



OPINTO- OPAS 2022-2023

Ota talteen - tämä opas on voimassa koko lukuvuoden

Ota aikaa itsellesi ja kokoonnu yhteen



Markus Hyytinen
vs. rehtori

Sisä-Savon kansalaisopisto on jälleen Sinun käytettävissäsi! Uudistunut kurssioppaamme tarjoaa sinulle elämyksiä koko syys- ja kevätkauden. Lukuvuonna 2022–23 opisto tarjoaa kaikissa opistokunnissa Leppävirralla, Rautalammillä, Suonenjoella, Tervossa ja Vesannolla noin sadan eri opettajan ohjauksessa laajan kattauksen mahdollisuuksia. Voit olla syksyllä mukana oppimassa intarsiaa, itämaista tanssia, osallistut vesijumppaan, aloitat uuden kielen opiskelun, lähdet mukaan teatteriproduktioon tai vaikka liityt kuorolaulajien joukkoon.

Harrastamalla opit aina jotain uutta, tutustut uusiin ja eri-ikäisiin ihmisiin – hoidat mieltäsi – otat aikaa itsellesi. Kokoontuminen yhteen parantaa niin sinua itseä kuin kanssaihmiäkin. Erilaisten kurssien lisäksi kansalaisopisto tarjoaa myös luentoja. Tulevana lukuvuonna voit käydä kuuntelemassa Heli Hukkasen luentoa Madridista, tuosta ystävällisestä kaupungista. Tai Teemu Keskisarjan luentoa sodan ja rauhan historiasta suhteessa itänaapuriimme. Liveluentojen lisäksi voit päästä verkkoluennoilla tai verkkokursseilla vaikka nojatuolimatkalta Italiaan – tai harrastaa jumppaa kotona, olohuoneessa.

Sisä-Savon kansalaisopisto haluaa tänäkin lukuvuonna 2022–23 tuoda iloa ja hyvinvointia kuntalaisten elämää monen muun toimijan kanssa. Oppaasta löydät kansalaisopiston toiminnan lisäksi tietoa Leppävirran harrastuksista ja muskaritoiminnasta Suonenjoella.

Olet sydämellisesti tervetullut mukaan Sisä-Savon kansalaisopiston kursseille! Kulttuuri- ja liikuntasetelit ovat monipuolisesti käytettävissä tänä lukuvuonna toiminnassamme. Tutustu oppaaseen ja ilmoittaudu kurssille. Ajankohtaista tietoa opistosta ja kursseista löytyy www.suonenjoki.fi-sivuston kautta.



ps. Rakastu sushiin, tutustu talviuintiin tai saa vaikka vinkkejä suksien voiteluun. Näitäkin löytyy kurssivalikoimastamme.

YHTEYSTIEDOT

Sisä-Savon kansalaisopisto
Keskuskatu 3, 77600 Suonenjoki
kansalaisopisto@suonenjoki.fi
Toimisto avoinna ma-pe klo 9–15

Opiston työvuosi
Syyskausi 12.9.–4.12.2022
Kevätkausi 9.1.–9.4.2023

Opetusta ei pääsääntöisesti järjestetä
näinä loma-aikoina tai pyhäpäivinä:
Syysloma 17.10.–23.10.2022
Talviloma 6.3.–11.3.2023
Joululoma 5.12.2022–8.1.2023
Pääsiäinen 7.4.–10.4.2023

HENKILÖKUNTA

toimisto: etunimi.sukunimi@suonenjoki.fi, opettajat: etunimi.sukunimi@sivistys.suonenjoki.fi



Vs. rehtori Markus Hyytinen
☎ 040 514 6421
Rehtori
Historia-yhteiskunta, hankkeet,
tanssi ja liikunta
(Tervo, Vesanto)



Nina Härkönen
☎ 017 513 3256
Toimistosihtööri



Nina Pyykönen
☎ 017 513 3256
Toimistosihtööri
(31.12.2022 asti)



Minna Rönkkö
☎ 0400 652 576
Suunnittelijaopettaja
kädentaidot ja kuvataide
(Tervo, Vesanto)
Kielet, atk, koti- ja puutarhatalous, luennot,
kirjallisuus, sanataide, maksupalvelukurssit



Anneli Tarvainen
☎ 0400 738 171
Rautalammin osastovastaava
Musiikki
(Suonenjoki, Rautalampi)



Pia Pakarinen
☎ 044 758 1449
Vesannon osastovastaava
Musiikki
(Leppävirta, Tervo, Vesanto)



Heidi Hämäläinen
☎ 044 758 1743
Tervon osastovastaava



Tiina Vihavainen
☎ 044 758 1485
Leppävirran osastovastaava



Annukka Nurmi
☎ 044 716 4556
Teatteri-ilmaisu

OPINTO-OPAS 2022–2023

YLEISTÄ

Kansalaisopiston toimistot sijaitsevat Suonenjoen kaupungintalolla katutasossa, osoitteessa Keskuskatu 3. Toimistosihteerit tavoittaa puhelimitse numerosta 017 513 3256.

Opinto-oppaassa kurssien sisältötiedot on esitetty tiiviisti. Lisätietoja saa päätoimisilta opettajilta, opiston Internet-sivuilta www.suonenjoki.fi. Ilmoittautuessasi kurssille, hyväksyt sen, että sinua tai töitäsi voidaan kuvata ja kuvia julkaista opiston nettisivuilla, Facebookissa ja opinto-oppaassa. Mikäli et halua kuvaasi julkaistavaksi, pidä itse huoli, että et päädy kuviin.

Oppitunnin pituus on 45 minuuttia, ellei toisin mainita. Musiikin yksilöopetuksessa opetuskerta on n. 20 tai 30 minuuttia. Kolmen oppitunnin ja sitä pidempiin kokoontumiskertoihin on laskettu kellonaikoihin mukaan myös taukoja oppituntien lisäksi.

Opistosta johtuvista syistä kurssin yksi opetuskerta voidaan perua lukukauden aikana korvaamatta sitä opiskelijoille, koskee myös yksilöopetusta.

Erilaisten poikkeustilanteiden, rajoitusten ja ohjeistusten osalta noudatamme aina kulloinkin voimassa olevia viranomaisten antamia määräyksiä ja suosituksia sekä Suonenjoen kaupungin yhteistä toimintalinjaa. Jokainen on velvollinen itse harkitsemaan, voiko osallistua ryhmä- tai lähiopetukseen. Alaikäisten osalta päätöksen tekee huoltaja.

OPPAASSA KÄYTETYT LYHENTEET JA MERKIT

t	oppitunti
ilm.	ilmoittautuminen
jtv	joka toinen viikko
SL	syyslukukausi
KL	kevätlukukausi

**OPISTO PIDÄTTÄÄ OIKEUDEN
OHJELMAN MUUTOKSIIN.
OPISTO EI VASTAA
OPISTOSTA RIIPPUMATTOMISTA SYISTÄ
JOHTUVISTA PERUUNTUMISISTA.**

Ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen on sitova ja velvoittaa kurssimaksun maksamiseen. Kaikille kursseille ilmoittaudutaan ennakkoon. Suositellaan ilmoittautumista internetin kautta.

Netti ilmoittautuminen alkaa osoitteessa www.opistopalvelut.fi/sisasavo	Sunnuntaina 14.8.2022 klo 14:00
Puhelin ilmoittautuminen alkaa puh. 017 513 3256 Ei teksti- tai vastaajaviestejä!	Maanantaina 15.8.2022 klo 09:00

POP-UP-TOIMISTO:

Leppävirralla 15.–16.8.2022 kirjaston kerhotilassa klo 10–14. Kurssi-ilmoittautuminen ja tiedustelut mahdollista suorittaa paikan päällä. Paikalla Leppävirran osastovastaava Tiina Vihavainen.

Ilmoittautumisaika päättyy viimeistään viikko ennen kurssin alkua.

Ilmoittautuessa valmistaudu antamaan kurssin numero ja nimi sekä henkilö- ja yhteystiedot. Alle 18-vuotiaan ilmoittautumisen yhteydessä huoltaja antaa omat laskutus- ja yhteystietonsa.

Kurssipaikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Varasijan saaneelle ilmoitetaan, jos paikka kurssille vapautuu. Ilmoittautu netissä tai puhelimitse toimistolle, opettajat eivät ota ilmoittautumisia vastaan.

Kurssi toteutuu, mikäli minimiopiskelijämäärä on täytynyt viikkoa ennen kurssin alkua.

Alkaneelle kurssille voi ilmoittautua myös kesken lukuvuoden, mikäli kurssilla on tilaa. Kurssimaksu määritellään tällöin erikseen jäljellä olevien oppituntien mukaan. Vaikka kurssi olisi täynnä, kannattaa ilmoittautua varalle. Myös peruutuspaikkoja voi kysellä.

Mikäli olet epävarma kurssin soveltuvuudesta, kysy neuvoa ainealueen suunnittelevalta opettajalta, sillä **opiskelijan taitotasoon soveltumattoman kurssin keskeyttäminen ei oikeuta maksuttomaan perumiseen.**

Jos kurssille ei ilmoittaudu riittävästi opiskelijoita, tiedotamme siitä kurssipaikan varanneille opiskelijoille henkilökohtaisesti. Tiedotamme peruutuksesta ensisijaisesti matkapuhelimeen ryhmätekstiviestillä. **Varmista, että opistolla on matkapuhelinnumero, josta sinut tavoittaa.**

Peruminen ja keskeyttäminen

Peruutus ajankohta	Kurssimaksu velvoite
Peruutus ilmoittautumisajan aikana	Ei maksua!
Peruutus ilmoittautumisajan päätyttyä ennen kurssin alkua	Puolikas kurssimaksu (50 %)
Peruutus ja keskeytys kurssin jo alettua	Täysi kurssimaksu (100 %)

Kurssipaikan peruminen terveydellisistä syistä edellyttää lääkärintodistuksen toimittamista opiston toimistoon.

Jos joudut perumaan kurssipaikkasi, tee se Internetin kautta ilmoittautumis- tai kurssinumerolla tai puhelimitse opiston toimistolle, puh. 017 513 3256. Opettajat eivät ota perumisia vastaan.

OPINTO-OPAS 2022–2023

Kurssimaksut

Kurssimaksu määräytyy kurssin keston ja muiden kustannusten mukaisessa suhteessa. Opetuksen lisäksi kurssimaksuihin sisältyy ainekohtaisia kuluja mm. monisteista, väline- tai tilavuokrasta, tarvikkeista tai sulatus- ja polttomaksuista.

Yhden lukukauden kurssit ja ne lukuvuoden kestävät kurssit, jotka maksavat vähemmän kuin 70 € laskutetaan yhdessä erässä. **70 € tai yli maksavat kurssit laskutetaan kahdessa erässä.**

Mikäli haluat keskeyttää kevätlukukaudelle jatkuvan kahdessa osassa laskutettavan kurssin, **keskeytä se ennen vuoden vaihdetta puhelimitse puh. 017 513 3256. Muutoin saat laskun myös kevätlukukaudesta.** Laskutusasioissa (kurssilaskun eräpäivään mennessä) voit ottaa yhteyttä opiston toimistoon puh. 017 513 3256.

KAUSIKORTTI

Kurssikohtaisten maksujen sijaan opiskelija voi lunastaa itselleen henkilökohtaisen kausikortin, jonka hinta on 194 € / lukuvuosi. Kausikortti tilataan asiakaspalvelusta puhelimitse tai sähköpostilla kansalaisopisto@suonenjoki.fi **syyskuun loppuun mennessä.** Voit ilmoittautua kursseille internetin kautta normaalisti, mutta muista ottaa yhteyttä opiston toimistoon puh. 017 513 3256, niin merkitsemme maksutavaksi kausikortin. Kausikortti oikeuttaa osallistumaan opiston kursseille lukuun ottamatta yksilöopetusta, retkiä ja kursseja, joissa on maininta 'Ei kausikortilla!'. Kausikortilla voi osallistua korkeintaan neljälle liikuntakurssille lukuvuodessa.

Kausikortti ei oikeuta ilmaisiin tutustumiskäynteihin kursseilla.

HUOM! Mikäli et pääse osallistumaan kurssille, jolle olet ilmoittautunut, muista perua kurssipaikkasi ohjeiden mukaisesti tai saat laskun kurssista peruutusehtojen mukaisesti. Tämä koskee myös kausikorttilaisia. Ilmoittaudu vain niin monelle kurssille, joilla voit käydä säännöllisesti.

Maksaminen

Maksutapavaihtoehdot:

Lasku
Verkkopankki
Yleisimmät pankki- ja luottokortit
MobilePay
ePassi
Edenred
EazyBreak
Smartum

Vain osan kursseista voi maksaa ilmoittautumisen yhteydessä verkkomaksuna.

Kulttuuri- ja liikuntaseteleillä maksavien on suoritettava kurssimaksu viikon kuluessa kurssin alkamisesta (seteleillä ei voi verottajan ohjeen mukaan maksaa kielikursseja). Maksassaasi setelillä ota yhteys kansalaisopiston toimistoon. Liikunta- ja kulttuuriseteleillä tulee maksaa koko kurssimaksu. Huom. Liikunta- ja kulttuuriseteli on aina henkilökohtainen; sillä ei voi maksaa esim. perheenjäsenen kurssimaksua. Huomioithan, että setelillä maksettaessa, kurssimaksua ei voi enää palauttaa takaisin!

OPINTOSETELI (Opetushallituksen myöntämä rahoitus)

Opintaseteli tarkoittaa oikeutta osallistua yhdelle kurssille lukuvuodessa 50 % alennuksella. Opintaseteliä käyttävien on ilmoittauduttava kursseille **syyskuun loppuun mennessä ja kurssin tulee alkaa syyslukukaudella.**

Opintasetelikurssietuuteen oikeutettuja erityisryhmiä ovat **maahanmuuttajat, työttömät, oppimisvaikeuksista kärsivät, henkilöt, joilla ei ole peruskoulun jälkeistä koulutusta tai jatkokoulutuspaikkaa, eläkkeellä olevat ja yli 63-vuotiaat.**

Opintasetelirahaa on rajoitettu määrä ja se jaetaan ilmoittautumisjärjestyksessä. Tee syyskuun loppuun mennessä sähköpostilla vapaamuotoinen hakemus, jossa kerrot yhteystietosi, mille kurssille ilmoittauduit ja mihin erityisryhmään kuulut. Kerro, että haet opintaseteliä. Lähetä sähköposti osoitteeseen kansalaisopisto@suonenjoki.fi. Toiminta todistus erityisryhmään kuulumisesta opiston toimistolle viimeistään **syyskuun loppuun mennessä.**

Maksamattomat kurssimaksut ovat perintäkelpoisia. Eräpäivän jälkeen perintä siirtyy kaupungin käytänteiden mukaisesti perintätoimisto Intrumille. Perintätoimisto lisää loppusummaan muistutusmaksun ja viivästyskorot.



Kuva: Jarno Miettinen

VERKKOKURSSIT

830401 Kevyttä kotijumppaa verkossa, live

ma 13.00–13.45

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Kirsi Falin, 23 t, 51 €

Tule mukaan leppoisaan ja monipuoliseen matalan kynnyksen jumppaan tarvitsematta lähteä kotoa minnekään. Mukana myös venyttelyä ja kehonhuoltoa sekä liikevaihtoehtoja tuolissa jumppaaville. Live-treeni maanantaisin. Tunnit pidetään Google Meet -ohjelman kautta. Aamulla saat sähköpostiisi linkin, jolla pääset päivän jumppaan.

830402 Italian alkeiskurssi verkossa

ma 16.15–17.45

12.9.–28.11.2022, 9.1.–17.4.2023

Antti Tapaninaho, 46 t, 57 €

Kurssilla opettelemme italian perusrakenteita sekä aloittelijalle keskeisiä käytännön kielenkäyttölanteita. Lisäksi keskustelemme Italiasta ja siellä matkustamisesta. Kurssin jälkeen opiskelija pystyy kertomaan itsestään ja pärjää eri asiointitilanteissa. Oppimateriaali: Bella vista 1 (Sanoma Pro) kpl:et 1–6. Oppimisalustana on Zoom-sovellus ja lisätehtäviin Peda.net. Opettaja lähettää lisäohjeet ennen ensimmäisen tunnin alkua.

830403 Ranskan alkeiden yksityistunnit verkossa

Laura Gaudillat-Jakoila, 8 t, 202 €

Haluaisitko opiskella ranskan alkeita, mutta et viihdy ryhmäopetuksessa? Tällä kurssilla saat 8 oppitunnin paketin ranskan yksityistunteja, eli pääset opiskelemaan intensiivisesti opettajan kanssa kahden. Verkko-opetus Teams:n kautta mahdollistaa osallistumisen mistä tahansa. Oppimateriaali: Chez Olivier 1 (Finn Lectura). Oppitunnit erikseen sovittavina ajankohtina. Ei kausikortilla.

830404 FasciaMethod verkkokurssi, live

ti 9.00–9.45

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Tiina Vihavainen, 23 t, 51 €

Kehonhuoltotunti, jossa yhdistyvät liikkuvuusharjoittelu, dynaamiset täsmävenyttelyt ja liikehallintaharjoittelut. Soveltuu kaikille, jotka haluavat edistää hyvinvointiaan ja parantaa suorituskykyään tehokkaasti. Tarvitset vain alustan ja tilaa ympärillesi. Tunnilla edetään pystyasennosta kohti lattiatasoa. Live-treeni tiistaisin. Tunnit pidetään Google Meet -ohjelman kautta. Aamulla saat sähköpostiisi linkin, jolla pääset päivän jumppaan.

830405 Venäjää mansikanviljelijöille, verkkokurssi

ti 16.00–17.30

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Nina Askola, 46 t, 57 €

Kurssilla opimme ääntämään venäjän sanoja oikein. Opimme myös sanoja ja lauseita, joita tarvitaan yhteydenpitoon työntekijöiden kanssa. Harjoittelemme pieniä vuoropuheluita asioista, jotka koskevat työntekijöiden elämää silloin, kun he ovat Suomessa. Opetus toteutetaan kokonaan reaaliaikaisena etäopetuksena Zoom-alustaa käyttäen. Oppimateriaali opettajalta.

830406 SukuStartti

ti 17.30–19.00, to 17.30–19.00

13.9. ja 15.9.2022

Ritva Sampio 4 t, 35 €

Käymme läpi muun muassa internetin sukututkimustietokantoja, tietosuojalakia ja -ohjeistusta. Kurssi sopii kaikille niille, jotka ovat kiinnostuneet selvittämään oman suvun tarinaa ja ovat aloittamassa sukututkimusta tai eivät ole tehneet sitä vielä paljon internetin tietokantojen avulla. Koulutus järjestetään yhteistyössä SnellmanEDUn kanssa. Ei kausikortilla.

830407 Venäjän kielen alkeet verkossa

ti 17.45–19.15

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Nina Askola, 46 t, 57 €

Aloitamme venäjän kielen opinnot aivan alusta. Kurssi sopii myös kielistä jo vähän opiskelleille. Opetus toteutetaan kokonaan reaaliaikaisena etäopetuksena Zoom-alustaa käyttäen. Opiskelija tarvitsee tietokoneen, tabletin tai älypuhelimien, jossa on äänentoistomahdollisuudet. Oppimateriaali opettajalta.

830408 Italian kieltä verkossa -jatkokurssi

la 9.00–10.30

17.9.–3.12.2022, 14.1.–22.4.2023

Antti Tapaninaho, 46 t, 57 €

Jatkamme italian opiskelua rennossa ilmapiirissä. Kurssilla opimme matkailijaa hyödyttäviä sanoja, fraaseja ja rakenteita. Kurssi soveltuu muutaman vuoden italiaa opiskelleille ja kertaajille. Oppimateriaali: Bella vista 1 (Sanoma Pro) kpl:sta 12 eteenpäin. Jatkamme Bella Vista 1 -kirjan jälkeen yhdessä sovitulla oppimateriaalilla.

830409 Viron kielen alkeet verkossa

la 10.30–12.00

17.9.–3.12.2022, 14.1.–15.4.2023

Sirje Huuskonen, 46 t, 57 €

Kurssi sopii kielistä n. vuoden verran opiskelleille. Opetus toteutetaan kokonaan reaaliaikaisena etäopetuksena. Opiskelija tarvitsee tietokoneen/tabletin tai älypuhelimien, jossa ovat äänentoistomahdollisuudet. Tarvitset myös sähköpostiosoitteen, muista antaa se ilmoittautuessasi. Oppikirja: Mall Pesti, Helvi Aho "E nagu Eesti / eesti keele õpik algajatele A1+A2+ B1", kpl:sta 6 alkaen.

830410 Suomen helppo keskustelu -verkkokurssi

la 16.15–17.45

17.9.–3.12.2022, 14.1.–22.4.2023

Antti Tapaninaho, 46 t, 57 €

Kurssilla keskustelemme suomeksi erilaisista kiinnostavista aiheista. Kurssin aiheita ovat esim. työ, opiskelu, ruoka, matkailu, musiikki, ostokset ja muut asiointitilanteet. Kurssi sopii vähintään vuoden suomea opiskelleille.

830411 Suvun tarinat talteen

ke 17.30–19.00

21.9.–5.10.2022

Ritva Sampio ja tietokirjailija Liisa Lauerma, 6 t, 55 €

Kurssi soveltuu kaikille, jotka ovat kiinnostuneet oman suvun historiasta, tarinoista ja sukututkimuksesta. On tärkeää kerätä suvun perimätietoa, valokuvia ja tarinoita talteen ja julkaista niitä. Näin arvokasta tietoa siirtyy sukupolvelta toiselle. Koulutus järjestetään yhteistyössä SnellmanEDUn kanssa. Ei kausikortilla.

830412 Valokuvat kuvakirjoiksi -verkkokurssi

ke 16.00–17.30

2.–30.11.2022

Nina Härkönen, 10 t, 30 €

Kurssin aikana toteutamme digikuvista kuvakirjoja ja kalentereita vaikkapa joululahjoiksi.

830413 Sukunimi vaihtoon

ti 17.30–19.00

8.–15.11.2022

Ritva Sampio, 4 t, 45 €

Suunnitteletko kokonaan uutta sukunimeä vai haluaisitko ottaa käyttöön suvussa aiemmin olleen nimen? Tällä verkkokurssilla tutustumme sukunimiin, niiden historiaan ja siihen mistä voit löytää tietoa oman sukusi sukunimestä. Käymme läpi myös Digi- ja väestötietoviraston kautta tapahtuvaa nimenmuutosprosessia. Koulutus järjestetään yhteistyössä SnellmanEDUn kanssa. Ei kausikortilla.

830414 Sukututkimusta kaupungeissa

ke 17.30–19.00

9.–23.11.2022

Ritva Sampio, 6 t, 45 €

Onko suvussasi kaupungeissa toimineita porvareita, käsityöläisiä tai maalta muuttanutta palvelusväkeä? Tällä kurssilla käymme esimerkkien avulla läpi kaupunkien eri arkistoinneistoja, joiden avulla voi selvittää oman sukusi vaihteita. Koulutus järjestetään yhteistyössä SnellmanEDUn kanssa. Ei kausikortilla.

830415 Excelin perusteet verkossa

ti 17.00–18.30

10.1.–14.2.2023

Nina Härkönen, 12 t, 30 €

Tutustumme Excelin ihmeelliseen maailmaan ja sen tärkeimpiin ominaisuuksiin. Opimme tekemään taulukoita ja kaavioita, jotka näyttävät hyviltä ja osaavat laskea halutut laskutoimenpiteet kaavoja ja funktioita hyödyntämällä. Tarvitset koneellesi joko Microsoft Excelin tai jonkun maksuttoman taulukkolaskentaohjelman.

830416 Italian tekstikurssi verkossa

ti, ke ja to 16.15–17.45

2.–11.5.2023

Antti Tapaninaho, 12 t, 30 €

Tällä intensiivikurssilla tutustumme erilaisiin italiankielisiin teksteihin eri aiheista. Opiskelijoiden kiinnostuksen kohteet huomioidaan tekstien valinnassa. Käännämme ja kuuntelemme tekstejä. Lisäksi osa teksteistä luetaan tunnilla italiaksi. Kokoontumiset kolmesti viikossa kahden viikon ajan.

830417 Välimeren kielet -verkkokurssi

ti, ke ja to 18.00–19.30

2.–11.5.2023

Antti Tapaninaho, 12 t, 30 €

Matkustatko mielellään Välimeren alueella tai suunnitteletko matkaa sinne? Tällä intensiivikurssilla keskustelemme matkakokemuksista Välimeren alueen maissa ja erityisesti näissä maissa puhuttavista kielistä. Opettelemme myös joitakin hyödyllisiä sanoja ja fraaseja eri kielistä opiskelijoiden kiinnostuksen mukaan. Kokoontumiset kolmesti viikossa kahden viikon ajan.

VERKKOLUENNOT

HUOM! Verkkoluennoille täytyy ilmoittautua etukäteen. Tarkemmat ohjeet luennon seuraamiseksi lähetetään ilmoittautuneille sähköpostitse, muistathan siis ilmoittaa sähköpostiosoitteesi ilmoittautumisen yhteydessä.

830501 Nivelet ja selkä kipuilevat, mikä avuksi?

la 8.10.2022 klo 13.00–14.30

Luennoitsijana ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri Esko Kaartinen. Yhteistyössä Suomenjoen Nivelpiiri, Suomenjoki/ Rautalampi TULES ry sekä Sisä-Savon kansalaisopisto.

830502 Nojatuolimatka Italiaan, Toscana

to 27.10.2022 klo 17.00–18.30

Tule mukaan kuulemaan Italian ja erityisesti Toscanan maakunnan erityispiirteistä. Luennoitsijana YTM, italian kielen opettaja Antti Tapaninaho.

830503 Vinkkejä omakotiasujan jätehuoltoon ja lajitteluun

to 19.1.2023 klo 18.00–19.30

Jätehuollon ympäristökouluttaja Anja Räisänen kertoo luennoilla jätehuollon ja lajittelun ajankohtaisista asioista. Tule kuulolle ja ota lajitteluhommat haltuun!

830504 How do you spell it?

Miksi englannin kirjoittaminen on niin kummallista?

ti 24.1.2023 klo 18.00–19.30

Miksi englannin sanoja ei voida kirjoittaa niin kuin ne lausutaan? Miksi sanoissa on turhia kirjaimia? Eikö maailmankielen kirjoittamiseen voisi saada enemmän tolkkua? Englannin kielen oikeasta oikeinkirjoituksesta on helpompi ymmärtää ja pitää mielessä, kun tutustuu kielen kehitykseen vaikuttaneeseen kiehtovaan historiaan. Luennoitsijana FM, oppikirjailija Liisa Huhtala-Halme.

830505 Madrid, Espanjan kaunis

ja ystävällinen pääkaupunki

ti 21.2.2023 klo 18.00–19.30

Tällä verkkoluennoilla tutustumme Madridiin, moni-ilmeiseen espanjalaiseen suurkaupunkiin, joka sykii elämää joka hetki! Taidetta, historiaa, flamenco, ilmaisia yöhuveja, mutta myös luonnon rauhaa. Mukana FM Heli Hukkasen esittelyssä myös Suomeen rakastunut viiniravintolanpitäjä – ja maailman parasta suklaakakkua! Löydät varmasti jotain uutta, vaikka kaupunki olisikin jo vanhastaan tuttu.

830506 Viron matkailureitistöt -verkkoluento

ti 18.4.2023 klo 17.30–19.00

Virossa on hienosti mietitty kokonaisia reittejä eri tavoin matkaileville. Tule kuulemaan vinkkejä, miten voit omatoimimatkailla Virossa kävelemällä, polkupyörällä, kanootilla jne. Luennoitsijana viron kielen opettaja Sirje Huuskonen.

830507 Nojatuolimatka Italiaan, Umbria

ma 24.4.2023 klo 17.00–18.30

Tule mukaan kuulemaan Italian ja erityisesti Umbrian maakunnan erityispiirteistä. Luennoitsijana YTM, Italian kielen opettaja Antti Tapaninaho.



LUENNOT, KONSERTIT JA TAPAHTUMAT

Ks. opiston verkkoluentotarjonta s. 7.

219801 Jyri Paretskoin kirjailijavierailu kouluilla

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, Koulukatu 21

ti 27.9.2022 klo 10.00–14.00

Kirjailija Jyri Paretskoi tekee kouluvierailut Suonenjoella ja Leppävirralla. Ohjelmaa tarkentuu myöhemmin. Seuraa ilmoittelua!

219802 Positiivisen kasvatuksen voima kasvatustyössä -yleisöluento

Futurian auditorio, Jalkalantie 6

ke 28.9.2022 klo 18.00–20.00

Positiivisen pedagogiikan asiantuntija Susanna Heikari luennoi positiivisen pedagogiikan voimasta kasvatustyössä ja vanhemmuudessa. Kuinka tuemme lasten ja nuorten hyvinvointia? Luento on käytännönläheinen ja toiminnallinen. Luento toteuttavat yhteistyössä MLL:n paikallisosasto ja Suonenjoen kaupunki. Vapaa pääsy, ei ennakkoilmoittautumista.

219803 Nivelet ja selkä kipuilevat, mikä avuksi? -yleisöluento

Futurian auditorio, Jalkalantie 6

la 8.10.2022 klo 13.00–14.30

Luennoitsijana ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri Esko Kaartinen. Yhteistyössä Suonenjoen Nivelpiiri, Suonenjoki/ Rautalampi TULES ry sekä Sisä-Savon kansalaisopisto. Vapaa pääsy, paikan päälle tulevien ei tarvitse ilmoittautua etukäteen.

219804 Suomalais-venäläistä sodan ja rauhan historiaa -yleisöluento

Futurian auditorio, Jalkalantie 6

la 19.11.2022 klo 15.30–16.45

Historioitsija Teemu Keskisarja luennoi sodan ja rauhan historiasta suhteessa itänaapuriiimme. Vapaa pääsy, paikan päälle tulijoiden ei tarvitse ilmoittautua ennakoon. Tilaisuus striimataan muihin opistokuntiin! Luento voi

seurata Rautalammilla Matti Lohen koulun Vanhassa juhlasalissa, Vesannon uuden koulun ruokasalissa, Leppävirralla valtuustosalissa ja Tervon Mantulla.

219805 Mikä tekee elämästä elämisen arvoista -yleisöluento

Futurian auditorio, Jalkalantie 6

ti 24.1.2023 klo 18.30–20.00

Professori Arto O. Salonen kertoo suomalaisesta tarinasta. Elämme yltäkylläisyyden keskellä nyt, mutta mikä on tänään elämän juoni? Luento etäluentona Kuopiosta. Vapaa pääsy, ei ennakkoilmoittautumista.

219806 Yksityistieläin, avustukset ja tiekuntien perustaminen -yleisöluento

Futurian auditorio, Jalkalantie 6

to 26.1.2023 klo 18.00–19.30

Maanmittausinsinööri Tuomas Kyllönen avaa yksityistieläin sisältöä. Luennon alussa tietoisuutta tieavustuksista ja tiekuntien perustamisesta. Vapaa pääsy, ei ennakkoilmoittautumista.

219807 Laulun, soiton, lausunnon ja tanssin juhlaa – Suonenjoen kevätjuhla

Suonenjoen Yhtenäiskoulun sali, Koulukatu 21

ti 4.4.2023 klo 18.00–19.30

Kansalaisopiston kevätjuhla Suonenjoella. Ohjelmassa laulua, tanssia ja musiikkia opiston esittävien taiteiden ryhmiltä.

219808 Suonenjoen kevätnäyttely

Kellarikallia, Olavi Leskisen katu 12

Kansalaisopiston kurssitöiden näyttely avoinna 26.4.–19.5.2023 Kellarikallia gallerian aukioloaikoina.

Avajaiset 26.4.2023 klo 14.00–15.30.

Opiston teatteriryhmien esitysaikataulut päivittyvät näytäntöjen lähestyessä osoitteeseen <https://suonenjoki.fi/vapaa-aika/sisa-savon-kansalaisopisto/ajankohtaista/>

MUSIIKKI

Ks. ilmoittautumisohjeet ja laskutus käytännöt s. 4–5.

110101 Päivälaulajat

Sairaalapolku, kokoustila 141, Sairaalapolku 3

ke 13.30–15.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Heidi Hämäläinen, 46 t, 63 €

Tervetuloa alkeiskuoroon, jossa laulutaito ei ole välttämättömyys, tärkeintä on halu laulaa. Luvassa monipuolisesti tuttuja lauluja ja tutustumista kuorolaulun saloihin rennolla meiningillä. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

110102 Kansalaisopiston laulu-yhtye

Suonenjoen lukio, luokka L104 (reaali), Koulukatu 21

ke 18.00–19.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Heidi Hämäläinen, 46 t, 63 €

Tule kokeilemaan yhdessä laulamista, aikaisempi stemmalaulukokemus ei välttämätöntä. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

110103 Karaokeryhmä

Vanhamäki, kammari, Vanhamäentie 122

ti 14.30–16.00

13.9.–22.11.2022, 17.1.–28.3.2023

Milja Markkanen, 24 t, 62 €

Harjoittelemme karaokelaulamista ja esiintymistä pienryhmässä. Kokoontumiset parittomilla viikoilla. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

110104 Yksinlaulu

Vanhamäki, kammari, Vanhamäentie 122

12.9.–13.12.2022, 9.1.–17.4.2023

Milja Markkanen, 105 € (SL 52,50 €, KL 52,50 €)

Kurssilla laulamme lauluja oppilaiden toiveiden mukaan sekä harjoittelemme laulamisen tekniikkaa ja tulkintaa oppilaan tarpeet ja aiempi kokemus huomioiden. Alaikäraja 14 vuotta. Yksilöopetus ma-to (oppitunti 45 min/joka toinen viikko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Laulutuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110105 Piano

Suonenjoen lukio, luokka L104 (reaali), Koulukatu 21

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Heidi Hämäläinen, 105 € (SL 52,50 €, KL 52,50 €)

Yksilöopetus ke (oppitunti n. 20 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Yksilöajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110106 Piano tai kosketinsoittimet

Sairaalapolku, kokoustila 141, Sairaalapolku 3

14.9.–1.12.2022, 11.1.–6.4.2023

Riitta Tanninen, 105 € (SL 52,50 €, KL 52,50 €)

Yksilöopetus ma-pe (oppitunti n. 20 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110107 Entisten nuorten soittotunnit

Sairaalapolku, kokoustila 141, Sairaalapolku 3

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Riitta Tanninen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus ma (oppitunti n. 30 min/vko). Lempää musiikin opiskelua yksilöllisesti rauhallisella vauhdilla. Instrumenttivalinnasta voi neuvotella opettajan kanssa (esim. piano, kosketinsoittimet sekä kitaran, basson, 5-kielisen kantelen tai ukulelen alkeet, myös musiikin teoria/säveltapailu). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Aikataulut sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110108 Kitaran/ukulelen/bassonsoiton alkeita

Sairaalapolku, kokoustila 141, Sairaalapolku 3

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Riitta Tanninen, 105 € (SL 52,50 €, KL 52,50 €)

Yksilöopetus ma-pe (oppitunti n. 20 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110109 Kitara/sähkökitara/basso/ukulele

Sairaalapolku, kokoustila 141, Sairaalapolku 3

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Kalle Haukka, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus tiistaisin (oppitunti 30 min/vko). Opiskelija voi valita soittimeksi akustisen- tai sähkökitaran, basson tai ukulelen. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110110 Rummut

Sairaalapolku, kokoustila 141, Sairaalapolku 3

15.9.–1.12.2022, 10.1.–6.4.2023

Erkka Närhi, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus to (oppitunti 30 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110111 Harmonikka

Suonenjoen lukio, luokka L104 (reaali), Koulukatu 21

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Aimo Konttinen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus to (oppitunti 30 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110112 Harmonikkaryhmä

Suonenjoen lukio, luokka L104 (reaali), Koulukatu 21

to 18.00–19.30

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Aimo Konttinen, 46 t, 63 €

Harmonikansoittoryhmä kaikenikäisille. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

110113 Kantelekurssi

Suonenjoen lukio, luokka L127 (biol.), Koulukatu 21

la 11.00–13.45

24.9.–12.11.2022, 19.2.–26.3.2023

Jenni Venäläinen, 20 t, 57 €

Kanteleensoittoa yhdessä! Voit tuoda eri kokoisia kanteleita mukaan, opettaja ohjeistaa ryhmä- ja yksilösoittoa jokaisen oman tason mukaan. Kokoonjumiskerrat SL: la 24.9., 8.10. ja 12.11.2022, KL: 19.2., 19.3. ja 26.3.2023. Kurssimaksu sisältää monistemaksun.

