

The background of the entire cover is a photograph of a sun-dappled forest path. Two small children are walking away from the viewer down the path, which is lined with tall trees. The ground is covered in fallen leaves and small plants.

PIEKSÄMÄEN SEUTUOPISTO
OPINTO-OPAS KEVÄT 2022



Yhteislaulut

Yhteislaulua Poleenissa

tiistaisin 11.1., 25.1., 8.2., 22.2., 8.3., 22.3., 5.4. klo 12.30 ja huom! ma 11.4. klo 15.00

Lasten yhteislaulut (**huom! vain striimattuna**) youtube.com/kulttuurikeskuspoleeni

maanantaisin 17.1., 14.2., 14.3. ja 4.4. klo 9.15

Tapahtumat, Poleeni, vapaa pääsy!

Naisten päivän juhla: "Heikkous on hirmuinen voima"

ti 8.3 klo 18.00-19.00

"Heikkous on hirmuinen voima". Näin kirjoittaa Matti Rönkä uusimmassa romaanissaan "Surutalo". Kirjan päähenkilö on kuusikymppinen, menestynyt muotoilija Jukka Kokkonen, joka matkustaa kotiseudulleen Savoan selvittämään synkeää lapsuuttaan. Velimies Timppa tosin muistaa sen paljon valoisampana. Matti Rönkä tulee Poleeniin kertomaan romaanistaan, muistamisesta, häpeästä - ja ilosta.

Kulttuuria kaikille –viikko 9.—14.4.

la 9.4. klo 15 Lasten iloinen kevätkonsertti Veturitorilla

ma 11.4. Musiikkimaanantai: klo 15 Yhteislaulut, klo 17 Musiikkiesitykset

ti 12.4. klo 17 Tanssitiistai

ke 13.4. klo 17 Kuorokeskiviikko

to 14.4. Teatteritorstai: klo 13 Ruskateatteri: Parhaat runot

Ikoninäyttely 23.3.—17.4. (ikonien siunaus 23.3. klo 13.00)

Taideretki –näyttely 22.4.—15.5. (Seutuopiston kuvataideryhmät, Kuvataidekoulu, Harjun koulu)

Yleisöluennot, Poleenin Sali, vapaa pääsy!

999965 Taklaa kaaos - kuolinsiivous osaksi järjestämistä

ti 18.1. klo 18.00

Taklaa kaaos - kuolinsiivous osaksi järjestämistä

Luennoitsijana Nina Päivinen, Ratkaisukeskeinen valmentaja, LCAF-coach ja koulutettu ammattijärjestäjä

999972 Miten hyödynnät parhaiten aurinkosähkövoimaa?

la 12.2. klo 13.00

Luennoitsijana Jarmo Tiainen, Suomi Solar Oy

Äärioikeisto Pieksämäellä 1930-luvulla, osa 2, IKL

ti 15.3. klo 18.00

Luennoitsijana Asko Hankilanoja

999973 Tuoretta tietoa uniapneasta ja sen hoidosta

to 17.3. klo 18.00

Luennoitsijana lääkäri Ilkka Mikkonen

999971 Kotipuutarhan luonnonmukainen kasvinsuojelu

ke 23.3. klo 17.00

Luennoitsijana keruutuotetarkastaja Päivi Saikkonen

Hyvinvoivat kasvit ovat kotipuutarhurin paras torjuntakeino tauteja ja tuholaisia vastaan, mutta joskus muitakin toimia tarvitaan. Luennolla kuulet minkälaisia luonnonmukaisia keinoja kasvinsuojeluun kotipuutarhassa löytyy ja kuinka voit parhaiten ennaltaehkäistä ongelmia.

Kartanoita ja sotilasvirkataloja

ti 29.3. klo 18.00

Ajankuvaa Ruotsin vallan ajasta. Luennoitsijana Asko Hankilanoja

Luontoliikuntaa ja metsien tarinoita

ti 26.4. klo 18.00

Mielenkiintoisia luontokohteita kesän retkisuunnitelmiin Pieksämäen seudulla

Luennoitsijana Asko Hankilanoja

Ikääntyvien yliopiston verkkoluennot

Eeva Joenpelto

ke 6.4. klo 14.00, luennoitsijana toimittaja Suvi Ahola, HS

Suomen presidenttien huumorintaju ja huumorin käyttö

ke 20.4. klo 14.00, luennoitsijana professori, emeritus Timo Soikkanen, Turun yliopisto

Musiikin hyvinvointimerkitykset

ke 11.5. klo 14.00, luennoitsijana, toimittaja Minna Lindgren

Kino Poleeni, vapaa pääsy, elokuvan jälkeen keskustelua



ma 31.1. klo 14 Nomadland, ohj. Chloé Zhao, 2020

Elokuva on tarina Yhdysvaltojen uusista nomadeista, jotka ovat lähinnä 60-70-vuotiaita boomeireita. Omaisuutensa ja asuntonsa vuoden 2008 finanssikriisissä menettäneet ihmiset kiertävät tilapäistöistä toisiin asunto- ja pakettiautoilla, joissa he myös asuvat. Elokuva on saanut jo yli 200 palkintoa, Vuoden 2021 Oscar-gaalassa Nomadland palkittiin parhaana elokuvana. Lisäksi se sai Oscarit sekä ohjauksesta (Chloé Zhao) että naispääosasta (Frances McDormand). Kesto 1 h 48 min

ma 21.2. klo 14 Ensilumi, ohj. Hamy Ramezan, 2020

Ensilumi kertoo iranilaisen perheen rakkautta tulvivan tarinan Suomessa lasten näkökulmasta. Mehdipourin perhe asuu vastaanottokeskuksessa suomalaisessa pikkukaupungissa. He uskovat tulevaisuuteen Suomessa ja elävät elämäänsä, kuten mikä tahansa perhe nauttien kesästä paikallisten ystävien kanssa. Perhe saa tiedon, että heidän turvapaikkahakemuksensa on hylätty, mutta he katsovat tulevaisuuteen silti positiivisesti. He tekevät viimeisen mahdollisen valituksen päätöksestä ja jatkavat jokapäiväistä elämäänsä. Perheen poika Ramin aloittaa ensimmäisen vuotensa yläkoulussa.

Isää näyttelevä Shahab Hosseini on Iranin suurin elokuvatähti. Kuten iranilaisilla näyttelijöillä on tapana, hänen sopimuksessaan luki, että näyttelijä ei esiinny elokuvassa tavalla, joka voisi olla Iranin islamilaisen tasavallan sääntöjen tai tapojen vastaista.

Kesto 1 h 22 min

ma 28.3. klo 14 Tove, ohj. Zaida Bergroth, 2020

Menestyselokuva Tove on vangitseva draama maailmankuulun taiteilijan luovasta energiasta sekä identiteetin ja vapauden etsinnästä. Elokuva kertoo päähenkilön oman äänen löytämisestä, polusta taiteilijana, vaikeiden päätösten tekemisestä ja onnen oikeutuksesta. Helsin-

kiin, Pariisiin ja saaristoon sijoittuva tarina kertoo taiteilijasta ja naisesta, jonka rakastetuista teoksista tuli perintö koko maailmalle.

