

# TERVETULOA KANSALAIPOISTOON KURSSEILLE

## **Pielaveden toimisto:**

Koulutie 3, 72 400 PIELAVESI

Avoinna: ma 8 -15.30, ti-pe klo 9-14.30

Rehtori: Eija Räisänen p. 040 533 19 25

[eija.raisanen@pielavesi.fi](mailto:eija.raisanen@pielavesi.fi)

Kanslisti: Seija Poikonen p. 040 489 4187

[seija.poikonen@pielavesi.fi](mailto:seija.poikonen@pielavesi.fi)

## **Keiteleen toimisto**

Koulutie 1 A, 72600 KEITELE

Avoinna: maanantaisin klo 9 -12

Soile Kokkonen p. 040 764 9904

[soile.kokkonen@keitele.fi](mailto:soile.kokkonen@keitele.fi)

**Syksyn kurssit** alkavat vaihtelevasti 20.9. alkaen. **Koulujen talvilomaviikolla 18.-24.10. pääsääntöisesti ei ole opetusta.** Itsenäisyyspäivänä 6.12. ei ole opetusta.

**ENNAKKOILMOITTAUTUMINEN SYKSYN KURSSEILLE  
ALKAA NETISSÄ LA 21.8. KLO 9.00 JA TOIMISTOISSA  
MA 30.8. KLO 9.00. ILMOITTAUTUMINEN PÄÄTTY  
USEIMMITEN 13.9.**

## **Kaikissa ryhmissä on sitova ennakoilmoittautuminen.**

Kätevintä on käyttää Hellewi - liittymää internet osoitteessa:

**<https://www.opistopalvelut.fi/pielavesi/index.php>**. Ennen

ilmoittautumista tutustu opiston ohjelmaan tässä vihkosessa

tai internetissä. Kurssiohjelmaan ja ilmoittautumiseen pää-

see suoraan myös opiston kotisivuilta **[www.pielavesi.fi](http://www.pielavesi.fi)** ja

sieltä SUJUVA ARKI alta Sivistyspalvelut – KANSALAI-

OPISTO tai **[www.keitele.fi](http://www.keitele.fi)** ja sieltä Vapaa-aika ja liikunta –

Kulttuuripalvelut - KANSALAIPOISTO.

Ota muistiin niiden kurssien numerot, joille olet ilmoittautu-  
massa (tarvitset sitä ilmoittautuessasi). Kursseille ilmoittautu-  
mista voi harjoitella tietotekniikan alaan kuuluvalla kurssilla  
numero 9998 tai 9999, harjoittelukurssilla ei ole kurssimak-  
sua eivätkä kurssille ilmoittautuneet nimet jää opiston rekis-  
tereihin.

**Laskutustiedot** täytetään, mikäli maksaja on muu kuin opis-  
kelija. Samoin laskutustietoihin laitetaan vanhemman tiedot  
opiskelijan ollessa alaikäinen.

Mikäli sinulla ei ole mahdollisuutta ilmoittautua internetin  
kautta, voit soittaa opiston toimistoihin.

Pielavedellä 040 489 4187 ja Keiteleellä voi soittaa nume-  
roon 040 196 6001

Opisto ei ota vastaan ilmoittautumisia, jos opiskelijalla on kurssimaksuja maksamatta.

## **ENNAKKOILMOITTAUTUMISEN YHTEYSTIEDOT OVAT TAKAKANNESSA.**

### **Kun ilmoittaudut, valmistaudu kertomaan:**

- kurssinnumero ja kurssin nimi
- oma nimesi
- henkilötunnus
- yhteystiedot (osoite, puhelinnumero ja sähköpostiosoite)
- koulutustausta ja työllisyystilanne (Tilastokeskusta varten)

### **KURSSIMAKSUT laskutetaan toimistolta vk 46. alkaen.**

Tyky-kuntosetelit ja muut käyttämättömät kurssimaksujen maksamiseen tarkoitetut setelit on toimitettava toimistolle 30.9. mennessä. Myös kausi- ja perhekortit ilmoitettava 30.9. mennessä. Jos kurssi on kalliimpi kuin kortti/seteli, on erotus maksettava, jos kurssi on halvempi, ei erotusta makseta.

### **UUTTA: Maksuvälineenä voi käyttää ePassia. Ilmoita se toimistoon viim. 30.9.**

**Kurssimaksut** (1.1.2019 alkaen) on jaettu neljään maksuluokkaan 1 €/h, 1.3 €/h, 1.5 €/h ja markkinahintaiset kurssit. Maksettua kurssimaksua ei palauteta. Jos jollekin syksyllä alkaneelle kurssille mahtuu mukaan, tulee maksu kevätkauden tuntien osalta. Ota yhteyttä toimistoon.

**Kausikortti 150 €** (henkilökohtainen – voi opiskella niin paljon kuin haluaa lukuvuoden 1.9.2021 – 31.8.2022 aikana)

**Perhekortti 230 €** (vanhemmat ja alle 18-vuotiaat lapset voivat opiskella lukuvuoden aikana niin paljon kuin haluavat) Yli 100 euron kurssimaksut voidaan pyydetessä laskuttaa kahdessa erässä.

**Vakuutukset:** Kansalaisopisto ei ole vakuuttanut opiskelijoita. Opiskelijoiden tulee itse huolehtia vakuutusturvastaan.

### **Kurssin alkaminen**

Emme ilmoita erikseen kurssin alkamisesta. **Jos mitään ilmoituksia tekstiviestinä ei tule, kurssi käynnistyy ohjelman mukaisesti.**

**Jos kurssi ei käynnisty** – ilmoitamme henkilökohtaisesti kurssin peruuntumisesta tekstiviestillä.

**Jos kurssille ei mahdu** – ryhmät täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä ja tarvittaessa otetaan varasijoille odottamaan mahdollisia perumisia. Jos olet jäänyt varasijalle ja paikka vapautuu, ilmoitamme sinulle kurssille pääsemisestä.

**Kurssipaikan peruminen:** Ilmoita meille aina peruutuksesta, muutoin kurssimaksu laskutetaan. Jos et voi osallistua ilmoittautumallesi kurssille, peru se **viimeistään viikkoa ennen kurssin alkua** internet-ilmoittautumisessa kohdassa **ilmoittautumisesi**. Tarvitset **ILMOITTAUTUMISNUMERON JA KURSSIN NUMERON**. Perumisen voi tehdä myös puhelimella tai sähköpostilla opiston toimistoon.

Tuntiopettajat eivät välitä toimistolle peruutuksia.

**Jos ilmoittautuminen perutaan alle viikon tai kurssin alkaessa ilmoittautunut opiskelija ei saavu kurssille, on hänen maksettava perumismaksua 15€, ellei syynä ole**

**lääkärintodistuksella osoitettava este. Sama hinta peritään kausi- ja perhekortin lunastaneilta.**

#### **Opetuskerran peruutus**

Opetuskerran peruuntumisesta ilmoitetaan opiskelijoille tekstiviestillä. Jokaviikkoinen ryhmä voi peruuntua kerran lukukauden aikana esim. opettajan sairastumisen vuoksi, eikä sitä korvata opiskelijoille. Jos poissaolokertoja tulee useampi, opisto hankkii sijaisen tai tunnit pidetään myöhemmin.

Opiskelija voi halutessaan saada todistuksen kurssille osallistumisesta. Todistusmaksu on 10€.

## **LAHJAVINKKI!**

Kansalaisopiston lahjakortti: sisältää valmiiksi maksetun kausikortin, perhekortin tai yhden kurssin kurssimaksun.

Ota yhteys toimistoon!

***UUDEN OPPIMISEN ILOA*** toivoo opiston väki!

## Opintosetelietuus kansalaisopistossa maahanmuuttajille, työttömille, senioriväestölle ja eläkkeellä oleville

Pielaveden ja Keiteleen kansalaisopisto on saanut jälleen Opetusministeriöltä avustusta opintosetelityyppiseen tukeen.

### Kenelle tarkoitettu:

voit saada opintosetelietuuden, jos olet joko

- maahanmuuttaja tai
- työtön tai
- senioriväestö (yli 63v.) tai
- eläkkeellä oleva.

Kohderyhmään kuuluva henkilö saa **yhden ilmaisen** kurssin (kurssimaksu enintään 20 €) tai osamaksuna korkeammasta kurssista. Setelin voi käyttää myös kausi- tai perhekortin 2021 - 22 osamaksuna (arvo 20€).

### Opintoseteli on käytettävä syyslukukaudella 2021 alkavilla kursseilla.

Maahanmuuttajalla tarkoitetaan Suomeen muuttaneita ulkomaalaisia henkilöitä, joilla on kotikunta Suomessa, ei kuitenkaan turvapaikanhakijaa.

Työttömänä setelin saa esittämällä työvoimatoimiston asiakaskortin.

### Miten ja mistä etuus haetaan:

Setelin saa henkilökohtaisesti **opiston toimistoista ma 30.8. klo 9.00 alkaen**, jossa kerrot minkä kurssin kurssimaksuun aiot käyttää setelin ja samalla voit ilmoittautua kursseille. Myönnämme etuutta niin monelle kuin rahaa riittää. Ei puhelinvarauksia.



# PIELAVESI

## Musiikki

### **110100 Pianonsoitto Pv. kirkonkylä syksy A**

OPINPORTTI Ik. 13 Koulutie 3

Ti 14.30–16.00 31.8.–7.12.2021

Tunteja 28 sl 42,00 € 6–6 osallistujaa

Laura Ikäheimo

Lisätietoja saa Lauralta 0400 709940.

### **110101 Pianonsoitto Pv. kirkonkylä syksy B**

OPINPORTTI Ik. 13 Koulutie 3

Ti 16.00–17.30 31.8.–7.12.2021

Tunteja 28 sl 42,00 € 6–6 osallistujaa

Laura Ikäheimo

Lisätietoja saa Lauralta 0400 709940.

### **110102 Pianonsoitto Pv. kirkonkylä syksy C**

OPINPORTTI Ik. 13 Koulutie 3

Ke 15.30–17.00 1.9.–8.12.2021

Tunteja 28 sl 42,00 € 6–6 osallistujaa

Laura Ikäheimo

Lisätietoja saa Lauralta 0400 709940.

### **110104 Pianonsoitto Pohjois-Pielavesi syksy**

POHJOIS-PIELAVEDEN KOULU Kiuruvedentie 1595

Ti 12.30–14.00 31.8.–7.12.2021

Tunteja 28 sl 42,00 € 6–6 osallistujaa

Laura Ikäheimo

Lisätietoja saa Lauralta 0400 709940.