110114 Kehitysvammaisten musiikkiryhmä A

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, K350 musiikkiluokka ja näyttämö

K351, Koulukatu 21

ma 16.45–17.30

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Riitta Tanninen, 23 t, 37 €

Mukavaa yhteislaulua ja musisointia.

110115 Kehitysvammaisten musiikkiryhmä B

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, K350 musiikkiluokka ja näyttämö

K351, Koulukatu 21

ma 17.35–18.20

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Riitta Tanninen, 23 t, 37 €

Mukavaa yhteislaulua ja musisointia.

110116 Ikäihmisten yhteislaulutuokio

Suonenjoen kaupungin päiväkeskus, iso sali, Sairaalapolku

3–5

ma-to 13.00–13.45

12.9.–1.12.2022, 16.1.–30.3.2023

Riitta Tanninen, 8 t, 30 €

Yhteislauluja Päiväkeskuksella klo 13: SL 2022: ma 12.9., ke 5.10. (vanhusten viikko), ti 1.11., to 1.12. KL 2023: ma 16.1., ti 7.2., ke 1.3., to 30.3.

KIELET

Ks. kielten verkkokurssitarjonta s. 6.

120101 Suomi vieraana kielenä,

Finnish as a foreign language

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kieltenluokka 90, Koulukatu 21

ma 15.00–16.30

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Neringa Kartaviciute, 46 t, 57 €

Maahanmuuttajan suomen kielen kurssi. Opit arkielämään liittyviä asioita, peruskielioppia ja suomen kielen

ääntämistä. Oppimateriaali: Oma suomi 1, suomea aikuisille (Otava). Kurssi on Opetushallituksen myöntämän opintotestirahoituksen turvin osallistujille maksuton. This is a Finnish course for non-native speakers. You'll learn basic things, grammar and pronunciation of the Finnish language. Course material: Oma suomi 1, suomea aikuisille (Otava). This course is subsidized, which is why you don't have to pay for the course fee.

120301 Englanti II

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kieltenluokka 90, Koulukatu 21
ma 16.35–18.05

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Neringa Kartaviciute, 46 t, 57 €

Edellisestä lukuvuodesta jatkava kurssi. Opiskelemme englantia leppoisaa tahtiin; pääpaino käytännön kielitaidossa. Sopii englannin alkeet osaaville. Oppimateriaali: English for you, too! Book 1 (Otava), kpl:sta 6 eteenpäin. Tarvittaessa kertailemme kurssin alussa edellisvuoden asioita.

120302 English for You, too! IV

Keskuskatu alakerta, kokoushuone lisvesi, Keskuskatu 3
ti 10.30–12.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Minna Rönkkö, 46 t, 57 €

Opiskelemme keskitason englantia leppoisaa tahtiin; pääpaino käytännön kielitaidossa. Oppimateriaali: English for you, too! Book 4 (Otava). Come on and join us!

120303 Englantia edistyneille

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kieliluokka 95, Koulukatu 21
ke 16.30–18.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Minna Rönkkö, 46 t, 57 €

Käymme läpi monenlaisia tekstejä, keskustelemme, ja hahmotamme maailmaa englanniksi! Sopii hyvät taidot omaaville ja lukiotason englannin kertaajille. Oppimateriaali: Everyday English 5 (Finn Lectura) Unit 6:sta eteenpäin. Seuraava oppikirja päätetään yhdessä.

120304 Coffee Mornings

Keskuskatu alakerta, kokoushuone lisvesi, Keskuskatu 3
to 9.30–10.30

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Minna Rönkkö, 31 t, 60 €

Nautiskelemme aamukahvia ja käymme keskustelua englanniksi. Samalla opimme uutta sanastoa, puhumme ajankohtaisista asioista ja rohkaistumme käyttämään englannin kieltä. Kurssimaksu sisältää kahvin tai teen. Discussions in English as well as morning coffee or tea. Payment of coffee or tea is included in the course fee.

120305 English for you, too! II

Keskuskatu 3 alakerta, kokoushuone lisvesi, Keskuskatu 3
to 11.30–13.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Minna Rönkkö, 46 t, 57 €

Tämä kurssi sopii sinulle, jos osaat hieman englantia. Etenemme rauhalliseen tahtiin; pääpaino käytännön kielitaidossa. Oppimateriaali: English for you, too! 2 (Otava). Tule rohkeasti mukaan!

120306 Turning tables? Walk the line?

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kieliluokka 95, Koulukatu 21
to 17.00–18.00

23.3.–27.4.2023

Minna Rönkkö, 8 t, 30 €

Turning tables? Walk the line? Sweet dreams are made of cheese, häh? Onko englanninkielistä musiikkia kiva kuunnella, mutta sanoista ei saa selvää tai niitä ei ymmärrä? Tällä lyhytkurssilla käymme läpi laulutekstejä tunnetuista kappaleista eri esittäjiltä. Jokaisella kurssikerralla keskitymme saman aihepiiriin kappaleisiin, aiheet vaihtelevat viikoittain. Kurssimateriaali opettajalta.

120401 Saksa, jatkokurssi

Suonenjoen uusi lukio, luokka L136 (kielet), Koulukatu 21
ke 16.30–18.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Raija Huusko, 46 t, 57 €

Jatkamme saksan kielen opintoja viime vuodesta. Pääpaino on suullisessa viestinnässä, rakenteita käymme läpi tarpeen mukaan. Kurssi sopii hyvin myös keskusteluharjoitusta kaipaaville. Sopii aiemmin vähintään vuoden saksaa opiskelleille. Tervetuloa joukkoomme myös uudet opiskelijat! Oppimateriaali: Einverstanden 1 (Otava), kpl:sta 6 alkaen.

120402 Matalan kynnyksen juttutupa saksan kielellä

Suonenjoen uusi lukio, luokka L136 (kielet), Koulukatu 21
ke 18.00–19.30, la 12.00–13.30

21.9.–8.10.2022

Raija Huusko, 12 t, 30 €

Vaihdetaan kuulumisia ja keskustellaan ajankohtaisista aiheista saksaksi, unohtamatta saksankielisten maiden kulttuuria ja tapoja. Keskitytään puheen tuottamiseen ja vahvistamiseen rennossa ilmapiirissä. Sopii saksaa n. kolme vuotta opiskelleille. Tule mukaan kuuntelemaan ja puhumaan saksaa, sekä aktivoimaan mahdollisesti uinuvaakin kielitaitoa! Kokoontumiset kahdesti viikossa kolmen viikon ajan alkaen 21.9.2022.

120601 Venäjä VII

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kieliluokka 95, Koulukatu 21
ma 15.00–16.15

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Elizaveta Kharitonova, 38 t, 57 €

Kurssi sopii useita vuosia opistossa opiskelleille ja niille, jotka osaavat venäjää jo melko hyvin ja kaipaavat kertausta. Oppimateriaali: Pora! 3 (Пора! 3), venäjää aikuisille (Otava), kpl:sta 7. Tervetuloa mukaan entiset ja uudet opiskelijat!

120602 Venäjä III

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kieliluokka 95, Koulukatu 21
ma 16.30–17.45

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Elizaveta Kharitonova, 38 t, 57 €



Tämä on jatkoa edellisen lukuvuoden kurssille. Jatkamme venäjän kielen opiskelua, ja tutustumme samalla myös venäläiseen kulttuuriin. Kurssi sopii muutaman vuoden venäjää opiskelleille ja kertaajille. Oppimateriaali: Kafe Piter 1 (Finn Lectura), kpl:sta 11.

120603 Venäjä III

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kieliluokka 90, Koulukatu 21
ma 18.15–19.45

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Neringa Kartaviciute, 46 t, 57 €

Kurssi on jatkoa viime vuoden kurssille. Sopii venäjää n. kolme vuotta opiskelleille ja kertaajille. Jatkamme opiskelua leppoisaan tahtiin. Oppimateriaali: Pora! 2 (Пора! 2), venäjää aikuisille (Otava), kpl:sta 4 alkaen. Kurssin alussa kertailemme tarvittaessa kirjan aiempia kappaleita.

120701 Espanja IV

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kieliluokka 95, Koulukatu 21
pe 17.00–18.30

16.9.–2.12.2022, 13.1.–14.4.2023

Juha Perez Kallaskari, 46 t, 57 €

Jatkamme tutustumista arjen viestintätilanteisiin ja yleisiin aihepiireihin, ja syvennämme myös kielioppitietämystä. Opettajana puoliksi espanjalainen Juha Perez Kallaskari, joka osaa opastaa syvällisesti myös espanjalaiseen kulttuuriin. Oppimateriaali: Buenas Migas 2 (Otava), kpl:sta 3 eteenpäin.

129801 Eesti keel kesktasemele

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kieliluokka 95, Koulukatu 21
ti 17.30–19.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–11.4.2023

Sirje Huuskonen, 46 t, 57 €

Õppimine on tarkuse ema. Oleme õppinud eesti keelt mitmeid aastaid. Loeme kursusel eestikeelset kirjandust, vestleme õpilasi huvitavatel teemadel unustamata keeleõpetust. Õpik: Mall Pesti, Helve Ahi "K nagu Kihnu B2" alates peatükist 11. Kirjandus: Mika Keränen "Vanemuise väits". Ei tunteja 4.4.2023.

ESITTÄVÄ SANA- JA NÄYTTÄMÖTAIDE SEKÄ KIRJALLISUUS

110201 Teatteri Lumo

Vanhamäen Ylissali, Vanhamäentie 122

ma 15.00–16.30

15.8.–19.12.2022, 9.1.–8.5.2023

Annukka Nurmi, Jukka Virtala, 100 t, 87 € (SL 43,50 €, KL 43,50 €)

Tule teatterin lumoon! Valmistamme teatteriesityksiä, joissa käytämme monenlaisia teatteritekniikoita, kuten mustaa teatteria, varjo- ja naamioteatteria. Tule mukavaan porukkaan oppimaan uutta näyttelemisestä sekä ideoimaan, tutkimaan, kirjoittamaan, rakentamaan ja esiintymään! Sopii 10–100-vuotiaille teatterista kiinnostuneille. Huom! Aloitamme kauden tällä kertaa jo elokuussa viimeistelläksemme näytelmän "Hohtosaaren lääkäri" Suonenjoen Taiteiden yö-tapahtumaan. Elokuun kokoontumiset keskiviikkoisin klo 14:30–16:00, syyskuun alusta alkaen klo 15:00–16:30.

110202 Lausunta ja puheilmaisu

Vanhamäen Ylissali, Vanhamäentie 122

ma 16.30–19.45

12.9.–5.12.2022, 9.1.–17.4.2023

Raili Vesterinen, 100 t, 87 € (SL 43,50 €, KL 43,50 €)

Teemme puheilmaisu- ja lausuntaharjoituksia yhdessä ja erikseen erilaisten tekstien avulla. Käsittelemme ja harjoittelemme itse valittuja tekstejä, joita lähestymme oman persoonamme kautta. Analysoimme runot yhdessä. Kokoamme uusia ohjelmistoja, joita esitämme lukukausien päätteeksi. Esityksiin osallistuminen on vapaaehtoista.



Puhetta haudan takaa -lausujat. Kuva: Tiina Tanskanen

110203 Hyvän tuulen teatteri

Kohtaamo, Keskuskatu 4

to 12.00–13.30

15.9.–1.12.2022, 12.1.–20.4.2023

Annukka Nurmi, 52 t, 45 €

Kehitysvammaisten teatteri-ilmaisun ryhmä. Annamme teatterin ja luovan puuhastelun tuoda iloa torstaipäiviin. Teemme kurssilla ilmaisuharjoituksia, improvisaatioita, nukketeatteria, varjoteatteria, klovneriaa ja heittäydymme draamatarinoiden vietäväksi. Ei opetusta viikolla 12.

110204 Tarinateatterin peruskurssi

Vanhamäen Ylissali, Vanhamäentie 122

la 9.30–14.30

24.9.–29.10.2022

Jukka Virtala, 18 t, 39 €

Tule kokeilemaan teatteri-improvisaatiota tosielämän tarinoista! Syyskurssilla harjoitellaan näyttämöilmaisua, tarinan tasojen kuulemistä ja tarinateatteri-menetelmää (Playback Theatre) kolmena lauantaina: 24.9., 8.10. ja 29.10. Peruskurssin päätteeksi voit kokeilla esiintymistä Tarinateatteri SisäValon kanssa ja jatkaa opintoja kevään jatkokurssilla.

110205 Kesäteatteri

Vanhamäen Ylissali, Vanhamäentie 122

ke 17.00–19.15

11.1.–7.6.2023

Annukka Nurmi, 66 t, 70 € (SL 35 €, KL 35 €)

Tule valmistamaan kesäistä teatteriesitystä mukavassa porukassa. Harjoittelemme Vanhamäen Ylissalissa, ja esiinnymme ulkoilmassa kesäkuun alkupuolella. Tarkemmasta aikataulusta sovitaan kurssin alkaessa.

110206 Tarinateatterin jatkokurssi

Vanhamäen Ylissali, Vanhamäentie 122

la 9.30–14.30

4.3.–15.4.2023

Jukka Virtala, 18 t, 39 €

Tarinateatteri (Playback Theatre) on vuorovaikutuksellista improvisaatioteatteria. Jatkokurssilla vahvistetaan tarinoiden tulkinnan taitoja ja yhteispeliä näyttämöllä, sekä suunnataan esiintymään Tarinateatteri SisäValon keikoilla. Jatkokurssille voidaan ottaa pari uutta opiskelijaa. Tule Tarinateatterin peruskurssille 110204 syksyllä 2022 tai ole yhteydessä opettajaan (yhteystiedot opiston toimistosta). Kevään aikataulu sovitaan syksyn peruskurssin päätteeksi la 29.10.2022. Alustavasti on suunniteltu kolmea lauantaita: 4.3., 25.3. ja 15.4.2023.

110601 Sanapino

Vanhamäen Ylissali, Vanhamäentie 122

ma 9.30–11.00

12.9.–21.11.2022, 16.1.–24.4.2023

Annukka Nurmi, 26 t, 51 €

Sanat pinoon ja lauseet läjään! Tule kirjoittamaan ja jakamaan omia tekstejäsi mukavassa porukassa. Tehdään arjesta runoutta ja etsitään sanojen salaisia polkuja. Ensikertalaiset saavat kannustusta tarttua kynään tai näppäimistöön, kokeneemmat tekstinikkarit voivat kokeilla uusia kirjoittamisen tapoja. Kokoonnumme maanantaisin parittomilla viikoilla.

110602 Kirjallisuuspiiri

Keskuskatu 3 alakerta, kokoushuone lisvesi, Keskuskatu 3 to 17.30–19.00

15.9.–24.11.2022, 12.1.–30.3.2023

Annukka Nurmi, 16 t, 39 €

Nautimme kirjallisuudesta lukien ja keskustellen. Kurssilla on tarvittaessa myös etäosallistumismahdollisuus. Kirjallisuuspiiri sopii lukemista harrastaville ja uutta potkua lukuharrastukseensa kaipaaville. Ensimmäisellä kerralla keskustelemme Tove Janssonin romaanista ”Kesäkirja”. Voit halutessasi valmistautua lukemalla lisäksi toisenkin Janssonin teoksen ”Vaarallinen juhannus”. Muut luettavat kirjat sovimme kurssilla. Mitä teosta Sinä toivoisit lukupiirimme käsittelevän? Kokoonnumme syksyllä 15.9., 6.10., 3.11. ja 24.11. ja keväällä 12.1., 9.2., 2.3. ja 30.3.

TIETOTEKNIikka

340101 Sähköiset asiointipalvelut, päivittäiset palvelut

Suonenjoen lukio, luokka L135, Koulukatu 21

ke 16.00–17.30

18.1.–15.2.2023

Nina Härkönen, 10 t, 30 €

Aluksi tutustumme vahvaan tunnistautumiseen ja tarvittaviin välineisiin. Alkuun pääsemiseksi tarvitet vähintään verkkopankkitunnukset. Opettelemme käyttämään mm. verkkopankkia, kanta.fi -palvelua, OmaVeroa, Traficomin ja Kelan sähköisiä asiointikanavia. Kurssilla emme myöskään unohda tietoturva, vaan opetlemme hoitamaan asiat turvallisesti laitteesta riippumatta. Ota mukaasi älypuhelin, tablet- tai kannettava tietokoneesi.

340102 Kannettavan tietokoneen vuosihoito

Suonenjoen lukio, luokka L135, Koulukatu 21

ke 16.30–18.00

22.2.–5.4.2023

Nina Härkönen, 12 t, 30 €

Nyt siivotaan! Kurssilla opetellaan siivoamaan oman koneen käyttöjärjestelmä, sekä opimme, mitä itse voimme tehdä koneen toimivuuden eteen. Hoidamme myös samalla tietoturvan kuntoon ja käymme läpi, miten esimerkiksi pankkiasiat hoidetaan turvallisesti.

KUVATAITEET JA MUOTOILU

110301 Lasityöt ja posliininmaalaus

Suonenjoen vanha lukio, kuvataideluokka, Pihlajakatu 18 ti 12.30–15.45

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Ulla-Riitta Immonen, 92 t, 106 € (SL 56 €, KL 56 €)

Valmistamme käyttö- ja koriste-esineitä käyttäen kierrätys- ja sulatuslaseja. Opettelemme myös kuparifolio- ja lyijylasitekniikkaa sekä lasimosaiikkiteitä. Opettajalla on paljon erilaisia sulatusmuotteja. Maalaamme posliinia kurssilaisten toivomilla tekniikoilla. Posliininmaalaustekniikat sopivat myös lasin koristeluun. Kurssi sopii vasta-alkajille ja aiemmin tehneille. Kurssimaksu sisältää työväline- ja polttomaksut.

110302 Taitopaja 7–12-v.

Suonenjoen vanha lukio, opiston keramiikkaluokka,

Pihlajakatu 18

to 14.30–16.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Marja-Leena Sinervo, 46 t, 85 € (SL 42,50 €, KL 42,50 €)

Monipuolinen taitopaja koululaisille! Piirrämme, maalaamme, painamme kangasta, teemme savitöitä, mosaiikkia ja monenmoista muuta kokeillen, keksien ja uutta oppien. Kurssimaksu sisältää tarvikemaksun.

110303 Keramiikka

Suonenjoen vanha lukio, opiston keramiikkaluokka,

Pihlajakatu 18

to 17.30–20.45

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Marja-Leena Sinervo, 92 t, 106 € (SL 53 €, KL 53 €)

Valmistamme savesta astioita ja esineitä eri tekniikoin. Kurssi sopii kaikille savitöistä kiinnostuneille. Kurssimaksu sisältää polttomaksun.

110304 Digijärjestelmäkamera tutuksi

Suonenjoen lukio, luokka L127, Koulukatu 21

to 18.00–20.15

15.9.–6.10.2022

Olli Korhonen, 12 t, 30 €

Käymme lyhyesti ja yksinkertaisesti läpi valokuvauksen tekniikkaan liittyviä peruskäsitteitä lähinnä luontovalokuvauksen näkökulmasta. Samalla opetlemme hyödyntämään valokuvan ottoon liittyviä tekijöitä kuten kameran sulkimen nopeus, objektiivin polttoväli ja suljinaukko, valoherkkyyden ISO-arvo sekä valkotasapaino ja ymmärtämään, miten ne vaikuttavat onnistuneen kuvan ottamiseen. Opettelemme luonnonvalolla kuvaamista, mutta käsittelemme myös lisävaloilla valaisua. Kurssille osallistuaksesi tarvitset järjestelmäkameran.

110305 Iloa ja luovuutta -taidepaja

Suonenjoen yhtenäiskoulu, Koulukatu 21

ma 17.30–19.45

19.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Birgitta Kuurne, 33 t, 54 €

Tutustumme kurssin aikana monipuolisesti eri maalaustekniikoiden maailmaan luovasti, rennolla ja kokeilevalla otteella. Löydä oma luontainen ilmaisutapasi. Voit työskennellä haluamillasi välineillä (akryyli, akvarelli, vesiliukoiset öljyvärit, muste ym.) sekä tutustua itsellesi tuntemattomiin tekniikoihin. Sisällössä otetaan huomioon kurssilaisten toiveita. Materiaaleista pieni lisämaksu, opettajalta voi ostaa papereita ym. Kokoonnutiset joka toinen viikko parillisilla viikoilla.

110306 Kartonkigrafiikka, ekologista taidegrafiikkaa

Suonenjoen yhtenäiskoulu, Koulukatu 21

pe 17.00–20.00, la 10.00–14.45, su 10.00–14.00

23.9.–2.10.2022

Birgitta Kuurne, 26 t, 51 €



Oppaan asetelmakuvat: Jarno Miettinen



Tutustumme kahden viikonlopun intensiivikurssin aikana ekologiseen ja myrkyttömään taidegrafiikan tekniikkaan ja sen erilaisiin, monipuolisiin variaatiomahdollisuuksiin. Kartonkigrafiikan teokset muistuttavat lähinnä metalligrafiikkaa. Tekniikalla voi saada jopa akvarellimaista jälkeä. Tutustumme myös lino- ja monotypiatekniikoihin sekä teemme sekatekniikkakokeiluja. Materiaaleista pieni lisämaksu. Opettajalta voi ostaa jotain tuotteita, mm. syväpainopapereita.

110307 Veikeät veistokset pihalle

Suonenjoen vanha lukio, kuvataideluokka, Pihlajakatu 18
pe 17.00–20.15, la 10.00–14.00
3.–18.3.2023

Anna-Kaarina Kalliokoski, 18 t, 39 €

Muotoilemme katiskaverkosta rungot veistokselle ja hyödynnämme erilaisia tekstiilejä veistoksen pintamateriaalina. Lopullisen muodon teemme kankaan kovetusaineella. Kokoontumiset 3.–4.3. ja 17.–18.3.2023. Kurssia ennen tulee kurssikirje osallistujille tarvittavista materiaaleista. Kovetusaineen voi ostaa opettajalta.

110308 Pisankamunakurssi

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, tekstiililuokka 50, Koulukatu 21
la ja su 10.00–15.00
11.–12.3.2023

Sirpa Hasa, 13 t, 30 €

Tule valmistamaan perinteisiä pisankamunia tai itse keksittyjä kuvioita aitoihin kananmuniin. Värikkäät ja kuviolliset munat ovat kevään kaunistus! Mukaan kannattaa varata mukavat vaatteet ylle, talouspaperirulla ja lämpötuikkukynttilöitä. Materiaalimaksu per muna on 1,10 € (sisältää munat, värit, vahat ym.).

110309 Neulanreikäkameran valmistus ja kuvaaminen

Suonenjoen vanha lukio, kuvataideluokka, Pihlajakatu 18
la 10.00–15.30, su 10.00–14.45
22.–23.4.2023

Tiina Tanskanen, 13 t, 30 €

Kurssilla valmistetaan oma neulanreikäkamera peltipurkista. Kuvaamme valmistamillamme kameroilla ja kehitämme kuvia pimiössä. Kurssi sopii kaikille valokuvauksesta kiinnostuneille. Ota mukaan oma peltipurkki (esim. keksi- tai kahvipurkki). Tarvikkeista peritään erillinen maksu.

KÄDENTÄIDOT

110401 Lempyyn luovat lauantait

Lempyyn koulu, Koulurinteentie 2
la 10.00–14.00
27.8.–3.12.2022, 14.1.–1.4.2023
Anna-Kaarina Kalliokoski, 50 t, 70 €

Kerran kuukaudessa kokoonnumme kässäilemään ja askartelemaan eri teemoilla. Luomme myös uusia tuotteita kierrätysmateriaaleista. Sovimme yhdessä kauden ohjelman ajatuksella taito tehdä – ilo onnistua. Sovimme yhdessä kokoontumiskerrat.

110402 Kädentaito- ja taideainekurssien esittely

Suonenjoen pääkirjasto aula, Olavi Leskisen katu 12
ke 7.9.2022 klo 15.00–17.00
Anna-Kaarina Kalliokoski

Tule tutustumaan alkavan kauden kursseihin. Saat tietoa kurssien sisällöstä ja kauden toiminnasta. Voit ilmoittautua samalla haluamillesi kurssille. Ei ennakkoilmoittautumista.

110403 Ekoprint – väriä ja kuvioita luonnosta

Suonenjoen vanha lukio, kuvataideluokka, Pihlajakatu 18
ke 17.30–19.00, pe 17.30–20.45, la ja su 10.00–15.15
7.–11.9.2022

Anna-Kaarina Kalliokoski, 19 t, 39 €

Ekoprint on kokeilevaa, yllätyksellistä ja mukaansatempaavaa kankaankuviointia, jossa värit saadaan luonnosta. Kuvioimme kankaita ja paperia ekoprint -menetelmällä. Käärimme soijamaidolla esikäsitellyt kankaat ja kasvit tiukaksi paketuksi. Kuviot kiinnitetään kankaisiin höyryttämällä. Kuvioituja kankaita voi käyttää vaatetukseen ja sisustukseen, paperit esim. korteiksi. Poimimme kasveja pihalta tai käytämme kukkakaupan ”vihheroskia”. 7.9. saat perustiedot menetelmästä ja tarvittavista materiaaleista. 9.9.–11.9.2022 kankaiden kuviointi.

110404 Käsityöpaja

Kohtaamo, Keskuskatu 4
ma 13.00–15.15
26.9.–21.11.2022, 16.1.–27.3.2023

Anna-Kaarina Kalliokoski, 18 t, 39 €

Tutustumme monipuolisesti eri käsityötekniikoihin osallistujien toiveiden mukaan mm. solmeilu, tuftaus, huovutus, ompelu. Kauden ohjelman sovimme yhdessä. Opettajalta voi ostaa materiaaleja. Kokoontumiset kerran kuussa 26.9., 24.10. ja 21.11.2022 sekä 16.1., 27.2. ja 27.3.2023.

110405 Ompele uutta – tuunaa vanhaa

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, tekstiililuokka 50, Koulukatu 21
ma 17.30–20.45
12.9.–21.11.2022, 16.1.–27.3.2023

Tarja Karhunen, 48 t, 57 €

Ompelemme valmiskaavoja käyttäen yksilöllisiä vaatteita ja asusteita lapsille sekä aikuisille trikoosta ja muista kankaista. Korjaamme ja tuunamme vaatteita ja sisustustekstiilejä persoonallisiksi käyttötuotteiksi. Kokoontumiset parittomilla viikoilla.

110406 Kudonta Halolanmäki

Halolanmäen kylätalo, Halolanmäentie 19
ma 18.00–21.15

12.9.–21.11.2022, 16.1.–27.3.2023

Minna Puranen, 48 t, 67 €

Teemme sekä perinteisiä kudonnaisia että luomme uutta.

Jokainen kurssilainen pyrkii osallistumaan kaikkiin kudontaan liittyviin työvaiheisiin. Sopii vasta-alkajille ja kudontaa aiemmin harrastaneille. Kurssimaksu sisältää välinemaksun. Kokoontumiset parittomilla viikoilla.

110407 Puutyöt päiväryhmä

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, puutyöluokka 57, Koulukatu 21
ti 14.15–17.30

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Jyrki Härkönen, 92 t, 106 € (SL 53 €, KL 53 €)

Teemme puusta käyttö- ja koriste-esineitä, entisöimme ja kunnostamme vanhoja huonekaluja. Nikkaroimme kaikenlaista kurssilaisten tarpeiden mukaan. Kurssi sopii sekä aiemmin puutöitä tehneille että vasta-alkajille. Kurssimaksu sisältää välinemaksun.

110408 Puutyöt A

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, puutyöluokka 57, Koulukatu 21
ti 17.45–21.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Jyrki Härkönen, 92 t, 106 € (SL 53 €, KL 53 €)

Teemme puusta käyttö- ja koriste-esineitä, entisöimme ja kunnostamme vanhoja huonekaluja. Nikkaroimme kaikenlaista kurssilaisten tarpeiden mukaan. Kurssi sopii sekä aiemmin puutöitä tehneille että vasta-alkajille. Kurssimaksu sisältää välinemaksun.

110409 Hauskat ja hyödylliset betonityöt

Suonenjoen vanha lukio, kuvataideluokka, Pihlajakatu 18
ke 17.00–20.15, ke 16.30–18.00

14.9.–12.10.2022

Anna-Kaarina Kalliokoski, 18 t, 39 €

Valamme kuivabetonista esim. ruukkuja, palloja, pitsimäisiä kynttilälyhtyjä, pihalaattoja, juoma-altaita linnuille, tonttuja, betonipenkkejä, pakkasta kestäviä kukkia, ym. koristeita joko sisälle tai puutarhaan. Hyödynnämme vanhat pitsiliinat, pyyhkeet ja keinokuituvaatteet valutöissä. Töitä voi koristella mosaikeilla, kivillä tai kaakelinpaloilla. Saat ohjeet materiaaleista ennen kurssin alkamista. Ilmoitathan sähköpostiosoitteesi lisätietojen vuoksi. Kokoontumiset 14.9.–5.10. klo 17.00–20.15, ja 12.10. klo 16.30–18.00.

110410 Puutyöt B

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, puutyöluokka 57, Koulukatu 21
ke 17.45–21.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Jyrki Härkönen, 92 t, 106 € (SL 53 €, KL 53 €)

Nikkaroimme puusta kaikenlaista kurssilaisten tarpeiden mukaan. Entisöimme ja kunnostamme vanhoja huonekaluja. Teemme puusta käyttö- ja koriste-esineitä. Kurssi sopii sekä aiemmin puutöitä tehneille että vasta-alkajille. Kurssimaksu sisältää välinemaksun.

110411 Kudonta Vehvilä

Vehvilä-talo, Siepontie 8
ke 17.45–21.00

14.9.–23.11.2022, 18.1.–29.3.2023

Sari Konttinen, 48 t, 67 €

Kudomme yhteisloimiin monenlaisia töitä. Uudet loimet ja muut käsityöt sovimme yhdessä kurssin alussa. Kurssi sopii sekä vasta-alkajille että kudontaa ja käsitöitä aiemmin

harrastaneille. Kurssimaksu sisältää välinemaksun. Kokoontumiset parittomilla viikoilla.

110412 Käsityökeidas

Suonenjoen vanha lukio, kuvataideluokka, Pihlajakatu 18
to 10.00–12.30

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Marja-Liisa Husso, 77 t, 79 € (SL 39,50 €, KL 39,50 €)

Haluatko oppia uutta, saada keskeneräisen työsi valmiiksi tai tuunata vanhaa esinettä tai vaatetta? Voit keskittyä yhteen tekniikkaan tai kokeilla useampaa. Luomme käyttökelpoisista kierrätysmateriaaleista uusia ja ainutlaatuisia tuotteita kurssilaisten toiveet huomioiden. Taito tehdä, ilo onnistusta -periaatteella. Tule mukaan innostumaan monipuolisesta käsillä tekemisestä mukavassa ryhmässä.

110413 Hopeakorujen valmistus

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, yläasteen kuvataideluokka 54,
Koulukatu 21

to 17.30–20.45

15.9.–24.11.2022, 19.1.–30.3.2023

Laura Kumpulainen, 48 t, 57 €

Valmistamme hopeasta koruja (esim. muinaisketjut ja -käädyt, korvakorut, riipukset ja sormukset), käyttäen erilaisia perinteisiä seppien menetelmiä. Materiaalina käytämme hopealankaa ja -levyä. Voit tuoda materiaaleiksi myös omia hopea-aterimiasi tai esimerkiksi helmiä. Kurssi sopii myös aloittelijoille. Materiaaleja ja tarvikkeita voi ostaa opettajalta. Kokoontumiset parittomilla viikoilla.

110414 Metallityöt ja romuhitsaus

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, metallityöluokka 68,
Koulukatu 21

to 17.45–21.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Eemil Pakarinen, 92 t, 112 € (SL 56 €, KL 56 €)

Valmistamme mm. kynttelikköjä, naulakoita, saranaita, ovenkahvoja, ankkureita, viirejä ja puukkoja. Lisäksi mahdollisuus tehdä romuraudasta pihalle somisteita tai käyttöesineitä. Korjaamme käyttö- ja harraste-esineitä metallityötekniikoin. Ota mukaan kaikenlaista rautaromua, josta ajattelet tehdä työsi. Vaatetuksena pitkähihainen puuvillapaita, farkut tai vastaavat työhousut tai työhaalari sekä nahkaiset, pitkävartiset suojakäsineet. Kurssi sopii sekä vasta-alkajille että jo aiemmin hitsanneille. Kurssimaksu sisältää välinevuokran ja kaasun.

110415 Puukkokurssi

Suonenjoen yhtenäiskoulu, Koulukatu 21
pe 17.30–19.45, la ja su 9.00–15.00

16.–25.9.2022

Risto Jaatinen, 34 t, 60 €

Kurssilla valmistetaan käyttö-/sienipuukko ja tutustutaan tarkemmin sen valmistamiseen ja työmenetelmiin. Kokoontumiset kahtena viikonloppuna pe, la ja su. Voit tuoda omat materiaalit tullessasi tai ostaa ne opettajalta. Saatavilla: nahkat, puutarvikkeet, teräsihviitit, teräksiset, helamateriaalit, neulat, langat, liimat ja nahkavärit. Käteismaksu materiaaleista suoraan opettajalle. Ennen kurssia lähetämme kurssikirjeen, jossa tarkemmat ohjeet. Ilmoita sähköpostiosoitteesi ilmoittautumisen yhteydessä.

110416 Housut omilla mitoilla

Suonenjoen yhtenäiskoulu, Koulukatu 21
ma 17.00–20.15

19.9.–31.10.2022

Anna-Kaarina Kalliokoski, 12 t, 30 €

Muokkaamme valmiskaavat omille mitoille sopiviksi ja ompelemme housut arkeen, juhlaan tai vapaa-ajan käyttöön. Kurssi soveltuu myös vasta-alkajille. Käymme läpi ompelukoneen ja saumurin käyttöä. Kokoonnotumiset parillisilla viikoilla.

110417 Risu- ja pajutyöt

Suonenjoen vanha lukio, kuvataideluokka, Pihlajakatu 18
ke 17.00–20.15, ke 18.00–20.30
12.10.–16.11.2022
Anna-Kaarina Kalliokoski, 19 t, 39 €
Punomme tuoreista koivunrisuista ja pajusta sekä käyttö-
että koriste-esineitä sisä- ja ulkotiloihin. Saat ohjeet
materiaalien keruusta ennen kurssin alkua, joten ilmoitathan
sähköpostiosoitteesi ilmoittautuessasi. Infotilaisuus
12.10.2022 klo 18.00–20.30, muut kurssikerrat klo 17.00–
20.00.

110418 Kehyskori pajusta

Suonenjoen vanha lukio, Pihlajakatu 18
pe 17.00–20.15, la ja su 10.00–15.30
28.–30.10.2022
Anita Kalliokoski, 18 t, 39 €
Kehyskori voi olla laakea, suppea, matala tai syvä, riippuen
käyttötarkoituksesta. Se voi olla yksi- tai kaksilokeroinen.
Nimensä mukaisesti kori muodostuu paksummasta
pajusta taivutetuista kehistä ja niiden väliin ohuemmalla
pajulla punotusta pinnasta. Opittuasi tämän helpon
tekniikan voit valmistaa monen muotoista kehyskoreja eri
käyttötarkoituksiin. Kurssilla voi tehdä myös muita helppoja
pajutöitä.

110419 Hemmottelulahjoja

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, tekstiililuokka 50, Koulukatu 21
ke 17.00–20.15
23.–30.11.2022
Anna-Kaarina Kalliokoski, 8 t, 30 €
Valmistamme omatekoisia jalkakylpylaljoja ja pyykkietikkaa
lähikaupan perusvalikoimista löytyvistä elintarvikkeista, sekä
saippuaa valmiista saippuamassasta. Saat ennakotietoja
hankittavista aineista sähköpostitse. Valmistamme
persoonalliset etiketit ja pakkaukset lahjoille.

110420 Itsetehdyt kankaat valmiiksi tuotteiksi

Suonenjoen yhtenäiskoulu, Koulukatu 21
ma 17.00–20.15
9.1.–3.4.2023
Anna-Kaarina Kalliokoski, 24 t, 51 €
Löytyykö kaapeistasi itsetehtyjä kankaita aiemmilta kursseilta
(esim. huovutus, kankaanpaino, kudonta)? Ideoimme ja
ompelemme ne vaatteiksi tai sisustustuotteiksi. Kurssi
soveltuu myös aloittelijoille. Kokoonnotumiset parillisilla viikoilla.