Kesto 1 h 40 min

Musiikki

100102 Vauvamusikari 2-6 kk kevät 2022 **Ei kausikortilla!**

Ti 10.40–11.25, 11.1.–23.4.2022

Poleeni, kokoustila Poheemi, 2 krs, Savontie 13, 30,00 €, Piia Säpyskä-Hietala

Syksyllä 2021 syntyneiden pienempien vauvojen muskariryhmässä tuetaan vanhemman ja lapsen vuorovaikutusta laulaen, leikkien, lorutellen, liikkuen ja soittaen. Lapsen mukana on aikuinen (äiti, isä tai muu turvallinen henkilö), joka toimii yhdessä lapsen kanssa. Vuorovaikutus niin aikuisen ja lapsen, kuin muunkin ryhmän välillä vahvistaa lapsen sekä sosiaalista, motorista, että kognitiivista kehitystä leikin avulla.

100408 Tangolaulun viikonloppukurssi **Ei kausikortilla!**

La 10.00–16.00, 15.–16.1.2022

Poleeni, kokoustila Poheemi, 2 krs, Savontie 13, 20,00 €, Matti Taskinen

Kurssilla opiskellaan laulutekniikkaa (hengitys, tuki, artikulointi, oikea legato) sekä ohjelmiston harjoittelua: tekstilähtöinen fraseeraus, tunteen ja ajatuksen tulkinta. Jokainen laulaja valmistaa kurssin aikana yhden tangon esityskuntoon. Opettajana pitkän linjan laulaja/laulunopettaja, sekä tangomaestro- laulukilpailun taiteellinen johtaja Matti Taskinen.

Esittävä taide ja kirjallisuus

110232 Pappilan pihan kesäteatteri

Ma 17.00–20.00, 3.1.–25.7.2022

Poleeni, Kellariteatteri Moreeni, Savontie 13, Iiris Salmela

Kurssin alaikäraja 10 v

110233 Hällinmäen kesäteatteri

Ti 18.00–21.00, Su 18.00–21.00, 11.1.–7.6.2022

Hällinmäki, nuorisoseurantalo, Juvantie 607, Iiris Salmela

110234 Vanajan näytelmäkurssi

Su 12.00–14.30, 6.2.–15.5.2022

Vanaja, Kirsti Kärkkäinen, Alakyläntie 275, 35,00 €, Unto Kohvakka

110236 Partaharjun kesäteatteri

Su 16.00–20.30, 6.3.–31.7.2022

Partaharju, Partaharjun opisto, Partaharjuntie 361, Annikki Saha

110266 Tanssillinen burleski **Uusi kurssi. Ei kausikortilla!**

Pe 18.00–21.20, La 10.00–13.20, 21.1.–26.3.2022

Poleeni, Kellariteatteri Moreeni, Savontie 13, 40,00 €, Goldie Starlett

TANSSILLINEN BURLESKI - burleskiasennetta, tanssillista liikuntaa, itseilmaisua ja omasta kehosta nauttimista Tässä työpajassa kurkistetaan burleskin ihanaan maailmaan sekä

harjoitellaan burleskitaiteesta ammentavia tanssillisia perusliikkeitä, musiikin tahtiin liikkumista, oman kehon hallintaa ja itseilmaisua, sekä burleskiasennetta. Tunnilla opetellaan nauttimaan feminiinisestä liikekielestä, sensuelleista eleistä ja oman vartalon yksilöllisestä liikkeestä ja viehkeydestä. Tunti sisältää myös tahallista ja tahatonta huumoria, lihaskuntoa voimistavia harjoituksia sekä palauttavaa ja liikkuvuutta lisäävää kehonhuoltoa. Et tarvitse lainkaan tanssi- tai liikuntataustaa saati aiempaa taideharrastuneisuutta, mutta myös jo burleskia, burleskitanssia tai muuta tanssia harrastaneet ovat tervetulleita mukaan. Kurssin aikana opetellaan helppo koreografia hitaasti, liike kerrallaan edeten. Myös tanssitaidottomat ja rytmitajuttomat ovat lämpimästi tervetulleita mukaan. Tunnilla ei riisuta. Tanssia voit paljain jaloin tai korollisilla sisätanssikengillä, mukavissa, liikkumisen mahdollistavissa vaatteissa. Mukaan tarvitset vain vesipullon. Ikäraja 16 vuotta. Työpaja sopii kaikille taustaan, osaamistasoon, sukupuoleen, kuntoon ja kehon kokoon tai muotoon katsomatta, eikä yläikärajaa osallistumiselle ole.

Tietotekniikka

340104 ATK, Syvänsi, kevät

To 9.00–11.15, 13.1.–17.2.2022

Jäppilä, Jäppilätalo, Jäppilän Kirkkotie 14, 30,00 € , Tuomas Raatikainen

340105 ATK Jäppilä, kevät

To 9.00–11.15, 10.3.–14.4.2022

Jäppilä, Jäppilätalo, Jäppilän Kirkkotie 14, 30,00 € , Tuomas Raatikainen

340122 Windows 10 jatkokurssi

Ma 15.00–17.15, 14.2.–21.3.2022

Poleeni, neuvotteluhuone Aapeli, 2 krs, Savontie 13, 30,00 € , Ilmo Jäppinen

Kurssilla kerrataan Windows peruskurssilla opiskeltuja asioita. Kertauksena tekstin tuottamista, muokkaamista ja tallentamista (WordPad). Tallennus muistitikulle. Harjoitellaan kansioden tekemistä ja tallennettujen töiden löytämistä. Harjoitellaan liitetiedostojen lähettämistä, vastaanottamista ja tallentamista sähköpostipalvelussa (Gmail). Kerrataan Internet-selaimen käyttöä: suosikit, välimuistin tyhjennys, tärkeimmät Internet-asetukset. Tutustutaan Kauppa-sovellukseen ja maksuttomien ohjelmien hankintaan sekä niiden asentamiseen omalle koneelle. Keskustellaan Microsoft-tilistä ja sen merkityksestä. Tutustutaan oman koneen tietoturvaan ja miten huolehdi, että eri ohjelmien päivitykset ovat ajan tasalla.

340123 Senioreiden ATK-jatkokurssi, kevät

Pe 9.30–11.45, 14.1.–25.3.2022

Poleeni, neuvotteluhuone Aapeli, 2 krs, Savontie 13, 40,00 € , Ilmo Jäppinen

Tällä kurssilla syvennämme ATK-taitoja kerraten aiemmin opittua sekä tutustuen tarkemmin tietokoneenkäytön osa-alueisiin, Internetiin, tekstinkäsittelyyn, sähköpostiin ja tietojen hallintaan (kansiot) ja varmuuskopiointiin (tallennus muistitikulle tai ulkoiselle kiintolevyille). Kurssi sopii hyvin atk:n peruskurssin käynneille tai perusasiat omaaville henkilöille. Käytämme Windows 10 käyttöjärjestelmää.

340503 Iloa ja luovuutta valokuvaukseen verkkokurssi Uusi kurssi!

Ti 18.00–20.15, 12.4.–3.5.2022

Toimipaikka avoin 35,00 € , Jaana Öljymäki

Haluatko oppia ottamaan parempia kuvia ja nauttia kuvaamisesta? Kurssilla opit valokuvauksen ilmaisu- ja sommittelun keinoja sekä opetellaan lukemaan kuvia. Kurssi sisältää valokuvauksen harjoituksia, kuvaustehtäviä ja kuva-analyysiä. Kurssin keskipisteessä on oma ilmaisu, joten kannattaa kuvata itselle tutulla kameralla. Kännykkäkamera käy oikein hyvin. Verkkotapaamiset Teams:ssä tiistai-iltaisin ja väliajoilla saat hätäapua WhatsApp ryhmässä. Saat työskennellä omassa rauhassa ja toisaalta yhdessä muiden kanssa. Kurssia varten tarvitset kamerasovelluksen (ilmainen käy), WhatsApp sovelluksen ja avointa mieltä.

