

# **OPINTO-OHJELMA**

## **2020-2021**

**Järvi-Pohjanmaan  
kansalaisopisto  
Alajärvi - Soini - Vimpeli**





# ALAJÄRVEN KAUPUNKI

## JÄRVI-POHJANMAAN KANSALAIPOISTO

Alajärvi – Soini – Vimpeli

### Opinto-ohjelma - Sisällys

TAITEEN PERUSOPETUS .....	10
Kuvataidekoulu EERO .....	10
HISTORIA, YHTEISKUNTA JA TALOUS .....	12
TERVEYDENHOITO .....	13
Ensiapukurssit .....	13
Terveys .....	13
MUSIIKKI .....	16
Soitinmusiikki, yksilöopetus .....	16
Soitinmusiikki, ryhmäopetus .....	18
Laulu ja kuorot .....	19
Musiikin teoria .....	21
PSYKOLOGIA JA KASVATUS .....	22
MUU YHTEISKUNTA- JA KÄYTTÄYTYMISTIETEIDEN KOULUTUS .....	22
KIELET .....	23
TIETOTEKNIikka .....	24
ESITTÄVÄ TAIDE JA KIRJALLISUUS .....	26
Näyttämötaiteet .....	26
Kulttuuri, kirjallisuus .....	27
KUVATAITEET JA MUOTOILU .....	27
Kuvataiteet .....	27
KÄDEN TAIDOT .....	30
Kudonta ja käsityö .....	30
Puutyöt, sepäntyöt ym. ....	37
Muut taide- ja taitoaineet .....	39
TANSSI JA LIIKUNTA .....	40
Tanssi .....	40
Liikunta .....	41
KOTITALOUS, MAA- JA METSÄTALOUS .....	52
Kotitalous .....	52
Metsätalous .....	53
Muu maa-, metsä- ja puutarhatalous .....	54
LUONNONTIETEET .....	56

# Tervehdys teille!

Tässä sinulle Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston opinto-opas kaudelle 2020-21.

Uudistimme oppaan ulkoasua kuvilla, kuvakkeilla ja otsikoiden väreillä. Suurin muutos oli kurssien järjestäminen aihealueiden mukaan eli joku sanoisi, että nyt paikkakunnat on "sotkettu" ihan sekaisin! Halusimme korostaa alueen lyhyitä välimatkoja ja sitä, että kurssille voi lähteä naapurikunnan puolellekin. Yhteistyöllä olemme vahvempia. Lukemista helpottavat värikoodit paikkakunnan mukaan: Alajärven kurssit ovat sinisellä, Lehtimäen vihreällä, Soinin punaisella ja Vimpelin kullankeltaisella. Kuvissa on tunnelmia kursseilta. Muista ilmoittautua, jotta kurssi alkaa.

Tervetuloa uuteen toimikauteen. Pidetään huolta omasta ja toisten turvallisesta kohtaamisesta.



T. Titta ja Maria  
kansalaisopiston toimistolta





Osoite: Sairaالاتie 3, 62900 ALAJÄRVI

Kotisivu: <https://peda.net/alajarvi/jk>

Sähköposti: kansalaisopisto@alajarvi.fi

Toimisto on avoinna arkisin klo 9 -11 ja 12-15.

Toimistos sihteeri Maria Isotalo, puh. (06) 2412 2310,  
sähköposti: maria.isotalo@alajarvi.fi

Vt. rehtori Titta Väänänen, puh. 044-297 0311,  
sähköposti: titta.vaananen@alajarvi.fi

Tekstiilityönopettaja Minna Kulmala, puh. 044-297 0490,  
sähköposti: minna.kulmala@alajarvi.fi

Tuntiopettaja (tekstiilityö) Hanna Moisio-Latvala, puh. 044-297 0310,  
sähköposti: hanna.moisio-latvala@alajarvi.fi

Tuntiopettaja (Kuvataidekoulu Eero) Ritva Lindberg, puh. 044-297 0366,  
sähköposti: ritva.lindberg@alajarvi.fi

## Opinto-ohjelma 2020-2021

Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston lukuvuoden 2020-2021 opinto-ohjelma löytyy myös nettiosoitteesta: <https://www.opistopalvelut.fi/jarvipohjanmaa/index.php>



### Kursseille ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen kansalaisopiston kursseille on porrastettu ruuhkien vähentämiseksi. Kurssien ilmoittautumisajat löytyvät kunkin kurssin lisätiedoista.

#### Kurssille voit ilmoittautua

- **internetissä:** <https://opistopalvelut.fi/jarvipohjanmaa/>
- **puhelimitse** p. 06-2412 2310 tai 044-2970 311
- **Korona-tilanteen vuoksi ei voi tulla ilmoittautumaan toimistolle.**

**HUOM! Kaikille kursseille tulee ilmoittautua ennen kurssin alkua. Jos tulet kurssille mukaan alkamisen jälkeen, on ilmoittautuminen tehtävä ennen osallistumista. Ilmoittautua voi nettiohjelman kautta tai puhelimitse. Sähköpostilla tai tekstiviestillä ei voi ilmoittautua. Huom. Kurseilla ei jaeta enää paperisia ilmoittautumislomakkeita.**

## **Ilmoittautuessasi kurssille sitoudut aina samalla maksamaan kurssimaksun.**

Katso myös kohta "Ilmoittautumisen ja kurssin peruutus".

Kursseille kannattaa ilmoittautua heti, kun ilmoittautuminen alkaa. Jos joudutaan rajoittamaan kursseille otettavien määrää, järjestys määräytyy ilmoittautumisajankohdan perusteella. Suosituimmat opiskelupaikat saattavat joissakin tapauksissa mennä jopa muutaman minuutin aikana, joten netti-ilmoittautuminen on varmin tapa saada opiskelupaikka.

## **Netti-ilmoittautumista voi harjoitella kurssilla:**

### **0000001 ILMOITTAUTUMISEN HARJOITTELU**

Tälle kurssille voit harjoitella ilmoittautumista sitoutumatta mihinkään. Peruutusta sinun ei tarvitse tehdä tälle kurssille, ellet halua harjoitella myös ilmoittautumisen peruutusta.

Jos sinulla ei ole käytettävissä tietokonetta ja nettiyhteyttä, voit ilmoittautua ilmoittautumisaajan alettua myös kansalaisopiston toimistoon puh. 06 2412 2310 tai 044 2970 311. Varaudu tuolloin ruuhkaan.

## **Ilmoittautumisen ja kurssin peruutus**

Ilmoittautumisnumerollasi ja kurssinumerolla voit myöhemmin tarkistaa netin kautta oman ilmoittautumisesi sekä peruuttaa myös netti-ilmoittautumisen.

**Maksuttoman peruutuksen kursseille voi tehdä viimeistään kolme päivää ennen kurssin alkua** ilmoittamalla siitä opiston toimistoon puhelimitse tai tekemällä peruutuksen nettiohjelman kautta. **Jos peruutus tehdään tämän jälkeen, mutta ennen kurssin alkua, laskutamme 10 euron käsittelymaksun.** Jos peruminen tapahtuu kurssin jo alettua tai jos opiskelija jättää tulematta kurssille sitä perumatta tai keskeyttää kurssin, peritään kurssimaksu kokonaan.

**Poikkeus: Pitkät koko lukuvuoden kestävät kurssit voi peruuttaa vielä ennen toista kokoontumiskertaa eli heti ensimmäisen kokoontumiskerran jälkeen. Peruutus on tehtävä suoraan opiston toimistoon tai netti-ilmoittautumisjärjestelmään.** Opettajalle ilmoittaminen ei riitä. Jos peruminen tapahtuu tämän ajankohdan jälkeen tai opiskelija keskeyttää kurssin myöhemmin, kurssimaksu peritään kokonaan.

Maksamattomat kurssimaksut estävät uusille kursseille ilmoittautumisen/osallistumisen.

Mikäli kurssilaisia ilmoittautuu kurssille liian vähän, kansalaisopisto peruu kurssin. Tällöin kurssin peruuntumisesta ilmoitetaan ilmoittautuneille joko tekstiviestillä tai puhelimitse.

## **Kurssimaksut**

Ilmoittautuessasi sitoudut samalla maksamaan kurssimaksun. Kurssimaksun suuruus ilmenee opinto-ohjelmasta. Yleisöluennoista ei yleensä peritä kurssimaksua. Avoimen yliopiston ja muilla erityiskustannuksia aiheuttavilla opinnoilla on korkeammat maksut, koska osa maksusta välitetään edelleen yliopistoille tai muille koulutuksen yhteistyötaidoille.

Kurssimaksua ei palauteta opiskelijan keskeyttäessä kurssin. Jos kurssin suunnitellusta tuntimäärästä jää toteutumatta enintään kahta kokoontumiskertaa vastaava määrä, ei kurssimaksun osaa palauteta eikä korvaavaa opetusta järjestetä. Jos kurssin tuntimäärästä jää toteutumatta enemmän kuin kahta kokoontumiskertaa vastaava tuntimäärä, tarjotaan tämä puuttuva osa opetusta muuna ajankohtana. Jos se ei ole mahdollista, pyynnöstä osa kurssimaksua palautetaan suhteessa näihin puuttuviin tunteihin. Jos kurssit keskeytyvät opistosta tai opettajasta johtumattomasta, pakottavasta syystä (esim. korona), päättää sivistyslautakunta erikseen palautettavista kurssimaksuista.

## Kurssimaksujen laskutus

Netti-ilmoittautumisen myötä kansalaisopisto on siirtynyt käyttämään pääsääntöisesti kurssimaksujen laskutusta. Kurssimaksujen laskutusta varten tarvitaan aina opiskelijan henkilötunnus sekä alaikäisen osalta aina myös huoltajan henkilötunnus. Jos työnantaja tai jokin muu organisaatio maksaa osanottajan kurssimaksun, opiskelija täyttää kurssimaksun maksajaa koskevan kohdan ilmoittautuessaan. Kurssimaksun maksavasta yrityksestä tulee ilmoittaa yrityksen / organisaation nimi, yhteystiedot ja Y-tunnus. Maksamatta jätetty kurssimaksu siirtyy kansalaisopiston ylläpitäjän eli Alajärven kaupungin tekemän päätöksen mukaisesti aina perintätoimiston hoidettavaksi.

## Käteismaksu

Käteisenä kurssimaksuja otetaan vastaan ainoastaan opiston toimistossa.

## Kurssin maksaminen kulttuuri- ja liikuntaeduilla

Setelit ja passit ovat työnantajien työntekijöilleen kustantamia etuja, joiden avulla pyritään edistämään työhyvinvointia. Niiden käyttömahdollisuus perustuu verohallinnon ohjeisiin työntekijän omaehtoisesta liikunta- ja kulttuuritoiminnasta verovapaana etuna. Ohjeessa määritellään minkälaista liikunta- ja kulttuuritoimintaa verottoman edun piiriin hyväksytään.

Liikuntaetu koskee esimerkiksi ohjattuja liikuntatunteja, joogaa ja tanssia. Kulttuurietu koskee erilaisia toiminnallisia taiteen alan tilaisuuksia ja kursseja, joissa toiminta on ohjattua ja lähtökohtana on itse tekeminen. Tällaisia ovat esimerkiksi kuvataide, musiikki ja kädentaitojen kurssit.

Seuraavat työnantajan kustantamat kulttuuri- ja liikuntaedut käyvät Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston liikunta- ja kulttuurikurssien kurssimaksujen maksamiseen.

- Smartum Liikuntasetelit ja Liikunta- ja kulttuurisetelit
- SmartumPay mobiilimaksu
- ePassi (Sportti- ja KulttuuriPassi)  
(Smartum liikuntaseteleillä ja SporttiPassilla voit maksaa vain liikuntakursseja)
- Eazybreak mobiiliseteli

**Paperisilla kulttuuri- ja liikuntaseteleillä voit maksaa vain toimistossa.** Toimita setelit viimeistään **2 viikkoa kurssin alkamisesta** opiston toimistoon, niin huomioimme setelien arvon laskutuksessa.

**Smartum mobiilimaksussa ilmoita opiston toimistoon 12-numeroinen mobiilimaksukoodisi ja ePassilla maksaessasi puhelinnumerosi (johon ePassin saldo on ladattu) viimeistään kaksi viikkoa kurssin alkamisesta. Ilmoita myös maksettavan kurssin numero ja veloitettava summa.** Smartum mobiilimaksulla ja ePassilla voidaan maksaa kurssimaksu myös osittain, jolloin loppuosa kurssimaksusta laskutetaan.

**Huom! Kurssimaksulaskutuksen jälkeen ei seteleitä tai mobiilimaksuja oteta vastaan.**

Henkilöstöedut ovat saajalleen henkilökohtaisia eikä niillä voi maksaa esim. lapsen tai muiden perheenjäsenten kurssimaksuja.

## Opintoseteliavustus

Opetushallitus on myöntänyt Järvi-Pohjanmaan kansalaisopistolle valtionavustusta lukuvuodelle 2020-2021. Avustus kohdennetaan vanhustyön laitoksissa olevien kurssien kurssimaksuihin, kehitysvammaisille suunnattujen kurssien kurssimaksuihin sekä maa-hanmuuttajille suunnatun kielenopetuksen kurssimaksuihin. Lisäksi joidenkin opinto-ohjelmassa erikseen mainittujen kurssien kurssimaksut katetaan joko kokonaan tai osittain ko. avustuksella, kurssien yhteydessä mainittu seniorialennus koskee vuonna 1957 tai aiemmin syntyneitä.

## Materiaalimaksut

Kirjat ja muut henkilökohtaiset opiskelutarvikkeet, mm. työaineet, kukin opiskelija hankkii ja kustantaa itse. Opintopiirissä jaettavista monisteista ei laskuteta opiskelijoita, jos monisteita jaetaan enintään 25 kpl / opiskelija. Tämän määrän ylittävien monisteiden hinta on 20 senttiä / moniste. Kuvataide- ja käsityökoulussa sekä jossain tapauksissa muissakin ryhmissä opetuksessa tarvittavat materiaalin yhteishankinnat katetaan erillisellä opiskelijoilta perittävällä materiaalimaksulla, joka sisältyy kurssimaksuun.

## Polttomaksut

Alajärven ja Vimpelin posliinimaalauskurseilla peritään lukuvuotta kohti erillinen 20 euron suuruinen polttomaksu, joka kattaa opetustuntien aikana tehtävien töiden polttamisen. Lyhyemmillä kurseilla peritään poltto- ja sulatusmaksuna 5-10 euroa.

## Todistukset

Opiskelija voi pyynnöstä saada osallistumistodistuksen opinnoistaan. Todistus on ilmainen kolmen viimeisen lukuvuoden osalta. Vanhemmista todistuksista peritään 10 euroa.

## Työkausi

### Taiteen perusopetus (kuvataidekoulu Eeron opetus)

Syystyökausi:	17.08. – 10.12.2020
Syysloma:	12.10. – 16.10.2020
Kevättyökausi:	11.01. – 13.05.2020
Talviloma:	01.03. – 05.03.2021



## Muu opetustoiminta

Syystyökausi:	07.09. – 27.11.2020
Syysloma:	12.10. – 16.10.2020
Kevättyökausi:	11.01. – 30.04.2021
Talviloma:	01.03. – 05.03.2021

Loma-aikoihin ei ole opetusta ellei jonkin opintoryhmän osalta ole muuta erikseen sovittu. Varsinaisen työkauden ulkopuolelle ajoittuu yksittäisiä kesäkursseja.

## Opetustilat

Käytettävät opetustilat ilmenevät kunkin kurssin esittelyn yhteydessä. Opiston omat opetustilat ovat Alajärvellä Sairaالاتie 3:ssa Makasiinin kouluosan 1. kerroksessa. Kansalaisopiston opetustoiminta toimialueella tapahtuu kuitenkin pääsääntöisesti eri oppilaitosten tiloissa. Yksityistiloja ja järjestötiloja käytetään tarvittaessa. Opetustilojen tarkemmat osoitteet löydät tämän opinto-ohjelman lopusta.

## Tiedottaminen

Opisto tiedottaa toiminnastaan, uudesta opetuksesta ja ohjelmaan tulevista muutoksista tämän esitteen lisäksi paikallislehtien opisto- ja toimintapalstoilla sekä opiston omilla kotisivuilla Pedanetissa. Tarvittaessa tiedottamisessaan käytetään myös lehti-ilmoituksia ja paikallisradiota. Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston ja kuvataidekoulu Eeron löydät myös Facebookista.

## Vakuutukset

Opisto ei ole erikseen vakuuttanut opiskelijoitaan, mutta ylläpitäjän eli Alajärven kaupungin normaalit vakuutukset ovat voimassa myös kansalaisopiston toiminnassa. Mutta etenkin kädentaitojen ja liikunnan opintoryhmiin osallistuvien on kuitenkin syytä huolehtia myös itse henkilökohtaisesta vakuutusturvastaan.

## Ylläpitäjä, hallinto ja toiminta-alue

Kansalaisopiston ylläpitäjä on Alajärven kaupunki. Hallinnollisesti kansalaisopisto toimii Alajärven sivistyslautakunnan alaisuudessa. Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston toiminta-alueena ovat Alajärven kaupunki sekä Soinin ja Vimpelin kunnat. Koko opiston kurssitarjonta on kaikkien toiminta-alueen asukkaiden ja ryhmäopetuksessa myös alueen ulkopuolistenkin käytettävissä.

## HANKKEILLA VAHVISTUSTA TYÖTTÖMILLE JA TYÖELÄMÄN ULKOPUOLELLA OLEVILLE TYÖIKÄISILLE

Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston eräänä kehittämisalueena on vahvistaa yhteistyötä eri hallintokuntiin ja yhteistyötoimijoihin. On tärkeää toimia jäsenkuntien (Alajärvi, Soini, Vimpeli) palveluiden monipuolistamiseksi ja kuntien asukkaiden hyvinvoinnin lisäämiseksi. Vapaan sivistystyön koulutukset ja harrastusmahdollisuudet tulee pitää monipuolisina ja nähdä niiden vaikuttavuus kuntalaisten elämänlaadulle.

## **Opintoseteliavustus työllistymis- ja työmahdollisuuksien vahvistamiseen**

Opetushallitus myönsi Järvi-Pohjanmaan kansalaisopistolle 12000€ opintoseteliavustuksen työllistymis- ja työmahdollisuuksien vahvistamiseen. Opintoseteliavustuksella voidaan tarjota ilmaisia kursseja työttömille, työttömyysuhan alaisille ja työikäisille työelämän ulkopuolella oleville. Koulutuksen sisällöissä on elintapaohjausta ja hyvinvoinnin tukemista eri tavoin, esim. liikunnalla ja oppimistaitojen ja itsetuntemuksen vahvistamisella. Koulutukseen voidaan sisällyttää opiskelun taitojen testausta ja yksilöllistä ohjausta työelämässä tarvittaviin taitoihin. Koulutukseen on mahdollisuus järjestää n. 20 – 40 tunnin työssäoppimisen jakso, mikäli työpaikat järjestyvät.

Hankkeen aloituksessa ja toteutuksessa tehdään yhteistyötä mm. TE-palveluiden, sosiaalitoimen, Ohjaamo-toiminnan, Etsivä nuorisotyön, Apu-tiimin ja työllisyyskoordinaattorin kanssa.

Jäsenkunnissa pyritään etsimään 6-8 henkilön ryhmiä, joille opintoja tarjotaan. Opiskelun alussa osallistujille laaditaan opiskelusuunnitelma. Siihen sisältyy yhteisiä opintoja liikunnasta ja elintapaohjauksen alueista sekä vapaasti valittavia opintoja kansalaisopiston normaalista kurssitarjonnasta. Opintoihin voidaan sisällyttää oppimistaitojen testausta esim. lukemisessa ja kirjoittamisessa. Myös verkko-opintoja on mahdollisuus valita. Kaikki opinnot ovat maksuttomia.

## **Voimaa Arkeen! -hanke kansalaisopistojen yhteistyönä**

Seitsemän Etelä-Pohjalaista kansalaisopistoa lähtivät ennakkoluulottomasti kehittämään koulutuspakettia työttömille, työttömyysuhan alla oleville ja alanvaihtoa suunnitteleville aikuisille. Taustalla on valtakunnallinen jatkuvan oppimisen uudistus, jolla vastataan läpi elämän jatkuvaan tarpeeseen kehittää ja uudistaa omaa osaamista. Työelämän nopea muutos haastaa jokaisen päivittämään omaa osaamistaan ja löytämään omat vahvuutensa – lähtökohdaksi on siis omaehtoinen opiskelu, oman osaamisen tunnistaminen ja itsensä kehittäminen.

Tukena opistoilla on Opetushallitukselta saatu rahoitus ”Voimaa arkeen! – tunnistettu osaaminen elämän voimavaraksi” -hankkeelle ja oma vankka kokemus paikallisina koulutustoimijoina. Koulutuspaketti sisältää kaikkiaan kymmenen opintopisteen laajuiset monipuoliset opinnot, jotka sisältävät mm. oman osaamisen kartoitusta, aikuisten perustaitojen vahvistamista sekä omaa ammattia ja hyvinvointia tukevia koulutuksia sekä yrittäjyysopintoja. Opinnot toteutetaan paikallisesti oman kansalaisopiston alueella hyödyntäen sekä lähi- että etäopiskelumenetelmiä.

