonikan käsittelytekniikkaa.

KITARA JA MUUT BÄNDISOITTIMET, AIKUISET

Kitara, -basso ja -rumpukoulun oppilaspaikkoja tarjotaan myös aikuisille. Opetus on yksilöopetusta 15/30/45 min./kerta. Maksu määräytyy opetusajan perusteella. Opetusaika sovitaan yksilöllisesti kunkin oppilaan kanssa. Paikkoja

haetaan Kitara-basso-rumpukoulu 1 ja 2 -kursseille osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

PIANO, AIKUISET

Pianonsoiton opetusta tarjotaan myös aikuisille. Opetus on yksilöopetusta 15/30/45 min./kerta. Maksu määräytyy opetusajan perusteella. Opetusaika sovitaan yksilöllisesti kunkin oppilaan kanssa. Paikkoja haetaan osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

KIELET

ENGLANTI

01120301

ENGLANTI, ALKEET (TASO A1)

Lukio, luokka 8
Ti 15.00-16.30, Marja Myllylä
10.1.-4.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu vasta-alkajille tai niille, jotka haluavat vetreyttää ruosteessa olevaa kielitaitoaan. Harjoitellaan englannin käyttöä arkielämän tilanteissa. Opitaan kertomaan perusasiat itsestä ja perheestä, tutustutaan arkisiin askareisiin, kotiin ja harrastuksiin liittyvään sanastoon sekä opitaan asioimaan ravintolassa. Harjoitukset kehittävät kielitaidon eri osa-alueita monipuolisesti. Kurssin oppikirja on Everyday English 1 (Finn Lectura).

01120302

ARKIELÄMÄN ENGLANTIA, SYVENTÄVÄ (TASO B2)

Lukio, luokka 8
Ti 16.30-18.00, Marja Myllylä
10.1.-4.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi sopii opiskelijoille, jotka jo hallitsevat englannin perusrakenteet ja keskeisen sanaston. Kielen oppimista lähestytään konkreettisesti opiskelijan omien kokemusten ja ajatusten kautta. Laajennetaan sanavarastoa sekä harjoitellaan varmuutta puhumiseen ja rakenteiden käyttöön. Oppikirja on Stepping Stones 2 (Finn Lectura).

VENÄJÄ

01120601

V GOSTJAH U SKAZKI - VIERAILU SATUUN

Lukio, luokka 8
Pe 16.30-18.00, Irina Trifonova
13.1.-14.4.2023

44 h / 57 €. Kurs для детей. Кружок "В гостях у сказки" направлен на поддержание родного языка и

культуры у ребят 6-10 лет. Для тех, чей родной язык или язык общения дома является русский. Цель этого курса направлена на сохранение и поддержание родной культуры и языка. На уроке будем читать сказки и беседовать, знакомиться с русскими традициями, праздниками, героями сказок и костюмами. Также будем играть и рисовать. Язык курса русский. Курси on suunnattu 6-10 -vuotiaille venäjänkielisille lapsille. Kurssin tarkoitus on auttaa säilyttämään kotikielen kulttuurua. Tunneilla luetaan, leikitään ja askarrellaan. Opetuskieli on venäjä.

ESPAÑA

01120701

ESPAÑA, ALKEET (TASO A1)

Lukio, luokka 9
To 19.00-20.30, Marja Myllylä
12.1.-13.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Jatetaan espanjan alkeiden opiskelua. Harjoitellaan kielen osa-alueita monipuolisesti suullisten ja kirjallisten tehtävien kautta. Tutustutaan kulttuuriin ääntämisen ja jokapäiväisten sanontojen kautta. Harjoitellaan arkielämään ja matkailuun liittyviä puhetilanteita. Sopii esim. kansalaisopistossa vuoden kieltä opiskelleille. Oppikirjana Buenas Migas 1 (Finn Lectura). Vanhempi painos. Kertauksen jälkeen jatkamme kpl 8.

01120702

ESPAÑA, JATKO (TASO A2)

Lukio, luokka 9
Ma 19.00-20.30, Marja Myllylä
9.1.-3.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opit lisää espanjan sanastoa, ilmaisuja ja itsenäistä kielen käyttöä. Harjoitellaan kielen osa-alueita monipuolisesti suullisten ja kirjallisten tehtävien kautta. Sopii esim. kansalaisopistossa 2 vuotta espanjaa opiskelleille. Oppikirjana Buenas Migas 2.

ITALIA

03120801

ITALIAN ALKEISKURSSI (A2), HYBRIDIKURSSI

Ks. tiedot etäopetuksen osastosta.

MUUT KIELET

01129801

KARJALAN KIELI JA KULTTUURI

Lukio, luokka 8
To 18.30-20.00, Eila Markkinen
12.1.-13.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa mennessä. Kausikortti käy. Kurssilla tutustutaan karjalan kielen murteisiin, pääpaino Livvinkarjalan murte jota kurssilla opetetaan. Tutustutaan

rikkaaseen, monipuoliseen karjalaiseen kulttuuriin. Opetuksessa käytetään opettajan tekemiä oppimateriaaleja.

TIETOTEKNIikka

01340101

TIETOTEKNIikka -OPETUSKLINIKKA (JATKUVA HAKU)

Lukio, luokka 2

Ti 18.00-20.15, Antti Kangas

10.1.-4.4.2023

3 h / 30 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opiskelijalle tarjotaan 3 x 45 min. opetuskokousta yksilöopetuksena. Ota kurssille mukaan se henkilökohtainen laite (kannettava tietokone, tabletti tai älypuhelin), jonka opetusta haluat saada. Opetus räätälöidään oppilaan tarpeiden mukaan. Tämä kurssi sopii myös aloittelijoille. Kurssille voi ilmoittautua ja hakea paikkoja koko lukuvuoden ajan. Huom! Henkilökohtaiset opetusajat jaetaan ilmoittautumisjärjestyksessä. Opetus tapahtuu siis kolmena tiistaina peräkkäin (yksi oppitunti/viikko). Ilmoitathan etukäteen, mikäli haluat poikkeuksellisesti kolme oppituntia (3x45min) samalla opetuskerralla.

ESITTÄVÄ TAIDE JA KIRJALLISUUS

01110201

KOPOLAN TEATTERI

Kulttuurisali

To 18.00-21.00, Marja Hannula

5.1.-24.3.2023

95 h / 77 €. Ikäsuositus vähintään 15 v. Valmistetaan koko illan näytelmä kevääksi 2023. Ensi-ilta on 25.3.2023. Muut esitykset ovat välillä 26.3.-16.4.2023.

01110202

LUKU- JA KIRJALLISUUSPIIRI

Lukio, luokka 9

Ke 18.00-19.30, Varpu Vatanen

11.1.-26.4.2023

18 h / 40 €. Tilaa. Kausikortti käy. Joka kerralle aloituskerta lukuunottamatta sovitaan jokin luettava kirja, joka käsitellään yhdessä. Kirjat voi lainata kirjastosta. Sisältö tarkentuu yhdessä suunnitellen syksyn alussa. Kokoonnotukset noin kerran kuussa. Kevään kerrat: 11.1., 8.2., 1.3., 29.3. ja 26.4.2023.

01110603

LUOVA KIRJOITTAMINEN - HYBRIDIKURSSI

Haapajärven lukio, luokka 2 / etäosallistuminen

La 11.00-14.00, Milla Puurula-Tilli

21.1.-15.4.2023

32 h / 52 €. Täynnä. Kausikortti käy. Kaipaako ideoita ja inspiraatiota kirjoittamiseen. Haluatko saada teksteistä palautetta ja keskustella kirjoittamiseen liittyvistä vahvuuksista ja haasteista yhdessä? Tällä luovan kirjoittamisen kurssilla teemme monipuolisia kirjoittamisen harjoituksia aina tekstin suunnitteluvaiheesta sen toteuttamiseen ja viimeistelyyn asti. Kurssin pääpaino on lyhytproosan kirjoittamisessa, mutta kurssilaisten toiveiden mukaan voimme tutustua myös lyriikan ja draaman maailmaan. Kirjoittajana voit olla kokenut tai vasta-alkaja. Kurssilta saat valmiuksia kehittyä kirjoittajana. Varaa mukaasi kirjoittamisen välineet eli kynät ja vihkot tai tietokone mukaan. Kevään kurssikerrat ovat 21.1., 11.2., 18.3. ja 15.4.2023. Kurssi toteutetaan hybridikurssina niin, että Haapajärvellä kokoontuu lähiryhmä ja etäosallistujat pääsevät mukaan Google Meet -sovelluksella.

KUVATAITEET

01110301

IKONIMAALAUUS

Lukio, kuvataideluokka

Ma 17.00-20.00, Aija Uusitalo

16.1.-7.4.2023

84 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opit ikonimaalausta bysanttilaisen perinteen mukaan. Ikonimaalaus on kaikille ikonimaalauksesta kiinnostuneille eikä vaadi aiempaa kokemusta. Aiemmin ikonimaalausta harrastaneille tarjotaan syventävää ohjausta ikonimaalaus tekniikassa. Uudet ryhmään tulijat pääsevät tutustumaan kädestä pitäen opettajan ohjauksessa ikonimaalaukseen. 13.3.2023 ei tuntia.

01110302

ASORTI

Lukio, kuvataideluokka

To 18.00-21.00, Natalia Pikkarainen

12.1.-30.3.2023

84 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Aloittelijan ja kokeneen kuvataidekurssi, jossa työskennellään eri välineillä ja materiaaleilla. Harjoittelemme värien sekoitusta ja käyttöä, erilaisia maalaustekniikoita, sommittelua ja kehitetään omaa ilmaisua. Uutena QC (Quick contrast) eli nopea sävykyky - nykyaikainen helppo akryylimaalauksen ja raaputus tekniikka. Bonuksena on ilmainen ulkomaalauspäivä kesällä 2023. Kurssilta voi saada halutessaan opintopisteitä.



01110311

LUONTOVALOKUVAUKSEN

PERUSKURSSI 2

Lukio, luokka 8 / kuvausmaastot

Ti 19.00-21.15, la 10.00-13.00, Veijo Toivoniemi

16.5.-27.5.2023

14 h / 33 €. Ilm. 2.5.2023 mennessä. Kausikortti käy. Kurssi on suunnattu aloittelijoille ja vasta järjestelmäkameran hankkineille. Keskitymme kameran perusasetuksiin ja kokeilemme erilaisia kuvauskohteita kuten linnut, maisema ja lähikuvaus. Kurssin jälkeen hallitset eri parametrien merkityksen ja uskallat lähteä hallitsemaan omaa kameraa erilaisia kohteita kuvatessasi. Uskallat kysyä ne tyhmätkin kysymykset, kun kaikki ovat aloittelijoita. Kurssin jälkeen uskallat osallistua muille kursseille ja/tai jatkaa kuvaamista aivan omatoimisesti. Kuvaamisen käytännön harjoittelupäivät ovat la 20.5. ja la 27.5. klo 10-13. Kuvausmaastot valitaan kurssilla.

01110305

TAIDETERAPIAA ERITYISRYHMILLE

Monitoimitalo, luokka 1

to 12.30-14.00, Tarja Pärn

12.1.-30.3.2023

42 h / 57 € + materiaalmaksu 10 €. Tilaa. Tutkitaan ja havainnoidaan erilaisin keinoin ja tekniikoin taiteen rikasta maailmaa.

01110310

TAIDEPIIRI UKRAINALAISILLE

LAPSILLE JA AIKUISILLE

K.J. Ståhlbergin koulu, käsityöluokka

ma 17.00-18.30, Natalia Pikkarainen

9.1.-24.4.2023

38 h / ei kurssimaksua. Kurssi on suunnattu ukrainalaisille pakolaisperheille, eli sekä lapsille että aikuisille. Kurssilla tarjotaan taide- ja käsityövirikkeitä, opetetaan selviytymistaitoja ja tuetaan perheiden toimintakykyä. Kurssilla tehdään monipuolisesti ja kierrätysmateriaaleja hyväksi käyttäen taidetta ja käsitöitä, joissa korostuu oman luovuuden löytäminen.

KÄDEN TAIDOT

01110401

MATTOMARATON

Hyväntekeväisyystapahtuma

Monitoimitalo, kudontaluokka

Ma-pe 17.-21.4.2023, Ulla Piipponniemi

Ilm. 3.4.2023 mennessä. Jaetaan kudontavuorot 12h jaksoihin: 10.00-22.00, 22.00-10.00. Monitoimitalolla on kangaspuissa yksi mattoloihi, missä voi tammikuun alusta alkaen kutoa mattoa tähän tapahtumaan jo etukäteen ja pi-

demmällä aikataululla. Maratoniin voi lahjoittaa valmiita, puhtaita matonkuteita. Voit tulla paikan päälle leikkaamaan kuteita vanhoista vaatteista. Kaikenlainen apu kelpaa. Rohkeasti mukaan mukavaan tapahtumaan! Osallistuminen on maksutonta. Valmiit matot tai niistä saatu tuotto lahjoitetaan valittuun kohteeseen. Tiedustelut 044 4456216, Ulla Piipponniemi.

01110402

KÄDENTAIIDOT/KUDONTA KOPOLA

ent. Kopolan koulu

Ma 11.00-14.00, Ulla Piipponniemi

9.1.-3.4.2023

88 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kudontaa ja kädentaitoja: virkkausta, neuleita, makrameesolmeilua.

01110403

KUDONTA KESKUSTA

Monitoimitalo, kudontatila

Ma 17.30-20.30, Ulla Piipponniemi

9.1.-3.4.2023

88 h / 77 €. Täynnä. Kausikortti käy. Sisustustekstiilejä ja asusteita kangaspuille kutoen.

01110404

UUSI KURSSI!**TILKKUTÖITÄ JA OMPELUA**

Monitoimitalo, luokka 2

Ti 11.00-14.00, Ulla Piipponniemi

10.1.-4.4.2023

88 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Tilkkutöitä perinteisin sekä modernein tekniikoin. Materiaaleina puuvillat, pellava, silkki, villa, trikoo. Pussukoita ja laukkuja ompelemalla. Käsien applikointia villakan-kaista. Perusvaatteiden ompelua valmis-kaavoilla, vaatteiden korjausta/tuunau-usta. Helppoja ompelutöitä. Käytössä opiston koneet, mutta voit halutessasi ottaa mukaan oman koneesi.