### **110105 Pianonsoitto Säviä syksy**

SÄVIÄN KOULU Virranniskantie 18

Ke 13.30–15.00 1.9.–8.12.2021

Tunteja 28 sl 42,00 € 6–6 osallistujaa

Laura Ikäheimo

Lisätietoja saa Lauralta 0400 709940

### **110120 Pielaveden Mieslaulajat syksy**

OPINPORTTI Ik. 13 Koulutie 3

Ke 17.30–19.00 22.9.–1.12.2021

Tunteja 20 sl 20,00 € 7–20 osallistujaa

Laura Ikäheimo

Kuoron ohjelmisto on monipuolinen ja uusien laulujen valinnat tapahtuvat mahdollisten esiintymiskutsujen pohjalta. Innokkaita laulumiehiä otetaan lämpimästi vastaan. Uusi laulaja - äänialasi kartoittamisen vuoksi

ottaisitko yhteyttä kuoronjohtajaan (0400 709940). Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110140 Kitaran- tai bassokitaransoitto/syksy**

OPINPORTTI lk 02 (Lukio), musiikkiluokka Koulutie 3

Ke 15.30–18.30 6.10.–8.12.2021

Tunteja 36 sl 60,00 € 6–6 osallistujaa

Henri Sunimento

Kurssilla opetellaan kitaransoiton perusasioita, kuten viirtämistä, sointujen soittoa ja komppaamista. Aiempaa soittokokemusta ei tarvita. Tarkempi sisältö rakentuu oppilaan taitotason ja oman kiinnostuksen mukaan. Alkuvaiheessa voi soittaa koulun kitaralla, jollei vielä omista omaa. Opiskelu tapahtuu toiveiden mukaan joko sähkö- tai akustisella kitaralla yksilöopetuksena 30min/kerta. Kurssi soveltuu myös edistyneemmille, esim. musiikkialan pääsykokeisiin valmistautuville. Soittovuorot sovitaan opettajan kanssa. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110150 Rumpujensoitto syksy**

OPINPORTTI lk 02 (Lukio), musiikkiluokka

Joka toinen viikko Koulutie 3

To 16.15–19.15 16.9.–25.11.2021

Tunteja 24 sl 36,00 € 6–6 osallistujaa

Mikko Rautiainen

Oppitunti kestää kerralla 30 minuuttia ja soittotunnit ovat pääsääntöisesti parin viikon välein. Opetus on yksilöopetusta. Soittovuorot sovitaan yhdessä opettajan kanssa. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110151 Karaoke laulukurssi syksy**

OPINPORTTI lk 02 (Lukio), musiikkiluokka

Joka 4. viikko Koulutie 3

Su 16.15–20.00 3.10.–28.11.2021

Tunteja 15 sl 20,00 € 10–14 osallistujaa

Juha Remes

Kurssilla perehdytään karaoke laulun saloihin. Kurssi on ryhmäopetusta, jossa oman henkilökohtaisen kokemuksen lisäksi opitaan myös toisten kurssilaisten laulusta opetuksen seuraamisen avulla. Syyslukukauden opetuskerrat ovat: 4.10., 25.10., 15.11. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy

13.9.2021 14.00

## **Kulttuuri ja kirjallisuus**

### **110204 Itsensä kehittäminen ja luova kirjoittaminen -verkkokurssi**

MA 9.00-21.00, 20.9.-29.11.2021

Tunteja 20 sl, 25 € 7-12 osallistujaa

Ulla Korhonen

Kurssi sopii kaikille itsensä kehittämisestä ja kirjoittamisesta kiinnostuneille. Kurssilla harjoitellaan erilaisia itsensä kehittämisen taitoja, jotka pohjautuvat mindfulnessista, henkisyydestä, NLP:stä, tunnetaidoista jne. sekä kirjoitetaan luovasti, terapeutillisesti ja intuitiivisesti. Kuunneltavat rentoutus- ja meditaatioharjoitukset tukevat oppimista. Materiaali jaetaan aina maanantaisin klo 9.00. Tämä kurssi on ajasta ja paikasta riippumaton verkkokurssi.

### **110160 Viihdekuoro Pielavesi syksy**

OPINPORTTI Ik. 13 Joka toinen viikko Koulutie 3

Ma 18.30–20.00 20.9.–13.12.2021

Tunteja 12 sl 20,00 € 7–15 osallistujaa

Laura Ikäheimo

Viihdekuoro tarjoaa rentoa ja mukavaa yhdessä laulamista ikään ja sukupuoleen katsomatta. Tarkoituksena on rakentaa ohjelmistoa kuorolaisten omat toiveet huomioiden pääpainon ollessa viihdemusiikissa. Kuoro harjoittelee tavoitteellisesti, mutta kuitenkin pilke silmäkulmassa. Aiempaa kokemusta kuorolaulusta ei tarvita, mutta laulutaito helpottaa kappaleiden omaksumista. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## **Muotoilu, käden taidot**

### **110402 Kädentaitoja kaiken ikäisille, Pielavesi**

PUUSTELLIN KOULU, tekstiilityön lk. Laurinpurontie 23

Ke 17.00–19.30 22.9.–1.12.2021

Tunteja 30 sl 30,00 € 6–20 osallistujaa

Tanja Honkala-Miettinen

Tällä tekstillä: Kurssilla voit tutustua erilaisiin käsityötekniikoihin, esimerkiksi neulontaan ja virkkaukseen, joihin voi yhdistää mm. kirjontaa. Lisäksi voidaan solmeilla makramee -töitä, neulahuovuttaa tai valmistaa kierrätysmateriaaleista uutta ja tuunata. Käymme läpi muutamia tekniikoita toiveiden mukaan ja niistä kurssilaiset voivat valita haluamansa tekniikan töidensä

valmistukseen. Kurssille ovat tervetulleita sekä aikuiset että lapset. Tarvikkeita voi ostaa opettajalta. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110403 Puutyö**

PUUSTELLIN KOULU, teknisen työn tilat

Laurinpurontie 23

Ma 18.00–20.15 20.9.–30.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Tunteja 30 sl, 39 kl 90,00 € 7–12 osallistujaa

Olli Pasonen

Kurssilla on mahdollisuus valmistaa omasta tai opettajan kautta saatavasta puutavarasta erilaisia puutöitä joko koneellisin tai perinteisin käsityömenetelmin. Myös vanhojen huonekalujen puuosia voi kunnostaa. Lisätietoja saatavissa opettajalta 0400 316850. Sopii sekä miehille että naisille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110404 Perinne elää - Käsitöitä kautta aikojen**

OPINPORTTI Ik. 12

Ke 13.00–15.30 22.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Tunteja 30 sl, 39 kl 69,00 € 7–12 osallistujaa

Helena Arffman

Tehdään perinteisiä käsitöitä monipuolisesti eri tekniikoin, neulotaan, virkataan, kirjotaan ja ommellaan käsin. Vanhoja tekstiilejä korjataan, uudistetaan, hyödyntäen monipuolisesti eri tekniikoita. Kurssilla on mahdollista jatkaa keskeneräisiä töitä ja toteuttaa aiemmin aloitettuja suunnitelmia. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla 22.9.2021 suunnitellaan kurssin sisältö. Lisätietoja opettajalta 0503256747 Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110405 Batiikkia ja kankaan maalausta**

OPINPORTTI Ik. 11

Pe 10.00–13.15 24.9.–12.11.2021

Tunteja 24 sl 31,00 € 7–10 osallistujaa

Helena Arffman

Erilaisia batiikkimenetelmiä ja kankaanmaalausta hyödyntäen kuvioidaan isompia ja pienempiä kankaita. Materiaaleiksi sopivat vanhat lakanat yms. puuvilla- ja pel-lavakankaat sekä viskoosi. Valmistat näyttäviä kankaita pöytäliinoiksi, verhoiksi, huoneenjakajiksi. Tekniikat sopivat myös huiveihin ja valmiisiin vaatteisiin kuten



T-paidat, puserot, hameet, jakut, essut yms. Ensimmäisellä kerralla suunnittelemme kurssisisällön ja teemme tarvittaessa materiaalitilaukset. Tarvikkeita voi ostaa myös opettajalta. 1.10. ei opetusta. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110406 Kuvansiirtoa savelle**

OPINPORTTI Ik. 11

To 18.00–20.15, Pe 18.00–20.15, La 9.00–14.00 4.–6.11.2021

Tunteja 12 sl 20,00 € 7–13 osallistujaa

Susanna Hotari

Fotolitografia on helppo kuvansiirtomenetelmä, jolla omat valokuvat, piirustukset tai tekstit voidaan siirtää saven pintaan. Tällä tekniikalla voit ikuistaa vaikka lemmikkisi kuvan keraamiselle laatalle. Tekniikka soveltuu erityisesti taidekeramiikan välineeksi, sillä jokainen kuva jäljentyy saven pintaan eri tavoin. Ota siis mukaasi valokuvia ja/tai piirustuksia tai tekstejä, korkeintaan A5 -kokoisia. Kurssille osallistuminen ei edellytä aiempaa kokemusta savella työskentelystä. Materiaalit saatavissa opettajalta. Kurssimaksu sisältää polttomaksut. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110407 Kutojan Tupa, syksy**

OPINPORTTI Ik 01 (Lukio pohjakerros) Koulutie 3

Ma 17.00–20.15 20.9.–29.11.2021

Tunteja 50 sl 65,00 € 7–10 osallistujaa

Helena Arffman

Kurssilla käydään läpi yhdessä tehden loimen luominen, kankaan rakentaminen ja kutomisen perustekniikat. Kudotaan yksinkertaisia kodin tekstiilejä kuten poppanat, matot, pyyheliinat, kaitaliinat sekä matkahuopia, pieniä seinätekstiilejä kuten ryijyt ja kuultokudokset. Tutustumme myös kansallispukukankaiden kudontaan sekä variaatioihin niistä. Käytämme perinteisiä perussidoksia. Mahdollisuus kutoa myös leveitä kankaita, poppanoita ja mattoja. Ma 20.9.2021 tarkennamme yhdessä kurssin sisällön ja teemme materiaalitilaukset. Sopii aloittelijoille mutta myös aikaisemmin kudontaa harrastaneille, sillä kurssilla ohjataan itsenäiseen työskentelyyn. Lisätietoja opettajalta p. 0503256747. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110408 Korukurssi, syksy**