Koronan aiheuttama poikkeustilanne siirtää hankkeen käytännön toimien aloitusta, sillä etenkin alkuvaiheessa opiskelussa painottuu lähiopetus. Tästä syystä hankkeen koulutukset alkavat kevättalvella 2021, jolloin orientaatiojakson aikana kartoitetaan osallistujien olemassa olevat perus- ja digitaidot sekä rakennetaan henkilökohtainen opetussuunnitelma.

Hanketta hallinnoi Lapuan kansalaisopisto, muut yhteistyössä mukana olevat kansalaisopistot ovat Järvilakeuden kansalaisopisto, Kurikan Kansalaisopisto, Järvi-Pohjanmaan kansalaisopisto, Lakeudenportin kansalaisopisto, Ilmajoki-opisto sekä Kauhajoen kansalaisopisto. Hanke sai rahoitusta kaikkiaan 240 000€.

Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston tarjoaa hankkeiden avulla koulutusta kaikissa jäsenkunnissaan. Tavoitteena on perustaitojen vahvistaminen, oman ammatin ja hyvinvoinnin tukeminen ja yrittäjyysopiskelu.

## Hankkeiden ajankohtaisuus

Hankkeiden ajoittuminen epidemia-aikaan on toisaalta tuonut epävarmuutta opintojen toteutukseen. Toisaalta hankkeet voivat antaa lisäarvoa osallistujien arkeen. Hankkeista tiedotetaan kuntiin sekä yhteistyötoimijoille. Opiskelijoita kootaan heti elokuun alussa ja opinnot alkavat syksyn ja talven aikana ja jatkuvat porrastettuna syksylle 2021.

### Yhteenveto:

Jokaisesta jäsenkunnasta kootaan 5-10 henkilöä, jotka työttömiä, työelämän ulkopuolella olevia tai työttömyysuhan alla olevia (Voimaa arkeen -hanke).

Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston omaan hankkeeseen nimiä otetaan vastaan heti, pyrkimys käynnistää ryhmiä heti syksyn alussa. Ryhmät haastatellaan. Osallistujille voidaan tehdä luki-testit sekä kartoittaa oppimista muutenkin. Tehdään jokaiselle oppimissuunnitelma.

Osallistujat voivat opiskella oppimissuunnitelmaan valituilla kursseilla ilmaiseksi. Kurssin perusopintoina toimii jokaisessa kunnassa vuorotellen järjestettävä **Lisää hyvinvointia liikkunnalla ja elintapaohjauksella -kurssi**. Kurssin opettajana fysioterapeutti Merja Korpela.

Voimaa arkeen -hanke käynnistyy vuoden 2021 alussa. Kurssisisällöistä tiedetään vasta syksyn 2020 aikana. Myös tästä hankkeesta kiinnostuneiden nimiä otetaan vastaa kansalaisopistossa.



## YLEISÖLUENNOT

Koronatilanteen vuoksi kansalaisopisto ei järjestä yleisöluentoja syksyllä 2020. Tilannetta arvioidaan uudelleen lukuvuoden edetessä ja mikäli suurempien väkimäärien kokoontuminen katsotaan turvalliseksi, yleisöluentoja voidaan järjestää keväällä 2021. Yleisöluennoista tiedotetaan paikallislehtien opisto- ja tapahtumapalstoilla sekä lehti-ilmoituksilla.

## Korona-info

Noudatamme toiminnassamme valtioneuvoston ja thl:n voimassa olevia ohjeita. Huolehdiathan omalta osaltasi koronaviruksen leviämistä ehkäisevistä toiminnoista:

- Älä tule kurssille flunssaisena tai jos sinulla on muita sairauden oireita
- Huolehdi käsien pesusta tai desinfioinnista
- Aivasta ja yski hihaan tai nenäliinaan
- Pidä 1-2 metrin turvaväli opetuksessa ja liikkeessä opetustilassa
- Pyri käyttämään omia välineitä, jos mahdollista (jumppa-alusta, kahvakuula, saksen jne.)

Koronatilanteen vaatiessa opetus siirtyy osittain verkkoon tai etäopetuksiksi.



## TAITEEN PERUSOPETUS

### Kuvataidekoulu EERO

Kuvataidekoulu antaa opetussuunnitelmaan perustuvaa taiteen perusopetusta lapsille ja nuorille. **Ilmoittautuminen kuvataidekouluun on alkanut 11.5.2020.** Vapaita paikkoja löytyy vielä useista ryhmistä. Lisätietoja ryhmistä voi kysyä kuvataidekoulun opettaja Ritva Lindbergiltä p. 044-2970 366.

**Valmentavan opetuksen** (5-6 -vuotiaat) ryhmissä piirretään, maalataan ja muovailaan käyttäen monipuolisesti erilaisia välineitä ja materiaaleja. Tehtäviin, välineisiin ja tekemiseen tutustutaan usein leikin ja tarinoiden kautta siten, että lapsi on itse toiminnassa mukana.

**Perusopetus I -ryhmissä** (7-9 -vuotiaat) tutustutaan erilaisiin piirtimiin; lyijykynä, hiili, tussi. Kokeillaan grafiikkaa. Maalaamisessa käytetään vesivärejä, peitevärejä ja akryyivärejä. Muotoilussa käytössä savi ja erilaiset massat. Myös kierrätys ja kierrätysideat huomioidaan työskentelyssä. Tavoitteena luoda oppilaalle hyvä pohja kuvataiteen alkuaskeleilla sekä antaa iloa ja kokemuksia luovuudesta. Mukana ripaus taidehistoriaa.

**Perusopetus 2 -ryhmissä** (10-12 -vuotiaat) edetään jo askelta keskittyneemmin kuvataiteen eri osa-alueisiin. Leikkimielisyys ja luovuus kulkevat edelleen käsi kädessä tek-

niikan, teorian ja materiaalien oppimisen kanssa. Tutustutaan taidehistorian suuriin nimiin ja opitaan kuvan tekemistä eri tekniikoilla. Muotoilussa savi, massat ja kierrätysmateriaalit. Piirtämisessä lyijykynä, hiili ja tussi. Tehdään myös grafiikkaa ja valokuvausta. Kannustetaan omaan varmuuteen ja itsearvostukseen työskentelyssä.

**Periodipajoissa** (4 vuotta perusopintoja opiskelleet) työskennellään perusopetusta pidemmissä jaksoissa. Hiotaan teknisiä taitoja silti säilyttäen oma luovuus. Piirretään lyijykynällä ja lukuisilla muilla piirtimillä, maalataan vesi- ja akryyilivärein, tehdään veistoksia kierrätysmateriaaleista. Mukana ripaus muovailua ja valokuvausta.

### Työpajat I-II

Työpajaopinnoissa keskitytään aiemmin opittujen taitojen ja kuvallisen ajattelun syventämiseen.

**Työpaja I:ssä** työskennellään vielä suurelta osin ohjatusti ja tehtävissä on tavoitteena oman osaamisen ja oivaltamisen kehittäminen. Tekniikat vaihtelevat eri välineillä piirtämisestä maalaamiseen. Valokuvausta käytetään työskentelyn tukena.

Varttuneemmille kuvataidekoululaisille tarkoitetuissa **Työpaja II -ryhmissä** työskennellään osittain jo hyvin itsenäisesti. Rohkaistaan oppilasta vahvasti omaan kuvalliseen ajatteluun ja ilmaisuun. Välillä kuitenkin tehdään selkeitä tavoitteellisia tekniikkaharjoituksia. Syyslukukausi aloitetaan piirtämällä. Aiemmin käytössä olleiden tekniikkoiden lisäksi mukaan tulee öljyvärimaalaus.

### Kuvataidekoulussa on lukuvuonna 2020-2021 seuraavat kurssi- ja materiaalmaksut:

Valmentava opetus .....	75,00 €
(materiaalimaksun osuus.....)	25,00 €)
Perusopetus I.....	90,00 €
(materiaalimaksun osuus.....)	30,00 €)
Perusopetus II .....	95,00 €
(materiaalimaksun osuus.....)	35,00 €)
Periodipaja ja työpajat.....	125,00 €
(materiaalimaksun osuus.....)	50,00 €)

### Taiteen perusopetuksen sisaralennus:

Jos samasta perheestä (sama osoite) on useampi alle 18-vuotias opiskelija, maksaa opiskelijoista vanhin täyden kurssihinnan ja nuoremmat saavat kukin sisaralennusta 15€.

**HUOM! Kurseille on ilmoittauduttava ennen osallistumista!**

**1103101, KUVATAIDEKOULU, VALMENTAVA OPETUS (5-6 -vuotiaat)**

Makasiini,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Marjut Mässbacka  
To 16.30–17.30, 20.8.-3.12.2020,  
14.1.-13.5.2021  
75,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Kuvataidekoulu antaa opetussuunnitelmaan perustuvaa taiteen perusopetusta lapsille ja nuorille.

**1103110, KUVATAIDEKOULU, PERUSOPETUS I A (7-9 -vuotiaat)**

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Marjut Mässbacka  
To 18.00–19.30, 20.8.-3.12.2020,  
14.1.-13.5.2021  
90,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**1103111, KUVATAIDEKOULU, PERUSOPETUS I B (7-9 -vuotiaat)**

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Marjut Mässbacka  
Ma 17.00–18.30, 17.8.-7.12.2020,  
11.1.-10.5.2021  
90,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**1103113, KUVATAIDEKOULU, PERUSOPETUS I,**

Nelimarkka-museo (7-9 -vuotiaat)  
Nelimarkka-museo,  
Pekkolantie 123, Alajärvi  
Ulla Hautamäki  
Ma 16.15–17.45, 17.8.-7.12.2020,  
11.1.-10.5.2021  
90,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**1103114, KUVATAIDEKOULU, PERUSOPETUS II,**

Nelimarkka-museo (10-12 -vuotiaat)  
Nelimarkka-museo,  
Pekkolantie 123, Alajärvi  
Ulla Hautamäki  
Ma 18.00–19.30, 17.8.-7.12.2020,  
11.1.-10.5.2021  
95,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**1103117, KUVATAIDEKOULU, PERUSOPETUS II (10-12 -vuotiaat)**

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Marjut Mässbacka  
Ma 18.30–20.00, 17.8.-7.12.2020,  
11.1.-10.5.2021  
95,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**1103125, KUVATAIDEKOULU, PERIODIPAJA / TYÖPAJA I**

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Ritva Lindberg  
Ke 15.30–18.00, 19.8.-2.12.2020,  
13.1.-12.5.2021  
125,00 €  
enintään 14 osallistujaa

**1103126, KUVATAIDEKOULU, TYÖPAJA II**

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Ritva Lindberg  
Ke 18.15–20.45, 19.8.-2.12.2020,  
13.1.-12.5.2021  
125,00 €  
enintään 14 osallistujaa

**1103201, KUVATAIDEKOULU, PERUSOPETUS I-II (7-12 -vuotiaat)**

Taimelan koulu, kuvataideluokka,  
Koulutie 5, Lehtimäki  
Leena Valkeus  
Ti 15.15–16.45, 18.8.-1.12.2020,  
12.1.-11.5.2021  
90,00 € - 95,00 €  
enintään 12 osallistujaa



**1103301, KUVATAIDEKOULU,  
VALMENTAVA OPETUS (5-6 -vuotiaat)**

Soinin yhtenäiskoulu, kuvataideluokka,  
Koulutie 1, Soini  
Leena Valkeus  
Ma 16.00–17.00, 17.8.-7.12.2020,  
11.1.-10.5.2021  
75,00 €  
enintään 10 osallistujaa

**1103302, KUVATAIDEKOULU,  
PERUSOPETUS I-II / PERIODIPAJA  
(7-16-vuotiaat)**

Soinin yhtenäiskoulu, kuvataideluokka,  
Koulutie 1, Soini  
Leena Valkeus  
Ma 17.15–19.45, 17.8.-7.12.2020,  
11.1.-10.5.2021  
90,00 € - 125,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Perusopetus 1-2 -ryhmäläiset kokoontuvat klo 17.15-18.45 ja periodiryhmäläiset klo 17.15-19.45.

**1103401, KUVATAIDEKOULU,  
VALMENTAVA OPETUS (5-6 -vuotiaat)**

Järvisseudun sairaala, tornitalo,  
Lakaniementie 85, Vimpeli  
Marjut Mässbacka  
Ke 16.30–17.30, 19.8.-2.12.2020,  
13.1.-12.5.2021  
75,00 €  
enintään 10 osallistujaa

**1103402, KUVATAIDEKOULU,  
PERUSOPETUS I (7-9 -vuotiaat)**

Järvisseudun sairaala, tornitalo,  
Lakaniementie 85, Vimpeli  
Marjut Mässbacka  
Ti 16.00–17.30, 18.8.-1.12.2020,  
12.1.-11.5.2021  
90,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**1103403, KUVATAIDEKOULU,  
PERUSOPETUS II (10-12 -vuotiaat)**

Järvisseudun sairaala, tornitalo,  
Lakaniementie 85, Vimpeli  
Marjut Mässbacka  
Ti 17.45–19.15, 18.8.-1.12.2020,  
12.1.-11.5.2021  
95,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**1103404, KUVATAIDEKOULU,  
PERIODIPAJA**

Järvisseudun sairaala, tornitalo,  
Lakaniementie 85, Vimpeli  
Marjut Mässbacka  
Ke 17.45–20.15, 19.8.-2.12.2020,  
13.1.-12.5.2021  
125,00 €  
enintään 14 osallistujaa



**Markkinointi ja mainonta**

**3401112, MAINOSTEN TEKEMINEN ERI  
JULKAISUALUSTOILLE**

Makasiini, musiikkitalo 1,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Jaakko Joensuu  
Ti 12.00–14.15, To 12.00–14.15, 3.-5.11.2020  
Tunteja 6, 20,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Mainoksen/ilmoituksen laatiminen erilaisille julkaisualustoille (YouTube, lehdet, some..) grafiikkaohjelmaa käyttäen. Aiheet mm. tausta, kuvien käyttö, asemointi, kehykset. Kurssilla laaditaan ilmoitus- ja mainospohjia.

Varaa käyttöösi omaa materiaalia: kuvia, logoja, tekstejä, joista pohjia koostetaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**



## TERVEYDENHOITO

### Ensiapukurssit

EA 1 -kursseilla harjoitellaan erilaisia ensiavun aiheita. Tavoitteena on lisätä auttamisrohkeutta hätäensiapua vaativissa tilanteissa sekä arjen pienemmissä tapaturmissa.

Ensiapukurssi EA 1® -todistus on voimassa 3 vuotta. – toiminta auttamistilanteessa – tajuttoman henkilön tunnistaminen ja ensiapu – painelu-puhalluselvytys sekä neuvovan sydäniskurin käyttö – tukehtumassa olevan henkilön ensiapu – raajassa olevan suuren verenvuodon tyrehtyttäminen – sokki – tavallisimpien sairauskohtausten ensiapu – tyypillisimpien haavojen ja palovammojen ensiapu – nivelvammojen ja murtumien ensiapu – muut tapaturmat (sähköisku, silmävamma, nenäverenvuoto, pään vamma) – myrkytysten ensiapu – tapaturmien ehkäisy – terveyden edistäminen – henkinen ensiapu -tarvittaessa ryhmäkohtaisia painotuksia

#### **8302101, ENSIAPU 1, Alajärvi**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.1,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Eliisa Hietala

La 9.00–16.00, 24.10.-7.11.2020

Tunteja 16 sl, 65,00 €

enintään 15 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### **8302301, ENSIAPU 1, Soini**

Soinin yhtenäiskoulu, Koulutie 1, Soini  
Eliisa Hietala

La 9.00–16.00, 16.-30.1.2021

Tunteja 16 kl, 65,00 €

enintään 15 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### **8302401, ENSIAPU 1, Vimpeli**

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Eliisa Hietala

La 9.00–16.00, 21.-28.11.2020

Tunteja 16 sl, 65,00 €

enintään 15 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### **8302105, ENSIAPU II, Alajärvi**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.1,  
Kaupintie 7, Alajärvi

Eliisa Hietala

La 9.00–16.00, 13.-27.3.2021

Tunteja 16 kl, 65,00 €

enintään 15 osallistujaa

EA 2 Kurssin pohjatietovaatimuksena on voimassaoleva Ensiapukurssi EA 1® -todistus. Ensiapukurssi EA 2® -todistus on voimassa 3 vuotta. – toiminta auttamistilanteessa, johtovastuu – autettavan tutkiminen ja seuranta – vammamekanismi – tajuttoman henkilön ensiapu – elottoman henkilön ensiapu (lasten elvytys) – vierasesineen poistaminen hengitysteistä – suuren verenvuodon tyrehtyttäminen ja haavat – sokista kärsivän ensiapu – tavallisimpien sairaskohtausten ensiapu – palovammat ja lämmön aiheuttamat sairaudet – kylmän aiheuttamat vammat – murtumat, nivelvammat ja selkärankavammat – pää- ja silmävammat – muita tapaturmatilanteita – myrkytykset – siirrot, asennot – vapaavalintainen aihe kohderyhmän mukaan – loppuharjoitus

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### Terveys

#### **8302106, KAUSTISLAINEN JÄSENKORJAUS KOTIKÄYTTÖÖN, alkeet**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.1,  
Kaupintie 7, Alajärvi

Anne Siirilä

La 10.00–17.00, Su 10.00–17.00,

24.-25.10.2020

Tunteja 16 sl, 24,00 €

enintään 16 osallistujaa

Tällä kurssilla opiskellaan turvalliset perusotteen kaustislaisesta jäsenkorjauksesta. Otteita voi soveltaa kotiolosuhteissa.

Viikonlopun aikana käydään läpi selän, polven, nilkan, ranteen ja kyynärpäähän aluetta sekä olkapäätä soveltuvilta osin. Kuulet myös lyhyesti jäsenkorjauksen taustoista ja eri tyyli suunnista. Ihmisen anatomiaa ja fysiologiaa käydään läpi käytännön harjoitteluun nivoutuen. Viikonloppukurssi ei anna edellytyksiä hyödyntää oppeja ihmisten hoitamiseen ammatillisessa mielessä, mutta soveltuu kyllä orientaatiokurssiksi jäsenkorjaustaidoista kiinnostuneille.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**



### **8302107, KAUSTISLAINEN JÄSENKORJAUS KOTIKÄYTTÖÖN, jatko**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.1,

Kaupintie 7, Alajärvi

Anne Siirilä

La 10.00–17.00, Su 10.00–17.00,  
20.-21.3.2021

Tunteja 16 kl, 24,00 €

enintään 16 osallistujaa

Tämä jatkokurssi on tarkoitettu kaikille, jotka ovat osallistuneet Kaustislainen jäsenkorjaus kotikäyttöön -viikonloppuun ja haluavat laajentaa otevalikoimaa ja ymmärrystään. Ota mukaan muistiinpanovälineet ja rennot vaatteet. Varaa myös halutessasi lounas-eväät.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8302110, MUISTIMATTOJUMPPA**

Makasiini, musiikkitala 1,

Sairaالاتie 3, Alajärvi

Anu Rantala

Ke 12.00–13.00, 9.9.-4.11.2020,

13.1.-24.3.2021

32,00 €

enintään 10 osallistujaa

Muistimattojumpan tarkoituksena on pitää hyvää huolta muistista ja kokonaisterveydestä sekä ennaltaehkäistä muistihäiriöitä. Muistimattojumppatunneilla käytetään siihen suunniteltua jumppamattoa. Matolla tehdään kaikille sopiva, keskittymiskykyä ja tasapainoa kehittävä jumppaharjoitus sekä erilaisia aivoja aktivoivia muistiharjoituksia, joiden teho perustuu liikkeen ja aivotreenin yhdistämiseen. Harjoitus alkaa virittelevillä liikkeillä ja päättyy rentoutukseen. Harjoitukset eivät vaadi aikaisempaa kokemusta muistijumpasta. Muistimatot ovat opistolla.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8302111, LISÄÄ HYVINVOINTIA LIKUNNALLA JA ELINTAPOHJAUKSELLA,**

**Alajärvi**

Alajärven monitoimihalli,

Urheilutie 2, Alajärvi

Merja Korpela

To 10.15–12.30, 14.1.-15.4.2021

40,00 €,

enintään 8 osallistujaa

Kurssi on suunnattu työikäisille. Tavoitteena työllistymis- ja työmahdollisuuksien vahvistaminen hyvinvoinnin tukemisella. Kurssi sisältää liikuntaa, elintapaohjausta (ravinto, uni, lepo..), henkisen hyvinvoinnin vahvistamista (mindfulness, kognitiivisten taitojen testejä tarpeen mukaan).