01110405

NYPLÄYS/KIRJONTA

Yläaste, tekstiilityön luokka

Ti 16.00-18.15, Raija-Leena Leppikangas

10.1.-4.4.2023

63 h / 67 €. Tilaa. Kausikortti käy. Nyp- läyksen alkeet. Uusia tekniikoita ja ideoi- ta tarpeen mukaan. Kirjonta, esim. har- danger.

01110406

LASI- JA KERAMIKKAPAJA

Monitoimitalo, luokka 2

Ti 18.00-21.00, Irma Kokkonen

10.1.-4.4.2023

84 h / 77 €. Täynnä. Kausikortti käy. Opi lasintyöstämisen työtavat käyttäen tif- fany-, sulatus- ja mosaiikkitekniikoita. Materiaaleina käytämme ikkunalasias- ta, pulloja ym. kierrätyslaseja ja muita sulat- tuslaseja. Tutustutaan savenmuotoiluun saloihin ja erilaisiin koristelutekniikoihin.

Opit valmistamaan yksilöllisiä keramiik- kaesineitä perustekniikoita käyttäen. Dreijausta ja muottiin valamista.

01110407

KÄDENTAIIDOT/KUDONTA KUUSAA

Kuusaan kylätalo Eurola, kudontaluokka

Ti 18.00-21.00, Ulla Piipponniemi

10.1.-4.4.2023

88 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kudon- taa ja kädentaitoja: virkkausta, neuleita, makrameesolmeilua.

01110408

KÄDENTAIIDOT/KUDONTA**KUMISEVA**

ent. Kumisevan koulu, kudontatila

To 10.00-13.00, Ulla Piipponniemi

12.1.-6.4.2023

88 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kudon- taa ja kädentaitoja: virkkausta, neuleita, makrameesolmeilua

01110409

KÄDENTAIIDOT/KUDONTA OKSAVA

Oksavan koulu, kudontatila

To 13.30-16.30, Ulla Piipponniemi

12.1.-6.4.2023

88 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kudon- taa ja kädentaitoja: virkkausta, neuleita, makrameesolmeilua

01110411

PUU- JA METALLITYÖ

Yläaste, teknisentyön luokka

Ti 17.30-20.30, Pekka Pikkarainen

10.1.-4.4.2023

84 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Puu- ja metallinikkaroitinta joka lähtöön. Ai- heet opiskelijan tarpeiden mukaan. Ikä- raja 18v.

01110413

UUSI KURSSI!**KESKIVIikon LYHYTKURSSI-ILLAT**

Monitoimitalo, luokka 2

Ke 17.00-20.00, Ulla Piipponniemi

11.1.-5.4.2023

88 h / 77 €. Kausikortti käy. Voit ilmoit- tautua koko lukuvuoden kurssille tai osallistua haluamillesi yksittäisille kurs- seille, joihin ilmoittaudutaan erikseen.

01110417

PARSINTAA

11.1.2023

4 h / 24 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kau- sikortti käy. Löytyykö kotoasi sukat tai la- paset, jotka ovat kokeneet kovia: kanta- pää tai peukalo rikki? Parsimalla saadaan mieluista asuste uudelleen käyttöön. Va- raan mukaasi sopivan väristä lankaa (voi olla myös poikkeavaa) ja tyllpäkärkinen neula. Jos omistat parsinsien, ota se mukaasi. Opettajalta voi ostaa neuloja sekä parsinsien.

01110418

KRAVATTI/RUSETTI

18.1, 25.1.2023

8 h / 24 €. Ilm. 9.1.2023 mennessä. Kau- sikortti käy. Tule valmistamaan yksilöllin- nen, sopivan väriinen kravatti tai rusetti miehelle/pojalle. Tai rusetti koristamaan tytön hiuspantaa tai -solkea. Tuo muka- nasi mieluinen kangas: puuvillaa, pella- vaa, silkkiä tai sekoitekangasta. Tukikan- gasta voi ostaa opettajalta.

01110419

TEKSTIILIKORUJA ITSELLE/ YSTÄVÄLLE

1.2, 8.2.2023

8 h / 24 €. Ilm. 18.1.2023 mennessä. Kau- sikortti käy. Tule valmistamaan helmet, kaula- tai rintakoru ohuista kankaista eri tavoin koneella tai käsin ompelema- la. Kankaiksi käyvät organza, tylli, ohuet puuvillat, silkki, pitsit. Koristeina voidaan käyttää eriväristen lankojen ohella hel- miä, nappeja, paljetteja yms.

011104120

VIRKATTUJA NELIÖITÄ/ KUUSIKULMIOITA

15.2. ja 22.2.2023

8 h / 24 €. Ilm. 1.2.2023 mennessä. Kau- sikortti käy. Loistava tapa käyttää kaikki langanlopot peitteiden aihioiksi tai asus- teiden somisteksi. Ota mukaasi lankoja ja niille sopiva virkkuukoukku.

011104121

MOLLA-MAIJA

1.3. ja 15.3.2023

8 h / 24 €. Ilm. 15.2.2023 mennessä. Kau- sikortti käy. Ommellaan perinteinen nuk- ke kankaasta, hiukset langoista. Tehdään mollalle mekko.

011104122

KEVÄISIÄ AMPPELEITA**MAKRAMEELLA**

22.3. ja 29.3.2023

8 h / 24 €. Ilm. 3.3.2023 mennessä.

Kausikortti käy. Piristä ikkunaasi tai kuis- tiasi ihanalla amppelilla. Voit valmistaa amppelin myös seinälle. Lisää halutessa- si puuhelmiä koristeeksi. Langaksi vahva lanka tai punoskude.

01110423

PÄÄSIÄISKORISTEITA

5.4.2023

4 h / 24 €. Ilm. 22.3.2023 mennessä. Kau- sikortti käy. Tipusia ja pupuja, pieniä ko- reja, kangaspäälysteisiä munia pääsiäi- sen piristeeksi

01110425

**HUONEKALUJEN RASSUU, REMP-
PAILU JA ENTISTÄMINEN, KEVÄT**

Yläaste, teknisentyön luokka

La 9.00-12.45, Pekka Pikkarainen

14.1, 28.1, 11.2, 25.2, 18.3, 1.4.2023

30 h / 47 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Rassataan, remppaillaan ja entisöidään kodin esineitä ja huonekaluja. Keskitytään lähinnä puuksiin. Voidaan valmistaa osia rikkoontuneiden tilalle.

01110427

KORUPAJA, KEVÄT

Yläaste, kuvataideluokka

To 18.00-21.00, Jussi Kokkonen

16.3.-11.5.2023

32 h / 52 €. Ilm. 1.3.2023 mennessä. Kausikortti käy. Opi suunnittelemaan ja valmistamaan muodikkaat korut esim. riipukset, korvakorut, sormukset, ran-
nerenkaat, perinteiset lenkkiketjut. Ma-
teriaalina käytämme hopeaa, messinkiä,
titaania, hopeasavea, kiviä, yms. Kaikki
tarvitsemasi löytyy kurssipaikalta. Opet-
tajalta voit ostaa hopeaa ja muuta lisä-
materiaalia. Työvälinemaksu 12€/luku-
kausi.

01110434

UUSI KURSSI!**TERÄASEET JA TYÖKALUT TERÄVIKSI**

Haapajärven yläaste, TN tila

Ma, ti, ke 17.00-20.45,

Pekka Pikkarainen

17.-19.4.2023

15h / 33 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä. Kausikortti käy. Onko nurkissa tylsiä keittiö-
veitsiä tai työkaluja? Talta ei lastua ja
tomaatti menee läjään veitsen alla? Tu-
le opiskelemaan erilaisia teroitustapo-
ja. Tältä pikakurssilta saat mukaasi kasan
konsteja teroittaa tylsyneitä välineitä.
Puukot, keittiöveitset ja muut työkalut
pääteemana. Itse teroittamista harjoit-
tellaan muun muassa tahkolla, hiomaki-
villä, timanttipuikoilla, hiontapaperilla ja
tarvittaessa karkeampaa työstöä hioma-
koneella sekä viimeistelyä kumi- ja huo-
palaikalla.

01110431

UUSI KURSSI!**HOUSUT OMILLAMITOILLA**

Monitoimitalo, luokka 2

(17.4, 24.4.2023 kudontatila)

Ma, ti, ke 17-20, Pirjo Tölli

11.4, 12.4, 17.4, 19.4, 24.4, 26.4.2023

24 h / 42 €. Ilm. 28.3.2023 mennessä.

Kausikortti käy. Perehdytään housujen
kaavoihin ja mittojen ottoon. Mitataan,
muutetaan valmiit kaavat omille mitoille,
sovitetaan ja valmistetaan housut itselle.

PIRTANAUHAKURSSI UUSI KURSSI!

Monitoimitalo, kudontaluokka

pe 14.4.2023 17.30-20.30, la 15.4.2023

10.00-15.00

to 27.4.2023 17.30-20.30, Anni Laulu-
maa-Peräaho

14h / 33€ Kurssilla opit kutomaan pe-
rinteisen pirtanauhan nauhapirralla. Ku-
do lempiväreistäsi nauha vyölle, hiuksiin
tai vaikka laukun sangaksi. Opi loimen
suunnittelun, luomisen ja pirtaan laitta-
misen. Voit käyttää omia lankoja, tai os-
taa lankoja opettajalta. Villa- ja villase-
koitelangat sekä puuvillalangat käyvät.
Jos sinulla on oma nauhapirta, ota se
mukaan.

TANSSI JA LIIKUNTA**TANSSI**

01830101

ITÄMAINEN TANSSI

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ti 18.00-19.00, Eija Kivelä

10.1.-28.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Sopii
naisellisen kauniista liikekielestä pitävii-
le. Kehittää lantion ja vyötärön alueen
lihaksistoa, edistää pienten vartalon li-
hasten hallintaa. Todettu auttavan har-
tiaseudun ja selän ongelmassa. Tunnille
joustavat liikuntavaatteet, tossut, huivi
lantiolle ja iloinen mieli.

**KUNTOLIIKUNTARYHMIEN
TASOMÄÄRITTELY****TEKNINEN VAATIVUUS**

1 = helppo

2 = jonkin verran koreografisia osuuksia

3 = koreografisesti haastava

FYYSINEN RASITTAVUUS

+ = kevyttä / rentouttavaa

++ = tehokasta jumppaa

+++ = rankkaa treeniä

LIIKUNTA**KESÄJUMPAT**

01830137

PÄIVÄN KUNTOJUMPPA, KESÄ

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ma 11.30-12.30, Minna Kuisma

17.4.-29.5.2023

8 h / 18 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

Ei tuntia 1.5.2023.

01830138

TASAPAINO, KESÄ

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ma 12.30-13.00, Minna Kuisma

17.4.-29.5.2023

4 h / 10 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

Ei tuntia 1.5.2023. Tunti sisältää tasapai-
noa kehittäviä harjoitteita.

01830139

**LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA® PÄIVÄ-
RYHMÄ, KESÄ**

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ma 13.00-13.45, Minna Kuisma

17.4.-29.5.2023

6 h / 14 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

Ei tuntia 1.5.2023.

01830140

KUNTOSALI-CIRCUIT 1, KESÄ

Monitoimitalo, kuntosali

Ma 16.00-17.00, Minna Kuisma

17.4.-29.5.2023

8 h / 18 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

Ei tuntia 1.5.2023.

01830141

SELKÄJUMPPA, KESÄ

Työväentalo

Ma 17.30-18.30, Minna Kuisma

17.4.-29.5.2023

8 h / 18 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

Ei tuntia 1.5.2023.

01830142

VOIMA, KESÄ

Työväentalo

Ke 17.00-17.45, Minna Kuisma

12.4.-31.5.2023

8 h / 18 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä. Tunti

sisältää lihasvoimaharjoitteita oman ke-
hon painolla sekä pumpppi-tangolla.

01830143

NISKA-HARTIA-SELKÄJUMPPA, KESÄ

Työväentalo

Ke 17.45-18.30, Minna Kuisma

12.4.-31.5.2023

8 h / 18 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

01830144

**FASCIAMETHOD® JA
SYVÄVENYTTELY, KESÄ**

Työväentalo

Ke 18.30-19.30, Minna Kuisma

12.4.-31.5.2023

11 h / 23 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

01830145

KUNTOSALI-CIRCUIT 2, KESÄ

Monitoimitalo, kuntosali

To 17.00-18.00, Minna Kuisma

13.4.-1.6.2023

9 h / 20 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

Ei tuntia 18.5.2023.

01830146

LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA®, KESÄ

Monitoimitalo, liikuntasali 2/3

To 18.00-19.00, Minna Kuisma

13.4.-1.6.2023

9 h / 20 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

Ei tuntia 18.5.2023.

KUNTOJUMPAT

01830105

IKÄIHMISTEN LIIKUNTA

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Pe 10.30-11.30, Eija Kivelä

13.1.-31.3.2023

28 h / 52 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 1+. Ikäihmisille monipuolista liikuntaa välineillä ja ilman.

01830106

ST-TUOTTEEN JUMPPA

ST-tuote

Ma 14.00-14.45, Minna Kuisma

9.1.-27.3.2023

22 h / 43 €. Tilaa. Kausikortti käy.

01830107

PÄIVÄN KUNTOJUMPPA

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ma 11.15-12.15, Minna Kuisma

9.1.-27.3.2023

29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Peruskuntojumppaa niille, jotka ehtivät liikkumaan päiväsaikaan. Tunti sisältää helpon, mutta tehokkaan lämmittelyn, lihaskunto-osion sekä venyttelyä.