340203 Kannettavan tietokoneen siivous ja päivitykset

Ti 17.00–19.15, 8.–22.3.2022

Poleeni, neuvotteluhuone Aapeli, 2 krs, Savontie 13, 20,00 € , Ilmo Jäppinen

Hidasteleeko koneesi ja käynnistyy hitaasti? Syynä voivat olla koneeseen tarttuneet haitakkeet, jotka kuormittavat konetta ja saavat sen käyttäytymään hitaasti. Kurssilla tutustutaan muutamiin ilmaisohjelmiin, joilla voit siivota konetta ja saat senttoimimaan kuin uutena. Lisäksi tutustutaan Windows 10:n ominaisuuspäivityksiin, mitä ominaisuuksia ne tuovat mukanaan ja huolehditaan ajantasaisesta tietoturvasta.

340401 Valokuvat tietokoneelle ja ystäville

Ma 15.00–17.15, 10.1.–7.2.2022

Poleeni, neuvotteluhuone Aapeli, 2 krs, Savontie 13, 30,00 € , Ilmo Jäppinen

Opiskellaan kuvien tallennusta, muokkausta ja jakelua eteenpäin sekä opetellaan paperikuvien / kuvakirjojen tilaus Internetin kuvapalveluista. Kurssilla käytetään Windowsin mukana tulleita ohjelmia sekä ilmaisohjelmia. Voit tuoda oman tietokoneen mukaan kurssille.

340332 Tablet-perusteet, kevät

Ma 10.00–11.30, 24.1.–14.2.2022

Poleeni, kokoustila Poheemi, 2 krs, Savontie 13, 20,00 € , Timo Naukkarinen

Kurssilla käydään iOS ja Android käyttöjärjestelmillä varustettujen tablet-tietokoneiden (iPad, Samsung Galaxy, Huawei jne.) perusteet. Eli jos olet vasta hankkinut tai aikeissa hankkia tabletin, niin tämä kurssi on sinulle!

110267 3D-tulostaminen tutuksi Uusi kurssi!

Ma 17.00–18.30, 10.1.–21.2.2022,

Keskuskatu 32, luokka 304, 30,00 € , Ari Kallio

Kurssilla tutustumme kolmiulotteisten eli 3D-kappaleiden luomisen ja tulostamisen alkeisiin. Piirrämme kolmiulotteisia esineitä yksinkertaisella ilmaisella nettiohjelmalla. Perehdymme 3D-piirtämisen perusteisiin ja esineiden tulostamiseen 3D-tulostimella. Kurssille osallistujalla on oltava oma kannettava tietokone, nettiyhteys ja hallittava tietokoneen käytön perusteet. Tulostusmateriaalimaksu 15,-/osallistuja. Osallistujamäärä enintään 10 henkeä.

Kielet

120100 Kielenhuollon pikakertaus **Uusi kurssi!**

Ti 17.30–19.30, 1.2.2022

Poleeni, kokoustila Uino, 2. krs, Savontie 13, Marianne Tyrväinen

Millaista on hyvä asiakieli? Miten konteksti vaikuttaa viestintään? Mitä on tekstilajiajattelu? Vieläkö pilkkuja tarvitaan? Oikeakielisyyden ydinkohtia avuksi asiaviestintään eri yhteyksissä. Kurssilla tarkastellaan hyvän kieliasun piirteitä nykyviestinnässä, kuten asiakirjoittamisessa sekä sosiaalisessa mediassa. Koronatilanteen mukaan voidaan pitää etäkurssina tai striimauksen avulla. Ilmoittautuessa voit esittää luennoitsijalle omia kysymyksiä etukäteen.

120314 Matkailuenglantia verkossa

31.1.–21.3.2022, 35,00 € , Satu Radcliffe

Tällä verkkokurssilla verstät englannin taitojasi omaan tahtiin. Aloitamme matkamme tervehdysten ja kohteliaisuuksien kertaamisella, sitten matkaamme lentokentälle, matkakohteessa kirjaudumme hotelliin, neuvomme tietä ja asioimme mm. kahvilassa ja asemalla sekä ostoksilla. Taso A2-B1/YKI 2-3.

Kurssi sopii englannin perusteet osaaville, jotka haluavat kerrata matkustamisessa tarvittavia sanoja ja ilmauksia. Ilmoittaudu viimeistään 17.1.2022.



120506 Ranskan kielioppia verkossa

31.1.–8.4.2022, 35,00 € , Elina Lannoy

Kurssi on tarkoitettu jo ranskan alkeet hallitseville, jotka haluavat keskittyä kielioppiin.

Kurssi ei ole sidottu paikkaan eikä aikaan, mutta työskentely tapahtuu viikoittain ja sisältää ranskan kieliopin teoriaa ja harjoituksia. Taso B1-B2/YKI 3-4.

120706 Espanjan alkeisjatko verkossa kevät Uusi kurssi! Ei kausikortilla!

17.1.–28.3.2022, 45,00 €, Mira Lavonen,

Omaan tahtiin suoritettava verkkokurssi hieman espanjan alkeita osaaville. Aiheina mm. vaateostokset ja asunnon vuokraus sekä kielipöissa mm. adjektiivin vertailu ja futuuri. 30 tuntia. Taso A1/YKI 1.

120804 Italian maistiaiset Uusi kurssi!

Pe 16.00–18.30, La 10.00–12.30, 8.–9.4.2022

Keskuskatu 32, 15,00 €, Elina Lannoy

Italian johdantokurssi laulujen avulla. Tutustumme muutamii lauluihin, niiden esittäjiin ja taustoihin. Opimme sanastoa ja harjoittelemme kieltä laulujen kautta. Tule kokeilemaan, miltä italia kuulostaa! Kurssi sopii alkeisopiskelijoille.

120805 Italian verkkokurssi 4 Uusi kurssi! Ei kausikortilla!

17.1.–17.4.2022, Toimipaikka avoin 62,00 €

Merja Kontinen

Come stai? Harjoittelemalla saat luottamusta kertoa ja vastata italian kielellä. Aihepiiri: lomavietto, arkirutiinit ja vaatekaupassa asiointi. Kirja (ei pakollinen): Bella vista 1, kpl 12-14. 36 tuntia. Taso A2/YKI 2.

Kuvataiteet ja muotoilu

113003 Keskeneräisten ikonien loppuunmaalaaminen Ei kausikortilla!

La 9.00–15.00, 7.5.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 2, Laaksotie 47, 15,00 €, Seija Juutilainen

Kurssilla maalataan loppuun keskenjääneitä ikoneita. Kurssi on tarkoitettu lukuvuonna 2021 - 2022 seutuopiston omilla ikonimaalauksen kursseilla olleille.