Kurssilaisille laaditaan yksilöllinen opiskeluohjelma. OPH:n myöntämällä opintoseteliavustuksella kurssi maksuton työttömille ja työelämän ulkopuolella oleville. Hae ilmoittautuessa opintoseteliavustusta.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### **8302310, LISÄÄ HYVINVOINTIA LIIKUNNALLA JA ELINTAPOHJAUKSELLA, Soini**

Soinin yhtenäiskoulu, liikuntasali,  
Koulutie 1, Soini  
Merja Korpela  
To 14.30–16.00, 10.9.-10.12.2020  
Tunteja 26 sl, 34,00 €  
enintään 8 osallistujaa

Samansisältöinen kurssi, kuin Alajärven kurssi.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8302311, LISÄÄ HYVINVOINTIA LIIKUNNALLA JA ELINTAPOHJAUKSELLA, Vimpeli**

Kurssi ajoittuu syksyyn 2021.

### **8302120, INTIALAINEN PÄÄHIERONTA**

Alajärven koulukeskus, luokkatila,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Anu Rantala  
Ti 17.30–19.00, 15.9.-6.10.2020,  
12.1.-2.2.2021  
24,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Intialainen päähieronta on mukava pikarentoutus yläselkään ja päähän. Tule harjoittelemaan ja nauttimaan. Ota mukaan muistiinpanovälineet.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8302121, VYÖHYKETERAPIA**

Alajärven koulukeskus, luokkatila,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Anu Rantala  
Ti 17.30–20.15, 20.10.-24.11.2020  
Tunteja 20 sl, 28,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Opettelemme pareittain jalkojen vyöhyketerapiaa. Värittelemme jalkaterien kartat ja teemme hoitoja. Tule nauttimaan ja oppimaan! Mukaan tyyny, kasvopyyhe ja muistiinpanovälineet.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8302130, PUHU OIKEIN! -MINIKURSSI**

Makasiini,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Leena Jaakkola  
La 12.00–14.15, 16.1.2021  
Tunteja 3 kl, 12,00 €  
enintään 20 osallistujaa

Käheytykö ääni, kun joudut puhumaan pitkän aikaa? Alkaako yskittää ja joudut napsimaan kurkkupastilleja?

Kurssilla tutustutaan äänielimistöön, opetellaan oikeanlaista äänenkäyttöä sekä kerätään vinkkejä, miten suojella äänielimistöä. Kurssi sopii kaikille oman äänen huollosta kiinnostuneille. Harjoituksia tehdään yhdessä ryhmänä, mutta on myös mahdollisuus yksilötuokioon.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8302430, PUHU OIKEIN! -MINIKURSSI**

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Leena Jaakkola  
La 12.00–14.15, 3.10.2020  
Tunteja 3 sl, 12,00 €  
enintään 20 osallistujaa

Samansisältöinen kurssi, kuin Alajärven kurssi.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8302408, HOITAVA ÄÄNI JA HENGITYS**

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Anne Siirilä  
Su 10.00–17.00, 29.11.2020  
Tunteja 8 sl, 15,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla tutustutaan omaan hengitykseen ja ääneen sekä opiskellaan rentoutumista sekä itsehoitoa äänen ja hengityksen avulla. Laulutaitoja ei tarvita, koska emme laula vaan äänitelemme. Hengitystekniikoiden lisäksi saat haltuusi perustietoa mm. kehoresonanssiääniteistä ja saat omakohtaista kokemusta mm. rummun ja äänimaljan hoitavista värähtelyistä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



## MUSIIKKI

### Soitinmusiikki, yksilöopetus

#### **1101101, PIANON- / KITARANSOITTO, Makasiini A**

Makasiini, musiikkitala 2,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Timo Kataja

Ke 14.30–16.30, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021

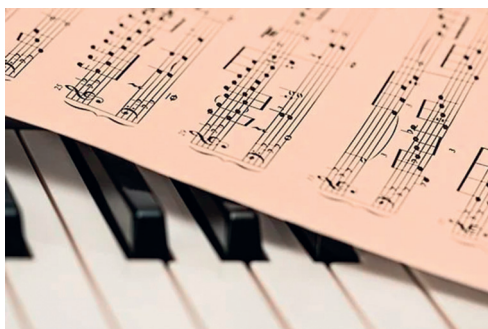
65,00 €

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

Kullekin oppilaalle soittoajaksi varataan 15 minuuttia. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan. Halutessasi pidemmän soittoajan, varaa 2 erillistä opiskelijapaikkaa. Kurssimaksu on tällöin myös kaksinkertainen. Pianon lisäksi voi myös soittaa kitaraa, mutta silloin on oltava oma kitara mukana.

Kurssin lopullinen päivä ja/tai kellonaika voi vielä muuttua opiskelijamäärien ja ryhmien selvittyä lopullisesti. Jos ryhmä on täynnä, ilmoittaudu varalle. Paikkoja voidaan lisätä tarpeen mukaan.

Alajärven pianopiireihin ilmoittautuneille jakaa Timo Kataja tarkempia soittoaikoja alkaen ke 2.9. p. 0400-602 035.



#### **1101102, PIANON- / KITARANSOITTO, Makasiini B**

Makasiini, musiikkitala 2,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Timo Kataja

To 14.30–17.00, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021

65,00 €

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### **1101106, PIANON- / KITARANSOITTO, aikuiset**

Makasiini, musiikkitala 2,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Timo Kataja

Ti 17.00–18.45, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021

65,00 €

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### **1101108, PIANON- / KITARANSOITTO, Hoisko**

Hoiskon koulu, Koulupolku 8, Hoisko  
Timo Kataja

Ti 13.15–14.45, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021

65,00 €

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### **1101110, PIANON- / KITARANSOITTO, Alakylä**

Alakylän koulu, Höykyyläntie 54, Kurejoki  
Timo Kataja

Ke 17.15–18.00, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021

65,00 €

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### **1101112, PIANON- / KITARANSOITTO, Myllykangas**

Myllykankaan koulu, Lapuantie 842, Sissala  
Timo Kataja

To 17.30–18.15, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021

65,00 €

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101113, PIANON- / KITARANSOITTO, Paalijärvi

Paalijärven koulu, Jussilantie 4, Paalijärvi  
Timo Kataja  
Ti 15.00-15.45, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
65,00 €

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101201, PIANONSOITTO, Lehtimäki

Taimelan koulu, Koulutie 5, Lehtimäki  
Merja Källi  
To 14.45-16.30, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021  
65,00 €

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

Kullekin oppilaalle soittoajaksi varataan 15 minuuttia. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan. Halutessasi pidemmän soittoajan, varaa 2 erillistä opiskelijapaikkaa. Kurssimaksu on tällöin myös kaksinkertainen.

Lehtimäen pianopiiriin ilmoittautuneille jakaa Merja Källi tarkempia soittoaikoja alkaen ke 2.9. p. 040-8267136.

### 1101301, PIANONSOITTO, Soini

Soinin yhtenäiskoulu, musiikkiluokka,  
Koulutie 3, Soini  
Merja Källi  
Ke 14.30-16.30, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
65,00 €

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

Kullekin oppilaalle soittoajaksi varataan 15 minuuttia. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan. Halutessasi pidemmän soittoajan, varaa 2 erillistä opiskelijapaikkaa. Kurssimaksu on tällöin myös kaksinkertainen.

Soinin pianopiiriin ilmoittautuneille jakaa Merja Källi tarkempia soittoaikoja alkaen ke 2.9. p. 040-8267136.

### 1101401, PIANON- / KITARANSOITTO A

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Timo Kataja  
Ma 14.15-17.15, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
65,00 €, **Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

Kullekin oppilaalle soittoajaksi varataan 15 minuuttia. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan. Halutessasi pidemmän soittoajan, varaa 2 erillistä opiskelijapaikkaa. Kurssimaksu on tällöin myös kaksinkertainen.

Vimpelin pianopiiriin ilmoittautuneille jakaa Timo Kataja tarkempia soittoaikoja alkaen to 3.9. p. 0400-602 035.



### 1101402, PIANON- / KITARANSOITTO B

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Timo Kataja  
Pe 14.15-17.15, 11.9.-27.11.2020,  
15.1.-23.4.2021  
65,00 €

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101205, POP/JAZZ -RUMMUT

Taimelan koulu, musiikkiluokka,  
Koulutie 5, Lehtimäki  
Senni Hauta-aho  
To 12.00-20.00, 10.9.-3.12.2020,  
14.1.-22.4.2021  
165,00 €, enintään 10 osallistujaa



Rumputunteja kaikenikäisille rumpujen soitosta kiinnostuneille vasta-alkajista jo hie- man pidemmälle päässeille.

Kullekin oppilaalle soittoajaksi varataan 45 minuuttia. Kokoonnutumiset joka toinen torsi- tai, 7 kertaa syyskaudella ja 8 kevätkaudella.  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 1101210, HARMONIKANSOITTO, YKSILÖOPETUS

Taimelan koulu, luokkatila,  
Koulutie 5, Lehtimäki  
Marja Toivonen  
To 18.00–18.45, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021  
65,00 €  
enintään 5 osallistujaa

Harmonikan soiton opettelua yksilöllisesti. Musiikin teoriaa. Kullekin opiskelijalle varataan aikaa 15 min/kerta. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan. Halutessasi pidemmän soittoajan, varaa 2 erillistä opiskelijapaikkaa. Kurssimaksu on tällöin myös kaksinkertainen.  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101405, VIULUNSOITTO

Aapiskujan koulu,  
Aapiskuja 15, Vimpeli  
Satu Lumiaho  
Ke 13.00–17.00, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
130,00 €  
enintään 9 osallistujaa

Viulunsoiton opetusta aloittelijoille sekä jatkaville viulisteille. Opetus on yksityisopetusta, 30 min/kerta. Tuntien ajat sovitaan opettajan kanssa, puh. 045-1141266.  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 1101415, KITARAN, BASSON, RUMPUJEN JA UKULELEN SOITTO, YKSILÖOPETUS

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Heikki Isoniemi  
Ti 16.30–18.00, 8.9.-24.11.2020,  
15.1.-20.4.2021  
65,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Kitaran, bassokitara, rumpujen tai ukulelen soiton opetus. Kullekin opiskelijalle varataan aikaa 15 min/kerta. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan. Halutessasi pidemmän soittoajan, varaa 2 erillistä opiskelijapaikkaa. Kurssimaksu on tällöin myös kaksinkertainen.  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### Soitinmusiikki, ryhmäopetus

#### 1101125, UKULELEN ALKEET

Makasiini,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Satu Lumiaho  
La 12.00–13.30, 12.9.-3.10.2020  
Tunteja 8 sl, 15,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Tule opettelemaan ukulelen soittoa. Sopii aloittelijoille! Opetellaan helppoja sointuja, muutamia säestyskompejeja ja näppäilysoiton alkeet. Oma soitin mukaan, opettajalla lisäksi muutama lainasoitin.  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### 1101130, KITARANSOITTO 7-13 vuotiaat

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Luukas Peräsalo, Urmas Peräsalo (kevät)  
Pe 16.00–16.30, 11.9.-27.11.2020,  
15.1.-23.4.2021  
32,00 €  
enintään 8 osallistujaa

Kurssilla opiskellaan monipuolisesti kitaran eri säestysmuotoja ja melodian soittoa.  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### 1101131, KITARANSOITTO yli 13-vuotiaat

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Luukas Peräsalo, Urmas Peräsalo (kevät)  
Ti 16.00–16.45, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
32,00 €  
enintään 8 osallistujaa

Kurssilla opiskellaan monipuolisesti kitaran eri säestysmuotoja ja melodian soittoa.  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101151, BÄNDIKURSSI, 7-13-vuotiaat

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Luukas Peräsalo, Urmas Peräsalo (kevät)  
Pe 16.30–17.15, 11.9.–27.11.2020,  
15.1.–23.4.2021  
32,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Kurssilla soitetaan erilaisia musiikkityylejä sekä kokeillaan eri bändisoittimia. Kappalevalinnoissa pyritään ottamaan huomioon kurssilaisten omat toiveet.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101206, LYÖMÄSOITINRYHMÄ

Taimelan koulu, musiikkiluokka,  
Koulutie 5, Lehtimäki  
Senni Hauta-aho  
Ke 18.30–19.15, 9.9.–2.12.2020,  
13.1.–21.4.2021  
24,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Kurssilla tutustumme erilaisiin lyömäsoittimiin rumpusetin lisäksi. Kurssi on tarkoitettu kaikenikäisille rumpujen soitosta kiinnostuneille tai sitä jo harrastaville. Soitamme yhdessä erilaisia rytmejä ja lyömäsoittimille soveltuvia kappaleita. Tutustumme myös erilaisiin rudimentteihin. Kurssin lopussa toteutamme jostain harjoitellusta kappaleesta yhdessä joko soittovideon tai esiintymisen. Kokoonnutumiset joka toinen torstai, 7 kertaa syyskaudella ja 8 kevätkaudella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101211, HARMONIKKAPIIRI, YHTEISSOITTO

Taimelan koulu, luokatila,  
Koulutie 5, Lehtimäki  
Marja Toivonen  
To 19.00–20.30, 10.9.–26.11.2020,



14.1.–15.4.2021  
44,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Yhteissoittoharjoituksia ja ohjelmiston rakentamista.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101320, SOININ SOITTOKUNTA

Soinin kotiseututalo Kuninkaantupa,  
Multiantie 27 C, Soini  
Hannu Antila  
Su 13.00–16.15, 13.9.–29.11.2020,  
17.1.–28.3.2021  
38,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Yhteissoiton oppiminen kapellimestarin viittoman mukaan.

Kurssi kokoontuu erillisen ohjelman mukaan 6 kertaa syyskaudella ja 2 kertaa kevätkaudella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

**HUOM! Kurseille on ilmoittauduttava ennen osallistumista!**

## Laulu ja kuorot

### 1101145, YKSINLAULU A, Alajärvi

Makasiini, musiikkitalo 1,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Tiia Katajamäki  
Ma 14.30–17.45, 7.9.–24.11.2020,  
11.1.–19.4.2021  
165,00 €  
enintään 6 osallistujaa

Jos kurssi on täynnä, ota varapaikka. Tunteja voidaan lisätä kesken lukuvuoden.

Yksinlaulun perusteita, äänenmuodostuksen ja äänen käytön valmennusta niin yksinlaulua harrastaville kuin muihinkin esiintyvän äänenkäytön huoltamista ja tehostamista tarvitseville. Kullekin kurssilaiselle on varattu opetusta 24 kertaa 30 min/lukuvuosi. Kurssi kokoontuu opettajan antaman aikataulun mukaisesti. Enintään 7 opiskelijaa.

Opettaja ottaa yhteyttä paikan saaneisiin opiskelijoihin ja ilmoittaa laulutuntien ajat lukujärjestyksen selvittyä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1101146, YKSINLAULU B, Alajärvi**

Makasiini, musiikkitala 1,  
Sairaalatie 3, Alajärvi  
Tiia Katajamäki  
Ti 14.30–18.15, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
165,00 €  
enintään 7 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1101245, YKSINLAULU, Lehtimäki**

Taimelan koulu, Koulutie 5, Lehtimäki  
Leena Jaakkola  
Ma 17.00–18.30, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
165,00 €  
enintään 3 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1101345, YKSINLAULU, Soini**

Soinin yhtenäiskoulu,  
Koulutie 1, Soini  
Leena Jaakkola  
Ma 14.30–16.30, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
165,00 €  
enintään 4 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1101445, YKSINLAULU, Vimpeli**

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Tiia Katajamäki  
Ma 18.30–20.30, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
165,00 €  
enintään 4 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1101147, LAULUN INTENSIIVIKURSSI**

Makasiini,  
Sairaalatie 3, Alajärvi  
Leena Jaakkola  
La 10.30–15.45, Su 10.30–15.45,  
7.-8.11.2020

Tunteja 12 sl, 20,00 €  
enintään 8 osallistujaa

Leppoisa viikonloppu yksinlaulun parissa. Kurssi kestää lauantain ja sunnuntain ja sisältää molempina päivinä kaikille yhteisen ryhmätunnin, jossa lämmitellään ja herätellään kehoa laulamista varten sekä pohditaan erilaisia laulamiseen, äänen huoltoon ja esiintymiseen liittyviä asioita. Jokainen oppilas saa kaksi n. 20 minuutin yksinlaulutuntia, jotka toteutetaan oppilaan tahdon mukaan joko kahden oppilaan kanssa tai niin, että muu ryhmä voi seurata opetusta.

Tarkemmat ohjeet sähköpostilla ennen kurssin alkua.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1101446, LAULUN INTENSIIVIKURSSI**

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Leena Jaakkola  
La 10.30–15.45, Su 10.30–15.45,  
13.-14.3.2021  
Tunteja 12 kl, 20,00 €  
enintään 8 osallistujaa

Samansisältöinen kurssi, kuin Alajärven kurssi.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1101140, SEKAKUORO / ALAJÄRVI-KUORO**

Makasiini, musiikkitala 1,  
Sairaalatie 3, Alajärvi  
Tiia Katajamäki  
Ti 18.30–20.00, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
46,00 €  
enintään 50 osallistujaa

Kuorossa harjoitellaan sekä perinteisiä säestyksettämiä että kevyempiä säestyksellisiä kuorosovituksia neliäänisenä. Myös uudet kuorotoiminnasta kiinnostuneet laulajat tervetuloa mukaan! Mukaan voi tulla koko opintokauden ajan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101240, MIESKUOROLAULU / LEHTIMÄEN MIESKUORO

Taimelan koulu, musiikkiluokka,  
Koulutie 5, Lehtimäki  
Marita Jokiahho  
Ma 18.00–19.30, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
46,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Lauletaan lauluja laidasta laitaan, hengellisistä lauluista iskelmiin. Pääasiassa yksinäistä laulamista.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101440, MIESKUORO / VIMPELIN MIESLAULAJAT

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Olli Uusitupa  
Ma 18.00–20.30, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
58,00 €  
enintään 40 osallistujaa

Mieskuorolauluja I-V, joululauluja (yksittäisiä nuotteja ja sovituksia), kevyttä musiikkia ja ikivihreitä kuoronjohtajan sovituksina sekä yksittäisinä nuotteja, Madetojan mieskuorolaulut (toim. YL), ohjelmistoa konsertteja varten.

**Ilmoittautuminen alkaa 28.8.2020 12.30**



### 1101441, NAISKUORO

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Heikki Isoniemi  
Ti 18.00–19.30, 8.9.-24.11.2020,  
15.1.-20.4.2021  
46,00 €  
enintään 50 osallistujaa

Kuorolaulua moniäänisesti; ohjelmisto kevyttä musiikkia, kansanlauluja ja hengellistä musiikkia. Entiset ja uudet kuorolaulajat tervetuloa mukaan!

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101450, YHTEISLAULUA SENIOREILLE

Venla ja Väinö-koti,  
Opintie 1b, Vimpeli  
Satu Lumiaho  
Joka toinen ma 13.00–13.45, 7.9.-19.10.2020  
Tunteja 4 sl, 12,00 €

Lauletaan yhdessä tuttuja kansanlauluja ja iskelmiä. Kurssimaksut katetaan opintoseteliavustuksella.