OPINPORTTI Ik. 12

Ma 11.00–13.30 20.9.–29.11.2021

Tunteja 30 sl 39,00 € 7–12 osallistujaa

Jaana Pietikäinen

Kurssilla tehdään erilaisia ketjuja hopealangasta ja korvakoruja sekä riipuksia hopealevystä pakottamalla, juottamalla ja prässäämällä. Mahdollisuus kierrättää uusiksi koruiksi vanhat hopealusikat ja korut. Lisätietoja opettajalta p. 0400 138775. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110409 Lapinrumpu kurssi**

PUUSTELLIN KOULU, tekstiilityön lk. Laurinpurontie 23

Pe 18.00–21.00, La 9.00–15.45 24.–25.9.2021

Tunteja 12 sl 26,00 € 7–12 osallistujaa

Sisko Mustaparta

Poron rumpunahka liotetaan, värjätään ja pingotetaan nyörin avulla kehikon päälle. Rumpu kuvioidaan musteella esim. Thuleia-sivuston kuvioilla tai jätetään värjäyksestä tullut kuvio. Lopuksi rumpu suojataan mehiläisvahalla ja huovutetaan rumpukapula. Ilmoita 0400-672139 viimeistään 10.9, otatko pyöreän 46/10 cm - 105€ vai soikean 41/30/7 cm 85€ rummun. Tarvikelista: rumpukapula (kuivaa puuta, luu) terävä puukko, sanko, kertakäyttöhanskat, luuttu/pyyhe, jätesäkki, terävät saksit, mittanauha, viivoitin, lyijykynä, kumi, reittäjä, fööni. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110410 Verkkoistoksia, viikonloppukurssi**

OPINPORTTI Ik. 12

La 10.00–14.00, Ti 15.00–19.15, Pe 16.00–20.15

1.10.–13.11.2021

Tunteja 37 sl 37,00 € 6–9 osallistujaa

Irene Saastamoinen

Kurssilla voit valmistaa katiskaverkosta talviseen kotiin ja terassille eläinhahmoja, tonttuja, valopalloja ja kransseja ym. omien toiveittesi mukaan. Ota mukaan sivuleikkurit, kärkipihdit ja tukevut nahka- tai puutarhakäsineet. Kurssi kokoontuu la-su 1.-2.10. ja 12.-13.11. sekä ti 12.10., 26.10. ja 2.11. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110411 Keramiikasta iloa ja kauneutta arkeen Pielavedellä ja Keiteleellä**

OPINPORTTI Ik. 11

Ke 18.00–20.15, Ti 18.00–20.15 21.9.–1.12.2021

Tunteja 57 sl 39,00 € 7–12 osallistujaa

Susanna Hotari

Kurssilla muotoillaan erilaisilla käsinrakennustekniikoilla esineitä kotiin tai puutarhaan, itselle tai lahjaksi. Myös sisustuselementit kuten laatat on mahdollista toteuttaa tämän kurssin puitteissa. Ajallisesti tunnit sijoittuvat uudella tavalla (kaksi iltaa peräkkäin) aiempaan nähden, joten myös suuria esineitä on helpompi valmistaa. Sopii kaikille ikään ja taitoon katsomatta. Materiaalit saatavissa opettajalta. Kurssimaksu sisältää polttomaksun. Kurssi kokoontuu vuotellen Pielavedellä ja Keiteleellä: 21.-29.9. Pielavesi, 5.-13.10. Keitele, 26.10.-3.11. Pielavesi, 9.-17.11. Keitele, 23.-24.11. Pielavesi ja 30.11-1.12. Keitele. **Huom.** Kurssimaksu kattaa vain yhden paikkakunnan opetuspäivät ja tunnit. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110412 Vanhojen huonekalujen kunnostus ja verhoilu**

ENTINEN OPISTOTALO Ik. 1-2 Koulutie 1

Ke 18.00–21.15 22.9.–1.12.2021, 1.1.–13.4.2022

Tunteja 40 sl, 56 kl 96,00 € 6–9 osallistujaa

Annika Pesu

Kurssilla voi kunnostaa vanhojen huonekalujen verhoilun ja pintakäsittelyn. Puuttuvia puuosia voi tehdä puutyöryhmässä maanantaisin klo 18.00 Puustellin koululla. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110413 Saumuri tutuksi -viikonloppukurssi**

PUUSTELLIN KOULU, tekstiilityön Ik. Laurinpurontie 23

La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00 16.–17.10.2021

Tunteja 12 sl 15,00 € 7–12 osallistujaa

Tanja Honkala-Miettinen

Nyt kaivetaan saumurit pois pölyttymästä ja tutustutaan saumurin peruskäyttöön, säätöihin ja kotona tehtäviin huoltotoimiin. Lisäksi perehdytään eri materiaaleille sopiviin säätöihin ja saumurilla tehtäviin erikoisempiin ompelisiin. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110414 Ompelukone tutuksi -viikonloppukurssi**

PUUSTELLIN KOULU, tekstiilityön lk. Laurinpurontie 23

La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00 30.–31.10.2021

Tunteja 12 sl 15,00 € 7–10 osallistujaa

Tanja Honkala-Miettinen

Tule porukassa tutustumaan ompelukoneen erilaisiin käyttötapoihin ja ompeleisiin. Perehdymme myös eri materiaaleille sopiviin säätöihin, neuloihin ja koneelle kotona tehtäviin huoltotoimiin, ja koneeseen saataviin lisäosiin, esim. erikoisempiin paininjalkoihin. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110415 Viikonlopun korukurssi**

OPINPORTTI lk. 12

La 9.00–14.00, Su 9.00–15.00 18.9.–21.11.2021

Tunteja 36 sl 47,00 € 7–12 osallistujaa

Jaana Pietikäinen

Kurssilla tehdään erilaisia ketjuja hopealangasta ja korvakoruja sekä riipuksia prässästekniikalla hopealevystä. Mahdollisuus kierrättää uusiksi koruiksi vanhat hopealusikat ja -korut. Lisätietoja opettajalta 0400138775. Kurssi kokoontuu pe - la 18.-19.9, 9.-10.10. ja 20.-21.11. Tarvikemaksu sisältyy kurssimaksuun. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110416 Kynttilä kurssi**

OPINPORTTI lk. 11

La 9.00–15.00, Su 9.00–15.00 23.–24.10.2021

Tunteja 12 sl 15,00 € 7–12 osallistujaa

Jaana Pietikäinen

Kurssilla käytetään kynttilämassoina parafiinia, steariinia ja mehiläisvahaa. Astiakynttilöihin voi käyttää myös rypsi- tai soijavahaa. Myös erilaisia värejä ja joitakin tuoksuja on mahdollista käyttää. Mahdollisuus sulattaa vanhat kynttilät ja tehdä niistä kierrätyskynttilöitä esim. maitopurkkeihin. Myös mahdollisuus tehdä sytykeruusuja. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110417 Saippuakurssi**

OPINPORTTI lk. 11

Su 10.00–15.00 17.10.2021

Tunteja 6 sl 15,00 € 7–12 osallistujaa

Jaana Pietikäinen

Saippuakurssilla käytetään valmista kasvipohjaista saippuamassaa (glyseriini). Saippuamassaan voimme lisätä esim. kahvinporoja, katajanmarjoja jne. Myös erilaisia värejä ja joitakin tuoksuja on mahdollista käyttää. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110422 Huovutus, syksy**

OPINPORTTI Ik. 11

Ke 10.00–13.00 22.9.–1.12.2021

Tunteja 40 sl 40,00 € 7–12 osallistujaa

Tanja Nissinen

Huovutuskurssi niin aloittelijoille kuin jo oppineille. Kursilla käydään läpi eri tekniikoita. Voit valmistaa vaatteita, tossuja, lapasia, tauluja tai hahmoja yms. Ensimmäisellä kerralla tilaamme villat kehräämöltä. Muut tarvikkeet voi ostaa opettajalta. Omia välineitä ja villoja voi myös käyttää kurssilla. Tule tutustumaan villan saloihin! Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110460 Dreijauskurssi**

OPINPORTTI Ik. 11

Pe 12.00–17.00, La 9.00–16.00, Su 9.00–16.00 1.–3.10.2021

Tunteja 24 sl 90,00 € 6–8 osallistujaa

Richard Raven

Dreijauksen tekniikoita ammattilaisen ohjaamana aloitaville ja kokeneemmille dreijareille ([www.mustalintu.fi](http://www.mustalintu.fi)). Kurssimaksu sisältää polttomaksun. Kausi- / perhekortti ei käy kurssimaksuksi. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## **Kuvataiteet**

### **110301 Tolokun tohroajat - Kuvataidetta päivällä**

OPINPORTTI Ik. 12

Ti 11.30–14.30 21.9.–30.11.2021

Tunteja 36,6 sl 37,00 € 7–10 osallistujaa

Ensio Pietikäinen

Ryhmä soveltuu sekä aloitteleville että pidempään kuvataidetta harrastaneille. Ryhmässä opitaan piirtämistä, värioppia, sommittelua ja taidehistorian eri tyylejä. Maalauksessa voi käyttää pastelli-, akvarelli-, akryyli- tai öljyvärejä oman mieltymyksen mukaan. Etsitään ja vahvistetaan omaa maalaustyyliä vaihtuvien aiheiden

pohjalta. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110302 Kuvanveisto**

OPINPORTTI Ik. 11

La 11.00–16.00, Su 11.00–16.00 11.9.–5.12.2021

Tunteja 30 sl 30,00 € 6–10 osallistujaa

Alberto Ferretti

Kurssilla valmistetaan veistoksia erilaisia kuvanveistotekniikoita käyttäen kipsistä, savesta, betonista tai pronssista. Kurssilla voi valmistaa myös puutarhaveistoksia. Teoksia voi tehdä mallista tai oman suunnittelun mukaan. Kurssi sopii aloittelijoille sekä aiemmin harrastaneille; kaikille kuvanveistosta kiinnostuneille. Kokoon-tumiskerrat: la-su 11.9.,9.-10.10, 13.11. ja 4.12. Huom! Kurssi alkaa jo 11.9. ja viim. ilm. 5.9.! Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 5.9.2021 14.00

### **110303 Pielaveden Picassot**

OPINPORTTI Ik. 12

Ma 15.30–17.00 6.9.–13.12.2021, 10.1.–9.5.2022

Tunteja 26 sl, 32 kl 60,00 € 7–12 osallistujaa

Leena Mulari

Taiteen perusopetusta alakouluikäisille. Ammennetaan suomalaisesta ja virolaisesta tarinaperinteestä aiheita monipuolisiin kuvataideteihin! Tehdään luovan piirustuksen ja maalauksen harjoituksia, grafiikkaa, savi- ja paperimassatöitä, opitaan mallista piirtämistä. Tehdään ympäristötaideteos rantareitille yhdessä virolaisen taidekoulun kanssa. Opettajana kuvataiteilija Leena Mulari. Ilmoittautuminen alkaa 9.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 3.9.2021 14.00

### **110304 Pohjois-Pielaveden Kuviskerho**

POHJOIS-PIELAVEDEN KOULU Kiuruvedentie 1595

Pe 13.40–15.10 24.9.–3.12.2021, 14.1.–22.4.2022

Tunteja 20 sl, 26 kl 46,00 € 7–12 osallistujaa

Leena Mulari

Taiteen opetusta alakouluikäisille. Ammennetaan suomalaisesta ja virolaisesta tarinaperinteestä aiheita monipuolisiin kuvataideteihin! Tehdään luovan piirustuksen ja maalauksen harjoituksia, grafiikkaa, savi- ja paperimassatöitä, opitaan mallista piirtämistä. Tehdään ympäristötaideteos rantareitille yhdessä virolaisen taidekoulun kanssa. Opettajana kuvataiteilija Leena Mulari.

Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen  
päätyy 13.9.2021 14.00

### **110305 Kuvis yläkoululaisille**

OPINPORTTI Ik. 12

Ma 17.15–18.45 20.9.–30.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Tunteja 20 sl, 26 kl 46,00 € 7–12 osallistujaa

Leena Mulari

Taiteen opetusta yläkouluikäisille. Haetaan omaa persoonallista kuvakieltä piirustuksen ja maalauksen harjoitusten avulla, tehdään savi- ja paperimassatöitä, tempera- ja vahamaalausta. Opettajana kuvataiteilija Leena Mulari. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110306 Muksukuvis**

OPINPORTTI Ik. 12

Ma 13.45–14.30 20.9.–30.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Tunteja 20 sl, 26 kl 46,00 € 7–12 osallistujaa

Leena Mulari

Varhaisiän kuvataidekasvatusta 3-6-vuotiaille. Maalataan, piirretään ja muovaillaan iloiten omasta ja toisten työstä, sekä isosti lattialla että telineellä ja pöydän ääressä. Harjoitellaan motorisia taitoja ja pitkäjänteisyyttä leikinomaisin keinoin. Oma aikuinen voi olla mukana. Opettajana kuvataiteilija Leena Mulari Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110308 Taidelauantait**

OPINPORTTI Ik. 12

La 9.00–15.00 16.10.–27.11.2021

Tunteja 14 sl 15,00 € 7–11 osallistujaa

Ensio Pietikäinen

Kurssi kokoontuu kahtena lauantaina; 16.10. teemana ekspressionismi 27.11. vapaata työskentelyä oman aiheen pohjalta Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110423 Japanilainen kirjansidonta ja paperin värjäys**

OPINPORTTI Ik. 11

La 10.00–16.45, Su 10.00–16.45 6.–7.11.2021

Tunteja 16 sl 30,00 € 7–13 osallistujaa

Liisa Piirainen

Kurssilla kuvioidaan eri painamistekniikoilla papereita,

värjätään dippaamalla ja maalaamalla kansimateriaaleja. Sidotaan papereista runsaasti eri tekniikoilla japanilaisia kirjoja ja vihkoja joululahjoiksi tai itselle. Ota mukaan omia papereita. Materiaaleja voi ostaa myös opettajalta. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## **Muut taide- ja taitoaineet**

### **110424 Koruja posliiniastioista**

OPINPORTTI Ik. 12

La 10.00–16.00, Su 10.00–16.00 6.–7.11.2021

Tunteja 14 sl 18,00 € 7–12 osallistujaa

Leena Aksela

Nyt saat talletettua mummon vanha lautasen tai korvatoman kupin koruksi. Valmistetaan koruja rikkoontuneista posliiniastioista tai niiden kappaleista. Mukaan tarvitset posliiniastioiden kappaleita (kuviollisia) tai ehjiä astioita, mosaiikkipihdit, vasara, kontaktiimaa tai vastaavaa, liimattavia korunusia esim. sormuspohja ja nahkanauhaa tai vanhoista koruista ketjua. Astian kappaleet hiotaan koneella, joten tarvitset suojalasit sekä suojäkäsineitä. Opettajalta voi ostaa tarvikkeita. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **119800 Lasityön viikonloppukurssi**

OPINPORTTI Ik. 11

La 9.00–15.30, Su 10.00–15.30 25.9.–28.11.2021,

29.1.–27.3.2022

Tunteja 42 sl, 42 kl 109,00 € 7–12 osallistujaa

Sari Ronkainen

Kurssilla voi tehdä sulatus-, tiffany- ja lyijylasitöitä sekä yhdistelemällä eri tekniikoita. Sopii myös aloittaville lasityön harrastajille. Kurssimaksuun sisältyy kurssilla tehtävien töiden sulatus ja taivutus. Kurssipäivät ovat sl: la-su 19.-20.9., 24.-25.10 ja 21.-22.11. sekä kl: 23.-24.1, 13.-14.2. ja 20.-21.3. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **119801 Taontakurssi**

MONITAITOSET, vanha puoli Pajatie 2

To 17.30–20.45 9.9.–14.10.2021

Tunteja 24 sl 35,00 € 6–8 osallistujaa

Kari Saastamoinen

Kurssi on suunniteltu vasta-alkajille, jossa perehdytään pajatyöskentelyyn ja välineisiin. Opetellaan



kuumentamaan eri materiaaleja sekä valmistetaan takomalla yksinkertaisia käyttöesineitä. Kurssi antaa pohjaa myös puukkokurssille tulijoille taonnasta. Aiemmin mukana olleille uusia materiaaleja ja uusia esineitä valmistettavaksi. Materiaalimaksu 15€ ja hiilimaksu 12 €. Tarkempia tietoja opettajalta p. 0500 275429 Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **119803 Mosaiikkia päivällä, syksy**

OPINPORTTI Ik. 11

Ti 12.00–14.30 21.9.–30.11.2021

Tunteja 30 sl 39,00 € 7–12 osallistujaa

Jaana Pietikäinen

Kurssi on tarkoitettu aloitteleville tai kokeneemmille mosaiikin taitajille. Materiaalina voi käyttää laattojen, posliinin ja lasin hukkapaloja tai valmiita mosaiikkipaloja. Perinteisten mosaiikitöiden lisäksi kurssilla voi tehdä ja päällystää myös kolmiulotteisia hahmoja sekä käänteistekniikalla betonilaattoja. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **119804 Sirpaleista mosaiikkia kotiin ja puutarhaan, syksy**

OPINPORTTI Ik. 11

Ma 18.00–20.15 20.9.–29.11.2021

Tunteja 33 sl 39,00 € 7–14 osallistujaa

Jaana Pietikäinen

Mosaiikkikurssi on tarkoitettu aloitteleville tai kokeneemmille mosaiikin taitajille. Materiaalina voi käyttää laattojen, posliinin ja lasin hukkapaloja tai valmiita mosaiikkipaloja. Perinteisten mosaiikitöiden lisäksi kurssilla voi tehdä ja päällystää myös kolmiulotteisia hahmoja sekä käänteistekniikalla betonilaattoja. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 0.00

## **Englanti**

### **120305 Everyday English**

OPINPORTTI Ik. 23

Ti 17.00–18.30 21.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022

Tunteja 20 sl, 26 kl 46,00 € 6–17 osallistujaa

Merja Auvinen

Helppoa englantia jo useamman vuoden lukeneelle. Tutustumme työelämän ”small talkiin” ja lentomatkailuun

kaukomaille, Singaporesta Australiaan. Kehitämme suullista kielitaitoa ja laajennamme sanavarastoa pareittain tehtävillä harjoituksilla. Oppikirja: Everyday English 4, Englantia aikuisille, kappaleet 5-7 Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **120306 Englannin alkeita huviksi ja hyödyksi**

OPINPORTTI Ik. 23

To 15.00–16.30 23.9.–2.12.2021, 13.1.–7.4.2022

Tunteja 20 sl, 24 kl 44,00 € 7–17 osallistujaa

Merja Auvinen

Hyödyllistä muistin- ja mielenvirkistystä pienessä ryhmässä tai ihan vain huvin vuoksi. Tavoitteena tulla toimeen arkipäivän tilanteissa ja tarvittaessa matkoilla.

Perusasioiden lisäksi opit matkailuun liittyvää sanastoa, kuten toimimaan lentokentällä ja asioimaan ostoksilla ja ravintolassa. Mukaan ehtii vielä, jos alkeet joskus jääneet kesken. Oppikirja: Everyday English 1, Englantia aikuisille, kappaleet 3-8 Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **120307 Stepping Stones 1**

OPINPORTTI Ik. 23

To 16.30–18.00 23.9.–2.12.2021, 13.1.–7.4.2022

Tunteja 20 sl, 24 kl 44,00 € 7–15 osallistujaa

Merja Auvinen

Kertausta keskitasolle tai unohtuneen englannin aktivointiin. Olet jo lukenut englantia aiemmin ja tarvitset vahvistusta omakohtaiseen kielenkäyttöön. Selkeä matkailu painotteinen kirja, jossa paljon hauskoja ja hyödyllisiä tehtäviä, joita tehdään pareittain. Oppikirja: Stepping Stones 1 Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## **Muut kielet**

### **129805 Karjalan kieli**

OPINPORTTI Ik. 23

Pe 18.00–19.30 24.9.–3.12.2021, 14.1.–8.4.2022

Tunteja 20 sl, 24 kl 44,00 € 7–20 osallistujaa

Kari P. Koslonen

Terveh hyvä ristikanzu. Himoittauko sinuu tuttavuo Karjalan kieleh da kuturah. Tule joukkoh yhtes opastumah libo mustelemah Karjalan kielydy. Kiinnostaako Karjalan kieli? Tule tutustumaan ja oppimaan mukavaan

joukkoon tekstien, runojen ja laulujen kautta Karjalan kieltä. Ryhmä kokoontuu joka toinen perjantai (parittomat viikot). Kurssimaksu sisältää materiaalit. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **129806 Matkailuespanjan alkeet, etäkurssi**