110421 Surauta saumurilla

Suonenjoen yhtenäiskoulu, Koulukatu 21
ke 17.00–21.00
11.1.–8.2.2023
Anna-Kaarina Kalliokoski, 25 t, 51 €
Ompelemme helppoja vaatteita ja asusteita joustavista
materiaaleista. Hyödynnämme valmiita kaavoja ja
muokkaamme niitä sopiviksi. Kurssilla opetellaan
saumurin ja peitetikkikoneen käyttöä.

110422 Ekologista värjäystä

Suonenjoen vanha lukio, Pihlajakatu 18
ke 17.00–19.15, pe 17.00–20.15, la 10.00–15.30
14.–15.4.2023, 25.–26.8.2023
Anna-Kaarina Kalliokoski, 25 t, 51 €
Värjäämme lankoja ja kankaita kasviväreillä sekä
hyödynnämme keittiön biojätettä (mm. tee, kahvi, sipulin
ja hedelmien kuoret). Kurssi koostuu infotilaisuudesta
1.3.2023, jossa tutustumme luonnon väriksäveihin ja

biojätteen käsittelyyn ennen varsinaista kurssia. Varsinaiset
värjäyskerrat erillisinä kokonaisuuksina. Biojätevärjäys 31.3.–
1.4.2023 ja kasvivärjäys 25.–26.8.2023.

TANSSI JA LIIKUNTA

110502 Lavis

Suonenjoen vanhan lukion liikuntasali, Pihlajakatu 18
ma 19.30–20.30
12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023
Anne Nissinen, 31 t, 54 €
Lavis-lavatanssijumppa on hauskaa, helppoa ja hikistä
liikuntaa, joka perustuu lavatanssiaskelien ja jumpan
välimuotoon. Lavista tanssitaan yksin, joten ei ole vaaraa,
että kukaan talloo varpaille. Tunnilla tanssimme tuttuja
lavatanssilajeja kuten humpaa, jenkkaa, rock/jive, cha cha ja
samba.

110503 Senioritanssi

Suonenjoen Yhtenäiskoulun sali, Koulukatu 21
ti 15.45–17.15
13.9.–29.11.2022, 10.1.–11.4.2023
Sirje Huuskonen, 46 t, 57 €
Tule tanssimaan kansainvälisiä seuratanseja kotimaisen
ja ulkomaisen musiikin säestyksellä. Senioritanssi soveltuu
eri-ikäisille ja -kuntoisille. Voit aloittaa senioritanssin,
vaikkei sinulla olisi aiempaa tanssitaustaa. Monipuolinen
ja rytmikäs musiikki auttavat sinua löytämään tanssin ilon.
Paria ei tarvita. Luvassa on iloista, turvallista ja mukavaa
menoa. Opetuksessa käytetään lkäinstitutiutin teettämiä
senioritanssimateriaaleja ryhmän tason mukaan. 4.4.23 ei
tuntia.

110504 Satubaletti 3–4-v.

liveden koulun liikuntasali, Tapiolantie 2
ti 15.00–15.30
13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023
15 t, 39 €
Tanssin iloa ja perusliikuntataitoja. Tutustumme leikin kautta
baletin alkeisiin. Mukaan balettiasu tai jumppavaatteet sekä
juomapullo. Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston
keväthuhlassa ti 4.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus
korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka
et haluaisikaan esiintyä.

110505 Satubaletti 5–6-v.

liveden koulun liikuntasali, Tapiolantie 2
ti 15.35–16.20
13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023
23 t, 51 €
Tanssin iloa ja perusliikuntataitoja. Tutustumme leikin kautta
baletin alkeisiin. Mukaan balettiasu tai jumppavaatteet sekä
juomapullo. Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston
keväthuhlassa ti 4.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus
korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka
et haluaisikaan esiintyä.

110506 Showtanssi 7–9-v.

liveden koulun liikuntasali, Tapiolantie 2
ti 16.30–17.15
13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023
23 t, 51 €
Showtanssi yhdistelee eri tanssityylejä vauhdikkaaksi
kokonaisuudeksi. Tule oppimaan tanssitekniikkaa ja
tanssimaan mukaansatempaavia sarjoja. Kurssiin sisältyy
esiintyminen kansalaisopiston keväthuhlassa ti 4.4.2023.
Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden
kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan
esiintyä.

110507 Showtanssi 10–13-v.

Iisveden koulun liikuntasali, Tapiolantie 2

ti 17.35–18.35

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

31 t, 54 €

Showtanssi yhdistelee eri tanssityylejä vauhdikkaaksi kokonaisuudeksi. Tule oppimaan tanssitekniikkaa ja tanssimaan mukaansatempaavia sarjoja. Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston kevätjuhlassa ti 4.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

110508 Showtanssi yli 13-v.

Iisveden koulun liikuntasali, Tapiolantie 2

ti 18.40–19.40

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

31 t, 54 €

Showtanssi yhdistelee eri tanssityylejä vauhdikkaaksi kokonaisuudeksi. Tule oppimaan tanssitekniikkaa ja tanssimaan mukaansatempaavia sarjoja. Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston kevätjuhlassa ti 4.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

110509 Itämainen tanssi

Suonenjoen vanhan lukion liikuntasali, Pihlajakatu 18

to 17.00–18.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Sanna Myllylä, 31 t, 54 €

Kurssilla perehdymme itämaisen vatsatanssin perusteisiin. Itämainen tanssi on keholle ystävällinen liikuntamuoto, joka vahvistaa lantionpohjan lihaksia sekä syviä vatsalihaksia.



Kuva: Jarno Miettinen

110510 Lavatanssin alkeet

Suonenjoen vanhan lukion liikuntasali, Pihlajakatu 18

to 18.10–19.25

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Markku Nissinen, 38 t, 57 €

Harjoittelemme tavallisimpia lavatansseja kuten tango, valssi, foxi, fusku jne. Aloitamme perusaskelista ja -kuvioista rauhalliseen tahtiin. Jos haluat lisää haastetta, ilmoittaudu myös lavatanssin jatkokurssille. Lisätietoja 040 745 2681/Markku tai info@tanssinissinen.com

110511 Lavatanssin jatkokurssi

Suonenjoen vanhan lukion liikuntasali, Pihlajakatu 18

to 19.25–20.40

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Markku Nissinen, 38 t, 57 €

Ryhmä sopii lavatanssin perusaskelleet hallitseville. Jos haluat vahvistaa jo osaamiasi taitoja, ilmoittaudu myös lavatanssin alkeiskurssille. Lisätietoja 040 745 2681/Markku tai info@tanssinissinen.com

830101 50+ Tehojumppa

Suonenjoen Yhtenäiskoulun sali, Koulukatu 21

ma 9.00–10.00

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Haasta itsetsi ja tule kohottamaan sykkettäsi ja lihaskuntoasi reipastahtisella ja innostavalla, intervallityyppisellä jumballa. Viimeisen vartin venyttelemme.

830102 Naisten kuntosali A

Lintharjun Liikuntakeskus, kuntosali, Kaatronkatu 1

ma 16.30–17.30

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Ohjattu laitekierto. Bonusliikkeinä sykkettä, vatsaa ja selkää. Kurssimaksun lisäksi kuntosalimaksu.

830103 Äijien venyttely ja kehonhuolto

Suonenjoen Yhtenäiskoulun sali, Koulukatu 21

ma 18.00–19.00

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Varaapa viikoittainen huoltoaikasi hyvinvointitunnille, jolla annamme kyytiä kolotuksille, jumeille ja epämukavalle ololle. Kaikenikäiset äijät tervetuloa!

830104 Tuolijooga

Suonenjoen kaupungin päiväkeskus, iso sali,

Sairaalapolku 3–5

ma 15.00–16.00

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Airi Väisänen, 31 t, 54 €

Tuolijooga ylläpitää kehon liikkuvuutta, venyttää ja vahvistaa lihaksia sekä tasapainottaa mieltä. Soveltuu myös apuvälineiden kanssa liikkuville, joiden toimintakyky on heikentynyt.

830105 Jooga 50+

Suonenjoen vanhan lukion liikuntasali, Pihlajakatu 18

ma 16.20–17.50

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Airi Väisänen, 46 t, 57 €

Yksinkertaisia, helppoja liikkeitä yhdistettynä rauhalliseen hengitykseen. Pehmittää jäykkiä lihaksia, notkistaa niveliä ja lisää selkärangan liikkuvuutta. Ota oma alusta mukaan.

830106 Jooga A

Suonenjoen vanhan lukion liikuntasali, Pihlajakatu 18
ma 17.55–19.25

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Airi Väisänen, 46 t, 57 €

Tule mukaan rauhalliseen ja venyttävään joogaan, joka sopii kaikenkuntoisille, myös joogan aloittaville. Ota oma alusta mukaan.

830107 Liikunnan iloa tuolijumpalla

Suonenjoen Yhtenäiskoulun sali, Koulukatu 21
ti 9.30–10.15

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Kirsi Falin, 23 t, 51 €

Leppoisaa liikuntaa turvallisesti tuolissa! Lihaskuntoa, vetreyttä, virkeyttä – myös miehet ovat tervetulleita.

830108 Hemmotteleva aamujumppa

Suonenjoen Yhtenäiskoulun sali, Koulukatu 21
ti 10.30–11.15

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Kirsi Falin, 23 t, 51 €

Hyvinvointitunti, joka sopii kaikille. Harjoituksissa keskitymme parantamaan ryhtiä, liikkuvuutta ja tasapainoa, sekä keskivartalon voimaa. Joka kolmas viikko venyttely-tunti, jonka päätteeksi pieni hemmotteluhetki.

830109 Kevennetty kiinteytys/ LIIT

Suonenjoen vanhan lukion liikuntasali, Pihlajakatu 18
ti 16.30–17.30

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Hauska ja tehokas, hieman retrohenkinen kiinteytystunti. Matalan sykkeen tunti, LIIT= Low Intensity Interval Training, tehostaa aineenvaihduntaa ja edistää rasvanpolttoa. Ei sisällä hyppyjä, rankkoja kyykkyjä eikä koreografisia askelsarjoja.

830110 Jumppamix Lyytilänmäki

Lyytilänmäen kylätalo, Lyytilänmäentie 182
ti 18.00–18.45

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Kirsi Falin, 23 t, 51 €

Monipuolisessa jumppapaketissa lihaskunto- ja syketunteja, HIIT / LIIT, punttijumppaa, myös kehonhuoltoa ja venyttelyä.

830111 Kevyt iltajumppa ja venyttely, Lyytilänmäki

Lyytilänmäen kylätalo, Lyytilänmäentie 182
ti 18.45–19.30

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Kirsi Falin, 23 t, 51 €

Kaikille sopivaa liikuntaa välineillä ja ilman, myös kehonhuoltoa ja venyttelyä.

830112 QiGong – lisää hyvinvointia

Suonenjoen vanhan lukion liikuntasali, Pihlajakatu 18
ti 17.45–19.15

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Kauko Uusoksa, 46 t, 57 €

QiGong-harjoitteet ovat hidasliikkeisiä ja pitkäjänteisiä meridiaaniharjoituksia. Ne tehdään seisten. Niiden avulla kehitetään henkilön energisyyttä, hengityskapasiteettia ja yleisterveyttä.

830113 Miesten kuntopiiri

Suonenjoen Yhtenäiskoulun sali, Koulukatu 21
ti 17.30–18.30

13.9.–29.11.2022, 10.1.–11.4.2023

Niina Miilunpohja, 31 t, 54 €

Kiertoharjoittelua erilaisilla circuit-pisteillä. Hyvä ja tehokas kuntopiiri, jossa liikkeiden voimakkuutta voit säädellä painoilla. 4.4.2023 ei tuntia.

830114 Kahvakuula

Suonenjoen Yhtenäiskoulun sali, Koulukatu 21
ti 18.40–19.40

13.9.–29.11.2022, 10.1.–11.4.2023

Niina Miilunpohja, 31 t, 54 €

Jumpan tehoa voit säädellä painoilla. Omat, eripainoiset kahvakuulat ensimmäiselle kerralle mukaan. 4.4.2023 ei tuntia.

830115 Vesijumppa A

Lintharjun Liikuntakeskus, allas, Kaatronkatu 1
ke 15.35–16.20

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Michal Jedlicka, 23 t, 51 €

Vesijumpasta voimaa, ryhtiä ja kiinteyttä koko kehoon!

Vesijumppa vahvistaa tehokkaasti vartalokorsettia ja parantaa kehon hallintaa. Kurssimaksun lisäksi allasmaksu.

830116 Vesijumppa B

Lintharjun Liikuntakeskus, allas, Kaatronkatu 1
ke 16.25–17.10

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Michal Jedlicka, 23 t, 51 €

Vesijumpasta voimaa, ryhtiä ja kiinteyttä koko kehoon!

Vesijumppa vahvistaa tehokkaasti vartalokorsettia ja parantaa kehon hallintaa. Kurssimaksun lisäksi allasmaksu.

830117 Hydrobic A

Lintharjun Liikuntakeskus, allas, Kaatronkatu 1
ke 17.15–18.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Michal Jedlicka, 23 t, 51 €

Tehokasta vesijumppaa, jossa lämmittelyn aerobis-tyyliset liikkeet pistävät sykkeen koholle käyttäen hyväksi kehon ja veden vastusta. Tehosteena apuvälineet ja lihaskunto-osuus. Sopii parhaiten aikaisemmin vedessä jumpanneille, mutta mukaan voivat tulla vasta-alkajatkin! Kurssimaksun lisäksi allasmaksu.

830118 CrossHIIT

Suonenjoen Yhtenäiskoulun sali, Koulukatu 21
ke 18.45–19.45

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Michal Jedlicka, 31 t, 54 €

Voima-, kestävyys- ja liikkuvuusharjoittelun yhdistelmä

samalla hauskaa pitää! Kurssin tarkoitus on luoda osallistujille kattava yleiskunto. Kovatehoinen jumppa, jossa harjoitteet varioidaan kaikille sopiviksi.

830119 Jooga B

Iisveden koulun liikuntasali, Tapiolantie 2
ke 17.30–19.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Anu Hirvonen, 46 t, 57 €

Hatha-joogaharjoituksia, joissa pyrimme tietoiseen, keskittyneeseen liikkeeseen tavoitteena sekä kehon että mielen rauhoittuminen. Ryhmä sopii sekä pitempään jooganneille että joogaan tutustuville. Ota mukaan oma alusta, lämmin peitto sekä mahdollisesti myös istuintyyny tai meditaatiojakkara.

830120 Lempeää liikuntaa ja kehonhuoltoa 50+, Halolanmäki

Halolanmäen kylätalo, Halolanmäentie 19
ke 18.00–18.45

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Kirsi Falin, 23 t, 51 €

Lempeää voimistelua, kehonhuoltoa ja venyttelyä Sinulle 50+ tai maltillisempaa menoa toivova.

830121 Jumppamix, Halolanmäki

Halolanmäen kylätalo, Halolanmäentie 19

ke 18.45–19.45

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Monipuolinen sekoitus jumppaa eri välineillä ja kehonpainolla tehtynä. Venyttelyä ja kehonhuoltoa.

830122 Tuolijumppaa lisakissa

lisakki, lisvedenraitti 29

to 9.45–10.30

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Kirsi Falin, 23 t, 51 €

Hauskassa ja monipuolisessa tuolijumppassa ei lainkaan lattialle laskeutumisia!

830123 Leppoisasti liikkeelle

Suonenjoen vanhan lukion liikuntasali, Pihlajakatu 18

to 11.00–11.45

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Kirsi Falin, 23 t, 51 €

Oletko aloitteleva liikkuja tai onko toiveissa säännöllisen liikunnan aloittaminen? Jos kaipaat tsemppiä ja tukea liikkumiseen, olet lämpimästi tervetullut matalan kynnyksen ryhmäämme. Hyvää oloa ja virkeyttä keholle ja mielelle monipuolisella sisä- ja ulkoliikunnalla!

830124 Miesten kuntosali

Lintharjun Liikuntakeskus, kuntosali, Kaatronkatu 1

to 16.15–17.15

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Tehokas, ohjattu kierros. Teemme lihasvoimaa, nostamme sykettä sekä vahvistamme keskivartaloa. Lopuksi venyttelemme. Kurssimaksun lisäksi kuntosalimaksu.

830125 Naisten kuntosali B

Lintharjun Liikuntakeskus, kuntosali, Kaatronkatu 1

to 17.30–18.30

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Ohjattu laitekierros. Bonusliikkeinä sykettä, vatsaa ja selkää. Kurssimaksun lisäksi kuntosalimaksu.

830126 Core + venyttely

Sammalselän koulu, Opintie 1

to 19.00–20.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Ensimmäinen puolituntinen lataa poweria coreen, kun treenaamme keskivartalon tehokkaasti läpi, lisänä kuntotason mukaan sovellettavia rasvaa polttavia sykeosuuksia. Myös ylävartalo vahvistuu lankuissa ja yhdistelmäliikkeissä. Tunnin toinen puolisko on varattu rentouttavaan ja palauttelevaan venyttelyyn kehon päälihasryhmille.

830127 Entisten nuorten kuntosali, naiset

Lintharjun Liikuntakeskus, kuntosali, Kaatronkatu 1

pe 12.00–13.00

16.9.–2.12.2022, 13.1.–31.3.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Lisää voimaa vuosiin leppoisasti etenevässä, ohjatussa kuntosaliryhmässä. Kurssimaksun lisäksi kuntosalimaksu. Huom! ryhmä kokoontuu myös hiihtolomaviikolla 10.3.23.

830128 Entisten nuorten kuntosali, miehet

Lintharjun Liikuntakeskus, kuntosali, Kaatronkatu 1

pe 13.15–14.15

16.9.–2.12.2022, 13.1.–31.3.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Voimaa ja iloa arkeen ohjatulla kuntosalikierroksella! Kurssimaksun lisäksi kuntosalimaksu. Huom! ryhmä kokoontuu myös hiihtolomaviikolla 10.3.23.

830129 Vesijumppa C

Lintharjun Liikuntakeskus, allas, Kaatronkatu 1

pe 16.15–17.00

16.9.–2.12.2022, 13.1.–14.4.2023

Michal Jedlicka, 23 t, 51 €

Vesijumppasta voimaa, ryhtiä ja kiinteyttä koko kehoon!

Vesijumppa vahvistaa tehokkaasti vartaloa korsettia ja parantaa kehon hallintaa. Kurssimaksun lisäksi allasmaksu.

830130 Hydrobic B

Lintharjun Liikuntakeskus, allas, Kaatronkatu 1

pe 17.05–17.50

16.9.–2.12.2022, 13.1.–14.4.2023

Michal Jedlicka, 23 t, 51 €

Tehokasta vesijumppaa, jossa lämmittelyssä aerobis-tyyliset liikkeet pistävät sykkeen koholle käyttäen hyväksi kehon ja veden vastusta. Tehosteena apuvälineet ja lihaskunto-osuus. Sopii parhaiten aikaisemmin vedessä jumpanneille, mutta mukaan voivat tulla vasta-alkajatkin! Kurssimaksun lisäksi allasmaksu.

830131 Power body

Suonenjoen Yhtenäiskoulun sali, Koulukatu 21

su 16.30–17.30

18.9.–4.12.2022, 8.1.–2.4.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Reipastempoinen lihaskunto-/syketunti kiinteytykseen ja rasvanpolttoon. Apuna usein käsipainot, kuminauhat, step-laudat jne.

830132 Venyttely ja kehonhuolto

Suonenjoen Yhtenäiskoulun sali, Koulukatu 21

su 17.45–18.45

18.9.–4.12.2022, 8.1.–2.4.2023

Kirsi Falin, 31 t, 54 €

Kokonaisvaltainen kehonhuoltotunti, jolla kartoitat kehosi liikkuvuutta, liikehallintaa ja lihastasapainoa, vahvistat voimaa kaipaavia kehonosia ja venyttelet pois kireyksiä.

830133 Kundaliinijooga, Lempyy

Lempyyn seurantalo, Lempyyntie 206

su 18.30–20.00

18.9.–4.12.2022, 15.1.–16.4.2023

Tiina Resch, 46 t, 57 €

Kundaliinijoogassa yhdistämme liikkeet hengityksen kanssa, jolloin selkäranka notkistuu ja keuhkot vahvistuvat. Pitkän rentoutuksen jälkeen meditoimme ja sen lisäksi teemme joka kerta uuden harjoitussarjan, keskittyen erilaisiin kehoa ja mieltä tasapainottaviin vaikutuksiin. Kurssi sopii kaiken ikäisille, kunnosta ja aiemmasta kokemuksesta riippumatta. Lisätietoja antaa Tiina Resch puh. 044 260 8725.

KOTITALOUS

810201 Rakastu sushiin!

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kotitalousluokka 129, Koulukatu 21
su 20.11.2022 klo 10.00–14.30
Anne Nissinen, 6 t, 23 €
Japanilaisesta keittiöstä tuttu sushi on jo monen suomalaisen herkkua, jota voi valmistaa myös kotikeittiössä. Kurssin aikana nigirit, magit ja muut sushiherkut tulevat tutuiksi. Voit jopa rakastua tähän nautinnolliseen ruokaan! Raaka-ainemaksu n. 12 €, maksetaan suoraan opettajalle.

810202 Parempaa pikaruokaa ja parhaat pihvit

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kotitalousluokka 129, Koulukatu 21
su 10.00–14.30
12.2. ja 19.3.2023
Anne Nissinen, 12 t, 30 €
Ensimmäisellä kerralla valmistamme parempaa pikaruokaa, ja toisella kerralla paistamme parhaat pihvit lisukkeineen. Raaka-ainemaksu n. 12 €/kerta, maksetaan suoraan opettajalle.

MUU KOULUTUS

009801 Hengittämällä lisää suorituskyyä ja parempaa palautumista

Suonenjoen uusi lukio, luokka L136, Koulukatu 21
to 18.00–19.30
15.9.–24.11.2022, 19.1.–30.3.2023
Milja Markkanen, 24 t, 51 €
Hengitystavalla on väliä! Opi, kuinka hengitys vaikuttaa koko kehon toimintaan. Parhaimmillaan on kyse taloudellisesta ja luonnollisesta hengitystavasta, joka tukee koko kehon toimintaa. Kurssilla tunnista omaa hengitystapaasi ja opit muuttamaan sitä hyvinvointia tukevaksi yksinkertaisin keinoin, jolloin hengitysilhakset vahvistuvat, hengitystiet avautuvat, hapenotto kyyä ja tulokset paranevat sekä palautuminen nopeutuu. Kurssi koostuu luennoista ja erilaisista harjoitteista. Kokoonnotukset parittomilla viikoilla.

009802 Vapauta sisäiset voimavarasi

Suonenjoen lukio, luokka L104, Koulukatu 21
ti 18.00–19.30
20.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023
Milja Markkanen, 22 t, 51 €
Mielen valmennus ja mielen voimavarojen hyödyntäminen ei ole vain urheilijoiden tai yritysjohtajien etuoikeus. Se on mahdollista ja tärkeää ihan jokaiselle. Suurimmat esteesi ovat mielessäsi – usein ne ovat omat vaatimuksemme itseämme ja toisia kohtaan. Jokaisessa ihmisessä on valtavasti potentiaalia. Kurssilla kuulemme kulloiseenkin aiheeseen liittyen alustuksen, jonka jälkeen teemme harjoituksia yksin ja keskustellen yhdessä. Kurssille osallistuminen ei vaadi aiempaa tietoa tai osaamista mielen taidoista ja se sopii myös jo asiaa pohtineille ja itsensä kanssa työskennelleille. Kokoonnotukset parillisilla viikoilla.

009803 Sisä-Savon maankamaran historia, pinnanmuodot ja niiden tunnistaminen

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kielenluokka 90, Koulukatu 21
ke 17.00–18.30, su 10.00–14.00
21.9.–9.10.2022
Hannu Rönty, 11 t, 30 €
Kurssilla käymme läpi Sisä-Savon kallio- ja maaperän syntyä sekä pinnanmuotoja ja niiden syntyä. Lisäksi opettelemme pinnanmuotojen tunnistamista korkokuva-aineistosta. Tutustumme myös internetissä oleviin aineistoihin sekä mielenkiintoisiin kohteisiin ympäri maailmaa. Kurssiin kuuluu kolme teoriakertaa sekä yksi maastoretkipäivä.

Retkeen sisällytettävät kohteet sovitaan kurssin aikana. Ota mukaan eväät ja säänmukainen vaatetus. Retkelle lähdetään yhteiskyydeillä Yhtenäiskoulun parkkipaikalta. Kurssipäivät 21.9., 28.9., 5.10. ja 9.10.2022.

009804 Kalligrafiakurssi – Kaunis tekstaus on ilo silmälle!

Suonenjoen Yhtenäiskoulu, kielenluokka 93, Koulukatu 21
ke 17.30–20.00
28.9.–2.11.2022
Pirjo Riipinen, 15 t, 39 €
Kirjoittaa kauniisti = kalligrafiaa! Aloittelevien kanssa tekstaamme erilaisilla kalligrafiakynillä ja opettelemme muutaman eri tyylisen kirjaimiston. Pidemmälle ehtineiden kanssa kertaamme opittua ja sovimme kurssi-iltojen teemat tarkemmin yhdessä. Kurssi sopii kaikille kalligrafiasta kiinnostuneille! Kurssin aikana valmistuu myös onnittel- ja joulukortteja eri tekniikoin sekä seinäallakka. Opettajalla on välineitä aloitukseen. Ota mukaan lyijykynä, viivotin ja kumi.

009805 Tutustu talviuintiin

Lintharjun liikuntakeskus, kabinetti
la 29.10.2022 klo 11.00–12.30
Milja Markkanen, 2 t, 23 €
Kylmäältistus lisää tutkitusti hyvää oloa. Tule kuulemaan kylmän veden vaikutuksista aina sen terveysvaikutuksiin saakka. Talviuinti on edullinen, sosiaalinen ja luonnonläheinen harrastus, joka saa veren kiertämään, hormonit liikkeelle ja terveyden kukoistamaan. Tällä kurssilla kuulet, kuinka talviuintia harrastetaan turvallisesti sekä saat tietoa siihen liittyvistä varusteista ja ohjeista. Kurssin jälkeen jokaisella lajista kiinnostuneella on mahdollisuus päästä tutustumaan talviuintiharrastukseen. Ryhmän jäsenet voivat halutessaan lähteä kokeilemaan kylmäältistusta erikseen sovittuna ajankohtana.

009806 Järjestyksenvalvoajakurssi Suonenjoki

Futura, Jalkalantie 6
ma 9.00–13.15, pe ja la 8.30–15.30
18.–26.11.2022
Kauko Uusoksa, Arto Heikkinen, 41 t, 120 €
Järjestyksenvalvoajakurssi tähtää järjestyksenvalvoajakortin suorittamiseen. Järjestyksenvalvoajaksi voidaan hyväksyä henkilökohtaisilta ominaisuuksiltaan tehtävään sopiva 18 vuotta täyttänyt henkilö, joka on saanut sisäministeriön vahvistaman koulutuksen. Koulutuksen hyväksytysti suorittaminen edellyttää säännöllistä osallistumista, eli paikalla on oltava joka kerta, ja loppukokeen läpäisyä. Kurssi sisältää luennot, voimankäyttö-, ensiapu- ja pelastustoimintaosuudet sekä loppukokeen. Kurssimaksu 120 euroa sisältää opetuksen, koulutusaineiston ja loppukokeen. Lisäksi tulevat kortin hakemiseen liittyvät kulut valokuva sekä poliisin palvelumaksu. HUOM! Koe on suoritettava suomeksi tai ruotsiksi, käännöstyökaluja jne. ei ole sallittua käyttää kokeen aikana. Ei kausikortilla.

009807 Villiyrttikurssi "Hullaannu hortaan!"

Vanhamäen hyvinvointikeskus Vanhamäentie 122
ti 17.30–19.30
16.–23.5.2023
Milja Markkanen, 5 t, 23 €
Villiyrttikurssilla tutustut villiyrtteihin ja saat tietoa, kuinka niitä voi hyödyntää kotikeittiössä. Tutustumme kahdeksaan syötäväksi kelpaavaan villikasviin, joita voit löytää niin kotipihalta kuin lähimetsistä. Kurssilla käymme myös maastossa etsimässä yrttejä ja tutustumassa lähemmin niiden kasvupaikkoihin. Kurssi sopii kaikille luonnosta ja luonnossa liikkumisesta kiinnostuneille. Mukaan voi lähteä täysin aloittelija tai jo hieman villiyrttejä harrastanut hortoilija. Maastokertaa varten tarvitset soveltuvat kengät, korin ja/tai paperipusseja, veitsen tai sakset ja lämpimällä keliällä myös juomista. Kokoonnotukset ti 16.5. (teoriaosuus) sekä 23.5. (maastoretki).

119816 Taide- ja puuhaleiri Vanhamäellä

Vanhamäen Ylissali Vanhamäentie 122

ma-pe 9.00–15.00

12.–16.6.2023

40 t, 57 €

Leppoisa tapa viettää kesälomaa alakouluikäisille (7–13-v.). Vietämme iloisen päiväleirin Vanhamäen Ylissalissa

ja pihapiirissä. Ohjelmaamme kuuluu leikkejä, taiteilua, kesäpuuhia ja pelailua. Leiri sisältää ohjattua toimintaa ja mukavaa yhdessäoloa sisällä ja ulkona. Mukaan tarvitetut iloista leirimieltä, vesipullon, aurinkorasvan, mukavat sisävaatteet ja säänmukaiset ulkovaatteet. Leiriläisillä on mahdollisuus ostaa Vanhamäen maukas lounas- ja välipalapaketti leiripäiville.

HARRASTEET

Suonenjoki-Seura ry

Kotiseututyö

Kokousten, retkien ja esitelmien pitopaikka ilmoitetaan erikseen

Toimintaa ympäri vuoden, maksutonta.

<https://kotiseudut.fi/suonenjokiseura>

Suonenjoki-Seura on vuonna 1994 perustettu kotiseutuyhdistys, joka toimii Suonenjoen kulttuurin ja historiantietämyksen edistämiseksi.

Suonenjoen Taideseura ry

Suonenjoen Taideseura ry edistää Sisä-Savon alueen kuvataiteen ja muun visuaalisen taiteen harrastusta järjestämällä erilaisia kursseja ja näyttelyitä avajaisohjelmineen.

<https://sites.google.com/site/suonenjoentaideseuara/suonenjoen.taideseurary@gmail.com>



Suonenjoen yhdistys ry.

Tule mukaan Eläkeliiton toimintaan. Kokoonnumme parillisten viikkojen tiistaipäivinä klo 12 Pitäjätuvalla. Jäsenmaksu 20 €/vuosi.

Kerho, peli-, liikunta- ja taideryhmät. Teemme erilaisia pieniä ja isompiakin reissuja ympäri vuoden. Kokoukset alkavat jälleen syyskuulla, josta ilmoitus Sisä-Savo lehdessä - Muistiossa. Tietoja yhdistyksemme toiminnasta näet kotisivuiltamme www.elakeliitto.fi/pohjois-savo/suonenjoki pj Anja Lehtonen, 040 511 9249 sihteeri Tuula Kauppinen 0400 131 058 tuulakauppinen47@gmail.com

Pohjola-Norden ry

www.pohjola-norden.fi

Suonenjoen paikallisyhdistys kokoontuu pohjoismaisuuden ja yhdessäolon merkeissä tilanteen mukaan paikallisesti tai alueellisesti. Maija Suuronen, maija.suuronen@gmail.com Maritta Palhokumpu, annamapalho@gmail.com

Suonenjoen Sirkut ja Sotkat

Asemakatu 11, sisäänkäynti takapihalta Viikottaiset kokoontumiset vko 35 alkaen, tarkemmat ajankohdat nettisivuilta sirkutjasotkat.fi tai harkonentaina1@gmail.com Partio toimintaa kouluikäisestä vanhemmille.

Suonenjoen Karjalaseura ry

Tarinallat ja muut kokoontumiset.

Pitopaikka vaihtelee, ilmoitetaan erikseen.

Kokoukset alkavat syyskuu–toukokuu, kerran kuukaudessa, ilmoitetaan erikseen.

Elsi Airaksinen, puheenjohtaja 0400 579 515

Raija Kanninen, sihteeri 040 591 9602

Karjalaisen perinteen, kulttuurin ja yhteisöllisyyden vaaliminen

Jäsenmaksu 25 €

Jäsenmaksua ei peritä alle 18-vuotiailta eikä jäsenmaksuvuonna 18 vuotta täyttäviltä.

Suomen Nivelyhdistys ry/Suonenjoen Nivelpiiri

Sisäcurlingin pelaaminen aloitetaan 12.9.2022 klo 10–12.

Paikka Vanha lukio, 1. krs.

Tietoa: Suomen Nivelyhdistys ry/tapahtumakalenteri ja Sisä-Savo paikallislehti/seurapalsta

Sisäcurling on hauska kaiken kuntoisille tarkoitettu joukkuepeli, jossa laakereilla olevia ”kiviä” tyrkitään pyöreään maaliin joko käsin tai erillisen työntimen avulla.



Säveliä, satuja, loruja, liikettä - tule mukaan muskariin!

Ilmoittautudu syksyllä 2022 alkaviin muskariryhmiin 2.-15.8.2022 välisenä aikana!

Opetusta on Kuopiossa, Lapinlahdella, Juankoskella, Nilsiässä, Siltinjärvellä ja Suonenjoella!

Tutustu soittamiseen tai laulamiseen musiikin valmentavissa opinnoissa!

Ilmoittaudu syksyllä 2022 alkaviin valmentavien opintojen ryhmiin 2.-31.8.2022 välisenä aikana!

Tarkemmat tiedot ryhmistä ja ilmoittautuminen: www.kuopionkonservatorio.fi/hakeminen

#taiteenperusopetus #saavutettavataideharrastus

KUOPION KONSERVATORIO

Kuopion konservatorio Suonenjoen toimipiste

Jalkalantie 6, Futuria

Musiikin perusopetus alkaa viikolla 33. Opettaja ottaa edellisellä viikolla yhteyttä tuntien sopimiseksi.

Musiikin varhaisiän opinnot alkavat viikolla 34 lukujärjestyksen mukaan.

Musiikin valmentavat opinnot alkavat viimeistään viikolla 36. Aloituksesta ilmoitetaan ilmoittautuneille erikseen.

Lisätietoja:

Toimipisteen johtaja Mirkka Hentilä
p. 045 136 0206

mirkka.hentila@kuopionkonservatorio.fi

www.kuopionkonservatorio.fi

SUONENJOEN MUSKARIN LUKKARI 2022–23

SUONENJOKI, Yrityspuisto Futuria, Jalkalantie 6

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
			Kopolan päiväkot: 10.15–11.00 3–5 v. (-17–19) Mirkka Hentilä	
			11.30–12.15 5–6 v. (-16–17) Mirkka Hentilä	
		Iisveden koulu/päiväkot: 13.00–14.00 Musiikkipaja 6–8 v. (-14–16) Mirkka Hentilä	Mustikka päiväkot: 14.15–15.00 3–5 v. (-17–19) Laura Muona	
		14.30–15.15 3–5 v. (-17–19) Mirkka Hentilä		
ALKUSOITTO 5–8 v. Futuria: Kitara, Piano, Viulu, Sello, Huilu (Päivä ja kellonaika sovitaan syksyllä opettajan kanssa)	Futuria: 16.15–17.00 Vauvat 0–1 v. (-21–22) Mirkka Hentilä	Futuria: 16.45–17.45 5 v. (-17) Mirkka Hentilä	Futuria: 16.30–17.15 3–4 v. (-18–19) Laura Muona	
ALKULAULU 7–10 v. Futuria: (Päivä ja kellonaika sovitaan syksyllä opettajan kanssa)	17.15–18.00 1 v. (-21) Mirkka Hentilä	17.45–18.45 6 v. (-16) Mirkka Hentilä	17.15–18.00 3–4 v. (-18–19) Laura Muona	
	18.05–18.50 Nappulat 2 v. (-20) Mirkka Hentilä		18.15–19.15 Musiikkipaja 7–8 v. (-14–15) Laura Muona	

LUENNOT, KONSERTIT JA TAPAHTUMAT

Ks. opiston verkkoluentotarjonta s. 7.