## Musiikin teoria



### 1101120, MISSÄ ON A? – nuotinlukukurssi

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Heikki Jokiahho  
To 17.30–19.00, 10.9.-26.11.2020  
Tunteja 22 sl, 30,00 €

enintään 12 osallistujaa

Kurssilla lähdetään tutustumaan nuotteihin A:sta alkaen ja kurssin edetessä selvitetään mm. sointuoppia ja kappaleiden melodioiden soinnuttamista. Suunnattu kaikille musiikin harrastajille, soittajille ja laulajille. Lähtötasolla ei ole merkitystä, kurssi on suunnattu aivan vasta-alkajille tai jo vähän nuotteja tunteville.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1101207, MUSIIKIN TEORIAN ALKEET

Taimelan koulu, musiikkiluokka,  
Koulutie 5, Lehtimäki  
Senni Hauta-aho  
Ke 17.30–18.15, 9.9.-2.12.2020,  
13.1.-21.4.2021  
Tunteja 7 sl, 8 kl, 24,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Kurssilla opiskelemme musiikin teorian alkeita. Kurssin on tarkoitettu kaikenikäisille. Musiikin teorian alkeet sopivat sekä pop/jazz-musiikin että klassisen musiikin harrastajille, tai vain muuten yleisesti musiikin teoriasta kiinnostuneille. Kokoukset joka toinen torstai, 7 kertaa syyskaudella ja 8 kevätkaudella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



## PSYKOLOGIA JA KASVATUS

### 3203101, MINDFULNESS ALKEISKURSSI

Makasiini, musiikkitalo 1,  
Sairaalatie 3, Alajärvi  
Titta Väänänen  
Ke 18.00–19.30, 9.9.-4.11.2020  
Tunteja 16 sl, 24,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Tutustutaan Mindfulnessiin. Harjoitellaan tapoja mielen ja kehon rauhoittamiseen ja hyvinvoinnin ylläpitoon. Mukaan jumpa-alusta, pieni tyyny ja kevyt peitto. Pukeudu miellyttävään vaatetukseen. Kahdeksan viikon intensiivikurssi alkeista.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 3203102, MEDITOINTI – mitä se on? Verkkokurssi

Heidi Mehtonen  
Ma 17.00–18.30, 14.9.-23.11.2020,  
11.1.-22.3.2021  
Tunteja 12 sl, 12 kl, 32,00 €  
enintään 15 osallistujaa

Mitä meditointi on? Missä ja milloin on hyvä meditoita? Miten ja miksi meditoidaan? Tutustutaan meditointiin tieteenä, tehdään harjoituksia ja opetellaan uusia taitoja. Tule

mukaan – vaikka vain uteliaisuuttasi! Verkko-opetus joka toinen viikko.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 3203105, RETRIITTI – Löytöretki sinuun

Hoiskon koulu, liikuntasali,  
Koulupolku 8, Hoisko  
Heidi Mehtonen  
La 10.00–15.00, 14.11.2020  
Tunteja 6 sl, 25,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Pysäytä kiire, tule ja rauhoita levoton mieli. Hengähdä ja kuuntele, mitä kehosi kertoo. Retriittipäivä alkaa hatha-joogaharjoituksella, jatkuu taideterapialla ja päivä päätetään äänimaljarentoutukseen. Mukaan tarvittavat avoimen mielen, rennot vaatteet, jooga-alustan, tyynyn ja peiton. Omat eväät taukoa varten.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**



## MUU YHTEISKUNTA- JA KÄYTTÄYTYMISTIEDEIDEN KOULUTUS

### 3898101, TUKIHENKILÖ- JA TUKIPERHETOIMINNAN PERUSKURSSI, kurssi jatkuu keväältä 2020

Alajärven kaupungintalo, valtuustosalii,  
Alvar Aallontie 1, Alajärvi  
Johanna Rauhala, Sari Vesala  
Ti 1.9. klo 18.00–20.30 ja  
la 5.9. klo 9.00–15.00,  
Tunteja 9 sl, 0,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Osallistujat saavat tietoa tukiperhe- ja tukihenkilötoiminnasta, lapsen/nuoren kasvusta ja kehitysvaiheista, tukea tarvitsevan lapsen/nuoren kohtaamisesta sekä vuorovaikutuksesta tukiperhe- ja tukihenkilötoiminnassa. Lisäksi tutustutaan teemaan ”Me tukiperheenä : oikeudet ja velvollisuudet”. Koulutukseen osallistuminen ei sido tukiperheeksi tai tukihenkilöksi ryhtymiseen. Ei kurssimaksua. Lisätietoja: Perhepalvelujen sosiaalihoaja Johanna Rauhala p. 040-7497756 tai sp. [johanna.rauhala@alajarvi.fi](mailto:johanna.rauhala@alajarvi.fi).





## KIELET

### Suomi

#### **1201101, SUOMEN KIELEN ALKEISKURSSI**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.4,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Anna Lilja-Aaltonen  
To 17.00–18.30, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021  
46,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Maahanmuuttajien kurssimaksut katetaan opetushallituksen avustuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### **1201102, SUOMEN KIELEN JATKOKURSSI**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.4,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Anna Lilja-Aaltonen  
To 18.45–20.15, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021  
46,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Maahanmuuttajien kurssimaksut katetaan opetushallituksen avustuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### **1201105, SUOMEN KIELEN SUULLINEN KURSSI**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.4,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Johanna Hautamäki-Yamaguchi  
La 10.30–14.00, 5.-26.9.2020  
Tunteja 16 sl, 24,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Kurssilla harjoitellaan eri tilanteissa puhumista yksin ja ryhmässä, sekä tehdään esiintymisharjoituksia.

Maahanmuuttajien kurssimaksut katetaan opetushallituksen avustuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 3.8.2020 8.00**

#### **1201405, SUOMEN KIELEN SUULLINEN KURSSI**

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Johanna Hautamäki-Yamaguchi  
Ma 18.00–19.30, 24.8.-28.9.2020  
Tunteja 12 sl, 20,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Kurssilla harjoitellaan eri tilanteissa puhumista yksin ja ryhmässä, sekä tehdään esiintymisharjoituksia.

Maahanmuuttajien kurssimaksut katetaan opetushallituksen avustuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 3.8.2020 8.00**

### Englanti

#### **1203104, ENGLANNIN PERUSTEITA ARKEEN JA MATKUSTELUUN**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.4,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Kaija Kiviluoma  
Ti 17.00–18.30, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
46,00 €  
enintään 20 osallistujaa

Kurssilla opiskellaan englannin kielen perusteita ja keskitytään arkielämään ja matkustamiseen liittyvään sanastoon. Kurssi sopii mainiosti niin vasta-alkajille kuin jo kieltä jonkin verran taitavillekin.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### Venäjä

#### **1206102, VENÄJÄ II**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.4,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Kaija Kiviluoma  
Ti 18.30–20.00, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
46,00 €  
enintään 20 osallistujaa

Kurssilla kerrataan venäjän kielen perusteita ja tutustutaan kielen opiskelun ohella venäläiseen kulttuuriin ja tapoihin. Oppikirjana Pora! 1 (kertaus syksyllä) ja Pora! 2 (kevällä)

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

## Espanja

### 1207101, MATKAILUESPANJAA VERKKO-OPINTOINA

Anna Kaisa Puhakka  
Ti 18.00–19.30, To 18.00–19.30,  
25.8.-3.9.2020  
Tunteja 8 sl, 15,00 €  
enintään 20 osallistujaa

Kurssi lähtee alkeista. Opiskelemme matkailijan sanastoa ja tilanteita, esim. tervehdykset, lukusanat, kahvilassa, ravintolassa, ostoksilla. Kurssi toteutetaan Teams -ohjelmalla. Tarvitset tietokoneen, jossa on internet-yhteys sekä toimivan sähköpostiosoitteen (muista merkitä ilmoittautumiseen!).

**Ilmoittautuminen alkaa 3.8.2020 8.00**



## TIETOTEKNIikka

### Tietotekniikan hyödyntäminen

#### 3401101, DIGITREENIT

Makasiini, musiikkitala 1,  
Sairaalatie 3, Alajärvi  
Saija Ylinen  
Ma 9.00–11.15, 7.9.-23.11.2020  
38,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Matalan kynnyksen kurssi digitaalisen maailman eri aihealueista. Tule mukaan opettelemaan älykännykän, tietokoneen tai tabletin käyttöä. Ohjelma muotoutuu ryhmän mukaan. Senioreiden kurssimaksut katetaan opintotietoliavustuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### 3401108, MATALAN KYNNYKSEN DIGITAITOKURSSI TYÖTTÖMILLE JA TYÖELÄMÄN ULKOPUOLELLA OLEVILLE

Makasiini, musiikkitala 1,  
Sairaalatie 3, Alajärvi  
Kai Hannulabacka  
To 9.00–13.00, 3.9.-26.11.2020  
0,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Koulutusaiheita: netin sähköiset palvelut, Hyvis, Kela, pankit, työkkäri..., asiakirjan liittäminen sähköpostiin tai sähköiseen palveluun, sähköisten lomakkeiden täyttäminen, sähköinen tunnistautuminen (mobiilitunniste), digitaalisten palveluiden muutokset, netin kautta tehtävät hakemukset (henkilökortti, passi...), ajanvaraus netissä (laboratorio, katsastus, pankkipalvelut...), sähköinen ilmoittautuminen (kansalaisopisto, kurssit...), sähköinen allekirjoitus, sosiaalisen median sisällöt ja tilit + somen etiketti, älypuhelimet, lippupalvelut (VR, bussit, konsertit...). Officen ohjelmat. Nettiyhteyden jakaminen kännykstä tietokoneelle. Skannaus, kuvan/asiakirjan lähettäminen. Kurssin sisällöt muotoutuvat kurssilaisten yksilöllisten tarpeiden mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### 3401110, KÄNNYKKÄKUVAAMINEN, KUVANKÄSITTELY JA JAKAMINEN NETISSÄ

Alajärven kirjasto,  
Kirkkotie 7, Alajärvi  
Kai Hannulabacka  
Ti 18.00–20.30, 15.9.-6.10.2020  
Tunteja 12 sl, 20,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Opi ottamaan hyviä kuvia puhelimellasi ja muokkaamaan kuvia tietokoneella sekä siirtämään kuvia pilvipalveluun ja jakamaan kuvia sekä albumeita internetissä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

#### 3401111, KÄNNYKKÄKUVAAMINEN, KUVANKÄSITTELY JA JAKAMINEN NETISSÄ

Alajärven kirjasto,  
Kirkkotie 7, Alajärvi  
Kai Hannulabacka  
Ti 18.00–20.30, 9.-30.3.2021  
Tunteja 12 kl, 20,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Opi ottamaan hyviä kuvia puhelimellasi ja muokkaamaan kuvia tietokoneella sekä siirtämään kuvia pilvipalveluun ja jakamaan kuvia sekä albumeita internetissä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **3401201, DIGIASIOINTIA JA SÄHKÖISIÄ PALVELUITA**

Taimelan koulu, atk-luokka,  
Koulutie 5, Lehtimäki  
Markku Lindgren  
To 11.00–12.30, 17.9.–26.11.2020  
Tunteja 20 sl, 28,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Sähköisen asioinnin perusteet. Sähköiset dokumentit, kuvat ja muu sisältö omassa käytössä, omalla tietokoneella. Kurssi etenee opiskelijoiden tavoitteiden mukaisesti ja pyrkii tarjoamaan ajankohtaista tietoa. Senioreiden kurssimaksut katetaan opintaseteliavustuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **3401202, DIGITREENIEN JATKOT**

Lehtimäen toimintakeskus,  
Keskustie 1, Lehtimäki  
Markku Lindgren  
To 9.00–10.30, 17.9.–5.11.2020  
Tunteja 20 sl, 22,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Matalan kynnyksen kurssi kehitysvammaisille Lehtimäen toimintakeskuksessa. Ohjelma muotoutuu ryhmän toiveiden mukaan. Kurssimaksut katetaan opintaseteliavustuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **3401206, DIGITREENIEN JATKOT**

Lehtimäen toimintakeskus,  
Keskustie 1, Lehtimäki  
Markku Lindgren  
To 9.00–10.30, 4.-25.2.2021  
Tunteja 8 kl, 15,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Matalan kynnyksen kurssi kehitysvammaisille Lehtimäen toimintakeskuksessa. Ohjelma muotoutuu ryhmän toiveiden mukaan. Kurssimaksut katetaan opintaseteliavustuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **3401203, MUISTIJUMPPAA MOBILISTI**

Taimelan koulu, atk-luokka,  
Koulutie 5, Lehtimäki  
Markku Lindgren  
To 11.00–12.30, 12.-26.11.2020  
Tunteja 6 sl, 12,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Harjoita muistiasi, huomiokykyäsi, ongelmanratkaisutaitojasi sekä ”hoksaamistasi” omalla älylaitteellasi nykyaikaisella tavalla. Kurssilla harjoitellaan erilaisten sovellusten sekä pelien avulla edellä mainittuja asioita opiskelijan omien tavoitteiden mukaisesti. Ota mukaan oma älylaite, jossa nettiyhteys tai Wifi-yhteys. Senioreiden kurssimaksut katetaan opintaseteliavustuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **3401204, MUISTIJUMPPAA MOBILISTI, jatkokurssi**

Lehtimäen palvelutoimisto,  
Keskustie 2, Lehtimäki  
Markku Lindgren  
To 9.00–10.30, 14.-28.1.2021  
Tunteja 6 kl, 12,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **3401205, TAIPUISA TIETOTEKNIKKAPAKETTI**

Taimelan koulu, atk-luokka,  
Koulutie 5, Lehtimäki  
Markku Lindgren  
To 11.00–12.30, 14.1.-25.2.2021  
Tunteja 6 kl, 12,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kattava kokonaisuus tietotekniikkaa toimisto-ohjelmista ja käyttöjärjestelmistä internetin eri palveluihin ja tietosuoja-asioihin saakka. Kurssi etenee ryhmän toiveiden mukaisesti.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **3401301, DIGITREENIT**

Soinin yhtenäiskoulu,  
Koulutie 1, Soini  
Juha Kantola  
To 18.30–20.45, 10.9.–26.11.2020  
38,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Matalan kynnyksen kurssi digitaalisen maailman eri aihealueista. Tule mukaan opettelemaan älykännykän, tietokoneen tai tabletin käyttöä. Ohjelma muotoutuu ryhmän mukaan. Senioreiden kurssimaksut katetaan opintaseteliavustuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 3401401, DIGITREENIT

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Saija Ylinen  
Ke 17.00–19.30, 9.9.-25.11.2020  
38,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Matalan kynnyksen kurssi digitaalisen maailman eri aihealueista. Tule mukaan opettelemaan älykännykän, tietokoneen tai tabletin käyttöä. Ohjelma muotoutuu ryhmän mukaan. Senioreiden kurssimaksut katetaan opintaseteliavustuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### ESITTÄVÄ TAIDE JA KIRJALLISUUS

#### Näyttämötaiteet



### 1102103, SATUTEATTERI (6-9-v.)

Perhetupa Pähkinä,  
Tulialontie 1, Alajärvi  
Niina Männistö  
Ti 16.00–17.00, 8.9.-24.11.2020  
22,00 €  
enintään 13 osallistujaa

Satuteatterissa tutustutaan teatterin maailmaan leikkien ja satujen kautta. Leikin ja eläytymisen avulla harjoitellaan itsensä ilmaisua ja ryhmässä toimimista. Luvassa hauskaa yhdessäoloa ja esiintymisen riemua!

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1102104, TEATTERIKERHO 10-13-VUOTIAILLE

Perhetupa Pähkinä,  
Tulialontie 1, Alajärvi  
Niina Männistö  
Ke 16.00–17.00, 9.9.-25.11.2020  
22,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Kerho rohkaisee lasta kiinnostumaan teatterista. Hän saa onnistumisen elämyksiä ja sitä kautta itsetunto kehittyy. Kerhossa itseilmaisua ja esiintymistä harjoitellaan leikkien ja erilaisten harjoitteiden avulla. Luvassa hauskaa yhdessäoloa ja näyttelemisen riemua!

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1102107, NÄYTELMÄRYHMÄ

Levijoen nuorisoseurantalo,  
Tikkasentie 47, Alajärvi  
Arja Tikkanen, Tarja Kultavuori,  
Seppo Koivisto  
To 18.00–21.15, La 10.00–13.15,  
8.10.-10.12.2020, 7.-31.1.2021  
68,00 €  
enintään 7 osallistujaa

Harjoitellaan näytelmä esityskuntoon. Esitys tammikuussa. Ei uusia ilmoittautumisia.



### 1102301, NÄYTELMÄRYHMÄ

Soinin yhteistalo, sali,  
Multiantie 29, Soini  
Tuula Hankaniemi  
Su 16.00–18.30, 13.9.-29.11.2020,  
17.1.-25.4.2021  
Tunteja 33 sl, 39 kl, 58,00 €  
enintään 50 osallistujaa  
Harjoitellaan näytelmä esityskuntoon.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

**1302101, KIRJALLISUUDEN LUKUPIIRI**

Alajärven kirjasto,  
Kirkkotie 7, Alajärvi  
Riitta-Liisa Lahti  
Joka toinen ma 17.00–18.30,  
7.9.-23.11.2020, 11.1.-19.4.2021  
34,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Luetaan lähinnä kotimaista (kauno-) kirjallisuutta ja kokoonnutaan keskustelemaan siitä. Käsiteltävät teokset sovitaan yhdessä ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Kirjoja ei tarvitse itse hankkia vaan ne saadaan kirjastosta. Tule mukaan kirjallisuuden mielenkiintoiseen maailmaan!

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

**1302201, KIRJALLISUUDEN LUKUPIIRI**

Lehtimäen kirjasto,  
Keskustie 2, Lehtimäki  
Anne Kärki  
Ti 16.30–18.00, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
34,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Luetaan kauno- ja tietokirjallisuutta ja kokoonnutaan keskustelemaan teoksesta. Lukupiiriläisten toivomuksia otetaan huomioon mahdollisuuksien mukaan. Käsiteltäviä kirjoja listataan ensimmäisellä kerralla. Kurssi kokoontuu kahden tai kolmen viikon välein riippuen teoksen laajuudesta.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

**1302102, KIRJOITAJAPIIRI**

Alajärven kirjasto,  
Kirkkotie 7, Alajärvi  
Tiina Hautamäki  
Ke 17.30–19.45, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
58,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Oletko aina halunnut kirjoittaa, muttet tiedä miten aloittaa? Haluatko ilmaista sanoin tunteita, mielikuvituksesi liikkeitä, muistoja tai arjen realismia? Kirjoittajapiiri sopii kaikille kirjoittamisesta pitäville. Tunneilla tutustu-

taan kirjoittamisen eri keinoihin. Pääpaino on kuitenkin omien ajatusten siirtämisessä paperille, niiden jakamisessa sekä palautteen antamisessa ja vastaanottamisessa. Luottamuksellisessa ryhmässä voimme yhdessä kannustaa, inspiroida ja kehittää toisiamme kirjoittajina.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

**1302103, LASTEN SANIS (sanataidepiiri 4.-6. -luokkakaisille)**

Alajärven kirjasto,  
Kirkkotie 7, Alajärvi  
Tiina Hautamäki  
Joka toinen ke 16.00–17.30, 9.9.-18.11.2020,  
13.1.-21.4.2021  
35,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Sanis on löytöretki sanoihin, kertomiseen, luovuuteen ja itseilmaisuun. Matkan varrella poimitaan aineksia omiin matkapäiväkirjoihin ja tarinoihin sekä pysähdytään kuuntelemaan muiden matkakertomuksia. Saniksessa ei keskitytä kielioppiasioihin vaan kirjoitetaan vapaasti sanoilla ja ajatuksilla leikkien. Saniksen tavoitteena on sytyttää lapsissa kirjoittamisen ja lukemisen ilo. Pakkaamalla reppuun iloista mieltä ja mielettömästi mielikuvitusta olet valmis lähtemään mukaan sanaiselle retkelle.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

**KUVATAITEET JA MUOTOILU****Kuvataiteet****1103127, VALOKUVAUKSEN PERUSTEET**

Makasiini, musiikkitala 1,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Antti Hintsa  
La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00,  
9.-10.1.2021  
Tunteja 12 kl, 20,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Kurssilla opit valokuvauksen perusteita: kamerantoiminta, valotukseen vaikuttavat asiat, valkotasapaino, syväterävyys, kuvakulmat,

polttoväli ja tarkentaminen. Lisäksi perehdytään kuvaustehtävien kautta sommitteluun, valon hallintaan ja luoviin tekniikoihin. Kurssille suositellaan mukaan omaa kameraa.  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1103128, HYVÄ VALOKUVA**

Makasiini, musiikkitalo 1,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Antti Hintsa  
La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00,  
13.-14.3.2021  
Tunteja 12 kl, 20,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Hyvän kuvan kriteerit? Millaista kuvaa pidämme hyvänä? Mikä vaikuttaa käsityksiimme hyvästä, ja miten määräytyy huono tai ruma kuva? Kurssin aikana tutustutaan tekniisiin seikkoihin, joita on usein pidetty hyvän kuvan määreenä – sommittelu, valo ja varjo, raja... ja niihin kulttuurisiin seikkoihin, joiden kautta hyvä kuva määräytyy. Kurssi ei ole opastus hyvien kuvien tekemiseen vaan ennemmin se tarjoaa välineitä visuaaliseen ajatteluun ja oman kuvan kehittämiseen. Kurssilla luento-osuus, tehtävät ja palautekeskustelu. Ota mukaan muistiinpanovälineet ja kamera (myös kännykkä käy hyvin).  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1103130, MAALATAAN POSLIINIA YM.**

Makasiini, taideluokka,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Sirpa Kataja  
Ti 10.00–13.15, 8.9.-3.11.2020,  
12.1.-6.4.2021  
60,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Posliininmaalauksen perusteita, maalausta eri tekniikoilla, tuoksuttomilla nesteillä.

Maalataan myös eri menetelmin ja värein (akryyli, öljy, vesi, pouring, pastelli, lino) omista tai opettajan aiheista tauluja ym. Vapaata työskentelyä ja saat henkilökohtaista ohjausta! Aloittelijatkin mukaan! Posliininmaalareilta peritään kurssimaksun lisäksi 20 euron polttomaksu.  
Lisätietoja Sirpalta 0405572309.  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### **1103135, MAALAUSPÄIVÄ**

Makasiini, taideluokka,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Sirpa Kataja  
La 10.00–16.00, 24.10.2020  
Tunteja 7 sl, 14,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kuvataidetta kaikilla menetelmillä. Tehdään monotypia-grafiikkatöitä monella eri menetelmällä, sokeriakvarelleja sekä pouring-tekniikkatöitä ym. Kurssilla voi maalata myös posliinia! Lisätietoja Sirpalta 040 557 2309.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1103140, KOKEILE JA KEHITY**

Makasiini, taideluokka,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Ritva Lindberg  
To 13.15–16.30, 24.9.-3.12.2020,  
14.1.-25.3.2021  
60,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kurssilla tehdään aluksi harjoituksia piirtäen ja maalaten. Jatkossa etsitään omaa ilmaisua ja kehitetään sitä erilaisten teemojen kautta. Tavoitteena on vahvistaa materiaalien tuntemusta ja välineiden hallintaa sekä rohkaista kokeilujen kautta omaan ilmaisuun.