OPINPORTTI Ik. 23

Ti 18.15–19.45 21.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022

Tunteja 20 sl, 26 kl 46,00 € 6–15 osallistujaa

Tanja Rautavirta

¿A ti te gusta viajar? Kurssin sisältö painottuu matkailuun ja käytännön asiointiin espanjan kielellä. Kurssi sisältää runsaasti kuullun ymmärtämistä aitoja espanjankielisiä tilanteita ja tallenteita hyödyntäen. Kurssilla keskustellaan ja tutustutaan espanjankielisten maiden kulttuureihin. Kurssin tarkoituksena on kehittää opiskelijan valmiuksia ymmärtää sekä tuottaa itse puhetta käytännön tilanteissa. Kurssi toteutetaan Microsoft Teams -alustalla ja oppimateriaalina käytetään sähköistä materiaalia, erillisiä oppikirjoja ei tarvita. Lisätietoja kurssista ja sen sisällöstä voi tiedustella suoraan opettajalta: [tanja.rautavirta@gmail.com](mailto:tanja.rautavirta@gmail.com) / 040 197 7002 Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 8.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## **Filosofia**

### **130401 Kaunis elämä, kaunis ihminen ja kaunis maailma**

OPINPORTTI Ik. 23

Ke 14.00–16.00 1.12.2021

Tunteja 2 sl 0,00 € 7–25 osallistujaa

Esko Valtaoja

Professori emeritus Esko Valtaoja, TY. Luento on Ikääntyvien yliopiston verkkoluento Jyväskylän kesäyliopistosta. Ennakoilmoittautuminen toivottavaa - Vapaa pääsy. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 1.12.2021 14.00

## **Terveydenhuolto**

### **610101 Hätäensiapu metsästäjille**

OPINPORTTI (Lukio) Ik 32 Koulutie 3

Ti 17.30–20.00 21.9.2021

Tunteja 3 sl 15,00 € 10–15 osallistujaa

Markus Kantola

Ensiavun tietoisuus metsästäjälle. Hätätilanteiden ensiapu, elvytys, sairauskohtaukset, haavat, ampumavammat ja tapaturmat. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **610102 Rokotusten mahdollisuudet ja uhat**

OPINPORTTI Ik. 23

Ke 14.00–16.00 15.9.2021

Tunteja 2 sl 0,00 € 7–25 osallistujaa

Hanna Nohynek

LT, ylilääkäri Hanna Nohynek THL. Luento on Ikäntyvien yliopiston verkkoluento Jyväskylän kesäyliopistosta. Ennakkoilmoittautuminen toivottavaa - Vapaa pääsy. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 15.9.2021 14.00

### **610104 Luontoaskel terveyteen, allergiat esimerkkinä**

OPINPORTTI Ik. 23

Ke 14.00–16.00 13.10.2021

Tunteja 2 sl 0,00 € 7–25 osallistujaa

Tari Haahtela

Professori, emeritus Tari Haahtela, HYKS, Iho- ja allergiasairaala. Luento on Ikäntyvien yliopiston verkkoluento Jyväskylän kesäyliopistosta. Ennakkoilmoittautuminen toivottavaa - Vapaa pääsy. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 11.10.2021 14.00

## **Majoitus- ja ravitsemisala**

### **810201 Nuorten kokkikurssi**

PUUSTELLIN KOULU, kotitalouslk. Laurinpurontie 23

Ti 18.00–20.15 21.–28.9.2021

Tunteja 6 sl 15,00 € 7–12 osallistujaa

Urpo Tolonen

Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **810210 Erätaitojen lyhytkurssi nuorille**

PUUSTELLIN KOULU, kotitalouslk. Laurinpurontie 23

Ma 17.00–20.15 20.–27.9.2021

Tunteja 6 sl 15,00 € 7–20 osallistujaa

Urpo Tolonen

Patikoimme Lepikon Torpalla Arkkuvuoren laavulle.

Käynti Aarnialueella. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021  
9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **810211 Koko perheen luontokurssi, syksy**

OPINPORTTI (lukio), ruokasali Koulutie 3

Ke 17.00–20.00 25.8.–1.12.2021

Tunteja 12,50 sl 25,00 € 7–12 osallistujaa

Eri opettajia

Kokoontuminen 1 krt/kk aina eri teeman ympärille: Elo-  
kuu: 25.8 17-18. Luontovalokuvaus, op. Mikko Jauhiai-  
nen Syyskuu: 22.9 klo 17. Ruokaa luonnosta, op. Urpo  
Tolonen Lokakuu: 13.10. klo 17, Villiyrtilt op. Maiju Ok-  
konen Marraskuu: 10.11. klo 18, Kodin jätehuolto ja jät-  
teiden lajittelu, op. Mika Jauhainen, Joulukuu: 1.12. klo  
18 Kainuun kotkamaat, op. Kalevi Rutonen. Keväällä  
taas uudet aiheet, pysy kuulolla! Ilmoittautuminen alkaa  
21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021  
14.00

## **Liikunta**

### **830102 Senio-rivitanssi**

SUOJALA Puistotie 8

Ke 10.00–11.30 22.9.–1.12.2021

Tunteja 18 sl 32,00 € 10–30 osallistujaa

Eeva Komulainen

Senio-rivitanssissa on helposti opittavat askelsarjat eri  
tanssilajeihin. Senio-rivitanssi on liikuntaa, joka paran-  
taa keskittymiskykyä ja muistia, sopivat rivitanssit saa-  
vat oppimaan tasapainoa ja motoriikkaa. Ryhmässä  
painottuu hauskan pitäminen, tanssin ja liikunnan ilo.  
Parista viis rivitanssi siis. Rajoitusten salliessa tans-  
simme myös perinteisiä Senioritanseja. Ei opetusta vii-  
koilla 40 ja 42. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Il-  
moittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830103 Rivitanssin alkeet**

SUOJALA Puistotie 8

Ma 18.15–19.45 20.9.–29.11.2021, 10.1.–4.4.2022

Tunteja 18 sl, 24 kl 75,00 € 7–20 osallistujaa

Eeva Komulainen

Rivitanssi kurssilla opetellaan askelkuvioita eri tanssila-  
jeihin. Tanssiminen tapahtuu riveissä ja jonoissa, eikä  
vaadi paria. Rivitanssi on liikuntaa, joka vahvistaa muis-  
tia ja koordinaatiota. Sopii kaikille ja kaiken ikäisille. Ri-  
vitanssissa painottuvat hauskan pitäminen ja tanssimi-  
sen ilo. Tule rohkeasti kokeilemaan. Ei opetusta viikoilla

40 ja 42. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830104 Joogan lyhyt tehokurssi**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

Ti 17.15–18.30 21.9.–23.11.2021

Tunteja 12 sl 15,00 € 8–20 osallistujaa

Marjatta Airas

Keskitytään koko kehon hyvinvointiin. Sopii aloitteleville ja pitempään jooganneille naisille ja miehille. Ei opetusta 5.10 Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830105 Liikunta Säviä**

SÄVIÄN KOULU Virranniskantie 18

To 19.00–20.00 23.9.–2.12.2021, 13.1.–7.4.2022

Tunteja 13,3 sl, 15,96 kl 38,00 € 7–15 osallistujaa

Hanna Hakulinen

Monipuolista ja lihaskuntoa vahvistavaa liikuntaa, vaihtuvien teemoin ja välinein. Aluksi lihasten lämmittelyä ja lopussa venyttelyä. Sopii kaikille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830106 Flamenco**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

Ti 16.00–17.00 21.9.–23.11.2021

Tunteja 13,5 sl 20,00 € 8–20 osallistujaa

Marjatta Airas

Flamenco on monimuotoista liikuntaa. Sopii naisille ja miehille Ota ensimmäiselle tunnille villasukat tai matalakorkoiset sisäkengät. Ei opetusta 5.10. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830107 Itämainen tanssi**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

La 9.30–11.00 18.9.–27.11.2021

Tunteja 12 sl 23,00 € 8–21 osallistujaa

Kirsi Siponen

Itämainen tanssi on monipuolisine liikkeineen kokonaisvaltaista kehonhuoltoa. Tanssi parantaa ryhtiä, vahvistaa pieniä syviä lihaksia ja tuo liikkuvuutta koko kehoon. Kurssilla perehdytään alkeista perusliikkeisiin sekä tanssitaan liikesarjoja menevän itämaisen musiikin tahtiin. Sopii kaikenikäisille ja -kokoisille. Aiempaa

tanssikokemusta ei vaadita. Kokoontuu parittomina viik-  
koina. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittau-  
tuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830117 Hathajooga jatko**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

To 19.00–20.00 23.9.-2.12.2021, 13.1.-7.4.2022

Tunteja 13,3 sl, 15,96 kl 38,00 € 8-20 osallistujaa

Marja Jylhäsalmi

Aikaisemmin joogaa harrastaneille. Hathajooga harjoit-  
taa kehoa ja mieltä. Hengitys rakentaa sillan kehon ja  
mielen välille. Harjoituksessa siirrytään seisten, istuen  
ja makuulla tehtävistä asanoista eli jooga-asennoista  
sekä liikesarjoista toiseen oman luonnollisen hengityk-  
sen rytmissä. Sopii myös miehille. Ilmoittautuminen al-  
kaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021  
14.00

### **830118 Hathajooga Pohjois-Pielavesi**

POHJOIS-PIELAVEDEN KOULU Kiuruvedentie 1595

Pe 19.00–20.00 24.9.–3.12.2021, 14.1.–8.4.2022

Tunteja 13,3 sl, 15,96 kl 38,00 € 7–15 osallistujaa

Marja Jylhäsalmi

Ryhmässä harjoitetaan kehoa ja mieltä hathajoogan ta-  
paan. Hengitys rakentaa sillan kehon ja mielen välille,  
kuten kaikissa joogan muodoissa. Harjoituksessa siirry-  
tään seisten, istuen ja makuulla tehtävistä asanoista eli  
jooga-asennoista sekä liikesarjoista toiseen oman luon-  
nollisen hengityksen rytmissä. Oma alusta sekä lämmin  
ja mukava vaatetus. Sopii myös miehille. Ilmoittautumi-  
nen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy  
13.9.2021 14.00

### **830121 Liikunta Jylänki**

JYLÄNGIN KYLÄTALO

Ti 19.00–20.00 21.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022

Tunteja 13,3 sl, 17,29 kl 40,00 € 7–20 osallistujaa

Leena Tikkanen

Monipuolista, venyttelevää liikuntaa kaikille lihasryh-  
mille turvallisesti ja liikkujien terveydentila huomioonot-  
taen. Aluksi lämmittelyä ja lopussa venyttelyä. Sopii  
myös miehille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Il-  
moittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830122 Sointukylpy – äänimaljarentoutus**