219841 Kolme kovaa riskitekijää -yleisöluento

Rautalammin kunnanvirasto, Kuopiontie 11
 ti 27.9.2022 klo 18.30–20.00
 Kardiologi Kati Valtola Kuopion Yliopistollisesta sairaalasta luennoi sydän- ja verisuonitaukeista. Tule kuulemaan, mitkä ovat sydänterveyden kolme kovaa riskitekijää ja miten niihin itse voi vaikuttaa. Luento on etäluento ja toteutetaan yhteistyössä Savon Sydänpiirin ja Kuopion kansalaisopiston kanssa.
 Ei ennakkoilmoittautumista.

219842 Suomalais-venäläistä sodan ja rauhan historiaa -yleisöluento

Matti Lohen koulu, vanha juhlasali, Koulutie 14
 la 19.11.2022 klo 15.30–16.45
 Historioitsija Teemu Keskisarja luennoi sodan ja rauhan historiasta suhteessa itänaapurimme. Vapaa pääsy, ei ennakkoilmoittautumista. Tilaisuus Suonenjoella Futuria auditorio. Rautalammin tilaisuutta voi seurata etänä Matti Lohen koulun Vanhassa juhlasalissa.

219843 Opiston kuorojen yhteinen joulukonsertti

Rautalammin kirkko
 to 8.12.2022 klo 18.00–19.30
 Opiston kaikkien kuntien kuorot luovat tällä kertaa jouluisia tunnelmaa Rautalammin.

219844 Rautalammin kevätjuhla

Matti Lohen koulu, A 138 liikuntasali, Koulutie 14
 ke 5.4.2023 klo 18.00–19.30
 Tervetuloa opiston kevätjuhlaan, jossa esiintyjinä erikokoisia soittajia, laulajia, tanssijoita, kuoroja jne. Vapaa pääsy!

219845 Rautalammin kevätnäyttely

Rautalammin kirjasto, Kivijalka, Rautalammin tie 4
 Kansalaisopiston kevätinäyttely avoinna 5.–28.4.2023
 kirjaston Kivijalassa (kirjaston aukioloaikojen mukaisesti).

Opiston teatteriryhmien esitysaikataulut päivittyvät näytäntöjen lähestyessä osoitteeseen
<https://suonenjoki.fi/vapaa-aika/sisa-savon-kansalaisopisto/ajankohtaista/>

MUSIIKKI

Ks. ilmoittautumisohjeet ja laskutuskäytännöt s. 4–5.

110141 Mieslaulajat

Rautalammin kirjasto, Kivijalka, Rautalammin tie 4
 ti 18.00–20.00
 13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023
 Kaisa-Liisa Piironen, 61 t, 76 € (SL 38 €, KL 38 €)
 Mieskuorolaulua 4-äänisesti, tervetuloa mukaan uudet ja vanhat laulajat. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.



Rautalammin laulu Sohvi Varis ja Anni Kangas. Kuva: Taimi Siikström

110142 Cantilena-laulajat

Rautalammin lukio, luokka D109.2, Alavantie 1
 ma 17.45–19.45
 12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023
 Anneli Tarvainen, 61 t, 76 € (SL 38 €, KL 38 €)
 Tervetuloa mukaan iloiseen laulukuoroon, jossa laulamme monipuolista ohjelmistoa 2–4-äänisesti. Uudet laulajat: ottakaa yhteyttä ennen ilmoittautumista kuoronjohtajaan puh. 0400 738 171 ääniala- ja soveltuvuustestiä varten.
 Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

110143 Yksinlaulu

Rautalammin lukio, luokka D109.2, Alavantie 1
 12.9.–2.12.2022, 9.1.–6.4.2023
 Anneli Tarvainen, 105 € (SL 52,50 €, KL 52,50 €)
 Yksilöopetus ma–pe Matti Lohen koululla tai Rautalammin lukiolla (oppitunti n. 22 min/vko tai 45 min/jtv). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Laulutuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110144 Piano

Matti Lohen koulu, vanha juhlasali, Koulutie 14
 15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023
 Heidi Hämäläinen, 105 € (SL 52,50 €, KL 52,50 €)
 Yksilöopetus to (oppitunti n. 20 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110145 Piano tai kosketinsoittimet

Rautalammin lukio, luokka D109.2, Alavantie 1
 12.9.–2.12.2022, 9.1.–6.4.2023
 Anneli Tarvainen, 105 € (SL 52,50 €, KL 52,50 €)
 Yksilöopetus ma–pe Matti Lohen koululla tai Rautalammin

lukiolla (oppitunti n. 20 min/vko tai 45 min/jtv). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110146 Piano tai kitaran alkeet

Kerkonjoen koulu, Vesannontie 1250

16.9.–2.12.2022, 13.1.–14.4.2023

Riitta Tanninen, 105 € (SL 52,50 €, KL 52,50 €)

Yksilöopetus pe (oppitunti n. 20 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla.

Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110147 Thompsonin terapiatunnit

Rautalammin lukio, luokka D109.2, Alavantie 1

12.9.–2.12.2022, 9.1.–6.4.2023

Anneli Tarvainen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Jäikö lapsuuden soittotunneista ikäviä muistoja? Tuntuuko, että Thompsonin tai Aaronin pianokoulut eivät olleet sinua varten? Uusi pianonsoiton kurssi aikuisille, jotka haluaisivat oppia soittamaan pianoa tai verestää vanhoja soittotaitoja. Yksilöopetus ma–pe Matti Lohen koululla tai Rautalammin lukiolla (oppitunti 30 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110148 Kitara/sähkökitara/basso/ukulele

Matti Lohen koulu, Koulutie 14

12.9.–30.11.2022, 9.1.–5.4.2023

Kalle Haukka, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus ma ja ke (oppitunti 30 min/vko). Opiskelija voi valita soittimeksi akustisen- tai sähkökitaran, basson tai ukulelen. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Soittotuntiajat sovitaan opettajan kanssa suoraan syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110149 Rummut

Rautalammin lukio, luokka D109.2, Alavantie 1

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Erkka Närhi, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus ti (oppitunti 30 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110150 Harmonikka

Matti Lohen koulu, alakoulu, Koulutie 14

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Aimo Konttinen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus ti (oppitunti 30 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun, ei kausikortilla. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).

110151 Musikaalibändi

Rautalammin lukio, luokka D109.2, Alavantie 1

ma 14.45–16.15

3.10.–28.11.2022, 2.1.–23.1.2023

Anneli Tarvainen, Erkka Närhi, 24t, 62 €

Nuorten bändi, jossa työstimme biisejä seuraavaa Satulateatterin esitystä varten (pääasiassa lukioikäisille, mutta soveltuvuustestin kautta myös yläkoululaisillekin mahdollinen).

110152 Hymyhuulet-bändi

Matti Lohen koulu, vanha juhlasali, Koulutie 14

to 12.30–14.30

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Heidi Hämäläinen, 61 t, 76 € (SL 38 €, KL 38 €)

Tervetuloa vanhat ja uudet musisoijat rempseään bändiin!

Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

KIELET

Ks. kielten verkkokurssitarjonta s. 6.

120341 Coffee afternoons

Rautalammin kirjasto, Kivijalka, Rautalammin tie 4

ti 15.00–16.00

31.1.–11.4.2023

Minna Rönkkö, 13 t, 33 €

Nautiskelemme iltapäiväkahvia ja käymme keskustelua englanniksi. Samalla opimme uutta sanastoa, puhumme ajankohtaisista asioista ja rohkaistumme käyttämään englannin kieltä. Kurssimaksu sisältää kahvin tai teen. Discussions in English as well as afternoon coffee or tea. Payment of coffee or tea is included in the course fee.

120641 Venäjän kielen alkeet

Matti Lohen koulu, Y310 kieliluokka, Koulutie 14

ke 17.00–18.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Sirje Huuskonen, 46 t, 57 €

Alkajille tarkoitettu kurssi venäjän kielestä kiinnostuneille. Sopii myös sinulle, jos aikaisemmasta opiskelusta on pitkä aika ja asiat ovat unohtuneet tai opinnot ovat jääneet kesken. Oppikirja: Marjatta Alestalo, Uudistettu Kafe Piter 1 (Finn Lectura), taitotasolle A1, kpl:sta 7 alkaen.

120741 Matkailuespanjan intensiivikurssi

Matti Lohen koulu, Y310 kieliluokka, Koulutie 14

ma 16.30–18.45

12.9.–31.10.2022, 20.2.–24.4.2023

Anne Heikkinen, 45 t, 57 €

Edelliseltä lukuvuodelta jatkava ryhmä. Oppikirjana ¡Fantástico! 2-kirja (Tammi) ja jatkamme 1. kappaleesta. Tervetuloa myös uudet opiskelijat aloittamaan alkeista, jolloin kirjana on ¡Fantástico! 1 (Tammi). Lisätietoja tarvittaessa opettajalta puh: 050 516 8773.

ESITTÄVÄ SANA- JA NÄYTTÄMÖTAIDE SEKÄ KIRJALLISUUS

110241 Teatteri Cthulhu

Rautalammin lukio, liikuntasali, Alavantie 1

ke 18.30–20.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–12.4.2023

Virpi Uusiperhe, 49 t, 57 €



Rautalammin Satulateatteri Mata Hari. Kuva: Mimmi Mäkitalo

Tule kesyttämään tuntematon, arvaamaton ja villi teatterihirviö! Teatteri Cthulhu on noin 16–26-vuotiaille nuorille ja nuorille aikuisille tarkoitettu teatteriryhmä, joka aloittaa toimintansa Rautalammissa. Heittäydymme teatterin tekemiseen suin päin kannustavassa ilmapiirissä. Ole rohkea, älä epärii, lähde mukaan seikkailuun!

110242 Vaajasalmen-Saikarin kyläteatteri

Vaajasalmen entinen kyläkoulu, Nujulantie 31
pe 18.00–21.00

23.9.–2.12.2022, 20.1.–28.4.2023

Jukka Virtala, 48 t, 57 €

Kyläteatterissa ideoimme ja valmistamme musiikkipitoisia näytelmiä, sketsejä ja iltamaohjelmia omaksi ja yleisön iloksi. Tule opiskelemaan näyttelemistä ja improvisaatiota, puvustamaan ja lavastamaan tai musisoimaan mukavassa porukassa! ”Kupletin juoni” suunnitellaan starttikerroilla perjantai-iltoina 23.9., 7.10. ja 28.10. Silloin sovitaan myös talven/kevään kurssi- ja esitysaikataulu.

TIETOTEKNIikka

340141 Sähköiset asiointipalvelut, päivittäiset palvelut

Matti Lohen koulu, Y220 ATK-luokka, Koulutie 14
ti 17.00–18.30

13.9.–11.10.2022

Nina Härkönen, 10 t, 30 €

Aluksi tutustumme vahvaan tunnistautumiseen ja tarvittaviin välineisiin. Alkuun pääsemiseksi tarvittavat vähintään verkkopankkitunnukset. Opettelemme käyttämään mm. verkkopankkia, kanta.fi-palvelua, OmaVeroa, Traficomia ja Kelan sähköisiä asiointikanavia. Kurssilla emme myöskään unohda tietoturva, vaan opettelemme hoitamaan asiat turvallisesti laitteesta riippumatta. Ota mukaasi älypuhelin, tablet- tai kannettava tietokoneesi.

340142 Mobiililaitte tehokäyttöön

Matti Lohen koulu, Y220 ATK-luokka, Koulutie 14
ti 17.00–18.30

25.10.–29.11.2022

Nina Härkönen, 12 t, 30 €

Omistatko mobiililaitteen, jonka kaikkien hienojen ominaisuuksien hyödyntäminen on vielä hakusessa? Tule opiskelemaan, mitä kaikkea älypuhelimella tai tablettitietokoneella voikaan tehdä. Käymme ensin perustoinnot läpi ja sitten keskitymme erilaisiin maksuttomiin sovelluksiin, joilla voi tehdä jotain kivaa tai hyödyllistä. Laitteesi käyttöjärjestelmä voi olla Android tai iOS, kaikki vastaavat toiminnot löytyvät molemmista. Emmekä unohda tietoturva, joka on myös huomioitava älylaitteiden kanssa toimiessa.

KUVATAITEET JA MUOTOILU

110341 Keramiikka

Matti Lohen koulu, Y103 kuvataideluokka, Koulutie 14
ma 17.30–20.45

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Marja-Leena Sinervo, 92 t, 106 € (SL 53 €, KL 53 €)

Valmistamme savesta astioita ja esineitä eri tekniikoin. Kurssi sopii kaikille savitöistä kiinnostuneille. Kurssimaksu sisältää polttomaksun.

110342 Akryyli- ja öljyvärimaalaus

Rautalammin lukio, kuvataideluokka 314, Alavantie 1
to 17.00–19.00

15.9.–24.11.2022

Katja Kokko, 27 t, 54 €

Kurssilla tutustutaan maalaamiseen materiaalien ja eri tehtävien kautta. Harjoituksia tehdään sommittelusta aina muotokuvamaalaukseen saakka. Jokainen osallistuja pääsee kehittämään maalaustaitoaan sulavampaan ja luovempaan suuntaan. Tehtävät soveltuvat niin akryyli- kuin öljyväreilläkin tehtäviksi, mutta suositetaan akryyleja, mikäli aiempaa maalauskokemusta ei ole.

110343 Ikonimaalauksen jatkokurssi

Ortodoksinen seurakuntasali, Nikolaoksentie 1

pe 15.00–20.30, la ja su 9.00–14.30

7.–23.10.2022, 27.1.–26.2.2023

Raija Kanninen, 76 t, 79 € (SL 39,50 €, KL 39,50 €)

Sopii ikonimaalaukseen vähintään 2–3 vuotta harrastaneille. Kokoontumisviikonloput ovat syksyllä pe–su 7.–9.10.2022 ja 21.–23.10.2022 sekä keuhällä pe–su 27.–29.1.2023 sekä 24.–26.2.2023.

KÄDENTÄIDOT

110441 Kudonta

Pilarin talo, Kuopiontie 46

ti 17.00–20.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Anna-Mari Kaipainen, 92 t, 97 € (SL 48,50 €, KL 48,50 €)

Kudomme käyttö- ja sisustustekstiilejä mm. mattoja, poppanoita, huivi- ja laukkukankaita sekä seinätekstiilejä eri materiaaleista. Kurssimaksu sisältää välinemaksun.

110442 Luovat puutyöt

Matti Lohen koulu, Y114 puutyösali, Koulutie 14

to 17.30–20.45

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Jyrki Härkönen, 92 t, 106 € (SL 53 €, KL 53 €)

Valmistamme puisia käyttö- ja koriste-esineitä, entisöimme sekä kunnostamme vanhoja huonekaluja. Nikkaroimme kaikenlaisia kurssilaisten tarpeiden mukaan. Perehdyimme puuntyöstökoneisiin ja käsityövälineisiin sekä niiden turvalliseen käyttöön. Kurssimaksu sisältää välinemaksun.

110443 Ompelua omaan tyyliin

Matti Lohen koulu, Y107 tekstiililuokka, Koulutie 14

to 17.30–20.45

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Anna-Mari Kaipainen, 92 t, 87 € (SL 43,50 €, KL 43,50 €)

Teemme kaikenlaisia ompelutöitä kurssilaisten kiinnostuksen ja toiveiden mukaan, esimerkiksi arki- tai juhlaausteita ja tilkkutöitä, sekä voimme muodistaa ja tuunata vanhoja vaatteita. Mahdollisuus ommella historiallinen herrasväen- tai talonpoikaisasu käyttäen eri aikakausien kaavoja. Opettajalta löytyy omiin mittoihin muokattavia 1660–1940-luvun kaavoja. Kurssi sopii kaikille.

110444 Käsityökahvila Koipiniemi

Koipiniemen koulu, Koipilahdentie 73

ti 10.00–13.15

27.9.–22.11.2022, 17.1.–28.3.2023

Anna-Mari Kaipainen, 44 t, 57 €

Teemme erilaisia käsityöitä ja askarteluja kaikenlaisista materiaaleista kurssilaisten toiveiden mukaan. Kokoontumiset parittomilla viikoilla.

110445 Hopeatyöviikonloput

Matti Lohen koulu, Y103 kuvataideluokka, Koulutie 14

pe 17.30–20.45, la 10.00–15.00

7.10.–5.11.2022, 13.1.–11.2.2023

Laura Kumpulainen, 40 t, 57 €

Valmistamme hopeasta koruja (esim. muinaisketjut ja -käädyt, korvakorut, riipukset ja sormukset), käyttäen erilaisia perinteisiä seppien menetelmiä. Materiaalina käytämme hopealankaa ja -levyä, voit tuoda kurssille materiaaliksi myös omia hopea-aterimiasi tai esimerkiksi helmiä. Kurssi sopii myös aloittelijoille. Materiaaleja ja tarvikkeita voi ostaa opettajalta. Kurssiviikonloput syksyllä 7.10.–8.10. ja 4.11.–5.11.2022 ja keväällä 13.1.–14.1. ja 10.2.–11.2.2023.

TANSSI JA LIIKUNTA

110541 Showtanssi 7–10-v.

Matti Lohen koulu, vanha juhlasali, Koulutie 14

ma 14.40–15.25

5.9.–21.11.2022, 9.1.–3.4.2023

23 t, 51 €

Showtanssi yhdistelee eri tanssityylejä vauhdikkaaksi kokonaisuudeksi. Tule oppimaan tanssitekniikkaa ja tanssimaan mukaansatempaavia sarjoja! Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston kevätkuuhlassa ke 5.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

110542 Showtanssi yli 11-vuotiaat

Rautalammin lukio, liikuntasali, Alavantie 1

ma 15.40–16.40

5.9.–21.11.2022, 9.1.–3.4.2023

31 t, 54 €

Tanssitekniikkaa, mukaansatempaavia sarjoja ja esiintymisen huumaa. Kurssi soveltuu 11-vuotiaasta alkaen. Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston kevätkuuhlassa ke 5.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

110543 Lasten tanssijamit 4–6-v.

Rautalammin lukio, liikuntasali, Alavantie 1

ma 16.40–17.25

5.9.–21.11.2022, 9.1.–3.4.2023

23 t, 51 €

Tanssin iloa ja perusliikuntataitoja. Vuoden aikana tutustumme leikin kautta eri tanssilajeihin. Jumbpavaatteet ja juomapullo mukaan. Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston kevätkuuhlassa ke 5.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

110544 Lavis

Matti Lohen koulu, A 138 liikuntasali, Koulutie 14

ma 17.30–18.30

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Anne Nissinen, 31 t, 54 €

Lavis-lavatanssijumppa on hauskaa, helppoa ja hikistä liikuntaa, joka perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon. Lavista tanssitaan yksin, joten ei ole vaaraa, että kukaan talloo varpaille. Tunnilla tanssimme tuttuja lavatanssilajeja, kuten humpaa, jenikka, rock/jive, cha cha ja samba.

110545 Tanssin iloa!

Matti Lohen koulu, vanha juhlasali, Koulutie 14

ke 14.30–16.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Sirje Huuskonen, 46 t, 57 €



Matalan kynnyksen tanssiryhmä, joka sopii loistavasti kaikenikäisille. Tanssimme erilaisia seuratanseja joka puolelta maapalloa hyvärytmisen musiikin ja koulutetun ohjaajan tuella. Tanssiessa kunto kohenee ja aivot saavat erinomaista jumbpaa. Paria ei tarvita. Tämä ryhmä on sinulle, joka haluat ikääntyä iloisesti hyvässä seurassa.

110546 Itämainen tanssi

Matti Lohen koulu, vanha juhlasali, Koulutie 14

ke 17.00–18.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Sanna Myllylä, 31 t, 54 €

Kurssilla perehdytään itämaisen vatsatanssin perusteisiin. Itämainen tanssi on keholle ystävällinen liikuntamuoto, joka vahvistaa lantionpohjan lihaksia sekä syviä vatsalihaksia.

830141 Jooga, Kerkonkoski

Kerkonjoen koulu, Vesannontie 1250

ma 16.45–18.15

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Irene Pakkanen, 46 t, 57 €

Puolentoista tunnin joogaharjoituksessa yhdistyvät klassiset jooga-asanat ja verkkaisesti virtaavat sarjat. Tutkimme myös erilaisia hengitysharjoituksia ja rentoutustekniikoita. Ota mukaan oma alusta ja loppurentoutusta varten lämmin huivi tai huopa.

830142 Yinjooga

Matti Lohen koulu, vanha juhlasali, Koulutie 14

ma 19.00–20.15

12.9.–28.11.2022

Irene Pakkanen, 18 t, 39 €

Tunnin ja vartin mittainen yinjooga on levollinen lattiatasossa tehtävä joogaharjoitus. Asennoissa, jotka rakennetaan niin, että keho voi niissä hellittää, viivytään pitkään. Rauhallisesti etenevä jooga sopii kaikille. Ota mukaan alusta, juomaa sekä huopa tai lämmin huivi.

830143 Jooga 1

Rautalammin lukio, liikuntasali, Alavantie 1

ti 16.30–18.00

13.9.–13.12.2022, 10.1.–4.4.2023

Irene Pakkanen, 46 t, 57 €

Puolentoista tunnin joogaharjoituksessa yhdistyvät klassiset jooga-asanat ja verkkaisesti sarjat. Harjoitus etenee rauhallisesti. Tutkimme myös erilaisia hengitysharjoituksia ja rentoutustekniikoita. Ota mukaan oma alusta ja loppurentoutusta varten lämmin huivi tai huopa. Ei tunteja 29.11. ja 6.12.

830144 Jooga 2

Rautalammin lukio, liikuntasali, Alavantie 1

ti 18.15–19.45

13.9.–13.12.2022, 10.1.–4.4.2023

Irene Pakkanen, 46 t, 57 €

Puolentoista tunnin joogaharjoitus sisältää virtaavia joogasarjoja ja klassisia jooga-asanoita. Harjoitus alkaa joogasarjoilla ja etenee klassisten jooga-asanoiden tutkimisen kautta loppurentoutukseen. Harjoitus on virtaava, vahva ja lopussa hellittävä. Tutkimme myös hengitysharjoituksia, rentoutustekniikoita ja meditaatiota. Ota mukaan oma alusta ja loppurentoutusta varten lämmin huivi tai huopa. Ei tunteja 29.11. ja 6.12.

830145 Metsäjooga, lyhytkurssi

Pururadan parkkipaikka, Tallivirrantie
ke 11.00–12.00
14.9.–12.10.2022

Virpi Poikolainen, 7 t, 30 €

Metsäjoogassa jokainen voi kokea onnistumisen tunteen ja kokea iloa omasta kehostaan juuri sellaisena kuin se on – metsäjooga vapauttaa kehon ja mielen. Metsäjoogassa yhdistyy fyysinen harjoittelu luonnon hyvinvointivaikutuksiin. Harjoitukset kehittävät kehonhallintaa ja tasapainoa sekä avaavat kehon luontaisia liikelajuuksia. Välineitä ei tarvita. Vain joustava/mukava säänmukainen vaatetus, ohutpohjaiset kengät tai kuivalla kelillä villasukat. Sopii kaikille, et tarvitse aiempaa kokemusta joogasta.

830146 Rivakampi kuntojumppa, Kerkonkoski

Kerkonjoen koulu, Vesannontie 1250
ke 16.30–17.30
14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Sirpa Lutinen, 31 t, 54 €

Kuntojumppa sisältää monipuolista koko kehoa kehittävää liikuntaa apuvälineillä sekä oman kehon liikkeillä.

830147 Lempeä venyttely ja kehonhuolto, Kerkonkoski

Kerkonjoen koulu, Vesannontie 1250
ke 17.30–18.15
14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Sirpa Lutinen, 23 t, 51 €

Kurssi sisältää kehoa huoltavaa, lihaksia venyttävää ja niveliä notkistavaa liikuntaa. Kurssi on tarkoitettu naisille ja miehille.

830148 Vesijumppa A: Kuntouttava

Matti Lohen koulu, uimahalli, Koulutie 14
to 16.30–17.15
15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Virpi Poikolainen, 23 t, 51 €

Tehokasta ja turvallista vesijumppaa senioreille ryhmän erityistarpeet huomioiden. Ohjaajana fysioterapeutti, joten sopii myös kuntoutumisen tueksi. Kurssimaksun lisäksi uimahallimaksu.

830149 Vesijumppa B: Sykettä nostava

Matti Lohen koulu, uimahalli, Koulutie 14
to 17.20–18.05
15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Virpi Poikolainen, 23 t, 51 €

Sykettä nostava vesijumppa. Tasoltaan haastavampi kuin Vesijumppa A. Kurssimaksun lisäksi uimahallimaksu.

830150 Vesijumppa C: Tehokas

Matti Lohen koulu, uimahalli, Koulutie 14
to 18.15–19.00
15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Virpi Poikolainen, 23 t, 51 €

Tehokas vesijumppa. Tasoltaan haastavampi kuin Vesijumppa A ja B. Kurssimaksun lisäksi uimahallimaksu.

830151 Lempeä päiväjumppa kaikille

Rautalammin lukio, liikuntasali, Alavantie 1
pe 14.30–15.30

16.9.–2.12.2022, 13.1.–14.4.2023

Michal Jedlicka, 31 t, 54 €

Temmoltaan rauhallisella tunnilla keskitytään lempeisiin liikkuvuusliikkeisiin ja kehonhuoltoon. Tunnilla kehität myös lihasvoimaa, koordinaatiota ja tasapainoa. Rauhallinen ja lempeä etenemistahti.

830152 Lempeä päiväjumppa, Kerkonkoski

Kerkonjoen koulu, Vesannontie 1250
su 15.00–16.00

18.9.–4.12.2022, 15.1.–16.4.2023

Michal Jedlicka, 31 t, 54 €

Temmoltaan rauhallisella tunnilla keskitymme lempeisiin liikkuvuusliikkeisiin ja kehonhuoltoon. Tunnilla kehität myös lihasvoimaa, koordinaatiota ja tasapainoa. Rauhallinen ja lempeä etenemistahti.

830153 Liikkuvuusharjoittelu ja venyttely

Rautalammin lukio, liikuntasali, Alavantie 1
su 17.00–17.45

18.9.–4.12.2022, 15.1.–16.4.2023

Michal Jedlicka, 23 t, 51 €

Temmoltaan rauhallisella tunnilla keskitytään lempeisiin liikkuvuusliikkeisiin ja kehonhuoltoon. Liikkeet ja asennot varioidaan sekä notkeille että jäykille osallistujille sopiviksi.

830154 CrossHIIT

Rautalammin lukio, liikuntasali, Alavantie 1
su 18.00–19.00

18.9.–4.12.2022, 15.1.–16.4.2023

Michal Jedlicka, 31 t, 54 €

Voima-, kestävyys- ja liikkuvuusharjoittelun yhdistelmä samalla hauskaa pitää! Kurssin tarkoitus on luoda osallistujille kattava yleiskunto. Kovatehoinen jumppa, jossa harjoitteet varioidaan kaikille sopiviksi.

MUUT TAIDE- JA TAITOAINEET

119841 Taide- ja puuhaleiri, Rautalampi

Matti Lohen koulu, vanha juhlasali, Koulutie 14
ma-pe 9.30–15.00
5.–9.6.2023

37 t, 57 €

Leppoisa tapa viettää kesälomaa 3–6-luokkalaisille. Ohjelmaamme kuuluu leikkejä, taiteilua, kesäpuuhia ja pelailua. Leiri sisältää ohjattua toimintaa ja mukavaa yhdessäoloa sisällä ja ulkona. Varaa mukaan iloista leirimieltä, säähän sopivaa ulkoiluvaatetta, aurinkorasvaa ja vesipullo! Leiriläiset osallistuvat koululla ruokailuun. Ruokailun hinta on 3,50 €/päivä, ja se laskutetaan erikseen.



LUENNOT, KONSERTIT JA TAPAHTUMAT

Ks. opiston verkkoluentotarjonta s. 7.

219881 Suomalais-venäläistä sodan ja rauhan historiaa -yleisöluento

Vesannon yhtenäiskoulun ruokasali, Koulutie 16
 la 19.11.2022 klo 15.30–16.45
 Historioitsija Teemu Keskisarja luennoi sodan ja rauhan historiasta suhteessa itänaapuriimme. Vapaa pääsy, ei ennakkoilmoittautumista. Tilaisuus Suonenjoella Futuriolla, mutta tilaisuuden voi seurata etänä Vesannon uuden koulun ruokasalissa.

219882 Teatteri Wecandon esitykset

Niiniveden nuorisoseuratalo, Kempinniementie 27
 Teatteria Vesannon Niinivedellä. Ohjaus Anu Hytönen.
 Esitykset maaliskuun 2023 aikana. Seuraa ilmoittelua!

219883 Vesannon kevätnäyttely

Vesannon kirjasto, Keskustie 13
 Kansalaisopiston kevätinäyttely avoinna 11.4.–1.5.2023
 Vesannon kirjastolla kirjaston aukioloaikoina.

219884 Vesannon kevätjuhla

Vesannon Liikuntahalli 1, Koulutie 16
 pe 14.4.2023 klo 18.00–19.30
 Tervetuloa opiston kevätjuhlaan, jossa on esiintyjinä erikikäisiä soittajia, laulajia, tanssijoita, kuoroja jne.

Opiston teatteriryhmien esitysaikataulut päivittyvät näytäntöjen lähestyessä osoitteeseen
<https://suonenjoki.fi/vapaa-aika/sisa-savon-kansalaisopisto/ajankohtaista/>

MUSIIKKI

Ks. ilmoittautumisohjeet ja laskutuskäytännöt s. 4–5.

110181 Lauluyhtye Naesvokaals

Vesannon yhtenäiskoulu, musiikkiluokka 040, Koulutie 16
 ma 17.00–18.30
 5.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023
 Pia Pakarinen, 46 t, 63 €
 Lauluyhtye täynnä. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. 19.9. ei tuntia.

110182 Naiskuoro IloVeela

Vesannon yhtenäiskoulu, musiikkiluokka 040, Koulutie 16
 ti 18.00–20.15
 6.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023
 Pia Pakarinen, 75 t, 85 € (SL 42,50 €, KL 42,50 €)
 Tervetuloa mukaan iloiseen naiskuoroon, jossa laulamme monipuolista ohjelmistoa 2–5-äänisesti. Uusille laulajille äänialatesti, otathan yhteyttä kuoronjohtajaan p. 044 758 1449 ennen kauden alkua. Kurssimaksu laskutetaan kahdessa erässä (sisältää moniste-/välinemaksun). 20.9. ei tuntia.

110183 Laulun iloa! -päiväkuoro

Ruusuke, Strandmanintie
 ma 10.30–11.30
 5.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023
 Pia Pakarinen, 31 t, 60 €
 Matalan kynnyksen kuoro kaikenikäisille naisille ja miehille. Laulamme yhdessä eri tyyliä lauluja opiskelijoiden mieltymykset huomioiden. Aiempi kokemus stemmalaulusta ei ole välttämätöntä. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. 19.9. ei tuntia.

110184 Yksinlaulu nuorille ja aikuisille

Vesannon yhtenäiskoulu, luokka 091, Koulutie 16
 5.9.–1.12.2022, 9.1.–6.4.2023
 Pia Pakarinen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)
 Yksilöopetus ma-to nuorille ja aikuisille (oppitunti 30 min/vko). Kurssimaksu laskutetaan kahdessa erässä (sisältää moniste-/välinemaksun). Laulutuntiajat sovitaan suoraan

opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla. Ei opetusta vkolla 38.

110185 Viihdemusiikin yksinlaulu

Vesannon musiikinystävät ry:n toimitila, Sonkarintie 2
 12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023
 Mauri Haapamaa, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)
 Yksilöopetus ma (oppitunti 30 min/vko). Kurssimaksu laskutetaan kahdessa erässä (sisältää moniste-/välinemaksun). Laulutuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

110186 Piano

Vesannon yhtenäiskoulu, luokka 091, Koulutie 16
 5.9.–1.12.2022, 9.1.–6.4.2023
 Pia Pakarinen, 105 € (SL 52,50 €, KL 52,50 €)
 Yksilöopetus ma-to (oppitunti n. 20 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla. Ei opetusta vkolla 38.



110187 Piano B aikuisille

Vesannon yhtenäiskoulu, luokka 091, Koulutie 16
7.9.–1.12.2022, 11.1.–6.4.2023
Pia Pakarinen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)
Yksilöopetus aikuisille ke-to (oppitunti 30 min/vko).
Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiaika
sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen
sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla).
Ei kausikortilla. Ei opetusta vkolla 38.

110188 Kitara/sähkökitara/basso/ukulele/sello

Vesannon yhtenäiskoulu, musiikkiluokka 040, Koulutie 16
13.9.–1.12.2022, 10.1.–6.4.2023
Juha Nuoranne, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)
Yksilöopetus ti-to (oppitunti 30 min/vko). Kurssimaksu
sisältää moniste-/ välinemaksun. Opiskelija voi valita
soittimeksi akustisen- tai sähkökitaran, basson, ukulelen tai
sellon. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa
syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille
sähköpostilla). Ei kausikortilla.

110189 Rummut

Nuorisokahvila, Kuusitie 1
14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023
Erkka Närhi, 160 € (SL 80 €, KL 80 €)
Yksilöopetus ke (oppitunti 45 min/vko). Kurssimaksu
sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan
suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta
lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

110190 Sahansoitto

Vesannon musiikinystävät ry:n toimitila, Sonkarintie 2
15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023
Mauri Haapamaa, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)
Yksilöopetus to (oppitunti 30 min/vko). Kurssimaksu
sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan
suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta
lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

110191 Valmennus bändisoittoon

Vesannon yhtenäiskoulu, musiikkiluokka 040, Koulutie 16
to 15.30–16.30
15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023
Juha Nuoranne, 31 t, 83 € (SL 41,50 €, KL 41,50 €)
Bändissä mahdollisuus soittaa myös ukulelea. Kurssimaksu
sisältää moniste-/välinemaksun. Oppitunti 60 min. Kaikkien
oppilaiden ilmoittauduttava ennakoon.

110192 The Cousins -bändi

Vesannon yhtenäiskoulu, musiikkiluokka 040, Koulutie 16
to 17.00–17.45
15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023
Juha Nuoranne, 23 t, 62 €
Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.
Oppitunti 45 min. Ryhmä täynnä.

110193 Ukulelebändi Käsidesi Glub

Vesannon yhtenäiskoulu, musiikkiluokka 040, Koulutie 16
to 17.45–18.30
15.9.–1.12.2022, 12.1.2022–6.4.2023
Juha Nuoranne, 23 t, 62 €
Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.
Oppitunti 45 min. Ryhmä täynnä.

110194 Päivätoiminnan musiikki

Päivätoimintakeskus, Valokuja 1
ti 10.15–11.00
13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023
Heidi Hämäläinen, 23 t, 37 €
Yhteislaulua ja musisointia ryhmän edellytysten mukaisesti.

110195 Kehitysvammaisten musiikki, Niinikoti

Niinikoti, Koulupolku 6
pe 15.00–16.00
16.9.–2.12.2022, 13.1.–14.4.2023
Mauri Haapamaa, 31 t, 37 €
Erityisryhmän musisointia soittaen ja laulaen, ryhmän toiveet
ja edellytykset huomioiden.

110196 Laulusta voimaa

Päivätoimintakeskus, Valokuja 1
pe 12.30–13.15
2.9.–16.12.2022, 13.1.–14.4.2023
Pia Pakarinen, 8 t, 30 €
Vain Päiväkeskuksessa oleville suunnattu.

110197 Musiikinteorian jatkoryhmä

Vesannon yhtenäiskoulu, luokka 091, Koulutie 16
ti 17.00–17.45
6.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023
Pia Pakarinen, 23 t, 57 €
Musiikin teorian jatkoryhmä. Oppikirja Kalevi Hampinen:
Musiikkia laulaen ja kirjoittaen. Ryhmä täynnä. Kurssimaksu
sisältää monistemaksun. 20.9. ei tuntia.





KIELET

Ks. kielten verkkokurssitarjonta s. 6.

120381 Coffee Mornings

Elokolo, Eläkeliiton Vesannon Yhdistys ry, Keskustie 5
ke 10.00–11.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Merja Auvinen, 46 t, 63 €

Nautiskelemme aamukahvia ja käymme helppoa keskustelua englannin kielellä. Samalla opimme uutta sanastoa, puhumme ajankohtaisista arkielämän asioista ja rohkaistumme käyttämään englantia sosiaalisessa kanssakäymisessä. Kurssimaksu sisältää kahvin tai teen. Discussions in English as well as morning coffee or tea. Payment for coffee or tea is included in the course fee.