01830108

KUNTOJUMPPA NAISILLE, OKSAVA

Oksavan koulu, liikuntasali

Ma 17.30-18.30, Eija Kivelä

9.1.-27.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

01830109

MIESTEN LIHASKUNTOJUMPPA

Oksavan koulu, liikuntasali

Ke 19.00-20.00, Jarmo Eronen

11.1.-29.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

LIIKKUJAN VIIKKOKALENTERI

MAANANTAI

01830110

LAVIS- LAVATANSSIJUMPPA,

päiväryhmä 1

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ma 10.30-11.15, Minna Kuisma

9.1.-27.3.2023

22 h / 43 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 2+. Lavis-Lavatanssijumppa on sekoitus helppoja jumppaliikkeitä ja yksin tanssittavaan muotoon muokattuja lavatanssiaskeleita. Tunnilla tanssitaan yksin ja mukana on tuttuja tanssilajeja, kuten hump, jenkka, tango, valssi jne. Päiväryhmässä meno on rauhallisempaa ja liikkeille löytyy hyppytömiä vaihtoehtoja. Täynnä.

01830111

LAVIS- LAVATANSSIJUMPPA,

päiväryhmä 2

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ma 12.15-13.00, Minna Kuisma

9.1.-27.3.2023

22 h / 43 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 2+. Lavis-Lavatanssijumppa on sekoitus helppoja jumppaliikkeitä ja yksin tanssittavaan muotoon muokattuja lavatanssiaskeleita. Tunnilla tanssitaan yksin ja mukana on tuttuja tanssilajeja, kuten hump, jenkka, tango, valssi jne. Päiväryhmässä meno on rauhallisempaa ja liikkeille löytyy hyppytömiä vaihtoehtoja. Täynnä.

01830112

ASAHI HEALTH - TERVEYSLIIKUNTA

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ma 13.00-13.45, Minna Kuisma

9.1.-27.3.2023

22 h / 43 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. ASAHI on kokonaisvaltaista ja yksinkertaista terveysliikuntaa. Tunnilla tehdään hitaita ja pehmeitä liikkeitä hengityksen tahdissa, Liikkeiden avulla rentoutetaan niska-hartiaseutua, avataan yläselkää ja rintakehää sekä vahvistetaan selän ja alaraajojen lihaksia. ASAHI soveltuu kaikille ikään, kokoon ja kuntoon katsomatta.

01830113

KUNTOSALICIRCUIT 1**MIEHILLE JA NAISILLE**

Monitoimitalo, kuntosali

Ma 16.00-17.00, Minna Kuisma

9.1.-27.3.2023

29 h / 54 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 1++. Tunnin aluksi lyhyt lämmittely, jonka jälkeen kuntosaliharjoittelua kiertoharjoittelu periaatteella. Kiertoharjoittelu sisältää liikkeitä kuntosalilaitteilla, oman kehon painolla, käsipainoilla, kahvakuulalla ym. Omien salihanskojen käyttö suositeltavaa. Täynnä.

01830114

LATTARITANSSI**UUSI KURSSI!**

Tiiton koulu, liikuntasali

Ma 17.00-18.00, Enna Karppinen

9.1.-27.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. Lattari tansseja, helppoja tanssiliikkeitä ja koreografiaa. Mukavan rentoa liikettä, joka sopii sekä aiemmin tanssineille, että aloittajille. Hikeä ja mukavaa fiilistä.

01830115

SELKÄJUMPPA

Työväentalo

Ma 17.30-18.30, Minna Kuisma

9.1.-27.3.2023

29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Peruskuntojumppaa, jossa liikkeet on valittu niin, että ne eivät kuormita rankaa. Jumppa sisältää helpon mutta

tehokkaan alkulämmittelyn, lihaskunto-osion sekä venyttelyosion. Lihaskunto-osuudessa tehdään lihaskuntoliikkeitä vaihdellen kehon kaikille lihasryhmille, painottuen rankaa tukevien lihasten harjoittamiseen.

01830116

RANGAN LIIKE JA FASCIAMETHOD

Työväentalo

Ma 18.30-19.30, Minna Kuisma

9.1.-27.3.2023

29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Tunti sisältää vaihdellen rangan liike-osion liikkeitä sekä FasciaMethod-liikkeitä. Rangan liike -osioon kuuluu rankaa huoltavia harjoitteita sekä liikkuvuutta lisääviä harjoitteita kaularangalle, rintarangalle ja lannerangalle. FasciaMethod -osuudessa tehdään dynaamisia venytyksiä, joilla haetaan venyvyyttä lihaksia ympäröiville lihaskalvorakenteille eli fascioille. Lisäksi tuntiin sisältyy keuhko- ja rintaharjoitteita.

TIISTAI

01830117

PHYSIOPILATES

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ti 17.00-18.00, Paula Kallatsa-Korpi

6.9.-29.11.2022, 10.1.-28.3.2023

28 h / 52 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 1++. PhysioPilates perustuu Joseph Pilatesin luomaan keuhko- ja rintaharjoittelumäärän, jonka tavoitteena on kehittää voimaa, liikkuvuutta ja hyvää oloa. Menetelmän tehokkuus perustuu kuuteen periaatteeseen: keskittyminen, keuhko- ja rintaharjoittelu, kontrolli, tarkkuus, liikkeen virtaus ja hallittu hengittäminen. Tunti sopii sekä liikuntaa aloitteleville että aktiiviliikkuville. Täynnä.

01830118

HATHAJOOGA

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ti 19.00-20.00, Aija Pasanen

10.1.-28.3.2023

28 h / 52 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 1++. Fyysinen jooga sopii heille, jotka kaipaavat enemmän haastetta keholle. Hoitaa ja huoltaa monipuolisesti kehoa ja mieltä. Oma joogamatto mukaan. Täynnä.

KESKIVIIKKO

01830119

NISKA-HARTIA-SELKÄJUMPPA

Työväentalo

Ke 17.00-17.45, Minna Kuisma

11.1.-29.3.2023

22 h / 43 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Tunnilla tehdään vahvistavia-, venyttäviä- ja rentouttavia harjoitteita niskan, hartioiden ja selän alueen lihaksille.

01830120

SYVÄVENYTTELY JA RENTOUTUS

Työväentalo

Ke 17.45-18.45, Minna Kuisma

11.1.-29.3.2023

29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Tunti sisältää lämmittelyosion, jossa valmistellaan lihaksia venytykseen ja avataan liikeratoja. Venyttelyosiossa tehdään pitkiä venytyksiä kehon eri lihasryhmille venytysmenetelmää vaihdellen. Lopussa rentoutusosio, jossa tutustutaan erilaisiin rentoutusmenetelmiin.

TORSTAI

01830121

KUNTOSALICIRCUIT 2**MIEHILLE JA NAISILLE**

Monitoimitalo, kuntosal

To 16.00-17.00, Minna Kuisma

12.1.-30.3.2023

29 h / 54 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 1++. Tunnin aluksi lyhyt lämmittely, jonka jälkeen kuntosaliharjoittelua kiertoharjoittelu periaatteella. Kiertoharjoittelu sisältää liikkeitä kuntosalilaitteilla, oman kehon painolla, käsipainoilla, kahvakuulalla ym. Omien salihanskojen käyttö suositeltavaa. Täynnä.

01830122

KUNTOSALICIRCUIT 3**MIEHILLE JA NAISILLE**

Monitoimitalo, kuntosal

To 17.00-18.00, Minna Kuisma

12.1.-30.3.2023

29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Tunnin aluksi lyhyt lämmittely, jonka jälkeen kuntosaliharjoittelua kiertoharjoittelu periaatteella. Kiertoharjoittelu sisältää liikkeitä kuntosalilaitteilla, oman kehon painolla, käsipainoilla, kahvakuulalla ym. Omien salihanskojen käyttö suositeltavaa. 3 paikkaa vapaana.

01830123

LAVIS- LAVATANSSIJUMPPA

Monitoimitalo, liikuntasali 2/3

To 18.00-19.00, Minna Kuisma

12.1.-30.3.2023

29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2++. Lavis-Lavatanssijumppa on sekoitus helppoja jumppaliikkeitä ja yksin tanssittavaan muotoon muokattuja lavatanssiaskaleita. Tunnilla ei siis tarvita paria, eikä aiempaa tanssikokemusta. Lukuvuoden aikana käydään laajasti läpi eri tanssilajeja humpasta tangoon ja jenkasta masurkkaan, lattareita unohtamatta. Lavis on helppoa, hauskaa ja hikistä liikuntaa.

VESILIIKUNTA

Opiskelija kuittaa maksutta opistolta itselleen kulunvalvontarannekkeen kurssin ajaksi, palautus opistolle kurssin päätyttyä. Hukatusta rannekkeesta peritään 12 €

01830125

VESIJUMPPA

Uimahalli, allasosasto

Ma 16.15-17.00, Johanna Skantz

9.1.-27.3.2023

21 h / 75 €. Tilaa. Monipuolista reipasta jumppaa veden vastusta hyväksikäyttämällä välineillä ja ilman.

01830126

ALLAS-LAVIS 1

Uimahalli, terapia-allas

Ti 15.45-16.30, Minna Kuisma

10.1.-28.3.2023

22 h / 75 €. Tilaa. Allas-Lavis on vesiliikuntaa parhaimmillaan ja siinä yhdistyvät vesiliikunnan hyödyt ja tanssiliikunnan ilo. Lavatanssimusiikin soudessa nostetaan sykettä ja vahvistetaan lihaksia veden vastusta apuna käyttäen. Allas-Lavis sopii kaikille, sillä vesi kannattelee kehoa ja antaa tehokkaan vastuksen, niveliä kuitenkin rasittamatta. 1 paikkaa vapaana.

01830127

ALLAS-LAVIS 2

Uimahalli, terapia-allas

Ti 16.30-17.15, Minna Kuisma

10.1.-28.3.2023

22 h / 75 €. Tilaa. Allas-Lavis on vesiliikuntaa parhaimmillaan ja siinä yhdistyvät vesiliikunnan hyödyt ja tanssiliikunnan ilo. Lavatanssimusiikin soudessa nostetaan sykettä ja vahvistetaan lihaksia veden vastusta apuna käyttäen. Allas-Lavis sopii kaikille, sillä vesi kannattelee kehoa ja antaa tehokkaan vastuksen, niveliä kuitenkin rasittamatta.

ETÄLIIKUNTA

02830143

NETTIKUNTOJUMPPA

Facebook live

Ma 18.15-19.00, Enna Karppinen

9.1.-20.3.2023

Katso tarkemmat tiedot etäopetuksen osiosta.

02830144

NETTIJOOGA

Facebook -live

Ti 18.00-19.00, Marjo Rautaoja

10.1.-21.3.2023

Katso tarkemmat tiedot etäopetuksen osiosta.

KOTITALOUS

01810202

KREEMIKAKKUKURSSI Uusi kurssi!

Yläaste, kotitalousluokka

La-su 12.00-15.00, Anne Laitila

25.-26.3.2023

8 h / 45 €. Ilm. 13.3.2023 mennessä. Kursilla täytetään opiskelijoiden ennakkoon valmistama kakkupohja moussetäytteellä käyttäen apuna Marenkivoikreemiä. Kakku kuorutetaan marenkivoikreemillä sekä suklaavalumilla ja opetellaan erilaisia helppoja koristelutapoja tekstuuripintojen tekemiseen. Lisäksi valmistetaan koristeita vohveli- ja riisiperista. Kurssimaksu sisältää tarvike- ja raaka-ainekustannukset. Opettajana toimii Koko Suomi leipoo 7. kauden voittaja Anne Laitila, jonka taitoihin voi tutustua instagramissa #mrshiekkakakku.

01810203

KERMAKAKKUKURSSI Uusi kurssi!

Yläaste, kotitalousluokka

La-su 12.00-15.00, Anne Laitila

6.-7.5.2023

8 h / 40 €. Ilm. 28.4.2023 mennessä. Kursilla valmistetaan ja kuorutetaan kermatäytekakku sekä harjoitellaan erilaisten kermapursotusten tekemistä. Lisäksi valmistetaan kukkakoristeita sokerimassasta. Kurssimaksu sisältää tarvike- ja raaka-ainekustannukset.

LASTEN JA NUORTEN KOULUTUS**TAITEEN PERUSOPETUS****KUVATAIDE**

01110307

KUVATAIDE, TPO 1-2 (7-9 v.)

Monitoimitalo, luokka 2

ma 18.00-19.30, Maarit Räisänen

9.1.-8.5.2022

60 h / 77 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu kuvataiteen perusopetuksen aloittaville ja toista vuotta jatkaville oppilaille. Suositeltava aloitusikä on 7-9 vuotta. Antaa valmiuksia ilmaista itseään kuvataiteen keinoin. Keskeistä on tekemisen ja kokemisen ilo, sekä uskallus tulkita taidetta persoonallisesti. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

01110308

KUVATAIDE, TPO 3-4 (9-11 v.)**/TPO 5-6 (11-16 v.)**

Monitoimitalo, luokka 2

ma 15.30-17.45, Maarit Räisänen

9.1.-8.5.2022

90 h / 92 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu kuvataiteen perusopetuksen jatkaville oppilaille, mutta uusiakin oppilaita otetaan mukaan. Rohkaistaan itselle tärkeiden asioiden ilmaisemiseen kuvataiteen keinoin. Kehitetään kykyä tulkita ja havainnoida ympäristöä sekä taiteen maailmaa. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

KÄDEN TAIDOT

01110432

KÄSITYÖ, TPO 1-3 (7-11 v.) /TPO 2-6 (8-16 v.)