Opettaja tuo ensimmäisellä kerralla tarvittavat välineet. Jatkossa jokainen hankkii välineet ja materiaalit itse, näistä jaetaan luetello ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Sopii kaikille kuvataiteesta kiinnostuneille.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1103141, KEHITY JA INSPIROIDU**

Makasiini, taideluokka,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Ritva Lindberg  
Joka toinen to 17.30–20.45,  
17.9.-10.12.2020, 14.1.-22.4.2021  
50,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Tutkitaan kuvataiteen eri tyyliä, tehdään kokeiluja eri tekniikoilla ja etsitään innoitusta kuuluisien taiteilijoiden teosten kautta. Tavoitteen on löytää työskentelyyn uusia keinoja omien tavoitteiden saavuttamiseksi sekä miettiä teosten sisällöllistä merkitystä.

Opettaja tuo ensimmäisellä kerralla tarvittavat välineet. Jatkossa jokainen hankkii välineet ja materiaalit itse, näistä jaetaan luetteloa ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Sopii kaikille kuvataiteesta kiinnostuneille.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1103146, KIINALAINEN KALLIGRAFIA – luovuus, muoto & teekulttuuri**

Makasiini, taideluokka,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Huan-Ya Chen-Ketonen  
Ma 18.00–19.30, 14.9.-23.11.2020,  
1.2.-19.4.2021  
42,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Kiinalainen kalligrafia on ikivanhaa kuvakirjoitusta, joka yhdistää voimaa, nopeutta ja esteettisyyttä. Kurssilla käydään läpi kirjoituksen piirtoja, rakenteita, painopisteitä sekä sommittelua. Opimme kirjoittamaan ja ihaillemaan erilaisia fontteja sekä kurkistamaan teen ja kalligrafian suhteeseen. Aloitteijat ja jatkajat ovat tervetulleita.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1103430, PÄIVÄMAALARIT - kuvataideryhmä**

Järviseudun sairaala, tornitalo,  
Lakaniementie 85, Vimpeli  
Sirpa Kataja  
Ma 10.15–13.30, 7.9.-2.11.2020,  
11.1.-12.4.2021  
60,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Voit tehdä kuvataidetta kaikilla eri menetelmillä, myös piirtäen. Voit kokeilla tehdä myös Monotypia- ja linografiikkaa sekä sokeriakvarelleja ja pouring-tekniikatöitä. Kurssi soveltuu kaikille maalauksesta kiinnostuneille. Materiaalit voi ostaa opettajalta. Lisätietoja Sirpalta puh. 040-5572309.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1103432, POSLIININMAALAUUS JA KUVATAIDE**

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Sirpa Kataja  
Ti 17.00–20.00, 8.9.-3.11.2020,  
12.1.-6.4.2021  
60,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kurssi sopii kaikille posliinimaalauksesta ja/tai kuvataiteesta kiinnostuneille. Pehdytään eri tekniikoihin ja maalataan hajuttomilla nesteillä. Kuvataiteessa voit maalata kaikilla menetelmillä ja voit tehdä myös monotypia-grafiikatöitä, sokeriakvarelleja ja pouring-tekniikatöitä ym. Posliinimaalareilta peritään kurssimaksun lisäksi 20 euron poltomaksu. Lisätietoja Sirpalta 040-5572309.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1103438, KUVATAITEEN KESÄKURSSI**

Järviseudun sairaala, tornitalo,  
Lakaniementie 85, Vimpeli  
Sirpa Kataja  
Ma 10.00–16.00, Ti 10.00–16.00,  
Ke 10.00–16.00, To 10.00–16.00,  
7.-10.6.2021  
Tunteja 28 kl, 40,00 €  
enintään 8 osallistujaa

Vapaamuotoista maalausta omista aiheista. Voit maalata myös ulkona. Saat ohjausta öljy-, akryli- ja pastellivärien käyttöön. Voit tehdä myös monotypia- ja linografiikkaa, sokeriakvarelleja ja pouring-tekniikatöitä. Lisätietoja Sirpalta puh. 040-5572309.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### 1103444, ILTAPÄIVÄMAALARIT -kuvataideryhmä

Järviseudun sairaala, tornitalo,  
Lakaniementie 85, Vimpeli  
Sirpa Kataja  
Ma 13.45–17.00, 7.9.-2.11.2020,  
11.1.-12.4.2021  
60,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Voit tehdä kuvataidetta kaikilla eri menetelmillä myös piirtäen. Voit kokeilla tehdä myös monotypia- ja linografiikkaa, sokeriakvarelleja ja pouring-tekniikatöitä tai munan-kuorimosaiikkia ym. Kurssi soveltuu kaikille maalauksesta kiinnostuneille. Opettajalta voit ostaa materiaaleja. Lisätietoja Sirpalta 0405572309

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



## KÄDEN TAIDOT

### Kudonta ja käsityö

#### 1104101, KUDONTA I

Makasiini, kudontatila,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Hanna Moisio-Latvala  
Ma 10.00–12.30, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla pääsee tutustumaan kankaanra-  
kentamisen eri vaiheisiin loimien luomisesta  
alkaen. Kudotaan erilaisia käyttö-, sisustus-  
ja taidetekstiilejä kurssilaisten toiveiden ja  
tarpeiden mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### 1104102, KUDONTA II

Makasiini, kudontatila,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Hanna Moisio-Latvala  
Ke 12.30–15.00, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla pääsee tutustumaan kankaanra-  
kentamisen eri vaiheisiin loimien luomisesta  
alkaen. Kudotaan erilaisia käyttö-, sisustus-  
ja taidetekstiilejä kurssilaisten toiveiden ja  
tarpeiden mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



#### 1104111, KUDONTA JA KÄSITYÖT, Kurejoki

Alakylän kylätalo,  
Höykkyläntie 54, Kurejoki  
Hanna Moisio-Latvala  
Ti 10.00–12.30, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla kudotaan käyttö-, sisustus- ja taide-  
tekstiilejä kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden  
mukaan. Mukaan voi tulla myös tekemään  
 muita käsitöitä kankaankudonnan lisäksi.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### 1104112, KUDONTA ja KÄSITYÖT, Levijoki

Levijoan nuorisoseurantalo,  
Tikkasentie 47, Alajärvi  
Minna Kulmala  
Ma 10.00–12.30, 14.9.-30.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kankaiden kudontaa, neuletöitä ja erilaisia käsityötekniikoita.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104114, KUDONTA JA KÄSITYÖT, Saukonkylä

Saukonkylän ent. koulu,  
Saukonkyläntie 108, Saukonkylä  
Hanna Moisio-Latvala  
To 10.00–12.30, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-22.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla pääsee tutustumaan kankaanra-  
kentamisen eri vaiheisiin loimen luomisesta  
alkaen. Kudotaan käyttö-, sisustus- ja taide-  
tekstiilejä kurssilaisten toiveiden mukaan.  
Kurssille voi tulla tekemään myös muita käsi-  
töitä kuten neulontaa, virkkausta ja ompelua.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104201, KUDONTA ja KÄSITYÖT, Keskikylä

Kudonnan toimipiste,  
Huvitie 5 A 1, Lehtimäki  
Minna Kulmala  
Ke 14.30–17.45, 16.9.-2.12.2020,  
13.1.-14.4.2021  
66,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla suunnitellaan ja kudotaan kangas-  
puilla erilaisia kodin käyttö- ja sisustustekstiil-  
ejä. Kudonnan lisäksi tehdään jokin käsityö  
ajankohtaisella tekniikalla.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104202, KUDONTA ja KÄSITYÖT, Kirkonkylä

Kirkonkylän ent. painikämppä,  
Ala-Mattisentie 2, Lehtimäki  
Minna Kulmala  
Ke 18.00–20.30, 16.9.-2.12.2020,  
13.1.-14.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla perehdytään kankaan rakentami-  
seen, erilaisiin sidoksiin ja materiaaleihin.  
Kankaankudonnan avulla toteutettavien  
tekstiilien ohella kurssilla toteutetaan mon-  
enlaisia käsitöitä. Tekniikat ja tehtävät työt  
määräytyvät kurssilaisten toiveiden ja mie-  
lenkiinnon mukaan. Sopii sekä aloittelijoille  
että kudontaa aiemmin harrastaneille.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104301, KUDONTA, Soinin keskusta

Soinin kudontatilat,  
Teollisuustie 8, Soini  
Minna Kulmala  
Ti 17.15–20.30, 15.9.-1.12.2020,  
12.1.-13.4.2021  
66,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Tule tutustumaan kankaankudonnan kie-  
hotovaan ja vivahteikkaaseen maailmaan!  
Kurssilla suunnitellaan ja rakennetaan loi-  
mia, kudotaan yksilöllisiä vaatetus- ja sisus-  
tustekstiilejä kurssilaisten toiveiden mukai-  
sesti. Kurssi sopii myös aloittelijoille.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104310, KUDONTA ja KÄSITYÖT, Kukonkylä

Kukon ent. koulu, tekstiilitila,  
Källinmäentie 42, Kukonkylä, Soini  
Minna Kulmala  
Ma 18.00–20.30, 14.9.-30.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla kudotaan kodin käyttö- ja sisustus-  
tekstiilejä kurssilaisten toiveet huomioiden.  
Opetellaan kankaanrakentamista, sidoksia  
ja tutustutaan erilaisiin materiaaleihin. Lisäk-  
si tutustutaan erilaisten käsityötekniikoiden  
saloihin.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### 1104315, KUDONTA ja KÄSITYÖT, Parviainen

Parviaisen puuhutapa,  
Multiantie 710, Soini  
Minna Kulmala  
To 18.00–20.30, 17.9.-3.12.2020,  
14.1.-15.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla tutustutaan kankaanrakentamisen eri vaiheisiin ja kudotaan sisustustekstiileitä. Perehdytään erikoistekniikoihin ja käsitöihin, kuten virkkaus-, ompelu-, neule-, helmitöihin sekä solmeiluun.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104410, VIMPELIN KUDONTA

Järvisseudun sairaala, tornitalo,  
Lakaniementie 85, Vimpeli  
Hanna Moisio-Latvala  
Ti 17.00–19.30, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Loimien suunnittelu ja rakentaminen kangaspuihin. Kurssilla kudotaan käyttö-, taide- ja sisustustekstiilejä kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104412, KUDONTA, Säöksjärven ent. koulu

Säöksjärven ent. koulu, Pajatie 17, Vimpeli  
Mia Lehtiniemi  
Ti 15.00–17.30, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-6.4.2021  
48,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kankaan valmistaminen kangaspuissa luumisesta kutomiseen. Kokoontuu syyskaudella joka viikko, kevätkaudella joka toinen viikko.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104106, KÄSITÖIDEN PÄIVÄPIIRI

Makasiini, taideluokka,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Hanna Moisio-Latvala  
Ke 10.00–12.30, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Ompelua, neulontaa, kirjontaa, tilkkutöitä; erilaisia käsitöitä kurssilaisten toiveiden mukaan. Päiväpiiriin voi tulla tekemään kaikenlaisia käsitöitä mukavassa seurassa.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104110, KAIKENLAISET KÄSITYÖT

Alajärven koulukeskus, tekstiilityöluokka,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Hanna Moisio-Latvala  
Ma 17.30–20.00, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla voit esimerkiksi virkata tai koukuta mattoja, tehdä Tilda-töitä, neuloa tai vaikkapa ommella vaatteita. Kaikenlaisia käsitöitä kurssilaisten tarpeiden mukaan. Opetellaan uutta, kerrataan vanhoja taitoja ja jaetaan uusia ideoita.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104305, OMPELUA ja KÄSITÖITÄ, Soinin yhtenäiskoulu**

Soinin yhtenäiskoulu, tekstiililuokka,  
Koulutie 1, Soini  
Minna Kulmala  
To 15.30–17.00, 17.9.-3.12.2020,  
14.1.-15.4.2021  
46,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla voidaan ommella vaatteita ja sisustustekstiilejä, neuloa, virkata, solmeilla, koukuta, huovuttaa, punoa, maalata kangasta jne. Opi uusi tekniikka tai tule tekemään jokin keskeneräinen työsi valmiiksi! Kurssille voi tulla myös yhdessä kouluikäisen lapsen kanssa.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104401, KÄSITÖIDEN ILTAPIIRI**

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Hanna Moisio-Latvala  
To 17.30–20.00, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-22.4.2021  
58,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kaikenlaisia käsitöitä kurssilaisten toiveiden mukaan: ompelua, neulontaa, virkkausta, kirjontaa, tilkkutöitä, askartelua jne. Opetellaan uutta, kerrataan vanhoja taitoja ja jaetaan uusia ideoita. Tervetuloa mukaan!

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104118, TEKSTIILIRAKENTEITA JA -PINTOJA, KONEELLA KIRJOEN TAI KÄSIN OMMELLEN**

Alajärven koulukeskus, tekstiilityöluokka,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Minna Kulmala  
Ke 17.00–20.00, 21.4.-26.5.2021  
Tunteja 24 kl, 32,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Tule kokeilemaan kirjonnin mahdollisuuksia! Kurssilla tutustutaan erilaisiin tapoihin tuottaa tekstiilirakenteita ja -pintoja. Yhdistetään erilaisia materiaaleja, monimuotoisia kirjontatekniikoita ja työskentelytapoja. Kirjonta mahdollistaa monenlaisen vapaan kuvion ja sopii niin vaatteisiin, sisustukseen

kuin asusteisiin. Tavoitteena on tutustua kirjontaan monipuolisena ja innovatiivisena ilmaisuna suunnittelemalla ja toteuttamalla ainutkertainen käsityötuote tai taideteos. Materiaalimaksu kerätään tarvikkeiden käytön mukaan. **Ilmoittautumiset 1.4.2021 mennessä.**

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104333, KUMIHIMO-punonta**

Kukon ent. koulu, tekstiilitila,  
Källinmäentie 42, Kukonkylä, Soini  
Minna Kulmala  
La 10.00–16.00, 12.-19.9.2020  
Tunteja 14 sl, 22,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Kumihimo on Japanissa kehitetty punontatekniikka, jolla saadaan tehtyä kauniita punottuja nyörejä. Punotut nyörit sopivat käsi- ja kaulakoruiksi, korvakoruihin, asusteisiin somisteeksi, laukun kantohihnaksi tai vaikka lemmikin talutusnuoraksi. Opettajalla on mukana materiaalia ensimmäisellä tapaamiskerralla. Kurssi kokoontuu la 12.9. ja la 19.9.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### **1104321, TALLUKAS-jalkineet**

Soinin yhtenäiskoulu, tekstiililuokka,  
Koulutie 1, Soini  
Minna Kulmala  
Pe 17.00–20.00, La 10.00–15.00, Si 13.-14.11.  
ja 27.-28.11, kl 15.-16.1. ja 29.-30.1.  
42,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Tallukas on perinteinen suomalainen pehmeä ja kevyt pula-ajan pakkasjalkine, joka sopii myös sisäkäyttöön. Materiaaleiksi käytävät kierrätyskankaat, kuten vanhat froteepyyhkeet, villakangastakit, villaviltit, flanelit, puuvillakankaat ja trikoot. Ota mukaasi muistiinpanovälineet ja erilaisia em. materiaaleja, joista yhdessä katsotaan, mitkä soveltuvat tallukkaisiin. Pieni materiaalimaksu opettajalle tarvikkeiden käytön mukaan. Kurssi on intensiivinen ja vaativahko. Edellytetään ompelukoneen käyttötaitoa ja itsenäistä työskentelyä jonkin verran opetusviikkojen välissä. Kurssille ilmoittautumisen yhteydessä jalan koko tulee ilmoittaa lestiä varten.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104126, PAPERIMASSA- JA POSLIININUKET JA -TONTUT**

Alajärven koulukeskus, kotitalousluokka, Kaupintie 7, Alajärvi  
Kaisa Karala  
Ti 17.30–20.45, 29.9.-1.12.2020  
Tunteja 36 sl, 40,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Valmistetaan paperimassa- tai posliininukke oppilaan valinnan mukaan tai muotoillaan savesta tontun kasvot ja tehdään muotti, valetaan siitä kasvot/kasvoja ja valmistetaan tonttu. Tehdään myös niitä keskeneräisiä nukkeja!

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104142, KONENEULONTA**

Makasiini, taideluokka,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Pirjo Huhtakangas  
La 10.00–14.30, 7.-21.11.2020, 16.-30.1.2021  
39,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Neulekoneella neulomisen harjoittelua. Aloitetaan helpoista töistä. Koneella voidaan tehdä sukkia, lapasia yms. Opettajalla muutamia koneita, joilla voi harjoitella. Oman koneen voi ottaa mukaan, jos sellainen on. Kurssi kokoontuu la 7.11., 14.11. ja 21.11.2020 ja la 16.1., 23.1. ja 30.1.2021.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### **1104128, KAHVIPUSSEISTA ILMAISTA ILOA II**

Makasiini,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Minna Kulmala  
Ma 14.00–16.15, 7.-28.9.2020  
Tunteja 12 sl, 20,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kurssi on jatkoa kevään kurssille. Mukaan mahtuu uusia kahvipussien punomisesta ja taittelusta kiinnostuneita. Kurssilla punotaan kasseja, sisustuskoreja ja koriste-esineitä. Tehtävät työt ja tekniikka valitaan osallistujien toiveiden ja taitojen mukaan. Ota mukaan ensimmäiselle tapaamiskerralle tasoksi avattuja ja pestyjä kahvipusseja, pyykkipoikia, maalarinteippiä, sakset ja viivain. Mikäli sinulla ei ole kahvipusseja tai haluat punoa vaikkapa vanhoista sanomalehdistä tai ylijäämätaPETISTA, olet tervetullut mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104107, NYPLÄYS**

Makasiini, musiikkitala 1,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Sara Pellinen  
La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00,  
12.9.-29.11.2020, 16.1.-25.4.2021  
66,00 €  
enintään 15 osallistujaa

Nyplätään opiskelijoiden taitojen ja mieltymysten mukaan koruja, tauluja, huiveja, liinoja, tykkimyssyn pitsejä jne. Sopii vanhoille ja uusille harrastajille, myös lapsille. Jokainen saa edetä omaan tahtiinsa. Kehitetään taitoja vapaavalintaisilla töillä. Tutus-

tutaan eri materiaaleihin. Mukaan tarvitset nuppineuloja, nypläystyynyn ja nyplöitä ja nypläkseen soveltuvaa lankaa. Aloittaa voi myös opistolta/opettajalta lainatuilla tyynyillä ja nyplöillä. Kokoontuminen lauantaisin ja sunnuntaisin. Syksy: 12.-13.9., 3.-4.10., 24.-25.10. ja 28.-29.11.2020. Kevät: 16.-17.1., 20.-21.2., 20.-21.3. ja 24.-25.4.2021.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1104131, MAKRAMEE-SOLMEILUN MONET MUODOT**

Makasiini, taideluokka,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Minna Kulmala  
Ti 17.15-20.30, 20.4.-11.5.2021  
Tunteja 16 kl, 24,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Perinteinen, mutta moderneihin malleihin soveltuva makramee-tekniikka on edelleen ajankohtainen. Jo muutaman solmun oppiminen antaa mahdollisuuden erilaisten töiden ja koristeellisten pintojen solmeiluun. Kurssilla keskitytään aiemmin opitun soveltamiseen ja oman työn suunnitteluun. Myös vasta-alkajat ovat tervetulleita mukaan. Solmeiluun tarvitset kestäväää lankaa, kuten punoskudetta, moppi-, juutti- tai kalalankaa. Ota mukaan myös langanvahvuuteen sopivia helmiä, mikäli haluat niitä työhösi. Kurssi kokoontuu: ti 14.4., 21.4. ja 28.4.2020.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### **1104132, SOLMUISTA SISUSTUSESINEEKSI - MAKRAMEE-lyhytkurssi**

Luoma-ahon kylätalo,  
Luomantie 100, Luoma-aho  
Soili Mäki  
La 12.00-16.00, 26.9.-24.10.2020  
Tunteja 10 sl, 18,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Solmuista kauniiksi sisustusesineeksi! Kurssilla opit solmimaan makrameesolmuja ja niitä käyttämällä valmistat päivän aikana kukka-ampelin! Tarvikelista lähetetään ilmoittautuneille ennen kurssia. Kokoontumiset lauantaisin 26.9. ja 24.10.2020.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1104140, MINIATYYRIMAAILMAT**

Makasiini, taideluokka,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Hanna Moisio-Latvala  
Joka toinen ke 17.30-20.00, 9.9.-24.11.2020,  
13.1.-21.4.2021  
42,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kurssilla rakennetaan ja askarrellaan miniatyyrimaailmoja, -huoneita tai pieni kokonaisuus esimerkiksi lyhtyyn, laatikkoon tai alustalle. Voi keskittyä myös oman nukketalonsa sisustamiseen tai remontoimiseen. Mahdollisuus tehdä huonekaluja, tekstiilejä, koriste-esineitä, kasveja yms. Sisältöä voidaan tarkentaa kurssilaisten toiveiden mukaan. Luvassa askartelua, ompelua, virkkausta ja värkkäystä minikoossa!