120781 Espanjaa matkailijoille

Vesannon yhtenäiskoulu, luokka 042, Koulutie 16
ke 17.30–19.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Anne Heikkinen, 46 t, 57 €

Edellisen lukuvuoden opiskelijat jatkavat iFantástico! 3 (Tammi) -kirjaa kpl:sta 1 sekä osa opiskelijoista iFantástico! 2 (Tammi) -kirjaa kpl:sta 3. Kurssi sopii jo jonkin verran kieltä opiskelleille. Ota tarvittaessa yhteyttä opettajaan (puh. 050 516 8773), jos haluaisit esim. opiskella alkeita.

ESITTÄVÄ SANA- JA NÄYTTÄMÖTAIDE SEKÄ KIRJALLISUUS

110281 Opistoteatteri Wecando

Niiniveden nuorisoseurantal, Kempinniementie 27
to 16.30–18.45

15.9.–1.12.2022, 12.1.–25.5.2023

Anu Hytönen, 100 t, 87 € (SL 43,50 €, KL 43,50 €)

Teatteri Wecandossa toteutamme erilaisia projekteja ilmaisuharjoituksia unohtamatta. Teatteriharrastuksen pariin ovat tervetulleita niin kokeneemmat kuin uudetkin harrastajat. Syksyllä aloitamme uuden näytelmän työstämisen.

110681 Teemasta toimeen

Vesannon kirjasto, kokoustilat, Keskustie 13
pe 18.00–19.30, la 10.00–14.00, su 13.00–17.00

23.–25.9.2022

Irene Pakkanen, 12 t, 30 €

Tällä viikonloppukurssilla ilottelemme kirjoittamalla. Avaamme aisteja, pengomme muistia, annamme tunteiden tulla paperille. Viikonlopun viitekehystenä on luovasti ja väljästi oma elämä. Kurssin tavoitteena on saada uusia työkaluja kirjoittamiseen ja rohkaistua kirjoittajana. Ota mukaan itsellesi mukavat muistiinpanovälineet, läppäri tai muistivihko. Viikonlopuksi omat eväät mukaan. Opettajana toimittaja ja kirjallisuusterapiaohjaaja Irene Pakkanen.

KUVATAITEET JA MUOTOILU

110381 Keramiikka A

Savipaja, Strandmanintie 2

ke 14.00–17.15

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Marja-Leena Sinervo, 92 t, 106 € (SL 53 €, KL 53 €)

Valmistamme savesta astioita ja esineitä eri tekniikoin. Kurssi sopii kaikille savitöistä kiinnostuneille. Kurssimaksu sisältää polttomaksun.

110382 Keramiikka B

Savipaja, Strandmanintie 2

ke 17.30–20.45

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Marja-Leena Sinervo, 92 t, 106 € (SL 53 €, KL 53 €)

Valmistamme savesta astioita ja esineitä eri tekniikoin. Kurssi sopii kaikille savitöistä kiinnostuneille. Kurssimaksu sisältää polttomaksun.

110383 Rakupoltto

Savipaja Strandmanintie 2 ja Turjamaantie 90

pe 17.30–20.45, la 10.00–14.00, su 10.00–13.15

31.3.–23.4.2023

Marja-Leena Sinervo, Saija Pääkkönen, 13 t, 30 €

Savitöiden valmistus rakupolttoa varten pe 31.3.2023

Savipajalla. Rakupolttoviikonloppuna töiden lasitus ja rakupoltto la 22.4. ja su 23.4. osoitteessa Turjamaantie 90, Vesanto. Polttomaksu kaasusta maksetaan opettajalle.

KÄDENTÄIDOT

110481 Onnistu ommellen

Vesannon yhtenäiskoulu, kuvataide-tekstiililuokka 011, Koulutie 16

la ja su 10.00–15.00

10.9.–13.11.2022, 14.1.–19.3.2023

Anne Jalasaho, 72 t, 79 € (SL 39,50 €, KL 39,50 €)

Ompelemme helppoja käyttövaatteita omien tarpeittesi mukaan. Voit myös korjata ja uudistaa vanhaa tai tehdä esimerkiksi pussukoita, laukkuja tai sisustustekstiilejä tilkkutyötekniikkaa käyttäen. Teoriaa opiskelemme kurssilaisten tarpeiden ja toiveiden mukaan. Ota mukaan omat välineet, materiaalit sekä eväät. Kokoontuminen kerran kuukaudessa viikonlopun ajan.

110482 Taontatyöt A

Puukkopaja, Sininentie 1950

ma 18.00–21.15

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Jouko Pirppu, 92 t, 87 € (SL 43,50 €, KL 43,50 €)

Taontatyöt kahtena ryhmänä yleisön pyynnöstä! Valmistamme oppilaiden toiveiden mukaisesti pieniä taontatöitä kuten puukkoja, kynttelikköjä, lyhtyjä ja ovenkahvoja ym. Väline- ja tarvikemaksut maksetaan opettajalle.

110483 Hopeakorujen valmistus

Vesannon yhtenäiskoulu, kuvataide-tekstiililuokka 011, Koulutie 16

ti 17.30–20.45

13.9.–22.11.2022, 17.1.–28.3.2023

Laura Kumpulainen, 48 t, 57 €

Kurssilla valmistamme hopeasta koruja (esim. muinaisketjut ja – käädyt, korvakorut, riipukset ja sormukset), käyttäen erilaisia perinteisiä seppien menetelmiä. Materiaalina käytämme hopealankaa ja -levyä, voit tuoda kurssille materiaaliksi myös omia hopea-aterimiasi tai esimerkiksi helmiä. Kurssi sopii myös aloittelijoille. Materiaaleja ja tarvikkeita voi ostaa opettajalta. Kokoontumiset joka toinen viikko parittomilla viikoilla.

110484 Taontatyöt B

Puukkopaja, Sininentie 1950

ti 18.00–21.15

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Jouko Pirppu, 92 t, 87 € (SL 43,50 €, KL 43,50 €)

Taontatyöt kahtena ryhmänä yleisön pyynnöstä! Valmistamme oppilaiden toiveiden mukaisesti pieniä taontatöitä kuten puukkoja, kynttelikköjä, lyhtyjä ja ovenkahvoja ym. Väline- ja tarvikemaksut maksetaan opettajalle.

110485 Puutyöt

Vesannon yhtenäiskoulu, puutyöluokka 022, Koulutie 16 to 17.00–20.15

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Mikko Vahteala, 92 t, 106 € (SL 53 €, KL 53 €)

Aikuisille suunnattu puutyökurssi, jonka aikana teemme puusta pienempiä käyttö- ja koriste-esineitä ja entisöimme ja kunnostamme vanhoja huonekaluja tilan sallimissa rajoissa. Perehdymme puuntyöstökoneisiin ja käsityövälineisiin sekä niiden turvalliseen käyttöön. Kurssimaksu sisältää välinemaksun.

110486 Makramee

Vesannon yhtenäiskoulu, kuvataide-tekstiililuokka 011, Koulutie 16

ma 17.00–19.30

19.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Anne Jalasaho, 33 t, 54 €

Kurssilla tutustumme makrameesolmeiluun ja opettelemme perussolmut. Teemme ampeleita tai yksilöllisiä makrameeseinävaatteita sekä muita helppoja töitä kurssilaisten toiveiden mukaan. Kurssi sopii kaikille makrameesolmelusta kiinnostuneille, aikaisempaa kokemusta ei tarvita. Ota mukaan esim. makramee-, moppi- tai juuttilankaa tai punoskudetta. Voit ottaa mukaan myös helmiä, oksan, tangon tms. johon työ tehdään. Voimme tehdä ensimmäisellä kerralla myös materiaaleista yhteistilausta. Kokoontumiset parillisilla viikoilla.

110487 Kudonta ja muut käsityötekniikat

Vesannon Auto- ja konetarvike, kudontatila, Keskuskatu 5 ke 10.00–13.15

21.9.–23.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Minna Puranen, 84 t, 79 € (SL 39,50 €, KL 39,50 €)

Kurssi sopii vasta-alkajille ja kudontaa jo aiemmin harrastaneille. Ensimmäisellä kerralla sovimme kangaspuihin rakennettavista yhteisloimista. Jokainen kurssilainen pyrkii osallistumaan kaikkiin kudontaan liittyviin työvaiheisiin.

110488 Moottorisahan ja raivaussahan peruskäyttö ja -huolto

Puukkopaja, Sininentie 1950

la 10.00–12.30

24.9.–8.10.2022

Jouko Pirppu, 6 t, 23 €

Tällä lyhytkurssilla tutustumme moottorisahan ja raivaussahan käyttöön sekä opettelemme perusasiat niiden huoltoon liittyvistä asioista. Kokoontumiset 24.9. ja 8.10.2022.

110489 Iloa ompelusta

Koivulahti Horontaipale, Järvenpääntie 325

la ja su 10.00–15.00

24.9.–27.11.2022, 28.1.–26.3.2023

Anne Jalasaho, 72 t, 79 € (SL 39,50 €, KL 39,50 €)

Tule ompelemaan käyttövaatteita omien tarpeittesi mukaan. Voit myös korjata ja uudistaa vanhaa, tai tehdä pussukoita ja laukkuja. Teoriaa opiskellaan kurssilaisten tarpeiden ja toiveiden mukaan. Ota mukaan omat koneet, välineet, materiaalit sekä eväät. Kokoontuminen kerran kuukaudessa viikonlopun ajan.

110490 Sukkaa pukkaa!

Vesannon yhtenäiskoulu, kuvataide-tekstiililuokka 011, Koulutie 16

ma 17.00–19.30

26.9.–21.11.2022, 16.1.–13.3.2023

Anne Jalasaho, 30 t, 54 €

Opettelemme neulomaan perusvillasukan ja sen erilaisia variaatioita. Kaikki asiat käydään läpi hitaasti ja vaihe kerrallaan. Hyvä, jos osaat luoda silmukoita sekä neuloa oikeaa ja nurjaa, mutta näitäkin voidaan kerrata. Kurssi on suunnattu henkilöille, jotka eivät ole koskaan aiemmin neuloneet villasukkia tai taitoa on vähän. Ota mukaan sukkalankaa (esim. Seitsemän veljestä) ja numeron 3 tai 3,5 puikot. Tarvittaessa voimme tehdä ensimmäisellä kerralla yhteistilausta tarvikkeista. Kokoontumiset parittomilla viikoilla.

TANSSI JA LIIKUNTA

110581 Lasten tanssijamit 4–6-v.

Päiväkotiki Esikko, Koulutie 16

ke 14.25–15.10

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

23 t, 51 €

Kurssilla keskeistä ovat tanssin ilo ja perusliikuntataitojen harjaannuttaminen. Tutustumme leikin kautta eri tanssilajeihin. Ota mukaan jumppavaatteet ja juomapullo. Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston kevätjuhlassa pe 14.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat viimeisen kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

110582 Showtanssi 7–10-v.

Liikuntahalli 2, Koulutie 16

ke 15.15–16.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

23 t, 51 €

Showtanssi yhdistelee eri tanssityylejä vauhdikkaaksi kokonaisuudeksi. Tule oppimaan tanssitekniikkaa ja tanssimaan mukaansatempaavia sarjoja. Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston kevätjuhlassa pe 14.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat viimeisen kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

110583 Senioritanssi

Liikuntahalli, Koulutie 16
ma 15.15–16.45

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Sirje Huuskonen, 38 t, 57 €

Tule tanssimaan kansainvälisiä seuratanseja kotimaisen ja ulkomaisen musiikin säestyksellä. Senioritanssi soveltuu eri-ikäisille ja -kuntoisille. Voit aloittaa senioritanssin, vaikkei sinulla olisi aiempaa tanssitaustaa. Monipuolinen ja rytmikäs musiikki auttavat sinua löytämään tanssin ilon. Paria ei tarvita. Luvassa on iloista, turvallista ja mukavaa menoa. Opetuksessa käytetään Ikäinstituutin teettämiä senioritanssimateriaaleja ryhmän tason mukaan.

110584 Showtanssi yli 11-v. ja aikuiset

Liikuntahalli 2, Koulutie 16
ke 16.00–17.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

31 t, 54 €

Showtanssi yhdistelee eri tanssityylejä vauhdikkaaksi kokonaisuudeksi. Tule oppimaan tanssitekniikkaa ja tanssimaan mukaansatempaavia sarjoja. Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston keväthuhlassa pe 14.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

110585 Fusku ja Cha cha lyhytkurssi

Liikuntahalli 1, Koulutie 16
su 11.00–14.15

18.9.–2.10.2022

Markku Nissinen, 12 t, 30 €

Opettelemme perusteet näihin suosittuihin kädenalitanseihin. Fuskua mennään foksimusiiikkiin ja Cha cha on vauhdikas lattari. Kuvioiden opettelussa käymme läpi myös viennin ja seuraamisen merkitystä siihen, että tanssi muodostuu mukavaksi vuoropuheluksi viejän ja seuraajan välillä. Lisätietoja 040 745 2681/Markku tai info@tanssinissinen

110586 Rumba ja Parisalsa, lyhytkurssi

Liikuntahalli 1, Koulutie 16
su 11.00–14.15

15.–29.1.2023

Markku Nissinen, 12 t, 30 €

Rumba on monelle jo ennestään tuttu. Kuubalaista parisalsaa pääset myös tanssimaan lavoilla. Molemmat tanssit aloitamme perusteista. Kuvioiden opettelussa käymme läpi myös viennin ja seuraamisen merkitystä siihen, että tanssi muodostuu mukavaksi vuoropuheluksi viejän ja seuraajan välillä. Lisätietoja 040 745 2681/Markku tai info@tanssinissinen.com

830181 Joogaa jokaiselle

Niiniveden nuorisoseurantalo, Kempinniementie 27
ma 19.00–20.15

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Sirpa Luttinen, 38 t, 57 €

Joogakurssi, joka soveltuu kaikenikäisille. Joogaharjoitus sisältää klassisia jooga-asanoita sekä rentoutus- ja hengitysharjoituksia. Jooga antaa keholle liikkuvuutta ja voimaa sekä mielelle rauhaa. Ota oma jooga-alusta mukaan ja loppurentoutusta varten lämmin peitto tai pusero.

830182 TULES-jumppa

Liikuntahalli 2, Koulutie 16
ti 15.30–16.15

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Sirpa Luttinen, 23 t, 51 €

Jumppa tarjoaa liikuntaa ja venyttelyä tuki- ja liikuntaelinvaikeuksista kärsiville. Liikkeet tehdään osallistujien edellytysten mukaisesti.

830183 Tehojumppa

Niiniveden nuorisoseurantalo, Kempinniementie 27
ti 16.00–17.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Kauko Uusoksa, 31 t, 54 €

Tehojumppa on tehokasta lihaskuntotreeniä. Tunnin liikkeet on mahdollista muokata kaiken tasoille jumppaajille. Kurssi sopii naisille ja miehille.

830184 Ukkojumppa

Liikuntahalli 2, Koulutie 16
to 18.30–19.30

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Kauko Uusoksa, 31 t, 54 €

Kurssin ohjelma koostuu lihaksia vahvistavasta jumpasta ja venyttelystä. Kurssi on suunnattu miehille.



LUENNOT, KONSERTIT JA TAPAHTUMAT

Ks. opiston verkkoluentotarjonta s. 7.

219861 Suomalais-venäläistä sodan ja rauhan historiaa -yleisöluento

Manttu sali, Mantuntie 6

la 19.11.2022 klo 15.30–16.45

Historioitsija Teemu Keskisarja luennoi sodan ja rauhan historiasta suhteessa itänaapuriimme. Vapaa pääsy, ei ennakkoilmoittautumista. Tilaisuus Suonenjoella Futuriassa, mutta Tervossa tilaisuuden voi seurata etänä Mantulla.

219862 Tervon kevätnäyttely

Tervon kirjasto, Kirkkotie 5

Kansalaisopiston kevätinäyttely auki 11.–28.4.2023

Tervon kirjaston aukioloaikoina.

219863 Tervon kevätjuhla

Manttu sali, Mantuntie 6

ke 12.4.2023 klo 18.00–19.30

Tervetuloa opiston kevätjuhlaan, jossa esiintyjinä erikokoisia soittajia, laulajia ja tanssijoita.

Opiston teatteriryhmien esitysaikataulut päivittyvät näytäntöjen lähestyessä osoitteeseen

<https://suonenjoki.fi/vapaa-aika/sisa-savon-kansalaisopisto/ajankohtaista/>



MUSIIKKI

Ks. ilmoittautumisohjeet ja laskutus käytännöt s. 4–5.

110161 Laulusakki Tervon Kööri

Manttu sali, Mantuntie 6

ti 16.30–18.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Heidi Hämäläinen, 46 t, 63 €

Rento ja rempeä lauluporukka, jossa laulamme yhdessä iloisella asenteella monipuolisia lauluja ryhmän toiveiden mukaisesti. Et tarvitse aiempaa laulukokemusta tai nuotinlukutaitoa. Tervetuloa uudet ja vanhat laulajat! Kurssimaksu sisältää moniste-/tarvikemaksun.

110162 Lasten/nuorten laulutunnit

Manttu sali, Mantuntie 6

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Heidi Hämäläinen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Laulutunteja lapsille ja nuorille. Yksilöopetus ti (30 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

110163 Piano A

Manttu sali, Mantuntie 6

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Heidi Hämäläinen, 105 € (SL 52,50 €, KL 52,50 €)

Yksilöopetus ma ja ti (oppitunti n. 20 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

110164 Piano B

Manttu sali, Mantuntie 6

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Heidi Hämäläinen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus ma ja ti (oppitunti 30 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

110165 Kitara/sähkökitara/basso/ukulele/sello

Tervon Yhtenäiskoulu, Kirkkotie 5

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Juha Nuoranne, 123 € (SK 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus ma (oppitunti 30 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Opiskelija voi valita soittimeksi akustisen- tai sähkökitaran, basson, ukulelen tai sellon. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

110166 Rummut

Tervon Yhtenäiskoulu, Kirkkotie 5

14.9.–1.12.2022, 11.1.–6.4.2023

Erkka Närhi, 160 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus to (oppitunti 45 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

110167 Kehitysvammaisten musiikki, Savoset

Savoset-työpaja, Lohitie 3

ti 12.15–13.00

6.9.–29.11.2022

Pia Pakarinen, 13 t, 18,50 €

Yhteislaulua ja musisointia ryhmän edellytysten mukaisesti.

110168 Kehitysvammaisten musiikki, Kanerva

Kanerva

ti 14.30–15.15

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Heidi Hämäläinen, 23 t, 37 €

Musisointia osallistujien edellytysten mukaisesti.

KIELET

Ks. kielten verkkokurssitarjonta s. 6.

120361 Stepping Stones 2

Tervon Yhtenäiskoulu, luokka 7, Kirkkotie 5

ke 14.00–15.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Merja Auvinen, 46 t, 57 €

Tämä on jatkoa edellisvuoden englanninkurssille. Kurssi sopii englantia jo joitakin vuosia opiskelleelle, perusrakenteet jo osaavalle tai kertaukseen. Käymme läpi paljon mielenkiintoisia tehtäviä ja ajankohtaisia aiheita. Oppimateriaali: Stepping Stones 2 (Finn Lectura), kpl:sta 3 eteenpäin.

120661 Venäjän kielen keskustelukurssi

Tervon Yhtenäiskoulu, luokka 7, Kirkkotie 5
ke 18.00–19.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Nina Askola, 46 t, 57 €

Venäjän kielen keskustelukurssi jatkuu! Perehdyimme Venäjän taiteeseen, musiikkiin, kirjallisuuteen, historiaan, kulttuuriin, perinteeseen, maahan ja ihmisiin jne. venäjän kielellä. Kurssi on tarkoitettu jonkin verran venäjää osaaville.

120761 Espanja

Tervon Yhtenäiskoulu, luokka 6 (kielet), Kirkkotie 5
ti 17.30–19.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Anne Heikkinen, 46 t, 57 €

Edelliseltä lukukaudelta jatkava kurssi. Opiskelijat jatkavat ¡Fantástico! 4 (Tammi) -kirjaa kpl:sta 1. Voit myös tulla ryhmään opiskelemaan espanjan alkeita, kurssimateriaalina silloin ¡Fantástico! 1. Voit tulla myös kertaamaan jo opittua, niin pidät yllä kielitaitoasi. Ota tarvittaessa yhteyttä opettajaan (puh. 050 516 8773).

ESITTÄVÄ SANA- JA NÄYTTÄMÖTAIDE SEKÄ KIRJALLISUUS

110261 Tervoteatteri

Manttu sali, Mantuntie 6

ti 18.00–21.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–18.4.2023

Annukka Nurmi, Jukka Virtala, 100 t, 87 € (SL 43,50 €, KL 43,50 €)

Teatteri-ilmaisun kurssilla opiskelemme teatterintekemisen taitoja mukavassa porukassa ja valmistamme pieniä ja suuria esityksiä yleisön iloksi. Teatteriesitys on monen osa-alueen summa. Syyskauden aluksi sukelletaan näytelmähahmojen saappaisiin Jukan roolinrakennus- ja koreografiakerroilla. Sitten suunnataan Annukan johdolla kohti esityksen toteutusta näyttämölle. Niin uudet harrastajat kuin vanhat konkarit ovat tervetulleita mukaan näyttelemään tai tanssimaan, rakentamaan tai puvustamaan, ideoimaan ja inspiroitumaan!

110661 Teemasta toimeen

Tervon Kirjasto, Kirkkotie 5

pe 18.00–19.30, la 10.00–14.00, su 13.00–17.00

25.–27.11.2022

Irene Pakkanen, 12 t, 30 €

Teemasta toimeen -viikonloppukurssilla ilottelemme kirjoittamalla. Avaamme aisteja, pengomme muistia, annamme tunteiden tulla paperille. Viikonlopun viitekehyksenä on luovasti ja väljästi oma elämä.

Kurssin tavoitteena on saada uusia työkaluja kirjoittamiseen ja rohkaistua kirjoittajana. Ota mukaan itsellesi muistiinpanovälineet, läppäri tai muistivihko.

Viikonlopuksi omat eväät mukaan. Opettajana toimittaja ja kirjallisuusterapiaohjaaja Irene Pakkanen.

KÄDENTAITOT, KUVATAITEET JA MUOTOILU

110461 Hopeakorujen valmistus

Tervon Yhtenäiskoulu, tekstiililuokka 11, Kirkkotie 5
ma 17.30–20.45

12.9.–21.11.2022, 16.1.–27.3.2023

Laura Kumpulainen, 48 t, 57 €

Kurssilla valmistamme hopeasta koruja (esim. muinaisketjut ja -käädyt, korvakorut, riipukset ja sormukset), käyttäen erilaisia perinteisiä seppien menetelmiä. Materiaalina käytämme hopealankaa ja – levyä, voit tuoda kurssille materiaaliksi myös omia hopea-aterimiasi tai esimerkiksi helmiä. Kurssi sopii myös aloittelijoille. Materiaaleja ja tarvikkeita voi ostaa opettajalta. Kokoontumiset joka toinen viikko parittomilla viikoilla.

110462 Kankaanpainanta ja -värjäys

Tervon Yhtenäiskoulu, tekstiililuokka 11, Kirkkotie 5
ti 18.00–21.15

13.9.–22.11.2022, 17.1.–28.3.2023

Minna Puranen, 48 t, 57 €

Tämä kurssi sopii sekä aiemmin värjänneille ja painaneille, mutta myös vasta-alkajille. Tutustumme sekä kankaanpainannassa että kankaanvärjämisessä eri tekniikoihin, joita ovat mm. leimasinpainanta, seulapainanta, solmuvärjäys jne. Materiaaliasioista sovimme yhdessä kurssin alussa. Kokoontumiset joka toinen viikko parittomilla viikoilla.



110463 Iloa ompelusta

Tervon Yhtenäiskoulu, tekstiililuokka 11, Kirkkotie 5
ke 16.30–20.30

14.9.–23.11.2022, 18.1.–29.3.2023

Anne Jalasaho, 60 t, 70 € (SL 35 €, KL 35 €)

Tule ompelemaan käyttövaatteita omien tarpeitteesi mukaan.

Voit myös korjata ja uudistaa vanhaa, tai tehdä pussukoita ja laukkuja. Teoriaa opiskellaan kurssilaisten tarpeiden ja toiveiden mukaan. Ota mukaan omat välineet, materiaalit sekä eväät. Kokoontumiset parittomilla viikoilla.

110464 Puu- ja taontatyöt

Tervon Yhtenäiskoulu, puutyöluokka 12, Kirkkotie 5
ke 17.30–20.45

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Jouko Pirppu, 92 t, 106 € (SL 53 €, KL 53 €)

Teemme puusta käyttö- ja koriste-esineitä, entisöimme ja kunnostamme vanhoja huonekaluja. Perehdymme puuntyöstökoneisiin ja käsityövälineisiin sekä niiden turvalliseen käyttöön. Kurssilla voit tehdä myös pienimuotoisia metallitöitä, kuten esim. kynttelikköjä, naulakoita, saranoita, ovenkahvoja, ankkureita, viirejä ja puukkoja. Kurssimaksu sisältää työvälinemaksun. Taontatöiden kaasu-/lisämaksu maksetaan suoraan opettajalle.

110465 Kalannahan parkitseminen

Tikan kotitila, Hyvölänsalmentie 226

la 9.00–13.15, la 9.00–14.15

17.9.–1.10.2022

Ari Tikka, 12 t, 30 €

Kurssilla opit, miten kalannahka irrotetaan, jotta se sopii parkittavaksi. Opit erilaisia parkitsemistapoja. Saat myös vinkkejä siitä, mitä parkituista nahoista voi valmistaa. Halutessasi voit tuoda kalannahkoja mukana. Niiden pitää olla pakasteessa kurssipäivään saakka. Ensimmäisellä kerralla 17.9. tulisi olla mukana suojavaatteet eli sadetakkii tai vastaava, kumikäsineet ja suoja- tai silmälasit (suomut roiskuvat). Jos löytyy vanha tylsä veitsi, sillä on hyvä suomustaa. Opettajalla ovat muut tarvittavat välineet, myös nahkoja. Toinen kurssipäivä lauantaina 1.10. klo 9.00–14.15. Kurssin pitopaikka on Tervossa Rasvangan rannalla osoitteessa Hyvölänsalmentie 226.

110466 Kudonta

Torikulma, Kirkkotie 3

ma 10.00–13.15

19.9.–21.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Minna Puranen, 84 t, 89 € (SL 44,50 €, KL 44,50 €)

Kurssi sopii vasta-alkajille ja kudontaa jo aiemmin harrastaneille. Ensimmäisellä kerralla sovimme kangaspuihin rakennettavista yhteisloimista. Jokainen kurssilainen pyrkii osallistumaan kaikkiin kudontaan liittyviin työvaiheisiin. Kurssimaksu sisältää välinemaksun.

110361 Akvarellimaalaus

Tervon Yhtenäiskoulu, kuvataideluokka 4, Kirkkotie 5
to 18.00–20.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Hannele Jääskeläinen, 61 t, 70 € (KL 35 €, SL 35 €)

Tunneilla tutustumme akvarellimaalauksen perusasioihin, välineisiin ja materiaaleihin. Maalaamme eri aiheita kunkin osallistujan taitotason mukaan. Kurssi sopii aloittelijoille ja jo aiemmin harrastaneille.

TANSSI JA LIIKUNTA

110562 Lasten tanssijamit 4–6-v.

Manttu sali, Mantuntie 6

ke 17.45–18.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

23 t, 51 €

Kurssilla keskeistä ovat tanssin ilo ja perusliikuntataitojen harjaannuttaminen. Tutustumme leikin kautta eri tanssilajeihin. Ota mukaan jumppavaatteet ja juomapullo. Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston keväthuhlassa. Esiintymisen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

110563 Senioritanssi

Manttu sali, Mantuntie 6

to 13.30–15.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Sirje Huuskonen, 38 t, 57 €

Tule tanssimaan kansainvälisiä seuratanseja kotimaisen ja ulkomaisen musiikin säestyksellä. Senioritanssi soveltuu eri-ikäisille ja -kuntoisille. Monipuolinen ja rytmikäs musiikki auttavat sinua löytämään tanssin ilon. Paria ei tarvita. Opetuksessa käytetään Ikäinstituutin teettämiä senioritanssimateriaaleja ryhmän tason mukaan.



110564 Showtanssi 7–10-v.

Manttu sali, Mantuntie 6
ke 18.30–19.15
14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023
23 t, 51 €

Showtanssi yhdistelee eri tanssityylejä vauhdikkaaksi kokonaisuudeksi. Tule oppimaan tanssitekniikkaa ja tanssimaan mukaansatempaavia sarjoja! Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston kevätkuullassa. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

830161 QiGong ja TaiChi – lisää energisyyttä

Manttu sali, Mantuntie 6
ma 18.00–19.30
12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023
Kauko Uusoksa, 46 t, 57 €

QiGong -harjoitteet ovat hidasliikkeisiä ja pitkäjänteisiä meridiaaniharjoituksia. Ne tehdään seisten. Niiden avulla kehitetään henkilön energisyyttä, hengityskapasiteettia ja yleisterveystä. TaiChi käyttää QiGongin avulla saavutettua lisäenergiaa liikesarjamuotoihin, joita kuvaa parhaiten nk. flow-tila.

830162 Lihaskuntojumppa

Liikuntasali Tervo, Kirkkotie 5
ke 17.45–18.45
14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023
Petri Kaunisto, 31 t, 54 €

Lihaskuntojumppa on koko kehon kuntojumppa. Se kehittää hapenottokykyä ja vahvistaa monipuolisesti lihaksia. Jumppa sopii kaikenikäisille ja -kuntoisille. Osallistuminen ei edellytä aikaisempaa ryhmäliikuntakokemusta.

830163 Iltapäivän ihana venyttelyjumppa

Manttu sali, Mantuntie 6
to 15.20–16.20
15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023
Sirpa Luttinen, 31 t, 54 €

Venyttelyjumppa virkistää kehoa ja mieltä, ehkäisee lihaskasvusta, pitää kehon notkeana ja liikkuvana. Sopii kaikenikäisille.

830164 Joogaa jokaiselle

Manttu sali, Mantuntie 6
to 16.30–18.00
15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023
Sirpa Luttinen, 46 t, 57 €

Joogakurssi, joka soveltuu kaikenikäisille. Joogaharjoitus sisältää klassisia jooga-asanoita sekä rentoutus- ja hengitysharjoituksia. Jooga antaa keholle liikkuvuutta ja voimaa sekä mielelle rauhaa. Ota oma jooga-alusta mukaan ja loppurentoutusta varten lämmin peitto tai pusero.

830165 QiGong – lisää hyvinvointia

Talluskylän nuorisoseurantal, Talluskyläntie 35
ke 18.15–19.15
14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023
Kauko Uusoksa, 31 t, 54 €

QiGong-harjoitteet ovat hidasliikkeisiä ja pitkäjänteisiä meridiaaniharjoituksia. Ne tehdään seisten. Niiden avulla kehitetään henkilön energisyyttä, hengityskapasiteettia ja yleisterveystä.

830166 Rivakampi kuntojumppa

Talluskylän nuorisoseurantal, Talluskyläntie 35
su 16.00–17.00
18.9.–4.12.2022, 15.1.–9.4.2023

Sirpa Luttinen, 31 t, 54 €

Kuntojumppa sisältää monipuolista koko kehoa kehittävästä liikuntaa apuvälineillä sekä oman kehon liikkeillä.

830167 Lempeä venyttely ja kehonhuolto

Talluskylän nuorisoseurantal, Talluskyläntie 35
su 17.00–18.00
18.9.–4.12.2022, 15.1.–9.4.2023

Sirpa Luttinen, 31 t, 54 €

Kurssi sisältää kehoa huoltavaa, lihaksia venyttävää ja niveliä notkistavaa liikuntaa. Kurssi on tarkoitettu naisille ja miehille.

MUU KOULUTUS

710361 Syksyinen sieniretki

su 4.9.2022 klo 11.00–15.00
Heidi Hämäläinen, 5 t, 23 €

Lähde mukaan syksyiselle metsäretkelle saalistamaan luonnon superfoodia, ihania ruokasieniä! Et tarvitse aiempaa sienituntemusta, sienineuvoja opastaa sienten tunnistamisessa – lajit määräytyvät luontoäidin tarjonnan mukaan. Retken päätteeksi kaikki kerätyt sienet tarkistetaan, jolloin voit hyvillä mielin viedä saalisi kotiin ruoanlaittovinkkien kera. Lähtö kunnantalon parkkipaikalta yhteiskyydeillä. Keruupaikka tarkentuu lähempänä kurssia. Halutessasi voit ottaa retkelle eväät matkaan. Ota mukaan sienikori ja veitsi. Huom! Retkelle on ilmoittauduttava etukäteen.

009861 Hygieniapassikoulutus

Tervon Yhtenäiskoulu, luokka 6, Kirkkotie 5
la 4.2.2023 klo 9.00–15.00
Sonja Mäkkeli, 8 t, 55 €

Hygieniapassi vaaditaan kaikilta niiltä henkilöiltä, jotka käsittelevät työssään helposti pilaantuvia elintarvikkeita. Hyväksytyn testin suorittaneet saavat hygieniapassitodistuksen kotiosoitteeseen n. kolmen viikon kuluttua testistä. Ota mukaasi henkilöllisyydestodistus ja mustekynä testiä varten. Kurssimaksu sisältää opetuksen, kurssimateriaalin, hygieniapassikokeen sekä tarvittaessa yhden uusintakokeen. Lisäksi tulee todistusmaksu 25 €/osallistujaa. Kurssipäivään on laskettu mukaan myös taukoja. Ei kausikortilla.



Kuva: Jarno Miettinen

LUENNOT, KONSERTIT JA TAPAHTUMAT

Ks. opiston verkkoluentotarjonta s. 7.

2198001 Jyri Paretskoin kirjailijavierailu kouluilla

Kivelän koulu, auditorio Laivurintie 19
 ti 27.9.2022 klo 10.00–14.00

Kirjailija Jyri Paretskoi tekee kouluvierailut Leppävirralla ja Suonenjoella. Ohjelmaa tarkentuu myöhemmin. Seuraa ilmoittelua!

2198002 Suomalais-venäläistä sodan ja rauhan historiaa -yleisöluento

Leppävirran kunnantalon valtuustosalin, Savonkatu 39
 la 19.11.2022 klo 15.30–16.45

Historioitsija Teemu Keskinen luennoi sodan ja rauhan historiasta suhteessa itänaapurimme. Vapaa pääsy, ei ennakkoilmoittautumista. Tilaisuus Suonenjoella Futuriassa, mutta tilaisuuden voi seurata etänä Leppävirran kunnantalon valtuustosalissa.

2198003 Madrid, Espanjan kaunis ja ystävällinen pääkaupunki -yleisöluento

Leppävirran kunnantalon valtuustosalin, Savonkatu 39
 ti 21.2.2023 klo 18.00–19.30

Luennolla tutustumme Madridiin, moni-ilmeiseen espanjalaiseen suurkaupunkiin, joka sykkii elämää joka hetki! Taidetta, historiaa, flamenco, ilmaisia yöhuveja,

mutta myös luonnon rauhaa. Mukana FM Heli Hukkasen esittelyssä myös Suomeen rakastunut viiniravintolanpitäjä - ja maailman parasta suklaakakkua! Vapaa pääsy; paikan päälle tulijoiden ei tarvitse ilmoittautua ennakoon.

2198004 Sirpa Kähkösen kirjailijavierailu

Kivelän koulun auditorio, Laivurintie 19
 to 16.3.2023 klo 18.00–19.00

Kirjailija Sirpa Kähkönen tulee kertomaan kirjojensa teemoista, joita ovat sota ja nuorten ihmisten elämänvalinnat vaikeina aikoina ja siviilien kohtalot sodassa. Yhteistyöluento Leppävirran kirjaston kanssa. Paikan päälle tulijoiden ei tarvitse ilmoittautua ennakoon.

2198005 Leppävirran kevätjuhla

Leppäkertun koulu / auditorio Montanuksentie 9
 ti 11.4.2023 klo 18.00–19.30

Tervetuloa opiston kevätjuhlaan, jossa esiintyjinä erikokoisia soittajia, laulajia ja tanssijoita.