OPINPORTTI (Lukio), liikuntasali Koulutie 3

To 19.15–20.00 30.9.–11.11.2021

Tunteja 6 sl 15,00 € 7–20 osallistujaa

Katja Pääkkö

Sointukylpy on ryhmässä tapahtuva äänisyvärentoutus, joka hoitaa kokonaisvaltaisesti sekä kehoa että mieltä, karkottaa stressin ja tuo levollisen olon. Keho ja mieli päästävät irti jännityksistä ja kireydestä. Tämä laskee stressitasoa ja parantaa unenlaatua. Äänimaljojen ja kongin vaikutus perustuu värähtelyyn sekä ääniaaltoihin. Koska kehossamme on vettä 45–75% ja solumme ovat nestettä, ääni resonoi meissä hyvin. Ota mukaan jumppamatto, villasukat, tyyny, kevyt peite ja juomapullo. Pukeudu mukavaan, rentoon asuun. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830129 Varttuneiden liikunta, Kirkonkylä**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

MA 15.30-16.30, 20.9.-29.11.2021, 10.1.-11.4.2021

Tunteja 10 sl, 13 kl, 38 €, 7-30 osallistujaa

Minna Jussila

Ryhmä on tarkoitettu kuntouttavaksi ja ennaltaehkäiseväksi liikunnaksi. Monipuolista liikuntaa kaikille lihasryhmille turvallisesti ja liikkujien terveydentila huomioon ottaen. Sopii myös miehille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830133 FOOTBIC - jalkaterien kuntoutusjumppa**

Opinportti, ruokasali

TI 13.30-14.15, 21.9.-26.10.2021

Tunteja 6 sl 15 €, 8-15 osallistujaa

Riikka Heiskanen

Aktivoi koko kehoa kineettisen ketju kautta ja aktivoi jalkapohjan hermopäitä sekä edistää proprioseptiikkaa (asentotunto, liikeaisti), jalkaterän asento ja polven sekä lonkan asento optimoituvat, edistää lymfakiertoa. Harjoitteet sisältää lämmittelyä, lihaksia vahvistavia ja venyttäviä sekä liikkuvuutta lisääviä harjoitteita. Apuna käytetään Footbic palloja, jotka saa opettajalta lainaan ohjauksen ajaksi. Sopii myös senioreille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00



### **830134 FOOTBIC - jalkaterien kuntoutusjumppa**

Opinportti, liikuntasali

KE 18.00-18.45, 3.11.-1.12.2021

Tunteja 6 sl 15 €, 8-15 osallistujaa

Riikka Heiskanen

Aktivoi koko kehoa kineettisen ketju kautta ja aktivoi jal-  
kapohjan hermopäitä sekä edistää proprioseptiikkaa  
(asentotunto, liikeaisti), jalkaterän asento ja polven  
sekä lonkan asento optimoituvat, edistää lymfakiertoa.  
Harjoitteet sisältävät lämmittelyä, lihaksia vahvistavia ja  
venyttäviä sekä liikkuvuutta lisääviä harjoitteita. Apuna  
käytetään Footbic palloja, jotka saa opettajalta lainaan  
ohjauksen ajaksi. Sopii myös senioreille. Ilmoittautumi-  
nen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy  
13.9.2021 14.00

### **830123 Kuntosali, naiset**

Liikuntahalli, kuntosali

TI 16.15-17.15, 21.9.-30.11.2021

Tunteja 13,3 sl 17 €, 7-12 osallistujaa

Henni Tikkanen

Kurssilla tutustutaan erilaisiin kuntosalilaitteisiin, tekniik-  
kaan ja kuntosaliharjoitteluun. Kurssi sopii aloittelijoille,  
sekä kuntosaliharjoittelun perusteita kertaaville. Ilmoit-  
tautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päät-  
tyy 13.9.2021 14.00

### **830124 Äijäjumppa**

Opinportti, liikuntasali

MA 19-20, 20.9.-29.11.2021

Tunteja 13,3 sl 17 €, 7-20 osallistujaa

Henni Tikkanen

Kurssi sisältää perinteistä lihaskunto treeniä, kiertokun-  
topiiriä, keuhonhallintaa sekä kestävyyskuntoa paranta-  
vaa harjoittelua. Kurssi sopii kaikille hikisestä jumpasta  
tykkäävälle henkilölle. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021  
9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830127 Tehojumppa**

Opinportti, liikuntasali

MA 17.45-18.45, 20.9.-29.11.2021

Tunteja 13,3 sl 17 €, 7-20 osallistujaa

Henni Tikkanen

Kurssi sisältää sekä oman kehonpainolla tehtyä jump-  
paa sekä irtopainoilla tehtäviä liikkeitä. Kurssi parantaa  
lihaskuntoa sekä kestävyyttä. Kurssille on tervetulleita  
kaikki ja painoja voi lisätä ja vähentää oman maun mu-  
kaan. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittau-  
tuminen päättyy 13.9.2021 14.00

# KEITELE

## Musiikki

### **110170 Pianonsoitto Keitele syksy**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, alakoulun perusk. A32

Koulutie 4

Ma 16.00–17.30 30.8.–13.12.2021

Tunteja 28 sl 42,00 € 6–6 osallistujaa

Laura Ikäheimo

Lisätietoja saa Lauralta 0400 709940.

### **110175 Yksinlaulu syksy**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, alakoulun perusk. A32

Koulutie 4

To 13.00–17.30 23.9.–18.11.2021

Tunteja 48 sl 72,00 € 6–6 osallistujaa

Laura Ikäheimo

Kurssi on tarkoitettu 16-vuotta täyttäneille tasosta riippumatta. Opetuksen kesto on 45 min/krt. Tunnilla kehitetään hengitystekniikkaa, äänenmuodostusta ja laulamme eri tyyliä lauluja säestyksen kanssa. Lauluvuoron voi sopia myös mainitusta ajasta poikkeavaan ajankohtaan. Lisätietoja Lauralta 0400 709940. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110180 Viihdekuoro Keitele syksy**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, alakoulun perusk. A32

Joka toinen viikko Koulutie 4

Ma 18.00–19.30 13.9.–22.11.2021

Tunteja 12 sl 20,00 € 7–15 osallistujaa

Laura Ikäheimo

Viihdekuoro tarjoaa rentoa ja mukavaa yhdessä laulamista ikään ja sukupuoleen katsomatta. Tarkoituksena on rakentaa ohjelmistoa kuorolaisten omat toiveet huomioiden pääpainon ollessa viihdemusiikissa. Kuoro harjoittelee tavoitteellisesti, mutta kuitenkin pilke silmäkulmassa. Aiempaa kokemusta kuorolaulusta ei tarvita, mutta laulutaito helpottaa kappaleiden omaksumista. Kuoro kokoontuu parittomilla viikoilla 6 kertaa syyskauden aikana. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110186 Ensemble -ryhmälaulua**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, alakoulun perusk. A32

Joka toinen viikko Koulutie 4

Ma 15.00–15.45 20.9.–13.12.2021

Tunteja 6 sl 15,00 € 3–6 osallistujaa

Laura Ikäheimo

Tällä kurssilla on mahdollisuus kokeilla eri laulukokoonpanoja, kuten esim. duettoja, triolaulanta tai kvartetttia jne. Laulajat halutessaan voivat muodostaa vaikka aina eri parit/ryhmät. Kurssille voi ilmoittautua niin miehet kuin naiset. Aikaisempi kuorokokemus nopeuttaa stemmojen yhdistämistä, mutta se ei ole aivan välttämätöntä. Tunnit pidetään parillisilla viikoilla. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110193 Tangokurssi**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, musiikkiluokka Koulutie 3

La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00 13.–14.11.2021

Tunteja 13,32 sl 20,00 € 6–8 osallistujaa

Matti Taskinen

Mestarikurssi tangolaulamisesta Sisältö; laulutekniikka (hengitys, tuki, vokaalit, konsonantit, oikea legato, artikulointi) Ohjelmiston harjoittelu; tekstilähtöinen fraseeraus, tunteen ja ajatuksen kautta laulaminen. Jokainen laulaja valmistaa yhden tangon kurssin aikana. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110194 Karaoke/yksinlaulu syksy**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, musiikkiluokka Koulutie 3

Ti 16.30–19.30 14.9.–7.12.2021

Tunteja 48 sl 72,00 € 6–6 osallistujaa

Veli-Matti Linna

Tunnin alussa käydään läpi laulutekniikkaa ja lopussa harjoitellaan karaokekappaleita. Jokaiselle oppilaalle henkilökohtaista opetusta lukuvuoden aikana 12x30min. Opettaja ilmoittaa ennakoilmoittautumisen jälkeen henkilökohtaiset lauluajat. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## **Muotoilu, käden taidot**

### **110400 Paperista paperia**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ma 16.00–20.30 27.9.–8.11.2021

Tunteja 15 sl 18,00 € 7–12 osallistujaa

Irene Saastamoinen

Käsintehtyä paperia on helppo valmistaa kierrätyspape-

rista. Viiran avulla teemme erilaisia paperiarkkeja sekä kokeilemme tehosteeksi tekstiilikuituja, lankoja ym. Valmiista papereista työstämme esim. kortteja ja pieniä muistivihkoja. Kokoontumiskerrat 27.9., 11.10. ja 8.11. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110401 Kädentaitoja kaiken ikäisille Keitele**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, tekstiilityön lk. Koulutie 4  
Ti 17.00–19.30 21.9.–30.11.2021

Tunteja 30 sl 30,00 € 7–20 osallistujaa

Tanja Honkala-Miettinen

Kurssilla voit tutustua erilaisiin käsityötekniikoihin, esimerkiksi huovutukseen eri tavoin, neulonta ja virkkaus, joihin voi yhdistää vaikka kirjontaa. Lisäksi voidaan valmistaa kierrätysmateriaaleista uutta. Käymme läpi muutamia tekniikoita kurssilaisten toiveiden mukaan ja niistä kurssilaiset voivat valita haluamansa tekniikan tuotteidensa valmistukseen. Kurssille ovat tervetulleita sekä aikuiset että lapset. Tarvikkeita voi ostaa opettajalta. Lisätietoja opettajalta, Tanja Honkala-Miettinen, p. 044-3220486. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110418 Tilkkuillaan**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ti 10.00–13.30 21.9.–30.11.2021