113005 Ikonien kiiltokultaus Ei kausikortilla!

La 9.00–16.00, 8.1.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 2, Laaksotie 47, 20,00 €, Seija Juutilainen

Ikonilauta pohjustetaan punasavella, jonka jälkeen lasketaan kulta. Lopuksi ikoni kiillotetaan akaattikivellä. Kurssi on suunnattu seutuopiston omille pitkään ikonimaalausta harrastaneille kurssilaisille. Pientarvikkeet ja kullat maksetaan erikseen opettajalle.

113011 Eläinmaalaus ja -piirustus Ei kausikortilla!

La 12.00–16.15, Su 12.00–16.15, 5.–20.2.2022

Iso-Pappila, Sylvinkuja 5, 35,00 €, Hannele Haatainen

Kurssilla piirretään ja maalataan eläinaiheita eri tekniikoita käyttäen. Kokoontumiskerrat: la-su 5.-6.2. ja 19.-20.2.2022 klo 12.00-16.15.

113017 Metalligrafiikan viikonloppukurssi C Ei kausikortilla!

La 10.00–16.15, Su 10.00–16.15, 19.–20.3.2022

Iso-Pappila, Sylvinkuja 5, 35,00 €, Hannele Haatainen

Metalligrafiikka on kiehtova taiteenlajinsa. Valmistamme grafiikan laattoja kuivaneula-, viivasyövytys- ja akvatintatekniikoilla ja vedostamme laatat prässin avulla paperille. Materiaalimaksu käytön mukaan.

113018 Metalligrafiikan viikonloppukurssi D Ei kausikortilla!

La 10.00–16.15, Su 10.00–16.15, 14.–15.5.2022

Iso-Pappila, Sylvinkuja 5, 35,00 €, Hannele Haatainen

Metalligrafiikka on kiehtova taiteenlajinsa. Valmistamme grafiikan laattoja kuivaneula-, viivasyövytyks- ja akvatintatekniikoilla ja vedostamme laatat prässin avulla paperille. Materiaalimaksu käytön mukaan.

113021 Poptaidemuotokuvia Ei kausikortilla!

La 10.00–15.15, 12.3.2022, Iso-Pappila, Sylvinkuja 5, 15,00 €, Heli Laitinen

Tehdään poptaidemuotokuvia älykännykällä otetusta omakuvasta, ystävän tai lemmikin kuvasta. Kuva muokataan mustavalkokuvaksi, jota jatkojalostetaan kuvankäsittelyllä lopulliseen muotoon. Muokatusta kuvasta valmistetaan sabluuna, jolla toteutetaan poptaidemuotokuvia A4- kokoiselle paperille. Älykännykkä välttämätön kurssilla. Materiaalimaksu käytön mukaan.

113025 Keväinen taidenäyttelyretki Ei kausikortilla!

Su 7.30–20.30, 15.5.2022, 45,00 €

Heli Laitinen

Käyntikohteena yksi tai kaksi taidenäyttelyä, jotka selviävät kevään aikana. Maksu sisältää edestakaismatkan ja ryhmälipun. Lähtö klo 7.30 Pieksämäeltä ja paluu n. klo 20.30.

113104 Kokeilevaa keramiikkaa

Pe 9.30–13.00, 21.1.–29.4.2022

Kuusitie 41, keramiikka, 60,00 €, Susanna Tyrväinen

Tule mukaan oppimaan uusia tekniikoita vanhojen rinnalle! Kurssilla voit kokeilla perinteisiä saventyöstömenetelmiä tai keskittyä uusiin herkkuihin! Tänä vuonna tehdään pienet kipsimuotit ja tutustutaan valusaveen. Kurssilla voimme tehdä myös nerikomi -keramiikkaa ja kuvansiirtoa savelle. Lisäksi muuta mukavaa mitä uusissa tiloissa yhdessä keksitään. Materiaalimaksu käytön mukaan.

113105 Rakukeramiikka Ei kausikortilla!

La 10.00–17.00, 21.5.2022

Sari Tidenberg, Hietämäentie 518, 30,00 €, Susanna Tyrväinen ja Sari Tidenberg

Rakupoltto on elämyksellinen ja hauska keramiikkapoltto, joka tapahtuu ulkona. Työt saa samana päivänä kotiin! Poltossa esineen pinta saa ainutlaatuisia punaisen, vihreän ja lysterin sävyjä sekä krakleekuviota, savun mustatessa lasittamattomat kohdat. Rakutyöt tehdään kevään aikana Susanna Tyrväsien keramiikkakursseilla ja poltetaan Sari Tidenbergin luona Niskamäessä. Polttoon voi tehdä n. 5 kg verran rakusavesta tehtyjä esineitä. Kurssilla tarjotaan kevyt laktoositon keittolounas+kahvi/tee. Muuten kurssi kulkee nyyttäriperiaatteella. Jos sinulla on erityisruokavalio, kannattaa kurssille varata myös omia eväitä. Kodassa on makkaranpaistomahdollisuus! Turvallisuussyistä pukeudu luonnonkuituisiin vaatteisiin: pellava, puuvilla, villa ja nahka jne. Unimaksu 5€/oppilas maksetaan Sarille polton yhteydessä.

Kädentaidot



114006 Tilkkutöissä aiheena kierrätys

Ke 10.00–12.30, 16.2.–20.4.2022, Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 35,00 €
Hannele Wakkari

Yhdistämme tällä kurssilla kaksi asiaa: tilkkutyöt ja kierrättämisen. Ompelemme eri tekniikoilla liinoja, kasseja, kulhoja ja mattoja. Soveltuvaa materiaalia saat esimerkiksi vanhoista lakanoista, farkuista, talvitakeista jne. Jokaisella kurssikerralla esittelen yhden tekniikan, mutta voit keskittyä vaikka vain yhteenkin sinulle mieluiseen aiheeseen. Ennakkotaitoja ei tarvita. Tule siis mukaan tekemään ekotekoja. Kokoontumiskerrat: 16.2., 23.2., 9.3., 23.3., 6.4. ja 20.4.2022.

114007 Tilkkuiloittelua koko viikonloppu! Uusi kurssi. Ei kausikortilla!

Ke 18.00–19.30, La 9.00–15.00, Su 9.00–15.00, 9.–27.2.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 30,00 €, Hannele Wakkari

Nyt sinulla on oiva tilaisuus ommella kokonaisen viikonlopun ajan hyvässä seurassa. Kurssin ohjelmassa ovat ystävänpäivän blokki, puusepän tähti (Carpenter Star) ja irlantilainen ketju (Irish chain). Ystävänpäivän blokki on aplikointityö, puusepän tähti puolestaan kolmi- tai nelioista koottu torkkupeite ja irlantilaisesta ketjusta voit tehdä vaikka pöytä- tai kaitaliinan - tai halutessasi jopa kokonaisen parisängyn peitteen. Aiempaa kokemusta ei tarvita, tilkkuiloitto riittää. Infoilta ke 9.2.2022 klo 18–19.30. Varsinainen kurssi la-su 26.–27.2.2022 klo 9–15.

114011 Uima-asut ja alusvaatteet omilla mitoilla Uusi kurssi. Ei kausikortilla!

Ma 17.30–19.00, Pe 17.30–20.45, La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00
7.–20.2.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 35,00 €, Anna Mattila

Ommellaan uima-asut omilla mitoilla. Kurssilla on myös mahdollisuus valmistaa kevyitä rintaliivejä ja alushousuja. Infoillassa ma 7.2. tutustutaan erilaisiin malleihin ja valitaan sopivat materiaalit ja kaavat omiin töihin. Varsinainen kurssi pe-su 18.–20.2.2022.