2198006 Leppävirran kevätnäyttely

Alapihan kartano, Leppävirrantie 14
 Kansalaisopiston perinteinen kevätinäyttely avoinna 13.4.–30.4.2023 Alapihan kartanon näyttelytilassa aukioloaikojen mukaisesti.

MUSIIKKI

Ks. ilmoittautumishojeet ja laskutuskäytännöt s. 4–5.

1101001 Soisalo-kuoro

Kivelän koulu, luokka 3, Laivurintie 19
 ma 18.45–20.15

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Irina Kinnunen, 46 t, 63 €

Sekakuoron ystävällinen ilmapiiri ja rauhallinen harjoitusrytmi sopivat kaikille kuoromusiikin ystäville. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

1101002 Salot soi -kuoro, Soinilansalmi

Salmitalo, Soinilansalmi, Heinävedentie 2700
 ma 18.45–20.15

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Sirje-Maria Taskinen, 46 t, 63 €

Kuoro on tarkoitettu kaikenikäisille kuorolaulusta kiinnostuneille. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

1101003 Eloisat-kuoro

Kivelän koulu, luokka 3, Laivurintie 19
 ti 16.00–17.30

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Irina Kinnunen, 46 t, 63 €

Iloinen ja ikinuori sekakuoro. Tervetuloa mukaan uudet ja vanhat laulajat. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

1101004 Melodia-naiskuoro

Leppäkertun koulu, musiikkiluokka 112, Montanuksentie 9
 ke 18.30–20.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Irina Kinnunen, 46 t, 63 €

Energinen naiskuoro, jossa on reipas ja positiivinen ilmapiiri. Ohjelmisto koostuu aina popista perinteiseen kuorolauluun. Jos sinulla on sävelkorvaa ja halu laulaa yhdessä, ilmoittaudu ja tule mukaan kuoroomme. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

1101005 Aikuisten lauluryhmä

Leppäkertun koulu, luokka 208, Montanuksentie 9
 ke 18.00–19.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Tuuli Alahuhtala, 46 t, 63 €





Kurssilla laulamme yhdessä eri tyyllisiä lauluja popista kansanlauluihin opiskelijoiden mieltymykset huomioiden. Tunneilla harjoittelempa stemmalaulua ja käymme läpi laulutekniikkaa mm. ääniharjoituksia tehden. Aiempi kokemus stemmalaulusta ei ole välttämätöntä. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

1101006 Yksinlaulu

Leppäkertun koulu, luokka 208, Montanuksentie 9
16.9.–2.12.2022, 13.1.–14.4.2023

Päivi Welling, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus pe (30 min/vko). Kurssilla harjoittelempa laulamisen tekniikkaa, kuten äänenmuodostus- ja hengitysharjoituksia oppilaan tarpeet ja aiempi kokemus huomioiden. Laulamme erityyppisiä lauluja, kuten esim. kansanlauluja, iskelmiä, popmusiikkia ja hengellisiä lauluja. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

1101007 Yksinlaulu pop/jazz

Leppäkertun koulu, luokka 208, Montanuksentie 9
14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Tuuli Alahuhtala, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus ke (oppitunti 30 min/viikko). Alaikäraja 14 vuotta. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

1101008 Piano

Kivelän koulu, luokka 3, Laivurintie 19
12.9.–30.11.2022, 9.1.–5.4.2023

Irina Kinnunen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus ma–ke (30 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

1101009 Kitara/sähkökitara/basso/ukulele/slide

Leppäkertun koulu, musiikkiluokka 112, Montanuksentie 9
13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Juha Kauppinen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus ti (30min/vko). Kurssilla mahdollisuus opiskella säästystä (komppaus- ja näppäilytekniikat), nuoteista soittoa, soolon soittoa/improvisointia, eri tyyllilajeja (rock, blues, country, gospel, jazz) alkeista alkaen. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

1101010 Rummut

Leppävirran nuorisotalo, Laivurintie 22
13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Pasi Tenhunen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus ti (30 min/vko). Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

1101011 Viulu/alttoviulu yksilöopetus vasta-alkajille sekä edistyneemmille

Leppäkertun koulu, luokka 208, Montanuksentie 9
13.9.–29.12.2022, 10.1.–4.4.2023

Timo Koponen, 123 € (SL 61,50 €, KL 61,50 €)

Yksilöopetus ti (30 min/vko) aloittelijoille sekä pidemmälle eteneille. Tyyliisuuntaan katsomatta opetusmetodeihin kuuluvat ilo, luovuus ja ohjelmiston räätälöiminen oppilaan toiveiden mukaisesti. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Soittotuntiajat sovitaan suoraan opettajan kanssa syksyllä (info aikojen sopimisesta lähetetään opiskelijoille sähköpostilla). Ei kausikortilla.

1101012 Ukulele-ryhmä

Leppäkertun koulu, ruokasali 102, Montanuksentie 9
to 18.00–19.30

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Arto Julkunen, 46 t, 63 €

Kurssi sopii parhaiten alkeet jo hallitseville soittajille (esim. osaat muutaman säästystavan ja 10 tavallista soittoa). Ryhmässä harjoittelempa laulujen soittamista ja esittämistä ukuleleorkesterina. Kurssilla pääset osalliseksi ukulelemaailmasta muutenkin. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

1101013 Kamariorkesteri

Kivelän koulu, musiikkiluokka, Laivurintie 19
ti 17.30–19.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Timo Koponen, 46 t, 63 €

Pysykö kädessäsi jokin jousisoitin? Tervetuloa soittamaan Leppävirran kamariorkesteriin! Kurssimaksu sisältää moniste-/tarvikemaksun.

1101014 Sorsakosken Soittokunta

Koskentupa, Sorsakoskentie 17

ke 17.30–19.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Seppo Heiskanen, 46 t, 63 €

Puhallinorkesteri, uudet soittajat ovat tervetulleita.

Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

1101015 Leppävirran pelimannit

Kivelän koulu, musiikkiluokka, Laivurintie 19
to 16.00–17.30

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Markku Vuori, 46 t, 63 €

Koe ryhmässä soittamisen riemua! Kaikki soittajat ovat tervetulleita soittimesta riippumatta, oma soitin välttämätön. Lisätietoja opettajalta. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun.

1101016 Harmonikkaryhmä, Oravikosken koulu

Oravikosken koulu, ruokasali, Koulukaare 2
pe 17.00–20.00

16.9.–25.11.2022, 20.1.–31.3.2023

Aimo Konttinen, 48 t, 63 €

Harmonikansoittoryhmä kaikenikäisille. Kurssimaksu sisältää moniste-/välinemaksun. Kokoontumiset parittomilla viikoilla.

1101017 Harmonikkabändi, Oravikosken koulu

Oravikosken koulu, ruokasali, Koulukaare 2
la 10.00–13.00

17.9.–26.11.2022, 21.1.–1.4.2023

Aimo Konttinen, 48 t, 110 € (SL 55 €, KL 55 €)

Harmonikansoittobändi kaikenikäisille. Kurssille ilmoittauduttava kaikkien ennakoon. Kokoontumiset joka toinen viikko.

1101018 Kehitysvammaisten päivätoiminnan musiikki, Suvanto

Suvanto, Savonkatu 17 A

ke 12.45–13.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Tuuli Alahuhtala, 8 t, 30 €

Yhdessä musisoimista ryhmän edellytysten ja toiveiden mukaan Suvannossa. Myös ulkopuoliset tervetulleita. Jos ulkopuolinen osallistuja tarvitsee avustusta, oma avustaja tulee olla mukana. Kokoontumiskerrat syysk. 14.9., 12.10., 9.11. ja 30.11.2022, ja kevät 11.1., 8.2., 15.3. ja 5.4.2023.

KIELET

Ks. kielten verkkokurssitarjonta s. 6.

1203001 English for you, too! V

Leppävirran kirjaston kerhohuone, Koulutie 4
ma 9.30–11.00

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Minna Rönkkö, 46 t, 57 €

Tämä kurssi sopii englantia melko hyvin osaaville. Jatkamme englannin opiskelua leppoisaan tahtiin; pääpaino käytännön kielitaidossa. Oppimateriaali: English for you, too! Book 5 (Otava). Kertaamme ensin Unit 2:n asiat, minkä jälkeen jatkamme kirjassa eteenpäin.

1203002 English for you, too! III

Leppävirran kirjaston kerhohuone, Koulutie 4
ma 11.30–13.00

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Minna Rönkkö, 46 t, 57 €

Tämä kurssi sopii sinulle, jos osaat jonkin verran englantia. Etenemme rauhalliseen tahtiin; pääpaino käytännön kielitaidossa. Oppimateriaali: English for you, too! 3 (Otava). Kertaamme ensin edellisen kirjan viimeisen kappaleen asiat, minkä jälkeen aloitamme kirjalla 3. Tule rohkeasti mukaan!

1203003 Englantia alusta alkaen

Leppävirran kirjaston kerhohuone, Koulutie 4
ma 14.00–15.30

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Minna Rönkkö, 46 t, 57 €

Haluaisitko opiskella englantia, mutta et uskalla hypätä kieltä jo osaavien ryhmiin? Ei hätää; tämä kurssi on todellisille vasta-alkajille. Aloitamme alkeista ja etenemme rauhalliseen tahtiin. Pääpaino käytännön kielitaidossa. Oppimateriaali: English for you, too! Starter (Otava). Tule rohkeasti mukaan!

1203004 Turning tables? Walk the line?

Leppävirran kirjaston kerhohuone, Koulutie 4
ma 16.30–17.30

26.9.–7.11.2022

Minna Rönkkö, 8 t, 30 €

Turning tables? Walk the line? "Sweet dreams are made of cheese", häh? Onko englanninkielistä musiikkia kiva kuunnella, mutta sanoista ei saa selvää tai niitä ei ymmärrä? Tällä lyhytkurssilla käymme läpi laulutekstejä tunnetuista kappaleista eri esittäjiltä. Jokaisella kurssikerralla keskitymme saman aihepiiriin kappaleisiin, aiheet vaihtelevat viikoittain. Kurssimateriaali opettajalta.

1204001 Saksan kieli ja kulttuuri, jatko

Kivelän koulu, luokka 9, Laivurintie 19
ti 17.00–18.30

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Tuulikki Böhmsch, 46 t, 57 €

Kiinnostaako saksan kieli ja kulttuuri? Tule mukaan matkalle saksankieliseen maailmaan! Etenemme rauhalliseen tahtiin; tervetuloa niin uudet kuin entisetkin opiskelijat! Kurssi sopii saksan kieltä jonkin verran osaaville sekä kertaajille. Oppimateriaali: Einverstanden 2 (Otava).

1204002 Saksan kieli ja kulttuuri, alkeet

Kivelän koulu, luokka 9, Laivurintie 19
ti 18.30–20.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Tuulikki Böhmsch, 46 t, 57 €

Kiinnostaako saksan kieli ja kulttuuri? Tule mukaan matkalle saksankieliseen maailmaan! Etenemme rauhalliseen aloittelijoiden tahtiin. Oppimateriaali: Hallo! 1, saksaa aikuisille (Finn Lectura).

1204003 Deutschsprachige Gesprächsrunde/ saksankielinen keskustelupiiri

Kivelän koulu, luokka 8, Laivurintie 19

ke 17.00–18.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Tiina Resch, 31 t, 54 €

Käytämme saksan kieltä puhumalla paljon ja otamme vähän liikkeitä, leikkiä ja hauskanpitoa mukaan (ilman kielioppitunteja ja oppikirjoja). Lisätietoja antaa Tiina Resch puh 0442608725. Spielend Deutsch "lernen" oder anders gesagt Deutsch anwenden – mit viel Reden und mit ein bisschen Bewegung, Spiel und Spaß. (Es gibt keinen Grammatikunterricht und kein Lernbuch). Weitere Informationen gibt Tiina Resch unter 0442608725.

1205001 Ranskan kielen alkeet

Kivelän koulu, luokka 9, Laivurintie 19

to 16.30–18.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Laura Gaudillat-Jakola, 46 t, 57 €

Ranskan alkeiskurssilla tutustumme ranskan kieleen ja kulttuuriin. Oppikirja vie opiskelijat Nizzaan ja Pyreneille. Rauhallisesti etenevän kirjan tekstit ovat aitoja arkielämän puhe-tilanteita, joiden avulla opimme luontevaa ranskan kieltä. Lukuisat harjoitukset motivoivat opiskelijaa ja kehittävät johdonmukaisesti niitä taitoja, joita eri kielenkäyttötilanteissa tarvitaan. Oppimateriaali: Chez Olivier 1 (Finn Lectura).

1206001 Venäjä III

Leppävirran kirjaston kerhohuone, Koulutie 4

to 16.30–18.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Raija Huusko, 46 t, 57 €

Kurssi sopii jatkoksi viime vuoden Venäjä II -kurssin osallistujille sekä pari vuotta venäjää aiemmin opiskelleille. Eikä haittaa, vaikka edellisistä opinnoista olisi jo aikaa. Harjoittelemme rennossa ilmapiirissä käytännön kielitaitoa monin tavoin, kielioppiakaan unohtamatta. Tervetuloa jatkamaan opintoja! Oppimateriaali: Kafe Piter 1 (Finn Lectura) kpl:sta 10 eteenpäin.

1206002 Venäjän alkeet

Leppävirran kirjaston kerhohuone, Koulutie 4

to 18.15–19.45

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Raija Huusko, 46 t, 57 €

Tule mukaan venäjän kielen ja kulttuurin maailmaan! Kurssilla opit kyrilliset aakkoset ja perusasioita puhumalla ja toimimalla. Venäjän kielen taidosta on iloa ja hyötyä koko slaavilaisessa maailmassa, Venäjän lisäksi esim. Ukrainassa ja Bulgariassa. Etenemme rauhallisesti rennolla otteella. Oppimateriaali: Kafe Piter 1 (Finn Lectura).

1207001 Espanja III

Kivelän koulu, luokka 9, Laivurintie 19

ke 15.00–16.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Irina Harjunheimo, 46 t, 57 €

Tämä kurssi on jatkoa edellisvuoden espanjankurssille. Soveltuu hyvin niille, jotka osaavat espanjan alkeet ja jotka ovat opiskelleet espanjaa joitakin vuosia. Jatkamme espanjan opiskelua leppoisasti. Oppimateriaali: ¡Fantástico! 2 (Tammi), kpl:sta 8 lähtien.

1207002 Espanja IV

Kivelän koulu, luokka 9, Laivurintie 19

ke 16.30–18.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Irina Harjunheimo, 46 t, 57 €

Tämä kurssi on jatkoa edellisvuoden espanjankurssille. Soveltuu niille, jotka ovat opiskelleet espanjaa vähintään neljä-viisi vuotta. Oppimateriaali: ¡Fantástico! 4 (Tammi), kpl:sta 5 eteenpäin.

1207003 Espanjaa matkailijoille, jatko

Kivelän koulu, luokka 9, Laivurintie 19

ke 18.00–19.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Irina Harjunheimo, 46 t, 57 €

Tämä kurssi on jatkoa edellisvuoden matkailuespanjan alkeiskurssille. Kurssi soveltuu hyvin niille, jotka osaavat espanjan alkeet tai muutaman sanan espanjaksi. Syyslukukaudella materiaali opettajalta, kevätlukukaudella oppimateriaalina ¡Fantástico! 1 (Tammi), alkaen oppikirjan alusta.

ESITTÄVÄ SANA- JA NÄYTTÄMÖTAIDE SEKÄ KIRJALLISUUS

1102001 Paukarlahden teatteriryhmä

Paukarlahden nuorisoseurantalo, Paukarlahdentie 117

ma 17.30–20.30

12.9.–28.11.2022, 9.1.–24.4.2023

Jukka Virtala, Annukka Nurmi, 100 t, 87 €

(SL 43,50 €, KL 43,50 €)

Teatteri-ilmaisun kurssilla opiskelemme teatterin tekemisen taitoja ja valmistamme esityksen. Luovaa hommaa on tarjolla sekä näyttämöllä että sen ulkopuolella. Roolihenkilöiden saappaisiin sukelletaan Jukan kanssa syksyn alkupuolella. Sen jälkeen jatketaan teoksen työstämisestä näyttämölle Annukan johdolla. Tervetuloa uudet ja vanhat Paukarlahden porukan menoon mukaan!

1102002 Leppäkertun teatteri

Nuorisoseurantalo Seurakallio, Seurakalliontie 1

ke 14.00–16.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–19.4.2023

Annukka Nurmi, 64 t, 70 € (SL 43,50 €, KL 43,50 €)

Hyppää kanssamme rooliin, jos toiseenkin! Valmistamme pienempiä tai suurempia teatteriesityksiä lasten ja koko perheen iloksi. Tule mukaan oppimaan näyttelemistä, nukketeatteria, varjoteatteria, naamioteatteria, esityksen ideointia, lavastamista, puvustamista ja yhdessä tekemistä! Kurssi on tarkoitettu kouluikäisille ja aikuisille teatterista kiinnostuneille! Ei opetusta viikolla 12.

1102003 Konnuslahden lastenteatteri

Konnuslahden mks.talo, Vehmersalmentie 304

pe 12.45–14.15

16.9.–2.12.2022, 13.1.–28.4.2023

Iiris Salmela, 49 t, 57 €

Tutustumme teatterin tekemiseen monipuolisesti. Opimme improvisaation, teatterileikkien sekä liike- ja ääniharjoitteiden avulla näyttämöllä olemista ja yhdessä tekemistä. Kevääksi 2023 valmistamme esityksen. Esitystä harjoitellessa opimme roolityöskentelyä ja draaman keinoja kertoa tarinoita.

1102004 Irti jännittämisestä -intensiivikurssi

Leppäkertun koulu, luokka 210, Montanuksentie 9

pe 17.30–19.55

16.9.–7.10.2022

Iiris Salmela, 13 t, 30 €

Jännittääkö? Ei haittaa! Opi muuttamaan jännitys hyväksi energiaksi ja käyttämään sitä voimavarana! Teemme kurssilla harjoitteita jännittämisen lievittämiseksi, olipa kyseessä sitten esiintyminen tai muu jännittävä tilanne.

1102005 Soisalo-teatteri

Moninmäen mks.talo, Moninmäentie 152

su 12.00–15.00

18.9.–4.12.2022, 15.1.–30.4.2023

Iiris Salmela, 100 t, 87 € (SL 43,50 €, KL 43,50 €)

Soisalo-teatteri kokoaa lähikylien teatterista kiinnostuneet Moninmäen maamiesseurantalolle. Sovimme tarkemman aikataulun ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Luvassa on hauskaa improvisaatiota, liike- ja ääniharjoitteita sekä

roolityöskentelyä mukavassa ryhmässä. Talven mittaan valmistamme teatteriesityksen keväälle 2023. Vahvista itseilmaisuaasi ja sukella teatterin kiehtovaan maailmaan!

1102006 Iltamateatteri

Nuorisoseurantalo Seurakallio, Seurakalliontie 1
ke 16.30–19.00
2.11.–7.12.2022, 11.1.–10.5.2023
Eeva-Liisa Pennanen, 70 t, 79 € (SL 39,50 €, KL 39,50 €)
Kurssilla opiskelemme iloisten iltamien suunnittelua ja toteuttamista. Aloitamme draaman alkeista ja tutustumme esiintymistilanteeseen kaikessa rauhassa. Valmistamme iltamia varten lyhyen komedian tai sikermän sketsejä. Kurssi huipentuu iltamiin, joissa esitämme ohjelmistomme. Tule iloiseen joukkoon ilmaisemaan itseäsi! Kurssi on tarkoitettu kaikenikäisille.

1106001 Kirjallisuuspiiri A, Leppävirta

Leppävirran kirjaston kerhohuone, Koulutie 4
ke 9.30–11.00
21.9.–30.11.2022, 18.1.–5.4.2023
Annukka Nurmi, 16 t, 39 €
Nautimme kirjallisuudesta lukien ja keskustellen. Kokoonnumme noin kerran kuukaudessa vaihtamaan ajatuksia yhdessä valituista teoksista. Kurssilla on tarvittaessa myös etäosallistumismahdollisuus. Kirjallisuuspiiri sopii lukemista harrastaville ja uutta potkua lukuharrastukseensa kaipaaville. Ensimmäisellä kerralla keskustelemme Tove Janssonin romaanista ”Kesäkirja”. Voit halutessasi valmistautua lukemalla lisäksi toisenkin Janssonin teoksen ”Vaarallinen juhannus”. Muut luettavat kirjat sovimme kurssilla. Mitä teosta Sinä toivoisit lukiipirimme käsittelevän?

1106002 Kirjallisuuspiiri B, Leppävirta

Leppävirran kirjaston kerhohuone, Koulutie 4
ke 9.30–11.00
28.9.–7.12.2022, 25.1.–12.4.2023
Annukka Nurmi, 16 t, 39 €
Nautimme kirjallisuudesta lukien ja keskustellen. Kokoonnumme noin kerran kuukaudessa vaihtamaan ajatuksia yhdessä valituista teoksista. Kurssilla on tarvittaessa myös etäosallistumismahdollisuus. Kirjallisuuspiiri sopii lukemista harrastaville ja uutta potkua lukuharrastukseensa kaipaaville. Ensimmäisellä kerralla keskustelemme Tove Janssonin romaanista ”Kesäkirja”. Voit halutessasi valmistautua lukemalla lisäksi toisenkin Janssonin teoksen ”Vaarallinen juhannus”. Muut luettavat kirjat sovimme kurssilla. Mitä teosta Sinä toivoisit lukiipirimme käsittelevän?

1106003 Teemasta toimeen

Kivelän koulu, luokka 9, Laivurintie 19
pe 18.00–19.30, la 10.00–14.00, su 13.00–17.00
7.–9.10.2022
Irene Pakkanen, 12 t, 30 €
Teemasta toimeen -viikonloppukurssilla ilottelemme kirjoittamalla. Avaamme aisteja, pengomme muistia, annamme tunteiden tulla paperille. Haemme vauhtia kertomuksista, kuvista ja musiikista. Puramme kirjoittamisen lukkoja ja käymme tietoisuina läpi kirjoittamisen teoriaa. Tyyliä vaihdetaan lennosta. Kurssin tavoitteena on saada uusia työkaluja kirjoittamiseen ja rohkaistua kirjoittajana. Ota mukaan itsellesi muistiinpanovälineet, läppäri tai muistivihko. Lauantaille ja sunnuntaille ota mukaan juotavaa ja evästä. Opettajana toimittaja ja kirjallisuusterapiaohjaaja Irene Pakkanen.

TIETOTEKNIikka

3401001 Tietotekniikasta huvia ja hyötyä elämään

Kivelän koulu, luokka 7, Laivurintie 19
ma 15.30–17.00
12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023
Nina Härkönen, 46 t, 57 €
Tutustumme tietokoneeseen ja sen käyttöön kaikessa rauhassa ja oppilaiden tietotason mukaisesti. Ota kannettava tietokone mukaasi, niin saat oppia nimenomaan oman koneen käyttöön. Harjoittelemme mm. kirjautumista eri palveluihin, joista on sinulle huvia ja hyötyä. Emme unohda myöskään tietoturva, vaan katsomme tietokoneen asetukset ja hoidamme tietoturva-asiat kuntoon.

3401002 Sähköiset asiointipalvelut, päivittäiset palvelut

Kivelän koulu, luokka 7, Laivurintie 19
ma 17.00–18.30
12.9.–10.10.2022
Nina Härkönen, 10 t, 30 €
Aluksi tutustumme vahvaan tunnistautumiseen ja tarvittaviin välineisiin. Alkuun pääsemiseksi tarvitset vähintään verkkopankkitunnukset. Opettelemme käyttämään mm. verkkopankkia, kanta.fi-palvelua, OmaVeroa, Traficomian ja Kelan sähköisiä asiointikanavia. Kurssilla emme myöskään unohda tietoturva, vaan opetellaan hoitamaan asiat turvallisesti laitteesta riippumatta. Ota mukaasi älypuhelin, tablet- tai kannettava tietokoneesi.

3401003 Mobiililaitte tehokäyttöön

Kivelän koulu, luokka 7, Laivurintie 19
ma 17.00–18.30
24.10.–28.11.2022
Nina Härkönen, 12 t, 30 €
Omistatko mobiililaitteen, jonka kaikkien hienojen ominaisuuksien hyödyntäminen on vielä hakuksessa? Tule opiskelemaan, mitä kaikkea älypuhelimella tai tablet-tietokoneella voidaan tehdä. Käymme ensin perustoiminnot läpi ja sitten keskitymme erilaisiin maksuttomiin sovelluksiin, joilla voi tehdä jotain kivaa tai hyödyllistä. Laitteesi käyttöjärjestelmä voi olla Android tai iOS, kaikki vastaavat toiminnot löytyvät molemmista. Emmekä unohda tietoturva, joka on myös huomioitava älylaitteiden kanssa toimiessa.

3401004 Kannettavan tietokoneen vuosihuolto

Kivelän koulu, luokka 7, Laivurintie 19
ma 17.00–18.30
9.1.–13.2.2023
Nina Härkönen, 12 t, 30 €
Nyt siivotaan! Kurssilla opetellaan siivoamaan oman koneen käyttöjärjestelmä, sekä opimme, mitä itse voimme tehdä koneen toimivuuden eteen. Hoidamme myös samalla tietoturvan kuntoon ja käymme läpi, miten esimerkiksi pankkiasiat hoidetaan turvallisesti.

3401005 Excelin perusteet

Kivelän koulu, luokka 7, Laivurintie 19
ma 17.00–18.30
20.2.–3.4.2023
Nina Härkönen, 12 t, 30 €
Tällä kurssilla käymme läpi Excel-ohjelman tärkeimmät toiminnot, kuten esim. työkirjojen hallinta, eri laskutoimitukset, käytetyimmät funktiot, taulukon muotoilut sekä tärkeimmät pikinäppäinmenot.

Syksyn ryhmäliikunta starttaa 5.9.

Tutut suosikit jatkaa

- Lavis® • Fasciamethod®
- Jooga® • Les Mills Body Pump®
- Les Mills Body Combat®
- Les Mills Core® • Spinning
- Ohjatut ja virtuaali vesijumpat

Uutena

Ohjattu kuntosali:

- Ryhmä 1 VASTA-ALKAJAT/ LIIKUNTARESEPTI
- Ryhmä 2 KONKARIT
- Vesijuoksu/syvään pään vesijumppa

Tulossa syksyllä:

- Avoimet ovet LA 17.9.
- Vesisankarit tapahtuma SU 9.10.

Lokakuussa aloittavat kurssit:

- Vanhempi-Vauva jumpparyhmä
- Aikuisten uintitekniikka kurssi
- Lasten uimakerhot – alkeet ja jatkoryhmä

Keilahallilla syksyllä

- Toppahousuliiga firmoille ja kaveriporukoille
- Seniorikeilaus viikoittain



Talo täynnä liikettä, tule mukaan!

Katso lisätiedot ja hinnat
www.vesileppisliikuntapalvelut.fi

KUVATAITEET JA MUOTOILU

1103001 Taitava sivellin -kuvataide TPO

Leppäkerun koulu, käsityöluokka, Montanuksentie 9
ti 14.30–16.00

16.8.–20.12.2022, 10.1.–16.5.2023

Anita Kalliokoski, 70 t, 202 € (SL 101 €, KL 101 €)

Taiteen perusopetuksen opetussuunnitelman mukainen kuvataidekurssi alakouluikäisille. Kurssilla tutustutaan kuvataiteen eri tekniikoihin ja materiaaleihin sekä opetellaan sommittelun ja väriopin perusteita. Tavoitteena on vahvistaa lapsen omaa taideilmaisua. Ei kausikortilla.

1103002 Keramiikkaa, lasia ja posliinia

Kovien materiaalien luokka 371, Opintie 1
ti 17.30–19.45

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Ulla-Riitta Immonen, 69 t, 104 € (SL 52 €, KL 52 €)

Työskentelemme savea muovaten, lasia leikaten ja posliinia maalaten. Valmistamme käyttö- ja koriste-esineitä erilaisilla käsinrakennustekniikoilla ja dreijaten, teemme erilaisia lasitöitä ja maalaamme posliinia. Kurssimaksu sisältää polttomaksun.

1103003 Mosaiikki

Kovien materiaalien luokka 371, Opintie 1
ke 17.00–19.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Mari Hämäläinen, 69 t, 79 € (SL 39,50 €, KL 39,50 €)

Tutustumme monipuolisesti erilaisiin mosaiikkitekniikoihin ja valmistamme töitä sisustukseen ja puutarhaan. Työvälineitä ja tarvikkeita hankimme tarvittaessa yhteistilauksilla ja voimme myös hyödyntää omia tarvikkeita tai kierrätysmateriaaleja, kuten vanhoja astioita ja kaakelilaattoja.

1103004 Iloa ja luovuutta-taidepaja

Kivelän koulu, Laivurintie 19

ke 17.30–19.45

21.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Birgitta Kuurne, 33 t, 54 €

Tutustumme kurssin aikana monipuolisesti eri maalaustekniikoiden maailmaan: luovasti, rennolla ja kokeilevalla otteella. Löydä oma luontainen ilmaisutapasi. Voit työskennellä haluamillasi välineillä (akryyli, akvarelli, vesiliukoiset öljyvärit, muste ym.) sekä tutustua itsellesi vieraampiin tekniikoihin. Sisällössä otetaan huomioon kurssilaisten toiveita. Materiaaleista pieni lisämaksu, opettajalta voi ostaa papereita ym. Kokoontuu parillisilla viikoilla.

1103005 Kartonkigrafiikka, ekologista taidegrafiikkaa

Kivelän koulu, Laivurintie 19

pe 17.00–20.00, la 10.00–14.45, su 10.00–14.00

13.–22.1.2023

Birgitta Kuurne, 26 t, 51 €

Tutustumme kahden viikonlopun intensiivikurssin aikana ekologiseen ja myrkyttömään taidegrafiikan tekniikkaan sekä sen erilaisiin, monipuolisiin variaatiomahdollisuuksiin. Kartonkigrafiikan teokset muistuttavat lähinnä metalligrafiikkaa. Tekniikalla voi saada jopa akvarellimaista

jälkeä. Tutustumme myös lino- ja monotypia tekniikoihin sekä teemme sekatekniikkakokeiluja. Materiaaleista pieni lisämaksu. Opettajalta voi ostaa jotain tuotteita, mm. syväpainopapereita.

1103006 Rakupoltto

Kovien materiaalien luokka 371, Opintie 1
la 10.00–15.15, la ja su 10.00–14.30
18.3.–2.4.2023
Anita Kalliokoski, 19 t, 39 €
Savitöiden valmistus polttoa varten 18.3.2023 kovien materiaalien luokassa. Lasitus ja rakupoltto 1.–2.4.2023 Opintie 1 kovien materiaalien luokan edustalla. Opettajalla on mukana rakupolttouni. Polttomaksu kaasusta maksetaan opettajalle.

1103007 Veikeät veistokset pihalle

Kovien materiaalien luokka 371, Opintie 1
pe 17.30–20.45, la 10.30–14.45
24.3.–1.4.2023
Anna-Kaarina Kalliokoski, 19 t, 39 €
Muotoilemme katiskaverkosta eläin- ja kasviaiheisia veistoksia puutarhaan. Muokkaamme vanhoista tekstiileistä käyttö- ja koriste-esineitä kankaankovetusaineella sisä- ja ulkotiloihin. Kurssikerrat 24.–25.3. ja 31.3.–1.4.2023.

KÄDENTÄIDOT

1104001 Ekoprint – väriä ja kuvioita luonnosta

Kovien materiaalien luokka 371, Opintie 1
to 16.30–18.00, pe 17.30–20.45, la ja su 10.00–15.15
8.–18.9.2022
Anna-Kaarina Kalliokoski, 19 t, 39 €
Ekoprint on kokeilevaa, yllätyksellistä ja mukaansatempaavaa kankaankuviointia, jossa värit saadaan luonnosta. Kuvioimme kankaita ja paperia ekoprint-menetelmällä. Kuvioituja kankaita voi käyttää vaatekukseen ja sisustukseen, paperit esim. korteiksi. Kasveja poimitaan pihalta tai käytetään kukkakaupan ”viherraskia”. Torstaina 8.9. saat perustiedot menetelmästä ja tarvittavista materiaaleista. 16.9.–18.9.2021 on kankaiden kuviointia.



1104002 Puutyöt

Leppäkertun koulu, Montanuksentie 9
ma 15.30–18.30
12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023
Jyrki Härkönen, 92 t, 106 € (SL 53 €, KL 53 €)
Valmistamme pieniä puutöitä, käyttö- ja koriste-esineitä. Kurssimaksu sisältää työkalujen huoltomaksun.

1104003 Oman näköistä ompelemalla

Kivelän koulu, tekstiilityöluokka, Laivurintie 19
ti 16.30–19.45
13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023
Anna-Kaarina Kalliokoski, 92 t, 87 € (SL 43,50 €, KL 43,50 €)
Ompelemme persoonallisia vaatteita, asusteita ja sisustustekstiilejä. Muokkaamme valmiit kaavat omille mitoille sopiviksi. Tuunaamme ja muodistamme valmisvaatteita ja korjaamme niiden istuvuutta. Voit käyttää omia materiaaleja ja teemme myös yhteistilauksia. Opettajalta voit ostaa myös tarvikkeita.

1104004 Teknisen työn kurssi

Kivelän koulu, puutyöluokka, Laivurintie 19
ti 17.30–19.45
13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023
Antti Lepola, 69 t, 98 € (SL 49 €, KL 49 €)
Teemme monipuolisesti metalli- ja puutöitä kurssilaisten toiveiden mukaan. Kurssimaksu sisältää välinemaksun.

1104005 Puutyöt ja huonekalujen entisöinti, Kurjala

Kurjalan koulu, Kurjalanrannantie 1230a
ke 18.00–20.30
14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023
Timo Saarela, 69 t, 98 € (SL 49 €, KL 49 €)
Korjaamme ja entisöimme huonekaluja, ja valmistamme pieniä puutöitä. Kurssimaksu sisältää työkalujen huoltomaksun.

1104006 Käsityöpaja, Kotalahti

Kotalahti-talo, Laitilanniementie 10
to 17.00–20.00
15.9.–24.11.2022, 19.1.–30.3.2023
Anna-Kaarina Kalliokoski, 48 t, 57 €
Teemme monipuolisesti tekstiilitöitä ja tutustumme eri käsityötekniikoihin osallistujien toiveiden mukaan mm. solmeilua, tuftausta, huovutusta, ompelua, askartelua. Kauden ohjelman sovimme yhdessä. Opettajalta voi ostaa materiaaleja. Teemme myös yhteishankintoja. Kokoontumiset parittomilla viikoilla.

1104007 Nypläyksen uudet tuulet

Leppäkertun koulu, käsityöluokka, Montanuksentie 9 VAI
Kivelän koulu, tekstiilityöluokka, Laivurintie 19
to 17.00–20.15
15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023
Laura Rosenberg, 92 t, 87 € (SL 43,50 €, KL 43,50 €)
Kokeilemme nypläystä eri materiaaleilla tai nypläämme perinteisiä pitsejä eri käyttötarkoituksiin. Kurssi soveltuu myös vasta-alkajille.

1104008 Intarsia eli kuvioviilutus

Kivelän koulu, puutyöluokka, Laivurintie 19
la ja su 10.00–16.15
17.9.–2.10.2022
Anna-Kaisa Miinalainen, 32 t, 54 €
Tule tutustumaan puukuviointiin maailmaan! Kurssilla opetellaan leikkaamaan erilaisista puuviiluista kuvioita

veitsitekniikalla. Valmiista työstä voi tehdä esimerkiksi taulun, pelilaudan tai hyödyntää työtä jonkin käyttöesineen koristelussa. Aiempaa kokemusta puutoista ei tarvita. Materiaali- ja työvälinemaksu 10 € maksetaan suoraan opettajalle. Kokoonnotukset 17.–18.9. ja 1.–2.10.2022.

1104009 Käsityöpaja, Leppävirta

Kovien materiaalien luokka 371, Opintie 1
ke 10.00–13.00

21.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Eira Auvinen, 44 t, 57 €

Kurssilla tutustumme erilaisiin käsityötekniikoihin mm. tuftaus, kirjonta, ompelu, huovutus yms. Sovimme kauden ohjelman yhdessä ja huomioimme mahdolliset uudet ilmiöt. Kokoonnotukset parillisilla viikoilla.