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **1104133, JOULUASKARTELUKURSSI LAPSILLE JA NUORILLE**

Luoma-ahon kylätalo,  
Luomantie 100, Luoma-aho  
Soili Mäki  
La 10.00-13.15, 21.11.2020  
Tunteja 4 sl, 12,00 €  
enintään 20 osallistujaa

Valmistetaan yhdessä joulukortteja ja -askarteluja. Materiaali opettajalta, materiaalmaksu 5€.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104141, TONTTUOVI

Makasiini, taideluokka,  
Sairaalatie 3, Alajärvi  
Hanna Moisio-Latvala  
Pe 17.30–20.45, 27.11.2020  
Tunteja 4 sl, 12,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Tule askartelemaan viime joulujen hitti, tonttuovi! Mukaan tarvitset erivahvuisia pahveja (esim. tyhjat muro- ym pakkaukset käyvät hyvin), jäätelötikkuja, liimaa, sakset, askartelumaaleja, kynän ja viivoittimen. Materiaaleja löytyy myös opettajalta.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 1104441, TONTTUOVI

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Hanna Moisio-Latvala  
Pe 17.30–20.45, 20.11.2020  
Tunteja 4 sl, 12,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**



### 1104145, PIENET BETONITYÖT

Makasiini, taideluokka, Sairaalatie 3, Alajärvi  
Hanna Moisio-Latvala  
Ma 17.30–20.30, Ke 17.30–19.45,  
Pe 17.30–19.45, 3.-7.5.2021  
Tunteja 10 kl, 18,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Pieniä betonitöitä askartelubetonista. Tule tekemään ruukkuja/ruukunsuojuksia vanhoista pyyhkeistä tai pitsiliinoista, kynttiläkippoja, koristeita, betonimunia tai ikuista vaikkapa lapsen ensimmäiset kumisaappaat betoniin. Osallistujille lähetetään lista tarvittavista tavaroista sähköpostitse. Kurssi koontuu seuraavasti: ma 3.5. klo 17.30-20.30 valamisilta. Sekoitetaan betoni ja valetaan muotteihin, muotoillaan töitä. Ke 5.5. klo 17.30-19.45 Irrotellaan valmiita töitä, valetaan lisää. Pe 7.5. klo 17.30-19.45 Irrotellaan loput työt muoteista ja viimeistellään töitä (maalaukset, koristelu yms.). Materiaalimaksu 5€ maksetaan opettajalle (sis. betonin yms.).  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104146, HOPEA- JA PRONSSIKORUT

Makasiini, taideluokka,  
Sairaalatie 3, Alajärvi  
Terhi Majasaari  
Joka toinen to 17.30–20.45, 17.9.-3.12.2020,  
21.1.-15.4.2021  
51,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kurssilla valmistetaan koruja hopea-, pronssi ja messinkilangoista eri tekniikoilla. Voit muokata koruiksi myös aterimet tai uudistaa vanhat korusi. Infoilta 17.9. klo 17.30-19.00. Syksyn muut kerrat 24.9., 8.10., 22.10., 5.11., 19.11. ja 3.12.2020. Keväällä 21.1., 4.2., 18.2., 4.3., 11.3., 25.3. ja 15.4.2021 Työkalukorvaus 10 euroa (kattaa työkalujen käytön, kiillotukset, poraukset, patinoinnit ym.).

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**



### 1104147, PRONSSIKORUT

Makasiini,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Terhi Majasaari  
La 10.30–15.00, 3.-24.10.2020  
Tunteja 10 sl, 12,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Voit valmistaa pronssi-/messinkiketjun tai korun. Voit myös puhdistaa ja kiillottaa vanhat pronssikorut esim. Kalevala korut.

Työkalukorvaus 5 €.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 1104135, SAIPPUAN VALMISTUS

Makasiini,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Sorja Kauppinen  
Ma 17.00–21.00, 2.11.2020  
Tunteja 5 sl, 12,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Tule valmistamaan ekologisia saippuuita kasvipööräisistä öljyistä. Mainio joululahjajai-dea. Saippuat soveltuvat myös herkkäihoi-sille. Kurssi soveltuu sekä aiemmin saippuaa valmistaneille että ensikertalaisille. Materiaalimaksu 15€ opettajalle.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 1104136, KESTOKÄÄREEN VALMISTUS

Makasiini,  
Sairaالاتie 3, Alajärvi  
Sorja Kauppinen  
Ma 17.00–20.15, 16.11.2020  
Tunteja 4 sl, 12,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kestokääre on luonnonmukainen ja ympäristöystävällinen vaihtoehto muoville. Kääre soveltuu lähes kaikkien elintarvikkeiden suo-jaamiseen. Kestokääre valmistetaan puuvil-lakankaasta ja mehiläisvahasta. Tule sinäkin valmistamaan omat kestokääreet – näin vähennät muovin käyttöä. Materiaalimaksu 10€ opettajalle.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### Puutyöt, sepäntyöt ym.



### 1104150, PUUTYÖT

Alajärven koulukeskus, puutyöluokka D3,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Mauno Yli-Mannila  
To 17.00–20.15, 17.9.-26.11.2020,  
14.1.-22.4.2021  
66,00 €  
enintään 15 osallistujaa

Kurssi puukäsittäjiä harrastaneille.  
Työt omien tarpeiden mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### 1104250, PUUTYÖT

Taimelan koulu, puutyöluokka,  
Koulutie 5, Lehtimäki  
Erkki Linna  
Ti 18.30–21.00, 15.9.-1.12.2020,  
12.1.-13.4.2021  
58,00 €  
enintään 15 osallistujaa

Puutöitä, mm. entisöintiä, sorvausta, koriste-veistoa, kuviosahausta, puukonkahoja, uis-timia ym. Koneitten käyttö- ja turvallisuus-ohjeet.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 1104151, PUUTYÖT ALOITTELIJOILLE

Alajärven koulukeskus, puutyöluokka D3,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Mauno Yli-Mannila  
Ke 18.00–20.15, 16.9.-25.11.2020,  
13.1.-21.4.2021  
58,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kurssilla käydään läpi puutyökoneet ja niiden turvallinen käyttö. Tehdään pieniä puukäsikkeitä kurssilaisten suunnitelmien pohjalta. Taitojen kehittyessä suurempia ja vaativampia töitä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104355, PUHDETYÖT, Hautakylä, Soini**

Hautakylän ent. koulu, puutyöluokka,  
Kylätie 127, Hautakylä  
Jukka Rinne

To 18.00–20.30, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-22.4.2021

58,00 €

enintään 14 osallistujaa

Valmistetaan pienehköjä puuesineitä kurssilaisten tarpeiden mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104357, PUHDETYÖT, Parviainen**

Parviaisen puuhatupa,  
Multiantie 710, Soini  
Jouko Välimäki

To 18.00–20.30, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-22.4.2021

58,00 €

enintään 14 osallistujaa

Valmistetaan pienehköjä puuesineitä kurssilaisten toiveiden mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104165, PERHONSIDONTA**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.2,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Olli Neulaniemi

Pe 18.00–21.15, 5.-19.2.2021

Tunteja 12 kl, 20,00 €

enintään 12 osallistujaa

Tutustutaan perhonsidontavälineistöön ja sidontamateriaaleihin sekä perhonsidontaan yleisesti. Opetellaan muutama erilainen (perus)sidontatekniikka ja opetellaan sitomaan perhoja.

Kurssin tavoitteena on antaa riittävät tiedot ja taidot harrastuksen itsenäiselle jatkamiselle. Perhonsidontapenkki edellytetään, muut välineet ja materiaalit voi ostaa kurssin pitäjältä (noin 5 - 20e).

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104155, SEPÄNTYÖT**

Heikkilän paja, Möksy,  
Möksyntie 35, Möksy  
Kyösti Heikkilä

Ke 18.30–21.00, 9.9.-25.11.2020,  
11.1.-14.4.2021

58,00 €

enintään 10 osallistujaa

Opetellaan valmistamaan käyttö- ja koriste-esineitä. Hiilistä ja muista materiaaleista maksu käytön mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

**HUOM! Kurseille on ilmoittauduttava ennen osallistumista!**



### **1104157, PUUKKOKURSSI**

Heikkilän paja, Möksy,  
Möksyntie 35, Möksy  
Kyösti Heikkilä

La 9.00–15.00, 16.1.-20.2.2021

Tunteja 28 kl, 38,00 €

enintään 10 osallistujaa

Valmistetaan käyttöpuukko ja puukolle tuppi. Kokoontumiset la 16.1., 23.1., 13.2. ja 20.2.2021 klo 9-15. Hiilistä ja muista materiaaleista maksu käytön mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104160, KOTITARVEHIILIKURSSI**

Heikkilän paja, Möksy,  
Möksyntie 35, Möksy  
Kyösti Heikkilä

La 9.00–17.00, Su 9.00–12.00, 26.-27.9.2020

Tunteja 18 sl, 38,00 €

enintään 10 osallistujaa

Grillihiilikurssi (tynnyrimiilu). 1. päivä 9-17, tynnyrin kasaus, sytytys ja poltto. ja 2. päivä 9-12, miilun purku. Mukaan omia kuivia puita



n. 100 l, mieluusti lehtipuuta. Omat grillihiilet grillimaistereille!

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104161, TAONTA TUTUKSI**

Heikkilän paja, Möksy,  
Möksyntie 35, Möksy  
Kyösti Heikkilä  
Joka toinen to 9.30–11.30, 10.9.-26.11.2020,  
11.1.-15.4.2021  
36,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Kurssi on tarkoitettu toimintakeskus Alarin-  
teen nuorille ja aikuisille. Työskentely suun-  
nitellaan yhdessä kurssilaisten ja heidän  
ohjaajiensa kanssa. Kurssimaksut katetaan  
opintaseteliavukstuksella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1104162, TEROITUSKURSSI**

Alajärven koulukeskus, metallityöluokka,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Kyösti Heikkilä  
La 10.00–13.15, 24.10.2020  
Tunteja 4 sl, 12,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Kodin arkityökalut kuntoon ja teräväksi  
(puukot, keittiöveitset, viikatteet jne.).  
Ota mukaasi teroitettavia esineitä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

## **Muut taide- ja taitoaineet**

### **1198103, KULTAKÄMMENEN PIIRI**

Kultakämmen,  
Lääkärintie 1, Alajärvi  
Ulla Hautamäki ja Anni Viitasaari  
Joka toinen ma 10.00–11.00,  
7.9.-30.11.2020, 11.1.-12.4.2021

Musiikkia ja kuvataidetta ikäihmisille, osal-  
listujien toiveet huomioiden. Kurssimaksut  
katetaan opetushallituksen avustuksella.

### **1198105, KAUPINKARTANON TAIDEPIIRI**

Kaupinkartano,  
Kartanotie 5, Alajärvi  
Anni Viitasaari ja Ulla Hautamäki  
Joka toinen ma 13.00–14.00,  
7.9.-30.11.2020, 11.1.-12.4.2021

Musiikkia ja kuvataidetta ikäihmisille, osal-  
listujien toiveet huomioiden. Kurssimaksut  
katetaan opetushallituksen avustuksella.

### **1198110, KIVAT-PIIRI A**

Hoitokoti Sateenkaari,  
Myllyvainiontie 4 D, Alajärvi  
Mervi Keskitalo  
Ma 15.30–17.00, 14.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021

Kivat-piirit on tarkoitettu eri ikäisille kehitys-  
vammaisille. Ohjelma suunnitellaan yhdessä  
opiskelijoiden kanssa, esim. askartelua, musiikkia,  
jutustelua, muovailemista, piirtämistä ja maalaamista ym. mukavaa ja kehittä-  
vää toimintaa ja yhdessäoloa. Opiskelijoiden  
kurssimaksut katetaan opetushallituksen  
avustuksella. Ei sähköistä ilmoittautumista.

### **1198111, KIVAT-PIIRI B**

Toimintakeskus Alarinne,  
Myllyvainiontie 4, Alajärvi  
Mervi Keskitalo  
Ma 17.30–19.00, 14.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021

Kurssiohjelma suunnitellaan opiskelijoiden  
kanssa: kokkikerhoa, musiikin kuuntelua,  
ilmaisutaitoa jne. Opiskelijoiden kurssimak-  
sut katetaan opetushallituksen avustuksella.  
Ei sähköistä ilmoittautumista.

## TANSSI JA LIIKUNTA



### Tanssi

#### 1105101, SENIORITANSSI

Alajärven nuorisoseurantalo,  
Sairaالاتie 9, Alajärvi  
Tuula Hankaniemi  
Ma 14.00–15.30, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
46,00 €  
enintään 50 osallistujaa

Eläkeläisten tanssikurssi on erityisesti ikään-  
tyvien iloinen liikuntamuoto, joka sopii kai-  
kille tanssitaidosta ja kunnosta riippumatta.  
Sopii sekä aloittelijoille että aikaisemmin  
harrastaneille, mukaan voi tulla yksikseen,  
paria ei tarvita.

Kurssimaksu senioreiden osalta 36 euroa.  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### 1105102, KANTRITANSSIN TAHEJA

Alajärven koulukeskus, Alajärvi-sali,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Marjo Salmenautio  
Ke 18.00–19.30, 9.9.-25.11.2020,  
1.1.-14.4.2021  
46,00 €  
enintään 20 osallistujaa

Kantritanssissa syke nousee, rytmitaju ke-  
hittyy ja koordinaatiokyky paranee. Tunnilla  
opetellaan helppoja ja vähän vaativampiakin  
tansseja rennolla otteella. Tansseja harjoitel-  
laan sekä kantrimusiikin että muiden musiik-  
kityyliin tahtiin. Tunti sopii kaikille. Tunneilla  
ei tarvita paria, sillä niillä tanssitaan riveissä.  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### 1105105, LAVATANSSIKURSSI, ALKEISTASO

Alajärven nuorisoseurantalo,  
Sairaالاتie 9, Alajärvi  
Anne-Marja Sillman  
To 18.30–20.00, 10.9.-3.12.2020,  
14.1.-22.4.2021  
55,00 €  
enintään 50 osallistujaa

Mieleni tekisi hypellä.. Nyt rohkeasti matalan  
kynnyksen tanssikurssille! Tanssilajit oppi-  
mista tukevassa järjestyksessä. Lähdemme

liikkeelle perustansseista, helpoimmasta  
haastavampaan. Foxi, tango, hidas valssi,  
valssi, kävelyhumppa, kävelyjenkka, bugg,  
fusku ja neliörumba. Perusteet ja muutama  
kuvio haltuun kesää varten treenaten ahke-  
rasti huumoripitoisessa joukossamme.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



#### 1105106, LAVATANSSIKURSSI JATKAJILLE

Alajärven nuorisoseurantalo,  
Sairaالاتie 9, Alajärvi  
Anne-Marja Sillman  
To 20.00–21.30, 10.9.-3.12.2020,  
14.1.-22.4.2021  
55,00 €  
enintään 40 osallistujaa

Alkeiskurssin taidot hallitsevalle ja jo jonkin  
verran tanssia harrastaneille mahdollisuus  
kehittää itseään "virtuoosiksi". Perehdy-  
me tarkemmin perustanssilajien kuviosar-  
joihin ja tekniikkaan sekä lisäksi otamme  
uusia tanssilajeja mahdollisuuksien mu-  
kaan. Ehkä tutuksi tulevat myös: Cha cha,  
rumbabolero, salsa, samba, blues, polkka,  
masurkka, jiwe ja qvistep lavoille. Tule yksin  
tai kaksin. Aktiivinen osallistuminen suota-  
vaa edistymisen vuoksi..

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

#### 1105108, LATTARIT CHA CHAA JA RUMBABOLERO

Alajärven nuorisoseurantalo,  
Sairaالاتie 9, Alajärvi  
Anne-Marja Sillman  
La 12.00–17.00, 13.2.2021  
Tunteja 6 kl, 15,00 €  
enintään 40 osallistujaa

Perusteista alkaen ja oppilaiden tason mu-  
kaan edeten rauhallisesti. Tule yksin tai kak-  
sin...vaihtorinki käytössä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1105110, WANHAA TANGOJA JA LINDY HOPPIA ALKEISTA ALKAEN**

Alajärven nuorisoseuratalo,  
Sairaالاتie 9, Alajärvi  
Anne-Marja Sillman  
La 12.00–17.00, 10.10.2020  
Tunteja 6 sl, 15,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Rauhallisesti edeten harjoitellaan alkeet lindy hoppiin ja vanhaan tangoon. Tule yksin tai kaksin.. vaihtorinki toimii.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1105112, SALSAA JA HIDASTA KILPAFOXIA LAVOILLE**

Alajärven nuorisoseuratalo,  
Sairaالاتie 9, Alajärvi  
Anne-Marja Sillman  
La 12.00–17.00, 20.3.2021  
Tunteja 6 kl, 15,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Perusteista alkaen rauhalliseen tahtiin edeten lavoilla tanssittavaa salsaa ja hidasta foxia. Tule yksin tai kaksin... vaihtorinki käytössä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **1105122, MASURKKA, POLKKA JA HITAA TANSSIT**

Alajärven nuorisoseuratalo,  
Sairaالاتie 9, Alajärvi  
Anne-Marja Sillman  
La 12.00–17.00, 26.9.2020  
Tunteja 6 sl, 15,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Opiskelemme rauhalliseen tahtiin masurkkaa, polkkaa ja hitaita vaihdellen niin, että jaksetaan koko päivä tanssahdella. Juomapullo ja evästä mukaan että jaksaa hypellä. Tule yksin tai kaksin, mieluummin vakioparin kanssa.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

## Liikunta



**HUOM! Kurseille on ilmoittauduttava ennen osallistumista!**

### **8301101, MIESTEN KUNTOLIIKUNTA A**

Alajärven monitoimihalli,  
Urheilutie 2, Alajärvi  
Tapani Tallbacka  
Ma 18.15–19.30, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
42,00 €

enintään 50 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### **8301102, MIESTEN KUNTOLIIKUNTA B**

Alajärven monitoimihalli,  
Urheilutie 2, Alajärvi  
Tapani Tallbacka  
Ma 17.00–18.15, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
42,00 €

enintään 40 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301111, MIESTEN KUNTOLIIKUNTA, Hoisko**

Hoiskon koulu, liikuntasali,  
Koulupolku 8, Hoisko  
Markku Herrala  
To 19.00–20.30, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021  
42,00 €

enintään 40 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301113, NAISTEN KUNTOLIIKUNTA,**

#### **Hoisko**

Hoiskon koulu, liikuntasali,  
Koulupolku 8, Hoisko  
Anne Hautamäki  
Ti 18.15–19.15, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
38,00 €  
enintään 40 osallistujaa

Lihaskuntoa, tasapainoa ja sykkeen nostoa perusjumppaliikkeiden avulla. Ota oma jumppa-alusta mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301124, NAISTEN KUNTOLIIKUNTA,**

#### **Paalijärvi**

Paalijärven koulu, liikuntasali,  
Jussilantie 4, Paalijärvi  
Wilma Siirilä  
Ti 19.00–20.00, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
38,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Nostetaan sykettä, treenataan lihaksia ja tasapainoa, venytellään ja nautitaan liikunnasta! Monipuolista liikuntaa välineillä (kuminauha, puntit, kahvakuula, steppilauta jne.) ja ilman välineitä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301125, MIESTEN KUNTOLIIKUNTA,**

#### **Paalijärvi**

Paalijärven koulu, liikuntasali,  
Jussilantie 4, Paalijärvi  
Tapio Kantokoski  
Ke 19.00–19.45, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
32,00 €  
enintään 30 osallistujaa  
Sopii myös naisille.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301303, MIESTEN KUNTOLIIKUNTA 50+**

Soinin yhtenäiskoulu, liikuntasali,  
Koulutie 1, Soini  
Merja Korpela  
To 17.00–18.15, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021  
42,00 €  
enintään 30 osallistujaa

50+ miehille tarkoitettu lihaskuntoharjoitus, joka sisältää alkuverryttelyn, kuntopiirin ja pallopelin. Harjoittelu on suunniteltu huomioiden iän tuomat muutokset eikä sisällä suuria hyppelyitä tai nopeita suunnanmuutoksia, mitkä rasittavat niveliä. Jokainen voi osallistua oman kuntotasonsa mukaisesti.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301127, NAISTEN JA MIESTEN KUNTOLIIKUNTA, Paalijärvi**

Paalijärven koulu, liikuntasali,  
Jussilantie 4, Paalijärvi  
Kari Hakalahti  
Ma 18.00–19.15, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
42,00 €  
enintään 30 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301128, NAISTEN KUNTOLIIKUNTA, Saukonkylä**

Saukonkylän maamiesseurantalo,  
Saukonkyläntie 130, Saukonkylä  
Wilma Siirilä  
Ma 19.15–20.15, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
38,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Jokaiselle sopivaa kuntoliikuntaa. Helpot liikkeet, joita voi tehdä omaan tahtiin, oman kuntotason mukaan. Lopuksi kehonhuoltoa.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301129, NAISTEN VENYTTELY- JA KUNTOLIIKUNTA, Teerineva**

Teerinevan ent. koulu,  
Teerinevantie 380, Paalijärvi  
Wilma Siirilä  
Ti 18.00–18.45, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
34,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Nivelystävällistä perusvoimistelua ja venytelyä yksillölliset rajoitteet huomioiden.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301106, NAISTEN VENYTTELY- JA KUNTOLIIKUNTA, Alakylä**

Alakylän koulu, liikuntasali,  
Höykkyläntie 54, Kurejoki  
Vilma Siirilä  
Ma 18.00–18.45, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
34,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Nivelistävällistä perusvoimistelua ja venyt-  
telyä yksillölliset rajoitteet huomioiden.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301130, NAISTEN KUNTOJUMPPA, Luoma-aho**

Luoma-ahon kylätalo,  
Luomantie 100, Luoma-aho  
Marjo Salmenautio  
Pe 18.00–19.00, 11.9.-27.11.2020,  
11.1.-23.4.2021  
38,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Tehokkaassa koko kehon perusjumppassa  
kohennetaan kuntoa vaihtelevin teemoin.  
Sykettä kohottavan alkulämmittelyn jälkeen  
lihaskuntoa harjoitetaan kehon omaa paino-  
a ja sekä eri välineitä hyödyntäen. Lopuksi  
venytellään. Kaikille sopivaa jumppaa!