Monitoimitalo, luokka 1
Ma 15.00-18.00, Tarja Pärn
9.1.-24.4.2023

90 h / 92 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu aloittaville ja jatkaville oppilaille. Käsityökoulussa opimme luovasti kokeillen erilaisia käsityötekniikoita. Teemme lanakatöitä, ompelemme, muotoilemme savesta, paperista, huovasta ja kierrätysmateriaaleista kivoja esineitä käyttöön ja koristeeksi. 9.2.2023. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

MUSIIKKI

PIANONSOITTO 7-15 -VUOTIAILLE

Pianonsoiton opetusta tarjotaan 7-15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 27 kertaa 15, 30 tai 45 min./kerta. Kurssimaksu on 100 € / 15 min, 140 € / 30 min. tai 160 € / 45 min./kerta. Oppilaspaikkoja haetaan verkkomakkeella osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110120

PIANO A1

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 5
Ma 15.00-17.15, Anni Ojala
9.1.-8.5.2023
Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110121

PIANO A2

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 1 (2C)
Ma 14.30-17.45, Ljudmila Vatanen
9.1.-8.5.2023
Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110122

PIANO B1

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 1 (2C)
Ti 14.30-19.00, Ljudmila Vatanen
10.1.-25.4.2023
Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110123

PIANO B2

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 2 (2B)
Ti 14.30-15.00, Anni Ojala
10.1.-25.4.2023
Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110124

PIANO C

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 1 (2C)
Ke 15.00-18.00, Ljudmila Vatanen
11.1.-26.4.2023
Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110125

PIANO KOPOSERÄ

ent. Kopolan koulu
Ke 16.00-18.00, Anni Ojala
11.1.-26.4.2023
Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110126

PIANO TIITTO

Tiiton koulu, musiikkiluokka
To 15.15-17.30, Ljudmila Vatanen
12.1.-4.5.2023
Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110127

PIANO D

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 4 (1C)
Pe 16.00-18.45, Sade Pesonen
13.1.-5.5.2023
Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

VIULUNSOITTO

Viulunsoiton opetus on suunnattu 5-15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 27 kertaa 30/45 min./oppilas/kerta. Kurssimaksu on 140 € / 30 min. / kerta tai 160 € / 45 min./kerta. Lukuvuodeksi 2022-2023 haettava-na olleet oppilaspaikat täytettiin syksyllä järjestettyjen pääsykokeiden kautta. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110128

VIULUNSOITTO

Lukio, musiikkiluokka
To 14.30-19.00, Tiina Ylikoski
12.1.-4.5.2023
27 x 30 min. / 140 € tai 27 x 45 min. / 160 €.

LIIKUNTA

01830130

LIKKARI 3-4-v. (19-18 SYNT.)

Tiiton koulu, liikuntasali
To 17.15-18.00, Johanna Skantz

12.1.-30.3.2023

21 h / 41 €. Täynnä. Liikkari on monipuolinen liikuntakerho 3-4-vuotiaille tytöille ja pojille. Opetus pohjautuu lapsen liikunnalliseen kehitykseen. Liikkarissa lapsi oppii kehon hallintaa, perusliikkeitä, leikkejä ja yhdessäoloa. Sään salliessa voimme kokeilla myös ulkoliikuntaa ja ulkoleikkejä.

01830131

LIKKARI 5-6 v.

Tiiton koulu, liikuntasali
To 18.00-18.45, Johanna Skantz
12.1.-30.3.2023
21 h / 41 €. Tilaa. Sisältää erilaisia leikkejä ja pelejä, joissa opetellaan kehonhallintaa, perusliikkeitä sekä erilaisten välineiden käyttöä. Opetellaan sääntöjä ja sosiaalista kommunikointia toiminnan mukana.

01830132

VOIKKAKERHO 7-10 v.

Tiiton koulu, liikuntasali
To 18.45-19.30, Johanna Skantz
12.1.-30.3.2023
21 h / 41 €. Tilaa. Sisältää kehon hallintaa, voimistelun perusliikkeitä, rytmiikkaa jne. Voimistelun termit ja perusliikkeet tutuksi. Toiminta etenee ryhmän tason mukaan.

01830133

CHEERLEADING 7-9v.

Tiiton koulu, liikuntasali
Ma 16.15-17.00, Enna Karppinen
9.1.-27.3.2023
21 h / 41 €. Tilaa. Akrobatiaa, hyppyjä, voimistelua sekä pyramideja (nostoja) taitotason ja turvallisuuden mukaan. Ki-vaa yhdessäoloa.

01830134

TELINEVOIMISTELU 1 (10-12 v.)

Monitoimitalo, kuntosali
Ke 16.00-17.00, Jarmo Eronen
11.1.-29.3.2023
28 h / 52 €. Tilaa. Ryhmä tarkoitettu uusille harrastajille tai aloittelijoille. Sisältää erilaisia notkeus-, tasapaino-, voima ja ketteryysharjoitteita, liikuntaleikkejä. Kehittää koordinaatiota, ketteryyttä, voimaa ja liikkuvuutta.

01830135

TELINEVOIMISTELU 2 (11-14 v.)

Monitoimitalo, kuntosali
Ke 17.00-18.00, Jarmo Eronen
11.1.-29.3.2023
28 h / 52 €. Tilaa. Ryhmä tarkoitettu uusille harrastajille tai aloittelijoille. Sisältää erilaisia notkeus-, tasapaino-, voima ja ketteryysharjoitteita, liikuntaleikkejä. Kehittää koordinaatiota, ketteryyttä, voimaa ja liikkuvuutta.

PYHÄJÄRVI

Osoite
Puhelin
Sähköposti
Internet

Ollintie 26 (kaupungintalo, 1. krs), 86800 Pyhäsalmi
044 4457 982
kaija.tienhaara@haapajarvi.fi, kansalaisopisto@haapajarvi.fi
www.jokilatvanopisto.fi



MUSIIKKI

KUOROT JA LAULUNOPETUS

03110105

COMODO-LAULUYHTYE

Seurakunta
Ma 18.00-19.30, Pertti Ruotanen
9.1.-8.5.2023

56 h / 62 €. Kausikortti käy. Vaativampaa mieskuorolaulua 4-äänisesti. Kiinnitetään erityisesti huomiota äänenmuodostukseen ja ilmaisuun. Lisätietoja ja ilmoittautuminen kurssin opettajalle.

03110106

MIESKUORO

Seurakunta
Ti 18.00-20.15, Pertti Ruotanen
10.1.-25.4.2023
84 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy. Perinteistä mieskuorolaulua. Opiskellaan kuorolaulun perusteita ja uutta ohjelmistoa. Uusia laulajia, erityisesti tenoreita, mahtuu mukaan. Uudet laulajat ottakaa yhteyttä opettajaan. Tule rohkeasti mukaan!

03110107

KARAOKE

Kahvila Karnevali
Pe 18.00-20.15, Anna-Leena Järvinen ja Erkki Jauhiainen
13.1.-14.4.2023
63 h / 67 €. Ilm. 29.8.2022 mennessä. Kausikortti käy. Tule laulamaan ja oppimaan kahvilatunnelmissa.

YKSINLAULU

Yksinlaulun opetusta tarjotaan aikuisille sekä lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 15/30/45 min./kerta. Maksu määräytyy opetusajan perusteella. Opetusaika sovitaan yksilöllisesti kunkin oppilaan kanssa. Opettaja on musiikkipedagogi Säde Pesonen. Paikkoja haetaan verkkolomakkeella osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet. Linkistä avautuvalta sivulta valitaan lomake Pyhäjärven yksinlaulun oppilaspaikkojen haku.

SOITINOPETUS

03110108

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU 1

Keskuskoulu, opiston alakerran luokka
Ma 14.30-17.45, Antti Kangas
9.1.-8.5.2023
Kurssimaksu 100 € / 15 min, 140 € / 30 min, 160 € / 45 min. Opiskellaan kitaransoiton perusteita, komppaamista ja melodiansoittoa eri musiikkityyleissä, nuotinlukua, improvisointia ym. Kitarakoulu I-kirja sekä opettajan materiaali. Muiden bändisoitinten (basso, rummut) opetuksessa sovelletaan henkilökohtaista opetussuunnitelmaa. Ei IKÄRAJAA. Paikkoja voivat siis hakea niin lapset ja nuoret kuin aikuisetkin. Paikkoja haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

03110109

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU 2

Keskuskoulu, opiston alakerran luokka
Ti 14.30-16.15, Antti Kangas
10.1.-25.4.2023
Kurssimaksu 100 € / 15 min, 140 € / 30 min, 160 € / 45 min. Sama sisältö kuin Kitara-, basso-rumpukoulu 1:ssä. Paikkoja haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

03110110

HARMONIKKA, RYHMÄOPETUS

Paavola, luokka 1
To 11.00-12.30, Tarvo Kantola
12.1.-27.4.2023
30 h / 47 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Harmonikansoittoa ryhmäopetuksena. Soitetaan yhdessä monipuolisesti eri musiikkityylejä. Harjoitellaan harmonikan käsittelytekniikkaa.

03110111

HARMONIKKA, YKSILÖOPETUS

Paavola, luokka 1
To 12.45-14.00, Tarvo Kantola
12.1.-27.4.2023
Kurssimaksu 140 € / 30 min, 160 € / 45 min. Harmonikansoittoa yksilöopetuksena. Opiskellaan harmonikansoiton tekniikkaa ja musiikin teoriaa. 2 paikkaa haettavana 4.1.2023 mennessä www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

KITARA JA MUUT BÄNDISOITTIMET, AIKUISET

Kitara, -basso ja -rumpukoulun oppilaspaikkoja tarjotaan myös aikuisille. Opetus on yksilöopetusta 15/30/45 min./kerta. Maksu määräytyy opetusajan perusteella. Opetusaika sovitaan yksilöllisesti kunkin oppilaan kanssa. Paikkoja haetaan verkkolomakkeella osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

PIANO, AIKUISET

Pianonsoiton opetusta tarjotaan myös aikuisille. Opetus on yksilöopetusta 15/30/45 min./kerta. Maksu määräytyy opetusajan perusteella. Opetusaika sovitaan yksilöllisesti kunkin oppilaan kanssa. Opettaja on musiikkipedagogi Säde Pesonen. Paikkoja haetaan verkkolomakkeella osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

MUU MUSIIKINOPETUS



03110113 Uusi kurssi!

MUSIIKIN TEORIA TUTUKSI 2

Paavola, luokka 1
To 18.00-19.30, Pertti Ruotanen
12.1.-4.5.2023
30 h / 42 €. Ilm. 9.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Kerrataan syksyllä opittuja tietoja ja taitoja, opetellaan tuntemaan intervallit ja perussoinnut ja sävellajit. Kurssi on tarkoitettu ensisijaisesti kuorolaisille mutta muutkin kiinnostuneet voivat osallistua, mikäli paikkoja riittää. Kurssi kestää kevätlukukauden ajan. Kurssilta voi saada halutessaan opintopisteitä (=opintopistekurssi).

KIELET

Suomi

03120102

SUOMEA MAAHANMUUTTAJILLE, ALKEET (TASO A0-A1)

Keskuskoulu, luokka 17
To 19.15-20.45, Irina Trifonova
12.1.-13.4.2023
44 h / ei kurssimaksua. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu maahanmuuttajille ja turvapaikanhakijoille. Kurssilla otetaan ensimmäiset askeleet suomen kieleen.

Opiskellaan perussanastoa ja asiointia suomeksi. Opiskellaan suomea puhumalla, lukemalla ja kirjoittamalla. Opiskellaan myös kielipöytä perusteita ja tutustutaan suomalaisen yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Oppikirja on Oma suomi 1 (Otava) + opettajan oma materiaali.

03120102

FINNISKIY DLYA IMMIGRANTOV, BAZOVYIY (UROVENY A0-A1)

Дистанционное обучение (скайп)

Чт 19.15-20.45, Ирина Трифонова

12.1.-13.4.2023, часы 44

Курс предназначен для иммигрантов и просителей убежища. Курс делает первые шаги в финском языке. Мы изучаем базовую лексику для комфортного проживания в Финляндии. Изучаем финский на практике беседы, чтения и письма. Также мы изучаем основы грамматики и знакомимся с финским обществом и культурой. Учебник Oma Suomi 1 (Otava) + собственный материал учителя. Ссылка на курс дистанционного обучения будет предоставлена тем, кто зарегистрировался.

03120102

FINNISH FOR FOREIGNERS, BEGINNERS' COURSE (LEVEL A0-A1)

Keskuskoulu, classroom 17

Thu 19.15-20.45, Irina Trifonova

12.1.-13.4.2023, Hours 44

57 €. This course is meant for immigrants and protection seekers. In this course we take the first steps into Finnish language by studying basic vocabulary and every day acting in Finnish. We study Finnish by speaking, reading and writing. We also study basics in grammar and knowledge of Finnish society and culture. Textbook is Oma Suomi 1 (Otava) and also learning material made by the teacher.

Englanti

03120301

ARKIELÄMÄN ENGLANTIA 2 (TASO A2)

Keskuskoulu, luokka 19

Ma 15.30-17.00, Marja Myllylä

9.1.-3.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kertaan englannin perusteita ja kartutetaan arkielämän tilanteissa tarvittavaa sanavarastoa. Opitaan kertomaan lisää perheestä, työelämästä, arkirutiineista sekä harrastuksista. Lisäksi tutustutaan matkailusanastoon. Tarkoitettu kaikille, jotka haluavat kerrata englannin kielen alkeita. Oppikirja on Everyday English 2 (Finn Lectura).

Venäjä

03120601

VENÄJÄ 4 (TASO A2-B1)

Keskuskoulu, luokka 19

Ti 16.45-18.15, Irina Trifonova

10.1.-4.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Tarkoitettu henkilöille, jotka osaavat jo kielen perusasiat tai niille, jotka ovat opiskelleet Venäjä 3- kurssilla ja haluavat jatkaa kielen opiskelua. Kurssi sopii aikuisille sekä yläaste- ja lukioikäisille. Oppikirja on Pora! 2 (Otava).

03120602

VENÄJÄ LAPSILLE

Keskuskoulu, luokka 19

Ke 17.00-18.30, Irina Karvonen

11.1.-5.4.2023

24 h / 42 €. Ilm. 5.1.2022 mennessä. Kausikortti käy. Venäjää lapsille -kurssi sopii lapsille, joiden äidin- tai kotikieli on venäjä. Opiskellaan venäjän kielen sanastoa ja keskustelutaitoja monipuolisesti tarinoiden kautta, leikkien, pelaten, laulaen, näytellen ja tehden ikätasolle sopivia kirjallisia tehtäviä.