Tunteja 40 sl 40,00 € 7–12 osallistujaa

Irene Saastamoinen

Tutustutaan tilkkutöiden suunnitteluun, materiaaleihin ja tekniikoihin tilkkublokkeja valmistaen. Värkkäämme farkuista, tuunaamme kodin tekstiilejä ja vaatteita, kierrätämme kankaita mm. värjäyksen sekä kankaanpainannon avulla. Lisäksi hyödynnämme käsin- ja konekirjonnassa monia mahdollisuuksia apu- ja tehostemateriaaleja käyttäen. Toteuta unelmasi ompelemalla sisustus-, käyttö- ja koristetekstiilejä toiveittesi mukaan. Sopii niin aloittelijoille kuin aikaisemmin tilkkutöitä tehneille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110419 Virikepaja varttuneille**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

To 10.00–12.30 23.9.–2.12.2021, 13.1.–7.4.2022

Tunteja 30 sl, 36 kl 66,00 € 7–20 osallistujaa

Helena Arffman

Tehdään yhdessä pieniä käsitöitä ja harjoitetaan muitakin kädentaitoja, kuten maalaamista. Laulut ja musiikki sekä runot ja muu kirjallisuus ovat ohjelmassa mukana. Keskustellen, kuvia ja kertomuksia havaintomateriaalina käyttäen rupertellaan menneistä tapahtumista ja nykypäivästä. Myös pientä taukojumppaa. Kokoontumiskertojen teemat ja aiheet sovitaan yhdessä. Kurssin hintaan voi saada alennusta opintosetelillä ja jos kuulut testamentti-hankkeen piiriin. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110420 Kudonta - Loimien lomassa**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

To 17.00–20.15 23.9.–2.12.2021

Tunteja 50 sl 65,00 € 7–12 osallistujaa

Helena Arffman

Yhdessä tehden suunnitellaan, luodaan ja rakennetaan loimet. Kurssilla kudotaan perinteisiä kodin tekstiilejä kuten poppanoita, mattoja, pyyhe- ja pöytälinakankaita sekä matkahuopia. Pieniä seinätekstiilejä ja vaatetus-kankaita sekä huiveja on mahdollista myös kutoa. Eri-laisten materiaalien yhdistelmillä saadaan mielenkiintoista vaihtelua perinteisiin kudonnaisiin. Kurssin tarkemman sisällön suunnittelemme yhdessä to 23.9.2021 ensimmäisellä kerralla. Sopii aloittelijoille sekä aiemmin kudontaan perehtyneille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110421 Verkkoleistoksia Keitele**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Pe 16.00–20.15, La 10.00–15.00, Ma 16.00–20.45

8.10.–20.11.2021

Tunteja 37 sl 37,00 € 7–10 osallistujaa

Irene Saastamoinen

Kurssilla voit valmistaa katiskaverkosta omien toiveittesi mukaan talviseen kotiin ja puutarhaan lintuja, kettuja ja eläinaiheita sekä sisustukseen jouluisia tähtiä, tonttuja ym. Kurssi kokoontuu pe - la 8. - 9.10. ja 19. - 20.11. sekä maanantai-iltaisain 25.10., 1.11. ja 15.11. Ota mukaan sivuleikkurit, kärkipihdit sekä tukevat nahka- tai puutarhakäsineet. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## Kuvataiteet

### 110307 Keiteleen kuviskerho

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kuvataidelk. Koulutie 3

To 15.00–16.30 2.9.–9.12.2021, 13.1.–3.5.2022

Tunteja 28 sl, 30 kl 56,00 € 7–12 osallistujaa

Tanja Honkala-Miettinen

Taiteen perusopetusta alakouluikäisille. Tehdään luovan piirustuksen ja maalauksen harjoituksia, grafiikkaa, savi- ja paperimassatöitä. Opettajana Tanja Honkala-Miettinen. Ilmoittautuminen alkaa 2.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 30.8.2021 14.00

### 110309 Aamuakvarellit - Piirustusta ja akvarelli-maalausta

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ke 10.00–12.30 22.9.–1.12.2021

Tunteja 30 sl 30,00 € 7–12 osallistujaa

Helena Arffman

Perehdytään piirtämisen ja vesivärimaalauksen perusteisiin, sommitteluun ja värioppiin sekä erilaisiin välineisiin harjoitellen asetelmien, kuvien ja mielikuvien avulla omaa ilmaisua. Ota mukaan omia valokuvia tai luonnoksia, joiden pohjalta on kiva työskennellä. Maalaustarvikkeita voi tarvittaessa hankkia opettajalta. Ensimmäisellä kerralla 22.9.2021 suunnittelemme yhdessä kurssin ohjelman. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### 110310 Päivämaalarit

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

To 13.00–15.30 23.9.–2.12.2021

Tunteja 30 sl 30,00 € 7–12 osallistujaa

Helena Arffman

Ryhmä soveltuu sekä aloittelijoille että aiemmin kuvataidetta harrastaneille. Keskitymme akryyli- ja öljyvärimaalaukseen, mutta voi käyttää myös pastellivärejä. Oma maalaustyyliä kehitetään vaihtuvien aiheiden avulla tutustumalla taidehistorian eri tyyliin ja erilaisia maalauksen tekniikoita sovelletaan omaan työskentelyyn. Ensimmäisellä kerralla 23.9.2021 suunnittelemme yhdessä kurssin ohjelman toiveiden pohjalta. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110311 Jouluista kalligrafiaa**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

La 10.00–16.45, Su 10.00–16.45 4.–5.12.2021

Tunteja 16 sl 30,00 € 7–12 osallistujaa

Liisa Piirainen

Harjoitellaan taidetekstausta perinteisillä ja moderneilla tyyleillä. Kokeillaan kultaa ja helmiäishohtoa teksteihin. Valmistamme jouluisia tekstipohjia ja käytämme myös kierrätysmateriaaleja. Runsaiden ideoiden pohjalta keilujen jälkeen valmistetaan kalligrafisia joulukortteja, pieniä lahjavihkoja, vuosikalentereita oman valinnan mukaan. Ota mukaan korttipohjia. Perustekstausvälineet (alk. 14 €) ja korttitarvikkeita voi myös ostaa opettajalta. Sopii alkaville ja jatkaville tekstaajille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **110312 Koristemaalaus**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Su 10.00–14.30 10.10.–21.11.2021, 30.1.–13.3.2022

Tunteja 15 sl, 20 kl 40,00 € 7–12 osallistujaa

Seija Korhonen

Maalaamme koristemaalaustekniikalla puuesineitä mm. jakkaroita, rasioita, sekä pieniä kaappeja, tuoleja ja pöytiä. Voit myös tuunata vanhoja huonekaluja, koreja yms. Lähempänä joulua maalaamme myös jouluaiheisia pieniä tauluja ja kortteja. Soveltuu vasta-alkajille sekä pidemmälle ehtineille. Ota mukaan siveltimiä, värejä ja maalattavia pohjia. Kurssi kokoontuu syksyllä su 10.10., 14.11. ja 21.11. Keväällä kokoontumiskerrat ovat su 30.1., 13.2., 27.2. ja 13.3. Tarvikkeita saatavana myös opettajalta. Lapset ovat tervetulleita aikuisen seurassa. Kurssimaksu alle 15-vuotiailta 15€. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## **Muut taide- ja taitoaineet**

### **119802 Veitsikurssi: Ahjohitsatun kirjoteräksen (Damasus) valmistuskurssi**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, teknisen työn luokka  
Koulutie 4

Ke 18.00–19.00, La 9.00–16.00, Su 9.00–16.00

10.11.–5.12.2021, 15.–23.1.2022

Tunteja 33 sl, 32 kl 66,00 € 7–10 osallistujaa

Pekka Tuominen

Kurssilla laminoidaan ahjohitsaamalla kahta erilaista

hiiliterästä toisiinsa. Niin että teräksiin saadaan haluttu kerrosmäärä ja kuvio. Jokainen kurssilainen valmistaa yhden valmiin kirjoteräs kangen. Näistä kirjoteräksistä valmistetaan kurssilaisten suunnittelema veitsiä. Materiaalit voi ostaa kurssin pitäjältä. Kurssilaisilta toivotaan aikaisempaa kokemusta veitsenteosta (myös terä). Infoilta ke 10.11. Nilakan yhtenäiskoulun teknisen työn luokassa. Muut kokoontumiset: 27.-28.11. ja 4.-5.12. Keräsen halli, 15.-16.1. ja 22.-23.1. Nilakan yhtenäiskoulun teknisen työn luokka. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## Englanti

### 120301 Stepping Stones 2

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kielilk. Y13 Koulutie 3  
Ma 17.00–18.30 20.9.–29.11.2021, 1.1.–11.4.2022  
Tunteja 20 sl, 24 kl 46,00 € 6–15 osallistujaa  
Merja Auvinen

Osaat jo englantia ja haluat kehittää käytännön kielitaitoasi. Selkeä omakohtaiseen kielenkäyttöön ohjaava kirja, jossa paljon hienoja suullisia tehtäviä ja sanaston kertausta pareittain. Aiheina aikuisopiskelijaa kiinnostavat ajankohtaiset aiheet, uutisista ja kulttuurista kansalaistoimintaan. Oppikirja: Stepping Stones 2, kappaleet 4-8 Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### 120303 Englantia ihan alusta

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kielilk. Y13 Koulutie 3  
Ma 18.30–20.00 20.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022  
Tunteja 20 sl, 24 kl 46,00 € 6–12 osallistujaa  
Merja Auvinen

Aivan uusi englannin alkeisryhmä vasta-alkajille. Tunneilla kuunnellaan ja toistetaan kuultua, käydään vuoropuheluita läpi parin kanssa ja harjoitellaan uusia rakenteita ja sanoja erilaisten tehtävien avulla. Opit arkipäivän puhetilanteita, joita tarvitset asioidessasi tai matkustaessasi, kuten toimimaan lentokentällä, tilaamaan ruokaa tai kysymään tietä. Kuuntelua voi myös harjoitella kotona kirjan mukana tulevan CD:n avulla. Oppikirja: Destinations 1 Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00



## **120304 Päivä Englantia**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, musiikkiluokka Koulutie 3

Ti 14.30–16.00 21.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022

Tunteja 20 sl, 26 kl 46,00 € 6–15 osallistujaa

Merja Auvinen

Jatkamme alkeista eteenpäin arkielämän puhetilanteilla ja aiheilla tueksi matkailuun. Ensin luemme Everyday English 2 kirjan loppuun syksyllä ja keväällä jatkamme Everyday English 3 kirjalla. Hyvää perusasioiden kertausta niin vanhoille kuin uusillekin oppilaille. Oppikirja: Everyday English 2, Englantia aikuisille, kappaleet 7-8, ja keväällä Everyday English 3, Englantia aikuisille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## **Espanja**