114012 Ommellaan perheen pienille

Ma 17.30–20.45, 7.3.–4.4.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 35,00 €, Anna Mattila

Ommellaan lapselle valmiskaavoja käyttäen joustavia vaatteita. Kurssi sopii vasta-alkajille ja enemmän ompelua harrastaneille. Opit kurssilla käyttämään ompelukonetta ja saumuria.

114025 Keskeneräiset käsityöt Ei kausikortilla!

La 10.00–14.15, Su 10.00–14.15, 9.–10.4.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 25,00 €, Tiina Kerminen

Jäikö kauden aikana käsityö kesken? Löytyykö kaappien kätkeistä viittä vaille valmiita töitä? Nyt mahdollisuus saada työt valmiiksi yhteisessä pajassa. Kurssilaisilla mahdollisuus jatkaa työskentelyä tilassa klo 14.15–21.00.

114102 Kaikenlaista kirjontaa - tinalangasta tykkimysyyn Uusi kurssi!

Ti 16.00–19.30, 1.2.–19.4.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 55,00 €, Katri Miettinen

Koko kevään monipuolista kirjontaa uutta ideoiden tai perinteitä kunnioittaen. Voit opetella vaikka tinalankapunontaa ja -kirjontaa, valmistaa pronssispiraalikierukoita tai täydentää kansallispukusi asianmukaisella päähineellä, hunnulla tai tykkimysyllä. Kansallispukujen päähineiden pohjatyöt tehdään erillisellä kurssilla, kts. kurssi 114104.

114104 Kansallispuvun päähineiden pohjatyöt Uusi kurssi!

Ti 13.30–15.45, 29.3.–19.4.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 25,00 €, Katri Miettinen

Kurssilla valmistuvat kansallispukujen päähineiden tärkeät pohjatyöt eli tärkätään tykit, valmistetaan tykkimysyjen paperipohjat ja huntujen renkaat.

114106 Virkkausta alkeista alkaen

Ke 17.00–20.15, 16.2.–6.4.2022, Joka toinen viikko

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47 35,00 €, Tiina Honkanen

Onko pitsiliinasi jäänyt kesken tai olet perinyt koukkuja ja lankoja, etkä tiedä mitä niillä tekisit. Tällä kurssilla opetellaan virkkauksen perustekniikat, joilla pääset hyvin alkuun. Tu-
tuksi tulevat mm. perussilmukat, ympyrävirkkaus, isöäidin neliöt muunneltuneen, pitsivirk-
kaus, symbolit ja ohjeiden lukeminen. Kokoontumiskerrat: 16.2., 23.2., 9.3., 23.3. ja
6.4.2022.

114107 Amppeleita makrameetekniikalla Ei kausikortilla!

Su 10.00–16.30, 6.2.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 20,00 €, Mari Hämäläinen

Tule solmeilemaan keväinen amppeli. Et tarvitse aikaisempaa kokemusta makrameesta tai käsistöistä tullaksesi kurssille. Voit tuoda omaan makrameehen sopivaa puuvillalankaa tai voit ostaa tarvikkeita paikan päältä.

114109 Koneneulontapaja Ei kausikortilla!

Ti 10.00–13.15, Ke 10.00–13.15, Ma 10.00–16.00, Pe 12.00–15.15

25.–29.4.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 40,00 € , Katri Miettinen
Pölyttykö vanha neulekoneesi kaapin nurkassa? Tutustutaan oman neulekoneen käyttöön ja koneneulonnan perusasioihin työpajamuodossa. Sinulla on mahdollisuus työskennellä myös lainakoneella. Opettaja paikalla ma 10.00-16, ti-ke 10.00-13.15 ja pe 12.00-15.15. Kurssilaisilla mahdollisuus työskennellä tiloissa ma-pe klo 10.00-21.00.

114110 Hullaanu huovasta, villiinny villasta Ei kausikortilla!

Pe 18.00–19.30, La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00, 28.1.–13.2.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 2, Laaksotie 47, 30,00 € , Tiina Kerminen

Irrotellaan ja innostutaan villan ja kankaiden väreistä sekä eri tekniikoiden tarjoamista mahdollisuuksista. Valmistetaan uniikkeja huopatekstiilejä käyttöön ja koristeeksi. Lopputulos on ihana yllätys. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että pidempään huovuttaneille. Kurssilaisilla mahdollisuus työskennellä omatoimisesti tilassa klo 15-21. Pe 28.1. tutustutaan huovutuksen moniin mahdollisuuksiin, materiaaleihin ja työvälineisiin. Varsinainen kurssi la-su 12.-13.2.2022.

114116 Valota oma seula Ei kausikortilla!

Pe 17.30–20.45, La 10.00–15.15, Su 10.00–15.15
25.–27.3.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 30,00 € , Heli Laitinen

Valotetaan seula esim. omasta valokuvasta tai piirroksesta. Valotukseen tarvittavat aineet voit ostaa kurssilta. Kurssilla voit myös painaa, kuvioda ja siirtää kuvia kankaalle eri tekniikoin. Yhdistämällä eri tekniikoita saat työstettyä mielenkiintoisia kuva- ja väripintoja.

114117 Värjäyksen uudet tuulet Uusi kurssi!

Pe 10.00–14.15, 11.2.–6.5.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 2, Laaksotie 47, 35,00 € Joka 4. viikko, Hannele Wakkari

Mikä on uusinta uutta kankaiden ja lankojen värjäyksessä? Elintarvikeväreillä ja Kool Aidilla värjääminen ainakin sekä moni muu nopea ja helppo tapa, jotka selviävät sinulle kurssilla. Värjäyksen tuotoksia voit jatkojalostaa esimerkiksi ompelussa, kankaan kudonnassa tai neulonnassa. Kurssi kokoontuu kerran kuussa perjantaisin 11.2., 18.3., 22.4. ja 6.5.2022.

114119 Betonia ja mosaiikkia Ei kausikortilla!

Pe 17.30–20.45, La 10.00–17.00, Su 10.00–17.00 , 22.4.–7.5.2022

Kuusitie 41, keramiikka, Kuusitie 41, 40,00 € , Ulla-Riitta Immonen

Valmistetaan erilaisia betoni- ja mosaiikkitoita sisä- ja ulkotiloihin. Kurssilla mahdollisuus valaa betonista kolmiulotteisia muotoja. Kokoontumiskerrat pe-su 22.-24.4. ja 7.5.2022.

114126 Kalligrafiassa haitarikortteja ja sidoksia Uusi kurssi!

Ti 17.00–19.30, 8.3.–5.4.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 2, Laaksotie 47, 30,00 € , Pirjo Riipinen

Kurssi sopii kaikille kalligrafiasta kiinnostuneille! Tutustutaan ja kokeillaan kalligrafiata useilla eri välineillä harjoitustöihin sekä teemme haitarikortteja ja helppoja sidoksia. Toteutamme kultauksia eri tavoin esimerkiksi alkukirjaimiin. Sovimme tarkemman ohjelman osanottajien kanssa yhdessä.