03120701 Uusi kurssi!

ESPANJA, ALKEET (TASO A1)

Keskuskoulu, luokka 19

Ma 17.00-18.30, Marja Myllylä

9.1.-3.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Aloitetaan espanjan opiskelu leppoisasti aivan alusta. Tutustutaan uuteen kulttuuriin kielen ääntämisen, tervehdysten ja jokapäiväisten sanontojen kautta. Harjoitellaan matkailuun liittyviä puheita. Oppikirja on Buenas Migas 1 (Finn Lectura). Vanhempi painos. Kurssilta voi saada halutessaan opintopisteitä (=opintopistekurssi).

ITALIA

03120801

ITALIAN ALKEISKURSSI (A2)

Keskuskoulu/Teams

Ma 18.00-19.30, Regis Rouge-Oikarinen

9.1.-3.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla tutustutaan erilaisiin viestintätilanteisiin erityisesti matkustaessa italiankieliselle alueelle ja samalla opitaan italian kielen perusrakenteita sekä sanastoa ja turistin kannalta olennaisia lauseita. Oppikirjan tekstit käsittelevät matkailuun ja jokapäiväiseen elämään liittyviä aihepiirejä. Jatketaan edelliseltä lukuvuodelta oppikirja Si parte 1 (Finn Lectura) loppuun, minkä jälkeen siirrytään Si parte 2:een. Kurssi toteutetaan etäkurssina Teamsin kautta.

TIETOTEKNIikka

03340101

TIETOTEKNIikka -OPETUSKLINIKKA (JATKUVA HAKU)

Keskuskoulu, atk-luokka

Ma 18.00-20.15, Antti Kangas

9.1.-3.4.2023

3 h / 30 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opiskelijalle tarjotaan 3 x 45 min. opetuskokouksia yksilöopetuksena. Ota kursille mukaan se henkilökohtainen laite (kannettava tietokone, tabletti tai älypuhelin), jonka opetusta haluat saada. Opetus räätälöidään oppilaan tarpeiden mukaan. Tämä kurssi sopii myös aloittelijoille. Kurssille voi ilmoittautua ja hakea paikkoja koko lukuvuoden ajan. Huom! Henkilökohtaiset opetusajat jaetaan ilmoittautumisjärjestyksessä. Opetus tapahtuu siis kolmena maanantaina peräkkäin (yksi oppitunti/viikko). Ilmoitathan etukäteen, mikäli haluat poikkeuksellisesti kolme oppituntia (3x45min) samalla opetuskerralla.

ESITTÄVÄ TAIDE JA KIRJALLISUUS

03110601

RUNOPIIRI

Keskuskoulu, luokka 17

Ti 16.00-17.30, Sirkka Tikka

10.1.-4.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opitaan ymmärtämään erityyppisiä runoja analysoimalla tekstejä. Tarkastelemme eri aikoina kirjoitettuja runoja kansanrunoista klassikoihin ja nykyrunoihin. Kokeilemme eri tapoja tulkita runoja uskottavasti ja luontevasti. Teemme ääni- ja muita tekniikkaharjoituksia. Valmistamme pieniä ryhmä- tai sooloesityksiä. Esiintymisen on vapaaehtoista.

03110602

TYÖKESKUKSEN RUNOPIIRI

Paavola, luokka 2

Ke 9.00-10.30, Sirkka Tikka

11.1.-5.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Luetaan ja tutustutaan runoihin ja runoilijoihin ja harjoitellaan runojen esittämistä.

03110603

PYHÄJÄRVEN KESÄTEATTERI 2023

Väentupa

Ti 17.00-20.00, Erja Jokinen

14.3.-27.6.2023

100 h / 82 €. Ilm. 13.2.2023 mennessä. Valmistetaan kesäteatterinäytelmä kesälle 2023. Lisätietoja ohjaajalta p. 041 5106528.

KUVATAITEET

03110301

PALETTI - PÄIVÄKUVATAIDE

Paavola, luokka 2

Pe 13.00-16.00, Natalia Pikkarainen
13.1.-31.3.2023

84 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taiteesta kiinnostuneille henkilöille, joka haluaa iloa, rauhaa ja harmoniaa. Sopii sekä harrastajille että jatko-opintoihin tähtäville iästä riippumatta. Kurssilla keskitytään luovaan ilmaisuun uusilla ideoilla ja tekniikoilla. Välineinä on kurssilla akvarelli, akryyli, pastelli, värikynät ja öljyvärit. Mahdollisuus piirtää elävää mallia.

03110303

ME OSAAMME-TAIDEKURSSI

Kaislaranta

Ti 13.30-15.00, Irina Trifonova
10.1.-28.3.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Luovia virikkeitä kehitysvammaisille ja erityistä tukea tarvitseville aikuisille sekä erityislapsille vanhempineen. Kehitetään hienomotoriikkaa askartelun, piirtämisen ja maalaamisen kautta. Nautitaan taiteesta ja mukavasta yhdessäolosta. Omat tarvikkeet tai materiaalimaksu 5€.

03110312

TAIDEPIIRI UKRAINALAISILLE**LAPSILLE JA AIKUISILLE**

Paavola, luokka 2

Pe 17.00-18.30, Natalia Pikkarainen
13.1.-28.4.2023

42 h / ei kurssimaksua. Kurssi on suunnattu ukrainalaisille pakolaisperheille, eli sekä lapsille että aikuisille. Kurssilla tarjotaan taide- ja käsityövirikkeitä, opetetaan selviytymistaitoja ja tuetaan perheiden toimintakykyä. Kurssilla tehdään monipuolisesti ja kierrätysmateriaaleja hyväksi käyttäen taidetta ja käsitöitä, joissa korostuu oman luovuuden löytäminen.

03110313

METALLIGRAFIikka 2

Keskuskoulu, kuvataideluokka

Pe 18.00-21.00, La 10.00-16.00, Eveliina Happonen
24.-25.3. ja 31.3.-1.4.2023

24 h / 42 € + materiaalimaksu 20 €. Ilm. 10.3.2023 mennessä. Kausikortti käy. Metalligrafiikan kurssilla tutustumme syväpainografiikan perustekniikoihin: kuivaneulaan, viivasyövytykseen ja akvatintaan. Uutena tekniikkana pehmeäpohjan valmistaminen. Lisäksi kokeillaan monotypian tekemistä. Kurssilla opitaan eri tekniikoiden työvaiheet: painolaatan valmistus, vedostus ja vedosmerkinnät. Grafiikan tekeminen on hauskaa ja yllä-



tyksellistä! Voit tulla jatkamaan syksyn opintoja tai aloittaa ihan alkeista. Materiaalimaksu sisältää painovärit, pohjusteet, työvälineet ym. yhteiset materiaalit. Lisäksi tarvitaan kuparilaattoja ja syväpainopapereita. Näitä voi ostaa erikseen opettajalta tarpeen mukaan. Kurssilta voi saada halutessaan opintopisteitä (=opintopistekurssi).

03110308

PÄÄSIÄISKORTTIPAJA

Paavola, luokka 2

La 10.00-12.15, Irina Trifonova
1.4.2023

3 h / 12€ + materiaalimaksu. Ilm. 17.3.2023 mennessä. Kausikortti käy. Maalataan ja askarrellaan ihania kortteja. Korttipaja tarkoitettu kaikille: lapsille, aikuisille ja perheille.

KÄDEN TAIDOT

03110426

UUSI KURSSI!**KONENEULONNAN ALKEET**

Kerttula, ompeluluokka/Paavola, lk 1

Pe 16.45-21.00, la 10.00-16.00,
Marja-Liisa Ävist

Nivalassa 10.-11.2 ja 17.-18.2.2023

Pyhäjärvellä 3.-4.3 ja 17.-18.3.2023

48 h / 57 €. Kausikortti käy. Ilm. 27.1.2023 mennessä. Kurssin ensimmäinen osa Nivalassa, toinen Pyhäjärvellä. Kurssi alkaa alkeista ja opetellaan koneen peruskäyttöä sekä koneen huoltoa. Kokeillaan pitsin neulontaa ja kirjoneulontaa. Aloitetaan neulomaan yhdellä tasolla ja tarkoituksena saada aikaan esim. huivi. Varsaankaasi useamman värisiä lankoja, maksimissaan Nalle-langan vahvuista. Opistolla on muutama kone, joita voit lainata. Ilmoita, jos tarvitset lainakoneen. Jos otat oman koneen, muista ottaa sen ohjekirja mukaasi.

03110427

UUSI KURSSI!**TERÄASEET JA TYÖKALUT TERÄVIKSI**

Yläaste, tekninen työ

To, pe 17.00-20.45, la 9.00-12.45,

Pekka Pikkarainen

20.-22.4.2023

15 h / 33 €. Ilm. 5.4.2023 mennessä. Kausikortti käy. Onko nurkissa tylsiä keittiöveitsiä tai työkaluja? Taltta ei lastua ja tomaatti menee läjään veitsen alla? Tule opiskelemaan erilaisia teroitustapoja. Tältä pikakurssilta saat mukaasi kasan konsteja teroittaa tylsyneitä välineitä. Puukot, keittiöveitset ja muut työkalut pääteemana. Itse teroittamista harjoitellaan muun muassa tahkolla, hiomakivillä, timanttipuikoilla, hiontapaperilla ja tarvittaessa karkeampaa työstöä hiomakoneella sekä viimeistelyä kumi- ja huopalaikalla.

03110401

UUSI KURSSI!**BETONISTA KORISTEITA PUUTARHAAN**Paavola,
luokka 1La, su 10.00-16.00, Leena Aksela
20-21.5.2023

16 h / 40€. Ilm. 8.5.2023 mennessä. Valitaan kuivabetonista muottien avulla pihakoristeita, ruukkuja tai laattoja. Pitsiliinoista ja pyyhkeistä ruukkuja ja lyhtyjä. Sukkahousujen tai tennissukkien avulla tonttuja ja kurpitsoita. Laattoja raparperinlehdistä.

03110403

UUSI KURSSI!**OMPELU, KEVÄT**

Paavola, luokka 2

Ma 11.00-14.00, Eija Kivelä
9.1.-27.3.2023

44 h / 57 €. Ilm. 26.12.2022 mennessä. Kausikortti käy. Ompele valmiskaavoilla vaatteita ja tee sisustukseen uutta. Opistolla ompelukoneita, mutta voit halutesasi ottaa mukaan oman, tutun koneesi.

03110404

KERAMIikka

Paavola, luokka 1

Ma 17.00-20.45, Tuovi Kouvalainen
23.1.-27.3.2023

85 h / 77 €. Täynnä. Kausikortti käy. Tutustutaan erilaisiin saviin ja muodonantomenetelmiin (dreijaus, käsinrakentamisen tekniikat). Suunnitellaan ja toteutetaan käyttö- ja koriste-esineitä oppilaiden omien toiveiden ja lähtökohdian mukaan. Kokeillaan erilaisia koristetekniikoita (kaiverrus, kohokuviointi, ym), värejä ja lasitteita.

03110405

NYPLÄYS/KIRJONTA

Paavola, luokka 1

Ti 13.00-15.15, Raija-Leena Leppikangas
10.1.-4.4.2023

63 h / 67 €. Tilaa. Kausikortti käy. Nypläyksen alkeet. Uusia tekniikoita ja ideoita tarpeen mukaan. Kirjonta, esim. hardanger.

03110406

TEHDÄÄN LASISTA JA POSLIINIMAALAUUS

Paavola, luokka 1

Ti 17.00-20.00, Marja-Liisa Ävist
10.1.-4.4.2023

84 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opitaan perustaidot lasin käsittelyyn. Lasitöitä voidaan valmistaa eri tekniikoin: lasinsulatus, mosaiikki ja tiffany. Posliinimaalauksessa maalataan oppilaiden omien toiveiden mukaan.

03110407

PUUKKOKURSSI

Keskuskoulu, teknisentyön luokka
Ti 17.30-20.30, Kalervo Siljander
10.1.-4.4.2023
88 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Pääasiassa puukkojen valmistus. Mukaan lukien muiden terätyökalujen sekä metalliesineiden tekoa.

03110409

HIIDENKYLÄN NIKKAROINTI

Hiiden-Orava, kylätalo
Joka toinen ma 9.00-13.30,
Pekka Pikkarainen
9.1, 23.1, 6.2, 20.2, 13.3, 27.3.2023
60 h / 62 €. Tilaa. Kausikortti käy. Nikkaroidaan uutta lähinnä puusta. Korjaillaan kodin esineitä ja huonekaluja. Aihepiiriä ei ole rajattu, voidaan tehdä kotiin melkein mitä vain.

03110410

ARKKU, VENEENOSA JA NORMINIKKAROINTI

Keskuskoulu, teknisentyön luokka
Ke 17.30-20.30, Pekka Pikkarainen
11.1.-5.4.2023
84 h / 77 €. Täynnä. Kausikortti käy. Valmistetaan puu- ja metallitöitä laidasta laitaan. Lisäksi on mahdollista valmistaa arkku. Veneen osia ja apuvälineitä voi myös valmistaa, jotain malleja on savolaiseen puuveneeseen. Itse veneen osien liittäminen veneeksi jää opiskelijalle kurssin ulkopuolelle.

03110411

KONKARIEN PUU- JA METALLITYÖ

Keskuskoulu, teknisentyön luokka
To 17.30-20.30, Pekka Pikkarainen
12.1.-13.4.2023
84 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi kokeneemmille puu- ja metallityön harjastajille. Valmistetaan puu- ja metallitöitä laidasta laitaan. Opiskellaan uusia tekniikoita tarpeen mukaan.

03110412

HUONEKALUJEN RASSUU, REMPPAILU JA ENTISTÄMINEN

Keskuskoulu, entisöintiluokka
Pe 17.30-20.30, Pekka Pikkarainen
13.1.-14.4.2023
84 h / 77 €. Täynnä. Kausikortti käy. Rastataan, remppaillaan ja entisöidään kodin esineitä ja huonekaluja. Keskitytään puuosiin. Voidaan valmistaa osia rikkoon tunteiden tilalle.