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301203, NAISTEN KUNTOLIIKUNTA 50+**

Lehtimäen Nuorisoseura,  
Rannankyläntie 3, Lehtimäki  
Sisko Keto  
Ma 17.30–18.30, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
38,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Voimaa, tasapainoa ja venyttelyä nivelistä-  
vällisten perusjumppaliikkeiden avulla.  
Syyskaudelta puuttuu vetäjä. Jos vetäjää ei  
löydy syksyille, kurssi alkaa vasta tammikuus-  
sa.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301210, NAISTEN KUNTOLIIKUNTA, Kirkonkylä**

Kirkonkylän ent. painikämpä,  
Ala-Mattisentie 2, Lehtimäki  
Sisko Keto  
Ma 18.45–19.45, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
38,00 €  
enintään 20 osallistujaa

Lihaskuntoa, tasapainoa ja sykkeen nostoa  
perusjumppaliikkeiden avulla.

Syyskaudelta puuttuu vetäjä. Jos vetäjää ei  
löydy syksyille, kurssi alkaa vasta tammikuus-  
sa.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301201, MIESTEN KUNTOLIIKUNTA, lihahuolto ja sähkö**

Lehtimäen opisto, liikuntasali,  
Opistotie 1, Lehtimäki  
Tomi Paavola, toinen ohjaaja avoin  
To 19.00–20.15, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021  
42,00 €  
enintään 40 osallistujaa

Tehokkaan liikunnan ryhmä. Lihahuoltoa ja  
pelejä, lähinnä sähköä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301202, KUNNOSSA KAIKEN IKÄÄ**

Lehtimäen opisto, liikuntasali,  
Opistotie 1, Lehtimäki  
Tomi Paavola, toinen ohjaaja avoin  
To 18.00–19.00, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021  
38,00 €  
enintään 40 osallistujaa

Varttuneiden sekä vähemmän liikuntaa har-  
rastaneiden miesten venyttävää ja kuntout-  
tavaa liikuntaa.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301301, NAISTEN KUNTOLIIKUNTA 50+**

Soinin yhteistalo, sali,  
Multiantie 29, Soini  
Anne Hautamäki  
Ma 17.45–18.45, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
38,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Voimaa, tasapainoa ja venyttelyä nivelistävällisten perusjumppalikkeiden avulla. Ota oma jumppa-alusta mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301310, NAISTEN JA MIESTEN KUNTOLIIKUNTA, Hautakylä**

Hautakylän ent. koulu, liikuntasali,  
Kylätie 127, Hautakylä, Soini  
Tiina Väliäho  
Ti 19.00–20.00, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
38,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Hikisen hauskaa lihaskuntotreeniä ja liikkuvuutta oman kunnan mukaan oman kehon painolla, välillä välineitä käyttäen (kuminauha, keppi, jumppapallo, kahvakuula).

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301312, SENIORINAISTEN KUNTOLIIKUNTA**

Hautakylän ent. koulu, liikuntasali,  
Kylätie 127, Hautakylä, Soini  
Tiina Väliäho  
Ti 18.00–19.00, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
38,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Tasapainoa ja lihaskuntaa ylläpitävää liikuntaa. Sisältää venyttelyä ja rentoutusta. Apuvälineet: kepit, kuminauhat, jättijumppapallot ja pehmeät pallot.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **8301104, ILTAPÄIVÄN HYVINVOINTIJUMPPA**

Alajärven koulukeskus, liikuntasali,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Titta Väänänen  
Ti 15.15–16.15, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
36,00 €  
enintään 40 osallistujaa

Tule jumppaan suoraan töistä. Yksilölliseen tahtiin lihaskuntaa ja liikkuvuutta. Oman kehon painolla ja eri välineillä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### **8301103, NAISTEN TERVEYSLIIKUNTA**

Alajärven monitoimihalli,  
Urheilutie 2, Alajärvi  
Riitta Ojala  
Ma 18.00–19.00, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
38,00 €  
enintään 50 osallistujaa

Perusjumppaa kaikenikäisille ja kuntoisille.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301401, NAISTEN LIIKUNTA

Vimpelin yhteiskoulu, peilisali,  
Opintie 29, Vimpeli  
Oili Kaunisto  
Ma 18.15–19.15, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
38,00 €  
enintään 35 osallistujaa

Perinteistä naisten jumppaa. Sykkeen nostoa, lihaskuntoa ja venyttelyä. Liikettä koko keholle.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301105, TOIMINNALLINEN KIERTOTREENI

Alajärven koulukeskus, liikuntasali,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Marjo Salmenautio  
Su 16.00–17.15, 13.9.-29.11.2020,  
17.1.-25.4.2021  
42,00 €  
enintään 40 osallistujaa

Toiminnallista treeniä, jossa harjoitetaan koko kehoa eri välineillä (käsipainot, kahva-kuulat, kuntopallot jne.) sekä kehon painolla. Sykettä kohottavia ja lihaskuntoliikkeitä tehdään omaan tahtiin. Harjoituspisteissä eri liikevariaatioita eri tasoille liikkujille.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301404, UKKO VENYY – kuntopiiri

Vimpelin yhteiskoulu, peilisali,  
Opintie 29, Vimpeli  
Mikko Vihriälä  
Ke 17.00–18.00, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
38,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Miesten kuntopiiri kehonpainolla ja eri välineillä. Alkulämmön jälkeen treeni ja loppuun venyttely.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301119, SENIORIMIESTEN VENYTTELYPIIRI

Luoma-ahon kylätalo,  
Luomantie 100, Luoma-aho  
Seppo Ojajärvi  
To 17.00–18.00, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-22.4.2021  
38,00 €  
enintään 20 osallistujaa

Monipuolisia venyttely- ja jumppaliikkeitä sekä tasapainoharjoitteita seniori-ikäisille miehille. Pukeudu mukaviin liikuntavaatteisiin ja ota mukaan sisäliikuntajalkineet ja jumppa-alusta.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301302, KEHONHUOLTOKURSSI

Soinin yhteistalo, sali,  
Multiantie 29, Soini  
Anne Hautamäki  
Ma 19.00 –20.00, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
38,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Erinomaisesti kaikenikäisille soveltuva kurssi! Liikkuvuutta, lihaselastisuutta, tasapainoa ja liikeratojen harjoittelua ilman välineitä tai vastuskuminauhaa käyttäen. Ota mukaan oma jumppa-alusta sekä pitkä, vastukseltaan kevyt kuminauha.

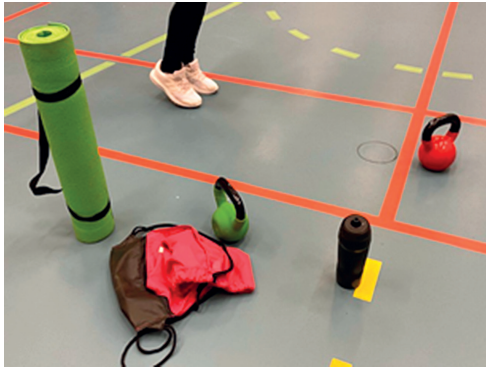
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301132, LIHASKUNTO JA VENYTTELY

Teerinevan ent. koulu,  
Teerinevantie 380, Paalijärvi  
Erkki Sillanpää  
Ke 18.00–19.00, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
38,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Venyttäen vetreäksi. Nivelistävällistä liikuntaa, joka sopii erityisesti varttuneille.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### 8301135, KAHVAKUULAKURSSI

Hoiskon koulu, liikuntasali,  
Koulupolku 8, Hoisko  
Anne Hautamäki  
Ti 17.00–18.00, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
38,00 €  
enintään 18 osallistujaa

Koko kehon hallintaa vaativaa, haastavaa, sykkettä nostattavaa ja hauskaa voimailua kahvakuulalla. Ota oma jumppa-alusta ja kaksi eripainoista kahvakuulaa mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301142, KUNTOSALIKURSSI SENIOREILLE

Alajärven uimahalli, Kuntosali SYKE,  
Urheilutie 2, Alajärvi  
Anna Syrjälä  
Ma 12.00–13.00, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
34,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Tutustutaan yhdessä, ohjatusti kuntosaliharjoitteluun ja -laitteisiin. Harjoitteita tehdään omaan tahtiin ja ne voidaan soveltaa omaan kuntotasoon sopivaksi.

Kurssimaksu senioreiden osalta 20 euroa. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin kuntosalimaksu (uimahallimaksu, 3,80€, hinta kevät 2020).

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301220, NAISTEN KUNTOSALIKURSSI

Lehtimäen kuntosali,  
Keskustie 2, Lehtimäki  
Opettaja avoin  
To 17.30–18.30, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021  
36,00 €  
enintään 14 osallistujaa  
Kurssi alkaa, jos vetäjä löytyy!

Kuntosalitunti koostuu yhteisestä lämmitteystä, ohjatusta kuntosaliosuudesta ja venytelyistä. Tunneilta saa käytännön opetusta kuntosaliharjoitteluun, sekä iloista ja kannustavaa ryhmähenkeä porukassa harjoitteluun. Mukaan uskaltaa tulla monenlaisella pohjakunnolla, sillä jokainen harjoittelee oman kunnon mukaan! Kuntosalikäynnit eivät sisälly kurssimaksuun.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301403, NAISTEN KUNTOSALIJUMPPA

Vimpelin liikuntahalli, kuntosali,  
Opintie 29B, Vimpeli  
Mikko Vihriälä  
Ke 18.15–19.30, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
38,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Kiertoharjoitus kuntosalilla eri laitteilla. Lopuksi venyttely.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301305, NAISTEN KUNTOSALIKURSSI

Soinin liikekeskus, kuntosali,  
Alajärventie 2, Soini  
Anne Hautamäki  
Ke 18.00 – 19.00, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
38,00 €  
enintään 13 osallistujaa

Soveltuu erinomaisesti vasta-alkajille! Ohjattua kuntosaliharjoittelua oman kunnon mukaan – omassa tahdissa.

Kurssimaksun lisäksi kurssilaiset lunastavat ennen ensimmäistä kokoontumiskertaa Soinin kunnan liikuntatoimistosta kuntotiloihin henkilökohtaiset hinnaston mukaiset ovikortit.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### 8301402, MIESTEN KUNTOSALIJUMPPA

Vimpelin liikuntahalli, kuntosali,  
Opintie 29B, Vimpeli  
Mikko Vihriälä  
Ma 18.00–19.15, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
38,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Kiertoharjoitus kuntosalilla eri laitteilla.  
Lopuksi venyttely.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### 8301166, KUNTOSALIKURSSI FITNESS

Alajärven uimahalli, Kuntosali SYKE,  
Urheilutie 2, Alajärvi  
Ohjaaja avoin  
Ti 17.30–19.00, 15.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
45,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Lihaskunnan kehittämistä ja kehon kiinteyttämistä fitness-painotuksella. Saliharjoittelun ohella perehdytään myös lihashuoltoon. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin kuntosalimaksu.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 8301147, LEMPEÄÄ LIIKETTÄ JA MIELEN HYVINVOINTIA

Alajärven uimahalli, liikuntatila,  
Urheilutie 2, Alajärvi  
Titta Väänänen  
Ti 18.00–19.00, 22.9.-10.11.2020  
Tunteja 9,31 sl, 5,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kannatko huolta läheisesi psyykkisestä oireilusta, ja haluaisit pysähtyä omien tarpeidesi äärelle? Kehon kautta voidaan vaikuttaa myös mieleen – voimaannutaan lempeällä liikkeellä ja mielen hyvinvointiharjoituksilla. Kevyttä liikuntaa ilman välineitä sekä läsnäolon ja tietoisuuden harjoituksia.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301152, PHYSIOPILATES, jatkokurssi

Hoiskon koulu, liikuntasali,  
Koulupolku 8, Hoisko  
Tuulikki Kjellbäck  
Ma 17.30–18.45, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
80,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Physiopilates perustuu Josef Pilateksen kehittämään kehonhallintamenetelmään, johon on yhdistetty fysioterapeuttinen osaaminen. Sen tavoitteena on kehittää voimaa, kestävyyttä, ryhtiä ja liikkuvuutta. Erityisesti vahvistetaan keskivartalon syviä tukilihaksia ja lantiopohjan lihaksia sekä venytetään kireitä lihaksia. Physiopilatesin avulla opitaan käyttämään kehon niveliä ja lihaksia tasapuolisesti sekä yhdistämään liikkeit syvähengitykseen. Physiopilates sopii erityisen hyvin niska- ja selkävaivoista kärsiville ja kaikenikäisille, koska harjoitukset tehdään matalalla sykkeellä.

Mukaan lämmin ja joustava vaatetus, jarrusukat ja jumppa-alusta.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8301151, PHYSIOPILATES, jatkokurssi**

Alajärven uimahalli, liikuntatila,  
Urheilutie 2, Alajärvi  
Tuulikki Kjellbäck  
Ke 18.30–19.45, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
80,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Mukaan lämmin ja joustava vaateetus, jarrusukat ja jumppa-alusta.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8301350, PHYSIOPILATES A**

Soinin yhteistalo, sali,  
Multiantie 29, Soini  
Maija Rannila  
Ke 12.00–13.00, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
64,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kehonhallintaa parantavaa voimistelua. Voimaa, liikkuvuutta ja tasapainoa parantavia harjoitteita. Tavoitteena hyvä ryhti. Vahvistetaan erityisesti keskivartalon syviä lihaksia. Fysioterapeuttinen painotus. Sopii sekä naisille että miehille.

Mukaan oma alusta, vesipullo, pieni pyyheliina sekä joustava jumppa-asu.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8301351, PHYSIOPILATES B**

Soinin yhteistalo, sali,  
Multiantie 29, Soini  
Maija Rannila  
Ke 17.30–18.30, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
64,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Kehonhallintaa parantavaa voimistelua. Voimaa, liikkuvuutta ja tasapainoa parantavia harjoitteita. Tavoitteena hyvä ryhti. Vahvistetaan erityisesti keskivartalon syviä lihaksia. Fysioterapeuttinen painotus. Sopii sekä naisille että miehille. Mukaan oma alusta, vesipullo, pieni pyyheliina sekä joustava jumppa-asu.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8301162, FITNESS-PILATES**

Alakylän koulu, liikuntasali,  
Höykkyläntie 54, Kurejoki  
Sari Hannele Salo  
To 18.30–19.45, 10.9.-5.11.2020,  
14.1.-8.4.2021  
100,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Tehokasta Pilatesta eri välineitä apuna käytäen. Sopii naisille ja miehille, jotka ovat harastaneet Pilatesta jo useampia vuosia.

Ohjaajana sertifioitu Pilates -ohjaaja Sari Salo.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8301160, TERVE SELKÄ – selän hyvinvointijumppa**

Alakylän koulu, liikuntasali,  
Höykkyläntie 54, Kurejoki  
Sari Hannele Salo  
To 17.30–18.30, 10.9.-5.11.2020,  
14.1.-8.4.2021  
80,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Terve selkä -kurssit ovat selän hyvinvointiin keskittyviä kehonhuoltokursseja, jossa Pilates-menetelmin huolletaan lempeästi rankaa kaikille sopivalla tunnilla. Tunnilla keskitytään lanneselkää tukevien lihasten vahvistamiseen ja selän liikkuvuuden parantamiseen monipuolisin liikkuvuusliikkein. Lisäksi teemme paljon liikkeitä, joiden on todettu auttavan migreenistä kärsiviä. Tunti tarjoaa kokonaisvaltaista hyvää oloa! Varaa mukaan joustavat vaatteet ja oma alusta. Ohjaajana sertifioitu Syvävenyttely-Pilates-ohjaaja Sari Salo.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8301170, LIIKUNNALLINEN HYVINVOINTI-KURSSI MAATALOUSYRITTÄJILLE**

Alajärven uimahalli, Kuntosali SYKE,  
Urheilutie 2, Alajärvi  
Merja Korpela  
To 13.00–14.00, 1.10.-3.12.2020,  
14.1.-25.3.2021  
35,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Maatalousyrittäjille suunnattu hyvinvointikurssi, jossa tutustutaan erilaisiin liikuntamuotoihin (lihaskunnosta huolehtiminen, venyttely, liikkuvuus, rentoutus..). Kurssi antaa tietoa kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista maatalousyrittäjien työssä ja arjessa. Kurssi toteutetaan yhteistyössä MTK-Etelä-Pohjanmaan Varavoimaa farmarille II -hankkeen kanssa. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin kuntosalimaksu, jos liikuntakerta kuntosalilla tai uimahallissa.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301225, LAVIS, ryhmä 1

Lehtimäen Nuorisoseura,  
Rannankyläntie 3, Lehtimäki  
Tanja Vuorela  
Ke 18.00–19.00, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
38,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Lavis-lavatanssijumppa on hauska, helppo ja hikinäinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskelien ja jumpan välimuotoon. Lavista tanssitaan yksin, joten ei ole vaaraa, että kukaan talloo varpaille. Tunnilla tanssitaan tuttuja lavatanssilajeja kuten humppa, jenkka, rock/jive, cha cha ja samba. Opit eri lavatanssiaskelien perusteita kuntoilun ohella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301226, LAVIS, ryhmä 2

Lehtimäen Nuorisoseura,  
Rannankyläntie 3, Lehtimäki  
Tanja Vuorela  
Ke 19.00–20.00, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
38,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Lavis-lavatanssijumppa on hauska, helppo ja hikinäinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskelien ja jumpan välimuotoon. Lavista tanssitaan yksin, joten ei ole vaaraa, että kukaan talloo varpaille. Tunnilla tanssitaan tuttuja lavatanssilajeja kuten humppa, jenkka, rock/jive, cha cha ja samba. Opit eri lavatanssiaskelien perusteita kuntoilun ohella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301325, LAVIS

Soinin yhteistalo, sali,  
Multiantie 29, Soini  
Minna Raitanen  
To 18.30–19.30, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021  
38,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Lavis-lavatanssijumppa on hauska, helppo ja hikinäinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskelien ja jumpan välimuotoon. Lavista tanssitaan yksin, joten ei ole vaaraa, että kukaan talloo varpaille. Tunnilla tanssitaan tuttuja lavatanssilajeja kuten humppa, jenkka, rock/jive, cha cha ja samba. Opit eri lavatanssiaskelien perusteita kuntoilun ohella.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### 8301143, VIRE-LAVIS, Alajärvi

Alajärven monitoimihalli, Puhti-tila,  
Urheilutie 2, Alajärvi  
Anne Hautamäki  
Ke 14.00–14.45, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
32,00 €  
enintään 20 osallistujaa

Vire-Lavis pohjautuu Lavis-lavatanssijumppaan ja on siitä sovellettu versio henkilöille, joilla on sairauden, vamman tai muun syyn vuoksi toimintakyvyn rajoituksia. Vire-Lavis-tunnit toteutetaan pääosin istuen ja/tai tuolia apuna käyttäen. Vire-Laviksen peruskurs- sin tanssilajit ovat: humppa, valssi, jenkka, tango, polkka, salsa ja rock. Liikettä ja iloa päivään, musiikin tahtiin!