114137 Mobilet ja tekstit metallilangasta Uusi kurssi!

To 17.00–20.30, 3.2.–24.3.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 30,00 €, Joka toinen viikko, Mari Hämäläinen
Muotoillaan metallilangasta tekstejä ja kasviaiheita kuten kukkia ja lehtiä. Voit valmistaa myös keveitä esim. lintuaiheisia mobileja. Kokoontumiskerrat: to 3.2., 17.2., 3.3. ja 24.3.2022.

114138 Tee-se-itse espadrillokset Uusi kurssi!

To 17.30–20.00, 10.2.–31.3.2022, Joka toinen viikko

Laaksotien tekstiilityöluokka 1, Laaksotie 47, 30,00 €, Heidi Harmanen

Kurssilla tehdään kesäksi espadrillos -kengät pohjista alkaen kokonaan omaan jalkaan sopivaksi. Kengän rakentamiseen kuuluu punonta, ompelu ja liimaus. Halutessa kenkiin voi kirjailla kuvioita. Kokoontumiskerrat: to 10.2., 24.2., 10.3., 17.3. ja 31.3.2022.

114141 Ihanat tuohityöt, kevät Ei kausikortilla!

Pe 17.00–21.00, La 9.00–15.00, Su 9.00–15.00

22.–24.4.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 2, Laaksotie 47, 35,00 €, Jaana Öljymäki

Opettelemme tuohitöiden alkuvalmisteluja ja valmistamme eri tekniikoilla esimerkiksi leipäkorin, säilytyskopan, erilaisia rasioita, koruja ja pientuotteita. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että jo kokeneemmille.

114144 Eläinhahmoja pajusta Uusi kurssi. Ei kausikortilla!

La 10.00–17.00, Su 10.00–17.00, Pe 17.30–20.45, 18.–20.3.2022

Laaksotien tekstiilityöluokka 2, Laaksotie 47, 35,00 €, Anita Kalliokoski

Kurssilla valmistetaan erilaisia eläinhahmoja pajusta punoen koristeiksi pihaan ja puutarhaan.

Tekninen työ

Huom! Jokaisen puu- ja metallityökurssin alussa on opastus koneiden ja laitteiden turvalliseen käyttöön. Perehdytyksen todentamiseksi osallistuja kuittaa allekirjoituksellaan saamansa opastuksen.

114315 Pihakalusteita

Ma 18.00–21.15, 31.1.–11.4.2022

Kuusitie 41, puu, Kuusitie 41, 45,00 €, Arttu Kosunen

Valmistamme puisia pihakalusteita sekä huollamme ja korjaamme vanhoja. Alaikäraja 15 vuotta.

114316 Linnunpönttöjä ja hyönteishotelleja Uusi kurssi. Ei kausikortilla!

La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00, 19.–20.3.2022

Kuusitie 41, puu, Kuusitie 41, 25,00 €, Heidi Harmanen

Kurssilla tutustutaan eri lintulajeille sopiviin pesämalleihin ja rakennetaan eri lajeille sopivia linnunpönttöjä. Lähiympäristön pölyttäjiä rakennetaan hyönteishotelleja käyttäen kotimaisten hyönteislajikkeiden suosimia materiaaleja. Materiaaleja ovat mm. lahopuu ja

korret. Hyönteishotelli auttaa pölyttäjiä pesimään ja talvehtimaan puutarhassa tai jopa parvekkeella.

114317 Puucee Uusi kurssi. Ei kausikortilla!

La 10.00–16.30, Su 10.00–16.30, 26.3.–3.4.2022

Kuusitie 41, puu, Kuusitie 41, 45,00 €, Paulus Holster

Pitäisikö pihanperälle tehdä uusi, hajuton kuivakäymälä tai rakentaa mökille entistä ehompi huussi? Kurssin puucee tehdään elementeistä, joten se on helppo siirtää paikoilleen. Kurssilla valmistuvat myös ovi ja ikkunat. Alaikäraja 15 vuotta.

Muut käden taidot

114520 Kehärumpu Ei kausikortilla!

La 10.00–14.00, Su 10.00–14.00, 19.–27.2.2022

Kuusitie 41, puu, 35,00 €, Soitinrakentaja Jouni Kurki

Kurssilla valmistetaan pieni kehärumpu, joka on pyöreä ja halkaisijaltaan n. 50 cm.

Rumpuun tulevat materiaalit ja poronahka maksavat yhteensä noin 50 €/rumpu. Ko-koontumiset la-su 19.-20.2. ja 26.-27.2.2022.

Tanssi ja liikunta

115518 Kävely- ja kuviohumppaa Uusi kurssi. Ei kausikortilla!

La 12.00–14.15, 5.2.2022, Veturitori, Tallikankaankatu 3 15,00 €/hlö

Tommi ja Pirjo Koivula

Tervetuloa kertaamaan perusteet ja oppimaan uutta viennistä ja seuraamisesta, sekä uusia kuvioita. Koivulat kiertävät päätoimisina tanssinopettajina ympäri Suomea. Heidän tunteillaan on mukavan rento tunnelma ja paljon käytännönläheisiä harjoituksia. Voit tulla parin kanssa tai yksin. Kurssilla toimii paljon kiitosta saanut vapaaehtoinen parinvaihtosysteemi.

115519 Tangon taikaa Uusi kurssi Ei kausikortilla!

La 14.45–17.00, 5.2.2022, Veturitori, Tallikankaankatu 3, 15,00 €/hlö

Tommi ja Pirjo Koivula

Tervetuloa kertaamaan perusteet ja oppimaan uutta viennistä ja seuraamisesta, sekä uusia kuvioita.

115706 Kevätafro Uusi kurssi!

To 18.00–19.00, 3.2.–10.3.2022

Laaksotien liikunta- ja tanssisali, Laaksotie 47, 15,00 €, Mari Kontulainen

Tervetuloa tanssimaan afrikkalaista tanssia. Kevään taittuessa valmistaudutaan kesään ja irroitellaan erilaisilla afrikkalaisilla rytmeillä. Aiempaa tanssitaustaa et tarvitse. Kurssilla tanssitaan paljain jaloin. Mukaasi tarvitset juomapullon, rennot vaatteet liikkua ja iloisen mielen! Tervetuloa!

115708 Aikuisbaletti—maistiaiskurssi Uusi kurssi!

To 18.00–19.00, 17.3.–14.4.2022

Laaksotien liikunta- ja tanssisali, Laaksotie 47, 15,00 €, Saana Rasehorn

Aikuisbalettiharrastuksen voi aloittaa kuka tahansa! Kohenna ryhtiä ja koe tanssin ilo klassisen baletin tunteilla. Harjoituksissa tehdään klassisen baletin elegantteja harjoitteita niin tangolla kuin keskilattialla. Tanssimme sukat jalassa - kärkitossuja ei vielä tarvitse lähteä ostamaan!

115729 Lavis-maraton 12.2.2022, 10 eur Ei kausikortilla!

115730 Lavis-maraton 12.3.2022, 10 eur Ei kausikortilla!

La 10.00–13.15

Laaksotien liikunta- ja tanssisali, Laaksotie 47, Sari Härkönen

Näissä Lavis Maratoneissa hikoilemme neljän oppitunnin verran. Mukaan tanssitossut/lenkkarit tai muut tanssijumppaan sopivat jalkineet, sekä juomapullo ja pieni välipala, jos ajattelet tarvitsevasi tankkausta.