KÄDENTAITOPIIREISSÄ

aiheina: kudonta(kangaspuut), huovutus, kirjansidonta, lapinrumpu, lampunvarjostimet, rintaliivit, virkkaus, neulominen, fransusolmeilu, varrasvirkkaus, peittokirjonta, tallukkaat, nypläys(paksut

langat), mosaiikki, paperinvalmistus, makramee, nahkatyöt, punonnat(paju, kaisla, juuri, metallilanka)

03110413

KÄDENTAIOT VUOHTOMÄKI

Vuohomäen entinen koulu
Ma 10.00-12.15, Sisko Mustaparta
9.1.-24.4.2023
72 h / 67 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110414

KÄDENTAIOT RUOTANEN

Mäkikylän monitoimitalo
(Ruotasen ent. koulu)
Ma 17.30-19.45, Sisko Mustaparta
9.1.-3.4.2023
66 h / 67 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110415

KÄDENTAIOT KUUSENMÄKI

Kuusenmäen nuorisoseurantalo
Ti 10.00-12.15, joka toinen vko,
Sisko Mustaparta
10.1.-4.4.2023
36 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110416

KÄDENTAIOT RANNANKYLÄ

Rantarasti
Ti 18.00-20.15, Sisko Mustaparta
10.1.-4.4.2023
66 h / 67 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110417

KUDONTA JA KÄDENTAIOT PAAVOLA

Paavola, kudonta
Ke 9.30-12.30, Sisko Mustaparta
11.1.-5.4.2023
88 h / 77 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110418

KÄDENTAIOT PARKKIMA

Nyppylän ent. koulu
Ke 18.15-20.30, Sisko Mustaparta
11.1.-5.4.2023
66 h / 67 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110420

KÄDENTAIOT ORAVA

Hiiden-Orava, kylätalo
To 11.00-13.15, joka toinen vko,
Sisko Mustaparta
12.1, 26.1, 9.2, 23.2, 23.3, 6.4, 20.4.2023
36 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110421

KÄDENTAIOT PITÄJÄNMÄKI

Pitäjänmäen ent. koulu
To 17.30-19.45, joka toinen vko,
Sisko Mustaparta
19.1, 2.2, 16.2, 2.3, 16.3, 30.3, 13.4.2023
36 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110422

UUSI KURSSI!**KÄDENTAIOT VÄENTUPA**

Pyhäjärventie 372, Pyhäjärvi
To 18.00-20.15, joka toinen vko,
Sisko Mustaparta
12.1, 26.1, 9.2, 23.2, 23.3, 20.4, 27.4.2023
36 h / 52 €. Täynnä. Kausikortti käy.

03110424

KORUKIVENHIONTA, KEVÄT

Keskuskoulu, tekninen työ
La, su 9.30-16.00, Matti Heinonen
11.-12.2.2023
16 h / 40 €. Ilm. 27.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Kurssilla opetellaan hio-
maan kivistä valmiita koruja tai muita
pieniä kiviesineitä. Voit käyttää opetta-
jan tuomia kiviä, mutta hioa myös omis-
ta, esim. matkoilta tuoduista kivistä.
Opettajalta voit ostaa valmiita korupoh-
jia: tarjolla puisia, pronssisia ja hopeisia
pohjia. Voit myös tehdä kiven kurssilla ja
teettää pohjan kultasepällä tai valmistaa
sen itse. Kurssi soveltuu hyvin aloitteli-
joilla, et tarvitse mitään ennakkotaito-
ja. Materiaalimaksu 5€ ja siihen sisältyy
opettajan tuomien kiven käyttö sekä
kahvi tai tee.

TERVEYDENHOITO

03610101

ENSIAPUKURSSI EA 1®

Keskuskoulu
Ma 17.30-20.45, Ke 17.30-20.45,
Janne Virmanen
6.2.-16.2.2023
16 h / 75 €. Ilm. 25.1.2023 mennessä.
Kurssin suorittanut hallitsee ensiavun
antamisen perusteet kurssin sisällön
mukaisissa aiheissa. Koulutus sisältää
teoriaopetusta ja käytännön harjoituk-
sia. EA 1-kurssi on voimassa kolme vuot-
ta. Hinta sisältää SPR:n todistus- ja rekis-
teröintimaksun. Opetuskerrat ovat 6.2.
ja 8.2. sekä 15.2. ja 16.2.2023.

TANSSI JA LIIKUNTA**TANSSI**

03830102

IISILATINO

VPK
Ke 15.00-16.00, Jukka Suorsa
11.1.-29.3.2023
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+.
Monipuolista tanssiliikuntaa lattareiden
tahtiin. Tunnilla tanssitaan yksinkertaisia
sarjoja yhdistettynä kevyisiin jumppaliik-
keisiin.

03830103

RIVITANSSSI**UUSI KURSSI!**

Ruotanen, Mäkikylän monitoimitalon liikuntasali
Ke 16.30-17.30, Jukka Suorsa
11.1.-29.3.2023
28 h / 52 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 2+. Rivitanssi on hauskaa ja helppoa tanssiliikuntaa. Se kehittää motoriikkaa, muistia ja rytmitajua. Rivitanssissa pääset tanssimaan eri musiikki- ja tanssityylejä hyvin monipuolisesti. Siinä ei tarvita paria ja se sopii kaikille ja sitä on mukava tanssia porukassa ja saada liikuntaa huomaamatta siinä sivussa.

03830104

LUOVA TANSSI

Kaislaranta
To 10.00-11.15, Kaisu Ulander
12.1.-30.3.2023
35 h / 61 €. Tilaa. Kehitysvammaisille suunnattu luovan tanssin ryhmä.

03830105

ITÄMAINEN TANSSI

Ikosen koulu, liikuntasali
Su 18.00-19.15, Kaisu Ulander
15.1.-2.4.2023
35 h / 61 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. Itämainen tanssi on kokonaisvaltaisesti kehoa liikuttava liikuntamuoto. Se sopii erityisen hyvin esim. istumatyön tekijöille, koska liikettä saavat myös hartiasetu ja rintakehä, selkää sekä vatsaa unohdettamatta. Ryhmä aloittaa alkeista, edeten ryhmän tason mukaan.

03830106

LAVATANSSIKURSSI

Ikosen koulu, liikuntasali
Su 12.30-15.30, Jukka Suorsa
15.1.-19.2.2023
16 h / 32 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opetellaan lavoilla tanssittavia tansseja, niin perinteisiä kuin kädenalitanseja. Sopii kaikille tanssista kiinnostuneille ja eteneminen ryhmän mukaan. Myös naisilla on mahdollisuus opetella vientiä. Kokoon-tumispäivät keuhkokuume: su 15.1. ja 19.2.

LIIKUNTA**KESÄJUMPAT**

03830121

VOIMA, KESÄ

Ikosen koulu, liikuntasali
Ti 18.30-19.15, Minna Kuisma
11.4.-23.5.2023
7 h / 16 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä. Tunti sisältää lihasvoimaharjoitteita oman kehon painolla sekä pumpppi-tangolla.

03830122

LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA®, KESÄ

Ikosen koulu, liikuntasali
Ti 19.15-20.15, Minna Kuisma
11.4.-23.5.2023
9 h / 20 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

03830123

FASCIAMETHOD® JA RANGAN LIIKE, KESÄ

Ikosen koulu, liikuntasali
Ti 20.15-21.00, Minna Kuisma
11.4.-23.5.2023
7 h / 16 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

038301109

IKÄIHMISTEN KUNTOJUMPPA

VPK
Ma 11.00-12.00, Aija Pasanen
9.1.-27.3.2023
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Monipuolista kuntojumppaa välineillä ja ilman. Tunti sisältää lämmittelyn, harjoituksen ja lopussa venyttelyn.

LIIKKUJAN VIIKKOKALENTERI**MAANANTAI**

03830124

UUSI KURSSI!**LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA****PÄIVÄRYHMÄ**

VPK
Ma 12.05-12.55, Aija Pasanen
9.1.-27.3.2023
11 h / 23 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Taso 2++. Lavis on yksin tanssittavaa hauskaa, helppoa ja sykeä nostattavaa. Lavis perustuu lavatanssiaskeleisiin. Tanssitaan perinteisiä suomalaisia tansseja sekä lattareita.

03830111

HATHAJOOGA

Päiväkotitoi Hoijakka
Ma 17.15-18.15, Aija Pasanen
9.1.-27.3.2023
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Fyysinen jooga sopii heille, jotka kaipaavat enemmän haastetta keholle. Hoitaa ja huoltaa monipuolisesti kehoa ja mieltä. Ota mukaan jumppamatto.

TIISTAI

03830112

LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA

Ikosen koulu, liikuntasali
Ti 18.30-19.30 Minna Kuisma
10.1.-28.3.2023
29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2++. Lavis-Lavatanssijumppa on sekoitus helppoja jumppaliikkeitä ja yksin tanssittavaan muotoon muokattuja la-

vatanssiaskeleita. Tunnilla ei siis tarvita paria, eikä aiempaa tanssikokemusta. Lukuvuoden aikana käydään laajasti läpi eri tanssilajeja humpasta tangoon ja jenkasta masurkkaan, lattareita unohtamatta. Lavis on helppoa, hauskaa ja hikiä liikuntaa.

03830113

RANGAN LIIKE JA FASCIAMETHOD

Ikosen koulu, liikuntasali
Ti 19.30-20.30, Minna Kuisma
10.1.-28.3.2023
29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Tunti sisältää vaihdellen rangan liikeosion liikkeitä sekä FasciaMethod-liikkeitä. Rangan liike-osioon kuuluu rankaa huoltavia harjoitteita sekä liikkuvuutta lisääviä harjoitteita kaularangalle, rintarangalle ja lannerangalle. FasciaMethod-osuudessa tehdään dynaamisia venytyksiä, joilla haetaan venyvyyttä lihaksia ympäröiville lihaskalvorakenteille eli fascioille. Lisäksi tuntiin sisältyy kehonhallintaharjoitteita.

KESKIVIikko

03830125

UUSI KURSSI!**TANSSILLINEN TUOLIJUMPPA**

VPK
Ke 14.00-14.45, Jukka Suorsa
11.1.-29.3.2023
11 h / 23 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Taso 1+. Verkkaisempaa jumppaa tuolia apuna käyttäen letkeän musiikin tahtiin. Sopii kaikille iästä ja kunnosta riippumatta.

03830114

HATHAJOOGA LEMPEÄ

Ruotanen, Mäkikylän monitoimitalon liikuntasali
Ke 17.30-18.30, Aija Pasanen
11.1.-29.3.2023
28 h / 52 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 1+. Tunti koostuu yksinkertaisista jooga-asanoista ja liikesarjoista. Tunti on suunniteltu siten, että se sopii kaikille kokeemukseen ja ikään katsomatta. Keskeistä on mahdollisuus hellittää, kuunnella itseään ja omaa kehoaan sekä olla läsnä hetkessä.

TORSTAI

03830117

UUSI KURSSI!**ITSEPUOLUSTUS, KEVÄT**

Ikosen koulu, liikuntasali
To 19.00-20.30, Veijo Toivoniemi
12.1.-30.3.2023
22 h / 42 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu niille, jotka haluavat oppia puolustamaan itseään. Kurssilla perehdytään yksinkertaiseen itsepuolustuksen taktiikkaan sekä harjoitellaan ratkaisuja fyysisiin hyök-

käyksiin. Kurssi sisältää vain käytännön harjoittelua. Kurssin ikäraja 15v. Kurssilla käydään läpi mm. lyönti- ja potkuharjoitteita, irtautumistekniikoita, torjunnat tyypillisimpiä lyöntejä ja potkuja vastaan, hätävarjelu taktiikka itseä puolustaessa. Kurssilla kerrataan syksyllä opittua ja edetään ryhmän mukaan. Myös aloittelijat voivat tulla kurssille.

PERJANTAI

03830118

VESIJUMPPA

Uimahalli

Pe 13.00-13.45, Heidi Laitinen

13.1.-31.3.2023

21 h / 75 €. Tilaa.

ETÄLIKUNTA

02830143

NETTIKUNTOJUMPPA

Facebook live

Ma 18.15-19.00, Enna Karppinen

9.1.-20.3.2023

Katso tarkemmat tiedot etäopetuksen osastosta.

02830144

NETTIJOOGA

Facebook -live

Ti 18.00-19.00, Marjo Rautaoja

10.1.-21.3.2023

Katso tarkemmat tiedot etäopetuksen osastosta.

KOTITALOUS

03810202

UUSI KURSSI!

KREEMIKAKKUKURSSI

Keskuskoulu, kotitalousluokka

La-su 12.00-15.00, Anne Laitila

18.-19.3.2023

8 h / 45 €. Ilm. 6.3.2023 mennessä. Kurssilla täytetään opiskelijoiden ennakkoon valmistama kakkupohja moussetäytteellä käyttäen apuna Marenkivoikreemiä. Kakku kuorrutetaan marenkivoikreemillä sekä suklaavalumilla ja opetellaan erilaisia helppoja koristelutapoja tekstuuriointojen tekemiseen. Lisäksi valmistetaan koristeita vohveli- ja riisipaperista. Kurssimaksu sisältää tarvikke- ja raaka-ainekustannukset. Opettajana toimii Koko Suomi leipoo 7. kauden voittaja Anne Laitila, jonka taitoihin voi tutustua instagramissa #mrshiekkakakku.

03810203

UUSI KURSSI!

KERMAKAKKUKURSSI

Keskuskoulu, kotitalousluokka

La-su 12.00-15.00, Anne Laitila

22.-23.4.2023

8 h / 40 €. Ilm. 14.4.2023 mennessä. Kurssilla valmistetaan ja kuorrutetaan kermatäyttekakku sekä harjoitellaan erilaisten kermapursotusten tekemistä. Lisäksi valmistetaan kukkakoristeita sokerimassasta. Kurssimaksu sisältää tarvikke- ja raaka-ainekustannukset.