1104010 Käsityöpaja, Niinimäki

Niinimäen mks.talo Seurapirtti, Niinimäentie 239
to 10.00–13.15

22.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Katri Miettinen, 44 t, 57 €

Perinteistä nypläystä ja hardanger-kirjontaa. Kirjovirkkausta ja käsitöitä osallistujien toiveiden mukaan parillisilla viikoilla.

1104011 Mystiset maahiset ja kotitontut

Kovien materiaalien luokka 371, Opintie 1
to 17.00–20.00

22.9.–1.12.2022

Anna-Kaarina Kalliokoski, 19 t, 39 €

Valmistamme huovuttamalla villasta maahisen tai kotitontun. Yhdistelemme eri huovutustekniikoita ja valmistamme hahmoille myös vaatteet ja jalkineet. Voit hyödyntää myös kierrätysmateriaaleja hahmojen vaatteissa. Kokoonnotukset parillisilla viikoilla torstaisin klo 17–20, paitsi 1.12. klo 17.00–19.15.

1104012 Entisöintitekniikat ja -materiaalit tutuiksi

Kovien materiaalien luokka 371, Opintie 1
la 10.00–15.30, su 10.00–14.45

8.–9.10.2022

Anna-Kaisa Miinalainen, 13 t, 30 €

Kurssilla tutustutaan entisöinnissä käytettäviin perinteisiin pintakäsittelymateriaaleihin ja liimoihin. Kurssilla opetellaan valmistamaan ja käyttämään eläinliimoja. Pintakäsittelyaineista valmistamme shellakkaa ja öljy- ja temperamaaleja sekä opetamme niiden sävytyksen ja pintakäsittelytekniikat. Kurssilla on mahdollista valmistaa pintakäsittelyaineita omiin entisöitäviin huonekaluihin. Materiaaleja voi ostaa opettajalta.

1104013 Kehyskori pajusta

Kovien materiaalien luokka 371, Opintie 1
pe 17.00–20.00, la ja su 10.00–15.30

11.–13.11.2022

Anita Kalliokoski, 18 t, 39 €

Kehyskori voi olla laakea, suppea, matala tai syvä riippuen käyttötarkoituksesta. Se voi olla yksi- tai kaksilokeroinen. Nimensä mukaisesti kori muodostuu paksummasta pajusta taivutetuista kehistä ja niiden väliin ohuemmalla pajulla punotusta pinnasta. Opittuasi tämän helpon tekniikan voit valmistaa monen muotoisia kehyskoreja eri käyttötarkoituksiin. Kurssilla voi tehdä myös muita helppoja pajutöitä.

1104014 Havutyöt

Kovien materiaalien luokka 371, Opintie 1
la 10.00–15.30, su 10.00–14.45

26.–27.11.2022

Anita Kalliokoski, 13 t, 30 €



Valmistamme havutöitä kotimaisista havuista ja kasvatetuista leikkohavuista. Teemme kransseja, asetelmia, havumattoja ja -köynnöksiä. Voit kerätä materiaalit itse. Opettajalta voit ostaa leikkohavuja ja muita tarvikkeita. Havujen keruu ei kuulu jokamiehenoikeuksiin, joten muista kysyä siihen lupa maanomistajalta.

1104015 Entisöintitekniikat: puu- ja viilupaikkaukset

Kivelän koulu, puutyöluokka, Laivurintie 19

la ja su 10.00–16.15

14.–29.1.2023

Anna-Kaisa Miinalainen, 32 t, 54 €

Kurssilla opetellaan vanhojen huonekalujen puupaikkauksen periaatteet. Opetellaan käyttämään oikeita puulajeja ja tekemään niistä kestäviä paikkoja sekä sävyttämään paikat huonekaluun sopivaksi. Lisäksi harjoitellaan viilutetun huonekalun korjaamista; viilun valintaa, leikkaustekniikkaa ja paikan valmistusta. Kokoonnotukset 14.–15.1. ja 28.–29.1.2023.



1104016 Sorsan pesimäkori

Kovien materiaalien luokka 371, Opintie 1

pe 17.00–20.00, la ja su 10.00–15.30

10.–12.2.2023

Anita Kalliokoski, 18 t, 39 €

Kurssilla valmistamme pajusta punoen pesimäkörin sorsille ja muillekin vesilinnuille. Pesimäkori tarjoaa suojaa hautovalle emolinnulle ja munille. Korin päälle laitamme metallisen suojaverkon ja esteen, jotta minkit eivät pääse pesään. Ilmoittautuneille lähetetään tarkemmat ohjeet tarvittavista materiaaleista ja työvälineistä.

TANSSI JA LIIKUNTA

1105001 Nykytanssi, taso 3–5, TPO

Nuorisoseurantalo Seurakallio, Seurakalliontie 1

ma 18.50–20.20, to 17.00–18.30

15.8.–12.12.2022, 9.1.–18.5.2023

132 t, 316 € (SL 158 €, KL 158 €)

Taiteen perusopetuksen opetussuunnitelman mukainen nykytanssin jatkoryhmä yli 13-vuotiaille. Katso lisätietoja nettisivuilta. Ei kausikortilla.

1105003 Tanssin riemua 50+

Nuorisoseurantalo Seurakallio, Seurakalliontie 1

ti 12.00–13.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Henna Poutiainen, 31 t, 54 €

Lempeillä tanssin rytmeillä koko kehoa kehittävää liikuntaa.

Tervetuloa naiset ja miehet!

1105004 Lavis, Konnuslahti

Konnuslahden mks.talo, Vehmersalmentie 304

ke 17.30–18.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Anne Nissinen, 31 t, 54 €

Lavis on hauskaa, helppoa ja hikistä liikuntaa, joka perustuu lavatanssiaskelien ja jumpan välimuotoon. Tunnilla tanssitaan tuttuja lavatanssilajeja kuten humpu, jenkka, rock/jive, cha cha ja samba.

1105005 Lavis, Sorsakoski

Kylätalo Seurala, Sorsakoskentie 12

ke 19.15–20.15

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Anne Nissinen, 31 t, 54 €

Lavis on hauskaa, helppoa ja hikistä liikuntaa, joka perustuu lavatanssiaskelien ja jumpan välimuotoon. Tunnilla tanssitaan tuttuja lavatanssilajeja kuten humpu, jenkka, rock/jive, cha cha ja samba.

1105006 Lavatanssi, alkeis-jatko

Nuorisoseurantalo Seurakallio, Seurakalliontie 1

ke 19.00–20.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Markku Nissinen, 46 t, 57 €

Kurssilla harjoittelemme laivoilla tanssittavia perustansseja kuten valssi, foksi, fuskua jne. Opetus tanssin perusteista alkaen. Tunnille voit tulla ilman omaa paria. Lisätietoja 040 745 2681/ Markku.

1105007 Lasten tanssijamit 4–6-v., Oravikoski

Oravikosken koulun sali, Koulukaarre 2

to 14.30–15.15

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

23 t, 51 €

Tanssin iloa ja perusliikuntataitoja. Vuoden aikana tutustumme leikin kautta eri tanssilajeihin. Jumppavaatteet ja juomapullo mukaan. Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston keväthuhlassa ti 11.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden kurssikerran kauden aikana. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

1105008 Showtanssi 7–10-v., Oravikoski

Oravikosken koulun sali, Koulukaarre 2

to 15.35–16.20

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

23 t, 51 €

Showtanssi yhdistelee eri tanssityylejä vauhdikkaaksi kokonaisuudeksi. Tule oppimaan tanssitekniikkaa ja tanssimaan mukaansatempaavia sarjoja! Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston keväthuhlassa ti 11.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

1105009 Showtanssi yli 11-vuotiaat ja aikuiset, Oravikoski

Oravikosken koulun sali, Koulukaarre 2

to 19.00–20.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

31 t, 54 €

Showtanssi yhdistelee eri tanssityylejä vauhdikkaaksi kokonaisuudeksi. Tule oppimaan tanssitekniikkaa ja tanssimaan mukaansatempaavia sarjoja! Kurssiin sisältyy esiintyminen kansalaisopiston keväthuhlassa ti 11.4.2023. Esiintyminen ja kenraaliharjoitus korvaavat yhden kurssikerran. Voit osallistua kurssille, vaikka et haluaisikaan esiintyä.

1105010 Lempeää tanssiliikuntaa, Soinilansalmi

Salmitalo, Heinävedentie 2700

to 18.00–19.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Henna Poutiainen, 31 t, 54 €

Tanssin tahdilla, hyvän musiikin kera, koko kehoa kehittävää liikuntaa.

1105011 Lavatanssi, Mustinmäki

Mustinmäki-talo, Mustinmäentie 83

pe 19.30–21.00

9.9.–2.12.2022, 13.1.–31.3.2023

Markku Nissinen, 46 t, 57 €

Kurssilla harjoittelemme laivoilla tanssittavia perustansseja kuten valssi, foksi, fuskua jne. Opetus tanssin perusteista alkaen. Tunnille voit tulla ilman omaa paria. Lisätietoja 040 745 2681/ Markku.

8301001 Kuntosali A

Vesileppis, Vokkolantie 1

ma 9.00–9.45

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Tiina Vihavainen, 23 t, 51 €

Tehokas ja turvallinen tapa kehittää kuntoa. Liikkeet suunnitellaan jokaiselle tunnille siten, että kaikki lihasryhmät saavat töitä. Tunnilla tehdään liikkeitä kierto- ja harjoitteluna. Tunti alkaa alkulämmittelyllä, jossa tehdään kehoa avaavia liikkeitä, harjoitetaan motoriikkaa sekä tasapainoa. Sen jälkeen on vuorossa kierto- ja harjoittelu ja lopuksi loppuverryttelyt.

8301002 Vesijumppa A

Vesileppis, Vokkolantie 1
ma 10.00–10.45

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Tiina Vihavainen, 23 t, 51 €

Sopii kaikille kuntoon ja ikään katsomatta. Tunnilla voit tehdä liikkeitä omaan tahtiin. Veden vastuksen avulla saat tunnista tehokkaan, mutta veden kelluvuuden ansiosta harjoittelu ei kuormita niveliä. Tunnilla harjoitellaan lihaskuntoa, tasapainoa, kestävyyttä ja liikkuvuutta. Vesijumppavälineinä käytämme omaa kehoa, hymynaamoja, frisbeetä ja käsipainoja. Kurssimaksun lisäksi allasmaksu maksetaan suoraan Vesileppikselle.

8301003 Liikkari 4–6-v.

Kirkonkylän päiväkot, Koulutie 6
ma 14.15–15.00

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Reetta Nenonen, 23 t, 51 €

Liikkari on paras paikka aloittaa liikuntaharrastus. Opimme liikkariassa liikunnan perustaitoja. Pelaamme, leikimme ja liikumme välillä musiikin tahtiin. Opettelemme reilun pelin sääntöjä ja nautimme onnistumisen elämyksistä.

8301004 Koko kylä liikkuu ja venyy, Kotalahti

Kotalahti-talo, Laitilanniementie 10
ma 15.30–16.30

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Michal Jedlicka, 31 t, 54 €

Kehonhuoltoa, venyttelyä sekä liikkuvuus- ja tasapainoharjoittelua yhdessä paketissa. Kurssin sisältö räätälöidään osallistujille sopivaksi. Tervetuloa kylän naiset ja miehet!

8301005 CrossHIIT

Nuorisoseuratalo Seurakallio, Seurakalliontie 1
ma 17.15–18.15

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Michal Jedlicka, 31 t, 54 €

Voima-, kestävyys- ja liikkuvuusharjoittelua samalla hauskaa pitäen! Kurssin tarkoitus on luoda osallistujille kattava yleiskunto. Kovatehoinen jumppa, jossa harjoitteet varioidaan kaikille sopiviksi.

8301008 Koko kylä liikkuu ja venyy, Konnuslahti

Konnuslahden mks.talo, Vehmersalmentie 304
ma 19.00–20.00

12.9.–28.11.2022, 9.1.–3.4.2023

Michal Jedlicka, 31 t, 54 €

Kehonhuoltoa, venyttelyä sekä liikkuvuus- ja tasapainoharjoittelua yhdessä paketissa. Kurssin sisältö räätälöidään osallistujille sopivaksi. Tervetuloa kylän naiset ja miehet!

8301009 Lempeä hathajooga

Vesileppis, näyttelytila, Vokkolantie 1
ti 15.30–17.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Marjut Huttunen, 46 t, 57 €

Terveystä ylläpitävää, rentouttavaa joogaa naisille ja miehille. Ota oma alusta, juomapullo ja lämpimät vaatteet mukaan.

8301010 Voimakkaampi hathajooga

Vesileppis, näyttelytila, Vokkolantie 1
ti 17.15–18.45

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Marjut Huttunen, 46 t, 57 €

Voimakkaampia liikkeitä sisältävää joogaa naisille ja miehille. Ota oma alusta, juomapullo ja lämpimät vaatteet mukaan.

8301011 Kuntojumppa, Sarkamäki

Sarkamäen kylätalo, Karjalantie 13
ti 16.00–17.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Henna Poutiainen, 31 t, 54 €

Lihaskuntoa, venyttelyä ja rentoutusta ryhmälle sopivassa tahdissa. Tervetuloa kylän naiset ja miehet!

8301012 Koko kylä liikkuu, Oravikoski

Oravikosken koulu, sali Koulukaarre 2
ti 16.30–17.30

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Michal Jedlicka, 31 t, 54 €

Monipuolisia liikkeitä eri lihasryhmille välineitä ja kehonpainoa hyödyntäen. Tunnilla kehität liikkuvuutta, lihasvoimaa, koordinaatiota ja tasapainoa sekä liikehallintaa. Tervetuloa kylän miehet ja naiset!

8301013 Koko kylä venyy, Oravikoski

Oravikosken koulun sali, Koulukaarre 2
ti 17.35–18.20

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Michal Jedlicka, 23 t, 51 €

Kurssi koostuu lihasvenytyksistä sekä liikkuvuus- ja rentoutusharjoituksista. Tervetuloa kylän naiset ja miehet!

8301014 CrossHIIT, Oravikoski

Oravikosken koulun sali, Koulukaarre 2
ti 18.30–19.30

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Michal Jedlicka, 31 t, 54 €

Voima-, kestävyys- ja liikkuvuusharjoittelua samalla hauskaa pitäen! Kurssin tarkoitus on luoda osallistujille kattava yleiskunto. Kovatehoinen jumppa, jossa harjoitteet varioidaan kaikille sopiviksi.

8301015 Kuntojumppa, Timola

Timolan koulun sali, Timolantie 350
ti 18.00–19.00

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Henna Poutiainen, 31 t, 54 €

Perusjumppa sisältää alkulämmittelyn askeltaen sekä lihaskunto-osuuden, jossa käymme isot lihasryhmät läpi. Tunnilla on vaihtuvat teemat.

8301016 Koko kylä liikkuu, Sorsakoski

Kylätalo Seurala, Sorsakoskentie 12
ti 17.30–18.30

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Tiina Vihavainen, 31 t, 54 €

Alkulämmittelyn jälkeen tunnilla tehdään lihaskuntoa vahvistavia liikkeitä välineillä ja/tai oman kehon painolla. Lopussa venyttelyt. Tervetuloa mukaan kylän naiset ja miehet!

8301017 Vauhdikas kuntoliikunta, Sorsakoski

Kylätalo Seurala, Sorsakoskentie 12
ti 18.30–19.30

13.9.–29.11.2022, 10.1.–4.4.2023

Tiina Vihavainen, 31 t, 54 €

Tiivistähtinen alkulämmittely, tehokkaat lihaskuntoliikkeet ja loppuvenyttelyt.

8301018 Kuntojumppa

Vesileppis, ryhmäliikuntatila, Vokkolantie 1
ke 12.00–12.45

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Katja Sahlberg, 23 t, 51 €

Kehittää ja ylläpitää kuntoa. Jumpassa on vaihtuva ohjelma, jossa käytämme kehonpainoa sekä eri jumppavälineitä kuten kuminauhoja, kahvakuulia ja keppiä. Jumpassa on lämmittelyosio, kunto-osio ja lyhyet palauttavat venyttelyt.

8301019 Vesijumppa B

Vesileppis, Vokkolantie 1

ke 13.00–13.45

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Katja Sahlberg, 23 t, 51 €

Sopii kaikille kuntoon ja ikään katsomatta. Tunnilla voit tehdä liikkeitä omassa tahdissasi. Veden vastuksen avulla saat tunnista tehokkaan, mutta veden kelluttavuuden ansiosta harjoittelu ei kuormita niveliä. Tunnilla harjoittemme lihaskuntoa, tasapainoa, kestävyyttä ja liikkuvuutta. Vesijumppavälineinä käytämme omaa kehoa, hymynaamoja, frisbeetä ja käsipainoja. Kurssimaksun lisäksi allasmaksu, joka maksetaan suoraan Vesileppikselle.

8301020 FasciaMethod, Vesileppis

Vesileppis, ryhmäliikuntatila, Vokkolantie 1

ke 14.15–15.00

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Tiina Vihavainen, 23 t, 51 €

Kehonhuoltotunti, jossa yhdistyvät liikkuvuusharjoittelu, dynaamiset täsmävenyttelyt, liikehallintaharjoittelut sekä faskiakäsittely pallolla. Soveltuu kaikille, jotka haluavat edistää hyvinvointiaan ja parantaa suorituskykyään tehokkaasti.

8301021 Hiihdon lyhytkurssi

Vesileppis, Vokkolantie 1

ke 18.00–19.30

28.9.–12.10.2022

Reetta Nenonen, 6 t, 23 €

Valmistaudu uuteen hiihtokauteen kunnolla! Vinkit voiteluun sekä perinteisen ja vapaan hiihtotekniikan saloihin. Paikalla myös talliesittelijä suksifirmasta. Kurssikerrat Hiihtoareenalla 28.9., 5.10. ja 12.10.2022.

8301022 Jooga/tuolijooga, Soinilansalmi

Salmitalo, Heinävedentie 2700

ke 19.00–20.30

14.9.–30.11.2022, 11.1.–5.4.2023

Tiina Resch, 46 t, 57 €

Matosta tai tuolista käsin tehdään vaikutuksiltaan tehokkaita harjoituksia missä käytetään elementtejä kundaliinjooogasta. Selkäranka notkistuu ja keuhkot vahvistuvat. Joka kerta on uusi harjoitussarja, missä keskitytään erilaisiin kehoja ja mieltä tasapainottaviin osiin. Kurssi sopii kaiken ikäisille, kunnosta ja aiemmasta kokemuksesta riippumatta. Lisätietoja antaa Tiina Resch puh. 044 260 8725.

8301023 Kuntosali B

Vesileppis, Vokkolantie 1

to 17.00–17.45

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Meseret Thitz, 23 t, 51 €

Tehokas ja turvallinen tapa kehittää kuntoa. Liikkeet suunnitellaan jokaiselle tunnille siten, että kaikki lihasryhmät saavat töitä. Tunnilla tehdään liikkeitä kiertoharjoitteluna. Tunti alkaa alkulämmittelyllä, jossa teemme kehoa avaavia liikkeitä sekä harjoitamme motoriikkaa ja tasapainoa. Tämän jälkeen teemme kiertoharjoittelua ja lopuksi loppuverryttelyt.

8301024 TEHO-vesijumppa

Vesileppis, Vokkolantie 1

to 17.50–18.35

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Meseret Thitz, 23 t, 51 €

TEHO-vesijumppatunnin tarkoitus on kehittää selkeästi enemmän kestävyyttä, työosuudet ovat pidempiä ja liikkeet hieman haastavampia. Tunti kehittää lihaskuntoa, kestävyyttä ja liikkuvuutta. Tehdään liikkeitä aikaa vasten, joten jokainen voi tehdä omaan tahtiin. Kurssimaksun lisäksi allasmaksu maksetaan suoraan Vesileppikselle.

8301025 Koko kylä liikkuu, Kivelä

Kivelän koulun sali, Laivurintie 19

to 18.00–19.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Tiina Vihavainen, 31 t, 54 €

Alkulämmittelyn jälkeen tunnilla tehdään lihaskuntoa vahvistavia liikkeitä välineillä ja/tai oman kehon painolla. Lopussa venyttelyt. Tervetuloa mukaan kylän naiset ja miehet!

8301026 FasciaMethod, Kivelä

Kivelän koulun sali, Laivurintie 19

to 19.05–19.50

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Tiina Vihavainen, 23 t, 51 €

Kehonhuoltotunti, jossa yhdistyvät liikkuvuusharjoittelu, dynaamiset täsmävenyttelyt, liikehallintaharjoittelut sekä faskiakäsittely pallolla. Soveltuu kaikille, jotka haluavat edistää hyvinvointiaan ja parantaa suorituskykyään tehokkaasti.

8301027 Venyttely ja rentoutus, Soinilansalmi

Salmitalo, Heinävedentie 2700

to 19.00–20.00

15.9.–1.12.2022, 12.1.–6.4.2023

Henna Poutiainen, 31 t, 54 €

Koko kehoa rentouttavaa venyttelyä.

8301028 Kehonhuolto

Vesileppis, ryhmäliikuntatila, Vokkolantie 1

pe 9.00–9.45

16.9.–2.12.2022, 6.1.–31.3.2023

Katja Sahlberg, 23 t, 51 €

Tunnilla parannetaan liikkuvuutta sekä dynaamisesti että staattisesti. Tehdään kehoa avaavia liikkeitä rauhalliseen tahtiin, seisten että maaten. Tunnilla käytetään rauhallista ja rentouttavaa musiikkia. Tunti sopii kaikille.

8301029 Vesijumppa C

Vesileppis, Vokkolantie 1

pe 10.00–10.45

16.9.–2.12.2022, 6.1.–31.3.2023

Katja Sahlberg, 23 t, 51 €

Sopii kaikille kuntoon ja ikään katsomatta, tunnilla voit tehdä omaan tahtiin liikkeitä. Veden vastuksen avulla saat tunnista tehokkaan, mutta veden kelluttavuuden ansiosta harjoittelu ei kuormita niveliä. Tunnilla harjoitellaan lihaskuntoa, tasapainoa, kestävyyttä ja liikkuvuutta. Vesijumppavälineinä käytämme omaa kehoa, hymynaamoja, frisbeetä ja käsipainoja. Kurssimaksun lisäksi allasmaksu maksetaan suoraan Vesileppikselle.

8301030 Kahvakuula ja venyttely, Oravikoski

Oravikosken koulun sali, Koulukaarre 2

pe 19.00–20.00

16.9.–2.12.2022, 13.1.–14.4.2023

Michal Jedlicka, 31 t, 54 €

Rivakka kahvakuulajumppa, jossa liikkeiden tehoa voit säädellä painoilla. Pärjät kahdella erikokoisella kuulalla. Osa tunnista tehdään monipuolisia venyttelyjä, jotta saat sykkeesi matalaksi perjantain illanviettoon!

KOTITALOUS JA MUU KOULUTUS

0098001 Hygieniapassikoulutus

Kivelän koulu, luokka 7, Laivurintie 19

ke ja to 17.00–20.00

5.–6.10.2022

Sonja Mäkkeli, 8 t, 55 €

Hygieniapassi vaaditaan kaikilta niiltä henkilöiltä, jotka käsittelevät työssään helposti pilaantuvia elintarvikkeita. Hyväksytyn testin suorittaneet saavat hygieniapassitodistuksen kotiosoitteeseen n. kolmen viikon kuluttua testistä. Ota mukaasi henkilöllisyystodistus ja mustekynä testiä varten. Kurssimaksu sisältää opetuksen, kurssimateriaalin, hygieniapassikokeen sekä tarvittaessa yhden uusintakokeen. Lisäksi tulee todistusmaksu 25 €/osallistuja. Kurssipäiviin on laskettu mukaan myös taukoja. Ei kausikortilla.

8102001 Rakastu sushiin!

Kivelän koulu, kotitalousluokka, Laivurintie 19

su 30.10.2022 klo 10.00–14.30

Anne Nissinen, 6 t, 23 €

Japanilaisesta keittiöstä tuttu sushi on jo monen suomalaisen herkkua, jota voi valmistaa myös kotikeittiössä. Kurssin aikana nigirit, magit ja muut sushiherkut tulevat tutuiksi. Voit jopa rakastua tähän nautinnolliseen ruokaan! Raaka-ainemaksu n. 12 €, maksetaan suoraan opettajalle.

7198001 Lintukurssi, alkeet

Kivelän koulu, luokka 9, Laivurintie 19

ma 17.30–19.00, la 8.00–11.00

6.2.–22.4.2023

Liisa Tolvanen, 22 t, 57 €

Kurssi sisältää yhdeksän teoriaopetuskertaa maanantaisin alkaen 6.2., sekä yhden maastoretken lähialueen lintupaikoilla kurssin päätteeksi. Kurssilla käydään läpi n. 100 alueella yleisimmin tavattavaa lajia. Saat opettajalta kattavan monistepaketin. Kurssimaksu sisältää monistemaksun.

0098002 Järjestyksenvalvojakurssi Leppävirta

Vesileppis, Vokkolantie 1

ma 9.00–13.15, pe ja la 8.30–15.30

17.–25.2.2023

Kauko Uusoksa, Arto Heikkinen, 41 t, 120 €

Järjestyksenvalvojakurssi tähtää järjestyksenvalvojakortin suorittamiseen. Järjestyksenvalvojaksi voidaan hyväksyä henkilökohtaisilta ominaisuuksiltaan tehtävään sopiva 18 vuotta täyttänyt henkilö, joka on saanut sisäministeriön vahvistaman koulutuksen. Koulutuksen hyväksytysti suorittaminen edellyttää säännöllistä osallistumista eli paikalla on oltava joka kerta ja loppukokeen läpäisyä. Kurssi sisältää luennot, voimankäyttö-, ensiapu- ja pelastustoimintaosuudet sekä loppukokeen. Hätä-EA-osion tarkempi ajankohta ilmoitetaan myöhemmin. Kurssimaksu sisältää opetuksen, koulutusaineiston ja loppukokeen. Lisäksi tulevat kortin hakemiseen liittyvät kulut valokuva sekä poliisin palvelumaksu. HUOM! Koe on suoritettava suomeksi tai ruotsiksi, käännöstyökaluja jne. ei ole sallittua käyttää kokeen aikana. Ei kausikortilla.

1198001 Taide- ja puuhaleiri Leppävirralla

Leppäkertun koulun auditorio, Montanuksentie 9

ma–pe 9.30–15.30

5.–9.6.2023

40 t, 57 €

Leppoisa tapa viettää kesälomaa alakouluikäisille. Vietämme iloisen päiväleirin Leppäkertun koululla. Ohjelmaamme kuuluu leikkejä, taiteilua, kesäpuuhia ja pelailua. Leiri sisältää ohjattua toimintaa ja mukavaa yhdessäoloa sisällä ja ulkona. Mukaan tarvitset iloista leirimieltä, vesipullon, aurinkorasvan, mukavat sisävaatteet ja säänmukaiset ulkovaatteet. Lounas- ja eväsjärjestelyistä sovitaan leirille ilmoittautuneiden kesken.



Kuva: Jarno Miettinen



Kuva: Jarno Miettinen

HARRASTEET

LEPPÄVIRRAN HARRASTUSOPAS SYKSY 2022 – KEVÄT 2023

Muutokset mahdollisia.

Leppävirralla voit elää aktiivista arkea. Aloita oman harrastuksen etsintä kunnan verkkosivujen harrastushausta, tästä julkaisusta ja paikallislehti Soisalon Seudun seuratoimintapalstalta. Huomaat, että täällä voi kokeilla ja innostua monenlaisesta: on ralliautoilua, raviurheilua, frisbeegolfia, jousiammuntaa, kirkkovenesoutua, lenkkeilyä ja hiihtoa hienoilla maisemareiteillä ja samoilua vaellusmaastoissa, valokuvausta, kotiseututyötä, musiikkia ja kädentaitoja. Eri alojen vapaaehtoistoimintaan löytyy väyliä monipuolisista yhdistyksistä. Leppävirran erinomainen kirjasto palvelee kirkonkylällä ja kirjastoauto koko kunnan alueella. Lehtilukusaliin pääsee omalla kirjastokortilla ja PIN-koodilla aamuseitsemästä iltayhdeksään joka päivä. Kylpylään, hiihtoareenalle, kuntosalille ja keilaamaan pääsee Vesileppikseen. Erityisen edullisesti tämä mahdollisuus tarjotaan sekä senioreille että junioreille omien korttien kautta: Seniorikortti on tarkoitettu kaikille leppävirtalaisille eläkeläisille (myös sairaus- ja osa-aikaeläkeläiset). Yli 80-vuotiaille leppävirtalaisille kortti on maksuton. Juniorikortti antaa 4–19-vuotiaille mahdollisuuden käydä uimassa, kuntosalilla ja HiihtoAreenalla. Lisätietoja Vesileppiksen neuvonnasta keilahallin kahviosta.

Leppävirta on laaja kunta. Lähiliikuntapaikkoja ja ohjattua harrastustoimintaa tuetaan avustuksilla koko kunnan alueella. Monipuolisimmat harrastusmahdollisuudet erityisesti liikkuamiseen löytyvät kirkonkylältä, jossa asuu yli puolet kuntalaisista. Joukkoliikenne Leppävirralla perustuu PALiin ja koulukyyteihin. Palveluliikenne PALI on perinteisen linja-autoliikenteen ja taksiliikenteen välimuoto. PALI on tarkoitettu kaikille. PALI-autot ajavat alueellaan osittain aikataulutettujen reittien ja osin tilausten perusteella, noutavat matkustajat ja kuljettavat heidät asiointipaikkoihin ja kotiin. Lisätietoja joukkoliikenteestä ja aikataulut verkossa: www.leppavirta.fi/joukkoliikenne. Aikatauluja saa myös kunnantalolta ja kirjastosta.

Lisätietoja kaikista kunnan palveluista:
www.leppavirta.fi/etusivu

4H-kerhot

Leppävirran 4H-yhdistys ry

4H-antaa lapsille ja nuorille mahdollisuudet löytää vahvuutensa tekemällä oppien. Toiminnan perustana ovat 4H-järjestön arvot Harkinta, Harjaannus, Hyvyys ja Hyvinvointi. Tavoitteenamme on, että 4H-toiminnassa mukana olevista lapsista kasvaa aktiivisia, vastuullisia ja yritteliäitä nuoria. Yhdistys järjestää monitoimi- ja teemakerhoja, kursseja, koulutuksia ja retkiä. Monitoimikerhoissa mm. askarrellaan, leivotaan, pelataan ja leikitään. Lisäksi kerhoissa on luontoon, eläimiin ja vuorovaikutukseen liittyviä aiheita. Nuorilla on mahdollisuus löytää itselleen

työpaikka esim. työllistymällä kerhonohjaajana tai perustamalla oma 4H-yritys. Toimintatiedot ja kerhoaikataulut löydät nettisivuiltamme. Leppävirran 4H-yhdistys
 Regina Saarela
 040 822 7804
leppavirta@4h.fi
leppavirta.4h.fi
facebook.com/Leppavirran4Hyhdistys

Ammunta, ampumaurheilu

Leppävirta-Varkaus riistanhoitoyhdistys, Riikinnevan ampumarata

Käytössä 100m kiväärirata ja lisäksi löytyy 50m ja 25m pienet vallit kohdistukseen sekä haulikolle trap-rata. Lauri Itkonen
 050 407 8359
leppavirta-varkaus@rhy.riista.fi
www.leppavirta-varkaus-rhy.webnode.fi/
Leppävirran reserviläiset ry
 Riikinnevan uusi pistoolirata on nyt käytössä. Matkat 25m ja 50m. Leppävirran reserviläiset ry:n ja Leppävirran reserviupseerit ry:n jäsenet ilmaiseksi. Muille 5 €/4 tuntia. Lauantait on varattu yhdistyksen omaan toimintaan. Radan säännöt on luettava ennen toimintaa. Maksuohjeet löytyvät radalta.

Ratavarauksista muille yhdistyksille on otettava ennakoon yhteyttä. Käytössämme on myös Leppävirta-Varkaus Rhy:n 100 m kiväärirata, jota käytämme aktiivisesti monimuotoiseen ammuntaan ratavarauksien salliessa. Ampuma-asioissa ja ampumakilpailuun liittyvissä asioissa voi ottaa yhteyttä leppavirran.res@gmail.com.

Muut asiat: leppavirran.res@gmail.com
<https://leppavirran-reservilaiset.reservilaisliitto.fi>

Leppävirran Ampujat

Lajina Haulikko
 Sirpa Mehtonen
 040 4194 249
sirpa.m.mehtonen@gmail.com

Ampumahiito

Soisalon Ampumahiittäjät ry

Seura pyrkii edistämään Leppävirran kunnan ja sen lähialueiden lasten, nuorten ja aikuisten liikunnan harrastamista ja tuomaan jäsenilleen liikunnan riemun kautta lisää väriä arkiseen taaperukseen. Erityisesti panostamme ampumahiittoon. Harjoituspaikkoina toimivat Vesileppiksen hiihtoputki ja Heinjoen ampumarata.

Jäsenmaksu nuori (alle 16 v) 15 €, aikuinen 25 €, perhe 60 €, kannatusjäsen 100 €. Eero Kolehmainen
eero.a.kolehmainen@gmail.com
soisalonampumahiittajat.fi

Cheerleading

– Kirkonkylä

Leppävirta Cheerleading LCV

Leppävirran Viri ry LVC on erikoistunut harraste sekä kilpacheerleadingiin.

Minit (7–13-v.)

Minit-kilpa (7–12-v.)

Juniorit (12–16-v.)

Seniorit (yli 15-v.)

Aikataulut Emmi Markkaselta

Emmi Markkanen

044 245 2615

leppavirtacheerleading@gmail.com

Eläkeläisjärjestöjä

Eläkeliiton Leppävirran Yhdistys ry

Pj. Urpo Savolainen, p. 044 380 9036

<https://www.elakeliitto.fi/yhdistykset/leppavirta>

Leppävirran Eläkkeensaajat ry

Pj. Tuomo Luostarinen, p. 0400 663 138

<https://leppavirta.elakkeensaajat.fi/>

Leppävirran Eläkeläiset ry

Pj. Jouko Mönkkönen, p. 045 120 6053

<https://yhdistykset.elakelaiset.fi/leppavirta/>

Leppävirran Kristilliset Eläkeläiset ry

Pj. Arja Koponen, p. 040 579 8962

<https://www.krell.fi/258-leppavirta>

Sorsakosken Eläkeläiset ry

Pj. Eija Varis, p. 050 358 3055

<http://sorsakoski.fi/sorsakosken-elakelaiset-ry-1/>

Frisbeegolf

Radat:

– Kirkonkylä

Paajalanmäki

Vesileppis DiscGolfPark

Myös välinevuokraus. www.vesileppis.fi

Kotalahden kyläyhdistys

– Kotalahden kylätalo

Sorsakosken kyläyhdistys ry

– Niskaharjun maastossa

Golf

Leppävirran Golf

9-väyläinen Leppävirran golfkenttä sijaitsee kauniissa mäkimaisemassa Konnuksen kanavalle menevän tien varrella. Maastoltaan kumpuileva ja väyliltään kapea kenttä tarjoaa haasteita niin aloittelijalle kuin kilpapelaaajallekin.

Leppävirran kunnan keskustasta 6 km Konnuksen kanavan suuntaan. Opastus.

Jori Waissi

044 766 8813

jori.waissi@leppavirrangolf.fi

www.leppavirrangolf.fi

Harrastamisen Suomen malli

Harrastamisen Suomen mallin tavoitteena on mahdollistaa jokaiselle 1.-9. luokkalaiselle lapselle ja nuorelle mieluisa ja maksuton harrastus koulupäivän yhteyteen. Tiedot Leppävirran kunnan harrastusryhmistä sekä ilmoittautumisohjeet harrastuksiin päivittyvät kunnan nettisivuille elokuussa 2022. Lisätietoja: <https://leppavirta.fi/harrastamisensuomenmalli>

Hevosharrastus

Leppävirran Hevosystävien seura ry

hevosystavainseura@gmail.com

www.facebook.com/leppavirranhys

Sarin Talli

Hevospalvelut toimivat tilauksesta ja toiminnasta kerrotaan Fb-sivustolla. Tilalla toimii myös hierontapiste, jossa ajanvarauksella klassista hierontaa.

www.facebook.com/TmiSariPauliina/?fref=ts

Tmi Turvallinen Kaveri

Toiminnallista sekä kuntouttavaa työ- ja päivätoimintaa hevosallilla ja sen lähiympäristössä. Vammaisratsastusta. Kotisiivousta ja asiointipalvelua.

turvallinenkaveri@gmail.com

www.facebook.com/Tmi-Turvallinen-Kaveri

Hiihto

Leppävirran Viri, hiihtojaosto

mm. lasten hiihtokoulu

www.leppavirranviri.sporttisaitti.com

Leppävirran Urheilijat

lepu@lepu.fi

www.lepu.fi

Koirahiihto

<https://leppavirta.fi/download.php?id=571>

Hyväntekeväisyystoiminta

Lions Club Leppävirta

Presidentti Juha Alatalo

<http://lionsleppavirta.fi/>

Leppävirran Rotaryklubi ry

Presidentti Sari Ihalainen

<https://rotary.fi/leppavirta/>

Ikäihmisten nettikahvila

– Kirkonkylä

Leppäengas ry

Suomalapurontie 18

Nettikahvilassamme on käytössä SenioriPc-koneet.