830104 Perhejooga

Ti 17.30–18.15, 8.3.–5.4.2022, Uimahalli, alasali, Opintie 2, 15,00 €, Satu Savolainen
Perhejooga on aikuisen ja lapsen mukavaa yhteistä aikaa, jossa sekä liikutaan että rauhoitutaan, ilon kautta. Et tarvitse aiempaa joogataustaa, koska jokainen joogaa juuri sellaisena kuin on ja tärkeintähän on hauska yhdessä tekeminen! Asanoihin eli joogaliikkeisiin tutustumme joogasadun kautta. Teemme keskittymiskykyä parantavia ja rentouttavia hengitysharjoituksia sekä harjoittelempa rentoutumista. Lisäksi kokeilemme satuhierontaa ja tutustumme tunnetaitoihin. Jooga kehittää mm. lapsen ryhtiä, voimaa, notkeutta ja tasapainoa sekä keskittymiskykyä, itsetuntoa, kehoitietoisuutta ja kykyä rentoutua. Jooga innostaa liikkumaan ilman suorittamista - joogassa ei kilpailla tai verrata. Kurssi on tarkoitettu yli 3-vuotiaalle lapselle aikuisen seurassa. Kurssimaksu 15 eur/perhe.

830426 Suunnistuskurssi perheille

To 17.00–18.30, 21.4.–19.5.2022, 25,00 €, Reetta Heiskanen

Kurssilla lapset yhdessä vanhempiensa kanssa pääsevät tutustumaan luonnossa liikkumiseen ja suunnistukseen. Opettelemme suunnistuksen alkeita leikin varjolla ja teemme erilaisia lapsille sopivia suunnistusharjoituksia. Ensimmäisillä kokoontumiskerroilla olemme osan ajasta sisällä, mutta pääasiassa toimimme ulkona luonnossa. Kurssille voi osallistua vanhempi lapsen tai lapsien kanssa. Ensimmäinen kokoontumiskerta uimahallin alasalissa. Kurs- simaksu 25€/perhe. Ilmoittautuminen Seutuopiston toimistoon p. 044 588 2211 tai p. 0400 855 800.

830225 Äijäpilates

To 16.15–17.00, 10.2.–17.3.2022

Laaksotien liikunta- ja tanssisali, Laaksotie 47, 15,00 € , Riina Väkeväinen

Voimaa, kestävyyttä ja liikkuvuutta lisäävää pilatesharjoittelua miesten kesken. Kaiken ikäisille ja kuntoisille miehille, jotka haluavat oppia käyttämään kehoa optimaalisesti ja tasapuoli- sesti kaikenlaisessa liikkumisessa. Opit hyödyntämään syvää keskivartalon tukea raskaam- missakin liikkeissä, mutta samalla lisäämään liikkuvuutta koko vartalossa. Kurssilla tehdään perinteisiä pilatesharjoitteita kaikissa alkuasennoissa. Omia rajoituksia huomioidaan sovel- taen. Oma alusta ja rento asenne mukaan!

830227 Äitiyspilates

Ke 15.00–15.45, 9.3.–6.4.2022

Laaksotien liikunta- ja tanssisali, Laaksotie 47, 15,00 € , Riina Väkeväinen

Äitiyspilatestunnilla sovelletaan perinteistä pilatesharjoittelua. Tunnilla vahvistetaan ja val- mistetaan kehoa synnytykseen – mikä myös auttaa kehoa palautumaan. Kurssilla opit tunnis- tamaan ja rentouttamaan lantionpohjaa sekä kehon hahmotusta ja hallintaa eri raskauden vaiheissa. Kurssi on suunniteltu raskaana oleville ja liikkeitä sovelletaan myös yksilöllisesti raskauden etenemisen mukaan. Kurssin ohjaa äitiyspilateskoulutuksen saanut fysiotera- peutti. Ota mukaan oma matto, pieni pyyhe ja vesipullo.

830330 Äiti-vauva -jumppa

Ke 14.05–15.50, 2.–23.2.2022

Laaksotien liikunta- ja tanssisali, Laaksotie 47, 15,00 € , Riina Väkeväinen

Perinteistä äiti-vauva -jumppaa, jossa liikutaan lempeästi, mutta tehokkaasti, vauvan (noin 2-8 kk) kanssa. Tunnilla opit liikkumaan synnytyksen jälkeen lihaskunto- ja liikkuvuus- harjoittelun muodossa omaa kehoa kuunnellen. Liikkeet voi tehdä vauvan kanssa tai ilman, mikäli pieni viihtyy itseksensä tai nukkuu tunnin aikana. Mukaan voit ottaa oman maton ja juomapullon, vauvalle peiton/alustan ja lelun. Kenkiä et tarvitse, liikkeet tehdään paljain jaloin tai sukat jalassa.

830648 Voimaa ja tasapainoa, Haapakoski

Ma 14.45–16.00 , 10.1.–25.4.2022

Haapakoski, seuratalo, Haapakoskentie 474, Joka toinen viikko

Erityisliikunnan ryhmät on tarkoitettu henkilöille, joiden vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen vuoksi on vaikea osallistua yleisiin liikuntapalveluihin. Monipuolista liikuntakykyä ylläpitävää ja kehittävää harjoittelua itsenäisesti liikkuville hen- kilöille. Tunti koostuu alkulämmittelystä, tasapainoharjoitteista, lihaskunto-osuudesta ja kehonhuollollisesta venyttelystä.

830655 Voimaa ja tasapainoa, Halkokumpu

Pe 14.45–16.00 , 14.1.–8.4.2022

Halkokumpu, Kumputalo, Halkokummuntie 24, Joka toinen viikko

830656 Voimaa ja tasapainoa, Paltanen

Pe 14.45–16.00

17.9.–10.12.2021, 21.1.–6.5.2022

Paltanen, Paltasen Pysäkki, Syrjätie 2, Joka toinen viikko

830670 VertaisVeturi -koulutus

Pe 10.00–13.00, 21.1.–25.3.2022

Järjestöalo, Neuvokas, Tasakatu 4-6, Sari Härkönen

VertaisVeturi on liikunnan vertaisohjaaja, jolta ei vaadita liikunnan ammatillista osaamista, vaan tavallisen ihmisen tiedot ja taidot riittävät. Tärkeintä on kiinnostus liikuntaa kohtaan ja halu kannustaa myös toisia mukaan toimintaan. Koulutuksen käytyään VertaisVeturi osaa ohjata ikääntyneiden voima- ja tasapainoharjoittelua valmiiden ohjelmien avulla, sekä suunnitella liikuntatuokioita itsenäisesti. Tervetuloa esim. yhdistysten, seurojen, kerrostalojen tai muissa iäkkäiden toiminnan piirissä toimivat ohjaajat tai ohjaajiksi aikovat sekä omaiset ja läheiset!

830671 Ulkoiluystävä -koulutus

Pe 12.30–15.00, 1.–22.4.2022

Järjestöalo, Neuvokas, Tasakatu 4-6, Sari Härkönen

Ulkoiluystävä tarjoaa ulkoiluapua ja -seuraa sitä kaipaavalle silloin, kun yksin ulkoileminen ei jostain syystä onnistu tai se tuntuu vaikealta. Koulutuksen suoritettuaan Ulkoiluystävä osaa toimia vapaaehtoistyön periaatteiden mukaan. Hän osaa avustaa ulkoilijaa ulkoilussa ja apuvälineiden käytössä, sekä tietää turvallisen ulkoilun periaatteet. Tervetuloa mukaan iloiseen vapaaehtoisten joukkoon!