### **129804 Espanjan jatkokurssi 2**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kielilk. Y13 Koulutie 3

To 17.30–19.00 23.9.–2.12.2021, 13.1.–7.4.2022

Tunteja 20 sl, 24 kl 44,00 € 6–15 osallistujaa

Sirpa Vendelin

Tule oppimaan lisää espanjaa. Jatkamme Fantastico 2 -kirjaa kpl:sta 5 eteenpäin. Tervetuloa mukaan myös uudet, jonkin verran espanjaa opiskelleet! Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## **Muut kielet**

### **129803 Italian jatkokurssi**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kielilk. Y13 Koulutie 3

Pe 17.30–19.00 24.9.–31.12.2021, 14.1.–8.4.2022

Tunteja 20 sl, 24 kl 44,00 € 7–15 osallistujaa

Alberto Ferretti

Italian jatkokurssilla syvennetään kielen perusrakenteita, harjoitellaan puhumista, ääntämistä, kuullun ymmärtämistä ja opetellaan uutta sanavarastoa. Kieltä opiskellessa tutustutaan samalla Italian laajaan kulttuuriin. Oppikirja on Piazza 1. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## **Filosofia**

### **130402 Kaunis elämä, kaunis ihminen ja kaunis maailma**

KIRJASTO, Talligalleria Koulutie 1

Ke 14.00–16.00 1.12.2021

Tunteja 2 sl 0,00 € 7–25 osallistujaa

Esko Valtaoja

Professori emeritus Esko Valtaoja, TY. Luento on Ikääntyvien yliopiston verkkoluento Jyväskylän kesäyliopistosta. Ennakkoilmoittautuminen toivottavaa - Vapaa pääsy. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 29.11.2021 14.00

## **Terveydenhuolto**

### **610103 Rokotusten mahdollisuudet ja uhat**

KIRJASTO, Talligalleria Koulutie 1

Ke 14.00–16.00 15.9.2021

Tunteja 2 sl 0,00 € 7–25 osallistujaa

Hanna Nohynek

LT, ylilääkäri Hanna Nohynek THL. Luento on Ikääntyvien yliopiston verkkoluento Jyväskylän kesäyliopistosta. Ennakkoilmoittautuminen toivottavaa - Vapaa pääsy. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **610105 Luontoaskel terveyteen, allergiat esimerkkinä**

KIRJASTO, Talligalleria Koulutie 1

Ke 14.00–16.00 13.10.2021

Tunteja 2 sl 0,00 € 7–25 osallistujaa

Tari Haahtela

Professori, emeritus Tari Haahtela, HYKS, Iho- ja allergiasairaala. Luento on Ikääntyvien yliopiston verkkoluento Jyväskylän kesäyliopistosta. Ennakkoilmoittautuminen toivottavaa - Vapaa pääsy. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 11.10.2021 14.00

## **Liikunta**

### **830100 Itämainen tanssi**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali

Joka toinen viikko Koulutie 4

La 12.00–13.30 18.9.–27.11.2021

Tunteja 12 sl 18,00 € 7–20 osallistujaa

Kirsi Siponen

Itämainen tanssi on monipuolisine liikkeineen kokonaisvaltaista kehonhuoltoa. Tanssi parantaa ryhtiä, vahvistaa pieniä syviä lihaksia ja tuo liikkuvuutta koko kehoon. Kurssilla perehdytään alkeista perusliikkeisiin sekä

tanssitaan liikesarjoja menevän itämaisen musiikin tahtiin. Sopii kaikenikäisille ja -kokoisille. Aiempaa tanssikokemusta ei vaadita. Kokoontuu parittomina viikkoina. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830101 Äijäjumppa**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4  
Ke 17.15–18.15 22.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022  
Tunteja 13,30 sl, 15,96 kl 40,00 € 10–30 osallistujaa  
Auli Parkkonen

Miehille suunnattua treeniä. Selkeää perusjumppaa, toiveiden ja tarpeiden mukaan suunniteltuja kokonaisuuksia ja paljon venyttelyä. Liikkeissä vaihtoehtoja eri ikäisille ja eri kuntotasoisille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830108 Rivitanssin alkeet**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4  
Ti 15.15–16.45 21.9.–30.11.2021  
Tunteja 18 sl 23,00 € 7–20 osallistujaa  
Eeva Komulainen

Rivitanssikurssilla opetellaan askelkuvioita eri tanssilajeihin. Tanssiminen tapahtuu riveissä ja jonoissa, eikä vaadi paria. Rivitanssi on liikuntaa, joka vahvistaa muistia ja koordinaatiota. Sopii kaikille ja kaiken ikäisille. Rivitanssissa painottuvat hauskan pitäminen ja tanssimisen ilo. Tule rohkeasti kokeilemaan. Ei kokoontumista viikoilla 40 ja 42. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830109 Yinjoogan lyhyt kurssi**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4  
La 14.00–17.00 16.10.–20.11.2021, 15.1.–19.3.2022  
Tunteja 8 sl, 8 kl 20,00 € 7–20 osallistujaa  
Irene Pakkanen

Kaipaanko hellittävää mutta vaikuttavaa joogaa? Yinjoogan asennoissa viivytään minuutista useampaan minuuttiin, jolloin vaikutukset lihaksia syvemmälle sidekudokseen ja niveliin. Puskemisen ja jännittämisen sijaan yinjoogan harjoitukset pohjaavat lihasten rentouttamiseen ja hellittämiseen. Lyhytkurssi sisältää neljä tapaa-miskertaa, joissa kaikissa käydään läpi kaksi eri mitaista harjoitusta. Yin-joogassa on syksyyn, talveen, kevääseen ja kesään soveltuvia harjoituksia, sillä vuo-

denajoilla on merkitystä harjoitukselle. Tavoitteena on, että harjoitusta on helppoa ja turvallista jatkaa kotona. Tueksi saadaan ohjeet kotiin. Liikkeet sovelletaan oman kropan mukaan, eikä harjoitus edellytä aiempaa jooga-kokemusta. Ota mukaan oma alusta, huopa ja vesipullo. Jos Sinulla on putkityyny, bolsteri, ota sekin. Koontumiskerrat syksyllä 16.10. ja 20.11. ja keväällä 15.1. ja 19.3. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830110 Flow Yoga**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4  
Pe 17.00–18.00 24.9.–3.12.2021, 14.1.–8.4.2022  
Tunteja 13,30 sl, 17,29 kl 40,00 € 10–30 osallistujaa  
Auli Parkkonen

Kehoa vahvistava ja notkistava Flow Yoga on vähän nopeatempoisempaa kuin perinteinen Hathajooga. Tunti alkaa kehoa lämmittävillä liikkeillä ja tunnin aikana edetään pikkuhiljaa tehokkaammin kehoa vahvistaviin ja venyttäviin liikkeisiin hengityksen tahtiin. Sopii kaikille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830111 Hiit**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4  
Ma 17.15–18.00 20.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022  
Tunteja 10 sl, 13 kl 30,00 € 10–30 osallistujaa  
Auli Parkkonen

Tehokasta sykkeennostatusta ja kovaa lihaskuntotreeniä. Parin minuutin pätkiä kerrallaan painetaan täysillä ja välissä rauhoitellaan sykkeet. Alussa hyvät lämmitteilyt, keskellä puolisen tuntia tehotreeniä ja lopussa loppuverryttely plus monipuoliset venyttelyt. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830112 Pilates**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4  
Ma 18.00–19.00 20.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022  
Tunteja 13,30 sl, 15,96 kl 40,00 € 10–30 osallistujaa  
Auli Parkkonen

Lempeää, mutta tehokasta syvien lihasten treeniä. Parantaa ryhtiä, lihaskuntoa ja liikkuvuutta. Sopii sekä naisille että miehille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830113 RVP-jumppa**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Ke 16.30–17.15 22.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Tunteja 10 sl, 13 kl 30,00 € 10–30 osallistujaa

Auli Parkkonen

RVP-jumppa on tehokasta täsmätreeniä reisille, pakaroille ja vatsalihaksille. Sopii sekä naisille että miehille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830115 Liikunta Pohjois-Keitele**

Pohjois-Keiteleentie 774 Pohjois-Keiteleentie 774

To 18.00–19.00 23.9.–2.12.2021

Tunteja 13 sl 18,00 € 7–30 osallistujaa

Kirsti Hintsala

Jumpan tavoitteena on kunnan kohotus ja liikunnan ilo. Tunnin aikana koko keho saa tehokasta liikuntaa. Tunti sisältää alkulämmittelyn, lihaskunto-osuuden ja venytykset. Sopii kaikille. Ajalla 23.9.-28.10 klo 18-19 jumpataan ulkona osoitteessa Pohjois-Keiteleentie 774 ja ajalla 4.11.-2.12.2022 klo 17-18 jumpataan Nilakan yhtenäiskoulun liikuntasalissa. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830116 Peuhujumppa 3-6 -vuotiaalle**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Pe 16.30–17.00 24.9.–3.12.2021, 14.1.–8.4.2022

Tunteja 6,60 sl, 7,92 kl 19,00 € 9–12 osallistujaa

Auli Parkkonen

Tempuratoja ym. mukavaa ja vauhdikasta puuhastelua 3-6-vuotiaille. Toivotaan, että lapsi pärjäisi mukana ilman vanhempia, mutta tarvittaessa aikuinen voi olla mukana. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830119 Jumppa 50+**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Ma 16.15–17.15 20.9.–30.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Tunteja 13,30 sl, 17,29 kl 40,00 € 10–30 osallistujaa

Auli Parkkonen

Kuntojumppaa yli 50-vuotiaille. Sovellettavissa jokaisen kuntotasoon sopivaksi. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

### **830130 Lavis**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali

Joka toinen viikko Koulutie 4

La 11.00–12.00 25.9.–3.12.2021

Tunteja 6,65 sl 18,00 € 7–25 osallistujaa

Auli Parkkonen

Hauskaa, helppoa ja hikistä tanssijumppaa lavatanssimusiikin tahtiin. Kokoontuu 5 kertaa parillisten viikkojen lauantaina (ei viikolla 42). Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

## **Terveys**

### **830114 Lihashuolto**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Ke 18.15–19.00 22.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Tunteja 10 sl, 13 kl 30,00 € 10–30 osallistujaa

Auli Parkkonen

Helpotusta ja ennaltaehkäisyä lihasjumeihin. Sopii miehille ja naisille. Ilmoittautuminen alkaa 21.8.2021 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 13.9.2021 14.00