Koneilla voit käyttää esim. pankin, Kelan ja VR:n palveluja. Voit myös käydä tutustumassa omiin resepteihisi Kanta-arkiston sivulla. Nettikahvila on auki aina kahvilan aukiolon aikaan torstaisin klo 10–13.

Opastusta annetaan torstaisin myös oman tietokoneen kanssa, samoin jos on ongelmia älypuhelimien käytössä. Opastajana toimii atk-neuvoja Timo Mäkelä.

Mervi Nissinen

mervi.lepparengas@gmail.com

040 715 7180

www.lepparengas.fi

Jalkapallo

– Kirkonkylä

Sorsakosken Urheilijat ry

Toimintaa ympäri vuoden. Talvella Vesileppis Areenalla ja kesällä Vokkolan tekonurmella sekä urheilukentän nurmella.

Jyri Multanen

jyrimultanen@gmail.com

044 202 0698

HARRASTEET

Jooga

– Kirkonkylä
Liikunta ja hoitola Ilo-Olo
 Savonkatu 30
 Joogaa kaiken ikäisille, arjolla myös erilaisia joogakursseja.
 Kari Timonen
 040 518 6111
info@ilo-olo.fi
www.ilo-olo.fi

Jääkiekko

Leppävirran Kiekko 75 ry
 Matalan kynnyksen toiminnalla pyritään helpottamaan kokeilua jääurheilussa ja samalla ohjataan nuoria liikuntaharrastuksen piiriin.
www.leki-75.fi

Keilailu

Leppävirran NMKY
 Leppävirran NMKY on Suomen Keilailuliiton jäsenseura.
 Jukka Aaltosalmi
 040 059 8695
jukka.aaltosalmi@gmail.com
 Timo Huovinen
 040 067 0109
timo.huovinen@pp.inet.fi

Kirjasto

Koulutie 4
 Asiakaspalvelu
 kirjasto 044 797 5572, 044 797 5571
 kirjastoauto 040 017 2772
kirjasto@leppavirta.fi
www.leppavirta.finna.fi
 Tavoitat meidät seuraavista sosiaalisen median väylistä:
 Leppävirran kirjasto: Facebook, Instagram, Twitter, Youtube
Avoinna
 Kesäaikana 1.5.–31.8.
 ma, ti, to klo 10.00–18.00, lehtisali klo 8.00–18.00
 ke, pe klo 10.00–16.00, lehtisali klo 8.00–16.00
 la–su suljettu
 Talviaikana 1.9.–30.4.
 ma, ti, to klo 10.00–19.00, lehtisali klo 8.00–19.00
 ke, pe klo 10.00–16.00, lehtisali klo 8.00–16.00
 la klo 10.00–14.00, lehtisali klo 10.00–14.00
 su suljettu
 Aattopäivinä klo 10.00–16.00
 Omatoimitila (sis. lehtisali, tutkijanhuoneet, näyttely- ja kokoustila, varausten nouto, pieni lainakokoelma), käytettävissä kirjastosta lunastettavalla tunnistusavaimella joka päivä klo 7.00–21.00.
 Kirjastoauto Tilda palvelee koko kunnan alueella.
 Aikataulut löytyvät kirjaston nettisivuilta, kirjastosta ja itse autosta.

Kirjaston näyttelyt

1.-30.6.2022 Veden Wäkeä – Riitta Heiskasen valokuvanäyttely
 4.-29.7.2022 Annikainen puikoissa & Linssi kamerassa -valokuva- ja neulenäyttely
 8.-31.8.2022 Starttipajan nuorten taidenäyttely
 1.-30.9.2022 Pohjois-Savon kotiseutuyhdistysten koululaisille järjestetyn kilpailun palkintotyöt
 1.-31.10.2022 Tuulia Tiikkaisen ja Tuija Ruuskasen yhteisnäyttely
Satutuokiot
 Lastenkulttuurikeskus Verso
 Toukkien tarinatuokiot (0-3v.) ja Satutuokiot (3-6-v.)
 Kerran kuukaudessa keskiviikkoisin klo 9.15–9.45 (0-3-v.) ja 10.00–10.45 (3-6-v.)
 Satujen lomassa tarinoidaan yhdessä, loruillaan, lauletaan, sanataiteillaan, askarrellaan tai leikitään.
 Tuokioiden teemat ja päivämäärät päivittyvät kunnan tapahtumakalenteriin ja Leppävirran kirjaston Facebookiin.
 Vapaa pääsy!
www.versoverkko.fi
Tarinakoukku
 Leppävirran kirjasto
 Tarinakoukku pidetään kirjaston kokoustilassa 4 kertaa vuodessa, pe klo 13.00–14.30. Ota oma käsityö mukaasi ja tule viihtymään yhdessä tekemisen ja tarinoiden parissa. Tervetuloa!
 30.9.2022 Omin käsin
 25.11.2022 Lapsen silmin
 Anna Kaisa Piispanen ja Hanni-Mari Ojala
 044 787 5571 tai 044 787 5572

Koiraharrastus

Leppävirran Palvelus- ja Seurakoiraharrastajat ry
 Järjestää ohjattua koulutusta arkitottelevaisuudessa, agiilityssä, palveluskoirien tottelevaisuudessa ja henkilöetsinnässä. Pentukurssseja keväällä ja syksyllä tarpeen mukaan.
 Heli Könönen
 045 311 3161
lpsh.info@gmail.com
www.lpsh.weebly.com/
 Löydät meidät myös Facebookista

Kotiseututyö

Leppävirran kotiseutumuseo
 Savonkatu 28, 79100 Leppävirta
 Talvella museo on avoinna tilauksesta ryhmille.
<http://www.leppavirta.fi/palvelut/kulttuuripalvelut/kotiseutumuseo>

Leppävirta-seura ry

Yhdistyksen toiminnan tärkeimpinä tavoitteina on kotiseututietouden ja -tuntemuksen lisääminen, kotiseutuhengen ylläpitäminen ja oman paikalliskulttuurin vaaliminen ja edistäminen. Leppävirta-seura ry on Pohjois-Savon kotiseutuyhdistysten liiton ja Suomen Kotiseutuliiton jäsen.
www.leppavirtaseura.info/

Sorsakosken kyläyhdistys ry

Sorsakosken Seurala
Valokuva- ja perinnekerho
Kerätään perinnetietoa sorsakoskelaisista, Sorsakoskesta ja Hackmannista. Tutustutaan kylän historiaan ja perinteisiin. Vanhojen valokuvien digitoimista, henkilöiden ja paikkojen tunnistamista.
Anja Tikkanen
040 537 6176
sorsakoski.seura@gmail.com

Kudonta

– Kotalahti
Kudontapisteessä on käytettävissä kangaspuut, ompelukone ja saumuri. Tilavuokraa ei peritä. Tuija Niemi
044 992 5733
kotalahti.kylayhdistys@gmail.com
www.kotiseudut.fi/kotalahti

Kuntonyrkkeily

– Kirkonkylä
Liikunta ja hoitola Ilo-Olo
Kari Timonen
040 518 6111
info@ilo-olo.fi
www.ilo-olo.fi

Kuntopiiri, kuntojumppa

– Soinilansalmi, Salmitalo
Soinilansalmen kyläyhdistys ry
Kaiken ikäisten maksuton jumppa syys- ja kevätkaudella
Raija Ikonen
040 567 2275
soinilansalmenkylayhdistys@gmail.com
www.soinilansalmi.net
– Sorsakoski, Seurala
Sorsakosken kyläyhdistys
Vanhemman väen jumppakerho, perusjumppaa ja venyttelyä. Ti klo 15–16, ilmainen.
Paavo Majuri
sorsakoski.seura@gmail.com

Kuntosalit

Kutjula
Riihitie, 24 Leppävirta
050 461 7764
info@kutjula.fi
www.kutjula.fi
Kutjula on toiminnallisen lihaskuntoharjoittelun koti Leppävirran ytimessä.
Kutjula tarjoa ratkaisuja lihaskunnon ylläpitoon ja kehittämiseen sekä kehonhuoltoon kuntotasosta riippumatta. Kutjulassa voit harjoitella ryhmässä, fysiotrainerin valmennuksessa tai yksin.
Tai voit yhdistää kaiken tämän.
Kotalahden Kyläyhdistys ry
Kuntotuvalle (entisessä käsityöluokassa) on steppereitä, kuntopyöriä, juoksumatto, soutulaite, käsipainoja, puolapuut, voimistelurenkaat, painonnostopenkki, davidin laite ym. Vakituiset käyttäjät voivat saada avaimen. Kyläyhdistys perii käyttömaksua 2 €/käyntikerta, alaikäiset 1 €.
Siht. 040 043 8318
www.kotiseudut.fi/kotalahti

Paukarlahden Kyläyhdistys ry

Päiväkodin alakerrassa on laitteita vaativammallekin kuntoilijalle. Kuntosalin avaimen saa panttia vastaan.
Janne 040 867 2436
kylayhdistys@paukarlahti.fi
www.paukarlahti.fi
Sorsakosken kyläyhdistys ry
Fiskarsin tehtaan entisissä tiloissa Punttipaja
Avainpantti 30 €/hlö ja vuosimaksu 100 €/talous
Tiina Ikonen/Pasi Ikonen
040 550 7600
sorsakoski.seura@gmail.com
www.sorsakoski.fi

Timolan koululla Timolan kuntosali, avaimet ja tiedustelut
Vesileppis Areenan keilahalli info@vesileppisareena.fi tai
0400 980 026.
Tilaathan avaimesi etukäteen, Timolassa on käytössä sähköinen avain.
– **Vesileppiksen kuntosalit**
www.vesileppisliikuntapalvelut.fi/kuntosalit

Kylätoimikunnat ja -yhdistykset

Leppävirran alueella toimii useita kylätoimikuntia ja -yhdistyksiä:
* Itä-Soisalon maa- ja kotitalousseura (Haapamäki – Kohmansalo kylätmk.)
* Keski-Soisalon kyläyhdistys ry
* Konnuslahden kyläyhdistys ry
* Moninmäen MKS / kylätoimikunta
* Mustinmäen Kylä – MKS ry
* Niinimäki – Mustinsalo – Riihirannan kylätoimikunta
* Näädanmaan kyläseura ry
* Puponmäen kylä
* Soinilansalmen kyläyhdistys
* Valkeamäen kylätoimikunta
* Länsi-Saamainen – Reinikkalan kyläyhdistys ry
* Kotalahden kyläyhdistys
* Oravikosken kyläyhdistys
* Paukarlahden kyläyhdistys
* Osmajärven kylätoimikunta
* Sarkamäki – Saahkarlahti kyläyhdistys ry
* Sorsakosken kyläyhdistys ry
* Timolan kyläyhdistys ry
* Leppävirran kirkonkylän Asukasyhdistys ry
Lisätietoja: www.leppavirta.fi/kylat

Kävely/Sauvakävely

– Kirkonkylä
Leppävirran Invalidit ry
Kävelyt tiistaisin klo 13. Lähtö Senioritalon edestä
Unto Toikkanen
0400 964 352
www.sites.google.com/site/leppavirraninvalidity/

Liikuntakerhot

Oravikosken koulun vanhempainyhdistys ry
Liikuntakerho alakoululaisille (eskarit-6 lk). Tavoitteena on mahdollistaa koulun oppilaiden liikunnallisia harrastuksia vapaa-ajalla. Kerhossa tehdään erilaisia liikuntasuoritteita, yksilönä ja ryhmäliikuntana.
16.8.2022–30.5.2023 ti klo 18–19.
Kerho on osallistujille ilmainen.
Ohjaaja Kimmo Vähäkoski
kimmo.vahakoski@pp.inet.fi

HARRASTEET

040 596 8290

Leppävirran Viri

Liikuntaleikkikoulu 3-6-vuotiaille

Ilpo Koponen

050 414 5085

ilpo.koponen@sul.fi

Kirkonkylän päiväkodin liikkari (4-5-vuotiaat)

Kirkonkylän päiväkoti

Reetta Nenonen

seuratyöntekijä

050 339 1600

hiihtelija@hotmail.com

Lentopallo

Leppävirran Viri ry

Leppävirran Virin lentopallojaosto on harraste- ja kilpaurheilijoita kehittävä kasvattajaseura.

Harrastelentis, Beach Volley, lasten sporttilentis, istumalentopallo

Tommi Ursin

Lentopallojaoston pj.

040 551 7901

tommi.ursin@pp.inet.fi

www.leppavirranviri.sporttisaitti.com/lentopallo/

Luontoliikunta

Virranviemät ry (Suomen Ladun jäsen)

Toimintamuotoja ovat soutu, melonta, SUP-lautailu, retkeily, hiihto sekä monipuolinen kuntoliikunta. Järjestää kilpailuja, näytöksiä ja kursseja. Vuokraa Unnukan rannassa Uittolassa SUP-lautoja, surf-lautoja, kajakkeja, kanootteja ja soutuvenettä. Mahdollisuus vuokrata kirkkovene 12-14 soutajalle, perämiehenä yhdistyksen soutaja.

Hinnat 10 €/2 tuntia, 25 €/päivä (12 h). Kirkkovene perämiehen kera alk. 150 €/h. Jäsenille vuokraus hinta 5 €/2h, 10 €/päivä.

Veijo Romppanen p. 0400 673 092

veijo.romppanen@hotmail.com

www.facebook.com/virranviemat/

Marttayhdistyksiä

Martat on kotien ja perheiden hyvinvointia ja kotitalouden arvostusta edistävä

kansalaisjärjestö. Toiminta-alueita ovat kotitalousneuvonta (mm. ruoka, ravitsemus, kodinhoito, puutarha, ympäristö, kodin talous), järjestötoiminta (mm. järjestötyö, kädentaidot, vapaaehtoistoiminta) ja kansainvälinen toiminta ja kehitysyhteistyö.

Leppävirran Martat ry

www.leppavirranmartat.marttayhdistys.fi/

Oravikosken Martat ry

www.facebook.com/oravikoskenmartat/

oravikosken.martat@gmail.com

Palokankaan Martat ry

www.martat.fi/marttayhdistykset/palokankaan-martat-ry/

SoisaloMartat ry

www.soisalomartat.blogspot.com/

soisalomartat@gmail.com

Metsästys

Leppävirta-Varkaus Riistanhoitoyhdistys

Toiminnanohjaaja Lauri Itkonen

050 407 8359

leppavirta-varkaus@rhy.riista.fi

www.leppavirta-varkaus-rhy.webnode.fi/

Suomen Metsästäjäliitto, Pohjois-Savon Piiri

Toiminnanjohtaja Mirva Lukkarinen

050 376 5515

mirva.lukkarinen@metsastajaliitto.fi

www.pohjoissavo.metsastajaliitto.fi/

Moottoriurheilu

Leppävirta Racing Team ry

Lajeina mm. ralli ja rallisprint, nopeus, endurance, rata, JM, Offroad, moottorikelkka.

Heikki Hakuli

0400 151 680

posti@leppavirtaracingteam.fi

www.leppavirtaracingteam.fi

Oravikosken Moottorikerho ry

044 027 9677

Musiikki

Seurakunnan kuorot:

Kirkkokuoro alkaa to 11.8. klo 18

Virsikuoro alkaa to 8.9. klo 16.30

Kamarikuoro Canto alkaa su 4.9. klo 17

Lasten musaryhmä alkaa to 11.8. klo 14.30

Nuorisokuoro Luminous alkaa ke 7.9. klo 17

Päiväkuoro alkaa ke 7.9. klo 13

Lisätietoja kanttoreilta Eliisa Hiltunen p. 040 675 3223/

eliisa.hiltunen@evl.fi

ja Satu Rissanen p. 0400 603 917/satu.rissanen@evl.fi

Soisalo-opisto

Janne Juutilainen

janne.juutilainen(at)soisalo-opisto.fi

puh. 040 713 8656

www.soisalo-opisto.fi

Konsertit:

<https://leppavirta.fi/tapahtumat>

www.leppavirranseurakunta.fi/musiikki

<https://joroinenmusicfestival.fi/>

Nuorten ohjattu toiminta

Nuorisopalvelut, Leppävirran kunta

– Kirkonkylä, Nuokkari

Laivurintie 22

Syyskausi alkaa 8/2022 (ajat täsmentyvät myöhemmin).

Maanantai klo 13.15–18

Tiistai klo 13.15–18

Keskiviikko klo 13.15–18

Torstai klo 13.15–18

Perjantai klo 13.15–21

(alakoululaiset pe klo 13.15–18)

Leppävirran nuorisotila, nuokkari, sijaitsee osoitteessa Laivurintie 22. Rakennuksen alakerta toimii nuorisotilana ja yläkerrassa järjestetään bändi- ja kerhotoimintaa. Nuokkarilla on tarjolla ohjattua bänditoimintaa, jossa

opetellaan bändisoiton perusteita sekä kehitetään musiikin tiedollisia ja taidollisia valmiuksia. Aiempaa soittokokemusta tai omia soittimia ei tarvitse olla. Myös omatoimiset bändit voivat kysyä harjoitteluaikoja. Vapaita aikoja voi tiedustella marko.rasanen(at)leppavirta.fi.

Yläkerrasta löytyy myös kerhotila, jota muut toimijat voivat käyttää varausten mukaan. Nuokkarilla voi pelata pingistä, biljardia, pleikkaria, Wiitä, lautapelejä, kuunnella musiikkia, katsella leffoja, lukea nuorten lehtiä, surffailla netissä, tavata kavereita jne. Nuorisotila on avoinna nuorille 3. luokkalaisista ylöspäin. Perjantaina klo 18–21 nuokkari on auki yläkouluikäisille tai vanhemmille nuorille. Tavoitat meidät seuraavista sosiaalisen median väylistä: Leppävirran nuokkari, instagram
Leppävirran nuokkari, Facebook
Jokaisella nuorisotyöntekijällä on käytössä myös Whatsapp, työnumerot ovat:
Nuorisotyön koordinaattori Inna Kääriäinen, puh. 044 790 6092
Etsivä Nuorisotyöntekijä Elina Rossi, puh. 044 790 6089
Yhteisöohjaaja Hanna-Kaisa Kankkunen, puh. 044 790 6006
Nuoriso-ohjaaja Marko Räsänen, puh. 040 566 4630
Nuoriso- ja koulunkäynninohjaaja Ari Heiskanen, puh. 044 750 7047
Nuoriso- ja koulunkäynninohjaaja Erkki Aholainen, puh. 044 790 6087

Leppävirran seurakunta

Kerhot alkavat viikolla 37, ti 13.9. ja ke 14.9.
Tiistai Kirkonkylä Vanhapappila, kokkikerho 7–9-vuotiaat
Tiistai Kirkonkylä Vanhapappila, kokkikerho 10–14-vuotiaat
Kerhoihin voidaan ottaa max. 15 kerholaista.
Ennakoilmoittautuminen 2.9. mennessä:
sari.tawast@evl.fi.
Ilmoittautumisessa oltava lapsen nimi, ikä ja kumppaanko kerhoon haluaa ilmoittautua.
Keskiviikko Taiteilutupa Vanhassa pappilassa
RC-autokoulu kirkonkylä
Tiistaisin Kurjalan koulu
Keskiviikkoisin Konnuslahden
Keskiviikkoisin Oravikosken koulu
Syyslomaleiri Harjussa 15.–17.10.2022
Kellonajat tarkentuvat myöhemmin.
Lisää Leppävirran seurakunnan tarjoamasta toiminnasta leppavirranseurakunta.fi.
Nuorten toimintaa 15 vuotta täyttäneille:
Varkki- ja nuorten toiminnasta voi tiedustella:
Sari Tawast, nuorisotyönohjaaja, 040 757 1888
Mirja Hölttä-Nissinen nuorisotyönohjaaja 040 758 0485
Facebook: Leppävirran seurakunta
leppavirran.seurakunta@evl.fi
www.leppavirranseurakunta.fi/ tulemukaan
www.leppavirranseurakunta.fi

Partio

– Kirkonkylä Kalliontie 10 (esteetön pääsy)

Soisalon Samoilijat ry

Partio on hauska ja monipuolinen harrastus, joka sopii kaikille, alkaa elo–syyskuun vaihteessa.
Kauden aloitus ja lopetus tapahtuvat Harjussa. Seuraa ilmoituksia lippukunnan facebookissa ja instagrammissa!
Koko kausi syksystä kevääseen maksaa 71 €, sisällyksellä 46 € +mahdolliset leirimaksut
Hirvensarvet (7–10-v.): to klo 18.00–19.00
Jänikset (12–13-v.): joka toinen ma klo 18.00–19.30

Käärmeet (16–18-v.): joka toinen ti klo 17.30–19.30
Siilimpiikit (14–15-v.): Ke klo 17.30–19.00
SisuKarhut (lapsille, jotka tarvitsevat erityistä tukea, 11–16-v.): joka toinen ma klo 17.30–19.30
Mari Soininen, lippukunnanjohtaja
mari.soininen@pws.fi
040 596 2075
www.soisalonsamoilijat.fi

Pesäpallo

Leppävirran Viri

Leppävirran Virin pesiskoulu on tarkoitettu 7–12-vuotiaille ja se on ilmainen. Viri on vakuuttanut pesiskoululaiset. Ilmoittautuminen pesiskouluun Leppävirran Virin nettisivuilla: leppavirranviri.sporttisaitti.com/pesapallo
Heikki Havukainen
heikki.havukainen@pp.inet.fi
0400 299 330

Pyöräily

Vesileppis Sport & Spa

Pyörävuokraus ja reittikartat
www.vesileppis.fi/fi/131/Pyöräily

Salibandy / Sähly

SBS Virran Veivaajat

Esko Sallinen
040 048 2476
eskosallinen@hotmail.com
Facebook: SBS Virran Veivaajat

Leppävirran NMKY

Ilpo Hartikainen
040 080 4276
ilpo.hartikainen@gmail.com
Liisa Etula
044 365 2552
liisa.etula@luukku.com

Sporttisakatemia

Leppävirran Viri ry

Sporttisakatemian tavoitteena on liikuttaa ammattivalmentajien opastuksella 9–14-vuotiaita lapsia ja nuoria. Sporttisakatemia on avoin kaikille uheilusta innostuneille lapsille ja nuorille (lajista/seurasta riippumaton).
Sporttisakatemian vapaita paikkoja voi tiedustella: Reetta Nenonen
050 339 1600
hihtelija@hotmail.com

Sporttisirkus

Sporttisirkuksen tavoitteena on innostaa 6–8-vuotiaat lapset kokeilemaan eri liikuntamuotoja ilman sitoutumista. Toiminta on lapsille ilmaista ja se pitää sisällään lajikokeiluja, yleistaitojen kehittämistä ja tietoisuutta sekä lapsille että vanhemmille. Tavoitteena on myös lisätä yhteistyötä eri toimijoiden välillä. Lajikokeilut toteutetaan eri seurojen valmentajien tuella ja tietoisuus ja asiantuntijaluennot puolestaan kyseisten osa-alueiden osaajien toimesta.
Ilmoittautuminen ja lisätiedot: www.leppavirranviri.sporttisaitti.com
Reetta Nenonen
050 339 1600
hihtelija@hotmail.com

HARRASTEET

Sulkaapallo**Leppävirran NMKY**

Jäsenmaksu 10 €/vuosi + pelimaksu 20 €/vuosi
 Harri Hakkola
 044 785 3121
harri.hakkola@sakky.fi

Suunnistus**Savon Suunta ry**

Varkaus, Joroinen, Leppävirta
 Kurseista, rasteista yms. lisätietoja nettisivuilta.
 Jukka Iivanainen
 040 963 9575
jukka.iivanainen@mhy.fi
www.savonsuunta.fi

Taiteen perusopetus**Lasten kulttuuripalvelut**

Lasten kulttuuripalveluista, mm. taiteen perusopetuksesta
 löytyy lisätietoa kunnan nettisivuilta: www.leppavirta.fi/
 lastenkulttuurijataiteenperusopetus

Käsityö**Taito Itä-Suomi ry**

Seuraa ilmoittelua kurssin alkamisesta!
 Pia Numminen
pia.numminen@taitoitasuomi.fi
varkaus@taitoitasuomi.fi
 0440 162 227
www.taitosuomi.fi

Leppäengas

Kässäkerho ja pelipäivä yli 65-vuotiaalle
 Leppäenkaan toimistolla ma klo 10–13
 Tehdään ryhmässä käsitöitä, pelataan lautapelejä ja
 askarrellaan. Toimintaa toteutetaan yhteistyössä muiden
 eläkeläisjärjestöjen kanssa.
 Marja-Liisa Konttinen
 040 549 1750

Musiikki, tanssi ja visuaaliset taiteet**Sisä-Savon kansalaisopisto**

Musiikki, tanssi ja visuaalinen taide: taiteen
 perusopetuksen yleinen oppimäärä
www.peda.net/suonenjoki/kansalaisopisto

Soisalo-opisto

Musiikki ja tanssi: taiteen perusopetuksen laaja
 oppimäärä
www.www.soisalo-opisto.fi/

Taekwondo**Taekwondo Kwan Ry**

040 584 1180 / Timo Laaksokivi
taekwondokwanfin@gmail.com
<https://www.facebook.com/TaekwondoKwanRy>

Taitoluistelu**United Northern Skaters ry**

050 919 3547
tarjakunnas@gmail.com

Tanssi**Leppävirran Tanssiseura ry**

Tanssiseuran toimintaan ovat tervetulleita kaikenikäiset
 harrastajat. Tanssituntien tavoitteena on antaa elämyksiä,
 saada oppilas kokemaan ja ymmärtämään tanssi fyysisen
 toiminnan ja luovuuden sekä myös tietojen oppimisen
 kautta. Tanssilajien valikoima muokkautuu kysynnän
 mukaan. Voit aloittaa tanssimisen jo 3-vuotiaana ja jatkaa
 niin pitkään kuin haluat.

Salla Pakarinen-Räsänen
 050 382 0389
salla.pakarinen@gmail.com
www.leppavirrantanssiseura.fi

Tanssiopetus Anne ja Markku Nissinen

Anne Nissinen 040 542 5473
 Markku Nissinen 040 745 2681
info@tanssinissinen.com

Suomen Tanssipuoli Oy

Tanssin virtaa, Vesileppis
 Katso tarkempi ajankohta verkkosivuiltamme!
 050 538 9097
info@tanssikurssit.fi
www.tanssikurssit.fi

Teatteri**Leppävirran nuorisoseura ry**

Seurakalliontie 1
 Aila Paavilainen 0400 728 973
www.seurakallio.fi
Sisä-Savon kansalaisopisto
<https://www.opistopalvelut.fi/sisasavo/>

Telinevoimistelu**Leppävirran Viri**

Lasten telinevoimistelu 4–12-v.
 Ohjaaja Antti Suvinen
antti.suvinen@gmail.com
 040 773 1222

Terveysmittaukset**Leppävirran Sydänyhdistys ry**

Toiminnastamme ja terveystarkastuksista ilmoitamme
 myöhemmin Soisalon Seutu lehdessä.
 Kirsti Hyvärinen
 040 519 2305
kikka.hyvarinen@gmail.com
www.sydanliitto.fi/leppavirta

Tosimiesten VIRitys**Leppävirran Viri ry**

Ikämiesten liikuntakerho (+60 v), jossa kehitetään
 voimaa, tasapainoa, liikkuvuutta ja kuntoa. Areenan
 ryhmäliikuntatila.
 Ti klo 11.00–12.00
 10 kertaa / 60 €
 Reetta Nenonen
 050 339 1600
hiihtelija@hotmail.com
www.leppavirranviri.sporttisaitti.com

Urheilusukellus

Leppävirran Urheilusukeltajat ry

Urheilusukellus, harjoitukset Vesileppiksessä ja kesäkaudella myös luonnonvesissä

Su klo 17.00–19.30

1,25 €/uintikerta, vain jäsenille

Pertti Torvinen

050 573 1990

pertti.torvinen@pp1.inet.fi

Valokuvaus

– Kirkonkylä

Kirjaston kerhohuone

Leppävirran Kameraseura ry

Kerran kuussa su klo 18.00 (ei kesä-, heinä- eikä elokuussa)

Kaikille avoin, vuosimaksu 10 €. Kerhoilloista ilmoitetaan Soisalon Seudussa ja jäsenille s-postilla.

Pj. Eino Ylönen

040 701 2354

eino.ylonen@pp.nic.fi

leppavirrankamera@gmail.com

www.leppavirrankameraseura.nettisivut.fi/

Vapaaehtoistoiminta

– Kirkonkylä

SPR Leppävirran osasto

Opintie 1

Tuomo Luostarinen

0400 663 138

leppavirta@punainenristi.fi

Vapaaehtoinen Pelastuspalvelu

VaPePa on 50 järjestön ja yhteisön auttajien verkosto, joka toimii kaikkialla Suomessa. Auttamistilanteissa

VaPePa toimii aina viranomaisten tukena mm.

kadonneiden etsinnässä, ruokitus- ja muissa ensihuollon tehtävissä, henkisen tuen antamisessa ja liikenteen ohjauksessa.

Leppävirran paikallistoimikunta

Pj. Anja Holppainen

anjak.holppainen@gmail.com

Leppävirran Maanpuolustusnaiset ry

Pj. Raija-Liisa Flink

0400 683 701

raijaliisa.flink@gmail.com

Maanpuolustuskoulutusyhdistys, Savo-Karjalan

maanpuolustuspiiri

Piiripäällikkö Antti Teräväinen

050 476 7979

antti.teravainen@mpk.fi

www.mpk.fi/Koulutuspaikat/Savo-Karjala

Leppävirran Reserviupseerit ry

www.rul.fi/leppavirta/

Leppävirran Reserviläiset ry

leppavirran.res@gmail.com

www.reservilaisliitto.fi/yhdistyspalvelut/yhdistysten_ja_piirien_kotisivut/leppavirran_reservilaiset_ry

Vapakalastus

Konnuksen Vapaa Veikot ry

Harrastetaan koskikalastusta ja vetouistelua. Opastusta myös perhokalastuksessa ja perhonsidonnassa. Seura järjestää perhonsidontakurssin ja vaapuntekourssin ja Unnukka-uistelukilpailun.

Vesa Kosamo

040 568 5414

vesa.kosamo@leppavirta.fi

www.konnuksenvapaaaveikot.net

Leppävirran Urheilijat ry

Onkikisat ja pilkkikisat

www.lepu.fi/

Veneily, melonta, soutu

Leppävirran Pursiseura ry

Kommodori, pj. Pasi Luukinen

0400 427 306

kommodori@lepu.fi

www.leppavirranpursiseura.fi

Virranviemät ry

Katso kohta Luontoliikunta.

Voimaa vanhuuteen -jummat

Voimaa vanhuuteen -jumppa, lihasvoima- ja tasapainoharjoituksia ikääntyville.

Leppäengas ry

– Kirkonkylä, Leppäenkaan tsto

Joka perjantai klo 10

Pirkko Immonen

– Konnuslahden mms:n talo

Joka toinen torstai klo 13

Pirjo Ropponen

040 542 5475

– Näädanmaan rukoushuoneella

joka toinen keskiviikko klo 10

Pirkko Puustinen

040 736 8236

– Paukarlahden kylätalo

joka toinen perjantai klo 10

Raili Heiskanen

040 542 3623

– Puponmäki, Metsästysseuran talo

joka maanantai klo 10

Hannele Turunen

050 918 6390

Tarkempia tietoja: www.lepparengas.fi

Yleisurheilu

Leppävirran Urheilijat

Leppävirran kirkonkylä ja mm. Oravikoski, Sorsakoski

Yleisurheilu, hiihto, luistelu, voimailu, perinneurheilu, 2–85-v.

Seuraa ilmoittelua Soisalon Seudussa tai ota yhteys

Jormaan

Arkisin ma ja to, klo 17–19, vkl klo 15–18

Ilmainen

Jorma Rajakannas

040 528 7131

jr.lepu@gmail.com

www.lepu.fi

Leppävirran Viri

Vokkola, Yleisurheilukouluryhmät: 7–12-v., 12–15-v.

Ilpo Koponen

050 414 5085

ilpo.koponen@sul.fi

Freegym

Vesileppis Areena

Syksyn Freegym-ryhmistä tiedotetaan elokuussa 2023

Tuija Koponen

050 414 5080

tuija.kopo@luukku.com



Tieto jättää jäljen.



SNELLMAN
EDU

ETÄOPETUKSENA

- Liikkuvan lapsen ja nuoren tasapainoinen ravinto 30.8.-6.9.
- Puutarhaterapiasta hyvinvointia ja menetelmiä asiakastyöhön 2.9.-2.12.
- Sienituntemuksen jatkokurssi 7.-17.9.
- Osaamisen kehittäminen somessa 21. – 28.9.
- Työyhteisön monimuotoisuuden johtaminen 2.-9.9.
- Välimeren vahvat naiset - Euroopan edelläkävijät 17.9.-17.12.
- Lasten aistiyliherkkyys 30.9.-14.10.
- Viesti vaikuttavasti – rakennetaan viestijän käsikirja 4.10. – 8.11.

JOUSTAVA OPETUS

voit valita osallistutko lähiopetukseen vai etänä

- Tavaranhallinnalla kohti arjen- ja mielenhallintaa 29.8.-5.12.
- Ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmentaja koulutus 30 op 1.9.2022-10.2.2023 lisäallessa
- Ratkaisukeskeinen lyhytterapeutti sis. psykoterapeuttiset valmiudet 50 op 28.9.2022-20.2.2024 Kuopiossa
- Tulevaisuuden tiedolla johtaminen 6.10. Kuopiossa
- Aivotyön ABC – työ haltuun kognitiivisella ergonomialla 5.10.-3.11. Kuopiossa

KUOPIOSSA

- TRE-stressinpurkuliikkeillä vapaaksi jännityksistä 27.8.
- Improvisaatiosta iloa ja itsevarmuutta arkeen ja työhön 27.8.-14.9.
- Osaava® draamaohjaaja -koulutus 10 op 9.9.-26.11.
- Rakentavan vuorovaikutuksen ohjaaja (RVO)® 20 op 3.10.2022-26.5.2023
- Positiivisen johtamisen koulutusohjelma 32 op 11.10.2022-16.6.2023
- Luonnosta terveyttä ja hyvinvointia 12.-13.10.
- Palautumisohjaajakoulutus 10 op 10.11.2022-27.5.2023
- Hengitys itsesäätelyn ja vuorovaikutuksen tukena, hengityskoulu 6 op 11.1.-21.4.2023
- Voimavarakeskeinen työnohjaajakoulutus 2023-2025 (60 op) 22.8.2023-31.12.2025



KEHITÄ TYÖELÄMÄ- JA DIGITALI-TOJASI MAKSUTTA VERKOSSA!

Ketterä oppija -valmennus avoinna lokakuun loppuun saakka. Ilmoittaudu ja pääset heti oppimaan!

www.snellmanedu.fi/keto-hanke

SnellmanEDU

yhdistää Snellman-kesäyliopiston toiminnan, Learn@work-oppimisen palvelut työyhteisöille sekä oppilaitosten kehittäjäyhteisö Isoverstaan. SnellmanEDU ponnistaa vahvasta uskosta sivistyksen ja tieteellisen tiedon merkitykseen. Sivistys toteutuu tässä päivässä oppimisen mahdollistamisena eri tavoin: monipuolisena koulutustarjontana, työyhteisöissä tapahtuvan oppimisen edistämisenä sekä oppilaitostoimijoiden yhteistyöskentelynä.



snellmanedu.fi
044 746 2840
asiakaspalvelu@snellmanedu.fi

**Kuopio
lisäalme
Varkaus
Etäopetus
Nonstop**