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301228, VIRE-LAVIS, Lehtimäki

Lehtimäen Nuorisoseura,  
Rannankyläntie 3, Lehtimäki  
Tanja Vuorela  
To 18.00–18.45, 10.9.-26.11.2020,  
14.1.-15.4.2021  
32,00 €

enintään 30 osallistujaa  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301328, VIRE-LAVIS, Soini

Soinin yhteistalo, sali, Multiantie 29, Soini  
Anne Hautamäki  
Pe 12.15 – 13.00, 11.9.-27.11.2020,  
15.1.-23.4.2021  
32,00 €

enintään 30 osallistujaa  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301443, VIRE-LAVIS, Vimpeli

Vimpelin yhteiskoulu, peilisali,  
Opintie 29, Vimpeli  
Oili Kaunisto  
Ma 17.15–18.00, 7.9.-23.11.2020,  
11.1.-19.4.2021  
32,00 €

enintään 20 osallistujaa  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8301145, JOOGA

Hoiskon koulu, liikuntasali,  
Koulupolku 8, Hoisko  
Heidi Mehtonen  
Ti 19.30–21.00, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
64,00 €

enintään 40 osallistujaa

Rauhallista ja lempeää hatha-joogaa omaa kehoa ja sen rajoitteita kuunnellen. Lämmittely, venyttely, tasapaino- ja rentousharjoitukset tehdään rauhallisesti oman hengityksen tahdissa. Mukaan lämmin, joustava vaatetus ja jooga-alusta.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**



### 8301345, JOOGA

Soinin yhteistalo, sali,  
Multiantie 29, Soini  
Heidi Mehtonen  
Ti 17.15–18.45, 8.9.-24.11.2020,  
12.1.-13.4.2021  
64,00 €

enintään 30 osallistujaa  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 8301445, JOOGA

Aapiskujan koulu,  
Aapiskuja 15, Vimpeli  
Heidi Mehtonen  
Ke 19.00–20.30, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
64,00 €

enintään 30 osallistujaa  
**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 8301346, METHOD PUTKISTO KEHONHALLINTAMENETELMÄ (syväjumppa, syvävenytys, kasvokoulu)

Soinin yhteistalo, sali,  
Multiantie 29, Soini  
Elisabet Raitamäki  
Ke 18.30–20.00, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
64,00 €

enintään 12 osallistujaa

Kurssin tavoitteena on pidentää kehon lyhentyneitä lihaksia syvävenytyksellä ja lisätä kehon syvien lihasten voimaa syväjumppalla. Mukana myös kasvokouluharjoitteita, jotka parantavat kasvojen, kaulan ja pään alueen verenkiertoa ja elvyttävät lihaksistoa. Tuloksena pirteämpi olemus ja kohonnut ryhti. Opit asettautumaan kehoasi keskilinjalle ja vapauttamaan liikkumisesi. Mukaan tarvit-

set oman jumppa-alustan, vesipullon ja luis-tamattomat sisätossut. (Liikkeet voi tehdä myös paljain jaloin.)

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8301136, VESIJUMPPA**

Alajärven uimahalli,  
Urheilutie 2, Alajärvi

Oili Kaunisto

To 18.00–18.45, 10.9.–26.11.2020,

14.1.–15.4.2021

32,00 €

enintään 16 osallistujaa

Vesijumppa sopii kaiken ikäisille, kokoisille ja kuntoisille. Se on nivelistävällistä, liikkeet vedessä ovat pehmeitä ja tehokkaita. Sopii hyvin painonhallinnan tueksi. Ota vesipullo mukaan altaalle.

Huom! Kerro ohjaajalle mahdollisista sairauksista. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8301137, VESIJUOKSU**

Alajärven uimahalli,  
Urheilutie 2, Alajärvi

Oili Kaunisto

To 18.45–19.30, 10.9.–26.11.2020,

14.1.–15.4.2021

32,00 €

enintään 12 osallistujaa

Kurssilla opetellaan vesijuoksun perustekniikkaa sekä erilaisia juokсутyytejä. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8301330, ALLASVOIMISTELU, NAISET A**

Soinin liikekeskus, allastila,

Alajärventie 2, Soini

Maija Rannila

Ti 13.00–13.45, 8.9.–24.11.2020,

12.1.–13.4.2021

34,00 €

enintään 14 osallistujaa

Vesijumppa sopii kaiken ikäisille, kokoisille ja kuntoisille. Se on nivelistävällistä, liikkeet vedessä ovat pehmeitä ja tehokkaita. Sopii

hyvin painonhallinnan tueksi. Ota vesipullo mukaan altaalle. Huom! Kerro ohjaajalle mahdollisista sairauksista. Kurssimaksun lisäksi kurssilaiset lunastavat ennen ensimmäistä kokoontumiskertaa Soinin kunnan liikuntatoimistosta kuntotiloihin henkilökohtaiset hinnaston mukaiset ovikortit.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8301331, ALLASVOIMISTELU, NAISET B**

Soinin liikekeskus, allastila,

Alajärventie 2, Soini

Maija Rannila

Ti 17.00–17.45, 8.9.–24.11.2020,

12.1.–13.4.2021

34,00 €

enintään 14 osallistujaa

Monipuolisia harjoitteita vedessä eri välineillä. Tavoitteena fyysisen kunnon ylläpito ja kehittäminen. Lihassoiman, nivelten liikkuvuuden ja tasapainon parantaminen. Liikunnan iloa vedessä. Ota vesipullo mukaan! Kurssimaksun lisäksi kurssilaiset lunastavat ennen ensimmäistä kokoontumiskertaa Soinin kunnan liikuntatoimistosta kuntotiloihin henkilökohtaiset hinnaston mukaiset ovikortit.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### **8301332, ALLASVOIMISTELU, MIEHET**

Soinin liikekeskus, allastila,

Alajärventie 2, Soini

Maija Rannila

Ti 18.00–18.45, 8.9.–24.11.2020,

12.1.–13.4.2021

34,00 €

enintään 14 osallistujaa

Monipuolisia harjoitteita vedessä eri välineillä tehostaen. Voimaa, liikkuvuutta, kestävyttä lihaksiin sekä rentouttavia harjoitteita. Vesipullo mukaan altaalle. Kurssimaksun lisäksi kurssilaiset lunastavat ennen ensimmäistä kokoontumiskertaa Soinin kunnan liikuntatoimistosta kuntotiloihin henkilökohtaiset hinnaston mukaiset ovikortit.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 8301334, KEVENNETTY ALLASVOIMISTELU

Soinin liikekeskus, allastila,  
Alajärventie 2, Soini  
Maija Rannila  
Ke 15.00–15.45, 9.9.-25.11.2020,  
13.1.-14.4.2021  
34,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Monipuolisia lihaskuntoharjoitteita eri välineillä tehostaen rauhalliseen tahtiin. Venytelyä ja rentoutusharjoitteita. Nivelistävällistä liikuntaa. Ota vesipullo mukaan altaalle! Kurssimaksu senioreiden osalta 20 euroa. Huom. Kerro ohjaajalle mahdollisista sairauksista (esim. diabetes). Ota vesipullo mukaan altaalle.

Kurssimaksun lisäksi kurssilaiset lunastavat ennen ensimmäistä kokoontumiskertaa Soinin kunnan liikuntatoimistosta kuntotiloihin henkilökohtaiset hinnaston mukaiset ovikoritit.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 8301148, ÄITIJUMPPA ODOTTAVILLE ÄIDEILLE

Alajärven uimahalli, liikuntatila,  
Urheilutie 2, Alajärvi  
Niina Männistö  
Ti 18.00–19.00, 22.9.-10.11.2020  
Tunteja 9,31 sl, 18,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Jumppa innostaa odottavia äitejä huolehtimaan kunnostaan odotusaikana. Kurssilla pyritään auttamaan kehoa sopeutumaan raskauden tuomiin muutoksiin kehossa. Ota mukaan tyyny ja viltti.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



## KOTITALOUS, MAA- JA METSÄTALOUS

Kotitalous



### 8102101, KIINALAINEN KEITTIÖ, Alajärvi

Alajärven koulukeskus, kotitalousluokka,  
Kaupintie 7  
Liu Eteläaho  
Joka toinen ke 17.15–19.30, 13.1.-24.2.2021  
Tunteja 12 kl, 18,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

Kiinalaisen ruoan kurseilla esitellään yleiset kiinalaiset pääruoat, eri alueiden ruokalajit, mausteet, ruokailutavat, ruokailuvälineiden käyttö sekä kiinalainen ruokakulttuuri.

Valmistetaan ja nautitaan herkullista ja terveellistä kiinalaista ruokaa, jossa käytetään inkivääriä, purjoa, väkevää etikkaa, soja-kastiketta ja chiliä. Nämä muodostavat lihan, keiton, riisin, nuudelin ja kasvien kanssa makuhermoja kutkuttavia elämyksiä.

Kurseilla peritään erillinen maksu käytettävistä materiaaleista (n. 5-10 e/kurssikerta). Oma esiliina ja muistiinpanovälineet mukaan.

### 8102201, KIINALAINEN KEITTIÖ, Lehtimäki

Taimelan koulu, kotitalousluokka,  
Koulutie 5  
Liu Eteläaho  
Joka toinen ke 17.15–19.30, 23.9.-18.11.2020  
Tunteja 15 sl, 24,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 8102301, KIINALAINEN KEITTIÖ, Soini

Soinin yhtenäiskoulu, kotitalousluokka,  
Koulutie 1  
Liu Eteläaho  
Joka toinen ke 17.15–19.30, 10.3.-21.4.2021  
Tunteja 12 kl, 20,00 €  
enintään 12 osallistujaa

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**



### 8102103, SUSHI

Alajärven koulukeskus, kotitalousluokka,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Eeva-Liisa Amemori  
La 10.00–13.15, 14.11.2020  
Tunteja 4 sl, 12,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Sushi osana japanilaista ruokakulttuuria. Eri-  
laiset sushit. Opetellaan tekemään susheja  
Suomesta saatavista raaka-aineista. Materi-  
aalimaksu n. 10€.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 7.30**

### 8102102, HYGIENIAPASSI

Alajärven koulukeskus, luokka C1.3,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Aana Vainio  
Ti 18.00–19.30, To 18.00–19.30,  
20.-29.10.2020  
Tunteja 9 sl, 52,00 €  
enintään 39 osallistujaa

Käydään läpi perusasiat elintarvikkeiden  
puhtaasta ja turvallisesta käsittelystä ja sii-  
hen liittyvästä lainsäädännöstä. Tavoitteena  
on suorittaa kurssin lopuksi osaamistesti,  
jonka läpäisseet saavat hygieniapassin to-  
disteeksi osaamisestaan. Kurssimaksu sisäl-  
tää opetuksen lisäksi opiskelumateriaalin,  
osaamistestin ja hygieniapassin sekä osaa-  
mistodistuksen testin läpäisseille. Viimein-  
nen kokoontuminen to 29.10.2020 pidempi,  
18.00-20.30. Itseopiskeluun materiaalia ver-  
kossa [https://www.ruokatieto.fi/ruokakasvatus/lupa-kokata-elintarvikehygienian-pe-  
rusteet](https://www.ruokatieto.fi/ruokakasvatus/lupa-kokata-elintarvikehygienian-perusteet) (Testin uusintamahdollisuudesta  
sovitaan erikseen.)

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### 8102405, MAKKARAA ITSE TEHDEN

Vimpelin yhteiskoulu,  
Opintie 29, Vimpeli  
Asta Asunmaa  
La 11.00–14.00, 23.1.2021  
Tunteja 5 kl, 15,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kurssilla opetellaan makkaranteon (riista-  
ym.) taitoja! Saat opastusta tekniikoista ja  
maustamisesta. Kurssilla peritään erillinen  
maksu käytettävistä materiaaleista – n. 10 e.  
Tuo omavalintaista lihaa ja mausteita kurs-  
sille. Myös oma esiliina ja muistiinpanoväli-  
neet mukaan.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



## Metsätalous



### 7102101, KANNATTAVA METSÄTALOUS

Alajärven koulukeskus, luokka C1.8,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Heikki Mäkelä  
Ti 18.00–20.15, 3.-24.11.2020  
Tunteja 12 sl, 35,00 €  
enintään 25 osallistujaa

Kurssilla käsiteltävät aihepiirit: metsänhoi-  
don kannattavuus, hakkuutapojen kannat-  
tavuusvertailu, puukaupan suunnittelu sekä  
metsätalouden verotus.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **7102104, NAISTEN RAIVAUSSAHAKURSSI, Ilmastoviisaat Pohjalaismetsät -koulutushanke**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.8,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Jyrki Ilves  
Ke 17.00–21.00, La 10.00–17.00,  
23.9.–26.9.2020  
Tunteja 13 sl, 20,00 €  
enintään 10 osallistujaa

Kurssilla käydään läpi raivaussahan käyttöön liittyvät turvallisuustekijät, sahauksen ja sahanhuollon perusteet ensin teoriassa ja sitten käytännössä. Teoriaosuudessa käsitellään myös metsänhoidon vaikutukset hiilensidontaan. Teoriapäivä 23.9.2020 ja maastoharjoitukset 26.9.2020, lisäpäivä 3.10.2020, jos osallistujia maksimimäärä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **7102105, METSÄSTÄJÄKURSSI**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.8,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Jouko Lehtelä  
Ti ja to 18.00–20.30, La 12.00–15.00,  
29.4.-11.5.2021  
Tunteja 15 kl, 23,00 €  
enintään 35 osallistujaa

Metsästäjätkintoon valmentava kurssi. Kokoonnotukset: to 29.4. ti 4.5., to 6.5., la 8.5. (Unkan ampumarata klo 12) ja ti 11.5. klo 18.00-20.30. Metsästäjätkintojen aika ilmoitetaan kurssilla.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **7102103, KESKISYTYTTEISTEN KIVÄÄRIPATRUUNOIDEN JÄLLEENLATAAMISEN PERUSTEET**

Alajärven koulukeskus, puutyöluokka D3,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Jouko Lehtelä  
Ti 18.00–19.30, To 18.00–19.30,  
12.-19.1.2021  
Tunteja 8 kl, 16,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Teorialuento 2h ja laitteet, välineet ja lataamisen työvaiheet 6h. Ei tarvitse olla omia välineitä, voi käyttää opettajan omia.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **Muu maa-, metsä- ja puutarhatalous**



### **7198105, SIENIKURSSI**

Franssila,  
Kookinlaaksontie 105, Alajärvi  
Leena Franssila-Karvinen  
17.00–20.15, päivä ilmoitetaan myöhemmin  
Tunteja 4 sl, 12,00 €  
enintään 30 osallistujaa

Kurssi kokoontumispäivä vahvistuu sienitilanteen mukaan. Päivä ilmoitetaan kurssilaisille. Kokoonnotuminen Franssilan talon pihassa, osoite Kookinlaaksontie 105, missä alustava sieniopetus ennen maastoon menoa. Kurssilaisten toivotaan tuovan kurssille mukanaan tunnistettavia sieniä (varmat ruokasienet toiseen, epämääräiset toiseen astiaan), jotta saadaan mahdollisimman paljon lajeja tutkittavaksi. Maastossa kierretään reilun kilometrin mittainen reitti samalla sienestäen ja lajintuntemusta varmistellen. Lopuksi sienimuhennosmaistiaiset maastossa sään ja aikataulun niin salliessa. Kurssi toteutetaan säässä kuin säässä.

**Ilmoittautuminen alkaa 20.8.2020 12.30**

### **7198104, KOTIPUUTARHURIN KASVUKAUSI**

JAMI, Kurejoen yksikkö,  
Kurejoentie 390, Kurejoki  
Leena Franssila-Karvinen  
Pe 17.30–20.00, 23.4.2021  
Tunteja 3 kl, 18,00 €  
enintään 12 osallistujaa

Eri teemoja hyötykasvien viljelystä: kasvinvuorottelu, kohopenkki, taimetus, bokas-





hointi jne. Kurssi ajoittuu huhti-toukokuulle, kasvukauden käynnistymisnopeuden mukaan. HUOM! Tarkempi kurssi aika ilmoitetaan ilmoittautuneille erikseen.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **7198101, TUTUSTU LUONNONYRTTEIHIN**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.1,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Aana Vainio  
To 17.00–20.00, 27.5.2021  
Tunteja 4 kl, 12,00 €  
enintään 39 osallistujaa

Luonnonyrtejä voi käyttää monin tavoin hyödyksi – ruokaan niillä saa makua, tuoksua, vitamiineja ja värejä. Rikkaruhoista voi siis jalostaa aitoa lähiruokaa ja mausteita keittiökäyttöön. Kurssin aikana tutustutaan tavallisiin pihan ja puutarhan syötäviin luonnonkasveihin kuvin ja esimerkein, lisäksi saadaan vinkkejä niiden käsittelystä ja käytösmahdollisuuksista. Osallistujat saavat mukaansa myös muutamia luonnonyrttireseptejä keittiökokeilujen avuksi ja innostukseksi. Luonnonyrteet sopivat käytettäväksi tuoreena, mutta niitä voi myös pakastaa ja kuivata myöhempää käyttöä varten. Luonnonyrtejä voi lisätä piirakoihin, yrttijuomiin, salaatteihin, leivänpäällisiksi ja mausteeksi kastikkeisiin, keittoihin, muhennoksiin tai patoihin. Yrteillä on usein rohdosvaikutuksia, joka on huomioitava niiden käytössä. Omat muistiinpanovälineet. Opettajana kurssilla keruutuotetarkastaja, villiyrttineuvoja Aana Vainio.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

**Ilmoittautumiset viimeistään 20.5.2021.**

### **7198102, BIOHIILEN VALMISTUS**

Kurssipaikka ilmoitetaan kurssille ilmoittautuneille  
Heli Hämäläinen  
La 10.00–14.00, 3.10.2020  
Tunteja 5 sl, 12,00 €  
enintään 16 osallistujaa

Kuinka saat hyödynnettyä tontilta tulevat risut ja puujätteet? Kurssilla opetellaan biohiilen valmistusta kotikonstein ja käsittelyä käyttöä varten.

Biohiili parantaa maan laatua, estää kuivuutusta, aktivoi mikrobeja ja sitoo itseensä haital-

isia aineita. Biohiilen teko on myös ilmasto-  
teko!

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



### **7198106, LUONNONVÄREJÄ VILLALANKAAN**

Siihtalantie 187, Kurejoki Alajärvi,  
Aana Vainio  
To 16.00–21.15, 15.6.2021  
Tunteja 7 kl, 20,00 €  
enintään 14 osallistujaa

Kasvit ja muut luonnonvärit antavat omanlaisensa, mutta toisiinsa sointuvat sävyt villalankaan. Värjäystulokseen vaikuttavat väriaine, villan väri ja ominaisuudet, värjäysliemen pH ja ominaisuudet, puretusaine ja muut apuaineet. Kasveilla värjäyksen lopputulos vaihtelee eri sävyisistä vihreistä keltaisiin ja ruskeisiin. Kurssilla on mahdollista kokeilla myös krappijuurella saatavaa tiilenpunaista väriä tai värjäystä kokenilli -kilpikirvajauheella, jonka lopputulos on lila-aniliininpunainen. Kurssin tarvikemaksuun (n. 25 euroa) kuuluu 100-150 g karstavillalankaa tai 100 g sekoitelankaa, jossa 75 % villaa. Omia lankoja voi halutessaan tuoda pienen määrän. Myös omia värjäyskasveja voi tuoda sangolisen, esim. lupiini, nokkonen, jauhosavikka, pietaryrtti, poimulehti, maitohorsma, kaner-

va, sananjalka, sipulinkuoret, raparperin-  
pihlajan-, pajun- ja koivunlehdet.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**



## LUONNONTIETEET

### **7198302, LUONNONYRTTIEN POIMIJAKOULUTUS**

Nature Paavola,  
Multiantie 2969, Soini  
Aana Vainio  
To 14.00–20.00, 17.6.2021  
Tunteja 7,33 kl, 12,00 €  
enintään 15 osallistujaa

Koulutus antaa osallistujille tiedot ja taidot toimia villiyrttipoimijana kaupallisessa tarkoituksessa. Kurssilla poimijat oppivat varmuudella tunnistamaan kerättävät villivihannekset ja -yrtit, keräämään laatuvaatimukset täyttäviä kasveja ja käsittelemään ne myynnin edellyttämällä tavalla. Poimija voi poimia kasveja tilauksesta yrityksille jatkojalostukseen tai jalostaa itse tuotteita tai myydä villivihanneksia eteenpäin esim. ravintoloille. Koulutuksesta saa poimijakortin ja kurssin aikana on mahdollisuus pätevyitä 2-4 eri kasvin poimijaksi. Lajit määräytyvät sen mukaan, mitä luonnosta on kurssiajan kohtana kerättävissä.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **4102101, LINTUHARRASTUSKURSSI**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.8,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Jouko Lehtelä  
Ti 18.00–20.30, To 18.00–20.30,  
20.-27.4.2021  
Tunteja 12 kl, 20,00 €  
enintään 35 osallistujaa

Kurssi aloitteleville harrastajille ja lähipiirin linnuista kiinnostuneille. Tutustutaan lintuharrastukseen, välineistöön sekä paikkakunnan lintupaikkoihin. Mahdollisuus osallistua Tornien Taistoon, joka järjestetään 8.5.2021. Kokoontuu: ti 21.4, to 23.4 ja ti 28.4. klo 18-20.15.

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

### **4102102, LINTUHARRASTUSKURSSIN MAASTORETKI**

Alajärven koulukeskus, luokka C1.8,  
Kaupintie 7, Alajärvi  
Jouko Lehtelä  
Ti 18.00–20.30, 18.-20.5.2021  
Tunteja 6 kl, 14,00 €  
enintään 35 osallistujaa

Lintuharrastuskurssin jatkokurssi, jossa ollaan kahdella maastoretellä.  
Kokoontuu: ti 18.5. ja 20.5.2020

**Ilmoittautuminen alkaa 26.8.2020 12.30**

Tervetuloa kursseille!!