HISTORIA, YHTEISKUNTA

03130101

LOHVANPERÄN JA LIITTOPERÄN

HISTORIAPIIRI

Lohvan kylätalo

Ti 18.00-20.15 Laimi Shemeikka

10.1.-4.4.2023

66 h / ei kurssimaksua. Tilaa. Opiskellaan historia- ja muistitiedon keräystä. Jatketaan Lohvanperän ja Liittoperän kylähistorian keräämistä ja kirjoittamista. Pitemmän aikavälin tavoitteena on kerätä aineistoa myöhemmin toimitettavaa kyläkirjaa varten.

LASTEN JA NUORTEN KOULUTUS

TAITEEN PERUSOPETUS

Taiteen perusopetus on vapaa-ajalla annettavaa taidekasvatusta. Se on tavoitteellista, valtakunnalliseen opetussuunnitelmaan sidottua. Oppimäärä ja kaantuu noin kuuden vuoden ajalle. Harrastuksen taiteen perusopetuksen parissa voi aloittaa koululaisena, sitä nuoremmat voivat osallistua varhaisiän taidekasvatukseen.

KUVATAITEET

03110309

VARHAISIÄN KUVATAIDE (6 v.)

Paavola, luokka 2

To 17.15-18.15, Irina Trifonova

12.1.-11.5.2023

41 h / 67 €. Tilaa. Kurssimaksu sisältää materiaalit. Tarkoitettu 6-vuotiaille lapsille, jotka ovat kiinnostuneet piirtämisestä ja maalaamisesta. Otetaan ensimmäisiä askeleita taiteen maailmaan: maalataan, askarrellaan ja muovailaan.

03110310

KUVATAIDE, TPO 1-6 (7-16 v.)

Paavola, luokka 2

To 15.00-17.15, Irina Trifonova

12.1.-11.5.2023

90 h / 92 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu kuvataiteen perusopetuksen aloittaville ja jatkaville oppilaille, mutta uusia-kin oppilaita otetaan mukaan. Tutkitaan taidetta ja opitaan käyttämään erilaisia kuvataiteen materiaaleja ja tekniikoita.

Rohkaistaan itselle tärkeiden asioiden ilmaisemista kuvataiteen keinoin. Kurssimaksu sisältää materiaalit.



03110311

ALKUKESÄN TAIDEPAJA,

TPO 1-6 (9-16 v.)

Paavola, luokka 2

Ma-ke 10.00-12.15, Irina Trifonova

5.-7.6.2023

9 h / 24 € + materiaalmaksu 5€. Ilm. 22.5.2023 mennessä. Tarkoitettu kouluikäisille lapsille ja nuorille. Tehdään kuvataidetta monipuolisesti. Vierailaan museossa ja hyvällä säällä tehdään taide- ja piirtämis retkiä luontoon. Nautitaan taiteen tekemisestä ja alkukesästä!

MUSIIKKI

PIANONSOITTO 7-15 -VUOTIAILLE

Pianonsoiton opetusta tarjotaan 7-15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 27 kertaa 15, 30 tai 45 min./kerta. Kurssimaksu on 100 € / 15 min, 140 € / 30 min. tai 160 € / 45 min./kerta. Oppilaspaiikkoja haetaan verkko-lomakkeella www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

03110114

PIANO 1

Keskuskoulu, musiikkiluokka

Ma 14.30-19.30, Säde Pesonen

9.1.-8.5.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

03110115

PIANO 2

Keskuskoulu, musiikkiluokka

Ti 16.00-19.00, Säde Pesonen

10.1.-25.4.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

03110116

PIANO 3

Keskuskoulu, musiikkiluokka

Ke 16.00-19.30, Säde Pesonen

11.1.-26.4.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

03110117

PIANO 4

Keskuskoulu, musiikkiluokka

To 16.00-20.15, Säde Pesonen

12.1.-4.5.2023

Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

REISJÄRVI

Osoite
Puhelin
Sähköposti

Reisjärventie 8 (kunnantalo, 1. krs) 85900 Reisjärvi
044 4456 166
heidi.kesanen@haapajarvi.fi



MUSIIKKI

04110111

HAAPAJÄRVEN-REISJÄRVEN LAULUMIEHET

Niemenkartanon koulu, musiikkiluokka
/ K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka
1 (2C)

To 17.15-18.45, Jessica Koskela

12.1.-4.5.2023

56 h / 57 €. Kausikortti käy. Uusia laulajia toivotaan mukaan. Uudet laulajat yhteys Heikki Hovi 040 501 4222 tai Pertti Lampela 040 510 5589. Kuoro kokoontuu vuoroviikoin Reisjärvellä ja Haapajärvellä.

04110104

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU

Kisatien koulu, musiikkiluokka

Ke 17.00-18.00, Antti Kangas

11.1.-26.4.2023

Kurssimaksu 100 € / 15 min., 140 € / 30 min. Opiskellaan kitaransoiton perusteita, komppaamista ja melodiansoittoa eri musiikkityyleissä, nuotinlukua, improvisointia ym. Kitarakoulu I -kirja sekä opettajan materiaali. Muiden bändisoitinten (basso, rummut) opetuksessa sovelletaan henkilökohtaista opetussuunnitelmaa. Ei ikärajaa. Vapaita paikkoja on haettavana osoitteessa www.jokilatvan-opisto.fi/lomakkeet.

04110105

KARAOKE 1

Niemenkartanon koulu

To 16.30-18.30, Lea Malila

12.1.-13.4.2023

56 h / 62 €. Tilaa. Kausikortti käy. Etsitään omaa ääntä, harjoitellaan mikrofonin käyttöä, uusia lauluja ja vapaaehtoisesti yleisölle esiintymistä. Käytössä on koko ajan päivittyvät tietokonepohjaiset ammattikaraokekasetit. Vasta-alkajille ja pitkään harrastaneille. Tule rohkeasti mukaan välittömään joukkoomme. Opettellemme ja opimme yhdessä!

04110106

KARAOKE 2

Niemenkartanon koulu

To 18.45-20.45, Lea Malila

12.1.-13.4.2023

56 h / 62 €. Tilaa. Kausikortti käy. Sama sisältö kuin Karaoke 1 -kurssilla.

KIELET

SUOMI

03120103

SUOMEA MAAHANMUUTTAJILLE, ALKEET (TASO A0-A1)

Финляндия для иммигрантов,
Базовый (уровень А0-А1)
смотрите информацию в разделе
дистанционного обучения

03120104

ФИНСКИЙ НА РУССКОМ II (УРОВЕНЬ А2)

SUOMEA VENÄJÄKSI II (taso A2)
смотрите информацию в разделе
дистанционного обучения

ITALIA

03120801

ITALIAN ALKEISKURSSI (A2)

Ks. tiedot etäopetuksen osastosta.

TIETOTEKNIikka

04340101

TIETOTEKNIikka -OPETUSKLINIKKA (JATKUVA HAKU)

Yläaste, Mediateekki luokka

Ke 18.00-19.30, Antti Kangas

11.1.-5.4.2023

3 h / 30 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opiskelijalle tarjotaan 3 x 45 min. opetuskokousta yksilöopetuksena. Ota kursille mukaan se henkilökohtainen laite (kannettava tietokone, tabletti tai älypuhelin), jonka opetusta haluat saada. Opetus räätälöidään oppilaan tarpeiden mukaan. Tämä kurssi sopii myös aloittelijoille. Kurssille voi ilmoittautua ja hakea

paikkoja koko lukuvuoden ajan. Huom! Henkilökohtaiset opetusajat jaetaan ilmoittautumisjärjestyksessä. Opetus tapahtuu siis kolmena keskiviikkona peräkkäin (yksi oppitunti/viikko).

KUVATAIDE

04110301

AKVARELLIMAALAU

Kisatien koulu, kuvataide lk.

Ti 17.30-20.30, Maikki Parkkila

24.1.-21.3.2023

72 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi perehdyttää akvarellitekniikan saloihin. Opit tekniikoita, sommittelu, värioppia työskentelyn ohessa. Tuetaan omaa persoonallista ilmaisua tavoitteet huomioiden, henkilökohtaisen opetuksen sekä keskustelujen kautta hyvässä hengessä. Anna luovan inspiraation viedä! Suositut painokortit halutessasi.

04110304

RANTANIEMEN TAIDEPAJA

Esperi koti, Rantaniemi

Ke 15.00-16.30, Kirsi Tikka-Luotoniemi

11.1.-5.4.2023

44 h / 72 €. Yksi paikka vapaana. Kausikortti käy. Kurssilla tehdään erilaisia kädentöitä sekä luonnon materiaaleja, kierrätysmateriaaleja että muita materiaaleja käyttäen. Aiheet liittyvät mm. vuodenaikoihin ja kalenterivuoden juhliin.

KÄDEN TAIDOT

04110401

LASIPAJA

Yläaste, tekninen työ

Ma 18.30-20.45, Irma Kokkonen

9.1.-20.3.2023

60 h / 62 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opi valmistamaan lasitöitä tiffany-, sulatus- ja mosaiikkitekniikoilla. Opitaan lasin työstämisen työtavat käyttäen erilaisia taide- ja kierrätyslaseja. Kurssi sopii vasta-alkajille ja kokeneemmille.

04110402

KERAMIIKKAPAJA

Yläaste, kuvataide lk

Ke 18.00-21.00, Irma Kokkonen

11.1.-22.3.2023

76 h / 72 €. Täynnä. Kausikortti käy. Opi suunnittelemaan ja toteuttamaan koriste- ja käyttöesineitä keramiikasta. Tutustutaan savenmuotoilun saloihin ja erilaisiin kuviotekniikoihin. Kokeilemme myös dreijausta, saven valamista muottiin ja lasitusta ym. Kurssi soveltuu myös vasta-alkajille.

04110404

LASIN HIEKKAPUHALUS-KORISTELU, KEVÄT

Yläaste, tekninen työ

Pe 18.00-21.00, la 10.00-15.15,

Irma Kokkonen

24.-25.3, 31.3.-1.4.2023

22 h / 42 €. Ilm. 13.3.2023 mennessä. Kausikortti käy. Hiekkapuhaltamalla lasiin saadaan himmeä, mattamainen pinta. Käyttämällä erilaisia sablonia ja muita suojaustekniikoita voidaan lasi koristella erilaisilla kuvioilla. Menetelmä soveltuu esim. pullojen, maljakoiden, tasolasin tai vaikka aikaisempien sulatustöiden koristeluun. Ei vaadi ennakkotaitoja, soveltuu kaikille. Työvälinemaksu 10 €/lukukausi maksetaan opettajalle.

04110405

PUUSTA JA METALLISTA

Yläaste, tekninen työ

Ti 18.00-21.00, Jussi Kokkonen

10.1.-28.2.2022

64 h / 67 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opi valmistamaan puu- ja metallitöitä omien toiveidesi mukaan. Työt valmistetaan käsin tai koneita apuna käyttäen. Työvaiheet ja koneiden turvallinen käyttö opetellaan työn edetessä. Työt tehdään kurssilaisten omista materiaaleista. Opettajalta saa ohjeita hankintoihin myös ennen kurssia. Kurssi soveltuu kaikille, myös vasta-alkajille.

04110406

HUONEKALUJEN KUNNOSTUS

Yläaste, tekninen työ

Ke 18.00-21.00, Jussi Kokkonen

11.1.-1.3.2023

64 h / 67 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kunnostetaan ja entisöidään kurssilaisten omia huonekaluja (tuoleja, pöytiä, pieniä lipastoja ym). Entisöinti pyritään tekemään hienovaraisesti perinteitä kunnioittaen korjaamalla rikkoutuneet osat ja palauttamalla esine mahdollisimman lähelle alkuperäistä. Kurssi soveltuu kaikille, myös vasta-alkajille.

04110407

KÄSITYÖPAJA KANGASKYLÄ

Marita Kauppinen tila, Kangaskyläntie 3, Reisjärvi

Ti 11.45-14.00, joka toinen vko, Anni Laulumaa-Peräaho

10.1, 24.1, 7.2, 21.2, 14.3, 28.3.2023

36 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kangaspuilla kudontaa ja muita käsityöitä. Sisältö määräytyy kurssilaisten toiveiden mukaan.

04110408

KÄSITYÖPAJA KESKUSTA

Kunnantalo, alakerran kädentaitotila

Ti 14.30-16.45, Anni Laulumaa-Peräaho

10.1.-4.4.2023

69 h / 67 €. Täynnä. Kausikortti käy. Kursilla voit neuloa, virkata, ommella, kutoa kangaspuilla, solmeilla. Kurssin sisältö muotoutuu kurssilaisten toiveiden mukaan.

04110410

UUSI KURSSI!**KAUNISTA VIRKATEN JA****HELMELLEN, KEVÄT**

Yläaste, käsityöluokka

To 17.00-20.00, Marja-Liisa Åvist

12.1.-2.3.2023

32 h / 52 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Tehdään virkkaamalla kauniita pitsisiä koristeita ja klipsutöitä. Helmitöitä voidaan valmistaa eri tekniikoin virkkaamalla, ompelemalla ja rautalan-kaan.

04110411

KEHRUUKURSSI**UUSI KURSSI!**

Yläaste, käsityöluokka

la-su 10.00-15.00,

Mervi Annala-Väisänen

25.-26.2.2023 ja 18.-19.3.2023

24 h / 42 €. Ilm. 10.2.2023 mennessä. Kausikortti käy. Haluatko oppia kehräämään lankaa lampaanvillasta? Onko sinulla rukki tai värttinä, jota haluaisit oppia käyttämään? Kurssilla opetellaan värttinä- ja rukkikehräyksen perusteita, kehrätään säiettä ja kerrataan se kaksitai kolmisäikeiseksi langaksi. Saat tietoa karstaamisesta, kehräämistekniikoista sekä erilaisista villalaaduista. Jos sinulla on, ota mukaasi värttinä ja/tai rukki, karstat ja esiliina. Opettajalla varattuna kurssilaisten käyttöön värttinöitä ja rukkeja. Opettajalta voi ostaa kehruuvillaa ja aloittelijalle sopivan värttinän.