Kotitalous, maa- ja metsätalous

710304 Sunnuntain villiyrtyretki Ei kausikortilla!

Su 10.00–13.30, 22.5.2022, 10,00 €

Keruutuotetarkastaja Päivi Saikkonen

Lähde retkelle tutustumaan luonnon omaan superruokaan! Opettelemme mitä lajeja voi turvallisesti syödä ja mitä on syytä välttää, kuinka kerätä kasveja oikein ja mitä muuta tulee ottaa huomioon villiyrtytien keruussa ja käytössä. Saat mukaasi myös villiyrtytien käyttövinkejä.

810200 Leivo lapsen kanssa keväisiä herkkuja Ei kausikortilla!

Su 12.00–16.00, 27.3.2022

Hiekanpään koulu, Keskuskatu 45, C-rak. kotital.luokka, Keskuskatu 45, 15,00 €

Anu Weissmann

Leivo lapsen kanssa keväisiä herkkuja- kurssilla lapset ja aikuiset pitävät uunia lämpimänä, kun loihtivat ihanan raikkaita, keväisiä leivonnaisia yhteistuumin. Raaka-aineista peritään erillinen maksu.

810206 Ranskan ruokakurssi Ei kausikortilla!

La 13.00–17.00, 22.1.2022

Hiekanpään koulu, Keskuskatu 45, C-rak. kotital.luokka, Keskuskatu 45, 10,00 €, Elina Lannoy
Tutustumme yhdessä ranskalaisiin resepteihin, opimme ranskankielistä ruokasanastoa ja valmistamme itsellemme illallisen alkuruoasta jälkiruokaan! Kurssille voi tulla myös ilman aiempia ranskan opintoja. Ruoka-aineista peritään erillinen maksu.

810208 Afternoon tea Uusi kurssi!

Ke 16.30–20.00, 16.3.2022

Hiekanpään koulu, Keskuskatu 45, C-rak. kotital.luokka, Keskuskatu 45, 10,00 €
Satu Radcliffe

Lyhytkurssilla tutustumme ensin iltapäiväteen historiaan ja sen jälkeen valmistamme iltapäiväteen kuuluvia herkuja kuten skonsseja, kakuja ja kolmiovoileipiä ja nautimme ne teen kera. Käytämme suomen kieltä, mutta reseptit ovat englanniksi. Kurssi sopii kaiken tasoisille kielen opiskelijoille. Tutustumme resepteihin tarvittaessa yhdessä. Tarvikkeista peritään pieni maksu.

Kesäkurssit

113022 Kuvataiteen kesäkurssi Ei kausikortilla!

Pe 17.00–20.30, La 10.00–16.30, Su 10.00–16.30

17.–19.6.2022, Iso-Pappila, Sylvinkuja 5, 35,00 €, Hannele Haatainen

Mahtava tilaisuus piirtää, maalata ja tehdä grafiikkaa keskellä kesää! Grafiikassa mahdollisuus tehdä kuivaneula-, monotypia- ja linopiirroksia. Alaikäraja 12 vuotta.

113024 Iso-Pappilan kuvataideleiri lapsille

Ma 10.00–15.00, Ke 10.00–15.00, Ti 10.00–15.00, To 10.00–15.00
13.–16.6.2022

Iso-Pappila, Sylvinkuja 5, 65,00 €, Heli Laitinen ja Susanna Tyrväinen

Kuvataideleirillä odotettavissa värikäs seikkailu! Leirillä on joka päivälle uusia taide-elämyksiä savitöistä ympäristötaiteeseen ja seripainannasta erilaisiin maalaustekniikoihin. Leiri on suunnattu 7-12-vuotiaille. Kurssimaksu sisältää materiaalit ja ruuan.

Muu koulutus

9999913 Muistitreenit verkossa

8.2.–17.4.2022

Tällä verkkokurssilla saat tietoa muistista ja ideoita muistia ylläpitävistä tehtävistä. Aiheina mm. ravinto, musiikki ja luonto. Kurssin voi tehdä omaan tahtiin kotikoneelta. Ohjeet saat sähköpostiin.

Pieksämäen Seutuopisto
esittää

Yhteislaulut



KEVÄT
2022

TIISTAISIN KLO 12.30
11.1., 25.1., 8.2.,
22.2., 8.3., 22.3., 5.4.
JA MA 11.4. KLO
15.00

**VAPAA
PÄÄSY**

POLEENIN SALI,
SAVONTIE 13

striimaus: youtube.com/kulttuurikeskuspoleeni



LASTEN

Kevät 2022

YHTEIS- LAULUT



!! vain striimattuna !!

**maanantai klo 9.15:
17.1., 14.2., 14.3. ja 4.4.**

Strämatut yhteislaulut löydät täältä: youtube.com/kulttuurikeskuspoleeni

Lisätiedot: piia@poleeni.fi / 044 788 4324

Made with PosterMyWays.com

YHTEYSTIEDOT

Pieksämäen Seutuopisto

Savontie 13

76100 PIEKSÄMÄKI

[www:seutuopisto.pieksamaki.fi](http://www.seutuopisto.pieksamaki.fi)

sähköposti: seutuopisto@pieksamaki.fi

Toimisto avoinna ma-to 9-12 ja 13-15, perjantaisin suljettu



Rehtori Päivi Majoinen, p. 044 588 3420

Toimistosihtööri Elise Loberg, p. 044 588 2211

Toimistosihtööri Jonna Nuutinen, p. 0400 855 800

Päätoimiset opettajat:

Musiikki: Merja Jauhijärvi, p. 044 799 5298

Kädentaidot: Tiina Kerminen, p. 044 588 3428

Kielet: Satu Radcliffe, p. 044 588 3429

Teatteri: Jari Tuononen p. 044 588 2440

Liikunta: Sari Härkönen, p. 040 183 6894

Tietotekniikka: Tuomas Raatikainen p. 044 799 5299

Kuvataidekoulu: Heli Laitinen, Susanna Tyrväinen p. 044 799 5531

ILMOITTAUTUMINEN

Kaikille kursseille ilmoittaudutaan ennakoon ennen kurssin alkamista, viimeistään viikkoa ennen ellei kurssin kohdalla ole toisin mainittu. **Ilmoittautuminen on aina sitovaa ja velvoittaa maksamaan kurssimaksun.**

Kursseille voi ilmoittautua

- * netissä <http://www.opistopalvelut.fi/pieksamaki> (huomioithan, että netti-ilmoittautumisesta ei lähetetä erillistä laskua—saat tarvittavat tiedot laskun maksua varten ilmoittautuessasi)
- * toimistolla toimiston aukioloaikoina ma-to 9-12 ja 13-15 (Poleeni, Savontie 13)
- * puhelimitse p. 044 588 2211, 0400 855 800

HUOM! Opisto ei vakuuta opiskelijoita. Lapset ja nuoret opiskelevat opistossa huoltajansa vastuulla.

Opistolla on oikeus tehdä muutoksia opinto-ohjelmassa ilmoitettuihin kurssitietoihin.