04110413

KORUPAJA / LUSIKKAKORUT, KEVÄT

Yläaste, tekninen työ

To 18.00-21.00, Jussi Kokkonen

12.1.-23.2.2023

28 h / 47 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Opi suunnittelemaan ja valmistamaan muodikkaat korut esim. riipukset, korvakorut, sormukset, ran-

nerenkaat, perinteiset lenkkiketjut. Materiaalina käytämme hopeaa, messinkiä, titaania, hopeasavea, kiviä, yms. Kaikki tarvitsemasi löytyy kurssipaikalta. Opettajalta voit ostaa hopea ja muuta lisämateriaalia. Kurssi ei vaadi ennakkotaitoja. Työvälinemaksu 12€/lukukausi.

04110415

PUUKONVALMISTUS, KEVÄT

Yläaste, tekninen työ

Pe 18.00-21.00, la-su 10.00-16.00,

Jussi Kokkonen

13.-15.1.2023, 20.-22.1.2023

40 h / 52 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Opitaan puukon valmistus alusta loppuun, aina terän takomises- ta tupen viimeistelyyn. Kurssilaiset voivat valmistaa puukon omien toiveidensa mukaan. Puukot valmistetaan parhaista raaka-aineista, joita voi ostaa opettajalta. Työvälinemaksu 15€/puukko. Kurssi- paikalla on kaikki tarvittavat työvälineet. Kurssi sopii niin miehille kuin naisille, ei vaadi ennakkotaitoja.

TANSSI JA LIIKUNTA**TANSSI**

04830102

LAVATANSSIKURSSI KEVÄT

Niemenkartanon koulu, liikuntasali

Su 12.30-15.30, Jukka Suorsa

22.1.2023 ja 26.2.2023

8 h / 18 €. Ilm. 10.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Opetellaan lavoilla tanssittavia tansseja, niin perinteisiä kuin kädentalitansseja. Sopii kaikille tanssista kiinnostuneille ja eteneminen ryhmän mukaan. Myös naisilla on mahdollisuus opetella vientiä.

KESÄJUMPAT

04830113

TANSSIMIX, kesä

Niemenkartanon koulu, liikuntasali

Ke 18.00-19.00, Jasmin Rajala

12.4.-31.5.2023

11 h / 23 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä.

04830114

KEHONHUOLTO + CORE, kesä

Niemenkartanon koulu, liikuntasali

Ke 19.00-20.00, Jasmin Rajala

12.4.-31.5.2023

11 h / 23 €. Ilm. 3.4.2023 mennessä. Ko- ko kropan liikkuvuutta parantava tunti. Tunnilla tehdään erilaisia kehonpainol- la toteutettavia voimaharjoituksia sekä hyödynnetään isoja liikeratoja erilaisin venytyksin ja avausliikkein. Lisäksi vahvistetaan erityisesti keskivartalon lihaksia. (Tunti sopii kaikenikäisille ja -tasoisil- le liikkujille.)



KUNTOLIIKUNTARYHMIEN TASOMÄÄRITTELY

TEKNINEN VAATIVUUS

- 1 = helppo
2 = jonkin verran koreografisia osuuksia
3 = koreografisesti haastava

FYYSINEN RASITTAVUUS

- + = kevyttä / rentouttavaa
++ = tehokasta jumppaa
+++ = rankkaa treeniä

LIIKKUJAN VIIKKOKALENTERI

MAANANTAI

04830103

KUNTOSALI

Niemenkartanon koulu, kuntosali
Ma 17.30-18.30, Elena Kangasoja
9.1.-27.3.2023

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+++. Kiertoharjoittelua kuntosalilaitteilla. Omien salihanskojen käyttö suositeltavaa.

04830104

VENYTTELY

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
Ma 18.30-19.15, Elena Kangasoja
9.1.-27.3.2023
21 h / 41 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Venyttelyä ja liikkuvuutta koko keholle, myös apuvälineitä käyttäen.

TIISTAI

04830106

UUSI KURSSI!

LAVIS- LAVATANSSIJUMPPA

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
Ti 16.15-17.15, Aija Pasanen
10.1.-28.3.2023
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. Yksintanssittavaa, hauskaa, helppoa ja sykeä nostattavaa. Tanssitaan perinteisiä suomalaisia tansseja ja lattareita. Tanssit perustuvat lavatanssiaskeliin.

04830107

HATHAJOOGA

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
Ti 17.15-18.15, Aija Pasanen
10.1.-28.3.2023
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Fyysinen jooga sopii heille, jotka kaipaavat haastetta keholle. Hoitaa ja huoltaa monipuolisesti kehoa ja mieltä. Oma joogamatto mukaan.

04830108

MIESTEN LIIKUNTA

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
Ti 19.00-20.30, Jarkko Hyvönen
10.1.-28.3.2023
38 h / 66 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Liikkuvuus-, lihaskunto-, peli- ja venyttelyharjoituksia.

KESKIVIIKKO

04830110

UUSI KURSSI!

TANSSIMIX

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
Ke 18.00-19.00, Jasmin Rajala
11.1.-29.3.2023
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. Rentoa tanssimista nykypäivän hittien mukaan. Tunneilla käydään läpi muutama erilainen koreografia sekä vahvistetaan tanssissa tarvittavia lihaksia. Kevyt loppuvenyttely. Sopii kaikille tanssista kiinnostuneille.

04830111

UUSI KURSSI!

REISIPEPPUVATSA

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
Ke 19.00-20.00, Jasmin Rajala
11.1.-29.3.2023
15 h / 30 €. Ilm. 4.1.2023 mennessä. Kausikortti käy. Taso 1+++. Reisi-peppu-vatsatunti, jossa keskitytään lyhyen ja helpon alkulämmittelyn jälkeen erityisesti reisien, pakaroiden ja vatsan treenaamiseen huomioiden kehoa kuitenkin kokonaisvaltaisesti. Tunnin aikana myös sykkeen nostoja sekä lopuksi lyhyt venyttely. Liikkeet helposti sovellettavissa esim. hypytömmiksi, joten tunti sopii lähes kaikille.

ETÄLIIKUNTA

02830143

NETTIKUNTOJUMPPA

Facebook live
Ma 18.15-19.00, Enna Karppinen
9.1.-20.3.2023. Katso tarkemmat tiedot etäopetuksen osastosta.

02830144

NETTIJOOGA

Facebook -live
Ti 18.00-19.00, Marjo Rautaoja
10.1.-21.3.2023. Katso tarkemmat tiedot etäopetuksen osastosta.

LASTEN JA NUORTEN KOULUTUS

TAITEEN PERUSOPETUS

Taiteen perusopetus on vapaa-ajalla annettavaa taidekasvatusta. Se on tavoitteellista, valtakunnalliseen opetussuunnitelmaan sidottua. Oppimäärä ja kaantuu noin kuuden vuoden ajalle. Harrastuksen taiteen perusopetuksen parissa voi aloittaa koululaisena.

04110302

KUVATAIDE TPO 1-2 (7-9 V.)

Yläaste, kuvataide lk.
ti 15.30-17.00, Irma Kokkonen
10.1.-2.5.2023
60 h / 77 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu kuvataiteen perusopetuksen aloittaville ja jatkaville oppilaille. Suositeltava aloitusikä on 7-9 vuotta. Antaa valmiuksia ilmaista itseään kuvataiteen keinoin. Keskeistä on tekemisen ja kokemisen ilo, sekä uskallus tulkita taidetta persoonallisesti. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

04110303

KUVATAIDE TPO 3-6 (9-16 V.)

Yläaste, kuvataide lk.
to 15.30-17.45, Irma Kokkonen
12.1.-11.5.2023
90 h / 92 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu kuvataiteen perusopetuksen jatkaville 3.-6. vuoden oppilaille, mutta uusiakin otetaan mukaan. Tpo 3-4: Vahvistaa omien kokemusten ja itselle tärkeiden asioiden ilmaisemiseen kuvataiteen keinoin. Kehitetään kykyä tulkita ja havainnoida ympäristöä sekä taiteen maailmaa. Tpo 5-6: Sisältää vaihtoehtoisia teemallisia opintokokonaisuuksia, joista sovitaan erikseen kunkin oppilaan kanssa. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

KÄDENTAITOT

04110417

SAVEN MUOTOILU

KOULUIKÄISILLE LAPSILLE

Yläaste, kuvataide lk
Ke 16.30-18.00, Irma Kokkonen
11.1.-22.3.2023
38 h / 52 €. Tilaa. Kuinka savi muuttuu keramiikaksi? Miten savesta saadaan muki, eläinhahmo tai jokin muu esine? Näitä ja muita saven muotoilun ihmeitä pääsemme kokeilemaan tutustumalla saveen materiaalina eri tekniikoita ja koristelu mahdollisuuksia käyttäen.

www.kansalaisopistot.fi

ETÄOPETUS

KEVÄTLUKUKAUSI 2023



KIELET

SUOMI

03120103 **UUSI KURSSI!** **SUOMEA MAAHANMUUTTAJILLE, ALKEET (TASO A0-A1)**

Etäopetus (Skype)

Ma 17.00-18.30, Irina Trifonova

9.1.-3.4.2023, 24 tuntia

Ei kurssimaksua. Kurssi on tarkoitettu maahanmuuttajille ja turvapaikanhakijoille. Kurssilla otetaan ensimmäiset askeleet suomen kieleen. Opiskellaan perussanastoa ja asiointia suomeksi. Opiskellaan suomea puhumalla, lukemalla ja kirjoittamalla. Opiskellaan myös kielioopin perusteita ja tutustutaan suomalaisen yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Oppikirja on Oma suomi 1 (Otava) + opettajan oma materiaali

03120103

FINLÄNDIA DLA IMMIGRANTOV, БАЗОВЫЙ (УРОВЕНЬ А0-А1) НОВЫЙ КУРС!

Дистанционное обучение (Скайп)

Пн 17:00-18:30, Ирина Трифонова

9.1.-3.4.2023, часы 24

нет оплаты. Курс предназначен для иммигрантов и просителей убежища. Курс делает первые шаги в финском языке. Мы изучаем базовую лексику для комфортного проживания в Финляндии. Изучаем финский на практике беседы, чтения и письма. Также изучаем основы грамматики и знакомимся с финским обществом и культурой. Учебник Oma suomi 1 (Otava) + собственный материал учителя.

03120104

ФИНСКИЙ НА РУССКОМ II (УРОВЕНЬ А2)

Дистанционное обучение (скайп)

Пн 19.00-20.30, Ирина Трифонова

9.1.-3.4.2023, часы 44

€ 57. есть места. Курс предназначен для русскоязычных, которые уже знают основы языка и хотят продолжить изучение финского. Язык обучения курса – русский. Уровень курса А2. Курс знакомит с более широким словарным запасом повседневной жизни и обогащает той его. Этот курс помогает самостоятельному общению с финнами и умению справляться в общественных местах. На курсе читаем, пишем и говорим.

03120104

SUOMEA VENÄJÄKSI II (TASO A2)

Etäopetus (Skype)

Ma 19.00-20.30, Irina Trifonova

9.1.-3.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu venäjänkielisille, jotka osaavat jo kielen perusasiat ja haluavat jatkaa suomen kielen opiskelua. Kurssin opetuskieli on venäjä. Kurssin taso on A2.

ITALIA

03120801

ITALIAN ALKEISKURSSI (A2)

Keskuskoulu/Teams

Ma 18.00-19.30, Regis Rouge-Oikarinen

9.1.-3.4.2023

44 h / 57 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla tutustutaan erilaisiin viestintätilanteisiin erityisesti matkustaessa italiankieliselle alueelle ja samalla opitaan italian kielen perusrakenteita sekä sanastoa ja turistin kannalta olennaisia lauseita. Oppikirjan tekstit käsittelevät matkailuun ja jokapäiväiseen elämään liittyviä aihepiirejä. Jatketaan edelliseltä lukuvuodelta oppikirja Si parte 1 (Finn Lectura) loppuun, minkä jälkeen siirrytään Si parte 2:een. Kurssi toteutetaan etäkurssina Teamsin kautta.

LIIKUNTA

02830143

NETTIKUNTOJUMPPA

Facebook live

Ma 18.15-19.00, Enna Karppinen

9.1.-20.3.2023

20 h / 40 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Tunnille pääset facebook ryhmän kautta. Tallenne katsottavissa viikon ajan. Koko keholle tehokasta ja monipuolista kotitreeniä. Sopii sekä miehille että naisille.

02830144

NETTIJOOGA

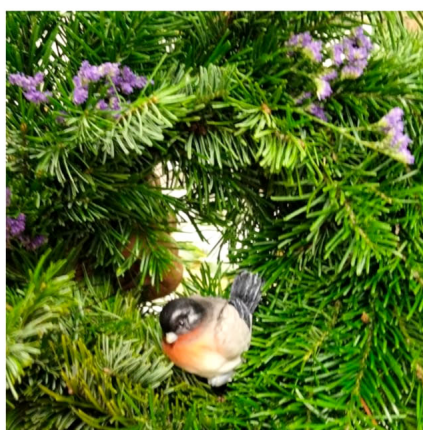
Facebook -live

Ti 18.00-19.00, Marjo Rautaoja

13.9.-22.11.2022, 10.1.-21.3.2023

27 h / 49 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+.

Tunnille pääset facebook ryhmän kautta. Tallenne katsottavissa viikon ajan. Joogaharjoituksissa liittyvät toisiinsa keho, mieli ja hengitys. Joogassa aktivoidaan ja venytetään monipuolisesti kehon eri lihaksia tavoitteena kehoitietoisuuden ja yleisen hyvinvoinnin lisääminen. Pääpaino on rentoutumisessa ja sen harjoittelussa. Ei suositella raskaana oleville.



Nivalassa oli kranssikurssi marraskuussa 2022. Kranssit on valmistettu luonnonmateriaaleista: havuista, risuista, varvuista, sammalista, jäkälästä ja kaikesta muusta luonnosta löytyvistä materiaaleista. Kranssipohjat on tehty risuista tai sanomalehdestä, lisäksi on käytetty kukkasidontalankaa ja koristenaуhoja.



JOKILATVAN OPISTO
arjen virrasta innon lähteelle

www.jokilatvanopisto.fi